

Životní zkušenosti matek s dětmi v azylových domech

Karolína Chroustová

Bakalářská práce
2025



Univerzita Tomáše Bati ve Zlíně
Fakulta humanitních studií

Univerzita Tomáše Bati ve Zlíně

Fakulta humanitních studií

Ústav pedagogických věd

Akademický rok: 2024/2025

ZADÁNÍ BAKALÁŘSKÉ PRÁCE

(projektu, uměleckého díla, uměleckého výkonu)

Jméno a příjmení:	Karolína Chroustová
Osobní číslo:	H22301
Studijní program:	B0111A190011 Sociální pedagogika
Forma studia:	Prezenční
Téma práce:	Životní zkušenosti matek s dětmi v azylových domech

Zásady pro vypracování

Zpracování rešerše a studium odborné literatury.
Vymezení terminologie a teoretických východisek z oblasti funkčnosti rodiny, osamocení rodičovství a azylových domů pro matky s dětmi.
Příprava metodiky empirické části, zpracování projektu výzkumu a stanovení výzkumného problému.
Realizace kvalitativního výzkumu formou hloubkového rozhovoru.
Zpracování a vyhodnocení získaných dat, včetně jejich interpretace.
Prezentace výsledků výzkumu, jejich shrnutí a doporučení pro praxi.

Forma zpracování bakalářské práce: **tištěná/elektronická**

Seznam doporučené literatury:

- BUSKOTTE, Andrea a Lucie VANÍČKOVÁ HORNÍKOVÁ, 2008. Z pekla ven: žena v domácím násilí. Brno: Computer Press. ISBN 978-80-251-1786-6.
- MATOUŠEK, Oldřich a Alois KŘIŠŤAN, 2013. Encyklopedie sociální práce. Praha: Portál. ISBN 978-80-262-0366-7.
- MATOUŠEK, Oldřich a Hana PAZLAROVÁ, 2014. Podpora rodiny: manuál pro pomáhající profese. Praha: Portál. ISBN 978-80-262-0697-2.
- MATOUŠEK, Oldřich, Pavla KODYMOVÁ a Jana KOLÁČKOVÁ, 2005. Sociální práce v praxi: specifika různých cílových skupin a práce s nimi. Praha: Portál. ISBN 80-736-7002-X.
- ŠVAŘÍČEK, Roman a Klára ŠEĐOVÁ, 2007. Kvalitativní výzkum v pedagogických vědách. Praha: Portál. ISBN 978-80-736-7313-0.

Vedoucí bakalářské práce: **Mgr. Julie Junaščíková**
Ústav pedagogických věd

Datum zadání bakalářské práce: **13. ledna 2025**

Termín odevzdání bakalářské práce: **2. května 2025**

L.S.

Mgr. Libor Marek, Ph.D.
děkan

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

Ve Zlíně dne 13. ledna 2025

PROHLÁŠENÍ AUTORA BAKALÁŘSKÉ PRÁCE

Beru na vědomí, že

- odevzdáním bakalářské práce souhlasím se zveřejněním své práce podle zákona č. 111/1998 Sb., v platném znění bez ohledu na výsledek obhajoby;
- bakalářská práce bude uložena v elektronické podobě v univerzitním informačním systému a bude dostupná k nahlédnutí;
- jedno vyhotovení bakalářské práce v listinné podobě bude ponecháno Univerzitě Tomáše Bati ve Zlíně k uložení;
- na moji bakalářskou práci se plně vztahuje zákon č. 121/2000 Sb. o právu autorském, o právech souvisejících s právem autorským a o změně některých zákonů (autorský zákon) ve znění pozdějších právních předpisů, zejm. § 35 odst. 3;
- podle § 60 odst. 1 autorského zákona má Univerzita Tomáše Bati ve Zlíně právo na uzavření licenční smlouvy o užití školního díla v rozsahu § 12 odst. 4 autorského zákona;
- podle § 60 odst. 2 a 3 mohu užít své dílo – bakalářskou práci – nebo poskytnout licenci k jejímu využití jen s předchozím písemným souhlasem Univerzity Tomáše Bati ve Zlíně, která je oprávněna v takovém případě ode mne požadovat přiměřený příspěvek na úhradu nákladů, které byly Univerzitou Tomáše Bati ve Zlíně na vytvoření díla vynaloženy (až do jejich skutečné výše);
- pokud bylo k vypracování bakalářské práce využito softwaru poskytnutého Univerzitou Tomáše Bati ve Zlíně nebo jinými subjekty pouze ke studijním a výzkumným účelům (tj. k nekomerčnímu využití), nelze výsledky bakalářské práce využít ke komerčním účelům;
- pokud je výstupem bakalářské práce jakýkoliv softwarový produkt, považují se za součást práce rovněž i zdrojové kódy, popř. soubory, ze kterých se projekt skládá; neodevzdání této součásti může být důvodem k neobhájení práce.

Prohlašuji, že

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

Ve Zlíně, dne

.....
podpis autora

ABSTRAKT

Tato bakalářská práce se zaměřuje na životní zkušenosti matek s dětmi, které pobývají v azylových domech. Cílem práce je porozumět tomu, jak ženy vnímají svou situaci, a to konkrétně jak prožívají osamělé rodičovství v krizových podmínkách a jak se během pobytu mění jejich pohled na sebe a svou budoucnost. Pojetí výzkumu jsme zvolili kvalitativní a sběr dat probíhal prostřednictvím polostrukturovaných rozhovorů s informantkami, které měly osobní zkušenost s pobytem v azylovém zařízení. Teoretická část se věnuje proměnám rodiny, specifickým osamělého rodičovství a možnostem podpory matek v obtížné životní situaci. Praktická část přináší vhled do subjektivních prožitků žen, jejich emocí, výzev a proměn v oblasti sebedůvěry.

Klíčová slova: osamocené rodičovství, azylové domy pro matky s dětmi, neúplná rodina, sociální pomoc pro matky s dětmi

ABSTRACT

This bachelor's thesis focuses on the life experiences of mothers with children living in shelters. The aim of the thesis is to understand how women perceive their situation, specifically how they experience single parenthood in crisis conditions, and how their view of themselves and their future changes during their stay. A qualitative research approach was chosen, and data collection was conducted through semi-structured interviews with informants who had personal experience with living in a shelter. The theoretical part addresses changes in family structures, the specifics of single parenthood, and the support options available to mothers in difficult life situations. The practical part offers insight into the women's subjective experiences, their emotions, challenges, and changes in self-confidence.

Keywords: single parenthood, shelters for mothers with children, single-parent families, social support for mothers with children

Ráda bych poděkovala Mgr. Julii Junašíkové za odborné vedení této práce, cenné rady, podporu a trpělivost, které mi byly velkou oporou v průběhu celého zpracování.

Dále děkuji všem účastnicím výzkumu, které byly ochotné sdílet své osobní zkušenosti a přispěly tak k realizaci této práce.

OBSAH

ÚVOD	11
I TEORETICKÁ ČÁST	13
1 MATKY S DĚTMI V OBTÍŽNÝCH ŽIVOTNÍCH SITUACÍCH	14
1.1 SLUŽBY POSKYTOVANÉ MATKÁM S DĚTMI.....	17
1.1.1 Azylové domy pro matky s dětmi	20
1.2 FINANČNÍ PODPORA.....	22
2 OSAMOCENÉ RODIČOVSTVÍ.....	24
2.1 PŘÍČINY OSAMOCENÉHO RODIČOVSTVÍ.....	26
2.2 OBTÍŽE SAMOŽIVITELSTVÍ	28
2.3 PSYCHICKÉ DOPADY SAMOŽIVITELSTVÍ.....	30
II PRAKTICKÁ ČÁST.....	32
3 VÝZKUMNÝ PROBLÉM	33
3.1 VÝZKUMNÉ CÍLE	34
3.2 VÝZKUMNÉ OTÁZKY	34
3.3 POJETÍ VÝZKUMU	34
3.4 VÝZKUMNÝ SOUBOR	35
3.5 METODA SBĚRU DAT	37
3.6 DESIGN VÝZKUMU.....	38
4 ANALÝZA DAT.....	40
4.1 DŮVODY OSAMOCENÉHO RODIČOVSTVÍ.....	41
4.2 ZKUŠENOSTI V AZYLOVÉM DOMĚ.....	44
4.3 VZTAHY A PODPORA BĚHEM POBYTU	49
4.4 NÍZKÁ SEBEDŮVĚRA.....	55
4.5 POSILOVÁNÍ SEBEDŮVĚRY	59
4.6 OČEKÁVÁNÍ PO ODCHODU Z AZYLOVÉHO DOMU	61
4.7 PLÁNY DO BUDOUCNA	63
5 INTERPRETACE DAT	66
6 LIMITY VÝZKUMU	73
ZÁVĚR	74
SEZNAM POUŽITÉ LITERATURY	77
SEZNAM TABULEK	83
SEZNAM POUŽITÝCH SYMBOLŮ A ZKRATEK.....	84
SEZNAM PŘÍLOH	85

ÚVOD

Rodina je pro většinu lidí zásadním opěrným bodem v životě – místem bezpečí, důvěry, jistoty a stability. Měla by plnit všechny své funkce a přispívat k tomu, aby její členové mohli prožívat život v důstojných podmínkách. Ne vždy se však tyto předpoklady daří naplnit. V důsledku rozpadů partnerských vztahů, domácího násilí, finančních problémů, závislostí nebo dalších životních krizí se může rodina dostat do situace, kdy je její stabilita vážně narušena. Jednou z nejzranitelnějších skupin v těchto situacích jsou ženy – matky, které zůstávají se svými dětmi samy a musí hledat nové možnosti, jak zajistit bezpečí a základní potřeby nejen sobě, ale i svým dětem.

Jedním z nejvážnějších důsledků těchto krizových situací je ztráta bydlení. Pokud žena nemá oporu v rodině nebo přátelích, často nezbývá jiná možnost než se obrátit na zařízení sociálních služeb, a to konkrétně na azylový dům. Azylové domy představují jednu z forem sociální pomoci, která se zaměřuje na osoby bez přístřeší. V případě matek s dětmi plní tato zařízení nejen roli krizového ubytování, ale i důležitou podpůrnou a stabilizační funkci. Poskytují prostor, kde si ženy mohou oddechnout od akutní zátěže, začít zpracovávat svou situaci a hledat nové cesty, jak svůj život znovu uspořádat. V podmínkách azylových domů se ale mění jejich vnímání sebe samých, rodičovské role, vlastní hodnoty i možnosti do budoucna. Z tohoto důvodu je důležité zaměřit se nejen na praktické fungování azylových domů, ale také na to, co matky v této situaci skutečně prožívají a jak ji hodnotí.

Tato bakalářská práce se proto věnuje tématu životních zkušeností matek s dětmi v azylových domech. Zaměřuje se na jejich subjektivní pohled – na to, jak samy ženy popisují svou situaci, jak prožívají osamocené rodičovství v azylovém prostředí, jak se mění jejich sebedůvěra v průběhu pobytu a jak nahlíží na svou budoucnost po opuštění zařízení. Práce vychází z kvalitativního výzkumu, který byl realizován prostřednictvím polostrukturovaných rozhovorů s ženami, jež měly osobní zkušenost s životem v azylovém domě.

Téma je zvoleno s ohledem na jeho aktuálnost a společenskou důležitost. Neúplné rodiny tvoří stále větší podíl domácností v České republice, a i když existují různé formy pomoci, mateřství v krizových podmínkách zůstává velmi náročnou a často nedostatečně reflektovanou zkušeností. Ženy, které se dostanou do systému azylových domů, čelí nejen praktickým výzvám, ale i stigmatizaci a pocitu selhání. Zároveň se však ukazuje, že právě v

těchto podmínkách může docházet k zásadní vnitřní změně, posílení autonomie a formování nové životní perspektivy.

Práce je členěna na dvě hlavní části – teoretickou a praktickou. Teoretická část je rozdělena do dvou kapitol. První kapitola se zaměřuje na proměny rodiny v současné společnosti a na situaci matek s dětmi, které se nacházejí v obtížných životních podmínkách. Popisuje síť sociálních služeb poskytovaných této cílové skupině, s důrazem na fungování azylových domů, a přibližuje také přehled možností finanční podpory, které mohou matkám usnadnit zvládání náročné životní situace. Druhá kapitola se věnuje problematice osamocенého rodičovství. Zabývá se jeho příčinami i důsledky, a to jak psychickými, tak praktickými, a přibližuje každodenní výzvy, kterým ženy vychovávající děti bez partnera čelí.

Praktická část práce se zaměřuje na metodologii a analýzu rozhovorů, které byly vedeny s matkami, jež procházely pobytem v azylovém domě se svými dětmi. Tato část tak přináší hlubší vhled do individuálních prožitků informantek, čímž se snažíme lépe pochopit, co pro ně pobyt v azylovém domě znamená nejen po stránce materiální, ale především z hlediska psychického a osobního rozvoje.

I TEORETICKÁ ČÁST

1 MATKY S DĚTMI V OBTÍŽNÝCH ŽIVOTNÍCH SITUACÍCH

Rodina je unikátní a nenahraditelná instituce, která propojuje osobní zaujetí dospělých na prospěchu partnerů i dětí s univerzálním zájmem společnosti na stabilizovaném soužití mužů a žen (Matoušek, 2003, s. 183). Její podoba se mění v závislosti na vývoji společnosti, ale stále zůstává klíčovým prostředím pro socializaci, výchovu a podporu jednotlivců (Procházka, 2012, s. 101-102).

Jedním z významných trendů současnosti je nárůst neúplných rodin, kde dítě vyrůstá pouze s jedním rodičem, nejčastěji matkou. Tento vývoj souvisí s rostoucí rozvodovostí, změnami v hodnotovém nastavení společnosti a vyšší akceptací rodičovství mimo manželství. Právě mimo manželství se dnes rodí jedna třetina dětí (Kraus, 2008, s. 79-80; Matoušek, 2003, s. 181-182). Zatímco v padesátých letech 20. století činila rozvodovost přibližně 12 %, do roku 1975 se více než zdvojnásobila na 30,1 % (ČSÚ, 2025). Neúplné rodiny se často potýkají s ekonomickou nejistotou, sociální izolací a problémy s bydlením, což může vést k oslabení jejich stability. Kraus (2008, s. 80) zdůrazňuje, že rodina má zajišťovat bezpečné zázemí pro své členy, což však může být v případě samoživitelek výrazně obtížnější.

Je nezbytné poskytovat matkám, které se ocitly v obtížné životní situaci, různé formy podpory, aby měly možnost efektivně řešit své problémy. Podpora matek je součástí širšího systému sociální pomoci rodinám, který zahrnuje sociální služby, finanční pomoc i odborné poradenství. Klade se zde důraz nejen na děti, ale také na celkovou kvalitu rodinného života, včetně stability a spokojenosti dospělých členů rodiny (Matoušek a Pazlarová, 2014, s. 13). Cílem této kapitoly je tedy analyzovat dostupné formy této podpory, zejména v kontextu rodin v krizových situacích a osamělých matek.

Cílovou skupinou této podpory jsou podle Matouška a Pazlerové (2014, s. 13) mnoho problémové rodiny, tudíž rodiny, které nefungují dobře v několika vzájemně propojených oblastech a zároveň nejsou ani schopny využít dostupné sociální služby. Může jít tedy o problémy v řadě věcí, např. bydlení, jídlo, obecně finance, ale také péče o děti. Dále se objevují případy, kdy jsou v rodině závislí jedinci, jedinci s kriminálním chováním nebo jedinci s násilnými sklony. Další oblastí jsou dospělí, kteří neplní potřeby svých dětí, ti, co jsou dlouhodobě vázaní v nevyřešených konfliktech a dospělí, kteří ztratili naději nebo motivaci. Autoři ale také uvádí, že cílovou skupinou nemusí být jen tyto mnoho problémové

rodiny, avšak právě práce s touto skupinou je v praxi nejobtížnější (Matoušek a kol., 2005, s. 75).

Obtížnost práce s těmito rodinami často souvisí s tím, že nedokážou naplňovat základní funkce, které jsou pro fungující rodinný život klíčové. Jedním z hlavních zájmů dítěte je vyrůstat ve fungující rodině. U osamělých rodičů však může být naplňování funkcí složitější. Konkrétně má rodina plnit funkci **biologicko-reprodukční**, která má velký význam pro jedince, co rodinu tvoří. Může jim to poskytnout nové cíle, výzvy a s tím i smysl života a také možnost rozvíjet na hlubší úrovni vztahy mezi sebou. Jak dříve bylo samozřejmostí tuto funkci plnit, v dnešní době tomu tak není. Rozrůstá se počet párů, které dítě ze zdravotních důvodů mít nemohou. Dochází také obecně k odsunu založení rodiny na pozdější věk, k plánování jen jednoho dítěte či k rozhodnutí nemít dítě vůbec. K rozvoji tohoto trendu přispívají důvody jako, že narození potomka může ovlivnit budovanou kariéru, může to narušit stabilitu vztahu mezi partnery, či že je to zásahem do ekonomiky apod. (Kraus, 2008, s. 81; Procházka, 2012, s. 103-104). Mezi rokem 2018 a 2023 je rozdíl v počtu narozených dětí v ČR skoro 23 000 (ČSÚ, 2024).

Další funkcí je **sociálně-ekonomická**. Hlavním úkolem rodiny je zajistit ekonomické a sociální aspekty, které jsou nutné pro uspokojení jejích potřeb. Rodina zde vystupuje ve dvou rolích, a to jako pracovní jednotka, kdy vykonávají jejich povolání a dále v roli spotřebitelů, na kterých je závislý trh. Nenaplnění této funkce je zapříčiněno nezaměstnaností nebo zvyšováním životních nákladů (Kraus, 2008, s. 81; Procházka, 2012, s. 105). V případě samoživitelek je plnění této funkce značně ohroženo, neboť se často potýkají s finanční nejistotou a nízkými příjmy. Celkově tyto rodiny mají nižší životní úroveň, protože veškeré prostředky bývají vynaloženy na základní potřeby, které stejně často nejsou plněny dostatečně (Matoušek a kol., 2005, s. 45).

Funkce **výchovná a socializační** má za hlavní úkol připravit dítě do praktického života, předat mu zkušenosti, naučit ho normám záměrným a cílevědomým působením hlavně rodičů. Jde zde o to, aby se naučilo vhodnému chování a osvojilo si návyky (Kraus, 2008, s. 82; Procházka, 2012, s. 106-107). Osamělé matky nesou veškerou výchovnou odpovědnost samy, což je může vést k přetížení a zvýšené míře stresu. Nedostatek času a nutnost skloubit více rolí zároveň mohou ovlivnit nejen kvalitu rodičovství, ale i celkové fungování rodiny (Matoušek a kol., 2005, s. 45).

Funkce **emocionální** se stává v poslední době obtížně splnitelnou. Děje se tak např. kvůli rozvodům či zaneprázdněnosti členů rodiny. Tato funkce v sobě pojímá zažívání pocitů

bezpečí a lásky, jistoty, přijmutí. Žádné jiné prostředí nemůže tuhle funkci nahradit do takové míry jako rodina. Když k naplnění této funkce u člověka nedojde, může se v dospělosti objevovat neschopnost v oblasti citů, tzv. city projevovat, milovat druhé ale i sebe (Procházka, 2012, s. 109-110). U samoživitelek může být emocionální funkce oslabena, protože veškerá odpovědnost spočívá na jednom rodiči. Nedostatek času a stres mohou vést k omezené komunikaci s dítětem, která je však klíčová pro budování pocitu jistoty a citového zázemí (Kraus, 2008, s. 83; Matoušek a Pazlarová, 2014, s. 65)

Principem funkce **ochranné a domestikační** je zajištění hlavních životních potřeb jedinců. Zde jde o vytvoření prostoru (domova), který jedincům slouží jako útočiště, jako místo, kam patří a kde se cítí bezpečně (Procházka, 2012, s. 110). V případě samoživitelství může být tato funkce oslabena, protože zajištění stabilního domova a pocitu bezpečí bývá náročnější kvůli finanční nestabilitě, rostoucím životním nákladům a omezeným možnostem dostupného bydlení (Matoušek a kol., 2005, s. 45-47).

Jako poslední je funkce **rekreační a regenerační**, pro dítě také velmi zásadní. Patří sem např. čas, který všichni členové rodiny tráví společně a také vůbec způsob, jak ho tráví. Můžeme sem zařadit i dovolené (Kraus, 2008, s. 83). Tady je problémem často ale nedostupnost rodičů, kdy společně s dítětem nenaváží vztah, neboť spolu netráví žádný volný čas nebo jen jeho minimum. Tento problém se často týká i osamocených matek, které by sice třeba rády trávily více času se svým dítětem, ale vzhledem k např. pracovním povinnostem a dalším závazkům na to nemají dostatek prostoru (Matoušek a Pazlarová, 2014, s. 82).

Nedostatečné naplňování těchto funkcí může zásadně ovlivnit stabilitu rodinného prostředí a ztížit možnosti efektivní podpory z vnějšku. I proto je důležité, aby podpora probíhala co nejbližší přirozenému prostředí rodiny a reagovala na její konkrétní potřeby. V praxi se tak často realizuje přímo v domácnosti, kde je jednodušší navázat kontakt, pochopit dynamiku vztahů a lépe reagovat na aktuální situaci. Její členové jsou tam snáz zastihnutelní a nemusí nikam dojíždět. Podpora poskytovaná přímo v domácím prostředí může pozitivně ovlivnit klíčové procesy důležité pro fungování celé rodiny. Zároveň je pro ni zpravidla příjemnější, protože známé prostředí posiluje pocit jistoty a bezpečí. Má to ale i své nevýhody. V domácím prostředí je spousta rušivých elementů, např. všelijaká elektronika (jako televize, počítač, rádio apod.), dále to mohou rušit i domácí mazlíčci, ale také mladší děti, kterým rodiče věnují spoustu pozornosti. Kromě rušivých faktorů je zde riziko toho, že sociální pracovník naruší rodině jejich každodenní režim a soukromí. Rodiny se tak nemusí

při práci s nimi cítit úplně komfortně (Matoušek a kol., 2005, s. 79; Matoušek a Pazlarová, 2014, s. 25).

Naproti tomu stojí podpora rodiny probíhající i v prostředí organizace. Tady je nepochybně velkou výhodou pro sociálního pracovníka to, že mu jsou k dispozici ostatní kolegové k případné konzultaci, nebo že má jistý přístup k internetu v případě nutnosti zdrojů, jako jsou např. zákony. Výhodou je také možnost rozhovoru s jedním členem rodiny o vážnějším problému bez zmíněných domácích rušivých elementů. Nevýhodou však zůstává to, že pracovník nemůže přímo ovlivňovat dění v prostředí domácím, nemá přímou představu o tom, jak to tam funguje. Mnoho problémové rodiny také nebývají moc ochotné navštěvovat určené organizace pro tyto sezení (Matoušek a kol., 2005, s. 79; Matoušek a Pazlarová, 2014, s. 25-26).

Vzhledem k tomu, že matky samoživitelky se často nacházejí ve velmi složité životní situaci, je nezbytné, aby jim společnost nabízela vhodné formy podpory. Jednou z klíčových oblastí této pomoci jsou sociální služby.

1.1 Služby poskytované matkám s dětmi

Pro všechny formy rodin, tedy i pro matky s dětmi, je určených také několik sociálních služeb, které lze členit podle různých hledisek. Prvním z nich je **délka** poskytování služby, která se může pohybovat od krátkodobé krizové pomoci až po dlouhodobou podporu. Dalším kritériem je **prostředí**, kde jsou služby realizovány. Mohou být nabízeny přímo v domácím prostředí rodiny, ve specializovaných zařízeních zaměřených na práci s rodinami nebo v komunitních centrech. Rozlišovat je lze také na základě toho, jaká **metoda** byla k práci s rodinou zvolena. Mezi metody patří odborné poradenství, terapie vedené specialisty, podpora skrze svépomocné skupiny a další formy pomoci. V některých případech může hrát roli i konkrétní **důvod**, který vedl k zapojení sociálních služeb, např. situace ohrožení dítěte, krizová situace některého z dospělých členů rodiny nebo rozvod (Matoušek, 2008, s. 195-196).

