Příloha č. 1 – Informovaný souhlas s účastí ve výzkumném projektu

Dobrý den,
ráda bych Vás požádala o účast na výzkumném projektu, který se uskuteční v rámci mé bakalářské práce, kterou píši na katedře psychologie Pedf UK pod vedením paní PhDr. Hany Valentové, Ph.D. Tato práce se zabývá výzkumem změn (posttraumatickým rozvojem) po úmrtí blízké osoby. V rámci výzkumu se pokusím zjistit, zda a v jakých oblastech ke zmíněným změnám dochází prostřednictvím polostrukturovaných rozhovorů. Rozhovory budou nahrávány, přepsány a poté analyzovány. V rámci výzkumu budou přepisy rozhovorů anonymizovány, aby nebylo možné respondenty identifikovat.
Pokud z jakýchkoli důvodů nebudete chtít odpovídat na nějakou otázku v rozhovoru či ve výzkumu pokračovat, samozřejmě tak můžete učinit.

Děkuji

Andrea Finkousová

INFORMOVANÝ SOUHLAS S ÚČASTÍ VE VÝZKUMNÉM PROJEKTU

Souhlasím s účastí na výzkumném projektu, který se uskuteční v rámci bakalářské práce Andrei Finkousové s názvem „Posttraumatický rozvoj po úmrtí blízké osoby". Byl/a jsem seznámen/a s podmínkami, obsahem a cílem výzkumného projektu, rozumím jim a souhlasím s nimi.

Dávám svolení a souhlasím s nahráváním, přepisem a s analýzou rozhovoru, který bude anonymizován (nikde se neobjeví mé jméno či údaje, díky kterým bych mohl/a bych identifikován/a).

Taktéž souhlasím a dávám svolení, aby materiál, který jsem v rámci rozhovoru poskytl/a, mohl být použit za účelem sepsání bakalářské práce, popřípadě odborného článku či jakékoliv další odborné publikace a prezentace vycházející z tohoto výzkumu.

Jsem si vědom/a, že rozhovor mohu kdykoliv přerušit a tím svoji účast na výzkumu odmítnout a také, že pokud se v průběhu rozhovoru objeví pro mě obtížná témata, mohu odmítnout odpovědět na jakoukoliv otázku.

Souhlas poskytuje (jméno a příjmení): _____

Datum: _____

Podpis: _____

Příloha č. 2 – Přepis rozhovoru respondent 1

A: Ztratila jsi blízkou osobu, mohla bys stručně říct, o koho šlo a jak se to stalo?

R1: Ztratila jsem mámu před 5 lety, když a vlastně zemřela na rakovinu, už jako rozsáhlejší a bylo to všechno jako hrozně rychlý.

A: A co pro tebe bylo osobně nejhorší na tom?

R1: Nejhorší, nejhorší na tom bylo to, to nevím, jestli tam můžu říkat, že mi jsme to nevěděly, my jako děti, nám se snažili rodiče to nějak jakoby. No prostě chtěli, aby nás to nezasáhlo, přitom pak nás to asi zasáhlo o to víc. Že mi jsme si to v tu dobu neuvědomovali, tu závažnost situace, my jsme si mysleli, že se to vyléčí, nebo že to prostě bude dobrý.

A: Takže tys vlastně čekala, že se vrátí a

R1: No, nevěděli jsme, že to je v takovým rozsahu. A vlastně jsme nevěděli no, že kolik jakoby ji zbývá času, kdybychom to věděli, zase bychom se chovali trošku jinak, že jo.

A: Že bys měla čas se rozloučit nebo

R1: No a víc si uvědomila závažnost tý situace.

A: A co ti pomohlo nebo kdo ti pomohl, abys to nějak líp zvládala, tu situaci potom?

R1: No to bylo potom takový hrozně těžký období, to myslím si, že mi hrozně dlouho trvalo, než jsem vůbec jako byla schopná si s někým povídat nebo tak. Že jsem hrozně času trávila sama se sebou, maximálně se sourozencema. A, ale nejvíc mi asi pomohli kamarádi, přátelé, co mě někam třeba vytáhli, nebo jsme spolu trávili čas a bavili jsme se o úplně jiných věcech, že jsme se vůbec se na to téma spolu nebavili.

A: Takže důležitý bylo to, aby tě někdo vytáhl z toho, abys nebyla sama?

R1: Jo, určitě. I plno mejch kamarádů se mě na tohle jako nikdy třeba nezeptali, protože se třeba báli zeptat, nebo nevěděli jak na to. Takže jsme se ve výsledku s nikým na tohle téma nebavili.

A: A jsi za to ráda?

R1: No to je zajímavá otázka, protože asi v tu dobu bych se o tom nechtěla bavit, ale zároveň jsem pak neměla nikoho, s kým bych se o tom bavila. A to mi pak zase chybělo.

A: Takže v tu chvíli, kdy se to stalo, bylo lepší že si.

R1: Jo, to určitě, jako oni se snažili prostě brát to tak, jak to je a vůbec na to, nějak nezavadit o to téma a spíš se věnovat přítomnosti a budoucnosti.

A: A potom bys byla radši kdyby ti někdo řekl, že se o tom můžete pobavit?

R1: Jo, zase když jsem se s někým bavila na tohle téma, tak jsem byla ráda, že jsem se konečně mohla s někým o tom posdílet. Ale to bylo fakt s minimem lidí, co na to sebrali odvahu zeptat. Přitom mně to nevadí o tom mluvit, ale plno lidí si právě myslí, že jo, neví třeba jak na to, aby se nějak nedotkli.

A: Takže cítíš nějaký strach nebo nejistotu z těch lidí okolo?

R1: Jojo

A: A měla si tedy někoho přímo o koho ses mohla opřít, kdo tě podporoval?

R1: Určitě, jednu hodně dobrou kamarádku. Ale bylo to pak fakt hodně těžký komu důvěřovat, jakože máš různý přátele a někomu nedůvěřuješ úplně, ale jakoby mám jednu hodně dobrou kamarádku, který jakoby můžu říct všechno, a to je dobrý no. A ségru, s tou jako, jo to s tím souvisí, my jsme jako byly obě dvě mladý, jí bylo 15 a mě 17 a od tý doby jsme všechno řešily vlastně spolu, takže jsme si tu mámu, tak navzájem vynahrazovaly a fakt jsme řešily prostě, co si vzít na sebe, všechno prostě a vlastně do teďka to konzultujeme všechno a jsme takový docela závislý na sobě no.

A: Takže občas cítíš nějaký jakoby mateřský pud ji ochraňovat?

R1: Jo, to určitě. Já to fakt prožívám, jednak jako starší sestra a zároveň i prostě fakt jakoby mám tu tendenci dohlížet no, na všechny, ale to je jakoby asi moje vlastnost.

A: A měla si nějakou podporu, která ti nepřišla vhodná, co ti vůbec nepomáhalo?

R1: No, s některýma lidma jsem se o tom fakt bavit nechtěla. Například s tátou, prostě nevím, asi jsem to nějak nedokázala a bylo mi to fakt jako nepříjemný. Možná jsem se jako styděla a nevím prostě, nedokázala jsem se o tom bavit s tátou. Byly tam do toho nějaký jiný problémy. Takže ta důvěra tam v toho tátu prostě nebyla, a ještě nám tu situaci prostě úplně neulehčoval, takže to bylo takový hrozný období doma.

A: A pokud už tě k tomuto nic nenapadá, tak bych se pomalu přesula k těm změnám, jak jsme se bavili.

R1: Jojo.

A: A zeptala bych se tě, v čem se nejvíc tvůj život po téhle události změnil? Jestli bys dokázala nějakou změnu pojmenovat?

R1: No, co tak jako prožívám, a co mě zpětně mrzí, že jsem se nedokázala třeba víc nebo líp vyjádřit, víc třeba vyjádřit co sem cítila, nebo nějaký emoce. Prostě říkat to nahlas, třeba pochválit tu mámu nebo ji prostě říct, co jsem tak nějak viděla a přišlo mi to jako jasný. Nebo jak to říct, přišlo mi to automatický, že jsem třeba ji to třeba ani neříkala, že jo. Ale přitom vím, že zpětně, vím, že by ji to udělalo radost a prostě že by ji to pomohlo nebo povzbudilo. Takže určitě jsem, se teďka snažím se líp vyjádřit, víc vyjadřovat emoce, co k druhým cítím nebo vidím a tak.

A: A je to třeba i k změně ve vtazích k druhým, jestli vnímáš, že se třeba jinak vztahuje k přátelům nebo rodině?

R1: No určitě si myslím, že pak jsem víc času, od tý doby víc času trávím s přáteli a je mi to jakoby příjemný a je i jakoby víc vyhledávám.

A: A pociťuješ například i nějaké změny v tom, jak si upevňuješ přátelství, nebo jak si vybíráš přátele, nebo to vnímáš pořád stejné jako předtím?

R1: No mě přijde, že jsem teď jakoby taková víc free, ne jakoby se snažím být víc přátelská fakt jako co to jde. Možná to zní divně, ale já jako fakt potkávám hrozně moc lidí a fakt se snažím být na všechny milá, hodná a jako přátelská, protože prostě si víc uvědomuju, že ti prostě jakoby zlepší den, jak to říct, prostě jakože buduješ ty vztahy a snažíš se mít hodně přátel a zanechat tady jakoby nějakej odkaz.

A: A jak tedy vnímáš přátelství, co pro tebe znamená?

R1: Jako obecně?

A: Jojo.

R1: Jako nějakej vztah, kde je důvěra, porozumění, nějaká empatie, když je ten přítel fakt dobrej, tak jakože se o něj můžeš opřít a prostě probírat s ním své problémy a tak.

A: Teď bych se přesunula k další oblasti, pociťuješ, že se změnili nějak tvé hodnoty nebo pohled na život?

R1: Jo, určitě si víc vážím života, protože si pak člověk uvědomí, že tady není věčně, a i třeba si uvědomí, že nemá cenu ztrácet čas nějakejma jako blbostma a zaměřit se fakt jako na podstatný věci, protože ten čas plyne no. A to takhle mám i jakože se teďka snažím víc věnovat mým babičkám, protože si uvědomuju, že tady nebudou věčně a snažím se jakoby jim zpříjemnit ten život tady.

A: A jak si říkala, že si víc vážíš života, staráš se třeba více o své zdraví?

R1: Snažím se, furt hledám nějakou správnou životosprávu a snažím se udělat si nějakej režim a věnovat se sobě, sportu, odpočinku a tak, a zálibám. Ale je to takový trošku boj v mý profesy, ale určitě jako snažím se cvičit a tak.

A: A odrazila se nějak ta změna hodnot v tvým životě, vím, že už si to trošku říkala, ale třeba i v tvém profesním směřování? Jestli vnímáš třeba i nějakou spojitost s tím, co teď studuješ?

R1: No to je dost zajímavý, že plno lidí vlastně nechápe, proč studuju, co studuju, protože vlastně to je fakt jako, je to těžký povolání. Setkávám se tam taky často se smrtí a je to těžký a zároveň na druhou stranu mě to jako baví starat se o lidi, pečovat o ně, být tady prostě pro ně.

A: A cítíš i nějaký změny ve vnímání světa kolem sebe, celkově? Jestli se třeba víc díváš na to, co se kolem tebe odehrává.

R1: Jo to jako určitě, určitě se snažím pomoc lidem, co to potřebujou. Jakože mám větší soucit, mám soucit třeba s lidma, který potkám na ulici, když se mě na něco zeptaj, třeba na cestu nebo tak, nebo jako ráda pomáhám nějakejm. Třeba jestli se do toho počítá i nějaký sbírky nebo tak.

A: Jojo, to může taky.

R1: Jo tak to posílám často nějaký příspěvky, třeba dneska jsem posílala zrovna dětem do Afriky, co mají teďka nouzi, že jo.

A: To je od tebe moc hezký.

R1: No, a to máme i od nás z církve že jo, máme pravidelný sbírky, tak tam posílám, a pak mám trochu na srdci misi a tak.

A: chtěla bys odjet?

R1: No já jsem byla teďka na tý misii v Černý hoře a prostě mě to hrozně baví, ta práce s dětma a s lidma.

A: Ty vlastně i hodně dobrovolničíš?

R1: Jojo.

A: A vlastně i v týhle covid situaci vypomáháš?

R1: Jojo to jsem šla teď, dobrovolně povinně, ale vlastně tam teď budu zůstávat, i když nemusím na nějakej úvazek.

A: A když bychom se posunuli dál, vnímáš nějakou změnu ve vztahu k tobě samé, jestli bys nějak dokázala popsat, jestli je nebo není?

R1: No, jako rozhodně si sebe víc vážím, a i bych řekla, že jsem si postupně vybudovala jako sebedůvěru, odhodlanost a samostatnost, tu určitě. Jako to jsem se naučila strašně bejt samostatná, protože jsem si všechno pak musela dělat sama, nebo zařizovat no, to jsem byla strašně nesamostatná dřív, no prostě jsme byli mladý, a to mi trvalo strašně dlouho. Ale teď když se obrátím jakoby zpátky těch 5 let, tak jsem úplně samostatná. Vlastně si jako žiju sama, už se nevážu na tátu a bydlím sama. Takže to se u mě rozhodně změnilo a s tím souvisí i nějaká ta sebedůvěra.

A: Takže by se dalo říct, že si i víc vážíš toho, co už si dokázala?

R1: Jojo, a prostě že si i víc věřím, že na sebe i víc pohlížím, že jsem předtím byla víc taková jako hrozně taková tichá, a moc jsem si nevěřila a teď jakoby, když to porovnám jsem úplně nezávislá, i mám nějaký prostě sebevědomí zdravý. A jsem i víc otevřená.

A: Pak bych na tebe měla otázku, jestli třeba vnímáš jinak pohled na události, které se ti dějí, takové ty náročné životní události, jestli vnímáš nějakou změnu v tom, jak to vnímáš nyní a jak to bylo předtím?

R1: No já to beru tak, že to nejhorší už se mi stalo a teď už se mi nemůže nic horšího stát. Ne jakože fakt, tím, co se mi stalo s touhle ztrátou, která byla jakoby fakt hrozná, přijde mi, že je to taková nejhorší ztráta, co může bejt. Máš nějaký jako vazby na toho člověka a je to vlastně tvůj nejbližší člověk, takže mě přijde, že teďka jakýkoliv jiný problém je hrozně malý oproti tomuhle a už mě fakt jakoby moc věcí nerozhodí. A je to možná i tím, že pracuju v nemocnici, kde fakt jakoby se setkávám s různejma situacema, i stresovejma a už jsem taková jakoby zvyklá.

A: Jakože si to třeba už netaháš tolik domu z té práce?

R1: No, jako to ještě trochu jo, to mi furt ještě nejde skloubit, ale rozhodně jsem někde jinde, než bych byla dřív.

A: A teď bych se přesunula k další oblasti, pokud tě k tomuto ještě něco nenapadá?

R1: Jojo.

A: Ty už jsi to vlastně zmiňovala, že jsi věřící, máš nějaký vztah k víře. A co to pro tebe vlastně znamená ta víra?

R: Jsem věřící a já to nějak rozvedu, no vlastně pocházím z věřící rodiny, kdy jsme k víře byli vedený, ale od jistý doby je to moje rozhodnutí a přijde mi, že mi i víra samotná v tu dobu hodně pomohla. Že ten vztah s Bohem se mi víc upevnil, je to takový těžký na pochopení. Ale jakoby fakt, že jsem jako si hodně četla z Bible, a i jsem si dělala nějaký poznámky, a hodně jsem se i modlila.

A: Takže cítíš, že ti to vlastně hodně pomohlo?

R1: Jo, určitě, a i mi to posunulo ten vztah s Bohem, a i se upevnil.

A: Takže ti vlastně víra pomohla tímhle?

R1: Jakože s tím Bohem si můžeš povídat, takže jsem to s ním probírala a mě to v tu dobu fakt jako pomohlo, no.

A: Takže se tvůj vztah k víře změnil tím, že se ti upevnil, nebo bys našla i něco jiného?
R1: No a vlastně jsem si uvědomila, že bez tý víry to nejde, jako pro mě.

A: A máš nebo se u tebe objevila nějaká představa o životě po smrti?
R1: Jo, určitě.

A: A dokázala bys to popsat?
R1: Já jakoby věřím, v tom křesťanství, to je jakoby tak, že když člověk umře, tak jde do nebe a vlastně tady zůstává jenom ta schránka a ta duše jde k Bohu. Takže tomuhle já věřím, a to mi taky dost pomohlo, že vím, že jednou se s tou mámou setkám. Mám takovou naději, že se sní jednou setkám, mám takovou tu naději.

A: A objevil se u tebe nějaký podnět k přemýšlení nad nějakou svou vlastní konečností nebo svou smrtelností?
R1: No, tak jakoby já, když vím, kam jdu, kam směřuju, nebo kam jdu, tak se tý smrti úplně tak nebojím. Jakoby jsem s tím srozuměná, každej jednou umře a snažím se užívat si života a netrápit se tolik tím, co se může stát a snažím se žít tou přítomností.

A: Takže by se dalo říct, že tě to ovlivnilo způsobem, že se snažíš žít teď a tady?
R1: Jojo.

A: A máš tam i nějakou spojitost s péčí o sebe sama, krom toho, že jsi říkala, že víc cvičíš, nebo se snažíš najít životosprávu?
R1: Jo asi jsem se dřív o sebe nestarala tolik jako teď a spíš se snažím jakoby víc odpočívat.

A: A napadá tě ještě něco, co ti přijde důležitý k těm změnám a neříkaly jsme to, nedošlo na to.
R1: No, to už jsme asi všechno říkaly, ale jakoby největší změnu vidím v tom vnímání přátelství a asi mě už nic jinýho nenapadá.

Příloha č. 3 – Přepis rozhovoru respondent 2

A: Ztratila jsi blízkou osobu, mohla bys stručně říct, o koho šlo a jak se to stalo?
R2: Umřela mi vlastně máma, na rakovinu, prostě byla nemocná.

