

**Pražská vysoká škola psychosociálních studií**



**Prožívání prvorodičky v období krátce před plánovaným termínem porodu**

Bc. Jana Čížková

**Diplomová práce**

Studijní program: Psychologie

Vedoucí práce: Mgr. Ing. Eva Dubovská

**Praha 2019**

**Prague College of Psychosocial Studies**

Study program: Psychology

**Experience of a First-time Mother in the Period Shortly  
Before the Scheduled Date of Delivery**

Bc. Jana Čížková

**Diploma Thesis**

The Diploma Thesis Supervisor: Mgr. Ing. Eva Dubovská

**Prague 2019**

## **Prohlášení**

1. Prohlašuji, že jsem tuto diplomovou práci vypracovala samostatně a výhradně s použitím citovaných pramenů, literatury a dalších odborných zdrojů.
2. Prohlašuji, že práce nebyla využita v rámci jiného vysokoškolského studia či k získání jiného nebo stejného titulu.
3. Souhlasím s tím, aby práce byla zpřístupněna pro studijní a výzkumné účely.

V ..... dne .....

Podpis .....

## **Poděkování**

Děkuji Ing. Mgr. Evě Dubovské za podnětné vedení této práce. Dále bych chtěla poděkovat respondentkám, že se rozhodly zúčastnit výzkumného šetření a za jejich otevřenost během rozhovorů.

Bc. Jana Čížková

**Anotace:**

Cílem této práce je popsat prožívání prvorodičky krátce před termínem porodu. Práce je rozdělena na dvě části. V první části jsou shrnuty teoretické poznatky o těhotenství, porodu a psychologických aspektech souvisejících s těhotenstvím. V druhé, praktické části je realizovaná tematická analýza nestrukturovaných rozhovorů s prvorodičkami, které měly 5–17 dní do termínu porodu. Analýza přinesla velké množství kódů, které byly uspořádány do šesti hlavních témat. Každé z těchto témat obsahuje 2–4 podtémata.

**Klíčová slova:**

Těhotenství, porod, prvorodička, prožívání

**Abstract:**

The aim of this work is to describe the experience of primipara shortly before the date of delivery. The thesis is divided into two parts. The first part summarizes the theoretical knowledge of pregnancy, childbirth and psychological aspects related to the pregnancy. In the second, practical part, is realized a thematic analysis of unstructured interviews with first time mothers to be, who had 5–17 days to the date of delivery, The analysis generated a large number of codes that were organized into 6 main topics. Each of these topics contains 2–4 subtopics.

**Key words:**

Pregnancy, giving birth, first-time mother, experiencing

# Obsah

Úvod	7
Teoretická část	8
1 Průběh těhotenství	8
1.1 Oplození a první trimestr	9
1.2 Druhý trimestr (od 13. do 28. týdne)	10
1.3 Třetí trimestr (od 29. týdne do porodu)	11
1.3.1 Zralost plodu – závěr těhotenství (38. týden)	12
1.4 Zdravotní péče o těhotnou ženu v České republice	14
2 Porod	17
2.1 Průběh porodu	17
2.2 Předporodní příprava	20
3 Psychologické aspekty těhotenství a porodu	22
3.1 Vztah perinatální péče a prožívání rodičky	22
3.2 Psychické procesy prvorodičky v průběhu těhotenství	23
3.2.1 Psychologické aspekty početí	24
3.2.2 Negativní prožitky v průběhu 1. a 2. trimestru	25
3.2.3 Prožívání třetího trimestru a období krátce před porodem	26
3.3 Proměna osobní identity s příchodem mateřství	27
3.4 Těhotenství a partnerský vztah	29
Praktická část	30
4 Výzkumné šetření	30
4.1 Výzkumný problém, cíl výzkumu	30
4.2 Metodika výzkumu	30
4.2.1 Metoda zpracování získaných dat	32
4.3 Popis získávání dat	32
4.4 Reflexe vlastní zkušenosti, východisko pro výzkumný problém	34
4.5 Charakteristika respondentek	36
4.6 Tematická analýza získaných dat	38
4.7 Shrnutí hlavních zjištění a odpovědi na výzkumné otázky	62
5 Diskuze	67
Závěr	70
Seznam zdrojů	71
Příloha A: Tamara	1

Příloha B: Lucie	10
Příloha C: Anna	20
Příloha D: Ema	31
Příloha E: Marie	37
Příloha F: Dita	47
Příloha G: Informační leták	54
Bibliografické údaje	1
Evidenční list knihovny	2

# Úvod

„*Velice rozmnožím tvé trápení i bolesti v těhotenství, syny budeš rodit v utrpení*” (Genesis 3,16). Tento ortel vyřkl Hospodin nad ženou v edenské zahradě. Dle náboženské tradice jsme my, ženy, určeny k tomu, abychom v těhotenství a při porodu trpěly. A možná právě toto prokletí činí z porodu až mystickou událost, během které „prokletá“, tedy žena, přivede na svět nový život. Možná je ona mystičnost obsažena právě v ambivalencích, které se spojí v jedno. Zážitek bolesti a smrtelného strachu se setkává s novým životem.

Porod je každopádně hraniční zkušeností v životě ženy, kterému předchází těhotenství – což je nejen fyziologický proces vývoje plodu, ale i psychická příprava na nastávající životní událost. Období před termínem porodu je vrcholem této přípravy, a proto i bohatým zdrojem poznání ženského prožívání vztahující se k porodu a mateřství.

Tato práce vychází z holistického pohledu na člověka a jeho zdraví. Člověk je biopsychosociální bytost: je výsledkem neustálého vzájemného ovlivňování těla, psychiky a sociálního prostředí, ve kterém se nachází. Kapitoly v teoretické části práce jsou psány tak, aby postihly celistvý náhled na ženu a novou životní etapu, která ji potkala. Domnívám se totiž, že jedině tak jsme schopni pochopit jedinečné prožívání člověka.

Teoretická část má tři hlavní kapitoly. První je popis průběhu těhotenství, poté Porod a příprava na něj a poslední jsou Psychologické aspekty, ve kterých jsou shrnuty teoretické poznatky z oblasti psychologie těhotenství a porodu. V praktické části práce, byly uskutečněny rozhovory se šesti respondentkami, těhotnými ženami, které se nacházely v období krátce (max. 17 dní) před termínem porodu. Z rozhovorů se vykryštovala témata, která jsou v prožívání ženy před porodem důležitá.

Inspirací pro realizaci této diplomové práce pro mě byla vlastní zkušenost s narozením syna a intenzita prožívaných emocí v období čekání na porod. Tyto pocity jsem si zapisovala do deníku, jehož analýza je zahrnuta do kapitoly 4.4 Reflexe vlastní zkušenosti, východisko pro výzkumný problém.



# Teoretická část

## 1 Průběh těhotenství

Těhotenství, hlavně to první, je velmi silná psychická zkušenost. V běžné řeči se mu říká „jiný stav“, což má svá odůvodnění. Jedná se o období výrazných fyziologických, psychických a sociálních změn. Mělo by být bráno jako komplex bio-psycho-sociálního fenoménu, ve kterém fyziologické změny doprovází změny psychologické. Tyto změny pak reagují v sociálním prostředí (Bjelica & kol., 2018).

Psychoanalyticky orientovaní psychologové jako první popsali komplexnost psychologických změn v období gravidity. Tyto změny podle nich souvisí s uspokojením narcistických potřeb a obnovením konfliktů z raného vývoje. Těhotenství je v psychoanalýze považováno za instinktivní a rekapituluje proces vývoje dětské sexuality (Kernstenberg, 1956). Je to stav, který se vyznačuje svoji ambivalencí, ve kterém se střídavě uvolňuje a zadržuje napětí. Toto napětí je způsobeno (vědomě i nevědomě) strachem ze ztráty osobní identity a svobody a strachem ze ztráty dítěte či z porodu samotného. Strach může také doprovázet pocit nejistoty z nové životní situace, se kterou se žena musí vypořádat a ze které vyplývá i pocit samoty (Bjelica a kol., 2018). „*V každém případě je těhotenství a porod dítěte vždy něco významného a tajemného, co nelze jen tak přejít*“ (Šimíčková-Čížková et al, 2003, str. 32).

Gravidita trvá devět kalendářních měsíců (deset lunárních po 28 dnech), což je doba, která uplyne od oplodnění vajíčka po narození dítěte. Z odborného hlediska se člení se na tři fáze:

První období probíhá od oplození po uhnízdění blastocytu – což je masa buněk, ze které vzniká embryo. Trvá necelé tři týdny, jelikož ve třetím týdnu vzniká nervová trubice, která je základem nervového systému.

Druhé období se nazývá embryonální, kde se vytváří základ pro všechny hlavní tělesné orgány a trvá do 12. týdne těhotenství.

Třetí období se označuje jako fetální, v němž se dokončuje vývoj orgánových systémů a trvá od 12. týdne do narození dítěte (Vágnerová, 2005).

Toto dělení je používáno především odbornou veřejností. Laická veřejnost se setkává s dělením těhotenství na tři trimestry: první trimestr od 1. do 12. týdne, druhý trimestr je od 13. do 28. týdne a třetí trimestr se počítá od 29. do 40. týdne těhotenství.

V následujících podkapitolách bude těhotenství rozebráno chronologicky, z biopsychosociálního pohledu tak, aby byla vystižena jeho složitost, jedinečnost a především celistvost procesů, které ovlivňují prožívání a celkovou pohodu ženy. Negativní prožívání, které souvisí s těhotenstvím a jeho okolnostmi bude podrobněji rozebráno v kapitole 3.2.2. Podkapitoly jsou děleny dle trimestrů, protože to jsou pro ženu psychologické mezníky, které také mají vliv na celkový stav rodičky.

### **1.1 Oplodnění a první trimestr**

Po oplodnění, tedy splynutí ženské a mužské pohlavní buňky nastává období embryogeneze, které trvá osm týdnů a ve kterém se vytváří zárodek – embryo. Žena může svou graviditu vytušit ze zpoždění menstruace, či z dalších nepřímých příznaků, jako jsou nevolnosti, bolestivost prsů, častější puzení k močení a únava. Tuto domněnku je možné si ověřit těhotenským testem, který detekuje choriový gonadotropin (hCG), hormon vylučován placentou ve 4. – 6. týdnu gravidity (Binder, 2010).

Po 8. týdnu těhotenství embryo získává lidský tvar, má již zřetelné končetiny a především velkou hlavu. Je to i doba, kdy lékař může při vyšetření ultrazvukem detekovat srdeční aktivitu a tím těhotenství potvrdit. Ultrazvukové vyšetření v prvním trimestru dále pomůže určit: velikost plodu (stáří gravidity), vitalitu plodu, počet plodů, hodnocení základních genetických markerů (11. –14. týden), diagnostiku závažných vrozených vad a vyloučení mimoděložního těhotenství (Binder, 2010).

Zjištění, že žena je gravidní, bývá doprovázeno silnou emoční reakcí od prožitku naprostého zoufalství až extatického štěstí. Záleží na okolnostech a životní situaci dané ženy. *„Pokud bylo těhotenství plánované, bude žena doufat, že se tušení potvrdí. Velký počet těhotenství je ovšem neplánovaný, když ne přímo nechtěný. Chce to tedy čas, aby se žena na novou životní fázi, která především u prvního dítěte všechno změní, naladila”* (Albrecht-Engel & Albrecht, 2008, str. 12).

První trimestr je citlivé období, ve kterém hrozí největší riziko samovolného potratu. Z medicínského pohledu není potrat v prvních týdnech těhotenstvím mimořádnou událostí, ale přirozenou reakcí těla, když se plod nevyvíjí podle plánu (Albrecht-Engel &

Albrecht, 2008). Z psychologického hlediska se však jedná o silně stresový zážitek (více v kapitole 3.2.2 této práce). Žena proto může cítit strach až úzkost, aby si graviditu udržela. Tyto pocity bývají ovlivněny také tím, za jakých okolností počala. Pokud po dítěti touží delší dobu, o to větší obavy může zažívat (Stadelmann, 2005).

Jedná se o psychicky náročné období jednak z výše uvedených nepříjemných projevů a jednak se žena srovnává s novou životní rolí, čeká jí období velkých změn a nových způsobů chování (Hudáková & Kopáčiková, 2017). Rodička proto potřebuje patřičnou podporu od partnera, blízkých, či někoho, kdo by tzv. znormalizoval její pocity. Z kvalitativního výzkumu psychologických faktorů, které ovlivňují prožívání prvorodičky, vyplynulo, že ženy nedostaly takovou podporu, kterou na začátku gravidity potřebovaly a že se často cítily osaměle (Darvill, Skirton & Farrand 2008).

## **1.2 Druhý trimestr (od 13. do 28. týdne)**

Ženy často čekají na výsledky ultrazvukového vyšetření na začátku druhého trimestru, aby se s těhotenstvím svěřily širšímu okolí. Pokud by se totiž přestalo těhotenství vyvíjet podle plánu, ale ženy už těhotenství předem oznámily, mohly být díky oznamování špatné zprávy a odvolání těhotenství znovu traumatizovány. Vyčkávání na pozitivní zprávy z ultrazvukového vyšetření má tedy ochrannou funkci (Raphael-Leff, 1993).

V tomto období dochází k největšímu nárůstu plodu. Na začátku 2. trimestru je plod 16 cm dlouhý, je vytvořen kožní kryt těla a začíná se objevovat lanugo (drobné chmýří). V 5. měsíci je délka plodu okolo 25 centimetrů, váží zhruba 250 gramů. Začínají se mu rozdělovat oční víčka a tvořit žaludeční šťávy v žaludečních žlázách. Již jsou vyvinuté hlavní plicní cévy, tepny a žíly (Binder, 2010). Během 6. měsíce se pohyby končetin zintenzivňují, reakce jsou však nekoordinované. Dítě slyší zvuky z vnějšího i vnitřního prostředí, objevuje se sací reflex a mívá škytavku (Pařízek, 2015).

Rodička často vítá příchod druhého trimestru a to z několika důvodů. V 19. –22. týdnu totiž žena podstupuje podrobné ultrazvukové vyšetření, tzv. screening, při kterém probíhá diagnostika vrozených vývojových vad, popis případných známek chromozomálních abnormalit, zobrazení placentárních abnormalit a zhodnocení množství plodové vody (Binder, 2010). Pokud vyšetření potvrdí zdravý fyziologický plod a těhotenství, rodička pocítuje úlevu. Dalším důvodem, proč je příchod tohoto období

vnímán pozitivně, je ústup nevolností, únavy a celkové slabosti. Žena se celkově cítí fyzicky lépe než v prvním trimestru a s těhotenstvím, které je již pouhým okem patrné, bývá psychicky vyrovnaná. Lidé začínají reagovat na těhotenství a lépe chápou potíže ženy, na které je gravidita vidět (Stadelmann, 2005, str. 48).

Budoucí matka se většinou v polovině gravidity cítí dobře. Díky hormonální produkci se jí zahustí vlasy a vyčistí pleť. Rostoucí břicho začíná být vidět. Pohyby dítěte přispívají k její celkové pohodě (Pařízek, 2015). Okolo 19. týdne těhotenství jej totiž žena začne vnímat. Ukázalo se, že matky cítí pouze 40 % pohybů plodu (Vágnerová, 2005). S pohyby plodu se pozornost rodičky z těhotenství přesouvá k dítěti. Ukázalo se, že ženy, které cítily pohyby plodu již v 16. týdnu těhotenství, měly silnější vazbu k dítěti i po porodu (Reading, Sledmere & Campbell, 1984).

Drobné obtíže, se kterými se rodička může setkat, jsou bolesti zad či silnější poševní výtok. Bolesti zad mohou souviset s přírůstkem na váze ženy a s tím spojené nové váhové rozložení těla (Pařízek, 2015).

### **1.3 Třetí trimestr (od 29. týdne do porodu)**

Dítě s počínajícím 7. měsícem gravidity váží přibližně 1200 gramů a měří asi 35 cm. Oči má již otevřené, žaludek a střeva fungují. Díky sluchu, který se vyvinul již koncem 6. měsíce, plod reaguje na zvuky zvenčí (Binder, 2010). Což může posilovat vztah mezi matkou a dítětem, která může vnímat zpětnou vazbu miminka na to, co se děje v jejím okolí. Okolo 34. týdne těhotenství již plod většinou zaujímá polohu hlavou dolů, tedy polohu, která je výhodná pro porod. V břiše již nemá moc místa, otáčí se tedy jen ze strany na stranu. O otáčení matka většinou ví, protože jí dítě může končetinami narážet do orgánů. Žena se nemusí cítit příjemně a je proto nucena často měnit polohu (Stadelmann, 2005).

Všeobecně se třetí trimestr těhotenství označuje za fyzicky „nepohodlné“ období. Rozpínající se plod v matčině břiše způsobuje časté puzení močení a tlak na žaludek, což způsobuje posun žaludečních šťáv do jícnu a pocit „pálení žáhy“. Ženy se mohou díky nerovnováze vitamínů a minerálů potýkat se svalovými křečemi v lýtkách nebo otoky končetin. Rostoucí břicho může být zátěží pro záda a rodičky si často stěžují na bolesti v bedrech. Všechny tyto symptomy pokročilého těhotenství mohou způsobit neklidný spánek (Pařízek, 2015).

Matky mohou zažívat obavu z předčasného porodu, obzvláště pokud zažívají brzké děložní stahy. Děložní stahy se mohou vyskytnout v případě nedostatku minerálů, hlavně hořčíku v těle matky. Ženy s takovými pocity vyhledávají lékaře (Albrecht-Engel & Albrecht, 2008). Dítě narozené do 38. týdne těhotenství se považuje za nezralé. Úroveň nezralosti závisí na pokročilosti těhotenství a porodní váze novorozence (Binder, 2010).

Pokud těhotenství probíhá po celou jeho dobu fyziologicky, tedy zdravě, žena může nadále zůstat ve svém zaměstnání. Česká legislativa ženu v době těhotenství a mateřství chrání řadou administrativních a zákonných opatření, které jsou definované v zákoníku práce. Na mateřskou dovolenou pak má žena ze zákona nárok po dobu 28 týdnů (v případě víceročet 37 týdnů). Nastoupit na ni může 8–6 týdnů před plánovaným termínem porodu. Po uplynutí mateřské dovolené může nastoupit na rodičovskou dovolenou (Binder, 2010).

Odchod ze zaměstnání je pro ženu zásadní změnou v sociální oblasti. „*Psychiku ženy může ovlivnit i změna jejího sociálního postavení. Ztrácí ekonomickou soběstačnost, stává se závislou na manželovi/partnerovi. Může mít i obavy, zda během mateřské dovolené neztratí své postavení v práci. Ženy, které si zakládají na kariéře, mohou brát těhotenství a porod jako obět'*” (Hudáková & Kopáčiková, 2017, str. 32). To, jak žena zažívá změnu v profesním životě, bude více popsáno v kapitole 3.3.

Vzhledem k tématu diplomové práce bude konci třetího trimestru, respektive závěru těhotenství věnována celá další podkapitola.

### **1.3.1 Zralost plodu – závěr těhotenství (38. týden)**

Termín porodu, lékaři stanoví během lékařských vyšetření v počátku gravidity dle tzv. Naegeleho pravidla, tedy 280 dní od prvního dne poslední menstruace (Velký ošetřovatelský slovník, 2007, str. 485). V tento den samozřejmě nedošlo k početí, ale jedná se o termín, který obvykle žena zná, narozdíl od termínu početí. Proto se k prvnímu dni poslední menstruace připočítává 14–15 dní, kdy je nejvyšší pravděpodobnost ovulace a kdy tedy žena nejpravděpodobněji otěhotněla. Toto pravidlo platí v případě, že má žena pravidelný 28denní menstruační cyklus. Pokud je cyklus delší, nebo nepravidelný, upravuje se termín porodu podle velikosti plodu, která se zjišťuje během ultrazvukových vyšetření v prvních třech měsících těhotenství. Již stanovený termín porodu se obvykle nemění. Pouze 5% žen porodí ve stanovený termín porodu. Za porod v termínu se z lékařského hlediska označuje porod od ukončeného 37. týdne do 42. týdne těhotenství.

(Čepický & Černá, 2006). Plod se tedy považuje za zralý na počátku 38. týdne, tedy pokud by v tomto období žena začala rodit (Kudela, 2008).

Z výše uvedeného tedy vyplývá, že se budoucí matka může víceméně až měsíc nacházet v situaci, kdy porod může přijít kdykoliv, tedy v případě, že těhotenství probíhá zdravě a očekává se fyziologický porod. Dva týdny před termínem porodu – a pokud neporodí, i čas po tomto termínu – tak nastává období čekání na zážitek, o kterém žena ve svém životě přemýšlela a který zásadním způsobem změní její život. Ženy již většinou mají sbalené všechny potřebné věci pro pobyt v porodnici, tak jak radí různé příručky k těhotenství.

Zážitek čekání na porod může být vnímán velmi intenzivně. Rodičky se mohou cítit ve stresu, protože v tomto období čelí mnoha neznámým pocitům a otázkám. Mohou mít obavu, jak poznají porodní bolesti; zda stihnou dojet do porodnice včas; kdy je vhodné jet do porodnice; co dělat, když odtéká plodová voda; jak zvládnou porodní bolesti; a v neposlední řadě mohou mít obavu o své zdraví a zdraví dítěte (Stadelmann, 2005).

To, jak žena závěr těhotenství prožívá, závisí na mnoha faktorech. Vliv na očekávání z porodu může mít rodinná porodní anamnéza, tedy jaký porod měla matka, sestra a jiní příbuzní rodičky. Dokonce i různé příběhy od přátel a známých o jejich porodech mají vliv na očekávání z blížícího se porodu. Pokud prvorodička slychává negativní zkušenosti, které zažívalo její okolí, může blížící se porod vnímat jako přicházející nepříjemnou zkušenost, kterou je nutné podstoupit. Tématem přemýšlení a rozhovorů o porodu bývají i porodní bolesti.

*„S blížícím se koncem těhotenství se zcela přirozeně u většiny žen i ostatních rodinných příslušníků zvyšuje netrpělivost. Obvykle se zde střetávají dva momenty. Na straně jedné je to obava ze samotného porodu a faktu, že žena bude mít dítě, a na straně druhé nedočkavost a touha po tom, aby nastávající maminka své dítě již mohla držet v náručí. Z toho vyplývá naprosto pochopitelný stav určité nervozity, smíšený s jistou dávkou vzrušení z očekávání příchodu člena rodiny” (Gregora, 2005, str. 13).*

V závěru těhotenství, jsou tělesné změny nejvíce znatelné, a rodičky v tomto období zažívají nejintenzivněji tělesnou zátěž. Průměrný váhový fyziologický přírůstek v těhotenství je 12 –13 kg (Kudela, 2008). Ženu mohou trápit oteklé končetiny, bolest zad, třísel a rodidel. Lékaři doporučují, aby se budoucí matka hlavně věnovala odpočinku a

nabrala síly na chystající se porod. Diskomfort, kterému ženy v závěru těhotenství čelí, často přiměje ženu se na porod těšit ve vidině úlevy (Pařízek, 2015).

#### **1.4 Zdravotní péče o těhotnou ženu v České republice**

Následující kapitola bude věnována zdravotní perinatální péči o těhotnou ženu, jejichž těhotenství probíhá bez komplikací. Cíl perinatální péče v České republice uvádí Binder: „*Úkolem je za pomoci souboru vyšetření kontrolovat nerušený průběh těhotenství, symetrický vývoj plodu a zdravotní stav těhotné*“ (Binder, 2010, str. 57). Rodička se během těhotenství setkává minimálně jednou měsíčně se zdravotním systémem České republiky, tato setkání mohou mít vliv na celkové psychické rozpoložení rodičky, což bude popsáno podrobněji v kapitole 3.1. Z toho důvodu budou jednotlivá doporučená vyšetření popsána.

První návštěva lékaře, ke které se žena většinou vydá po vynechané menstruaci nebo pozitivním výsledku těhotenského testu, probíhá u obvodního gynekologa ženy. Gynekolog je schopen během ultrazvukového vyšetření detekovat těhotenství v 5. týdnu gravidity. Rodička poté chodí na pravidelné návštěvy ke svému gynekologovi, do tzv. perinatální poradny, jejíž frekvenci stanoví lékař. Obvykle to bývá u normálně probíhajícího těhotenství v první polovině po 4–6 týdnech. Ve druhé polovině se intervaly zkracují a od 36. týdne chodí rodička na kontroly každý týden. Od 40. týdne těhotenství pak 2–3x do týdne (Gregora, 2005).

Druhá návštěva lékaře (pro některé ženy první) bývá kolem 12. týdne těhotenství, tato návštěva je pro nastávající matky důležitá, protože již probíhá první vyšetření na potencionální vývojové vady či nepravidelnosti těhotenství a plodu. Cílem lékaře je zjistit zda je plod živý, uložení placenty a stanovit termín porodu. Výsledky ze všech vyšetření a testů se zaznamenávají do tzv. těhotenského průkazu, který rodička obdrží od ošetřujícího gynekologa během této návštěvy. Do té doby je totiž riziko spontánního potratu až 20 % (toto číslo je udáváno na základě sledovaných těhotenství, prevalence preklinických ztrát se odhaduje až na 50%) (Fait, Zikán & Mašata, 2017). Při rutinních návštěvách poradny se kromě gynekologického vyšetření dále vyšetřuje moč na přítomnost bílkovin a cukru, žena se váží a měří se jí krevní tlak. Dále se pak rodička může s lékařem poradit o tom, co jí zajímá (Gregora, 2005, str. 23).

Do 14. týdne gravidity se také provádí následující základní laboratorní vyšetření: stanovení krevní skupiny + Rh faktor matky, krevní obraz, glykémie na lačno a vyšetření

na virová onemocnění, která by mohla poškodit plod (HIV, syfilis a hepatitida) (Binder, 2010).

V 15.–17. týdnu těhotenství se provádí vyšetření krve (triple test), kterým se zjišťuje, zda není plod poškozen vrozenou vývojovou vadou (např. Downův syndrom). Během tohoto testu se stanovují hladiny tří mateřských hormonů. S každým dalším pozitivním, respektive přívětivým výsledkem testu může z rodičky opadávat úzkost, kterou nezřídka pocítuje během prvního trimestru (Čepický & Černá, 2006). Úzkostem a dalším negativním prožitkům během těhotenství bude věnovaná kapitola 3.2.2 této práce.

Mezi 20.–24. týdnem těhotenství se provádí orální glukózový toleranční test (oGTT), který se odebírá v laboratoři a slouží k odhalení těhotenské cukrovky. Tento test je časově náročný pro rodičku, protože trvá více jak dvě hodiny, kdy je nutné, aby žena seděla v klidu čekárny (Binder, 2010).

To, zda je plod v pořádku se zjišťuje pomocí ultrazvukových vyšetření, které se obvykle provádí třikrát. Poprvé kolem 10. týdne těhotenství, podruhé mezi 18.–20. týdnem a potřetí ve 30.–32. týdnem. Modernější technologie umožňují ultrazvuková vyšetření, která poskytují trojdimenzionální zobrazení tváře plodu. Obrázky z ultrazvukových vyšetření pak bývají prvním pohledem rodičky na své dítě. První ultrazvukové vyšetření obvykle probíhá u ošetřujícího gynekologa, zbylé dvě pak na specializovaném pracovišti, která mohou být součástí porodnic (Gregora, 2005).

Přibližně od 35. týdne těhotenství žena přechází do péče porodnice, ve které se rozhodla родit. Dochází tam na kardiokograf (KTG, CTG) a také na kontrolu ke gynekologovi, porodníkovy. Kardiokografické vyšetření trvá přibližně 20–30 minut a zaznamená dvě křivky. Jedna křivka zobrazuje srdeční frekvenci plodu a druhá přítomnost či nepřítomnost děložních kontrakcí. Do porodnice dochází rodička od 35. týdne jednou týdně, a pokud neporodí po 40. týdnu, tak 2–3x týdně.

Kdykoliv během těhotenství by rodička měla mít vyšetření od praktického a zubního lékaře, dále pak vyšetření EKG (elektrokardiograf je vyšetření srdeční aktivity) (Gregora, 2005). Ve 36. týdnu těhotenství se během kontrol v porodnici provádí vyšetření na přítomnost Streptokoka skupiny B v pochvě. Tato bakterie nezpůsobuje ženě potíže, nicméně může být potencionálním rizikem pro miminko během porodu. Pokud je nález pozitivní, lékař nasadí lokální antibiotika. Pokud vše probíhá fyziologicky, rodička je v



porodnici hospitalizována jakmile má kontrakce po 5 minutách alespoň hodinu či odtekla plodová voda (Binder, 2010).

V této kapitole byla uvedena všechna doporučená vyšetření plošné perinatální péče o těhotnou ženu. Žena je tedy během přirozeného procesu, jakým těhotenství je, často v rukách medicínských procedur. Právě medicínský versus sociální pohled na těhotenství a porod bude rozebrán v následující kapitole.

## 2 Porod

Na porod a jeho průběh lze nahlížet buď ze sociálního, nebo medicínského úhlu pohledu. Oba tyto pohledy jsou součástí socio-kulturního prostředí. Porodnictví mezi jinými medicínskými obory vyniká, jelikož se zabývá značnou částí populace během přirozeného procesu nikoliv patologického (Takács, 2016).

Sociální pojetí porodu akcentuje jeho fyziologickou přirozenost, kde lékařské intervence nejsou žádoucí a dokonce tuto přirozenost mohou narušit. Porody, které mohou být rizikové, lze identifikovat a až poté zasáhnout. Porod zdravého dítěte je v sociálním pojetí stejně tak důležitý jako prožitek rodičky. V medicínském pojetí vyžaduje naopak porod kontrolu a monitorování aktuální situace za účelem eliminace rizik a garance bezpečí. I v medicíně je porod vnímán jako přirozený proces, během kterého se ale vždy mohou objevit určité komplikace, které nelze předem odhadnout (Bryers & van Teijlingen, 2010).

V obdobném duchu – sociální versus medicínský model porodu – je vedena i společenská diskuze na poli českého porodnictví. Vzhledem k tomu, že porod je celospolečenské téma, tak častou diskuzní platformou bývají média, kde jsou tyto názorové modely popsány na základě rozporů mezi různými skupinami (odborníků či zájmových skupin). Téma se tak může prezentovat zjednodušeně a ve vyhrocené poloze. Obraz v médiích interaguje se společenským klimatem. Dochází k polarizaci společnosti, kde na jedné straně stojí zastánci současného porodnictví a na druhé jeho straně odpůrci. Pro prvorodičky, které nemají zkušenost a odbornou kompetenci, jsou média a sociální sítě častým zdrojem informací, na jejichž základě se jim formulují představy a přání o porodu (Takács, 2016). V následující kapitole bude popsán průběh porodu z integrativního pohledu obou modelů a dále budou probrány představy a přání prvorodiček, které souvisí s předporodní přípravou.

### 2.1 Průběh porodu

Porod je dle Světové zdravotnické organizace děj, během něhož dochází k vypuzení plodu (živého či mrtvého), které váží 500g a více, nebo má nižší porodní váhu, ale jeví známky života ještě 24 hodin po porodu. V ostatních případech se vyloučení dítěte z

dělohy považuje za potrat. V České republice je pro definici porodu váhová hranice vyšší, a to 999g (Binder, 2010, st. 68).

Před samotným porodem rodička prochází tzv. předporodním obdobím, kdy může cítit kontrakce, které se označují jako Braxtonovy-Hicksovy kontrakce, tzv. poslíčci. Mohou být stejně bolestivé, jako porodní kontrakce, nicméně při těchto kontrakcích nedochází ke zkracování děložního hrdla. Samotný porod se rozděluje na tři nebo čtyři fáze, neboli doby porodní. První doba porodní je doba otevírací, druhá vypuzovací, třetí dobou je označovaná chvíle od vypuzení plodu a porodu placenty. Čtvrtou dobou se někdy označuje čas 2 hodin po vypuzení placenty. Nejdelší fází porodu je první doba porodní, která u provorodiček trvá 5–8 hodin (Kudela, 2008).

Žena by se dle instrukcí lékaře měla do porodnice dostavit buď po odtoku plodové vody, nebo pokud pozoruje kontrakce po 5 minutách alespoň hodinu. Po příjmu je rodička vyšetřena většinou porodní asistentkou, je znovu uskutečněn anamnestický rozhovor a provedeno vyšetření CTG. Trvalý monitoring CTG probíhá i během porodu, je tedy neustále monitorována srdeční činnost plodu a intenzita děložních stahů (Gregora, 2005).

Lékař nemusí být přítomen po celou dobu porodu, rodičku procesem většinou doprovází porodní asistentka. Avšak dle zákona je v České republice za výsledek porodu v nemocnici odpovědný lékař a je povinen kontrolovat ostatní personál (porodní asistentky) (Binder, 2010).

Porod je kombinací psychologických a fyziologických procesů, které jsou zahájeny a ovlivňovány hormonální aktivitou. Oxytocin je hormon, který vyvolává kontrakce, během kterých se otevírají porodní cesty. Tento hormon se uvolňuje (ne v tak velkém množství) i při libých pocitech – například během sexuální aktivity, orgasmu a kojení. Stres, který rodička během silných kontrakcí způsobujících bolest zažívá, může vést k sekreci beta-endorfinů, které snižují hladinu oxytocinu, což může vést k vzestupu stresových hormonů v první době porodní (adrenalinu a noradrenalinu), které pak mohou zpomalit porodní proces. Tyto hormony však hrají svoji nezastupitelnou roli během druhé doby porodní, kdy mobilizují budoucí matku k vytlačení plodu (Odent, 2000).

Světová zdravotnická organizace doporučuje, aby péče o rodičku byla respektující, provedena tak, aby byla zachována její důstojnost a soukromí. Dále by péče měla chránit před poškozením či špatným zacházením a měla by umožnit informovanou volbu a nepřetržitou podporu během porodu (WHO, 2018).

Porodní personál by měl naslouchat potřebám ženy, přinášet nedirektivním způsobem techniky, jak porod zvládnout a být psychickou podporou rodičky. V ideálním případě by u porodu měla být jedna porodní asistentka (v rámci možnosti její služby), aby se mohl mezi nimi vytvořit důvěrný vztah. Rodičku během porodu může přepadat úzkost, pocit vyčerpání či selhání. Tyto pocity jsou většinou způsobeny porodními bolestmi a fyzickým úsilím během porodu. Pokud si to rodička přeje, je možné bolesti utlumovat, a to za pomoci farmakologických prostředků. Nefarmakologicky lze rodičce ulevit relaxací či cvičením (Rastislavová 2008).

Podání farmak a další lékařské intervence bývají sporem sociálního a medicínského modelu porodu. Zastánci medicínského přístupu, respektive kritikové sociálního přístupu k péči o rodičku tvrdí, že porod je dynamický děj, během kterého mohou nastat komplikace i u rodiček, které zprvu vykazovaly zdravý, fyziologický průběh. Tito odborníci argumentují nízkou mateřskou, perinatální mortalitou a morbiditou v České republice. Dodávají, že se jedná o výdobytek moderního porodnictví a představa zdravého fyziologického porodu se otevírá díky zlepšení zdravotních výsledků během perinatální plošné péče v České republice (Takács, 2016).

Kritikové medicínského modelu tvrdí, že lékařské intervence zasahují do přirozeného procesu a jejich užívání vede k zákrokům, které jsou zbytečné a mohou ohrozit bezpečí ženy a dítěte. Nepopírají prospěšnost moderní technologie v perinatální diagnostice a během akutních potíží. Přehnaný důraz na somatickou a medicínskou stránku porodu opomíjí psychosociální aspekty porodu – což může mít za následek negativní ovlivnění přirozeného porodního procesu ve vztahu stresového prožívání rodičky (Lederman, Lederman, & McCann, 1985).

Porod je fyziologický individuální proces, který je ohrožen mnoha zdravotními riziky a moderní medicína nám umožňuje tyto rizika eliminovat. Je však nutné brát na vědomí právě individualitu tohoto procesu a naslouchat potřebám každé rodičky, která zažívá hraniční okamžik svého života. Protože ona je ten, kdo proces řídí. Otevřená, respektující komunikace je vhodným nástrojem k dosažení takového porodního zážitku, jehož výsledkem bude nejen zdravé dítě ale i zdravá a spokojená matka.

## 2.2 Předporodní příprava

I díky výše zmíněnému konfliktu na poli českého porodnictví, rodičky začaly být iniciativnější v přípravě na porod a v sestavování porodního přání. *„Spolu s rostoucím množstvím dostupných informací o různých porodních alternativách stoupá i počet žen, které mají konkrétní představy a očekávání o průběhu svého porodu a chtějí se na rozhodování o způsobu jeho vedení aktivně podílet”* (Takács, Seidlerová et al., 2012).

Ženy tedy nespolehnou pouze na standardní zdravotní prenatální péči, ale iniciativně vyhledávají další možnosti, jak buď prohloubit vlastní informovanost, nebo realizovat své představy. Předporodní kurzy jsou za poplatek realizované porodnicemi nebo soukromými institucemi většinou pod vedením porodních asistentek. Obsahem kurzu bývá teoretická i praktická příprava rodičky a jejího partnera na porod. Další možností je soukromá konzultace porodní asistentky či dule. Porodník z pražského Apolináře uvádí, že předporodní příprava má pozitivní vliv na samotný průběh porodu. Rodička se díky informovanosti a znalosti toho, co ji čeká, cítí lépe (Pařízek, 2015)

Výsledky metaanalýzy na téma užitečnosti předporodních kurzů potvrzují jednoznačně pozitivní vliv na psychiku ženy. Snížila se její úzkostnost a zároveň příprava k porodu více zapojila partnera do procesu. Některé studie však prokazují, že předporodní edukace měla i negativní vliv, ve smyslu vyššího počtu lékařských intervencí a užití epidurální analgezie (Ferguson, Davis & Browne, 2012). Vhodným prostředkem pro přípravu na porod může být i psychoterapie (Raphael-Leff, 1993).

Součástí přípravy může být i vytvoření tzv. porodního plánu. Jedná se o dokument, který slouží jako komunikační kanál mezi personálem a rodičkou, a jsou zde sepsána přání rodičky. Porodní plán by měl obsahovat požadavky a očekávání v průběhu každé fáze porodu a počítat i s alternativami, pokud se porod nevyvíjí dle představ (Pařízek, 2015).

Nenaplněná očekávání pak mohou vést k negativnímu hodnocení porodního zážitku. Jak se ukázalo v australské studii, čím konkrétnější představy prvorodičky před porodem mají, tím vyšší je pravděpodobnost negativního hodnocení porodu v důsledku zklamání (Hauck et al., 2007). V jiné studii se ukázalo, že příliš negativní očekávání a postoj k porodu měl dlouhotrvající vliv, který nezmírnila ani aplikace epidurální analgezie (Alehagen et al., 2006).

Je tedy patrné, že příprava na porod může hrát v porodním prožitku svoji roli. A to pozitivní, v případě, že přispěje k uvolnění rodičky a celkové pohodě. Pečlivá příprava,

kteřá vede k nadměřnému očekávání, vřak může mít i svá rizika, jak prokázaly zmíněné studie. Atribut jedinečnosti a individuálnosti je aplikovatelný i v procesu přípravy, tedy každá žena potřebuje najít vlastní způsob, jak s přípravou a informovaností naložit. Vhodným průvodcem v tomto procesu by mohl být ošetřující lékař.

## 3 Psychologické aspekty těhotenství a porodu

Gravidní žena se nachází v citlivé a zranitelné fázi života. Člověk v každodenním životě odfiltrovává velký počet stimulů a soustředí se jen na to, co se jeví jako důležité v daný okamžik. Těhotná žena je pod fyzickým a psychickým nátlakem nucena znovu zkoumat svoji identitu. Stává poroznější k vjemům, které ji předtím nebyly tak přístupné (Raphael-Leff, 2001). Tím se jí otevírá nový psychický prostor, kterému bude věnována následující kapitola.

### 3.1 Vztah perinatální péče a prožívání rodičky

Jak již bylo zmíněno výše, morbidita a mortalita u novorozenců je v českém porodnictví velmi nízká. I plošná perinatální péče, která byla také v této práci popsána, je na vysoké úrovni. Pohled rodičky na kvalitu péče se však může lišit, protože v těchto chvílích vnímá jiné aspekty, než dobré statistické výsledky. I tomuto rozporu bude věnována následující kapitola.

Několik zahraničních výzkumů totiž prokázalo, že spokojenost rodičky s porodem závisí především na psychosociálních faktorech, kterými jsou zapojení ženy do procesu porodu, možnost organizace péče dle přání rodičky a citlivý respektující přístup, jenž je podpořen dobrou komunikací a informovaností (Brown et al., 1994; Séguin et al., 1989).

Výzkum spokojenosti rodiček i přes vysoký standard perinatální péče v České republice ukázal na nedostatky, které má – a to právě v oblasti psychosociální péče. Nedostatky se týkaly chabé informovanosti, mizivého zapojování ženy do porodu a nízký podíl rodičky na vedení porodu. Nejzávažnější výtky se objevují v oblasti interpersonálních vztahů. Rodičky popisují neosobní, nadřazený a rutinní přístup některých členů personálu. To se převážně týkalo fakultních porodnic a porodnic s 800 a více porody ročně (Takács, 2012). Některá pracoviště tento jev již reflektují, jak hodnotí lékař z porodnice na pražské Bulovce: *„My jsme někdy uzavřeni v tom profesionálním světě a nedokážeme dobře vidět, co se líbí nebo nelíbí těm ženám. Nebo nedokážeme to procítit, protože nejsme v té situaci s tím břichem, a není to pro nás jeden unikátní nebo dva unikátní nebo tři unikátní zážitky za život, ale je to jeden porod za druhým každý den”* (Zikán, 2019, 06:56).

I v české učebnici pro porodní asistentky je na psychosociální stránku těhotenství již kladen důraz: „*Produktivní chování porodní asistentky k ženě při porodu se vyznačuje: vysokou mírou empatie, respektu a tolerance k přáním a projevům rodičky. Porodní asistentka se snaží přispívat psychologickými prostředky ke zdárnému průběhu porodu, usiluje o redukci nežádoucí psychické zátěže a snaží se přispět k jejich realizaci, popřípadě uvádí tyto představy na správnou míru, pokud jsou přání ženy nereálná*” (Rastislavová 2008, str. 62).

Norský výzkum, kde studentky porodní asistence doprovázely 58 rodiček během těhotenství a porodu, ukázal, že kontinuální péče o rodičku má pozitivní vliv na porodní zážitek. V této kontinuální péči se jako důležitý ukázal podporující vztah s rodičkou, kde žena cítí spoleh a zároveň svobodu v rozhodování o porodu (Dahlberg & Aune, 2013).

Z výzkumů vyplývá, že to jak se rodička během těhotenství a porodu cítí, má vliv na její porodní zážitek. Je tedy zřejmé, že kvalita odborné péče, do které psychosociální faktory patří, interaguje s prožíváním rodičky během těhotenství a dokonce i s průběhem porodu.

### **3.2 Psychické procesy prvorodičky v průběhu těhotenství**

Těhotenství s sebou ve společnosti nese konotaci nejšťastnější období v životě ženy. Budoucí matka je však během tohoto období vystavena zcela nové životní zkušenosti, která může být i stresorem (Hudáková & Kopáčiková, 2017).

Dělení těhotenství z fyziologického pohledu, bylo popsáno výše. Z psychologického pohledu lze uvažovat o dělení, které se s fyziologickým nepřekrývá. Jedná se o dělení z hlediska fáze – období – vztahu, který budoucí matka k plodu zaujímá. První období je fáze „zvyknutí si“ na těhotenství, žena si dítě pouze imaginuje. Během druhé fáze již cítí pohyby plodu, proto se toto období nazývá „dítě v břiše“. Třetí období je 8–6 týdnů před porodem, rodička si uvědomuje, že se porod blíží a bude mít svého potomka v náručí (Gloger-Tippelt, 1988). Tato těhotenská období tedy souvisí s tím, na co žena zaměřuje svoji pozornost – nejprve se zaobírá těhotenstvím, potom plodem v těle a nakonec dítětem, o které bude pečovat (Raphael-Leff, 1993).

Ukázalo se, že zvýšený stres v klíčových okamžicích gestačního vývoje plodu přináší větší riziko vzniku poruchy pozornosti v dětství a dospívání, která je zapříčiněna zvýšenou hladinou kortizolu (Weinstock, 2008). Jiná studie prokázala, že stres



v těhotenství, který se na dítě přenáší placentou pomocí hormonů, má vliv na temperament dítěte po jeho narození a v prvních letech života (Wadhwa, 2005). Je tedy zjevné, že psychická (ne)pohoda v těhotenství má zásadní vliv na další vývoj dítěte a tedy i na život rodičky. Je proto nabíledni zaměřit se na psychiku těhotných žen.

### 3.2.1 Psychologické aspekty početí

Okolnosti kolem početí mají vliv na psychické prožívání těhotenství. Na jedné straně touha otěhotnět – a problémy spjaté s početím – a na straně druhé otěhotnění, které je nechtěné. Oba tyto póly mají svá specifika a vliv na následné prožívání těhotenství, což bude popsáno v následující kapitole.

Pokud má žena, muž nebo oba v páru problém s početím, moderní medicína již nabízí množství způsobů, jak k otěhotnění páru pomoci. Problém s početím a neplodností má zásadní vliv na psychickou pohodu obou z páru, převážně u žen jsou potíže s otěhotněním důvodem k chronickému stresu (Sobotková, 2001).

Pokud se pár rozhodne pro umělé oplodnění (IVF), čeká ho dlouhý proces, který s sebou nese řadu invazivních procedur (například: hormonální stimulace, laparoskopie kvůli zjištění průchodnosti vejcovodů a odběr vajíček pro následnou fertilizaci). Tento proces je fyzicky a psychicky náročný, udává se, že úspěšnost je 1:3. Z toho důvodu, je čekání na výsledek, nejen pro ženu, velmi stresující a psychicky úmorné. Pokud se gravidita potvrdí, stále hrozí riziko spontánního zániku těhotenství (Řežábek, 1999).

Na druhou stranu se ukázal pozitivní vliv umělého oplodnění na psychický stav ženy po narození dítěte. Studie, která porovnávala plodné ženy, které počaly přirozenou cestou s ženami, které podstoupily umělé oplodnění, zjistila, že matky po IVF vykazovaly méně stresu, celkově vyšší well-being a vyšší kvalitu partnerského i sexuálního života. Důvodem se zdá být velká energetická investice na počátku, a to, že zprvu nedosažitelný cíl se stal reálným (Abbey et al., 1994).

Na druhém konci pomyslného spektra jsou ženy, jejichž těhotenství nebylo chtěné. Tento stav je nositelem značného stresu, protože rodička je vystavena redefinování v oblasti partnerského vztahu, socioekonomického statusu, dosavadního životního stylu a životních hodnot, aby se přizpůsobila dítěti. Nechtěné početí je jedním z rizikových faktorů rizikového těhotenství a negativní porodní zkušenosti (Kroelinger & Oths, 2000). V tzv. Pražské studii se již v 80. letech potvrdily negativní dopady nechtěného otěhotnění na

vztah k dítěti a na jeho výchovu. Tyto děti měly horší školní výsledky a zvýšený výskyt poruch chování (Matějček & Langmeier, 1986).

Pocity ohledně početí ovlivňují i další okolnosti. Žena či její partner mohou být početím zaskočeni, protože zatím dítě neplánovali, nebo žena nemá stálého partnera, či je v partnerském vztahu se ženou (Raphael-Leff, 1993).

Okolnosti početí, jak ukázaly výše zmíněné studie, mají vliv jednak na prožívání rodičky a jednak i na následný vztah s dítětem a partnerem ženy.

### **3.2.2 Negativní prožitky v průběhu 1. a 2. trimestru**

Těhotenství, jak již bylo zmíněno, je nová životní událost, která s sebou nese mnoho stresových okamžiků, kterým žena musí čelit. „*U těhotných žen se často setkáváme s úzkostí, utrápeností, depresemi náladovostí a se strachem*” (Hudková & Kopáčiková, 2017, str. 29). V následující kapitole budou popsány negativní dopady těhotenství, a s ním spojené okolnosti, na prožívání rodičky.

Ve spojitosti s těhotenstvím se uvádí psychické změny, především pokles pozornosti, poruchy paměti i učení a celkově zvýšená únava. Tento stav se nazývá benigní těhotenská encefalopatie a postihuje až 50% žen. První trimestr může navíc doprovázet úzkost, nejistota a strach z poškození či ztráty plodu. (Ratislavová, 2008).

Pokud ke ztrátě plodu dojde, může být žena smutná a pochybuje nad svou schopností plodnosti, či udržení plodu. Žena se ztrátou o dítě přichází i o očekávání a naději. Je vystavena nepochopení, protože sociální okolí často ztrátu bagatelizuje, či racionalizuje. Z toho důvodu se může cítit osamělá (Raphael-Leff, 1993). Studie, do které bylo zapojeno přes 1000 respondentek, z toho 113 prodělalo potrat, ukázala, jak závažný vliv na psychiku ženy tato zkušenost má. U čtvrtiny žen byla po měsíci od ztráty zjištěna posttraumatická stresová porucha (PTSD), u třetiny traumatizovaných se objevily depresivní symptomy. Po 4 měsících od ztráty klesl počet žen se znaky PTSD na 7 % a počet depresivních žen zůstal stejný (Engelhard et al., 2001). Žena, která má zkušenost se ztrátou plodu v prvním trimestru, je v průběhu dalšího těhotenství úzkostnější a častěji vyhledává u lékařů ujištění, zda je průběh gravidity v pořádku (Côté-Arsenault et al., 2006).

V případě, že výsledky genetického vyšetření poukážou na zvýšené riziko vrozených vývojových vad, žena prožívá silnou úzkost (Brisch et al., 2005). Téměř vždy je traumatizující skutečnost, pokud se u dítěte vrozená vývojová vada potvrdí (Kersting et al., 2004). Standardní postoj a postup v českém zdravotnictví je, že lékaři doporučují ukončení těhotenství. Některé ženy uvedly, že se v průběhu rozhodování o tom, zda si dítě nechat či ne, cítily pod velkým tlakem lékařů (Kodyšová, 2013). Zkušenost těhotenství s dítětem, které má vrozenou vývojovou vadu je z psychologického pohledu téma, které je plné různých psychických procesů. Tato práce nemá kapacitu, aby se tématu hlouběji věnovala.

Druhý trimestr se ženě uleví jednak fyzicky i psychicky. Nálada se stabilizuje a rodička se cítí klidnější. S narůstajícím břichem však může zažívat negativní pocity ohledně proměny své postavy, obzvlášť v případě, kdy pro ni štíhlá figura byla hodnotou. V kontextu partnerského soužití může mít obavu o svou současnou přitažlivost i přitažlivost do budoucnosti (Kodyšová, 2013).

Z výše uvedeného vyplývá, že toto „nejšťastnější období“ v životě ženy je zavádějící a přehnaně zjednodušený pohled na těhotenství. Těhotenství s sebou totiž přináší mnoho smíšených pocitů, mezi kterými nechybí pocity strachu a úzkosti. Celkovému prožívání třetího trimestru a období před porodem bude, kvůli účelu této práce, věnována zvláštní podkapitola.

### **3.2.3 Prožívání třetího trimestru a období krátce před porodem**

Rodička se během třetího trimestru může cítit fyzicky vyčerpaná (těmto tělesným projevům je věnována kapitola 1.3). Po psychické stránce nastává zlom okolo 30. týdne těhotenství – kdy pokud by žena začala rodit – bude plod již životaschopný. To se odráží na vztahu k dítěti a nastává období „dítě v náručí“. Budoucí matka si představuje, jak bude dítě nejen vypadat, ale i jak se o něj bude starat (Gloger-Tippelt, 1988).

Žena během tohoto období častěji myslí na nevyhnutelný porod. Představuje si, jaký bude jeho průběh, přitom představa, že dítě projde porodními cestami, se může zdát nereálná. Přítomný v prožívání je i strach z porodních bolestí, které mohou být v první době porodní silné. Tento strach je u prvorodiček normální a očekávatelný jev. Žena může mít živé sny, ve kterých se tyto obavy i obavy o budoucí péči o dítě mohou promítat. Očekávání, které od prožitků z porodů má si formuluje na základě vlastních prožitků

bolestí (převážně menstruačních) a také na základě zkušeností jiných rodiček (Raphael-Leff, 1993).

To že obava před porodem je relativně normální jev, respektive častý jev, potvrdila finská studie uskutečněna s 329 rodičkami. 78 % žen potvrdilo, že mají strach, který souvisí s porodem či těhotenstvím nebo s obojím. Zdrojem těchto obav se u prvorodiček ukázali: negativní naladění, negativní příběhy ostatních spojené s porodním zážitkem, znepokojující informace, nemoci a potíže spojené s dítětem. Tento strach se projevoval jako symptom stresu ovlivňující každodenní život. Nejsilnější projev strachu z porodu se promítl v přání podstoupit císařský řez a tím se odevzdat do rukou odborníků (Melender, 2002). Autoři článku dále doporučují, aby zdravotní personál během poskytování plošné prenatální péče s rodičkou o jejích obavách hovořil a aby se především aktivně ptal na její pocity. Právě absence sociální podpory v těhotenství se ukázala jako rizikovým faktorem pro vznik depresivních symptomů a snížení kvality života (Elsenbruch et al., 2007).

Jakmile do konce těhotenství zbývá pouze pár dní, žena může cítit zármutek z blížícího se konce gravidity a s tím spjatý smutek ze ztráty fantazie o dítěti. Na druhou stranu může cítit úlevu, že se již brzy zbaví fyzické zátěže. Toto období je plné ambivalentních pocitů a zároveň finální emoční a materiální přípravy na období po porodu (Raphael-Leff, 1993).

### **3.3 Proměna osobní identity s příchodem mateřství**

Následující kapitola bude věnovaná životní změně, kterou žena prochází. Tato změna se dotýká všech dimenzí jejího života: profesního, společensko-kulturního, vztahového a zároveň i toho nejosobnějšího – toho jak žena zažívá samu sebe. Osobní identita je v této práci chápána jako self-koncept (sebepojetí), tedy jak jedinec zažívá sebe v kontextu s okolím (kulturou, sociálním okolím a jejím očekáváním). Osobní identita je odpovědí na otázku: „Kdo jsem já?“. Zásadní životní událost, jakou mateřství jistě je, pak může nastartovat transformaci identity, což je proces přehodnocení sebepojetí (Ashforth, Harrison & Corley, 2008).

