

## Příloha 1

Srovnání kolik procent příjmu samoživitelky vydají na běžné věci u nás a v Evropě

Pořadí podle váhy (v ČR)	Položky spotřeby	Podíly ČR	Podíly EU 28
1.	Bydlení, voda, energie, paliva	28,0	31,8
2.	Potraviny a nealkoholické nápoje	19,6	16,5
3.	Doprava	10,4	9,8
4.	Rekreace a kultura	7,8	8,1
5.	Ostatní zboží a služby	7,2	7,8
6.	Odívání a obuv	5,9	5,8
7.	Stravování a ubytování	5,8	5,4
8.	Bytové vybavení, zařízení domácnosti; opravy	5,5	4,6
9.	Pošty a telekomunikace	4,7	3,6
10.	Zdraví	2,3	2,5
11.	Alkoholické nápoje, tabák	1,5	2,1
12.	Vzdělávání	1,3	1,8

Zdroj: Eurostat, rodinné účty in Dubská, 2015

## Příloha 2.

### Vyplněný dotazník k bakalářské práci Rizika a obtíže spojené se samoživitelstvím paní Alice

- Žila jste někdy společně s otcem dítěte/děti? Popřípadě kdy (rok) jste se rozešli/rozvedli/zemřel?

*Nežila. Otěhotněla jsem náhodou. S otcem dítěte nejsme v kontaktu.*

- V jakém roce Vaše dítě/děti nastoupilo/nastoupily za ZŠ?

*V roce 2016.*

- Máte přehled o tom, jak Vaše dítě/děti tráví volný čas po škole? Co dělá/dělají? (kroužky, družina, kamarádi, televize, počítač, hraje si venku...)

*Protože je v první třídě, o jeho volném čase mám přehled. Mimoškolní aktivity jsme vybírali společně: chodí na sportovní hry, do kurzu plavání, na football. Pokud nemá kroužky, tráví odpoledne ve školní družině. Mimo zimu tráví často podvečery na dětském hřišti, v zimě si hraje nejvíc doma. Baví ho hry na počítači, Lego, stolní a karetní hry.*

- Máte možnost využívat zahradu?

*V Praze ne, o víkendu ano.*

- Co děláte společně? (výlety, příprava do školy, divadlo...)

*Každý den děláme spolu úkoly do školy, pokud je potřeba, tak společně uklízíme dětský pokoj, čas na hraní jsme částečně spolu, částečně si hraje sám, vyprávíme si před spaním.*

- Jak s dítětem/děťmi slavíte narozeniny, Vánoce a jiné svátky?

*Na narozeniny se sejde širší rodina, máme pohoštění, dárky a dort. Děti si společně hrají. O Vánocích jsme na návštěvách v rodině, o Štědrém večeru jsme doma u stromečku s prarodiči. Na Velikonoce spolu připravujeme pomlázku a podle počasí jsme buď doma – to pak chodí syn na pomlázku ke kamarádce – nebo jsme na výletě.*

- Ovlivňuje Vaše možnosti trávení (volného) času Vaše finanční situace? Jak?

*Neovlivňuje, žijeme v domácnosti s výdělečně činnými prarodiči, a tak je naše finanční situace dobrá. Pokud bychom žili sami, určitě by naše finanční situace byla velmi limitující – chyběly by peníze na kroužky i na společné výlety, nejspíš by chyběl i volný čas pro společné činnosti, protože bych si musela najít ještě další práci.*

- Jste zaměstnaná? Kde (co děláte, můžete si práci brát domů, je flexibilní)? Kolik máte úvazku?

*Jsem zaměstnaná. Pracuji jako kuchařka v mateřské škole na plný úvazek.*

- Máte čas sama pro sebe? (popřípadě, jak ho využíváte)

*Mám čas sama pro sebe, ale není ho mnoho.*

- Pomáhá Vám někdo? (hlídání, ale i úklid)

*Ano, rodiče, sestra.*

- Žijete v blízkosti rodičů?