A: A před kolika lety se to stalo?
R2: V roce 2015, takže před 5 lety.

A: A co pro tebe bylo nejtěžší?
R2: No, že jsem ztratila nejbližší osobu v životě a prostě ten vztah s tou osobou. A bylo to vlastně hrozně nečekaný, vlastně jsem s tím vůbec nepočítala, že jsem myslela, že jakože, no prostě bylo to nečekaný no.

A: A co nebo kdo ti pomohl, abys to zvládla?
R2: Tak jako pomohlo mi asi, jako musela jsem se s tím jako vyrovnat nějak sama za sebe a pomohlo mi, rodina a blízkost druhých osob.

A: A jakým způsobem ti pomohla ta blízkost, měla si někoho, o koho ses mohla opřít, žes věděla, že za nim můžeš přijít?
R2: Jo, to jsem měla, že jsem mohla jít třeba k babičkám nebo prostě k rodině a bejt s nima. Jenom to s nima bejt mi hrozně pomohlo, že jsem byla s někým, o kterým jsem věděla prostě že je blízkej.

A: Jo, že tam pro tebe vlastně bude?
R2: Jojo.

A: A co ti třeba nepřišlo vhodný v té podpoře, nebo i nepomáhalo od tvýho okolí?
R2: Jako co se týče třeba jiných lidí?

A: Jojo, ale třeba si to tak nemusela vůbec mít nebo vnímat.
R2: A to jsem tak asi ani neměla.

A: Že si cítila podporu i od kamarádů?
R2: Jo to určitě jo.

A: A co ti pomáhalo u těch kamarádů?

R2: Jo, to že mě i vytáhli ven, když jsem byla sama, že prostě se mnou byli, no a nemusela jsem být sama.

A: A bylo pro tebe lepší mluvit o jiných tématech nebo o tom mluvit?

R2: No vlastně jsme se o tom vůbec nebavili a bavili jsme se o jiných tématech, což mi jako pomohlo taky, bavili jsme se prostě o jiných věcech.

A: A jsi ráda, že to tak bylo?

R2: Jo jsem, ale měla jsem i kamarády se kterýma jsem o tom mohla mluvit, což mi taky pomáhalo, ale v určitých jako chvílích, jakože bych o tom se jako nebavila pokaždý. Ale někdy mi to pomohlo se o tom bavit s kamarádkou, nebo kamarádkama o tomhle.

A: Takže když si potřebovala, tak si věděla, že za nima můžeš přijít?

R2: No, to jo.

A: Tak já se asi přesunu dál, pokud už tě nic nenapadá k tomu?

R2: Jojo.

A: A zeptala bych se tě, v čem tvůj život nejvíc změnil, jestli bys dokázala popsat nějakou změnu, co ti osobně přijde, že se nejvíc změnilo?

R2: Jo to mi přijde, že se změnilo opravdu hodně v pohledu na svět, na život a co se týče života a na důležitost věcí, že jsem si uvědomila, že fakt, prostě určitý věci jsou prostě zbytečný. A naopak prostě věci, kterých jsem si dřív nevážila nebo tak, prostě už tady pak nebyly, tak teďka bych si jich vážila víc třeba.

A: Takže se třeba změnili nějak hodnoty, že vnímáš některý věci jinak, než si vnímala a dokázala bys popsat, který hodnoty, krom toho, co už si říkala, že si vážíš víc některých věcí, jestli tě napadá něco jinýho?

R2: Co se týče těch hodnot, nebo, no i když musím říct, že jelikož to bylo v mejch patnácti, byla jsem na základce, přechod střední na gympl, a jako že ještě jsem moc nevěděla, co se svým životem, jako určitě se mi to změnilo nějak.

A: No vlastně v těch patnácti člověk nemá úplně jasně dané ty své hodnoty.

R2: No právě.

A: Tak možná spíš, jaký máš teď, myslíš, že to může být ovlivněný i tím, co si zažila, že to, co bereš tak jak bereš, jestli si myslíš, že to mohlo být jinak, ikdyž je to teď hodně hypotetický?

R2: Tak to určitě je nějak ovlivněný tím a asi nevím přímo konkrétně. Ale co třeba pozoruju, když jsem u kamarádek nebo prostě s kamarádama, že no že mám prostě jinej pohled na svět než všichni. Jakože hodně lidí bere určitý věci jako samozřejmost. Že si jich víc vážím a oni to berou víc jako samozřejmost.

A: A vnímáš jinak třeba přátelství nebo vztahy v rodině? Což už si trochu říkala.

R2: No ty vztahy v rodině, to mi přijde, že nás to jako hodně sblížila s některejma a s ostatníma přátelema. Ne s lidma z rodiny, tak jakoby mi přijde, že mě to v něčem uzavřelo. Jako já jsem byla obecně vždycky nějak uzavřená, ale asi mě to uzavřelo víc, že se bavím jenom fakt s pár kamarádama, že nemám jako moc potřebu bejt jako ve velkým kolektivu.

A: Takže spíš vyhledáváš bližší přátelství?

R2: No, ty bližší, kteří jsou kvalitní, kvalitnější.

A: A jak teď tedy vnímáš to přátelství, co pro tebe znamená?

R2: No tak to přátelství, pro mě je jako hodně důležitý, mám jako jednu kamarádku, která mi fakt jako hodně, která je na mě fakt strašně hodná, a právě od gymplu ji mám a fakt si toho vážím, že je tady nějakej člověk, kterej prostě, kterýmu se můžeš vždycky svěřit a vezme tě takovou jaká jseš.

A: Třeba i nějaký odraz v tvém běžném životě, jestli tě to vedlo nějak k výběru školy, jestli tě to mohlo nějak ovlivnit nebo ne?

R2: No to bych řekla, že mě to vůbec neovlivnilo.

A: A ještě k vnímání světa kolem, sebe, to jsi říkala, že ti přijde, že někteří si méně váží některých věcí, které tobě teď přijdou důležitý, máš ještě něco jiného, co se ti změnilo v tom vnímání okolního světa?

R2: Jo, pak se, mi přijde, že jsem se změnila v tom jako vžít se do lidí a vžít se do toho, jak se zrovna asi cejtěj, ať už jsou třeba nějak nemocný nebo tak, mi přijde, že dřív prostě jsem to nějak moc nevnímala. Ale teďka mi přijde, že mám to vcítění se nějaký větší, vyšší než dřív.

A: A cítíš i nějakou změnu ve vnímání sama sebe?

R2: No, to sebepřijetí s tím mám možná větší problém teďka než dřív.

A: A vnímáš jinak pohled na události, co se ti dějí, například nějaké náročnější životní události?

R2: No to mám asi tak, že mi přijde, že mě nic už nedokáže překvapit, že fakt jako už nic horšího se nemůže stát.

A: A začala ses třeba více zajímat o své zdraví, nebo životosprávu?

R2: No možná víc o to svoje zdraví, ale sportovat asi vlastě taky, dřív, teďka už moc ne, ale asi nějaká moc velká změna v tomhle nebyla.

A: Tak se můžeme asi přesunout dál, pokud teď k tomu nic víc nemáš?

R2: Jojo.

A: A dostala bych se k otázce nějaké víry. Jsi věřící nebo máš nějaký vztah k víře, věříš v něco?

R2: Jo, tak já jsem věřící už od malička.

A: A co pro tebe víra znamená?

R2: Víra pro mě znamená, vlastně dala mi takovej smysl života, to že prostě takovej pocit jistoty.

A: a pomohla ti třeba víra s vyrovnáváním se s tou ztrátou kterou si zažila a kdyby jo, dokázala bys popsat v čem, jak?

R2: Jo to mi pomohlo docela hodně, v tom že vlastně já jako věřím, že když, že když jsem věřící, že půjdu do nebe. A vlastně mi to pomohlo v tom, že věřím, že máma bude v nebi a že se tam s ní jednou potkám, a to asi stačí.

A: Takže máš vlastně i nějakou představu o životě po smrti?

R2: O posmrtném životě mám představu, věřím, že když člověk umře tak tady zůstává jenom ta tělesná schránka a duše jde do nebe.

A: A vnímáš nějakou změnu, co se víry týká?

R2: Určitě se moje víra posílila, protože věřím, že se jednou potkáme v nebi. A to mi dost pomáhá a dodává mi to naději a smysl života.

A: A objevil se u tebe nějaký podnět k přemýšlení nad tím, že ty sama jsi smrtelná, nad nějakou konečností lidského života? A pokud jo, jestli vnímáš, že tě to nějak ovlivnilo, jak přemýšlíš o životě, nebo se chováš?

R2: Jo, tak určitě objevil a nad svojí smrtelností jsem přemýšlela hodně, dřív, teďka už moc ne a jestli to nějak ovlivnilo.

A: To nemuselo.

R2: Jako někdy si říkám, že nevím, v čem ten smysl toho života je a někdy nad tím přemejšlím.

A: A jak vnímáš ty sama smrt, máš z ní strach, úzkost? Jaký k ní máš postoj?

R2: Úzkost, z ní asi nemám, to ne, přijímám ji tak jak je a no.

A: A napadá tě ještě něco k těm změnám a nemluvili jsme o tom a přijde ti to důležitý?

R2: No přijde mi, že jsem taková víc uzavřenější, co se týče navazování přátelství a tak. To mám jako docela velkej problém, že mám prostě nějakej blok nebo tak nevím vlastně proč nebo tak. Ale no jsem taková víc uzavřenější a víc už asi nic.

Příloha č. 4 – Přepis rozhovoru respondent 3

A: Ztratila jsi blízkou osobu, mohla bys mi stručně říct, o koho šlo a jak se to stalo?
R3: No vlastně byl to rok 2013, je to už dlouhá doba, měla jsem 17 let a byla to moje mamka. A ona vlastně měla rakovinu, ono ji měla už i předtím, rakovinu prsu, ale vlastně potom se z toho uzdravila, a pak to vlastně nebyla ani recidiva. Spíš to bylo tak dlouhé časové období, že to diagnostikovali jako znovu, jako nové onemocnění a vlastně měla rakovinu žaludku.

A: A co pro tebe bylo osobně nejtěžší na celém?
R3: Já jsem to nečekala, a to asi by sem řekla, že pro mě bylo nejhorší, protože já jsem nevím, jestli to bylo. Já jsem si prostě myslela, že se uzdraví a nevím, jestli to byla nějaká moje naivita nebo taková moje víra, že se uzdraví, ale já jsem vůbec nevěděla odsledovat to, že už je to zlé a že se to blíží. Že já jsem fakt, mě to vlastně šokovalo, že jsem napříč tomu, že to trvalo tak dlouho, se na to vůbec nepřipravila.

A: Takže to pro tebe byla vlastně velká rána, když si zjistila, že se to stalo?
R3: Jojo, i když to není vlastně jako nehoda, když člověku někdo umře takhle, tak je to šok, ale pro mě i tohle byla vlastně taková šoková situace.

A: A co nebo kdo ti pomohl celou tu situaci zvládnout?
R3: Asi tam bylo, já bych řekla, že takových více proměnných. A určitě to byla ta síť lidí okolo mě, že jednak moje rodina, a hlavně strýc s tetou jakoby a moje dvě sestřenice, že tahle část rodiny byla velice podporující. I se nás často se sestrou ptali, jak se máme. Řekla bych, že to byla široká skupina lidí po nějaký kratší čas. Ale. Byla tu i skupina lidí, která možná rok dva potom byly takový hodně podporující, a to pro mě hodně znamenalo. Určitě moje sestra, já mám vlastně starší sestru o 7 let a my jsme se v té době hodně sblížily, a i jsme to všechno prožívaly společně. Protože se nás to týkalo obou a vlastně vím, že jsem z ní cítila takové největší porozumění, přece jen moje kamarádky mého věku si neprošly těmi věcmi stejně. Takže jsem měla takový pocit, že když stály při mně, že nemám takové porozumění asi jako s někým, kdo tím prošel. To byly tito lidé, takže rodina, přátelé, asi takový širší okruh lidí, já vlastně chodím do křesťanského společenství. Takže ty lidi odkud a určitě moje víra, to je takové zajímavé, já vím, že na to budeš mít zaměřenou i otázku, ale to je určitě velký aspekt v tom celém zvládání.

A: K víře se určitě potom ještě dostaneme. Když si mluvila o té podpoře, že si měla široký okruh lidí kolem sebe, měla si něco, co ti opravdu pomáhalo, co pro tebe byla největší podpora, jestli se to tak dá vůbec říct?

R3: Já bych řekla, že určitě každý zájem byl pro mě povzbuzující, ale je pravda, že při některých lidech jsem cítila, že jsem cítila od nich nějakou větší podporu. A možná to bylo tím, že ten zájem nepřestával ani časem, že to nebylo těch prvních pár týdnů, kdy na tebe všichni myslí, ale pak si žijou dál nějaký ten svůj normální život. Ale že bylo pár lidí, kteří doopravdy sledovali mě, jak se mám a byli ochotní se mnou počkat v té fázi, ve které jsem byla. Měla jsem takový pocit, že širší skupina lidí se tak nějak vrátila do normálu, což je asi v pořádku a že mě to nutilo být v tom normálu s nimi. A přitom já jsem nebyla v pohodě a někteří lidé byli na to takový citlivý a když viděli, že se nemám dobře, tak byli ochotní se mnou projít to období, kdy se nemám dobře a nenutit mě k nějaké změně, když se na to ještě necítím. A ptali se hodně, jak se mám, byli ochotní poslouchat, takže to určitě asi.

A: Tak to je dobře, že jsi měla někoho, takhle na blízku. A ještě bych se zeptala, jestli si měla nebo pociťovala podporu, která ti nepřišla vhodná? Jestli si něco takého měla, cítila?

R3: Asi jediné, co mi tak trošku vadilo, to už jsem i tak trošku naznačila, že někteří lidé měli takovou tendenci, takovými povzbuzujícími řečmi, že vlastně tě jakoby, vlastně svými řečmi se mě snažili povzbudit, ale působilo to na mě jako spíš takové zlehčování té situace. Že no tak, řeknu nějaký příklad, no tak teď už je jí dobře, je na dobrém místě nebo je super, že jste tak dlouho spolu mohli být nebo ty už jsi skoro dospělá, ty to zvládneš nebo, já nevím prostě takové absurdní věci, které člověku v tu chvíli vůbec nepomůžou a měla jsem pocit, že, hlavně z té strany těch věřících lidí, jsem měla pocit, že se snaží to zaobalit, že přeci to bude dobré, všechno je v pohodě, nemusíme smutnit. Ale to přeci tak není, podle mě člověk prostě potřebuje čas na to, aby smutnil a aby se rozloučil, aby chvíli si nehrál na to, že je všechno v pořádku. Takže asi to mi nejvíc vadilo, že někteří lidé dělali, ale nemám jim to za zlé, protože vím, že se snažili asi povzbudit.

A: A pokud tě už k podpoře nic nenapadá, tak bych se přesunula dál.

R3: Asi nemám.

A: Jak už jsem ti zmiňovala, tak se v práci zaměřuji na nějaké ty změny, které u člověka nastávají po delší době. Tak bych se chtěla zeptat v čem se tvůj život nejvíce změnil po té události a jestli bys tu změnu dokázala nějak popsat, pojmenovat?
R3: No to je taková široká otázka.

A: Já pak mám kdyžtak i podotázky, jen tě nechci hned ovlivňovat.
R3: Já mám pocit, že od té doby se všechno změnilo, že i ten svůj život zpětně dělím na ten čas před a po a mám pocit, že i množství věcí, nejen v mém osobním, vnitřním prožívání, ale i tak celkově v naší rodině, v mém životě. Jakože ty okolnosti se hrozně změnili, já jsem, nebo jakoby z těch okolností, my jsme bydleli jako rodina, můj taťka, mamka, já a sestra a vlastně po tomhle se můj taťka, si našel za krátkou dobu novou partnerku. A to bylo pro mě asi jako, nebo dala bych to na podobnou úroveň jako kdyby v té bolesti, protože pro mě to bylo jako kdybych znovu ztrácela tu rodinu a stabilitu a vlastně ještě jsme přišli v tom období o babičku. Jakoby krátce za sebou a nám se vlastně změnilo úplně všechno v rodině a já jsem do toho všeho ještě maturovala, nastupovala jsem na novou školu a krátce na to jsme se se sestrou vlastně osamostatnily, že jsme šly bydlet do, no nebydlely už jsme s taťkou. Takže mám pocit, že se v tu dobu všechno změnilo. A těžko se mi jakoby rozlišuje, co bylo tou ztrátou.

A: A co bylo tou situací, která nastala kolem vlastně asi, že to nebyla jen ta samotná ztráta?
R3: No tak jednak i ta dynamika v naší rodině, jak vlastně taťka po krátkém čase si našel tu novou partnerku, někteří členové naší rodiny byli takový překvapení z toho, že je to brzy a soucítili s námi, že je to příliš brzy a jiní na to měli ten názor, že taťka potřebuje tu podporu, ať pokračuje v tom životě, takže na tom se nějak ty názory rozdělili. Takže to se vlastně stalo tou událostí, a to potom vedlo. My jsme vlastně dobře se sestrou to s taťkou pak nějak vyřešili, popovídali jsme si, ale bylo to hodně náročné v tu dobu a vlastně jsme se pak i osamostatnili, že oni bydleli spolu a my se sestrou spolu, takže myslím si, že mě to vedlo jednak nějaké samostatnosti, že jsem se musela nějak postavit na vlastní nohy, postarat se i o domácnost a o nás a rozhodovat se sama za sebe. A hlavně asi ten koncept rodiny byl pro mě v tu dobu takový rozpadnutý, že jsem měla v tom všem zmatek, že jsem dřív měla pěknou a stabilní rodinu a z ničeho nic se to jakoby v průběhu pár měsíců změnilo.