Pokud žena před těhotenstvím pracuje, jedna z nejzásadnějších změn se odehraje v profesním životě. Kvůli starosti o dítě je nutné, aby své povolání na nějaký čas opustila, nebo musí alespoň přeorganizovat své fungování v práci. Holandský výzkum se zabýval tím, jak se ženy v průběhu těhotenství snaží integrovat budoucí roli matky s již existující

identitou v profesním životě. V tomto výzkumu se ukázalo, že se jedná o dynamický proces, který se mění v čase, jak těhotenství postupuje. V prvním trimestru ženy popisovaly nejistotu, jak zvládnou rodinu a současně svoji kariéru. Představa, že budou matky, byla pro ně v tomto období vzdálená. Nedokázaly si sebe v nové roli představit. Naopak, ve třetím trimestru se priority většiny respondentek přesunuly z práce k příchodu dítěte. Co se však v tomto dynamickém procesu ukázalo jako zásadní, je pracovní prostředí. Pokud žena pracovala v převážně ženském, rodině otevřeném prostředí, kde byl přítomen i vzor, ke kterému by mohla vzhlížet, snadněji si uměla představit, jak tuto transformaci zvládne. Pokud je však žena ve své práci nespokojená, mateřství pro ni může být úlevou a tedy se snadněji s mateřskou rolí identifikuje (Hennekam, 2016).

Sociologický výzkum, který se zabýval transformací identity v pracující (dělnické) a střední třídě v Kanadě ukázal, že všechny ženy napříč těmito třídami zažívají mateřství jako zásadní pohnutku ke změně vlastního sebepojetí. Ženy ze střední třídy popisovaly svoji transformaci jako osobnostní růst, sebeaktualizaci a změnu. Ženy z pracující třídy se spíše zabývaly změnou pocitu bezstarostnosti k pocitu zodpovědnosti a životního ukotvení. Nezávisle na příslušnost ke společenské vrstvě, všechny ženy se shodly na tom, že mateřství je zásadní životní změnou (McMahon, 1995).

Na hluboké nevědomé úrovni se žena nachází mezi interním a externím světem, na tzv. křižovatce mezi minulostí, přítomností a budoucností. Změna identity je zásadní a zároveň znepokojující, což se může projevit i ve snech rodičky. Tyto sny mívají mystický, fantazijní podtext, kde se setkávají motivy porodu vlastního dítěte s matkou rodičky a vlastním zrozením. Příchod potomka v ženě může otevírat téma, jak se ona vztahuje ke své matce a vzpomínky na vlastní výchovu a dětství (Raphael-Leff, 1993).

Žena se v těhotenství setkává se svou biologickou ženskostí (Bjelica & kol., 2018). Fakt, že je schopna přinést na svět dítě, je kritickým okamžikem ve vývoji ženy. Především v chápání její ženskosti, gender identity a sebehodnocení. A to i v případě, pokud se v dospělosti rozhodne dítě nemít. Už jen vědomí, že má reprodukční potenciál je součástí jejího sebe-obrazu (Notman, Lester, 1988).

Těhotenství a příchod potomka je dalším vývojovým mezníkem v životě ženy, kdy životní styl, tempo a pohled na sebe samu již nebude to, co bývalo před otěhotněním. Jak tato zásadní transformace ovlivňuje partnerské soužití, bude popsáno v následující kapitole.

### 3.4 Těhotenství a partnerský vztah

Do partnerského vztahu se v průběhu těhotenství promítá asymetrie, která pramení z faktu, že žena je ten, kdo v sobě nosí společného budoucího potomka. To v obou z partnerů otevírá téma biologické podstaty. A může nastat nové uspořádání vzájemných emočních vazeb, což může mít neočekávatelné důsledky. Například žena, která se vždy považovala za nezávislou, může být překvapená svoji potřebou podpory a hýčkáni ze strany partnera. Naopak žena, která sebe nevnímala svobodně, může s dosaženým těhotenstvím, zažívat nový pocit osvobození a naplnění (Raphael-Leff, 1993).

Těhotenství mezi partnery na jednu stranu přináší novou intimitu a sblížení, na druhou stranu je partnerský vztah ohrožen nerovnoměrností prožitků ohledně blížícího se rodičovství. Ukázalo se, že ženy v průběhu těhotenství častěji myslí na příchod nového člena rodiny a mají starost, jak zvládnou rodičovskou roli. Komunikace mezi partnery je důležitým nástrojem k zvládnutí této disbalance a ke vzájemnému pochopení (Delmore-Ko et al., 2000).

Partner hraje v těhotenství podpůrnou roli, která však může být zásadní (Hudáková, Kopáčiková, 2017). Jak již bylo zmíněno výše, jeho podpora může mít vliv na průběh těhotenství i porodu. Partner se může cítit pod tlakem a zmatený z proměny své partnerky, která se najednou chová jinak a iracionálně. Těhotenství se odráží i na sexuálním soužití, žena cítí pod vlivem hormonů větší touhu. Na druhou stranu se u obou z partnerů mohou objevit obavy, aby během sexuálních aktivit nepoškodili plod (Stadelmann, 2005).

Po narození dítěte se z diády stává triáda a partner se může cítit ostrčený (Raphael-Leff, 1993). Proměna partnerského vztahu v důsledku narození dítěte je rozsáhlé téma, které však vybočuje z rámce této práce, a proto mu nebude věnována větší pozornost. Je však zřejmé, že již v těhotenství čelí partnerský vztah novým výzvám, které vycházejí z redefinování vzájemných rolí.

# Praktická část

## 4 Výzkumné šetření

### 4.1 Výzkumný problém, cíl výzkumu

Cílem výzkumu, jak je naznačeno v názvu diplomové práce, je zachytit autentické prožívání ženy, prvorodičky, která se nachází v období několika dní před porodem. Prožívání je nepřetržitý proud psychických jevů (představ, vzpomínek, citů, myšlenek a volných prožitků), který probíhá při různých stupních bdělosti vědomí (Říčan, 2013; Plháková, 2004). Jedná se o individuální proces, a předpokládá se, že každá žena bude toto období prožívat jedinečně, subjektivně. Prožíváním se tedy mívá cokoli, s čím se prvorodička setkává. Jaké jsou její představy, jaké jsou její tužby, její každodenní záležitosti – zkrátka jaká témata žena v okamžicích krátce před porodem řeší. Z výše zmíněných důvodů je zachována širší výzkumných otázek tak, aby nekladly hranice při sběru dat.

- Hlavní výzkumná otázka zní: „Co prožívá prvorodička krátce před termínem porodu?“
- Výzkumná podotázka: „Co všechno ovlivňuje prožívání prvorodičky krátce před termínem porodu?“

### 4.2 Metodika výzkumu

Z povahy výzkumného problému vyplývá, že je vhodné výzkum vést kvalitativní formou v duchu fenomenologické tradice. Cílem kvalitativní formy výzkumu je popsat jevy v jejich jedinečnosti, komplexnosti, návaznosti a neopakovatelnosti (Mertens, 2010). Tento přístup se používá u fenoménů, které nelze kvantifikovat, či jsou obtížně kvantifikovatelné, a jde spíše o pochopení hloubky problému, tedy jeho kvality (Miovský, 2006).

Fenomenologicky vedený výzkum se zaměřuje na zkušenosti jedince a jeho pohled na konkrétní problematiku. Cílem je porozumět a popsat jevy z pohledu zkoumané osoby (Mertens, 2010). Prožívání prvorodičky tedy splňuje všechna vyjmenovaná kritéria a kvalitativní výzkum je vhodným nástrojem k jeho zachycení, zkoumání a popsání.

V praktické části diplomové práce jsou použity dvě metody kvalitativního výzkumu pro získávání dat. Vlastní sebereflektivní introspekce spolu s analýzou deníku a nestrukturovaný rozhovor. Sebereflexe zde autorce slouží k uvědomění si vlastních představ o zkoumaném tématu a tím napomáhá dodržovat pravidlo epoché, neboli uzávorkování, během pořizování a analyzování dat. Jedná se o uvědomění si vlastních představ, předpojatostí a stereotypů, které by měl výzkumník takzvaně dát do závorek a nenechat se jimi ovlivnit. „Znamená to, že je musí být schopen nejdříve identifikovat, uvědomit si je a posléze je „odložit“ a pozorovat předmět svého zájmu s menším ovlivněním ze strany těchto jevů” (Miovský, 2010, str. 147).

K samotnému sběru dat je použit nestrukturovaný rozhovor. Během nestrukturovaného rozhovoru výzkumník nemá stanovený plán, jak by měl rozhovor probíhat a vychází z potřeb zkoumané osoby. Během rozhovoru se výzkumník drží hlavní linie tématu a má na paměti výzkumné otázky a cíl výzkumu (Miovský, 2010).

Před uskutečněním prvního rozhovoru byly připravené okruhy témat, které by byly během rozhovoru mapované, pokud by respondentka nehovořila spontánně. Žádná témata však nebyla ženám předkládána a rozhovor se řídil pouze podle jich samotných. Tyto okruhy byly formulovány kompilací analýzy vlastního deníku (viz kapitola 4.4) a výsledku předchozího publikovaného výzkumu v akademické práci Sedlářové (2011). Její práce zpracovala obdobné téma, avšak uskutečnila výzkumné šetření s rodičkami po porodu a s časovým odstupem.

Tematické okruhy:

- Fyzický stav, tělesno prvorodičky: vnímání transformace těla, prožívání tělesných procesů.
- Podpora: od otce dítěte, rodiny, blízkých, zdravotního systému.
- Porod: prožívání čekání na porod, příprava na porod, představy a přání o porodu.
- Nová životní role: vztah k dítěti, role matky.

Jak je již zmíněno výše, okruhy nakonec neurčovaly průběh rozhovorů, protože ženy přinesly svá vlastní témata, která se stala nosnými body rozhovorů. O průběhu rozhovorů je více pojednáno v kapitole 4.3 této práce. Získaná data byla analyzována pomocí tematické analýzy, které bude věnována následující kapitola.



### **4.2.1 Metoda zpracování získaných dat**

Pro analýzu dat byla vybrána tematická analýza. Jedná se o flexibilní metodu, která hledá vzorce – témata – v získaných datech, která by nejpřesněji odpověděla na výzkumnou otázku. Právě flexibilita metody umožňuje na témata nahlížet z různých úhlů pohledu a zkoumat je do hloubky (Braun & Clarke, 2012).

Braun a Clarke (2012) popisují šesti fázový přístup tematické analýzy, podle kterého se analýza dat získaných od prvorodiček řídila.

- První fází je seznámení se s daty, tedy opakované pročitání transkriptu rozhovoru, a psaní eventuálních poznámek.
- Druhou fází je tvoření prvotních kódů, které mohou být buď popisné, nebo interpretační. V této práci je využit popisný způsob kódů bez interpretace. Kódy byly vypsány do samostatného souboru.
- Třetí fáze zpracování dat obnáší hledání témat, která budou mít hloubku, tedy budou obsahovat větší množství kódů, a zároveň budou navazovat na ostatní témata.
- Čtvrtá fáze ověřuje kvalitu získaných témat. Je třeba si znovu pročíst datový soubor a ověřovat smysluplnost témat. Zde se také vyznačují citace, které budou použity v konečné reprezentaci výsledků. Jednotlivá témata jsou definována z kódů napříč celého výzkumného vzorku a doložena příklady s citacemi.
- Během páté fáze výzkumník hledá pojmenování témat.
- Poslední šestá fáze je určena k sepsání závěrečné zprávy, kde by měla být odpověď na výzkumnou otázku (Braun & Clarke, 2012).

### **4.3 Popis získávání dat**

Hledání a oslovování respondentek probíhalo od srpna roku 2018, rozhovory pak byly uskutečněny během následujících šesti měsíců. Pro výběr respondentek byla stanovena dvě kritéria. Za prvé musí být prvorodičky a za druhé mít termín porodu nejpozději do února 2019. Cílem bylo získat alespoň 6 rozhovorů.

Metoda výběru výzkumného vzorku vyplynula z povahy výzkumného šetření. Jednalo se o kombinovanou metodu příležitostního výběru s metodou sněhové koule. Příležitostní metoda spočívá v tom, že výzkumník využívá všech příležitostí, které se mu v jeho okolí naskytou (Miovský, 2010). V praxi to vypadalo tak, že byly osloveny potenciální respondentky ze sociálního okruhu autorky této práce (např. přes sociální sítě).

Prvorodičky byly také osloveny přes známé a přátele, nebo přes již kontaktované respondentky. Což je metoda sněhové koule, která spočívá v nabalování výzkumného vzorku, kdy se výzkumník díky prvním kontaktům s respondenty dostane k dalším potenciálním účastníkům výzkumu (Miovský, 2010).

První kontakt probíhal tak, že byl prostředníkovi či přímo prvorodičce poskytnut elektronický leták (Příloha G tohoto textu, str. 55) s informacemi o diplomové práci a výzkumu, kde byl na autorku výzkumu kontakt. Ženy měly možnost si leták prostudovat a zhodnotit, vzhledem ke svému stavu, zda se výzkumu chtějí zúčastnit. Leták byl poskytnut přibližně patnácti prvorodičkám. Ozvalo se osm respondentek, se kterými byl dohodnut termín a místo setkání. Termín byl domluven tak, aby se žena nacházela 2, maximálně 3 týdny před termínem porodu. Volba místa byla vždy na respondentce, důležité bylo, aby se cítila pohodlně a příjemně. Nakonec byly rozhovory uskutečněny se šesti prvorodičkami, se zbylými dvěma se nepodařilo setkat, protože porodily dříve, než byl stanoven termín rozhovoru.

Etika výzkumu je zajištěna informovaným souhlasem respondentek, ve kterém byly ženy obeznámeny s průběhem výzkumu i s tím, jak bude nakládáno s nahránými daty. Měly prostor položit případné otázky. Prvorodičky byly také vždy seznámeny s postupem rozhovoru a jeho cílem. Rozhovory byly nahrávány na nahrávací zařízení, k čemuž také vždy daly souhlas. Výzkum je anonymní, proto bylo prvorodičkám změněno jméno.

Rozhovor byl vždy zahájen s otázkou: „*Jak se máte?*“. Respondentky hovořily samy, většinu času byly v toku řeči podporovány, či jim byly kladeny doplňující empatické otázky tak, aby prvorodička téma rozvedla, či v něm šla do hloubky. Lze se domnívat, že právě empatické naslouchání a reagování bylo to, co pomohlo jít ženě ve svých prožitcích hlouběji. Rozhovory trvaly 1-2 hodiny. Nahráný materiál je doslovně přepsán (viz přílohy A až F).

#### **4.4 Reflexe vlastní zkušenosti, východisko pro výzkumný problém**

Vlastní zkušenost s těhotenstvím byla východiskem, respektive motivem, k výběru tématu diplomové práce. Období před plánovaným termínem porodu pro mne bylo z psychologického pohledu velmi intenzivní. Dokonce tak, že jsem si v období 2-3 týdny před termínem porodu psala deník. Ačkoliv se psaním deníku nemám žádné předchozí zkušenosti. Zápisky jsem si psala také z toho důvodu, že jsem očekávala, že porod nějakým způsobem ovlivní mé vzpomínky na toto období. Z deníkových zápisků budou v následující kapitole shrnuta témata, která pro mě byla přibližně od 37. týdne těhotenství klíčová.

##### **Fyzická zátěž**

Závěr těhotenství byl velkým náparem na moje tělo. Cítila jsem bolesti zad v oblasti beder, třísel a stydké kosti. Nemohla jsem dlouho setrvat v jedné poloze a obyčejná činnost jako jízda městskou hromadnou dopravou byla vyčerpávající zážitek. Jednak kvůli pocitům nepohodlí a jednak ze strachu, že v přelidněném metru přijde miminko k újmě. V noci jsem se často budila puzením na toaletu a bylo náročné si najít pohodlnou polohu v posteli.

##### **Strach z porodu**

Během celého těhotenství se u mě objevovaly a zase mizely pocity strachu až úzkosti z porodu. Bála jsem se vyčerpání, bolesti a beznaděje, protože přesně to jsou ty pocity, o kterých jsem měla dojem, že se nejvíce mluví mezi ženami, které porodem prošly. Přemýšlela jsem o porodu jako o zasvěcujícím rituálu, že až jím projdete, tak pochopíte, co je vám do té doby utajeno – život, ženství. Od strachu mi pomáhaly myšlenky na zbavení se fyzické zátěže, kterou těhotenství s sebou nese.

##### **Příprava**

Se strachem jsem bojovala i tím, že jsem kontaktovala kamarádku, porodní asistentku, která mi přesně popsala, jaké procedury mě po příjezdu do porodnice čekají. Informovanost o situaci mi dodala větší jistotu a uklidnila mě. Do té doby jsem si o porodu moc nezjišťovala a řídila se heslem, že to chci přežít. Což byl pak i můj požadavek v „porodním plánu“. Dělejte se mnou vše, co uznáte za vhodné, já a moje miminko chceme hlavně přežít. Dávala jsem si záležet, abych hodně odpočívala. Snažila jsem se mít v každý okamžik dostatek energie, kdyby porod přišel.

## Čekání

Od 38. týdne těhotenství jsem si připadala jako v neustálé čekárně. Čekala jsem a zároveň nevěděla, na co čekám, což mě vrhlo až do filosofických úvah. Čekání, až se mi změní život. Čekání na pravděpodobně nejsilnější zážitek v životě. Čekání na završení nebo dokončení lidského bytí. Toto moje čekání v sobě neslo určitou konečnost a zároveň dokonalé završení, celistvost. Okamžik, kdy se vše potká v jedno. V tomto období se mi také objevilo až symbolické myšlení. Připadala jsem si, že čekám na Godota, který nepřichází. Absurdní drama *Čekání na Godota* napsal Samuel Beckett a my jsme měli pro syna vybrané jméno Samuel. A v tom mi to přišlo až symbolické, že jsme to pro mě v tu chvíli nekonečné čekání výběrem jména přivolali. V tomto čekání jsem se snažila soustředit na časový horizont přibližně jen pár hodin do budoucnosti, ve kterém jsem důkladně pozorovala každou změnu tělesných prožitků.

## Monitorování těla

Důkladně jsem pozorovala tělesné pochody a snažila se rozlišit, co z toho jsou tzv. poslíčci, hlad nebo nepohodlná poloha. S každým novým pocitem jsem čekala, zda se zintenzivní a zda „je to ono“. Vypozorovala jsem, že jakmile se začaly ozývat bolestivější pocity, tak mě strach z porodu opouštěl, a já dostávala novou odvahu čelit výzvě. Setrávání v okamžiku mi pomáhalo odplížící se úzkosti.

Uběhl rok od narození syna a pozoruji, že všechny tyto zážitky mohu nyní popsat jen díky deníkovým zápiskům. Opravdu, porod a následující životní změna plná dalších intenzivních zkušeností mi téměř způsobila až retrogradní amnézii na období před porodem. Z psychologického hlediska se dle mého názoru jedná o zajímavý fenomén. Výjimečné a jedinečné období v životě ženy, jakou je očekávání příchodu prvního potomka může být „překryto“ dalšími zkušenostmi. Přitom jsem během své rešerše na toto téma nenašla žádnou studii či výzkum, který by se zabýval ženami v tom aktuálním autentickém prožitku očekávání porodu. Výzkumy byly na toto téma uskutečněny po porodu a s časovým odstupem, kdy se ze sebereflexivního pozorování domnívám, že dochází k posunu, změně či vymazání vzpomínek. Proto jsem se tématem začala zabývat a pro výzkumnou část si zvolila rozhovory se ženami, prvorodičkami nacházející se v období krátce před porodem.

#### 4.5 Charakteristika respondentek

- První respondentkou je Tamara, 25 letá studentka, která začíná doktorandské studium. Je vdaná a s manželem žijí v Praze. Poslední rok byl pro Tamaru plný životních událostí, dokončila magisterské studium, vdala se, počali s manželem miminko a stěhují se. Rozhovor byl pořízený právě v čase stěhování, kdy již měla sbaleno, ale čekala na zařízení a stavební dodělání nového bytu. Tamara má v době rozhovoru 15 dní do termínu porodu. Má v plánu родit v porodnici na Bulovce v Praze.
- Druhou prvorodičkou je Lucie, která má 39 let. Pracuje jako manažerka, má vysokoškolské vzdělání. S partnerem, který je o 4 roky starší, žije ve společné domácnosti v centru Prahy. Partner z kariérních důvodů uvažuje o přeložení v zaměstnání do jiného státu, což způsobuje Lucii stres. Lucie by chtěla po narození dítěte na nějaký úvazek pracovat, nicméně finální rozhodnutí nechá až podle toho, jak bude situace vypadat. Lucie má na prvorodičku vyšší věk, je po jednom samovolném potratu a onkologických potížích. Všechny tyto faktory mají vliv na průběh a prožívání těhotenství. K porodu je objednána v Ústavu pro péči matku a dítě v pražském Podolí a kvůli většímu vzrůstu dítěte je v úvaze císařský řez.
- Další respondentkou je Anna, která byla před mateřskou dovolenou zaměstnána v cestovním ruchu. Má vysokoškolské vzdělání, je jí 25 let a s manželem žijí na okraji Prahy. Spolu s manželem pravidelně chodí do kostela a angažují se v církevních klubech a volnočasových aktivitách. V těhotenství ji doprovázela těhotenská cukrovka, byla nucena dodržovat sacharidovou dietu a měřit si objem cukru v krvi. Ráda by rodila v Příbrami z důvodu příjemnějšího prostředí a tužbě po přirozeném porodu.
- Ema je 25letá absolventka studia biomedicínského inženýrství, která právě dostudovala. Je vdaná. Těhotenství ji z počátku zaskočilo, chtěla po škole nastoupit do práce. Kvůli dítěti změnila plány. S manželem navštěvují církevní instituce. Má sestry, které již mají děti a na jejich doporučení bude rodit v porodnici u Apolináře v Praze.
- Marie je 37letá úspěšná divadelní tanečnice, režisérka, která v nedávné době vydala knihu. Je vdaná a oba s manželem jsou úspěšní umělci, kteří za prací cestují po celém světě. Práce je zároveň její vášní a posláním, i z toho důvodu mateřství odkládala. Ráda by pracovala i po porodu a o péči o miminko by se chtěla s manželem dělit. Díky práci se cítí propojená se svým tělem a těhotenství je pro ni nová smyslová výzva.

Marie, pokud vše půjde během porodu fyziologicky správně, chce rodit do vody. Proto si zvolila rodit v porodnici v Rakovníku.

- Poslední účastnicí výzkumu je Dita, které je 27 let. Má středoškolské zdravotnické vzdělání, vysokou školu započala, ale nedokončila. Dita hraje házenou na poloprofesionální úrovni. Ke sportu má kladný vztah, a těší se, až se vrátí na hřiště a vrátí tělo do kondice. Pracuje v mateřské školce. S partnerem spolu žijí v Praze, kde by chtěla v Podolí porodit.

Jak je již zmíněno výše, důležitou roli ve výzkumu hraje okamžik, ve kterém byl rozhovor uskutečněn. Zde je proto přehled, v jaké fázi těhotenství, respektive kolik dní do termínu porodu zbývalo každé účastnicí výzkumu v době konání rozhovoru.

**Tabulka č. 1: Přehled respondentek**

Příloha	Jméno	Počet dní do termínu porodu	Věk	Vzdělání	Zaměstnání	Stav
A	Tamara	15	25	vysokoškolské	studentka doktorandského studia	vdaná
B	Lucie	17	39	vysokoškolské	manažerka	žije s partnerem
C	Anna	9	25	vysokoškolské	zaměstnaná v cestovním ruchu	vdaná
D	Ema	10	25	vysokoškolské	právě dostudovala	vdaná
E	Marie	5	36	vysokoškolské	tanečnice, divadelní režisérka	vdaná
F	Dita	5	27	středoškolské	učitelka v MŠ	žije s partnerem

## 4.6 Tematická analýza získaných dat

V následující kapitole je popsáno šest témat, kterými se zabývaly více jak dvě respondentky, a která během rozhovorů zaujímalý dominantní místo. Každé z témat je ještě rozdělené na další podtémata tak, aby bylo možné danou problematiku hlouběji popsat.

### **Téma č. 1: Já a moje tělo**

U každé respondentky bylo tělo – jeho změna a z toho plynoucí důsledky – tématem. Všechny ženy v závěru těhotenství pociťovaly zátěž, kterou jim narostlé břicho způsobuje. Téma tělesnosti lze dále rozdělit na tři další podtémata, která se ukázala jako dominantní v prožívání prvorodiček ve výzkumném vzorku. Jedná se o negativní prožívání tělesné změny, pozitivní prožívání tělesné změny a hodnocení svého stavu na základě srovnání.

#### **Negativní prožívání tělesné změny**

Všechny respondentky se shodly na tom, že pociťují určité fyzické nepohodlí. Například kvůli častému nočnímu močení klesá kvalita spánku, tíží je občasné pálení žáhy, drobné bolesti zad, beder, břicha či třísel. Fyzické nepohodlí nejintenzivněji zažívá Lucie. Popisuje, jak jí otékají končetiny, rychle se unaví a omezuje svou denní aktivitu na nutné minimum. Negativní prožívání tělesné změny je u Lucie také ovlivněno vysokými letními teplotami. Respondentka dále hodnotí, že ji až překvapilo, jak těžce fyzické nepohodlí zažívá. Popisuje, že se nejpohodlněji cítí doma, zmiňuje větší potřebu soukromí a pohodlí oproti stavu před otěhotněním. Lucie: „(...) mám se hrozně na té fyzický úrovni... rostu do všech směrů, vlastně nemám se do čeho oblíknout... neohnu se, abych si pořádně... já nevím co, umyla nohy ... jako takže to je těžký. Jako to je podle mě to nejtěžší... překvapilo mě to... no už jako chci mít to svoje pohodlí... že už nechci ani, Martin byl zlatej, že furt nabízel nějaký hotely s bazénama a já nevím co, a já už jako... já nechci. Už se, hlavně už se jako já necejtím dobře jako někde chodit jako mezi lidi.” (Příloha B tohoto textu, str 12, §2 a 8).

Fyzickou změnu prožívala intenzivně také Dita, která je sportovkyně, aktivní denní program a svalnatá postava pro ni byli samozřejmostí. Respondentka negativně hodnotí fyzické omezení k vykonávání domácích prací. Popisuje, že již nechce vycházet z domu, protože se cítí brzy unavená. Dalším negativním prožitkem pro Ditu je změna vysportované postavy. Dokonce svou současnou figuru označuje se smíchem až hanlivými

přívlastky, což může ukazovat na nepříjetí současného těla. Změnu tělesnosti považuje za oběť těhotenství, která však, jak dodává, stojí za to. Obává se, zda se jí tělo vrátí do původní podoby. Vzápětí se utěšuje argumenty, že je ještě mladá a pokud bude na sobě pracovat, tak se jí její původní postava vrátí. Je patrné, že respondentka pro vyrovnání se s náročnou situací, používá nadsázku, zlehčení (hodnocení své figury) a racionalizaci (argumentace o svém věku a svalové paměti). Dita: „*Myslíš do vorvaně (smích)... takhle bych to jako specifikovala...mě třeba jako vadí nejvíc ten zadek, začíná mi vorvanět až ten zadek a břicho že jo... břicho jsem měla jako ty... buchy a nohy jsem měla no... jestli to dám zpátky dohromady no... co se bojím, jediný, co mě štve je, že mi těhotenství zkazilo celou postavu... ale jako stojí to za to, zatím teda... Takže jako... musím to vzít sportovně no... když budu chtít, tak to tělo dám do kupy, zase mi není padesát, abych na tom dřela měsíce. Mám nějakou svalovou paměť... doufám*” (Příloha F tohoto textu, str. 51-52, §18-20).

Proměna těla může mít negativní vliv na vlastní sebeobraz či sebedůvěru. Ema popisuje, že pro ni bylo náročné srovnat si vlastní představy o svém těle. Postava se rychle mění, a tedy nenaplnuje obraz, který o sobě respondentka má. Ema dále popisuje, že v přijetí tělesné změny hrál nezastupitelnou roli manžel, který ji ubezpečil, že je pro něj stále přitažlivá. Je patrné, že podpora partnera může pomoci ve zvládnání negativních prožitků ohledně měnicího se těla: „*(...) že mám dojem, že se mu prostě líbím i těhotná, že to vlastně často říká a pro mě to je hrozně vzácný, že to tělo se mění hrozně rychle a často je to těžký to prostě přijmout, si měnit šatník nebo tak a prostě někdy je velkej tlak na nějaký jako osobní představy, a když mě ten partner podporuje, že se mu líbím, tak je to prostě hrozně důležitý a velká podpora*” (Příloha D tohoto textu, str. 34, §2).

### **Pozitivní prožívání tělesné změny**

Respondentka Tamara popisuje obtíže se spánkem, a jak ji budí častá potřeba jít močit. Přerušovaný spánek však respondentka vítá a nahlíží na něj jako na pozitivum, protože to vnímá jako psychickou přípravu na čas, kdy již bude miminko na světě a bude si vyžadovat péči i v noci. Tamara: „*Ted' mě, jakoby mě tohleto roztrhání toho spánku mě jakoby těší, protože si říkám, že to je dobrá psychická příprava, že jako budu v noci vstávat k tomu miminku, takže to nevnímám tak, že mě štve,, že prostě nespím osm hodin v kuse, ale vnímám to tak, že to je supr, že jo, jdu čůrat v jednu, pak jdu čůrat ve čtyři, pak od pěti zase nespím, vnímám to jakoby pozitivně*” (Příloha A tohoto textu, str. 5, §16).



Tělesno hraje u Marie velmi důležitou roli, protože je divadelní tanečnice a režisérka. Tělu byla i věnovaná velká část rozhovoru. Respondentka tvrdí, že své tělo zná a silně cítí jeho změnu. Popisuje, že vnímá, že se jí zvětšily některé partie, připadá si těžká a zároveň dodává, že je třeba to brát s humorem. Tedy negativní aspekty těhotenství zesměšňuje, což ji pomáhá se s nimi vyrovnat. Tělesnou transformaci si užívá, k popisu svých prožitků používá imaginaci ptáka a samice. Zdůrazňuje prožitky animální přirozenosti a ženství, což přirovnává k podobě věstonické venuše. Z Mariinho vyprávění je patrné, že si své tělo v této poloze užívá až na spirituální úrovni. To že si dovolila se v těhotném těle cítit příjemně, považuje respondentka za osobní posun a změnu. Marie: „(...) *tu animální polohu fakt takový ty samice jo... takový ty jako já si fakt připadám, že jsem ten prostě jako ten naprcanej pták, obrovskej jako v tom si hnízdí jo... než vyprdne ty vajíčka, tak tam sedí v tomhlectom, má tam tu pánev prostě obrovskou a jako už mě to nepohoršuje jako vlastně, že jakoby cejtím fakt tu jako tu primitivní jako podobu tělesnou, to ženství takový, takovou tu věstonickou venuši takovou tu jako fakt, že se to proměňuje do té bohyně vlastně se mi to i docela líbí, když najednou s tím břichem kroužím a s tím zadkem velkým prostě jako (...) Jo, přesně i se mi to líbí jako jo... že jako vlastně si to užívám a teď se jako nikde neholim a sem jako chlupatá a prostě velká a prostě a jako jo... jako já mám pocit, že to tam s tím nějak jako jde, že najednou... nevím kdy jindy se ti má člověk užít, tohodle tělo jako, který v sobě nosí to dítě jo... to je hrozně zvláštní stav jo... a velkej posun mentální jako pro mě jo... ehm... nejen dovolit si to, ale užít si to a považovat to za krásný, to si myslím, že je asi největší posun, považovat i tuhle jako velkou ženskost za krásnou no (...)*” (Příloha E tohoto textu, str. 45-46, §23-24).

### **Hodnocení svého stavu na základě srovnání**

U respondentek se v hodnocení svého tělesného stavu objevoval jev sociálního srovnávání. Tedy to, jak se jim fyzicky daří, odvíjely od pozorování jiných rodiček. Je patrné, že srovnání se s ženami, které dle jejich úsudku zažívají tělesný aspekt těhotenství hůře, jim může pomoci překonat vlastní negativní prožitky. Nebo naopak se mohou cítit hůře ve srovnání s ženami, které dle jejich úsudku těhotenství snášejí dobře. Tyto strategii používají Ema, Dita a Tamara.

Ema: „(...) *mě to těhotenství sice omezuje, ale ne nějak jako, že bych byla ležák. Mám kolem sebe kamarádky, které jsou třeba na rizikovým nebo jim není dobře fyzicky, takže jsou takový víc, prostě odpočívají...*” (Příloha D tohoto textu, str. 32, §2).

Dita: „(...) *ale v pohodě hele, myslím si, že jiný těhotný na tom jsou tisíckrát hůř... jakože sou nateklý... ty ženský se mnou na těch monitorech sou nateklý a já jsem na tom relativně... jako mnohem líp než oni, když to tak řeknu*” (Příloha F tohoto textu, str. 52, §19).

Respondentka Tamara popisuje, že se cítí dobře, i když jí narostlé břicho dává nějaká omezení. Velikost břicha srovnává s jinými ženami z porodnice a přijde jí, že její je menší. Říká, že se necítí tak neohrabaně, jak si jiné rodičky stěžují. Zároveň se i srovnává s jinými rodičkami, které jsou podle jejího úsudku mnohem aktivnější, a tím na sebe klade nároky, že by i ona měla být aktivní. Ve srovnání s aktivnějšími ženami o sobě mluví až hanlivým výrazem, zároveň své odpočívání omlouvá, že jej evidentně potřebuje. Je si vědoma, jak později dodává, že na sebe klade velké nároky, a rozumí tomu, proč to tak má. Odkazuje na zkušenosti z dětství. Je zřejmé, že se respondentka srovnává s referenční skupinou, která je podle ní na tom hůře, ale i se skupinou, která je podle ní na tom lépe. Tyto dvě tendence se v jejích představách o svém těhotném těle přetlačují.

Tamara: „*Je zajímavý, jak se jakoby říká, že ty ženský si připadaj tlustý, neohrabaný, nepřipadám si tak, vůbec mi to tak ani nepřijde. Jako upřímně dřepnout si a vstát mi dělá problém, předkloňuju se jako s roztaženejma nohama, když chodim tak funim, když se převaluju v posteli, tak se zadejchám, ale třeba jako a upřímně pociťuju, že jsou třeba matky, který toho třeba dělaj víc, jako přijdu si trochu jak nějakej zevl, ale na druhou stranu si říkám, že ale asi to potřebuju (...) třeba když se kouknu jakoby na jiný těhotný, tak třeba na tom předporodním kurzu, oni maj všechny takový jako velký břicha a ted' mám tu představu, že se nepřekulej, že je to jako netíží... ale já nic takovýho necejtím* (Příloha A tohoto textu, str. 4, §14).

Z výše uvedeného vyplývá, že tělesná změna v těhotenství ženu ovlivňuje v mnoha aspektech. Každá žena vnímá své tělo jinak a každá na něj pochopitelně nahlíží z jiného úhlu pohledu (z praktického, vizuálního, vztahového a spirituálního). Ukazuje se, že ženy používají vyrovnávací mechanismy, jak se se změnou vyrovnat. S čímž může být nápomocná podpora partnera, pozitivní představy o miminku či srovnání v rámci sociální bubliny.

## **Téma č. 2: Já, a tvor ve mně**

Následující téma se zabývá vztahem mezi matkou a dítětem uvnitř jejího těla, respektive, jak která prvorodička zažívá to, že se jí v břiše formuje nový život. Některé respondentky spolu s otcem dítěte k břichu mluví a snaží se tak rozvíjet vztah mezi nimi. Tedy vnímají, že se v jejich těle nachází další člověk. Jiné ženy naopak nechápou, respektive necítí, že by v nich byla jiná osoba a považují dítě za součást svého těla. Jsou to tedy dva různé prožitky, které budou v následujícím textu popsány. Dalším tématem je obava o miminko, která provází ženy z obou pomyslných prožitkových polí. Tyto obavy budou dále popsány v tématu č. 5.

### ***„Jsme fakt jako takový partačky.”***

Ema popisuje, že zpočátku pro ni bylo těhotenství překvapením a narušením životních plánů. S těhotenstvím se musela nejprve vyrovnat a v tom jí pomohlo zvětšující se břicho a právě začínající vztah mezi ní a miminkem. Tedy ten utvářející se vztah hrál dominantní roli v přijetí změny životních plánů. Respondentka Ema: *„(...) až v létě mi to dávalo větší smysl, že mi začalo růst břicho a začala jsem cítit pohyby, to pro mě bylo hrozně klíčový (...) vlastně postupně jsme se učili jakoby víc s ní komunikovat a mluvit na ní, nebo prostě ten vztah se jako hrozně vytvářel a teďka mám dojem, že už jsme fakt jako takový partačky, že si fakt... nevím, když mě kope, že je to fakt hrozně intenzivní...”* (Příloha D tohoto textu, str. 33, §5-6).

Respondentka Dita popisuje, jak komunikuje se synem v břiše. Mluví k němu, jako k člověku, který už se na světě vyskytuje. Je tedy patrné, jak respondentka silně zažívá jeho přítomnost už v tomto pozdním prenatalním stádiu. Dále popisuje, jak silný cit, lásku ke svému miminku cítí a snaží se mu ji dotyky dát zpět. Dita: *„...občas mu zpívám, povídám si s ním, než usnu, a říkám mu, co jako budeme dneska dělat (...) jako já bych ho už tak pomačkala, je tam jako ta hrozná láska, člověk už by ho chtěl mít u sebe... Já ho ale takhle hladím, já ho chráním a chci mu dát najevo, že na to není sám (smích)... si s ním i povídám prostě ...”* (Příloha F tohoto textu, str. 50, §14, str. 53 §24).

### ***„Je prostě jak moje ruka, noha.”***

Z výše uvedených citací lze vidět, jak se již rozvíjí vztah mezi matkou a dítětem. Není však samozřejmostí, že se tento vztah začne tvořit již v prenatalním období. Některé rodičky si naopak nedokážou představit, že v nich je dítě, kterého jsou, respektive budou, matkou a zvětšující se břicho berou jako součást svého těla. Lucie popisuje, že se až cítila

povinná, na základě přečtené literatury a reakcí okolí, s miminkem mluvit. Popisuje, že jí to však nešlo a že má až výčitky svědomí nebo se necítí pohodlně říci, že nevnímá dítě odděleně, jako samostatnou bytost, ale jako součást svého těla. Dotazy jiných lidí na to, jak se má její miminko, ji připadají absurdní. Přijde jí ta představa až komická, protože si připadá, jako by se jí ptali na to, jak se daří jejímu kolenu. Zároveň má Lucie o miminko velký strach, přeje si, aby bylo zdravé. Této obavě bude věnované jiné místo v této práci.

Lucie: „(...) *jak v některých věcech čteš, že máš jako mluvit s tím miminkem a ehm... jako nevím co, mě to prostě nešlo, tak jsem to přestala dělat... já jako hele, je to hloupý říct, ale já ho jako nechápu jako já a on. On je teď já, až bude venku, tak to bude já a on, ale teď jako to je prostě jak moje ruka, noha... jako že furt si to jako neumím, furt tam nevnímám jako to oddělení... jako já chápu, že tam je, ale je to součást mě (...) máma se mě ptá jako jak se máš ty a jak se má jako Toníček, tak pozdravuj Toníčka a ve mě to vzbuzuje takový jako... jak jako Toníčka ty vole, to je moje břicho*” (Příloha B tohoto textu, str. 17, §29-30).

Je patrné, že respondentky se k rostoucímu člověku uvnitř jejich těla vztahují různými způsoby. Některé již vnímají, že se tam formuje jejich dítě, které berou jako další individualitu. Na příkladu, který uvedla Lucie je vidět, že každá rodička to takhle nezažívá. Z výpovědi Lucie lze cítit až stud, který zažívá, když jí blízké okolí svými dotazy dává nevědomě najevo, jak by se ke svému břichu měla vztahovat.

### **Téma č. 3: „*Tak na co čekáš, jako pojď, my jsme připravený.*” - Pocit připravenosti**

Následující téma se zabývá přípravou (teoretickou i praktickou) rodičky na porod či příchod potomka. Téma přípravy bylo u všech respondentek dominantní v průběhu celého těhotenství, proto jim byl věnován i prostor během rozhovorů. V čase, kdy byl rozhovor s prvorodičkami uskutečněn, již přípravy vrcholily či byly u konce. Stav připravenosti, materiální i psychické bylo přítomným tématem u každé respondentky.

Domácí přípravu v podobě čtení knih buď o porodu či miminku učinily všechny respondentky. Všechny dokonce navštívily alespoň jednodenní předporodní kurz nebo absolvovaly soukromou konzultaci s dulou či porodní asistentkou. To, jak pečlivě, či v jaké fázi těhotenství se žena chystala, závisí na mnoha okolnostech, které jsou zaznamenány v následující kapitole.

Například Tamara a Anna svou pečlivou přípravu přisuzují osobnostním faktorům. Řekly totiž, že jsou zvyklé se na všechno připravovat, studovat si, že jsou zkrátka takové a tak dělají, co jim je vlastní i v případě těhotenství. Tamara: „(...) že já vždycky jsem se na všechno připravovala... já nevím, když jsem dělala přijmačky na gympl, tak jsem chodila na přípravný kurzy, na veššku jsem chodila na přípravný kurzy, dycky jsem chodila na přípravný kurzy, tak jsem si říkala, tak jako ... tak když chodim na přípravný kurzy, tak nejít na kurz na porod jako svůj, tak to by bylo divný” (Příloha A tohoto textu, str. 1, §2).

Anna: „Já jsem jako docela hodně jako úkolově orientovanej člověk, takže mám to jakoby v hlavě, co je ještě třeba zařídit“ (Příloha C tohoto textu, str. 20, §2).

Respondentka Marie narozdíl od Tamary a Anny o sobě říká, že ve svém životě se řídila spíše improvizací. Nikdy se moc nepřipravovala, ale k těhotenství přistupuje opačným způsobem. Má nachystané všechny potřebné věci, vše zařízené. Tímto zodpovědným přístupem překvapila samu sebe. Je zřejmé, že samotné těhotenství již u Marie nastartovalo proces osobní změny. Respondentka dále až netrpělivě popisuje, jak se nemůže příchodu syna dočkat. Marie: „(...) my se na něho fakt strašně těšíme, jsme připravený, všechno mám připravený, což jsem fakt jako překvapená sama ze sebe, že jsem jako fakt zodpovědně jsem jako chytala ty věci... jinak jsem takovej velkej improvizátor na poslední chvíli, nebo to nechám na náhodě, ale já jsem fakt jako zodpovědně nachystala postýlku, přebalovák, přeprala oblečky trikát (...) říkám si, že když už jsem jako takhle všechno jako mám, tak na co čekáš, jako pojď, my sme připravený. Takže čím dřív přijde, tím lepší ...” (Příloha E tohoto textu, str. 46, §26).

Lucie, co se četnosti vyhledávání odborných konzultací týče, byla nejaktivnější. Navštívila předporodní kurz a kurz první pomoci novorozence, domluvila si konzultace s dulou, která bude eventuálně přítomna u porodu a také měla domluveného svého porodníka. Lucie měla všechny potřebné věci pro miminko nachystané již od 26. týdne těhotenství z toho důvodu, že měla obavu z předčasného porodu a pokud je plod starý 26 týdnů, tak již má šanci na přežití. Lucie je přesvědčena, že kvůli svému vyššímu věku (39 let), zkušenosti s onkologickým onemocněním a samovolným potratem může být její těhotenství rizikové. S riziky respondentka počítá a snaží se na ně připravit. Zřejmě i z toho důvodu byla aktivní v navštěvování různých předporodních kurzů a má i svého porodníka, který má v oboru prestiž a je na něj podle Lucie spoleh. Je patrné, že respondentka se aktivně snaží připravit na všechny možné situace. Tuto aktivní přípravu

označuje za racionální, pragmatické myšlení. Nabízí se zde hypotéza, že Lucie své chování verbálně racionalizuje, aby si udržela odstup od úzkosti, kterou může z porodu a jeho rizik zažívat.

Lucie: „*Jsem chtěla mít věci zařízený od toho jako termínu, že když už by se narodil, tak už by se narodil někdy od toho 26. tejdne, když už to dítě má šanci, že přežije, já jsem chtěla mít ty věci připravený, vůbec jako pokojíček a tak, jako kdyby se něco dělo blbě ... hele realita je taková, že jsem prostě stará, onkologické pacient, po potratu, bla bla prostě... to že něco může jít jinak, než na termín přesně, to je prostě realita a chci na to být ready ... potom jako místo toho, abych mohla bejt s miminem v porodnici ehm a tam jako ho v uvozovkách rozveselovat nebo jako bejt tam přítomná, tak tady jako řešit postýlku a tohleto a támhleto (...)*” (Příloha B tohoto textu, str. 17, §30-31).

Anna v období krátce před porodem zažívá svou připravenost tak, že cítí, že se nachýlil čas, rekapituluje si v mysli, zda má všechno a zažívá lítost nad událostmi, které už nestihne. S nepříjemnými pocity se snaží vyrovnávat myšlenkami na miminko a nadějí, že ji čeká také něco dobrého. Anna: „*(...) a tak a tak sem si říkala, že jako já bych ještě příští týden jako chtěla přijít a že bych to jako chtěla zažít ten vánoční program, kterej bude, zase si říkám jako, když se Viktorka přihlásí, tak jako bude chtít na svět, tak to je jako mnohem důležitější pro mě že jo... tak když se to nestihne, tak se to nestihne no...bylo by to fajn, ale zase budou fajn jiný věci*” (Příloha C tohoto textu, str. 20, §5).

Příchod miminka, jak je patrné, je pro respondentky jakýmsi časovým mezníkem, kdy musí být všechno nachystané. Pro uspokojení pocitu připravenosti volily respondentky různé strategie: navštěvovaly kurzy, četly odborné knížky, kupovaly oblečení a jiné potřebné věci. Přípravy a jejich odůvodnění bylo dle respondentek ovlivněno různými okolnostmi. Osobnostními vlastnostmi odůvodnily své přípravy Tamara a Anna. V případě Lucie bylo načasování přípravy a i jeho intenzita ovlivněna možným předčasným porodem kvůli rizikovým faktorům jako je vyšší věk prvorodičky, samovolný potrat a onkologické onemocnění v minulosti. V případě Marie lze říci, že samotná okolnost těhotenství a příchodu miminka ji přiměla překročit to, co jí je vlastní a zachovat se jinak, tedy se zodpovědně připravit. V každém případě je patrné, že pocit připravenosti hraje v prožívání prvorodiček výzkumu velkou roli. Jak se ukáže později v textu, tento pocit připravenosti některým respondentkám pomáhá překonat strach a úzkost z blížícího se porodu a nové, zásadní životní situace.

#### **Téma č. 4 : Blížící se porod**

Porod je okamžikem, ke kterému celé těhotenství směřuje, a je to akt, na který každá z respondentek myslí, o kterém přemýšlí. V následující podkapitole budou rozebrány jednotlivé představy, přání, fantazie a obavy související s blížícím se porodem. Toto téma bylo nejdominantnější částí rozhovorů. Je dále rozděleno na další podtémata, která se objevila u více respondentek a to: Ideální představa, Hlavně přirozeně a Mechanismy pro zvládnání předporodního napětí. Tato témata spolu souvisí a navzájem se prolínají.

#### **Ideální představa**

Každá s respondentek má svoji ideální představu o porodu, která je formulovaná z nastudovaných informací, z obsahů předporodních kurzů, ze zkušeností rodiček v jejich sociální bublině a také diskuzí ve veřejném prostoru na téma porodů. Svoji porodní představu nebo spíše přání respondentky realizovaly již výběrem místa, kde chtějí родit. Porodnici si respondentky vybíraly převážně na základě recenzí (prestiže) a zkušeností jiných rodiček a také dle konkrétních požadavků, které daná respondentka na porod má, co od něj čeká. Rozhodnutí, kde se narodí jejich první potomek, je proces, který pro každou respondentku hrál v průběhu těhotenství velkou roli, a jak se ukáže dále v textu, toto rozhodnutí nadále ovlivňuje smýšlení nad porodem.

Tamara se rozhodla родit na pražské Bulovce, protože je to pracoviště jejího ošetřujícího gynekologa, ke kterému má důvěru. Dita a Lucie budou родit v pražském Podolí, protože se jedná o vyhlášené pracoviště a navíc slyšely dobré recenze od kamarádek. Ze stejných důvodů se Ema rozhodla родit v porodnici u Apolináře. Marie a Anna upřednostnily svou tohu родit v útulnějším, příjemnějším prostředí před pražskými velkými porodnicemi a každá si zvolila porodnici hodinu autem od Prahy. Marie si vybrala Rakovník, protože je to porodnice, kde umožňují porod a to i druhou dobu porodní do vody. Anna nejprve přemýšlela o porodu doma, nicméně se nakonec rozhodla, že s prvním porodem se raději odkáže do rukou zkušeného personálu a zvolila si porodnici v Příbrami, která je menší, krátce po rekonstrukci a kde se respondentka po prohlídce cítila příjemně. Dá se říci, že porodní přání Marie a Anny jsou natolik silná, že jsou ochotné riskovat nekomfortní hodinovou cestu do porodnice, která může být potencionálním rizikem. Mariina touha je родit do vody, naslouchat tělu a nechat porod plynout. Není jí příjemná představa porodní polohy v leže na zádech. Nepřeje si žádné lékařské zásahy, protože jsou

kontraindikací k porodu do vody. Respondentka si uvědomuje, že se jedná pouze o porodní přání a je otevřená nutným lékařským intervencím.

Marie: „*Jako mám samozřejmě ideální plán, ale jsem otevřená tomu, že můj plán nemusí vyjít a taky a velkou pravděpodobností taky nevyjde, protože je to strašně nevypočitatelná záležitost a je to hrozně individuální (...)*Já jsem chtěla родit do vody prostě... a Rakovník byla nejbližší nemocnice, kde to jde (...) A pro mě ta představa, že si lehnu na lehátko a roztáhnu nohy je úplně jako nejméně děsivá. A já vim, že podle všech jakoby referencí dostupných informací a vlastně hlavně i doporučení, protože většina lidí z mého okruhu rodila v Rakovníku, jako hlavně hodně umělců jako, tak ehm” (Příloha E tohoto textu, str. 44, §3 a 20 -21).

Anna popisuje, že se s manželem do Příbrami jeli podívat a že na ni prostředí porodnice i personál pozitivně zapůsobili. Respondentka si zároveň uvědomuje, že cesta do Příbrami by v případě komplikací či rychlého porodu mohla být náročná až riskantní, proto se pojistila tím, že se zároveň zapsala v jedné pražské porodnici. Anna: „*Vlastně i že ty pokoje jsou takový prostě jakoby na mě, jakoby na mě prostředí působí, takže ... já jsem se tam cejtila jako hrozně fajn, když to zas jakoby ale já jsem jakoby z nějakých praktických důvodů, tak jsem si jako radši registrovala i v Praze*” (Příloha C tohoto textu, str. 22, §14).

Z výše uvedeného vyplývá, že některé respondentky jsou ochotné pro realizaci své ideální představy něco obětovat či riskovat.

### **Hlavně (ne)přirozeně**

U většiny respondentek se objevilo téma přirozeného porodu. Lucie a Ema tento termín používají, pokud hovoří o vaginálním porodu. Marie, Anna a Dita jej používají v kontextu vaginálního porodu a bez jakýchkoliv lékařských zásahů a medikací. Co pro respondentky přirozenost porodu znamená a jaký vliv má na její prožívání, bude rozebráno v následující kapitole.

Respondentka Lucie se ještě před tím, než otěhotněla, domnívala, že se bude bát přirozeného (vaginálního) porodu. Její matka měla totiž špatnou porodní zkušenost, kdy Luciin bratr byl dlouho v porodních cestách, porod nepostupoval a miminko bylo přidušeno, což na něm zanechalo následky. Sekce neboli císařský řez respondentce díky této rodinné anamnéze vždy přišel jako bezpečnější metoda. Tento strach se však nedostavil, protože u Lucie je pravděpodobné (kvůli velikosti plodu), že svého potomka nakonec přivede na svět císařským řezem. Celkově postoj porodníků v zařízení, kde Lucie



bude rodit, byl otevřený tomu, že si má rodička vybrat, jakou cestou by chtěla rodit. Právě možnost sekce vzala Lucii tlak strachu z fyziologického porodu. Fakt, že si nakonec může vybrat, jakou cestou bude rodit, jí zmírnil úzkost, kterou ve vztahu k vaginálnímu porodu zažívala. Lucie: „(...) že prostě určitě nebudu chtít rodit přirozenou cestou, protože ten císař to je přece to nejbezpečnější a tak. A když jsem otěhotněla a byla jsem těhotná jako víc a víc a víc, tak jsem si začala říkat, že jako ehm... že je divný, že se toho jako nebojím, že vlastně tahle obava mě úplně opustila (...) porodní asistentka řekla že, když si dneska lidi můžou vybrat, jakou chtějí mít velikost prsou, tak nechápe, že když třeba má někdo obrovské strach z přirozeného porodu, tak proč by se měl nutit prostě do přirozeného porodu. Že ta úzkost a ten stres, že neprospívají nikomu a že jako si myslí, že ty ženský, byť jako formálně vlastně nemáš možnost si říct o císaře, že by tu možnost měly mít a že vlastně v tom podolí se snažej, že když viděj, že ta ženská je víc vystresovaná, nebo že prostě už je úplně vyčerpaná nebo prostě něco, že se nesnažej je jako nutit do těch přirozených porodů, tak tím se mi jako do těch začátků ulevilo, že kdybych si prostě řekla, že se fakt tak moc bojím, že to podstoupit nechci, takže tady se na to koukaj, jako že jo... no prostě řeknete, jak to chcete a pokud to bude jako z vašeho zdravotního pohledu nebo rizika jako možný, tak to tak uděláme. Sem se vlastně přestala bát a pak se paradoxně vlastně stalo, že já se jako vůbec nebojím, tak jako uvidíme, budeme se řídit podle toho, co mi řeknou doktoři” (Příloha B tohoto textu, str. 13, §12).

Ema se nachází na pomyslném opačném spektru než Lucie, která naopak bojovala za fyziologický porod. Kvůli operaci kyčlí to dlouhou dobu vypadalo, že Ema bude muset podstoupit plánovaný císařský řez. Nakonec se podařilo dohodnout s lékaři, že bude moci rodit fyziologicky, což Ema považuje za velké vítězství. Vaginální porod se pro ni tedy stal hodnotou, váží si toho, že tu možnost má. Dokonce ji tento pocit vítězství ulevuje od pocitů strachu z porodu. Ema: „ (...) já jsem po operaci s kyčlí, takže bylo dost velký téma, jestli budu moc rodit přirozeně a vlastně docela dlouhou dobu to bylo, že půjdu na plánovanýho císaře...díky tomuhle procesu jsem začala víc jakoby bojovat za to, abych právě mohla rodit přirozeně, že to začala pro mě být taková jako docela velká hodnota, že jsem o to hodně stála a díky tomu nevnímám strach, mám dojem, že to je nějaký jako vítězství ehm. ako nečekám, že to bude kdovíjak příjemný a že samozřejmě tam můžou bejt všemožný komplikace, ale jsem za to vlastně ráda, že teda můžeme nebo ten plán, ta představa teda je rodit přirozeně” (Příloha D tohoto textu, str. 33, §7).