*Žijeme s nimi ve společné domácnosti.*

- Jste se svým životem spokojená? Jak se cítíte?

- Býváte často nemocná?

*Co je často? Asi ano.*

- Co si myslíte, že by Vám při péči o dítě pomohlo? (slevy, služby) Pokud už nějaké služby využíváte, jaké?

*Využívám slevu na daních na dítě a pobírám příspěvek na dítě, služby žádné. V současné době je nepotřebuji, mám pomoc rodiny.*

## Příloha3

### Vyplněný dotazník k bakalářské práci Rizika a obtíže spojené se samoživitelstvím paní Tereza

- Kdy jste se rozvedla s otcem dětí? *Po 13 letech, v roce 2001.*
- V jakém roce Vaše děti nastoupily za ZŠ? *1998 první dcera, druhá o tři roky později.*
- Měla jste přehled o tom, jak Vaše děti trávily volný čas po škole? Co dělaly? (kroužky, družina, kamarádi, televize, počítač, hraje si venku...) *Trávily u televize a počítače hodně času? Většinou byly v družině až do doby, kdy jsem je mohla vyzvednout já – někdy\ jsme založili spolupráci s dalšími matkami stejně starých dětí, v doprovázení na kroužky jsme se střídaly a vypomáhaly si. Poté trávily volný čas se mnou s důrazem na školní úkoly a pokud bylo hotovo, buď si hrály, nebo měly i televizi, pokud mi to pomohlo splnit další běžné úkol\ dne.*
- Měla jste možnost využívat zahradu? *Ne.*
- Co jste dělali společně? (výlety, příprava do školy, divadlo...). *Tak za prvé asi přípravu do školy. O víkendech nějaký smysluplný program, který byl buď divadlo, vycházka, nebo kontakt s rodinami stejně starých dětí, nebo stejně pojatý výlet. S kamarádkou, která měla pouze jednu dceru, jsme několik let o prázdninách společně cestovaly po vlastech českých s autem a stanem, spaly v kempech, navštěvovaly hrady a zámky a vařily si v kotlíku, Děti na to rády vzpomínají.*
- Jak probíhaly oslavy narozeniny, Vánoce a jiné svátky? *Narozeniny: maminka upekla dort a pozvala kamarádky dětí. Vánoce tradičně, asi dvakrát jsme k oslavě vánoc pozvali i rozvedeného tatínka, aby byly Vánoce lepší. Další svátky DTTO – dle situace probíhala oslava především s dětskými přáteli – neměli jsme babičky.*
- Vidaly se děti se svým otcem? Popřípadě, jak probíhala předání? *Děti se s otcem vidaly, kdykoliv to bylo domluveno logicky a správně. Problém byl pouze v prvních dvou letech po rozvodu, kdy otec „trucoval“ a trochu dělal problémy v okamžicích, že svoji ochotu vzít si je na víkend nahlásil až třeba v pátek ve tři hodiny, kdy\ už*

*jsme měly jiný program, trochu v té době pil nebo nebyl ochoten sdělit kam pojedou a kdy se vrátí...*

