



Pedagogická
fakulta
Faculty
of Education

Jihočeská univerzita
v Českých Budějovicích
University of South Bohemia
in České Budějovice

Jihočeská univerzita v Českých Budějovicích
Pedagogická fakulta
Katedra psychologie

Bakalářská práce

Rodičovské vyhoření v kontextu intenzivního rodičovství

Vypracoval: David Krejcar

Vedoucí práce: Mgr. Zdeňka Bajgarová Ph.D.

České Budějovice 2023

Prohlašuji, že jsem autorem této kvalifikační práce a že jsem ji vypracoval pouze s použitím pramenů a literatury uvedené v seznamu použitých zdrojů.

V Českých Budějovicích dne:

Podpis:

Tímto bych chtěl poděkovat Mgr. Zdeňce Bajgarové, Ph.D. za velmi laskavé vedení práce, konstruktivní zpětnou vazbu a trpělivost. Dále bych chtěl poděkovat Daniele Králové za podnětné připomínky a emoční podporu. A v neposlední řadě bych rád poděkoval celé své rodině za velkou dávku pochopení, trpělivosti a podpory.

Obsah

Abstrakt.....	6
Úvod.....	8
1. Rodičovské styly	10
1.1 Rodičovské přístupy.....	11
2. Intenzivní rodičovství.....	12
2.1 Faktory spojované s intenzivním mateřským přístupem.....	13
2.1.1 Důsledky Intenzivního rodičovství na matku.....	14
2.1.2 Důsledky intenzivního rodičovství na partnerství a na okolí	15
2.1.3 Důsledky intenzivního rodičovství na dítě.....	16
3. Způsoby určení míry Intenzivního rodičovství.....	17
3.1 Postoj matky ke stimulaci dítěte	17
3.2 Přesvědčení o přirozeném vývoji dítěte	17
3.3 Míra organizovaných aktivit a volnočasových kroužků dítěte.....	18
4. Syndrom vyhoření.....	19
5. Rodičovské vyhoření.....	20
5.1 Rizikové a protektivní faktory v kontextu rodičovského vyhoření.....	20
5.1.1 Socio-demografické faktory.....	21
5.1.2 Faktor speciálních potřeb ze strany dítěte	22
5.1.3 Osobnostní dispozice rodičů a dětí.....	22
5.1.4 Vlivy spojené s rodinným fungováním	22
5.1.5 Faktory spojené s výchovou.....	23
5.1.6 Kulturní faktory.....	23
5.2 Důsledky rodičovského vyhoření na rodiče	23
5.3 Důsledky rodičovského vyhoření na dítě	24
5.4 Důsledky rodičovského vyhoření na partnerské vztahy.....	24
5.5 Metody měření rodičovského vyhoření.....	24
5.5.1 Dotazník Parental Burnout Inventory	24
5.5.2 Dotazník Parental Burnout Assessment	25
5.6 Teorie rovnováhy mezi rodičovskými riziky a zdroji (BR ²).....	25
5.7 Způsoby nápravy a léčby rodičovského vyhoření.....	26
6. Cíl práce a hypotézy.....	27
7. Metody	28
7.1 Výzkumný soubor a výzkumný postup.....	29
7.2 Měřicí nástroje	29
7.2.1 Demografické údaje	29
7.2.2 Dotazník rodičovského vyhoření – Parental Burnout Assessment	30

7.2.3	Dotazník intenzivního rodičovství – IPAQ	30
7.2.4	Dotazník přesvědčení o přirozeném vývoji – TODS	31
7.2.5	Organizované aktivity a zájmové kroužky	31
7.2.6	NEO Pětifaktorový osobnostní inventář	31
7.3	Etické aspekty výzkumu	32
7.4	Plán analýzy dat	33
8.	Výsledky	34
8.1	Deskriptivní analýza.....	34
8.2	Korelační analýza.....	36
8.2.1	Testování hypotéz	37
8.2.2	Statistická analýza intervenujících proměnných	41
9.	Diskuse	44
10.	Závěr	48
11.	Souhrn	49
12.	Přílohy.....	52
	Seznam tabulek a obrázků.....	57
13.	Literatura.....	58

Abstrakt

Tato práce se zabývá tématem rodičovského vyhoření u matek s intenzivním rodičovským přístupem. Rodičovské vyhoření označuje stav vyčerpání z rodičovské role, emoční odstup od dítěte nebo třeba i znechucení ze své rodičovské role, které může být způsobeno např. vysokými nároky na péči o dítě. Intenzivním rodičovstvím označujeme přístup matky a otce k rodičovské roli, pro který je typické investování velkého množství času, energie a peněz do výchovy dítěte s cílem zajistit jeho co nejlepší vývoj. Naším cílem bylo zjistit, zda tyto dva fenomény mají společný vztah.

Výzkumný soubor byl tvořen 627 respondentkami ve věku 22-60 let s alespoň jedním dítětem ve věku 4-7 let. Data byla získána online dotazníkem, tento dotazník byl tvořen spojením třech dotazníků – Intenzivního rodičovství (IPAQ), Škála přesvědčení o přirozeném vývoji (TODS), Dotazníku rodičovského vyhoření (PBA) a otázek zaměřených na organizované aktivity dítěte.

Oproti našemu očekávání, že mezi rodičovským vyhořením a intenzivním rodičovstvím je pozitivní korelace, se nám podařilo zjistit téměř zanedbatelnou zápornou korelaci. Stejně tak se nám podařilo zjistit slabou pozitivní korelaci rodičovského vyhoření s dotazníkem Přesvědčení o přirozeném vývoji. Naopak se nám nepodařilo zjistit statisticky významný vztah mezi úrovní rodičovského vyhoření matky a položkami dotazníku zaměřenými na organizované aktivity dítěte. Dále byla zjištěna vyšší úroveň rodičovského vyhoření u matek, které hrou s dítětem tráví méně jak hodinu denně.

Klíčová slova: Rodičovské vyhoření, Intenzivní rodičovství, mateřství, rodičovství

Abstract

This study explores the topic of parental burnout in mothers with an intensive parenting approach. Parenting burnout refers to a state of exhaustion from the parenting role, emotional distance from the child, or even disgust with the parenting role, which can be caused by, for example, high demands of childcare. Intensive parenting refers to the mother's and father's approach to parenting, which is characterised by investing a large amount of time, energy and money in the child's upbringing in order to ensure the child's best development. Our aim was to find out whether these two phenomena have a common relationship.

The research sample consisted of 627 female respondents aged 22-60 years with at least one child aged 4-7 years. The data were collected by an online questionnaire, this questionnaire was a combination of three questionnaires - Intensive Parenting Assessment Questionnaire (IPAQ), the Trust in Organismic Development Scale (TODS), the Parental Burnout Assessment (PBA) and questions focusing on the child's organized activities.

Contrary to our expectation that there is a positive correlation between parental burnout and intensive parenting, we found an almost negligible negative correlation. Similarly, we were able to find a weak positive correlation of parental burnout with Trust in Organismic Development. Conversely, we failed to find a statistically significant correlation between the level of parental burnout and the questionnaire items focusing on the child's organized activities. Furthermore, higher levels of parental burnout were found for mothers who spent less than an hour a day playing with their child.

Keywords: Parental Burnout, Intensive parenting, maternity, parenting

Úvod

Narození dítěte by dozajista mnoho z nás označilo za jednu z největších životních událostí, která může člověka potkat. Ačkoli při přijetí rodičovské role očekáváme zejména pozitivní dopady této změny, rodičovství s sebou nese i notnou dávku náročných a vyčerpávajících povinností spolu s velkým množstvím stresujících situací. Pokud jsou tyto stresující situace nebo nepříjemné zkušenosti chronické a převažují nad zdroji odpočinku a podpory od okolí, partnera nebo rodiny, pak může dojít k rozvoji syndromu vyhoření. Přes to, že je určitá míra stresu v rodičovství normální, tak v případě rodičovského vyhoření se jedná o dlouhodobý vyčerpávající stres, který může mít zdravotní dopady jak na rodiče, tak i na dítě. Mezi symptomy rodičovského vyhoření spadá například emoční odstup rodiče od dítěte, pochyby o vlastních rodičovských schopnostech, nebo omezení péče o dítě jen na nejnutnější minimum.

Ačkoliv se jedná o poměrně nový fenomén, důvodů pro mapování tohoto tématu je mnoho. Ukazuje se, že rodičovské vyhoření má oproti pracovnímu vyhoření silný dopad i na vývoj dítěte. A to zejména v podobě zanedbávání péče o dítě nebo verbálního a fyzického násilí. Toto může hrát roli ve snaze zjistit více o rodičovském vyhoření, jehož výskyt může mít zásadní dopad na vývoj dítěte. Lepší povědomí o tomto fenoménu tak může minimalizovat jeho dopady nebo zabránit jeho rozvoji. Ačkoli rodičovské vyhoření může být poškozující pro dítěte, zásadní a nejvýraznější dopad má rodičovské vyhoření právě na rodiče samotného. Může být doprovázeno poruchami spánku, zvýšenou mírou závislostního chování, nebo také příznaky deprese. V neposlední řadě se rodičovské vyhoření také propisuje do partnerského života, a to vyšší mírou konfliktů nebo odcizením se mezi partnery. Přestože je rodičovské vyhoření častější u matek, horší průběh mají otcové. Důvodem pro zkoumání tohoto tématu také může být zjištění, že míra rodičovského vyhoření se v různých zemích odlišuje. Zejména je pak typická pro západní společnosti. Tyto studie také naznačují, že hodnoty a očekávání spojená s rodičovstvím mohou být v západních zemích více zatěžující a stresující.

Právě v západních společnostech se stala jedním z nejvýznamnějších přístupů k rodičovství tzv. ideologie intenzivního rodičovství, která se vyznačuje zejména sledováním expertních rad, vynakládáním velkého obnosu peněz, času a energie na výchovu dítěte. Záměrem tohoto přístupu je poskytnout dítěti co nejlepší podmínky pro jeho vývoj. Tím, že se tento přístup v posledních letech stává většinovou normou, měli bychom vědět, jaké přinášet výhody a rizika. Dopady intenzivního rodičovství na matku

jsou předmětem bádání poslední doby. Výsledky zatím ukazují zejména na ty negativní v podobě vyčerpání, pocitů viny nebo nízkého well-beingu, ale objevují se i studie, které naopak vyzdvihují pocit naplnění z rodičovské role. Důvodem pro zkoumání tohoto přístupu k výchově by tedy mohlo být zejména to, abychom měli lepší povědomí o dopadech přístupu, který bývá v současné době společností vyžadován a očekáván.

TEORETICKÁ ČÁST

1. Rodičovské styly

Rodičovský styl je determinující faktor ve vývoji dítěte. Ovlivňuje jak sociální, tak psychické fungování dítěte. Nejvíce se na vzniku rodičovského stylu podílí osobnostní vlastnosti rodičů, mezi něž spadá například vysoká míra lability nebo neadekvátní sebehodnocení. Dále pak se na tvorbě rodičovského stylu může podílet vyzrálost rodiče, nebo zda rodič přijme svou rodičovskou roli, či nikoliv (Smékal & Macek, 2002).

Mezi veřejně známý model rodičovských stylů patří například model od Baumrindové (1971). Baumrindová se při tvorbě tohoto modelu inspirovala rozdělením vůdcovských stylů podle Lewina (Alonso-Stuyck, 2019). Tento model rozděluje styly na autoritářský, autoritativní a shovívavý (Baumrind, 1971). Na toto rozdělení následně navazuje i model se čtyřmi styly výchovy od Maccoby a Martina (1983), který pokrývá oblast normální nepoškozující rodičovské péče. Popisuje dvě základní dimenze rodičovského chování. První z nich je dimenze vyžadující/ovládající v kontrastu s opačným pólem, který je nevyžadující/neovládající. V druhé dimenzi proti sobě stojí přijímající/reagující/na dítě orientovaná péče a na druhé straně odmítavá, nereagující, na rodiče orientovaná péče (Fontana, 2003). Tyto dimenze se vzájemně kombinují a doplňují tak stávající tři výše zmíněné výchovné styly od Baumrindové ještě o jeden, a tím je styl zanedbávající (Smetana, 2017). Dalším autorem, tentokrát českým, který přichází s modelem rodičovských stylů, je Jan Čáp (1996). Jedná se o tzv. model devíti polí, který zajišťuje komponenty výchovy obou rodičů a zahrnuje také dimenze požadavků a volnosti. Tento model na rozdíl od jiných modelů také zahrnuje tzv. rozporné výchovné řízení nebo vztah k dítěti (Čáp, 1996)

Výše zmíněné dimenze kontroly a vřelosti ve výchově jsou ovlivňovány mimo jiné i sociokulturními souvislostmi. Kupříkladu v asijských rodinách bývá vyšší míra faktoru kontroly, afroamerické rodiny mívají oba faktory relativně vyvážené a u evropských a amerických rodin převažuje spíše faktor vřelosti, přičemž a kontrola poměrně nízká (Deater-Deckard, 2011).

V posledních desetiletích prošlo rodičovství velkými změnami. Na rodičovské chování i na výchovu jsou kladeny vyšší nároky.

Představa ideální matky nebo ideálního otce se stala téměř nedosažitelnou. Vzhledem k tomu, že v dnešní době je přístup k informacím podstatně jednodušší než dříve, je tedy od rodičů očekáváno, že se stanou odborníky v otázce výchovy jejich dětí. Rodiče mají na výběr nepřehledná množství přístupů, jak se k dítěti chovat, jak s ním zacházet, nebo jak se v přítomnosti dítěte rozhodně nechovat. Tyto novodobé společenské normy rodičovského chování je možné roztrždit do řady rodičovských přístupů, jako je například Intenzivní rodičovství (Hays, 1998), kontaktní rodičovství (Sears & Sears, 2013), nebo „Yummy mummy“ rodičovství (Littler, 2013) a další (Daňsová et al., 2021).

1.1 Rodičovské přístupy

S rostoucím množstvím informací a množstvím vědomostí o tom, jak rodičovství ovlivňuje vývoj dítěte se rozcházejí i přístupy k výchově. Zejména v západních zemích jako je Velká Británie, USA nebo Austrálie v dnešní době dominuje právě intenzivní rodičovství (Vincent et al., 2004; Maher & Saugeres, 2007). Nicméně to, že má tento přístup jedno z nejvyšších zastoupení, ještě neznamená, že je tím jediným správným přístupem k výchově dítěte. Mezi další rodičovské přístupy aplikované v dnešní společnosti je například tzv. natural parenting (přírodní nebo také pomalé rodičovství). Pro tento přístup je zejména typická instinktivní výchova a maximální citlivost vůči potřebám dítěte. Konkrétními projevy tohoto přístupu může být třeba kojení dítěte na jeho požádání, spaní rodiče a dítěte pospolu nebo nošení kojence na těle pečovatele (Schön & Silvén, 2007)

Poměrně kontroverzním přístupem k výchově je tzv. volné rodičovství nebo také Free-range, což by se v doslovném překladu dalo přeložit jako volný výběh. To i do značné míry odkazuje na to, co je podstatou tohoto rodičovského přístupu. Tento přístup ponechává dítěti značnou dávku nezávislosti a svobody. Dítě se tak může třeba bez dozoru samo pohybovat po sousedství nebo jezdit městskou dopravou (Vota, 2017). V rámci tohoto přístupu se doporučuje oprostít se od rad expertů. Free-range rodičovství nechává dítě napospas nejrozličnějším situacím každodenního života. Snahou tohoto přístupu tak je vychovat nebojácné a samostatné dítě, které není závislé na rodiči (Skenazy, 2009 in Chrudinová, 2016; Herzog, 2012 in Chrudinová, 2016).

Opakem volného rodičovství je tzv. helikoptérové rodičovství, které je možné chápat jako přílišnou angažovanost rodiče v každodenním životě jeho dítěte (LeMoyne & Buchanan, 2011).

Rodiče s tímto přístupem těžce snášejí odloučení od svých dětí a mají tendenci je nadměrně vychovávat a řídit. Ukazuje se, že tento rodičovský přístup může mít negativní dopady na well-being rodiče a může souviset i s rekreačním užíváním léků proti bolesti, úzkostem nebo antidepresivy (LeMoyne & Buchanan, 2011).

Do určité míry se helikoptérovému rodičovství, může podobat paranoidní rodičovství, pro které je charakteristická vysoká dávka obav o dítě. Strach o dítě je samozřejmě přirozený, a však u paranoidního rodičovství jde o strach, který neodpovídá úrovni potenciálního rizika (Pain, 2006). Častými obavami rodiče s tímto přístupem tak může být například, že jeho dítě bude uneseno nebo zneužito cizí osobou, což je považováno za statisticky poměrně vzácné, a tak velmi málo pravděpodobné. Strach také bývá vnímán jako nesourodý s potenciálně rizikovými místy (Pain, 2006). Studie zabývající se dětmi, které mají zkušenost s viktimizací, ukazují vztah strachu a rizik. Tyto děti se totiž pravděpodobněji stávají oběťmi trestných činů nebo zneužívání (Pain, 2006).

Rodičovských přístupů je nepřehledné množství, namátkou můžeme zmínit ještě třeba pozitivní rodičovství, kontaktní rodičovství a mnoho dalších. Avšak tato práce se zaměřuje zejména na Intenzivní rodičovský přístup.