Respondentka Anna má promyšlenou svou představu o porodu, respektive má několik porodních přání, které napsala do tzv. porodního plánu (formulář, který se odevzdává v porodnici před porodem). Velkou hodnotou pro ni a manžela je mít přirozený porod, což pro Annu znamená porod bez jakýchkoliv lékařských zásahů. Přirozenost (v naturálním slova smyslu) porodu je pro ni natolik důležitá, že dokonce zvažovala i porod doma. Kvůli lehkému strachu z možných komplikací se pro první porod nakonec rozhodla родit v porodnici. Respondentka si kvůli přirozenosti porodu přeje, aby hlavně rodila v termínu, protože je zvykem u pacientek s těhotenskou cukrovkou, kterou má, porod medikací vyvolávat, což je v rozporu s Anniným přáním. Tento až odpor k lékařským zásahům, jak to respondentka sama nazývá, má z toho důvodu, že ji vadí jakékoliv cizí těleso, zásah v jejím těle. Z výpovědi je patrné, že respondentka má důvěru ve svou intuici, které plánuje naslouchat během porodu. Tato až animální přirozenost je pro Annu velkou hodnotou během porodu. Anna: *„Ta naše ideální představa, tak že ten porod bude tak zvané přirozenej, to znamená bez medikací... proto bych právě chtěla, aby to nezašlo tak daleko, aby mi řekli silně vám doporučujeme, abychom mohli porod vyvolat, protože to ti daj ty vaginální tablety a máš ty kontrakce pak jako mnohem silnější, takže o to víc chceš nějakou jako tu úlevu od té bolesti...já bych byla ráda, aby na mě někdo co nejmíň jako šahal a to v jakymkoliv slova smyslu (...) takže to je jedna věc a já tak jako čekám, co mi jako intuitivně jako bude příjemný no (...)”* (Příloha C tohoto textu, str. 25, §33-34).

Marie nad porodem přemýšlí jako nad transformací a extrémním zážitkem těla. Tělo je pro ni spojeno s animálností a živočišností, které ji zpřítomňuje život. Ráda by celý proces zažila bez jakýchkoliv medikamentů, lékařských zásahů a ideálně do vody. Respondentka se chce lékařským zásahům vyhnout z toho důvodu, že má pocit, že by bránily tomu zážitku přirozenosti tělesného procesu. Pro respondentku je téma přirozené tělesnosti důležité, protože se i ve své profesi tělem zabývá, je jejím nástrojem pro uměleckou tvorbu a vyjádření. Věří, že až si přirozený porod, ke kterému patří i ta bolest, prožije, tak to pro ni bude zlomový okamžik, osobnostní posun a transformace. Dodává však, že pokud by zdravotní rizika indikovala lékařský zásah, je připravena jej podstoupit. Marie: *„(...) bych jako chtěla mít přirozenej porod a chtěla bych ho mít do vody a chtěla bych ho mít bez nástřihu hráze a bez jakýchkoliv oxytocinů a epidurálů prostě s tím, že jsem připravená samozřejmě na extrémní bolest, protože to k tomu prostě patří, ale vlastně se na ní těším, že si jí jako prožiju jo... protože si projdu nějakým procesem, nějakou transformací, která mě někam posune, nebo která mi dá zakusit takovej intenzivní zážitek,*

*že věřím v to, že mě jako promění a já vlastně pracuju i jako ve vlastní tvorbě jako s extrémními prožitkami nebo zážitkami a myslím si, že tohleto bude jako pravděpodobně něčím jako zlomový. Takže ta ideální představa je toho přirozeného a vlastně jakákoliv ehm... komplikace nebo jakékoliv ehm...to narušení toho přirozeného, že by to mělo být nějak jako ehm... příliš jako medi... ehm medicínsky vedený nebo příliš tak jako do toho zasahovaný nebo tak jako lékařsky jako ovlivňovaný, tak mě trochu jako děsí. Nejsem takový jakoby biomatka, že by to chtěla mít za každou cenu prostě jako nejvíc jako... to zas ne... jako že jsem rozumná, jako že se nebudu hádat s doktorama, nebudu podepisovat reverz. Když řeknou, není zbytí, musíme vám udělat císaře, tak řeknu oukej jako fajn”* (Příloha E tohoto textu, str. 38, §3).

Dita si také přeje rodit bez medikací, ale z jiného důvodu než Anna a Marie. Chce ochránit miminko před farmakologickým zásahem a je ochotné podstoupit netlumenou bolest, ze které obavu nemá. Je otevřená, tomu, že se to může změnit. Dita: *„Bez epidurálu a tak... jakože si myslím, že tu bolest zvládám docela dobře, ale uvidim, může se to změnit a budu chtít, aby mi napíchali jako úplně všechno, ale zase jako vůči němu nechci, aby mi něco píchali”* (Příloha F tohoto textu, str. 53, §3).

Je zřejmé, že pro prvorodičky je důležité, jakým způsobem přivedou svého potomka na svět. Přirozenost porodu byla tématem u většiny respondentek. Z výpovědí je patrné, že se přirozený porod pro některé respondentky stal hodnotou. Z toho důvodu je možné pozorovat odmítání lékařských zásahů i za cenu podstoupení bolesti.

### **Co pomáhá pro zvládnutí předporodního napětí.**

Z rozhovorů je patrné, že rodičky používají určité mechanismy pro zvládnání možného předporodního stresu, napětí a obav. Tyto mechanismy užívají náhodně, a-nebo záměrně. To, co prvorodičkám v tomto období pomáhalo, je popsáno v následující podkapitole.

Emě pomáhá více věcí, aby se s předporodním stresem vyrovnala. Jednak v období před porodem řeší své budoucí bydlení a to, že nemá moc času přemýšlet nad porodem a s tím spojenými okolnostmi hodnotí pozitivně. Je patrné, že odvedená pozornost od stresové události jí nepřipustí možnou úzkost. Dále se snaží aktivně vyhledávat informace o tom, co jí čeká a snaží se poslouchat rodičky s pozitivní porodní zkušeností. Fakt, že se respondentce podařilo si domluvit porodní asistentku, která bude přítomna u porodu ji také velmi pomáhá v překonání strachu. Právě důvěra v odbornost této porodní asistentky je

nápomocna. Uklidňuje jí i fakt, že u porodu bude manžel, který je pro ni velkou oporou. Jak je zmíněno v předchozím podtématu, respondentce to, že si u lékařů vybojovala fyziologický porod, pomáhá k překonání strachu. Ema: „ (...) *nám to tak bere hrozně moc pozornosti, což je pro mě vlastně zajímavé, že si myslím, že to těhotenství u mě díky tomu neprožívám tak stoprocentně intenzivně, ale že mi to možná nevadí, protože bych z něčeho třeba měla jako větší strach (...) vlastně vyhledávat zdroje, informace, nebo i nějak poslouchat spíš lidi, který měli dobrý porod a myslím, že je to hrozně o tom se toho vlastně jakoby zbytečně nebát ehm... ale vlastně to jakoby ustát psychicky mám takovej dojem a ehm (...) Tak mi přijde, že ona je přesně ta odbornost, že jakoby vim že... že tam bude někdo kdo nenechá, aby byl nějaký průšvih a můj manžel, ten zas bude velká opora, tak to zvládneme spolu*” (Příloha D tohoto textu, str. 34-36, §4, 7 a 11).

Respondentka Tamara popisuje, že pro pocit klidu ji pomohla informovanost, kterou nabrala na předporodním kurzu v porodnici. Nápomocná v tomto procesu byla i přednášející porodní asistentka, která rodičky ujistila, že chápe jejich bolest a ukázala jim možnosti, jak si od bolesti ulevit. Respondentce dále od možného strachu ulevuje myšlenka, že si bude moci během první doby porodní ulevovat od bolesti ve sprše a že ví, jaký proces jí při příjmu do porodnice čeká a jak to tam vypadá. Tamara: „ (...) *ehm, ale ta porodní asistentka byla jakoby, bylo vidět, že je hrozně zkušená, jakože prostě ví, čeho se ty matky tak jako bojí a tak jakoby se je snaží informovat tak, aby se ten jejich strach zmírnil, nebo tak nějak jsem to pochopila, tak to bylo pro mě (...)* Všichni jsou nastoupený do pěti, deseti minut a já nevím ehm... *bolí to, ale zkusíme si na to tyhle cviky, který vám pomůžou, nebo vám můžeme dát rajskej plyn nebo jaký jsou prostě další možnosti a zase bylo to jakoby o tom klidu a za toho jakoby pramení jako v nějakym smyslu i ten můj klid, jakože počítám s tím, že to bude asi jako vostrý, ale nějak se z toho nehroutim (...)* Jako já vim, že to bude hrozný jo, ale těším se na to, že říkali, že se tam nekonečně dlouho můžeme cákat jako v tý vodě, na to se fakt těším jakože asi to bude hrozný, asi to bude bolet, jakože až bude začínat ten porod, ale já se těším na to, že se budu houpat na míči a jako cákat na sebe tu vodu (...)” (Příloha A tohoto textu, str. 2-3, §7-8, 11).

Marie využívá těhotenství i v umělecké tvorbě, svůj stav ztvárňuje v komediálních scénkách, což jí pomáhá překonat napětí. Zdůrazňuje, že je pro ni důležité brát tuto novou životní situaci s humorem a zůstat sama sebou. Je patrné, že nadlehčení situace respondentce pomáhá získat odstup od toho, co se jí děje a jaké změny jí čekají a díky tomu je odolná vůči možnému stresujícímu tlaku, který by těhotenství mohlo přinést. Dá se

řící, že se jedná o zdroj pro zvládnání stresu, který je součástí životního nastavení respondentky. Marie: „*Jako aby ta matka si zachovala tu ženu, nejenom tu matku jo, to svý já jo... jako to svoje bytostný, aby se nedefinovala jenom v tý roli tý matky jo... to si myslim, že je strašně důležitý a k tomu pomáhá jako ten odstup a ten humor ... Jako oukej, sotva se valim, ale jak je to legrace no... patří to k tomu, je to součást toho a musim si to jako užít, tuhlectu jinou jako roli (...)*” (Příloha E tohoto textu, str. 46-47, §27).

Respondentka Lucie jak je již zmíněno výše svůj strach z porodu překonala díky možnosti císařského řezu. Lucie: „*Jo jo, že fakt je to zajímavý pozorovat jak to vnímání věci se ti jako mění, že protože vlastně tím, že mi řekli, že kdybych jako náhodou chtěla, tak že to vůbec není problém, tak jako já jsem přestala mít úzkost. Já jsem si řekla, že no tak když se prostě nebudu cejtit, že jako to dám tak jim řeknu hele jako nedám, uděláme to jinak a oni řeknou jo*” (Příloha B tohoto textu, str. 13, §14).

Dále Lucii, stejně tak jak Marii pomáhá její životní postoj. Je zvyklá totiž k problémům přistupovat pragmaticky a s cílem je řešit. Obavy tedy posouvá na racionální úroveň a to zmírňuje jejich tlak. Tímto způsobem respondentka přistoupila i k přípravě na porod a období po porodu. Usoudila, že pokud bude co nejvíce informovaná, tak ji to uleví od jejích možných obav a kontaktovala dluh a jiné odborníky. Lucie: „*(...) a já jsem si s nim potom musela sednout a říkala jsem mu hele... mě to nepomáhá, prostě i kdyby to bylo sebešpatnější, že dítě nevim co, tak jsou věci, který my musíme s nima projít, a to že se nima budeme děsit nám nepomůže a asi tím, jak sme si to oba dva jako řekli, vysvětlili, tak najednou jsem věděli, že kdyby se dělo cokoliv, tak my jsme ready (...)* Já jsem jako to pojala tím, že chci tak trochu vědět do čeho jdu, aby mě to neděsilo” (Příloha B tohoto textu, str. 12-13, §3 a 10).

Je zřejmé, že respondentky s předporodním stresem bojovaly několika způsoby. Dominantní roli hraje informovanost, dále pak podpora od blízkých či odborníků a v neposlední řadě životní postoj respondentek.

### **Téma č. 5: Obavy**

Téma obav se více či méně objevuje ve všech tématech. Jedná se tedy o významný pocit, který rodičky během tohoto období pociťují, proto mu bude věnované celé následující téma. Obavy jsou dále rozděleny na podkapitoly, dle toho, čeho konkrétně se tyto nepříjemné pocity týkají, s čím souvisí.

## Obavy spojené s porodem

Respondentka Tamara říká, že strach z porodu se jí objevil, když byla velmi fyzicky vyčerpaná ze stěhování. Měla obavu, že její únava je tak velká, že pokud by se porod rozběhl, tak ho nezvládne. Tamara: „ (...) *jak jsem jakoby byla vyřízená... proto jsem jakoby chytla strach z toho, z toho porodu jo a dneska právě se zase cejtím tak, že jsem uvolněná, všechno je v pohodě, takže když začnu rodit, tak prostě vezmu telefon a někomu zavolám, pojedu do tý porodnice (...) jsem se bála, že v tom psychickym náporu toho stěhování bych ten porod jakoby nezvládla... spíš ten strach z toho vyčerpání, jakože bych na to neměla sílu*” (Příloha A tohoto textu, str. 3, §20).

Obava respondentky Lucie z přirozeného porodu byla již zmiňována v předchozí kapitole. V následujících řádkách bude ještě shrnuta. Lucie se obávala vaginálního porodu z důvodu negativní zkušenosti v rodinné anamnéze. Ve chvíli, kdy se objevila možnost, že dítě půjde na svět císařským řezem, tak respondentka zažívala nepříjemné pocity, jak bude sekce probíhat. Obavu jí způsobila představa spinální lokální anestezie, kdy je rodička plně při vědomí a lékaři operativním zákrokem vyndávají plod. Je tedy patrné, že respondentka zažívá obavu při myšlence jak vaginálního porodu, tak sekce. Tato obava má však jinou podobu. Vaginální porod ji nepřijde tak bezpečný a obavu má spíše o miminko a při představě sekce ji je nepříjemná myšlenka na to, že si bude uvědomovat, jak ji lékaři řežou do břicha. Tedy se bojí svého subjektivního prožívání během tohoto zákroku. Lucie: „ (...) *jsem se začala bát, když už jako se začalo řešit, že ten císař to bude jako asi téměř jistě, protože jako pro mě představa bejt ve spinální anestezii umrtvená jen od pasu dolu a představovat si, že mi jako někdo otevírá břicho není úplně komfortní*” (Příloha B tohoto textu, str. 13, §20).

Prvorodička Ema strach z porodu zmiňuje několikrát během rozhovoru. Jednak si připouští, že mohou nastat nějaké komplikace – a to jí způsobuje nepříjemné pocity –, a jednak pojmenovává strach z bolesti, kterou může během porodu zažít. Během rozhovoru bylo zřejmé, že respondentka o svém strachu hovoří opatrně, a jakmile ho vysloví, hned dodává utěšující větu, která jí evidentně pomáhá své obavy zvládat. Ema: „*Jako nečekám, že to bude kdovíjak příjemný a že samozřejmě tam můžou bejt všemožný komplikace, ale sem za to vlastně ráda, že teda můžeme nebo ten plán, ta představa teda je rodit přirozeně (...) z toho mám asi strach jakože z tý bolesti ehm, a tak nějak mám možná dojem,*

*že je člověk i díky hormonům který sou právě skvělý, že tím tu ženu umí provízt” (Příloha D tohoto textu, str. 33, §7; 35, §14).*

Z výše uvedeného vyplývá, že strach související s porodem má různé podoby a může se dostavovat třeba jen za nějakých okolností. Žádná z respondentek nebyla obavou z porodu plně pohlcená a jednalo se o obavu z vyčerpání, představy sekce, komplikací a bolesti.

### **Obavy o miminko**

Dominantnější místo než strach z porodu zastával u prvorodiček strach o miminko. Tento strach má také různé podoby. Některé rodičky zažívaly obavu o plod již v průběhu těhotenství, tedy o nenarozené dítě, jiné mají strach, aby se miminku něco nestalo během porodu. Dále byla přítomna obava, aby zvládly veškerou potřebnou péči po narození a aby bylo miminko v bezpečí.

Respondentka Tamara je kvůli stěhování vystavena velkému stresu, kterého si je vědoma a to ji způsobuje obavu o miminko. Má strach, aby stres plodu neublížil, nebo aby si dokonce nevyvolala předčasný porod. Tamara dále pojmenovává, že má obavu o to, jak bude s miminkem zacházet, manipulovat. Má strach, aby mu špatným zacházením neublížila, aby ji třeba nespadlo. Uvědomuje si, že tato obava pramení z toho, že nemá zkušenosti s malými dětmi a že se pro ni jedná o zcela novou zkušenost. Tamara: *„(...) prostě jsem se jakoby bála, že porodím a nechtěla jsem předčasně nebo jako způsobit si to sama a... taky jsem se, taky se jakoby bojím, nebo jako obávám se toho, co jako chudák to miminko, když já se tak jako hrozně stresuju (...) Já nemám moc zkušenost s těma malejma dětma, s těma novorozencema, dycky jsem se jich spíš jakoby.... bála bude asi špatný slovo, ale prostě když člověk vezme půl roční dítě, tak už ho prostě čapne a může s nim dělat to co chce, ale prostě tak jako... mám obavu z toho jak budu manipulovat s tím malým miminkem... no a teď když to ještě bude úplně novorozený, zrovna .... co když mi spadne... jo, tak prostě z toho mám strach“ (Příloha A tohoto textu, str. 1, §2; str. 4, §12).*

Lucie popisuje, jak si soustavně opakuje přání, aby bylo všechno (ona i dítě) v pořádku. Z této touhy lze cítit úzkost. Zároveň však respondentka v druhé větě popírá, že by měla strach. Může se jednat o obranný mechanismus popření, kdy si respondentka pocity strachu nepřipustí, protože by vzniklá úzkost mohla být příliš ohrožující. Lucie: *„Tak jako žiju v tom, že si jako furt přeju soustavně, abych hlavně já byla v pořádku a malej aby byl v pořádku, že to je pro mě to nejdůležitější, ale jako nebojím se ... i vlastně*

*těch pár jako cest do tý porodnice, který jsem musela absolvovat, protože mi něco bylo, tak vlastně dycky sem tam jela a říkala jsem si hlavně ať je všechno v pořádku... hlavně ať je všechno v pořádku. Netrpěla jsem žádnějma katastrofickějma představama” (Příloha B tohoto textu, str. 10, §2).*

Respondentka Anna trpí těhotenskou cukrovkou, která v případě že rodička nedodrží dietu, může být potencionálním rizikem pro plod. Anna, i když většinu času dietu dodrží, občas zažije obavu o miminko. Je patrné, že se respondentka kvůli této komplikaci může cítit pod velkým tlakem. Anna: *„Takže někdy už to je takový náročný, že asi jakoby po psychický stránce jakoby ta cukrovka jakoby je trochu náročná, protože ti to jako stěžuje život no... a teď jako řešíš, že ti to nějak ovlivňuje to dítě, že kdyby si tu dietu nedodržovala tak to dítě bude mít špatnej vývoj. Je tam nebezpečný, že to dítě bude třeba jako velký, ale ty orgány vnitřní bude třeba mít nehotový, nedovyvinutý a proto oni to chtěj i vyvolávat, aby to dítě moc nenarostlo” (Příloha C tohoto textu, str. 24, §29).*

Dita popisuje, že rodina a příchod miminka je pro ni to nejdůležitější v životě. Popisuje, že nemá strach z porodu jako takového, ale že se hlavně obává o miminko. Tato obava je ještě podpořena zdravotní komplikací v podobě streptokokové bakterie v pochvě respondentky. Tato bakterie může být pro plod nebezpečná. Respondentka dává zdraví a bezpečí dítěte na úkor sebe. Dita: *„Víš jako já se nebojím bolesti, to mi je úplně ukradený, ale bojím se toho, že se něco stane víš... a jako hlavně aby se jemu něco nestalo, že mě je jako jedno cokoliv se mě stane, ale jako aby jemu... a jakoby víš co, jak já mám toho streptokoka (...) tak jsem si o tom jako načetla no a mám strach aby pak neměl zápal plic nebo cokoliv že jo... aby tam chudák nemusel bejt dlouho no... takže spíš se fakt bojím o něj a né o sebe... to je mě jedno nějaká bolest (...) tohleto jako úplně nejvíc na světě víš jako... jakože to nejdůležitější, ta rodina byla pro mě. (Příloha F tohoto textu, str. 50, §11-12).*

Rodičky během rozvorou popisovaly svůj strach o miminko. U Dity, Anny i Lucie se jedná o strach, který souvisí se zdravotními komplikacemi, se kterými se během těhotenství setkaly, nebo se bojí toho, že by porod mohl dítě poškodit. U Tamary se obava o miminko odvíjí od okolností v jejím životě (stěhování) a od toho, že se potýká s novou životní situací.



## Co bude po porodu?

Respondentky zažívají i další obavy, které se odvíjí od porodu a příchodu nového člena rodiny. Tyto obavy jsou různorodé, mají společné jedno a to, že se vztahují k období po porodu. V následujících řádkách bude tedy popsáno, čeho se respondentky bojí, až těhotenství skončí a jim se narodí dítě.

Respondentka Lucie má obavy z období šestinedělí, respektive z toho, aby se jí v tomto období neobjevila poporodní deprese. Ženy v rodině respondentky mají s poruchou nálady v období po porodu zkušenosti a na základě toho se respondentka domnívá, že i jí by se poporodní deprese mohla týkat. Je patrné, že na Luciino prožívání má velký vliv rodinná anamnéza, jak se již ukázalo v jejích obavách o porodu. Lucie: *„Já mám trochu obavy z toho šestinedělí, protože my máme v rodině historii vlastně z obou stran poporodní deprese. Takže z toho mám jako trochu obavu, ale o tom jsme tady všichni doma seznámený, že jako je potřeba jako na mě dohlížet, kdyby se mi udělalo špatně, tak aby se to nepodcenilo”* (Příloha B tohoto textu, str. 16, §25).

Obavu o své zdraví v období šestinedělí zažívá i Anna. Je informovaná o tom, že až ji propustí z porodnice, tak první lékařská kontrola porodního poranění proběhne po skončení období šestinedělí u jejího obvodního gynekologa. Respondentka ví, že pokud by v tomto období měla potíže, že má vyhledat pomoc v porodnici, kde rodila, nicméně má obavu, aby rozpoznala, zda se již jedná o stav, který vyžaduje lékařský zásah nebo zda je vše v normě. Tyto obavy jako u Lucie pramení ze zkušenosti jiné rodičky, která právě nerozpoznala, že se jedná o krvácení, které není v normě a po skončení šestinedělí musela být odeslána k lékařskému zásahu. Anna: *„To je jako jediný, co si říkám jo... že tě jako vlastně propustěj z porodnice po třech dnech a pak jako až za šest tejdnu jdeš jako na gyndu a že jako kamarádka tam třeba jako přišla po tom šestinedělí a řekla, že tam jako docela krvácí a on no”* (Příloha B tohoto textu, str. 29, §44).

Respondentky Anna a Dita mají obavu o to, jak bude vypadat vztah mezi jejich nově vzniklou rodinou a rodinou partnera. Je patrné, že prvorodičky řeší téma hranic a zda si je budou moci nastavit. Obě respondentky chápou nadšení budoucích babiček a zároveň nechtějí, aby jim bylo zasahováno do jejich soukromí a do vztahu s miminkem. Pro Ditu bylo toto téma v průběhu rozhovoru silné, protože se zdá, že hranice respondentky byla překračována matkou partnera již během těhotenství. Je zřejmé, že narození dítěte může pro rodičky a jejich rodiny znamenat výzvu v uspořádání si vzájemných vztahů. Anna:

„(...) *no jako že jí člověk jako tak trochu musí krotit. Nebo si myslím, že ona by jako hrozně ráda nas přijela navštívit jako do porodnice a já mám teď spíš jako stanovisko, že bych jako byla ráda, abysme tam jako měli nějaký jako klid a pak třeba až jako budeme tady doma, tak uvidíme, jak to jako bude všechno probíhat, jak to půjde a až jako prostě budu, že až jako uznáme, že sme ready, tak jako řekneme dobře, můžete přijet na návštěvu. A oni se tak jako tlačej... a teď jakoby jim nechceš jako nějak ublížit nebo nechceš se s nima nějak jako pohádat kvůli tomu, ale zase zároveň je jako důležitý si ty hranice jako držet (...)*” (Příloha C tohoto textu, str. 30, §48).

Dita: „*No... já se bojím, že jako budeme mít hádky. Takže se spíš jako bojím, že až přijdu domů, tak všichni jako budou jako esemeska už už a už tohle a už ste porodili a kdy se můžeme přijít podívat a co máme koupit. Já mám všechno já nic nechci, víš já si všechno koupila a takový no... spíš jako mám strach. o...třeba už teď tak jako říkám, jak bych chtěla, aby se s ním manipulovalo s tím dítětem a nebo jakoby takhle a celkově a už to je taky špatně víš... jakože je to takový... a jenom tlak z přítelovo rodiny, ne z mojí (...). Tak nevím, co budu dělat, se tady asi zabarikáduju, takže spíš jako se bojím tohodle no... že jako prostě přijdou a to dítě ti spí a oni ho jako budou ho chtít budit, protože se budou chtít pomazlit ááá babička přijela, tak dítě prostě bude vzhůru ... tak uvidíme”* (Příloha F tohoto textu, str. 50, §10-11).

Obavy respondentek Marie a Emy mají společné to, že se obě bojí, aby s příchodem miminka neztratily kus sebe, respektive svého života před otěhotněním. Ema o sobě říká, že je společenský typ, ráda chodí do společnosti a připadá si v tom svobodně. Bojí se, že jí povinnosti kolem dítěte nedovolí, aby mohla trávit čas s kamarády a má strach z osamění. Marie hovoří o tom, že ji děsí představa ženy, matky, která je jen doma uvázaná na dítě. Má strach, aby mateřství nepřišla o svou kariéru v oblasti umění. Říká, že práce je pro ni nesmírně důležitá, že tím prožívá své nejbyťostnější já, protože se v tom našla. Obě respondentky dodávají, že tyto obavy byly důvodem, proč odkládaly příchod svého prvního potomka. Mariin manžel se k příchodu potomka staví tak, že se o jeho péči budou dělit, což velkou měrou zmírňuje respondentky obavy.

Ema: „*(...) mám takovou vlastně obavu z nějakýho osamění v tom po... vlastně když budu s tím miminkem že teďka prostě jsem sama, sama sebe prostě můžu kamkoliv si dojit nebo prostě být s lidma, když na ně mám náladu, nebo být sama, když na ně náladu nemám, ale že mám trochu strach, že právě budu s tím miminkem jako mnohem víc*

*omezená, právě v tom sociálním kontaktu a že to je pro mě vlastně jakoby takový strach, že tady budu jako zavřená prostě a budu hrozně uvázaná na to dítě a na nějaký jeho režim a to je proč si myslím, že jsem ještě ani jako neměla ... nebo to byla jedna z mála věcí, co mě tak drželo od toho jako nemít dítě (...)*” (Příloha D tohoto textu, str. 36, §17).

Marie: *„No v momentě kdy děláte něco, co vás jako úplně bytostně naplňuje a prožíváte jako hlubokej smysl, a to ať je intelektuální, tak i spirituální jako psychickej, tak prostě se toho jako nechcete vzdát (...) Protože to bylo dycky moje jako... to byl ten strach, ty si budeš pokračovat dělat umění a já prostě budu dřepět doma a starat se o dítě a tak to vůbec nevypadá, vypadá to tak, že jakoby půjdeme půl na půl (...) kdybych to jako tušila, tak možná bych do toho šla dřív, ale já jsem se fakt hrozně bála, že na to budu sama a pro mě prostě pozice té ženy, která je odsouzená jako k tomu starat se o to dítě sama, bez pomoci partnera byla dycky pro mě děsivá (...)* (Příloha E tohoto textu, str. 38, §6; str. 41, §14).

Je zřejmé, že těhotenství s sebou nese i mnoho starostí, které mohou prvorodičky zažívat. Všechny respondentky během tohoto období sužovaly obavy. Některé měly obavy o miminko, jiné z porodu a další se trápí myšlenkami na období po porodu. U žádné z respondentek však obavy nedosáhly patologické úrovně, tedy takové, která by jim bránila v každodenním fungování. V tom, jak se s obavami vypořádali, může hrát podstatnou roli partner, a i tomuto tématu bude věnovaná následující podkapitola.

### **Téma č. 6: (Ne)podporující partner**

Z rozhovorů vyplynulo, že chování a prožívání partnera má vliv na prožívání respondentek. V následujícím tématu bude rozebrán negativní a pozitivní vliv partnera (jeho prožívání a chování) na emoce respondentek. Otec dítěte může svým chováním partnerku negativně ovlivňovat a jindy ji být velkou oporou, jak bude ukázáno v následujícím textu.

#### ***„Paradoxně mi není podporou partner”***

Pro Lucii je partner nositelem stresu, i protože se během těhotenství rozhodl, že si z kariérních důvodů nechá přesunout místo pracoviště do Dubaje. Lucie tento jeho krok chápe jako únik od nové životní situace, která ho čeká. Pro zachování si klidu se respondentka rozhodla, že se situací nebude nyní zabývat a že se k tématu vrátí, až bude situace aktuální. Lucie se tak snaží ochránit sebe a tedy i dítě. Je totiž zjevné, že má na

partnera kvůli tomuto jeho rozhodnutí vztek a zároveň ho lituje, protože se domnívá, že mu nedochází, o jakou životní radost přichází. Respondentka partnera lituje, protože podle ní si plně neužívá příchod prvního potomka. Lucii stresuje i v momentech, kdy se partner snaží projevit péči a starost. Respondentka má pocit, že ve stresových situacích je ona, kdo partnera podporuje a ne on jí. Zároveň jak Lucie říká, tak se z toho nehroučí, na podporu partnera se nespolehá a v myšlenkách počítá s variantou, že se postará sama. Lucie i k této životní situaci přistupuje racionálně, je samostatná a připravena to zvládnout. Je patrné, že těhotenství a příchod miminka je pro jejich vztah velkou zátěží a ukazuje na dynamiku, která ve vztahu je. Lucie: *„Martin měl na začátku takový jako a nesmíš do kina, tam něco chytneš... Sem říkala, hele já si prostě nesednu doma a nezavřu se na devět měsíců, protože já bych se... já si myslím, že já bych se vystresovala k tomu, že by se něco stalo (...) Takže ale myslím, že tím, jak jsme si na začátku vzájemně jako museli vyjasnit, že strašit se nebudeme, že to není k ničemu dobrý ... že vystresovaná matka by nebyla k ničemu dobrá a že otec by jí teda neměl stresovat ... takže to hodně pomohlo jako v tom nahlížení na tu situaci (...) Paradoxně mi není podporou partner, protože u něj jako vidím, že tam musím být podporou já. Protože on by se fakt jako děsil všeho a prostě jako je to opačně, vlastně já funguju jako ten, kdo uklidňuje ehm... protože já se jenom v noci posadím na postel, že se jdu vyčurat a on už co je, co se děje... víš, že je to takový jako on se hrozně snaží být nápomocnej, ale vlastně je to pro mě kontraproduktivní, ale zase nemůžu mu to vyčítat, protože prostě chápu, že i on má jako obavu že jo, že je to taky jeho první dítě (...) Teď řešíme jako větší hitparádu, Martin se rozhodl, že se nechá v rámci práce přeložit do jinýho regionu, že se chce stěhovat z Čech a to je jako velkej stresor (...) jako mě je líto jeho, že vlastně on furt nechápe, co se děje ... že on to prostě vůbec nechápe... zrovna minule jsem mu říkala ... on zase něco jako proč a já mu říkala, že jemu vůbec nedochází, že to... nebo že já to prožívám prostě jenom jednou v životě, že jidny těhotná nebudu jo... a to samý jsem říkala jemu jo...jako tobě se mít první dítě už nikdy nezopakuje”* (Příloha B tohoto textu, str. 10-11, §4-5; str. 14, §19; str. 17, §31; str. 18-19, §34-36).

Také pro Tamaru je v některých chvílích její manžel zdrojem nepříjemných pocitů. Cítí až hluboké příkoří, že jí nevěnuje tolik pozornosti, kolik by potřebovala. Vysvětluje si to tak, že je přetížen starostmi z práce ze stěhování. Respondetka se domnívá, že už nemá kapacitu na to, aby se ještě doma věnoval jí a příchodu miminka. Zároveň však jsou i chvíle, kdy jí jeho chování potěší. Lze říci, že respondentka necítí podporu od manžela a zároveň ho i omlouvá, proč jí to není schopen poskytnout. Tamara: *„No trošku mě upřímně*

*jakoby, trochu mě trápí to, že mám pocit, že se víc, že klade na první místo jako dokončit ten byt, než to co zažívám já a upřímně jsem mu to i vyčetla(...) v jednu chvíli jsem to pocítila jakoby hrozný příkoří, obzvlášť minulej tejden, když jsem jakoby, když sem přišla domů, od toho gynekologa, od toho porodníka a říkám mu, říká manželovi, hele řekl mi, že už je to jako připravený... a moc ho to jako nezajímalo jako manžela, což mě jakoby zamrzelo, protože jsem si říkala, že jako dyť přeci, to je mnohem důležitější než byt jako to naše jako miminko, tak proč jakoby se o to víc nezajímáš a to jsem mu nějak vyčetla nějakým hrozným pláčem a musím říct jako, že i když se ... myslím si, že toho má teďka strašně moc (...) stejně tak včera, když jsme oba dva byli úplně, ale úplně vyždímaný, tak prostě ehm... sme si tady sedli, když už konečně přijel asi v devět večer a... něco mi vyprávěl a byl na mě hrozně hodnej a... což jsem hrozně ocenila, protože jsem věděla, že prostě už toho musí mít strašně (Příloha A tohoto textu, str. 8, §22).*

***„Je tak jako můj part’ák v tom.“***

Pro respondentku Emu byla naopak podpora partnera až zlomovým okamžikem v přijetí těhotenství, které ji zprvu zaskočilo. Manželovo nadšení ji i pomáhalo překonat nevolnosti v prvním trimestru. Manžel respondentku ujišťuje, že je i těhotná pro něj atraktivní, což je pro Emu důležité. Celkově se domnívá, že je těhotenství sblížilo. Větší blízkost s manželem díky těhotenství zažívá i Anna, pro kterou je partner i pozitivním příkladem v tom, jak zacházet s dětmi. Uklidňuje jí, že má vedle sebe někoho, kdo ji tím může provést, protože sama moc zkušeností nemá. Ema: *„No je zlatej úplně. Jako fakt, on je opravdu velká opora a strašně moc... on to prožívá intenzivně. je rád, že to bude holčička, to sme tak už než jsme se to dozvěděli (...) se mu líbim, tak je to prostě hrozně důležitý a velká podpora a ... myslím, že nás to fakt to těhotenství ještě jako hrozně sblížilo, že ehm... to fakt prožívá hrozně hezky, že i na začátku právě mi to hrozně pomáhalo jako to těhotenství přijmout, protože on se z toho vyloženě radoval, že to bylo hezký... nebo třeba mi to pomáhalo to vlastně snášet ty počáteční útrapy (smích)“* (Příloha D tohoto textu, str. 35, §11-12).

Anna: *„Tak on byl první, kdo na ní začal mluvit na břicho, takže tím mi jako dává takovej jako pěkný příklad, že jako jsem si uvědomila, že jako taky bych si sni jako mohla začít povídat (...) takže obecně, já si myslím, že on k tomu má pozitivní přístup, že se těší a tak i nás to dost sblízuje a myslím si, že nás to sblíží ještě víc. Je tak jako můj part’ák v tom no...“* (Příloha C tohoto textu, str. 35, §38).

Partnerovu pozornost si chválí i Dita s Marií. Dita popisuje, jakou starost o ni partner má a jak se projevuje. Díky tomu cítí od něj velkou podporu. Marie dokonce říká, že těhotenství manžela změnilo, že více projevuje svoje city a starost o ní. Respondentka si tuto jeho novou polohu užívá, je v tom šťastná. Díky velké lásce, kterou z něho cítí, nemá obavu, že by na to byla sama a dává ji to určitý pocit bezpečí.

Marie: „*On se totálně změnil ehm... z takovýho jako tvrdýho uměleckýho šéfa, tak teďkon i ta práce jde stranou a strašně jako změknu a tak tráví většinu času se mnou doma a... užívá si jako tu rodinnou pohodu a furt chodí ke mě a povídá si mym břichem, ne se mnou, ale s nim a každou půlhodinu se jako zvedne a jde na mě šahat a povídat s nim, tak jak se máš a furt se jako ptá, když není doma, tak mi jako furt volá, což předtím jako moc nebylo... takže pro mě je to strašně jako... nový. (...) Má starost, takže on se o mě jako zajímá a já jsem za to hrozně šťastná, protože on se jako nikdy tolik nezajímal vlastně, nebo nedával to nikdy najevo a teď fakt tu péči a lásku dává najevo, takže já cejtim, že bych se nemusela bát, že bych na to byla sama” (Příloha E tohoto textu, str. 41-42 §13-14).*

Dita: „*Já když se jenom pohnu v posteli, tak on už je na stráží a jedeme, v pořádku láska, děje se něco? Říkám ne spi, všechno v pořádku, dobře. Já se jenom pohnu a on už že jedeme do porodnice, jakože on se fakt snaží. Nic mě nenechá. Žehlí jo... teď tam podle mě žehlí, no jakože fakt mě nenechá vůbec nic dělat, nadává mi, když uklízím (...) Jako cejtim podporu fakt velkou. Si myslím, že to dítě je teď po něj důležitější než já (smích)” (Příloha F tohoto textu, str. 52, §22).*

Je zřejmé, že těhotenství může být pro vztah zátěžovou situací, na které se promítne, jak spolu ti dva fungují. Do vztahové dynamiky, jak lze v případě Lucie a Tamary vyzorovat, vstupují i jiné okolnosti než stres z těhotenství. Z výpovědí respondentek lze také vyčíst, jak si dokáží „vykomunikovat“, co by od partnera potřebovaly. Čtyři respondentky popisují, jak je pro ně partner podporou a že se jejich vztah ještě prohloubil, že se sblížili. Příchod nového člena rodiny je pochopitelně zásadním okamžikem pro partnerský vztah a jejich společné soužití.

#### 4.7 Shrnutí hlavních zjištění a odpovědi na výzkumné otázky

Na základě tematické analýzy dat bude v následující kapitole shrnut výsledek výzkumu a odpověď na výzkumné otázky, které zní:

- Hlavní výzkumná otázka: „*Co prožívá prvorodička krátce před termínem porodu?*”
- Výzkumná podotázka: „*Co všechno ovlivňuje prožívání prvorodičky krátce před termínem porodu?*”

V analytické části bylo popsáno 6 témat, kterými se respondentky během rozhovorů zabývaly. Tyto témata jsou odpovědi na výzkumné otázky.

Prvním tématem je tělesnost, změna těla a to, jaký mají respondentky k němu vztah. Každá z respondentek se zabírala tím, jak se má fyzicky a jak vnímá svou tělesnou transformaci. Některé prvorodičky prožívaly negativní pocity s tělesnou změnou, jednak těžce snášely fyzickou zátěž, kterou jim narostlé břicho přineslo, a jednak jim tato tělesná transformace změnila vlastní sebeobraz a zpochybnila sebevědomí. Respondentky Marie a Tamara svoji tělesnou změnu a z ní plynoucí okolnosti vítaly a našly v ní pozitivní smysl. Ukázalo se, že to, jak respondentky hodnotily prožívání své tělesnosti během těhotenství, se odvíjelo od toho, jak se domnívají, že to prožívají jiné rodičky – tedy jejich referenční skupina.

Druhým tématem se v rozhovorech ukázal vztah k jejich ještě nenarozenému dítěti a to, jak prožívají, že se uvnitř jejich těla formuje další bytost. Některé respondentky se k miminku v jejich děloze vztahují, jakoby již bylo na světě. Spolu s manželem k němu hovoří a oslovují ho. Popisují dále velkou lásku a něhu, kterou k němu cítí. Tento typ vztahu však není samozřejmostí a například u respondentky Lucie je vidět, že ona dítě nevnímá jako oddělenou bytost, ale jako součást jejího těla. Popisuje, že se dle trendu, který ve společnosti panuje, snažila k dítěti mluvit, ale že jí to nešlo. Tento společenský nátlak může rodičku až frustrovat, může zažívat nepříjemné pocity, že s ní není něco v pořádku.

Třetím tématem je pocit a stav připravenosti, ve kterém se respondentky v průběhu rozhovoru nacházely. Přípravy na příchod miminka zaujímaly dominantní místo v průběhu celého těhotenství a v době, kdy byl rozhovor uskutečněn, tak již vrcholily. Všechny respondentky byly v přípravě aktivní a každá navštívila nějaký kurz či měla konzultaci s dulou nebo porodní asistentkou. Zdá se, že porod je pro prvorodičky jakým si časovým

milníkem, do kterého se snaží mít vše nachystané. Proces přípravy a informovanost, jak se ukázalo, hráli velkou roli ve zmírnění možného předporodního stresu a napětí. Některé respondentky měly pocit, že když ví, do čeho jdou, tak se nemusí tolik bát. S pocitem připravenosti byl také přítomen pocit těšení se a lehké nervozity z přicházející životní události, které se věnuje další téma.

Nad porodem, což je další okruh témat se zamýšlela každá z respondentek. Důležitou roli hraje představa, jakou prvorodičky o svém porodu mají. Představa je formulovaná na základě společenské diskuze, informací z kurzů i jiných odborných zdrojů a v neposlední řadě zkušeností jiných rodiček. Představě ideálnímu porodu jsou respondentky ochotné i něco obětovat, či podstoupit určitý nekomfort. Značnou hodnotu pro některé prvorodičky má přirozený porod bez lékařských zásahů a medikací. Tato hodnota je natolik významná, že jsou ochotné podstoupit netlumenou porodní bolest a nekontrolovatelné porodní poranění. V kontrastu s tímto přesvědčením je jedna účastnice výzkumu, která uvítala možnost sekce, protože se tak zmínil její strach z možných komplikací, které plynou z vaginálního porodu. Každá z respondentek má svůj způsob, mechanismus, jak se vyrovnat nebo zmírnit předporodní emoční napětí. Dominantní roli hraje, jak již bylo zmíněno výše připravenost a informovanost, dále pak podpora od blízkých či odborníků a v neposlední řadě životní postoj respondentek.

Právě obavám je věnované další téma. Obavy zažívá každá respondentka, akorát každá je zažívá v souvislosti s jinou okolností. Obavy související s porodem se týkaly strachu z bolesti, vyčerpání či představy pocitu při císařském řezu. Dále měly prvorodičky obavu o miminko. Tyto obavy byly živeny zdravotními komplikacemi, které během těhotenství zažívaly (těhotenská cukrovka, přítomnost streptokoka v pochvě či celkově rizikové těhotenství na základě věku a anamnézy). Některé respondentky se již v období před porodem obávají o to, aby svou péči miminko nepoškodily, aby jim například nespadlo na zem. Další okruh obav souvisel s obdobím po porodu. Dvě se obávaly zdravotních komplikací týkajících se jich samotných (poporodní deprese a nadměrné krvácení) v období šestinedělí. Prvorodičky měly dále starost o to, jak jim mateřství zasáhne do jejich společensko – profesního života a jak si zvládnou udržet zdravé hranice svojí nové rodiny vůči rodině partnera. Partner i ve zvládnání obav může mít nezastupitelnou roli a proto je partnerovi a jeho vlivu na psychiku prvorodičky věnované další téma.



Podporu od partnera udávají 4 respondentky. Některé popisují, jak jim tato podpora pomohla překonat nepříjemné pocity ohledně transformace těla či obavu o svůj profesní život během mateřství. Některé pojmenovávají, že se jejich vztah s partnerem prohloubil a nová situace je sblížila. Dvě respondentky udávají, že jim partner podporou nebyl, a u jedné je dokonce zdrojem stresu, ačkoliv to není jeho záměr. Těhotenství se pro vztah ukazuje jako významná událost, společný projekt, během kterého se oba partneři mohou sblížit. Těhotenství může být ale i tzv. ukazatelem určité vztahové dynamiky, která byla přítomná i v období před otěhotněním jako je v případě respondentky Lucie.

Z tematické analýzy vyšlo velké množství kódů, z čehož lze usoudit, že prožívání respondentek v období krátce před termínem porodu bylo různorodé a individuální. Na bohatost prožitků ukazuje i délka rozhovorů (hodina a více), protože respondentky přinášely mnoho různých témat.

### **Nevyčerpaná témata**

Během rozhovorů se objevila i další témata, která však neobsahovala tak velké množství kódů, či plně neodpovídala cíli výzkumu aby stála samostatně. Dvě takové témata zde budou popsána. Prvním takovým okruhem jsou zkušenosti respondentek se současným zdravotním systémem a druhé téma je osobní transformace.

Respondentka Dita hodnotí, že si v pražském Podolí připadá jako kus, nicméně dodává, že i přes to, jak jsou tam zaneprázdnění, tak jsou empatičtí a milí. To co Dita hodnotí pozitivně, jsou konzultace u své obvodní gynekoložky. Za finanční poplatek (není to tedy služba hrazená pojišťovnou) může respondentka kdykoliv lékaře zavolat a požádat o radu.

Respondentka Marie intenzivní lékařské prohlídky hodnotí jako nutné zlo, nicméně je tedy ráda, že dostane ujištění, že je vše v pořádku. Popisuje neempatické chování gynekologa, který v průběhu vaginálního vyšetření vedl nepatřičné diskuze. Marie zároveň říká, že není typ, který by se z toho hroutil, přesto situaci vnímá velmi nevhodně. Dále říká, že jí lékař dal recept na antibiotika, ale ona nevěděla, že se jedná o antibiotika. Jaký lék užívá, zjistila až později. Zde je evidentní, že lékař řádně selhal v komunikaci s pacientkou. Marie popisuje, jak jí chybí možnost konzultace a že by potřebovala dialog, které si poté zajišťuje placenými službami. Naopak Tamara říká, že její porodník příliš nekomunikuje, ale nevádí jí to, hodnotí ho jako klidnou sílu a důvěřuje jeho odbornosti.

*Dita: „Je to tam fajn, ale jako čekáš no... jako připadáš si jako kus no...jakože oni maj 13 porodů denně že jo...” (Příloha F tohoto textu, str. 52, §21).*

*Marie: „Já k němu přijdu ehm... tak se svlíkněte, lehnu si, roztáhnu nohy, on se tam koukne, řekne dobrý a pošle mě k sestře a vlastně neřekne mi vůbec nic jo... vlastně tam se mnou nevede ten dialog a já bych třeba potřebovala nějaký věci vědět jo, nebo se na něco ptám a já třeba až teď sem zjistila, že mi třeba dával celou dobu antibiotika jako jo a on mi neřekl, že jsou to antibiotika. On mi to předepsal a řekl mi tohle berte a neřekl, že jsou to antibiotika (...) no a nebo mi rovnou řekl, protože má streptokoka, tak mi řekl, že rovnou dostanete antibiotika během porodu a konec jako jo a člověk si musí složitě dohledávat, proč jak, a k čemu a právě kvůli tomu potřebuje další konzultace, jiný lidi... protože se dozví úplný minimum o nějakých jiných variantách jo... a vrcholem samozřejmě bylo, kdy já tam ležim s roztaženýma nohama a on tam nade mnou stojí, skoro opřenej o to... a mluví o tom, jak současný divadlo je úplně na houby, protože co to je za strašnou tragédii, jak dneska dělaj tu operu, že to je prostě katastrofa. A já tam ležim, nohy od sebe a tak mu říkám, že se mi zdá, že jste nějakěj konzervativní v tom pohledu na divadlo a on ze – spoda jak konzervativní a jemu úplně jedno, že mluví k mojí vagíně” (Příloha E tohoto textu, str. 43, §18).*

*Tamara: „On je takovej hodnej pan doktor, já jsem to nazvala, že je taková klidná síla. On toho moc nenamluví, ale je takovej prostě, že to nějak plyne” (Příloha A tohoto textu, str. 2, §5).*

Zdá se, že pro některé respondentky není lékařská podpora taková, kterou by potřebovaly a jsou nucené si samy zajistit, zdroje pomoci. Tyto zdroje však nejsou hrazeny v rámci standardní zdravotní péče.

Druhým nevyčerpaným tématem se ukázala osobní transformace, kterou popisovala pouze Marie, nicméně toto téma v jejím prožívání hraje dominantní roli. Marie dítě odkládala, protože byla naprosto spokojená ve svém profesním životě. Představa, že by se měla vzdát toho, co je pro ni, jak říká, nejbytostnější ji děsila. Dostala se však do bodu, kdy se její profesní zaměření přesunulo a ona je transformaci otevřená a vítá ji. Dále Marie popisuje to, jak vnímá transformaci v matku, jako péči o někoho, komu se dá věnovat a vzdání se svého já.

*Marie: „Mám ty úspěchy v Čechách a zahraničí a vydala sem knížku a mám dva soubory a teprv v tenhle moment ukojení potřeby toho uznání nebo toho kvůli čemu tady člověk je na světě, seberealizace a teprv v tenhle moment sem si jako začla dělat prostor*

*pro nějakou další kapitolu života, kdy začíná jako ehm... si připouštět to, že by ta práce nemusela být na prvním místě a vlastně že je jakoby připravená na to dát tomu klidně i nějakou oběť, že vlastně musím udělat i nějaký prostor si v sobě a vlastně i něco obětovat bez toho to nejde a to si myslím že právě to mi přineslo tu největší transformaci ehm... doposud, že ačkoliv sem se toho dycky bála tak ta práce přestala být na prvním místě a vlastně že sem si udělala prostor na to nový nepoznaný a vlastně i na to že se mi totálně změnil život o 180 stupňů naruby, že vlastně začnu mnohem víc žít rodinným životem než společenským, že najednou budu trávit aspoň ze začátku prostě víc času domu, budu upínat tu celou moji mentální a fyzickou energii k péči o někoho, to že já se někomu dávám v šanc, někdo kdo je na mě bezpodmínečně závislej, tak vlastně já musím být pro něj a přijmout to, že už nejsem jenom sto procentně pro sebe, ale jako tak pro někoho jinýho, že se vlastně člověk rozdává, daruje se, tak k tomu sem musela jakoby dojít nějak, nějakým procesem ehm... a to se mi během toho těhotenství tak krásně jako prohloubilo ten pocit no“ (Příloha E tohoto textu, str. 39, §5).*

## 5 Diskuze

Ve výzkumu jsem se snažila zmapovat prožívání žen v období, které je pro ně z psychologického hlediska velmi intenzivní, možná i nejintenzivnější v jejich dosavadním životě. Na základě přítomnosti velkého množství kódů lze usoudit, že psychika prvorodičky je bohatá na různá témata, což přisuzuji tomu, že rozhovor byl pro mnohé shrnutím celého těhotenství. Možná by si téma tohoto výzkumu vyžadovalo hlubšího zkoumání a specifitější výzkumnou otázku, například: *Jak prožívá prvorodička partnerský vztah krátce před termínem porodu?* Výzkum nicméně poukázal na další jevy, které toto období přináší. Tyto budou popsány v následující kapitole. Dále budou pojmenovány limity výzkumného šetření a případné možnosti dalších výzkumů v této oblasti.

Respondentky byly během rozhovoru aktivní a sdílné. V rozhovorech jsme se dotkly hlubokých, citlivých témat a respondentky hodnotily rozhovor velmi pozitivně. Popisovaly, že jim pomohl si utřídit všechny myšlenky, které jim běží hlavou, a to jim ulevilo od psychického tlaku, který s přicházející životní událostí zažívají. Dokonce se mi některé ozvaly i po porodu a popsaly mi jeho průběh. Z toho usuzuji, že prvorodičky mohou mít velkou potřebu sdílet to, co se jim děje. Potřebují někoho, kdo by vyslechl jejich myšlenky, obavy, představy, zkrátka jim naslouchal. Je pochopitelné, že tuto roli „zповědníka“ nemůže vždy zastávat partner či blízká rodina, protože ti mohou být zatíženi vlastními psychickými procesy, týkajícími se příchodu nového člena rodiny. Zde se, dle mého názoru, ukazuje potřeba psychologa, psychoterapeuta, se kterým by si rodičky mohly v tomto intenzivním období promluvit. Tuto roli by například mohly zastávat i porodní asistentky s patřičným terapeutickým výcvikem. Každopádně, taková možnost ve standardní prenatalní péči o rodičku v našem zdravotním systému chybí.

V představách o porodu lze pozorovat odraz společenské diskuze na téma porodnictví. Tato diskuze probíhá mezi dvěma pomyslnými tábory, které budou v jejich extrémní podobě popsány. Na jedné straně stojí zastánci domácích porodů, respektive porodů v domácím, příjemném prostředí, kteří upozorňují na nepříjemné prostředí velkých nemocnic. Porod je pro ně přirozená záležitost, kde lékařská intervence a ovlivňování jeho průběhu není vítáno (pokud vše probíhá fyziologicky). Na druhé straně stojí lékaři, kteří mají za cíl přivést na svět zdravé dítě, které má zdravou matku. Ti argumentují vysokým

procentem zdravých novorozenců v českých porodnicích. Z rozhovorů s některými prvorodičkami se mi zdá, že přirozenost porodu a důvěra v tento animální proces je pro ně významnější než důvěra v lékaře a statistická fakta. Jako příklad uvedu to, že si některé přejí, aby jim nebyl proveden nástřih hráze. Přitom poranění, které by jim způsobilo samovolné natrhnutí, může být mnohem rozsáhlejší, rizikovější a s delší dobou hojení. Dále mi respondentky popisovaly, že cvičí s anibalem, což je míček, který roztahováním se v pochvě rozpíná svaly a připravuje je, jak ženy věří, na lepší průchodnost porodních cest. Lékaři však tuto metodu nepotvrdili jako účinnou a někteří dokonce tvrdí, že je škodlivá, protože může způsobit porodní poranění ještě před porodem. Z toho mi vyplývá, že se rodičky řídí iracionálními radami a představami. Čím to je? Nabízí se, že informovanost ze stran odborníků je nízká, respektive ve standardní zdravotní péči není prostor pro to, aby porodník mohl s rodičkou hovořit o tom, co ji zajímá, jaké má představy, obavy atd. Vzhledem k tomu, že se jedná o velmi emočně citlivé období, mohou být rodičky vystaveny různým vlivům, které pak pro ně nemusí být prospěšné. K hypotéze o nízké míře komunikace mezi odborníky a rodičkou přispívá i výzkum hodnocení prenatální péče očima rodičky, kde si ženy na chabou komunikaci stěžovaly.