První oblast tvoří **služby krizové**, které se zaměřují na pomoc v situacích, kdy je ohroženo dítě nebo dospělý. Pomáhají rodinám, které se snaží znovu spojit po dočasném odloučení s členem, co se nacházel v ohrožení nebo sám ohrožoval ostatní. Tyto služby fungují jako krátkodobá podpora, jejímž hlavním účelem je rychle a odborně posoudit situaci a zajistit co nejúčinnější pomoc. Neboť se jedná o intenzivní formu podpory, počet rodin, s nimiž pracovníci v daný moment pracují, bývá omezený a klíčová je co možná nejkratší

dostupnost těchto pracovníků (Matoušek, 2008, s. 196). Řadíme sem **krizové bydlení**, které je určeno pro matky s dětmi v akutní bytové nouzi, např. v případě domácího násilí nebo nečekané ztráty bydlení. Tato forma bydlení je časově omezená na max. 6 měsíců a slouží jako přechodné řešení před získáním stabilnějšího bydlení. Hlavním cílem krizového bydlení je zabránit tomu, aby se matky s dětmi dostaly do situace bezdomovectví, a zároveň jim poskytnout podporu při hledání dlouhodobého řešení jejich bytové situace (Ministerstvo práce a sociálních věcí, b.d.).

Ke krizovým službám patří kromě krizových center také azylové zařízení pro děti a azylové domy pro matky s dětmi, ke kterým se podrobně dostaneme v následující podkapitole. Dále tu řadíme i pobyty dětí v profesionálních pěstounských rodinách (Matoušek, 2008, s. 196). Jako příklad krizového centra zde můžeme uvést krizové centrum Cesta pro rodinu, které poskytuje krátkodobé ubytování těhotným ženám a rodičům s dětmi v ohrožení. Služba je dostupná 24 hodin denně a zahrnuje materiální pomoc, hygienické zázemí a podporu při řešení krizové situace. Pobyt obvykle nepřesahuje 7 dní a je poskytován bezplatně. Další službou, co může ohrožená matka s dětmi využít je intervenční centrum, jenž poskytuje bezplatnou právní a sociální pomoc osobám ohroženým domácím násilím. Součástí jejich služeb může být také sociální terapie a v některých případech i možnost dočasného ubytování (Cesta pro rodinu, b.d.; Česko, 2006).

Na rozdíl od krizového bydlení, které slouží jako okamžitá pomoc, můžeme zmínit i sociální bydlení, které ale představuje dlouhodobější řešení pro matky s dětmi v bytové nouzi. Cílem této služby je nabídnout stabilní a finančně dostupné ubytování, které matkám umožní postupně se osamostatnit a zlepšit svou sociální situaci (Ministerstvo práce a sociálních věcí, b.d. a). Tyto byty jsou určeny pro rodiny s nízkými příjmy nebo osoby v obtížné životní situaci, např. po odchodu z azylového domu (Ministerstvo práce a sociálních věcí, b.d. b).

Sociální byty jsou poskytovány buď přímo obcemi, nebo neziskovými organizacemi. Jako příklad zde můžeme uvést Arcidiecézní charitu Praha, jež nabízí bydlení pro matky samoživitelky, které se dostaly do krizové situace a nemají možnost získat standardní nájemní bydlení. Tyto byty jsou pro matky s dětmi k dispozici na dobu určitou, během níž jim sociální pracovníci pomáhají s hospodařením, hledáním práce a řešením dalších obtíží (Arcidiecézní charita Praha, 2025; Zachraň bydlení, 2022).

Druhou oblastí jsou **poradenské služby**. Obecně se jedná o službu, jež je určena jednotlivcům, kteří se ocitli v životní situaci, co nejsou schopni sami bez pomoci překonat

či vyřešit. Účelem poradenství je poskytnout jednotlivcům různé alternativy řešení jejich problémů a podporu při jejich uskutečnění, aby byli schopni samostatně vyřešit svou životní situaci. Kromě poskytnutí rady pracovníci také informují klienty o právech a povinnostech v jejich záležitostech a některé služby se zaměřují na zastupování rodiny při jednání s institucemi a státními orgány s cílem chránit její práva a prosazovat její zájmy. Pokud mluvíme o poradenství poskytované přímo rodinám, můžeme říct, že se jedná o krátkodobou podporu, která je poskytována ve specializovaných zařízeních, kde se rodina schází s pracovníkem či pracovníky na několika sezeních. Pracovníci pomáhají rodině řešit problémy týkající se rodinného soužití a výchovy dětí (Matoušek, 2008, s. 197; Matoušek a kol., 2005, s. 49).

Další oblast podpory představují **terapeutické služby**. Terapeutické služby lze rozdělit na dva hlavní druhy, a to na svépomocné a profesionálně vedené. Tyto služby jsou v oblasti podpory rodiny zaměřeny buď na celé rodiny, nebo na jedince, kteří čelí potížím v rodinném soužití. Profesionálně vedená terapie rodin by měla mít stanovený cíl, který je uveden ve smlouvě. Jasně stanovený cíl umožňuje vyhodnocení efektivity terapie. Na závěr terapie probíhá vzájemné hodnocení procesu ze strany terapeuta i klientů. Terapeut sepisuje zprávu o průběhu terapie a klienti by také měli mít možnost zhodnotit její průběh (Matoušek, 2008, s. 197-198).

Mezi další služby zaměřené na podporu rodin patří **pečovatelská podpora pro rodiny s dětmi**. Ta konkrétně zajišťuje dočasnou pomoc při péči o dítě v případech, kdy rodiče nemohou tuto péči zajistit sami. Tato situace může nastat v důsledku závažných okolností, např. při vážném onemocnění, během období zotavování, při pobytu v lázních, po úmrtí nebo při nečekaném odloučení rodičů. Služba se poskytuje i rodinám s víceročaty nebo těm, které dlouhodobě pečují o dítě s těžkým zdravotním postižením vyžadujícím zvláštní péči. Jejím cílem je podpora rodiny a zajištění potřeb dítěte v náročných situacích (Matoušek a kol., 2005, s. 48-49).

Existuje samozřejmě široká škála služeb určených pro rodiny. Patří sem např. i různé preventivní a vzdělávací programy, odlehčovací služby nebo **raná péče**. Ta podporuje rodiny s malými dětmi, jejichž vývoj může být ohrožen zdravotním postižením nebo sociálním prostředím. Odborní pracovníci pravidelně navštěvují rodiny a poskytují rodičům rady ohledně výchovy a péče o dítě, psychologickou podporu i informace o možných sociálních dávkách. Hlavním cílem je pomoci rodinám vytvořit vhodné podmínky pro dítě a

zabránit jeho umístění do ústavní péče kvůli nedostatečným schopnostem rodičů zajistit mu odpovídající péči (Matoušek, 2008, s. 197-198; Matoušek a kol., 2005, s. 48-49).

1.1.1 Azylové domy pro matky s dětmi

Jak již bylo zmíněno, existuje mnoho forem pomoci rodinám v obtížných situacích. A jednou z klíčových možností jsou azylové domy. V České republice bylo v roce 2019 23 830 lidí bez domova, z toho 2 600 dětí. Zhruba polovina jsou lidé bez přístřeší nebo využívající služeb nocleháren a druhá polovina jsou lidé např. v domech na půli cesty, v azylových domech, ve zdravotnických zařízeních apod. V azylových domech pobývala přibližně jedna třetina sčítaných. Obecně platí, že je více mužů bez domova a azylové domy to potvrzují. Muži zde tvoří 38 %, ženy 30 % a děti 32 % klientů (Nešporová a kol., 2019, s. 7).

Azylové domy mohou být pro lidi, jež nemají v jejich aktuálních podmínkách možnost zajistit si bydlení, velkým přínosem. Tyto domy poskytují pomoc různým cílovým skupinám. Existují zařízení pro muže, ženy, rodiny s dětmi i specificky pro matky s dětmi (Azyláky.cz, 2020). V této práci se však zaměříme právě na azylové domy určené matkám s dětmi.

Osamocené matky se mohou ocitnout v situaci, kdy ztratí stabilní bydlení a nemají dostatečné finanční prostředky na zajištění vlastního domova. Z toho důvodu často zůstávají v nevyhovujících podmínkách. Proto se mohou obrátit na azylové domy pro matky s dětmi. Ty představují dočasné ubytovací zařízení, která poskytují bezpečné zázemí ženám s dětmi, jež se ocitly v obtížné životní situaci spojené se ztrátou domova. Jejich hlavním cílem je ochrana matek a dětí a podpora a posílení jejich sociálních dovedností, které jim pomohou znovu se začlenit do běžného života. Pobyt v těchto zařízeních je časově omezený a náklady na něj si matky hradí samy. Kromě ubytování zahrnuje také odbornou pomoc při řešení právních, finančních a sociálních záležitostí. Pracovníci azylových domů zároveň poskytují matkám poradenství a organizují aktivity zaměřené na zlepšení jejich kompetencí v oblasti péče o děti, hospodaření s financemi či orientace v systému sociálních služeb (Matoušek a Křišťan, 2013, s. 428-429).

Azylové domy tak nepředstavují pouze střechu nad hlavou, ale komplexní formu sociální podpory. V posledních letech se čím dál více zdůrazňuje jejich role v širším rámci systémového sociálního začleňování, což potvrzují i aktuální odborné studie a strategie. Jejich přínos tak nespočívá jen v zajištění přístřeší, ale především v posilování dovedností matek potřebných pro samostatné fungování, čímž přispívají k jejich reintegraci do

společnost (Agentura pro sociální začleňování, 2021, s. 3, 14-17). Dle případové studie Agentury pro sociální začleňování (2021, s. 16-17) je důležité vnímat azylové domy jako součást širšího systému prevence sociálního vyloučení. Poskytují podporu nejen v oblasti bydlení, ale i v oblastech zaměstnání, finanční gramotnosti, výchovy dětí nebo řešení právních problémů. Důraz je kladen na individuální plánování, práci s motivací a zapojení dalších podpůrných sítí. Význam azylových domů potvrzuje i zpráva Veřejného ochránce práv (2020, s. 8-10), podle níž tyto služby tvoří důležitou záchrannou síť pro osoby v bytové nouzi. Současně však poukazuje na potřebu zajištění dostupnosti těchto služeb, jejich kapacitní posílení a důsledné odstraňování bariér, které mohou znevýhodňovat specifické skupiny, např. osoby s postižením.

S ohledem na jejich význam a rozsah poskytované podpory je však důležité porozumět i tomu, jak samotný proces vstupu do azylového domu probíhá a s jakými podmínkami či omezeními se ženy, zejména matky s dětmi, mohou setkat. Vstup do zařízení totiž není automatický a často podléhá specifickým kritériím, která se liší podle konkrétní organizace i regionu. Přijetí do azylového zařízení obvykle předchází schvalovací proces, který se liší podle konkrétního zařízení. Některé z nich provádějí před přijetím podrobná šetření situace žadatelky. V některých oblastech zástupci azylových domů spolupracují a pravidelně se setkávají, aby společně řešili otázky přijetí žadatelek, jinde si naopak vzájemně konkurují. Spousta z azylových domů má ale i krizová lůžka, která jsou určena pro matky s dětmi, které se ocitly v akutním ohrožení, například kvůli domácímu násilí (Matoušek a Křišťan, 2013, s. 429).

Zařízení pro matky s dětmi se liší svým uspořádáním, vybavením a umístěním. Často se nacházejí blízko obchodů a škol, aby usnadnily život matkám s malými dětmi. Každá matka zde má svůj vlastní pokoj, který sdílí se svými dětmi, a může využívat společné prostory, jako jsou kuchyňka, herna pro děti, koupelna nebo prádelna (Průdková a Novotný, 2008, s. 46). Důležitým prvkem těchto domů je bezpečnost a přizpůsobení vnitřních pravidel potřebám matek i dětí, aby měly možnost pokračovat ve svých běžných aktivitách, jako je práce a chození dětí do školy (Buskotte, 2008, s. 111). Pobyt v těchto zařízeních je formálně omezen na maximálně jeden rok, aby byli lidé motivováni hledat si dlouhodobější formu bydlení, např. na ubytovnách nebo v nájemních bytech. Stává se však, že někteří klienti zde zůstávají i déle, protože by se po odchodu z azylového domu ocitli zcela bez přístřeší a byli by nuceni využívat jiné sociální služby (Dočekal a Kliment, 2016, s. 67).

Zatímco pobytové služby, poskytují matkám s dětmi zázemí a odbornou podporu, důležitou součástí celkového systému pomoci tvoří také oblast finančního zabezpečení.

1.2 Finanční podpora

Finanční stabilita je pro matky samoživitelky jedním z nejzásadnějších faktorů ovlivňujících jejich schopnost postarat se o sebe a děti. Rodičovství, ať už v úplné nebo neúplné rodině, je totiž finančně velmi náročné. Proto český systém státní sociální podpory poskytuje rodinám s dětmi různé dávky, pokud splní jejich stanovené podmínky. Tyto dávky upravuje zákon č. 117/1995 Sb., o státní sociální podpoře. Patří zde přídavek na dítě, rodičovský příspěvek, příspěvek na bydlení, porodné a pohřebné.

Jako první je tedy **přídavek na dítě**. Tato dávka je určena rodinám s dětmi, jejichž příjem nepřesahuje 3,4násobek životního minima. Výše přídavku závisí na věku dítěte a druhu příjmu v rodině. Existuje základní a zvýšená výměra, kdy ta zvýšená náleží rodině, pokud má některý její člen příjem z výdělečné činnosti nebo z určitých dávek. Výše příspěvku se momentálně pohybuje od 830 Kč do 1580 Kč.

Rodičovský příspěvek může čerpat rodič, který osobně a celodenně pečuje o nejmladší dítě v rodině. Pro děti narozené do 31. prosince 2023 činí maximální částka 300 000 Kč (450 000 Kč při narození vícero dětí) a lze jej pobírat maximálně do dosažení 4 roku dítěte. U dětí narozených od 1. ledna 2024 je maximální částka zvýšena na 350 000 Kč (525 000 Kč pro vícero děti) a doba čerpání je omezena na 3 roky.

Měsíční výše rodičovského příspěvku se odvíjí od denního vyměřovacího základu jednoho z rodičů, kdy si rodič může volit částku, kterou bude čerpat, a tuto volbu měnit jednou za tři měsíce. Pokud nelze vyměřovací základ určit, může čerpat maximálně 13 000 Kč měsíčně (u vícero dětí 19 500 Kč). Zároveň je zde podmínka, že dítě do 2 let může navštěvovat školku nebo podobné zařízení maximálně 92 hodin měsíčně. Pro zdravotně postižené děti nebo děti rodičů se závažným zdravotním postižením platí mírnější pravidla.

Další dávkou je **příspěvek na bydlení**, který pomáhá rodinám a jedincům s nízkými příjmy pokrýt výdaje na bydlení. Nárok má vlastník bytu, nájemce nebo podnájemce, pokud 30 % jeho příjmů nestačí na úhradu nákladů na bydlení a zároveň nepřekračuje normativní náklady stanovené zákonem.

Porodné je jednorázový příspěvek určený rodinám s nízkými příjmy na pokrytí nákladů spojených s narozením dítěte. Nárok mají rodiny, jejichž příjem v období čtvrt roku

před narozením potomka nepřesáhl 2,7násobek životního minima. Výše dávky je aktuálně 13 000 Kč na první dítě a 10 000 Kč na druhé dítě.

A poslední je **pohřebné**, což je dávka ve výši 5 000 Kč, na kterou má nárok osoba, jež zajistila pohřeb nezaopatřeného dítěte, nebo rodiči nezaopatřeného dítěte. Podmínkou je, že zemřelá osoba měla k datu úmrtí trvalý pobyt v České republice. Nárok na tuto dávku může vzniknout také v případě potratu či umělého přerušení těhotenství z důvodu zdravotních problémů (Ministerstvo práce a sociálních věcí, 2025).

V předchozích částech jsme se věnovali problematice neúplných rodin a popsali jsme konkrétní formy podpory, které jsou matkám s dětmi v obtížných situacích dostupné – ať už jde o sociální služby, krizová ubytování nebo finanční pomoc, které představují důležitý nástroj pro zmírnění dopadů osamocенého rodičovství. Z teoretických východisek vyplývá, že vedle systémové podpory je důležité vnímat i individuální podmínky matek – jejich osobní situaci, míru dostupné pomoci, vnitřní kapacity a schopnost adaptace na náročné životní okolnosti.

Na tuto část navazuje kapitola věnovaná osamocенému rodičovství, které je často spojováno se sociálním znevýhodněním a dalšími náročnými životními okolnostmi. Právě pochopení jeho příčin, dopadů a každodenních výzev nám umožní lépe porozumět tomu, v jakém kontextu matky vstupují do systému azylových domů.

2 OSAMOCENÉ RODIČOVSTVÍ

Rodinné uspořádání dnes nabývá různých podob a neúplné rodiny, v nichž chybí jeden z rodičů, jsou častým jevem. Důvody této situace mohou být různé, může jít např. o rozvod, úmrtí partnera nebo rozhodnutí jednoho z rodičů vychovávat dítě samostatně. Pojem neúplná rodina je však široký a zahrnuje i partnery, kteří sice nejsou sezdání, ale fungují jako rodina (Matoušek, 2005, s. 43).

Počet neúplných rodin se závislými dětmi stále stoupá. Mezi sčítáními z let 1991 a 2021 se jejich počet zvýšil o více než 98 tisíc a představovaly 6,2 % všech bytových domácností. V roce 1991 připadalo na jednu neúplnou rodinu se závislými dětmi přibližně sedm úplných rodin s dětmi, avšak o tři desetiletí později už tento poměr klesl na něco málo přes tři úplné rodiny na jednu neúplnou (ČSÚ, 2024).

Vzhledem k tomu, že počet neúplných rodin roste, je důležité se zamyslet nad tím, jak je samotný pojem osamělého rodiče vymezený, neboť hraje v neúplných rodinách právě on hlavní roli. Zákon č. 117/1995 Sb., o státní sociální podpoře, ho vymezuje jako osobu, která je svobodná, ovdovělá nebo rozvedená a nežije s druhem (Česko, 1995). Toto vymezení však podle Matouška (2005, s. 43) není úplně přesné, protože nezahrnuje skupinu rodičů, co spolu nežijí, ale manželství právně stále trvá. Proto se přiklání spíše k definování osamoceného rodiče jako rodiče, který vychovává děti bez partnera, a to v důsledku rozvodu, úmrtí partnera, nebo proto, že manželství formálně existuje, ale partneri spolu již nežijí.

Podle různých autorů (např. Matoušek a kol., 2005, s. 44; Sobotková, 2012, s. 170) je osamělým rodičem z 90 % matka. Český statistický úřad (2020) nám ukazuje, že v České republice byla ke konci roku 2019 v neúplných rodinách hlavou domácnosti právě matka skoro ve třech čtvrtinách případů. Potvrzuje to i Výzkumný institut práce a sociálních věcí (RILSA), který realizoval v roce 2020 výzkum zaměřený na problematiku života sólo rodičů a jejich potřeb. Autoři uvádějí, že v rámci výzkumného vzorku žilo v době šetření pouze 19 % dětí u svého otce nebo střídavě u obou rodičů (Paloncyová a kol., 2020, s. 1). Můžeme tedy říct, že samoživitelství je ve většině případů spojeno s ženami.

Za těmito čísly se skrývají příběhy žen, které bojují s náročností každodenních povinností, jež kladou velké nároky na jejich čas. Proto je pro ně klíčová pomoc ze strany rodičů a rodiny obecně, ale i emocionální opora jejich přátel. V mnoha případech čelí tyto ženy specifickým problémům, jež se týkají skloubení pracovního a osobního života s péčí o děti. Většina osamělých matek se potýká s nedostatkem času, který by chtěly věnovat svým

dětem, ale problémem je i čas pro sebe, kdy nemají dostatečný prostor k odpočinku nebo ke kontaktu s ostatními (Palonciová a kol., 2020, s. 2; Rees a kol., 2023, s. 135).

Kromě těchto problémů se samoživitelky často setkávají i s různými názory společnosti na jejich situaci, a ne vždy jsou pozitivní. Tyto postoje se odvíjejí od důvodu, co k jejich situaci vedl. Můžeme je rozdělit do tří skupin (Campion, 1995, s. 202):

- První skupinu tvoří vdovy, které zůstaly s dětmi samy. Vzhledem k tomu, že za jejich situaci nenesou vinu a nemohly ji nijak ovlivnit, bývají ve společnosti vnímány s empatií a pochopením, setkávají se se soucitným přístupem.
- Druhá skupina zahrnuje matky, jejichž vztah s otcem dítěte skončil rozvodem nebo rozchodem. Společenské postoje vůči této skupině se různě liší. Jedna skupina je názoru, že ženy měly udržet neuspokojivý vztah kvůli dětem, druhá skupina naopak zdůrazňuje, že odchod z nefunkčního vztahu je pro děti lepší, aby mohly vyrůstat v klidném prostředí. I když tento způsob rodičovství nemusí být ideální, v dnešní společnosti je velmi rozšířený.
- Třetí skupinu tvoří ženy, které se rozhodly být matkami bez dlouhodobého partnera. Mohou to být svobodné matky, které vědomě počaly dítě s mužem, s kterým neplánovaly partnerský vztah, ženy, jež mají dítě v pěstounské péči nebo jej adoptovaly, a také ženy, které podstoupily asistovanou reprodukci. Tento přístup vyvolává největší kontroverze, protože bývá vnímán jako vědomé volení rodičovství bez partnera. Přesto právě tato skupina částečně mění vnímání samoživitelství. Ukazuje, že tento způsob rodičovství nemusí být pouze nouzovým řešením, ale může být i vědomou a zodpovědnou volbou, která dětem poskytne stabilní a bezpečné zázemí. Ve většině případech jsou to totiž děti plánované a nemusí si procházet traumatem, co může přinést např. rozvod rodičů.

Společenský pohled na osamocené mateřství se však celkově postupně mění. V minulosti bylo spojováno spíše s negativními stereotypy. Svobodné matky byly často vystaveny společenskému odsouzení a jejich postavení bylo znevýhodněné. Postupem času se osamocené rodičovství stává běžnou součástí společnosti a mění se i skladba žen, co tuhle situaci zažívají. Dříve mezi nimi převažovaly velmi mladé dívky, které těhotenství neplánovaly a nebyly na něj připravené. Dnes se stále častěji jedná o již zmíněné ženy ve středním věku, obvykle kolem 35 let, které jsou finančně nezávislé a profesně úspěšné. I

když nenašly vhodného partnera, rozhodly se pro mateřství samy, dokud mají biologickou možnost stát se matkami (Sobotková, 2012, s. 170-171).

Abychom mohli lépe porozumět situaci osamocených matek a specifickým výzvám, kterým čelí, je třeba se blíže podívat na samotné příčiny, které k tomuto rodinnému uspořádání vedou.

2.1 Příčiny osamocené rodičovství

Jak jsme zmiňovali v úvodu kapitoly, příčiny osamocené rodičovství mohou být různé. První se můžeme zaměřit na **rozvod nebo rozchod rodičů**. To je zároveň i faktor, který významně ovlivňuje fungování rodiny a psychický stav dítěte. Rozvod je obvykle výsledkem dlouhého zvažování, protože většina lidí je si vědoma, jaké potíže jim tento krok může přinést. Často vyvolá intenzivní emoce u všech zúčastněných stran. Náročné bývá nejen samotné období rozvodu, ale i čas po něm. Partner, který zůstává v původním bydlišti, se musí přizpůsobit nepřítomnosti bývalého partnera, zatímco ten, kdo odešel, se může potýkat s pocity osamělosti. Ten, kdo opouští společnou domácnost, si často hledá nový vztah rychleji, což bývá případ častější u mužů (Matoušek a kol., 2005, s. 63-64; Matoušek a Pazlarová, 2014, s. 157-158).

V momentě, kdy se rozhoduje o výchově dítěte, dochází k právnímu procesu, ve kterém dítě nemůže být zastoupeno žádným z rodičů. Protože se jedná o rozhodnutí, při kterém může dojít ke střetu zájmů mezi rodiči, je nutné, aby do tohoto procesu vstoupil sociální pracovník, který zajišťuje ochranu práv a zájmů dítěte. Dítě se však ve většině případech stejně nevyhne konfliktu, co probíhá mezi rodiči. Často zažívá nadměrný stres a získává jen omezenou podporu od svého okolí. Nastává situace, kdy dítě musí čelit rozporu mezi loajalitou k otci nebo k matce. Každá možnost, kterou rodič dítěti přednese s sebou nese možnost ztráty něčeho pro dítě cenného. Odstěhování jednoho rodiče, většinou otce, je pro dítě ztráta. Stává se, že i když si otec děti bere např. na víkendy, ztrácí se výchovná funkce a místo toho se soustředí spíše na to, jak je zabavit (Matoušek a kol., 2005, s. 70; Matoušek a Pazlarová, 2014, s. 157-159).