2. Intenzivní rodičovství

Craig, Powell a Smith (2014) ve své studii uvádějí, že v posledních letech se zvyšuje míra zaměstnaných matek, to ale v praxi znamená kombinování kariérních a rodinných povinností a zároveň úbytek volného času rodičů, který by mohl být věnován například dítěti. Nicméně tato studie přichází i s tím, že doba péče o dítě ze strany rodičů se oproti dřívějším dobám mění. Craig uvádí, že dochází ke změnám ve složení rodičovského času, kdy se aktivnější péče realizuje v horizontu celkově kratšího času, což naznačuje intenzivnější rodičovství zaměřené na dítě.

Pojem intenzivní rodičovství odkazuje na současný trend společnosti, kdy dochází k rozšiřování hranic toho, co je od rodičů očekáváno při adekvátním vykonávání rodičovské role (Novoa et al., 2022). Hays (1996) chápe termín intenzivní rodičovství nebo specificky také intenzivního mateřství jako vynakládání velkého množství peněz, energie a času na výchovu a péči o dítě. Způsoby, jak rozdělit intenzivní rodičovství jsou různé, Liss a kol. (2013) pro vymezení intenzivního rodičovství používají pět dimenzí.

První je Esencialismus, který můžeme chápat jako přesvědčení, že žena je v péči o dítě lepší než muž. Jako druhý uvádějí dimenzi Naplnění z rodičovské role (Fulfillment), třetím je Postoj ke stimulaci dítěte (Stimulation), čtvrtý je Pocit náročnosti rodičovské role (Challenging), a pátým je Orientace na dítě (Child-centred). Loyal Sutter Dally a Rasle (2017) například mají vedle dimenze Postoje ke stimulaci a Orientace na dítě, také dimenzi Obětování se, ve smyslu osobního života nebo volného času. Villar a kol. (2018) do svého vymezení přidávají kupříkladu dimenzi Expertního vedení. Pod tímto si můžeme představit například přesvědčení, že dobrý rodič by měl vědět, jaké jsou názory expertů na zdravý dětský vývoj.

Pokud se trochu specifickěji zaměříme pouze na intenzivní mateřství, jeho složkami tvořícími tento konstrukt stejně jako u rodičovství jsou očekávání, že matka bude věnovat velké množství času a energie do výchovy dítěte, dále pak předpoklad, že matka je považována za stěžejní osobu v péči o dítě, a posledním předpokladem je přesvědčení, že dítě je nevinné, čisté a drahocenné a matka by o něho měla pečovat bez ohledu na svůj vlastní prospěch (Hays in Hallstein, 2006).

2.1 Faktory spojované s intenzivním rodičovským přístupem

Pro intenzivní rodičovský přístup je typická vysoká míra orientace na dítě. Orientací na dítě chápeme jako tendenci rodiče upřednostňovat zájmy a potřeby dítěte, na úkor svých vlastních zájmů a blaha (Ashton-James, Kushlev & Dunn, 2013). Z výzkumu, který byl proveden na populaci amerických matek vyplývá, že mladší matky (18-24 let) jsou více orientovány na dítě než matky starší (45-55 let). Důvodem může být zřejmě to, že mladší matky mají větší tendenci k nejistotě ohledně jejich mateřské role, a proto se snaží aktivně vyhledávat informace spojené s mateřstvím. Z výzkumů dále vyplývá, že matky jejichž děti jsou ve středním školním věku, jsou méně orientované na dítě než matky s dětmi jiného věku. To naznačuje, že vnímání matky, kolik toho její dítě potřebuje, závisí mimo jiné také na věku dítěte (Forbes et al. 2020).

Forbes a kol. (2020) uvádějí, že jako určující pro zaměřenost matky na dítě se také ukazuje míra jejího vzdělání, přičemž matky se středoškolským vzděláním jsou více zaměřené na dítě než matky s jinou úrovní vzdělání. Stejně tak se ukazuje, že se zaměřeností na dítě se pojí i úroveň finančního příjmu matky. Matky s vyšším příjmem jsou méně zaměřené na dítě než matky s nižším příjmem.

Forbes a kol. (2020) si tyto rozdíly vysvětlují tím, že matky s vyšší úrovní vzdělání a s vyšším příjmem pravděpodobně byly vystaveny více úhlům pohledu na mateřství. Matky, které se zaměřují i na svou kariéru a chtějí si jí udržet, musejí pro její udržení rozdělovat svou pozornost mezi péči o dítě a plnění pracovních povinností. V neposlední řadě se také ukázalo, že svobodné matky jsou více orientované na dítě než matky v partnerských vztazích (Forbes et al., 2020).

Z výše zmíněného výzkumu také vyplývá, že matky s dítětem ve věku 0-1 rok považují rodičovství za více naplňující než matky s dětmi ve vyšším věku. To může být způsobeno vyšší hladinou „mateřského hormonu“ oxytocinu, nebo také procesem vznikající attachmentové vazby mezi matkou a dítětem (Forbes et al., 2020). Dále také mladší matky (18-24 let) považují mateřství za více naplňující než matky starší (45-55 let). Autoři uvádějí jako jeden z možných důvodů fakt, že starší ženy mají starší děti, a tedy i péče o ně nevyžaduje tak velkou angažovanost. Mladší matky s malými dětmi se tak mohou cítit více pohlceny rodičovskými povinnostmi, což může v matekách vzbuzovat větší zájem a být tak větší součástí jejich identity, což může zvyšovat jejich pocit naplnění z péče o dítě. Nicméně vyšší angažovanost nemusí nutně znamenat větší naplnění (Forbes et al. 2020).

V otázce přesvědčení o náročnosti rodičovské role byla vyšší úroveň zjištěna zejména u matek dětí v batolecím věku a matek s vysokoškolským vzděláním. Důvodem zřejmě může být to, že matka s vysokoškolským vzděláním bude spíše rozdělovat svou pozornost mezi péči o dítě a kariéru (Forbes et al., 2020). V otázce esencialismu (názor, že žena je schopnější v plnění rodičovských povinností než muž) se nenašly významnější rozdíly, jen u svobodných matek, které měly míru esencialismu zvýšenou. Důvodem může být kulturní rozšíření tohoto názoru a i tím, že naplňují všechny rodičovské povinnosti samy (Forbes et al., 2020).

2.1.1 Důsledky Intenzivního rodičovství na matku

Ačkoli je v naší kultuře intenzivní rodičovský přístup matky očekávaný a běžný, dopady tohoto přístupu mohou být pro matku spojené s problémy a vysokou mírou zátěže. Nepřiměřená a nerealistická očekávání mohou mít důsledek na emoční prožívání matek, které se tohoto nedosažitelného ideálu snaží dosáhnout (Pridhiko & Swank, 2018). Matky s tímto přístupem často porovnávají své osobní prožitky se svým okolím, rodinou, přáteli a známými, v důsledku čehož se mohou obviňovat za domnělé selhání, nebo cítit vinu za své nedostatky (Pridhiko & Swank, 2018).

Studie zaměřující se na francouzské ženy uvádí, že ideologie intenzivního mateřství se objevuje ještě před porodem, avšak po porodu se její úroveň zvyšuje. Také zmiňuje negativní důsledek této ideologie na duševní zdraví matek (Loyal, Sutter, & Rasclé, 2021).

S intenzivním mateřským přístupem korelují některé negativní projevy. Vnímání, že žena je hlavním pečovatelem o dítě (Esencialismus), koreluje s nižší životní spokojeností, s přesvědčením, že rodičovství je náročné, s vyšší mírou stresu a častějším výskytem depresí (Rizzo, Schiffrin & Liss, 2013). V rozhovorech matky s osobní zkušeností s intenzivním rodičovským přístupem uvádějí jako důsledek zejména zvýšenou míru stresu, vyčerpání, úzkosti a pocitů viny. Právě tyto negativní důsledky na jejich psychické zdraví byly důvodem, proč matky začaly zpochybňovat povahu tohoto přístupu (Wall, 2010).

Intenzivní mateřství ale také znamená vysokou míru sebekontroly, sebekázně a vzdání se svých potřeb ve prospěch dítěte nebo rodiny jako celku. S tímto jsou spojeny určité protichůdné emoce jako je hrdost, sebeúcta, ale také stres a úzkost (Cappellini et al., 2019). Je potvrzeno, že klíčovým faktorem pro zachování duševního zdraví matky je především sociální podpora jak ze strany partnera, tak okolí (Balaji et al., 2007).

Intenzivní rodičovství však nemusí být nutně jen zdrojem nelibých pocitů. Naopak některé prvky tohoto přístupu mohou být zdrojem pocitů štěstí. Ze studie provedené v roce 2013 vyplývá, že rodiče, kteří mají vyšší zaměření na děti uvádějí více pozitivních aspektů, well being a zároveň vidí v péči o dítě větší smysl svého života. Autoři uvádějí jako možný důvod fakt, že well-being bývá spojován s investováním do druhých spíše než do sebe (Ashton-James, Kushlev & Dunn, 2013).

2.1.2 Důsledky intenzivního rodičovství na partnerství a na okolí

I když jsou v současné době tendence k rovnoměrnému rozdělení péče o dítě, společensky je stále za hlavního rodiče, který je zodpovědný za výchovu dítěte, považována žena. Podle průzkumu britské populace, který se zaměřil na muže, kteří nechtějí jít na rodičovskou dovolenou, vyplývá, že muži uvádějí jako důvod finance na zabezpečení rodiny i přes to, že jejich partnerky vydělávají více peněz než oni. To naznačuje, že rozdělování péče o dítě je stále podloženo genderovými normami (Kaufman, 2018). Britská longitudinální studie z roku 2019 se zabývala zkušeností párů s výchovou jejich prvního dítěte.

Z této studie vychází jako problematické, rozpor mezi rovnostářským rozdělením péče o dítě mezi partnery a představou ideálního rodičovství, zejména pak intenzivního. Studie uvádí, že rovnostářské rozdělení péče je důležité, nicméně i přes snahu obou partnerů může tato rovnováha být zdrojem obtíží a neshod. Důvodem pro to může být fakt, že intenzivní rodičovský přístup je přirozeně více zatěžující pro matky než pro otce. Mezi důvody, které se staví proti rovnostářskému rozdělení péče o dítě jsou fyziologické, materiální nebo také kulturní důvody (Fraircloth 2020; Fraircloth, 2021).

Ze studie zaměřené na pohled otců na intenzivní rodičovství vyplývá, že tlak spojený s praktickou péčí o dítě zažívají hůře spíše ženy než muži. (Shirani, Henwood, & Coltart, 2011). Otcové mohou zmírnit pocity viny a obavy matek z toho, že pro své děti nedělají dostatek tím, že od svých žen přebírají část citové odpovědnosti za dítě. Intenzivní rodičovství u mužů se může projevovat snahou o hmotné zajištění rodiny (Shirani, Henwood, & Coltart, 2011).

Zajímavým zjištěním je, že ideologie intenzivního mateřství je narušena nebo přehodnocena u matek, které procházejí rozvodem nebo rozchodem. Ukazuje se, že touha být dítěti fyzicky nablízku ustupuje a objevuje se přesvědčení, že by dítě mělo udržovat vztah s oběma rodiči, což snižuje dobu, po kterou žena naplňuje roli matky (Markham & Coleman, 2020).

Jako potenciální zdroj konfliktů se ukázal rozdíl mezi postoji matek a prarodičů k výchově dítěte. Matky, které jsou expertně zaměřené a s rodičovským determinismem, mohou vnímat praktiky prarodičů jako neodborné nebo dokonce dítě poškozující, což je pro matky zdrojem úzkosti a může vést i k oslabení styku s prarodiči (Sivak, 2018).

2.1.3 Důsledky intenzivního rodičovství na dítě

Přesto že cílem intenzivního rodičovství je zejména prospěch dítěte, není úplně jasné, zda intenzivní rodičovství opravdu vede k lepšímu vývoji dítěte (Schiffrrin et al.,2015). Intenzivní rodičovská ideologie klade značný tlak na rodiče a vytváří očekávání na to, co se od něho a zejména pak od matky očekává pro zdárný a co nejefektivnější vývoj dítěte. V oblasti fyzického zdraví dítěte se ukazuje intenzivní rodičovství jako přínosné v porovnání s jinými rodičovskými styly. Avšak některé studie naznačují negativní dopad na psychické zdraví dítěte v pozdějším věku (Kwon et al., 2016; Schiffrrin et al., 2015; Shiffrin et al.,2014).

Právě otázkou vztahu mezi intenzivním rodičovským přístupem a psychickým zdravím dítěte se zabývala studie Yerkes a kol. (2021), tato studie však nepřichází s jednoznačnou a uspokojivou odpovědí na toto téma. Potvrdilo se, že intenzivní rodičovství má pozitivní vliv na fyzické zdraví dítěte, avšak ve věci psychických dopadů, konkrétně pak dopadů na selfesteem a well-being dítěte se nepodařilo potvrdit pozitivní, ani negativní dopady. Autoři sami však uvádějí, že tato studie měla jen explorativní charakter, a že tato oblast by si tak zasluhovala hlubší probádání (Yerkes et al., 2021).

3. Způsoby určení míry Intenzivního rodičovství

3.1 Postoj matky ke stimulaci dítěte

Jednou ze složek intenzivního rodičovství podle Liss a kol. (2013) je postoj ke stimulaci. Intenzivní rodičovský přístup klade důraz na vhodnou stimulaci dítěte již v raném dětství, a to za účelem dosažení největšího rozvoje schopností a inteligence dítěte (Wall, 2010).

Vhodná stimulace dítěte vskutku může vézt k lepšímu rozvoji kognitivních nebo socio emocionálních schopností dítěte (Grantham-McGregor et al., 2007; Page et al., 2010), nebo naopak nedostatečná stimulace může být důvodem nerozvinutí potenciálu dítěte (Malhi et al., 2018). I přes to, že ze zvýšené stimulace mohou pro dítě plynout pozitivní dopady, nadměrná stimulace dítěte může být pro dítě zahlcující a rušivá. V kontextu intenzivního rodičovství by se mohlo jednat například o kladení vysokého počtu otázek se snahou podnítit dítě k přemýšlení, poučování dítěte nebo vysvětlování (Clarke et al., 2013 in Woznicová, 2016).

Ačkoliv negativní dopad nadměrné stimulace dítěte na rozvoj kognitivních schopností nebyl potvrzen (Wijnroks, 1998), ukázalo se však, že nadměrná stimulace a vtíravost matky může souviset s negativním postojem dítěte vůči matce v pozdějším věku, který se může projevat nižší angažovaností dítěte vůči matce (Ispa et al., 2004). Forbes a kol. (2020) uvádí, že na postoj matek ke stimulaci nemají výraznější vliv demografické proměnné. Nicméně jako dvě možné vysvětlení tohoto postoje nabízí právě intenzivní rodičovství, nebo míru individualismu dané kultury.

3.2 Přesvědčení o přirozeném vývoji dítěte

V opozici k intenzivnímu rodičovství, konkrétně k postoji matky ke stimulaci dítěte, stojí teorie přesvědčení o přirozeném vývoji dítěte. Rodiče s tímto rodičovským přístupem nepovažují za nutné nadměrně zasahovat do vývoje dítěte.

Landry kol. (2008) tento koncept spíš než jako zřeknutí se rodičovské odpovědnosti, chápe jako snížení rodičovské angažovanosti a neposkytování struktury. Tento přístup považuje za stěžejní budování autonomie dítěte, přičemž rodič je jakýmsi doprovodem dítěte (Joussemet, Landry & Koestner, 2008). Studie z roku 2008 zabývající se tímto tématem přišla se zjištěními, že přesvědčení matky o přirozeném vývoji dítěte (Trust in organismic development) má souvislost s chováním podporujícím autonomii dítěte více než matek s kontrolujícím způsobem výchovy. Studie také naznačuje, že přesvědčení o přirozeném vývoji má souvislost s lepší adaptací dítěte a matky (Landry et al., 2008). V míře autonomie dítěte hrají roli jak individuální, tak situační faktory podpory, ale také míra kontroly projevovaná rodičem. Dále hraje roli důvěra rodiče ve schopnost dítěte vyvíjet se autonomním způsobem (Joussemet, Landry & Koestner, 2008).

3.3 Míra organizovaných aktivit a volnočasových kroužků dítěte

Volný čas dítěte je možné vyplnit nejrůznějšími organizovanými aktivitami. Tím se rozumí aktivity, které probíhají pod vedením dospělých vedoucích. Jako organizované aktivity tedy můžeme označit kroužky, sporty a podobně, naopak jako organizovanou aktivitou se nerozumí volná dětská hra (Gray, 2011).

Podle Graye (2011) jsou pro dítě motivací pro práci ve škole zejména známky a pochvaly, na sportovních kroužcích jsou jeho cílem trofeje nebo pochvaly. Jedná se tak o vnější motivy. Zatímco při volné hře se dítě věnuje aktivitám, které chce dělat a psychologický růst a učení tak jsou vedlejším produktem aktivity, nikoli primárním cílem (Gray, 2011). Lze také říci, že příliš velké množství organizovaných aktivit na úkor volného času dítěte má negativní vliv na kreativitu a imaginaci, nebo také nedostačující rozvoj sociálních dovedností (Patte & Brown, 2011).