Zde se otevírá prostor pro další výzkum, a to, jaké jsou představy rodiček o lékařských postupech během porodu. V návaznosti na tento konkrétní výzkum by bylo zajímavé respondentky znovu kontaktovat po porodu a porovnat očekávání, které před porodem měly, s realitou. Co by změnilo nebo jak celkově hodnotí své prožívání, které před porodem měly?

Výzkumné šetření má své limity, jedním je relativní homogenost výzkumného vzorku, všechny respondentky žijí v Praze a alespoň započaly vysokoškolské studium. Dále všechny jsou heterosexuální, s podporou otce dítěte a s podobným socio-ekonomickým statutem. Je patrné, že se mi nepodařilo vystoupit z vlastní sociální bubliny. Domnívám se, že jiný pohled na problematiku by mohly přinést prvorodičky samoživitelky, mladistvé nebo ženy se základním vzděláním, jiného etnika či prvorodičky homosexuální orientace.

Kladnou stránkou výzkumu je prospektivní dizajn studie, která umožnila zmapovat psychický stav respondentek bez zkreslení, které se vlivem porodní zkušenosti v retrospektivních studiích může objevit. Kladně hodnotím průběh rozhovorů, atmosféra byla vždy příjemná a bylo vidět, že respondentky můj zájem těší. Mimo nahrávání se respondentky zajímaly o to, jaká je moje zkušenost s porodem či s péčí o syna. Těší mě, že

byl rozhovor pro prvorodičky užitečný a že jsem jim mohla být v tomto jedinečném období podporou.

## Závěr

Prožívání těhotenství a porodu je téma týkající se většiny populace, i díky tomu si vyžaduje pozornost. Psychické procesy, které se na pozadí tohoto „magického“ životního období odehrávají, jsou individuální, různorodé a ambivalentní. Žena v tomto období může zažívat až euforické štěstí a zároveň ochromující strach a úzkost. Každopádně je těhotenství důležitým a jedinečným mezníkem v životě ženy a po jeho završení – porodu – již nebude nic, jak bývalo. Čas před porodem, kdy přípravy vrcholí a rodička očekává onu životní změnu, se zdá být katalyzátorem emocí, které žena během těhotenství prožila. V rozhovorech se ukázalo, že jej rodičky využily i jako shrnutí a rekapitulaci prožitého těhotenství.

Na důkaz o bohatosti emočních procesů a témat, která rodička řeší, ukazuje velké množství kódů, které se vykrystalizovalo z tematické analýzy. Právě velké množství témat, délka rozhovorů a úleva, kterou respondentky po skončení rozhovoru popisovaly, se jeví jako další zjištění výzkumné části této práce. Ženy v období krátce před termínem porodu, před hraničním okamžikem v jejich životě, jsou přesycené množstvím psychických procesů, což způsobuje tlak na psychiku. Rozhovor jim umožnil tento tlak uvolnit, to hodnotím jako pozitivní přínos této diplomové práce.

Samotná témata, která respondentky přinášela, reflektovala současnou diskuzi v českém porodnictví. Jak již bylo podrobněji popsáno výše, diskuze se týká rozdílnosti pohledů na proces porodu. Jedna strana zastává názor, že porod je fyziologický proces a kritizuje preventivní užívání lékařských intervencí. Medicínský model nepopírá fyziologii procesu, a zdůrazňuje, že tento proces doprovází rizika, a cílem lékaře je tyto rizika minimalizovat a předcházet nebezpečí. Z výzkumů českého porodnictví jednoznačně vyplývá, že porodníci zaostávají v psychosociálních dovednostech, což mezi rodičkami nepřispívá k popularitě medicínského přístupu.

Respondentky byly v předporodní přípravě aktivní, a nespolehaly na standardní prenatální péči hrazenou ze zdravotního pojištění. I tento jev odráží současný stav českého porodnictví. Otevřený dialog, kde se mohly na cokoliv zeptat a bylo jim nasloucháno, s nimi vedl odborník (dula, porodní asistentka či ošetřující lékařka) za příplatek. Tato práce by mohla sloužit i jako reflexe pro porodníky a personál pracující s ženami, které se nachází v takto křehké životní fázi.

## Seznam zdrojů

Abbey, A., Andrews, F. M., & Halman, L. J. (1994). Infertility and parenthood: Does becoming a parent increase well-being? *Journal of Consulting and Clinical Psychology*, 62(2), 398–403.

Alehagen, S., Wijma, B., & Wijma, K. (2006). Fear of childbirth before, during, and after childbirth. *Acta Obstetrica et Gynecologica Scandinavica*, 85 (1).

Ashforth, B. E., Harrison, S. H., & Corley, K. G. (2008). Identification in Organizations: An Examination of Four Fundamental Questions. *Journal of Management*, 34(3), 325–374.

Albrecht-Engel, I., Albrecht, M. (2008). *Těhotenství a porod: co se děje v ženském těle měsíc za měsícem*. Praha: Vašut.

Berglund, A., & Lindmark, G. (1999). The usefulness of initial risk assessment as a predictor of pregnancy complications and premature delivery. *Acta obstetrica et gynecologica Scandinavica*, 78(10), 871-876.

Binder, T. (2011). *Porodnictví*. Praha: Karolinum.

Bjelica, A., Cetkovic, N., Trinic-Pjevic, A., Mladenovic - Segedi, L. (2018). The phenomenon of pregnancy — a psychological view. *Ginekologia Polska*. 89(2), 102-106.

Brisch, K., Munz, D., Kächele, H., Terinde, R., & Kreienberg, R. (2005). Effects of previous pregnancy loss on level of maternal anxiety after prenatal ultrasound screening for fetal malformation. *Journal of Loss and Trauma*, 10 (2), 131-153.

Brown, S., & Lumley, J. (1994). *Satisfaction With Care in Labor and Birth: A Survey of 790 Australian Women*. *Birth*, 21(1), 4–13.

Bryers, H. M., & van Teijlingen, E. (2010). Risk, theory, social and medical models: a critical analysis of the concept of risk in maternity care. *Midwifery*, 26(5), 488-496.

Côté-Arsenault, D., Donato, K., & Earl, S. (2006). Watching & worrying: Early pregnancy after loss experiences. *MCN: The American Journal of Maternal/Child Nursing*, 31 (6), 356-363.

Čepický, P., Černá, M. (2006) *Jak odpovídat na otázky o těhotenství, porodu a péči o novorozence: příručka pro gynekology-porodníky*. Praha: Levret.

Dahlberg, U., Aune, I. (2013). The woman's birth experience -The effect of interpersonal relationships and continuity of care. *Midwifery*, 29(4), 405-515.

Darvill, R., Skirton, H., Farrand, P. (2010). Psychological factors that impact on women's experiences of first-time motherhood: a qualitative study of the transition. *Midwifery*, 26(3), 357-366



Delmore-Ko, P., Pancer, S., Hunsberger, B., & Pratt, M. (2000). Becoming a parent: The relation between prenatal expectations and postnatal experience. *Journal of Family Psychology*, 14 (4), 625.

Davids, A., DeVault, S., & Talmadge, M. (1962). Psychological study of emotional factors in pregnancy. A preliminary report. *Nursing Research*, 11(2), 111.

Elsenbruch, S., Benson, S., Rütke, M., Rose, M., Dudenhausen, J., Pincus-Knackstedt, M., Arck, P. (2007). Social support during pregnancy: effects on maternal depressive symptoms, smoking and pregnancy outcome. *Human reproduction*, 22 (3), 869-877.

Engelhard, I. M., van den Hout, M. A., & Arntz, A. (2001). Posttraumatic stress disorder after pregnancy loss. *General Hospital Psychiatry*, 23(2), 62–66.

Fait, T., Zikán, M., Mašata J. (2017) *Moderní farmakoterapie v gynekologii a porodnictví*. Praha: Maxdorf.

Ferguson, S., Davis, D., Browne, J. (2013). Does antenatal education affect labour and birth? A structured review of the literature. *Women and Birth*, 26(1), 5-8.

Genesis 3, 16. Dostupné z <http://bible.patroni.cz/index.php?id=72>

Gregora, M. (2005). *Knihy o matce a dítěti: Nejucelenější a moderní publikace vycházející z českého prostředí*. Praha: Grada.

Gloger-Tippelt, G. (1988). *Schwangerschaft und erste Geburt*. Kohlhammer.

Hanna-Leena Melender, R. (2002). Experiences of Fears Associated with Pregnancy and Childbirth: A Study of 329 Pregnant Women. *Birth*, 29(2), 101–111.

Hauck, Y., Fenwick, J., Downie, J., & Butt, J. (2007). The influence of childbirth expectations on Western Australian women's perceptions of their birth experience. *Midwifery*, 23 (3), 235-247.

Hennekam, S. (2016). Identity transition during pregnancy: The importance of role models. *Human Relations*, 69(9), 1765–1790.

Hudáková, Z., Kopáčiková, M. (2017). *Příprava na porod: fyzická a psychická profylaxe*. Praha: Grada Publishing.

Kestenberg, J. S. (1956). On the Development of Maternal Feelings in Early Childhood. *The Psychoanalytic Study of the Child*, 11(1), 257–291.

Kersting, A., Reutemann, M., Ohrmann, P., Baez, E., Klockenbusch, W., Lanczik, M., & Arolt, V. (2004). Grief after termination of pregnancy due to fetal malformation. *Journal of Psychosomatic Obstetrics & Gynecology*, 25 (2), 163-169.

Kodýšová, E. (2013). *Vliv sociálně psychologických faktorů porodního zážitku na ranou rodičovskou self-efficacy prvorodiček* (Disertační práce). Dostupné z: <https://is.cuni.cz/webapps/zzp/detail/144482/>

Kudela, M. (2008). *Základy gynekologie a porodnictví pro posluchače lékařské fakulty*. 2. vyd. Olomouc: Univerzita Palackého v Olomouci.

Kroelinger, C. D., & Oths, K. S. (2000). Partner Support and Pregnancy Wantedness. *Birth*, 27(2), 112–119.

Křeménková, L. (2011). *Vybrané aspekty psychického prožívání ženy v těhotenství, při porodu a v šestinedělí* (Diplomová práce). Dostupné z: [https://theses.cz/id/y6esdb/Diplomov\\_prce.pdf](https://theses.cz/id/y6esdb/Diplomov_prce.pdf). Olomouc: Univerzita Palackého

Lederman, R. P., Lederman, E., & McCann, D. S. (1985). Anxiety and epinephrine in multiparous women in labor: relationship to duration of labor and fetal heart rate pattern. *American journal of obstetrics and gynecology*, 153(8), 870-877.

Matějček, Z., & Langmeier, J. (1986). *Počátky našeho duševního života*. Praha: Panorama.

McMahon, M. (1995). *Engendering Motherhood: Identity and Self-Transformation in Woman's Lives*. New York: Guilford Press.

Mertens, D. M. (2010). *Research and evaluation in education and psychology: integrating diversity with quantitative, qualitative, and mixed methods*. Los Angeles: Sage.

Notman, M. T., & Lester, E. P. (1988). Pregnancy: Theoretical considerations. *Psychoanalytic Inquiry*, 8(2), 139-159.

Odent, M. (2000). *Znovuzrozený porod*. Praha: Argo.

Pařízek, A., (2015). *Kniha o těhotenství, porodu a dítěti*. 5. vydání. Praha: Galén

Plháková, A. (2004). *Učebnice obecné psychologie*. Praha: Academia.

Raphael-Leff, J. (1993). *Pregnancy: The inside story*. Karnac Books

Ratislavová, K. (2008). *Aplikovaná psychologie porodnictví*. Plzeň: Reklamní atelier Area s.r.o.

Reading, A. E., Cox, D. N., Sledmere, C. M., & Campbell, S. (1984). Psychological changes over the course of pregnancy: A study of attitudes toward the fetus/neonate. *Health Psychology*, 3(3), 211–221.

Řežábek, K. (1999). *Léčba neplodnosti*. Praha: Grada.

Říčan, P. (2013). *Psychologie*. Vyd. 4. Praha: Portál.

Séguin, L., Therrien, R., Champagne, F., & Larouche, D. (1989). The components of women's satisfaction with maternity care. *Birth*, 16(3), 109-113.

Stadelman, I. (2009). *Zdravé těhotenství, přirozený porod: citlivý průvodce těhotenstvím, porodem, šestinedělím a kojením*. Praha: One Woman Press.

Sobotková, I. (2001). *Psychologie rodiny*. Praha: Portál.

Šimíčková-Čížková, J. (2003). *Přehled vývojové psychologie*. Olomouc: Univerzita Palackého.

Takács, L. et al. (2012). *Psychosociální aspekty v současném českém porodnictví. Kvalita perinatální péče očima rodiček*. Praha: FF UK.

Takács, L. (2016). *Psychosociální aspekty porodní a poporodní péče* (Disertační práce). Dostupné z: <https://is.cuni.cz/webapps/zzp/detail/144482/>

Vágnerová, M. (2005). *Vývojová psychologie I.: dětství a dospívání*. Praha: Karolinum.

Výkladový ošetřovatelský slovník. (2017). s. 485. Praha: Grada.

Wadhwa, P., et al. (2005). Psychoneuroendocrine processes in human pregnancy influence fetal development and health. *Psychoneuroendocrinology*, 30 (8), 724 -743.

Weinstock, M. (2008). The long-term behavioural consequences of prenatal stress. *Neuroscience & Biobehavioral Reviews*, 32(6), 1073–1086.

WHO, (2018), *Recommendations on intrapartum care for a positive childbirth experience* dostupné, z: <https://apps.who.int/iris/bitstream/handle/10665/260178/9789241550215-eng.pdf?sequence=1>

Zikán, M. (2/2019). Dělníci života: *Jak se rodí v Česku*. Dostupné z: <https://www.mall.tv/delnici-zivota/jak-se-rodí-v-cesku?t=460>

# Příloha A: Tamara

## §1

### **Tak jak se máte?**

No jsem teď dost ve stresu z toho stěhování, takže... chtěla jsem mít takovej trochu pokoj, ani ne tak jako že bych potřebovala si nějak soustředit, nebo něco takovýho, no ale chtěla bych mít chvíli klidu, protože já jsem vlastně celej teďka, celej ten můj půlrok je dost zběsilej, protože já jsem se nejdřív v dubnu vdávala, na konci května jsem odevzdávala diplomku, pak jsem státnicovala, pak jsem odjela na dovolenou a potom jsem se jako těšila na to, že a tak a teďka jako pomalu začneme balit, jako na to stěhování a pomalu se začnu třeba koukat na to, jak vypadaj plenky, nebo něco takovýho, potom nicméně. Mě zas jako potom, co jsme se vrátili z dovolený, tak mě jako kousnul pes, takže jsem musela, jako né tenhle, ale cizí, takže jsem musela bejt doma v klidu, protože se mi to nějak nehojilo, oni mi nechtěli dát antibiotika. No a ehm... jakmile jakože, už jsem jako mohla chodit, nebo jako já jsem mohla chodit i předtim, ale jakož jsem nemohla úplně lítat po městě, tak zase začlo to stěhování no a... stěhování prostě je teďka ve fázi jako že prostě jsem teda jako tady v bytě rodičů a je to pro mě hodně jako, jako hodně náročný, a mám prostě výbuchy a jako pláče, jako křiku... né že bych jako na někoho křičela, ale prostě je to takový intenzivní, když jako pláču. Na druhou stranu zase jako díky tomu stěhování, jako já mám spoustu příbuznejch, protože nám s tím pomáhaj a je to jako legrace, takže já se jako furt směju, zrovna včera jsem přemejšlela, že se směju tak, jak jsem se dlouho nesměla jako... takže asi tak. A dneska právě jsem úplně šťastná, že prostě nebudu dneska dělat vůbec nic, jakože prostě budu mít jeden den, kdy budu tady v tom bytě, kde nemám nic dávat do krabic, nemám nic... prostě nemusim nic vařit, nic prostě, takže tak se asi mám.

## §2

### **To je dost intenzivní období, kde je tam prostor pro to těhotenství si říkám?**

No já upřímně, co mi říkali doktoři, tak jsem za to vlastně ráda, protože nemám jako čas přemejšlet o nějakých jakoby komplikacích, nebo něco... jako upřímně, třeba když je to zaměřený na to těhotenství, tak bych zmínila, že bych, teďka jsem na začátku 38. tejdne, před dvěma tejdnama teda v nějakym 36. mi bylo nějak blbě... jako si říkám ty jo jako... tak jsem se obávala, že porodim a nechtěla jsem, chtěla jsem, aby to ještě počkalo no a od té doby jakoby celej minulej tejdne jsem si říkala, že jsem se tak jako trošku stresovala tím, že jsem jako potřebovala pracovat, potřebovala jsem balit ty věci do krabice, i když ostatní odnášeli, to jsem nedělala já, ale přece jenom, co vyhodit, co nevyhodit, tak jsem ... prostě jsem se jakoby bála, že porodim a nechtěla jsem předčasně nebo jako způsobit si to sama a... taky jsem se, taky se jakoby bojím, nebo jako obávám se toho, co jako chudák to miminko, když já se tak jako hrozně stresuju, takže sama se snažim si dávat takový jako... ja nevím, že si třeba někam sednout a zhluboka dejchat nebo jako, abych se jako uklidnila a získala jakoby nějakou vnitřní sílu, jako abych se připravila na to, že přijde porod, že přijde šestinedělí a... ale jako je to náročný s tím kolupem kolem no...

## §3

### **No to si myslim no... a přemýšlíte o tom porodu, nebo jakým způsobem o něm přemýšlíte?**

No... ja jsem chodila... budu rodit na Bulovce, protože tam máme... rodiče jsou doktoři a mají tam známýho, kterej tam je jako porodník a... chodila jsem tam na předporodní kurzy. Jsem jako nechtěla chodit na ty předporodní kurzy, protože jsem si říkala, že prostě to nějak to pujde, ale pak jsem si říkala, že já vždycky jsem se na všechno připravovala... já nevím, když jsem dělala přijmačky na gympl, tak jsem chodila na přípravný kurzy, na vejšku jsem chodila na přípravný kurzy, dycky jsem chodila na přípravný kurzy, tak jsem si říkala, tak jako ... tak když chodim na přípravný kurzy, tak nejít na kurz na porod jako svůj, tak to by bylo divný. Tak jsem začala chodit na kurzy a tam nám na první hodině řekli, že jako ten strach jako hrozně z vás spadne, když víte co vás čeká ... a to prostředí na tý Bulovce, takže nám to tam ukázali, nás tam provedli.

## §4

### **Porodníci jo?**

Jo jo, porodnicí, přímo nám ukázali, jak vypadaj ty místnosti a minulej tejden jsem byla u toho svýho pana doktora jako u toho porodníka.

## §5

### **Vy máte i svýho porodníka, kterej vás bude rodit?**

No... snad jo... asi jo, jako třeba známý se stalo, že ona byla domluvená právě s tímhle panem porodníkem a ehm... on potom byl na dovolený, prostě byl pryč, takže prostě nakonec rodila s nikým jiným, takže já prostě počítám i s tím, když to nebude on, ale jakoby já k němu chodím do takový tý poradny, ale nejsem... asi jako kdybych začla rodit, tak mu asi zavolám, že teda rodím a že teda jestli přijde, ale když nepříjde, tak mě to zas tak nějak moc nestresuje, ale vlastně s tím počítám. No a dvakrát jsem u něj byla a to je takovej hodnej pan doktor, já jsem to nazvala, že je taková klidná síla. On toho moc nenamluví, ale je takovej prostě, že to nějak plyne...(respondentce zvoní telefon)... jo, takže ten pan doktor... takže ehm... nemám z toho jakože vůbec strach, protože hrozně důvěřuju těm lidem a věřím, že prostě, že se o ně budu moct opřít a jako jediný, čeho jsem se bála je... že jako včera jsem fakt měla velkou krizi, protože včera jsme se měli jakože přestěhovat a včera jsme zjistili, že se nepřestěhujem, takže kam teďka, ehm... jako bylo jasný, že půjdeme sem, ale prostě chtěla jsem už jako vybalovat, nebo uklízet nebo něco... a... tak jsem jako... bylo mi psychicky jako fakt dost špatně jako celej den a večer jsem se fakt obávala toho, že kdybych jako v noci ze včerejška na dnešek začala rodit, tak že to prostě jako neunesu, jakože na to nebudu mít sílu jo...že prostě já jsem byla včera tak vyčerpaná, jako hlavně psychicky, že jsem si říkala, že bych to prostě nezvládla, že jako jsem se obávala, nevěřila jsem sama sobě... prostě kdybych začla rodit, tak já nevím, jestli bych to miminko z té únavy třeba jako neodmítla neb něco, jakože prostě už jsem byla tak jako vyčerpaná, že prostě ty síly nebyly.... no my jako zrovna jsem se sešly v takovej blbej den, ale jinak takovýhle pocity vůbec nemám. Teď už jsem zase nějak kompenzovaná.

## §6

### **Si to sedlo, jste se vyspala...**

Jo jo, přesně a mám to tak, že ať se teď už děje co chce, už je 38. tejden a takže ať jdu, ať si rodím kdy chci a je mi to jako jedno.

### **38. týden, jako že to miminko je už hotový, a už je to v pohodě?**

Jo jo a ještě si říkám, že to miminko je fakt borec, že to jako vydrželo a že si říkám, aspoň má, bude mít do života takovej jako... ježiš já se tu úplně dojmám... jako jak to říct, už tu takovou tu první, další překonanou překážku, že to prostě zvládlo, že ten stres překonal a nenarodil se z toho stresu, takže evidentně je v klidu, takže jsem v klidu já a je to v pohodě.

## §7

### **A jak jste mluvila o tom předporodním kurzu, tak co vám to dalo, co jste se tam naučila?**

Bylo to šest hodin, 4 s porodní asistentkou, jedna s porodníkem a jedna s pediatrem. Porodník a pediatr říkali, ty byli takový jako hodně informační, co vás zajímá... typu možná medikace u porodu takhle takhle, s miminkem budeme dělat tohle tohle tohle vyšetření, když nebudete chtít, můžete nám to podškrábnout, nebo něco takovýho... ehm, ale ta porodní asistentka byla jakoby, bylo vidět, že je hrozně zkušená, jakože prostě ví, čeho se ty matky tak jako bojí a tak jakoby se je snaží informovat tak, aby se ten jejich strach zmírnil, nebo tak nějak jsem to pochopila, tak to bylo pro mě.

## §8

### **Tak to pro vás vlastně byl ten výsledek?**

Jo, že ona jako řekne... já nevím... ona řekne třeba, může se stát tohle a tohle, ale nebojte se toho, tady jsou na to všichni připravený a všichni s tím počítaj, když já nevím, se třeba děje akutní císařskej řez, když se prostě něco kazí. Všichni jsou nastoupený do pěti, deseti minut a já nevím ehm... bolí to, ale zkusíme si na to tyhle cviky, který vám pomůžou, nebo vám můžeme dát rajskej plyn nebo jaký jsou prostě další možnosti a zase bylo to jakoby o tom klidu a za toho jakoby

pramení jako v nějakym smyslu i ten můj klid, jakože počítám s tím, že to bude asi jako vostrý, ale nějak se z toho nehroustim... já se bavim jakože čtu na internetu každej tejden, nevim, jestli ste to dělala... jako jakej je vývoj toho miminka.

## §9

### **Jo jo, to jsem dělala.**

A tam píšou, že můžou vás teďka přepadnout jakoby obavou z porodu... a ne, jako nemám zatím z toho strach, včera jsem poprvé ten strach pocítila, protože jsem se byla, že v tom psychickym náporu toho stěhování bych ten porod jakoby nezvládla...

### **Jasně, ale to byl takovej jinej strach, jestli tomu dobře rozumim, než vyloženě strach z toho porodu?**

Jo, to byl spíš ten strach z toho vyčerpání, jakože bych na to neměla sílu, to nám přesně říkali na tom kurzu třeba, nebo někde a to asi neřikali na kurzu, to jsem slyšela nějakou historku, že třeba mámy, který přenášej chodí třeba do patra po schodech nahoru a dolu, aby začly rodit, jenom že pak prostě se tím vyčerpaj, že nemaj už sílu na ten porod jako, že ehm... nebo to jsem slyšela, tak jsem se bála, že jako nebudu mít tu sílu, protože jsem se jakoby vyčerpala tak jako tím svym brečením, a... ale teď se toho jakoby nebojim, si říkám jako už o mě líp postaráno bejt nemůže, jako důvěřuju tý porodnici, důvěřuju těm lidem, co tam pracujou a říkám si, tak přežili to všichni, tak to přežiju taky.

## §10

### **Jaká je vaše představa, jak to bude probíhat?**

No... já upřímně řečeno se tím moc nezabývám jo... jakou já mám představu... nebo zkoumám, co já jakoby pociťuju. Začala jsem totiž pozorovat takový jako zvláštní, jiný pocity, jakoby v břiše, než jsem jakoby cejtla do teď, což nevim, jestli jsou to tak zvaný poslíčci, nebo nejsou ehm... to já nevim, a tak jako přemejšlim o tom, třeba že když jsem teda tady, že manžel teďka pracuje úplně na druhym konci Prahy, takže asi, když jakoby mi praskla voda, nebo dostanu, dostala bych kontrakce, tak přemejšlim, co bych jako dělala, jestli bych volala jemu, protože než sem dojede a než dojedeme zase tam, tak to bude přece jenom sto let, tak přemejšlim, jestli zavolám mámě, která je teda doktorka, proto je tady tenhle byt, aby mě jako odvezdla, nebo jako jestli mám zavolat záchranku, mám tady jako tašku porodní, to jsem si totiž sbalila.

## §11

### **Sbaleno teda máte?**

Jo jo, mám teda sbaleno pro jistotu, ehm... a oni nám jako říkali, jak to probíhá, že se chodí jako z místnosti do místnosti ehm... upřímně jedna věc, na kterou se fakt těším, je že... oni nám řekli, že až tam jako přídem, takže nám udělej jako nějakou vstupní monitor ehm, že ... líbí se mi na tom, že vim, jak každá ta místnost vypadá. Takže já vim, jak to prostě bude postupovat. Říkali nám i časově, jak to zhruba bude, že vim, že prostě tam budu, pak že půjdeme jako do nějaký jiný místnosti, kde nás jako případně oholej, nebo nám udělej ten klystýr a tam je jako na co se fakt těším, je tam prostě sprcha a v ní muži být. Já mám hrozně ráda vodu, takže se úplně těším. Jako já vim, že to bude hrozný jo, ale těším se na to, že říkali, že se tam nekonečně dlouho můžeme cákat jako v tý vodě, na to se fakt těším jakože asi to bude hrozný, asi to bude bolet, jakože až bude začínat ten porod, ale já se těším na to, že se budu houpat na míči a jako cákat na sebe tu vodu. Jako třeba to tak nebude, ale já si to tak prostě představuju. No a pak říkali, že jako když už to bude na ten porod, tak že se teda pujde rodit a když to nebude na ten porod, tak se pujde někam na tu hekárnou, čekárnou nebo co a tam se bude hekat... jako nechtěla bych, abych tam hekala s nějakou jinou ženskou jako jo, což se stát může a... no a jak bude probíhat ten samotnej porod... jako já nevim. Jako já si to upřímně představuju, jako když jde člověk jako na velkou stranu akorát že to bude horší. Nebo ja jako (smích), prostě jako nemám nějakou představu... jako já se spíš zaobírám tou myšlenkou, nezaobírám se tím jako vyloženě tím zrozením, ale spíš co mě zajímá je jako jak vlastně vypadá to, že vám to miminko přiložej na ten hrudník a vůbec si nedokážu představit to, že to miminko má pak tady náč s mojí pomocí asi najít moje prso a třeba se zkusit přisát nebo ne...

## §12

### **Aha a to vám neřekli v tý porodnici, jak to dělaj?**

Jo, řekli, to jo, ale nedokážu si to představit, že teď tady prostě mám to miminko, jo že prostě nemám jakoby... i když vim, že tady má prostě nohu, pořád to není ehm... ten reálnej člověk... a jako obavu... já nemám obavu z toho porodu, já mám spíš obavu z toho, já nevím, co s tím miminkem, jako já vim, jasně, že vim, jako no miminko se musí kojít, musí se přebalovat, musí spinkat, musí mít postýlku, musí se mu mejt zadeček, nesmí se oprudit, jako jasně jo... ale jak to budu dělat, to si prostě nedokážu představit. Prostě jak ho jako budu mít doma, a ještě v tom novým bytě, to je neznámý... takže prostě vim, že se mu musí zvedat hlavička a že se musí zvedat opatrně ale jak to mám prostě dělat. Já nemám moc zkušenost s těma malejma dětma, s těma novorozencema, dycky jsem se jich spíš jakoby.... bála bude asi špatný slovo, ale prostě když člověk vezme půl roční dítě, tak už ho prostě čapne a může s ním dělat to co chce, ale prostě tak jako... mám obavu z toho jak budu manipulovat s tím malým miminkem... no a teď když to ještě bude úplně novorozený, zrovna .... co když mi spadne... jo, tak prostě z toho mám strach. A nedokážu si ani představit, nezajímá mě ani tak pocit přítom toho jako porodu, ale zajímá mě pocit toho kojení. Že to jako to... poprvý se mi o tom teďka zdálo, jo že se mi, někdy včera, to se mi líbilo, že se mi jako narodí to miminko a já to jako zvládnou, že to zvládám, že mám to miminko, který umím nakojit, který prostě se krmí a... no... proč to říkám, no protože to je jakoby to... to co mě tak jakoby zajímá víc, než prostě tak jako jo... já nevím, jak dlouho to bude, než se má narodit, tak dvanáct hodin, pět hodin, nebo já nevím...tak prostě co no... bude to nějaký čas, bude to nějaký čas v nemocnici, to se nějak přežije jako jo... ale spíš mě zajímá jako ten pocit toho miminka jako u sebe, to mě jako zajímá víc než nějaký jako pocit bolesti nebo něčeho... je mi to vlastně jakoby úplně jedno.

## §13

### **Souvisí tohle, co mi říkáte nějak s rolí matky?**

Já o roli matky zas tak moc nepřemýšlím, respektive ehm.... to je zase nějaká moje schíza, já jsem vždycky ehm.... jako ráda si věci načítám, jako když něco neznám, tak si o tom čtu, když jedu do ciziny, tak si něco načtu o tý zemi, když jsme si pořizovali psa, tak jsem si něco načetla o psech a teď upřímně, ne že by mě to zas tak moc zajímalo, ale řekla jsem si, že když jsem četla tolik knížek o psech, tak si přece musím přečíst jako nějakou knížku o výchově miminka, jo nebo dítěte, tak jsem si pořídila Marek Herman, to s tím marťanem, to je nějaká psychologická o výchově dětech, tam jsem si přečetla jednu kapitolu no a tam jakoby se píše o tý roli matky o tý roli otce, tak jako to mám nějaký jakoby teoretický základ, nebo jak to říct, což se mi jako líbí mít nějaký teoretický základ a víc už to jakoby nerozebírám, protože i přijde, že to jako víc nemá cenu řešit, že jako nemá cenu se teď připravovat na roli matky, nemá cenu řešit roli matky, když prostě to ještě neprobíhá. Že jsem a to připravena nějakou teorií a víc nemám potřebu to nějak rozpitvávat, protože prostě to nějak se stane.

## §14

### **Jo jo, chápu, že to prostě přijde. A vy ste říkala, že máte nějaký jiný pocity v břiše posledních pár dní.**

Jo jo, ale to jako nevím, co to je.

### **A ještě něco se posledních pár dní změnilo? Jak vnímáte tělo?**

Jo jo, to je zajímavý, jak se jakoby říká, že ty ženský si připadaj tlustý, neohrabaný, nepřipadám si tak, vůbec mi to tak ani nepříde. Jako upřímně dřepnout si a vstát mi dělá problém, předkloňuju se jako s roztaženěma nohama, když chodím tak funím, když se převaluju v posteli, tak se zadejchám, ale třeba jako a upřímně pociťuju, že jsou třeba matky, který toho třeba dělaj víc, jako přijdu si trochu jak nějaký zevl, ale na druhou stranu si říkám, že ale asi to potřebuju, myslím tím, že ehm... v ulici máme sousedku, který jsem už předala jakoby kontakt na vás, tak doufám, že se vám ozve a ta pořád jakoby, myslím, že jakoby pracuje. Já jí dycky vidím jako v nějakých šatičkách pěkných, sedne do auta a jako někam jede. Já ne, já si jako zevlím v nějakých šupáček teplákách. Jako třeba balila jsem, ale už se mi nechtělo jít třeba na se psem na hodinu

ven. Sem si říkala, že už toho mám dost, tak jsem si šla lehnout a třeba sem hodinu spala. Jako třeba ve dvě v poledne, nebo něco takového... ehm...už sem se nějak odchýlila. No myslím si, že některý nastavající matky možná jakoby běhají po městě, nebo něco takového, jo... nevim mám takovou představu. Třeba ne, ja nevim... jo ale takže přijdu si jakoby fyzicky trochu jako omezená tím, že se jako zadržím, třeba nestíhám jo... nebo tak něco ale ne, nepřijdu si, třeba když se kouknu jakoby na jiný těhotný, tak třeba na tom předporodním kurzu, oni mají všechny takový jako velký břicha a teď mám tu představu, že se nepřekujel, že je to jako netíží... ale já nic takového necejtím. Jako nemám pocit... když se na to břicho podívám, tak je větší, než jsem měla předtím, ale nepřijde mi to, ale jo, že mi nepřijde, že se kouknu do zrcadla a říkám si co? Jakože to necejtím, neuvědomuju si to a nějak mě to v podstatě jakoby neomezuje. Takže nemám to moc nějak změněný. Nepřipadám si tlustá, jako když se vážím, tak to docela jako čumím...

## §15

### **Jo? že jste přibrala jo?**

No... ase sedmnáct kilo mám jako navíc... ale jako nikdo nemá pocit, že bych přibrala tolik a ehm... jako já mám furt stejný ruce, stejný nohy, já nevim, kde to je ehm... ale jinak si nepřijdu, jako nemám nějaký negativní pocity, ani jako nějak zvlášť pozitivní... nebo já nevim... pozitivní mám, jako že mě těší, že tady mám to miminko, že se jako hejbe, nebo že si nějak jako, že ho cejtím, jeho pohyby, ale nijak jako to zas nějak neřeším. Jako že bych nějak... ja se totiž snažím moc o věcech nepřemejšlet, myslím, že to je spíš jakoby na škodu, než jako...

## §16

### **Jak ste mluvila o tom spánku, tak jak spíte?**

No jak byly ty horka, tak se mi nespalo moc dobře. A ehm... stává se mi to, že jdu hodněkrát v noci na záchod, já nevim, že třeba dvakrát, někdy třikrát, ale dobrý je, že pak jako hned usnu. A jak já mám teď jakoby psychickou a fyzickou zátěž, tak já prostě si lehnu a spím ehm... to je fajn, ale stává se mi, to se mi nikdy nestávalo, že prostě se jako vzbudím třeba v pět, říkám si, že prostě jako zas nebudu vstávat, protože co bych jako dělala, pak jako vydržím půlhodiny ležet... jako to se mi stalo asi 4x... pak si řeknu, že jdu se psem, protože nemám co na práci, a pak se třeba vrátím a lehnu si, nespím, ale tak si lehnu jako k manželovi a třeba se jako válim a to je pro mě novinka, ja sem třeba jako.... nespím do dlouho, ale já jsem ... do teď jakoby, vyloženě do období asi před třema tejdnama jsem dycky potřebovala svejch osm hodin jako že... a teď mě jakoby mě tohleto roztrhání toho spánku mě jakoby těší, protože si říkám, že to je dobrá psychická příprava, že jako budu v noci vstávat k tomu miminku, takže to nevnímám tak, že mě štve,, že prostě nespím osm hodin v kuse, ale vnímám to tak, že to je supr, že jo, jdu čůrat v jednu, pak jdu čůrat ve čtyři, pak od pěti zase nespím, vnímám to jakoby pozitivně.

## §17

### **Jo, že jakoby pak nebudete překvapená, až se to bude dít s tím miminkem.**

Jo jo jo.

### **To je taky nějaká příprava?**

No... nevnímám to tak, že si nějak připravuju, spíš to vnímám tak, že se to děje jako samo, jako že příroda prostě zařídila to, že abych chodila furt čůrat, proto, abych se navykla na to, že ... spánek je pro mě jako hodně důležitěj, já jako ráda spím. Nejsem takovej ten člověk, co zvládá třeba 4 hodiny spát a pak fungovat. Ne. Já sem pak protivná a zlá a špatně se mi dělají věci. Já prostě musím mít svůj spánek ať se děje, co se děje, proto, že spánek je tak důležitěj v mym životě. Tak sem ráda, že ho mám teď tak rozrušenej, protože pak to nebude vina toho miminka, že nespím osm hodin v kuse. To mi přijde, že se nějak děje samo, že je to nějak seslaný.

## §18

### **A co teda máte připraveno?**



Tašku jsem si vůbec nechtěla připravovat... jako nechtěla jsem nějak moc extra dopředu, protože jsem jí pak nechtěla stěhovat... jenomže jak jsem byla v tom 36. tejdnu a jak jsem vám říkala, že mi bylo nějak blbě, tak to nám říkala právě pani na tom předporodním kurzu, že často je to tak, že prostě matky říkaj no... mě je dneska špatně, necítím se dobře a pak jako přijde ten porod. Tak jsem si říkala, že si tu tašku radši připravím ještě před stěhováním. Takže mám připravenou tašku, kterou jsem si teda nějak sbalila podle těch rad z porodnice. že z toho kurzu, jako to mě potěšilo, že mám seznam, kde jsem si to prostě odškrtala, bavilo mě nakupovat v dmku prostě, to mě jako těšilo (smích). Tam jako čumět, naštěstí jsem neměla tolik času, že jsem tam nezkoumala jakoby všechno, ale řekli mi, že máme, že nemusíme skoro nic nosit do tý porodnice, ale jako vlhčený ubrousky, že tam nemaj, tak že si je máme vzít. A tam je prostě regál s asi sto druhama vlhčenejch ubrousků, tak jsem jako zkoumala jakej ehmm... teď jsem vůbec nechápala, tak jsem jedny čapla jakože ty jsou nejvíc senzitive a bez parfému, tak ty беру prostě ... no a potom, tady mám kočár, protože jsem ho odvezdla jako k rodičům, že já nevim, že jsou takový ty pověry, že nemá bejt kočár doma a potom já budu rodit na Bulovce, ale bydlím na druhý straně Prahy, takže pro všechny je praktičtější ten kočár mít tady, nebo pak takovou tu sedačku... no a poprosila jsem mámu ještě hystericky minulej tejdne, když mi přišlo, že už to je nějak na spadnutí... jo, protože jsem byla u svýho doktora a ten říkal jako to... že no moc toho neřekl, ale řekl, že cituju... no už je to připravený, tak já jsem ho nechtěla otravovat, tak jsem ti s ním pak nerozebírala, ale jako vyložila jsem si to tak jako, že můžu začít rodit ... takže jsem poprosila mámu, jestli mi to může vyprat, co bylo jakoby tady ehm... no a potom jsem si od kamarádky koupila přebalovací pult kterej je teďka někde zahrabanej ve sklepe a zbytek mi má jako půjčit moje švagrová... jo a potom takový ty věci jako oblečky a jako takový ty plenky ty bílý... no tak ty mi to mi koupila, to jsme kupovaly s mámou, to mě těšilo, to jsme jakoby byli v jižních Čechách, tam jsme jako v takovejch těch malejch městech to nakoupili, to mě těšilo, že to nekupuju tady v nějakých šílenejch supermarketech a... to mám uskladněný někde u mámy a... no a jako zbytek tak nějak neřeším, protože si říkám, že nemá cenu to nějak systematizovat kord když jako ještě nemáme byt a... a když se mi stane, že dneska třeba porodim, tak řeknu maminko, budeš tak laskavá a přineseš mi třeba sem ty oblečky, co si mi koupila? Jako mám v ní takovou důvěru, že vim, že to tak bude.

## §19

### **Jo, že máte rodinu kolem, na koho se můžete spolehnout?**

Jo jo, kdybych je neměla, tak se asi budu hroutit, ale já se teďka mnohem víc hroutim z toho jako bytu, i když nevim proč, dyť je to jedno, to dítě může bejt tady, ale chtěla bych to mít hotový než jakoby, než jakoby já nevim do porodu, včetně výbavičky ... a hlavně to říkaj všichni kolem mě, že tu výbavičku že jo... nebo jak je ten rohlík.cz teď, tak tam je všechno tak prostě udělám kli kli klik, chci plenky ,chci já nevim dudlík, chci tohle a za tři hodiny to mám doma, tak jako nebudu to řešit, tak jako na to kašlu.

## §20

### **A jak jste říkala, že třeba když dneska porodíte, tak zavoláte mamince, tak jaký to je, když se řekne: Třeba dneska porodim?**

Já nevim... ehm... nevim... třeba ehm... třeba zajímavěj příklad ze včerejška. Včerejšek byl třeba strašnej... včera jsme, byli jsme pozvaný na chalupu, ze soboty na neděli, to jsem si hrozně odpočinula, protože tam byli kamarádi, a já jsem si tam seděla, pohodička, přespali jsme tam a já jsem veděla, že ráno musíme jet do bytu, protože tam budou, ze starýho do novýho bytu vozit nábytek no... ehm... já jsem rychle to ráno prostě, vstávali jsme, já jsem vstávala zase někdy v šest, protože jsem se vzbudila, jak jsme všichni spali na tý chatě, pak jsme přijeli do bytu, tam jsme rychle uklidila, do toho novýho, aby ehm...se to nedávalo na zaprášenej povrch i když je mi jasný, že se to bude muset vytírat ještě minimálně jednou no a... proč to říkám, protože prostě takhle to bylo prostě od rána cak cak cak, musí se udělat tohle, musí se běžet tam, nezvládá se tohle, jako naštěstí my se stěhujeme v jedný ulici, ale nevim, jestli to není o to horší, že člověk prostě běhá mezi těma bytama, do toho přijela moje další švagrová, která mě tak jako psychicky vydeptala a chtěla sem... začalo mi bejt jako nevolno, prostě necejtila jsem se úplně čerstvá jo... a říkala jsem

si, že to jsou nějaký zvláštní pocity a říkám si no ty vole tak teď do toho porodím a ehm... v ten moment já jsem prostě nechtěla být s nikým. Já sem nechtěla se bavit s tou švagrovou bavit, jako ona mi nic nedělala, ale prostě musela sem se s ní bavit a to jsem prostě nechtěla. V novém bytě prostě byli dělníci, ve starém bytě se prostě stěhovalo, tak sem šla prostě úplně pryč, šla jsem do nějakého parku, připadala jsem si jako štvanec, tam jsem se jako zkompenzovala, připadala jsem si zase dobře, jsem se uklidnila a pak sem jako a teď sem se snažila se odpoutat jakoby od toho, co se děje jako v tom vnějším světě a zaměřit se jakoby na sebe a o to sem se snažila průběžně jakoby ten večerjší den, jo prostě odpoutat se od toho stresu a zaměřit se jako na sebe, právě to už mi večer nešlo, jak jsem jakoby byla vyřízená... proto sem jakoby chytla strach z toho, z toho porodu jo a dneska právě se zase cejtím tak, že sem uvolněná, všechno je v pohodě, takže když začnu rodit, tak prostě vezmu telefon a někomu zavolám, pojedou do té porodnice, kde to znám a bude to v klidu jo, protože ehm... mám čas a klid o to se zajímat sama o sebe jako že ehm... že mám, můžu si sedět, vnímat, co třeba cejtím v tom bříše, jestli to třeba je poslíček, nebo jestli to není poslíček, nebo jestli sem se přežrala jo nebo.... jestli to je z těch bublinek nebo ehm... jestli to je, že se mi chce čůrat, takže vlastně jako nejsem ten člověk, co to moc rozebírá, ale přece jenom mi to jako přijde vzrušující jako jo, pociťuju takový lehký vzrušení, ale jako těší mě, že jsem teďka tady, nemusím nic balit, nic dělat, a když začnu rodit, tak je to prostě v pohodě, takže asi takový z toho mám pocity.

## §21

### **Dneska teda máte prostor na to těhotenství a vnímat se a prostor na ten porod?**

Takže mě těší jako, že bych nechtěla to jako řešit jako včera... prostě abych řekla manželovi prostě promiň, můžeš tady nechat ty stěhováky a odvézt mě do porodnice ... jo... není to prostě to co bych jako chtěla, protože potom by se strhla smršť a bylo by mi líto svého manžela, kterej prostě... vlastně není to ten, kterej to tam jako staví, ale on je ten kdo tam vlastně musí dokončit ten byt vlastně jo... a teďka by se strha ta smršť toho: mami vyper mi ty věci pro to miminko, běžte prosím vás uklidit do toho bytu, jestli už je hotovej, připravte to... vadilo by mi to, že jim nemůžu pomoci. Jako oni by mi řekli starej se o sebe, my to všechno zvládneme, my to všechno zařídíme. Jako všichni mi říkaj, ať se starám sama o sebe, takže mám obrovskou podporu jako od všech, ale nechtěla bych v tom ty lidi nechat, takže jako že nejideálnější by bylo, kdybychom se přestěhovali, já jsem to včera říkala sousedce, stačí mi jeden den v novém bytě a pak klidně porodím. Takže ehm... já už zase nevím, na co ste se ptala a to mě štve, já nejsem schopná, jestli to je tím psychickým vypětím, nejsem schopná moc udržet myšlenku (smích). Nebo třeba i poslouchat mi teď dělá problém, já ráda poslouchám, moc ráda poslouchám lidi, jak se baví... ja nevím, nebo teď úplně ne moc ráda vyvíjím nějakou aktivitu něco říkat, ráda jako poslouchám jako melodii hlasů, mě to hrozně uklidňuje, když sem měla jeden ten ze svých hysterických záchvatů, tak jsem volala kamarádce a říkám: prosím tě, vyprávěj jako něco, trošku mi to bylo jako trapný, protože vyprávěla o své nové lásce a já sem jí vůbec neposlouchala, ale potřebovala sem jakoby slyšet ten tón a jakoby to klidný vyprávění... takže... nevím, jestli to stojí za zmínku?

## §22

### **Určitě, cokoli co se vám děje stojí za zmínku.**

Takže asi tak to no...

### **A vy ste zmiňovala manžela, tak jak myslíte, že on to zažívá?**

Ehm... no trošku mě upřímně jakoby, trošku mě trápí to, že mám pocit, že se víc, že klade na první místo jako dokončit ten byt, než to co zažívám já a upřímně jsem mu to i vyčetla ... jako v nějakým dalším hysterickým... teda né že bych jich měla tisíc jo... jenom třeba tři v minulým tejdnu jo ehm... hysterickým záchvatem myslím, že brečím a stěžuju si nebo něco... a vyčetla sem mu to, že myslím, že on toho má plný brejle a vidí to na něm všichni. On je prostě ve velkém presu, protože chodí do práce normálně a do toho řeší ten byt, kde se každé den něco pokazí. Dojde dlažba, špatná smlouva, prostě každé den se něco děje, co člověk musí řešit a to je hrozně vyčerpávající. Takže já chápu, že když prostě on řeší, celý den má svojí práci, kde on prostě musí pracovat, zároveň se večer jakoby řeší ten byt, tak chápu, že nemá večer jakoby úplně energii na to se

věnovat mě, ale v jednu chvíli sem to pocítila jakoby hrozný příkoří, obzvláště minulej tejden, když sem jakoby, když sem přišla domů, od toho gynekologa, od toho porodníka a říkám mu, říká manželovi, hele řekl mi, že už je to jako připravený... a moc ho to jako nezajímalo jako manžela, což mě jakoby zamrzelo, protože sem si říkala, že jako dyť přeci, to je mnohem důležitější než byt jako to naše jako miminko, tak proč jakoby se o to víc nezajímáš a to sem mu nějak vyčetla nějakým hrozným pláčem a musím říct jako, že i když se ... myslím si, že toho má teďka strašně moc... a stejně tak včera, když sme oba dva byli úplně, ale úplně vyždímaný, tak prostě ehm... sme si tady sedli, když už konečně přijel asi v devět večer a... něco mi vyprávěl a byl na mě hrozně hodnej a... což sem hrozně ocenila, protože sem věděla, že prostě už toho musí mít strašně. Takže a hlavně se mu jako nevidím, nevidím mu do hlavy, takže nevím, jestli on o tom přemejšlí, jak o tom miminku nebo nepřemejšlí, ale co na něm jakoby oceňuju a co vlastně všeobecně oceňuju na chlapech je to, že mi přijde, že ty věci zas tak moc neřešej a myslím si, že je to dobře, jako snažim se o to taky, že že... až přijde, tak to budu řešit a nemá cenu to jakoby řešit teďka.

## §23

### **Jo a bude u porodu?**

Ehm...no upřímně, já jsem, já jsem to chtěla tak, že než ja jsem zjistila, jak to bude tak jsem chtěla jakoby... on nejdřív mi řekl, že jakoby nechce jo a... myslela jsem, že je to tak, že když jakoby člověk prožívá tu první dobu porodní, jako když se jakoby ještě nerodí, jak sem mluvila o tý sprše, takže on tam, on tam bude moc bejt, třeba mě uklidňovat, nebo mi pomáhat, nebo mě masírovat nebo já nevím, co se všechno může dělat... ale on tam u toho jako bejt nemůže, že on tam může bejt v tý fázi jakoby kdy já už budu rodit ehm... a tak jsem si říkala, že super, že aspoň že bude se mnou jakoby u toho porodu a teď si říkám, že to nechci. Nechci aby byl u toho.... jako u ničeho vlastně jo nechci aby byl, že ... on je takovej, že hodně lidem radí a já to nesnáším, včetně mě a včetně jako lidí okolo. Takže já chci, aby ty lidi, ty profesionálové měli klid na to jako dělat svojí práci a zároveň si říkám, že by mě hrozně rozčílilo, kdyby mi jako radil, jak já mám jako prožívat svůj vlastní... nebo ně jak prožívat, ale jak co já mám dělat se svym vlastním porodem jo... a zároveň jakoby úplně nechci, aby mě viděl prostě jako trpící a taky nechci, aby viděl, já nevím, prostě mě zakrvácenou... jako on tam asi jako ne, se říká, že stojí jako nějak u hlavy, takže nic nevidí, ale prostě nechci, aby mě viděl prostě nějak roztrhanou, prostě krev, a teď prostě jo...jak a řekli mi jako, že to tak je možný, jako v tý porodnici, ale ještě v kombinaci s tím, jak vidím, jak je teďka ve stresu, tak si připadám tak, že on to nezvládne, ale já to zvládnu jo... že já mám pocit, že na ten porod sem tady já ta silnější, že já se s tím už poperu, ale ještě abych tam řešila prostě jeho stres, to fakt ne. Takže jako... asi si myslím, že kdyby to bylo tak... já nevím, já mám jako různý představi, ale představuju si, že třeba, že když by mi trvalo takový ta první doba porodní, než se má jet do tý porodnice... jako chci bejt co nejdýl doma, protože oni nám řekli, že do porodnice se prostě má jet, když dvě hodiny máme kontrakce po pěti minutách ... což vůbec nevím, co znamená sice, ale jako jo, to nám neustále opakovali. No a já si říkám, udělám to přesně takhle, budu prostě tam někde si hekat, to radši ať prostě tady trpím jako, tady si můžu někam zalízt, tady se prostě můžu schovat a to by mi třeba bodlo, kdyby tady byl jako... přines mi čokoládu, nebo já nevím, já nevím, co budu potřebovat, třeba nic jako jo, ale to by se mi líbilo, kdyby tady byl jo a aby mě tam odvezl jo a aby on měl klid, že mě předává jako do tý ty jako nemocnice no, ale pak tam prostě už si chci prostě jakoby trpět sama, protože nechci, nechci řešit jeho stres a nechci mu ho jakoby prohlubovat, Stejně tak nechci aby o tom kdokoliv věděl, že sem odjela do porodnice, já chci, aby všichni dostali v práci, zprávu... dne toho a toho se narodil tenhle, máme velkou radost. Stejně tak nechci, mám prostě pět lidí, manžela, mámu, tátu a dvě nejlepší kamarádky, který chci, aby za mnou přišli do porodnice, zbytek nechci vidět. Vůbec, ať za mnou nechodí, ani když budu doma prostě, já nevím, první dva tejdny třeba. Nechte mě na pokoji, já chci bejt se svym miminkem, se svym manželem a s tímhle stím úzkym kruhem a zbytek mě neotravujte, protože nechci aby říkali a nemáš mu dát radši tyhle plenky a nemáš tady moc špíny, nebo já nevím jako. Ne, nechte mě a neotravujte mě. Já nevím, třeba se to pak změní. Jako třeba pak budu chtít, babi, pojd' se podívat jako ehm... nebo přijďte se všichni podívat na to nejnádhernější miminko na světě třeba, ale teďka to mám takhle. Prostě nechte mě, všichni mě nechte bejt jako.

## §24

### **A ještě něco mi chcete říct, co vás v tomhle období překvapuje, zaskočuje, co je pro vás jako jiný nebo?**

Ehm... spíš to mám jakoby naopak, říkám, co všichni s tím těhotenstvím jako dělají, ehm... že to je takový jako... já jsem třeba ani neměla nevolnosti v prvním trimestru jo... jako nejsem třeba, to mě jako. Ségra mojí nejlepší kamarádky, ta mi přijde jako hroznej borec jo, ta prostě v prvním... během celého těhotenství hrozně aktivně sportovala prostě, teďka se jí narodilo miminko před dvěma měsíci, už s ním byli na kole v nějakým super vozítku, ujeli 80 kilometrů, ona porodila za dvě hodiny a mám z ní takovej trochu... za první mě štve, že ta moje nejlepší kamarádka neprožívá tolik to těhotenství se mnou, protože ho jakoby hodně prožila víc spíš s tou sestrou a to je věc, která mě jako trochu zranila a za druhý mě prostě štve, jakoby... já jsem ráda ta dobrá, jakože úspěšná... já nevím, teď to zní jako namyšleně, ale teď prostě mě štve, že já nevím... trochu sem v prvním trimestru krvácela, takže sem si pak jakoby dala, nic závažného jo, nic se nedělo jo...ale dala sem si klid, protože sem nechtěla ohrozit to miminko jo... teď sem ... teď si říkám... no ona rodila za dvě hodiny, já budu určitě rodit 12, jo ona jezdila na kole, já v šestinedělí budu určitě úplně nepoužitelná, jako to mám takový to, to je moje špatná vlastnost a hrozně bych jí chtěla jako odbourat tohle jako, nechci tohle dělat. Jako, to je totiž, já to vyčítám svojí mámě, jednou jsem přišla ze školy, ze základky a řekla sem mám, já mám trojku a všichni ostatní měli čtyřku, nebo něco takového a ona mi na to řekla, hele nesrovnávej se s těma horšíma, srovnávej se s těma lepšíma... no a to mi prostě nějak uvízlo v mojí hlavě, tahle ta blbá věta a... a od té doby to jakoby takhle mám... no a spíš si jako říkám, co všichni s tím těhotenstvím jako mají, dyť je to jako... nějak mě to jako neomezuje, proč všichni jako já nevím, proč se kňourá, že já nevím... že si připadají tlustý nebo že vošklivý nebo že nemají chuť nebo že mají chuť, všichni mě jakoby votravují těma votázkama: a máš na něco speciální chuť, nebo třeba otázka: bude to chlapeček nebo holčička... já to třeba nevím a chtěla sem si to nechat jako překvapení a všichni furt a bude to chlapeček nebo holčička a... jo a mě to jakoby nezajímá... já se těším, že to bude prostě jako moje dítě a hlavně aby bylo zdravý a je mi to jedno, jestli to bude chlapeček nebo holčička, i když mám o tom jako nějakou představu, jaký bude chlapeček, jaká bude holčička a teď oni ty lidi jako kecají jo... no a ty máš to šikmý břicho, takže to je chlapeček a teď prostě ty seš hezká, takže to je chlapeček a všichni si myslej, že to bude chlapeček a já si říkám ať je to holka, ne protože bych chtěla holku, ale abych všem řekla, že jsou úplný blbci jako (smích) a ehm... nebo prostě jako takový ty řeči jako jak se cítím... jako někdy o tom jako ráda mluvím jo, ale spíš jakoby já vim, že už tady teď hodinu jako kecám vlastně vo tom, ale já spíš o tom ne úplně jako ráda to probírám. Já prostě chci mít hlavně jako pokoj. Udělat si svoje věci, přestěhovat se a jako vyřešit si to jako sama, ne s každým probírat, jestli mám na něco chuť jako jo...