A: To pro tebe i tvou sestru muselo být hodně náročné, a vnímáš nějak i změnu, jak se nyní vztahuješ k přátelům, rodině, nebo k tvému tátovi po té delší době?

R3: No, nyní už je to úplně fajn, že už od toho uplynula dlouhá doba a my už jsme si našli cestu zpět a myslím, že vycházíme fajn, že je to dobré. I si ho hodně vážím a mám ho ráda, myslím si, že takové to nedorozumění z toho období, že jsem to nějak zpracovala a co se týká přátel, já si myslím, že jednak s tou sestrou jsme si hodně blízké, že to zůstalo do dnes a je mi vlastně nejbližší osobou a že nás to velmi spojilo, a i s těmi ostatními členy rodiny. Na krátkou dobu bych řekla, že ty moje vrstevnické vztahy byly takové, jakože stále dobré, ale že jsem z toho neuměla tak přijímat a že jsem potřebovala někoho, kdo si možná prošel něčím podobným a kdo, že mám pocit, že v těch vrstevnických vztazích jsem spíš já dávala a přijímala jsme spíš z jiných vztahů se staršími lidmi. Ale to už se celkem vlastně vrátilo do normálu, že bych řekla, že už je to zase tak nějak v normě a asi možná v té naší rodině, že jsem přestala být tím dítětem, že jsem se jakoby musela postarat o naši druhou babičku, tím, že ona přišla o svoje dítě, tak ji to položilo, takže jsme se o ni začali více starat a možná to trochu změnilo tu hierarchii pomyslnou.

A: Takže ses vlastně začala starat více o ty starší, než oni o tebe?

H3: Ano, hlavně vůči té babičce jsem to tak cítila.

A: A vnímáš třeba jinak teď přátelství?

H3: Pro mě bylo vždy velmi velkou hodnotou, takže jsem si tu hodnotu uvědomovala i předtím, mám fakt štěstí na krásné, blízké vztahy a na širokou paletu lidí okolo mě. Takže jsem za to bylo velmi vděčná a jak už jsem říkala, je to vlastně asi i důvod proč jsem to všechno vůbec zvládla. Ale asi ano, je tam posun v tom, že si uvědomuju, jak je velmi důležité mít ty vztahy fungující, aby se člověk mohl opřít o lidi, když se něco děje a myslím, že jsem ještě poznala takovou novou hloubku a blízkost v těch vztazích.

A: A změnily se nějak tvé hodnoty, sice už jsi něco říkala, naznačovala, ale jestli bys dokázala nějaké pojmenovat, pokud jsou?

R3: Já bych řekla, že jsem měla hodnoty nějak vytyčené i v životě před tím, možná to bylo i v tom dotazníku, nějaká otázka, že jestli se víc teď věnuju věcem, na kterých by záleží a které se dají změnit. Tak vím, že bezprostředně potom jsem měla nějakou potřebu jakoby

dělat věci, které jsou smysluplné, které přinesou změnu, které jako kdyby, využít ten čas, který máme nějak smysluplně, to mám i do dnes, ale v tu dobu to bylo jakoby palčivější téma pro mě, taková nutnost.

A: Takové to využít ten čas, když ho mám?

R3: No, nebo já jsem spíš tak jako vnímala, že vlastně tu konečnost života tak nějak víc bezprostředně, že je fajn investovat ten čas do něčeho smysluplného.

A: Když už jsi došla k té konečnosti, vnímala si podnět k tomu přemýšlení o něm a jestli to nějak ovlivňuje nějak tvoje chování i myšlení, což už si zmiňovala, že předtím víc, tak jestli i nyní to nějak vnímáš?

R3: No pamatuju si, že předtím to pro mě bylo takové velmi výrazné, my jsme se jakoby o mamku starali doma, takže jsem velmi vnímala ten jakoby, takový ten úpadek fyzického těla a blížící se smrt a potom i co se týká naší babičky, jsme se o ní dost starali a pro mě teda jako sedmnáctiletou to byl úplný šok, že jsem nikdy předtím nic takového neviděla a nepotkala se s tím, že jsem byla tak úplně konfrontovaná s tím, s tou ztrátou, s tou konečností toho života. A hlavně i jakože jsem na to nebyla nikdy jakože fyzicky připravená a takže určitě to v tu dobu pro mě byl takový šok a vlastně jsem i dlouho po tom byla na to hodně citlivá, že jsem si nějak i tím, že jsme pár měsíců předtím žili na hraně toho života a smrti. Že jsem věděla, že to může přijít a že jsem to tak potlačovala, že se to nestane. Tak když byl někdo v okolí, řekněme diagnostikovaný znova s rakovinou nebo něčím podobným, tak to ve mně vyplavilo znova všechny pocity a já jsem vnímala, že ta smrt je o dost blíž, než si člověk myslí, že to to může stát kdykoliv a to jakoby mám do dnes. Ale ne jakoby v takovém negativním smyslu, teď to vnímám tak, ano může se to stát, ale neděsí mě to a v tu dobu to bylo pro mě velmi blízké, že například vtipy o smrti jsem vůbec nezvládala, protože to pro mě bylo hrozně čerstvé.

A: Takže by se dalo říct, že teď už nevnímáš tolik ten strach z té smrti jako předtím?

R3: Ano, je třeba možná říct, že já jsem jakoby potom, co mamka zemřela smrti jako takové nebála, to ukončení života a i tím, že jsem věřící, nepůsobí mi to jakoby nějakou beznaděj, to samotné ne, ten konec existence je pro mě v pořádku. Ale spíš jako ta choroba, příchod té smrti toho člověka, když trpí, má bolesti, že to jsem zažila a toho jsem se obávala, jakože

spíš to, že se to stane někomu blízkému znovu, s tím jsem tak bojovala, s tím strachem, ale co se týká té existence, nebo té smrtelnosti tak jsem to samotné, s tím jsem neměla problém u mě. Pamatuju si, že jsem měla spíše opačný, že jsem měla takový propad po té psychické stránce, že jsem měla období, kdy jsem nechtěla dál fungovat, dál existovat a že jsem si říkala, že to tu nemá pro mě smysl, že já ať se bude dít cokoliv v mém životě tak nemám radost z toho, že nechci ani dobré věci zažívat, když tu nebude moje máma a vím, že to zní asi vyhroceně, ale pro mě, já jsem to v tu chvíli tak cítila. Ona pro mě byla hrozně důležitý člověk a já jsem nechtěla pokračovat dál bez ní a tam jsem měla ty existenciální otázky, jestli chci jít dál, jestli to má smysl, věděla jsem, že má a neuměla jsem ho tak jako uchopit a najít a cítit.

A: Takže pro tebe asi byla v tuhle dobu ta podpora velice důležitá, jak jsi mi už předtím říkala, že ses měla o koho opřít?

R3: Ano, a myslím si, že i velká část, ten můj proces, ta otázka mojí víry, a to bylo ve výsledku to co mě nějak podrželo a dalo mi vůli a smysl jít dále.

A: A vnímáš nějakou spojitost, jak jsme mluvili o té konečnosti, například s péčí o sebe sama? Jestli ses začala více zajímat o zdraví, sport?

R3: To bych řekla, že ani ne, já jsem člověk, který je jakože celkem v pohodě. Cvičit se odhodlávám celý život a nikdy to nedělám, takže to asi ne. Měla jsem jedině, nebo s čím by se to dalo přiblížit, že já jsem šla potom, já jsem se rozhodovala mezi psychologií a zdravotní sestrou a já jsem šla právě na tu sestru. Protože jednak jsem v tom období neměla čas se připravovat na přijímačky z psychologie a jednak mě to zajímalo a bavilo, šla jsem tam a byla jsem tam rok, ale vlastně, měla jsem takovou potřebu lidem pomáhat a vybrala jsem si tu fyzickou stránku, takže možná tam by se to dalo nějak spojit, že to bylo díky tomu, nevím. Ale vlastně nakonec jsem si dala pauzu, protože to pro mě bylo hrozně těžké vidět lidi v těch stejných situacích, ty stejné vůně, pohledy, všechno mi to připomínalo. Takže v tu dobu jsem to nebyla schopná úplně dobře zvládat a dala jsem si pauzu a šla jsem do Ameriky a potom jsem šla na psychologii, takže možná ten výběr školy byl takový, jakože vliv měl na to, že jsem chtěla pomáhat druhým, ale úplně na moje vlastní zdraví, že by to mělo vliv to úplně nevím.

A: A jak dlouho si odjela do Ameriky?

R3: Já jsem byla rok na tom ošetřovatelství a potom jsem šla na půl roku do té Ameriky, vnímala jsem totiž, že potřebuju pauzu od té školy. Jakože věděla jsem, že by mě to bavilo ta práce, že mi to šlo, ale nezvládám teď se strat o ty lidi a že mi to připomíná ty situace a když jsem se vrátila, tak jsem nevěděla, jestli se vrátit zpět do té školy nebo začít jinou a zkusila jsem tu psychologii a myslím si, že to pro mě bylo nakonec dobře, že mě to baví.

A: Jestli vnímám správě tak ten půl rok v Americe byl pro tebe důležitý i při tom výběru školy poté?

R3: Ano, to určitě.

A: Cítíš i nějaké změny ve vnímání světa kolem tebe, jestli tě k tomu ještě něco napadá?

R3: Asi ano, ale nevím, jak to úplně konkretizovat, ale určitě, mám pocit, že jsem začala vnímat svět úplně jinak od té doby. Že jednak asi ta potřeba na začátku dělat věci, které jsou smysluplné, jednak vnímání vztahu a důležitost jakoby, já jsem začala být i více vděčnější za svou rodinu, a i za vztahy které mám, no asi tak celkově, že jsem nějaká vnímavější a citlivější na věci.

A: A došlo třeba k nějaké změně ve vztahu k tobě samé?

R3: Já jsem tu otázku sebepřijetí, sebeobrazu řešila hodně, spíš ale předtím v teenegerských letech a měla jsem s tím problém, ale to jsem si vyřešila už předtím, že na to ty události neměli takový vliv. Jako spíš možná vnímání sebe jako člověka, který zvládne něco, že jsem po tom období zjistila, že jsem schopná zvládnout nějakou krizovou situaci, myslím, že jsem i o dost víc dozrála, že se jakoby ze mě za ten půl rok stal dospělý člověk a pamatuju si i, že jsem se cítila jakoby o deset let starší, že jsem se v tu dobu cítila jakože jsem unavená životem, byl to pro mě takový zvláštní pocit a že jsem z ničeho nic sebe vnímala jako člověka, který je až tak vzdálený od těch svých vrstevníků a chvíli mi trvalo než jsem jakoby tak znovu, znova se to vrátilo do normálu. Dneska to tak nevnímám, ale tenkrát to pro mě byl takový zvláštní pocit.

A: A vnímáš v tuhle chvíli nějaké náročnější životní události jinak, než bys vnímala před těmi 7 lety?

R3: Asi ano, teď tento rok si to uvědomuju víc než kdykoliv předtím, já jsem vždycky chtěla cestovat, cestuju, uměla jsem představit bydlet v jiné krajině a tak, je sranda, že k tomu fakt došlo a já jsem to zvládla o dost hůře, než bych řekla. A myslím, že je to právě proto, že já jsem v tomhle období, když mi bylo sedmnáct tak jsem vlastně pomyslně se mi rozpadla ta rodina nebo jsem měla pocit, že jsem o ní přišla a znovu jsem si vybudovávala ty věci nanovo, to zázemí a stabilitu a když jsem teď před rokem a půl, my jsme se s manželem vzali, takže jsem se stěhovala a pro mě to bylo hodně těžké to rozhodnutí sem jít, protože jsem znova jakoby měla pocit, že ztrácím tu stabilitu a to zázemí a myslím si, že kdyby se to nestalo, a měli bychom tu mamku, tak by se to všechno vyvíjelo asi jinak a tenhle pocit bych neměla. Že jsem měla vždycky dobré vztahy s rodinou a neměla bych takové to upnutí se na to bezpečí a tu stabilitu, kterou jsem vlastně měla. To si myslím, že by možná bylo jiné, takže to na mě má asi vliv v tom, jak zvládám to odloučení od rodiny, že to zvládám hůře, jako předtím.

A: A i když ses odstěhovala, funguje to dobře na dálku s tou rodinou?

R3: Ano, funguje, jsem hrozně vděčná, já mám, i ta manželova rodina je, oni jsou krásní lidé a velmi dobře mě přijali a mám se tu doopravdy dobře, a mám tu i přátele, mám tu pěkný byt a tak. Ale stále je pro mě těžké to, že tu nemám ty blízké lidi, napříč tomu, že se mám velmi dobře, to vnímám, že by jsem hrozně ráda byla při nich a teď se naše druhá babička po zdravotní stránce horší a pro mě je to hrozně těžké, že nemůžu být při ní, že jí nemůžu pomoct, takže myslím, že tu hodnotu té rodiny a ty vztahy mám o hodně více nastavené.

A: A možná i takhle doba koronaviru k tomu přispívá, že je těžší cestovat?

R3: To jo, že se vlastně nevidíme hrozně dlouho, čtvrt roku na jaře, teď je to zase čtvrt roku, tak je to takové, jakože náročnější a může to s tím nějak souviset.

A: Já bych se teď přesunula k té víře, ty už jsi zmiňovala, že jsi věřící, co pro tebe víra znamená?

R3: To je taková široká otázka, co pro mě třeba znamená po těch událostech?

A: Jojo, vím, že si říkala, že sis k ní hledala nějak i cestu, tak jak to vlastně vnímáš nyní?

R3: Já jsem byla věřící člověk i předtím, i jsem se tak považovala, nebylo to tak, že moji rodiče byli věřící, tak jsem byla i já, ale měla jsem to jako svoje rozhodnutí a já jsem jaksi věřila, že mamka se uzdraví a když se to nestalo, tak pro mě to bylo zklamání i vůči Bohu. A vlastně jsem, si pamatuju, že ten den jsem vlastně vyslala takovou modlitbu, že Bože já nevím, jak ti mám věřit po tom všem a že já nerozumím tomu všemu, co se děje a že vím i napříč tomu, že jsi dobrý, ale pomoc mi v tom si to takto zachovat, že neručím za sebe a to bylo vážně zvláštní, protože já jsem to tak vlastně vnímala, že mě to jakoby nezničilo víru v jeho samého, jeho existenci, ale spíš, že jsem nevěděla jak to funguje a jestli má smysl v něco doufat, v něco se modlit, jaké to celé je. Ale musím říct, že z psychologického hlediska je ta víra taková, že člověk se jen upírá na něco vyšší a je to nějaké přesvědčení, ale já jsem v té době, to nebylo přesvědčení, které by mi pomohlo, to bylo takové nalomené nějaké víra a přesvědčení v mysli, ale spíš mi pomohl ten osobní vztah, který jsem měla s Bohem a ten se prohloubil a vím, že ostatní věci okolo víry by mi v tu dobu nefungovali. Že jediné, co fungovalo bylo to, že jsem Boha poznala osobně a jako osobu, která mi pomáhá a že mi jakoby v tu dobu přinášel smysl a radost a smysl v tom období, že právě ta víra samotná, ta nauka, ty věci které jsou okolo to pro mě nemělo žádnou váhu v tom období.

A: Takže pro tebe byla důležitá ta víra v něco, co ty si považovala za důležité, jestli se to dá vůbec pojmenovat?

R3: Je to takové zvláštní, že někomu, kdo nemá takovou zkušenost to může připadat velmi bláznivé, ale tak to pro mě je a vím, že to byla velká část té mé cesty v tedy.

A: Takže ta víra ti pomohla při vyrovnávání se se ztrátou?

R3: Ano.

A: Napadá tě ještě něco, co bys ráda zmínila ohledně té víry?

R3: Asi bych řekla i že se vyfiltrovalo to ryze skutečné, co v té víře je, že se až ta víra vyzkoušela, jestli to je jen mé přesvěcení o skupině pravd, která nefunguje vůbec a neplatí nebo jestli je to doopravdy osobní vztah s Bohem, který dává smysl, která dává nějakou sílu v něco změnit, který funguje. A tak, a to se v mém případě ukázalo, a to jsem byla ve

výsledku ráda, mě to posílilo a že jsem si dovolila pokládat otázky, které by jsem jinak neměla, že jsem si vyzkoušela boha jako takového, to tak zlehčuji, že jakože obstál. Já jsem si totiž kladla náročné otázky a chtěla jsem na ně odpovědi a nějak jsem jich dostala, takže to bylo celkem přínosné.

A: Máš, nebo se u tebe objevuje nějaká představa o životě po smrti?

R3: Mám, a asi mám stejnou, že mi ta událost samotná nezměnila představu, co bude potom.

A: A dokázala bys říct, jaká je to představa?

R3: Jasně, tím, že jsem věřící člověk a jsem křesťan, tak věřím, že existuje nebe a že existuje místo, které nám bůh připravil a můžeme tam být s ním a že je to dobré místo, které nás čeká. A tím, že věřím, že člověk může Boha poznat i na zemi nejen potom, tak to pro mě není jen něco k čemu se upínám, že bude, ale že vím, že tu blízkost můžu zažívat už nyní a že to naplnění, smysl života můžu být už teď a není to, že žiju pro něco, co bude po smrti. Jako spíš věřím tomu, že žijeme tady na zemi a tím to nekončí a věřím, že dobré věci budou i potom, takže se toho nebojím, takže tak.

A: ještě bych se jen zeptala, jestli tě třeba napadá něco ohledně těch změn, přijde ti to důležitý, ale nemluvili jsme o tom?

R3: Asi ani ne.