- *Má váš bývalý partner novou rodinu? Ne, když jsem ho poznala, tak už byl jednou rozvedený. Nyní žije s partnerkou, ale děti nemají.*
- *Ovlivňovaly Vaše možnosti trávení (volného) času Vaše finanční situace? Jak? Samozřejmě. Hledala jsem vždy možnosti, na které mám. Proto jsme jezdili po Čechách a pod stan. Nebo do Orlických hor, kde bylo ubytování za minimální částku. Na první a poslední výlet k moři jsem je vzala pouze jednou, když jsem měla partnera, který mne v tomto finančně podpořil. Navzdory tomu si nemyslím, že by byly ochuzeny o zážitky, protože jsme trávili dovolené vždy s dalším kroužkem jejich vrstevníků, vždy jsme se jim snažili vytvořit program, který je dohromady bude bavit (různé hádanky, bojovky a mnoho přírodních zajímavostí) a myslím, že si to všechny děti dohromady velice užily.*
- *Byla jste zaměstnaná? Kde (co jste dělala, mohla jste si práci brát domů, byla flexibilní)? Kolik jste měla úvazku? To bylo různé. Vždy jsem byla zaměstnaná až na půlroční období, kdy mi jedna práce skončila a děti pak po sobě onemocněly postupně zápallem plic a tedy jsem v té době vlastně byla nezaměstnatelná. Počet úvazků se obtížně počítá, protože jak chcete například spočítat to, když máte doma dvouleté mladší dítě a přesto kvůli penězům, nebo proto, aby Vám starší vzali do školky, vezmete práci na tzv. 1/2 úvazek (ze kterého je někdy celý, když kolegyně onemocní) a to je úklid v mateřské škole, protože chcete, aby Vám tam dítě přijali, a zároveň Vám chybí i ty peníze. Nebo, když jste kvůli nemocným dětem na pracovním úřadě, ale kvůli penězům vezmete jakoukoliv brigádu – třeba púzování na AVU nebo roznášení piva na dvě hodiny večer v blízké restauraci. Velice často jsem měla více než jeden úvazek a tedy 2-3.... V té době seriózní práce, kterou by se dalo dělat z domova v podstatě neexistovala, leda byste ji získala přes nějaké známé. Jinak to byly většinou podvody, různá letadla nebo MLM – multilevelmarketing (tedy opět letadlo). Měla jsem pár brigád, kdy jsem něco nakreslila pro nějaké billboardy, ale zase to bylo pouze přes známé.*
- *Měla jste čas sama pro sebe? (popřípadě, jak jste ho využívala) Měla, v době kdy byly děti menší, tedy cca do jejich 10 let, kdy chodily spát do 20,00. Pak jsem měla čas pro sebe. Potřebovala jsem nějakou psychohygienu. Jednu dobu jsem si*

*s kamarádkami domluvila hlídání a chodila jsem jednak na kurzy grafologie a také architektury, protože to byly témata, která mne zajímala. S angličtinou jsem ztroskotala, jsem věčný začátečník, ale předchozí jmenovaná témata mne bavila a obohatila. Také jsme s toutéž kamarádkou, se kterou jsme jezdily na ty zajímavé dovolené založily fenomén Burzy dětských oblečků - 2x do roka nejprve v jedné a poté v druhé blízké škole. A mezitím jsme strávily řadu večerů, kdy jsme se učily a věnovaly různým výtvarným činnostem, které jsme vyráběly jako dárky nebo na prodej k různým školním jarmarkům. Vyráběly jsme věnce, šily tašky, poté se věnovaly dekupáži. Asi nejlepší úspěch měly ty burzy, které dne, po našem odchodu cca před šesti lety, kdy nás to přestalo bavit a přestalo to pro nás mít význam, tak tyto burzy pokračují dál, protože jsme si našly nástupnice, a mě těší, že jsem založila něco, co má tradici a lidi to chtějí....*