**Super, děkuji za rozhovor.**

## **Příloha B: Lucie**

### **§1**

#### **Tak si říkala, že si 38?**

Počkej, ti to řeknu přesně, jsem 37... vydrž, 37+3.

### **§2**

#### **Tak to je za chvíli... no a jak se máš?**

(povzdych)...já se mám dobře, akorát ty fyzický změny jsou náročný, jinak se mám dobře. Překvapilo mě, že nemám žádný psychický výkyvy. Myslela sem si dycky, že těhotenství je jako hodně o psychické výkyvech ... a jako já mám těhotenské zen, jako devět měsíců nonstop... ale fakt mě dostávej teď poslední dva měsíce hrozně na tý fyzický úrovni... rostu do všech směrů, vlastně nemám se do čeho oblíknout... neohnu se abych si pořádně... já nevím co, umyla nohy ... jako takže to je těžký. Jako to je podle mě to nejtěžší a ... překvapilo mě, já jsem měla očekávání, že se třeba budu bát, ve smyslu jakej bude porod... a to se vlastně nebojím, tak to mě překvapilo, to jsem měla trochu jiný očekávání, že tak jako žiju v tom, že si jako furt přeju soustavně, abych hlavně já byla v pořádku a malej aby byl v pořádku, že to je pro mě to nejdůležitější, ale jako nebojím se ... i vlastně těch pár jako cest do tý porodnice, který sem musela absolvovat, protože mi něco bylo, tak vlastně dycky sem tam jela a říkala sem si hlavně ať je všechno v pořádku... hlavně ať je všechno v pořádku. Netrpěla sem žádnějma katastrofickejma představama ...

### **§3**

#### **Spíš jako přání si měla?**

Jo jo... si myslím, že i mě i jako partnera hodně vyškolilo to když na tom začátku vlastně ... my sme prošli takovým jako zážitkem, kterej byl... my sme šli na ten první diagnostickéj ultrazvuk, někdy v tom dvanáctým nebo čtrnáctým tejdnu, jestli se nepletu, jak ti berou krev... a přišli sme tam, čekali sme a ... vyšel doktor a říkal, že se omlouvá, že sice sme objednaný na tehdy a na tehdy, ale že on tam řeší prostě nějakěj složitej případ a že jestli bysme počkali ještě chvíli. Pak si zavolal do ordinace ještě na chvíli kolegyni na konzultaci a pak vyšla pani už s relativně velkým pupíkem, takže už v pokročilým těhotenství... slzavý údolí, a evidentně se jako řešilo, že jako konec... no takže v týhle náladě my sme šli jako dovnitř do tý ordinace, na čej ten doktor, jak byl asi sám rozrušenej z toho, co se tam jako událo, tak prostě otevřel tu mojí kartu a začal... no tak ty výsledky tý krve, to je jako špatný, to je prostě šedá zóna ... a takhle začal na nás jako mluvit. Na Martinovi bylo jako vidět jak úplně odpadáva z toho... a já sem tam seděla a říkala sem si no...a můžu s tím něco dělat, nemůžu, tak se podíváme na ten ultrazvuk. Doktor ten na mě jako úplně koukal, tak říkám, co vám mám jako říct. Stejně jako... já sem si teda načetla předtím jako co vlastně oni tam zjišťujou... to je vlastně jako statistická metoda, to neznamená že jako něco je špatně... to znamená, že u mě je daleko větší pravděpodobnost, že u mě bude něco špatně. Tak uvidíme... na ultrazvuku bylo všechno dobrý... oni pak právě říkali, že by chtěli dělat tu amniocintézu, já sem říkala, že nechci, že to si radši zaplatíme takový ty testy z krve ... nakonec se zjistilo, že si je platit nemusíme, že ten můj stav je tak špatnej, že mi to zaplatí pojišťovna ... to bylo takový jako vtipný, ale proč to říkám... že sme si museli potom s Martinem, protože on je prostě takovej trochu ... co by kdyby... a hrozně se děš jo... a já sem si s nim potom musela sednout a říkala sem mu hele... mě to nepomáhá, prostě i kdyby to bylo sebešpatnější, že dítě nevím co, tak sou věci, který my musíme s nima projít, a to že se nima budeme děšit nám nepomůže a asi tím, jak sme si to oba dva jako řekli, vysvětlili, tak najednou jsem věděli, že kdyby se dělo cokoliv, tak my sme ready. A to myslím, že nám v tom začátku jako hodně pomohlo, že jak sme se na začátku jako hodně vyděsili, že to potom bylo takový ... protože že jo... mě je 39, první dítě jo... všechno vlastně blbě, Martin není mladší žejo... je mu je 43, tak ehm... od tý doby si myslím, že to bereme tak, že to bude nejlepší jaký to má bejt a kdyby ne, tak že to budeme muset zvládnout no... ale vlastně si to kdyby ne ne nepřipouštíme, ale neřešíme to. Prostě když to bude, tak to bude.

### **§4**

#### **Jako by vás ta první nepříjemná zkušenost proškolila?**

No mě jakoby proškolilo to, že nesmím dát na ty reakce toho okolí, který sou jakože ježiši a co by... moje rodiče jakože nesmíš nic dělat, sed' doma... a Martin měl na začátku takový jako a

nesmíš do kina, tam něco chytneš... Sem říkala, hele já si prostě nesednu doma a nezavřu se na devět měsíců, protože já bych se... já si myslím, že já bych se vystresovala k tomu, že by se něco stalo.

## §5

### **Že on měl strach?**

No že to bylo takový ... mě to přijde takový jako... nevím, jak to říct. Jako falešnej pocit jistoty viš... že chceš udělat něco, aby sis jako ... aby si měla pocit, že teda se nemůže nic stát ... no je to blbost že jo, může se stát. My máme okolo sebe teď dva případy, třeba ani ne rok zpátky, kdy přišli o miminko jako v devátým, jedna holka den po termínu. Prostě si přiškrtl pupeční šňůru v podpaží jo... ještě v břiše, takže... a druhý ty o to přišli v devátým měsíci a do dneška se neví proč. Prostě viš... jakože falešnej pocit jistoty pro mě není, já jako žiju v tom, že se může stát cokoliv a doufám, ež se to nestane a nebudu to řešit, jakože co bych měla dělat, aby ... prostě se chovám smyslu plně, nechodím nikde hopsat na trampolíně, neopíjím se, není to, že bych do sebe cpala prostě hranolky nonstop jo prostě viš... jakože znám holky, který kouřej do posledního momentu, takový jako... myslím si, že nic z toho neděláme, ale jako abych jako řešila a sledovala ... vlastně jak sem byla v tý nemocnici s tím tlakem tak musím každý ráno se vyčůrat na ten papírek, jestli nemám bílkovinu v moči... no a nemám no. Takže ale myslím, že tím, jak sme si na začátku vzájemně jako museli vyjasnit, že strašit se nebudeme, že to není k ničemu dobrý ... že vystresovaná matka by nebyla k ničemu dobrá a že otec by jí teda neměl stresovat ... takže to hodně pomohlo jako v tom nahlížení na tu situaci ... pak nás pobavili takový ty výlety na ty veletrhy dětského oblečení a zboží.. tak to sme pochopili, že byť bychom měli být takový ti klasicky konzumní rodiče, co sou že jo... staršího věku, první dítě, vymodlený dítě, náky jako ehm... zabezpečení máme, takže bysme jako mohli dělat nesmysly. Pak sme pochopili jako, že jeden overálek za dvanáct fakt kupovat nebudeme, byť je to australská bavlna... to bylo fakt vtipný, sem tam přišla, protože se mi jako líbily jedny dupačky, byly takový černý s bílýma letadýlkama, tak jako přímá věc a tak sem říkala na tu pani, kolik to stojí a ona říká tisíc dvěstě korun. Tak sem říkala, že to děkujeme a ona, že to ale je australská biobavlna. tak sem říkala viš... že jako i kdyby to bylo v uvozovkách na dospělýho, ale na dítě, krytý to má pár dní je úplně nesmyslná cena ...tak sem si říkala.. tak jako já ho do toho oblíknu, on se na to dvakrát vybleje a je to v háji jo... a jako když sme viděli, co sou ty lidi jako schopný jako kvůli dětem dělat, tak sme si říkali že... já sem si jako ze začátku myslela jako že sem krkavčí matka, protože postýlka z druhý ruky a támhle to z druhý ruky ... protože všichni čekali, že jako jak jsme jako že jo... jak nám furt říkali, že dítě mít nikdy jako já nebudu, tak všichni jako čekali, že to je to vymodlený dítě, že budeme jako ... no a nic no... tak sme to jako nakoupili, máme to podle mě zařízený hezky, o tom žádná, ale nebylo to o tom, že musí mít jako tu nejlepší postýlku, poslední model. Jako prostě my sme hrozně vděčný, že sme jako spoustu věcí od někoho dostali nebo je máme půjčený že jo...tak třeba jako od tebe. Moje rodiče třeba hrozně trpěj tím, že tam nemáme ty obrázky na stěnách, jak maj lidi v těch pokojíčkách nakreslený, že nemáme tu girlandičku s tím jménem (smích)... to si viděla, se dělaj takový látkový jména, jako písmena a ty si tam dáš třeba méno, by si tam měla třeba Samík... (Smích) Jako teda musím říct, že sem si toho hodně jako načetla o tom, co a jak a co jo a co ne a protože vlastně všichni ti říkaj něco jinýho ohledně spaní těch dětí a... a tak, ale ve finále čím víc sem toho načetla, tím víc sem si řekla, že stejně až to přijde, tak si myslím, že si buď porozumíme nebo ne, prostě si myslím, že s tím nic neudělám... to je to samý, když se mě někdo ptá jako jak to budu dělat jako jo... jakože pracovat a tohle a tamto... a říkám, hele podle toho, jaký to dítě bude. Když budu mít jako hodný a spavý dítě, tak se dá asi dělat spousta věcí, když budu mít jako maj jiný lidi... nevím po čtyřiceti minutách se prostě budí a brečí a je neurotickej tak prostě nebudu dělat nic. to jako... já jako nemám v hlavě plán jo... že jako takhle to bude prostě, si říkam, že prostě to není jen na mojim rozhodnutí, ale zatím spolupracuje dobře, zatím třeba jako na mateřskou jsme odešli prvního v měsíci viš jako... je takovej jako.

## §6

### **Ehm...takže teď už si na mateřský?**

Jo jo, já jsem jako na mateřský, ale chodím pracovat... tak protože sem chtěla, aby sem byla oficiálně na mateřský těch osm, teda šest tejdnu před porodem, proto, aby mi nezkrátili mateřskou. Jako já tam nechodím na osm hodin denně.

## §7

### **No a jak vypadá ten tvůj den?**

Hele teďka no... změnilo se to, že nemám tolik energie, já sem dycky byla, nevím, jestli hyperaktivní, to je možná nadnesený, ale dycky sem tak jako hodně věcí zvládala a teď vlastně se to změnilo na to, že vlastně moje aktivity se jako zúžili, že já mám jako nějakou energii jako něco dělat do čtyř, pěti odpoledne maximálně, takže většinou ráno se jako vzbudím, nějak se jako dam dohromady, nasnídám se, pomalu se dopravím do práce, když je to pracovní den, z té práce se tak jako pomalu zase vrátím zpátky někdy kolem tý třetí čtvrt, pátý, podle toho, jak mi je, ono paradoxně teď v těch vedrech mi bylo líp v práci než doma, protože tam je jako stabilní prostředí no... tam je ta rekurpace, že to není vyloženě klíma, že fakt jako tam bylo příjemně a ehm... hlavně zabavíš tu mysl něčím jiným než jako... jestli je všechno jako v pořádku a už a jako co a kde...no, přijedu z práce, ještě většinou stihnu někde jako něco nakoupit, jako co se týče jídla myslím no a více méně se sdržuju doma. Maximálně si du třena jako s nějakou kamarádkou, když už ven tak jenom třeba naproti do bistra nebo jdeme s Martinem tady na roh na malý pivo a to dycky ty vyděšený pohledy lidí, že si objedná malý pivo ... jo já z toho malýho piva vypiju dva centimetry, zbytek vypije Martin a ty pohledy jsou boží no a víceméně někdy mezi desátou jedenáctou už se jako ukládám ke spánku, kterej mi teda moc nejde, ale snažím se...no a to je ve své podstatě... ono se to výrazně změnilo v tom, že jsem musela odstranit všechny životně nutné aktivity, když to řeknu blbě.

## §8

### **Jaký třeba?**

Tak ve své podstatě třeba nechodím do kina, do restaurací, po návštěvách... že fakt jako teďka v těch posledních dvou měsících nebo možná posledních pěti šesti tejdnech už fakt jako prostě tu energii nemám... cejtím se líp doma, to jsme si mysleli, že ty víkendy ještě budeme trávit mimo Prahu a já už prostě nechci... no už jako chci mít to svoje pohodlí... že už nechci ani, Martin byl zlatej, že furt nabízel nějaký hotely s bazénama a já nevím co, a já už jako... já nechci. Už se, hlavně už se jako já necejtím dobře jako někdo chodit jako mezi lidi. Ve smyslu, že já už prostě potřebuju mít nohy nahoru.

## §9

### **Jasně, svoje pohodlí, svoje soukromý.**

Jasně, svoje pohodlí, svoje soukromý, možná víc to soukromý, než to pohodlí jo... já že už prostě mě to jako... že ještě v té práci mě to nevádí, že to je pro mě víceméně známý prostředí, ale už se mi jako nechce chodit někam... nekam prostě jinam. Takže takhle vypadá většinou můj den. A víkendy trávím většinou tím, že se tak jako se dopřipravujeme, že jdeme udělat jako nějakou větší nákup do holešovický tržnice, tam my chodíme rádi na ovoce zeleninu. Protože já fakt sním jako hodně ovoce a zeleniny (smích). Podle mě se mi narodí vegetarián, nebo já nevím... fakt jako, když já vidím maso, a přitom to jsem byla milovnice masa, maso uzeniny, všechny mastný věci... jako teď já sem musela odejít z bistra od naproti, protože si pán objednal kachní paštiku. Mě to tak smrdělo, ale jako... mě se nedělalo špatně, ale hrozně mi to smrdělo, že to jako nešlo prostě.

## §10

### **A jak si říkala, že se připravujete... tak jak se připravuješ?**

Tak já mám dudu. Já sem jako to pojala tím, že chci tak trochu vědět do čeho jdu, aby mě to neděsilo, takže sem si našla po nějakých delších hledání dudu, která mi vyhovovala tím, že to nebyla a teď nechci nikoho urazit, ale že to nebyla ani biožena ani diplomovaná sestra s dvaceti diplomama, že všechno musí být tak a tak... je taková jako no... primárně je to Lucko na vás, prostě není špatná nebo dobrá cesta, je to o tom, abyste se cejtěla dobře a s ní jsem vlastně absolvovala pár sezení ve smyslu co jak probíhá v těhotenství, co jak probíhá, když rodiš normálně, co a jak probíhá, když rodiš při císaři. Co jsou obvyklý věci, který ti ty doktoři v těch nemocnicích nabízej, co to vlastně vůbec znamená... jo pak takový náky základy toho co dělat po tom porodu, právě na co se připravit i v domácnosti, že přesně, že jako nebudeš ty sama nic moc dělat, že opravdu je to o tom, ležet, spát mít to mimino u sebe, prostě nepřijímat žádný návštěvy, zajistit někoho, kdo ti uvaří, nakoupí prostě... pak jsem si říkala i nějaký věci ke kojení, protože ona právě říkala, že v těch nemocnicích to nebejvá úplně jako přátelský prostředí z tohohle pohledu, že se ti to může hodně zkatit, tak aby člověk trochu věděl. Tak jako po týchle stránce mě to tak jako docela

uklidnilo... nevim, jestli jí jako budu mít ve finále u porodu... my sme domluvený, že ano, prostě bude mít těch posledních 14 dní pohotovost, ale... teď sem třeba ve stavu, že kdybych podle mě teď začla rodit, tak asi jí jen dám vědět, že se to děje, ale že nemusí tam jezdit, že nemám tu potřebu... no... trochu víc jsem se začala připravovat v momentě, kdy se zjistilo, že to miminko bude fakt velký, jako větší než obvykle...

#### §11

##### **Že to byla nějaká změna?**

Jo, že já sem si furt jako myslela že... nebo já ještě začnu jinak jo...já mám bráchu o 11 let staršího, to víš a on má epilepsii způsobenou při porodu, protože máma rodila dva dny a on se narodil přidušený a... a to že je epileptik a to že má prostě změněný vnímání některých věcí mu dělá celoživotní problém ehm... a já sem se jako díky tomu úplně jako nedokázala představit, že jako já budu rodit normálně, protože sem si říkala, že budu mít hroznej strach, aby se mi nestalo to samý... překvapivě ten hroznej strach nepřišel...

#### §12

##### **A to sis myslela ještě před tím otěhotněním?**

Jojo, ještě předtím, že jestli někdy budu těhotná, že prostě určitě nebudu chtít rodit přirozenou cestou, protože ten císař to je přece to nejbezpečnější a tak. A když sem otěhotněla a byla sem těhotná jako víc a víc a víc, tak sem si začala říkat, že jako ehm... že je divný, že se toho jako nebojím, že vlastně tahle obava mě úplně opustila... pak pro mě bylo jako takový zvláštní, když mi v tom Podolí řekli, že jestli chci rodit ... to ještě se nevědělo, že malej je tak velkej... že jako jestli chci rodit císařem, že jako oni s tím nemaj problém, že prostě si myslej, že by si to ty matky, pokud tam není nějaká zdravotní indikace která ti říká nesmíš nebo musíš, že jako by si to klidně měli volit sami, že to je prostě na nich, že jako ehm... doslova ta... ta... porodní asistentka řekla že, když si dneska lidi můžou vybrat, jakou chtěj mít velikost prsou, tak nechápe, že když třeba má někdo obrovskej strach z přirozenýho porodu, tak proč by se měl nutit prostě do přirozenýho porodu. Že ta úzkost a ten stres, že neprospívaj nikomu a že jako si myslí, že ty ženský, byť jako formálně vlastně nemáš možnost si říct o císaře, že by tu možnost měli mít a že vlastně v tom podolí se snažej, že když viděj, že ta ženská je víc vystresovaná, nebo že prostě už je úplně vyčerpaná nebo prostě něco, že se nesnažej je jako nutit do těch přirozených porodů, tak tím se mi jako do těch začátků ulevilo, že kdybych si prostě řekla, že se fakt tak moc bojím, že to podstoupit nechci, takže tady se na to koukaj, jako že jo... no prstotě řenete jak to chcete a pokud to bude jako z vašeho zdravotního pohledu nebo rizika jako možný, tak to tak uděláme. Sem se vlastně přestala bát a pak se paradoxně vlastně stalo, že já se jako vůbec nebojím, tak jako uvidíme, budeme se řídit podle toho, co mi řeknou doktoři jako že je v ten moment nejlepší jo... pak jako už to začalo bejt jasný, že je tak velke, že přirozenej porod jako jedineč, kdyby to bylo dřív, protože oni nějak maj nějaký pravidlo, že když maj podezření podle ultrazvuku, že to dítě je větší než 4 a půl kila, že vlastně už by měli přistoupit k tý sekci, že to riziko přirozenýho porodu je moc velký no a tady to vypadá, že bude mít 4 a půl kila a to sem se začala bát, když už jako se začalo řešit, že ten císař to bude jako asi téměř jistě, protože jako pro mě představa bejt ve spinální anestezii umrtvená jen od pasu dolu a představovat si, že mi jako někdo otevírá břicho není úplně komfortní, ale pak sem si řekla, že se tím nebudu zabývat. Když to tak bude, tak to tak bude, nebudu řešit, co se děje za tou oponou...

#### §13

##### **A to rozhodnutí jako ještě nepadlo jestli tomu rozumím?**

Zatím je to tak, že já chodím pravidelně každé tejdny na kontroly a tam ho jako furt měřej a furt se to jako řeší a doktor vlastně říká hele zatím ještě je to tak, že kdybyste se rozrodila, tak pokud nebude komplikace můžete i přirozeně, uvidíme, jak to bude vypadat za tejdny.

#### §14

##### **Jo jo, že jako možnosti jsou furt otevřený na obě strany. To je vlastně zajímavý, jak si říkala, že ti ta možnost císaře dala tu jakoby jistotu v tom...**

Jo jo, že fakt je to zajímavý pozorovat jak to vnímání věcí se ti jako mění, že protože vlastně tím, že mi řekli, že kdybych jako náhodou chtěla, tak že to vůbec není problém, tak jako já sem přestala mít úzkost. Já sem si řekla, že no tak když se prostě nebudu cejtit, že jako to dám tak jim řeknu hele jako nedám, uděláme to jinak a oni řeknou jo.



## §15

### **Že možná by bylo více přirozených porodů, kdyby tady ta možnost byla... (smích)**

Jo jo, vlastně jako možná jo možná jo...

### **By to možná vzalo ten tlak. No a když se řekne, třeba dneska porodim, tak?**

Jako já mám už sbalenou tašku, takže já sem v klidu. Jako já bych nechtěla ještě, protože si myslím, že aspoň těch 38 tejdů, tedy z toho c osem načetla... že vlastně donošený děti sou 38. tejdů, tak kdybysme to ještě do tý středy vydrželi, tak by to jako bylo fajn (smích). Jako pro můj dobrej pocit.

## §16

### **Tak ses v takový fázi ještě jako chvilku vydrž?**

Jako já bych byla radši, aby to dal jako do termínu jo, to by se mi jako líbilo nejvíc, že bych měla pocit, že jako je to všechno jako správně ehm... vlastně když sem někdy v tom 27 28 řešila porodnici, protože sem začala krvácet a v Podolí měli uzavírku, protože malovali sály a já em to zjistila v půl sedmý večer a oni v šest večer zavřeli příjem, takže sem musela na Bulovku, protože to bylo jako tady nejbliž, protože Podolí mi řekli, že musíte jet někam jinam a musíte jet na porodnici, protože už to může bejt předčasnej porod, tak sem si říkala tak kam pojedu že jo, tak sem jela na Bulovku, protože to bylo nejbliž a bylo to úplně v pohodě a tam jsem si právě prošla tím klasicky příjemem... vlastně pokaždý, když mi něco bylo, tak už musím jít přes ten příjem na porodní sály, takže já už mám jako natrénováno (smích). já Už všechno vim, co se tam děje.

## §17

### **Jasně, už máš sbaleno, už víš, co tě čeká.**

No já jsem si nechtěla balit ehm... ale vlastně Martin mě s tím jako furt prudil ať to mám připravený a já sem říkala, že si nebudu balit, protože když si sbalim, tak to je pak jasný, že tam pak jako pojedu. tak jako nesbalim si... ale jak mi pak nakonec řekli minulej tejdů, že jako už to může bejt každym dnem, tak jako sem si teda sbalila no. Takže mám to připravený na posteli, předbalený, mam tam napsanej papír, co si mám ještě dobalit, jako takový věci, jako nabíječka a tak... no a říkám si že... ale já mám pocit, že to jako nebude dřív, já mám pocit, že on jako ještě vydží, my sem se domluvili s doktorem, že sme radši zarezervovali termín, kdyby to byl císařský řez jakoby v termínu, ve smyslu jakoby plánovanej. Teď ho budou zase příští úterý měřit, protože byl fakt velkéj, takže už jako mme termín kdyby to mělo bejt, kdyby to byl císař. To je vlastně tejdů před termínem normálního porodu, oni to dělaj 39+0 no a...takže jako sme takový jako...

## §18

### **Nachystaný?**

No... nebo jako nachystaný ve smyslu jako tý logistiky, jinak samozřejmě nachystaný nejsme jako... proto sem se tě ptala, co si dělala, když si přišla se Samíkem domů, protože podle mě jako nachystanej bejt nemůžeš, protože to nejde prostě... to se nepřipravíš na situaci, kterou si ještě nikdy nezažila.

## §19

### **Co nebo kdo je ti v tomhle období podporou?**

Hele co nebo kdo... můj klid, to je jako podle mě největší devize, nevim, kde se vzal, úplně si jako říkám, co se jako stane po tom porodu, víš jako já mám devět měsíců těhotenskej zen, mě jako... mě nevyvede z míry... teda kromě partnera samozřejmě ten to dělá pravidelně (smích), tak mě nevyvede z míry nic. Paradoxne mi není podporou partner, protože u něj jako vidim, že tam musim bejt podporou já. Protože on by se fakt jako děsil všeho a prostě jako je to opačně, vlastně já funguju jako ten, kdo uklidňuje ehm... protože já se jenom v noci posadim na postel, že se jdu vyčurat a on už co je, co se děje... víš, že je to takový jako on se hrozně snaží bejt nápomocnej, ale vlastně je to pro mě kontraproduktivní, ale zase nemůžu mu to vyčítat, protože prostě chápu, že i on má jako obavu že jo, že je to taky jeho první dítě.

## §20

### **Že je to vlastně nová situace pro oba?**

No, tak. A pak mi sou jako oporou za jedno rodina a za druhý jako přátelé, že tak jako všichni ehm... se tak jako snažej bejt nápomocný, hodně mi pomáhá sestřenka, která má 4 letý dvojčata a ta je jako jedna z těch maminek nebo z těch mám, která jako mym nahlíženim je jako normální, že

to není takový to jako biomatka, kašičky... ježiš ty chceš jít do práce, to si se úplně zbláznila jo... prostě no...

## §21

### **A ten zdravotní systém, v jakým seš zachycená, jak ten vnímáš?**

Hele já to mám vlastně tak, že jsem úplně jako přišla do toho systému mimo systém jo... A vysvětlím hned proč, protože já sem vlastně po jako velkejch gynekologických komplikacích a po tom potratu před třema lety začala docházet nejenom do standardní gynekologický ambulance, ale na nějaký doporučení jsem se dostala do péče na homolce, kde to není jako klasickéj gyndař, ve smyslu chodiš tam na preventivní prohlídky a tak, ale oni tam spíš řešej spíš jako problémy, operace a tak a nemaj vůbec těhotenskou péči, no ale já když sem otěhotněla, tak ta doktorka řekla, že si mě tam jako nechá, že prostě dokavad' nebude nutnost mě odeslat někam, že si mě tam nechá a vlastně takový ty specializovaný věco jako ty diagnostický ultrazvuky, co voni tam nedělaj, že jo... oni tam dělaj normální ultrazvuky, jak nejsou specializovaný na ty mimina, tak sem chodila jinam. To jsem chodila do genetů, takže to bylo takový, že dycky na nás všude koukali divně, že jako z Homolky dete sem jo? Ale dyť tam nemaj péči o těhotný a vy jako máte nějakej jinej problém? Sem říkala, nemám jako jenom prostě sem zůstala u tý doktorky, to je celý no a pak vlastně ja sem chtěla mít trochu jako jistotu, že ... vim jako kdo u toho porodu bude, tak sme začali hledat, jestli by šel domluvit nějakoj doktro, na kterýho bysme měli dobrý reference a ...bylo by možný se s nim domluvit, protože ono to prostě v Čechách správně nejde, nemáš šanci si vybrat porodníka. Prostě neexistuje takovej model... no tak se nám nakonec na doporučení mýho kolegy podařilo sehnat rozumnýho doktora, kterej má dobrý reference, pak sme zjistili, že operoval i pár lidí z naší rodiny, protože on je primárně gynekolog-onkolog, což se hodí, protože já sem po nějakym onkologickým stavu no.. a s nim sme se vlastně domluvili, že on jako bude taky jako v uvozovkách v pohotovosti a že pokud to jenom trochu pujde, tak že u toho porodu prostě bude. Což mi dodalo jako jistotu, že to nebylo o tom jako budu rodit a uvidíme, kdo tam bude. Já sem si právě na začátku kvůli tomu chtěla vzít tu dudu. Že prostě aby tam byl někdo, kdo rozumí tomu, co se děje, protože samozřejmě, já kdybych tomu rozuměla jak chci, ak budu mimo, partner, ten i kdyby to měl nastudovaný, tak ten chudák bude taky úplně mimo a pak vlastně nevíš že jo, co se tam děje...no a teď jako když jsme se domluvili s tím doktorem, je to takovej sympatickej starší pán, rozvážnej, tak jako my sme ten zdravotnickej systém z tohodle pohledu vlastně jako obešli.

## §22

### **Jo... že ste si našli vlastně nějakou vlastní cestu, která vám bude příjemná, jestli tomu dobře rozumím?**

Jo...přesně, že vlastně... a musím říct, že to je jako vlastně hrozná škoda, že ten systém jako funguje jenom v tom základu, protože je to hrozná škoda, jak pro ty matky, tak pro ty doktory, že to vytváří vlastně hrozně divný situace... jo protože se ptáš toho doktora, že ty by si chtěla aby pro tebe udělal něco, co není standart, a chtěla by si to jako zaplatit, nebo se nějak revanžovat, ale když to uděláš, tak jako jeho vlastně stavíš do situace, že vy si teda berete úplatek... prostě je to jako... a on sám říkal, že ... je to tak, že legálně to nemůže nabízet nikdo, protože se změnila legislativa .. že myslim, že ještě dvě vlády zpátky to bylo tak, že existovala nadstandartní péče a normálně byl ceník i v Podolí, jako váš porodník u porodu nějaký tisíce, nevím, kolik to bylo... teď to některý obcházej tak, že jak maj svoje privátní ambulance a že vlastně ty můžeš chodit jako na tu péči jakoby k nim a v rámci tý péče zaplatíš jako, ale hrozný dardy, třicet, padesát tisíc, protože se o tebe devět měsíců staraj a jako sou i u toho porodu, ale u toho porodu jsou jako zaměstnanci porodnice ... takže je to vlastně jako taková šedá zóna no a ty doktoři... třeba jako ten můj doktor, on jenom pracuje v tom podolí, jako nemá žádnou vlastní praxi, protože on je jako výzkumník... prostě se fakt zabývá jako různějma téma léčbama rakoviny a takovejma věcma. Tak vlastně jako ty jsou úplně šedá zóna že jo... no jako podle mě je to fakt jako škoda, protože když si uvědomíš, že ten člověk stráví jako celej život tím, že jako studuje vzdělává se, dělá něco a vlastně nemá možnost, v Čechách neexistujou soukromý porodnice, víš jakože nemá možnost jít pracovat někam jako... že by si jako on mohl pronajmout porodní sál jo prostě... což samozřejmě pro mě nějakoj etickou problém jako představuje ... jenom sem jako nenašla v sobě ... em já sem prostě věděla, že nebo jinak, pro mě to určitej etickéj problém představuje, ale ten můj pocit jistoty, že já tam budu mít člověka, kterými věřim... je prostě pro mě víc, než jako to... abych já dodržela svůj morální

standard nebo etickej standard ... ale ale vlastně je to jako ehm... je to hloupá situace jak pro mě, tak pro toho doktora vlastně že jo jako... (zvoní telefon) ... jééé já mam nateklý nohy...

#### §23

##### **Hm, to musí být nepříjemný.**

No tak jako já si říkám, že jestli se mi děje jenom tohle, že to není nic jinýho, to je jako těžký jako jasně... sem ženská, chci vypadat esteticky a ty nohy prostě nevypadaj esteticky no... jako asi by mě to štvalo, kdyby to takhle mělo zůstat na furt, ale to doufám, že nezůstane, že jako teď ty dva tejdny ještě dám.

#### §24

##### **A ještě jsem se chtěla zeptat, jaky způsobem se připravuješ nebo jestli na tu novou roli?**

Hele nepřipravuju, protože si myslím, že se na to připravit nedá jako ehm... já nevím jak to mám říct ... nebo jinak já vlastně nevím, jak bych se měla připravovat. Možná se připravuju, jen nevím, že to je příprava na mateřství jo... prostě ehm... já si prostě myslím, že to je se jako na to nemůžeš natrénovat nebo já nevím, jak to mám říct, jako že já to mám.

#### §25

##### **A jaká je tvoje představa být matkou?**

Ty jo to není jednoduchá otázka, protože tím, že já to vlastně jako neřeším nebo že to беру tak jakože ten transit jako přijde jo jakože... to je jako že člověk je dítě, dospívající, dospělej, ty věci jako přijdou samy jo... jako když zažiješ nějaký životní trauma, tak se na to taky nemůžeš připravit jo... prostě tě to změní a já si jako říkám, že to je stejná situace, že prostě jako mě to změní a že vlastně já nevím, jaká budu máma. Já nevím, jestli budu úzkostlivá matka, jestli budu matka nad věcí, jestli budu jako ja nevím... že to hodně vychází si myslím z toho, jak se ten člověk bude cejtit. Já mám trochu obavy z toho šestinedělí, protože my máme v rodině historii vlastně z obou stran poporodní deprese. takže z toho mám jako trochu obavu, ale o tom sme tady všichni doma seznámený, že jako je potřeba jako na mě dohlížet, kdyby se mi udělalo špatně, tak aby se to nepodcenilo, ale jinak vlastně se jako na to asi kromě toho, že si říkám, že to bude velká změna, bude všechno jinak ale jak jinak, to já fakt nevím.

#### §26

##### **Jasný, je to takový neznámý.**

Přesně, že si říkám... ty jo zrovna včera sem dodělávala něco v pokojíčku, tak sem si tam sedla do toho křesla a říkala sem si no a teď vlastně... jako za tři tejdny jako se mi obrátí život vzhůru nohama a já vlastně nevím, jaký to bude jo... a prostě nevím no...

##### **Že cejtíš, že se nějak obrátí?**

Že předpokládám, nevím, jestli cejtím, já právě zatím necejtím... Já vlastně si furt říkám, proto sem se i ptala, co ste dělali, když ste přišli domů, protože to jako přijdu a jako co...

#### §27

##### **Jako že už za tebou nikdo nestojí a neříká, co máš dělat?**

To já jako nemám tenhle pocit z toho, že bych to potřebovala, já naopak mám pocit, že nechci aby mi někdo říkal, kromě já už sem fakt alergická na nevyžádaný rady víc... prostě znáš to ... to je od tohle by si neměla a tohle by si měla a jíš tohle a bereš tohle a bla nevím co jako prostě... my třeba sme chodili, protože sme chtěli na ten porodní kurz. Martin to zaplatil a mě tam ty lidi úplně srali, protože oni se prostě ptali na věci, že prostě nechápu, že se na to někdo může ptát protož ti to jako píšou na těch stránkách porodnice, píšou ti to na každým papíru, kterej dostaneš jako těhotná prostě nevím... přišlo mi to takový...

#### §28

##### **A ten kurz dal ti něco?**

Vůbec, proto na ten poslední o kojení sem už ani nešla, protože mi to prostě přišlo že... za prvý jak to bylo v tý skupině, mi to víc vzalo než dalo, protože mě tam dycky vytáčeli ty lidi na co jako sou schopný se ptát nebo jako mě vlastně fascinovalo, jak k tomu jako přistupujou jo... nic o tom nevědí, chodí někam, aby se teda něco dozvěděli ale ani si nepřečtou ty materiály o tom, který jim k tomu někdo dá, co sem ale třeba udělala a to mi dalo hodně, tak sem našla... našla sem si kurz první pomoci pro novorozence, protože sem si říkala, že když už sme teda pořídili takový ty snímače dechu a tokový ty věci, tak ehm... že kdyby to dítě nedej bože měla jako zástavu, tak

ehm...já nevím, co se dělá s miminkem ,jak ho máš resuscitovat, vůbec sem netušila jo... třeba že člověk má nějaký základy první pomoci, možná ze základky, pak z nějakých kurzů z práce a to je dycky o dospělejch. Já nevím, co se dělá s dítětem, když přijdeš, houká ti tam ta podložka a dítě nedejchá, že jo... tak to jsem jako absolvovala a myslím, ež to mi trochu pomohlo jako v tom, že za jedno sme teda prošli co všechno by se mohlo dít a jaký jsou na to nejsmysluplnější reakce, jak funguje i ten záchranej systém, že je to takový jako... řekla jsem to tady doma i MARTinovi, co jak dělat, kdyby se něco dělo, že jo... zase si říkám, že když už by se něco dělo, tak budeme dělat jako to nejvíc, co můžeme a ... no ale počkej... mě utekla ta tvoje otázka... jo ta role... já se jako... podle mě si jako nemůžeš představit jaký je to bejt dospělej, jakože ehm... nebo jinak. Představovat si to můžeš, ale ta realita je stejně jiná, tak já tohle vnímám jako podobně, že já si jako můžu představovat, že jo, vidím, jak se chovaj jiný maminky ehm... ale říkám si, že já se jako těším na ten prožitek, ale jako jakěj... vlastně nevím no... jak se na to lidi jako připravujou?

### §29

#### **No to já nevím... taky sem si to neuměla představit... bejt máma...**

No... já jako já přesně si říkám, že jako dokud to nezažiješ tak jo... to jako tady můžu plejtvat energií, že si budu představovat, ale k čemu mi to je, když jako vlastně... nevím

#### **Já sem v jedný studii četla, že u nějakých žen začala ta role nějakým způsobem už počítím, tak mě asi zajímalo, jak to máš ty?**

Ne, já právě už jako v různých těch stadiích těhotenství sem dycky se cejtla jako že je divný, že to u mě ještě nezačalo. Že třeba jak v některých věcech čteš, že máš jako mluvit s tím miminkem a ehm... jako nevím co, mě to prostě nešlo, tak sem to přestala dělat, protože sem si říkala jako...já ho... i sme se o tom bavili s Martinem, protože on se mě ptal jak se má Tonda a já jako hele, je to hloupý říct, ale já ho jako nechápu jako já a on. On je teď já, až bude venku, tak to bude já a on, ale teď jako to je protě jak moje ruka noha... jako že furt si to jako neumím, furt tam nevnímám jako to oddělení... jako já chápu, že tam je, ale je to součást mě... nevím, jak to mám říct. Já to chápu tak, že já něco dělám, on nějak je ve mě, i se něco hejbe, ale to něco je furt jako já no... že furt to nevnímám jako že... i máma se mě ptá jako jak se máš ty a jak se má jako Toníček, tak pozdravuj Toníčka a ve mě to vzbuduje tokový jako... jak jako toníčka ty vole, to je moje břicho (smích).

### §30

#### **Jasný, jak kdyby někdo řekl pozdravuj koleno**

Jo přesně přesně... jak se má Tonda ? ... no já nevím jak se má Tonda, to fakt tam není okýnko do břicha, fakt není. Já doufám, ež se má dobře.

#### **A už si něco říkala o partnerovi, tak jak to vnímá on, jak se k tomu staví?**

Hele já myslím, že pro něj je to v tom jako ztotožnit se s tím... že ta změna pro něj přijde ještě těžší než pro mě, protože on to změnu nezažívá jako na svym těle jo... takže pro něj, když já sem třeba chtěla mít věci zařízený od toho jako termínu, že když už by se narodil, tak už by se narodil někdy od toho 26- tejdne, když už to dítě má šanci, že přežije, já sem chtěla mít ty věci připravený, vůbec jako pokojíček a tak, jako kdyby se něco dělo blbě ... sem fakt jako docela měla... ne jako obavu, a ale říkala sem si v mym věku, s mym zdravotním stavem.

### §31

#### **Jako vlastně pragmaticky si na to šla? Racionálně, logicky?**

Jo, to je asi nejlepší popis, hele realita je taková, že sem prostě stará, onkologickej pacient, po potratu, bla bla bla prostě... to že něco může jít jinak, než na termín přesně, to je prostě realita a chci na to být ready ... potom jako místo toho, abych mohla bejt s miminem v porodnici ehm a tam jako ho v uvozovkách rozveselovat nebo jako bejt tam přítomná, tak tady jako řešit postýlku a tohleto a támhleto. Tak to Martin jako nechápal, že nechápe, že ty věci musíme zařizovat až teď, že jiný to dělaj až tehdy .. já sem mu říkala hele jako nemusíme, ale já to tak chci jako a myslím, ež to do teďka jako úplně nepobral ehm... teď řešíme jako větší hitparádu, Martin se rozhodl, že se nechá v rámci práce přeložit do jinýho regionu, že se chce stěhovat z Čech a to je jako velkej stresor... protože on si jako myslí, že to jako znamená, že se budeme stěhovat všichni a já si to úplně nemyslím, takže to je teď takový jako že to jako... není úplně optimální po týhle stránce

no... a já sem si řekla, že se tím teď jako stresovat nebudu. On si to možná jako rozmyslí, až to mimino uvidí.

### §32

#### **A to je teď jako někdy v blízký době?**

No on s tím přišel tak jako dva měsíce zpátky s tím že teda od října a ať sem v klidu, že on jako porod stihne a to sem mu říkala, že ho od jistý smrti zachránil jenom můj těhotenskej hormon, že sem jako klidná, že jako to se snad úplně posral.

### §33

#### **Aha a to přišel bez diskuze?**

Jo, to přišel a řekl, že to tak bude a ještě přišel s tím, že je to úplně skvělý, ež já se přestěhuju s nim a ještě je to jako do Dubaie a že přece je to skvělý, protože já budu mít možnost být jako s tím dítětem. Jako že nebudu pracovat a já sem mu říkala jako hele jako ne... a že vlastně on to postavil tak, že já chci udělat to nejlepší pro dítě a to nejlepší pro dítě je, že já se o něj budu starat 24 hodin denně sedm dní v týdnu v Dubai. Sama v Dubai ... ano, to je nejlepší. Tak sem se mu snažila jako naznačit, že já mám jako svůj život a že to že jako budu matka neznamená, že budu jenom matka ... že to je jako bod jedna a za druhý i kdyby sem s tím návrhem chtěla souhlasit, takže ale už jenom on jak to prezentuje tak pro mě není akceptovatelný no a ... ehm... jak energie fungujou, tak ono mu to úplně nevyšlo. Tak jak si plánoval a pak to nevyšlo... jestli mu to vyjde nevím, ale ... sem mu právě říkala, že si myslím, že by sme tu debatu měli mít, on jí nechce mít, protože tu bude nepříjemný že jo... protože já v tom mám ty otázky typu a co v tom má bejt dobrýho pro mě, pro to dítě a tak a jako tohle bysme měli absolvovat než se narodí no. Jako pak to s nim řešit nebudu, protože si myslím, že to nedopadne dobře už... no ale u něj je to o tom, že on v takovýhle rodině vyrostl on vlastně vyrostl tak, že táta s nim vlastně ani nikdy nežil ,protože pracoval v zahraničí ... jako o on argujemtuje tím, že vydělá víc peněz, ale mi tu potřebu mít víc peněz nemá prostě. Jako máme co jíst, máme kde bydlet, nejsme chudý není to o tom, že bysme otáčeli korunu, jestli si koupíme jeden jogurt nebo dva a ani si nemyslím, že máme jako potřebu jako něřeho víc, ale já myslím, že tohle je jako zástupnej důvod, kterej říká, že jako on to chce dělat kvůli těm penězům, protože ani on je nepotřebuje. Tp je teď takový jako jediný, že si říkám, že není úplně optimální situace...

### §34

#### **Takže vlastně místo řešení těhotenství a příchodu potomka řešíte v tom vztahu, jak to vlastně bude...**

No jako neřešíme právě, protože on se prostě rozhodl. A je mu ty počty prostě nevychází, protože já mu to spočítala s nákladama na cestování z Dubaie a sem a s tím, že já bych nepracovala a to prostě nebude výhodný a tím padem padá ten jeho argument s financema... a na to on mi řekne, že se tak rozhodl. A jestli mu budu bránit styk s dítětem... to já mu říkám, že mu bránit nebudu a on, že jako nechci jít s ním, tak já že se stěhovat nechci že se chceš stěhovat ty... no prostě jako když nepujdeš se mnou, tak si zlá matka a tak... to jsou velký hitparády

### §35

#### **To zní jako velkéj nátlak**

No a on má pocit, že vůbec ne, on má samořejně pocit, že je všechno v pořádku, ale ještě to nikomu neřekl... no takže z tohodle pohledu to jako neřeším, si říkám, že mi to taky nějak zvládnem no...co mi jako zbejvá, ale představa, že bych se jako á sbalila a odstěhovala se na trvalo... no pak taky přišel s teorií, že tam jako můžu žít na půl jako... chvíli tady, chvíli tam, aby viděl dítě ... protože součástí tý pracovní nabídky je, že první rok nemá dovolenou... no takže já sem si řekla, že to budu řešit, až to bude na spadnutí, až bude mít smlouvu na stole, do té doby to řešit nebudu. Jako klidnou mě to nenechává, ale snažím se tím nenervovat víc než asi jako jenom to, že to vim...

#### **Jasný, myslíš, že by si to mohl ještě rozmyslet?**

Jako všechno je možný, i to, že já po šestinedělí si řeknu, že se chci tady na všechno vysrat a jet tam a řešit jenom dítě ... nevím, možná to je, jako nemyslím, že se to stane, ale já si zase říkám, co to budu řešit teď ... jako pomůžu tím něčemu? Akorát se budu stresovat, budu se s nim dohadovat ... takže tolik k tomu podpora ze strany partnera... on ty věci prostě nevnímá.

### §36

#### **Případáš si v tom občas sama?**

Hele... myslím, že ne, že já vlastně jako tyhle pocity jako nemám, jako mě je líto jeho, že vlastně on furt nechápe, co se děje ... že on to prostě vůbec nechápe... zrovna minule sem mu říkala ... on zase něco jako proč a já mu říkala, že jemu vůbec nedochází, že to.. nebo že já to prožívám prostě jenom jednou v životě, že jidny těhotná nebudu jo... a to samý jsem říkala jemu jo...jako tobě se mít první dítě už nikdy nezopakuje a až ti to dojde, to jako bude strašně pozdě, protože to už prostě nikdy nevrátíš zpátky jo... přesně, když on mi na začátku říkal, že v pohodě, že on ten porod teda zvládne a že on teda od října ... a já sem na něj koukala a říkám, hele neexistují takový peníze na světě, neexistují, který by tohle mohly jako jak to říct... jako omluvit, nebo zdůvodnit. Prostě neexistují. i kdyby ti někdo řekl, že ti dá dvacet milionu za to, že tam pojeděš, tak prostě jo...ted' tu byl můj táta, kterej tohle ještě ani neví a ptal se ho, jestli si bude brát tu otcovskou dovolenou a martin mu říká, že ne, že on si tu otcovskou brát nebude, protože to je málo placený, to je jak nemocenská a že on si vezme normální dovolenou a táta mu říká... a že to je lepší, ež stejně bude se mnou ... a táta mu říká, ale to přece není pravda, ty přece, když si vezmeš tu dovolenou dovolenou ted', tak si pak zkrátíš bejt s nima o tejdne a to je jedno, jestli ted', za měsíc.. prostě máš pět tejdnu dovolený... no a on na něj koukal, že nechápe o čem mluví a pak mu říká, jako nezlobte se, ale v průběhu roku, když jeden tejdne vyděláte míň peněz, což jsem asi dvě procenta, to je jako nic a vy nechcete bejt s vlastním dítětem? no jako já s nim budu, ale pujdu na dovolenou, aby sem nepřišel o ty peníze ... a je to zvláštní, protože on není člověk, kterej by byl primárně na peníze, takže já v otm furt hledám něco jinýho, než jako on prezentuje, protože on není koleno vrt, není žádněj jako by ted' abysme neutratili nahodou korunu na víc... vůbec on jako žije stejně a jako když to pak vysvětluje, tka to vysvětluje těmahle důvodama a já jim jako nevěřím... no jako minule měl takovou hlášku, že on si teda vezme to volno, aby mi teda mohl pomáhat s tím dítětem. sem na něj jako koukala a říkám, to jako nebude to dítě tvoje? Že mě budeš pomáhat s mym dítětem? Tak na mě koukal ,co jako myslím... no jako já Ti budu pomáhat. sem říkala ty mi nebudeš pomáhat, ty budeš plnit otcovské povinnosti a mimo jiné, kdo ty povinnosti bude za tebe plnit, až se jako odstěhuješ? No já zaplatím chůvu...tak já mu říkám, jestli nechce náhodou tady rovnou nechat platební kartu a neřešit to, když pro tebe je to jako srovnatelný... ale fakt si myslím, že takovej není, že buď se hrozně bojí ty změny života, že jako on je vlastně solista, starej mládenec a nebo že se bojí něčeho, čemu já nerozumím.

### §37

#### **Jako by si neuvědomoval, co se děje?**

No mě přijde, že spíš jako hrozně.. kdybych to měla zjednodušit, tak on se tak moc bojí ty změny svého života nebo jakěj sebeobrázek by mu to jako nastavilo, že prostě on udělá všechno pro to, aby se s tím nemusel konfrontovat...

### §38

#### **Že to jsou nějaký obrany?**

Jo jo jo... on takhle přistupuje ke spoustě věcí v životě, on je prostě vytěšňuje ... on to i sám říká... no to sem vytěšni, to nebudu řešit. A já mám pocit, že on ve svejch představách je otec roku. Že fakt má pocit, že jak se o mě stará, co pro mě dělá, že je prostě jako otec roku a mám pocit, že on sám ví, že až se to dítě narodí, tak se teprve ukáže, co to znamená a že on to zrcadlo prostě na sebe nechce a on bude dělat všechno pro to, aby mohl říkat, že on se objetoval... on jako pracuje v zahraničí, aby mohl život rodinu, protože já potřebuju hodně peněz (smích) a hlavně já jako do ted'ka vydělávám... takže jako a není to o tom, že bych každěj den objížděla pařížskou a chtěla jako botičky od Diora ... já ti nevím, asi tím, že je člověk už tak starej, tak já na něj koukám s říkám si, co já s tím druhým dospělým udělám... nic... on to ode mě nevezme, tak buď to dojde jemu a nebo potom jako... ty výčitky budou taky jeho... no a všechny věci sem zařídila já a pokojíček a ultrazvuky a on to pak nafotí a posílá od Šumavy k tatrám a já si z toho dělám legraci a říkám, to se chlubiš cizim peřím co a on ježiš, musíš bejt tak rejpvá... no a tak to je.

## Příloha C: Anna

### §1

#### **Tak jestli můžeš, jak se máš?**

Jak se mám jo? A to dneska nebo celkově?

### §2

#### **Obojí, tak si vyber, čím chceš začít.**

Mám se dobře, nebo spousta lidí se mě ptá že jo... dycky tak jako jak se máš, tak se tak zajímaj že jo. Mám se fakt jako dobře, po fyzický stránce si myslim, že to moje těhotenství jej ako dobrý, i když samozřejmě každýho dycky nějak tak jako trochu bolejí záda nebo břicho nebo tak nějak, ale obecně se mám dobře a.. asi ale na druhou stranu už to na mě jako dolíhá, že už jako se to hodně blíží, tak mi z toho jako začíná už hrabat (smích). A teďka jakoby sem nad tím přemejšlala, že jo, si přečteš, že ty hormony se v tobě nějak melou, tak si říkám, je to těma hormonama, že sem někdy našťvaná na mýho manžela kvůli něčemu nebo prostě to s těma hormonama nemá nic společnýho, tak to jsou takový úvahy ... no a ono to je možná taky jedno že jo...

### §3

#### **A jak si říkala, že ti začíná hrabat, tak jak vypadá to hrabání?**

No to asi to byla takovej příklad jako včera zrovna, nebo furt sem jela na takový jako vlně, že všechno super super a že včera to na mě nějak hrozně padlo, že ta sobota utekla hrozně rychle a celej ten víkend, že už je vlastně skoro celej v háji a že sem chtěla jako a stihnout dopřipravít nějaký věci, já sem jako docela hodně jako úkolově orientovanej člověk, takže mám to jakoby v hlavě, co je ještě třeba zařídit, co je třeba ještě koupit, já nevim měla sem nějaký obrázky (smích) a tak a teď ta sobota už je skoro v háji a teď ještě sme šli na takovou návštěvu spontánní, sem si říkala, že třeba sme tam neměli chodit, protože to bylo úplně zbytečný, sme ti zabili dvě hodiny no a pak sem se to snažila nějak komunikovat s nim, on se jmenuje Viktor a ehm... on komunikativně je prostě jako úplně jinýho typu... takže sme začali narážet na takovýty svoje, co už jako víme dlouho prostě, já chci s nějak jako něco dostat, aby něco řekl a on jako neříká nic a to mě jako ještě víc frustruje.

### §4

#### **Takže je to o tom, kdyžtak mě oprav, že tak nějak cejtíš, že ten čas se naplňuje, že už není čas?**

Jojo, možná svym způsobem už jo no, protože už jako pár dní mě teď někdy bolí v podbřišku, takže si říkám, asi to jsou poslíčci, nebo já nevim, já sem poslíčky nikdy předtim neměla, takže těžko říct, ale právě, že sme si řekli s Vítkem, že jako ono se to jako fakt teď může stát kdykoliv, takže už sme takový jako, že sme ready. Že on jako ví... nebo jako teďka pokaždy, když mu telefonuju, tak on už jako čeká, jestli mu řeknu že je to teda tady nebo ne a dycky podle těch prvních slov pozná. (smích)

### §5

#### **Jestli jedem nebo nejedem?**

Jo jo, a... takže to je takový, že si říkám, že tohleto už třeba nestihneme no...ale zase jako to beru tak jako prostě... jako jakoby to není tak důležitý že jo takže... třeba dneska, jak je neděle, tak my sme křesťani a chodíme do kostela, do kostela na lodi, ta církev se jmenuje ICF a my tam, tam se každěj rok chytá jako super vánoční program a ten vánoční program je právě ode dneška za tejděn a dneska se o tom jako hodně mluvila a teď jako vidíš nějaký ty přípravy a jak je to tam vyzdobený a tak a tak sem si říkala, že jako já bych ještě příští týden jako chtěla přijít a že bych to jako chtěla zažít ten vánoční program, kterej bude a zase si říkám jako, když se viktorka přihlásí, tak jako bude chtít na svět, tak to je jako mnohem důležitější pro mě že jo.. tak když se to nestihne, tak se to nestihne no...bylo by to fajn, ale zase budou fajn jiný věci.