Příloha č. 5 – Přepis rozhovoru respondent 4

A: Ztratil si blízkou osobu, mohl bys mi stručně říct, o koho šlo a jak se to stalo?
R4: Šlo o dědu a on měl vlastě příhodu přes noc, když mu nebylo dobře, tak mu mamka zavolala záchranku a on měl vlastně hodně vody v břiše a spal v sedě a pravděpodobně, jak ho položili v záchrance, tak ho to zabilo. Jakože není to potvrzený, oni říkají, že to bylo kvůli zástavě dechu, ale vzhledem k tomu, že mu bylo líp, než odjížděl. Bylo to nečekaný.

A: A před jakou dobou se to stalo?
R4: Před 6 lety

A: A co pro tebe bylo nejtěžší?
R4: Nejtěžší byl asi pohřeb, on ho měl za prvý v kostele a za druhý on měl otevřenou rakev.

A: To pro tebe asi bylo hodně těžké ten pohřeb?
R4: No, oni celkově ty pohřby jsou náročnější než v podstatě to umírání, pokud nejsi u tý smrti, tak je to hodně náročný, protože já si myslím, že ten člověk si to tak neuvědomuje a říká si, že to třeba nebylo tak strašný, že třeba se objeví, ale prostě na tom pohřbu to na člověka dopadne a uvědomí si, že opravdu odešel.

A: A co nebo kdo ti pomohl, abys tu situaci zvládl?
R4: Já hodně utkám do internetovýho světa a do her, to mi pomáhá prostě.

A: A měl si i nějakého člověka, o kterýho ses mohl opřít?
R4: My to v rodině mezi sebou moc neprobíráme, takže vlastně asi ne.

A: A kamarádi?
R4: Kamarádi, to až teďka jsem jakoby dá se říct občas vyzpovídám někomu, ale v tý době ne.

A: A ty hry, v čem to pro tebe byla pomoc, měl si tam i nějaké lidi nebo jen ten akt hry?
R4: Jako lidi asi taky, samozřejmě, ale hlavně to, že ve hře je člověk nesmrtelnej, když něco pokazí, tak může začít znova, když umře, tak se zase vrátí a nemusí tam člověk řešit tu smrt, tak jako v realitě a víc se člověk přesouvá do jinýho světa, odvede to myšlenky a uteče od tý reality.

A: A vnímal si i nějakou podporu, která ti nepřišla vhodná?

R4: Hmm, asi určitě, chození do místností a do míst, kde jsem s dědou trávil čas bylo takový vždycky emotivní, jako potom, co se odstěhovali ty jeho věci, tak už je to lepší. Po dobu, kdy tu měl ještě pokoj a kuchyni, tak to bylo náročný, a to časem odeznělo.

A: A nyní už to tak nevnímáš?

R4: Dneska už to není, ale předtím pro mě bylo lepší se těm místům spíš vyhýbat.

A: Jak jsem ti předtím zmiňovala, tak se v té práci zaměřuji hlavně na nějaké změny a zeptala bych se tě, jestli vnímáš něco, v čem se tvůj život po týhle události nejvíc změnil a jestli bys to dokázal nějak pojmenovat?

R4: Změna celkově je strach o ty svoje nejbližší a spíš se snažím omezit počet lidí na kterých mi záleží, protože ta obava z tý smrti tam je, v podstatě že o ty lidi se víc bojím a přijde mi, že v podstatě se snažím neuzavírat ty věci, aby ten člověk se vrátil a ty věci jsme mohli uzavřít, myšlenka je, že ten člověk se vrátí, protože to bude chtít dokončit, že vlastně bude mít důvod proč bojovat dál.

A: A jak si říkal, že se o ně více bojíš, projevuje se to nějak více v tvém chování, vztahování k nim?

R4: Občas mám takový návaly, že nemůžu spát, jo prostě zajdu si ven. Pobrečím si, aby mě nikdo neviděl, pak třeba usnu a takhle.

A: A vídáš se s blízkými lidmi teď více?

R4: No vlastně já s mamkou pořád bydlím, protože už jsme jen já, mamka a strejda, to je nejbližší rodina, co teď mám, takže s mamkou bydlím a ke strejdovi jezdím míň často, ale spíš mi to brání v tom se odstěhovat od tý mamky, protože nechci, aby zůstala sama, budu se stěhovat do podlaží míň, ale nechci opustit ten barák.

A: A vnímáš nějakou změnu i ke vztahování se k lidem, například i k novým lidem?

R4: No držím si víc odstup a jsem spíš takovej víc introvertní, jakože se spíš uzavřu a hůř navazuju vztah s těma novejma lidma a to se hodně změnilo po těch událostech, co se staly.

A: Protože těch úmrtí bylo hodně?

R4: Přesně tak, že člověk se snaží mít kolem sebe pár lidí, kterým opravdu hodně věří, než aby jich měl spoustu a ty ho mohli zase ovlivnit tím, že by se jim stala ta událost, prostě omezit tu procentuální šanci.

A: Takže vnímáš nějaký strach z tý smrti?

R4: Je to vlastně největší strach, řeknu to možná blbě, ale ne o svoji smrt, ale o smrt blízkých, protože vlastně smrtí mou zasáhnu ostatní, ale mě už to trápit nebude, ale zase naopak smrtí jejich mě to bude trápit a jim už v uvozovkách bude líp, nebo jim to bude jedno.

A: A vnímáš i jinou změnu k mamce, změnil se nějak váš vztah?

R4: Jako jsme si blízký, ale moc spolu nemluvíme, jako oboum nám na sobě záleží, ale čas spolu netrávíme, je to ironický, ale v podstatě bavíme se, ale ne o důležitých věcech, jen se pobavíme o tom, jak se má a tak, a pak si každej jdeme tou vlastní cestou, jakože nás to sblížilo i zároveň oddálilo.

A: A jak nyní vnímáš přátelství? Vím, že si říkal, že si jen tak s každým nezačneš bavit, protože cítíš ten strach.

R4: Tak je to hodně podle osobnosti, já nemám moc rád arogantní lidi a s nezdravou sebejistotou, mám radši lidi, co jsou při zemi a pak podle toho, jak si rozumíme, navážeme případně přátelství a pak se to vyvíjí dál a buď se s těma lidma bavím nebo to postupně opadá až z toho přátelství vlastně vypadnou, že přátelství beru jako že ty lidi se o sebe zajímaj a věnujou si ten čas, na to zjistiti, jak se ten druhej má a z toho vlastně vycházím, že to není o tom, tady kliknu na facebooku a mám přítele , v životě jsme se neviděli a tak.. Je tam důležitý nějaký společný cíl, zájem o sebe a tak.

A: A změnil se nějak tvůj pohled na život nebo hodnoty potom, co jsi všechno prožil?

R4: Ten pohled na život, asi neplánovat moc do budoucna, žít v přítomnosti, ale brát tu budoucnost pořád v potaz, neplánovat třeba, že za deset let budu bydlet tady, ale plánovat třeba, že za tři měsíce pojedu na dovolenou a takový ty věci, nedělat si plány moc dál, protože se můžou změnit a už ty lidi, se kterýma mám plán tu být nemusí.

A: Takže se vlastně snažíš žít přítomností?

R4: A hlavně nedělat rozhodnutí, který by ohrozili budoucnost.

A: Takže nahlížení na tu budoucnost, ale neplánovat ji dvacet let dopředu?
R4: Přesně tak.

A: A odráží se to i v tvém profesním směřování, nebo i při výběru práce?
R4: Určitě, nerad z práce odcházím a no prostě o tu práci se bojím, což je normální, ale jako když mi přijde nějaká lepší nabídka, tak spíš zůstanu v tý starý práci, protože tam mám částečně tu jistotu, jak tam jsem potřebnej a v tý nový bych byl v podstatě nepotřebnej a musel bych se vypracovat zase na to.

A: Takže máš nějaké své jistoty, za které jsi rád?
R4: Přesně tak.

A: A cítíš i nějaký změny ve vnímání světa kolem tebe?
R4: V podstatě jo, nevím, jestli to s tím souvisí, ale v podstatě jo, že na světě jsou sobci, který maj všechno a nesobci, kteří mají nic, co se týká fyzična i duševna, jakože sobecký lidi zabíjej jenom kvůli penězům, a chudí dávají peníze jiným chudým, aby přežili, ten svět je dá se říct, ignoruje smrt ostatních, ale zajímá jo je smrt jejich blízkej, dokážou se zabít kvůli blbostem, ale už jim nedochází, co to může způsobit.

A: A došlo i nějaký změně v tom, jak vnímáš sám sebe?
R4: Asi si jako víc vážím rodiny a asi se snažím víc užívat ten život, i když mi to moc nevychází. Protože tam jsem omezovanej těma jistotama, ale když to jde tak se pokusím víc si ten život zpříjemnit i třeba na úkor, že, uvedu příklad, jakože si třeba koupím židli novou, i když bych ty peníze potřeboval na něco jinýho, takže ta židle mi zpříjemní čas, jakože spíš žiju tou přítomností.

A: A vážíš si například víc sebe za to, co všechno už si zvládnul?
R4: Sebe ne, spíš ostatních.

A: A začal ses třeba víc zajímat o svoje zdraví?
R4: To spíš ne, jakože člověk musí na něco zemřít, jakože zdraví, takhle kouřím, protože to je pro moje zdrví nepříjemný, ale uklidňuje mě to a já to přijímám. Jsem zastáncem toho, že člověk může zemřít každou minutu, vteřinu, hodinu a když jde to auta, tak taky riskujeme své zdraví.

A: A začal si třeba víc sportovat?

R4: Začal jsem potom, ale pak jsem zase skončil kvůli práce, dá se říct ano i ne. Práce mi bere čas na sportování, také snažím se zase začít, ale nevím, jestli to dokážu.

A: Takže jestli to chápu správně je to pro tebe důležitý, ale není na to čas?

R4: Přesně tak.

A: A potom, co si zažil, vnímáš jinak pohled na náročnější životní situace?

R4: Záleží, čeho se to týká, jestli se to týká rodiny, takt o řeším víc, ale věci týkající se něčeho jinýho, třeba financí, tak to zlehčuju, že člověk si začne vážit, vnímat to, že lidskej život je důležitější než ty finance a že nemá cenu si s nima dělat hlavu, prostě peníze jsou, peníze budou, ale my nebudeme. Jenom, když jsem byl malej tak jsem říkal, jak chci mít hodně peněz a pak když přišla ta smrt, tak si člověk začne říkat, že mu to je jedno kolik jich má, ale hlavně aby tady byly ti moji blízký, a to je pro tu budoucnost ta priorita, aby tu ty lidi byli, co nejdýl a peníze ať má klidně někdo jinej, hlavně ať jsou ty blízký tady.

A: Takže pro tebe největší hodnotou je pro tebe mít blízké lidi u sebe a udržet si s nimi pozitivní vztah, jestli to správně chápu?

R4: Přesně tak.

A: Věříš v něco, nebo jsi věřící? Nemusí jít přímo o Boha.

R4: Byl jsem věřící, ale přestal jsem být, chodil jsem do kostela, ale pak po těch všech událostech mi kostel začal být nepříjemný a mám to spojený s tím pohřbem, že nedokážu ten kostel přijmout jako něco pozitivního, pro mě je to zakomponovaný jako negativní věc, a proto už tam nechodím.

A: A věříš v něco jiného, má pro tebe víra v něco nějaký smysl nebo význam?

R4: Nene nemá, chápu věřící, třeba tam něco je, ale já v to prostě nevěřím, a ani nemám nic jinýho. Ale třeba svatbu chci v kostele. Ale víra mi nepomohla ve vyrovnávání se s tou ztrátou a ta víra mi spíš upadá po těch smrtích, co se stali, je to spíš negativní.

A: A máš třeba nějakou představu o životě po smrti?

R4: Já si myslím, že ne, ale jestli je, tak samozřejmě budu rád, já si myslím, že tady tím se trápit je zbytečný, protože jednou to všichni poznáme a už to pak stejně neřekneme sem,

jako jestli něco takového existuje, nějaká reinkarnace, nebo posmrtný život, je to pozitivní nebo jako chápu, že to pomáhá lidem, říct si že ten člověk žije někde dál, ale já v to moc nevěřím.

A: A objevil se u tebe nějaký podnět k přemýšlení nad konečností, smrtelností života?
R4: To určitě, měl jsem i několik zážitků, že jsem se dostal do takových situací a jako jak to říct, ano uvědomuju si svoji smrtelnost víc než předtím a pak jakoby tam přichází ty hodnoty jako čí život je cennější.

A: A ovlivňuje to, že vnímáš tu smrtelnost nějak tvé chování?
R4: Jo, jsem víc solidární k jiným lidem, že si asi řeknu, že jsem byl sobec a teďka už nejsem, že se snažím víc dávat než brát, takže asi tak.

A: Takže tebe to dost ovlivňuje v tom vztahu k ostatním, že se do nich víc snažíš vcítit a tak?
R4: Přesně tak, upřednostňuju jiný než mě.

A: A napadá tě ještě něco důležitého, o čem jsme nemluvili ohledně těch změn?
R4: Asi ne.

Příloha č. 6 – Přepis rozhovoru respondent 5

A: Ztratila jsi blízkou osobu, jestli bys mohla stručně popsat, o koho šlo a co se stalo?
R5: Dobře, je to víc jak 5 let, bylo do 2015 v únoru a byl to můj táta s jeho přítelkyní a ta situace byla taková, že nevíme, co se mu stalo. Byla i soudní pitva, ale vlastně žádnej verdikt nevíme, nejspíš měl nějakej nádor nebo něco a došlo tam k tomu, že nejspíš. Aspoň já doufám, asi při nějaký hádce, tu svoji přítelkyni zastřelil a pak spáchal sebevraždu, takže jsme je další den vlastně v tom bytě našli na chodbě mrtvý.

A: Takže to bylo hodně nečekaný?
R5: Jojo. Jakože předtím, nebo jak to říct, žádný chování nějak nenasvědčovalo, že by se něco dělo a nikdo to nepozoroval a měli jsme vlastně v plánu jet do divadla a tím, že jsme se nemohli nikomu dovolat ani dozvonit tak jsme náhradními klíči šli do toho bytu a tam jsme je to, já sama s těma rodičema té přítelkyně jsme je tam našli a volali jsme sanitku, ale už to bylo jakoby víc, byl to celej den, takže to nemělo cenu.

A: To pro tebe muselo být hodně náročný a těžký. A co pro tebe bylo osobně nejtěžší, jestli se to tak dá vůbec říct?
R5: No, asi ten šok, protože jsem se ptala proč a nikdo vlastně nevěděl vůbec, co se tam jako stalo, nebo proč se to stalo, co tomu předcházelo. Nějaký jako, bylo náročný to, že jsem neměla vůbec žádný vysvětlení tý situace a takže takový, nevím no, samotná ta ztráta a nerozumění tý situace.

A: A co nebo kdo ti pomohlo, abys tu situaci pak zvládla?
R5: No já už jsem předtím chodila k psycholožce kvůli, za prvý kvůli cukrovce, a protože mi bylo patnáct a měla jsem pocit, že mi absolutně nikdo nerozumí, a tak jsem k ní začla chodit a takže s tou jsme to hodně řešily, u nás doma moc ne, protože se z toho tématu tak trochu stalo tabu a kamarádky, no.

A: Takže si měla i ty kamarádky o který ses mohla opřít, nebo i tu rodinu?
R5: No v rodině ani moc ne, nebo jako v rámci tý rodiny jsem na o cítila dost sama, ale jakoby ty kamarádky, jako když jsem našla odvahu jim něco říct o tom, co prožívám, tak mi jako tak nějak dokázali pomoct, nebo byli ochotný si mě vyslechnout.

A: A co pro tebe byla ta věc, která ti pomáhala od nich, myslet na jiné věci nebo bavit se o tom?

R5: No v tý chvíli jsem si myslela, že mi pomáhá to, že myslím na něco jinýho a hrozně jsem buďto další den, nebo ten jeden následující den jsem zůstala doma, a pak už jsem potřebovala jít do školy, protože jsem se chtěla vrátit do toho normálního života jakoby a takže jsem měla pocit, že mi pomáhá to, že můžu myslet na něco jinýho. Že nemusím být doma, kde jsou všichni smutný a že z toho můžu vypadnout, ale pak mi pomáhalo i to, že si mě vyslechli a nějak se mě snažili povzbudit, že mě v tom prostě nenechali samotnou.

A: A pociťovala si i nějakou podporu, která ti nepřišla vhodná, která ti nepomáhala vůbec?

R5: Jo určitě, no to právě, že bylo dost v rodině, když, nebo jako hodně nepochopení jsem v tom zažívala s mámou, která měla pocit, že vůbec nechápe to, že bych něco potřebovala, nebo to že jsem z toho fakt nešťastná, že vůbec vlastně nevím, co se se mnou děje a jako její reakce, že ostatní to zvládaj a já bych měla taky, mi vůbec nepomáhali a no nebo jakože to nepochopení od ní.

A: A bylo vlastně dobré, že si měla i možnost té psycholožky, kde jsi mohla probrat různé věcí?

R5: No, jojo to určitě, jako tam jsme o tom prostě mluvili, už si úplně přesně nepamatuju ty začátky, když jsme o tom mluvili, ale to je téma, který řeším do dneška a mimo tý psycholožky jsem pak i nějak půl roku, nebo třičtvrtě roku na to, i kvůli něčemu jinýmu začla chodit na skupinový terapie, kde jsem to téma taky několikrát otvírala a řešila, takže to byla další forma pomoci.

A: Tak já bych se asi přesunula k těm změnám, pokud k tomuhle ještě nechceš něco říct?

R5: Asi ne.

A: Nejdřív bych se zeptala tak obecně, mohla bys říct v čem se tvůj život nejvíc změnil po té události a jestli bys to dokázala nějak popsat?

R5: No první, co mě napadá, že se změnilo, tak je to že jsem trochu změnila životní styl v tom smyslu, že jsem, rodiče byly rozvedení, takže jsem přestala cestovat mezi dvěma

domovy. No jako změnilo se to, že jsem byla mnohem víc depresivní nebo, že mě to jako ovlivňovalo v tom smyslu, že jsem byla často smutná nebo, že ty smutky měli nějakej konkrétní důvod.