- *Pomáhal Vám někdo? (hlídání, ale i úklid) Kamarádky v rámci hlídání. Úklid nikdo, jednou za čas půjčený stroj na čištění kobereců s mým osobním servisem...*
- *Žila jste v blízkosti rodičů? Moji rodiče zemřeli, když mi bylo 16. Manželovi rodiče nás přestali kontaktovat, když se narodila 1.dcera. Žili od nás cca 100 km a manželovy problémy, které pak nastaly, nechtěli řešit.*
- *Byla jste se svým životem spokojená? Jak jste se cítila, s čím jste mívala problémy? Dlouho jsem nebyla spokojená. Přišlo mi velice nespravedlivé to, že se ke svému okolí chovám správně a čestně a přesto mne život „masíruje“. Mívala jsem problémy se svojí naivitou, protože jsem stále od svého okolí čekala lepší zacházení a šťastné konce (pohádky-tj. když jsem hodná, dobře to dopadne a musela jsem se poučit). V těch těžších chvílích jsem především cítila strach a možná i paniku. Měla jsem strach, že to nemůžu sama zvládnout. Že sama sebe bez další pomoci přivedu ke krachu k bankrotu, k dluhům. I po letech od rozvodu s manželem, jsem měla strach otevírat obálky a chodit si pro dopisy na poštu, protože jsem se bála dalších dluhů – na vysvětlenou – můj manžel byl gambler a nasekal spoustu dluhů, než jsem se s ním rozvedla. Ale i kdyby nebyl gambler, bylo velice obtížné po jeho boku zaplatit jakoukoliv běžnou složenku.... Na druhou stranu, když se na to dneska dívám zpětně, tak vlastně ve chvíli, kdy jsem se rozhodla převzít život pouze do vlastních rukou, rozvést se a pak už řešit jenom problémy, které si způsobím sama, mne uvedl do spokojenosti (postupně) a velice se mi toto rozhodnutí vyplatilo.*

*Minimálně alespoň po té psychické stránce. Stala jsem se rozhodně silnější, odpovědnější a samostatnější osobou....*

- *Bývala jste často nemocná? Ano, velice jsem trpěla na angíny. Měla jsem jich několik do roka a každá další se léčila hůře než ta předchozí. Někdy jsem nemohla několik dní ani mluvit a antibiotika mi museli dávat injekcí, aby rychleji zabraly. Kupodivu ve 30ti letech jsem si na radu odborníka nechala vyjmout krční mandle a od té doby mám pokoj a daleko snazší průběh i jiných onemocnění dýchacích cest, pokud mne vůbec taková choroba navštíví. Je pravda, že ve stejném roce, kdy mi je odoperovali, jsem se začala i rozvádět....*
- *Co si myslíte, že by Vám při péči o dítě pomohlo? (slevy, služby) Popřípadě využívala jste nějaké? Jaké? Mně by hrozně pomohla normální babička. Ať už ve smyslu tchyně, která by se na mne nevykašlala, když jsem jí obeznámila se situací, že její syn dělá dluhy, a nebo ve smyslu, že by moje matka byla naživu, protože si myslím, že za jejího života by mi manžel takové problémy buď nezpůsobil, protože by se styděl, nebo by si se mnou vůbec nezačal, protože by měl respekt, anebo by mi prostě moje máma pomohla. Nebo prostě někdo blízký, se kterým bych mohla jednak sdílet své starosti a za druhé by mi občas nabídl tu možnost vydechnutí – tedy občasné hlídání. Na kamarádky nemůžete navalit všechno. Když už to takhle nemohlo být, myslím, že v těchto letech by mi pomohla větší účast sociálních praktik tohoto státu, kdy např., když mi manžel několik let ani neplatil alimenty, protože mě chtěl nechat vyhladovět, tak systém státního aparátu prostě trval řadu let, protože nebyly v té době na tyto situace určené prostředky a způsoby, jak je řešit. V zařízení, které jsme kvůli frustrovaným dětem navštívili, vůbec nechápali moji potřebu, zajistit dětem dobrý domov i v tom, že jim budu moci zaplatit běžné akce a neustále mě obviňovali z chamtivosti a policie, když mě manžel rozbil hlavu, tak přestala být na mé straně ve chvíli, kdy on vyslovil větu, že jsem byla u milence, přestože jsem ten večer byla pouze u kamarádky o padesát metrů vedle... Mnoho předsudků a stereotypů hrálo roli, a nedalo se s tím (v roce zhruba 2000) nic dělat....*