### §6

#### **Já to vnímám, že to je takový jako lítost a zároveň i teda radost, že přijde něco novýho?**

Jo... protože vlastně vlastně teď když je ta neděle, je 16. a já mám termín 18. takže potom ... no a ještě já mám těhotenskou cukrovku na dietě, teda našťestí jenom, ne na inzulinu a ono vlastně

jakoby často se stává, že když máš cukrovku, tak oni tě nechtěj jako moc nechat přenášet z různých jako zdravotních obav a ať už jakoby jsou nějaký jako ... tak právě jakoby nevím, jestli to pak jakoby bude ehm... tak i v mém případě, ale zase bych jako nechtěla, aby mi nějak jako vyvolávali ten porod takže vlastně jakoby bych chtěla ... nějak tak chtěla porodit buď jako buď jako do termínu a nebo a nebo aby mi řekli jako nám to nebude vadit, když budete chvíli ještě přenášet, ale prostě aby se to nějak jako stihlo, ale nemuseli do mě jako dávat nic...

§7

**Jako aby nebyl ten zásah?**

Jo jo jo

§8

**Jak se připravujete na ten porod?**

No tak už asi vlastně několika měsíčně no... dá se říct já sem jako ten typ že si ráda o všem jako hodně zjistím, takže ... takže sem nejdřív sem dostala nějakou knížku od mojí mámy, která je, která je dost stará ta knížka je to z ameriky nějak z roku 89 ale, ale vlastně jako hrozně super je, samozřejmě jakoby si to musíš utřídit věci, který teda jako ještě jsou relevantní a který ne, který třeba se jako už vůbec nedělej a tak, ale ale to bylo super jako tím začít a pak ještě nějaký další knížky, co mi někdo půjčil, neboj já ji vlastně našla. Ne nějaký jako hory knih, ale ale několik jo... takže to tak jako postupně pár měsíců už louskám a ehm.. pak jako na internetu různé věci sem si hledala, i když zase se snažím ne moc ...a třeba jako vyloženě, to už dávno prostě... to už třeba tři roky zpátky, tak můj gynekolog mi říkal, nechoďte na emimino.cz, když budete mít jakýkoliv otázky, napište mi email, takže to je jako nějaký takovýhle diskuze, tak to, to jako vůbec nečtu, ale jako obecně jakože já nevím, se prostě čtu obecně o náhlém úmrtí novorozence, co se tam dočteš docela objektivně nějak a potom ehm... pak sme vlastně s Vítkem šli na předporodní kurz sme šli na jednodenní že spíš jako. Ono je spousty těch jako že jo.. že jakoby jsou každé tejdenn po dobu, já nevím, třeba šesti týdnů a já sem si říkala, že to je fakt jako hroznýho času, že sem si myslela, že jako jak nás tak znám, že my bysme určitě jako jedno nebo i dvě setkání vynechali a pak by mi to jako bylo líto, že prostě by nám do toho jako vlezlo nebo něco by se stalo, takže sme šli na jednodenní takovej celoděňák a to bylo fakt super, to bylo hrozně fajn. To bylo se soukromou porodní asistentkou.

§9

**Ste tam byli jako sami dva?**

Ehm... ne. my sme.. nebo takhle. My sme nejdřív chtěli vidět jako jestli jako ona nám sedne, jestli podle toho jako co sem si jako našla na internetu, tak jestli je jakoby chci jednak jako za to dát ty peníze a jednak tam jako strávit ten celej den s ní, tak sme si nejdřív s ní zaplatili jakoby jednorázovku konzultaci na hodinu, asi za 400 Kč, tak si to si říkám, že to jako ještě jako člověk nějak člověk oželí a to sme byli ty jo... to sem byla třeba jako v pátém měsíci. Už jako docela dávno a... a právě sme zjistili, že jako jo, že jakoby to je pro nás důvěrhodnej člověk, takže sme tam byli ted je to asi měsíc, před měsícem a bylo nás tam myslim pět párů.

§10

**No a jaký to bylo?**

Bylo to super. my sme pak z toho odcházeli jako hrozně takový nabitý. Sme čekali ,že to bude celodenní, takže budeme unavený, ale pak sem jeli domu a řekli sme že bysme porodili hned... hned jdeme do porodnice. (smích). Takže to bylo hrozně fajn a ještě jeden ten další pár, co tam byli, tak s těma sme si tak jako sedli, že sme vlastně ehm...a shodou okolností, sme šli s nima na oběd, když byla pauza a ona budou rodit na stejným místě jako my, v Příbrami, takže sme si i na sebe vyměnili kontakty, jako že si budem dávat vědět, jako nějaký typy a triky a navíc ještě oni maj ještě termín jako úplně stejně jako my, dá se říct.

§11

**Že se tam možná i potkáte?**

Jo přesně tak no... takže teď s tou paní, tak si píšeme dycky nějaký jako updaty a co prožíváme ta tak a... a hrozně nám to jako pomohlo, ten kurz v tom jako prostě podívat se na to víc prakticky nebo jako já už sem toho jako docela dost věděla, ale Vítek přece jen jak chodí do práce, má jako jiný starosti ještě, krom toho všeho a jako by neprožíval celou tu fyzickou stránku toho že jo, tak si



myslim, že i jako pro něj to hlavně bylo super a že sme se dozvěděli prostě praktický věci od toho jako jak případně porodit v autě až vlastně jako po kojení... že sme to tak jako celý prolítli

## §12

### **A co že ta Příbram?**

Je to hodinu no... autem no... já totiž jak to vlastně vzniklo... asi to vzniklo tak, že já mám hodně dobrou kamarádku, se kterou se znám už jako šíleně dlouho let a ona tam rodila asi před rokem a hrozně mě to doporučovala nebo ona tam totiž rodila, protože její přítel je původně z vesnice tam takhle cestou na Příbram a... tak mi o tom jako vyprávěla už tehdá, ještě před tím, než sem byla těhotná, jaký to bylo, že tam byl takovej jako klid, takový příjemný, na nic jako nějak extra jako nespěchali, že tam byl takovej jako přátelkej přístup a že to tam, že to tam jako pěkný nový zrekonstruovaný, což je jako samozřejmě jedna věc že jakoby... pak jde hlavně o ten personál as i o ten přístup, ale že vlastně i celou tu dobu, co tam přijdeš, tak nejdřív seš na tom příjmu chvíli, ale pak vlastně ti jako daj pokoj, kde vlastně tě nechaj na pokoji, tam se jako celou tu dobu jako porodu a celou tu dobu tam s tebou může bejt i partner, případně jako můžeš mít i jako dva lidi s sebou a ani za ně jako neplatíš, což je taky jako docela fajn bonus a ty pokoje jsou prostě takový, sme se tam byli i jako podívat s Vítkem, to taky jako byla součást přípravy, že sme se tam jeli podívat. Oni každý pondělí dělaj prostě prohlídky... asi hodinu a půl sme tam strávili celkem a taky tam jako byli ještě nějaký další lidi, ale vlastně i ta porodní asistenta tam s náma prošla.

## §13

### **A to je zadarmo?**

Jo jo.

## §14

### **A to je státní porodnice?**

Jo jo.. a vlastně i že ty pokoje jsou takový prostě jakoby na mě, jakoby na mě prostředí působí, takže ... já sem se tam cejtila jako hrozně fajn, když to zas jakoby ale já sem jakoby z nějakých praktických důvodů, tak sem si jako radši registrovala i v Praze v nějaký porodnici a řešili sme v jaký se budeme registrovat a nakonec sme se rozhodli, že odsud', i když teda bydlíme docela daleko, tak odsud' nejbliž je Vinohradská no... takže sem se nakonec registrovala tam a tam sem potom zjišťovala právě na radu tý porodní asistentky, u který sme byli ,tak sem zjišťovala, jestli tam je možný se jako jít podívat a ona říká, ať zavolám přímo na porodní sál, tam aspoň uslyšíte jakoby ten přístup. Tak sem říkala dobrý den, já volám, protože to nemáte nikde uvedený na webu, jestli by se jako šlo jako podívat. Jako jak podívat (smích). ses zbláznila. My tady pořád někoho máme to nejde. Jako dělám předporodní kurzy, ale ... tak sem jako zvažovala, jestli... ale říkala sem si, že všechno, co potřebuju vědět už mám z toho jinýho předporodního kurzu a stojí to nějak asi dvanáctset nebo tak něco, tak jako to se mi fakt nechtělo. Mi to přišlo zbytečný, tak mi jenom říkala.. Máme video na internetu, tak se na něj podívejte. No ale i jako z toho videa, tak prostě jako je to asi jako největší rozdíl je v tom, že ty místnosti jsou jakoby kachlíkovaný, že máš jako kachlíkový stěny a seš tam jak ryba v akváriu... jako pak sem říkala.. ty jo tak třeba sme se měli registrovat někam jinam, ale vlastně teď, v tom bodě, kde jsem dneska, tak kdyby jako cokoliv začlo, tak jedeme do Příbrami, ale ještě jako teďka já nevím, třeba ještě tejden zpátky, taky bylo takový jako tejden okno, že sem si říkala, že kdyby bylo jako něco akutního, tak že bysme jako jeli do Vinohrad no.. protože to je nějakých dvacet minut autem asi nebo tak nějak. Ale jako že prostě s něčím akutním bych jela do Vinohradský, protože to je prostě blíž a sem tam jako oficiálně registrovaná a jako když máš vyhřezlej pupečník, tak ti to je asi fakt jedno, kde skončíš, prostě...stejně voláš záchranku, no ale to je ... no, tak to sem se tak dostala různý. A vlastně si se ptala na ty přípravy, tak jenom teďka jako ještě i další takový praktický přípravy, tak jsou že chodim cvičit, chodim cvičit nějak tak od asi šestýho měsíce nebo tak nějak, tak nějak já už teď nevím, jak přesně to vyšlo, ale jakoby snažim se teď cvičit i doma každé den. Dneska sem teda necvičila (Smích). Ale jinak se jako snažim každé den cvičit a vlastně ještě s tim.. jak mám tu cukrovku, tak oni ehm... doporučujou těm holkám s cukrovkou, aby každé den si šla aspoň na půl hodiny na procházku, nebo říkaj třicet minut... nemusí to bejt aspoň. Musí to bejt třicet minut, Tim spaluješ ty cukry a nejlíp je jako ideální jít na procházku po jídle. Takže ne jako si lehnout, ale prostě zvednout se a jít se projít. Takže se snažim i každé den něco ujít. Včera sme byli na výletě,

sme šli 5 kilometrů, pak sem byla Ko. A pak taky piju maliníkovéj čas a jim malinní semínka, to jsou takový praktický přípravy... no to je jakoby z listá ten čaj.

#### §15

##### **A to má nějak pomoc?**

to jako nějak líp prokrvuje tuhleto celou oblast nebo něco takovýho. Já to dycky zapomenu, co to dělá, tak sem si to našla, sem si přečetla, řekla sem si jo aha, to dává smysl a pak sem zase na to zapoměla... co to dělá. Já sem ho teda začla jíst kvůli tomu, že sem měla zácpu, tak jsem byla docela zoufala a to lněný semínko mi přišlo jako takový nejlepší přírodní...

#### §16

##### **A teď když sme se dostaly k tomu fyzickému, jak se máš fyzicky? jak vnímáš tu změnu těla?**

Jo to určitě vnímám, ehm... myslim si, že zase jakoby třeba v porovnání s jinejma maminkama nastávajícima, takže to mám jakoby ještě docela takový odlehčený, protože vlastně i tím že mám tu cukrovkářskou dietu, tak oni mi řekli, že jí mám a pak sem že jo... jako jak nabíráš nějaký ty kila během těhotenství, tak sem se dozvěděla, že jí mám a kila se nabrala. Sem to shodila.

#### §17

##### **Po tý dietě jo?**

Jo a pak sem to zase začla jakoby dobírat a vlastně od začátku těhotenství, tak sem teď přibrala ehm... třeba asi jenom devět kilo, takže jakoby ne moc, a oni nám i říkali, vlastně, když sem byla na takovym jako školení s tou cukrovkou ,tak nám i říkali, že je možný, že už třeba jako vůbec nepřiberete.

#### §18

##### **A to ještě na školení s cukrovkou si byla jo?**

Jo jo u apolináře.

#### §19

##### **A to ti nabídli zdarma, když ji máš?**

jo, to mi vlastně můj gynekolog mi řekl, máte cukrovku, tak si zjistitě, kam půjdete na dietologii, ste registrovaná na Vinohradech, zkuste to tam. Tak sem tam zavolala a oni mi řekli, že to nedělaj a že jí dělaj buď v Podolí nebo u Apolináře, tak sem šla do toho Apolináře a tam vlastně si tě pozvou jako co nejdřív, co to jde, tak si tě pozvou na takový jako školení a nás bylo asi 10 a... dvě hodiny nám tam jako vpravěli, prostě jakoby jinak, co to je, proč to vzniká, co to je ... co teda s tím jako dělat a jaký ty potraviny jsou jako vhodný a nevhodný a pak i na konci nám rozdali glukometry a i nás jako naučili to že si píchneš do prstu, vytlačíš si trošičku, jako kapičku krve a změříš si z toho tu úroveň, tu hladinu cukru.

#### §20

##### **A jaký to byl tohle školení?**

Jako to školení bylo samo sobě dobrý, ale potom, když přišlo na to píchání do prstu, tak mě se úplně udělalo horko no ... a mě to nějak na poprvý bešlo ne a teď ta setra je taková rázná, to tam dělá dvakrát do tejdne, tak... no tak to musíte ještě jednou... (smích). tak říkám, že mě je horko, že si sundám svetr, že se mi dělá nějak špatně no a... ale jako pak to bylo v pohodě. Úplně sem si na to zvykla a vlastně ono to jako nemusíš měřit každej den... nebo ze začátku nějak víc a pak zjistíš jako jak to tvoje tělo reaguje a taky mi ještě jakoby oni zjistěj, jak ty jakoby na tom seš nebo i ještě sem kvůli tomu sem šla dvakrát na ty velký odběry, ze kterýho oni jako ti zjistí jakoby takzvaně jakoby ten dlouhej cukr, to je jakoby tvůj cukr za poslední tři čtyři dne a z hoho oni pak z těchlečtech dvou věcí oni vyhodnocujou, jestli seš v pohodě na tý dietě, nebo jestli je potřeba ti musej dát nějaký léky nebo inzulin...

#### §21

##### **Takže to vlastně to dopadlo dobře?**

Jo jo a teď už třeba teď sem si neměřila ten cukr jako asi měsíc, teď už jako to je docela dlouho, protože už taky jako vim, co jíst a co nejíst.

#### §22

##### **A to je jaký mít tu dietu?**

No jakoby z praktickýho hlediska to je jako v pohodě, není to nějaký, že by člověk najednou musel nebo jako jo... musíš si jako upravit prostě ten jídelníček, nemůžeš najednou jíst prostě těstoviny,

co sem byla zvyklá a chleba, co sem byla zvyklá a tak dále... vlastně máš množství sacharidů na den. 200 gramů, což je jako fakt docela málo.

### §23

**To já vůbec nemám představu kolik to je.**

No a navíc to máš jako rozdělený podle toho, jako kolik můžeš k snídani, ke svačině k obědu a tak, takže k snídani dvacet sacharidů, to je třeba dva kneckebroty a to je celý (smích)...

### §24

**To se nedivím, že si zhubla.**

Ale pak je jako spousta potravin, který můžeš jíst bez omezení, třeba sýry, nebo mléčný produkty maj jako hrozně málo sacharidů, nebo zelenina, spousta zeleniny je jakoby nemá žádný sacharidy a nebo hrozně maličko ty jo... ale třeba jako ovoce, tak pak si dám ke svačině ovoce z bílým jogurtem a to můžu třeba, to se třeba počítá... dneska ráno třeba sem si dělala asi pět jahod a půlku kiwi a to bylo, t je asi se mi naplnila ta kapacita.

### §25

**Jako za den?**

Ne jako za tu svačinu... á ale jakoby někdy někdy už jako sem z toho taková unavená, teď právě, co sme byli včera na nákupu, tak už sem říkala, podívej tady na tu sušenku... no to taky nemůžu protože to je taky cukr.

### §26

**Jooo ani sušenky vlastně nemůžeš vid'?**

No to je totiž taky cukr, ani jako med nemůžu, javorovej sirup, prostě nic.

### §27

**To seš teda statečná v tom těhotenství se takhle udržet.**

Jako co nám řekli, že jako můžeme výjmečně, když já to teďka jim skoro každě den, tak je jako kousek hořký čokolády, která má víc než 80%, protože...

### §28

**A to je potešení?**

No tak když pak nemůžeš nic (smích). A nebo třeba když si uděláš jakoby kakao jako z toho hořkýho kakaa, ne granko, ale takový to holandský, pravý kakao, třeba ehm... jako z plnotučným mlíkem (smích). A nebo já sem i na facebooku jako v nějaký skupině, jakože těhotenská cukrovka, tak ty holky tam... to je taková jako docela drbárna jako jo. to je takový jako emimini, tak už to moc nečtu, ale ty holky tam sdílej různý věci, že si dělaj domácího jakoby v uvozovkách jakoby přibíňáčka nebo takovej jako termix něco, že si prostě uděláš já už ani nevím z čeho oni to dělaj... asi nějak jako ze šlehačky a prostě kakao no... nebo já třeba jako hodně jim mascarpona, to má hrozně moc tuku a ono totiž to ještě ovlivněný totiž tím, ono můžeš při tý cukrovce jíst neomezeně počet masa a ryb, jenže já sem od dětství prostě jako vegetarián, mě prostě maso nechutná (smích). nebo jako já sem třeba schopná sníst... mě vadí ta textura, třeba sem schopná sníst mletý maso, ale jíme ho teď třeba jendou za tejden a třeba předtím sme ho nejedli skoro vůbec. Protože Vítek jí maso v práci třeba k obědu nebo si sám jednou za čas udělá něco, ale já vlastně jako maso nejím vůbec.

### §29

**Tak tím si ještě víc omezená.**

No takže ty holky tam sdílej recepty, jak si udělaly... já nevím no... kuře s pohankou a ehm... (Smích) a já říkám, já si dám tu pohanku no... Takže někdy už to je takový náročný, že asi jakoby po psychický stránce jakoby ta cukrovka jakoby je trochu náročná, protože ti to jako stěžuje život no... a teď jako řešíš, že ti to nějak ovlivňuje to dítě, že kdyby si tu dietu nedodržovala tak to dítě bude mít špatnej vývoj. Je tam nebezpečný, že to dítě bude třeba jako velký, ale ty orgány vnitřní bude třeba mít nehotový, nedovyvinutý a proto oni to chtěj i vyvolávat, aby to dítě moc nenarostlo, což teda není náš případ, protože je zatím jako menší než podle těch tabulek má bejt, což sem teda za to jako docela ráda (smích) ... Tak jestli ještě k tomu by tě něco zajímalo, ta cukrovka je docela jako velký téma...

### §30

**Jojo, přesně tak to vnímám, že ta cukrovka je velký téma v tom těhotenství a jak si asi člověk říká s každou tou čokoládou neovlivním ho moc, málo...**

No a na jídlo, ona mi jako dost reaguje... nebo obecně mi reaguje, nevím, jak to mají ostatní maminky, že když se najím, nebo začnu jíst, ona se začne hejbat. Že najednou cejtí, že to jídlo jako putuje.

### §31

#### **Že máš i jako zpětnou vazbu vlastně?**

Právě no...

### §32

#### **A co ještě se po té fyzický stránce změnilo?**

Právě kvůli tomu i cvičím, že mě jako hodně bolejí bedra. Teď teda jako dva nebo tři dny našťestí ne, což je fakt super. A ještě jak sem chodila do práce, tak sem seděla u počítače že jo... klasika, tak to jako bylo docela hodně nepříjemný a to bylo v době, kdy sem to břicho neměla tak velký, ale bylo to i tak dost na prd no...a teď mě nějak jako bolí různě to břicho, většinou jako dole a nebo mě bolí to, jak se tam jako snaží jinak poskládat... se tam tak jako rozpíná.

### §33

#### **A když se vrátíme trošku k tomu porodu, jaký máš ideální plán, představu?**

Jo...tak víme, že nebo oni to tak i říkali v tý Příbrami, nebo kde, to je jedno... že je lepší tomu říkat porodní přání než plán, protože porod si nikdy nenaplánuješ... ale jestli tě zajímá ta naše ideální představa, tak že ten porod bude tak zvaně přirozenej, to znamená bez medikací... proto bych právě chtěla, aby to nezašlo tak daleko, aby mi řekli silně vám doporučujeme, abychom mohli porod vyvolat, protože to ti daj ty vaginální tablety a máš ty kontrakce pak jako mnohem silnější, takže o to víc chceš nějakou jako tu úlevu od té bolesti... jako moje ideální představa... nebo takhle, už sem pár let jako... ještě než sem jako byla těhotná, v té době sme ještě snad ani jako neplánovali... že sme jako ještě ani nechtělo otěhotnět, ale dycky mě zajímalo téma domácích porodů, a říkala sem si, že bych do toho jako šla, ale ne s tím prvním porodem, jakože ty si můžeš zjistit prostě milion informací, ale dokud to nezažiješ, tak nevíš, jaký to je ... sem říkala na poprvé ne, ale uvidím, jaký to bude na poprvé... a třeba jako při dalším jako jo... takže od toho se odvíjí i ten můj přístup, že prostě ten přístup k tomu porodu, že já bych byla ráda, aby na mě někdo co nejmíň jako šahal a to v jakým koliv slova smyslu, takže já bych jako byla ráda ... samozřejmě je otázka, do jaký míry se to splní nebo nesplní, ja bych jako byla ráda co nejdýl doma a až zjistím, že mi nastupujou ty kontrakce, tak tu Vítek bude se mnou a nebo ne a když ne, tak mu zavolám a pak bych si asi ráda vlezla do vany na nějakou dobu a když teda nastne ten interval po nějakých pěti minutách ty kontrakce, tak že se jako zvedneme, sedneme do auta a pojedeme do Příbramy a tam teda vim že musím nějakou dobu strávit v tý jejich příjmací místnosti, kdy mi budou natáčet ty monitory, což mě jako prudí, ale s tím jako asi nic nenadělám... protože co je jako blbý na tý Příbramy je, že já budu předtím v autě jako sedět nebo ležet a že jako takhle předem mám takovej pocit jako, že se nebudu moct jako pohybovat tak nějak jako si nebudu moct najít lepší polohu nebo tak...a teď tam přijedem a oni mi zase na nějakých dvacet nebo třicet minut jako připoutaj ke křeslu, tak si jako říkám... že až tam přijedeme, tak že bysme se aspoň na deset minut jako prošli po venku no a to jako ty tam pak ležíš, natáče ti ty monitory a teď z tebe tahaj ty informace ... kde seš, co seš... tak sem se to snažila všechno napsat na papír, mám takový desky, aby jako kdyby mi bylo ouvej, nebo něco, tak aby si to z toho jako mohli přečíst a dali pokoj... i když jako pak nějaký ty ženy pak zase říkaly, že byly svym způsobem jako rády za to, že jako je to zabavilo no... a co mě na tom možná jako trochu vadí je, že to je ten moment, kdy tam Vítek nemůže bejt se mnou, protože to je ta místnost, kde je ten příjem a jsou tam tři lůžka a může se stát, že tam může bejt víc žen současně a je tam i vaginální vyšetření, takže jakoby tím pádem s tebou nemůže bejt ten partner, takže on musí počkat a až jako dokončí ten příjem, tak mi daj pokoj a tam už on jako může přijít.

### §34

#### **A dál, jak to vypadá ta představa?**

No dál jako moc netuším (smích) Jako představu mám, ehm...asi jako si myslím, že se budeme snažit tak nějak bejt jako v tom spolu s Vítkem, že i třeba jako máme takový přání, jak sem říkala, že sme křesťani, že jako když tam budeme mít chvíli, že tam jako budeme sami, že bysme se jako chtěli společně pomodlit za to, protože to je pro nás jako hodně důležitý... jako veríme, že Bůh nás v tom jako provede, že nás v tom jako ochrání, všechny tři jako... takže to je jedna věc a já tak jako

čekám, co mi jako intuitivně jako bude příjemný no... jestli to jako bude jít do sprchy, nebo jestli to bude, že mi Vítek bude masírovat ty bedra, jestli to bude bolet nebo budeme s sebou mít láhev s teplou vodou, nebo jestli naopak studený obklady, jako přikládat někam, nebo jako ty různé polohy jako střídát a jakoby nedokážu si jako úplně představit, jako jaký to je mít ty kontrakce. Jako mám samozřejmě nějakou ženskou prožitky, jaký to je jako mít menstruaci ale tohleto bude jako asi o level nebo několik levelů někde jinde no a až pak teda jako přijde na tu druhou fázi, že mám tlačit, tak budu tlačit... no a já jako nechci, aby mi nastříhovali hráz... á mám jakoby takovej... mě to jakoby až vytkla ta asistentka z toho porodního kurzu, že já mám jakoby až odpor, že se jakoby až štítím těch medicínských věcí, ale jako právě v tý Příbrami to tak není, ale v tý Vinohradský právě běžnou součástí je, že ti jako napíchnou kanilu a mě to jakoby vadí takhle představa.

### §35

#### **Aha a můžeš mi o tom odporu říct víc?**

No třeba s tou kanilou, jestli to chápu správně, tak máš jako otevřenou žílu, která je tak nějak jako zavřená (nebo jak to říct). Prostě jako aby se oni dostali kdykoliv do tvé žíly snadno a pohodlně ... což teda znamená, že máš tu žílu permanentně napíchnou a já jako nejsem... nebo co mi teďka hodně brali v těhotenství krev, tak sem si zvykla na odběry, ale dycky předtím sem omdlela ... nebo jednou jsem omdlela, tak sem dycky říkala, radši si mě položte... nebo jednou, ještě předtím, než sem otěhotněla, tak mi dělali odběr a to sem byla velká frajerka v sedě a on mi říká.. to zvládnete ne a pak jako já sem začala hyperventilovat a pak uznal, že je lepší mě jako položit no... (smích) ale na to sem si docela jako už zvykla, ale jako spíš obecně ta představa, že nějaký cizí těleso je ve mě, to mi jak o asi vadí... no a tím nastříhnutím hráze to je asi jako podobný no... že představa, že jako někdo vezme skalpel a řízne do mě ... nebo tady to dělaj nějakou nůžkami, to je ještě horší... a dycky, když sem si četla v nějakých knížkách, že jak se to dělá tyhle postupy...protože mi přijde dobrý to vědět, co tě čeká, třeba o císařským řezu a já sem si to četla a normálně se mi už během toho začalo dělat blbě.

### §36

#### **Takže je tohle i důvod, proč si přemýšlela o domácím porodu?**

Jo, asi jo... jednak s tím domácím porodem to mám tak, že těch medicínských zásahů je tam prakticky minimum a taky to, že tam člověk je v takovém jako přátelštějším prostředí a taky že víš, že znáš toho člověka, kterej tě jako provází tím porodem, což sme taky zvažovali, si jako zaplatit nějakou porodní asistentku nebo dudu, která by šla s náma, tak sme si říkali, že počkáme do toho kurzu, že uvidíme jako co tam, jak nám to bude jako celý připadat a tam pak sme byli jako na takový jako vysoký vlně, tak sme si říkali, že to bude dobrý... a pak sem i třeba i zkoušela jendou asistentku, známí s ní budou rodit, ale to už bylo jako třeba dva tejdny zpátky a to sem si jako myslela, že na 90% ona už nebude mít čas a to se jako i potvrdilo, tak sme to téma zase otevřeli s Vítkem a řekli sme, že teda ne... že to jako není tak, že bysme jako těm porodnicím a doktorům jako totálně nevěřili, že chceme jako nějak spolupracovat... jako nechci tam přijít s tím jako vy ste všichni blbí a já si to tady porodím sama, protože to jako taky ... jako fakt já sem to nikdy nezažila a mám k tomu nějakou informaci a představu, ale jako oni sou ty lidi, co to vystudovali jo... a když třeba na to přijde.. třeba na ten císařský řez, jo.. nebo jenom i to nastříhnutí hráze, tak je zase důležitý, aby jim člověk důvěřoval no...

### §37

#### **A co bylo to rozhodnutí pro tu nemocnici. C bylo takový to, tak teda bude to nemocnice?**

No to, že na poprvé vlastně nemůžu mít jako tu tu jako firt hand experience, že když je to jako poprvé, tak je pro mě asi psychicky... jako lepší, abych byla v nějaké nemocnici, s tím, že jako budu se snažit, abysme, proto sme si vybrali třeba tu Příbrami, že prostě máme to napsáno i v těch porodních přáních, jak bysme to chtěli nebo nechťeli, že prostě to převažuje z nějakého pocitového hlediska a jako bezpečnostního jako asi víc než ten porod doma a i právě přes to... na tom porodním kurzu, tak tam říkala jako případně, co jako dělat, když najednou jako začneš rodit cestou, takže mi sme jako asi v pohodě i s tím... jo jako ne že bysme to jako záměrně vyhledávali, jako zastavíme tady u baráku jo... (smích), ale spíš se to stát jako může, jako slyšela sem o spouště lidech, který jako fakt chtěli, fakt chtěli do té porodnice a buď porodili doma a nebo se jim to stalo na parkovišti ještě před Motolem... no to nám vyprávěla známá, že fakt chtěli do toho Motola a měli to blízko a ona měla překotnej porod a jako přijeli tam před ten vchod a ona porodila no...

takže my sme jako v pohodě i s tuhle představou prostě jako, že sme v klidu, že víme, co jako dělat, že víme, kam já si mám do toho auta sednout, aby to bylo jako přístupný (smích).

### §38

#### **A ehm... jak tohle období vnímá manžel?**

Jo no... myslim si, že se jako hodně těší, že se těší na Viktorku... a ještě na začátku, nebo takhle...jako obecně v životě já jako nejsem úplně ten typ, co by si hrál s dětma, protože já sem jedináček a jakoby sem nezažila nějak mít kolem sebe jako malý děti, takže mě to nějak jako extra nepřitahovalo ta představa, a i teď, když sme s lidma, co maj děti, tak jako jo, je to hezký, ale je to tvoje dítě, tak že tak... kdyžto Vítek je s dětma hrozně přirozený a je to daný asi jeho povahou a je teda pravda, že on má mladšího brácha, asi o deset let mladšího, ale... takže když to začalo bejt teda jako že teda jo čekáme miminko, že nejdřív teda čekáš, jestli to dopadne nebo ne.. tak on byl první, kdo na ní začal mluvit na břicho, takže tím mi jako dává takovej jako pěkný příklad, že jako sem si uvědomila, že jako taky bych si sní jako mohla začít povídat ... takže on se jako těší, na druhou stranu je tím jako míň pohlcený ,protože jako řeší jiný věci životě, pracovní a tak a co se týče jako nějakého jako nálevu informací, takže toho jako ví míň, ale asi to jako nějak extra moc nevádí. Jako před časem sem si jako půjčila knížku, jmenuje se to Partner u porodu a nejdřív sem to přečetla já a on si to pak taky přečetl. Tak to jsem ráda, že tomu věnoval ten čas, za tuhle jakoby stranu jeho přípravy...jakože vá, jaký můžou bejt komplikace a tak.. a to prožívání no...On je totiž takovej, že úplně neumí sdělit svoje emoce, on je takovej nějaký, že neumí vyjádřit svoje emoce, takže kdyby ses zeptám jeho, tak je dycky naštvanej, co to jako po něm chci (smích). A když se ho někdy zeptám, jak se cítíš, tak jeho oblíbená odpověď je jo (smích). Takže obecně, já si myslim, že on k tomu má pozitivní přístup, že se těší a tak i nás to dost sblíží a myslim si, že nás to sblíží ještě víc. Je tak jako můj parťák v tom no...

### §39

#### **Jak se připravuješ na tu roli matky?**

No... našťestí teď kolem sebe máme lidi, co měli nebo maj malý děti, to je výhoda... to je tak v církvi... nebo asi záleží v jaký, ale v naší hodně lidí v našem věku, takže my máme kolem sebe šilně moc dětí a právě tam co je i dětská služba, jako služba pro děti v neděli, tak tam už nedostačujou kapacity, takže se to postupně rozšiřuje a už teďka se ví, že to příští rok nebude stačit, jakoby pro ty děti, co tam sou... takže tak jako pozoruju, jak to dělaj jako moje kamarádky no... a třeba se jich tak jako různě vyptávám, tak je jako super, že my tam máme. Jako to se dělá obecně, ne jenom s dětma, ale dělaj se tak zvaný jako small groups, a to je jako, že se setkávaj lidi jednou za tejdny nebo jednou za měsíc... a jsou, je to takový, že třeba .... oukej, příklad, tak třeba jedna se setkává jednou za měsíc a jsou to třeba ženy, co už maj odrostlejší děti, a dycky jedna z nich si připravý jako nějaký téma.

### §40

#### **A jako osobní nebo téma spíš k té víře?**

No jako ono je to vlastně propojený, jakoby nějaký duchovní téma řekněme a zároveň jakoby co ty ženy prožívaj ve svejch živote a jak je to ovlivní a to samý maj i ty manželé, jako chlapi a většinou to bejvá jako u někoho doma jako s nějakým jídlem a vim, že ty chlapi třeba jeli i na nějaký vejlety a tak no...nebo jak ose setkávat... třeba manželský páry se setkávaj jednou za dva tejdny nebo kluci mladý, tak kolem dvacítky měli takovou smallgoups, my sme měli s Vítkem tuhle jednu small goups u nás doma a jo... pak je ještě jedna small goup, ta se jmenuje mammas a ta je jendou za dva tejdny a scházíme se teda jako v tom kostele, teda to je loď, tak se scházíme na lodi, ale je tam zařízená místnost pro malý děti, jako ono to bylo dřív u někoho doma, ale to bylo dost náročný a tak se se tam byla už dvakrát podívat, teďka když už sem vlastně přestala chodit do práce, protože to je přes den... takže to je taky taková jedna velká podpora a pomoc, to byla taky jedna z příležitostí se někoho vyptat, ať už na ty praktický věci nebo jako... ja sem třeba říkala nějaký jako obavy, co s tím porodem a oni zase říkaly, jak to měly ony a vlastně ještě s jedním párem ,tak sme se jako k nim pozvali (smích), nebo vlastně se dvouma... nejdřív teda s tím jedním párem, oni maj asi osmiměsíčního chlapečka, tak sme chtěli vědět, jak oni dělaj látkový plenky, nebo oni to dělaj kombinovaně, jako látkový a jendorázový, tak sme se jich chtěli zeptat hlavně tady na to a pak sme se jich i ptali, jak to prožívali a tak a nedávno, asi před dvouma tejdnama sme byli na návštěvě ještě u dalších kamarádů a ty maj sedm dětí a to bylo hrozně... a to ještě je jako homeschooloujou, jo, že

se učí doma a hlavně itek byla na to hrozně zvědavěj, tak oni říkali jo, přijďte se podívat, jako teda ty dvě už jsou pryč z domu, tak maj jenom pět dětí, ale jako bylo to hrozně fajn... jako nevim, jestli bych to jako dala nebo pak jako asi... to nějak dáš jo, ale bylo to fakt insporativní v mnoha ohledech...

#### §41

##### **Jo, takže takhle jako čerpáš ty informace a jak se jako ladíš na tu roli?**

Ehm... no...vlastně jakoby, jak sem říkala, že jakoby s dítětem sem jako nikdy moc nějak vztah neměla, tak už jakoby teď cejtím, že s tím vlastním je to jiný a to se ani nenarodilo, tak si říkám, že to může bejt jenom lepší. Takže... jakoby se hodně těším na to, že bude naše vlastní a tím pádem si sní budeme moct dělat jako co chceme (smích), teda bude záležet taky, co bude chtít jo... ale protože s cizíma dětma já sem takový jako nejistá, protože nevíš, jak je ti rodiče vychovávaj, co maj povolený, co nemaj, jsou pak nějaký určitý hranice ... jestli třeba okřiknout, nebo jako takovýhle nějaký věci... a se svym dítěte si to jako vytváříš sám a tím, že je to od začátku, tak, tak to je vlastně jako přirozený vlastně... že to jako není, že najednou vidíš petiletýho človíčka, se kterým jako se musíš naučit nějak pracovat ... a jako uvažuju nad tím jako i ve vztahu jako co já a moje máma, protože jako vztah mezi mnou a mojí mámou je jako docela zajímavěj...ale jako vlastně já s tím jako... nebo od té doby, co jsem uvěřila v Boha, což je teď pět let zpátky, tak se snažim s tím jako nějak víc pracovat a tak jako nějak to jako vzít tohle no... a je to jako pro mě fakt velká výzva tohle ... jako cejtím to, že třeba teď těch posledních pár tejdnu, co se vidim s mámou, tak si dycky jako dávám takový předsevzetí, že třeba se budu chovat nějak líp, jako jinak a pak stejně cejtím že sem tam zpátky, protože mě prostě štve jenom tím, že existuje (smích), ale takže... sem si vědoma toho, že je tam nějakěj jako vzorec já a moje matka, ale zase si myslim, že to neznamená, že bych to musela aplikovat na vztah já a moje dcera. Jako samozřejmě asi, tam nějaký jako prvky budou, možná,.. ale jako co pro to můžu jako udělat je, že budu dělat, co sem dělala doposud a to je jako snažit se nějak změnit postoj k mojí mámě, ale jako ono to není nějaký jako hrozný ten vztah mezi náma, jako nejsou tam nějaký jako tragický věci jo.. pár třeba jo, ale jako není to třeba, že by mě v dětství bila jo nebo není to jako vážný, spíš ale jako po nějaký sránce se s tím prostě vyrovnat jako vlastně, že s tím jakou ona má osobnost no...a teď čtu takovou jako pěknou knížku, jmenuje se to Maminka tatínek a já a je to, že tma píšou slavný lidi, jak to měli se svejma rodičema, tak se mi líbí, že je to zaměřený i na ty tatínky, že to není jenom co se týče těch matek, ale vlastně spousta lidí tam tam jakože...nebo... ono je to půl na půl, někdo říká, jak kdyby že to bylo víc v pohodě a pak sou tam lidi jako že třeba hlavně v pubertě si s těma rodičema nerozuměli a nechtěli jim říkat věci a tak, což je můj případ, já sem svojí máme třeba jako deset let nic nřekla o sobě, jako nic... je to jako dobrá knížka, takový starý časy, je tam Hrušínský, Václav Vidra a tak... že jako spousta těch lidí s rodičema vyrůstala za komunismu.

#### §42

##### **Kdo nebo co je ti oporou v tomhle období?**

Manžel Vítek, a ta církev no... ty lidi z ní.

#### §43

##### **A jak cejtíš oporu v tom zdravotním systému?**

Jo jako svým způsobem i jo... jakože třeba předtim, než sem šla na ty testy tý cukrovky, tak jsem jako hodně četla a slyšela, že je to nepovinný a tak, že to jako vlastně vůbec nemusíš a tak a tak sem k tomu i přistupovala ... a třeba moje sestřenka, která porodila, teď to jsou dva měsíce, tak sme se sešli na oběd a ona byla jako asi tři tejdny před termínem porodu a tak sme si povídaly a ona jako, že byla na těch testech tý cukrovky a tak sem jí říkala, jako víš, že si nemusela, že to je nepovinný a ona že pak jako jsou ty doktoři zase rádi, když máš jako vyplněný všechny ty kolonky, že se k tobě jako líp chovaj, takže to mě jako namotivovala a vlastně tím, že mi ten výsledek vyšel ehm... jako blbě, tak teď sem vlastně hrozně ráda, že sem na tom byla a hrozně to všem doporučuju, aby na to šli, že jakoby jedna věc je, že jako nesmíš se z toho totálně jako zbláznit... jako nesmí tě to... nebo nesmí, jako snažit se z toho nějak psychicky nerozložit jakože aaa nesmím jíst chleba jakože teď další tři měsíce a tak jako no... a jako co se toho systému týče... tak ehm... sem vlastně jako ráda, protože to je takovej jako záchyt no... že se to jakoby dělá, protože jakoby můžeš pozitivně a nebo taky negativně ovlivnit jednak to dítě a jeho život, ale taky i svůj život, protože tím si jako mnohem dřív zaděláváš na tu stařeckou cukrovku a vlastně i tomu dítěti jo...

pak mu zaděláváš na obezitu a vlastně když sem to zjistila, tak to jako mělo i pozitivní dopad na Vítka, protože jako nějakou dobu se taky zajímá o zdravou výživu, ne jako v nějakym extrémním slova smyslu, ale i jemu se to daří, že to se mnou jakoby dodržuje, což je jakoby obrovská podpora... no ale třeba v jinejch zemích jo, tak u nás je to jakoby přísnější, co se týče tý cukrovky, že jakoby zpřísnili, že snížili ty limity, takže...

#### §44

**Já sem někde četla, že tu prenatální péči ve smyslu sledování a kontrol, tak máme jako na vysoký úrovni ve světě...**

Jo jo... no jako v Británii, když seš třeba těhotná jo, já sem tam studovala a říkala sem mejm spolubydlícím, že jako chodim každej rok na kontrolu na gynekologii a oni jako cože na gynekologii a a co to jako je? Takže oni jako ani nevěděli, že existuje jako nějaký ženskej lékař.. no to byla tam jedna konkrétní a to vim, že sme poslu vedly takový rozhovory no... a třeba je jako zajímavý, že jak čtu teďka ty knížky, tak je zajímavý pozorovat, jak každá ta národnost k tomu přistupuje jinak jo, že třeba ty americký knížky nebo v tý německý je, že po porodu tě přijde navštívit každej den porodní asistentka a zkontroluje tebe a to dítě a takhle nějak týden a pak jako nějak po třech dnech nebo po tejdnu... že jako to celý šestinedělí, nebo oni maj nějak osmitedělí, tak seš jakoby kvalitně monitorovaná, což mi přijde super a je to jakoby normálně hrazený pojišťovnou, že na to máš nárok, kdež to... nebo respektive podle zákona máš nárok na tři návštěvy porodní asistentky doma i ty, taky v český republice, jenže to by ta tvoje porodní asistentka musela mít smlouvu s pojišťovnou a ty pojišťovny s těma asistentkama jakože nechtěj uzavírat smlouvy, takže to je takovej jako začarovanej kruh... takže to je jako jediný, co si říkám jo... že tě jako vlastně propustěj z porodnice po třech dnech a pak jako až za šest tejdnu jdeš jako na gyndu a že jako kamarádka tam třeba jako přišla po tom šestinedělí a řekla, že tam jako docela krvácí a on no... to ste si měla nechat zkontrolovat dřív, nebo vlastně jako pak jí ten doktor poslal ještě do nemocnice, aby jí to tam jako vyčistili, nebo jako něco no...že jakoby byla těch šest tejdnu jakoby bez nějaký rady, pomoci...

#### §45

**Já si vybavuju, že mi asi říkali, že těch prvních šest týdnů kdyby byly komplikace, tak mám jít do porodnice a po tom k obvodnímu lékaři.**

Jo, to oni jí řekli, ale ona nevěděla, že to není normální.. oni jí řekli, jo budete krvácet, ale jakoby jestli bude krvácet tejdne nebo dva tejdny nebo jestli je normální krvácet šest tejdnu, to jí neřekli... nebo jako co se týče toho kojení jako, to sem zvědavá, jak to jako bude. O tom mám jenom jako teorii a když sme to jako nějak zkoumali a třeba chtěli i nějakou pomoc, tak bychom poprosili tu asistentku z toho kurzu. Jako zaplatíš za to pětikilo, ale jako prostě ti udělá návštěvu a vlastně tě může zkontrolovat a i to dítě...

#### §46

**Mě v tom pomáhala ta pediatrička...**

Jo, to je pravda, že to dítě po porodu je docela intenzivně kontrolovaný a ty jako ne no...

#### §47

**A ještě něco by si chtěla dodat k tomu období?**

Je teda dost zajímavý, jak na to reaguje okolí, jakože jak se se mnou jako...že zkoumám, jak se se mnou jako lidi bavěj... že jako některý lidi to jako úplně jako ignorujou, že jako seš těhotná, krátce před porodem... že třeba jak sme teď byli na tý návštěvě, tak jenom tak jako... že jako některý lidi se ani jako nezeptaj... nebo že se třeba zeptaj na takovou jako basic otázku a jako nejdou už víc do hloubky a je docela pravda, to mi říkala kamarádka, co rodila před dvouma rokama, že když byla těhotná, tak moje zkušenost je, že než aby se tě lidi ptali an to, jak to máš ty, tak ti říkaj, jak to měli oni a to je fakt jako docela pravda. Že třeba jako včera na tý návštěvě, tak ona tam byla jako babička jejich, tak sme se dozvěděli všechny podrobnosti i intimní jako o jejim porodu... no ale zase jako aby se ony zeptali mě, to tam jako nebylo vůbec, ale zase jako to docela chápu, protože si vybavuju, jak sem to brala jako já, když moje kamarádka byla těhotná, tak sem prostě jakoby nemáš s tím tu zkušenost, tak sem vlastně jakoby ani nevíš, že by ses těch lidá na to jako mohla zeptat a taky třeba jak moc intimně ... že třeba jako některý docela jako dá se říct blízky kamarádky, tak sem se jich taky jako třeba úplně eptala, jakej jako měli průběh porodu. Nebo pak už třeba teď jo, když už to je jako nějaký naše společný téma, že už to dává smysl, že jako ona se



mě na to chtěla zeptat, to je logický... ale předtím sem to jako považovala za takovou jako osobní věc...ale teďka sem spíš jako ráda, když se mě na to lidi ptaj. Třeba dneska se mě jako docela vyptávala jedna kamarádka v kostele, co jako nemá ani přítele, prostě jako nemá rodinu, tak..ehm je hrozně fajn, když se na to někdo ptá.

#### §48

##### **Když má někdo zajem?**

Jo. tak to je jenom jako zajímavý, ty reakce toho okolí... pak samozřejmě jako lidi furt komentují že jo...jako ahoj těhulko, to mi dneska řekl jeden kamarád, tak sem mu řekla, tohleto slovo nepoužívej, nikdy ho nikomu neříkej (smích). To je hrozný slovo ... no a pak lidi jako komentují u mě jako, že mám jako hrozně malý břicho ... no... ale ona je velká, jak má bejt a pak jako kdy mám termín a klasika, holka kluk a tak jako jméno že jo... takový jako otázky furt jako dokola no... a pak je ještě jedna jako strana taková toho a to jsou jako Vítkovo rodiče nebo jeho rodina, to je taky takovej jako zajímavý... protože jako ten přístup mojí tchýně je jako úplně úplně opačnej než jako mojí mámy a třeba jako lidi, co mě jako trochu víc znaj, třeba starší ženy, co maj děti, tak se jako ptaj, tak jak to prožívá tvoje mamka, jak to prožívá jako vojtova mamka, že už znají jako tu historii, co s nima mám, tak já dycký říkám, že jako moje máma, když je jako nějaký levej jako nadšeností, tak moje máma je jako níž a moje tchýně jako vejš, takže se to jako tím pádem jako vyrovnává . Svým způsobem z obou stran z toho spektra, když se to nějak poskládá, tak je to dohromady jako docela v pohodě ... takže jako s Vítkovo mamkou je tak jako potřeba, aby si člověk jako držel tak nějak svoje hranice no... Ona třeba jako nakupovala docela oblečení pro nás, což jako sme vděčný, ale nějaký věci, co koupila sou fakt hrozný, ale jako asi jenom jedna nebo dvě, že se na ně jako podíváš a řekneš si, to je jsko hodně vtipný, takový zelený nějaký jako krokodýlý úbory no... nebo i tak jako celkově. ono je to jako její první vnouče a tak se šíleně na to jako těší, že bude babička a furt jako vaří, ona je takovej ten typ, že prostě se stará... takovej jako fakt ten vařící typ a pečící, takže ona už jako, ja sem byla asi v sedmým měsíci, možná jako ještě dřív a ona se už jako ptala, jestli bude moct jako našim dětem péct ty bučky. Tak jí říkám, prosím tě, ještě se ani jako nenarodila, ještě ani nevíme, jestli to je holka nebo kluk a prostě ani nevíme, ještě jakej přístup k tomu budeme mít, to snad bylo jako ještě předtím, než sem zjistila, že mám tu cukrovku a tak říkám, že tam je ten cukr a mouka ne... a teď si jako začneš představovat že... no jako že jí člověk jako tak trochu musí krotit. nebo si myslím, že ona by jako hrozně ráda nas přijela navštívit jako do porodnice a já mám teď spíš jako stanovisko, že bych jako byla ráda, abysme tam jako měli nějaký jako klid a pak třeba až jako budeme tady doma, tak uvidíme, jak to jako bude všechno probíhat, jak to pujde a až jako prostě budu, že až jako uznáme, že sme ready, tak jako řekneme dobře, můžete přijet na návštěvu. A oni se tak jako tlačej... a teď jakoby jim nechceš jako nějak ublížit nebo nechceš se s nima nějak jako pohádat kvůli tomu, ale zase zároveň je jako důležitý si ty hranice jako držet.. tak sme se s tím jako tak bavili vlastně s tím otcem těch sedmi dětí, jak sme u nich byli na návštěvě, tak sem se s nim jako o tom bavila a pak sem to vyprávěla jako Vítkovi a tak to jako bude ještě nějaký jako téma mezi náma, jako hranice, jak se vlastně vůči tomu nejbližšímu okolí.. jako co se týče nějakých jako zásahů... jako na druhou stranu, člověk je pak vděčnej, že někdo udělá nějaký to jídlo, nebo ti s něčím pomůže a tak... a zase najít nějaký ten balanc mezi tím no... jak to jako chceme my pro naši rodinu a kam je jako až pustíme na nějaký jako tý pomyslný čáře...

#### §49

##### **A jaký to je, když se řekne třeba zejtra porodim? Vlastně to může bejt kdykoliv.**

Zejtří. to sem chtěla jít cvičit (smích). No... je to dobrý, jo já se jako těším už... někdy teďka je už jako těžký spát, že třeba se v noci probudim a pak jako se mi těžko usíná... nebo takový to... nevím, jak si to měla ty nebo ostatní, ale to břicho mi přijde nejtežší večer, asi jak se to přes den postupně nějak naakumulovává ty tělesný tekutiny, tak pak večer sem jako už ráda, že si jdu lehnout, ale pak je nejhorší, když se chceš obrátit z jednoho boku na druhý, ale jako jo... kdyby ten porod byl zejtra, tak bych byla ráda, jakože bych asi neměla nic proti tomu... možná bych jako byla překvapená a řekla si.. ty jo jako a všera když sme si o tom povídaly s Janou, tak sem to nečekala (smích). Ale.. ale jo...už to prostě beru, že to jako fakt může bejt kdykoliv no...

**Tak děkuji za rozhovor.**

## **Příloha D: Ema**

### **§1**

#### **Tak jak se máte?**

Mám se dobře, právě proto že jsem funkční, že mě to těhotenství sice omezuje, ale ne nějak jako že bych byla ležák. Mám kolem sebe kamarádky, které jsou třeba na rizikovým nebo jim není dobře fyzicky, takže jsou takový víc prostě odpočívají a já jsem vlastně začátek měla hrozně náročný, fakt měsíc, minimálně měsíc sem fakt byla jako nemožná, že sem nechodila do školy do práce, nikam... ehm ještě jsem měla chřipku a byla sem na nějaký operaci, navíc sem dokončovala školu, že sem byla v posledním ročníku, takže sem musela psát diplomku do toho. No ale přesně když začal 12. týden, že se to... dost lidí říkalo, že se to zlomí prostě po tom prvním trimestru. Tak se to fakt stalo, od té doby sem funkční a docela v pohodě ještě. Sem unavenější a mám občas nějaký bolesti, ale není to nějaký zásadní.

### **§2**

#### **Jak spíte?**

No jak kdy, to se docela vlastně mění, sou noci, kdy sem úplně v pohodě, kdy spím celou noc jako zabitá, ale dost často no... budí mě to, že musím dost často na záchod...ehm... to se stane, že musím třeba i třikrát za noc a... budí mě někdy hlad, tak se musím jít najíst, že nevydržím do rána. A teda ty nevolnosti sem měla na začátku, ale teda to mi bylo zle fakt a to sem teda neměla dojem, že to jsou ranní nevolnosti, sem měla dojem, že je mi pořád špatně (smích). A večer vlastně někdy i víc. A občas se mi stane, že mě... jak už je to miminko fakt velké, tak mě tlačí prostě na žaludek a pálí mě žáha, že mi to dělá večer často fakt špatně, že kvůli tomu třeba nemůžu usnout, nebo že mě to... ale asi málokdy mě to vzbudí, jakože bych, že bych vyloženě z té žáhy.

### **§3**

#### **A jak vypadá váš denní program? Jak vypadá váš den takhle deset dní před termínem porodu?**

Ehm... nám se to teď hrozně nějak sešlo, ehm... protože sme prostě koupili pozemek s domem k demolicí, takže teď jakoby hrozně řešíme spoustu věcí kolem toho. Takže třeba dneska sem byla na pozemku otvírat pánovi, který odvážel suť. Takže je to vlastně díky tomuhle, za což sem ráda, že sem schopná řídit auto nebo někam prostě dojet a něco domluvit nebo zařídit, každopádně sem jakoby schopná takhle fungovat jakoby půl dne, a fakt si to hlídám, abych jakoby aspoň půl dne měla jako na odpočinek. Že si lehnu a často se mi stane, že normálně tvrdě usnu na dvě hodiny, že kdyby mě neprobudil, tak sem jako... spím jako hrozně dlouho, takže protože se mi párkrát stalo, že sem to přetáhla a bylo mi z toho na nic jo fyzicky. A taky se fakt snažím o to mít, že třeba dopoledne něco řeším a odpoledne ale už jsem doma a... a prostě si lehnu, třeba si čtu, to je vyjimečný, ale fakt často usnu, že prostě potřebuju spánek evidentně.

### **§4**

#### **Že si to tělo řekne prostě.**

Jo jo.