A: A vnímáš nějakou změnu do dnešní doby, i když je asi těžký rozlišit, co bylo vlivem události a co dospívání?
R5: Nevím, teď mě nic nenapadá.

A: A pociťuješ nějaké změny ke vztahování se k druhým lidem, kamarádi, rodina?
R5: Jakože jestli se kvůli tomu k nim jinak chovám nebo?

A: Jojo, nebo jestli nějak jinak vnímáš přátelství nebo?
R5: No, v těch vztazích myslím, že mě, jak to říct, třeba v rodině, tak mívám strach z toho, že si budu něco vyčítat nebo že něčeho budu litovat, když zrovna nemáme nějaký dobrý vztahy. Takže, když by se jim něco stalo, tak že toho budu litovat, že jsem to s nima nějak neurovnala. A nebo to, že bych jako, nebo proto, že toho lituju u toho táty, tak se bojím že toho budu litovat i teďkoň, jakože jsem s nima netrávila tolik času, nebo jakože jsem něco nepoznala, co by nasvědčovalo tomu, že se něco stane, no.

A: Takže s nima trávíš možná i víc času, než bys trávila předtím?
R5: No, když se třeba rozhoduju, jestli někam jet nebo nejet, tak si myslím, že mě to v tom ovlivňuje, že radši s nima pojedu, než abych si potom nevyčítala, že se mi nechtělo nebo něco.

A: A vnímáš třeba i nějakou změnu v přátelství, jak to teď máš?
R5: Tak já se svejma kamarádkama dvěma, mám jako dlouhodobý přátelství, už fakt jako od školy, fakt jako 17, 18 let a je pro mě nepředstavitelný, že by nějak přestalo, takže když máme nějakej konflikt, tak si nedokážu představit, že bychom se ho nějak nesnažili vyřešit nebo že by se to přátelství ukončilo a jsou pro mě nějakým jako záchytným bodem, nebo nějakou jistotou, když se něco děje, nebo nějakou podporou, no a když navazuju nový přátelství, to se neděje často.

A: A je super, že jste spolu tolik let, přijde mi, že to nebývá tak časté.

R5: No, poslední dobou, když se bavím s lidmi v mým věku, si uvědomuju, že to není samozřejmost mít někoho fakt blízkýho takovou dobu no, ale vlastně co mě ještě napadá k těm přátelstvím, že vlastně se mnou prožili tadyto období, tak se právě u těch, když navazuju nový vztahy, tak se bojím toho, že mě ta událost jako poznamenala a pořád mě přepadaj jako určitý nepohody a smutky, tak mám fakt strach z toho, že ty lidi se právě kvůli tomu se mnou nebudou, že nejsem stále v pohodě, takže jako kvůli tomu mám strach, což se týká toho navazování nových přátelství.

A: A změnili se nějak tvoje hodnoty, pohled na život, události, co se dějí?

R5: no jako určitě si, co se týká mýho postoje uvědomuju, že ten život může kdykoliv nečekaně skončit, protože tátovi bylo 35, což je prostě mladej člověk a takže to i si myslím, že nějak ovlivňuje nějaký moje rozhodovací procesy, že si říkám, že toho času nemusí mít člověk tolik. A nevím, jak se změnili mý postoje, přece jen mi bylo patnáct, jak se člověk vyvíjí normálně s tý puberty, tak tam dochází k těm změnám.

A: Jak si zmiňovala ten tvůj postoj k tomu, že si uvědomuješ, že ten život může kdykoliv skončit, vnímáš, že se to nějak odráží v tvým chování, nebo prožívání, jestli žiješ třeba život tady a teď?

R5: No, jako ráda bych, to chtěla takhle mít, ale neřekla bych, že je to úplně pravda, jakože bych to nějak aplikovala, spíš jenom, že tu myšlenku tý konečnosti tam jako někde mám.

A: Když se u tebe objevil nějaký ten podnět ohledně té myšlenky konečnosti, vnímáš třeba i nějakou spojitost se zdravím?

R5: jako to se samozřejmě snažím, ale asi ne v návaznosti na tu událost, a i jakoby s tou péčí, ve kterým jsem byla i předtím, tak se snažím o sebe nějak pečovat i co se týče psychickýho zdraví a přijdou, co jak prožívám a co jak mám, ale že by se to nějak změnilo v návaznosti na tu smrt, to nevím.

A: A vnímáš i nějakou změnu ve vztahu k sobě, viděla bys nějakou spojitost s tou událostí?

R5: Co mě jako napadá k tomu, v souvislosti s tím, že jsem postupem času, ještě to je proces jo, že si to přestávám dávat za vinu, že bych to já sama něčím svým zavinila a můj pohled

na sebe i to, jako začlo ovlivňovat v tom, že se snažím určit, nebo že si sama na sobě začínám všímat vlastností, který si myslím, že k tomu, k tý smrti vedli, ať už je to nějaká agrese nebo něco s tím spojeného, co k tomu mohlo vést. Tak že se toho dost bojím, že i, že bych mohla být jako on, což je, je prostě jako u lidí normální, když jako vybuchnou a tak, ale já si i začnu říkat, že co kdyby náhodou, tak tady tenhle můj pohled na sebe to ovlivňuje.

A: Takže se to snažíš nějak ovládat?
R5: No, jako něco s tím dělat, že už tam vidím, co by se jako mohlo stát.

A: Jakože jsi třeba víc opatrnější třeba?
R5: Jo, jo.

A: A vnímáš například jinak i náročnější životní události, co se ti teď mohou odehrávat, než bys vnímala, kdyby se to nestalo? Vím, je to celkem hypotetická otázka.
R5: No, to určitě, jako že si říkám, no ty jo, nějakým způsobem jsem zvládla přejít, nebo vyrovnat se nebo se pořád vyrovnávám s tím, což prostě ne všichni zažijou, nebo alespoň doufám, že to takhle nemá každej, tak proč bych nemohla zvládnout, nevím, zkoušky nebo něco jinýho, kde nejde o život, takže si jako myslím, že díky tomu nějakým způsobem jsem silnější ve zvládání nějakých situací.

A: Takže třeba tolik nehrotíš nějaký věci?
R5: Ráda bych, ale jsem hroznej stresař, takže jako ty věci hrotím, ale když pak je vlastně nějaká další událost toho, že někdo umírá nebo tak, tak že spíš mám větší důvěru toho, že se s tím taky nějak zvládnu vyrovnat.

A: Takže že už víš, že si to zvládla, to nejtěžší, že ostatní věci zvládneš taky?
R5: Jojo.

A: Jsi věřící, nebo věříš v něco, nemusí to být nutně Bůh?
R5: No nejsem věřící v tom smyslu, jakože nechodím do kostela, nepatřím k nějaký víře, ale jako fakt stoprocentně věřím jako v anděly a v Boha nebo nějaký vyšší svět, a to mám dost od mamky no.

A: A pomohlo ti to nějak při vyrovnávání se s tou ztrátou?

R5: No, já si myslím, že určitě, že i celkově ten přístup k životu, že prostě se ty věci nedějou náhodou a že to evidentně takhle být mělo a nebo že se všechno děje z nějakýho důvodu a nějaká představa toho, že se ten člověk nějak nerozplyne, ale že jeho vědomí nebo představa toho, že je někde v nebi, nebo prostoru a může na ty svoje blízký dohlížet mě pomáhá a právě i mi mamka po tý smrti dala i nějaký knížky, kde ta paní píše o andělech a tadytom světě a to jsem právě začla číst a nějak se o to zajímat až po tý události.

A: Takže ses vlastně začala k nějaké té víře vztahovat až po té události a má pro tebe nějaký zvláštní význam?

R5: Jojo.

A: A máš nebo se u tebe objevila nějaká představa o životě po smrti?

R5: No nevím, jak jsem to měla předtím, ale teďkon do mám vlastně tak, že každý má toho svýho anděla strážnýho a že ty duše se tady nějakým způsobem pohybují nebo že mají nějaký svůj svět, jak se říká, že jsou v nebi. Tak tomu jako dost věřím, nebo jako že s nima člověk může nějakým způsobem komunikovat.

A: A objevuje se u tebe nějaký strach ze smrti potom, co si prožila?

R5: Jakože strach z nějakýho odchodu nebo, že bych měla strach ze smrti to úplně nemám, protože, nebo z přechodu do toho vyššího světa nemám. Protože mám takovej pocit, že tam na mě někdo čeká a že prostě tam nějakým způsobem se mnou bude, takže jako z nějakýho umírání strach nemám.

A: A jak jsme se bavily o těch změnách, napadá tě ještě něco, co ti přijde důležitý a chtěla bys to ještě zmínit?

R5: Nevím, nenapadá mě nějaká ještě změna.

A: Vnímáš nějakou spojitost té ztráty s tím, co studuješ? A je u tebe nějaký posun ve vztahu k druhým ve smyslu nějaké vyšší péče o ně, starost o ně, větší porozumění problémům ostatních apod?

R5: Spojitost ve studiu vnímám jen v tom, že táta mě hodně podporoval v přijímačkách na konzervatoř. Jinou spojitost nevidím. Studium učitelství je něco, co jsem chtěla už od školky. Studovala bych to stejně ať už by žili, nebo ne. Vztah k ostatním, myslím, je víc ovlivněn.

Hlavně poslední dobou. Třeba když se s někým pohádám, tak mám v hlavě, co když to bude to poslední, co si řeknem? Větší pece také, protože se bojím dalších výčitek, že bych něco podcenila. Co kdybych přehlédla nějaké problémy, které řeší a mohly by vést ke smrti (jako u táty) a já bych neudělala maximum? Větší porozumění, to nevím. Spíš jinak měřím důležitost problémů. Určitě ostatním víc naslouchám a zajímám se o ne, ale zase to vnímám jako přirozený vývoj (když srovnám svůj postoj v patnácti a teď).

Příloha č. 7 – Přepis rozhovoru respondent 6

A: Mohla bys popsat, kdy jsi ztratila blízkou osobu, kolik času do toho uplynulo?
R6: Byl to rok 2013, leden, začátek 2013.

A: A mohla bys stručně říct o koho šlo a jak se to stalo?
R6: Šlo o tátu a ten spáchal sebevraždu oběšením.

A: A co pro tebe bylo nejtěžší?
R6: Ono to je, já bych neřekla, že bylo, ono to je pořád, srovnat se s tím, visí to tam pořád jako v tý hlavě a nedokážu to do dneška pochopit. Jako samozřejmě vím daný fakta, co ho asi k tomu vedlo a tak, furt to nechápu.

A: To je asi možná i tím, jak to bylo nečekaný?
R6: Jo, nečekaný přesně.

A: A co nebo kdo ti pomohl tu situaci zvládnout?
R6: Ty jo, vlastně nikdo, je to divný, ale vlastně nikdo, samozřejmě mi nabízeli různý psychology a máma se snažila, ale podle mě se s tím člověk musí poprat sám, a furt se pere a bude se asi prát celoživotně. A vlastně vyloženě jakože bych měla vypíchnout jednu osobu, tak to nemám.

A: A měla si někoho, o koho ses mohla opřít, třeba ta mamka, jak si ji zmiňovala?
R6: Mamka v tu dobu spíš řešila finanční situaci a takovou jako spíš praktickou stránku, než aby se se mnou povídala třeba nebo se vlastně rozebírali jsme ten problém, my jsme ho vlastně nikdy nerozebírali a visí to mezi náma jako pořád.

A: A vnímala si nějakou podporu, která pro tebe nebyla vhodná, něco, co ti nepomáhalo?
R6: Asi nejhorší bylo takový to litování, který já jsem odmítala od začátku, protože v tu dobu jsem ještě byla na základní škole v devítce a tam se jako hodně snažili takovou tu podporu, takový to politovat, ale já jsem to nechtěla, já se s tím chtěla popasovat fakt jako sama a bylo mi to až nepříjemný.

A: Takže bys možná bylo radši za to, kdyby dělali, že se nic nestalo?

R6: Ano přesně tak, a to se nedělo první dva tři dny, protože já jsem potom po tý události hned po tejdnu do školy, protože jsem potřebovala naskočit do normálního režimu a čekali mě přijímačky vlastně na střední školu. Ale oni pak přestali, protože já jsem jim to i pak sama řekla, že nechci, aby, že to nechci s nima rozebírat s nikým, ani s učitelema, ani se spolužákama. No a takže pak přestali a v tý škole se jelo normálně dál. Jako by se nic nedělo.

A: Což pro tebe vlastně bylo lepší, podle toho, co si říkala?

R6: Bylo to pro mě lepší a spíš mi to pomohlo než, zabřednout do toho režimu normálního a fungovat.

A: Dokázala bys říct v čem se po té události tvůj život nejvíce změnil, a i tu změnu nějak popsat, pojmenovat? Předtím a teď po těch 7 letech?

R6: Ty jo, určitě se něco změnilo, nevím, jestli to dokážu popsat konkrétně, ale myslím si, že mě to hodně posílilo a dodalo i jinej náhled na svět, jsem samostatná. Ještě před maturitou jsem se odstěhovala od rodiny, myslím si, že tadyta událost mě hodně posílila. A snažila jsem se bejt v podstatě jako on, takže ta samostatnost plynula i z tohodle, abych prostě byla nezávislá, samostatná.

A: A vnímáš i nějakou změnu ve vztahování se k druhým, k rodině k přátelům?

R6: K rodině, vlastně mi zbyla máma se ségrou a tam to bylo o něco horší, protože máma si za dva měsíce našla novýho přítele a mě to přišlo hrozně brzo a tadyta otázka tam visí jako pořád, takže spíš změna k horšímu.

A: To pro tebe muselo být hodně náročný.

R6: Jo, vůbec jsem nechápala, jak může, jako on jí pomáhal finančně, protože tam byly nějaký dluhy, tak jí pomáhal hodně finančně. Ale furt dva měsíce po tom mi nepřijde vhodná doba, já neříkám, že bych jí upírala ten život, ale kdyby to bylo třeba po roce a půl tak by to bylo asi možná snazší na pochopení, protože jsem byla i v blbým věku a bylo mi patnáct.

A: A vnímáš například jinak přátelství?

R6: No to asi ne, jakože já jsem tak nějak furt sama, akorát pár kamarádek, ale jakože vyloženě známý nemám a s těma kamarádkami se to vlastně táhne od gymplu a je jich pár no a potom vlastně já hodně teď od tý události nedůvěřuju lidem, vůbec. Já jsem byla předtím

hodně důvěřivá, na základce v tom druhým stupni a od tý doby vůbec, tak asi to se změnilo, ta nedůvěra v lidi že vlastně čekám, kdy mi, kdo ublíží. A on mi v podstatě ublížil a já to čekám teď od těch lidí a nemůžu říct jako přátele, ale jako obecně od lidí, od nějakýho novýho seznámení očekávám, že mi ten člověk ublíží, byť je sebelepší.

A: Takže je pro tebe lepší nebo jednodušší mít těch lidí u sebe míň?
R6: Míň a držet si je spíš jako od těla dost, než, trvá mi strašně dlouho, než si někoho připustím jako naplno a těch lidí právě moc není.

A: A vnímáš i nějakou změnu v hodnotách nebo pohledu na život, krom toho, co už si zmiňovala?
R6: Hodnoty teďkon úplně nevím, ale pohled na život. Došlo mi, že vlastně je člověk sám na všechno, může mít partnera, manžela, hromadu přátel, známých, ale stejně je na všechno člověk sám, na nějakej problém, rozhodování se, ten dotyčnej si to musí stejně vyřešit sám.

A: A odráží se ta událost, nebo vnímáš nějakou spojitost té události s tím, co teď děláš?
R6: No, to bych řekla, že vůbec ne, protože táta měl jinej obor pracovní a já mám úplně jinej obor pracovní, takže tam se to toho netýkalo. Moje práce se odvíjela od náhody a štěstí v podstatě, že jsem se tam dostala do práce a tam si myslím, že to u mě nemělo žádnej vliv. Spíš si myslím, že tam je u mě nějakej vliv na to chování k těm lidem, ale i obecně u chování mýho.

A: A cítíš nějakou změnu ve vztahu k sobě samé?
R6: Já nevím, já se přiznám, že to chování před tou události na tý základní škole si úplně neuvědomuju, ale uvědomuju si ho od gymplu dál, to je jako by to někdo vymazal, takže nedokážu úplně přesně odpovědět na to.

A: Ono to dost může být i tím, kdy se ti to stalo, protože v těch patnácti se člověk ještě v tomhle vyvíjí.
R6: A tam se vlastně ta osobnost buduje a vyvíjí, takže je to takovej blbej zlomovej věk, takže jako fakt nedokážu říct.

A: A začala ses třeba více zajímat o svoje zdraví?

R6: To ne, jako sport jo, ke sportu jsem tíhla, a to bylo vlivem něčeho jinýho, nikdy jsem sport vyloženě neuznávala, začala jsem v létě, ale asi ne.

A: Potom, co si zažila vnímáš třeba jinak pohled na události, které jsou pro člověka náročnější, těžší takové ty náročnější životní události?

R6: To jo, no furt se s tím snažím vyrovnat sama, nevyhledávám pomoc, málokdy vyhledám pomoc, to z toho pramení, že jsem si i předtím pomohla sama, i po tý události a já tu pomoc nevyhledávám a takže se s tím peru nějak sama, maximálně někomu řeknu, že se svěřím, ale nerozebírám to vyloženě.

A: Jakože se s tím nejdřív potřebuješ vypořádat sama?

R6: Jo potřebuju se s tím poprat sama a pak se třeba otevřít, když to uznám za vhodný, ale ne dřív, než si to jako srovnám v hlavě.

A: Teď bych se přesunula k dalšímu tématu, a předem bych ráda řekla, že to není mířené k náboženství, ale jestli v něco věříš?