Dalším důvodem osamocené rodičovství a velice závažným problémem v rodině je **domácí násilí**. Domácí násilí zahrnuje různé formy fyzického, psychického, sexuálního či ekonomického násilí, které se odehrávají mezi osobami sdílejícími společnou domácnost. Typicky jde o dlouhodobý a opakující se jev, který se odehrává v soukromí a role agresora a oběti zůstávají neměnné. Vyznačuje se také postupným zhoršováním situace, kdy násilí

eskaluje. Často dochází k zaměňování pojmů domácí a partnerské násilí, avšak domácí násilí zahrnuje širší rozpětí vztahů. Nezahrnuje pouze násilí v partnerských vztazích či v manželství, ale může nastat i mezi sourozenci, mezi rodiči a dětmi nebo ve vztahu k seniorům, a to např. mezi dospělými dětmi a jejich prarodiči. Domácí násilí je však ve většině případů namířeno proti ženám a jeho pachateli bývají nejčastěji muži (Kotková a kol., 2014, s. 14). Podle Buskotte (2008, s. 18) je ohlášených případů, kde obětí je muž, zhruba 10 %. Uvádí ale také, že muži mají větší práh bolesti a tolerance, tím pádem se nahlášení partnerky dostavuje později.

V rodinách, kde dochází k násilí na matce, bývají často fyzicky trestány i děti. I když v některých případech nejsou přímými oběťmi domácího násilí, jeho důsledky na ně mohou být stejně závažné. Děti žijící v prostředí domácího násilí zažívají intenzivní stres, zejména pokud jsou svědky fyzických útoků mezi rodiči. Přítomnost agrese v rodině v nich vyvolává silné pocity strachu a nejistoty. V mnoha případech se děti snaží situaci aktivně ovlivnit, např. bránit slabšího rodiče, což je může vystavit ještě většímu nebezpečí. Místo plánované ochrany se tak stávají součástí konfliktu. Může se stát, že při tom utrpí zranění (Buskotte, 2008, s. 87).

Dlouhodobé vystavení domácímu násilí u dítěte výrazně zvyšuje pravděpodobnost, že to na něm zanechá negativní následky. Může trpět poruchami spánku, nočními můrami nebo být extrémně citlivé a vyžadovat nadměrnou pozornost a fyzický kontakt. Děti vyrůstající v takovém prostředí často mají problémy se soustředěním, což se negativně projevuje na jejich školních výsledcích. Některé z nich se mohou stát agresivními vůči vrstevníkům nebo dokonce odmítat projevy náklonnosti od svých rodičů. Obecně si s nimi nechtějí být blízcí. Díky těmto projevům můžeme vidět, jak moc je taková situace pro dítě náročná (Buskotte, 2008, s. 90).

Další skupinou mohou být matky, které jsou na dítě samy z důvodu **úmrtí partnera**. Ztráta partnera představuje pro matku obrovskou životní změnu, která ovlivňuje její psychický stav i každodenní fungování. Podle Blatné (b.d.) se pozůstalí často potýkají s pocity osamělosti, beznaděje a fyzického vyčerpání. Matčino truchlení se může projevit ztrátou chuti k jídlu, poruchami spánku či sníženou pracovní výkonností. Výzvou pro osamocené matky po smrti partnera je nejen zvládání vlastního smutku, ale také nutnost postarat se o dítě a udržení stabilního rodinného zázemí. Musí převzít plnou odpovědnost za domácnost a najít novou rovnováhu.

Dále to může být důvod, který jsme již zmiňovali v souvislosti se společenským vnímáním samoživitelek, ale je důležité ho připomenout i zde. **Vědomé rozhodnutí vychovávat dítě bez partnera** patří mezi významné příčiny osamoceného rodičovství. Do této skupiny spadají ženy, které se rozhodly mít dítě s mužem, s nímž neplánovaly trvalý vztah, matky, jež přijaly dítě do pěstounské péče či adopce, nebo ty, které podstoupily asistovanou reprodukci (Campion, 1995, s. 202). Rozhodnutí ženy stát se svobodnou matkou může být ovlivněno různými faktory, mezi které patří například osobní nezralost nebo nejistota ohledně budoucnosti. V současné společnosti jsou kladeny vysoké nároky na individuální štěstí a zároveň je náročné navázat a udržet stabilní partnerský vztah. Některé ženy mohou v mateřství vidět způsob, jak si vytvořit trvalé emoční pouto, které jim přináší pocit jistoty a naplnění (Sobotková, 2012, s. 171).

Zjištění, jaké okolnosti vedou k osamocenému rodičovství, je však pouze jednou stranou problému. Neméně důležité je porozumět i tomu, jaké konkrétní výzvy a překážky tento rodinný model matkám přináší.

2.2 Obtíže samoživitelství

Osamocené rodičovství s sebou nese i řadu závažných problémů, které mohou mít dlouhodobé důsledky. Samoživitelé čelí vyššímu riziku nejrůznějších obtíží ve srovnání s úplnými rodinami (Matoušek a kol., 2005, s. 44). Procházejí velkým stresem, který ovlivňuje jejich psychické zdraví a vnímání sebe sama. Mohou zažívat pocity beznaděje, nejistoty a ztráty kontroly nad vlastním životem, což vede k únavě, podrážděnosti a sníženému sebevědomí. Tento emoční tlak se může odrazit i ve vztazích s dětmi a okolím (Sobotková, 2012, s. 174).

Jednu z nejvýraznějších oblastí tvoří např. **ekonomická zátěž**. Neúplné rodiny se často potýkají s finanční nejistotou, která souvisí nejen s nízkými příjmy, ale i s vysokými náklady na péči o více dětí. Tento problém se dále prohlubuje v případech, kdy není druhý rodič schopný nebo ochotný platit výživné. Veškeré peníze jsou vynaloženy na plnění základních potřeb jako jídlo, ubytování nebo zdravotní péče, ale i na to často finance nestačí. Chudoba v rodině pak přímo ovlivňuje životní úroveň rodiče, ale i šance dítěte např. na kvalitní vzdělání a možnost volnočasových aktivit, což může poté negativně ovlivnit jeho budoucí profesní uplatnění (Matoušek a kol., 2005, s. 45-46). Roli v téhle situaci hraje i to, že velká část těchto rodičů žije v ekonomicky slabších oblastech a potýká se s nízkou dopravní dostupností. Nemají vlastní vozidlo a náklady na veřejnou dopravu jsou pro ně příliš vysoké.

To jim ztěžuje možnost najít si práci či prohloubit vzdělání, ale také to negativně ovlivňuje sociální život jejich dětí, které se kvůli tomu mohou cítit osamocené (Solomon a Titheridge, 2008, s. 3).

Další oblastí spojenou s ekonomickou je **nezaměstnanost** a celkově problém s uplatněním se na trhu práce. Osamělí rodiče, ale hlavně třeba matky po rodičovské dovolené, mají na pracovním trhu znevýhodněnou pozici. Zaměstnavatelé dávají přednost jiným uchazečům kvůli nedostatku praxe, zastaralým dovednostem nebo možné časté absenci kvůli péči o dítě. Tyto okolnosti vedou samoživitele k závislosti na sociálních dávkách a rodiny žijí v ekonomické nejistotě (Matoušek a kol., 2005, s. 46). Gucciardi a kol. (2008, s. 70) ale uvádějí, že některé matky samoživitelky i vdané matky uvádějí jen mírné změny v příjmu domácnosti při vstupu na pracovní trh, a proto může část skupiny osamělých matek dobrovolně volit variantu, kdy do práce vůbec nechodí.

Finanční situace osamocených rodičů často ovlivňuje i jejich **ubytovací možnosti**. Mnoho z nich zůstává po rozvodu ve společném bytě s bývalým partnerem, i když nechtějí, neboť si nemůžou dovolit se odstěhovat. Dochází i ke kritickým situacím, kdy žena nemá kam odejít a musí zůstat v domácnosti s partnerem, který ji týrá. V těchto případech mohou pomoci právě azylové domy pro matky s dětmi, ale jejich kapacity jsou však omezené. Někdy se samoživitelé přestěhují zpět k rodičům. Zde potom ale nastávají situace, kdy je omezeno jeho soukromí a střetávají se různé názory k výchově. Tato nestabilita bydlení také negativně ovlivňuje rodinu, protože přichází o bezpečné zázemí, což má za následek horší psychiku členů (Matoušek a kol., 2005, s. 46-47; Rees a kol., 2023, s. 136).

Kromě ekonomických a bytových problémů se rodiny s jedním rodičem setkávají i se **sociální izolací**. Často nemají dostatek volného času na udržení sociálních vazeb a na jejich volnočasové aktivity. Nedostatek finančních prostředků jim nedovoluje zaplatit ani třeba hlídání dítěte, což jejich situaci ještě ztěžuje. Může se stát, že všechny tyto úskalí povedou k **sociálnímu vyloučení** osamělých rodičů a jejich dětí. S tímto problémem více bojují ženy, hlavně kvůli nezaměstnanosti, nízkému vzdělání nebo právě kvůli tomu, že nemají prostor budovat vztahy s ostatními. Tím, že jsou izolované, jsou neustále nuceny o všem rozhodovat a nést zodpovědnost, neboť nemají nikoho, kdo by je mohl zastoupit, což zhoršuje jejich psychický stav (Matoušek a kol., 2005, s. 47; Stoltz, 1997, s. 438).

Obtíží, která možná není na první pohled tak výrazná, ale je stejně důležitá, je **dopad samotného samoživitelství na fungování rodiny**. Rodina má plnit určité funkce. U osamělých rodičů však může být jejich naplnění ohroženo. Kvůli nedostatku času rodiče se

může stát, že na společné aktivity, vzdělávání nebo emocionální podporu zbývá málo prostoru. Rodič sám pečuje o domácnost, má pracovní povinnosti a k tomu se stará o dítě. Plní tedy sám roli pečovatele i živitele a je běžné, že se mu to nepodaří skloubit. Vede to k jeho přetížení a zvýšené úrovni stresu, což může negativně ovlivnit kvalitu jeho rodičovství a celkové fungování rodiny (Gucciardi a kol., 2004, s. 71; Matoušek a kol., 2005, s. 45).

Samoživitelství přináší řadu konkrétních problémů – od finančních těžkostí přes složitou situaci na trhu práce až po ztížené podmínky pro stabilní bydlení a sociální začlenění. Na tyto praktické obtíže navazuje podkapitola, která se zaměřuje na psychické důsledky samoživitelství, zejména na oblast sebedůvěry, vnitřního napětí a dopadů dlouhodobého stresu, který mateřství bez partnera často provází.

2.3 Psychické dopady samoživitelství

Sebedůvěra hraje v životě matek samoživitelek zásadní roli, neboť ovlivňuje nejen jejich psychickou pohodu, ale i schopnost zvládat každodenní zátěž, výchovu dětí a ekonomické nároky spojené s osamělým rodičovstvím. Řada výzkumů ukazuje, že právě tato skupina žen se velmi často potýká s výrazně sníženou sebedůvěrou, která je výsledkem dlouhodobého stresu, sociální izolace a pocitu nedostatečnosti v mateřské roli. Jak ukazuje studie zaměřená na psychologické zdraví matek samoživitelek, nízká sebedůvěra bývá často spojována s depresí, úzkostí a celkovým snížením kvality života. Autorky zároveň upozorňují, že mateřská role klade vysoké nároky na zvládnání mnoha oblastí života najednou, a nedostatek vnitřní sebedůvěry může vést k pocitům selhání (Azer a kol., 2022, s. 2).

Sebedůvěra je také důležitým ochranným faktorem proti negativním dopadům stresu a sebestigmatizace. Studie od autorů Kim a kol. (2023, s. 1-3, 8-10) ukazuje, že čím vyšší je jejich vnitřní sebehodnocení, tím menší dopad má sebestigmatizace na jejich duševní zdraví. Sebedůvěra tedy částečně tlumí dopad stigmatu na psychiku. Posilování sebedůvěry může být proto efektivním nástrojem v prevenci duševních poruch. Pozitivní vztah mezi sebedůvěrou, sociální oporou a celkovou životní spokojeností potvrzuje i výzkum provedený mezi matkami samoživitelkami v Malajsii. Autoři zjistili, že ženy s vyšší mírou sebedůvěry a zároveň dostatečnou sociální podporou vykazují vyšší úroveň životní spokojenosti, což ukazuje na propojenost psychických a sociálních zdrojů (Ahmad a Maznan, 2024, s. 1992-1993). To naznačuje, že nízkou sebedůvěru lze ovlivnit, pokud mají ženy kolem sebe podporu a zdroje, které jim pomohou.

Sebedůvěra patří k vnitřním zdrojům, které mohou ženám výrazně pomoci zvládat složité životní situace. Zmiňuje to přehledová studie Taylorové a Congerové (2017, s. 2,5) zaměřená na odolnost matek samoživitelek. Autorky upozorňují, že podpora ze strany blízkého okolí, ale i posilování osobních kompetencí, např. v oblasti rozhodování nebo zvládání krizí, může zásadně přispět ke zvýšení sebedůvěry a celkové schopnosti matek zvládat náročné životní okolnosti.

Z výše uvedeného vyplývá, že sebedůvěra představuje nejen psychologický ukazatel vnitřní pohody, ale také praktický nástroj zvládání osamělého rodičovství. Z toho důvodu by posilování sebedůvěry mělo být součástí pomoci matek samoživitelek poskytované sociálními pracovníky i psychology.

Teoretická část práce poskytl rámec pro pochopení situace matek v krizových podmínkách. Zaměřili jsme se jak na sociální a ekonomické faktory, tak i na psychické dopady samoživitelství. Tento kontext nám umožňuje lépe chápat specifika skupiny žen, které využívají služeb azylových domů. Praktická část na tuto rovinu navazuje a soustředí se na konkrétní výpovědi žen, které mají osobní zkušenost s pobytem v azylovém domě. Tato část práce přináší pohled do každodenní reality z perspektivy samotných žen a vytváří prostor pro hlubší porozumění jejich prožívání.

II PRAKTICKÁ ČÁST

3 VÝZKUMNÝ PROBLÉM

V našem výzkumu se zabýváme porozuměním žitých zkušeností matek s dětmi v azylových domech. Je to jedna z klíčových skupin, se kterými sociální pedagogika pracuje. Tyto ženy se totiž často potýkají se složitými životními situacemi, jako je domácí násilí, bezdomovectví, chudoba, nezaměstnanost, sociální vyloučení, sociální izolace apod. (Matoušek a kol., 2005, s. 44). V rámci této problematiky se tedy pokusíme prozkoumat, jak matky prožívají osamocené rodičovství v prostředí azylového domu. Dále se zaměříme na to, jak se matkám mění sebedůvěra během pobytu v něm. A kromě toho budeme také zkoumat, jaké mají matky představy a plány do budoucnosti po jeho opuštění.

Osamocené rodičovství se v současnosti řadí mezi významné sociální problémy. Jak jsme uváděli, z 90 % je jako rodič v neúplné rodině právě matka. Osamocené matky, které se musí potýkat s výchovou dětí, ekonomickým zajištěním rodiny a obecně s vedením domácnosti samy, můžou potom bojovat se sníženým sebevědomím, když se jim nepovede naplnit potřeby jejich potomků tak dobře, jak by si představovaly. Změny v sebedůvěře matky se poté můžou projevit v jejím působení a výchově dětí. V případech, kdy např. ekonomické nároky matka nezvládne, může dojít k bezdomovectví a vyhledání právě azylových domů. Dochází ovšem k naplnění kapacit azylových domů, a proto i k delší čekací době, což si žena s dětmi v ohrožení nemůže dovolit. Je tedy zásadní zaměřit se na prožívání osamocného rodičovství a změny v sebedůvěře těchto matek. Díky tomu můžeme porozumět hlouběji jejich situaci, každodenním činnostem nebo třeba výzvám, kterým čelí, a lépe pochopit, co je posiluje nebo naopak oslabuje (Buskotte, 2008, s. 110; Matoušek a kol., 2005, s. 44).

Matoušek a kol. (2007, s. 84) uvádějí, že nejběžnějšími klientkami azylových domů pro matky s dětmi jsou ženy s dětmi do 3 let, kterým byl hrozbou jejich manžel či partner nebo byly i s jejich dětmi vystaveny působení nepříznivého vlivu. Je důležité porozumět tomu, s čím se tyto ženy každodenně setkávaly a setkávají, často byly vystavovány stresu a traumatům, což neovlivňuje jen je, ale i jejich děti. Ty mohou začít napodobovat v tomto případě agresivní chování otce, může se objevit i posttraumatický stresový syndrom. Dítě začne být např. apatické, můžou se objevit depresivní myšlenky, úzkosti, dítě má problém s navazováním vztahů apod (Matoušek a kol., 2005, s. 30).

Zkoumáním životních zkušeností matek v azylových domech můžeme také lépe pochopit jejich individuální specifika, často totiž kromě střechy nad hlavou potřebují k

vyřešení jejich problémů i různé další poradenství a sociální, psychologické či zdravotní služby (Matoušek a kol., 2005, s. 48).

3.1 Výzkumné cíle

V této bakalářské práci jsme si tedy stanovili 3 výzkumné cíle:

1. Prozkoumat prožívání osamocení rodičovství v prostředí azylového domu.
2. Porozumět prožívání změn v sebedůvěře matek v azylových domech.
3. Prozkoumat vnímání budoucnosti matek v azylových domech.

3.2 Výzkumné otázky

V návaznosti na výzkumné cíle jsme vytvořili výzkumné otázky:

1. Jak matky prožívají osamocení rodičovství v prostředí azylového domu?
2. Jak se změnila sebedůvěra matek v azylových domech?
3. Jak matky v azylových domech vnímají svou budoucnost?

3.3 Pojetí výzkumu

Za účelem porozumění životním zkušenostem matek s dětmi v azylových domech jsme zvolili kvalitativní výzkumné pojetí, které nám nabízí příležitost zaměřit se na subjektivní prožitky těchto klientek. Je pro nás klíčové proniknout do hloubky jejich vřední reality a detailně pochopit jejich pocity, emoce a každodenní výzvy, s jimiž se musí potýkat. Umožňuje nám to také porozumět tomu, jak ony samy vnímají svou situaci a interpretovat jejich očekávání i obavy, jejich zkušenosti a změny, co prožívají (Řiháček a kol., 2013, s. 9).

Jelikož vyprávění svého příběhu může být pro klientky azylových domů velmi osobní, možná i bolestivé, je nezbytné zvolit osobnější přístup. Tohle pojetí nám poskytuje možnost vytvořit bezpečné prostředí, kde se informantky nebudou bát sdělit své názory, a také navázat samotnou důvěru mezi výzkumníkem a informantkami, aby mohly otevřeně sdílet úryvky ze svých příběhů.

3.4 Výzkumný soubor

Informantky jsme vybírali na základně záměrného účelového výběru vzhledem k tomu, že jde o specifickou skupinu a potřebují splnit námi určená kritéria pro tento výzkum. Jako design výzkumu jsme zvolili interpretativní fenomenologickou analýzu, u níž je dle Řiháčka a kol. (2013, s. 13) podstatná homogenita výzkumného souboru. Zvolili jsme si proto následující kritéria:

- *Žena s dítětem/děťmi* (tento výzkum zaměřujeme na matky s dětmi, neboť jejich zkušenosti a potřeby mohou být rozdílné např. od žen bez dětí).
- *Aktuálně užívají poprvé pobytové služby azylového domu pro matky s dětmi* (toto kritérium bylo zvoleno z důvodu čerstvých zkušeností, ženy využívající těchto služeb opakovaně mají již znalosti a zkušenosti s touto službou, ví, co mohou čekat).
- *Doba ubytování 2-6 měsíců* (potřebujeme, aby klientky už byly v této službě usazené, měly teda dostatek zkušeností, mohly např. porovnávat začátek pobytu a aktuální stav, ale zároveň, aby ta vzpomínka na vstupní fázi byla relativně čerstvá, a ne zkreslená či zapomenutá).

Pro realizaci výzkumu byly vybrány dva azylové domy pro matky s dětmi, a to ve Zlínském a Olomouckém kraji. Výběr těchto krajů pro realizaci výzkumu vycházel z aktuální situace v oblasti bezdomovectví a sociálního vyloučení. Podle údajů z posledního sčítání osob bez domova bylo v Olomouckém kraji evidováno přibližně 1 315 osob bez domova, z toho 272 dětí, ve Zlínském kraji pak přibližně 1 032 osob (Nešporová a kol., 2019, s. 45-46). Oba regiony tak představují prostředí, kde se problematika bezdomovectví dotýká nejen jednotlivců, ale i rodin s dětmi.

Riziko ztráty bydlení v těchto krajích dále zvyšuje socioekonomická situace. V únoru 2025 dosáhl podíl nezaměstnaných osob v Olomouckém kraji 4,7 %, což je nad celorepublikovým průměrem, zatímco ve Zlínském kraji činil 3,7 %, s meziročním nárůstem přes 17,8 % (ČSÚ, 2025; ČSÚ, 2025). Mimo samotnou nezaměstnanost hraje roli i přetrvávající problém nízkých mezd a příjmů domácností, zejména u rodičů samoživitelů. Podle Ministerstva pro místní rozvoj vydávají samoživitelé na bydlení v průměru 33,8 % svých příjmů, což je významně více než je považováno za únosnou hranici (MMR, 2024). Český statistický úřad navíc uvádí, že reálné příjmy českých domácností v roce 2022 klesly o 6,5 % v důsledku inflace, což dále prohloubilo finanční tlak na nízkopříjmové skupiny

(ČSÚ, 2024). Tato kombinace faktorů zvyšuje riziko sociálního vyloučení a vede k vysoké poptávce po službách azylových domů.

Výběr výzkumných lokalit byl podpořen mimo jiné aktuální situací v oblasti sociálního vyloučení, která je v regionech, kde se nacházejí zkoumané azylové domy, dlouhodobě nepříznivá. V obou těchto regionech byly opakovaně identifikovány sociálně vyloučené lokality s koncentrací obyvatel ohrožených chudobou, nízkou zaměstnaností a omezeným přístupem ke vzdělání či sociálním službám (Český rozhlas, 2019; Těšínská, 2017). V některých případech došlo k přesunu sociálně znevýhodněných rodin do specifických obytných prostor na okraji měst, což vedlo ke vzniku izolovaných komunit s dlouhodobě kumulovanými problémy (Český rozhlas, 2019).

Přestože v celorepublikovém kontextu existují regiony s vyšším počtem sociálně vyloučených lokalit, koncentrace problémů v těchto konkrétních oblastech dvou sledovaných krajů je výrazná i vzhledem k jejich velikosti a počtu obyvatel. Tato situace zvyšuje riziko sociálního vyloučení, zejména pro nízkopříjmové domácnosti a samoživitelky, a činí dané regiony relevantními pro zkoumání zkušeností žen využívajících pobytové sociální služby (Těšínská, 2017).

Výběr konkrétních azylových domů ve Zlínském a Olomouckém kraji byl tedy výsledkem kombinace více významných faktorů. Přestože regiony, kde proběhl výzkum, nepatří k absolutně nejhůře hodnoceným v rámci celé ČR, vykazují ve vztahu ke své velikosti a počtu obyvatel výraznou kumulaci rizikových socioekonomických ukazatelů. Dlouhodobě čelí kumulaci sociálních problémů, jako je bezdomovectví, nadprůměrná nezaměstnanost, nízké příjmy domácností a přítomnost sociálně vyloučených lokalit. Zjištěná situace odráží vyšší míru ohrožení sociálním vyloučením, které v těchto oblastech postihuje nejen jednotlivce, ale i celé rodiny s dětmi.

Výzkumný soubor tak byl vybrán s cílem reflektovat konkrétní a reálné podmínky, v nichž se nacházejí ohrožené skupiny obyvatel. Rozhovorů proběhlo celkem devět, tři z nich jsme však nevyužili z důvodu nedostatečné hloubky získaných informací.

Informantka č. 1 je žena ve věku 25 let. Má dva syny, jeden 2letý a druhý 6letý. V současné době má v péči jen syna mladšího, o udělení staršího syna do péče usiluje. Důvodem pobytu v azylovém domě je překonaná závislost na drogách, bývalý partner drogy užívá dál, informantka od něj odešla. V azylovém době je momentálně 2 měsíce, je

nezaměstnaná a dodělává si maturitu. Partnera nemá, otec staršího syna, ho má v péči. Otec mladšího syna se na výchově nepodílí.

Informantka č. 2 je žena ve věku 42 let. Má jednu dceru, které je 10 let. V azylovém domě je aktuálně půl roku z důvodu, že zůstala s dítětem sama a finančně na tom nebyly dobře. Je nezaměstnaná, dokončila kurz na pracovníka v sociálních službách a hledá si zaměstnání v této oblasti. Partnera nemá, otec dítěte se na výchově nepodílí.