#### **Takže řešíte tu stavbu a jestli to chápu, tak to vás to udržuje v nějakým běhu předtím porodem?**

Přesně tak a jsou to dost nové věci pro nás oba (smích) a manželem, takže ehm... nám to tak bere hrozně moc pozornosti, což je pro mě vlastně zajímavé, že si myslím, že to těhotenství u mě díky tomu neprožívám tak stoprocentně intenzivně, ale že mi to možná nevadí, protože bych z něčeho třeba měla jako větší strach a takhle se nějak prostě ta pozornost rozloží jak to té stavby, tak do toho miminka nebo do těhotenství, takže ale oboje je vlastně jako radostný, že se jako dějou velký věci, ze kterých mám jako strach, ale těšíme se vlastně, jak z dítěte, tak z té stavby.

### **§5**

#### **A vy ste říkala, že ho díky tomu neprožíváte tak intenzivně, tak jak ho prožíváte?**

Ehm... no... na začátku to bylo dost jiný než teď, je to taky tak, že už sme tak nějak jakoby nebránili, ale přišlo miminko dřív než sem čekala, že sem myslela, že ještě... v červnu sem končila školu, a myslela sem, že ještě chvíli budu pracovat jo, že normálně nastoupim do práce, ale jakoby

normálně sem měla prázdniny a teď už sem na mateřský, takže to bylo jinak, než bylo v nějakých mých dlouhodobých plánech, a díky tomu sem vlastně ten začátek to nebylo úplně takový jako, že sem na to hrozně nečekala, že budu těhotná, tak to byl spíš trošku šok, byť už sem měla dojem, že už sme na to připravený v tom vztahu, že to vlastně bylo ... teďka to vnímám, že to vlastně bylo jako akorát, ale na začátku sem to vnímala, že je toho prostě moc i díky tomu, že sem musela prostě, chtěla sem dokončit školu a měla sem dojem, že je to ohrožený, že prostě jak mi bylo hrozně zle, nemohla sem ani psát tu diplomku, tak sem se bála, že prostě přeruším školu a hrozně těžko jí budu dokončovat a že... to byly takový strachy a navíc mi bylo fakt tak fyzicky špatně, že sem měla dojem, že kdo to může dobrovolně tohle chtít být těhotný (smích). Že sem měla dojem jako že umřu (smích). Že to jako není možný tohle přežít, byl hrozně těžký tenhle začátek no... ale pak ty věci se nějak začaly skládat ehm... postupně, že škola... nebo diplomka se podařila odevzdat, což bylo pro mě velký vítězství, pak sem udělala i státnice a až v létě mi to dávalo větší smysl, že mi začalo růst břicho a začala sem cítit pohyby, to pro mě bylo hrozně klíčový ... začít vnímat, že to fakt jakoby, je tam ten človíček a vlastně sem si začala vytvářet ten vztah, právě díky těm pocitům, že mi bylo špatně, ale že mi bylo třeba špatně, ale už sem věděla proč se to děje, že už to bylo vidět.

#### §6

##### **Že tam byla vlastně i nějaká pozitivní zpětná vazba v tom těhotenství?**

Jo přesně a to si myslím, že se právě hrozně zintenzivnilo, i díky tomu, že léto sem měla docela volný a takový jako pohodový i díky tomu, že sem nemusela shánět tu práci, jako moji spolužáci, vrstevníci hrozně řešili a já sem měla vlastně hrozně jako volno na cokoliv sem chtěla a... už mi bylo vlastně mnohem líp a i už sem zvládala víc jakoby fyzicky tak nějak jako co sem chtěla, chodila sem ještě na brigádu, měli sme nějaký jako nenáročný dovolený, takže to sem si fakt užila a to těhotenství sem hrozně začala právě... že už sem ho přijala tak nějak dobře a už sme vlastně věděli, že čekáme holčičku a tak nějak taky se vlastně postupně sme se učili jakoby víc s ní komunikovat a mluvit na ní nebo prostě ten vztah se jako hrozně vytvářel a teďka mám dojem, že už sme fakt jako takový parťáčky, že si fakt... nevím, když mě kope, že je to fakt hrozně intenzivní (smích). Ale ehm... hrozně reálný a fakt si teď strašně těším, až jí teď uvidím na živo a až jako bude venku a ještě co mi taky pomohlo vlastně, že sem začala chodit asi v půlce léta na předporodní přípravu, na kurz, jednou týdně, kde nám ... je to hodinový, půl hodiny náká teorie o tom jak bude probíhat porod například, nebo nějaký různý témata, půl hodiny se cvičí a to mi vlastně hrozně pomohlo tak jako realisticky vlastně uvažovat o porodu a fakt sem se z toho dozvěděla mnoho informací ehm... díky tomu, že sem prvorodička, tak sem spoustu věcí nevěděla a ehm... tak nějak to jakoby uchopovat nebo prostě často nás i vedou do takový jako mentální přípravy jako představy, jak by to mohlo probíhat, takže za to jsem ráda, my to fakt pomáhá nějak uchopit.

#### §7

##### **No a jak přemýšlíte o tom porodu?**

No myslím, že o tom nepřemýšlím často, že jakoby právě mi to přijde úplně bláznivý, že to má být vlastně každým dnem (smích)... že mi tak přijde že si ještě ... že mi to přijde docela vzdálený ještě, byť už teďka to je ... že to může přijít kdykoliv a je to v pohodě... ehm... ale někdy mám velký strach, ale snažím se na něho těšit jako že se fakt snažím i vlastně vyhledávat zdroje, informace, nebo i nějak poslouchat spíš lidi, který měli dobrý porod a myslím, že je to hrozně o tom se toho vlastně jakoby zbytečně nebát ehm... ale vlastně to jakoby ustát psychicky mám takovej dojem a ehm... hodně tam byl ještě docela dlouhý proces, já sem po operaci s kyčlí, takže bylo dost velký téma, jestli budu moc rodit přirozeně a vlastně docela dlouhou dobu to bylo, že půjdu na plánovanýho císaře a...pak nějak ale sem to prostě vyjednala s ortopedem nebo prostě sem ho navštívila a on jakože to vlastně není problém rodit přirozeně, ale že díky tomuhle procesu sem se začala víc jakoby bojovat za to, abych právě mohla rodit přirozeně, že to začala pro mě být taková jako docela velká hodnota, že sem o to hodně stála a díky tomu nevnímám strach, mám dojem, že to je nějaký jako vítězství ehm... a že sem za to vlastně vděčná a že to vůbec je možný. Jako nečekám, že to bude kdovíjak příjemný a že samozřejmě tam můžou bejt všemožný komplikace, ale sem za to vlastně ráda, že teda můžeme nebo ten plán, ta představa teda je rodit přirozeně.

#### §8

## **A jak ste říkala, že si ty informace hledáte, tak kde si je hledáte? jak ta příprava kromě toho kurzu ještě vypadá?**

Ten kurz, to je teda jednou týdně a tam si myslím, že čerpám fakt nejvíc.

### **To teda ještě pořád chodíte?**

Jo jo ehm... nebo ono se to nějak sešlo, že tam se chodí dycky s maminkama, který rodí ve stejným měsíci a já s nějakýho důvodu chodím s prosincovými, takže vlastně ten kurz ještě běží a já zatím sem prostě funkční a nebo... že sem vlastně ráda za ty interakce, že tam vidím ty maminky další, vlastně nikoho moc osobně neznám, ale chodím tam ještě teď, takže tam získám fakt takový ty praktický informace. Co byla taková moje touha a to bylo to, to jsem moc nepromýšlela, ale tak se to sešlo, že sem vlastně měla takovou velkou touhu si v létě začít číst knihy, ale vlastně to směřovalo k výchově hodně, ani ne tak k nějaký péči o miminko, ale přesně nějak k tý psychologii ehm... možná vývojovka, ale víc takový jakoby všelijaký knihy sem vlastně hodně po nich pátrala a ... a to je víc jakoby až k tomu dítěti.

### **§9**

#### **Jakoby víc k tý roli matky?**

Tak přesně a taky sem si předplatila časopis maminka (smích), tak to bylo spíš takový jako abych... sem se chtěla zařadit někam (smích). Ale to je fakt vyjímekný, kdy si na to najdu čas tím listovat, nebo to je takový odpočinek spíš no a hodně informací... já mám dvě starší sestry, který už maj děti a který mě často zásobujou aniž bych se ptala (smích). Ale sem za to vlastně hrozně vděčná ehm... že se teda někdy...někdy to je náročný, ale pak sem za to často ráda, že sem se dozvěděla nějaký věci nebo mi dali nějaký tipy něco, ať někam kouknu a já teda nejsem žádněj sjízďeč blogů, ale občas sem teda na něco narazila a přečetla sem si sem tam nějaký článek, ale není to aktivně nějaký velký vyhledávání.

### **§10**

#### **A jak vám v tý informovanosti pomohlo zařízení, kde ste v péči.**

No... asi málo, ale že sem ani to možná nečekala ani ehm... No já sem chodila normálně ke svý gynekoložce a ta mi na cokoliv, co sem se ptala, tak my odpovídala, ale ehm... tak nějak, vlastně sem jako od ní... nebo málokdy sem možná tam šla pro nějaký konkrétní informace a...

#### **Že ste šla jen na tu kontrolu.**

Přesně tak. No a po tom vim, že já teda budu rodit u Apolináře a tam nabízeli nějaký kurz, ale tak nějak sem nevím, neměla potřebu se ho zúčastnit, díky možná i tomu, že sem chodila ehm... naty jednotýdenní a co je ještě specifikum právě proto že sem po tý operaci kyčle, tak sem si domluvila porodní asistentku svojí u apolináře, se kterou sem se vlastně dvakrát sešla už a ta mi hodně informací řekla, byla mi vůbec jakoby o porodu a o tom, jak to probíhá v tý porodnici a... a ona vlastně bude u mýho porodu.. jestli teda... to je placená služba, že až to přijde, tak jí můžu zavolat kdykoliv a...to mi přišlo hrozně dobrý a byla sem za to fakt vděčná, že ehm... že to je příjemná pani a má jakoby fakt zkušenost z tý konkrétní porodnice a vim že tam bude, že mi to i pomáhá, právě přesně když si představím třeba porod, tak vim, že tam bude manžel a ona a to sou fakt lidi, kterejm tak nějak důvěřuju.

### **§11**

#### **Že vlastně trochu víte do čeho jdete.**

Přesně. Jo. Je to nějaký ukotvení, protože vůbec nevím, jak to bude probíhat. Tak mi přijde, že ona je přesně ta odbornost, že jakoby vim že... že tam bude někdo kdo nenechá, aby byl nějaký průšvih a můj manžel, ten zas bude velká opora, tak to zvládneme spolu.

### **§12**

#### **A když mluvíme o tom manželovi, jak si myslíte, že to zažívá on tohle období? Nebo respektive, jak vy zažíváte jeho zažívání, jestli jsem srozumitelná.**

No je zlatej úplně. Jako fakt, on je opravdu velká opora a strašně moc... on to prožívá intenzivně. je rád, že to bude holčička, to sme tak už než sme se to dozvěděli... tak sme si to tak přáli oba a ehm... mám dojem, že díky tomu je to pro něj ještě tak jako intenzivnější, že to bude ta tatínkova holčička a často to říká ehm... co mám, nevím, jestli to ještě patří do tý otázky ... pro mě je ale hrozně důležitý, pro ženu, že mám dojem, že se mu prostě líbim i těhotná, že to vlastně často říká a

pro mě to je hrozně vzácný, že to tělo se mění hrozně rychle a často je to těžký to prostě přijmout, si měnit šatník nebo tak a prostě někdy je velkej tlak na nějaký jako osobní představy a když mě ten partner podporuje, že se mu líbím, tak je to prostě hrozně důležitý a velká podpora a ... myslím, že nás to fakt to těhotenství ještě jako hrozně sblížilo, že ehm... to fakt prožívá hrozně hezky, že i na začátku právě mi to hrozně pomáhalo jako to těhotenství přijmout, protože on se z toho vyloženě radoval, že to bylo hezký... nebo třeba mi to pomáhalo to vlastně snášet ty počáteční útrapy (smích) no a...ted'ka nevím. myslím, že z toho má taky obavu, co přijde, myslím, že byt' i v rodině vlastně oba máme neteře i vlastně synovce, takže trošku tušíme, co to obnáší mít malý dítě, ale prostě bude to jiný že jo, když bude naše, takže se trochu bojíme jak moc ztratíme nějaký vazby sociální nebo kolik to bude stát práce, nebo kolik to bude stát sil a taky jaký to miminko bude že jo reálně, jestli ehm... vlastně moc to budeme zvládat, nebo tak, ale myslím, že se těší a že to často zmiňuje, že se těší a taky na ní často mluví, na to břicho, takže to je krásný.

### §13

**Jasně.... a jak ste mluvila o tom, že se těšíte, až jí poznáte, až bude s váma, tak jak si tohle představujete?**

To je těžký, to nevím... to je pro mě velká neznámá. Jakože co si fakt ještě jakoby umím představit je, že už bude po porodu a bude to ten první ... prostě ty první minuty, hodiny a myslím, že to bude hrozně krásný a právě často když to na tom kurzu ta paní popisuje, tak mám fakt co dělat, abych nebrečela, protože ono to je pro mě hrozně dojemný a hrozně intenzivní, takže na tohle se jako hrozně těším, ale z té role matky mám jako velký respekt, že se bojím, že jako mnoho věcí nebudu vědět, jak dělat, jak kojit, jako koupat, přebalovat a že to prostě bude jenom na mě. Že to nebude tak že ehm...že sem jakoby měla prostor to zažít, díky tomu, že sestry měly nedávno děti malinký, takže sem jako přišla přebalovat a oni mi přesně řekly, jak to mám udělat a udělala sem to jako jednou a byly u mě že jo... ale tady budu sama, a kdo ví, jak na tom budu hormonálně, nebo že si myslím, že často budu fakt unavená a tak toho se bojím trošku... to je hustý... to vlastně říct, že sem možná takhle nad tím nepřemýšlela ani, nebo se ... minimálně sem to neřekla nahlas... ehm... no a co teda, to je ale zase až, to si myslím, že na to sem se zaměřovala víc, jakoby že mám dojem, že nějaký věci z rodiny ve který sem vyrůstala bych chtěla dělat jinak ve výchově ehm...tak toho se taky jakoby docela dost bojím, že to bude hrozně těžký ty věci měnit, ale mám dojem, že to bude nějaká uchopitelnější věc... vlastně sem se tomu už věnovala skrz ty knížky už, byt' sem jich nestihla moc ale ehm...rozhodně to je oblast ve který sem tak mentálně se ehm... spíš tak posouvala a... a tady na ty první týdny života miminka sem možná tak nechala, že věřím, že mi to naskočí jako ženě, že jako tomu věřím i u toho porodu, že kdo ví jak je to šilený, tak je to prostě přirozený a že to prostě zvládli ženy přede mnou a že to jakoby vlastně není jakoby potřeba promýšlet, protože věřím, že jako v tu chvíli tak nějak já budu vnímat co mám dělat. Doufám, že to není příliš naivní (smích)?

### §14

**Nemám pocit, že by to bylo naivní. A jak jste říkala, že to je šilený ten porod, tak co to znamená? Co to znamená šílenej porod?**

No... jednak si myslím, že je to hodně bolestivá záležitost ehm... a z toho mám asi strach jakože z té bolesti ehm... a tak nějak mám možná dojem, že je člověk i díky hormonům, který sou právě skvělý, že tím tu ženu umí provízt, ale že tak nějak mám možná moje představa porodu je tak nějak jako horská dráha ehm... něco jakoby nezastavitelnýho, co vlastně de těžko ovládat a že je právě dobrý se jako nechat svízt vlastně i na těch hormonech a nechat to jako plynout.

### §15

**Jasně, úplně si představuju tu horskou dráhu, nahoru, dolů, dokolečka vzhůru nohama...**

Ale to teda vlastně tak nějak říkám, jak mě to napadá, nemám to nějaký jako promyšlený. No a tak nějak to vnímám.

### §16

**A kdo je pro vás oporou v tomto období?**

No... jako v rodině to je právě... já jsem ze čtyř sourozenců a ehm...mám teda dvě sestry a bratra a mám vlastně i se švagrovou, od bráchy manželku... ehm... tak to jsou jako skvělý ženy všechno že hrozně ehm... nebo jsou i často že fakt takový i samy mi dávaj informace, stejně tak i manžel má sestru, se kterou je taky jako se minimalně ted'ka se scházeli a ta mi víc povídala o tom... ta už má

tři děti, takže o svých porodech povyprávěla a... vlastně si myslím, nebo vnímám docela velký to zázemí v tom, že ehm... se můžu na cokoli zeptat, za druhý jsme spoustu věcí dostali od nich, díky tomu, že maj tři děti už trochu třeba odrostlý a byla to pro nás obrovská pomoc, ne jenom finanční, ale i v tom, že bych u mnoha věcí prostě nevěděla, co je potřeba a kolik je toho potřeba a takhle mám dojem, že mám úplně neomezený výběr všeho (smích) a že kdybych nechtěla prát, tak nemusím, protože prostě máme fakt kvantum věcí a je to fakt hrozně vzácný a... a vlastně i maminka, tím že ehm... to teda bude z té strany asi šestý vnouče, takže to na jednu stranu jakoby není kdoví jak velká věc, že to tak trochu jak na běžícím pásu mám dojem nebo, že to není žádný velký prožívání, ale mnoho věcí díky tomu, tak nějak, že je automatický, že třeba dneska jsem si fakt dovezla od mamky vývary, abych až budu prostě po porodu jakoby neschopná si vařit, tak že prostě budu mít co jíst.

### §17

#### **Že vás takhle prakticky zajistila...**

A to je fakt vzácný taková... takovýhle zázemí, no a ... co je taky krásný, tím že tak nějak máme docela široký okruh přátel a teďka mám dojem, že sem na ně měla i jako víc čas, že už přesně nechodím do práce nebo vlastně mám brigádu, ale stejně mi toho času trochu přibývá ... minimálně sem si jakoby udělala čas v létě ... ty poslední týdny víc čas na kamarádky nebo tak, tak často pak slyším jako z více stran, že jsou ochotní přijet mi pomoc nebo prostě vzít miminko s kočárkem na chvíli ven a vůbec nevím, jak to bude probíhat, a mám dojem, že jakoby mám pár lidí, kterejm se fakt můžu ozvat, když budu jako hodně unavená, že přijedou pomoci...ehm... je možný že budu naopak chtít být jako sama a nikoho nevidět, ale obecně sem spíš jakoby společenský člověk, takže ehm... v tohle doufám, že taková jako pomoc praktická jako může přijít ... no a to mě ještě napadá jako téma, co si myslím, že jsem vlastně docela hodně tak prožívala a možná to ještě trvá, že mám takovou vlastně obavu z nějakýho osamění v tom po... vlastně když budu s tím miminkem že teďka prostě sem sama, sama sebe prostě můžu kamkoliv si dojít nebo prostě být s lidma, když na ně mám náladu, nebo být sama, když na ně náladu nemám, ale že mám trochu strach, že právě budu s tím miminkem jako mnohem víc omezená, právě v tom sociálním kontaktu a že to je pro mě vlastně jakoby takový strach, že tady budu jako zavřená prostě a budu hrozně uvazaná na to dítě a na nějaký jeho režim a... a to je proč si myslím, že sem ještě ani jako neměla ... nebo to byla jedna z mála věcí, co mě tak drželo od toho jako nemít dítě, sem měla dojem, že jako nejsem prostě nevím... tak sociálně vyplývaná... nebo jak to říct. Nebo že se prostě ještě nechci takhle uvázat, že vlastně z manželství sem vůbec jako neměla dojem, že končí svoboda, prostě že ehm... a přestě i tak to bylo, že už jsme byli manželé, ale neměla jsem dojem, že se od sebe nemůžeme hnout, ale teďka s tím dítětem se toho trochu bojím, že to jako může nastat a že to budu těžko snášet no... takže to mě právě těší, že když to slyším a vlastně tomu chci i věřit, byť ehm... to je jako těžko odhadnutelný, že fakt ty sociální kontakty se neztratí. Ty kamarádky mi jako říkaj, že se budeme nějak scházet nebo tak, že často to je, že už sice pár kamarádek taky je pomalu těhotných, ale není to zdaleka, jakoby že sem spíš jedna z prvních z toho sociálního okruhu ve kterým se pohybuju, takže to je taky jiný, že kdyby už všechny jakoby měly děti, tak mam dojem, že je spíš doháním, ale teďka mám dojem, že jim spíš jakoby v něčem utíkám a že se to možná jakoby vytratí a nebo že nevím... budu prostě řešit plýny.

### §18

#### **Jo, že se vytvoří mezi váma nějaká propast, izolace...**

Hmm, to je možná taková obava, co teďka prožívám. A i právě s Hynkem, že mu budu jako závidět, že to je v práci a pak třeba ještě večer může něco... a že se i tak snažím možná to tak i... nevim, fakt jakoby nastavit nějaký pravidla, že třeba jako nějaký večery může něco mít, ale nějaký potřebuju, aby byl doma, nebo dokonce jakoby já, abych měla prostor prostě jít něco řešit jinýho a... nevím, jak to bude ...

### §19

#### **Tak když byste to ještě shrnula, jak se tedy máte?**

To si myslím, že platí, že se mám dobře (smích)... že sem fakt hrozně jakoby vděčná, že to těhotenství i ty kontroly teďka, že jsou pozitivní, že jakoby nemáme fakt žádnou komplikaci, protože fakt vnímám, že to jako není úplně standard, že fakt často nějaký problémy jsou... a... že mě to jako neomezuje prostě nějak moc. Těším se na miminko, ale no vlastně to pořád vnímám

docela vzdáleně. To jako je pravda, že na to, že to fakt může přijít kdykoliv, ale nějak i doktor mi to říkal právě, že nevypadám na to, že bych už měla rodit, že mám břicho vlastně ještě docela vysoko.

## **§20**

### **Aha, to takhle pozná jo?**

No.. (smích), nevím, nemám na to názor ... já myslím, že to může přijít kdykoliv. A už párkrát přesně, že třeba v noci mě kopala tak moc, že sem měla dojem ,že jako fakt už jdu rodit. Ale... zatím nic (smích). No tak sama jsem zvědavá, kdy to přijde. Ještě ve čtvrtek mám promoci, takže doufám, že to ještě vyjde, že tam ještě dojdu, a to je teda týden před porodem předně... takže to je sranda. To jsou všichni v napětí, jestli tam budu. Jsem pozvala rodinu a možná tam nebudu (smích). Mám se dobře.

### **A jaký obor ste studovala?**

Biomedicínský inženýrství. V kladně a bylo to fajn, sem ráda, že to mám za sebou. Už to bylo dlouhý ten závěr, ale bylo to zajímavý a sem zvědavá, jestli se tomu budu věnovat (smích).

### **A kolik Vám je, jestli se můžu zeptat.**

25.

**Super, děkuju. to je asi všechno.**

## **Příloha E: Marie**

### **§1**

Já právě dávám interview k těm svejm projektům, tak to tohle беру taky jako interview toho mýno novýho životního projektu těhotenství (smích).

#### **Jo tak... a jak se máte?**

Mám se strašně dobře jako, úplně jako výborně, cejtím se skvěle, až jako podezřele ehm... vlastně bych se radši cejtila už jako trošku jinak, protože mám takovou vnitřní domluvu, že bych potřebovala porodit trošku dřív, protože se bojím přenášení, takže jako já to tlačím na zejtrěk jako aby to dopadlo jo...

### **§2**

#### **Aha a termín máte?**

Desátýho, dneska je pátýho, takže chci pět dní před termínem no a tak že jako hypnotizuju se jako zevnitř... ho a ehm... no jako a zkoumám se a snažím se ho přesvědčit o tom, aby tam jako příliš dlouho nesetrvával.

#### **A toho přenášení se bojíte z jakého důvodu?**

Bojím se toho přenášení z toho důvodu, že chci přirozenej porod, nechci aby mi ho vyvolávali a tady v Čechách platí ta praxe toho, že když člověk přenáší určitou dobu, tak pak mu ten porod vyvolávají a tomu se chci prostě vyhnout no...

### **§3**

#### **Takže jestli tomu rozumím, tak máte nějakou představu o porodu?**

No právě jako mám samozřejmě ideální plán, ale sem otevřená tomu, že můj plán nemusí vyjít a taky a velkou pravděpodobností taky nevyjde, protože je to strašně nevypočitatelná záležitost a je to hrozně individuální... já můžu pouze posílat jako svojí duchovní a intelektuální energii do nějaký představy jako toho, že bych jako chtěla mít přirozenej porod a chtěla bych ho mít do vody a chtěla bych ho mít bez nástřihu hráze a bez jakýchkoliv oxytocinů a epidurálů prostě s tím, že jsem připravená samozřejmě na extrémní bolest, protože to k tomu prostě patří, ale vlastně se na ní těším, že si jí jako prožiju jo... protože si projdu nějakym procesem, nějakou transformací, která mě někam posune, nebo která mi dá zakusit takovej intenzivní zažitek, že věřím v to, že mě jako promění a já vlastně pracuju i jako ve vlastní tvorbě jako s extrémními prožitkami nebo zážitkami a myslím si, že tohleto bude jako pravděpodobně něčim jako zlomový. Takže ta ideální představa je toho přirozenýho a vlastně jakákoliv ehm... komplikace nebo jakejkoliv ehm...to narušená toho přirozeného, že by to mělo bejt nějak jako ehm... příliš jako medi... ehm medicínsky vedený nebo příliš tak jako do toho zasahovaný nebo tak jako lékařsky jako ovlivňovaný, tak mě trošku jako děsí. nejsem takový jakoby biomatka, že by to chtěla mít za každou cenu prostě jako nejvíc jako... to zas ne, já mám doktory vlastně docela ráda, nemocnice taky a je to pro mě dicky vlastně forma odpočinku, když jdu na operaci (smích), protože jako člověk tam leží, oni se o něj staraj, to je super, bezva ale ehm... přeci jen, kdyby se tomu mohla vyvarovat aby to bylo tak nějak podle nikoho jinýho, takže jako fajn.

### **§4**

#### **Takže jako jestli tomu rozumím přirozeně, ale do té míry, dokud to bude bezpečný?**

Jo určitě, jako že jsem rozumná, jako že se nebudu hádat s doktorama, nebudu podepisovat reverz. Když řeknou není zbytí, musíme vám udělat císaře, tak řeknu oukej jako fajn.

#### **Ještě mě zaujala ta transformace. Takže očekáváte nějakou transformaci?**

Aha... ehm... (pauza), pro mě vlastně to tělo je strašně spojený prostě ehm... s psychikou jo a já pracuju s tělem jako tanečnice, myslím si, že ho docela dobře znám a vim, že spoustu věcí, co se mi dějou v těle můžu nějakym způsobem ovlivnit svojí psychikou a zase jako naopak, ta psychika jako moje způsobuje určitý procesy v mym těle ehm... to znamená třeba, že vim, proč se mi dějou nějaký úrazy nebo proč bolí jako nějaký části těla jo... že vlastně a ta psychosomatika je pro mě hrozně zajímavá no a samozřejmě už teď jako od začátku těhotenství cítím jako zásadní proměnu už jenom jako od toho okamžiku, když jsem zjistil, že jsem těhotná, tak jak sem se jako definitivně



proměnila jako mentálně ehm... když jako opominu jenom to, že člověk je jak na drogách, a je jak prostě kdyby byl zhloučen na začátku a je v permanentním stavu blaženosti.

## §5

### **Na takový jízďě...**

Přesně tak a ehm... nejvíc ho naplňuje, když jenom sedí a kouká do prázdna a prostě jako má tam prostě jako to ty tu euforii už samu o sobě, na který musí jinak dost pracovat jako ehm... vlastně ja se mše toho dycky hrozně bála bejt těhotná... já sem nikdy nechtěla ehm... nebo bála sem se mít dítě, protože sem měla strach, že mě to ehm... že se právě dostanu do tohodle stavu, kdy pro mě ta tvorba, která je pro mě posláním víc než práci, tak přestane bejt na prvním místě a že vlastně to dítě přebere veškerou tu moji pozornost a vlastně já se jakoby v uvozovkách hormonální zblázním a vlastně už nebudu chtít nic jiného dělat než to dítě, protože vim, že mám velkou emocionální kapacitu samozřejmě a velkou zásobu lásky v sobě jakoby pro to a tak sem to jako dlouhou dobu odkládala, protože si myslím, že sem jako si myslím, že sem neměla všechno splněno si... co si chci splnit a v momentě prostě, když sem si to jako všechno splnila a už sem teda jako.... mám ty úspěchy v Čechách a zahraničí a vydala sem knížku a mám dva soubory a teprv v tenhle moment ukojení potřeby toho uznání nebo toho kvůli čemu tady člověk je na světě, seberealizace a teprv v tenhle moment sem si jako začla dělat prostor pro nějakou další kapitolu života, kdy začíná jako ehm... si připouštět to, že by ta práce nemusela bejt na prvním místě a vlastně že je jakoby připravenej na to dát tomu klidně i nějakou oběť, že vlastně musím udělat i nějaký prostor si v sobě a vlastně i něco obětovat bez toho to nejde a to si myslím že právě to mi přineslo tu největší transformaci ehm... doposud, že ačkoliv sem se toho dycky bála tak ta práce přestala bejt na prvním místě a vlastně že sem si udělala prostor na to nový nepoznaný a vlastně i na to že se mi totálně změní život o 180 stupňů naruby, že vlastně začnu mnohem víc žít rodinným životem než společenským, že najednou budu trávit aspoň ze začátku prostě víc času domu, budu upínat tu celou moji mentální a fyzickou energii k péči o někoho, to že já se někomu dávám v šanc, někdo kdo je na mě bezpodmínečně závislej, tak vlastně já musím bejt pro něj a přijmout to, že už nejsem jenom sto procentně pro sebe, ale jako tak pro někoho jiného, že se vlastně člověk rozdává, daruje se, tak k tomu sem musela jakoby dojít nějak, nějakým procesem ehm... a to se mi během toho těhotenství tak krásně jako prohlobulo ten pocit no... úplně, jakože vlastně sme si jako už od začátku sme jakoby bylo z toho aaa jako vlastně že sme s mužem jako nadšený, ale nejdřív tak opatrně jenom, nevíme jak to dopadne, polehoučku a teďka ke konci, my sme fakt těšíme, my se strašně těšíme, úplně jako prožíváme strašný štěstí a ehm... ta transformace o který sem mluvila na začátku, tak si myslím, že to štěstí, který prožívám v tuhle chvíli, tak si myslí, že se jako ještě ze stonásobí, že je to najednou v momentě, kdy prostě jako ztělesnění nějakýho jako úplně nejbyťostnějšího štěstí, který člověk jako může mít a díky tomu pak samozřejmě všechno ostatní, co do té doby bylo tou prioritou nebo zásadní nebo skoro až jako posláním a nějakým jako smyslem, tak jako v ten moment se prostě jako posunuje a možná, že potom časem, když žena přestane kojít, taktřeba se pak znovu vrátí ta... ehm ambice jo... k té práci teda já v to pevně doufám, ale sem připravená na to, že ze začátku ne. Budu bezpodmínečně pro někoho ehm... v té první chvíli a vlastně já sama sebe jako hodně překvapuju, že sem byla schopná jako dojít až sem di týhle fáze a jako akceptovat to, protože pro mě to dycky bylo jako ehm... těžko představitelný.

## §6

### **Bylo to i děsivý?**

No v momentě kdy děláte něco, co vás jako úplně byťostně naplňuje a prožíváte jako hluboký smysl, a to ať je intelektuální, tak i spirituální jako psychickéj, tka prostě se toho jako nechcete vzdát, protože si neumíte představit, že by mohlo bejt jako něco lepšího jo... nebo něco hlubšího jo...když tohle je tak jako hluboký zážitek takže.... jako jak kdyby se tím člověk musí nasytit a zároveň od toho jako odstoupit nebo dovolit si o to přijít, i když já si nemyslím, že on o to přichází, ale ehm... alespoň, aby jako dovolit si pomyslet na to, že třeba něco bude ještě mnohem důležitější než tohle.

## §7

### **Že najednou bude ta prioritou, to zaostření někde jinde vlastně, než bylo dovad'?**

No přesně tak no.

### **Jaká je vaše představa o roli matky?**

Asi v jak který fázi. Jiná fáze je ten začátek úplnej, kdy jako musí bejt ta bezpodmínečná jako pozornost a být fakt jako tím ehm...orgánem, kterej se o něho stará, fakt jako tak, jak uvnitř byl, tak já se vlastně kolem něj obklopuju že jo, že sem fakt tím orgánem jako, že sme pořád, že sme jedno jo furt... ehm ale mě spíš jako zajímá hodně jakoby ta role tý matky jakoby později, nad kterou jakoby uvažuju jo... a to je že bych ho hlavně chtěla inspirovat jako to dítě.

#### **§8**

### **Spíš jako vést jestli tomu rozumím?**

No jako ani ne vést, spíš insporovat, protože vést, to j eněco jinýho, to bych mu ukazovala cestu, ale v tý inspiraci spíš jenom jako otvírání možností, aby si vybral sám a ukazování co všechno je možný a kudy je možná a jak je možný to dělat a co všechno aby byla takovej jako ehm... haptickej k tomu poznání no... aby prostě najednou měl hlad po tom poznání toho světa z různých úhlů pohledu a aby hlavně ode mě nedostával jakýkoliv návody na to jak ho jako uchopovat jo... jako jak se s ním jako potýkat ehm... pro mě jako důležitá individualita, ale ehm... zároveň rád je strašně důležitěj a a disciplína, ale mám pocit, že si na to každej musí jako ehm... musí pocítit, že jí potřebuje jo... že asi nebudu matka taková jako tý svobodný jako výchovy jako dělej si co chceš, ehm... a prostě vztekej se a tady s sebou mlat' o zem a já sem jako lhostejná k tomu, to jako vůbec ne, já mám pocit, že potřebuju, nebo že budu chtít bejt matka, co dává pevný hranice ehm... sama jde příkladem, to je asi nejdůležitější, jít příkladem a pak jako inspirovat k tomu rozvíjení toho, vlastně toho vlastního osobnostnáho potenciálu ehm... hlavně jako nedělat nějaký plány a iluze, co by měl bejt nebo co by měl dělat, jak by se měl chovat nebo to to... já si myslim, že když sama budu dobře naplňovat tu roli, tak si cestu najde správně, jako že získá ten morální kredit, to je důležitý pro mě, nějaká osobní svoboda a zároveň sebe vědomí si myslim, že je taky nesmírně důležitý, protože to je jedna z věcí, ke který sem si dlouho docházela sama ehm...protože sem prošla takovou jako hrozně náročnou čkolou, kde s tím sebevědomím se pracovalo jako dost jako dost špatně ... jako to byla internátní škola a jako to sebevědomí, sebeprosazování se, nýbrž v nějaký jistotě, že mám jistotu v sama sebe nezradím a to zase souvisí jako s tou osobní morálkou vlastně... tak tohle to bych chtěla jakoby asi tak vtisknout tomu dítěti ...

#### **§9**

### **I taková sebedůvěra?**

Jo jo sebedůvěra, strašně moc, že člověk věří ve vlastní schopnosti, že si věří, že to zvládne a že ehm... že se nepotřebuje ehm... jako ani extrémně prosazovat, ani extrémně podřizovat, že dycky jako se snaž ínad těma věcma uvaživat a hledat, zda je to správně nebo špatně, aby to rozhodování mezi tím dobrem a zlem aby to jako bylo v něm od malička zakódováno tak že si na to musí odpovědět sám.

#### **§10**

### **To je pěkné, to bych taky tak chtěla... takovej ideál.**

Přesně, ideál, já pak vlastně vůbec nevím, jaký to bude, jestli budu řešit spíš praktický věci jako jo ... toho, že můj pubert'ák říká věci jako ježiš madře..., ale třeba se nedostane do tý fáze jako jo... rhm kdy kdy, ho budeme tahat z drogových průserů... já si myslim, my si s mužem myslíme, že to bude tak, že mi mu budeme říkat hele přines nějakěj koks a on bude říkat, matko prosim tě nech mě bejt, já se tady učim. Já tady studuju kvantovou fyziku a vy tady s otcem tady furt jako prostě byste jako prostě furt pařili (smích).

#### **§11**

### **To je ta dobrá varianta no (smích). Taky si to tak představuju a pak se tu sejdem za těch patnáct let a budeme si říkat, co my sme si to tu plánovaly (smích).**

Hlavně to člověk nesmí moc prožívat. Mám pocit ty věci jako... já hodně uvažuju nad svojí pubertou třebas, protože to je to, že člověk si vyiplá to miminko, který je jako přítulný a úžasný a mazlí se a pak... já třeba vim že budu mít chlapečka jo a vim, že v jeden moment se asi přestane chtít mazlit se mnou že jo... a před kámošema to prostě bude trapný , to asi jo a že se dostane do tý puberty, kdy se jako odděluje a že začne dělat ty průsery a tak. Když to vstáhnu jakoby k sobě, tak já sem dělala strašný věci v pubertě, ale jako fakt hrozný a ehm prostě myslim si, že to je potřeba to dělat jako ty věci, jakože to je potřeba tím projít a nemělo by se to tomu dítěti nějak zakazovat ... na mě to nezanechalo následky. Naopak si myslim, že mě to obohatilo, to že člověk je prostě jeden

krok pádem do propasti jako jo, že fakt balancuje na tý hraně, jestli to je jako zvladnutelný nebo ne no... jakože ho to v budoucnosti strašně posílí . Že kdybych byla taková ta slušnácká jako holčička, co prostě jako prostě poslouchá doma rodiče, tak by to jako asi nevyšlo... ne že bych je neposlouchala, ale oni nevěděli, co sem dělala. Takže já sem měla naprostou svobodu v pubertě ehm... a fakt se byla jako strašně blízko před nějakým jako nebezpečím, ale dycky sem to ustála, protože sem měla důvěru v ty rodiče, že cokoliv se stane, že mě neodsoudí jako... že jako dycky mě podrží.

## §12

### **Takový strážci vzadu, že vim, když bude průser, tak mi pomůžou?**

Přesně, třeba když mě honili policajti, tak sem jako zavolala tátovi a řekla sem mu, že mě honěj policajti a on se ptá, co si udělala a já že sem se snažila dostat do národního, jako tam prosmíknout potají a on říká kde sou a já říkám že nevím no... a on tak polož telefon a zdrhej a to bylo to nejlepší, co mi mohl říct jako jo...

### **Že podpořil a nekáral?**

Přesně, že řekl, tak jim zdrhni prostě jo a to bylo... to si pamatuju do dneška, že to je ta bezpodmínečná podpora toho rodiče a to bych ... takový ty všci, že mu zavolá to dítě hele, já sem v průseru jako jo... a to bych chtěla vlastně jako takhle asi mít.

## §13

### **A jak si myslíte, že tuhle celou situace vnímá, zažívá partner?**

Hrozně intenzivně... on je strašně citlivej, ale nedává to jakoby najevo... hrozně takovej tvrdej, nebo jako nekompromisní jakoby sám k sobě i ostaním, ale na druhou stranu je extrémně cilivej jako... tak citlivej člověk jako asi, kterýho sem nikdy nepoznala, kromě mě a ehm... myslim si, že to prožívá tedy kromě těch fyzických příznaků... myslim si, že by si to dokonce i přál zažít to jako fyzicky. Tak psychicky... za prvé se strašně těší, nebo takhle, on to dítě chtěl strašně moc a ... a vlastně myslim si, že on ho chtěl vždycky ehm... zatím co já sem ještě váhala a jako veděla sem, že on by si to strašně přál, ale nikdy se o tom ani slovem nezmínil, protože to nechával na mě ehm... pro něho je to taková jako svatá věc si myslim v něčem, ehm... on se totálně změnil ehm,, z takový ho jako tvrdýho uměleckýho šéfa, tak teďkon i ta práce jde stranou a trašně jako změknu a tak tráví většinu času se mnou doma a... užívá si jako tu rodinou pohodu a furt chodí ke mě a povídá si mim břichem, ne se mnou, ale s nim a každou půlhodinu se jako zvedne a jde na mě šahat a povídat s nim, tak jak se máš a furt se jako ptá, když neni doma, tak mi jako furt volá, což předtim jako moc nebylo.. takže pro mě je to strašně jako... nový.

## §14

### **Takže má i starost?**

Má starost, takže on se o mě jako zajímá a já sem za to hrozně šťastná, protože on se jako nikdy tolik nezajímal vlastně, nebo nedával to nikdy najevo a teď fakt tu péči a lásku dává najevo, takže já cejtím, že bych se nemusela bát, že bych na to byla sama. Protože to bylo dycky moje jako... to byl ten strach, ty si budeš pokračovat dělat umění a já prostě budu dřepět doma a starat se o dítě a tak to vůbec nevypadá, vypadá to tak, že jakoby půjdeme půl na půl. Protože moje první práce vlastně mám za 4 měsíce a v momentě kdy já prostě režíruju, tak on hlídá dítě, dycky mi ho přinese, já ho nakojim a já těch režii mám teďka mnohem víc než on v divadle, dělám tři velký projekty s tím, že on musí odjet se mnou mimo Prahu, protože mám jedno v Hradci a tam se mnou musí bydlet jo ehm... měsíc a fakt jedinou práci mít a to starat se o to dítě a vozit ho a to je muž, kterej je jako intelektuál ve vrcholných letech jako uměleckej šéf divadelního souboru, dramaturg jednoho divadla a ještě festivalu, tak to je vlastně taková jako velká oběť, že to.... ale mám jako pocit, že on se na to strašně jako těší a vlastně i mám pocit, že tak nechce, abych si ho jenom tak jako ňuňala pro sebe a vlastně jako, že je připravenej na to vstávat v noci prostě jo... každou hodinu a že je připravenej se mnou chodit, když třeba teďka v noci nemůžu spát a mám bolesti, tak on se mnou jako chodí po tom bytě a vlastně mě to až jako šokuje jo... že se takhle jakoby proměnil, ale ... člověk nikdy nevěří těm lidem kolem, že maj ten potenciál a prostě .... kdybych to jako tušila, tak možná bych do toho šla dřív, ale já sem se fakt hrozně bála, že na to budu sama a pro mě prostě pozice tý ženy, která je odsouzená jako k tomu starat se o to dítě sama, bez pomoci partnera byla dycky pro mě děsivá, pro mě to byl odstrašující případ prostě moje matka, která si

nemohla splnit své sny, protože s náma byla celej život doma a starala se o nás jo a viděla sem, jak je nenaplněná a prostě ehm... jak je nespokojená a jak je zoufalá, jak je na nás upnutá, fixovaná, jak nemá nic jinýho, jak je to až patologický jo vlastně ... takže z toho důvodu já sem se jakoby bála do týhle pozice ...

### §15

jako furt je to tak, že je to převážně na tu ženu a že že mám pocit, že já co teďka mám a doufám, že to tak bude pokračovat, takže je furt jako velmi nezvyklý nebo není to standardem, možná je to víc a víc, že ti muži se angažují jakoby v tý výchově ehm... moje kamarádky, tak jejich muži někteří šli na mateřskou, že prostě... nebo na část mateřský, že po roce se střídali. Což mi přijde supr, ale my jak máme to svobodný zaměstnání, tak jako my se chceme tak jako na tom podílet, jak jako to prolínat, že jako oba dva pracujeme a zároveň se oba dva staráme o to dítě jo... jakože já pul dne, on půl dne jo... vezmem dítě do divadla, sme s ním doma, když se píše. My jako hodně jezdíme do zahraničí, máme hodně rezidencí, takže když letíme do Švédska na 14 dní, bereme dítě s sebou, když jedeme do austrálie prostě hrát na tři tejdny, bereme dítě s sebou, prostě jako a jedeme společně, že to je ta naše práce, co jako děláme... takhle to doposavaď v našem souboru fungovalo i pro ostatní, jakoby tanečnice performerky, že ty děti malý vlastně brali s sebou, brali i partnery nebo matky a nebo chůvy, aby vlastně měli šanci ehm... zkoušet vlastně a během toho zkoušení se partner nebo matka starali o dítě, dycky ho přinesli na kojení a ona mohla pokračovat, protože ehm... vypadnout v tom prouktivním věku z týhle profese na tři roky, tak to do toho člověk znova nevejde, jako nevrátí se zpátky, protože to tělo se změnilo úplně a jako my furt musíme bejt jako v tom v kondici no v tom jako zaběhnutý, pokud chceme bejt na tý vrcholný úrovni samozřejmě ehm... takže vlastně se toho bojím teďka mnohem míň, když vidím, jak ten partner se chová jako, sem se toho bála přdtim... a samozřejmě, že mám pochyby a možná si to jako trošku jako... nebo je možný, že přijdou nějaký krize, je možný, že s tím jako budu chtít prásknout, ale myslím, že musíme bejt chytrý a udělat si to tak, aby nás to jako neomezovalo, aby jako že když začínáme mít pocit, že to nechceme dělat, tak prostě využít pomoci těch lidí kolem. A já vím, že muj manžel není, že by mě kritizoval, že primární pečovatel má bejt jeden člověk minimálně do jednoho roku dítěte, to mi právě říkal někdo jo, že to má bejt jenom jeden člověk, kterej se o to dítě má primárně starat a já na to říkám no ale prostě ne jako... já si to neumím představit, že bych byla primární celej rok jako, protože vím, že by mě to neuspokojovalo, že bych se cejtila jako obětí a už bych si to neužívala a naopak mám pocit, že to dítě, když si začne zvykat na jiný lidi, tak bude mnohem víc otevřenější. Ty matky, co kojí do dvou let a víc a jsou s tím dítětem pořád, tak já s tím jako vlastně nesouhlasím a všude a furt je s nima prostě permanentně a teďka jako ... hodně žen kolem mě jsou dětem dva roky a oni jim furt dávaj na to prso jo... a s tím pak s manželem, jejich otcem jdou tak na hodinu ven na procházku a pak už řvou, že chtěj zpátky k matce a to mě přijde jako ehm... samozřejmě je to o tom, jak si to člověk udělá, že jak si to jako nastaví a takhle bych to jako fakt nechtěla mít.

### §16

**To zní, že Vám ten partner v tom hodně pomohl, v těch myšlenkách na rodičovství a na to, jaká to je nebo není obět'?**

Jo jo, a já si ještě myslím, že kdyby to přišlo dřív, tak bysme možná takhle daleko nebyli. Mě je 36 a je mu je 40, teda 41 a je to fakt ehm... dlouho sme dítě mít nechtěli, a prostě pak sme se cejtili naplnený a nebylo to rozhodnutí jako teď chceme dítě, ne. My sme si řekli že to necháme jako jestli se zjeví nebo nezjeví a necháme to otevřený a pokud Bůh dá, tak skvělý, pokud ne, tak taky skvělý... jakože ty obě varianty byly ve hře, jako že jsou vlastně úžasné jo, protože bysme měli jinej způsob života a my bysme byli naplněný i tak jako joo protože ta práce nás naplňuje oba strašně moc, ale že to by fakt proces, že kdybysme tohleto chtěli absolvovat v pětadvaceti, tak tam vůbec nejsme mentálně a já bych rozhodně nebyla v klidu a vůbec bych se necejtila tak přirozeně a pohodlně v tý pozici a on vůbec ne jo jako... že až teď teprv cejtím, že sem jako připravená na to, to takhle mít, takhle o tom uvažovat.

### §17

**Že ste spolu dožráli?**

Jo jo, my sme spolu třináct let a museli sme si k tomu jako fakt dožrát vlastně k tomuhle, že to chceme takhle mít. Že kdybysme měli dítě jako dřív, tak fakt vím, že sme už jako minimálně

rozvedený jo nebo... já sem minimálně skončila s prací jo nebo... neumím si to představit, protože si myslím, že sme oba potřebovali splnit svoje určitý jako mety v tom životě a i se přesvědčit, že spolu chceme bejt, i žít od sebe, protože já sem pracovala v New Yorku, on pracoval tady, pak sem pracovala ve Washingtonu a on zase pracoval tady. I si vyzkoušet to oddělení i si vyzkoušet jako jiný lásky. Jako projít si tak strašně velkým procesem a transformací toho, že my dva se tak strašně milujeme, že musíme bejt spolu a to dítě je fakt až tím výsledkem toho velkého procesu a toho uzrání jako že až teď mám pocit, že sme jako zralý osobnosti jo...že já vůbec nechápu, jak to dělaly ty holky v osmnácti jo, jak měly ty děti dřív, třeba ta naše generace matek, ale tak možná, že to měly snažší, že třeba nad tím tak nepřemejšlely.

## §18

### **Jo jo jo. Jak se cejtíte v tom zdravotním systému?**

Jako musím říct, že je voprz tam jako furt chodit ehm... teď každej tejdén a já mám ještě porodnici v Rakovníku, takže je to docela komplikovaný, my nemáme auto, takže dostávat se tam je jako složitý. Nejdřív to bylo jednou měsíčně a to mi přišlo takový jako trošku zbytečný, protože tam člověk přijde, roztáhne nohy, doktor tam přijde, takhle mu tam vnikne prstem, změří ho, změří tlak a jde domů jo a a to je vlastně celý, takže tak. Já sem žádný kontroly neměla, ale zároveň chápu, kdy ta žena to neprožívá takhle snadně jako já, takže to jako je důležitý, že jí ujistí, že to jako je v pořádku jo nebo... že to ujistění toho, že to je v pořádku je důležitý a pak samozřejmě ten první ultrazvuk je úžasný, když vidíte to dítě, pro mě to bylo hrozně emocionální vidět poprvé to dítě... to bylo krásný, jenom si myslím, že je to trochu únavný v momentě, kdy je to rutinní jo... třeba mě mnohem víc udělalo dobře potkat se s dulou, která mi k tomu řekla nějaký jako jiný věci, když to ten lékař mi neřekne vlastně jako vůbec nic. Já k němu přijdu ehm... tak se svlíkněte, lehnu si, roztáhnou nohy, on se tam koukne, řekne dobrý a pošle mě k sestře a vlastně neřekne mi vůbec nic jo... vlastně tam se mnou nevede ten dialog a já bych třeba potřebovala nějaký věci vědět jo, nebo se na něco ptám a já třeba sž teď sem zjistila, že mi třeba dával celou dobu antibiotika jako jo a on mi neřekl, že sou to antibiotika. On mi to předepsal a řekl mi tohle berte a neřekl, že sou to antibiotika a já sem je teda moc nebrala, já sem hroznej lepml na braní léků, ale kdybych to brala, tak mám v době už třetí antibiotika jo během těhotenství a on mi to třeba vůbec neoznámil a takhle třeba... no a nebo mi rovnou řekl, protože má streptokoka, tak mi řekl, že rovnou dostanete antibiotika během porodu a konec jako jo a člověk si musí složitě dohledávat, proč jak, a k čemu a právě kvůli tomu potřebuje další konzultace, jiný lidi... protože se dozví úplný minimum o nějakých jiných variantách jo... a vrcholem samozřejmě bylo, kdy já tam ležim s roztaženýma nohama a on tam nade mnou stojí, skoro opřenej o to... a mluví o tom, jak současný divadlo je úplně na houby, protože co to je za strašnou tragédií, jak dneska dělaj tu operu, že to je prostě katastrofa. a já tam ležim, nohy od sebe a tak mu říkám, že se mi zdá, že jste nějaký konzervativní v tom pohledu na divadlo a on ze spoda jak konzervativní a jemu úplně jedno, že mluví k mojí vagíně (smích) jo a my si teda z toho děláme s mužem srandu jo, že by to byla úplně geniální scéna do divadla jo, použít to, jak tohle pro něj vůbec nic neznamená jo, zatím co já tam takhle ležim... jako já nejsem úplně cimprlich, že bych se cejtila jako nějak ach, že mě to ponížilo, to ne, ale říkám si tak hele jako dědku, víš co dělej si svý (smích). Takže to bylo trošku otravný, že sem to měla jako takovej rutinní proces, kde se člověk prostě vůbec nic nedozví, jenom se dozví, je to v pořádku, jako to je fajn, ale jako víc nic no... a teď ke konci, já mám teda skvělou porodnici v tom Rakovníku.

## §19

### **A jak tam pojedete až to přijde?**

(smích) my máme pár kamarádů na telefonu, který zkusíme obvolat, oni ví, že mám tenhle termín... oni tam jako rozdělený služby, že třeba sedmýho máme volat tomu a desátýho tamu a budeme doufat, že mě tam budou moci dovézt no ona je to jako hodina a tak já si myslím, že to nebude tak rychle, to je moje představa jako, že to stihneme v klidu a kdybych náhodou porodila v autě, tak jedinej dobře. Jako to by bylo to nejlepší, co by se mohlo stát, že mi do toho nebude nikdo zasahovat. A jak ste se ptala na ten systém... jako nejsem úplněj odpůrce, jako abych prostě řekla ne nejedu do nemocnice, budu rodit doma, to ne, přeci jenom i jako prvorodička si nebo se budu cejtít bezpečně, když budu vědět, že to co se mi děje ehm... kdyby to nešlo, tak jak to má jít, tak že se jako, že sou tam prostě přístroje a ty doktoři, který mě mužou v nějakým momentu

poskytnout tu, jako tu první pomoc, ale na druhou stranu ono je to jako mám pocit o důvěře a o těle a á mám jako pocit, že si jako věřím, že to jako zvládnou. Že to tělo znám a že mám pocit, jako že to dám jo a... a tak se jako. Je to takovej ambivalentní postoj k tomu jo... protože samozřejmě chci, aby to bylo co nej, aby mě dali co nejvíc prostoru jo jako... ale zároveň jako fakt nejsem, že bych to odmítala, to jako vůbec ne a ale chci tam mít jakoby nějakou jistotu, ehm... toho někoho, kdo bude jako kopat za moje práva, to znamená, že si beru jako svoji vlastní nebo .. tu dudu vlastně k tomu porodu, nebo porodní asistentku, takže bych chtěla, jako aby hájila moje zájmy, když se bude dohadovat o těch věcech a zároveň to není nějaká ezo žena a je to asistentka porodní, která tam pracuje přímo v té nemocnici, takže si myslím, že ten pohled bude takovej jako střízlivej. Pokud je to takový na mě jako příliš mnoho bylinek a příliš mnoho jako ehm...mastiček a nedej bože batiky a kamínků, tak jak to to... taky není moje cesta úplně jo.. ale spíš nějaký takovej jako střízlivej, lehce nad věcí jako přístup k tomu, že prostě to bolí a je to vostrý a a když to nejde jinak, tak to pujde jinak, ale je tam někdo, kdo mě jako dá ty možnosti asi. Asi ty možnosti jsou jako nejdůležitější no...

## §20

### **A ta porodní asistentka byla důvodem pro ten Rakovník?**

Ne, já sem s ní normálně... já sem chtěla rodit do vody prostě... a Rakovník byla nejbližší nemocnice, kde to jde.