4. Syndrom vyhoření

Tento termín popsal jako první Herbert Freudenberg a uvádí že vyhoření je stav, kdy dochází ke ztrátě nadšení a pracovní motivace, spojené s celkovým vyčerpáním. Dochází k němu u lidí, kteří byli dřív své práci velice oddaní a kteří pocítují velkou potřebu obstát (Freudenberg, 1974). Maslach a Jackson (1981) později vytvořili první testovou metodu měřící syndrom vyhoření takzvaně Maslach Burnout Inventory (MBI). Maslach zároveň rozdělil syndrom vyhoření do třech dimenzí 1. Depersonalizaci, 2. Vyčerpání, 3. Snížená pracovní výkonnost (Maslach & Jackson 1981). Silná identifikace vyčerpání se syndromem vyhoření způsobila, že vyčerpání je stěžejním aspektem vyhoření a depersonalizace spolu se sníženou pracovní výkonností jsou vnímány spíš jako podružné. Avšak to, že vyčerpání je pro vyhoření nezbytné neznamena, že je pro rozvoj vyhoření dostatečné (Maslach, 2001). Vyčerpání podněcuje vznik depersonalizace a cynismu. Snížení pracovní výkonnosti údajně vzniká paralelně, nikoli však postupně s vyčerpáním a depersonalizací. Za snižováním výkonnosti stojí zejména nedostatek relevantních zdrojů, zatímco vyčerpání vzniká vysokou pracovní náročností, přetížením a sociálními konflikty (Maslach, 2001).

Pro to, abychom odpověděli na otázku, kdo je ohrožený pracovním vyhořením nejvíce, musíme rozdělit faktory, které se různou měrou podílejí právě na jeho vzniku (Maslach, 2001). Demografickými faktory podílejícím se na vzniku vyhoření je zejména věk. Maslach (2001) uvádí, že vyhořením jsou více ohroženi mladší zaměstnanci než starší a domnívá se, že to může být zapříčiněno množstvím pracovních zkušeností. Rozdíly ve výskytu vyhoření u mužů a u žen se nepotvrdily. Maslach (2001) také uvádí, že u lidí s vyšším vzděláním je vyhoření častější než u lidí s nižší úrovní vzdělání. Mezi osobnostní faktory spojované s vyhořením patří zejména neuroticismus, který je typický emoční nestabilitou a náchylností ke stresu. Pracovní vyhoření je také spojováno s chováním typu A, pro které je typická vysoká míra soutěživosti, nepřátelskost, nadměrná potřeba kontroly nebo netrpělivost (Maslach, 2001). Jako rizikový faktor se ukázal postoj k práci. Respektive nerealistická, idealizovaná a příliš vysoká očekávání, pro jejichž naplnění je člověk nucen pracovat až za hranice svých sil. Pokud se nedaří těchto cílů dosáhnout, mohou vést u člověka k cynickému přístupu k práci (Maslach, 2001).

5. Rodičovské vyhoření

Termín rodičovské vyhoření je relativně čerstvým fenoménem. Poprvé se objevil v knize Edith Lanstom s názvem *Christian Parent Burnout*, z roku 1983. Edith Lanstom v této knize tvrdí, že rodičovství může být někdy natolik náročné, že může dojít k takovému vyčerpání, že by se dalo nazvat až vyhořením (Lanstrom, 1983). Na etiologii rodičovského vyhoření se pohlíželo Freudenbergerovým pohledem, který tvrdí, že vyhořením jsou ohroženi zejména ti rodiče, kteří se na rodičovství přespříliš těší a kteří jsou příliš horliví a angažovaní (Roskam et al., 2017). Později Pelsma testoval MBI na nezaměstnaných matkách a zjistil dvě ze tří dimenzí rodičovského vyhoření; emoční vyčerpání a nízkou pracovní výkonnost (Pelsma, 1989).

Téma rodičovského vyhoření se opět dostalo do centra zájmu až s přelomem milénia, kdy se tento fenomén začal dávat do kontextu například se zdravím rodičů nebo dítěte. Nicméně k měření vyhoření byl požíván výhradně dotazník Shirom – Melemed Burnout Questionnaire (Shirom & Melamed, 2006), který je primárně zaměřen na pracovní vyhoření. V roce 2015 se tématu rodičovského vyhoření začali věnovat Roskam a Mikolajczak a společně vytvořili dotazník Parental Burnout Inventory (PBI). Stanovují jako složky rodičovského vyhoření Emoční odstup od dítěte, Vyčerpání a Sníženou výkonnost (Roskam et al., 2017). Na tento koncept posléze navazují při tvorbě dotazníku Parental Burnout Assessment (PBA), kde stanovují jako složky rodičovského vyhoření Emoční odstup od dítěte, Vyčerpání z rodičovské role, Kontrast se svým předchozím rodičovským self a Pocity znechucení z rodičovské role (Roskam et al. 2018). V roce 2018 Mikolajczak a Roskam také přicházejí s novou teorií rodičovského vyhoření s názvem BR² (The Balance Between Risks and Resources), tato teorie zohledňuje rovnováhu mezi faktory zvyšujícími rodičovský stres a faktory, které ho naopak zmírňují (Mikolajczak & Roskam, 2018).

5.1 Rizikové a protektivní faktory v kontextu rodičovského vyhoření

Jak již bylo uvedeno, rodičovské vyhoření zvyšuje možnost zanedbávání, násilí na dětech nebo somatických obtíží, poruch spánku a podobně (Roskam et al., 2018). Otázkou však zůstává, proč někteří rodiče vyhoří a někteří nikoliv. Jak jsme již uváděli, Mikolajczak a Roskam (2018) se domnívají, že rodičovské vyhoření je výsledkem nerovnováhy mezi nároky a zdroji, respektive mezi rizikovými faktory a ochrannými faktory (Mikolajczak & Roskam, 2018).

Mezi faktory, které zvyšují pravděpodobnost vyhoření můžeme řadit nízkou úroveň emoční inteligence, rodičovský perfekcionismus, špatné výchovné postupy, příliš velké množství rodičovských povinností (Mikolajczak et al., 2017). Dále pak třeba nedostatečná podpora ve výchově ze strany partnera či partnerky, špatný co-parenting neboli podpora a pomoc při výchově ze strany partnera nebo partnerky (Mikolajczak et al., 2017), ale třeba i chybějící podpora ze strany rodiny nebo institucí jako jsou např. školka nebo jesle (Lindström, Åman, & Norberg, 2011). Mezi zdroje nebo také ochranné faktory můžeme zařadit například vysokou emoční inteligenci, správně zvolený výchovných postup, aktivity, které zmírňují úroveň rodičovského stresu, volný čas pro rodiče, pozitivní co-parenting (Gato et al. 2022). Mikolajczak a kol. (2018) rozděluje pět dimenzí, do kterých řadí faktory podílející se na rozvoji rodičovského vyhoření. Jsou jimi socio-demografické faktory, zvláštnosti a speciální potřeby ze strany dítěte, trvalé osobnostní vlastnosti rodičů, vlivy spojené s rodinným fungováním a výchovné faktory. Podle Gato a kol. (2022) není podíl těchto faktorů na vznik rodičovského vyhoření stejný. Více se na jeho rozvoji podílejí psychologické proměnné (osobnost rodiče, výchovné postupy, nebo fungování rodiny), než socio-demografické faktory. V nedávné studii ale také uvádí rozdíly v úrovni rodičovského vyhoření mezi různými kulturami, při vzniku vyhoření tak hrají roli i kulturní vlivy (Roskam et al., 2021).

5.1.1 Socio-demografické faktory

V otázce pracovního vyhoření je nejvýznamnější socio-demografickou proměnnou věk, přičemž vysoký věk koreluje s vyšším výskytem pracovního vyhoření (Maslach et al., 2001). To ovšem neplatí pro vyhoření rodičovské, kde právě mladší rodiče zažívají vyhoření častěji než starší rodiče, dalo by se tak usuzovat, že věk rodiče může být ochranným faktorem před rodičovským vyhořením (Kuběnová, 2021). Zajímavé je, že starší rodiče a rodiče starších dětí se hodnotí jako méně schopní ve zvládání rodičovských povinností, na druhou stranu mladší rodiče a rodiče s mladšími dětmi se hodnotili jako emočně vyčerpanější (Vigouroux & Scola, 2018). Nízký věk rodičů je rizikovým faktorem pro ztrátu rodičovského naplnění a vyšší míru emočního vyčerpání. Vysoký počet dětí, stejně jako velký věkový rozdíl mezi dětmi, jsou rizikovými faktory pro vznik emočního odstupu a ztrátu rodičovského naplnění. Péče o kojence je rizikovým faktorem pro emoční vyčerpání (Vigouroux & Scola, 2018).

5.1.2 Faktor speciálních potřeb ze strany dítěte

Výchova dítěte se speciálními potřebami přirozeně klade na rodiče vyšší nároky a souvisí tak s vyšším rizikem rodičovského vyhoření. Ovšem ukazuje se, že rodiče dětí s pouze jednou speciální potřebou nepociťují rodičovské vyhoření častěji než rodiče dětí, které nemají specifické potřeby. Rozdíl je však u rodičů dětí s vyšším množstvím komorbidit nebo speciálních potřeb, u těchto rodičů se vyskytuje rodičovské vyhoření podstatně častěji (Gérain & Zech, 2018).

5.1.3 Osobnostní dispozice rodičů a dětí

Jak již bylo zmíněno, osobnostní dispozice rodičů jsou vysoce významné pro výskyt rodičovského vyhoření. Vigouroux a Scola (2018) uvádějí tři hlavní osobnostní rysy, které mají na vyhoření významný vliv. Prvním z nich je emoční stabilita, což můžeme chápat jako opak neuroticismu. Le Vigouroux a kol. (2017) ho uvádí jako osobnostní rys, který poskytuje nejvyšší ochranu před vznikem rodičovského vyhoření. Dalším významným osobnostním rysem je přívětivost, která se ukázala jako ochranný faktor zejména před emočním vyčerpáním (Vigouroux & Scola, 2018). A jako posledním z velké pětky uvádějí Vigouroux a Scola (2018) protektivní vliv svědomitosti, respektive pak aspekt pečlivosti a vytrvalosti spadající pod svědomitost s nízkým výskytem rodičovského vyhoření korelují. Mikolajczak a kol. (2017) ještě přidávají emoční inteligenci, jež silně záporně koreluje s rodičovským vyhořením, nebo také perfekcionismus.

Jako rizikové osobnostní rysy dítěte jsou také neuroticismus, nízká úroveň přívětivosti a svědomitosti, avšak ačkoli osobnostní rys dítěte je významným rizikovým, nebo protektivním faktorem, větší roli na vzniku rodičovského vyhoření hrají osobnostní rysy rodiče (Vigouroux & Scola, 2018).

5.1.4 Vlivy spojené s rodinným fungováním

Jako velice významné faktory, které záporně korelují s úrovní rodičovského vyhoření se ukázaly faktory jako například míra manželské spokojenosti, partnerská shoda, partnerská blízkost nebo aktivní podpora ze strany partnera a kooperace (Mikolajczak et al., 2017). Naopak jako rizikové se ukazuje vysoká míra rodinné dezorganizovanosti, partnerská kompetitivnost a podkopávání nebo vyšší míra partnerských konfliktů (Mikolajczak et al., 2017).

Gato a kol. (2022) zkoumali, zda má na výskyt rodičovského vyhoření vliv sexuální orientace rodičovského páru, důvodem pro tento výzkum byla skutečnost, že heterosexuální a homosexuální rodiny čelí jiným stresorům (např. homosexuální rodiny jsou více stigmatizovány) a také mají odlišné zdroje (např. páry stejného pohlaví mají rovnostářštější rozdělení povinností). Z výsledků studie vychází, že rodičovské vyhoření nemá spojitost s tím, zda se jedná o rodinu s homosexuálními, či heterosexuálními rodiči (Gato et al., 2022).

5.1.5 Faktory spojené s výchovou

Za velice významné ochranným faktorem před vyhořením je považována míra rodičovské self-efficacy, čímž se rozumí víra ve své schopnosti v oblasti rodičovství. Dále se jako protektivní ukazuje pozitivní rodičovství nebo výchova vyžadující autonomii (Mikolajczak et al., 2017).

Tím, jaké rodičovské styly souvisejí s rodičovským vyhořením, se zabývala finská studie z roku 2022. Tato studie zjistila, že rodiče praktikující autoritářský styl výchovy pocítovali příznaky rodičovského vyhoření častěji, než rodiče s autoritativním nebo permissivním výchovným stylem. Autoři se domnívají, že důvodem může být vyšší míra psychologické kontroly dítěte nebo nižší míra vřelosti (Mikkonen et al., 2022).

5.1.6 Kulturní faktory

Jak se liší prevalence rodičovského vyhoření v různých částech světa, mapovala studie publikována v roce 2021. Porovnávala jednotlivé Hofstedeho kulturní dimenze (Hofstede & Bond, 1984) s úrovněmi rodičovského vyhoření ve 42 zemích světa. Z výsledků se ukazuje, že rodiče ze států s vysokou mírou individualismu jsou více ohroženi vyhořením. Mezi státy s vysokou mírou rodičovského vyhoření tak v Evropě patří například Polsko nebo Belgie. Ve světě je to pak USA nebo Kanada (Roskam et al. 2021).

5.2 Důsledky rodičovského vyhoření na rodiče

Při pracovním vyhoření bývá průvodním znakem touha opustit nebo změnit zaměstnání (Jourdain & Chênevert, 2010). „Únik“ před rodičovskou rolí, nebo opuštění dětí není tak jednoduché, jako v případě změny zaměstnání. To může podporovat silný pocit vyhoření a myšlenky na únik, které jsou u rodičovského vyhoření častější než u pracovního (Mikolajczak et al. 2018).

Mezi psychologické důsledky rodičovského vyhoření tedy mohou být sebevražedné myšlenky, myšlenky na opuštění rodiny (Mikolajczak, Gross & Roskam, 2021) nebo také pocity provinění ve spojitosti s fyzickým nebo verbálním násilím na dítěti (Mikolajczak et al. 2018). Rodičovské vyhoření zřejmě také narušuje hypotalamo-hypofyzárně-nadledvinovou funkci, což má za následek nejrůznější somatické potíže nebo také třeba poruchy spánku (Mikolajczak, Gross & Roskam, 2021).

5.3 Důsledky rodičovského vyhoření na dítě

Zásadní dopady rodičovského vyhoření na dítě spočívají zejména ve zvýšené pravděpodobnosti zanedbávání dítěte nebo násilného chování vůči dítěti, jak slovního, tak fyzického (Mikolajczak et al., 2018). Což podporují i studie, které uvádějí souvislost mezi rodičovským stresem a špatným zacházením s dětmi (Crouch & Behl, 2001). Navíc výsledky studie Mikolajczak et al. (2018) uvádějí, že souvislost mezi rodičovským vyhořením a zanedbáváním nebo násilným chováním neztrácí na významnosti ani po kontrole faktorů vzdělání, příjmu nebo závislosti rodičů. To naznačuje, že násilí a zanedbávání tak může hrozit i dětem z dobře situovaných rodin.

5.4 Důsledky rodičovského vyhoření na partnerské vztahy

Je přirozené, že dopadům rodičovského vyhoření neujde ani okolí daného rodiče, zejména pak partner. Vyhořelí rodiče přenášejí své negativní emoce a podrážděnost ve vztahu ke svému dítěti na své partnery (Mikolajczak et al., 2018). Stejně tak někteří uvádějí, že péče o dítě je natolik vyčerpává, že posléze je rozčilují i sebemenší drobnosti. K partnerským neshodám a konfliktům zásadně přispívá i emočnímu vyčerpání vyhořelého rodiče (Mikolajczak et al., 2018). Oproti pracovnímu vyhoření je rodičovské vyhoření spojeno s vyšším množstvím partnerských konfliktů a odcizení (Mikolajczak et al., 2018).

5.5 Metody měření rodičovského vyhoření

5.5.1 Dotazník Parental Burnout Inventory

Dotazník rodičovského vyhoření (Parental Burnout Inventory) byl vytvořen za pomoci MBI dotazníku, který je zaměřen na pracovní vyhoření (Maslach Burnout Inventory). Dotazník byl korelován s výsledky dotazníků MBI a byla zjištěna nízká až střední korelace mezi pracovním a rodičovským vyhořením.

Finální verze dotazníku PBI zahrnuje 22 položek sytící tři faktory rodičovského vyhoření 1. Emoční odstup, 2. Vyčerpání, 3. Snížená výkonnost (Roskam et al., 2017).

Původní položky z MBI (viz kapitola 3) byly přeformulovány do rodičovského prostředí a položka depersonalizace byla nahrazena škálou emočního odstupu. Finální verze dotazníku obsahuje 22 položek přičemž, 8 položek sytí Emoční vyčerpání, 8 položek Emoční odstup a 6 položek Sníženou výkonnost (Roskam et al., 2017).

5.5.2 Dotazník Parental Burnout Assessment

Důvodem vzniku dotazníku Parental Burnout Assessment (PBA) byl předpoklad, že rodičovské vyhoření nemusí souviset s vyhořením pracovním. Ačkoliv pracovní a rodičovské vyhoření jsou doprovázeny podobnými důsledky a somatickými obtížemi, jakými jsou například poruchy spánku a závislostní chování, u rodičovského vyhoření zaznamenáváme navíc i zanedbávání dětí a násilné chování vůči dětem (Roskam et al., 2018). Po sestavení dotazníku PBI se začalo uvažovat, zda faktor Snížené výkonnosti, Emočního odstupu a Emočního vyčerpání jsou dostačující pro popis struktury rodičovského vyhoření (Roskam et al., 2018).