Informantka č. 3 je žena ve věku 23 let. Má tři děti ve věku 5, 4 a 2 let. Všechny děti má aktuálně u sebe a v azylovém domě jsou teď půl roku. Důvodem pobytu zde je ztráta bydlení. Pobývala s dětmi chvíli u její matky, která ale také měla problémy s bydlením. Je nezaměstnaná, hledá si práci v oblasti uklízacích služeb. Partnera aktuálně nemá, na výchově dětí se bývalý partner nepodílí.

Informantka č. 4 je žena ve věku 22 let. Má syna a dceru, synovi budou 3 roky a dceři 4 roky. V azylovém domě jsou 4 měsíce. Důvodem bylo nedostačující bydlení a neshody s bývalým partnerem. Je nezaměstnaná, nemá žádné preference v oblasti druhu práce. Partnera nemá, kontakt s bývalým partnerem je však udržován kvůli dětem, na výchově se podílí, navštěvuje je, bere si je k sobě a podílí se i finančně.

Informantka č. 5 je žena ve věku 28 let. Má čtyři děti: 8leté, 7leté, 4leté a 14denní miminko. U sebe má dvě mladší děti, dvě starší děti bydlí s otcem. Je v azylovém domě 4 měsíce z důvodu ztráty bydlení po úmrtí její matky. Je nezaměstnaná, aktuálně práci nehledá, po rodičovské dovolené by si chtěla dodělat kurz na pečovatelku. Partnera teď má, podílí se na výchově dvou mladších dětí.

Informantka č. 6 je žena ve věku 26 let. Má dvě děti ve věku 9 a 7 let. Aktuálně je v azylovém domě 4 měsíce jen s mladší dcerou, starší je v pěstounské péči u informantčiny matky. Důvodem pobytu je ztráta bydlení kvůli povodním. Je nezaměstnaná, ale v blízké době začne pracovat v kosmetickém salonu. V současné době partnera má, ale na výchově dětí se nepodílí.

3.5 Metoda sběru dat

Jako metodu sběru dat pro tento výzkum jsme zvolili (hloubkový) polostrukturovaný rozhovor. Švaříček a Šed'ová (2007, s. 159) definují hloubkový rozhovor jako „nestandardizované dotazování jednoho účastníka výzkumu zpravidla jedním badatelem pomocí několika otevřených otázek.“ Tuto metodu jsme zvolili, protože nám umožňuje

překonat počáteční bariéry a navázat s informantkami důvěrnější vztah. Díky tomu můžeme lépe porozumět jejich zkušenostem a získat hlubší vhled do zkoumané problematiky. Otevřené otázky nám poskytují prostor k tomu, aby informantky mohly svobodně vyjádřit a sdílet své příběhy.

Připravili jsme proto tři oblasti otázek, díky kterým budeme sbírat odpovědi pro výzkumné otázky. Každá oblast obsahuje několik otázek, pro možnost získat detailnější odpovědi. Přesné znění otázek je uvedeno v příloze P I. První oblastí je osamocené rodičovství, kde se zaměříme na jeho prožívání v prostředí azylového domu. Zde se soustředíme na pocity právě při nástupu do azylového domu ve srovnání s pocity aktuálními. Dále na sociální kontakty klientek ať už rodinné, přátelské či partnerské. Následně zde můžeme najít i část věnovanou vztahům s jejich dětmi, hezkým okamžikům s nimi nebo i klientčiny aktivitám jako matky v tomto prostředí. A nakonec i jak např. vnímají pomoc, která jim je nabízena.

Druhá oblast cílí na sebedůvěru klientek, která se s příchodem do azylového domu mohla různě měnit. Zde se věnujeme otázkám zaměřeným na to, jak se v azylovém domě klientky cítí, co ne/zvládají, v čem si věří či naopak nevěří. Dále se zabýváme situacemi, které klientky posílily nebo situace, kdy se ocitly na úplném dně a kde na cestě z toho pomyslného dna se teď nachází. Poté směřujeme také pocity, kdy na sebe byly hrdé či co jim dodává pocit, že něco dokážou. A nakonec jsou zde otázky na vztahy s ostatními klientkami a zda se od sebe vzájemně něco naučily.

Poslední oblast je zaměřená na to, jak informantky vnímají svou budoucnost po opuštění azylového domu. Jsou zde tedy otázky na pocity ohledně jejich budoucnosti, jak si ji představují, zda mají nějaké konkrétní cíle a jak těch cílů chtějí dosáhnout či zda již podnikají nějaké kroky pro to. Dále co jim dává naději, co se týče jejich budoucnosti nebo naopak čeho se bojí. A následně jsou zde otázky k jejich zaměstnání nebo představě o něm a také či mají nějaké zájmy, které by chtěly v budoucnu rozvíjet.

3.6 Design výzkumu

Jak jsme již zmiňovali, jako design výzkumu jsme zvolili interpretativní fenomenologickou analýzu dat (Interpretative Phenomenological Analysis), zkráceně IPA, z důvodu tématu práce a vzhledem k určeným výzkumným cílům a otázkám. Tento přístup se soustředí na porozumění žitým zkušenostem lidí, většinou neobvyklé skupiny. Využívá se v případě, kdy

chceme popsat, jaký význam přisuzují informanti svým zkušenostem, a když chceme do toho fenoménu či procesu proniknout a pochopit ho (Řiháček a kol., 2013, s.9).

Cílem analýzy v IPA je zformulovat témata, která vystihují podstatu zkoumaného fenoménu. V současné době se preferuje spíše způsob, kdy děláme analýzu každého případu samostatně (včetně právě témat), než analýza jednoho případu a vytvoření témat a jejich použití k orientaci v dalších případech (Řiháček a kol., 2013, s.16).

Použili jsme tedy obecný analytický postup IPA:

1. Čtení a opakované čtení
2. Počáteční poznámky a komentáře
3. Rozvíjení vznikajících témat
4. Hledání souvislostí napříč tématy
5. Analýza dalšího případu
6. Hledání vzorců napříč případy (Řiháček a kol., 2013, s.17-21).

4 ANALÝZA DAT

Po dokončení posledního kroku jsme na základě analýzy vytvořili soubor hlavních témat a podtémat, která nejlépe vystihují zkušenosti a prožívání žen v azylových domech. I přesto, že jsou jednotlivá témata rozdělena z důvodu větší přehlednosti, v realitě se často vzájemně prolínají a doplňují. Je tedy potřeba vnímat témata v jejich propojenosti a širším kontextu.

Tabulka 1 Hlavní témata a podtémata

DŮVODY OSAMOCENÉHO RODIČOVSTVÍ	Rodinné a osobní faktory
	Partnerské faktory
	Sociálně-ekonomické faktory
ZKUŠENOSTI V AZYLOVÉM DOMĚ	Počáteční pocity
	Přizpůsobení se režimu
	Praktická stránka života v azylu
	Prostředí azylového domu
VZTAHY A PODPORA BĚHEM POBYTU	Vztahy s rodinou a blízkými
	Partnerské vztahy a vztahy s dětmi
	Vztahy uvnitř azylového domu
	Přístup pracovníků
NÍZKÁ SEBEDŮVĚRA	Sebehodnocení na začátku
	Vlivy negativních zkušeností
	Dno a cesta z něj
POSILOVÁNÍ SEBEDŮVĚRY	Vliv zvládnutí každodenní péče
	Motivace
OČEKÁVÁNÍ PO ODCHODU Z AZYLOVÉHO DOMU	Bojím se
	Těším se
PLÁNY DO BUDOUCNA	Vize budoucího života
	Snahy o zlepšení

(Vlastní výzkum, 2025)

4.1 Důvody osamocení rodičovství

První téma "Důvody osamocení rodičovství" nám pomáhá pochopit, jaké životní okolnosti vedly informantky k tomu, že se ocitly bez stabilního zázemí a byly nuceny využít služeb azylového domu. Na základě výpovědí je možné rozdělit tyto faktory do několika klíčových oblastí, které se prolínají životními příběhy žen. Jedná se o rodinné a osobní faktory, partnerské faktory a sociálně-ekonomické faktory.

1. Rodinné a osobní faktory

Z rozhovorů vyplývá, že osamocení rodičovství žen často pramení z nedostatečné rodinné opory nebo složité životní historie. Mnohé informantky uvádějí, že rodina pro ně nepředstavovala stabilní zázemí, ať už kvůli chybějícím rodičům, složitým vztahům nebo nemožnosti praktické pomoci. Absence této podpory sehrála klíčovou roli v tom, proč musely vyhledat pomoc azylového domu.

Jedním z častých důvodů byl zhoršený vztah s původní rodinou nebo neexistence pevného rodinného zázemí. Některé ženy zmiňují, že neměly kam jít, protože jejich rodina sama čelila problémům. „*Moje vlastní rodina moc nefunguje...tak jak by měla, takže jsem na to sama.*“ (R2, I5) V některých případech rodina poskytla přechodné útočiště, ale vzhledem k vlastním obtížím nemohla nabídnout dlouhodobou podporu: „*Mamka taky neměla tolik peněz, jako aby nás všechny uživila, tak jsem musela jít že... neměla jsem kam jít jinam než do toho azyláku.*“ (R3, I5)

U některých žen navíc chyběla rodičovská péče už v dětství. Např. jedna z informantek vyrůstala v pěstounské péči a aktuální kontakty s rodinou nejsou dostatečnou oporou: „*Já jsem byla od mala v pěstounské péči u dědečka a u babičky... Pomáhají no...tak občas, když jako fakt potřebuju, tak třeba na tu hod'ku, dvě, pohlídají, ale spíš ne.*“ (R4, I8)

Do obtížné situace přispěly i osobní problémy, zejména závislost. Ta vedla nejen k rozpadu vztahu, ale i k odebrání dítěte: „*Hm...tak vlastně jsem přišla o toho staršího, z důvodu, že jsem byla závislá na drogách.*“ (R1, I5) Závislost informantky ovlivnila schopnost postarat se o sebe i o své děti.

V některých případech vedly k osamocení rodičovství i náhlé krizové události. Jedna z informantek popsala, že po rozchodu s partnerem se musela přestěhovat k matce, ale kvůli povodni o tento azyl přišla: „*Přestěhovala jsem se teda k mamce a tam jsme teda byly*

všechny, ale teďka nedávno byly ty povodně a mamce to vytopilo barák. No... musela se přestěhovat do malého bytu zatím, nebylo tam že jo pro nás všechny místo.“ (R6, I5)

Významným faktorem byla i ztráta blízké osoby, která dříve poskytovala klíčovou oporu.: *„Ta máma mi umřela, s tou jsem byla hodně že jo... ta máma byla fakt jako moje kotva, pomáhala mi s tou čtyřletou hodně.“ (R5, I8)* Ztráta této osoby znamenala nejen emoční oslabení, ale i praktickou ztrátu pomoci s péčí o děti.

Můžeme tedy říci, že právě rodinné a osobní faktory jako absence podpory, narušené rodinné vztahy, osobní problémy se závislostí nebo ztrátou blízkých osob vyústily v to, že ženy musely hledat oporu v azylovém domě. Informantky často neměly stabilní sociální oporu, která by jim umožnila překonat krizové období, což vedlo k využití institucionální pomoci

2. Partnerské faktory

Rozpad partnerských vztahů představuje další z důvodů, proč se matky ocitly v azylových domech. Z rozhovorů vyplývá, že mnohé z těchto vztahů byly dlouhodobě problematické. V řadě případů vedla právě zhoršující se situace ve vztahu k tomu, že ženy zůstaly na péči o děti samy a byly nuceny hledat nové řešení své situace.

Jedním z výrazných důvodů ukončení partnerského vztahu byla závislost partnera, která znemožňovala vytvoření stabilního a bezpečného prostředí. Jak uvádí jedna z informantek: *„S tím mladším jsem otěhotněla na drogách, žili jsme s jeho biologickým otcem vlastně až do té doby, než jsem tady nastoupila, ale... ale teda dál užívá nějaké návykové látky a to nejde.“ (R1, I5)* Sama pak popisuje, že odchod z tohoto vztahu byl rychlým, ale zásadním rozhodnutím: *„To bylo takové rychlé rozhodnutí, že to bylo toxické.“ (R1, I5)*

Psychicky náročné vztahy vedly ženy k pocitu vyčerpání a nutnosti distancovat se kvůli vlastnímu duševnímu zdraví. Informantka z rozhovoru 4 říká: *„Kvůli příteli jsem odešla. Už jsme se neshodli a bylo toho na mě moc, potřebovala jsem od něho pryč.“ (R4, I5)* Její výpověď ukazuje na postupné narůstání napětí, které vyústilo v odchod a hledání bezpečnějšího prostředí.

V jiných případech byl rozpad vztahu spojen především s dlouhodobým nezájmem partnera o děti a rodinu. Jedna z žen popisuje situaci takto: *„On jako neplatí alimenty, nedával děckám nic od mala, prostě se nezajímá o ně.“ (R3, I5)* Po ukončení vztahu se situace ještě zhoršila: *„Když jsme se rozešli, ztratil zájem úplně. Ani peníze neposílá, žádný kontakt.“ (R3, I7)*

U některých informantek byl rozchod s partnerem přímým spouštěčem ztráty bydlení. Bez finanční nebo praktické podpory partnera nebylo možné udržet dosavadní zázemí: „*Ono to začalo tím, že jsem se nechala s přítelem, s kterým jsem do té doby bydlela, a neměla jsem kam jít.*“ (R6, I5)

Tyto výpovědi ukazují, že partnerské vztahy informantek byly často zatíženy konflikty nebo nezájmem ze strany partnera. Rozpad těchto vztahů se stal významným momentem, kdy ženy musely samy převzít odpovědnost za sebe a své děti, což vedlo k osamocenému rodičovství a rozhodnutí využít pomoc azylového domu, neboť se ocitly bez zázemí.

3. Sociálně-ekonomické faktory

Náročná finanční situace představovala pro mnoho žen zásadní překážku v jejich snaze zajistit stabilní životní podmínky pro sebe a své děti. Ekonomické obtíže často nebyly izolovaným problémem, ale spojené s rozpadem vztahu nebo chybějící rodinnou podporou. Kombinace těchto okolností vedla k tomu, že ženy neměly jinou možnost než využít azylové ubytování.

Některé informantky uvádějí, že se ocitly v situaci, kdy již nebyly schopné zajistit ani základní potřeby. Výsledkem byl silný stres a obava z budoucnosti, která vedla k rozhodnutí využít institucionální pomoc: „*Dostala jsem se do situace, kdy už to doma prostě nešlo, jakože finančně. Bylo hodně stresu, nejistota, no... někdy jsem se bála, co bude dál. Nechtěla jsem, aby tím malá trpěla, aby musela žít v podmínkách, kde bych jí nemohla zajistit ani základní věci.*“ (R2, I5)

Další z žen popsala, že se snažila řešit situaci přes rodinu, ale ani ta neměla prostředky nabídnout dlouhodobější pomoc: „*Bydlela jsem vlastně u mamky s děckama, protože jako neměla jsem peníze na to, aby jsme bydlely samy. A mamka měla problémy vlastně s tím bydlením taky... mamka no taky neměla tolik peněz, jako aby nás všechny uživila, tak jsem musela jít že... neměla jsem kam jít jinam než do toho azyláku.*“ (R3, I5)

V některých případech nebylo problémem pouze zajištění bydlení, ale i jeho kvalita. I když ženy nějaké zázemí měly, prostředí nebylo vyhovující pro život s dítětem, což vedlo k rozhodnutí situaci aktivně řešit: „*A skrz to bydlení taky... že jsme měli prostě špatné bydlení, prostě jsme bydleli v podnájmu a prostě to tam bylo hrozně malý a prostě jsem se rozhodla, že půjdu sem a tady si něco našetřím a odstěhuju se prostě do většího a začnu od znova.*“ (R4, I5)

Z těchto výpovědí je patrné, že sociálně-ekonomické faktory, především finanční nejistota, ztráta bydlení a nemožnost samostatně si zajistit vyhovující podmínky, tvořily zásadní důvod, proč ženy nakonec vyhledaly podporu v azylovém domě. Tyto faktory přitom často působily v kombinaci s osobními nebo rodinnými problémy, čímž vytvářely složitou a těžko zvládnutelnou situaci.

Shrnutí tématu

Prostřednictvím tohoto tématu jsme se zaměřili na klíčové faktory, které vedly informantky k tomu, že se ocitly v roli osamocených matek a využily služeb azylového domu. Výpovědi informantek nám umožnily identifikovat tři hlavní oblasti – rodinné a osobní faktory, partnerské faktory a sociálně-ekonomické faktory.

V oblasti rodinných a osobních faktorů se opakovaně objevují motivy slabého rodinného zázemí, absence podpory ze strany rodičů, ztráty blízkých osob nebo osobních problémů, například závislostí. Tyto skutečnosti vedly informantky k tomu, že neměly stabilní oporu, na kterou by se mohly v krizových obdobích obrátit. Partnerské faktory odhalují, že všechny informantky zažily rozpad partnerského vztahu, často doprovázený toxickými prvky, konflikty či závislostmi partnerů. Rozchod představoval pro ženy zásadní zlom, kdy musely řešit svou situaci samy. S tímto úzce souvisely i sociálně-ekonomické faktory. Nedostatek financí, nemožnost zajistit vlastní bydlení a finanční nejistota se staly důležitým aspektem, který v kombinaci s výše uvedenými faktory přispěl k tomu, že ženy využily institucionální pomoci.

4.2 Zkušenosti v azylovém domě

Téma „Zkušenosti v azylovém domě“ se zaměřuje na klíčové oblasti, které ovlivňují prožívání žen během pobytu v této instituci. Konkrétně se jedná o jejich počáteční pocity při příchodu do azylového domu, adaptaci na stanovený režim, každodenní praktické fungování a vnímání samotného prostředí zařízení.

1. Počáteční pocity

Začátek pobytu v azylovém domě byl pro většinu žen náročný zejména po psychické stránce. V rozhovorech se opakovaně objevuje motiv nejistoty a obav z neznámého prostředí. Ženy často nevěděly, co přesně od této instituce čekat, jaký bude režim a jak zvládnou nové podmínky, a to zejména v kontextu péče o děti.

Z jejich odpovědí můžeme cítit silnou emoční nepohodu, kterou ženy zažívaly v počáteční fázi pobytu. Neznámé prostředí a nejistota z nové životní situace v nich vyvolávaly úzkost a obavy. Jedna z informantek tento moment popisuje slovy: „*Přišla jsem a první jsem nevěděla, jak to tady chodí. Takže jsem se jako dívala, jak to tady chodí, teďka ty děcka ostatní zlobí... Já nevím no, že jsem nevěděla do čeho jdu ani. Bála jsem se do čeho jdu a jaký tam budou lidi.*“ (R3, I9) Podobný motiv zaznívá i v rozhovoru 4, kde informantka reflektuje: „*Na začátku to bylo takový zvláštní... člověk neví, co čekat, cítíte se, že jste někde jinde, kde to úplně neznáte.*“ (R4, I9)

Tato nejistota byla často spojená také s pocitem selhání. Přijetí do azylového domu pro některé ženy znamenalo přiznání, že situaci nezvládly samy. Poukazuje na to např. odpověď informantky 6: „*Když jsem sem přišla asi no, tak to jsem se cítila na dně. Dojde vám, že jste to jako nezvládli a museli jste sem přijít.*“ (R6, I21) Pocit osobního selhání byl navíc zesílen přijetím faktu, že jsou odkázané na pomoc druhých: „*Víte, že potřebujete pomoc...ale nechcete si to přiznat úplně a pak to na vás tak spadne, že jako fakt jo no.*“ (R6, I21)

U některých žen se však negativní emoce postupně zmírnily. Pomohla jim vstřícnost pracovníků i vznikající vztahy s ostatními klientkami. „*Na začátku jsem měla trochu děsivý pocity jako z tady, z toho prostředí, protože jsem nevěděla do čeho jdu, jaký tady budou lidi, ale nakonec se to všechno otočilo a je to tady fajn.*“ (R5, I10) První pozitivní obrat přišel ve chvíli, kdy začaly navazovat vztahy a poznávat fungování zařízení: „*Ten zlom přišel, jak jsem se postupně seznámila s těma lidma a vlastně ty sociální pracovnice, který jsou tam, byly strašně fajn. Fakt brzo, třeba po týdně, co jsem tady byla.*“ (R5, I10)

Celkově lze tedy shrnout, že společným znakem počátečních pocitů informantek byla nejistota a strach spojené s novým prostředím, doprovázené pocitem osobního selhání. Tyto pocity se v některých případech postupně zmírňovaly s adaptací na nové prostředí a získáním podpory.

2. Přizpůsobení se režimu

Pro většinu žen představoval pobyt v azylovém domě zásadní změnu v každodenním fungování, a to zejména kvůli nutnosti přizpůsobit se předem danému režimu. Tato změna bývá zpočátku vnímána jako ztráta autonomie, zejména ve srovnání s předchozím samostatným bydlením. Současně se ale ukazuje, že právě nastavený řád může ženám v náročné situaci poskytnout potřebnou strukturu. Jedna z informantek to popisuje následovně: „*Jako na jednu stranu je to asi dobré, že jako máte ten režim, zvyknete si. Ale na druhou*

stranu nemáte jako tu svobodu. Dodržujete cizí pravidla.“ (R6, I18) Pozitivní dopad pravidelného režimu se ale netýká jen samotných žen, ale i jejich dětí. V rozhovorech se objevuje přesvědčení, že právě pravidelný denní řád přispívá k lepším návykům a větší stabilitě i v dětském životě: „...ten režim nějaký je, že je potřeba i pro ty děcka a že je jasně daný [...] Ale já to vnímám, jakože dobré, že fakt jenom dobře, je to malé dítě a zas dát ten návyk je dobrý.“ (R1, I11)

Jedním z nejčastěji zmiňovaných témat je omezení osobní svobody, které se pojí s pravidly zařízení. Jak uvádí jedna z informantek: *„No je to docela hodně jiný, protože je to takový omezující. Jo když má člověk vlastně svůj byt, může si prostě dělat defacto co chce. Tady jsou nějaký ty návštěvní hodiny, musíme tady být v osm jo, nějaká ta večerka. No je to omezující, režim si nastavíte vlastní, ale podle pravidel tady. Nemůžete si dělat co chcete, je nad váma dohled.“ (R5, I11)*

Další z žen zdůrazňuje, že kromě omezení osobního režimu vnímá jako výraznou změnu i ztrátu soukromí, která je spojena se sdílením společných prostor. Oproti vlastní domácnosti, kde měla vše pod kontrolou, je nyní vystavena přítomnosti ostatních obyvatel a jejich dětí, což ovlivňuje nejen její komfort, ale i každodenní fungování. Jak sama říká: *„Je to takový jiný, že prostě nejste ve své domácnosti, jo, jakože sprchu, záchod mám tady svůj, ale ta kuchyň je společná, je tady společnej prostor prostě, jo když tady děti dělaj bordel, tak prostě jste v bordelu [...] Takže je to takový, že prostě ve svojem bytě máte ten svůj klid, všechno to svoje, prostě takovej ten...no svoje no.“ (R4, I11)*

Z výpovědí tak vyplývá, že přizpůsobení se režimu azylového domu je pro informantky zpočátku náročné a spojeno s pocity omezení. Postupem času však mnohé z nich začínají v pevném režimu vidět i pozitivní stránku. Pomáhá jim udržet určitou strukturu, která může být oporou v období nejistoty a změn a může pomoci i dětem.

3. Praktická stránka života v azylu

Podtéma „Praktická stránka života v azylovém domě“ se zaměřuje na každodenní realitu matek, které zde pobývají. Z výpovědí informantek vyplývá, že jejich dny jsou naplněny především péčí o děti, udržováním chodu domácnosti a plněním běžných povinností. I když se nachází ve sdíleném prostředí, snaží se nastavit režim tak, aby vyhovoval potřebám jejich rodiny.