## Příloha 4

### **Přepis rozhovoru k bakalářské práci Rizika a obtíže spojené se samoživitelstvím paní Ladislava**

- Z prvního manželství mám dvě děti. Manžel by cizinec, založil si u nás firmu, ta zkrachovala. Žili jsme spolu v úplném souznění až do okamžiku, kdy se rozhodl odejít do Anglie, což já jsem nechtěla, ani to se mnou nekonzultoval. Zůstala jsem sama s devítiměsíční holčičkou a byla jsem v té době ve třetím měsíci těhotenství. Nesla jsem to špatně, neboť po manželovi zůstaly dluhy. Naštěstí jsem v té době měla lukrativní práci resp. tři plné úvazky, překládala jsem a psala články pro firemní časopisy. Sama jsem s dětmi zůstala pět let, manžel nejevil příliš zájem, ale bylo to šťastné období, na které s dětmi stále vzpomínáme.
- S otcem svého třetího dítěte jsem se seznámila po pěti letech „samoty“ a žila s ním 6 let. První roky byly v pořádku, po narození dcery, začalo doma domácí násilí, finanční zneužívání, vyhrožování atd.
- Bývalý manžel se s nejmladší dcerou vídá. Jezdívá s ním k jeho rodičům domů, kde v tuto chvíli bývalý manžel bydlí. Předávání neprobíhá dobře. Jednou jsem kvůli němu dceru neviděla více než měsíc.
- Dcera nastoupila do základní školy v roce 2011 a syn v roce 2012. Nejmenší navštěvuje školku od roku 2014.
- Přehled o volném čase dětí mám. Syn hraje od 4 let fotbal, momentálně za FK Viktoria Žižkov, třikrát týdně tedy má trénink a o víkendech turnaje, moc volného času na pc mu nezbyvá. Dcera dělá od 4 let balet u Jana Němce, momentálně ovšem přestupuje na kroužek hip hopu, má rovněž třikrát týdně tréninky, dosud měla i vystoupení, účastnila se soutěží. Nejmenší zatím nedělá nic, jen ve školce hraje na flétničku. Venku si hrají, když mají volno, pokud jsme na tom finančně lépe, jezdíme na výlety na hrady a zámky.
- Bydlíme v současné době v domě se zahrádkou, je sice malá, ale mají možnost si



tam hrát, v létě grilujeme, máme nafukovací bazén.

- Společného času moc opravdu není, bydlíme totiž na okraji Prahy a děti dojíždí denně do škol i školky. Když je čas a peníze, chodíme do kina, jezdíme často na Okoř na pikniky, někdy si uděláme „pyžamový den,“ což znamená, že jsme doma a koukáme na pohádky, hrajeme karty atd...
- Oslavy narozenin máme, nejsem ale moc příznivcem okázalých akcí, takže spíše doma a protože nemáme prarodiče, jsou to takové minioslavy s jejich kamarády. Teď jsem ale synovi slíbila jít do JUMP Parku. Vánoce ctíme, zdobíme byt už od oadventu, máme klasickou večeři, kvůli malé hrajeme hru, že stromeček nosí Ježíšek, tak ho tajně teď už s velkými dětmi zdobíme v noci z 23. na 24. 12. Jinak krájíme jablka a lijeme olovo.
- Finanční situace vše ovlivňuje velmi. Během let, co jsem byla týraná, jsem přišla o vše včetně vlastního bydlení, tatínkové moc neplatí, já navíc začala koktat, mám velké úzkosti, poruchu přizpůsobení, takže už moc nevydělávám. Někdy je velmi těžké pokrýt je nálady na školu nebo kroužky, ale snažím se, je pro mě důležité, aby dělaly, co je baví. Pak ale musíme šetřit jinde, někdy i dva měsíce za sebou si nemůžeme dovolit ani výlet.
- V současné době je moje situace tristní, mám zažádáno o invalidní důchod, protože svou profesi už nezvládám vykonávat. Dále však se snažím psát texty na objednávku např. do Deníku Metro, kde jsem před deseti lety působila jako editorka.
- Čas pro sebe nemám opravdu žádný. A když náhodou mi zbude chvilka, mám výčitky svědomí i odpočívat, když vím, že mi „stojí“ povinnosti. Takž odpočívám vlastně jen v noci.
- Nepomáhá mi nikdo, neboť jsem přišla díky soužití s druhým partnerem o většinu přátel. Kdysi jsem měla paní na úklid i slečnu na hlídání, teď už si to nemůžu dovolit.
- Můj otec žije se svou novou partnerkou již 5 let ve Slezsku, navštěvujeme se bohužel jen dvakrát ročně a děti (jen ty starší) si bere na tři týdny v létě na prázdniny.