To vedlo k vytvoření nového dotazníku, pro jehož vytvoření bylo vytvořeno 50 výroků, které charakterizují sebehodnocení a pocity vyhořelých matek. Tyto výroky byly prezentovány souboru matek a následně byla provedena faktorová analýza. Z výsledků faktorové analýzy vyšly čtyři faktory a to 1. Emoční distanc, 2. Vyčerpání z rodičovské role, 3. Kontrast se svým předchozím rodičovským self, 4. Pocity znechucení z vlastní rodičovské role (Roskam et al., 2018, Kuběňová, 2021).

5.6 Teorie rovnováhy mezi rodičovskými riziky a zdroji (BR²)

Jak už název této teorie napovídá, jedná se o teorii, která předpokládá, že na tom, zdali se u rodiče projeví znaky vyhoření či nikoliv, se podílí rizikové faktory a zdroje. Záleží na tom, zda rizikové faktory spojené s rodičovským vyhořením kompenzuje dostatečné množství protektivních zdrojů. Tato rizikově-zdrojová nerovnováha se zdá být společná pro většinu případů rodičovského vyhoření (Mikolajczak & Roskam, 2018). Tato teorie je přínosnou zejména proto, že napomáhá pochopení tomu, co vedlo k vyhoření a na jaké zdroje nebo rizika se zaměřit, aby došlo ke snížení vyhoření. Autorky také uvádějí, že právě analyzování a rozvíjení zdrojů může být spolu s odstraňováním konkrétních rizik způsob, jak v budoucnu tuto teorii využít v klinické praxi. (Mikolajczak & Roskam, 2018).

5.7 Způsoby nápravy a léčby rodičovského vyhoření

Srovnáváním účinnosti direktivního skupinového intervenčního programu a nedirektivního intervenčního programu se zabývá studie z roku 2020 zaměřená na vyhořelé matky (Brianda et al, 2020). Oba intervenční programy byly vedeny psychology a probíhaly jednou týdně po dobu 8 týdnů. Direktivní přístup byl zaměřený na edukaci a na cvičení snižující sílu rodičovských stresorů jako např. perfekcionismus, nebo nedostatečná podpora mezi partnery. Dále se zaměřoval na posilování a vyhledávání zdrojů např. sociální opory (Brianda et al., 2020).

Nedirektivní program se zaměřoval na vytvoření bezpečného místa, kde matky měly možnost prožít přijetí sebe sama, nabízel jim možnost sdílet své pocity s rodičovskou rolí a své obavy ze selhání (Brianda et al., 2020).

Výsledky ukazují, že bezprostředně po intervenci došlo k výraznému poklesu všech pozorovaných symptomů. Byl zaznamenán pokles symptomů vyhoření u více jak 35 % respondentek, stejně tak poklesla míra zanedbávání (35 %) a násilí (32 %) (Brianda et al., 2020). To znamená, že i matky s vysokou mírou rodičovského stresu a vyhoření, jsou schopny nácviku účinnějších rodičovských postupů a jsou schopny čerpat z empatického přijetí a pochopení (Brianda et al., 2020). Nicméně tato studie nepodává odpověď na to, jaká je účinnost v delším časovém horizontu.

PRAKTICKÁ ČÁST

6. Cíl práce a hypotézy

Cílem výzkumu této bakalářské práce je ucelit dosavadní poznatky týkající se tématu intenzivního rodičovství a rodičovského vyhoření, dále pak zjistit, zda existuje významný vztah mezi rodičovským vyhořením, intenzivním rodičovským přístupem nebo přesvědčením o přirozeném vývoji u matek, které mají alespoň jedno dítě ve věku 4 až 7 let.

Na základě poznatků z odborné literatury a stanovení cíle práce byla vymezeny dvě hlavní výzkumné otázky (VO1 a VO2) a k ní dvě hypotézy (H1 a H2). Pro položení VO1 jsme uvažovali, zda intenzivní rodičovský přístup, pro který je charakteristické například obětování se ve prospěch uspokojení potřeb dítěte, angažovanost v péči o dítě a snaha o zajištění co nejlepších podmínek pro ideální vývoj (Wall, 2010), může mít souvislost s vyšší úrovní rodičovského vyhoření u matek. Tuto naši domněnku také podpořilo zjištění, že rizikovými faktory spojovanými s vyšší úrovní rodičovského vyhoření je vysoká dávka rodičovských povinností a vyšší úroveň perfekcionismu (Mikolajczak et al., 2017) či kontrolujícího chování (Lindström et al., 2011). Předpokládali jsme tak kladný vztah mezi intenzivním rodičovstvím a rodičovským vyhořením.

Pro stanovení VO2 jsme Přesvědčení o přirozeném vývoji brali jako protipól k intenzivnímu rodičovskému přístupu. Pro toto přesvědčení je charakteristická nižší míra rodičovské kontroly a celkově je rodič méně angažovaný ve výchově dítěte (Landry et al. 2008). Naši domněnku podporuje také Landry a kol. (2008), který uvádí, že rodiče s tímto přístupem zažívají průměrnou nebo nižší míru stresu spojeného s péčí o dítě než rodiče, kteří se cítí zcela zodpovědní za vývoj svého dítěte (Landry et al. 2008). Dále jsme stanovili vedlejší výzkumnou otázku (VO3) a k ní dílčí hypotézy (H3 až H6), které měly za úkol zjistit souvislost vyhoření matky s organizovanými aktivitami dítěte.

Výzkumné otázky a hypotézy:

VO1: Jaký je vztah mezi rodičovským vyhořením a intenzivním rodičovským přístupem?

VO2: Jaký je vztah mezi rodičovským vyhořením a přesvědčením o přirozeném vývoji?

H1: Hrubé skóry z dotazníku rodičovského vyhoření (PBA) koreluje s hrubými skóry dotazníku Intenzivního rodičovství (IPAQ) škály postoje ke stimulaci a rozvíjení.

H2: Hrubé skóry z dotazníku rodičovského vyhoření (PBA) koreluje s hrubými skóry z dotazníku Přesvědčení o přirozeném vývoji (TODS).

VO3: Můžeme najít vztah mezi organizovanými aktivitami dítěte a úrovní rodičovského vyhoření matky?

H3: Hrubé skóry matek v dotazníku rodičovského vyhoření (PBA) pozitivně koreluje s počtem organizovaných aktivit, které navštěvují jejich děti ve volném čase.

H4: Hrubé skóry matek v dotazníku rodičovského vyhoření (PBA) pozitivně koreluje s počtem hodin, které jejich děti věnují týdně organizovaným aktivitám.

H5: Hrubé skóry matek v dotazníku rodičovského vyhoření (PBA) pozitivně koreluje s finančními náklady na zájmové aktivity dítěte.

H6: Matky, které se od sebe liší v množství času věnovaném hře s dětmi, se od sebe liší také skórem získaným v dotazníku PBA.

7. Metody

Pro tuto bakalářskou práci byla zvolena kvantitativní metoda dotazníkového šetření a následná statistická analýza dat. Pro výzkum byl použit dotazník, jehož hlavní část je tvořena spojením tří dotazníků s českým překladem – Parental Burnout Assessment (PBA), jedna dimenze Dotazníku intenzivního rodičovství (IPAQ), dotazník Přesvědčení o přirozeném vývoji (TODS). Do vedlejší doplňující části dotazníku byly zařazeny otázky spojené s volnočasovými aktivitami dítěte. Rovněž jsme do dotazníku přidali dvě dimenze z dotazníku NEO-FFI, (Neuroticismus a Svědomitost), z důvodu, že jsou uváděny jako silné intervenující proměnné.

7.1 Výzkumný soubor a výzkumný postup

Pro náš výzkum jsme hledali matky všech věkových skupin s alespoň jedním dítětem ve věku 4-7 let. Toto věkové rozmezí dítěte bylo zvoleno z důvodu rozdílných nákladů na péči o mladší a starší děti.

Dotazník jsme začali rozesílat na konci září 2022 a sběr jsme ukončili v polovině listopadu 2022. Pro sestavení dotazníku jsme zvolili program Google Forms. Odkaz s dotazníkem jsme sdíleli na sociální síti Facebook s prosbou o jeho vyplnění. Konkrétně jsme dotazník šířili pouze pomocí facebookových skupin s tematikou mateřství, rodinné péče, matek samoživitelek nebo s tématy právní podpory matek a sociálních dávek. Jednalo se tak zejména o metodu samovýběru. Ovšem tento způsob distribuce dotazníku jsme ještě doplnili o metodu sněhové koule, kdy jsme žádali matky o šíření dotazníku mezi své známé a přátele s dětmi v námi požadovaném věku. Dotazník jsme na sociální síti sdíleli vždy jednou týdně v různou denní dobu a v různé dny, abychom se dostali k co nejširšímu spektru respondentek. Doba pro vyplnění dotazníku se pohybovala okolo půl hodiny.

Dotazník nám celkem vyplnilo 632 žen. Po kontrole dat jsme z důvodu sabotáže nebo špatného vyplnění některých položek odstranili 5 vyplněných dotazníků. Ke statistickému zpracování jsme tak měli celkem 627 vyplněných dotazníků.

7.2 Měřicí nástroje

K ověření našich hypotéz jsme použili tři sebeposuzovací škály, které jsme dále doplnili o námi vytvořené otázky. Jedna ze škál zjišťuje úroveň rodičovského vyhoření, další škála je zaměřena na postoj rodiče ke stimulaci dítěte a poslední ze škál zjišťuje přesvědčení rodiče o přirozeném vývoji. Na závěr jsme přidali položky zaměřené na volnočasové aktivity dítěte. Dotazník jsme taktéž doplnili o některé ze škál dotazníku NEO-FFI.

7.2.1 Demografické údaje

Demografické údaje zjišťované v našem dotazníku se zaměřovaly na věk matky, nejvyšší dosažené vzdělání, o jaký typ rodiny se jedná, počet biologických dětí a celkový počet dětí v rodině. Dále jsme se také dotazovali, zda některé z dětí trpí psychickými či fyzickými potížemi anebo kolik času denně matka věnuje hře s dítětem.

7.2.2 Dotazník rodičovského vyhoření – Parental Burnout Assessment

V našem výzkumu jsme pro měření rodičovského vyhoření zvolili dotazník rodičovského vyhoření Parental Burnout Assessment (PBA) (Roskam et al., 2018). Tento dotazník na rozdíl od svého předchůdce PBI obsahuje položky zaměřené na zanedbávání dítěte, což jsou aspekty, které odlišují rodičovské vyhoření od (Roskam et al., 2018). Dotazník obsahuje 23 výroků, zaměřujících se na prožívání a pocity v rodičovské roli. Respondent má možnost výběru jedné ze sedmi odpovědí, jak často dané pocity zažívá, přičemž krajními hodnotami je „nikdy tyto pocity nezažívám“ a „tyto pocity zažívám denně“ (Roskam et al., 2018). Dotazník se skládá ze čtyř škál, a to ze škály Vyčerpání, Kontrastu s předchozím rodičovským self, Pocity znechucení z rodičovské role a Emočního odstupu. Vyčerpání je zastoupeno 9 položkami, Kontrast má v dotazníku 6 položek, 5 položek je zaměřeno na Pocity znechucení, na téma Emočního odstupu jsou položky pouze 3. Žádná z položek dotazníku není reverzní (Kuběnová, 2021).

Pro sestavení našeho dotazníku jsme použili český překlad tohoto dotazníku, který pro účely své diplomové práce přeložila Kuběnová (2021). Pro použití tohoto překladu jsme pouze výroky převedli z mužského rodu do ženského.

7.2.3 Dotazník intenzivního rodičovství – IPAQ

Pro kvantitativní měření míry Intenzivního mateřství byl sestrojen dotazník IPAQ (Intensive Parenting Attitudes Questionnaire). Tento dotazník byl tvořen na základě online dotazování, v kterém bylo matkám předkládáno 56 otázek na jejich postoje k různým aspektům intenzivního mateřství. Z výsledků bylo následně stanoveno pět faktorů:

1. Esencialismus – přesvědčení, žena je své podstatě v rodičovství lepší než muž
2. Fulfillment – naplnění z rodičovské role,
3. Stimulace – postoj ke stimulaci dítěte,
4. Challenging – náročnost rodičovské role,
5. Child Centred – upřednostňování zájmů dítěte před vlastními zájmy (Liss et al., 2013)

Tento dotazník bohužel není kompletně přeložený do češtiny, tak jsme pro účely našeho výzkumu použili pouze škálu Stimulace, která byla přeložena Woznicovou a kol. (2019). Náš dotazník tedy obsahoval devět výroků, zjišťujících přesvědčení rodiče, jak moc je

dítě potřeba stimulovat. Jsou zde například výroky jako: „Rodič by se měl stále snažit rozvíjet své dítě.“. Respondentky měly za úkol vybrat na škále od jedné do sedmi (1 = silně nesouhlasím, 7 = silně souhlasím), podle toho, jak moc s daným výrokiem souhlasí (Liss et al., 2013).

7.2.4 Dotazník přesvědčení o přirozeném vývoji – TODS

Jako protiklad dotazníku intenzivního rodičovství jsme zvolili dotazník Trust in Organismic Development Scale – TODS (Landry et al., 2008). Respondentkám bylo předloženo osm výroků týkající se jejich postoje k tomu, do jaké míry by rodič měl zasahovat do vývoje svého dítěte a jak moc by se měl podílet na rozvoji jeho schopností (např.: Myslím si, že většina dětí se vyvíjí zdravým způsobem svým vlastním tempem.). Respondentky následně opět vybíraly odpověď na sedmibodové škále, jak moc s daným výrokiem souhlasí (1 = silně nesouhlasím, 7 = silně souhlasím). Z celkového počtu osmi položek byly čtyři položky reverzní. O překlad dotazníku do českého jazyka se postarala Woznicová a kol. ve své práci z roku 2019.

7.2.5 Organizované aktivity a zájmové kroužky

V závěru námi sestaveného dotazníku byly umístěny otázky spojené s volnočasovými aktivitami dětí. V této části se nacházely otázky jako např. „Kolik zájmových kroužků navštěvují vaše děti?“ Dále zde byly otázky na půlroční finanční výdaje za volnočasové aktivity dítěte, kolik času týdně věnuje dítě organizovaným aktivitám nebo kolik času denně rodič tráví hrou s dítětem. Kvůli této části dotazníku jsme specifikovali náš výběr matek na ty, které měly alespoň jedno dítě ve věku 4-7 let a otázky v této části se zaměřovaly na péči o dítě v tomto věkovém období. Rozhodli jsme se tak z důvodu odlišných časových, finančních a dalších dotací ve výchově starších i mladších dětí.

7.2.6 NEO Pětifaktorový osobnostní inventář

Jak jsme již uváděli v teoretické části, uvádí se, že na vznik rodičovského vyhoření mají zejména vliv osobností vlastnosti rodiče (Le Vigouroux et. al., 2017). Proto jsme se rozhodli do našeho dotazníku zařadit také položky ze zkrácené verze NEO–FFI. Kompletní verze dotazníku je tvořena pěti škálami (Neuroticismus, Extraverze, Svědomitost, Přívětivost, Otevřenost ke zkušenosti). Z původní verze s 240 položkami byla posléze vytvořena i zkrácená verze s 60 položkami, přičemž každou ze škál sytí 12 položek (Costa & McCrae; 1992; Hřebíčková & Urbánek, 2001).

Pro sestavení našeho dotazníku jsme použili zkrácenou verzi dotazníku a pouze škály Neuroticismu a Svědomitosti, což jsou škály Pětifaktorového osobnostního inventáře, které by měly silně korelovat s mírou rodičovského vyhoření. Celkem jsou obě škály tvořeny 24 výroky. Respondentky měly možnost odpovídat na škále 0–4 jak moc je daný výrok vystihuje (0 = vůbec nevystihuje, 4 = úplně vystihuje). Použili jsme českou verzi dotazníku od Hřebíčkové a Urbánka (2001).

7.3 Etické aspekty výzkumu

Na začátek dotazníku jsme zařadili odstavec, ve kterém jsme respondentky seznámili s tím, co je naším předmětem zkoumání. Respondentky jsme informovali o tom, kolik času zabere vyplnění našeho dotazníku a jak je koncipovaný. Celé znění původních informací pro respondentky je uvedeno v příloze. Dotazník jsme záměrně nazvali „Dotazník rodičovské spokojenosti a vyčerpání“ a to z důvodu, abychom předešli snaze zkreslit odpovědi, které by nemusely odpovídat představám matky o svých rodičovských schopnostech. Domníváme se, že název rodičovské vyhoření může nést určité negativní konotace, které by mohly zapříčinit, že se respondentky budou snažit odpovídat méně upřímně. Snažili jsme se tedy o pravdivé obeznámení, co je obsahem dotazníku, avšak bez použití termínu „rodičovské vyhoření“.

Respondentky jsme také obeznámili s tím, že vyplnění dotazníku je dobrovolné, že mají právo nevyplnit dotazník nebo kdykoliv bez udání důvodu odstoupit od účasti na výzkumu. Respondentky tím, že pokračovaly ve vyplňování dotazníku souhlasily se zpracováním jimi poskytnutých dat a s účastí na výzkumu. Zároveň jsme se zavázali, že vyplnění je anonymní a neshromažďujeme osobní údaje jako je jméno, adresa, email respondentek apod. Také jsme respondentky ujistili, že jimi poskytnutá data budou použita pouze k vypracování praktické části mé bakalářské práce a v případě jakýchkoliv dotazů se mohou obrátit na přiloženou emailový kontakt.