## §21

### **Ani v Podolí?**

Ne ne ne v celý Praze se nedá nikde rodit do vody. Tam maj vanu, tam se může bejt v té první fázi, ale nerodí se do té vany. Ten Rakovník je fakt nejbližší Prej byli dřív ještě neratovice, ale teďka to tam nějak není nebo nefunguje nebo něco se tam pokazilo a Rakovník je jakoby nejbližší možnost, kde to jde, a pak ještě bylo Vrchlabí a tam se jezdilo, když to šlo a to jsou jediný místa, který sem našla... nevim, jestli na moravě něco je, ale já prostě... samozřejmě je to jako fakt ten vysněnej, ideální porod jo... do té vody ehm... oni ta maj to že jakákoliv komplikace je pak kontraindikace k tomu ehm.. porodu do vody prostě to znamená, že v momentě, kdy mi budou vyvolávat, nebo dávat oxytocin, tak nemůžu rodit do vody. To musí bejt stoprocentně přirozený. Jako jdu do toho i s tím rizikem a i jdu do toho s tím rizikem, že to třeba nemá plně ideální to oddělení šestinedělí, že je dost konzervativní, ale mě prostě tak nějak jde o ten proces. A pro mě ta představa, že si lehnu na lehátko a roztáhnou nohy je úplně jako nejvíc děsivá. A já vim, že podle všech jakoby referencí dostupných informací a vlastně hlavně i doporučení, protože většina lidí z mého okruhu rodila v Rakovníku, jako hlavně hodně umělců jako, tak ehm... o něm vim, že jsou tam jako velice otevřený jiným metodám a třeba teďka začali rodit dokonce, když jsou děti vlastně převrácený, že maj hlavičku nahoře, koncem pánevním, tak oni to rodí, jako jedna snad z mála nemocnic přirozeně, bez císaře a dělat to tak, že na to ani nesáhnou a dělaj to tak, že nechaj tu ženu. To mi teďka říkala ta moje porodní asistentka, že tady byly dva nádherný porody koncem pánevním a vůbec sme d o toho nezasahovali a vlbec a to je pro mě asi jako znamení toho, že takhle to chci jo ale... aby mě právě do toho co nejmíň zasahovali, že si u toho budu moct vyvádět, co chci, že se můžu stavět na hlavu, můžu si tam tancovat, můžu rodit v dřepu prostě, v kleče jo... zavěšená jo.. prostě jo ve sprše, v bazénu, asi protože ta nehybnost. Pro mě asi nejhorší je ta nehybnost. Bejt jakoby odkázaná na to ehm.. nějaký lůžko, kde člověk jako leží a teďka si připadá jako v nemocnici jo... že potřebuju cejtít naopak, že jako že to tělo prostě je živoucí, že žije, že se jako hejbe, že se to jako ehm... reguluje a že když ho fakt budu poslouchat a vnímat, tak ono si to udělá správně. Protože člověk se intuitivně nastaví do té polohy, kdy je to nejlepší a intuitivně zvedne tu nohu a zarotuej si a to dítě se posune a jako v momentě kdy leží a jenom e... vlastně tlačí, tak mám pocit, že to prostě nejde. Nebo u mě si myslím, že by to tak nefungovalo.

## §22

### **Že máte pocit, že tam bude respekt k těm vašim potřebám?**

No... ehm.. hlavně spíš jako svoboda, že mě jako nebudou nutit ehmmm, co se běžně dělá a že to hodně nechaj na mě, že vlastně tam bude ta důvěra, že to jako zvládnou.

### **A byla ste na nějakym kurzu? Nebo jak jste se připravovala ?**

Ne na žádném kurzu jsem v nemocnici nebyla, nic takového, měla jsem dvě konzultace s doulou, ale spíš jako ještě o tom ehm... to první bylo, že to bylo ještě o tom těhotenství a tak a to druhý bylo víc o tom, jak se připravit na ten porod, naučila sem se ehm... spinnig babyes, což je taková metoda, jak správně přetočit to dítě a připravit si ho do těch porodních cest vlastně, aby šlo správně hlavičkou dolu natočený jako obličejíčkem dolu, to s mym mužem děláme, to se dělá s partnerem a cvičí se se šátkem a on takhle nadzvedává to břicho a tak s nim krouží takhle takže on to dítě jakoby mi pomáhá mi nastavit do té správné polohy, tak tohle určitě děláme, protože sem měla pocit, že sem ho měla furt jako na zádech otočený, protože spím jako na zádech celý těhotenství bez problému jako to... takže ono bylo taky na zádech, což není dobrý pro ten porod, takže se ho snažím přetočit dopředu i tím, jak sedím, že už nespín na zádech, jak se hejbu, že už si každý den prostě dělám svoje rituální pohyby a říkám mu hele... tak tohleto bylo přínosný tohle s tou doulou a bylo i přínosný se dozvědět něco i o bylinkách, že streptokok se nemusí léčit antibiotikama nutně a může se léčit přírodně a můžu se nechat přetestovat a tak, to mi v nemocnici třeba vůbec neřekli no a ještě a ještě teda do čeho trápím mého muže je že tak to je do masáže hráze, tak to mjsí dělat... jako nedělá to rád, ehm... myslím, že to ho otravuje a ehm... mám pocit, že se snaží na to jako ani moc nekoukat, já nevím... já samozřejmě nechci si zrujnovat náš sexuální život, že bude mít tyhlecky hrůzný jako zážitky toho jako že bude mít před očima co musel dělat, tak se u toho jako trošku hádáme, protože já ho furt obviňuju, že to nedělá s radostí a on říká, co a mám u toho skákat, tak to je takový jako nutné zlo, nebo já si myslím, že mi to pomůže, mám takovej pocit, ehm... tak tohle no a jinak ehm... sem dělala ... o a to je ta věc, tkerou si myslím, že je hrozně dobrý ehm... já sem chodila na ehm... lekce jenom one by one na prenatalní jógu, ale ehm... k instruktorce, kterou jsem znala předtim, ale já nejsem vůbec na nějaký skupinový jako prenatalní jogy, to jako vůbec jo a to hlavně není vůbec tohle jo a ona ehm... pro mě bylo důležitý, že sme to barli jako duchovní praktiku, jo... to znamená, že sme to propojovali smeditací, s dechem, s dechovými cvičeníma, s hlasovými cvičeníma jo.. a že to bylo vlastně ot om naučit se uvolni jo... a že sem se vlastně jako během těch deseti lekcí jako učila uvolňovat a dýchat, protože si mylim, že je pro mě jako důležitý a jako tanečnice já mám strašně stáhlý svaly že jo... úplně jako extrémně namakaný břišní svaly a to... a teda já se učila uvolnit to pánevní dno, který mám super perfektně vymakaný a jak jako... si to dovolit si to pustit a a... to mě strašně pomohlo no, jako vlastně když.. že jsem jako hodně pracovala teď musím říct s tím tělem, že sim se snažila to tělo nějak přizpůsobovat tomu, aby dokázalo jako pustit no...

### §23

**A když mluvíme o tom těle, tak t tělo je pro vás nějak důležitý že jo... jak vnímáte to, že to tělo je teď jiny?**

Jo... no já sem přibrála hodně, 17 kilo mám nahoře vlastně a... samozřejmě, že vnímám i to, že sem jako ztloustla, že to není jako jenom to břicho, že se mi fakt z toho vymakaného vysportovaného těla udělal ten podkožní tuk... jo že mám celulitidu na zadku jo mám velké zadek a stehna mám jo prostě...že jako tady ta část no.. ze zádu to na mě jako poznat není, ale prostě, ale fakt jako chci povolit ty svaly a... a že tam cejtím samozřejmě jak sem těžká, jak se s tím tahám s těma kilama ke konci, ale já teďka až poslední ten měsíc jakoby připouštím, ehm... tu animální polohu fakt takový ty samice jo... takový ty jako já si fakt připadám, že sem ten prostě jako ten naprcanej pták, obrovskej jako v tom si hnízdí jo... než vyprdne ty vajíčka, tak tam sedí v tomhleto, má tam tu pánev prostě obrovskou a jako už mě to nepohoršuje jako vlastně že jakoby cejtím fakt tu jako tu primitivní jako podobu tělesnou, to ženství takový, takovou tu věstonickou venuši takovou tu jako fakt, že se to proměňuje do té bohyně vlastně se mi to i docela líbí, když najednou s tím břichem kroužím a s tím zadkem velkým prostě jako jo... a tak prostě to tak občas dělám doma a jako toho muže mého, kterej je dycky to jako komentuje s lehkou ironií jemu vlastní jo ale, že mám pocit, že jak sem byla zvykla fakt mít jako perfektní tělo nebo pracuju s tělem ehm... často jsem málo oblečená na tom jevišti, musí bejt to tělo jako dokonalý že jo... tak sem si myslela, že to budu jako snášet mnohem hůř a že budu chtít bejt takový jako abych moc neztloustla, moc nepřibrála jo... a naopak, že naopak vlastně jako já fakt cejtím tu proměnu toho těla do toho zvířete.

### §24

**Že se vám to zdá takový i přirozený?**

Jo, přesně i se mi to líbí jako jo... že jako vlastně si to užívám a teď se jako nikdy neholim a sem jako chlupatá a prostě velká a prostě a jako jo... jako já mám pocit, že to tam s tím nějak jako jde, že najednou... nevím kdy jindy se ti má člověk užít, tohle tělo jako, který v sobě nosí to dítě jo... to je hrozně zvláštní stav jo... a velké posun mentální jako pro mě jo... ehm... nejsem dovolit si to, ale užít si to a považovat to za krásný, to si myslím, že je asi největší posun, považovat i tuhle jako velkou ženskost za krásnou no...

#### §25

##### **Když se řekne, třeba teďka porodim?**

Hurááá, kéž by. je to hurá, úplně já furt říkám, tak co, tak co třeba dneska, pojd' pojd'.

##### **A vnímáte na sobě známky, že se to blíží?**

Právě že moc ne, právě že ne, hrozně ráda bych ehm... že vlastně si říkám jako jak bych ho mohla popošťouchnout, aby už chtěl jít jo... tak zkusím nějaký pohyby a cviky jo... jako nechci zatím dělat takový ty vyvolávací věci, to jako ne, ale je to jako... třeba sex jo... to jo, téma příjemnějšíma metodama, to jo ehm... masáže chodidel, prostě jo, takovýhle jakože tmu se nebráním, spíše vyhledávám a vlastně, čím dřív to přijde, tím ti bude lepší pro mě, protože já nechci říct, že sem netrpělivá, to ne, ale já sem jako připravená...

#### §26

##### **Jo... že už není na co čekat?**

Přesně, není na co čekat, on je hotovej jako jo... tak ať už jde jo... že prostě tam nemusí moc jako se loudat... my se na něho fakt strašně těším, sme připravený, všechno mám připravený, což sem fakt jako připravená sama ze sebe, že sem jako fakt zodpovědně sem jako chytala ty věci.. jinak sem takovej velkej improvizátor na poslední chvíli, nebo to nechám na náhodě, ale já sem fakt jako zodpovědně nachystala postýlku, přebalovák, přeprala oblečky třikrát.

##### **Sbaleno máte?**

Sbaleno mám všechno, já se nepoznávám jo v tomhlectom.

##### **Je to taky ta transformace?**

Jooo noo joo, a říkám si, že když už sem jako takhle všechno jako mám, tak na co čekáš, jako pojd', my sme připravený. Takže čím dřív přijde, tím lepší a budeme jako. Protože já už potom... jako mentálně už sem jako na tý... nahoře, jako že to je takovýto že všechno má svůj čas si myslím a ta energie jakoby roste roste a to je jak když představení, máte ten peak, jako ten klimax ten vrchol jo a tak jako v momentě, kdy to přetáhnete jo... tak ta energie jako spadne jo... a měl přijít ten klimax měla jako přijít dřív, když to jelo nahoru a tady to jako je...

#### §27

##### **A vy už tam ste?**

Já si myslím, že už tam jako se... a nebo téměř sem, jakože sem jeden krůček předtím klimaxem, k tomu, abych jako řekla teď sem tady, pojd'.

##### **A je ještě něco, co byste chtěla dodat, jak se máte, co řešíte, co jsme třeba neřekly?**

(Pauza). o Porodu sme se bavily, o tom, co to vlastně znamená mít dítě, to je takovej fenomén. Je podle mě strašně důležitý k tomu jako přistupovat jako lehce s nadsázkou jako nebo s tím humorem mám pocit. Já nemám moc ráda takový to jako sebepožívání, takový to jako hm... čekám mimíska a teďka na mě buďte všichni jako strašně hodný jo, já sem ještě minulej tejdén dělala standup jo o těhotenství jo... což bylo jako hrozně dobrý. To sem si strašně užila, lidi šli se mnou a fakt se strašně smáli mým fórům o tom právě přesně ... já sem šla takovou jako dost feministickou vlnu právě o tom vlastně ehm... jak takový to vlastně jak ta... despotická samice sedí na těch vejcích a peskuje tyranizuje toho muže, jak jí musí obskakovat a nosit jí ty žížali prostě, protože jediný co jí zajímá je to jídlo jako a odpočinek jo... a on jí musí dělat ty věci, jak jí s odporem masíruje tu hráz jo a... ona ho jako týrá a protože teď je na koni jo a jak dostává pěkný romantický nálepky ... přežraná panda a opuchlá žába a takový věci, takže je důležitý i to jako nebrat to tak jako strašně fatálně. Ono to jako fatální je ve svym důsledku, ale člověk se nesmí sebe prožívat do takovýho toho sentimentu... do takovýho toho jako sem padlá květinka ... do takovýho toho teďka sem



nejdůležitější na světě, protože pak je člověk fakt upnutý jenom na to a mám pocit, že ztrácí jako náhled a že je potřeba ... i když sme na tý hormonální vlně nahoru a dlu, tak je třeba zachovat si, že furt sme to my jako jo... furt je to naše osobnost jako jo...a není to, že teď přestanu bejt tím, kým sem a začnu bejt matkou a najednou mimísek prostě bude úplně všechno na světě jako a já už nejsem. Ne, já furt se ma on je důležitěj. Jako aby ta matka si zachovala tu ženu, nejenom tu matku jo, to svý já jo... jako to svoje bytostný, aby se nedefinovala jenom v tý roli tý matky jo... to si myslím, že je strašně důležitý a k tomu pomáhá jako ten odstup a ten humor ... Jako oukej, sotva se valím, ale jak je to legrace no... patří to k tomu, je to součást toho a musím si to jako užít, tuhlectu jinou jako roli.

**Super. Tak moc děkuji.**

## **Příloha F: Dita**

### **§1**

**Takže ty máš termín 26. vid'?**

Jo jo, v pondělí.

**No a dneska je... středa, tak jak se máš takhle krátce před porodem?**

No jako furt mám jako ty strašný bolesti břicha jo... ale furt mi ta plodová voda neteče, jako nemám žádný stahy nic, tak já jenom čekám na ten den, kdy si večer řeknu je... a jedem. Já totiž musím ještě jet dřív, já tam mám nějakou jako bakterii, takže tam musím jet dřív jako kvůli tomu... jako já mám to břicho jako fakt tvrdý no... oni mi chtěli dělat toho Hamiltona, s tím já moc nesouhlasím.

### **§2**

**A nenechala sis ho teda dělat?**

Zatím ne, oni mi ho teď chtěj dělat, ale jak já mám tu bakterii, tak by mi mohli zanést infekci... a já sem si všechno načetla, takže... a já furt čtu, lidi si ze mě dělaj srandu.

**O porodu si čteš jo?**

O všem možným, co mě zajímá, no...takže tak no...takže čekám na pondělí na kontrolu, co tam bude, co mi udělaj, protože mi ho chtěj vyvolat hnedka...

### **§3**

**Jakože v pondělí ti ho chtěj vyvolat, když neporodíš?**

Hmm jo no... chtěj to zkusit tím Hamiltonem a mě se to prostě nelíbí zatím, kvůli tý bakterii no a ... teď mě vyšetřovala porodní asistentka... nevím, jestli porodní asistentka může vnitřně vyšetřovat?

**Já myslím, že jo.**

No dobrý, já sem si to totiž někde hledala a nemohla sem to najít, tak sem z toho začala bejt nervózní, protože sem po tom krvácela... a sem v Podolí no... takže tak no... to já vim, že asistentky roděj, ale mě to tak bolelo, že sem si říkala, jestli mi toho Hamiltona už neudělala. Já vim, že oni ho občas dělat, třeba ségre ho udělali a vůbec se jí neptali víc...ale to sem... to už porodní asisterky dělat nemůžou. To vim určitě i jsou kvůli tomu volala svojí gynekoložce a ta mi řekla, že ne... tak doufám, ež si ta sestra neřekla, že já jí ho teda udělám. Na břicho mi teda nešahala, prej se u toho šahá na břicho, tak snad...

### **§4**

**Jasně... takže ty teď jako čekáš. Si říkala, že ti tvrdne to břicho, takže nějaký příznaky ještě máš?**

I na monitoru sem měla lehký kontrakce na monitoru, protože ona za mnou přišla a říká nebolí vás něco a já říkám ne nebolí, a ona aha... no že ste tam měla kontrakci a já říkám, že to necejtim. A on se chudák brání, protože na monitoru spí že jo... na monitoru ho čutaj a on je teda čutá taky.

### **§5**

**Je to kluk teda?**

jo jo... a minule jí dal takovou kopačku. No a nespím že jo... to ještě mám skvělý sousedi, ale tak to je jinej příběh no... takže člověk nespí a je to takový no...asi to všechno znáš.

**A když nespíš, tak jak vypadá ten nespánek?**

Jo no jak vypadá (smích)... já můžu jenom na bok, a ani trošičku nemůžu na záda, abych jako neležela na tý žíle že jo... a najednou začnu mít kopačky přes celý břicho, tak říkám zkusím druhou stranu nic, tak si sednu... no a já tam mám ještě takový ty mantynely že jo... no a když už teda

usínáš, tak jako partner vedle tebe začne chrápat z toho sem teda nadšená, takže třeba dneska sem usla ve čtyři v půl pátý, to pak přišli sousedi, tak bylo veselo no a...spala sem do sedmi, to vstává Jenda do práce, usla sem v devět a spala sem do dvanácti... takže tak 4 hod'ky denně, teď tak každý den... tak už chci, aby to bylo venku. Přemejšli, co jako budu dneska dělat, jako jestli vytrů, umeju okna (smích), nebo já nevím, fakt nevím...

## §6

### **Tak ti přeji, aby to to co nejdřív dopadlo.**

no ale myslím si, že bude tvrdohlavej po mě a že on tam zůstane až do konce.

### **A jak si říkala, že máš ty knížky, jak ještě vypadá tvoje příprava?**

No moje příprava vypadá (smích)... hele nejdřív sem začala jakoby, mě zajímá ten psychomotorickej vývoj dítěte... tak já jako jak mám vystudovanou zdrávku, tak vim spoustu věcí o těch dětech a o tom vnějším prostředí, takže se hodně připravuju na to, co jako přijde, hlavně manipulace... protože já nesouhlasim s některýma těma manipulacema s dětma, jak se teď kon... nebo jak to dřív dělaly babičky a tak... takže já to chci trochu jinak, prostě ty polohy jiný no.., abych mu hlavně nepoškodila tu páteř, což ty babičky jako většinou dělaly, že ho vzali do ruky a teď mu tam takhle klinká ta hlava, to mě vadí... takže čtu a čtu a čtu a lidi se mi smějou (smích), protože oni mi dycky něco řeknou jakože no... a připrav se na tadycto a já jakože jo jo, já vim, co mám dělat, tohle to a tohle to.. víš jakože tak si to představuju a možná je realita jiná no... tak uvidíme.

## §7

### **Tak když se takhle připravuješ na to miminko, jaká je tvoje představa, až se vrátíš z porodnice?**

Až se vrátím? tak hlavně aby mě nikdo neotravoval doma... no... chci mít klid... nebo jak to myslíš?

### **tak jestli máš nějakou představu, jak to bude vypadat.**

Jako takhle vůbec nepřemejšlim, jak to bude vypadat, protože to je jako těžký říct, jak to bude vypadat. Přijdu domů a čekám, že bude hodnej a spát celou noc a nebude řvát (smích)... ne tak jako těšíme se oba dva hrozně, ale je to jako takový že člověk neví že jo... takže až porodím ,tak uvidím, co dál. Jestli bude zdravěj, jestli se nenakazí nějakou tou bakterií, takže spíš tak jako přemejšlim, abych nebyla dlouho v tý nemocnici a ještě já moc nejsem společenskej typ, takže pro mě jako... nechci, aby mi někdo domů lezl. Do porodnice nesmí nikdo, to už se snažim jako nějak omezit a domů nechci aspoň pět dní nikoho ani vidět, takže.

## §8

### **Chceš mít klid prostě.**

No... ale to nechápe jedna část rodiny ... jako moje máma je v klidu, ale rodina partnera ty ne, ty ne... sem si vybrala teda...

### **Jak si udržet ty hranice?**

No ale to moc nejde...je to jako... už když se třeba jako bavíme s Jendovo mámou ,tak sedíme a ona, že už se těší, až v tom roce za ní přijde ten vnouček a řekne babičko, já chci u tebe spát a já na ní: Tak v roce vám to asi neřekne a v roce u vás spát určitě nebude. A ona jako proč a já říkám no protože já mám pocit, že ty děti by do toho jednoho, dvou let měli jako bejt s těma rodičema a ne ráno jako se probudit bez nich.... no tak začala bejt jako nervní, začala bejt jako hnusná, že moc čtu a tak... takže pak mi začala nadávat, že čtu.

## §9

### **Že jako nerespektuje to tvoje?**

No... já se bojím, že jako budeme mít hádky. Takže se spíš jako bojím, že až přijdu domů, tak všichni jako budou jako esemeska už už a už tohle a už ste porodili a kdy se můžeme přijít podívat

a co máme koupit. Já mám všechno já nic nechci, víš já si všechno koupila a takový no... spíš jako mám strach.

**Takže ty k celý tý nový životná situace ještě řešíš, aby sis vůbec uchránila před okolím to svoje, jestli do dobře chápu?**

No...třeba už teď tak jako říkám, jak bych chtěla, aby se s nim manipulovalo s tím dítětem a nebo jakoby takhle a celkově a už to je tak špatně víš... jakože je to takový... a jenom tlak z přítelovno rodiny, ne z mojí. Mojí mámě je to jedno, moje ségram á dvě děti, to už moc nezajímá, že bude mít třetí vnouče že jo (smích). takže ... jako já mám i malou sedmiletou ségru, takže mamka to měla nedávno, tak je jako fakt aková, že jí je to jedno. ale ta druhá strana no...

#### §10

**Tak ti budu držet palce, aby se ti podařilo to nějak uchránit.**

No to já tam nebudu jezdit... a to mi jako bylo řečeno,že jako já nebudu žít v Praze s Jendou, ale budu žít v Lázních a Jenda za mnou jako bude jezdit o víkendu.

**Jakože budeš bydlet s miminkem s tchýní?**

jo jo... ona řekla, že sem jí to slíbila. Tak sem jí řekla, že sem jí to teda rozhodně neslíbila (smích)... tak nevím, co budu dělat, se tady asi zabarikáduju, takže spíš jako se bojím tohodle no... že jako prostě přijdou a to dítě ti spí a oni ho jako budou ho chtít budít, protože se budou chtít pomazlit ááá babička přijela, tak dítě prostě bude vzhůru.. .tak uvidíme. Přinejhorším budou přededvěřma a domů je nepustim (smích).

#### §11

**A jak si říkala, že se bojíš toho porodu, tak jak to vypadá to bojení se?**

Jako hele, takhle ... třeba mě bylo doporučováno, jako i gynekolog mi říkal, že to je dobrá věc cvičit s tím míčkem, tak sem jakoby začla a jako mám jako sebevědomí, že vim, jakej tlak je tma jako dole... no ale teď je to takový, že tam přijdu ,něco se stane .. víš jako já se nebojím bolesti, to mi je úplně ukradený, ale bojím se toho, že se něco stane víš... a jako hlavně aby se jemu něco nestalo, že mě je jako jedno cokoliv se mě stane, ale jako aby jemu... a jakoby víš co, jak já mám toho streptokoka, tak četla sem ,že to má spoustu ženskejch jo... sem si nejdřív říkala, jestli nejsem špína a i sem se ptala sestry a ona, že ne, že mám bejt jako v klidu a tak sem si o tom jako načetla no a mám strach aby pak neměl zápal plic nebo cokoliv že jo... aby tam chudák nemusel bejt dlouho no... takže spíš se fakt bojím o něj a né o sebe... to je mě jedno nějaká bolest, to myslim že to vydržim ,ale pak možná budu mluvit jinak (smích)... uff mám zas tvrdý břicho no...

#### §12

**mě říkala jedna porodní asistentka, že čím víc si na to břicho budu ke konci šahat, tím víc bude tvrdnout.**

Já ho ale takhle hladim, já ho chráním a chci mu dát najevo, že na to neni sám (smích)... si s nim i povídám prostě ... tak já sem jako takovej, já děti miluju, já pracuju s dětma a to...já sem na děti hodně, takže pro mě je tohleto jako úplně nejvíc na světě víš jako... jakože to nejdůležitější, ta rodina byla pro mě... tak uvidíme, co bude dál... jako druhý dítě... jako brášku ségru mít zatím nebude teda (smích)... ty se u toho hrozně musíš bavit pak, když to pak posloucháš a přepisuješ. nebavíš se u toho?

#### §13

**Jako mě to dost baví, jakože se bavim, ne, že se směju, ale že mám zájem.**

No já bych se smála, kdybych se slyšela a poslouchala to svoje R...

**No vidíš a mě to ani nenapadlo, až teď když si to řekla.**

No já sem z toho hrozně nezvozní, už když jsme vybírali jméno víš... třeba tchýně naléhala na Jaroslava, a to já sem striktně řekla, že v žádnym případě, tak sem vybírali jméno a muselo to bejt bez R (smích)... jako toho se dá zbavit, ale se mnou nikdo nikam nechodil a v dospělosti, když sem

chodila na logopedii, tak mi to moc nejde... spíš, aby pak malej neřekl ježiš mami, co to říkáš...aby se pak za mě nikde nestyděl.

#### §14

##### **A jak teda vypadá ten tvůj den teďka?**

No tak Jenda jde do práce, já si vezmu snídani do postele a čaj, tam se najim, protože mě jako pak bolí břicho, když nejsem najedená, což mi přijde, jako kdyby si říkal mámo dělej jez. Tak se najim něco, ležim v posteli, pustim si pohádku, občas mu zpívám, povídám si s nim, než usnu a říkám mu, co jako budeme dneska dělat, pak usnu a probudim se a sem úplně hotová, takže jdu do vany, tam sem třeba dvacet, půl hodiny, hodinu, aby mi to břicho jako změklo a to no... a pak jenom ležim protože nejsem schopna už ani uklidit. Teď ten jako poslední tejden. Předtim jako sem myla okna a všechno a teď už se cejtim taková jakože nepoužitelná a je to jako takový až blbý, že sedim doma a mám ten bordel kolem sebe a říkám si no jo... ale pak třeba jako v jednu hodinu ráno mám tolik energie, že bych mohla uklidit celej byt a vysávat. Takže nemáme úplně uklizeno... nejde to.

#### §15

##### **A jak to vypadá oproti tomu, než si nebyla těhotná? Ty si hodně sportovala ne?**

Jo hodně no...takže ze začátku sem hodně cvičila, ale začla sem strašně nabírat, takže sem posilovala takový ty partie, co sem mohla, abych jako mohla nastoupit hnedka na hřiště no... a to už pak nešlo, protože sem nabrala třeba 6-7 kilo za měsíc ale jako svalový hmoty no z toho posilování, tak sem tak začala dělat něco jinyho, trošku jinej pohyb no a teď nedělám nic... kila už nahoru nejdu, svaly už nejsou žádný a já bych jako třeba v lednu chtěla začít hrát... jestli mi to bude dovoleno no... a pak bych chtěla jako začít hrát no a uvidíme no... předtim sem to měla tak, že ráno sem šla do práce, v pondělí většinou ráno do práce, tam sem byla do 4, pak sem jela na trénink do písku, Z Písku sem se vrátila v jedenáct.

#### §16

##### **Jako do jižních Čech?**

jo jo, já hrála za Písek... jako je to teda nejvyšší soutěž, ale ten Písek není zas až tak dobrej no.. jenže já sem se do Písku tak jakoby zamilovala, že tam je skvělá parta, tak sem tam zůstala... teda stejně mě nikdo nikam jinam nechtěl (smích), co si budeme povídat jako do tý vysoký soutěže a tu nízkou já už hrát nechtěla, kvůli zranění, takže já už sem tam zůstala hrát dál, ale nevím, jak budu, jak to dáme dohromady všechno... takže jakoby nonstop, furt sem něco dělala. Úterý sem měla uklízení, když sem přišla z práce, to se mměla jedinej den volno, takže sem uklízela... víkendy zápasy, jezdili sme i do Michalovců, takže člověk jako furt někde a teď...

#### §17

##### **Je to rozdíl asi že?**

Strašnej... a to ještě když mě nikdo nevytáhne ven, tak já nejdu. Já odmítá někam jít. Minule sem byla na 4 hodinový procházce do kopce, no to sem myslela, že pojdu úplně ... to sem usínala v tom předklonu... no tak se jako bojím, abych se do toho dostala zpátky. Tělo sem měla samej sval a teď je to takový jako docela rozkydlý...

#### §18

##### **A jak tohle zažíváš, tu přeměnu těla? Z vysportovaný postavy...**

Myslíš do vorvaně (smích)...takhle bych to jako specifikovala... ne je to tak... a ono se teda říká, že kluk ti přidává na kráse a holka bere jako no... ale je to strašný no, když se podíváš na ty nohy a vidíš ty strie a teď používáš ty oleje a ten krém a oni píšou, že ti pomůžou a ono nic...jako jako... mě třeba jako vadí nejvíc ten zadek a břicho že jo... břicho sem měla jako ty... buchy a nohy sem měla no... jestli to dám zpátky dohromady no... co se bojím, jediný, co mě štve je že mi těhotenství zkazilo celou postavu... ale jako stojí to za to, zatím teda... (smích).

#### §19

##### **Ty říkáš, že tě to štve a tak se u toho směješ, tak nevím, jak to máš vlastně?**

No tak člověk jako asi... kdybych z toho byla hotová.. jako padla na zadek, seděla doma, nevyšla bych a říkala si ty bláho, to nemůžu jít ven, co o mě řeknou... né, hele tak jako... chtěla sem těhotná bejt, tak to musí vzít se všim všudy. A já se tomu směju.. jako fakt břicho mám třeba pěkný, to je nejhezčí na celým těle je moje břicho jo... začíná mi vorvanět až ten zadek no... ale v pohodě hele, myslim si, že jiný těhotný na tom sou tisíckrát hůř... jakože sou nateklý... ty ženský se mnou na těch monitorech sou nateklý a já sem na tom relativně ... jako mnohem líp než oni, když to tak řeknu.

## §20

### **A ty si i docela mladá ne? myslim oproti pražskému průměru?**

No hele mě to tak nepřijde, třeba některý ty maminky, co tam vidim.. tak mi přijde, že sem skoro nejstarší... jako sou tam některý prvorodičky... já totiž kolem sebe mám samý mladý holky, co maj děti, neříkám, že jenom v Podolí, ale znám 23, moje mladší ségra má 2 děti...ted' chce třetí a já začínám a končím (smích). Takže jako... musim to vzít sportovně no... když budu chtít, tak to tělo dám do kupy, za se mi neni padesát, abych na tom dřela měsíce. Mám nějakou svalovou paměť... doufám. Jako když sem předtim si sáhla na stehno, tak bylo tvrdý a ted' se mi propadá prst (smích).

## §21

### **A jak se jako cejtíš v tom zdravotnim systému, ve kterym si zachycená?**

No tak moje doktorka je taková salámistka a mě se to jako líbilo... a ted' mám jako tu porodní sestru, tu zdravotní asistentku jako takovou od rány. Jakože jí něco řeknu a ona ne, tak to neni, jo prostě je taková jako... mě to nevadí, ale ale jako v Podolí... hele já sem si vybírala porodnici, třeba konkrétně Podolí, protože tam rodila kamarádka a jako fakt jí zachránili jako malýho a sposuta lidí, co tam rodili sou spokojený, já sem chtěla původně Apolináře, kvůli tý budově a chtěla sem si připadat jak Harry Potter, ale nakonec sem slyšela jakoby špatný recenze ted', takže sem se rozhodla pro to podolí no... je to tam fajn, ale jako čekáš no... jako připadáš si jako kus no...jakože oni maj 13 porodů denně že jo... nebo kolik to říkala ta asistentka ... že v neděli měli 13 porodů že jo... a 8 boxů no... tak to sem zvědavá teda, tak sem zvědavá jako jestli budu rodit na chodbě no... že to je ted'kon jakoby hustý, protože maj ještě jakoby nějakou rekontrukci no... takže já sem chtěla nadstandard, což sem z toho nervozní, protože ho asi nedostanu, protože sou jenom dva ze 14, protože je předělávaj a já moc nejsem družná, takže pro mě bude jako spíš těžký přežít ... nebo ne jako přežít... ty dvě nebo jednu maminku se mnou na pokoji. To nedám, Já nevim, jestli si dám plentu, já sem jako ještě stydlýn a takhle, takže pro mě to bude jako spíš náročný no... a může se stát, že mě nevemou v podolí, že tam přijedu, řeknou, že maj plno a já pojedu do Vinohradský, to mám za barákem... hele jako počítám s tím... a ta Vinohradská ta je jako super ... jako oni nemaj ten systém, aly bylo mi řečeno, že když jakoby se jim povedou 2000 porodů za rok, tak by jim zrekonstruovali sály a všechno no... takže spíš si tma jako připadáš jako kus, ale asi v tom množství no... ale zase jim jakoby věřim v tom, že opravdu na to musí bejt připravený, je to péče o matku a dítě, člověk věří, vidí ty doktory. Jako zase s tebou zacházej empaticky, neni to jako, že by s tebou mluvili jak s pövlm nebo tak něco...

## §22

### **A jakou podporu vnímáš od partnera?**

Takže za prvý to bylo naše rozhodnutí, to nebylo jako abych mi řekla, tak hele, ted' dítě a hotovo, ne ne, čekali sme až dodělá vejšku... a jako on se fakt stará. Já když se jenom pohnu v posteli, tak on už je na stráži a jedeme, v pořádku láska, děje se něco? Říkám ne spi, všechno v pořádku, dobře. Já se jenom pohnu a on už že jedeme do porodnice, jakože on se fakt snaží. Nic mě nenechá. Žehlí jo... ted' tam podle mě žehlí, no jakože fakt mě nenechá vůbec nic dělat, nadává mi, když uklízim. A fakt je takovej no... že mě neomezoval ve věcech, co chci koupit, jakože to se mi taky líbilo, že sem si řekla, že i když to stojí,... jako bylo to drahý nějaká pomůcka a já sem jí prostě musela mít, tak sem si jí prostě koupila a on nic prostě, jakože mě v tom neomezoval. Jediný co teda, sem něco ted' chtěla koupit (smích) a on se tak jako zeptal, jestli jako je to nutný jo... ale je fakt jako v pohodě. Jako cejtím podporu fakt velkou. Si myslim, že to dítě je ted' po něj důležitější než já (smích), on přijde domů a první co jako pohladí to břicho, řekne mu ahoj, je tady táta, jako aby si i

zvykal na jeho hlas... a pak na mě teda ahoj... hlavně pro něj je teď to dítě, i když sem to u něj teda nečekala, že to takhle bude, ale sem spokojená... někdy je to až moc víš, jakože člověk potřebuje něco udělat, já nejsem nemocná, já sem těhotná... jako on si bude brát i ten tejděn tu dovolenou no... tak jako i kvůli tomu prvnímu doktorovi, když já ho mám hnedka vedle baráku, ale víš jako chtěla bych, aby byl u toho doktora, aby ten doktor ho znal, kdyby cokoli.

### §23

#### **Budeš ho mít u porodu?**

Jo jo, on chtěl sám, dobrovolně. Já sem teda říkala, že bych ho tam chtěla a on že jo, takže uvidíme, jak on to zvládne. Sem říkala, že musí bejt jedinej u hlavy, že jinam ať nechodí (smích).

#### **A jak myslíš, že on to zažívá?**

Hele on si to strašně dlouhou dobu neuvědomoval. Jakoby do třech měsících se jakoby o tom nesmělo jako vůbec bavit, aby se to nezakříklo a vůbec jako nic a teď jako, teď je takovej jako, že furt jenom se stará o něj... nesmělo se o něm mluvit do třech měsíců... spíš pak jako rodina byla taková jako... že nás naháněli a kvůli jménu a volali, takže ... jako takový jméno že né a jako jak mu budou říkat... my máme Mikuláše ... no chudák, bude to mít Mikuláše, svátek, narozeniny, Vánoce, všechno dohromady že jo... no... tak ale Mikuláš chodí 5. svátek je 6., tak se to rozloží... né, jakože spíš se jim to nelíbilo no... chtěli něco jinýho všichni... tak sem řekla, že ne. Příjmení bude mít po něm teda... já teda chtěla původně aby měl po mě, ale nakonec sem teda řekla, že jo... manželé nejsme, slibuje už 3 roky no... tak sme spolu 9 let.

### §24

#### **A jaký to je, když se třeba jako řekne, třeba teď porodim?**

Tak super, hurá... jako člověk jak si s nim furt povídá, ale neví, jak vypadá, víš jako a jak ho poprvé ucejtíš, jak ti ho přiloží na tebe a... jako já bych ho už tak pomačkala, je tam jako ta hrozná láska, člověk už by ho chtěl mít u sebe ... jestli to bude takovej ten buclík, jako já, když sem se narodila... jestli mu vůbec nějaký oblečení mu bude ... tak uvidíme. takže já se jakoby těším na to až to přijde, nato, až ti bude i za mnou všechno, i to že se třeba jako nevyspím... tak jako to je, ale aspoň si pak lehnu na břicho, takže tak...

### §25

#### **Jak si jako představuješ ten porod?**

No tak že za dvě hodky bude venku (smích), tak né, jasně ... tak jako já doufám, ež třeba do toho dne porodim, že to nebude trvat dýl jak 24 hodin a pak budu spokojená. Jo a když mš pustí do sprchy a takhle... a jinak, je mi to jedno.

#### **A nějaký požadavky jako v porodním plánu?**

Jako já sem se na to ptala nebo jakoby ptala sem se.. jenže jako já mám jedinej požadavek, aby nechali dokapat pupečník a aby mi ho hnedka přiložili, to je moje jediný dva jako požadavky a teda nástřih jenom v nejhorší případě a bez epidurálu a tak.. jakože si myslím, že tu bolest zvládám docela dobře, ale uvidim, může se to změnit a budu chtít, aby mi napíchali jako úplně všechno, ale zase jako vůči němu nechci, aby mi něco píchali... takže tak, tak si to připravuju.

### §26

#### **Ty seš taková jako už připravená teda? Máš načteno...**

Jo já sem, já umim dejchat už, no tak moje babička je porodní asistentka ... chudák babička se mnou dejchala, ale ne.. po týhle stránce mě ten míček jakoby pomohl... ono někdo tvrdí, že je to něco špatnýho, někdo že ne.. ale zatím dobrý, takže nejsou výsledky jakoby jak to dole bude vypadat po pár letech nebo na stáří, ale mě se líbí, že jako člověk ví, jak ten tlak asi bude vypadat, se to tam napíná a vim, jak to tam jako tlačí na ten konečník, myslím si, že sem připravená, ale nejde se na to připravit, může se stát cokoliv... nevyjde mi ten vak, nebo něco, teď mě budou muset uspat...

### §27

### **Aha vak jo... a to víš ze zdrávky? Neni to nevýhoda, že znáš ty rizika díky tomu vzdělání co máš?**

Hele tohle zrovna sem jakoby načetla, to nemám ze zdrávky, že se to může stát jakoby... ale jakoby nečtu takovou tu literaturu, že bych chodila na emiminko a takhle a tak jako samozřejmě člověk se tam někdy pobaví nad některějma věcma jo... maminky tam řeší hodně hezký věci, ale jako snažim se přes tu odbornou literaturu, nebo když nevím, tak zavolám, protože sem si zaplatila takovej baláček u mojí gyndařky, že jí můžu zavolat i o půlnoci a tak, že mi dala svoje číslo a když něco mám, tak jí zavolám, jako smaozřejmě ne o půlnoci... hele teď sem se dočetla (smích)... tak jakoby přes den... jako snažim se bejt jako informovaná, i když vim, že nei reálný se na to připravit, ale informovanost je pro mě důležitá no...

#### **§28**

### **A jak pojeděš do porodnice?**

Autem... doufám (smích), i když teď máme nějakej problém, tak doufám, ež se to do zejtra vyřeší a... pojedu autem no.

### **Máš sbaleno?**

No to už mám dlouho ne, vlastně ne, miminku sem sbalila tak měsíc zpátky a sobě tak před 14ti dněma, protože sem to jakoby tak neřešila... všechno mám tak jako roztřízený, i oblečení přesně na měsíce, vypraný, vyžehlený stokrát v dezinfekci ve všem, postýlka je připravená, všechno v ní je, kočár je připravenej, Jedna má připravenou autosedačku s věcma, který pak přiveze i mě, abych měla v čem je t domů, takže já musím mít všechno takhle. Nejhorší bylo v pátým měsíci, když sem měla pocit, že nic nenakupuju, jenom se koukám a ten den sme museli jet pro postýlku a musela se postavit a museli se do ní kupovat věci... no a pak sem se uklidnila. Koupila sem postýlku a byl klid. Takže mám všechno... doufám. Jako hodně lidí mi i spoustu věcí koupilo, jakože se ptali, co chci. Mám fakt podle mě úplně všechno, co se dá... no a pediatra mám teda, toho sem vybárala dlouho no...tak doufám, že to platí, já mu volala asi ve 30. tejdnu a on jo, přijďte až vás pustí z porodnice... tak snad...ale to sem si teda dala záležet na něm, že když někdo psal třeba recenze, tak sem napsala těm maminkám, jestli jsou spokojený...takže tak no... a hlavně aby byl blízko, protože já se bojím jezdit autem... jako neřídím, se bojím, že všem ublížim.

#### **§29**

### **Jak přemejšlíš o roli matky?**

No to je otázka... hele já si myslim, že stejně jako to musí bejt takový spontánní, že jako můžou bejt chvíle, kdy se to na tebe nabalí a budeš úplně jiná, než si chtěla, než si představuješ... tomu asi nechávám volnej průběh, na to se člověk asi nepřipraví, může se stát cokoliv, může toho bejt hodně, člověk pak vybuchne... asi na roli matky se podle mě jako nejde připravit... jako můžeš si říct nějaký jako zásady, jak chceš nosit to dítě, jak chceš o něj pečovat a tak, aby se na něj neřvalo, aby se mu netleskalo za každou blbost, toho taky nejsem úplně jako... v klidu ho pochválit to jo, ale tleskat za hovínku v záchodku ne ... jako je to věc každý maminky ale já tohle ne, ale může se stát, že taky začnu tleskat (smích). Hele, je to těžký... já mám nějakou vizi, ale Bůh ví jak to bude no... jako chtěla bych chodit hodně ven s nim... nejsem taková jakože doma a zabavovat ho něčim prostě ven... ale třeba se pak sejdem a já ti řeknu, že to je všechno úplně jinak (smích).

#### **§30**

### **Tak chtěla by si ještě něco k tomu dodat? Jak se máš?**

Dobře se mám (smích), já se směju furt.. jako pláču u těch pohádek, jak po porodu ty královny sou fit (smích) ale jinak si myslim, že asi všechno sem ti už řekla.

**Tak já ti děkuji.**



## **Příloha G: Informační leták**

Jmenuji se Jana Čížková, jsem studentka psychologie na Pražské vysoké škole psychosociálních studií a  
**hledám respondentky**  
pro svou diplomovou práci s názvem:

### **Prožívání prvorodičky v období krátce před plánovaným termínem porodu**

#### Koho hledám?

Prvorodičku, která má termín porodu do února 2019.

#### Co se bude dít?

S respondentkami bych ráda uskutečnila rozhovor v období před termínem porodu (ideálně cca 2 týdny). Rozhovor bude nahráván, veškeré údaje budou anonymizovány.  
Předpokládaná časová dotace 60-120 minut.

#### A kde?

Na základě vlastní zkušenosti jsem si vědoma, co toto období obnáší, proto přijedu tam, kde se respondentka bude cítit příjemně. Vše závisí na dohodě.

#### A co tím získáte?

Žena v tomto období čeká na akt (porod), o kterém možná mnohé slyšela, nikdy ho nezažila, ale který zásadně změní její život. A vy můžete pomoci k hlubšímu pochopení toho, co prvorodička může v období před porodem zažívat.

Pokud jste ta, koho hledám, nebo znáte prvorodičku ve svém okolí, ozvěte se na:

**tel.: 728 655 020 nebo email: [cizkovajani@gmail.com](mailto:cizkovajani@gmail.com)**

## **Bibliografické údaje**

Jméno a příjmení autora/ky: Bc. Jana Čížková

Studijní program: Psychologie

Studijní obor: Psychologie

Název práce: Prožívání prvorodičky krátce před termínem porodu

Počet stran (bez příloh): 66

Celkový počet stran příloh: 126

Počet titulů české literatury a pramenů: 22

Počet titulů zahraniční literatury a pramenů: 35

Počet internetových odkazů: 3

Vedoucí práce: Ing. Mgr. Eva Dubovská

Rok dokončení práce: 2019

## Evidenční list knihovny

Souhlasím s tím, aby má diplomová práce byla využita ke studijním účelům.

V Praze, dne: .....

Uživatel/ka potvrzuje svým podpisem, že pokud tuto diplomovou práci využije ve své práci, uvede ji v seznamu literatury a bude ji řádně citovat jako jakýkoliv jiný pramen:

Jméno a příjmení	Adresa	Datum	Podpis

**Posudek vedoucího/opponenta bakalářské/diplomové práce  
na Pražské vysoké škole psychosociálních studií**

Jméno a příjmení studenta/-tky: Jana Čížková  
 Obor studia: Psychologie  
 Název práce: Prožívání prvorodičky krátce před termínem porodu  
 Vedoucí/oponent\* práce: Mgr. Ing. Eva Dubovská

**Technické parametry práce:**

Počet stránek textu (bez příloh): 66  
 Počet stránek příloh: 126  
 Počet titulů v seznamu literatury: 60

0**	1	2	3	4
-----	---	---	---	---

**Výběr tématu**

Závažnost tématu

	x			
--	---	--	--	--

Oborová přílehlavost tématu

	x			
--	---	--	--	--

Originalita tématu a jeho zpracování

	x			
--	---	--	--	--

**Formální zpracování**

Jazykové vyjádření (respektování pravopisné normy, stylistické vyjadřování, zvládnutí odborné terminologie)

	X			
--	---	--	--	--

Práce s odbornou literaturou a prameny (citace, parafráze, odkazy, dodržení norem pro citace, cizojazyčná literatura)

	x			
--	---	--	--	--

Formální zpracování (jasnost tématu, rozčlenění textu, průvodní aparát, poznámky, přílohy, grafická úprava)

	x			
--	---	--	--	--

**Metody práce**

Vhodnost a úroveň použitých metod

	x			
--	---	--	--	--

Využití výzkumných empirických metod

	x			
--	---	--	--	--

Využití praktických zkušeností

	x			
--	---	--	--	--

**Obsahová kritéria a přínos práce**

Přístup autora k řešené problematice (samostatnost, iniciativa, spolupráce s vedoucím práce)

	x			
--	---	--	--	--

Naplnění cílů práce

	x			
--	---	--	--	--

Vyváženost teoretické a praktické části v daném tématu

	x			
--	---	--	--	--

Návaznost kapitol a subkapitol

	x			
--	---	--	--	--

\*\* 0 – nehodnoceno; 1 – výborně; 2 – velmi dobře; 3 – dobře; 4 – neprospěla/a

Dosažené výsledky, odborný vklad, použitelnost výsledků v praxi

	x			
--	---	--	--	--

Vhodnost prezentace závěrů práce (publikace, referáty, apod.)

	x			
--	---	--	--	--

Otázky a náměty k diskusi při obhajobě:

1. Jaké jsou podle Vás a na základě Vašeho výzkumu hlavní možnosti zlepšení zdravotně-sociální péče o prvorodičky?
2. Je něco, co Vás při výzkumu nejvíce překvapilo?

Celkové hodnocení práce (klady, nedostatky):

Teoretická část práce se věnuje problematice těhotenství, autorka detailně popisuje průběh těhotenství z medicínského i ze sociálně psychologického hlediska, text je psán kultivovanou a čtivou formou, za užití dostatečného počtu domácí i zahraniční odborné literatury. Kapitoly a podkapitoly na sebe tematicky navazují. Praktická část práce sestává z tematické analýzy šesti rozhovorů s prvorodičkami v období bezprostředně před porodem (5 až 17 dní). Oceňuji, že autorka si s cílem mít co nejhomogennější vzorek tímto způsobem „zkomplikovala“ výběr vzorku. Na kvalitě rozhovorů a výsledcích analýzy je to poznat, dostáváme podle mě unikátní informace o tom, co prožívají prvorodičky v tomto citlivém a náročném období. Realizované rozhovory jsou hloubkové, kvalitní, s délkou 1 až 2 hodin. Následná tematická analýza je provedena metodicky správně, zjištění analýzy jsou zajímavá a jsou dokládána příhodnými citacemi z rozhovorů. Oceňuji také reflexi autorky, která sama tento zážitek nedávno absolvovala a celkově její samostatný a pečlivý přístup.

Silné stránky:

- Kultivovaná práce s textem a s literaturou
- Náročný výběr vzorky, velmi dobré zacílení
- Kvalitní hloubkové rozhovory
- Pečlivě provedená analýza, prezentována zajímavou a čtivou formou

Slabé stránky:

- Občasné překlepy

Doporučení k obhajobě: doporučuji/nedoporučuji\*

Navrhovaná klasifikace:

VÝBORNÝ

Datum, podpis:

26.05.2019



\* nehodící se, škrtněte

**Posudek oponentky diplomové práce  
na Pražské vysoké škole psychosociálních studií**

Jméno a příjmení studentky: JANA ČÍŽKOVÁ

Obor studia: Psychologie

Název práce: Prožívání prvorodičky v období krátce před plánovaným termínem porodu

Vedoucí práce: Mgr. Ing. Eva Dubovská

Oponentka práce: PhDr. Magdalena Koťová, Ph.D. **Technické parametry práce:**

Počet stránek textu (bez příloh): 66

Počet stránek příloh: 126

Počet titulů v seznamu literatury: 55

**Výběr tématu**

0**	1	2	3	4
-----	---	---	---	---

Závažnost tématu

	X	X		
--	---	---	--	--

Oborová přiléhavost tématu

	X			
--	---	--	--	--

Originalita tématu a jeho zpracování

	X			
--	---	--	--	--

**Formální zpracování**

Jazykové vyjádření (respektování pravopisné normy, stylistické vyjadřování, zvládnutí odborné terminologie)

	X			
--	---	--	--	--

Práce s odbornou literaturou a prameny (citace, parafráze, odkazy, dodržení norem pro citace, cizojazyčná literatura)

	X			
--	---	--	--	--

Formální zpracování (jasnost tématu, rozčlenění textu, průvodní aparát, poznámky, přílohy, grafická úprava)

	X			
--	---	--	--	--

**Metody práce**

Vhodnost a úroveň použitých metod

	X			
--	---	--	--	--

Využití výzkumných empirických metod

	X			
--	---	--	--	--

Využití praktických zkušeností

	X			
--	---	--	--	--

**Obsahová kritéria a přínos práce**

Přístup autora k řešené problematice (samostatnost, iniciativa, spolupráce s vedoucím práce)

--	--	--	--	--

Naplnění cílů práce

	X			
--	---	--	--	--

Vyváženost teoretické a praktické části v daném tématu

	X			
--	---	--	--	--

Návaznost kapitol a subkapitol

	X			
--	---	--	--	--

Dosažené výsledky, odborný vklad, použitelnost výsledků v praxi

	X			
--	---	--	--	--

\*\* 0 – nehodnoceno; 1 – výborně; 2 – velmi dobře; 3 – dobře; 4 – neprospěl/a

Vhodnost prezentace závěrů práce  
(publikace, referáty, apod.)

X				
---	--	--	--	--

Otázky a náměty k diskusi při obhajobě:

Jak by autorka konkrétně využila získané poznatky v praxi?
--

Celkové hodnocení práce (klady, nedostatky):

Autorka se v textu diplomové práce zabývá tématem prožívání ženy prvorodičky v období krátce před porodem. V teoretické části práce se zabývá průběhem těhotenství, porodem a psychologickými aspekty těhotenství a porodu. V rámci empirické části textu předkládá autorka kvalitativní výzkumnou sondu, v jejímž rámci analyzuje za pomoci tematické analýzy nestrukturované rozhovory vedené se šesti ženami, které měly 5-17 dní před plánovaným termínem porodu.

Velmi oceňuji volbu poměrně specifického tématu a snahu autorky o komplexní a nereduktivní pečlivé pojednání! Každé těhotenství a porod je jiný, dané procesy nelze zachytit v rámci celého možného spektra jejich podob, autorce se však daří dobře naznačit alespoň širší možných pohledů na věc. Práce je psána velmi kultivovaným jazykem, což je úleva (autorce díky). Text jsem se zájmem přečetla. Autorka je schopna zachytit širší souvislosti tématu (například i rozdílné diskursy týkající se porodu) bez toho, aby text byl zatížen mnoha sáhodlouhými odbočkami. Někteřá témata mi v textu chyběla, ale je pravdou, že vše by se do formátu diplomové práce nevešlo - mezi postrádaná témata řadím například sexualitu těhotných žen či tzv. přenášení, jehož incidence v populaci žen v tomto kulturním kontextu narůstá a lze si klást otázku po tom, proč (zde se teorie různí).

V rámci empirické části práce předkládá autorka opět pečlivě vypracovanou kvalitativní sondu. Otázky jsou dobře nastoleny, autorka využívá adekvátní metody a jejich analýzu provádí správně. Rozhovory jsou citlivě vedeny. Autorka popisuje i vlastní zkušenost se zkoumanou problematikou. V kvalitativním typu výzkumu bych doporučovala používat výraz "participantka", nikoli respondentka. Samotná tematická analýza je dobře zvládnutá a umožňuje nahlédnout na mnoho zajímavých skutečností (zaujaly mne zejména momenty týkající se partnerské dynamiky či vztahu žena - ošetřující personál - autorka se tohoto tématu pak dotýká i v diskusi, což oceňuji).

Doporučení k obhajobě: doporučuji s radostí a přeji autorce hodně štěstí u obhajoby

Navrhovaná klasifikace: výborně

Datum, podpis: 20. 5. 2019

PhDr. Magdalena Koťová, Ph.D.