- Nejsem spokojená se svým životem. Trpím pocity viny, že jsem dětem zkazila dětství, protože jsem jim přivedla „nového tatínka“. Nemůžu spát, pronásledují mne hrozné myšlenky, v létě jsem byla hospitalizovaná v Bohnicích. Nemůžu jíst, jsem podrážděná, unavená, nevěřím už lidem, je mi líto, kolik přátel jsem ztratila. Z veselé holky je troska. A bohužel to vidí i děti.
- Nemocná nebývám, resp. nemoci přecházím, protože se musí starat o děti, jsem na ně opravdu sama. Před Vánoci jsem měla ale angínu a jsem stále unavená.
- Jsem v péči organizace Women for Women, kde mi skutečně velmi pomáhají, abych se se vší vyrovnala a začala zase žít. Pomáhají mi psychoterapie i právní služby, které bych si jinak nemohla platit. Ráda bych také, aby byly dostupnější služby hlídání dětí. Je to drahé, nemohu si to dovolit, ale moje tělo přímo volá po volnu □

## Příloha 5

### Přepis rozhovoru k bakalářské práci Rizika a obtíže spojené se samoživitelstvím paní Vilemína

- Žila jste někdy společně s otcem dítěte/děti? Popřípadě kdy (rok) jste se rozešli/rozvedli? *S manželem jsem žila do roku 2000.*
- V jakém roce Vaše dítě/děti nastoupilo/nastoupily za ZŠ? *Dcera nastoupila do základní školy v roce 2000.*
- Měla jste přehled o tom, jak Vaše dítě/děti trávilo volný čas po škole? Co dělalo? (kroužky, družina, kamarádi, televize, počítač, hraje si venku...) *Dokud jsem pracovala ve školce, trávila dcera čas po škole tam, nebo sama doma. Později za mnou jezdila i do družiny, nebo byla s kamarádkami.*

*V prvních dvou letech po rozvodu dcera na žádné kroužky nechodila. Nebylo to možné z finančních ani časových důvodů. Později, když se situace stabilizovala, tak postupně navštěvovala kroužek keramiky, kytary, historické tance, pantomimu a angličtinu, kterou ji platil otec.*

*K televizi měla přístup, pokud jsme ji měly doma a u svého otce. Hrát s počítačem si mohla jen u otce, doma asi až od osmé nebo deváté třídy. Jinak si četla, kreslila, učila se..*

- Měla jste možnost využívat zahradu?  
*Zahradu jsme měly možnost využívat v době, kdy jsem pracovala ve školce.*
- Co jste dělaly společně? (výlety, příprava do školy, divadlo...) *Společně jsme jezdily na výlety, chodily na procházky, navlékaly korálky, malovaly na sklo, pekly jsme cukroví, ale to také až po přestěhování. Až do 12 let jsem dceři předčítala před spaním. Přípravu do školy jsme spolu dělaly jen výjimečně.*

*Nikdy jsem si nevzala na dceru ošetřovačku, abych neměla problémy v práci. Když byla nemocná, byla sama doma, nebo za ní chodil její otec.*

*Snažila jsem se, aby dcera svého otce navštěvovala alespoň jednou za týden. Trávila s ním i jarní prázdniny. Chtěla jsem, aby měla vztah k oběma rodičům.*

- Založil si Váš bývalý partner novou rodinu?