7.4 Plán analýzy dat

Pro práci s námi nasbíranými daty a tvorbu grafů jsme zvolili program Microsoft Excel a statistický program Jamovi. Nejprve jsme vytvořili deskriptivní statistiku týkající se našeho výzkumného souboru, kterou jsme dále použili ke zkoumání proměnných. Taktéž jsme ověřovali, zda námi sesbíraná data jsou v normálním rozložení.

Tabulka 1: Deskriptivní analýza a Shapiro-Wilkův test

	N	Průměr	Median	SD	Minimum	Maximum	Shapiro-Wilk	
							W	p
PBA	627	21.4	16	18.85	0	115	0.811	< .001
IPAQ	627	44.9	45	8.55	15	63	0.986	< .001
TODS	627	28.8	28	7.17	11	52	0.989	< .001
NEO - svěd.	627	31.7	32	8.13	11	48	0.985	< .001
NEO - neuro.	627	23.9	23	10.09	0	47	0.991	0.001

Ve výše uvedené tabulce můžeme vidět, že podle Shapiro-Wilkova testu nevykazují námi sesbíraná data známky normálního rozložení. Budeme proto postupovat s neparametrickými metodami. Pro další zpracování dat jsme tedy užívali Spearmanův korelační koeficient, který není podmíněn normálním rozložením dat.

Pro ověření vnitřní konzistence námi zvolených testových metod jsme vypočetli Cronbachovu alfu, která vychází jako uspokojivá. Pro škálu Stimulace dotazníku IPAQ vyšla Cronbachova alfa 0,816. Pro dotazník PBA jsme vypočetli Cronbachovu alfu pro jednotlivé škály zvlášť. Škála Vyčerpání vyšla 0,916, pro škálu Kontrastu 0,894, škála Pocitů znechucení 0,881 a škála Emočního odstupu od dítěte měla Cronbachovu alfu 0,704. Dotazník TODS má 0,727 a škály Neuroticismu a Svědomitosti z dotazníku NEO-FFI mají 0,874 a 0,847. Za optimální se považují hodnoty vnitřní konzistence do 0,7, což u nás všechny metody splňují, není proto nutné vyřadit některé z položek.

8. Výsledky

8.1 Deskriptivní analýza

Průměrný věk respondentek byl 35,5 let. Nejvyšší věk byl 60 let a nejnižší 22 let, medián našeho souboru byl 35 let. Rozdělení matek podle vzdělání bylo následující: vysokoškolsky vzdělaných matek bylo 40 %, 39,1 % respondentek dosáhlo nejvýše středoškolského vzdělání, 6,9 % mělo odborné vzdělání, 10,4 % absolvovalo učňovský obor a 3,7 % respondentek mělo dokončenou pouze základní školu.

Tabulka 2: Nejvyšší dosažené vzdělání respondentek

Vzdělání	Počet	% z celku	Kumulativní %
Vysokoškolské	251	40.0 %	40.0 %
Středoškolské	245	39.1 %	79.1 %
Učňovský obor	65	10.4 %	89.5 %
Vyšší odborné	43	6.9 %	96.3 %
Základní	23	3.7 %	100.0 %

Z dotazníkového šetření vyplývá, že počet biologických dětí dotazovaných respondentek je následující: s poměrně velkým zastoupením 55,3 % byly matky se dvěma dětmi, matky s jedním dítětem pak byly zastoupeny ve 21,9 % a matky se třemi dětmi 17,1 %.

Tabulka 3: Počet biologických dětí respondentky

Počet biologických dětí	Počet	% z celku	Kumulativní %
1	137	21.9 %	21.9 %
2	347	55.3 %	77.2 %
3	107	17.1 %	94.3 %
4	24	3.8 %	98.1 %
5	10	1.6 %	99.7 %
7	1	0.2 %	99.8 %
9	1	0.2 %	100.0 %

Celkový počet dětí vychovávaných v domácnosti, tedy i děti osvojené nebo děti partnera z předchozích vztahů, se lišil jen nepatrně. Matek pouze s jedním vychovávaným dítětem bylo 20,9 %, se dvěma dětmi 55,5 %, se třemi 16,7 % a se čtyřmi 4,5 % z celkového počtu dotazovaných.

Tabulka 4: Počet dětí vychovávaných v domácnosti

Počet dětí v domácnosti	Počet	% z celku	Kumulativní %
1	131	20.9 %	20.9 %
2	348	55.5 %	76.4 %
3	105	16.7 %	93.1 %
4	28	4.5 %	97.6 %
5	12	1.9 %	99.5 %
7	2	0.3 %	99.8 %
9	1	0.2 %	100.0 %

Na otázku, v jakém typu rodiny se respondentka nachází, odpovídaly respondentky takto: celkem 73,4 % ($N = 460$) odpovědělo, že žijí v jedné domácnosti, ve které vychovávají děti spolu se svým partnerem, který je zároveň jejich rodičem. 11 % respondentek označilo svou rodinu za doplněnou nebo nevlastní, dalších 11 % dotazovaných se označilo za matku samoživitelku a 1,9 % žije ve vícegenerační domácnosti. Za rodinu se střídavou péčí o dítě označilo svou rodinu 17 respondentek, tedy 2,8 % z celkového počtu dotazovaných.

Tabulka 5: Deskriptivní analýza položek na organizované aktivity

	Průměr	Medián	SD	Minimum	Maximum	Shapiro-Wilk	
						W	p
Počet kroužků celkem	1.91	2	1.83	0	19	0.814	< .001
Počet h. OA týdně celkem	3.05	2.50	3.31	0.00	35.0	0.753	< .001
Půlroční fin. náklady	2943.79	2000	4463.21	0	40001	0.587	< .001

8.2 Korelační analýza

Pro testování námi stanovených hypotéz jsme zvolili korelační analýzu. Ke korelaci skóre námi použitých dotazníků mezi sebou jsme použili Spearmanův korelační koeficient. Tento koeficient měří sílu vztahu dvou proměnných. Pro jeho použití data nemusejí splňovat předpoklad normálního rozložení. Korelace mezi skóre dotazníků PBA, IPAQ a TODS je vidět v následující tabulce č.6.

Tabulka 6: Korelace dotazníků PBA, IPAQ a TODS

Korelace		PBA	IPAQ	TODS
PBA	Spearman's rho	—		
	p-value	—		
IPAQ	Spearman's rho	-0.086 *	—	
	p-value	0.031	—	
TODS	Spearman's rho	0.141 ***	-0.533 ***	—
	p-value	< .001	< .001	—

Note. * $p < .05$, ** $p < .01$, *** $p < .001$

Z našeho výzkumného vzorku uvedlo 16,1 % ($N = 101$) respondentek, že některé z jejích dětí má psychické obtíže a 83,9 % na tuto otázku odpovědělo záporně. Na otázku zdravotních obtíží dítěte odpovědělo 80,1 % respondentek, že žádné z jejích dětí netrpí zdravotními obtížemi a 19,9 % ($N = 125$) odpovědělo, že některé z jejích dětí má zdravotní obtíže.

8.2.1 Testování hypotéz

H1: Hrubé skóry z dotazníku rodičovského vyhoření (PBA) korelují s hrubými skóry dotazníku Intenzivního rodičovství (IPAQ) škály postoje ke stimulaci a rozvíjení.

Hodnota Spearmanova korelačního koeficientu mezi hrubým skórem dotazníku rodičovského vyhoření a skórem škály saturace dotazníku intenzivního rodičovství je $r = -0,086$. Hladina statistické významnosti je $p = 0,031$. Korelace vyšla statisticky významná, přijímáme tedy naši alternativní hypotézu, ale jedná se o téměř zanedbatelně nízkou hodnotu

H2: Hrubé skóry z dotazníku rodičovského vyhoření (PBA) korelují s hrubými skóry z dotazníku Přesvědčení o přirozeném vývoji (TODS).

Druhou testovanou hypotézou porovnáváme hrubé skóry dotazníku rodičovského vyhoření s hrubými skóry dotazníku Přesvědčení o přirozeném vývoji. Korelační koeficient mezi těmito dvěma proměnnými nám vyšel $r = 0,141$. Zjistili jsme tak nízkou úroveň pozitivní korelace. Vzhledem k tomu, že $p = <0,001$, jedná se o statisticky významné zjištění. Přijímáme alternativní hypotézu.

H3: Skóry matek v dotazníku rodičovského vyhoření (PBA) korelují s počtem zájmových kroužků, které navštěvují jejich děti ve volném čase.

Hodnota Spearmanova korelačního koeficientu hrubých skóre dotazníku rodičovského vyhoření a počet zájmových kroužků matčiných dětí je $r = -0,008$, jedná se tedy opět o triviální zápornou korelaci. Ze zjištěné p hodnoty ($p = 0,833$) můžeme považovat zjištění za statisticky nevýznamné. Přijímáme tak nulovou hypotézu a H3 zamítáme.

Tabulka 7: Korelace PBA a počtu zájmových kroužků, které dítě navštěvuje.

Correlation Matrix		PBA	Počet kroužků celkem
PBA	Spearman's rho	—	
	p-value	—	
Počet kroužků celkem	Spearman's rho	-0.008	—
	p-value	0.833	—

Note. * $p < .05$, ** $p < .01$, *** $p < .001$

H4: Skóry matek v dotazníku rodičovského vyhoření (PBA) korelují s počtem hodin, které jejich děti věnují zájmovým kroužkům.

Hodnoty korelačního koeficientu pro skóry rodičovského vyhoření a počtu hodin, které dítě tráví každý týden zájmovými kroužky a organizovanými aktivitami je $r = -0,055$ a $p = 0,172$. Zjistili jsme tedy, že se jedná o triviální úroveň záporné korelace. Nicméně p hodnota není dostatečně nízká, abychom zjištění mohli považovat za statisticky významné. Přijímáme tak nulovou hypotézu.

Tabulka 8: Korelace PBA a počet hodin organizovaných aktivit a kroužků týdně

Korelace		PBA	Počet h. OA týdně celkem
PBA	Spearman's rho	—	
	p-value	—	
Počet h. OA týdně celkem	Spearman's rho	-0.055	—
	p-value	0.172	—

Note. * $p < .05$, ** $p < .01$, *** $p < .001$

H5: Skóry matek v dotazníku rodičovského vyhoření (PBA) korelují s finančními náklady na zájmové aktivity dítěte.

Pro naši předposlední hypotézu je korelační koeficient mezi skórem rodičovského vyhoření a finančními náklady za zájmové aktivity dítěte $r = -0,01$. Korelace však nesplňuje dostatečnou úroveň statistické významnosti ($p = 0,804$), přijímáme tedy nulovou hypotézu.

Tabulka 9: Korelace finančních nákladů za zájmové kroužky a organizované aktivity s PBA

Korelace		PBA	Finanční náklady
PBA	Spearman's rho	—	
	p-value	—	
Finanční náklady	Spearman's rho	-0.010	—
	p-value	0.804	—

H6: Matky, které se od sebe liší v množství času věnovaném hře s dětmi, se od sebe liší také skórem získaným v dotazníku PBA.

Pro ověření poslední hypotézy jsme použili Kruskal-Wallisovu ANOVU a Tukeyův post hoc test. Matky měly na výběr, zda si s dítětem hrají méně než hodinu denně; 1–2 hodiny denně; 2–3 hodiny denně, nebo více než 3 hodiny denně. Zajímalo nás, zda úroveň rodičovského vyhoření je stejná nezávisle na době hraní si s dítětem. Výsledky Kruskal-Wallisova testu ukazují, že je rozdíl v době, kterou matka tráví hraním si s dítětem a úrovní jejího skóru dotazníku rodičovského vyhoření $H = 51,9$; $p = <0.001$.

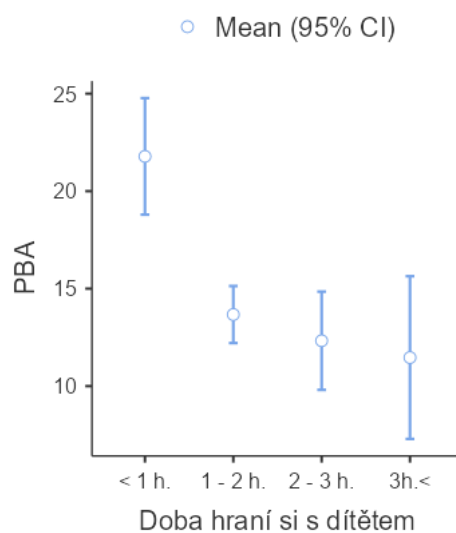
Tabulka 10: Kru-Wall ANOVA – doba hraní si a PBA

Kruskal-Wallis	χ^2	df	p	ϵ^2
PBA	51.9	3	< .001	0.0829

Post hoc testem (Tukey) jsme zjistili, že matky, které tráví s dětmi méně než hodinu denně společnou hrou, mají v dotazníku rodičovského vyhoření vyšší skóre než matky, které si s dětmi hrají alespoň hodinu denně nebo víc. Zamítli jsme tedy nulovou hypotézu a přijímáme hypotézu H6.

Tabulka 11: Tukey Post-Hoc Test – PBA

		< 1 h.	1 - 2 h.	2 - 3 h.	3h.<
< 1 h.	Mean difference	—	9.21	10.55	11.237
	p-value	—	< .001	< .001	< .001
1 - 2 h.	Mean difference		—	1.34	2.031
	p-value		—	0.917	0.845
2 - 3 h.	Mean difference			—	0.690
	p-value			—	0.995
3h.<	Mean difference				—
	p-value				—



Obrázek 1: Graf – Průměrná úroveň PBA pro jednotlivé časové údaje

8.2.2 Statistická analýza intervenujících proměnných

Naměřené hodnoty dotazníků jsme dále korelovali se získanými skóry škál dotazníku NEO-FFI. Korelační koeficient hrubých skóre dotazníku PBA a hrubých skóre škály Neuroticismu nám vyšel $r = 0,551$ s p hodnotou $<0,001$, takže zjištění je statisticky významné. To znamená silnou pozitivní korelaci mezi oběma skóry. Korelační koeficient skóre PBA a skóre škály Svědomitosti dotazníku NEO-FFI je $r = -0,311$ a $p = <0,001$, takže zjištění je statisticky významné. Jedná se tak o středně silnou zápornou korelaci.

Korelace skóre dotazníku IPAQ a škály Neuroticismu ($r = 0,156$; $p = <0,001$) vychází jako slabá pozitivní korelace. U korelace IPAQ a škály Svědomitosti ($r = 0,263$; $p = <0,001$) se taktéž jedná o nižší až střední korelaci.

Korelační koeficienty skóre TODS a škály Neuroticismu je $r = -0,131$ ($p = 0,001$), to znamená nízkou zápornou korelaci. Korelace TODS a škály Svědomitosti dosahuje nízké až střední úrovně záporné korelace ($r = -0,246$; $p = <0,001$).

Tabulka 12: Korelace dotazníků se škálami z NEO

Korelace		PBA	IPAQ	TODS	NEO - neuro.	NEO - svěd.
PBA	Spearman's rho	—				
	p-value	—				
IPAQ	Spearman's rho	-0.05	—			
	p-value	0.169	—			
TODS	Spearman's rho	0.099 *	-0.53 ***	—		
	p-value	0.013	< .001	—		
NEO - neuro.	Spearman's rho	0.585 ***	0.157 ***	-0.12 **	—	
	p-value	< .001	< .001	0.003	—	
NEO - svěd.	Spearman's rho	-0.34 ***	0.273 ***	-0.26 ***	-0.29 ***	—
	p-value	< .001	< .001	< .001	< .001	—

Za pomoci korelačního koeficientu jsme také porovnávali naměřené hodnoty dotazníku s věkem respondentek, počtem dětí v domácnosti a počtem dětí do 4 let. Ovšem kvůli příliš vysoké p hodnotě nemůžeme považovat naše zjištění za statisticky významná.

Tabulka 13: Korelace PBA, věk a počet dětí v domácnosti

		PBA	VĚK	Počet dětí v domácnosti
PBA	Spearman's rho	—		
	p-value	—		
VĚK	Spearman's rho	-0.013	—	
	p-value	0.751	—	
Počet dětí v domácnosti	Spearman's rho	0.026	0.049	—
	p-value	0.515	0.216	—

Note. * $p < .05$, ** $p < .01$, *** $p < .001$

Na závěr jsme se za pomoci Kruskal-Wallisovy ANOVY pokoušeli potvrdit, zda je rozdíl mezi naměřenými hodnotami PBA rodičů, kteří uváděli, že některé z jejich dětí trpí zdravotními problémy ($p = 0,018$). Taktéž jsme ověřovali, zda skóre v dotazníku PBA rodičů s dítětem, které má psychické obtíže, se odlišuje od rodičů, kteří mají dítě bez těchto obtíží ($p = 0,002$). V tabulce 16 můžeme vidět průměrné hodnoty PBA a medián matek dětí bez zdravotních nebo psychických obtíží, dále s psychickými či zdravotními obtížemi nebo s obojím typem potíží.

Tabulka 14: Kru-Wal. ANOVA Zdravotní obtíže PBA

	χ^2	df	p
PBA	5.55	1	0.018

Tabulka 15 Kru-Wal. ANOVA Psychické obtíže PBA

	χ^2	df	p
PBA	9.96	1	0.002

Tabulka 16: Deskrip. – Matky dětí s psychickými a zdravotními problémy a s kombinací

	Psych. ob.	Zdravot. ob.	N	Průměr	Medián	SD
PBA	Ne	Ne	444	20.2	15.0	18.4
		Ano	82	21.7	17.5	17.5
	Ano	Ne	58	25.2	19.5	22.0
		Ano	43	28.2	21	20.2

9. Diskuse

Naším cílem v této bakalářské práci bylo ucelit dosavadní poznatky o intervenujících proměnných rodičovského vyhoření. Toto bylo záměrem teoretické části práce, která sumarizuje dosavadní důležité poznatky zabývající se výše zmíněnými fenomény. Cílem praktické části bylo ověřit, zda existuje statisticky významný vztah mezi rodičovským vyhořením, intenzivním rodičovským přístupem nebo přesvědčením o přirozeném vývoji u matek s alespoň jedním dítětem ve věku 4-7 let. Námi provedenou korelační analýzou se nám podařilo podpořit naše dvě hlavní hypotézy.