Informantky detailně popisují běžné denní aktivity, které zahrnují ranní přípravu dětí, úklid, vaření nebo čas strávený venku. Například jedna z nich říká: *„Tak ráno*

vstanu...hm...poklidím, jdeme si vyčistit zuby, umyju je, převleču je, dám jim snídani [...] pak jde syn spát, dcera si tady hraje, pak se probudí no, lítáme [...] večer vykoupat, večeře a spát. Takovej režim no zajetej.“ (R4, I13)

V některých případech se denní režim přizpůsobuje i novým podmínkám, jako je příchod dalšího dítěte. Informantka z rozhovoru 5 popisuje změnu po narození miminka: *„No teď s tím miminkem je to trochu náročnější, ale přizpůsobujeme mu ten režim že jo.“ (R5, I13)*

Výrazným tématem je také nutnost přizpůsobení se sdíleným prostorům a omezeným podmínkám. Informantky zmiňují, že kuchyně, pračky i další prostory sdílejí s ostatními obyvatelkami. K problematice sdílených prostor se vyjadřuje např. informantka z rozhovoru 5: *„Musíte se naučit žít s cizíma. Musíte trochu vědět i ten jejich režim, protože když si chcete vyprat, těch praček tady není hodně že, někdo už třeba v tu dobu pere, tak čekáte no.“ (R5, I11)*

Vedle péče o děti a domácnost ženy reflektují také úsilí o zlepšení své situace, především hledání nového bydlení: *„Mám čas třeba pohledat i nějaké to bydlení, ale musím teď spíš šetřit teprve, ale tak dívám se...“ (R6, I13)*

Celkově lze říci, že i přes omezení, která pobyt v azylovém domě přináší, se ženy snaží vytvářet funkční režim, věnovat se dětem a aktivně pracovat na změně své situace. Praktická stránka jejich každodennosti tak ukazuje nejen jejich zodpovědnost, ale i adaptabilitu a odhodlání hledat cestu vpřed.

4. Prostředí azylového domu

Prostředí azylového domu informantky vnímají převážně jako provizorní, nepřiliš útulné a náročné na psychiku. Výpovědi ukazují, že chybějící soukromí, nutnost sdílet prostory s dalšími obyvatelkami a celková atmosféra místa často narušují psychickou pohodu žen a ztěžují každodenní fungování. I když ženy oceňují, že azylový dům jim poskytl dočasné útočiště, nevnímají ho jako prostředí, kde by se cítily nejlépe.

Pro některé ženy představuje každodenní život v azylu výraznou psychickou zátěž, spojenou s nutností „udržet se“ kvůli dětem, i když samy prožívají těžké chvíle. Tento vnitřní boj shrnuje informantka z rozhovoru 4: *„Tady se člověk aj cítí na dně, jakože...hm...tady je to takový všelijaký. Ale jako člověk si na to nemyslí, ale pak si člověk prostě uvědomí někdy jako kde je, co tady je. To prožívání tady je těžký, je to hodně o psychice tady, nemůžete se z toho zhroutit, i když chcete prostě že, kvůli těm dětem to držíte.“ (R4, I21)*

Z rozhovorů dále vyplývá, že pobyt v azylovém domě ženy často vede k silné vnitřní reflexi a touze po změně. Atmosféra zařízení bývá připomínkou toho, že jejich situace je dočasná, a že chtějí směřovat k větší stabilitě a samostatnosti. Jak říká jedna z informantek: „...každodenní výzva pro mě je to to tady zvládnout no. Prostě, když jdete ven a jste třeba dvě, tři, čtyři hodiny venku prostě, v nákupáku nebo u babičky jste, uvolníte hlavu úplně a přijдете sem a tady ten moment prostě zase se vracet no. Uvědomíte si, jak prostě žijete a že tak žít nechcete, chcete se prostě posunout už.“ (R4, I23)

Některé ženy reflektují, že pobyt v tomto prostředí jim pomohl přehodnotit své dosavadní návyky nebo postoje. Výstižně to shrnuje informantka z rozhovoru 1: „Člověk si tady uvědomí všechno no, vážit si těch věcí, co dřív jsem brala jako samozřejmost, že prostě máte třeba ten svůj klid.“ (R1, I18)

Z rozhovorů však také vyplývá, že podmínky se mohou lišit v závislosti na konkrétní části zařízení. Kladné hodnocení zmiňuje například informantka z rozhovoru 2, která oceňuje klidnější prostředí novější části domu: „Su ráda, že nejsu tam v té staré části azyláku, ale že su tady, tady je to prostě takový novější, hezčí, prostě tady je klid.“ (R2, I9)

Celkově lze říci, že prostředí azylového domu je vnímáno jako nutné, ale neideální zázemí. I když ženám poskytuje určitou jistotu, dlouhodobě v něm pociťují nedostatek klidu, autonomie a domácí atmosféry. Tento kontext je významným faktorem, který ženy motivuje k hledání trvalejšího a důstojnějšího řešení své situace.

Shrnutí tématu

Téma zkušeností žen v azylovém domě ukazuje, že začátek pobytu byl pro většinu z nich spojen s nejistotou, obavami z neznámého prostředí a pocitem osobního selhání. Některé ženy se cítily, jako by ztratily kontrolu nad svým životem a přijetí pomoci bylo pro ně psychicky náročné. Postupem času však některé z nich vnímaly změnu díky přístupu pracovníků a sdílení zkušeností s ostatními klientkami se začaly cítit jistěji a bezpečněji.

Další výzvou byla nutnost přizpůsobit se režimu zařízení. Ženy zmiňují ztrátu svobody a nutnost dodržovat cizí pravidla. Přesto někteří tento řád vnímali pozitivně, a to nejen pro sebe, ale i pro své děti. Každodenní život žen v azylovém domě je naplněn péčí o děti, domácími povinnostmi i snahou zlepšit svou situaci, například hledáním bydlení. I přes omezení se snaží udržet funkční režim. Prostor azylového domu vnímají převážně jako provizorní a psychicky náročné. Chybějící soukromí a celková atmosféra často prohlubují pocit nepohodlí, ale zároveň v ženách posilují motivaci se z této situace posunout dál.

4.3 Vztahy a podpora během pobytu

Téma "Vztahy a podpora během pobytu" je dalším zásadním prvkem, který ovlivňuje prožívání matek v azylovém domě. V této části budeme popisovat jednotlivá sub témata a budeme vycházet z výpovědí informantek, které reflektují své vztahy nejen s rodinou a blízkými, ale i s ostatními obyvatelkami domu a pracovníky.

1. Vztahy s rodinou a blízkými

Z rozhovorů vyplývá, že rodina může být důležitým zdrojem podpory, ale zároveň i faktorem, který situaci žen komplikuje. Mnohé informantky popisují vztahy s blízkými jako křehké, nepravidelné nebo zcela nefunkční. I v případech, kdy rodina funguje, bývá pomoc spíše symbolická a omezená na drobnou výpomoc. Jiným ženám se naopak nedostává žádné podpory, a často jsou tak nuceny zvládat složitou situaci samy.

Například u některých žen je rodina přítomná, ale vzhledem k různým omezením (vzdálenost, vlastní problémy...) nemůže být hlavním pilířem podpory. To popisuje informantka z rozhovoru 1: „...hlavně asi rodina no. A pomáhají...no...(smích) třeba mě pozvou na oběd, jakože aj třeba mamka toho mladšího pohlídá.“ (R1, I8) Zároveň ale poukazuje na komplikaci v podobě vzdálenosti: „A tu rodinu mám taky čtyřicet kilometrů odsud...taky jako ho tam dopravit a to...je to těžké.“ (R1, I9) Z těchto výpovědí je zřejmé, že ačkoliv je kontakt s rodinou zachovaný, nelze na ni spoléhat v každodenním fungování.

Jiné informantky popisují svou rodinu jako nefunkční nebo dokonce konfliktní. V těchto případech rodina nejenže nepomáhá, ale její přítomnost je někdy zdrojem stresu. To ilustruje výpověď informantky z rozhovoru 2: „Občas s rodinou, jednou za čas, ale tam je to takové že, oni mě moc nemusí, takže... a já tam taky ne moc ráda chodím, protože tam jsou takové hodně velké komplikace. [...] No, takže z rodiny mi nikdo nepomáhá.“ (R2, I8)

Specifickým případem je situace, kdy dojde ke ztrátě nejbližší osoby, která byla hlavním zdrojem podpory. Informantka z rozhovoru 5 reflektuje, jak velký dopad měla smrt její matky na její životní situaci: „Ta máma mi umřela, s tou jsem byla hodně že jo, ale jinak teď nemám. Ta máma byla fakt jako moje kotva, pomáhala mi s tou čtyřletou hodně, pohlídala mi ji, i finančně jo mi pomohla.“ (R5, I8) Ztráta emocionální i praktické opory zanechala informantku v citelném oslabení, bez možnosti opřít se o kohokoli dalšího.

Rodinné vazby jsou někdy zachovány, ale vnější podmínky brání tomu, aby se na ně dalo spoléhat. To ukazuje i případ informantky z rozhovoru 6, jejíž matka kvůli povodním

přišla o bydlení: „Přestěhovala jsem se teda k mamce a tam jsme teda byly všechny, ale ted'ka nedávno byly ty povodně a mamce to vytopilo barák. No... musela se přestěhovat do malého bytu zatím, nebylo tam že jo pro nás všechny místo.“ (R6, I5) Následkem toho a také kvůli nedostatku financí musela informantka svěřit jedno ze svých dětí do pěstounské péče její matky a druhé si ponechat u sebe, což ukazuje, že ani blízká rodina nemusí být schopná zajistit plnohodnotnou a trvalou podporu.

Výpovědi ukazují, že rodinné zázemí není pro většinu žen pevnou oporou. I v případech, kdy existuje kontakt, bývá podpora omezena buď prakticky, nebo emočně. Mnohé z informantek tak zažívají různou míru sociální izolace a musí se ve svém fungování spoléhat převážně samy na sebe.

2. Partnerské vztahy a vztahy s dětmi

Partnerské a rodičovské vztahy tvoří klíčový rámec života žen během pobytu v azylovém domě. Z rozhovorů vyplývá, že partnerské vztahy těchto žen jsou často narušené nebo zcela přerušené. Významná část informantek nemá partnera nebo je s otci dětí v minimálním kontaktu. Pokud nějaká forma kontaktu existuje, jedná se zpravidla o nepravdivé návštěvy či omezené finanční příspěvky. Pouze výjimečně ženy popisují aktivní zapojení partnera do péče o děti. Tento nedostatek partnerské podpory nutí matky nést hlavní zodpovědnost samostatně, což prohlubuje jejich zátěž.

Tato zkušenost se zřetelně objevuje u informantky z rozhovoru 3, která uvádí naprostý nezájem otce dětí jak o výchovu, tak o finanční zajištění: „Ne, vůbec...mám je já. Ono to nebylo nijak slavný to jeho rodičovství už jak jsme spolu bydleli. Ale když jsme se jako rozešli, tak ztratil nějaký zájem o ně úplně. Říkám, ani ty peníze neposílá, prostě nic, žádný kontakt.“ (R3, I7) Podobnou zkušenost sdílí i informantka z rozhovoru 2, kde otec dcery projevuje pouze občasný a nespolehlivý zájem: „No otec malé vůbec neprávě. Ten vždycky vlastně akorát...jednou za čas jako třeba napsal nebo zavolal, nasliboval, dělal ,ťuťuňuňu‘ a potom zase (smích) se odmlčel.“ (R2, I7)

Naopak výjimečně se vyskytují situace, kdy matka zažívá určitou míru podpory a to buď od bývalého partnera, nebo nového. Informantka z rozhovoru 4 popisuje funkční komunikaci s otcem dětí, ačkoliv už s ním nežije: „Nejsu s tam tím, ale prostě je to táta jejich, takže jako kvůli těm dětem v kontaktu s ním musím být. [...] Jo, prostě mi pomáhá finančně, chodí za nima, jako občas si je i bere k sobě, takže jo, podílí se takto.“ (R4, I6–I7)

Výrazně pozitivní výpověď pak zaznívá v rozhovoru 5, kde informantka popisuje nového partnera jako aktivně se podílejícího na výchově: „*Ten partner, co ted' mám, se podílí na výchově té čtyřleté a toho miminka. Jo nejsem na to jako sama. [...] Navštěvuje mě tady, normálně se těm dětem věnuje, hraje si s tou dcerou, o malého se stará, přebaluje (smích), je to fajn.*“ (R5, I7–I8)

Z výpovědí informantek vyplývá, že jejich děti jsou pro ně jedním z nejvýznamnějších stabilizačních prvků v době pobytu v azylovém domě. Vztah k dětem pro ně představuje silnou emocionální vazbu, motivaci k překonání obtížných životních situací a důvod k tomu, aby se snažily o stabilitu a změnu. Zároveň je ale péče o děti často náročná, a to zejména v podmínkách omezených zdrojů a absence partnerské nebo rodinné podpory. Pobyt v azylovém domě tyto vztahy v některých případech posílil, v jiných zkomplikoval, zejména kvůli odloučení od části dětí nebo předchozím narušeným vazbám.

Citelný dopad odloučení od dítěte popisuje informantka z rozhovoru 1, která se snaží obnovit vztah se starším synem, jenž je v péči otce: „*Tak já jsem vlastně s tím starším synem byla vlastně jenom dva a třičtvrtě roku jeho života, pak ne a ted'ka, co je ten mladší na světě, vlastně skoro ty dva roky, tak jsem vlastně ten vztah navazovala a chtěla bych ho zpátky do péče, to je ten cíl.*“ (R1, I12) Zároveň však potvrzuje, že vztah s mladším synem, který je s ní v azylovém domě, zůstává pevný: „*Pořád máme pěkný vztah, nemyslím si, že by to bylo horší.*“ (R1, I12)

V některých případech je vztah s dítětem zatížen předchozími zkušenostmi, které narušily důvěru dítěte. Informantka z rozhovoru 2 reflektuje narušený vztah s dcerou v důsledku opakovaných změn a nesplněných slibů: „*Ona mě jako vnímá, jakože má mě ráda, ale bohužel tam bylo to, že už jsem jí několikrát slibovala, že už bude domov a takhle a prostě nic.*“ (R2, I12) Zároveň však vyjadřuje snahu o obnovu důvěry: „*Musím zase vydobýt to místo tak nějak znovu.*“ (R2, I12)

Jiné informantky popisují, že pobyt v azylovém domě posílil jejich vztahy s dětmi, protože sdílené obtížné podmínky vedly k větší blízkosti a spolupráci. Například informantka z rozhovoru 5 uvádí: „*Jo změnilo se to k tomu, že máme k sobě blíž. Že nás to jako tak spojilo víc.*“ (R5, I12) Stejně tak informantka z rozhovoru 3 popisuje postupné upevňování vazby s dětmi poté, co odešly od babičky: „*Ale ted' už si zvykly na to, že jako bydlí jen se mnou, tak mám pocit, že se ten náš vztah jako...prohlubuje.*“ (R3, I12)

Jak jsme zmiňovali, informantka z rozhovoru 6 se rozhodla svěřit jednu z dcer do pěstounské péče své matky, protože neměla dostatečné finanční prostředky ani prostor k tomu, aby mohla pečovat o obě děti najednou. Navzdory této situaci se snaží vztah se starší dcerou udržovat a posilovat, i když to není snadné: „*Já za tou holkou první dojíždím, jezdím tam třeba dvakrát do měsíce... Voláme si, to je fajn.*“ (R6, I12)

Z výpovědi vyplývá, že vztah s dětmi je pro informantky jak emocionálním záchytným bodem, tak výzvou, která odráží složitost jejich životní situace. Děti jsou často hlavním důvodem, proč se ženy snaží o změnu, ale zároveň jejich péče vyžaduje značné úsilí, které není vždy možné zvládnout bez adekvátní podpory.

3. Vztahy uvnitř azylového domu

Z výpovědi informantek vyplývá, že vztahy mezi klientkami azylového domu se formují především v kontextu sdíleného prostoru, osobních hranic a potřeby soustředit se na vlastní situaci. Přestože sdílené prostředí může nabízet potenciál k vytváření podpůrných vztahů, většina žen přistupuje ke kontaktu s ostatními spíše obezřetně. Opatrnost, touha po klidu a potřeba chránit své soukromí jsou opakujícími se tématy. Informantky často zmiňují snahu vyhnout se konfliktům nebo pomluvám, což vede ke zdrženlivému a někdy až distancovanému soužití.

Tato opatrnost vychází jak z předchozích negativních zkušeností, tak z aktuální nejistoty. Informantka z rozhovoru 1 popisuje svou potřebu odstupů následovně: „*Já pozdravím všechny, některé třeba ani nepozdravily na začátku, když jsem tady byla nová. Tak jsem zkusila ještě párkrát pozdravit, neodpověděly. Tak jsme se ani neseznámily no. Ale jinak jakože fakt se s nima snažím tak nějak si aj chránit svoje soukromí, protože to pak přispívá jenom na nějaké pomluvy nebo tak. Takže spíš nijaké no.*“ (R1, I27) Z této výpovědi je patrné, že obezřetnost ve vztazích je důsledkem konkrétních zkušeností s chladným přijetím i snahy vyhnout se zbytečnému napětí.

Podobné postoje zaznívají i v dalších rozhovorech, kde ženy preferují korektní, ale spíše povrchní kontakt. Informantka z rozhovoru 2 uvádí, že vztahy jsou spíše neutrální a fungují na principu vzájemného respektu bez hlubšího sbližování: „*Není to takové štěstí, že jsou tady...bud' jsou tady takové, že jsou sdílné, komunikativní a občas pokecáme nebo si nějak vypomůžem, třeba při úklidu nebo takhle. Nebo jenom projdem nebo takhle, pozdravíme se a necháme se být, jakože si nijak neškodíme.*“ (R2, I27)

V některých případech se ženy snaží o navázání selektivních, spíše individuálních kontaktů, přičemž si vybírají, s kým chtějí trávit čas. Informantka z rozhovoru 4 to komentuje takto: *„Já s každým vycházím, ale hodně si i vybírám jako s kým si můžu jako pokecat, prostě mám nějaký tady jako s kým su pořád a tak. [...] Každá tady jede sama za sebe.“* (R4, I27) Její výrok reflektuje potřebu přirozené selekce ve vztazích a potvrzuje, že vzájemná blízkost není samozřejmostí ani cílem každé z žen.

Na druhou stranu, některé informantky reflektují pozitivní překvapení a oceňují sdílenou zkušenost jako základ pro vzájemné porozumění. Informantka z rozhovoru 5 popisuje, že i přes počáteční obavy ji ostatní ženy mile překvapily svou vstřícností: *„Na to, že jsou jako tmavší...jsem se toho trošku bála no, ale přijdou mi vstřícnější než třeba ti bílí. [...] Jsme v podobných situacích že. Víme, co tak ty druhé můžou prostě prožívat. Můžem si o tom třeba pokecat no.“* (R5, I27)

Shrneme-li výpovědi informantek, lze říci, že vztahy mezi klientkami azylového domu jsou většinou založené na obezřetnosti a respektu k soukromí. Přesto se v některých případech objevuje ochota ke sdílení zkušeností, vzájemné pomoci nebo udržování klidných a přátelských vztahů. Celkový obraz ale ukazuje, že potřeba vnitřního klidu a autonomie převažuje nad touhou po hlubších sociálních vazbách.

4. Přístup pracovníků

Významnou roli v každodenním životě žen v azylovém domě hraje kvalita interakce s pracovníky zařízení. Z výpovědí informantek vyplývá, že pracovníci mohou být vnímáni jako důležitý zdroj jak praktické pomoci, tak emocionální opory. Současně se však objevují i hlasy kritizující nejednotný přístup nebo pocit nerovného zacházení. Tato ambivalence naznačuje, že přístup pracovníků není vnímán jednotně a jeho kvalita může významně ovlivnit prožívání pobytu v zařízení.

Některé informantky reflektují pracovníky jako důvěryhodné osoby, které jsou ochotné pomoci i nad rámec své pracovní náplně. Informantka z rozhovoru 1 oceňuje jejich podporu v různých oblastech, ať už praktické, nebo psychické: *„Tak to je jakože maximálně...jako to je fakt ve všem prostě. Jakože ať už je to při hlídání nebo já jsem vlastně se dostala aj do blbě situace [...] takže mi vycházelo, že mi zbyde třeba osm set korun na měsíc, takže z té finanční stránky prostě mi pomohly [...] Aj tak jakože vím, že kdybych potřebovala, tak se jim můžu aj svěřit nebo o cokoli požádat. Oni tady mají to srdce.“* (R1, I17)

Pozitivní zkušenost s přístupem pracovníků potvrzuje i informantka z rozhovoru 6. Pracovníky vnímá jako osoby, na které se může spolehnout při vyřizování administrativních záležitostí, ale také jako dostupné a vstřícné ve chvílích nejistoty: „*Můžu se jim svěřit s něčím a oni mi pomůžou. [...] když třeba nevím, tak mi jako poradí, pomůžou. Neznám něco, tak jdu a zeptám se jich [...]. Můžu si jít za něma třeba si jen prostě popovídat, když chci.*“ (R6, I17)

Na druhé straně některé informantky reflektují i negativní zkušenosti, které souvisí zejména s vnímanou nespravedlností a rozdílným přístupem jednotlivých pracovníků. Informantka z rozhovoru 3 popisuje pocit preferenčního zacházení a nejistotu ohledně nároků na pomoc: „*Někomu pomáhají tady, jo. Vyberou si vždycky někoho a pomůžou. Jenomže dělají rozdíly hrozný, jakože některé jo, některé ne. [...] Je to takový nespravedlivý.*“ (R3, I17)

Téma rozdílného přístupu zmiňuje i informantka z rozhovoru 2, která reflektuje nedostatek jednotného přístupu mezi jednotlivými pracovníky jako zásadní problém, který má dopad i na děti: „*Každý má jiný přístup k lidem a každý má jiný přístup ke svojí práci, a to tu jde krásně vidět. [...] Aby ti klienti, a hlavně jejich děti, [...] nebyly zmatené, takže prostě, aby ty základy byly stejné.*“ (R2, I17)

Z výpovědí tedy vyplývá, že pracovníci azylového domu hrají v životě klientek důležitou roli – mohou být klíčovými oporami, ale i zdrojem frustrace. Rozdílnost zkušeností mezi klientkami poukazuje na důležitost jasně nastavených pravidel, jednotného přístupu a schopnosti pracovníků navazovat důvěryhodné vztahy.

Shrnutí tématu

Vztahy a podpora jsou pro matky v azylovém domě klíčovým tématem. Vztahy s rodinou bývají často oslabené, nepravidelné nebo zcela chybějící. I když kontakt přetrvává, podpora bývá spíše symbolická a nepravidelná. Podobně je tomu u partnerských vztahů. Většina žen popisuje nízkou nebo žádnou angažovanost otců dětí. Výjimečně se objevují pozitivní zkušenosti s bývalými či novými partnery. Děti představují pro ženy hlavní stabilizační prvek a motivaci ke změně. Péče o ně je však v podmínkách azylového domu často náročná a zatížená nedostatkem podpory. Vztahy mezi klientkami azylového domu jsou převážně rezervované, založené na vzájemném respektu a potřebě soukromí, i když se někdy objevuje ochota ke sdílení a vzájemné pomoci. Významnou roli sehrávají pracovníci zařízení. Některé ženy je vnímají jako oporu, jiné reflektují nerovný přístup a nedostatek

jednotnosti. Tato různorodost zkušeností ukazuje, jak důležitý je konzistentní a citlivý přístup ze strany personálu.

4.4 Nízká sebedůvěra

Téma „Nízká sebedůvěra“ vystihuje, jakým způsobem ženy v azylovém domě reflektují své sebevnímání, hodnocení vlastních schopností a jak k jejich sebedůvěře přispěly předchozí negativní zkušenosti. Výpovědi ukazují, že jejich sebevědomí bylo v průběhu života i pobytu v azylovém domě opakovaně narušováno, což ovlivnilo jejich vnímání vlastní hodnoty.

1. Sebehodnocení na začátku

Z rozhovorů s informantkami vyplývá, že začátek pobytu v azylovém domě je velmi často doprovázen hluboce narušeným sebehodnocením. Ženy vstupují do zařízení s pocitem osobního i rodičovského selhání, často reflektují stud, zklamání ze sebe samých a ztrátu vlastní hodnoty. Příchod do azylového domu je pro mnohé z nich spojen s pocitem, že nezvládly „běžný“ život, což negativně ovlivňuje jejich sebeobraz i důvěru ve vlastní schopnosti.

Zaznamenané výpovědi ukazují, že pro většinu ženy byl příchod do azylového domu spojen s pocitem naprostého dna, ze kterého není jasná cesta ven. Jedna z informantek k tomu uvedla: *„Když jsem sem přišla, tak to jsem se cítila na dně. Dojde vám, že jste to jako nezvládli a museli jste sem přijít.“* (R6, I21) Tato slova dokládají silnou emocionální zátěž spojenou s nástupem do zařízení, která je vnímána jako důkaz neúspěchu.