*Má stálou partnerku, ale děti spolu nemají.*

- Jak jste s dítětem slavila narozeniny, Vánoce a jiné svátky? *Prázdniny a delší volna trávila u mých rodičů. Brali ji s sebou i na dovolené. Vánoce jsme trávili společně s bývalým manželem a mým otcem na chalupě. Narozeniny se odehrávaly také v rodinném kruhu.*
- Ovlivňovala Vaše možnosti trávení (volného) času Vaše finanční situace? Jak? *Finanční situace ovlivňovala trávení našeho volného času. Nemohly jsme jezdit na dovolené.*
- Byla jste zaměstnaná? Kde (co děláte, mohla jste si práci brát domů, byla flexibilní)? Kolik jste měla úvazku? *Po rozvodu jsem vzala špatně placenou, fyzicky namáhavou a psychicky ubíjející práci s bytem. Pracovala jsem jako uklízečka a správčová v MŠ. Mimo úklidu celé dvoupatrové budovy a pomoci s dětmi jsem měla na starost ještě velikou zahradu. Výplata a alimenty mi nestačily na pokrytí životních nákladů. O vyšší alimenty jsem nežádala, protože jsem nechtěla hrotit vztah mezi mnou a bývalým manželem. Z počátku jsem nevěděla na co mám nárok, ani kam se obrátit o pomoc (doplatek do existenčního minima, příplatek na nájemné, pomoc v hmotné nouzi). Živily jsme se zbytky ze školkové kuchyně, nosily oblečení a boty od popelnic. Byla jsem neustále unavená a vyčerpaná. Vážila jsem 48 kilo. Neviděla jsem žádné východisko, jak se z té situace dostat. Po dvou letech jsem se psychicky sesypala. S problémy v práci mi po právní stránce pomohli v RIAPSu. Nabídlí mi psychologickou pomoc (terapii), ale tu jsem ze strachu z problémů v práci odmítla. Velice mi pomohli moji rodiče tím, že mi půjčili peníze na jiné bydlení. Díky tomu jsem si mohla najít práci, která mě bavila (vychovatelka v ŠD) a mohla vystudovat vysokou školu. Abych mohla rodičům vrátit dluh za byt, mívala jsem k tomu i další zaměstnání. Přesto jsem se cítila mnohem lépe.*
- Máte čas sama pro sebe? (popřípadě, jak ho využíváte) *Čas pro sebe jsem moc neměla. Obzvláště, když jsem si doplňovala vzdělání a splácěla dluh.*
- Pomáhá Vám někdo? (hlídání, ale i úklid) *Občas mi pomáhali s hlídáním mí přátelé nebo rodina.*

- Žijete v blízkosti rodičů? *Moji rodiče bydlí daleko.*
- Jste se svým životem spokojená? Jak se cítíte? *Jsem celkem spokojená. V prvních letech po rozvodu jsem nežila, jen přežívala. Teď už je to dobré.*
- Býváte často nemocná? *Bývala jsem hodně unavená, ale nemocná jsem moc často nebyla, nemohla jsem si to dovolit.*
- Co si myslíte, že by Vám při péči o dítě pomohlo? (slevy, služby) Pokud už nějaké služby využíváte, jaké? *Určitě by mi pomohlo, kdyby si otec bral dceru častěji a já měla více času na odpočinek. Také bych uvítala levnější kroužky. Hodně by mi pomohlo, kdyby už tenkrát byla možnost, aby dceři nějaká organizace platila obědy. Chyběly mi peníze na kulturu, takže bych uvítala slevy na vstupném, něco jako rodinné vstupenky, ale pro matky samoživitelky.*

*Především v prvních letech po rozvodu mi chyběla sociální pracovnice (dobrovolnice), která by mi místo přepočítávání zubních kartáčků v koupelně a kontrole, zda má dcera svůj vlastní psací stůl doopravdy pomohla s řešením existenčních problémů.*

*Nejvíce mi pomohli rodiče a přátelé. Bez nich bych to nezvládla.*