Naše první výzkumná otázka se ptala, jaký je vztah mezi intenzivním rodičovským přístupem a přesvědčením o přirozeném vývoji k rodičovskému vyhoření. Provedená korelační analýza podpořila naši hypotézu o tom, že skóry Dotazníku rodičovského vyhoření a Dotazníku intenzivního rodičovství spolu korelují. Nicméně síla této korelace byla téměř zanedbatelná a navzdory našemu očekávání byla záporná. Liss a kol. (2013) uvádějí, že škála stimulace souvisí s větší mírou potěšení. Je tedy možné, že matky, které nepocítují potěšení z rodičovské role, méně stimulují své dítě. Ovšem nejsme zde schopni zjistit kauzalitu těchto jevů. Rovněž se může jednat o metodologický nedostatek, vzhledem k tomu, že se jedná jen o jednu škálu Dotazníku intenzivního rodičovství. Je tedy možné, že například korelace škály Esencialismu, která podle Rizze a kol. (2013) u matek koreluje s nižší spokojeností a pocity náročnosti rodičovství, by mohla s rodičovským vyhořením korelovat pozitivně.

Druhou hypotézou jsme chtěli zjistit, zda rodičovské vyhoření koreluje s přesvědčením o přirozeném vývoji. Hypotéza, která předpokládala korelaci mezi rodičovským vyhořením a přesvědčením o přirozeném vývoji byla podpořena. Výsledky ukázaly slabou pozitivní korelaci, což je proti naší původní domněnce, že zjistíme zápornou korelaci. Ashton-James a kol. (2013) uvádějí, že rodiče s vyšším zaměřením na dítě mohou pociťovat z rodičovské role vyšší míru naplnění a pocit osobní pohody. Je tedy možné, že rodiče s přesvědčením o přirozeném vývoji jsou méně zaměřeni na dítě, což by se mohlo odrážet v pocitech nižšího naplnění z rodičovské role. Pro příští výzkumy by mohlo být zajímavé prozkoumat, zda je přesvědčení o přirozeném vývoji spojené s nižší zaměřeností na dítě.

Studie porovnávající rodičovské styl a rodičovské vyhoření, taktéž přichází s tím, že rodiče se zanedbávajícím výchovným stylem mají vyšší míru vyhoření než rodiče permissivní (Mikkonen et al., 2022). Je tedy možné, že rodiče se zanedbávajícím stylem si svůj přístup k výchově obhajují přesvědčením o přirozeném vývoji.

V hypotézách H3, H4 a H5 nás zajímalo, zda existuje nějaký vztah mezi úrovní rodičovského vyhoření matky a tím, kolik organizovaných aktivit dítě navštěvuje, kolik času týdně dítě věnuje organizovaným aktivitám, nebo kolik peněz je vynakládáno na organizované aktivity dítěte. Žádnou z těchto hypotéz se nám nepodařilo podpořit.

V hypotéze H3 jsme zjišťovali, zda má množství organizovaných aktivit, které navštěvují děti respondentek, vztah s úrovní rodičovského vyhoření. Tuto hypotézu se nám nepodařilo podpořit z důvodu nízké statistické významnosti. Hypotézou H4 jsme se snažili ověřit, zda můžeme nalézt vztah mezi čase, který děti tráví organizovanými aktivitami a úrovní vyhoření u matky. Naši hypotézu se nám nepodařilo podpořit z důvodu nízké statistické významnosti. Je tedy možné, že množství organizovaných aktivit nesouvisí s rodičovskou kontrolou tak silně, jak jsme se na základě práce Woznicové a kol. (2019) domnívali. Rovněž se nám bohužel nepodařilo dohledat studie, které by dávaly do vztahu počet organizovaných aktivit nebo volnočasových kroužků dítěte a rodičovské vyhoření.

Jak již bylo řečeno, ani pátou hypotézu, zjišťující sílu vztahu mezi rodičovským vyhořením a finančních nákladů na organizované aktivity dítěte, se nám z důvodu nízké statistické významnosti, nepodařilo podpořit. Lindström a kol. (2011) uvádějí neuspokojivou finanční situaci jako potenciální rizikový faktor pro rozvoj vyhoření. Pro další studie by mohlo být zajímavé se zaměřit právě na finanční situaci rodiny ve spojitosti s intenzivním rodičovstvím.

Poslední šestou hypotézou jsme zjišťovali, zda odlišná doba hraní si matky s dítětem související s jejím skóre v dotazníku PBA. Ověřením této hypotézy se nám tedy podařilo zjistit, že matky, které si s dítětem hrají méně než hodinu denně, mají vyšší úroveň rodičovského vyhoření než matky, které si s dítětem hrají alespoň hodinu denně nebo více. Bohužel nejsme schopni určit kauzalitu těchto jevů.

Jako možné vysvětlení tohoto jevu se nabízí, že symptomem rodičovského vyhoření je emoční distanc od dítěte (Mikolajczak et al. 2018), který se může projevovat nižší potřebou matky trávit s dítětem čas. Nebo je možné naopak brát každodenní hru matky

s dítětem, jako potenciálně ochranný faktor před vyhořením. Jako symptom rodičovského vyhoření bývají také uváděny myšlenky na únik (Mikolajczak et al. 2018), je tak možné, že se rodič záměrně vyhýbá kontaktu s dítětem.

Vedle testování našich hypotéz jsme se rozhodli otestovat také některé významné intervenující proměnné pro rodičovské vyhoření. V souladu s Vigouroux a kol. (2017) a Vigouroux a Scola, (2018) jsme našli spojitost mezi osobnostními faktory a rodičovským vyhořením. Do námi sestaveného dotazníku byly tyto škály zařazeny z důvodu, že neuroticismus je uváděn jako významný rizikový faktor ve spojitosti s rodičovským vyhořením, a naopak svědomitost je uváděna jako významný ochranný faktor (Vigouroux & Scola, 2018). Naše výsledky toto tvrzení podporují, neuroticismus koreluje silně s rodičovským vyhořením, Svědomitost naopak s rodičovským vyhořením koreluje středně silně záporně. Potvrdilo se nám, že osobnostní proměnné jsou významné intervenující proměnné. Bylo by tedy vhodné v další studii následně provést regresní analýzu abychom zjistili, jakou mají tyto proměnné mezi sebou závislost. Nicméně se domníváme, že tato analýza by byla je nad rámec této práce.

Záporný vliv věku rodiče na vyhoření se nám nepodařilo podpořit. Množství studií např. (Kawamoteo et al. 2018; Sorkkila & Aunola, 2020) uvádějí jako ochranný faktor před rodičovským vyhořením, vyšší věk rodiče. Výsledky naší korelace nesplňovaly požadavky statistické významnosti. Stejně tak se nám z důvodu nízké statistické významnosti nepodařilo potvrdit vztah vyhoření a počtu dětí v domácnosti (Vigouroux & Scola, 2018). Naopak se nám podařilo podpořit studie, které srovnávají rodičovské vyhoření se zdravotním stavem dítěte (Gérain & Zech, 2018). Zjistili jsme vyšší úroveň vyhoření u matek, které uvedly, že některé z jejich dětí má zdravotní potíže v porovnání s matkami, které uvedly, že žádné z jejich dětí tyto obtíže nemá. Stejně výsledky jsme zjistili i u matek, které uvedly, že některé z jejich dětí má psychické potíže.

Zajímavým zjištěním jsou naměřené hodnoty dotazníku PBA. Vzhledem k tomu, že naše respondentky průměrně dosahovaly 16 bodů, (medián byl 10 bodů), jen velmi malé množství matek by se dalo považovat za skutečně vyhořelé. Podle kategorií úrovně vyhoření uvedené v práci Kubénové (2021) bylo v našem vzorku 69 žen (11 %) mírně ohroženo rodičovským vyhořením (skóre mezi 30 a 45 body), střední riziko vyhoření jsme zjistili u 34 respondentek (5,4 %) se skórem 46 až 60 a vysoké riziko vyhoření u 14

respondentek (skóre mezi 61 a 75). Za vyhořelé by se z našeho vzorku tedy dalo považovat pouze 2,4 % respondentek (15), které měly vyšší skór než 76. Tento výsledek je blízký naměřeným hodnotám z Rakouska ve studii (Roskam et al., 2021), ve které bylo zjištěno 2–3 % vyhořelých rodičů. Naopak v sousedním Polsku je vyhořelých rodičů mezi 7 až 8 % (Roskam, et al., 2021). Nicméně je možné, že náš výzkumný vzorek tvoří zejména matky, které měly dostatek času pro sebe a nebyly tolik vytížené péčí o dítě. Zároveň tyto matky mohly být v takovém rozpoložení, že chtěly věnovat svůj volný čas dotazníku zaměřujícímu se na témata spojená s rodičovstvím.

Limity

Ačkoliv máme poměrně velký výzkumný vzorek, online distribuce dotazníku s sebou nese řadu omezení. Například nebylo možné kontrolovat, za jakých podmínek respondentky dotazník vyplňují. Náš výzkumný vzorek je také limitován na ženy, které mají přístup k internetu a mají účet na sociální síti Facebook. Stejně tak je možné, že vyplnění dotazníku se zúčastnily zejména matky, které aktivně vyhledávají témata spojená s rodičovstvím, a zároveň mají volný čas a energii na vyplnění dotazníku. Vzorek tak mohou tvořit převážně matky, které nejsou příliš časově vytížené a které jsou se svou mateřskou rolí více spokojené.

Dalším limitem je použití pouze jedné škály z dotazníku Intenzivního rodičovství. Ostatní škály nebyly použity z důvodu absence českého překladu. Použití všech škál by mohlo poskytnout celistvější pohled na naše téma. Nicméně podle studie z roku 2021 (Gauthier et al., 2021) porovnávající různé koncepty intenzivního rodičovství mezi sebou, uvádí jako jediné dvě dimenze, které tyto koncepty spojují (Villar et al., 2018; Liss et al., 2013; Loyal, Suttler Dallay & Rascle, 2017), právě Postoj ke stimulaci a Orientaci na dítě (Gauthier et al., 2021). Pro budoucí výzkumy by bylo tedy vhodné doplnit český překlad všech škál dotazníku IPAQ, aby tento fenomén mohl být lépe prostudován i na české populaci.

Jako potenciálně problematické se při zpětném posouzení jeví otázky zaměřených na organizované aktivity a volnočasové kroužky dítěte. Pro respondentky mohla být nejasně formulována například otázka, dotazující se na počet organizovaných aktivit, nebo kolik času týdně tráví jejich dítě organizovanými aktivitami. Respondentky mohly vnímat odlišně, co je považováno za organizovanou aktivitu a co už nikoliv.

Podobně tomu mohlo být i u otázky dotazující se na finanční náklady spojené s výdaji na zájmové kroužky, která mohla být respondentkám nepříjemná či v době vyplňování nemusely mít přehled o přesné částce a uvádět tak jen odhadovanou částku. Taktéž se domníváme, že položky zaměřené na organizované aktivity nemusejí zcela odrážet intenzivní rodičovský přístup matky. Pro příští výzkum by však mohlo být zajímavé doplnit dotazník o otázku mapující rodinný příjem. A zaměřit se na vztah mezi rodičovským vyhořením, potřebou zajišťovat dítěti intenzivní stimulaci a finanční situaci v rodině. Pokud matka považuje za důležité dopřát dítěti velké množství zájmových kroužků, avšak není schopna je finančně pokrýt, je možné, že u této matky by míra vyhoření mohla být vyšší. Stejně tak pokud matka vynakládá velké pracovní úsilí na to, aby pokryla finanční náklady na kroužky dítěte, může pociťovat vyšší míru vyčerpání, nebo pochybností o svých rodičovských schopnostech.

10. Závěr

Cílem této studie bylo zjistit, jaký je vztah mezi intenzivním rodičovským přístupem a rodičovským vyhořením. V naší studii se nám podařilo zjistit, že mezi úrovní rodičovského vyhoření a škálou stimulace dotazníku intenzivního rodičovství, je triviální záporná korelace. Stejně tak se nám potvrdil náš předpoklad o korelaci rodičovského vyhoření s přesvědčením o přirozeném vývoji. Zde jsme proti našemu očekávání zjistili slabou pozitivní korelaci.

Spojitost úrovně rodičovského vyhoření s množstvím organizovaných aktivit dítěte se nám nepodařilo podpořit z důvodu nízké statistické významnosti. Ze stejného důvodu jsme nepodpořili hypotézy o vztahu počtu hodin, které dítě respondentky tráví organizovanými aktivitami a vztah mezi finančními náklady na organizované aktivity a rodičovským vyhořením.

Podařilo se nám potvrdit, že matky, které se mezi sebou odlišují dobou strávenou hrou s dítětem denně se liší i v úrovni rodičovského vyhoření. Matky, které společnou hrou s dítětem tráví méně, než hodinu denně mají vyšší úroveň vyhoření než matky, které si s dítětem hrají alespoň hodinu denně nebo více.

11. Souhrn

Tato práce si kladla za cíl stručné uvedení do tématu rodičovského vyhoření a intenzivního rodičovského přístupu, posléze pak zjistit, jaký vztah mezi sebou tyto dva fenomény mají. V teoretické části práce jsme se zprvu zabývali tématem rodičovských stylů a jejich rozdělením. Zmiňujeme obecně známé přístupy k rozdělení rodičovských stylů. V následujících kapitolách se snažíme zasadit intenzivní rodičovský přístup do současné společnosti a představujeme některé přístupy, jak na intenzivní rodičovství nahlížet (Hays, 1998; Liss et al., 2013). Dále pak představujeme některé alternativní výchovné styly, jako například helikoptérové rodičovství, free-range a podobně. V další kapitole jsme se snažili sumarizovat faktory, které mohou specificky souviset s intenzivním mateřstvím. Uvádíme tam například zjištění, že pocity spojené s náročností mateřské role jsou vyšší u vysokoškolsky vzdělaných matek s dětmi v batolecím věku (Forbes et al., 2020), tyto informace pak dále doplňujeme o to, jaké důsledky má tento přístup na matku, na dítě, nebo jaké může mít důsledky na partnerské vztahy. Následně jsme uvedli kapitolu, ve které představujeme koncept postoje matky ke stimulaci. V této kapitole přibližujeme tuto dimenzi z dotazníku Intenzivního rodičovského přístupu (Liss et al., 2013). Dále jsme představili koncept přesvědčení o přirozeném vývoji, který jsme vybrali jako opozici k intenzivnímu rodičovskému přístupu (Landry et al., 2008). Také jsme přidali kapitolu o organizovaných aktivitách, kde je tento pojem více vymezen.

Dále jsme se věnovali stručné historii pojmu pracovního vyhoření. Uvedli jsme kupříkladu měřicí metody, ze kterých se vycházelo při tvorbě dotazníků pro rodičovské vyhoření. Popsali jsme dosavadní metody měření rodičovského vyhoření, kterými jsou Parental Burnout Inventory (PBI, Roskam et al., 2017), Parental Burnout Assessment (PBA, Roskam et al., 2018) a ve stručnosti jsme uvedli teorii rovnováhy mezi zdroji a riziky (Mikolajczak Roskam, 2018). Následně jsme uvedli protektivní nebo rizikové faktory pro rozvoj vyhoření, jaké jsou možné důsledky rodičovského vyhoření nebo o způsobech léčby.

Pro vypracování praktické části této práce bylo zvoleno dotazníkové šetření a následná analýza získaných dat. Pro náš výzkum jsme spojili tři dotazníky. Dotazník rodičovského vyhoření (PBA; Roskam et al. 2018), škálu saturace z dotazníku Intenzivního rodičovství (IPAQ; Liss et al., 2013) a Dotazník postoje k přirozenému vývoji (TODS; Landry et al., 2008).

Tyto dotazníky jsme ještě doplnili o otázky zabývající se organizovanými aktivitami dítěte matky nebo dvěma škálami z osobnostního dotazníku NEO-FFI (Costa, & McCrae, 1989).

Dotazník byl rozesílán na sociální síti Facebook od září do listopadu 2022. Náš výzkumný vzorek tvořilo 627 žen, ve věku od 22 do 60 let, které měly alespoň jedno dítě ve věku 4-7 let. Nadpoloviční většina (55,5 %) respondentek uvedla, že v domácnosti vychovávají dvě děti, jedno dítě v domácnosti uvedlo 22 % a tři děti v domácnosti uvedlo 16,7 %. Vysokoškolsky vzdělaných matek bylo 40 % a středoškolsky 39 %. Z celkového vzorku nám 125 matek uvedlo, že některé z jejich dětí má zdravotní obtíže a 101 matek uvedlo, že některé z jejich dětí má psychické obtíže.