Sebehodnocení žen bylo zásadně ovlivněno zkušeností náhlé změny, ztráty kontroly nad situací i odpovědnosti, kterou musely nést bez stabilního zázemí. Nebyl to jen přesun do jiného prostředí, ale také hodně náročný krok, který zasáhl vnímání sebe samých. Výrazným příkladem je výpověď informantky z rozhovoru 2, která uvádí: *„No tak začátky byly docela hodně těžký, protože to jsem vlastně nečekala. Tam potom byl jako hodně problém s takovým tím sebevědomím, tam byla až sebenenávist nebo prostě mě to hodně mrzelo i za dceru. Byly dny, kdy jsem jako měla pocit, že jsem úplně selhala. Nejenom jako máma, ale celkově jako aj člověk. Že jsem měla udělat něco jinak, aby to nemuselo dojít až sem.“* (R2, I9) Náročnost snést tohle prostředí potvrzuje i informantka z rozhovoru 4: *„Bylo pro mě psychicky náročný to snýst, že su tady.“* (R4, I9)

Nezřídka se objevuje i intenzivní vyčerpání spojené s tím, že ženy zůstávají na péči o děti samy, bez stabilního zázemí a podpory. Pocit přetížení a osamění se pak promítá do

jejich pochybností o tom, zda situaci vůbec zvládnou. „*První týdny jsem byla dost unavená, všechno mi připadalo těžké a občas jsem si i říkala, jestli to vůbec zvládnu.*“ (R1, I10) Tato zkušenost je opakovaná i v dalších rozhovorech. Informantky často zdůrazňují, že se musejí spoléhat pouze samy na sebe, což snižuje jejich jistotu a posiluje úzkosti.

Nejistota je navíc umocněna vstupem do neznámého prostředí a obavami z budoucnosti. Absence předvídatelnosti a důvěrného zázemí zvyšuje jejich vnitřní napětí. Jak popisuje informantka z rozhovoru 3: „*Jste na to sama, tak se bojíte, jestli to zvládnete. A navíc nevíte, do čeho jdete... taková nejistota i... jak to všechno dopadne.*“ (R , I9)

Pobyt v azylovém domě tak ženy často vnímají nejen jako praktickou změnu bydlení, ale především jako existenční krizi, která zpochybňuje jejich identitu, mateřské kompetence i lidskou hodnotu. Tento vnitřní rozklad, doprovázený pocity viny, strachu a studu, tvoří výraznou charakteristiku jejich vstupního sebehodnocení. Celkově lze říci, že sebehodnocení žen v úvodní fázi pobytu v azylovém domě je silně poznamenáno předchozími ztrátami, nejistotou a vnímaným selháním. Tato zkušenost vytváří psychologicky náročné podmínky, které negativně ovlivňují nejen jejich emoční stabilitu, ale i motivaci a schopnost plánovat další kroky do budoucna.

2. Vlivy negativních zkušeností

Nízké sebehodnocení informantek je ve značné míře formováno jejich předchozími negativními zkušenostmi. Tyto události zasahují do mnoha oblastí jejich života, od komplikovaného dětství, přes ztráty a traumatické vztahy, až po obtíže s institucemi nebo bezdomovectví. Tato minulost pro ně není uzavřenou kapitolou, často se znovu otevírá v běžném fungování, ovlivňuje jejich důvěru ve vlastní schopnosti i schopnost navázat zdravé vztahy.

Některé informantky reflektují, že jejich nízké sebehodnocení a vnitřní nejistota pramení z dřívějších zkušeností, kdy byly dlouhodobě vystaveny kritice nebo nedůvěře okolí. Tyto opakované negativní podněty vedly k zakořenění přesvědčení, že nejsou dost dobré nebo že nemají šanci něčeho dosáhnout. Jedna z žen to výstižně shrnuje: „*Hlavně jsem si uvědomila, že dřív jsem si v některých věcech nevěřila zbytečně. Že jsem se bála, že něco nedokážu, jen proto, že mi to někdo řekl nebo že jsem si říkala, že nejsem dost dobrá. A teď už si to tak neberu. Prostě když něco chci, tak to zkusím a nenechám si do toho tolik kecat jako dřív.*“ (R2, I19) Tato výpověď ukazuje, jak silně může být vlastní obraz ženy formován vnějšími podněty a jak dlouhodobě působící negativní zkušenosti ovlivňují

sebevnímání i ochotu podnikat změny. Zároveň však naznačuje, že vědomé přehodnocení těchto zkušeností může být prvním krokem k obnovení sebedůvěry.

Další žena se potýká s dopadem své dřívější závislosti a rezignace. Přiznává, že dlouho neměla sílu cokoli změnit: „*Já jsem byla fakt hodně, hodně závislá. Pervitin... byla jsem schopná kvůli tomu udělat cokoli.*“ (R1, I21) Zároveň však zmiňuje, že za její závislosti byly hlubší problémy: „*Já jsem ty drogy nezačala brát jenom tak. Právě potřebuju si v sobě jako hodně věcí ještě vyřešit.*“ (R1, I22)

Složitou minulostí ovlivněnou ztrátou stabilního zázemí prošla i další z informantek, která reflektuje zkušenost s bezdomovectvím: „*Jak mi umřela ta mamka a pak jak jsem byla venku... tak člověk se jako bojí, no. Co má vůbec dělat, kde skončit.*“ (R5, I21)

Objevují se i negativní zkušenosti s institucemi, např. ve vztahu k OSPOD. Informantky popisují pocity bezmoci a zásah do jejich rodičovské kompetence. Například jedna žena uvádí: „*Jak se mnou jednali třeba, nebo jak si přišli, když jsem měla domluvené, že půjdu pro dceru do kroužku. Přišli si a hned se mnou chtěli mluvit...*“ (R2, I21)

Pocit diskriminace a nemožnosti ovlivnit situaci se projevuje i při hledání bydlení. Jedna z žen poukazuje na znevýhodnění svobodných matek na trhu s bydlením: „*To je druhá věc, ve které nejdu těm svobodným matkám vstříc... zaměstnavatelé a majitelé domů nebo bytů.*“ (R2, I30) Obtížné hledání stabilního bydlení vnímají ženy jako vleklou nejistotu, která prohlubuje jejich úzkosti. Informantka 5 to shrnuje jednoduše: „*Říkám no, je to jako těžké to hledání, ty nájemy jsou teď hodně vysoké, tak uvidíme, co se naskytne.*“ (R5, I35)

Tyto výpovědi dokládají, že negativní zkušenosti z minulosti nejsou uzavřenou kapitolou, ale aktivně ovlivňují současné fungování žen, jejich sebedůvěru i vztah k sobě. Rezignace, trauma, institucionalizované vztahy, opakované ztráty a diskriminace vytvářejí zacyklený pocit nedostatečnosti, ze kterého se ženy postupně snaží vymanit.

3. Dno a cesta z něj

Informantky opakovaně popisují pocity naprostého dna, které byly spojeny jak s vnějšími událostmi, tak i s jejich vnitřním nastavením. Ve svých výpovědích naznačují snahu posunout se vpřed a postupně situaci stabilizovat. Dno ale většina žen nevnímá jako pasivní a definitivní stav. Naopak, často ho chápou jako moment, od kterého se potřebují odrazit a který může být impulzem ke změně.

Pocit absolutního dna byl například úzce spojen s předchozí závislostí, která vedla až k extrémnímu sebezničení a ohrožení života. Drogy zde neplnily pouze roli závislosti, ale také prostředku, jak se vyrovnat s minulostí. „*No tak, asi ty drogy. Několikrát jsem jako fakt chtěla spáchat tu sebevraždu, protože jsem byla hodně, hodně závislá.*“ (R1, I21). Informantka si však uvědomuje potřebu hlubší změny a naznačuje záměr dále na sobě pracovat: „*Potřebuju si v sobě jako hodně věcí ještě vyřešit...po Novém roce bych určitě chtěla nějakou odbornou jako pomoc.*“ (R1, I22)

Dno může být vyvoláno i nemocí blízkého člověka, která přináší nejen obavy, ale i pocity smutku a bezmoci. Informantka z rozhovoru 3 spojuje svou krizi se zdravotním stavem otce: „*Asi jak jsem zjistila, že tata je nemocnej můj, má totiž rakovinu v celým těle.*“ (R3, I21) Ačkoliv tento stav přetrvává, informantka naznačuje jistý posun směrem k emočnímu vyrovnání: „*Pořád na to myslím na toho tatu, ale už to není takový.*“ (R3, I22)

Dno může být také spojeno s vnímáním samotného pobytu v azylovém domě, který některé ženy vnímají jako psychicky náročné prostředí. „*Tady se člověk aj cítí na dně, jakože...hm...tady je to takový všelijaký.*“ (R4, I21) Zároveň ale ukazují, že touží po změně: „*Zkouším najít tu cestu ven z toho, z tadyma doslova se snažím najít cestu.*“ (R4, I22) Podobné pocity se objevují i v rozhvoru s informantkou 6, u které byl příchod do azylového domu doprovázen pocitem naprosté materiální i existenční ztráty: „*Na tom začátku jsem se cítila na dně...Neměla jsem finanční materiály, neměla jsem absolutně nic, přišla jsem prostě holá.*“ (R6, I21) Přesto se i zde objevuje důraz na vlastní aktivitu a naději: „*To dno už přešlo, to už je jako lepší. Ted' se mi bude blýskat na lepší časy.*“ (R6, I22)

Dalším důvodem je i ztráta blízké osoby a život „na ulici“, co představovaly informantku z rozhovoru 5 extrémní formu životního dna: „*Ano, byly takový chvíle, ale to jsem ještě nebyla tady na azylovým domě. Asi jak jsem byla venku no. Jak mi umřela ta mamka...*“ (R5, I21) Přesto je v jejich výpovědích cítit obrat k naději: „*No už to přešlo to dno, už se snažím nemyslet na nic špatnýho, ale snažím se myslet na to, že to bude všechno dobrý už.*“ (R5, I21)

Výpovědi informantek tak ukazují, že dno není konečným stavem, ale spíše zlomovým bodem, který ženy přiměje znovu hledat smysl, stabilitu a cestu ven z krize. Ačkoliv jejich východiska a zkušenosti se liší, společná je vůle postupně se z této fáze zvednout pomocí vlastního vnitřního odhodlání.

Shrnutí tématu

Nízká sebedůvěra je častým rysem prožívání žen v azylovém domě. Příchod do zařízení bývá spojen s pocitem osobního i mateřského selhání, studem a nejistotou, často posílenou ztrátou kontroly nad životní situací. Sebehodnocení žen negativně ovlivňují i předchozí zkušenosti jako nevydařené vztahy, závislost, bezdomovectví nebo selhávající podpora institucí. Tyto události dlouhodobě oslabují jejich víru ve vlastní schopnosti.

Mnohé z informantek hovoří také o tom, že zažily období naprostého dna. Ačkoliv šlo o velmi náročné situace, často je vnímají jako bod zlomu, od kterého se snaží odrazit. Navzdory minulým neúspěchům a přetrvávající nejistotě u některých žen zaznívá také snaha o změnu a obnovu důvěry v sebe samu.

4.5 Posilování sebedůvěry

Téma "Posilování sebedůvěry" navazuje na předchozí kapitolu věnovanou nízké sebedůvěře a ukazuje, jakým způsobem dochází u informantek ke změně vnímání vlastní hodnoty a schopností během pobytu v azylovém domě.

1. Vliv zvládnutí každodenní péče

Zvládání péče o děti a vedení domácnosti je pro informantky důležitým zdrojem posilování sebedůvěry. Právě tyto každodenní činnosti, které by se mohly zdát samozřejmé, jsou v kontextu života v azylovém domě vnímány jako důkaz osobní síly a schopnosti postarat se o sebe i své děti. Informantky často reflektují, že skutečnost, že zvládají péči o děti, dodržují nastavený režim a řeší každodenní úkoly, v nich upevňuje pocit, že situaci zvládají. Jedna z žen výstižně uvedla: „*Fakt jsem se nakopla tady, jako věřím si, že se o ty děcka dokážu postarat [...] máme režim nastavený, takže teď si spíš věřím.*“ (R3, I27)

Pocit zvládnutí povinností se neváže jen na péči o děti, ale i na zvládání běžné administrativy a domácích činností. Informantky popisují, že v azylovém domě si například poprvé uvědomily, že dokážou fungovat samostatně, bez závislosti na podpoře rodiny. Jak shrnuje jedna z nich: „*Tak to vyřizování, jako vyplňování nějakých těch papírů a tak, to šlo dřív úplně mimo mě... nebo vaření třeba, jako fakt jako, že jsem se tady strašně nakopla... Ale však já vařím, umím vařit, ale prostě potřebovala jsem takový ten odstup od té mamy, jakože osamostatnit se. Jako celkově, že zvládnou postarat se o ty děcka i bez mamy.*“ (R3, I26)

Zvládnutí běžných činností, jako je organizace dne, vaření nebo vedení domácnosti, je pro některé ženy spojeno s pocitem určitého osobního růstu. Např. informantka z rozhovoru

4 zdůrazňuje, že schopnost zvládnout péči o děti sama bez pomoci vnímá jako posun ve svém životě: „*Asi to, že... jakože v mém věku, že se umím postarat o ty děti sama. To asi no, že se umím postavit na vlastní nohy.*“ (R4, I18) Pocit, že jsou schopné zvládnout svůj každodenní režim, včetně výchovy dětí a chodu domácnosti, prohlubuje jejich důvěru ve vlastní schopnosti. Jak uvádí jedna z dalších informantek: „*Jsem hrdá na sebe obecně, že to zvládám, že jsem se tu, no... adaptovala jo, že jako nám to s dětma funguje... že to zvládáme.*“ (R5, I17) Potvrzuje to i informantka z rozhoru 3: „*Asi to, jak si umím prostě vyřídit sama, že jdu aj s děckama tam. Že jsem na to prostě sama, ale dokážu to, to mě posiluje.*“ (R3, I27)

Tyto výpovědi dokládají, že praktické zvládání běžných činností není pro ženy pouze nutností, ale stává se také důležitým faktorem obnovy jejich sebedůvěry a víru ve vlastní kompetenci.

2. Motivace

Motivace je jedním z klíčových prvků, které ženám pomáhají překonávat náročné situace spojené s pobytem v azylovém domě. Výpovědi ukazují, že hlavním zdrojem vnitřní síly bývají děti. Právě péče o děti a vědomí, že na nich závisí, je hlavním důvodem, proč se ženy i v těžkých situacích rozhodly nevzdat a aktivně se snaží o změnu. Jsou pro ně důvodem, proč hledat sílu jít dál, překonávat překážky a usilovat o stabilnější život. Jedna z informantek tento pocit vystihla slovy: „*Ty děti mi dávají sílu no. Byla jsem prostě připravená se o ně postarat. Jo protože já si někdy říkám, že kdybych je neměla, kdybych nebyla těhotná, tak možná by to dopadlo všechno mnohem hůř. Možná bych to prostě vzdala. Oni mě ženou dopředu. Vím, že mě potřebujou, hlavně teď to miminko.*“ (R5, I9-I10) Také další žena mluví o mateřství jako o zásadní motivaci pro zvládání náročné situace: „*Takové špatné to bylo, ale na jednu stranu jsem si řekla, že to musím zvládnout, že jsem prostě matka a musím si to vychovat sama.*“ (R6, I9)

Vedle dětí se ale v rozhovorech objevují i další zdroje motivace. Některé ženy zdůrazňují vlastní odhodlání, touhu nevzdat se nebo potřebu začít znovu. Informantka z rozhovoru 5 říká: „*To si dodávám sama, nevím, kde беру někdy tu energii (smích), ale sama si to snažím dodávat. Prostě to, že se soustředím na to, co je před náma a ne to, co jsem už zažila. Prostě se snažím jít dál.*“ (R5, I24) Podobné nastavení má i další informantka: „*Pocit prostě, že musím být silná. Říkám si, že musím, dodávám si ho sama ten pocit no.*“ (R6, I24)

Motivací může být i vědomí, že pobyt v azylovém domě je pouze přechodnou fází: „*Tak asi nejvíc mě drží to, že pořád věřím, že tohle je prostě jen taková ta přechodná fáze.*“

Prostě si říkám, že tady v azyláku to není napořád, ale že se od tadyma odstartuju.“ (R4, I24) A objevují se také konkrétní strategie, jak si motivaci udržet – například skrze hudbu nebo motivační videa: „*Já na sobě pracuji už dlouhá léta takže...asi hudba, knížky a takhle jako motivační. Motivační videa a tak.“ (R2, I24)*

Výpovědi informantek je patrné, že motivace sehrává zásadní roli v jejich každodenním fungování a v procesu obnovy. Ačkoliv hlavním hybatelem jejich úsilí jsou ve většině případů děti, motivaci nacházejí i v sobě samých, ve víře v lepší budoucnost nebo v malých, ale stabilních krocích vpřed. Vnitřní síla, snaha nenechat se zlomit a touha žít důstojnější život tvoří důležité pilíře, o které se mohou opřít. Motivace tak představuje nejen prostředek zvládání aktuální situace, ale i důležitý předpoklad pro pozitivní životní změnu.

Shrnutí tématu

Výpovědi informantek ukazují, že posilování sebedůvěry je proces, který je podmíněn zvládáním každodenní péče o děti a domácnost, podporou pracovníků a okolí, i vnitřní motivací žen. Kombinace těchto faktorů přispívá k tomu, že matky postupně získávají zpět pocit vlastní hodnoty a schopnosti ovlivnit svou životní situaci.

Schopnost zvládat každodenní péči a udržovat chod domácnosti představuje pro ženy v azylovém domě důležitý zdroj posilování sebedůvěry. Výpovědi ukazují, že i zvládání běžných úkolů, jako je vaření, organizace dne nebo péče o děti podporuje sebevědomí informantek. Pocit, že situaci zvládají, v nich posiluje víru ve vlastní schopnosti. Spolu s tím sehrává klíčovou roli motivace, která ženám pomáhá překonávat náročné momenty. Nejčastějším zdrojem motivace jsou děti, ale důležitým prvkem je také vnitřní odhodlání, víra ve změnu a snaha vybudovat nový, stabilnější život. Výpovědi tak ukazují, že informantky mají dostatečnou motivaci dělat koky vpřed ke zlepšení své situace.

4.6 Očekávání po odchodu z azylového domu

Podtéma „Očekávání po odchodu z azylového domu“ vystihuje dvojí očekávání, která informantky spojují se svou budoucností. Jejich výpovědi ukazují, že období před přechodem do samostatného života je spojeno jak s obavami a nejistotou, tak s očekáváním svobody a změny k lepšímu. V této kapitole jsou popsány dvě hlavní linie výpovědí: bojím se a těším se.

1. Bojím se

Jedním z nejčastěji zmiňovaných zdrojů nejistoty je obava z finanční samostatnosti. Některé ženy vyjadřují strach z toho, že po odchodu nebudou schopny samy zajistit všechny potřebné výdaje, a to zejména s ohledem na děti. Jak uvedla jedna z informantek: „*To, že si teď myslím, že finančně vycházím, tak potom nemusí vůbec být že. No, takže prostě se bojím, aby ty děti měly to, co budou potřebovat no. Asi ne, co chtít, ale co budou potřebovat (smích). Tak to zajistit no.*“ (R1, I33) Téma finančního zajištění se opakuje i v další výpovědi, která poukazuje na složitost zvládnání nákladů bez institucionální podpory: „*Obavy... asi to zvládnout prostě, to placení a tak. [...] Takže ty finance no, abych zvládla.*“ (R3, I33)

Ženy se také obávají ztráty zázemí a pomoci, kterou jim azylový dům poskytuje. Vyjadřují nejistotu, zda zvládnou péči o děti bez jakékoli další podpory: „*Tady jak je ta pomoc, no budu si muset zvyknout, že pak ju zas mít nebudu. Nebude se mnou bydlet někdo, kdo by mi dceru pohlídal, budu zase víc sama no.*“ (R6, I33) S tímto výrokem souzní i informantka 1, která však mluví o trochu jiné formě pomoci, co by jí mohla chybět: „*Tak tady je hodně podpora z té banky nebo aj ty hygienické potřeby a to, co potom člověk běžně jakože nakupuje. Takže to, že si teď myslím, že finančně vycházím, tak potom nemusí vůbec být že.*“

Vedle praktických obav se objevuje i silný strach z opakování dřívější negativní zkušenosti. Informantka z rozhovoru 6 otevřeně přiznává: „*Nechtěla bych se sem už vrátit, chci se z tadyma posunout. Prostě se nedostat do situace, která by nás sem mohla vrátit.*“ (R6, I33)

Z rozhovorů je patrné, že budoucnost po odchodu z azylového domu v ženách vyvolává obavy a nejistotu. Tyto pocity často nejsou jen o konkrétních situacích, ale souvisí s celkovou nejistotou z nové životní etapy, kdy budou zcela odkázané samy na sebe.

2. Těším se

Na druhé straně některé ženy výslovně uvádějí, že se budoucnosti nebojí. Vnímají samostatný život jako příležitost a šanci na nový začátek. Jak uvedla jedna z informantek: „*To už ani ničeho (smích), asi už ničeho. [...] Ale pro mě je to zase jako svoboda. Takže já se nebojím, já se spíš těším.*“ (R2, I33)

Pozitivní očekávání se objevuje i u žen, které věří, že zodpovědný přístup může jejich budoucnost pozitivně ovlivnit: „*Já si myslím, že když se člověk chová zodpovědně [...] tak obavy nemusejí být žádný. Není se podle mě jako čeho bát. Jsem připravená na vše.*“ (R5,

I33) Zásadní je i touha po svobodě a vybudování vlastního domova. Jedna z informantek uvedla: „*Těším se prostě, až budu pracovat, až děti budou ve školce jo, prostě ten byt hlavně, až budeme mít to svoje.*“ (R4, I33)

I přes obavy vnímají informantky odchod z azylového domu jako šanci na nový začátek. Jejich výpovědi ukazují, že touha po vlastním domově, svobodě a klidnějším životě je silným motivačním faktorem, který v nich posiluje naději a chuť změnit svůj život k lepšímu. Odchod z azylového domu je tak pro ně symbolem možnosti znovu si uspořádat život podle svých představ.

Shrnutí tématu

Na základě výpovědí informantek můžeme shrnout, že ženy v období před odchodem zažívají smíšené pocity. Na jedné straně se objevují obavy, a to zejména z finanční samostatnosti, ztráty podpory a návratu do předchozí krizové situace. Na druhé straně ale ženy mluví také o naději a těšení se na nový začátek. Touží po větší svobodě, klidu a možnosti vést život podle vlastních představ. Výpovědi ukazují, že i přes nejistotu se ženy snaží vnímat budoucnost pozitivně a vidí v ní příležitost něco změnit.

4.7 Plány do budoucna

Plány a představy o budoucnosti hrají důležitou roli v tom, jak ženy vnímají období po odchodu z azylového domu. Z rozhovorů vyplývá, že informantky si představují budoucnost často jako nový začátek – možnost vytvořit si stabilní domov, najít práci a zajistit lepší podmínky pro své děti. Některé z nich mají konkrétní cíle a podnikají kroky, jak jich dosáhnout, jiné se zaměřují spíše na obecnou představu klidu a samostatnosti.

1. Vize budoucího života

V představách o budoucnosti se nejčastěji objevuje touha po stabilním bydlení, klidném prostředí a možnosti začít „nový život“. Mnoho žen vnímá budoucnost pozitivně, jako období, kdy se konečně osamostatní a vytvoří domov podle vlastních představ: „*Těším se, že si budu moct konečně udělat domov podle sebe, že si budeme moct s malou zařídit byt tak, jak budeme chtít. [...] Těším se, až jí budu moct říct, že už nikam nemusíme, že tohle je náš domov.*“ (R2, I36) Podobnou touhu po stabilitě vyjádřila i další informantka: „*No chtěla bych, teda věřím, až budu někde na bytě s tím malým, tak bych si chtěla požádat, aby mi dali do péče toho staršího. [...] A pak do práce. Je to těžké co? Nic pěkného to nebude. Ale chtěla bych taky mít nějaký stabilní režim pro děti, aby měly jistotu, že jsem tady pro ně.*“ (R1, I29)

Některé ženy zároveň doufají, že změna prostředí přinese zlepšení psychického stavu a celkové životní pohody: „*Že to bude lepší, že moje psychika selepší tím pádem, že budeme díky tomu bytu šťastnější než tady.*“ (R4, I32)

Významným motivem je také profesní seberealizace a touha vrátit se do zaměstnání. V některých výpovědích zaznívá zájem o práci v oblasti péče: „*No jako líbila by se mi pečovatelka, kdyby se podařilo. [...] Takže tohle by mě bavilo.*“ (R5, I37) Další informantka plánuje návrat ke vzdělání: „*Tak jakože základ pro to, abych mohla dělat to, co bych chtěla, tak je ta maturita.*“ (R1, I30)

Mnohé ženy si přejí, aby se jejich děti měly lépe než ony samy, aby měly klidné dětství, přístup ke vzdělání a možnost budovat si vlastní vztahy. Tohle zaznívá např. v rozhovoru s informantkou 2: „*Aby se jí tady líbilo [...], aby mohla budovat ty kamarádské vztahy. Aby se konečně ustálila.*“ (R2, I34)

Navzdory tomu, že se v některých odpovědích objevují i obavy, například z finanční náročnosti nebo samostatnosti, převládá naděje, že budoucnost bude lepší. Ženy často vyjadřují víru v to, že změna je možná, a těší se na chvíli, kdy budou mít svůj klid a vlastní zázemí.