R6: Ne, to můžu říct rovnou, že ne, k ničemu, věřím akorát v to, co se děje. To jak to dokážu vyřešit, to co vidím, já jsem materialista, takže pouze v to co vidím a jinak nevěřím, jako ve vůbec nic.

A: A ani předtím si nevěřila?

R6: A ano předtím, to zůstalo stejný.

A: A máš třeba nějakou představu o tom životě po smrti, i přesto, že v nic takhle nevěříš?

R6: Já to vidím tak, že to prostě skončí, tma, spánek v podstatě, ne nemyslím si, že je něco dál, protože to ještě nikdo nedokázal, kdyby to někdo dokázal a já jsem to mohla vidět, nebo si na to sáhnout, nebo to prostě prožít, což samozřejmě nejde, takže ne nevěřím, tady v týhle otázce já vidím tmu, spánek.

A: A máš strach ze smrti?

R6: Ne, spíš respekt, všichni víme, že to jednou skončí, nějak, samozřejmě je to volba, což je ta sebevražda, nebo nemoc, všichni víme, že to skončí, takže není důvod se obávat. Nebo tak, stejně to skončí.

A: A objevil se u tebe nějaký podnět k přemýšlení nad vlastní konečností, smrtelností?

R6: To asi ne, jako samozřejmě byly úvahy jako smysl, v tom počátku jako když se to stalo, tak ta úvaha tam byla, ale to taky nemá význam, já nemůžu žít jeho život, jeho rozhodnuté opakovat, takže jako až to přijde, ale nemám touhu to páchat.

A: A nepřemýšlíš například nad tím, že jednou to skončí a já bych měla něco dělat, užívat si život nebo tak něco?

R6: To jo, ale spíš je to asi u mě, že žiju tou přítomností, co je dneska je dneska a co bude zítra uvidíme, že si užiju ten dnešek. Samozřejmě člověk myslí do budoucna, aby se zabezpečil, aby prostě něco i dokázal, ale ta původní myšlenka je na ten dnešek, ale tohle plyne spíš ze mě než z tý události, protože to nebyla nemoc, ale bylo to pouze rozhodnutí jeho a on si ten vlastně zítřek, ten den poté mohl užít úplně stejně, to, co já ti teďka povídám a on to nechtěl, tohle to bych ohledně toho dneška a užití si, takže bych to volila spíš k nemoci, ale to asi není ovlivněný tou událostí.

A: Je to v podstatě nějaká tvá životní filozofie asi?

R6: Jojo.

A: A napadá tě třeba ještě něco k těm změnám a přijde ti to důležitý?

R6: Asi ne, nebo ne k těm změnám, spíš, že to pořád nechápu, že se furt ptám proč, v takových vlnách to přichází a člověka to napadne, člověk normálně funguje, funguju a prostě ten běžnej pracovní den, školní den, domácnost a pak přijde takový to období, kdy se člověk vyloženě rejpe sám v sobě, ne s někým jiným, takže asi ne, ke změnám ne, já ty změny tolik nevidím, přiznám se, ani po těch sedmi letech než ty, co jsem ti předtím říkala.

Příloha č. 8 – Přepis rozhovoru respondent 7

A: Ztratil si blízkou osobu, mohl bys mi stručně říct, o koho šlo a jak se to stalo?

R7: Bylo to před dvěma lety, o maminku a ona byla, měla za sebou nějaké jakože zdravotní problémy. Protože ona před nějakým časem měla mrtvici a to, takže byla ochrnutá na pravou půlku těla, ale to už je třeba deset let zpátky a ona s tím jako žila a musela brát různé prášky a tady toto a ještě předtím měla operované srdce, měla umělou aortu a to jí vlastně se i stalo osudným. Protože ono to má nějakou trvanlivost, a to i přesto, že na kontrole bylo všechno dobrý, tak ji to prostě selhalo a ta aorta ji praskla a prostě ve spánku vykrvácela, takže jakože ve spánku a takhle v klidu nebo to, ale bylo to od toho srdce no, se kterým měla problémy.

A: A co pro tebe osobně bylo nejtěžší?

R7: Nejtěžší, pro mě bylo asi jako se s tím vyrovnat, jakože toho člověka prostě už neuvidíš, to je prostě takové, nebo ono paradoxně třeba ten týden, jako do toho pohřbu, tak to člověk prostě nevím, měl pocit, že ho prostě někdy uvidí, dojde mu to až po delší době. Ono je to naopak, mi fakt víc chybí po delší době než v tu chvíli, než si to člověk uvědomí.

A: Nejtěžší to tedy bylo především potom, co ti to všechno došlo?

R7: Jojo.

A: A měl si někoho nebo něco, co ti pomohlo tu situaci zvládnout?

R7: No nejvíc asi rodina, jako brácha mi hodně pomohl, přítelkyně taky, i když jsme to měli špatné, tak byla prostě mi nejblíž. Ale fakt jsem čuměl, že jsem to zvládl fakt jako dobře. Já jsem se z toho jako nějak nesesypal, prostě jsem to nějak bral, jsem se s tím nějak smířil, že to tak prostě je a nějak se to stává, a tak no.

A: A čím ti pomohla ta rodina?

R7: No, já nejspíš, jako takhle, že jsme si jako nablízku spíš, já nevím moc to nemám rád, když takovou tu jako lítost, jako oznámíš to jako jo, ale nepotřebuju to slyšet, spíš jako když to vidím, když jakoby tak vyčtu ze tváře, já nepotřebuju aby na mě někdo mluvil a aby mě někdo utěšoval nebo takhle, to zas úplně nepotřebuju, ale prostě takhle jakože jsme se všichni sešli a každá věděl nebo já nevím, já jsem to tak poznal z těch lidí, komu je to líto a kdo mi chce takhle pomoc a to a ti lidi se prostě ukázali, přišli a byli tady.

A: A měl si nějakou podporu, která ti nepřišla vhodná?

R7: No to asi ne, jako nevzpomínám si, že by to, ne asi ne.

A: A když bych se přesunula ke změnám, dokázal bys říct v čem se tvůj život nejvíc změnil a jestli bys to i dokázal pojmenovat, popsat?

R7: Nejvíc změnil, ono se to tak zas tak nezměnilo, spíš to bylo pocitově, jako si vážit víc těch lidí kolem sebe, jako se prostě víc uvědomit tu smrtelnost, že to tak je, možná si víc dávám pozor jakože na sebe nebo tak a člověk se snaží podporovat to zdraví trochu víc. Ale zas musím říct, že to zas tak dlouho nevydrželo, jakože některé věci, zase nechci dělat nějaké blbosti, jako propadávat nějakému alkoholu nebo tak, kouření s tím jsem jako dýl už přestal nebo tohle. Ale nevím jako, změna jakože ne vyloženě životního stylu nebo tak, nevím jako spíš jsem šel dál, dělal jsem to co mě baví a tady v tomhle jsem našel nějakou tu útěchu. Prostě jít dál, jakože pracovat a sportovat a tady tohle, prostě být na blízku těm lidem, které mám rád a o kterých vím, že mě mají rádi a prostě tady tohle.

A: Takže vnímáš nějakou změnu k druhým?

R7: Jo, dá se říct, že jo, jako šlo to poznat, ti co jsou jako nejblíž ti kamarádi a tak, jakože i když třeba někteří jiní kamarádi, co už o někoho přišli jako v minulosti, u nich to šlo poznat asi nejvíc.

A: A vnímáš nějakou změnu ve vztahování se k rodině, přátelům?

R7: K přátelům, asi ani ne, tam to bylo jako, když to bylo jako hned nějak potom, ale jinak jako vztahy mám pořád stejné, tam si myslím, že to jako, tam to nějak jako se nezlepšilo, spíš ta rodina, jakože to, ale zase na druhou stranu tam musím říct, že jsem nějak tím, že mamka umřela, tak jsme se nějak odstřihli, ona byla něco jako nějaký ten spojovací ten a tam je to spíš takové jako, než že horší, ale že se spíš tak nestýkáme no, že prostě tam, když jsme jezdili za tou mamčinou rodinou, tak jsme jezdili s mamkou, kvůli mamce, ne že by se nám nechtělo nebo tak, ale ona byla takový ten spojovací ten no, už to je takové jakože potkáme se nebo to, ale jakože bysme se navštěvovali jako dřív tak to ne.

A: A změnili se ti nějak hodnoty, pohled na život?

R7: To ani ne, jako spíš nevím, jakože ty životní, fakt si člověk začne víc vážit, jakože toho života no, to je asi jako takový ten, největší ten a vlastně, ještě potom jako rok nám umřela

i babička tak to bylo takové jako, to bylo jako taky, ne že přitížilo, tak ona byla už straší jako, tam se nějak počítalo, to bylo takové, asi jako nejvíc ta hodnota toho života, že člověk tady chce být a asi nějak jako dýl a asi proto chci i udělat něco víc jako.

A: Takže vnímáš odraz i v tom zdraví, udržení toho života?
R7: Jojo, a i jako se snažím nějak víc neriskovat, lidi kolikrát si ublíží i kvůli blbostem nebo tak, takže být takový zodpovědnější nebo tak.

A: A odrazilo se to i nějak v tom kam se chceš profesně nebo v životě celkově směřovat?
R7: To ani ne, musím říct, že asi ne, to jsem měl nějak asi nastavené předtím a musím říct, že ta situace na to dopad neměla si myslím.

A: A ono už jsme to trochu zmiňovali, ale jestli vnímáš, že došlo k nějaké změně k tobě samému, v tom, jak se vnímáš?
R7: Nevím teď, taková těžká otázka nebo no nevím, jako k sobě samému, to asi nevím, asi ne, nevím, jak bych to popsal, nemám slova pro to.

A: A vnímáš třeba, že si něco zvládl a už zvládneš i něco líp?
R7: No asi, spíš jako ty těžké situace si člověk řekne, že jsou horší věci a asi jsem získal i takový ten větší nadhled na to, že to člověk prostě musí brát, a to právě nemám rád jakoby na lidech, když řeší jakoby zbytečné věci nebo tak a prostě si neuvědomujou, že to zdraví nebo ten život že je daleko důležitější než prostě, kolikrát radši já mávnu rukou nebo fakt mě to prostě u některých lidí štve, že musí řešit úplné blbosti, já prostě radši mlčím, ale jinak nevím.

A: Takže máš vlastně už jiný pohled i na ty životní události, i na ty náročnější?
R7: Asi jo, já si říkám, že vždycky je cesta, nevím, pořád tady máš ty lidi kolem sebe a že prostě když se něco stan, tak tě z toho třeba vytáhnout nebo nějak podpoří nebo tady tohle a nevím prostě, každý problém, má nějaké to řešení a fakt říkám, dokud nejde o život tak si vždycky myslím, že to jde vždycky zvládnout, takové ty věci, tady v tomhle tom mě to asi posílilo, jakože to zvládat, nejhorší je ta ztráta a to co je jako níž pod tím, nějaké peníze a prostě tady tohle, tak vždycky se to dá nějak zvládnout, není to tak hrozná věc.

A: Že vlastně to nejhorší už si zažil a horší věci už se nemůžou stát?
R7: Jojo.

A: A teď bych se přesunula dál, pokud tě k tomu už nic nenapadá?
R7: Jojo.

A: Máš nějaký vztah k víře? Věříš v něco?
R7: Jako přímo jako víru, jako takovou, k ničemu se nehlásím, to ne, i když jako v rodině mamka byla, jakože oni jako byli, nevím, jestli Křesťani nebo katolíci, to nevím, ale jako určitě z mamčiny strany tam jsou všichni, jako takhle, ale ona jakože hodně věřila. A to, ale nemělo to na mě asi úplně vliv, nějak jsem to respektoval nebo tak, a vlastní víru, mám určitě, jako k ničemu se nehlásím, ale věřím hodně si myslím.

A: A co pro tebe ta víra znamená? Pomohlo ti to nějak při tom vyrovnávání se s tou ztrátou?
R7: To asi jo, určitě, to by jinak člověk nevěřil, že nějak bude líp, že prostě začal chápat, nějaký ten, no jakože určitě kdybych neměl nějakou víru, tak si myslím, že by to mělo nějaké následky, jakože bych to musel řešit nějakýma nevím, jako nějaké prášky brát nebo takhle prostě, ale to jsem jako já i sám čuměl, že jsem jako nepotřeboval nic takového, tím, že víru mám dobrou, takže jsem to i díky tomu nějak překonal.

A: A dokázal bys tu víru nějak popsat?
R7: Tak na to nevím, jestli dokážu odpovědět, asi spíš ne.

A: A změnil se nějak tvůj vztah té víře, potom co si prožil?
R7: Asi ne, já jsem to měl pořád nastavené nějak stejně, nějak jako v sobě, myslím si, že každý člověk by měl věřit nějak, nějak to, ne se k něčemu hlásit, to je jako jedno, ale věřit, jako máš třeba k solničce se můžeš věřit, člověk by měl mít víru, je to jakože ne že snazší, ale takový nevím jako, teďkon to nedokážu popsat.

A: Jojo, to je v pořádku, a máš nebo se u tebe objevila nějaká představa o životě po smrti?
R7: To jako, člověk se nad tím nějak zamyslí, ale že bych se nad tím nějak zaobíral to asi ne, jako doufám, že se budeme mít dobře všichni až to přijde.

A: A objevil se u tebe nějaký podnět k přemýšlení nad tvou smrtelností, to už si trochu říkal sice, ale ovlivňovalo to nějak tvé chování, myšlení?

R7: No, tak jako tu nejbližší dobu po tom se člověk jako ne bál, ale začal si sebe sám vážit, ne že bych se někam propadal nebo že bych se toho bál té smrti nebo tak, ale člověk si to uvědomuje určitě, že ta smrtelnost tady je, že není nesmrtelný, a ještě když to přijde tak jako blízko, tak je to těžké se s tím nějak to, ale určitě jsem si to nějak uvědomoval.

A: A napadá tě třeba ještě něco k těm změnám, co ti přijde důležité zmínit?

R7: To nevím, změny tak asi ani ne.

A: A z té smrti teda nemáš strach, ani teď, jak si říkal, že se jí nebojíš?

R7: Mě teď tak jako uklidňuje, že když to někdy přijde, tak tam na mě někdo čeká, tak jakože to toto, spíš, jakože tak se bojím spíš nějaké bolesti než nějaké smrti, ale musím říct, že taková, už je to takové, že když víš, že už tam někdo je, tak je to jednodušší se s tím třeba smířit, takže ji beru spíš tak jakože to jednou přijde. Jakože žádná změna nebyla taková velká, já jsem si to, jakože ten čas to nějak jako docela léčí, zahojí, ale říkám paradoxně ta ztráta tehdy jak to bylo hned, jakože potom to bylo horší. Já jediné, co jsem tehdy chtěl, když se to jako stalo tak jsem to jako nějak bral, jediné, co jsem si jako vyčítal, já jsem si jako mamky hodně litoval, jakože ona nikdy nebyla u moře a tak a hlavně největší lítost jsem měl z toho, že jsme ji třeba s bráchou, já jsem měl ten pocit, že to co nám dala, tak já jsem jako neměl jak vrátit, prostě jako citově, materiálně ani jako ne, ale prostě třeba na těch vnoučatech, že prostě brácha má půlročního syna a prostě se ho nedočkala no a bylo to takové jako, to jsou právě ty věci, co jako nezažila a tam byla jako ta největší lítost, že to jako nezažila, co jsem, že pro mě, že jsem jako nedokázal, že jsem v tomhle zklamal, jako ono to bylo náhlé, ale prostě ten pocit toho zklamání, že jsem ji to nedokázal vrátit, to co jako ona nám dala, tak to no a jediné, co jsem si jako přál, jako on se člověk s tím smíří, já jsem se s tím jako smířil rychle, ale co jsem jediné chtěl, po čem jsem toužil, aby se mi zjevila před očima pět minut, prostě se s ní rozloučit a pokecat, prostě jednou pět minut a naposled, po tom jsem nejvíc toužil asi takhle, a právě jak jsem měl ten pocit sebezklamání vůči né, tak jsem chtěl vědět jestli jsem ji nezklamal nebo tohle, prostě tohle pro mě bylo nejhorší.

A: A nyní už to vnímáš méně ten pocit?

R7: Jako asi jo, ale tak štvát mě to asi bude pořád, ale to už nezměním asi, ale zas možná k tomu se vrátím, že se možná snažím dělat to, když se dívá ze shora, dělat něco, dělat věci líp nebo tak prostě abych se sebou byl spokojený, a i když prostě je to jenom v hlavě, aby i ona ze mě byla spokojená, aby ze mě nebyla zklamaná ani nahoře, neudělat nějaký přešlap nějakou blbost.

A: Takže jsi víc zodpovědnej a svědomitej teď?

R7: Jojo, to už jsem vlastně předtím taky říkal.

Příloha č. 9 – Přepis rozhovoru respondent 8

A: Mohla bys mi stručně mohla říct jakou blízkou osobu si ztratila a kdy se to stalo?
R8: Před 5 lety mi zemřela mamka na rakovinu plic, no, a to je asi všechno.

A: A co pro tebe bylo nejtěžší?
R8: No tak my jsme to vůbec nevěděli, že je nemocná, nebo věděli jsme, že je nemocná, ale nevěděli jsme, že má rakovinu, my jsme si mysleli, že ona má nějaký zápal plic nebo něco, jako ona hodně kašlala a byla taková jako slabá a potom byla i na CT nebo na něčem takovém a my jsme se potom ptali jestli ona má rakovinu a oni řekli potom, že ne, no a potom, co zemřela, tak nám jako taťka řekl, že měla rakovinu no a nejtěžší, já nevím jakoby, být tu bez ní nebo jako že tady není, že za ni jako nemůžu přijít s různýma věcma. Že vlastně tím, že jsem nejstarší tak všechno to padlo na mě, všechny ty domácí práce. A ještě mám tři sourozence mladší, takže jako starost o ně, ale jako to už byla taková povinnost nebo prostě to, co přišlo a já jsem to přijala, ale jako fakt nejhorší bylo to, že tady prostě není, že tu jsme sami.