Pro náš výzkum jsme si stanovili dvě hlavní výzkumné otázky, které zněly: Jaký je vztah rodičovského vyhoření a intenzivního rodičovství? Jaký je vztah mezi rodičovským vyhořením a přesvědčením o přirozeném vývoji? K těmto otázkám jsme si položili ještě jednu vedlejší výzkumnou otázku, která se ptala, zda můžeme najít vztah mezi organizovanými aktivitami dítěte a úrovní rodičovského vyhoření matky.

Hypotéza pro naši výzkumnou otázku předpokládala korelaci mezi skóry PBA a IPAQ. Tuto hypotézu jsme podpořili ($p = 0,031$; $r = -0,086$), nicméně se jedná o téměř zanedbatelnou úroveň korelace a tato korelace byla proti našemu očekávání záporná.

Druhou výzkumnou otázkou jsme se snažili zjistit vztah mezi rodičovským vyhořením a přesvědčením o přirozeném vývoji. Stanovenou hypotézu, že mezi skórem PBA a TODS je korelace, se nám podařilo podpořit ($r = 0,141$; $p = <0,001$), nicméně navzdory našemu očekávání se jednalo o slabou pozitivní korelaci.

Pro zodpovězení třetí otázky jsme si stanovili čtyři hypotézy. Hypotézu předpokládající korelaci mezi počtem organizovaných aktivit navštěvovaných dětmi respondentky a úrovní jejího vyhoření se nám nepodařilo potvrdit, z důvodu nízké statistické významnosti ($p = 0,833$). Ze stejného důvodu jsme nepřijali hypotézu předpokládající korelaci mezi množstvím času, který děti respondentky tráví organizovanými aktivitami a úrovní jejího vyhoření ($p = 0,172$) taktéž hypotézu předpokládající korelaci mezi finančními náklady za organizované aktivity dítěte a úrovní vyhoření matky ($p = 0,204$). V poslední hypotéze se nám podařilo potvrdit, že mezi úrovní rodičovského vyhoření

u matek, které se mezi sebou liší dobou hraní si s dítětem denně je rozdíl. Zjistili jsme, že matky, které si s dítětem hrají méně než hodinu denně, dosahují vyšších úrovní vyhoření.

Závěrem se nám podařilo potvrdit zápornou korelaci mezi rodičovským vyhořením a faktorem svědomitosti, silnou pozitivní korelaci rodičovského vyhoření a neuroticismu (Vigouroux & Scola, 2018), nebo že je rozdíl v úrovních rodičovského vyhoření u matek dětí se zdravotními nebo psychickými obtížemi, oproti úrovni matek dětí bez těchto obtíží (Gérain & Zech, 2018).

12. Přílohy

Příloha 1 – Struktura dotazníku

Dobrý den,

Jmenuji se David Krejcar a rád bych Vás požádal o vyplnění krátkého dotazníku k mé bakalářské práci. Jsem studentem bakalářského studia psychologie na JČU a ve své práci se zaměřuji na matky dětí předškolního a mladšího školního věku. Samotný výzkum se zabývá prožíváním a mírou rodičovské spokojenosti a vyčerpání matek v kontextu toho, jak matka přistupuje k výchově svého dítěte. Ve své práci bych rád objasnil, zda intenzivní přístup matky k rodičovství souvisí s její spokojeností a vyčerpáním.

Samotný dotazník je rozdělen do čtyř částí. Tímto Vás prosím o pečlivé a pravdivé vyplnění kompletního dotazníku. Vaše osobní údaje nebudou nikde shromažďovány, vyplnění je anonymní a dobrovolné. S Vašimi daty bude nakládáno citlivě a budou použity při statistickém zpracování v praktické části mé bakalářské práce. Pokud budete mít zájem přečíst si mou práci případně pokud máte nějaké další otázky, můžete mě kontaktovat na emailové adrese krejcd05@jcu.cz. Účast na výzkumu je dobrovolná a máte možnost od něho kdykoliv odstoupit bez udání důvodu. Vyplněním dotazníku souhlasíte se zpracováním Vámi poskytnutých dat.

David Krejcar

Dotazníkové otázky

Demografické otázky:

- Kolik je vám let?
- Jaké je vaše nejvyšší dosažené vzdělání?
 - základní, učňovský obor, středoškolské, vyšší odborné, vysokoškolské
- Jaký typ rodiny jste?
 - Oba rodiče (vychováváte dítě/děti s partnerem který je jejich rodičem)
 - Matka samoživitelka (vychováváte své dítě/děti sama)
 - střídavá péče (s bývalým partnerem se střídáte v péči o dítě)
 - Nevlastní/ doplněná rodina (své děti vychováváte s partnerem který není jejich biologickým rodičem/ vychováváte své biologické děti s partnerem, který má své děti z jiných svazků.
 - rodiče stejného pohlaví
 - vícegenerační domácnost (rodiče, prarodiče, strýc, teta,)
 - jiné (napíšte jaké)
- Kolik máte biologických dětí?
- Kolik máte dětí ve věku 0-4 roků?
- Kolik máte dětí ve věku 5-9 let?
- Kolik máte dětí ve věku 10-14 let?
- Kolik máte dětí ve věku 15-18 let žijících ve vaší domácnosti?

- Kolik máte dětí ve věku 19 a více let žijících ve vaší domácnosti
- Má některé z Vašich dětí dlouhodobé zdravotní potíže, pokud ano, jaké?
- Má vaše dítě nějaké emoční potíže (ADD, ADHD)?
- Rozdělte prosím mezi své děti od nejmladšího po nejstarší 100 bodů podle toho, kolik pozornosti jim věnujete na denní bázi.

TODS – Přesvědčení o přirozené vývoji

Zadání: Přečtete si prosím pečlivě následující tvrzení a označte, jak moc s daným tvrzením souhlasíte, nebo nesouhlasíte. Žádná z odpovědí není správná či nesprávná, zajímá nás jen váš vlastní názor.

- Myslím si, že většina rodičů nemusí žádným zvláštním způsobem zasahovat, aby se jejich dítě vyvíjelo normálně.
- Domnívám se, že rodiče by měli zasáhnout, jakmile mají podezření, že se jejich dítě vyvíjí pomaleji, než je běžné.
- Myslím si, že většina dětí se vyvíjí zdravým způsobem svým vlastním tempem.
- Myslím si, že rodiče mají pečlivě dohlížet na vývoj svého dítěte, aby se ujistili, že probíhá normálně.
- Obvykle si nedělám příliš mnoho starostí o vývoj svého dítěte.
- Pečlivě dohlížím na vývoj svého dítěte, abych se ujistil, že probíhá normálně.
- Myslím si, že je zcela v pořádku, že je mé dítě občas pomalejší, než je běžné, když se jedná o přechod do nového vývojového období.
- Často přemýšlím, jestli dělám správné věci pro to, aby mé dítě vyrůstalo zdravě.

Tabulka organizovaných aktivit

- Kolik máte dětí ve věku 4-7 let?
- Kolik zájmových kroužků a organizovaných aktivit navštěvuje vaše dítě? (napište číslovku)
- Kolik hodin týdně věnuje vaše dítě zájmovým kroužkům a organizovaným aktivitám?
- Zhruba kolik peněz věnujete na zájmové kroužky a organizované aktivity svého dítěte (za půl roku)?
- Jak moc berete v potaz při výběru zájmových kroužků pro své dítě rozvíjení dítěte?
- Jak moc berete v potaz při výběru zájmových kroužků pro své dítě zábavnost dané aktivity pro dítěte?
- Jak moc berete v potaz při výběru zájmových kroužků pro své dítě časové důvody? (vyplnění volného času)

Nechodí-li vaše dítě do kroužků, popřípadě jiných organizovaných aktivit, uveďte prosím důvod.

- Finance
- Nedostupnost

- Není to potřeba
- Je příliš brzy
- jiné důvody

Kolik času denně si průměrně s dítětem/děťmi hrajete?

- Méně než hodinu
- 1-2 hodiny
- 2-3 hodiny
- Více než 3 hodiny

Dotazník IPAQ

Zadání: Přečtěte si prosím pečlivě následující tvrzení a označte, jak moc s daným tvrzením souhlasíte, nebo nesouhlasíte. Žádná z odpovědí není správná či nesprávná, zajímá nás jen váš vlastní názor.

- Hledání nejlepších vzdělávacích příležitostí pro dítě je důležité už v předškolním věku.
- Pro dítě je důležité, aby se účastnilo různých aktivit a kroužků, které je zaměstnávají a stimulují.
- Rodiče by měli dětem začít poskytovat intelektuální stimulaci (např. čtení, poslech klasické hudby atd.) již v těhotenství
- Mám časté obavy, abych v rozvoji svého dítěte něco nezanedbala.
- Rodiče by se měli stále snažit rozvíjet své děti.
- Je potřeba, aby byly dětem poskytovány co nejlepší příležitosti k jejich rozvoji.
- Talent by měl být u dítěte rozvíjen co nejdříve.
- Myslím si, že prostředí dítěte by mělo být strukturované a doprovázeno vhodným materiálem pro to, aby docházelo k rozvoji dítěte.
- Myslím si, že rodiče by měli řídit výběr zájmů svých dětí.

Dotazník PBA

Přečtěte si následující výroky a vyberte tu z možností, která nejvíce sedí k tomu, jak často se cítíte v souladu s daným výrokem, jak často pociťujete to, co je předmětem výroku. Pokud jste nikdy takový pocit neměla, vyberte možnost „nikdy.“ Pokud jste někdy měla takovéto pocity, vyberte jednu z možností, jak často tyto pocity míváte.

- Jsem ze své rodičovské role tak unavená, že mi spánek nestačí.
- Mám pocit, že jsem jako máma ztratila cestu.
- Cítím se svou rodičovskou rolí úplně vyčerpaná.
- Nemám sílu na to, postarat se o své děti
- Myslím si, že už svému dítěti/ dětem nejsem tak dobrým rodičem, jako jsem bývala dřív.
- Už svou roli matky nemohu vystát.

- Cítím, že jako rodič už nemůžu.
- Mám pocit, že se děti starám jako automat.
- Uvědomuji si, že jako rodič jsem opravdu opotřebovaná.
- Když ráno vstávám a mám čelit dalšímu dni s mým dítětem/děťmi, cítím se vyčerpaná ještě dřív, než něco začnu.
- Netěší mě být se svým dítětem/děťmi.
- Mám pocit, že to jako rodič nezvládám.
- Říkám si, že jako rodič už nejsem to, co jsem bývala.
- Dělán pro své děti to to, co se ode mě očekává, ale nic víc.
- Má rodičovská role vyčerpává všechny mé zdroje.
- Být rodičem, už nemohu unést.
- Stydím se za to, jaký rodič se ze mě stal.
- Už na sebe jako na rodiče nejsem pyšná.
- Mám dojem, že když dělám něco se svými dětmi, už to nejsem já.
- Už nedokážu svému dítěti/dětem dát najevo, jak moc ho/je mám ráda.
- Už jen při pomyslení na všechno, co musím pro své dítě udělat, si připadám vyčerpaná.
- Kromě běžné rutiny (rozvoz autem, uspávání, jídlo) už pro své dítě nedokážu vyvíjet další úsilí.
- Ve své rodičovské roli pouze přežívám.

NEO – FFI

Neuroticismus a Svědomitost

Přečtěte si pozorně každý z výroků a posuďte, do jaké míry Vás vystihuje. Vyberte odpověď z možností

1. Obvykle si nedělám starosti.
2. Své věci udržuji v pořádku a čistotě.
3. Často se cítím horší než ostatní.
4. Svůj čas si dovedu dobře zorganizovat tak, abych vyřídil(a) všechny nutné záležitosti
5. Pokud jsem vystaven(a) velkému stresu, mám občas pocit, že se zhroutím.
6. Nejsem příliš systematickým člověkem.
7. Málokdy se cítím osamělý(á) nebo smutný(á).
8. Pokouším se o splnění všech svěřených úkolů s maximální svědomitostí.
9. Často se cítím napjatý(á) a nervózní.
10. Mám přesně vymezené cíle a pracuji systematicky na jejich dosažení
11. Někdy se cítím zcela bezcenný(á).
12. Promarním mnoho času, než se pustím do práce.
13. Málokdy pocítím strach nebo úzkost.
14. Pracuji tvrdě na dosažení svých cílů.
15. Často mě rozčílí, jak se mnou lidé jednají.
16. Pokud něco slíbím, vždy to dodržím.

17. Pokud se něco nedaří, až příliš často se tím nechávám odradit a mám pocit, že to vzdám.
18. Někdy na mne není takové spolehnutí, jak by mělo být.
19. Málokdy jsem smutný(á) a depresivní.
20. Jsem výkonný(á) a svou práci vždy zvládnu.
21. Často se cítím bezmocný(á) a potřebuji někoho, kdo by mi pomohl vyřešit mé problémy
22. Snad nikdy nebudu schopen (schopna) usprádat si své záležitosti
23. Někdy se tak stydím, že bych se nejraději neviděl(a).
24. Usiluji o dokonalost ve všem, co dělám.

Seznam tabulek a obrázků

Tabulka 1: Deskriptivní analýza a Shapiro-Wilkův test	33
Tabulka 2: Nejvyšší dosažené vzdělání respondentek	34
Tabulka 3: Počet biologických dětí respondentky	34
Tabulka 4: Počet dětí vychovávaných v domácnosti	35
Tabulka 5: Deskriptivní analýza položek na organizované aktivity	35
Tabulka 6: Korelace dotazníků PBA, IPAQ a TODS	36
Tabulka 7: Korelace PBA a počtu zájmových kroužků, které dítě navštěvuje.	38
Tabulka 8: Korelace PBA a počet hodin organizovaných aktivit a kroužků týdně	38
Tabulka 9: Korelace finančních nákladů za organizované aktivity s PBA	39
Tabulka 10: Kru-Wall ANOVA – doba hraní si a PBA	39
Tabulka 11: Tukey Post-Hoc Test – PBA	40
Tabulka 12: Korelace dotazníků se škálami z NEO	41
Tabulka 13: Korelace PBA, věk a počet dětí v domácnosti	42
Tabulka 14: Kru-Wal. ANOVA Zdravotní obtíže PBA	42
Tabulka 15: Kru-Wal. ANOVA Psychické obtíže PBA	Chyba! Záložka není definována.
Tabulka 16: Deskrip. – Matky dětí s psychickými a zdravotními problémy a s kombinacemi	43
 Obrázek 1: Graf – Průměrná úroveň PBA pro jednotlivé časové údaje	 40

13. Literatura

Alonso-Stuyck, P. (2019). *Which Parenting Style Encourages Healthy Lifestyles in Teenage Children? Proposal for a Model of Integrative Parenting Styles*. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 16(11), 2057. <https://doi:10.3390/ijerph16112057>

Ashton-James, C. E., Kushlev, K., & Dunn, E. W. (2013). *Parents Reap What They Sow*. *Social Psychological and Personality Science*, 4(6), 635–642. <https://doi:10.1177/1948550613479804>

Balaji, A. B., Claussen, A. H., Smith, D. C., Visser, S. N., Morales, M. J., & Perou, R. (2007). *Social Support Networks and Maternal Mental Health and Well-Being*. *Journal of Women's Health*, 16(10), 1386–1396. <https://doi:10.1089/jwh.2007.cdc10>

Baumrind, D. (1971). *Current patterns of parental authority*. *Developmental Psychology*, 4(1), 1–103. <https://doi:10.1037/h0030372>

Brianda, M. E., Roskam, I., Gross, J. J., Franssen, A., Kapala, F., Gérard, F., & Mikolajczak, M. (2020). *Treating Parental Burnout: Impact of Two Treatment Modalities on Burnout Symptoms, Emotions, Hair Cortisol, and Parental Neglect and Violence*. *Psychotherapy and Psychosomatics*, 1–3. <https://doi:10.1159/000506354>

Cappellini, B., Harman, V., Marilli, A., & Parsons, E. (2019). *Intensive mothering in hard times: Foucauldian ethical self-formation and cruel optimism*. *Journal of Consumer Culture*, 19(4), 469–492. <https://doi.org/10.1177/1469540519872067>

Costa, P. T., & McCrae, R. R. (1989). *NEO five-factor inventory (NEO-FFI)*. Odessa, FL: *Psychological Assessment Resources*, 3.

Craig, L., Powell, A., & Smyth, C. (2014). Towards intensive parenting? Changes in the composition and determinants of mothers' and fathers' time with children 1992-2006. *The British Journal of Sociology*, 65(3), 555–579. <https://doi:10.1111/1468-4446.12035>

Crouch, J. L., & Behl, L. E. (2001). Relationships among parental beliefs in corporal punishment, reported stress, and physical child abuse potential. *Child Abuse & Neglect*, 25(3), 413–419. [https://doi:10.1016/s0145-2134\(00\)00256-8](https://doi:10.1016/s0145-2134(00)00256-8)

ČÁP, J. (1996) Rozvíjení osobnosti a způsob výchovy (1st ed.). ISV Praha.

Daňsová, P., Juhová, D., & Lacinová, L. (2021). Emotional labour in the parenthood. *ReserchGate*, LXV (3), 222-238. <https://doi.org/10.51561/cspsych.65.3.222>

Deater-Deckard, K., Lansford, J. E., Malone, P. S., Alampay, L. P., Sorbring, E., Bacchini, D., & Al-Hassan, S. M. (2011). *The association between parental warmth and control in thirteen cultural groups. Journal of Family Psychology*, 25(5), 790–794. <https://doi:10.1037/a0025120>

Faircloth, C. (2021). When equal partners become unequal parents: couple relationships and intensive parenting culture, *Families, Relationships and Societies*, 10(2), 231-248. Retrieved Feb 26, 2023, from <https://bristoluniversitypressdigital.com/view/journals/frs/10/2/article-p231.xml>

Faircloth, C. (2020). 'Utterly Heart-Breaking and Devastating': Couple Relationships and Intensive Parenting Culture in a Time of 'Cold Intimacies'. In *Romantic Relationships in a Time of 'Cold Intimacies'* (1st ed., pp. 235-260). Palgrave macmillan. https://link.springer.com/chapter/10.1007/978-3-030-29256-0_11

Fontana, D. (2003). *Psychologie ve školní praxi* (2.nd ed.). Portál.