2. Snahy o zlepšení

Vedle přání a vizí ženy aktivně podnikají kroky směřující k naplnění svých plánů. Nejčastější aktivitou je hledání bydlení. Informantky popisují, že pravidelně sledují inzeráty, komunikují s realitními kanceláři nebo osobně obcházejí nabídky: „*Dívám se po inzerátech nebo chodím prostě různě jako, když na něco narazím, tak si to ofotím nebo tam prostě přímo zajdu.*“ (R2, I31) Hledání bydlení je často spojeno se spořením, které však ženy vnímají jako velmi náročné kvůli nízkému rodičovskému příspěvku a vysokým nájmům: „*Musím si našetřit první dost, ale jde to těžko no z toho rodičáku a s malýma dětma.*“ (R5, I31)

Některé ženy také aktivně hledají zaměstnání nebo uvažují o rekvalifikaci. „*Možná půjdu na nějaký kurz, třeba na tu uklízečku [...] To líčení...to bych si taky mohla udělat potom nějaký kurz na to.*“ (R6, I38) Plánování profesní dráhy často navazuje na osobní zkušenosti a zájmy, které ženy během svého života nabyly. Některé z nich nacházejí smysl v péči o druhé, a právě tyto zkušenosti je motivují k dalším profesním krokům. Např. informantka z rozhovoru 5 vyjádřila zájem stát se pečovatelkou, protože sama v minulosti intenzivně pečovala o blízkou osobu: „*Jak jsem se starala o tu mamku, když byla nemocná,*

tak mi to tak prostě dodává... nevím, jako pocit, že dělám něco užitečného, když pomáhám lidem, kteří prostě nemůžou. Takže tohle by mě bavilo.“ (R5, I37) V podobných vyjádřeních je patrná nejen touha po stabilním zaměstnání, ale také snaha nalézt profesní naplnění a dělat práci, která má pro ně hlubší význam.

Ve snaze zajistit lepší budoucnost podnikají ženy i drobné, ale důležité kroky jako je příprava na přijímací zkoušky nebo budování vztahu s dítětem: *„Jo tak obnovuju si tu školu a učím se na ty přijímačky [...] A ty děti, co se týče, tak teďka už si brávám toho staršího syna a vlastně jsem s ním navazovala ten vztah a řešíme to přes OSPOD.*“ (R1, I31)

Kromě vlastního úsilí ženy oceňují i vnější podporu například ze strany sociálních pracovníků: *„Ta moje sociální pracovnice mě jako podporuje. I ty ostatní. [...] Oni mi dávají naději, že to jako dokážu.*“ (R6, I32)

Celkově z výpovědí vyplývá, že informantky neusínají na vavřínech. Aktivně plánují, hledají možnosti a usilují o to, aby jejich budoucnost byla důstojnější než přítomnost.

Shrnutí tématu

Plány do budoucna představují důležitou součást života žen v azylových domech a jsou úzce spojeny s jejich touhou po stabilitě, bezpečí a lepším životě pro sebe i své děti. Většina informantek si představuje budoucnost jako nový začátek – chtějí si vytvořit vlastní domov, vrátit se do práce nebo dokončit vzdělání. Naděje na zlepšení života často převažuje nad obavami, i když některé ženy zmiňují nejistotu ohledně financí nebo samostatnosti.

Ženy aktivně podnikají konkrétní kroky ke změně – hledají bydlení, šetří peníze, obnovují studium nebo zvažují rekvalifikační kurzy. V mnoha výpovědích se objevuje motiv vnitřního odhodlání a osobní zodpovědnosti. Kromě toho oceňují i podporu od odborníků, která jim dodává jistotu, že nejsou na své cestě samy. Jejich vyprávění ukazují silnou motivaci a snahu zajistit lepší budoucnost – nejen pro sebe, ale především pro své děti.

5 INTERPRETACE DAT

Tato kapitola shrnuje klíčová zjištění našeho výzkumu zaměřeného na životní zkušenosti matek s dětmi v azylových domech. Výsledky nabízejí vhled do jejich subjektivního prožívání osamocení rodičovství, změn v sebedůvěře a plánů do budoucna. Můžeme tedy pomocí analýzy zodpovědět naše výzkumné otázky.

VO1: Jak matky prožívají osamocení rodičovství v prostředí azylového domu?

Prožívání osamocení rodičovství v prostředí azylového domu je pro většinu žen spojeno s intenzivními emocemi, které se pohybují mezi nejistotou, úzkostí, pocitem selhání a touhou po změně. Matky tuto životní situaci nevnímají pouze jako praktický problém zajištění bydlení či péče o děti, ale především jako krizi, která zasahuje jejich identitu, sebedůvěru i vnímání vlastní mateřské role. Často vstupují do azylového domu s pocity selhání a se ztrátou kontroly nad vlastním životem. Domníváme se, že tyto pocity mohou být důsledkem náhlého přechodu do krizové situace bez předchozí opory, ale také důsledkem vnitřního tlaku, který vzniká v konfrontaci s vlastní představou o „dobré matce“. Lze předpokládat, že ženy mají silně zakořeněné očekávání, že by měly situaci zvládnout samy, bez selhání, což však v kontextu ztráty partnera, domova i jistot není reálné. Tato představa může být sama o sobě zdrojem viny a frustrace. Na podobné souvislosti poukazuje i sociologická studie zaměřená na veřejné i osobní diskurzy o mateřství, která ukazuje, že osamělé matky často internalizují společenské normy spojené s ideálem „dobré matky“, což může negativně ovlivňovat jejich identitu, sebehodnocení i duševní zdraví (Leonard a Kelly, 2021, s. 6-7). Potvrzuje to i v našich teoretických východiscích Matoušek a kol. (2005, s. 44), podle nichž samoživitelé často čelí intenzivnímu stresu, pocitům beznaděje a ztrátě kontroly nad vlastním životem, což se negativně promítá do vnímání sebe sama i rodičovských kompetencí. Přijetí pomoci bývá navíc vnímáno jako selhání, nikoliv jako legitimní strategie přežití. Emoce jako stud, bezmoc či pocity vlastní nedostatečnosti se tak hromadí právě v období vstupu do azylového domu.

Přestože ženy samy nemusí používat silné výrazy, z jejich slov je patrné, že se nacházejí ve velmi křehkém období života – často po rozpadu vztahu, ztrátě bydlení, bez podpory rodiny a s nutností převzít plnou odpovědnost za sebe i děti. V tomto kontextu vstupují do prostředí azylového domu, které pro ně znamená nejen dočasné řešení, ale i prostor, kde si začínají zpracovávat vlastní situaci, znovu budovat režim a hledat cestu vpřed. Podobně i Froňková (2018, s. 121) ve své analýze uvádí, že informantky přicházely do azylového domu

často po zkušenostech s domácím násilím, ztrátou bydlení nebo vyhozením ze strany partnera. Hlavním motivem bylo především zajištění bezpečí pro sebe a děti, přičemž očekávání od služby se soustředila zejména na zajištění základních potřeb, především ubytování.

Pocit nejistoty, se kterým matky přicházejí do azylového domu, je často prohlubován vědomím, že kolem sebe nemají dostatek blízkých lidí, na které by se mohly v těžké situaci obrátit. Absence stabilní sociální sítě posiluje jejich osamělost a nutí je zvládat péči o děti i každodenní fungování bez vnější opory. Domníváme se, že právě tento nedostatek vztahových vazeb zvyšuje náročnost celé situace, a to hlavně ve chvíli, kdy se od žen očekává zvládání rodičovských povinností, adaptace na nové prostředí a plánování dalšího života. Tuto skutečnost potvrzuje přehledová studie Outcomes for Women After Leaving a Shelter (2024, s. 4), podle které ženy i po odchodu z azylového domu často čelí velmi omezené sociální opoře emoční nebo praktické. Jen málokdo z jejich okolí jim dokáže nabídnout dlouhodobou pomoc.

Během pobytu v azylovém domě ženy často procházejí vnitřním vývojem – od počátečního šoku, ztráty autonomie a přizpůsobování se novému režimu, přes fázi určitého zautomatizování každodenní péče, až po postupné budování nových struktur. Domníváme se, že prožívání žen je přitom úzce svázané s vnějšími podmínkami jako omezené soukromí, pravidla zařízení, sdílené prostory a přítomnost ostatních klientek prohlubují pocit nepohodlí a izolace. Zároveň se ale ukazuje, že ženy mají silnou vnitřní motivaci. Vytvářejí si vlastní denní režim, věnují se dětem a snaží se postupně pracovat na své budoucnosti. Některé z nich dokonce uvádějí, že právě díky azylovému domu získaly prostor pro „restart“, uvědomily si své schopnosti a začaly si více věřit. Objevuje se tedy nejen psychické vyčerpání a frustrace, ale také prvky vnitřního posílení a naděje. Tuto domněnku podporují závěry studie Armstrongové a kol. (2021, s. 2-3, 7-8), kteří se zaměřují na matky pobývajících v azylovém domě s malými dětmi a jejich zkušenosti s rodičovstvím v podmínkách bezdomovectví. Ukazuje se zde, že mateřství v azylovém domě je spojeno s pocitem ztráty soukromí, tlakem na zvládání situace před ostatními a hlubokým napětím mezi každodenním stresem a snahou být pro dítě oporou. Domníváme se, že právě toto vnitřní napětí vytváří prostor pro vnitřní proměnu, kdy se z krize může stát začátek nového nastavení. To se shoduje i s výpověďmi našich informantek, které popsaly, že si teprve v azylovém domě začaly znovu uvědomovat vlastní schopnosti a nacházely způsoby, jak situaci aktivně zvládat.

Můžeme říct, že významným faktorem v celém procesu zůstává přítomnost dětí, která se ukazuje jako ambivalentní. Na jedné straně jsou děti zdrojem silné motivace, na druhé straně připomínkou zodpovědnosti a tlakem na „fungování za každou cenu“. Glumbíková a Gojová (2016, s. 34–35) potvrzují, že děti jsou často hlavním impulsem ke změně, a jejich potřeby pomáhají matkám překonávat překážky. Domníváme se, že právě tento vnitřní konflikt – touha uspět jako matka versus pocity nedostatečnosti – tvoří jádro emoční ambivalence, se kterou ženy v azylovém domě žijí.

Zajímavostí také je, že na rozdíl od výpovědí našich informantek, které stigmatu spojenému s pobytem v azylovém domě nevěnovaly pozornost nebo ho vůbec nezmiňovaly, Glumbíková a Gojová (2016, s. 27, 35) ve své studii opakovaně upozorňují, že některé ženy čelí negativním reakcím okolí. Pobyt v azylovém domě je veřejností vnímán jako selhání a klientky často popisují zkušenosti se společenským odstupem nebo předsudky. Azylový dům je tak pro část z nich nejen pomocí, ale i symbolem určitého sociálního vyčlenění, což může dále ovlivňovat jejich vlastní vnímání sebe sama a oslabovat motivaci k reintegraci.

Výpovědi v našem výzkumu tedy zachycují širokou škálu emocí – od dezorientace a úzkosti přes frustraci z pravidel zařízení až po postupné přijetí reality a aktivní budování nového režimu. Ukazuje se, že prožívání osamoceného rodičovství v azylovém domě nelze generalizovat, protože je silně individuální – ovlivněné jak minulostí žen, tak aktuální podporou a kontextem, ve kterém se nachází.

Celkově lze říci, že prožívání osamoceného rodičovství v azylovém domě je dynamickým a mnohvrstevnatým procesem, v němž se bolestivé ztráty prolínají s novou nadějí, a kde každá žena hledá svou vlastní cestu ke stabilitě a důstojnosti. Závěrem lze shrnout, že osamocené rodičovství v azylovém domě je pro ženy v tomto výzkumu intenzivní a ambivalentní zkušeností. Vnímají ji jako psychicky i fyzicky náročnou, ale zároveň smysluplnou. Péče o dítě je pro ně zároveň břemenem i silou, o kterou se opírají ve chvílích nejistoty.

Zkušenost osamoceného rodičovství, jak ji ženy popisují, úzce souvisí i s jejich vnímáním sebe sama. V další otázce si odpovíme na to, jak se jejich sebedůvěra během pobytu proměňovala.

VO2: Jak se změnila sebedůvěra matek v azylových domech?

Změna sebedůvěry u matek během pobytu v azylovém domě byla v našem výzkumu velmi individuální, nicméně lze vysledovat určité společné prvky. Většina žen do zařízení

vstupovala s nízkou sebedůvěrou, cítily se vyčerpané, selhané v roli matky, bez hodnoty. Předpokládáme, že tato ztráta důvěry v sebe sama byla úzce spojená s předchozími traumatickými zážitky, jako byly rozpad partnerských vztahů nebo ztráta bydlení. Podobné prvky totiž popisují i Glumbíková a Gojová (2016, s. 34–35), které uvádějí, že nízká sebedůvěra žen často souvisí s dřívějšími vztahy, zejména s rolí partnera jako pachatele násilí nebo osoby, která je finančně či psychicky zatěžovala. Sebedůvěra je dle nich podmíněna také postavením ženy v primární rodině. Mnohé z informantek se samy označují za „černé ovce rodiny“ a vnímají silné pocity viny, výčitek nebo nedocenění. Tyto faktory pak mohou vést k závislosti na partnerovi a oslabenému sebepojetí.

Domníváme se, že sebedůvěra se u některých žen začala postupně obnovovat v momentě, kdy si vytvořily nový denní režim, zažily pocit zvládnutí situace a začaly vnímat vlastní kompetence v péči o děti i v každodenním fungování. V tomto ohledu se ukazuje význam podpory ze strany personálu azylového domu a samotného pobytu ve stabilnějším prostředí. Některé matky výslovně uvedly, že právě zde si poprvé po dlouhé době uvědomily, že zvládají fungovat samy bez partnera nebo jiné podpory a že mají sílu začít znovu. Tento moment pro ně byl zásadní a stával se počátkem posílení sebedůvěry. Naši domněnku podkládají Milaney a kol. (2016, s. 25-26), kteří upozorňují, že ženy v situaci bezdomovectví čelí emocionálním bariérám, které oslabují jejich víru ve vlastní schopnosti. Autoři zdůrazňují, že právě péče o děti může pro matky představovat silný motivační prvek – touha být oporou a zajistit dětem lepší životní podmínky je motivuje k postupné aktivizaci a posilování vlastní hodnoty. Usuzujeme tedy, že tento vnitřní motor je klíčovým prvkem změny, která může mít zásadní dopad na celkovou sebedůvěru žen.

Přestože se v našem výzkumu sebedůvěra neobjevuje přímo ve spojení s přístupem pracovníků, z některých výpovědí žen usuzujeme, že podpora a vstřícnost personálu jim pomáhaly zvládat náročné situace a mohly tím přispívat i k pocitu větší hodnoty a kompetence. Podobný dopad zmiňují i Glumbíková a Gojová (2016, s. 34-36), které popisují, že důvěra, pocit přijetí a možnost rozhodovat o vlastním životě mohou ženám pomoci obnovit sebedůvěru. Naopak nespravedlivý přístup, direktivní jednání nebo neustálá kontrola mohou vést k frustraci a posílit závislost na pomoci druhých.

Zdá se, že pokud ženy v azylovém domě nenacházejí možnost aktivního posunu ve své situaci, např. v oblasti bydlení, práce nebo osobního rozvoje, může to vést k prohlubujícím se pocitům selhání a ztráty kontroly nad vlastním životem. Tento vývoj bývá navíc ovlivněn i samotným prostředím zařízení: přísná pravidla, nedostatek soukromí či složité vztahy s

ostatními klientkami mohou zvyšovat nejistotu a oslabovat sebedůvěru. Potvrzují to závěry Glumbíkové a Gojové (2016, s. 32), podle nichž může být prostředí azylového domu pro některé ženy paradoxně zdrojem další frustrace. Pravidla bývají vnímána jako forma kontroly, strukturace času jako zásah do autonomie a požadavky na šetření jako narušení osobního prostoru. Pokud navíc chybí důvěra mezi klientkou a pracovníkem, může se posilovat pocit nesvéprávnosti a bezmoci.

Domníváme se tedy, že změna sebedůvěry u matek v azylových domech je silně ovlivněna stabilitou prostředí, dostupností podpory a možností aktivně se zapojit do plánování vlastního života. V teoretických východiscích jsme zmiňovali přehledovou studii Taylorové a Congerové (2017, s. 2, 5), které upozorňují, že posilování osobních kompetencí, jako je rozhodování a zvládání krizí, může významně přispět ke zvýšení sebedůvěry a odolnosti u matek samoživitelek. V našem výzkumu se ukázalo, že ženy sebedůvěru získávají zejména v momentě, kdy dokážou zvládat každodenní situace samy, bez partnera či jiného dospělého, a začnou vnímat vlastní schopnosti jako dostatečné. Naši domněnku potvrzuje přehledová studie Outcomes for women after leaving a shelter (2024, s. 1-3), která shrnuje kvantitativní důkazy o výstupech žen po opuštění azylových domů. Autoři uvádějí, že u žen často dochází k dočasnému nárůstu sebedůvěry během pobytu v zařízení, přičemž klíčovým faktorem je dostupná podpora a pocit kontroly nad situací. Zároveň ale varují, že po odchodu může sebedůvěra opět klesat, pokud se ženy ocitnou bez zajištěného bydlení nebo podpůrné sítě. Tento vývoj potvrzuje naše zjištění, že proměna sebedůvěry není lineární. Ženy ji ztrácejí i znovu nacházejí podle okolních podmínek i vnitřní motivace.

Celkově lze říci, že sebedůvěra matek v prostředí azylového domu prochází dynamickým vývojem – není pevně dána, ale proměňuje se v závislosti na vnějším kontextu i vnitřní práci každé ženy. Azylový dům tak může být jak místem dočasné ztráty kontroly a nejistoty, tak prostředím, kde ženy znovu získávají víru v sebe, své schopnosti a budoucnost.

Proměna sebedůvěry, která se u žen během pobytu v azylovém domě odehrála, ovlivňuje i jejich pohled do budoucna. V následující otázce se odpovíme na to, jak ženy vnímají své možnosti a očekávání po odchodu z azylového domu.

VO3: Jak matky vnímají svou budoucnost po opuštění azylového domu?

Vnímání budoucnosti po odchodu z azylového domu je u žen velmi ambivalentní a ukazuje se, že je to také silně ovlivněno jejich dosavadní zkušeností, aktuálním psychickým

stavem i konkrétními životními podmínkami. Výpovědi žen ukazují, že období před odchodem je pro většinu z nich spojeno s obavami, ale zároveň i s nadějí a touhou po změně.

Obavy a nejistota patří tedy mezi častá témata. Mnohé ženy se bojí finanční samostatnosti a ztráty institucionální podpory, kterou jim azylový dům poskytoval, a to až už v oblasti materiální pomoci nebo péče o děti. Tato nejistota je spojená s otázkami: „Zvládnou to?“, „Dokážu zabezpečit své děti?“, „Nepadnu zase na dno?“ Výpovědi ukazují, že největším strachem je návrat do dřívější krizové situace, která je mohla opět přivést zpět do systému sociální pomoci. Domníváme se, že tyto obavy mohou souviset nejen s reálnou absencí zajištění, ale i s psychologickým přechodem z bezpečného prostředí zpět do plné samostatnosti. Přechod z institucionální podpory k individuální zodpovědnosti může u žen obnovovat staré nejistoty, a zejména v situaci, kdy nemají předchozí zkušenost s fungováním bez opory partnera či systému. Tuto souvislost reflektují Glumbíková a Gojová (2016, s. 31-32, 35). Objevuje se zde napětí mezi strachy ze selhání, návratu do krizové situace, a zároveň touhou po stabilitě, samostatnosti a lepších podmínkách pro děti. Matky si uvědomují, že reintegrace do běžného života bude náročná, a že nedostatek financí či stigmatizace mohou představovat zásadní překážky.

V obou výzkumech se zároveň ukazuje, že ženy neusilují pouze o pasivní přijetí pomoci, ale podnikají konkrétní kroky, které jim mají umožnit změnu – hledají bydlení, připravují se na práci či vzdělání a snaží se poskytnout dětem lepší zázemí. Domníváme se, že podstatným hybatelem změny bývá vnitřní motivace žen, zakořeněná především v jejich vztahu k dětem. V teoretických východiscích jsme totiž zmiňovali, že mateřství může být zdrojem smyslu a vnitřní síly i v náročných situacích. Péče o dítě poskytuje matkám emoční vazbu a motivaci zvládat každodenní obtíže, čímž se stává klíčovým faktorem v procesu jejich aktivizace (Matoušek a kol., 2005, s. 45). Odlišný akcent v plánování ale přináší výzkum Froňkové (2018, s. 129-130), která klade důraz na význam individuálních plánů jako podpůrného nástroje při přípravě na samostatný život. Její informantky oceňují, že díky plánům mají jasně strukturované úkoly a mohou sledovat vlastní posun, což jim pomáhá posilovat kompetence i motivaci k osamostatnění. Tento prvek se v našem výzkumu výslovně neobjevoval. Ženy sice aktivně plánují určité kroky, ale činí tak spíše intuitivně, bez opory v systematickém plánování ze strany pracovníků zařízení.

I přes motivaci a snahy žen o zajištění lepší budoucnosti zůstává přítomná nejistota, zejména kvůli nízkým finančním příjmům a obtížnému přístupu k nájemnímu bydlení. Vedle těchto obav se však ve výpovědích matek stále silněji objevuje i druhý pól – naděje a

pozitivní očekávání. Touha po svobodě, samostatnosti a stabilitě se v jejich výpovědích objevuje opakovaně. Některé ženy přímo uvádějí, že se těší na to, až si konečně budou moci zařídit domov podle sebe, až budou mít vlastní klidný prostor, kde budou moci zůstat natrvalo. Vize budoucnosti se tak často opírá o stabilní bydlení, návrat do zaměstnání, dokončení vzdělání, a hlavně zajištění lepšího života pro děti. Domníváme se tedy, že ženy svou představu o budoucnosti staví velmi i kolem dětí – péče o ně, jejich bezpečí a stabilita tvoří středobod jejich uvažování o tom, co přijde dál. Potvrzují to Milaney a kol. (2016, s. 24-26), kteří ukazují, že mateřství hraje v procesu změny zásadní roli. Matky často formulují svou budoucnost právě skrze potřeby a bezpečí svých dětí – přejí si vytvořit stabilní domov, zajistit kvalitnější podmínky pro výchovu a předejít dalším krizím. Touha poskytnout dětem lepší život funguje jako hnací síla pro překonávání překážek a hledání cesty k trvalému řešení. Tyto závěry se shodují s výpověďmi našich informantek, které i přes přetrvávající nejistotu aktivně plánují konkrétní kroky a doufají, že samostatný život jim umožní nabídnout dětem stabilnější a bezpečnější prostředí.

Celkově lze říci, že pohled na budoucnost po opuštění azylového domu se u žen pohybuje mezi dvěma póly – strachem a nadějí. Výpovědi matek ukazují, že i přes četné překážky vnímají samostatný život jako šanci – možnost znovu uchopit kontrolu nad vlastním životem a poskytnout svým dětem stabilnější zázemí. To z nich činí nejen pasivní příjemkyně pomoci, ale aktivní činitele vlastní změny.

Napříč odpověďmi na všechny tři otázky se ukazuje, že prožívání osamocенého rodičovství v azylovém domě není jednorozměrné. Je to proces, kde se bolest a bezmoc mísí s momenty síly, kompetence a naděje. Sebedůvěra, mateřská identita i vize budoucnosti se vzájemně ovlivňují a proměňují v závislosti na podmínkách i vnitřních zdrojích každé ženy.