A: A měla si někoho, kdo ti pomohl abys to zvládla?
R8: Jojo, kamarádku K. a ještě jednu kámošku taky z gymplu, ale jako K. je úžasná, jako bez ní nevím, ona i v ten den, co se to stalo, tak hned jako přijela, ona bydlí v městě jakoby vedle, tak přijela a prostě věděla, co má říct a úplně jsme se odreagovala a vždycky když jsem chtěla jako pomoct nebo se o tom pobavit tak tady byla, oni mě i vlastně její rodina vzali k moři. Ono se to stalo v červnu a hned to léto jsem jela s nima jako k moři, tak to bylo taky super, no a i rodina, mám jako velkou rodinu, tak to taky byla velká pomoc, oni vlastně všichni byli tady kolem nás, takže vím, že ty první Vánoce třeba, tak k nám chodila babička pomáhat jako se salátem, jsem vždycky byla taková jakože mě se nechtělo vařit, tak jsem jako řekla mami udělej si to a já to pak nevím sním, ne jako něco jsem dělala, ale moc se mi do toho nechtělo, no a i přátelé jako od mamky a od taťky, tak to byla taková taky velká pomoc, koupili nám sušičku, tak to bylo super, no asi všechno, přátelé a ta rodina nejvíc, jako nenavštěvovali jsme žádného psychologa nebo tak.

A: A měla si něco, co ti nepřišlo jako vhodná podpora?

R8: Ty jo, tak sourozenci mě hodně štvali, ale jakoby, že by někdo dělal něco, co by mi jako vadilo, to asi ne, já musím říct, že jsem silně, nebo celá naše rodina jsme hodně věřící a ta víra taky tam hrála důležitou roli.

A: Co pro tebe třeba ta víra znamená, pomáhala ti nějak při vyrovnávání se s tou ztrátou?

R8: No pro mě jako víra určitě je i nějaký životní styl, protože to zasahuje do mého života, i do každodenních činností a no jako pomáhalo mi to v mnoha věcech, třeba jako vím, že na tom světe nejsem jenom tak, třeba vím, že nebyl jenom nějaký velký třesk a já jsem se tady objevila a teď tu žiju a nemám ten pocit, že bych žila pro nic za nic, že vím, že i ta smrt není jako konečná že i potom, po té smrti je teda něco v co věřím a že to je jenom takový přechodník a to mi pomohlo i vlastně v tom smířit se s tou smrtí té mamky, že jsem si nemyslela, že je to úplně konec a prostě už ji nikdy neuvidím a že je někde v černý díře nebo nevím, jak si to vykládají ateisté, a no a pořád jsem měla takový pocit, že nejsme sama, že i když už to není, asi to zní jako klišé, ale fakt jsem měla takový pocit, že je tady v éteru, já nevím, co bych bez toho dělala, a pamatuju si, že ten den, oni vlastně v neděli, mamce se zhoršil stav, že nemohla dýchat, upadla do bezvědomí a odvezli ji do nemocnice a potom v to pondělí ona už byla jako v kómatu a pak zemřela a já si pamatuju, že jak byla v té nemocnici, tak já jsem se modlila, a říkala jsem jako Bože uzdrav jí a jestli ji uzdravíš, tak půjdu jako do kláštera ne, a říkala jsem takové věci, tak teď si říkám jestli jsem ho spíš neodradila od toho, já v klášteře no, jo no, to je taková sranda, ale nevím no, já mám dva strejdy, kteří jsou kněží a to taky jako, že mě ujišťovali v tom, že ta mamka jenom přešla do jiného života, že vlastně nezemřela, že to není úplně konec a to byla jako ta zásadní informace, která mi prostě stačila k tomu abych to dokázala přijmout.

A: Přišlo ti, že se ti změnil nějak vztah k té víře?

R8: No já už asi od patnácti mám takové stavy, že občas jsem fakt jako úplně Bože miluju tě a tak a pak zas jako vychladnu a je to jako povinnost, že jdu v neděli do kostela, ale jinak vždycky tam ej ten vztah a mění se tam jakoby ta intenzita od toho jak moc se té víře věnuju a po té smrti to byla jako hodně intenzivní, že jsem četla i Bibli každý den, jela jsem na takový křesťanský tábor no i ten vztah jakoby, že jsem si jakoby furt povídala s Ježíšem, že

jsem mu říkala věci, co bych třeba chtěla říct mamce, potom nevím jestli po roce se to jakoby v uvozovkách uklidnilo, kdy jsem jako míň četla tu Bibli, nebyla jsem do toho tolik zapálená, potom zase kamarádka se chtěla nechat pokřtít, tak mě poprosila jestli bych jí šla za kmotru, tak to zase mě tak nabudilo, že jsme spolu chodili na ty přípravy a bavili se o tom, ale jako že by tam byla jako nějaká zásadní změna, že by ten moment jako úplně překopal ten můj vztah s Bohem, ve slova smyslu víry to asi úplně jako ne, ale vždycky to tak jako trochu nakoplo, že když jsem si jako vzpomněla na tu mamku, jakože modlitba a to, ale jako úplně nějaká změna nebo tak to ne.

A: Takže to pro tebe spíš bylo, jakože ti to pomohlo se s tou smrtí nějak vyrovnat?
R8: Jo to určitě, jako hlavně moje rodina, my jsme fakt všichni silně věřící, takže nechci říct, že by tam byl, jakože že už by to nešlo prohlubovat ta víra nebo tak, ale jako my v té víře žijeme jako denně a celkem intenzivně, takže nebylo by to, že bych byla jako ateista a najednou po té smrti, jakože věřící.

A: A jak si zmiňovala, že je něco potom, nějaký ten život po smrti, dokázala bys to nějak popsat?
R8: Jo, ono to je ty moje představy asi, když to popíšu, tak to bude znít jako nějaká pohádka, s tím jako počítám, ale já jsem o tom i hodně četla a třeba moje představa je taková, že já zemřu, pak půjdu takovým jakože ne tunelem, ale prostě se zjevím na nějakém místě a tam potom ke mně přijde Ježíš a přehraje se mi celý ten můj život, i jako jak jsem žila, různé ty momenty z mého života, taková rekapitulace a potom na základě toho já nebo spíš moje svědomí řekne jestli půjdu do pekla, do očistce nebo do nebe. Já myslím, že určitě půjdu do očistce, do pekla snad ne, no a pak budu v tom očistci a až si to tam odpykám tak půjdu do nebe a v nebi to bude úplně, to já nevím, v Bibli se píše něco jako co oko nevidělo, co oko neslyšelo, neumím to citovat. Ale nemám úplně nějakou konkrétní představu, jenom vím, že tam je určitě Ježíš, všichni moji blízcí, co už jako zemřeli a pak nějací slavní, které bych tam chtěla potkat, ne ale jako není to jako nějaká představa úplně konkrétní, ale je to spíš takové všechno prostě zahalené ve slunci. Všichni jsou prostě v pohodě, není tam žádná nemoc, žádná válka, všichni se maj krásně.

A: A jak vlastně vnímáš smrt, cítíš z ní strach?

R8: No strach, jo, nevím jestli to je úplně strach, spíš taková obava, ale ani ne o mě, ale spíš o ty, které tady nechám, že vím, že ovlivnila smrt mamky naši rodinu i její přátele, že z toho mám spíš strach, že kdyby se to stalo jako někdy teď, tak nechtěla bych je doma jako nechat, jako aby tady byly sami taťka s děckama. Vím, že by to pro ně bylo těžké, jako strach ze smrti, z toho že bych tu něco opustila, jako bylo by mi asi líto, že bych nezažila, kdyby se to stalo teď někdy, že nevím že nezaložím rodinu nebo nesplním si nějaké svoje sny, co mám, když na to takhle myslím, tak je mi spíš jako smutno, že bych to nezažila. Ale vyloženě strach to asi ne.

A: Objevil se u tebe podnět k přemýšlení, nad nějakou tvojí konečností, smrtelností, že to jednou skončí a jestli to nějak ovlivňuje tvoje chování nebo přemýšlení?

R8: Jo, jako někdy mám takové momenty, že si říkám, co když půjdu do obchodu a srazí mě auto, prostě co jsem do teďka dokázala a někdy jako hodně přemítám nad tím jaký život jsme do teďka žila. Ale nemůžu říct, že žiju tak jako by to byl můj poslední den, to ne, ale jako uvědomuju si, že je tady pomíjivé a že tady nebudu věčně a že jednou prostě odejdu a může se to stát kdykoliv. Ale asi nad tím nějak moc nepřemýšlím, potom jsem z toho takový ty jo, no jako někdy si říkám, že hodně marním čas, že by mi potom asi bylo i líto kdybych nevím zrovna umřela, kdybych se koukala na telku nebo tak, že si říkám, že jako hodně času takhle promarním.

A: A teď bych se pomalu přesunula k těm změnám, jak jsme se předtím bavily?

R8: Jojo.

A: Dokázala bys popsat v čem se tvůj život nejvíce změnil po té události? Může to být klidně i předtím nebo teď nyní?

R8: Jo, já jsem nad tím přemýšlela a je asi těžké říct, co se změnilo a původem byla ta smrt, jako hodně věcí se změnilo od té doby, ale nevím, co všechno je jakoby následkem toho, že jsme jako ztratili tu mamku no. Že třeba já osobně jsem se jako změnila hodně, ale vím, že to nebylo jakože přímo potom, víš jakože třeba tak rok potom jsem se chovala jako hrozně, jako taková ta puberťačka. Ale jak skončil ten rok, tak jsem se začala jakoby měnit s tím, že jsem začala jakoby dospívat tak vnitřně, změnily se mi názory, jako nevím jestli je to úplně

následek toho, co se stalo, ale jako obecně se to změnilo hlavně v tom, že jsem jako převzala tu roli té mamky, že jsem se začala starat o domácnost. Já jsem jako kdysi byla hrozně lenivá, mě se nechtělo nic dělat, já jsem nechtěla vařit, uklízet, ale tím, že jsem vlastně musela a neměla jsem na výběr tak jsem si získala i takový vztah, jako kladný vztah k práci, že teďkon mi nedělá problém vyměnit své koníčky za to, že musím na zahradě, nevím na zahradě sadit stromky nebo pletí plevele, no, jako vaření k tomu jsem taky změnila úplně, jako změnil se mi k tomu vztah, třeba my pořádáme celkem velké oslavy, vždycky když má někdo narozky, tak vím, že jako potom, co mamka umřela jsem si říkala, ne udělám prostě jednu buchtu a kašlu na ně a pak mi to nedalo a upekla jsem třeba tři zákusky a všichni mi to chválili, tak mě to jako namotivovalo. Takže určitě tady tohle se změnilo, no ale nějaká úplně zásadní obecná změna, nebo, začla jsem hrát v orchestru, ale to asi nebylo kvůli tomu.

A: Dobře, já se můžu dál doptat?

R8: Jojo, to bude lepší.

A: A vnímáš nějaké změny ke vztahování se k druhým lidem, k rodině, k přátelům? Jestli jinak vnímáš přátelství?

R8: Jo určitě, se mi jakoby ty vztahy zesílili, jakoby zintenzívněly, že jsem si fakt těch přátel začla víc vážit, jakože vlastně potom pro mě toho tolik udělaly, i v rodině jakoby ty vztahy, jako já nevím, ale přišlo mi, že si jakoby víc vážím těch lidí, které kolem sebe mám. Třeba jakože i babička, že kdysi jsem ji, sice bydlíme kousek od sebe, ale já jsem tam moc nechodila, ale pak jsem si uvědomila, posílila to i korona krize, že jsme si uvědomila, že vlastně klidně zítra už tady nemusí být, takže snažím se je navštěvovat častěji a být k nim i milejší. Já jsem vždycky byla taková jako drzá, no jako celkově největší změna, že si lidí kolem sebe jako víc vážím, kromě sourozenců, ne jako já je mám ráda, ale.

A: Někdy zlobí?

R8: Jojo, je to náročné.

A: A vnímáš i nějakou změnu hodnot, pohledu na život? Vím, že je těžké posoudit, co bylo tím dospíváním a co tou událostí, ale jestli tě k tomu něco napadá?

R8: Jako co se u mě nejvíc změnilo, tak jakoby vnímání štěstí v životě, já jakoby když jsem byla mladší, když mi bylo těch 15,16, tak jsem hrozně, jako pro mě ukazatelem šestí bylo

majetek, jako kolik toho máš a na jaké dovolené si můžeš jezdit, tím, že jakoby moje sestřenice, oni bydlí hned vedle nás, oni si prostě postavili nový barák a jezdili na drahé dovolené a mají nové auta a já jsem si vždycky říkala jako ti se mají prostě jim závidím a pak jsem se bavila se sestřenicí a ta jako říkala, hrozně si stěžuje na mamku, že nemají jako dobré vztahy i s taťkou, ona jako teď studuje v Praze, takže před tím utíká do Prahy, tak mi pak jako došlo, my nejsme jako nějací chudáci jo, prostě jako máme všeho jako dostatek, ale nejsme úplně nějací boháči a mi potom došlo, že i přesto, že jako ta mamka zemřela, tak doma máme dobré vztahy a jsem doma i ráda. Jsem se třeba hlásila na výšku do Brna a do Olomouce a nedostala jsem se tam, tak jsem z toho byla taková jako smutná, že musím zůstat doma, ale pak mi jako došlo, že co víc jsem si jako mohla přát než být třeba na intru, že jsem jako doma a toho si teďkon i víc vážím, že bych mohla být někde pod mostem a jako všeho, co mám kolem sebe no a že vlastně to štěstí jako nespočívá v tom, co člověk má, ale jako koho kolem sebe má. A to třeba mě ovlivnilo i ve volbě partnerů, že já nevím kdybych teď chodila třeba s někým, kdo, ty jo co je třeba teď špatně placená práce, kdo učí ve školce, tak jako za to bych byla ráda, protože mám ráda, když má chlap rád děti, ale neví třeba nějaký uklízeč nebo tak, a fakt jako kdybych do něj byla zamilovaná, já myslím, že dneska už by mi to třeba bylo jedno, že třeba vydělá patnáct tisíc měsíčně, ale vím, že kdysi bych prostě, ne že bych nad ním ohrnula nos, ale myslím, že by mi na tom jako záleželo hodně, že prostě, to je asi jako i tou vesnicí, že mi jsme byli všichni vychovaní, že musíme se dobře vdát a tak. No tak asi nejvíc tady tohle, jako ten pohled na to štěstí. A taky třeba nechodila bych nikdy s nikým, kdo kouří, jo, a to se jako i umocnilo tou smrtí té mamky, protože měla rakovinu plic, ale jako nikdy nekouřila, takže pak jako ve mně začala vzrůstat taková zášť vůči kuřákům, jestli kouříš tak promiň. Tak jsem si jako říkala, že by si prostě tady chodíte, kouříte a žijete a jako mamka nekouřila a zemřela na rakovinu plic no, a to je asi všechno k těm hodnotám.

A: A jak si teď říkala o tom, že vlastně nemáš ráda kuřáky, začala ses i víc zajímat o svoje zdraví?

R8: Jo, ale ono to bylo proto, že jsem chtěla zhubnout, ale nebylo to, proto abych si prodloužila život nebo tak, to ne, ale jako my celkově doma jíme celkem zdravě, protože

máme zahradu velkou a tam máme jako ovoce, zeleninu a během léta, jaro, léto, podzim čerpáme všechno z vlastních surovin, ale že bych úplně vyvařovala zdravé věci to ne.

A: A odrazilo se to třeba i v tom, co jsi šla studovat? Tím, jak si říkala, že studuješ tu specku nebo to už bylo i předtím?

R8: Jo, to se jako odrazilo hodně, protože můj taťka vlastně nechal vyrobit takovou knihu, ti ji můžu ukázat, je o mamce.

A: To je pěkné.

R8: A jakoby je tam i celý její životopis, jako jeho vzpomínky na ni a na začátku tam je i, že ona studovala, já jsem jako věděla, že ona studovala v Praze, ale nevěděla jsem co. A ona byla mistryní cukrářkou, že učila na učňáku cukráře, tak to mě vždycky jako táhlo k té pedagogice. A potom jsem se právě v té knížce dočetla, že ona studovala, to je vlastně celkem hloupé dočíst se v knížce takovéhle věci, ale že studovala vlastně sociální pedagogiku v Praze a jo že chtěla pracovat v dětském domově a že si chtěla i jako vzít nějaké ty děti, že je chtěla jako adoptovat a mě to hrozně jako tak oslovilo a říkala jsem si, jo to bych vlastně taky jako chtěla. No a tak jsem se k tomu dostala. Já jsem měla jako ještě hlavní obor, který jsem chtěla studovat byla logopedie, ale to jsem se do Olomouce nedostala, takže specka byla takové jako zadní vrátka, ale vlastně ne. Jakože ta velká motivace k tomu studiu pocházela z toho mamčiného studia, jakože ta logopedie už není úplně mým cílem, teď spíš pracovat v tom dětském domově nebo SPC nebo učit, nebo nevím.

A: Tak to potom výběr je celkem velký.

R8: Jo to jo naštěstí.

A: A vnímáš třeba i nějaké změny k sobě samé?

R8: Já nevím no, my jsme jako byly vychovávaní tak, jako spíš se zaměřovat na, ne na potřeby druhých, spíš se zajímat o ty potřeby druhých, já jsem nikdy nějak, ne že bych se o sebe nezajímala, to vůbec, ale ne že bych dělala nějaké meditace a snažila se poznat své nitro, to mě ani nikdy nenapadlo, jako vztah k sobě já jsem se vždycky měla celkem ráda, nevím, neřekla bych, že by se tam něco měnilo. I když počkej já jsem řekla blbost, byla tam vlastně změna v nahlížení na sebe sama, a to v tom smyslu, že si vlastně uvědomuju, že toho zvládnu jakoby celkem dost. Že jsem spíš na sebe jakoby víc pyšná, a to pramení z toho, že

jsem byla jakoby nucená starat se o tu domácnost a pak mě potěšilo, že to zvládám, že některé i dospělé ženské se nezvládají starat o domácnost a já jsem to zvládla v sedmnácti letech, nechci se tady chlubit, ale jako tady tohle, asi se mi tím i trochu zvedlo sebevědomí.