Forbes, L. K., Donovan, C., & Lamar, M. R. (2020). Differences in Intensive Parenting Attitudes and Gender Norms Among U.S. Mothers. *The Family Journal*, 28(1), 63–71. <https://doi.org/10.1177/1066480719893964>

Freudenberger, H. J. (1974). Staff burn-out. *Journal of social issues*, 30(1), 159-
<https://doi:10.1111/j.1540-4560.1974.tb00706.x>

Gato, J. Fontaine A.M., César, F., Leal, D., Roskam, I., & Mikolajczak, M. (2022). Parental Burnout and Its Antecedents among Same-Sex and Different-Sex Families. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 19(13), 7601. <https://doi.org/10.3390/ijerph19137601>

Gauthier, A. H., Bryson, C., Fadel, L., Haux, T., Koops, J., & Mynarska, M. (2021). Exploring the concept of intensive parenting in a three-country study. *Demographic Research*, (44), 333-348. <https://www.jstor.org/stable/27032915?seq=7>

Gérain, P., & Zech, E. (2018). *Does Informal Caregiving Lead to Parental Burnout? Comparing Parents Having (or Not) Children With Mental and Physical Issues*. *Frontiers in Psychology*, 9. <https://doi:10.3389/fpsyg.2018.00884>

Gray, P. (2011). The decline of play and the rise of psychopathology in children and adolescents. *American Journal of Play*, 3(4), 443-463. <https://files.eric.ed.gov/fulltext/EJ985541.pdf>

Grantham-McGregor, S., Cheung, Y. B., Cueto, S., Glewwe, P., Richter, L., Strupp, B., & International Child Development Steering Group (2007). Developmental potential in the first 5 years for children in developing countries. *Lancet (London, England)*, 369(9555), 60–70. [https://doi.org/10.1016/S0140-6736\(07\)60032-4](https://doi.org/10.1016/S0140-6736(07)60032-4)

Hallstein, D. L. O. (2006). Conceiving Intensive Mothering. *Journal of the Motherhood Initiative for Research and Community Involvement*, 8(1). Retrieved from <https://jarm.journals.yorku.ca/index.php/jarm/article/view/5016>

Hays, S. (1998). *The cultural contradictions of motherhood*. New Haven: Yale University Press.

Hays, P. A. (1996). Addressing the complexities of culture and gender in counseling. *Journal of Counseling & Development*, 74(4), 332–338. <https://doi.org/10.1002/j.1556-6676.1996.tb01876.x>

Hofstede, G., & Bond, M. H. (1984). Hofstede's culture dimensions: An independent validation using Rokeach's Value Survey. *Journal of Cross-Cultural Psychology*, 15(4), 417–433. <https://doi.org/10.1177/0022002184015004003>

Hřebíčková, M., Urbánek, T. (2001). *Neo pětifaktorový osobnostní inventář*. Praha: Testcentrum Praha, ISBN 80-86471-06-3

Chrudinová, T. (2016). *Souvislost mezi intenzivním mateřstvím a well-beingem matek* [Diplomová práce, Masarykova univerzita]. https://is.muni.cz/th/phf6q/Diplomova_prace_Tereza_Chrudinova_PDF.pdf

Ispa, J. M., Fine, M. A., Halgunseth, L. C., Harper, S., Robinson, J., Boyce, L., ... Brady-Smith, C. (2004). *Maternal Intrusiveness, Maternal Warmth, and Mother-Toddler Relationship Outcomes: Variations Across Low-Income Ethnic and Acculturation Groups*. *Child Development*, 75(6), 1613–1631. <https://doi:10.1111/j.1467-8624.2004.00806.x>

Jourdain, G., & Chênevert, D. (2010). Job demands–resources, burnout and intention to leave the nursing profession: A questionnaire survey. *International Journal of Nursing Studies*, 47(6), 709–722. <https://doi:10.1016/j.ijnurstu.2009.11.007>

Joussemet, M., Landry, R., & Koestner, R. (2008). A self-determination theory perspective on parenting. *Canadian Psychology/Psychologie canadienne*, 49(3), 194-200. <https://doi.org/10.1037/a0012754>

Kaufman, G. (2017). *Barriers to equality: why British fathers do not use parental leave*. *Community, Work & Family*, 21(3), 310–325. <https://doi.org/10.1080/13668803.2017.1307806>

Kawamoto, T., Furutani, K., & Alimardani, M. (2018). *Preliminary Validation of Japanese Version of the Parental Burnout Inventory and Its Relationship With Perfectionism*. *Frontiers in Psychology*, 9. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2018.00970>

Kuběnová, V. (2021). *Syndrom rodičovského vyhoření* [Magisterská diplomová práce, Univerzita Palackého v Olomouci]. [file:///C:/Users/David/Desktop/DP-KubenovaFIN-1%20\(1\).pdf](file:///C:/Users/David/Desktop/DP-KubenovaFIN-1%20(1).pdf)

Kwon, K.-A., Yoo, G., & Bingham, G. E. (2016). Helicopter parenting in emerging adulthood: Support or barrier for Korean college students' psychological adjustment? *Journal of Child and Family Studies*, 25(1), 136–145. <https://doi.org/10.1007/s10826-015-0195-6>

Landry, R., Whipple, N., Mageau, G., Joussemet, M., Koestner, R., DiDio, L., ... Haga, S. M. (2008). *Trust in organismic development, autonomy support, and adaptation among mothers and their children*. *Motivation and Emotion*, 32(3), 173–188. <https://doi.org/10.1007/s11031-008-9092-2>

Lanstrom, E. (1983). *Christian Parent Burnout* (1st ed.). Concordia Pub House.

LeMoyné, T., & Buchanan, T. (2011). DOES “HOVERING” MATTER? HELICOPTER PARENTING AND ITS EFFECT ON WELL-BEING. *Sociological Spectrum*, 31(4), 399–418. <https://doi.org/10.1080/02732173.2011.574038>

Le Vigouroux, S., Scola, C., Raes, M.-E., Mikolajczak, M., & Roskam, I. (2017). *The big five personality traits and parental burnout: Protective and risk factors*. *Personality and Individual Differences*, 119, 216–219. <https://doi:10.1016/j.paid.2017.07.023>

Lindström, C., Åman, J., & Norberg, A. L. (2011). *Parental burnout in relation to sociodemographic, psychosocial and personality factors as well as disease duration and glycaemic control in children with Type 1 diabetes mellitus*. *Acta Paediatrica*, 100(7), 1011–1017. <https://doi:10.1111/j.1651-2227.2011.02198.x>

Liss, M., Schiffrin, H.H., & Mackintosh, V.H. *et al.* (2013). Development and Validation of a Quantitative Measure of Intensive Parenting Attitudes. *J Child Fam Stud* 22, 621–636. <https://doi.org/10.1007/s10826-012-9616-y>

Littler, J. (2013). The rise of the “yummy mummy”: Popular conservatism and the neoliberal maternal in contemporary British culture. *Communication, Culture & Critique*, 6(2), 227–243. <https://doi.org/10.1111/cccr.12010>

Loyal, D., Sutter, AL. & Rascle, N. (2021). Changes in Mothering Ideology After Childbirth and Maternal Mental Health in French Women. *Sex Roles* 85, 625–635. <https://doi.org/10.1007/s11199-021-01242-5>

Maccoby, E. E., & Martin, J. A. (1983). Socialization in the Context of the Family: Parent-Child Interaction. In P. H. Mussen, & E. M. Hetherington (Eds.), *Handbook of Child Psychology: Vol. 4. Socialization, Personality, and Social Development* (pp. 1–101). New York: Wiley.

Maher, J., & Saugeres, L. (2007). *To be or not to be a mother?* *Journal of Sociology*, 43(1), 5–21. <https://doi:10.1177/1440783307073931>

Malhi, P., Menon, J., Bharti, B., & Sidhu, M. (2018). Cognitive Development of Toddlers: Does Parental Stimulation Matter? *Indian journal of pediatrics*, 85(7), 498–503. <https://doi.org/10.1007/s12098-018-2613-4>

Maslach, C., Schaufeli, W. B., & Leiter, M. P. (2001). *Job Burnout*. *Annual Review of Psychology*, 52(1), 397–422. <https://doi:10.1146/annurev.psych.52.1.397>

Maslach, C., & Jackson, S. E. (1981). The measurement of experienced burnout. *Journal of organizational behavior*, 2(2), 99–111 <https://doi/pdf/10.1002/job.40300202>

Markham, M. S., & Coleman, M. (2020). “ *Part-Time Parent*”: *Mothering in the Context of Shared Physical Custody*. *Family Relations*, 69(5), 1128–1142. <https://doi:10.1111/fare.12491>

Maříková, H. (1999). *Muž v rodině: Democratizace sféry soukromé* (1st ed.). Sociologický ústav AV ČR.

Mikkonen, K., Veikkola, HR., Sorkkila, M. & Aunola, K. (2022). Parenting styles of Finnish parents and their associations with parental burnout. *Curr Psychol*. <https://doi.org/10.1007/s12144-022-03223-7>

Mikolajczak, M., Raes, M. E., Avalosse, H., & Roskam, I. (2017). *Exhausted Parents: Sociodemographic, Child-Related, Parent-Related, Parenting and Family-Functioning Correlates of Parental Burnout*. *Journal of Child and Family Studies*, 27(2), 602–614. <https://doi:10.1007/s10826-017-0892-4>

Mikolajczak, M., & Roskam, I. (2018). *A Theoretical and Clinical Framework for Parental Burnout: The Balance Between Risks and Resources (BR2)*. *Frontiers in Psychology*, 9. <https://doi:10.3389/fpsyg.2018.0088>

Mikolajczak, M., Brianda, M. E., Avalosse, H., & Roskam, I. (2018). *Consequences of parental burnout: Its specific effect on child neglect and violence. Child Abuse & Neglect*, 80, 134–145. <https://doi:10.1016/j.chiabu.2018.03.025>

Mikolajczak, M., Gross, J. J., & Roskam, I. (2021). Beyond job burnout: Parental burnout! *Trends in Cognitive Sciences*, 25(5), 333–336. <https://doi.org/10.1016/j.tics.2021.01.012>

Novoa, C., Cova, F., Nazar, G. et al. (2022) Intensive Parenting: the Risks of Overdemanding. *Trends in Psychol.* <https://doi.org/10.1007/s43076-022-00229-9>

Page, M., Wilhelm, M. S., Gamble, W. C., & Card, N. A. (2010). *A comparison of maternal sensitivity and verbal stimulation as unique predictors of infant social–emotional and cognitive development. Infant Behavior and Development*, 33(1), 101–110. <https://doi:10.1016/j.infbeh.2009.12.001>

Pain, R. (2006). *Paranoid parenting? Rematerializing risk and fear for children. Social & Cultural Geography*, 7(2), 221–243. <http://doi:10.1080/14649360600600585>

Patte, M. M., & Brown, F. (2011). Playwork: A profession challenging societal factors devaluing children's play. *Journal of Student Wellbeing*, 5(1), 58-70. <http://dx.doi.org/10.21913/JSW.v5i1.732>

Pelsma, D. M., Roland, B., Tollefson, N., & Wigington, H. (1989). Parent burnout: Validation of the Maslach Burnout Inventory with a sample of mothers. *Measurement and Evaluation in Counseling and Development*, 22(2), 81-8 <http://doi:10.1080/07481756.1989.12022915>

Prikhidko A., & Swank J. M. (2018). Motherhood experiences and expectations: A qualitative exploration of mothers of toddlers. *The Family Journal: Counseling and*

Therapy for Couples and Families, 26, 278–284.
<https://doi.org/10.1177/1066480718795116>

Rizzo, K.M., Schiffrin, H.H. & Liss, M. (2013) Insight into the Parenthood Paradox: Mental Health Outcomes of Intensive Mothering. *Journal of Child and Family Studies*, 22, 614–620. <https://doi.org/10.1007/s10826-012-9615-z>

Roskam, I., Raes, M.-E., & Mikolajczak, M. (2017). *Exhausted Parents: Development and Preliminary Validation of the Parental Burnout Inventory*. *Frontiers in Psychology*, 8. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2017.00163>

Roskam, I., Brianda, M.-E., & Mikolajczak, M. (2018). *A Step Forward in the Conceptualization and Measurement of Parental Burnout: The Parental Burnout Assessment (PBA)*. *Frontiers in Psychology*, 9. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2018.00758>

Roskam, I., Aguiar, J., Akgun, E., Arikan, G., Artavia, M., Avalosse, H., ... Barham, E. J. (2021). *Parental Burnout Around the Globe: a 42-Country Study*. *Affective Science*, 2(1), 58–79. <https://doi.org/10.1007/s42761-020-00028-4>

Sears, W., & Sears, M. (2003). *Kontaktní rodičovství. Rozumná cesta k pochopení a výchově dětí*. Praha: Argo

Shirani, F., Henwood, K., & Coltart, C. (2011). *Meeting the Challenges of Intensive Parenting Culture: Gender, Risk Management and the Moral Parent*. *Sociology*, 46(1), 25–40. <https://doi.org/10.1177/0038038511416169>

Shirom, A., & Melamed, S. (2006). A comparison of the construct validity of two burnout measures in two groups of professionals. *International journal of stress management*, 13(2), 17 <https://doi.org/10.1037/1072-5245.13.2.176>

Schiffrin, H. H., Godfrey, H., Liss, M., & Erchull, M. J. (2015). Intensive parenting: Does it have the desired impact on child outcomes? *Journal of Child and Family Studies*, 24(8), 2322–2331. <https://doi.org/10.1007/s10826-014-0035-0>

Schiffrin, H. H., Liss, M., Miles-McLean, H., Geary, K. A., Erchull, M. J., & Tashner, T. (2014). Helping or hovering? The effects of helicopter parenting on college students' well-being. *Journal of Child and Family Studies*, 23(3), 548–557. <https://doi.org/10.1007/s10826-013-9716-3>

Schön, R. A., & Silvén, M. (2007) Natural Parenting - Back to Basics in Infact Care. *Epjournal.net*, 5(1),102-183. <https://journals.sagepub.com/doi/pdf/10.1177/147470490700500110>

Sivak, E. (2018). *Managing Grandparental Involvement in Child-Rearing in the Context of Intensive Parenting. Sociological Research*. 23(4), 1-17. <https://doi:10.1177/1360780418787201>

Smékal, V., & Macek, P. (Eds.). (2002). *Utváření a vývoj osobnosti: psychologické, sociální a pedagogické aspekty*. Barrister & Principal.

Smetana, J. G. (2017). *Current research on parenting styles, dimensions, and beliefs. Current Opinion in Psychology*, 15, 19–25. <https://doi:10.1016/j.copsyc.2017.02.012>

Sorkkila, M., & Aunola, K. (2019). *Risk Factors for Parental Burnout among Finnish Parents: The Role of Socially Prescribed Perfectionism. Journal of Child and Family Studies*, 29(3), 648–659. <https://doi:10.1007/s10826-019-01607-1>

Vigouroux, S. L., & Scola, C. (2018). *Differences in Parental Burnout: Influence of Demographic Factors and Personality of Parents and Children. Frontiers in Psychology*, 9. <https://doi:10.3389/fpsyg.2018.00887>

Vincent, C., Ball, S. J., & Pietikainen, S. (2004). *Metropolitan mothers: Mothers, mothering and paid work*. *Women's Studies International Forum*, 27(5-6), 571–587. <https://doi:10.1016/j.wsif.2004.09.011>

Villar, A., Sommer, E., Finnoy, D., Gaia, A., Berzelak, N., & Bottoni, G. (2018). CROss-National Online Survey (CRONOS) panel data and documentation user guide. London, UK: ESS ERIC. <https://openaccess.city.ac.uk/id/eprint/30024/1/>

Wall, G. (2010). *Mothers' experiences with intensive parenting and brain development discourse*. *Women's Studies International Forum*, 33(3), 253–263. <https://doi:10.1016/j.wsif.2010.02.019>

Wijnroks, L. (1998). *Early maternal stimulation and the development of cognitive competence and attention of preterm infants*. *Early Development and Parenting*, 7(1), 19–30. [https://doi:10.1002/\(sici\)1099-0917\(199803\)7:1<19::aid-edp160>3.0.co;2-r](https://doi:10.1002/(sici)1099-0917(199803)7:1<19::aid-edp160>3.0.co;2-r)

Woznicová, A., Hlavová, R., Daňsová, P., & Lacinová, L. (2019). Intenzivní rodičovství a jeho souvislost s kvalitou strategické pomoci (scaffolding) matky při společné hře s dítětem předškolního věku. *EPsychologie*, 13(3), 22–41. https://e-psycholog.eu/pdf/Woznicova_etal.pdf

Yerkes, M. A., Hopman, M., Stok, F. M., & De Wit, J. (2019). *In the best interests of children? The paradox of intensive parenting and children's health*. *Critical Public Health*, 31(3), 349–360. <https://doi:10.1080/09581596.2019.1690632>