6 LIMITY VÝZKUMU

Za hlavní limit výzkumu považujeme skutečnost, že některé informantky nebyly příliš sdílné, což do určité míry omezilo možnost hlubší analýzy jejich zkušeností. Vzhledem k citlivosti tématu je tato opatrnost pochopitelná. Do budoucna by mohlo být přínosné věnovat více času navázání důvěry před samotným rozhovorem, např. formou neformálních setkání a budování důvěrnějšího vztahu. Takový přístup by mohl pomoci vytvořit bezpečnější prostor, ve kterém by se ženy cítily otevřenější ke sdílení osobních prožitků.

ZÁVĚR

Tato bakalářská práce se zaměřila na životní zkušenosti matek s dětmi, které pobývají v azylových domech. Jedná se o aktuální a společensky závažné téma, které zasahuje do oblasti rodiny, sociálních služeb i rovnosti příležitostí. Matky, které se ocitají v této situaci, jsou často vystaveny mnoha stresorům, ztrátám a přechodovým obdobím, během nichž čelí nejen praktickým obtížím, ale i psychické zátěži a nejistotě ohledně budoucnosti.

Teoretická část práce byla rozdělena do dvou kapitol. V první z nich jsme se věnovali proměnám rodiny v současné společnosti a zaměřili jsme se na vymezení cílové skupiny – matek v obtížné životní situaci, kterým jsou určeny specifické sociální služby. V této souvislosti jsme popsali zejména fungování azylových domů a možnosti finanční podpory. Druhá kapitola se věnovala problematice osamocení rodičovství, přičemž jsme zdůraznili jeho příčiny, dopady a každodenní výzvy, s nimiž se matky samoživitelky potýkají.

Praktická část práce byla zaměřena na kvalitativní výzkum, který byl realizován formou polostrukturovaných rozhovorů s klientkami azylových domů. Cílem bylo zjistit, jak ženy prožívají osamocené rodičovství v tomto specifickém prostředí, jak se v průběhu pobytu mění jejich sebedůvěra a jak nahlíží na svou budoucnost po odchodu ze zařízení. Výpovědi informantek nám poskytly hlubší vhled do toho, co pro matky znamená pobyt v azylovém domě nejen z hlediska materiálního zajištění, ale i z psychologického a osobního pohledu.

Z výzkumu vyplynulo, že azylový dům představuje pro ženy nejen dočasné útočiště, ale i prostor pro vnitřní proměnu. Významným motivem zůstává péče o děti, která je pro matky zároveň zdrojem síly i tlaku. Ukázalo se, že prožívání žen je silně individuální, ovlivněné předchozími životními zkušenostmi, charakterem zařízení i mírou dostupné podpory. Zatímco některé ženy popisovaly období pobytu jako šanci na restart, jiné vnímaly frustraci, ztrátu autonomie či přetrvávající nejistotu. Přesto se většina z nich snaží aktivně hledat nové možnosti a budovat stabilnější životní zázemí.

Věříme, že tato práce přispívá k hlubšímu porozumění situaci osamocených matek v azylových domech a může být přínosem nejen pro odborníky v oblasti sociální pedagogiky, ale také pro pracovníky sociálních služeb, kteří se s touto cílovou skupinou každodenně setkávají. Přiblížení individuálních zkušeností matek může pomoci lépe pochopit jejich potřeby, obavy, ale i vnitřní sílu a motivaci ke změně.

Závěrem lze říci, že pro zvládání tak náročné životní etapy, jakou je pobyt v azylovém domě, je klíčová dostupnost podpory, která je nejen praktická, ale především lidsky citlivá,

partnerská a respektující. Taková podpora může ženám pomoci nejen přečkat krizi, ale také ji proměnit v příležitost k posílení vlastní hodnoty, obnovení důvěry ve své schopnosti a nalezení nové životní stability. Téma této práce tak poukazuje nejen na zranitelnost a limity, ale i na schopnost adaptace, vnitřní proměnu a naději, které v sobě ženy nesou, a které si zaslouží, aby jim byla věnována pozornost a podpora na cestě k důstojnému a samostatnému životu.

SEZNAM POUŽITÉ LITERATURY

AGENTURA PRO SOCIÁLNÍ ZAČLEŇOVÁNÍ, 2021. *Azylové domy jako součást systémového sociálního začleňování: případová studie Liberec*. Online. Praha: Agentura pro sociální začleňování při MMR. Dostupné z: <https://www.socialni-zaclenovani.gov.cz/wp-content/uploads/2021/05/Azylove-domy-Pripadova-studie-Liberec.pdf>. [cit. 2025-04-03].

ARCIDIECÉZNÍ CHARITA PRAHA, 2025. *Sociální bydlení*. Online. Dostupné z: <https://praha.charita.cz/sluzby/socialni-bydleni/>. [cit. 2025-03-06].

ARMSTRONG, Jenna M.; OWENS Caitlyn R. a HASKETT Mary E., 2021. Effects of a Brief Parenting Intervention In Shelters For Mothers And Their Children Experiencing Homelessness. Online. *Journal of Child and Family Studies*. Vol. 30, no. 8, s. 2097–2107. Dostupné z: <https://doi.org/10.1007/s10826-021-02021-2>. [cit. 2025-04-02].

AZER, Izzat; MOHAMAD, Syafiq Ariff; HASHIM, Haliza; MANSOR, Fariza a AZUDIN, Mohd Zaid Mohd, 2022. Self-Esteem, Quality of Life and Financial Well-Being: A Review on Psychological Health Factors of Single Mothers. Online. *Malaysian Journal of Social Sciences and Humanities*. Vol. 7, no. 10, s. 1-5. Dostupné z: <https://doi.org/10.47405/mjssh.v7i10.1842>. [cit. 2025-04-03].

BLATNÁ, Michaela, [b.d.]. *Psychologická pomoc pro pozůstalé*. Online. České sdružení obětí dopravních nehod. Dostupné z: <https://www.csodn.cz/texty/psychologicka-pomoc-pro-pozustale>. [cit. 2025-03-05].

BUSKOTTE, Andrea, 2008. *Z pekla ven: žena v domácím násilí*. Brno: Computer Press. ISBN 978-80-251-1786-6.

CAMPION, Mukti Jain, 1995. *Who's Fit to Be a Parent*. Online. London: Routledge. ISBN 0-203-99319-5. Dostupné z: https://books.google.co.ug/books?id=X83Xo7OtwLkC&printsec=frontcover&source=gb_s_atb#v=onepage&q&f=false. [cit. 2025-02-20].

Cesta pro rodinu, [b.d.]. *Krizová pomoc*. Online. Dostupné z: https://www.cestaprorodinu.cz/sluzby/azylovy_dum_a_krizova_pomoc/krizova_pomoc-3-13-21.html. [cit. 2025-03-06].

ČESKO, 2006. § 60a zákona č. 108/2006 Sb., o sociálních službách – znění od 1. 3. 2025. In: *Zákony pro lidi.cz* [online]. © AION CS 2010–2025. Dostupné z: <https://www.zakonyprolidi.cz/cs/2006-108#p60a>. [cit. 2025-03-06].

ČESKO. § 7 odst. 7 zákona č. 117/1995 Sb., o státní sociální podpoře – znění od 1. 1. 2025. In: *Zákony pro lidi.cz* [online]. © AION CS 2010–2025. Dostupné z: <https://www.zakonyprolidi.cz/cs/1995-117#p7-7>. [cit. 2025-02-20].

ČESKÝ ROZHLAS, 2019. *Osm ghett se 780 lidmi. Kroměříž, Vsetín, Valašské Meziříčí i Uherský Brod mají problémové lokality*. Online. 12. října 2019. Dostupné z: <https://zlin.rozhlas.cz/osm-ghett-se-780-lidmi-kromeriz-vsetin-valasske-mezirici-i-uhersky-brod-maji-8089930>. [cit. 2025-04-06].

ČESKÝ STATISTICKÝ ÚŘAD, 2020. *Ženy a muži v datech - 2020*. Online. 31.12.2020. Dostupné z: <https://csu.gov.cz/produkty/zeny-a-muzi-v-datech-2020>. [cit. 2025-02-21].

ČESKÝ STATISTICKÝ ÚŘAD, 2024. *Jak bydlí domácnosti podle výsledků sčítání lidu*. Online. 20.11.2024. Dostupné z: <https://csu.gov.cz/docs/107508/a9eea71d-4279-2497-78c4-5b01359f60f0/17021624.pdf?version=1.0>. [cit. 2025-02-21].

ČESKÝ STATISTICKÝ ÚŘAD, 2024. *Narození*. Online. 17.05.2024. Dostupné z: <https://csu.gov.cz/narozeni?pocet=10&start=0&podskupiny=133&razeni=-datumVydani#data-a-casove-rady>. [cit. 2025-02-06].

ČESKÝ STATISTICKÝ ÚŘAD, 2024. *Příjmy českých domácností reálně klesly*. Online. 29. 02. 2024, 10. 06. 2024. Dostupné z: <https://csu.gov.cz/produkty/prijmy-ceskych-domacnosti-realne-klesly>. [cit. 2025-03-31].

ČESKÝ STATISTICKÝ ÚŘAD, 2025. *Analytické ukazatele demografického vývoje České republiky (roční údaje)*. Online. 4.2.2025. Dostupné z: <https://vdb.czso.cz/vdbvo2/faces/index.jsf?page=vystup-objekt&pvo=DEMDCR1A&pvokc=&katalog=33157&z=T#w=>. [cit. 2025-02-04].

ČESKÝ STATISTICKÝ ÚŘAD, 2025. *Nezaměstnanost v Olomouckém kraji k 31. 12. 2024*. Online. 28. 01. 2025. Dostupné z: <https://csu.gov.cz/olk/nezamestnanost-v-olomouckem-kraji-k-31-12-2024>. [cit. 2025-03-31].

ČESKÝ STATISTICKÝ ÚŘAD, 2025. *Nezaměstnanost ve Zlínském kraji k 28. 2. 2025*. Online. 19. 03. 2025. Dostupné z: <https://csu.gov.cz/zlk/nezamestnanost-ve-zlinskem-kraji-k-28-2-2025>. [cit. 2025-03-31].

DOČEKAL, Vít a KLIMENT, Pavel, 2016. *Pohled na bezdomovství v České republice*. Olomouc: Univerzita Palackého v Olomouci. ISBN 978-80-244-5007-0.

FRONKOVÁ, Veronika, 2018. *Analýza současného fungování neziskových organizací v oblasti kultury a návrh její optimalizace na příkladu organizace Contempuls*. Online, Rigorózní práce, vedoucí PhDr. Kateřina Šámalová, PhD. Praha: Univerzita Karlova. Dostupné

z: <https://dspace.cuni.cz/bitstream/handle/20.500.11956/96119/150039668.pdf?sequence=1&isAllowed=y>. [cit. 2025-03-31].

GLUMBÍKOVÁ, Kateřina a GOJOVÁ, Alice, 2016. Vnímané potřeby klientek azylových domů pro ženy a matky s dětmi. Online. *Sociální práce / Sociálna práca*. Roč. 16, č. 3, s. 21-38. ISSN 1805-885X. Dostupné z: <https://socialniprace.cz/wp-content/uploads/2020/11/2016-3.pdf>. [cit. 2025-03-31].

GUCCIARDI, Enza, CELASUN, Nalan, a STEWART, Donna E., 2004. Single-mother families in Canada. Online. *Canadian journal of public health / Revue canadienne de sante publique*. Vol. 95, no. 1, s. 70–73. Dostupné z: <https://doi.org/10.1007/BF03403638> [cit. 2025-02-25].

JACOBSEN, K. a kol., 2024. Outcomes for women after leaving a shelter: A scoping review of the quantitative evidence. *Women's Studies International Forum*. Vol. 105, no. 102921, s. 1-12. Dostupné z: <https://doi.org/10.1016/j.wsif.2024.102921>. [cit. 2025-04-02].

KIM, Aeree; JEON, Soo Jin, a SONG, Jung Hye, 2023. Self-Stigma and Mental Health in Divorced Single-Parent Women: Mediating Effect of Self-Esteem. Online. *Behavioral Sciences*. Vol. 13, no. 9, s. 1-11. Dostupné z: <https://doi.org/10.3390/bs13090744>. [cit. 2025-04-03].

KOTKOVÁ, Martina (ed.), a kol., 2014. *Domácí násilí v kontextu rodiny a práce*. Online. Brno: Spondea. ISBN 978-80-254-8499-9. Dostupné z: https://www.spondea.cz/_files/userfiles/pdf/Domaci_nasili_kontext_rodiny_prace.pdf. [cit. 2025-02-14].

KRAUS, Blahoslav, 2008. *Základy sociální pedagogiky*. Praha: Portál. ISBN 978-80-7367-383-3.

LEONARD, Madeleine a KELLY, Grace, 2021. Constructing the 'good' mother: pride and shame in lone mothers' narratives of motherhood. Online. *International Journal of Sociology and Social Policy*. Vol. 42 No. 9/10, s. 852-864. Dostupné z: <https://doi.org/10.1108/IJSSP-06-2021-0151>. [cit. 2025-04-09].

MATOUŠEK, Oldřich a PAZLAROVÁ, Hana, 2014. *Podpora rodiny: manuál pro pomáhající profese*. Praha: Portál. ISBN 978-80-262-0697-2.

MATOUŠEK, Oldřich, 2003. *Metody a řízení sociální práce*. Praha: Portál. ISBN 80-717-8548-2.

MATOUŠEK, Oldřich, 2007. *Sociální služby: legislativa, ekonomika, plánování, hodnocení*. Praha: Portál. ISBN 978-80-7367-310-9.

MATOUŠEK, Oldřich; KODYMOVÁ, Pavla a KOLÁČKOVÁ, Jana, 2005. *Sociální práce v praxi: specifika různých cílových skupin a práce s nimi*. Praha: Portál. ISBN 80-736-7002-X.

MILANEY, Katrina; RAMAGE Kaylee; FANG Xiao Yang a LOUIS Marilyn, 2016. *Understanding Mothers Experiencing Homelessness: A Gendered Approach to Finding Solutions for Family Homelessness* [online]. Dostupné z: <https://www.feantsa.org/download/understanding-mothers-experiencing-homelessness-a-gendered-approach-to-f8248133891617661436.pdf>

MINISTERSTVO PRÁCE A SOCIÁLNÍCH VĚCÍ, [b.d. a]. *Co je sociální bydlení?* Online. Sociální bydlení. Dostupné z: <https://socialnibydeni.mpsv.cz/pomoc/co-je-socialni-bydleni>. [cit. 2025-03-06].

MINISTERSTVO PRÁCE A SOCIÁLNÍCH VĚCÍ, [b.d. b]. *Co je sociální bydlení?* Online. Sociální bydlení. Dostupné z: <https://socialnibydeni.mpsv.cz/socialni-bydleni>. [cit. 2025-03-06].

MINISTERSTVO PRÁCE A SOCIÁLNÍCH VĚCÍ, [b.d.]. *Krizové bydlení*. Online. Sociální bydlení. Dostupné z: <https://socialnibydeni.mpsv.cz/socialni-bydleni/temata/krizove-bydleni>. [cit. 2025-03-06].

MINISTERSTVO PRÁCE A SOCIÁLNÍCH VĚCÍ, 2025. *Státní sociální podpora*. Online. 3. 6. 2024. Dostupné z: <https://www.mpsv.cz/statni-socialni-podpora>. [cit. 2025-02-26].

MINISTERSTVO PRO MÍSTNÍ ROZVOJ ČR, 2024. *Pětina Čechů vnímá náklady na byt jako velkou zátěž. MMR začalo vydávat pravidelnou Zprávu o dostupnosti bydlení*. Online. 29. 11. 2024. Dostupné z: <https://mmr.gov.cz/cs/ostatni/web/novinky/petina-cechu-vnima-naklady-na-byt-jako-velkou-zate>. [cit. 2025-03-31].

NEŠPOROVÁ, Olga; HOLPUCH, Petr; JANUROVÁ, Kristýna a KUCHAROVÁ, Věra, 2019. *Sčítání osob bez domova v České republice 2019: kategorie bez střechy a vybrané*

kategorie bez bytu podle typologie ETHOS. [Online]. Praha: Výzkumný ústav práce a sociálních věcí, v. v. i. ISBN 978-80-7416-365-7. Dostupné z: https://katalog.vupsv.cz/Fulltext/vz_458.pdf. [cit. 2025-03-30].

PALONCYOVÁ, Jana; BARVÍKOVÁ, Jana; HÖHNE, Sylva a KUCHAROVÁ, Věra, 2020. Jak se žije sólo rodičům a co potřebují. Online. In: *Policy Briefs VÚPSV*, v. v. i. Praha: Výzkumný ústav práce a sociálních věcí, s. 1-3. ISSN 2694-9482. Dostupné z: https://katalog.vupsv.cz/fulltext/PB_04-2020.pdf. [cit. 2025-02-23].

PROCHÁZKA, Miroslav, 2012. *Sociální pedagogika*. Pedagogika. Praha: Grada. ISBN 978-80-247-3470-5.

PRŮDKOVÁ, Táňa a NOVOTNÝ, Přemysl, 2008. *Bezdomovectví*. Praha: Triton. ISBN 978-80-7387-100-0.

REES, Enchave; BEEBER, Scott Necsoi; SAMPSON, Russell a LIETZ, Jeynes Pickett, 2023. Empowering Single Parents: Navigating Socio-Economic Challenges and Fostering Resilience in Family Well-being. Online. *Law and Economics*. Vol. 17, no. 2, s. 131-150. ISSN 3026-1929. Dostupné z: <https://journals.ristek.or.id/index.php/LE/article/view/5/5>. [cit. 2025-02-21].

ŘIHÁČEK, Tomáš; ČERMÁK, Ivo a HYTYCH, Roman, 2013. *Kvalitativní analýza textů: čtyři přístupy*. Brno: Masarykova univerzita. ISBN 978-80-210-6382-2.

SOBOTKOVÁ, Irena, 2012. *Psychologie rodiny*. 3. vyd. Praha: Portál. ISBN 978-80-262-0217-2.

SOLOMON, Juliet a TITHERIDGE, Helena, 2008. *Social exclusion, accessibility and lone parents*. Social Research in Transport (SORT) Clearinghouse. Dostupné z: https://www.researchgate.net/publication/37183790_Social_exclusion_accessibility_and_lone_parents [cit. 2025-02-25].

STOLTZ, Pauline, 1997. Single Mothers and the Dilemmas of Universal Social Policies. Online. *Journal of Social Policy*. Vol. 26, no. 4, s. 425-443. Dostupné z: <https://doi.org/10.1017/S0047279497005114>. [cit. 2025-02-25].

ŠVARÍČEK, Roman a ŠEĐOVÁ, Klára, 2007. *Kvalitativní výzkum v pedagogických vědách*. Praha: Portál. ISBN 978-80-7367-313-0.

TAYLOR, Zoelene E. a CONGER, Katherine J., 2017. Child Development in the Context of Family Risk and Resilience. Online. In: TETI, Douglas M., ed. *Parenting and Family*

Processes in Child Maltreatment and Intervention. Cham: Springer, s. 1-7. Dostupné z: https://doi.org/10.1007/978-3-319-68321-4_4. [cit. 2025-04-03].

TĚŠÍNSKÁ, Michaela, 2017. *V sociálně vyloučených lokalitách nežijí hlavně romští obyvatelé*. Online. Lidové noviny. 20. července 2017. Dostupné z: https://www.lidovky.cz/ceska-pozice/v-socialne-vyloucenych-lokalitach-neziji-hlavne-romsti-obyvatele.A170718_140013_pozice-tema_lube. [cit. 2025-04-06].

VEŘEJNÝ OCHRÁNCE PRÁV, 2020. *Přístupnost sociálních služeb: azylové domy a noclehárny pro lidi s postižením*. Online. Brno: Kancelář veřejného ochránce práv. Dostupné z: https://www.ochrance.cz/dokument/pristupnost_socialnich_sluzeb_azylove_domy_a_nocleharny_pro_lidi_s_postizenim/zaverecna_zprava2020_azylove_domy_final.pdf. [cit. 2025-04-03].

Zachraň bydlení, 2022. *Možnosti sociálního bydlení v České republice*. Online. Dostupné z: <https://www.zachranbydleni.cz/moznosti-socialniho-bydleni-v-ceske-republice/>. [cit. 2025-03-06].

ZAIN, Sharifah Munirah; HASSAN, Hafizhah a NORDIN, Mohamad Sazali, 2024. Relationship between Self-Esteem, Social Support and Life Satisfaction among Single Mothers in Selangor. Online. *International Journal of Academic Research in Business and Social Sciences*. Vol. 14, no. 10, s. 1992-2001. Dostupné z: <https://hrmars.com/index.php/papers/detail/IJARBSS/18358>. [cit. 2025-04-03].

SEZNAM TABULEK

Tabulka 1 Hlavní témata a podtémata.....	40
--	----

SEZNAM POUŽITÝCH SYMBOLŮ A ZKRATEK

ČSÚ	Český statistický úřad
IPA	Interpretativní fenomenologická analýza
MMR	Ministerstvo pro místní rozvoj
MPSV	Ministerstvo práce a sociálních věcí
OSPOD	Orgán sociálně-právní ochrany dětí
VO	Výzkumná otázka

SEZNAM PŘÍLOH

Příloha P I: Otázky do rozhovoru

PŘÍLOHA P I: OTÁZKY DO ROZHOVORU

Úvodní otázky

- Kolik Vám je let?
- Jste tu poprvé? Jak dlouho tu jste? Kolik máte dětí, kolik jim je let?
- Můžete mi popsat důvody, co vedly k tomu, že jste se rozhodla nebo musela přijít do azylového domu?

Osamocené rodičovství

- Máte/měla jste partnera? Popř. podílel/podílí se na výchově vašich dětí?
- Máte v současné době někoho, s kým se pravidelně stýkáte mimo azylový dům, třeba přátelé/známé/rodinné příslušníky? Pomáhají vám nějakým způsobem?
- Jaké byly vaše první pocity, když jste se ocitla v situaci, že jste na výchovu dětí sama?
- Jak prožíváte osamocené rodičovství teď?
- Jaké vnímáte rozdíly mezi životem v azylovém domě a životem předtím? Můžete mi popsat situace v čem je to jiné?
- Jaký máte vztah se svými dětmi? Změnil se, když jste se ocitla v azylovém domě?
- Můžete mi popsat, jaké jsou Vaše každodenní činnosti jako matky v azylovém domě?
- Máte někdy prostor pro odpočinek nebo čas jen pro sebe? Jak ho trávíte?
- Jaký byl Váš nejšťastnější okamžik s dětmi, i když jste byla v těžké situaci?
- Je něco, co Vás překvapilo na tom, jak zvládáte být na děti sama? Něco, co byste o sobě dříve neřekla?
- Jak vnímáte pomoc, kterou Vám poskytují pracovníci v azylovém domě?

Sebedůvěra

- Jak se cítíte v prostředí azylového domu? Cítíte, že Vás prostředí azylového domu v něčem posiluje nebo naopak oslabuje?
- Můžete mi popsat v čem si ne/věříte, co ne/zvládáte?

- Můžete popsat okamžiky/situace, kdy jste se cítila silnější?
- Byly chvíle, kdy jste se cítila úplně na dně, co se týče Vašeho života? Můžete popsat, co jste v těch chvílích prožívala?
- V jaké fázi se nyní nacházíte? Už jste se dokázala dostat ze dna, nebo se stále snažíte najít cestu?
- Co je pro Vás v každodenním životě největší výzvou?
- Co Vám dodává odvahu a pocit, že něco dokážete?
- Kdy jste naposledy zažila pocit, že jste na sebe hrdá? Co to bylo?
- Co by Vám pomohlo cítit se silnější a sebevědomější?
- Jaké máte vztahy s ostatními klientkami azylového domu?
- Naučila jste se něco od ostatních matek v azylovém domě?

Budoucnost

- Jaké máte pocity ohledně své budoucnosti? Jak si ji představujete po odchodu z azylového domu?
- Máte nějaké konkrétní cíle? Jak byste jich chtěla dosáhnout?
- Podnikáte již nějaké kroky, aby se Vaše budoucnost vyvíjela podle Vašich představ?
- Co Vám dává naději, pokud jde o budoucnost Vás a Vašich dětí?
- Jaké jsou Vaše obavy ohledně života po opuštění azylového domu? Čeho se nejvíce bojíte?
- Co byste si přála pro své děti?
- Máte už nějaké plány, kde byste mohla bydlet, až azylový dům opustíte?
- Máte z přechodu do nového bydlení nějaké obavy?
- Pracujete teď někde? Jaké jsou Vaše představy o práci, kterou byste chtěla v budoucnu vykonávat?
- Máte nějaké zájmy/dovednosti, kterým byste se v budoucnu chtěla věnovat/rozvíjet je?