A: Je vidět, že si toho zvládala opravdu hodně a vnímáš například i jinak náročnější životní události?

R8: No mám asi takovou větší sebedůvěru, že si říkám, i když se stane něco jako špatného, tak že vždycky je nějaká cesta, jak se to dá zvládnout a nestalo se mi, že bych nějak propadala depresím z toho, třeba že, když jsem se nedostala na ty školy, tak sice mě to mrzelo, ale jako našlo se řešení, které se pak ukázalo jako lepší nebo jakoby vyhovující. Jako no asi v řešení těch krizových situací mám asi takovou větší sebedůvěru nebo nepropadám jako nějak panice, mám takový nadhled bych řekla celkem.

A: A napadá tě ještě něco, co ti přijde důležité a nemluvili jsme o tom ohledně těch změn třeba?

R8: No ještě bych řekla, že mamka je teď pro mě jako takové svědomí, že jako když se mám rozhodovat, jak se zachovat v nějaké situaci tak hodněkrát se řídím tím, že si říkám, za prvé mamka mě vidí, za druhé, co by na to řekla, jako na to moje rozhodnutí, no takže tady v tomhle to byla taky taková změna potom a změnil se mi i pohled jakoby na ní samotnou, že jako je to smutné, ale je to tak, že člověk si váží víc lidí až potom, co je ztratí, a je to fakt tak, já vím, že mi jsme s mamkou měli sice super vztah, ale taky jsme se často hádali a teď si jako říkám proč, když ona byla skvělá, tak se pak právě změní to nahlížení na toho člověka, jakože byla prostě bezvadná a úžasná. A asi i v tom vztahu k těm sourozencům, že je beru, ne jako svoje děti, ale jakože to beru vážněji, i to co jim někdy říkám, že jako fakt se snažím nad tím přemýšlet a vlastně že svými činy je i trochu vychovávám tak se snažím i někdy, někdy to nejde, jako snažím se je ovládat, přemýšlet nad tím, co jim říkám a co dělám, no stala jsem se asi víc zodpovědnější, a to je zase k tomu nahlížení sama na sebe, nevím, co bych ještě.

A: Pokud už tě nic nenapadá, je to úplně v pořádku.

R8: Já myslím, že už jsem asi řekla vše.

A: Dobře, děkuju moc

R8: Ještě bych řekla, že to ovlivnilo úplně všechno, že kdyby tady mamka byla, tak asi by všechno bylo úplně jinak, že i jenom ta přítomnost toho člověka všechno ovlivňuje, nevím to jsou takové malé věci. Ale třeba vím, že i lidé z mého okolí, tak se ke mně chovali jako ne že úplně jinak, ale tak jako ohleduplně, ale právě včera u nás byla teta, ona taky studovala specku a jako bavily jsme se a ona říkala jako, že kdybych chtěla nějaké praxe tak mi to zařídí a já jsem si říkala, jako kdyby třeba tam byla ta mamka, tak by mi to asi nenabídla, protože věděla, že mamka se taky pohybovala v těch kruzích, nebo částečně, takže to by určitě nepřišlo nebo jsem měla i nabídky bytů v Ostravě od známých, že bych se mohla přestěhovat do Ostravy při tom studiu, což by mi předtím taky určitě nenabídli kdyby mamka žila. No to je asi všechno.

Příloha č. 10 – Přepis rozhovoru respondent 9

A: Mohl bys mi stručně říct, jakou osobu si ztratil a jak se to stalo?

R9: Šlo o mého dědu, kdy vlastně to bylo, na Silvestra přímo, kdy jsme vlastně s mojim bráchou, protože mám dvojče, sme byly na chatě a bylo vlastně deset hodin večer, když umřel děda a my jsme vlastně začli, a nevěděli jsme, jestli máme začít zapíjet Nový rok nebo vlastně dědu, a tak jsme zapíjeli teda dědu.

A: A kdy se to stalo, před jakou dobou?

R9: To je 2018, 31.12.

A: A co pro tebe bylo osobně nejtěžší?

R9: Pro mě bylo asi nejtěžší, že toho dědu, už vlastně nikdy neuvidím, že prostě děda už, ne že by on už mě nikdy neviděl, ale spíš, já už neuvidím ho.

A: A měl si někoho nebo něco, co ti pomohlo tu situaci zvládnout?

R9: Jakože zrovna v té dané situaci jsem byl vlastně s bráchou svým, s dvojčetem, takže si myslím, že spolu aj tak sme to jako zvládli dobře.

A: A měl si i potom někoho o koho ses mohl opřít?

R9: Jojo, jasně, měl jsem mamku a u nás v rodině to bylo takové složité, ale spíš jako mamku jsem měl, protože to byl mamčin taťka, pak jsem měla vlastně ještě přítelkyni, ale s tou spíš ne, takže spíš o bráchu a o mamču a my jsme taky, jakože jsme pomáhaly mamce.

A: A měl si i nějaké kamarády, o které ses mohl opřít?

R9: Jo měl, ale moc jsem to s nimi neřešil, spíš jsem to řešil jako v rodinném kruhu nebo tak, oni to jako věděli nebo tak, že jsem jim to řekl, ale že bych to nějak s nima rozebíral, to asi ne.

A: A bylo pro tebe dobré, že si to s nimi neřešil a mohl řešit jiné věci nebo bys byl radši za to, kdybys to s nimi řešil?

R9: Spíš jsem byl radši, že jsem s nima mohl řešit jiný věci, než abych myslel na to, že mi umřel děda.

A: A vnímal si i nějakou podporu, která ti naopak nepřišla vhodná?
R9: To asi ne.

A: Dokázal bys říct v čem se tvůj život po té události nevíce změnil a jestli bys to dokázal pojmenovat?
R9: Abych řekl na rovinu, třeba nejvíc mě ovlivnilo úmrtí mojí babičky, co bylo před 8 lety, byla to vlastně manželka dědy, co mi umřel teďka a vlastně to, já jsem nebyl ani doma, já jsem bydlel v Prostějově v tu dobu a ráno jsem se dozvěděl, že babička umřela a to si myslím, že mě ze všech úmrtí, co už mi umřeli, mě umřeli dvě babičky a jeden děda, strýc a druhý strýc a musím říct, že u toho dědy, který mi umřel před dvěma rukama, že už to, že nepřišla taková změna, co přišla u té babičky, že u té babičky vlastně, protože to byla jakoby moje oblíbená babička, tak že ta změna fakt přišla jako zásadní, že jak kdyby se si začal uvědomovat, že ti lidi odcházejí prostě, takže třeba k té otázce, že u toho dědy ani až tak ne, že prostě jsem to viděl, že odchází a když člověk si myslím, že když už mu, ne spousta lidí odejde z toho života nebo tak, ale už na nich vidí, že odchází tak že to je prostě, jak kdyby ví, že odejdou, takže už to nebylo takové jako u toho dědy, že to není jakože takové až tak silné jako u té babičky, že u té babičky to bylo jinačí než teďka u toho dědy.

A: A u té babičky, co pro tebe bylo nejtěžší? Pokud ti tedy nevadí se o tom bavit.
R9: Můžu, jako taky přijmout to, že už ji neuvidím, že s tím člověkem už nebudu, že mi prostě neudělá šulánky z mákem a i třeba, jak jsem třeba, mi aj prababičky umřeli a kdesi cosi, tak jsem v životě nechodil na pohřeb, teda na hřbitov, já jsem třeba v tu dobu hrával profesionálně hokej a třeba za babičkou jsem chodil jak kdyby před každým zápasem za ní, na ten hřbitov, že ona mi strašně pomohla, to chodím i do teď jako, že když se mám na něco zeptat, potřebuju vědět otázku, jako samozřejmě mi to neřekne, ale jako věřím v babičku.

A: A vnímáš i nějakou změnu ve vztahování se k druhým lidem, k rodině, k přátelům? V návaznosti na babičku nebo na dědu?
R9: Asi možná trošku jo, jakože zásadně od té babičky to vzniklo, jakože to přišlo, tak vlastně od té doby asi trošku jo, že začínám, že jsem začal asi vnímat, v tu dobu mi bylo asi 22 nebo 23, že v tu dobu jsem vlastně začínal vnímat, že ti dobří lidé prostě z toho mého života odešli a že nebo prostě už tam nebudou, že jsem to začal pociťovat.

A: A začal ses potom kvůli tomu jinak vztahovat k ostatním lidem, ovlivnilo to třeba i to, jak ses choval, nebo přemýšlení?

R9: To ne, ale spíše jsem si je začal víc užívat, jakože když jsem s těma lidma byl, že jsem si je prostě víc užíval, že jsem začal vnímat, že zítra už tu nemusí být, tak když jsem s nima byl, tak to bylo na 120 procent.

A: A máš to tak i teď?

R9: Ano, ze všema i s kamarádama, já i když piju, tak piju na 120 procent.

A: A změnili se ti i nějak hodnoty nebo celkový pohled na život?

R9: Začal jsem dělat více věcí, jakože s větší efektivitou. Ano změnilo se.

A: A dokázal bys to třeba více popsat?

R9: No rozhodně jsem si začal, jakože více užívat přítomný okamžik, že jsem začal být v přítomném okamžiku vlastně jakože tady a teď a s tou osobou, a to jsem si začal užívat, abych potom kdekoliv do budoucna si mohl říct, že ten okamžik byl jako správný, nebo jakože udělal jsem v něm vše, aby to nemohlo být prostě lepší nebo horší a no asi tak.

A: A vnímáš i nějakou spojitost, odraz té události v tvém profesním směřování nebo v tvé životní filozofii?

R9: Jako možná spíše do té životní filozofie, jako přišlo vlastně nastavení s nějakými cíli, že, ne že bych začal vidět cíl, ale že jsme se snažil najít nějaký cíl a dosud se hledám, ne že bych v tu dobu objevil cíl a teď ho budu dělat, ale jsem se začal naučit, jak kdyby hledat cíle, jak kdyby třeba mě začalo fascinovat to, co jsem nikdy nedělal a to bych chtěl vyzkoušet, nebo cokoliv a myslím si, že to začalo být od té smrti mojí babičky, že v tom životě bych, jak kdybych nechtěl žít v tom starém nebo co v tom je, ale jak kdyby bych začal objevovat, něco objevovat, co mě v životě může chytnout dál a posunout dál.

A: A vnímáš nějakou změnu v tom, jak nahlížíš sám na sebe?

R9: Jo, začal jsem se více soustřeďovat i na sebe a začal jsem vnímat více sebe a samozřejmě jsem začal vnímat i život po, že mi začalo docházet, že člověk odejde, že vlastně něco může být a nevím, co a tím jsem vlastně začal i jinak vnímat ten svůj život, že jak kdyby, ne že bych se předtím nějak schovával nebo tak něco, ale že víc jsem jakoby se začal opírat o ten svůj vlastní život ve stylu, kdy, ne že bych mohl být nesmrtelný, že bych, že jak kdybych,

no začal jsem prožívat svůj život, ne úplně jinak, že bych ho otočil, ale v tu dobu jsem ho prostě žil třeba, hodím to na procenta, třeba na sto procent, nebo na šedesát, to je jedno a tím vlastně, že mi odešli ti blízcí, ti vlastně opory mého života, které se snažili, aby ten můj život byl nějaký, tak jsem ho chtěl jakoby ještě opřít o to jejich myšlenku a poslat ještě víc trochu tomu, aby jak kdyby i ten můj život byl ještě kvalitnější, ještě více hodnotnější než ten předtím.

A: A začal si i vnímat nějakou změnu v nějakém sebepřijetí?
R9: Asi to začal jsem se přijímat rozhodně jinak, když odešli než předtím.

A: A potom, co si všechno prožil, vnímáš i jinak pohled na náročnější životní události?
R9: Ne, spíše to beru, jak se to stane, tak to je. A prostě lidi se rodí a lidi aj umírají, že už je to více takové, už jsem se aj smířil, že ty lidi prostě odejdou. Jako samozřejmě nevím, kdy a nevím jak a může to být náhoda, může to být nemoc, cokoliv, jako myslím sám o sobě, že jsem se s tím naučil žít a lépe vyrovnat než třeba předtím prvním, kdy umřela ta babička nebo tak, tak to mi třeba i pomohlo, aby, jak kdybych pochopil, proč odešel děda a třeba i teďkon čtyři měsíce zpátky babička, takže tak.

A: A začal ses i více zajímat o své zdraví?
R9: No já jsem byla profesionální sportovec dříve, vlastně tak tři roky zpátky, takže s tím jsem, jakože neměl vůbec problém, to byla taková moje denní rutina se zajít o své zdraví nebo tak, takže v tom spíš ne. Spíše v tom duchovním světe mi to pomohlo než ve své životosprávě.

A: Dobře, tak já bych se k tomu přesunula, věříš tedy v něco nebo jsi věřící v nějakém smyslu?
R9: Ano, já věřím sám v sebe, jsem nakloněný k Budhismu, ne že bych říkal, že úplně ten je směr je úplně super, ale některé jejich myšlenky, které jsou, tak se mi líbí, takže jsem nakloněný spíš k tomu, nejsem moc nakloněný ke křesťanství nebo k Ježíši, i když je pravda, že už jsem se asi dvakrát v životě k Ježíši modlil, protože jsou chvilky, kdy je prostě člověk v řiti, jakože věřím, věřím v sebe.

A: A co pro tebe ta víra znamená? Pomohlo ti to třeba při tom vyrovnávání se s těma ztrátama?

R9: Jako pomohlo, jako rozhodně si myslím, že to pomohlo, že jako samozřejmě jsem nikdy neříkal, že za to může ten nebo onen, jako Bůh nebo ďábel nebo cokoliv, ale spíše ta moje víra mi pomohla pochopit jako to proč se to vůbec stalo, že se to teda stalo a jak já se s tím vlastně můžu vyrovnat a co s tím jako můžu udělat.

A: A změnil se nějak tvůj vztah k víře po těch událostech?

R9: Ne, ale třeba ta babiččina smrt mě začla, nebo mě ovlivnila spíše k tomu v čem věřit nebo čemu věřit, jako kdyby aj ta první, babiččina smrt mě, jsem začal jakoby přemýšlet nad tím, jak ten život vlastně funguje, nebo jak to je, že to nejde, že člověk přijde nebo odejde.

A: Máš nějakou představu o životě o smrti?

R9: Jojo.

A: A mohl bys ji popsat?

R9: Já se docela těším, i když to mám rady na tom místě, tady je to taky supr, ale já nevím, co tam bude dál, nevím, ale myslím, že člověk by se toho asi neměl bát nebo jako nevím.

A: Takže nemáš asi nějakou konkrétní představu tvou?

R9: Jako mám hrozně krásnou představu, co tam bude. Jako myslím si, že člověk přijde k té bráně a otevře se a půjde do pekla nebo do nebe, ale to je furt takové to věření v toho Ježíše nebo tak, jakože takové to křesťanství, ale osobně si asi myslím, že si nedokážu představit, co je po posmrtném životě.

A: Ale nebojíš se toho?

R9: Ne.

A: A pochopila jsem správně, že ani smrti jako takové?

R9: Ne, jako na rovinu, člověk může umřít za sto let, ale člověk může umřít zítra a tím si myslím že život, který by člověk měl prožívat, tak by ho měl žít teď a potom by vlastně neměl litovat. Moje babička, co umřela, tak na ní jsem třeba viděl, že ona umřela v osmdesáti pěti a viděl jsem na ní, že svůj život neprožila kvalitně, že svůj život prožila prostě kdyby, v 85 se začala cítit jako kdyby, že neprožila svůj život a to třeba já nedělám a to od smrti té

své první babičky, že jak kdyby, ne že bych řekl, že jsem připravený ať mě to tu zítra nedožene a srazí mě auto, ale že kdybych měl zítra umřít, co už no jako, to neovlivní člověk.

A: Jo, že vlastně ten život žiješ tak abys nelitoval pak jednou, co si neudělal někdy?
R9: Ano, jako kdyby abych byla pak spokojený s každým svojím rozhodnutím v tu danou chvíli na těch sto třicet, sto čtyřicet, s to padesát procent, aby prostě mě to nemuselo mrzet.

A: Takže vlastně se u tebe objevilo i nějaké to přemýšlení nad tvou vlastní konečností, potom, co se stalo té babičce?
R9: Jojo, jasně.

A: A napadá tě ještě něco k těm změnám, o čem jsme nemluvili a přijde ti to důležité říct?
R9: No jako oslavovat ty životy, mě třeba hrozně mrzí, že ono když jde člověk na pohřeb, tak všichni jakoby jak kdyby smutní a jsou smutní a vlastně jako ten život toho zemřelého vlastně se neoslavuje , že ti lidi to maj tak jak kdyby, udělané tak, že někdo jim odejde, lidi prostě pobrečí, posmutní a že si myslím, že to je chyba, že ty lidi by se prostě měli oslavit, že tady byli a že třeba někde se tady zjeví, já nevím co jestli v podobě člověka, zvířete nebo já nevím větříku, kdo ví, takže to je třeba takhle taková škoda pro lidstvo, nebo ne pro lidstvo, to je v každé zemi jinak, třeba na Bali se lidi oslavujou, když umřou a v Evropě ty lidi, více jak kdyby smutní z toho, že člověk odejde, a já si myslím, jako jasně je to jako smutné, že ten člověk odejde z toho života, ale já si myslím, že by se nemělo oplakávat, ale že ho oslavit no, než spíš jen oplakat.