

Seznam příloh

Příloha 1

Príspevek k oslovení účastníků výzkumu

Hezký den,

jmenuji se Kamila Kučerová a ve své diplomové práci se věnuji životu lidí se sluchovým postižením.

Mám na Vás prosbu – pro svůj výzkum potřebuji provést několik rozhovorů týkajících se vašeho každodenního života v délce cca 30–40 minut.

Pokud byste se mohl(a) zúčastnit a chvíli si se mnou popovídat o Vašem životě, byla bych Vám velmi vděčná. Ráda se s Vámi setkám osobně v Praze, nebo se můžeme spojit online.

Pokud Vás výzkum oslovil, napište mi prosím soukromou zprávu na FB nebo e-mail (xxx¹).

Děkuji za Vaši zprávu a ochotu!

Kamila Kučerová



¹ Upraveno – kontakt na výzkumnici je v rámci diplomové práce skryt.

Příloha 2

Schéma polostrukturovaného rozhovoru: Sluchové postižení a únava

(Holman, Drummond, Hughes, & Naylor, 2019)

Appendix 1

Semi-Structured Interview Question Guide: Hearing Impairment and Fatigue

Introduction, information sheet and consent to be completed first. Then further explanation of protocol and answer any questions.

Part 1 – The effects of Hearing Impairment

“What are your experiences of Hearing Loss?”

Probe:

- Hearing History
- Ability in situations
- The perceptions of others
- Relationships with others
- Feelings and emotions
- Effect of daily living

“How does hearing loss affect your life?”

- At Home? Probe living situation
- At Work? Probe working status
- Socially?

“Does/would wearing Hearing Aids have any effect on these aspects?”

Probe:

- Ability in different situations
- Home, Work, Social
- Feelings and Emotions

Part 2 – Fatigue

“What is your experience of fatigue and tiredness in everyday life?”

Probe:

- Physical activity

- Work strain
- Recovery
- Social strain

“What influence if any do you feel your hearing loss has on the effort you put into things?”

- An example to use could be telephone conversations or work/social conversations
- Does this lead to any fatigue or tiredness

“What does a normal week look like for you in terms of daily activities?”

Probe:

- Social, Work, Home
- How much time do you spend in situations *compared to others* with no impairment
- Why are there any limitations? Is it fatigue related?

“Do/would Hearing Aids have any effect on your listening related fatigue?”

Part 3 – Summary & Debrief

Talk about the main conclusions

“Is there anything else you would like to tell me?”

“Do you have any questions for me?”

Debrief

Příloha 3

Ukázkový rozhovor – doslovný přepis

Pro demonstraci přepisu a otevřeného kódování byl vybrán rozhovor, který je ze všech realizovaných rozhovorů nejobsáhlejší. Přepis textu prošel otevřeným kódováním (v rámci tematické analýzy dat), během kterého byly zvýrazněny klíčové pasáže textu barvou.

Části označené odrážkou patří tazatelce (autorka práce), výpovědi bez odrážky patří respondentce. Oblasti označené „xxx“ skrývají pro zachování anonymity informace o respondentce. Za takto označenými pasážemi je v závorce a kurzívou uvedeno, o jaký druh informace se jedná (věk, místo, jméno).

- Kolik je vám let?

xxx (věk)

- Jak rozsáhlá je vaše sluchová ztráta?

No momentálně mám asi 5 % procent sluchu. Já jsem ohluchla asi před 4 rokama na to jedno ucho. Na druhým uchu mám těch 5 procent. Ale obě uši mám ještě pořád kompenzovaný.

- Takže na jedno ucho neslyšíte vůbec a na to druhé slyšíte 5 %?

Ano. Na to ucho, co neslyším vůbec, tak jsem byla před dvouma a půl rokama na operaci, na implantátu. A na tom druhým uchu nosím sluchátko, protože implantát se neuchytil, jak jsem čekala.

- Působíte někde v zaměstnání?

V loni jsem musela skončit vysokou školu, tak jsem nastoupila do práce. V létě si budu hledat novou. A nastoupila jsem znovu na jinej obor od prváku na vysokou.

A na jaký úvazek jste zaměstnaná?

Úplně na plný.

- Sdílíte s někým domácnost?

Žiju s přítelem.

- Dobře, děkuji, a teď bych se vás ráda zeptala na vaše životní zkušenosti se sluchovou ztrátou. Mohla byste mi prosím popsat svůj životní příběh, kdy a jak vzniklo Vaše sluchové postižení?

Moje mamka, když jsem byla malá, tak šla, protože už jsem její druhá dcera, tak jsme šli na vyšetření... amniocentéza se tomu říká? To s tou dlouhou jehlou. Jakože když už jsem její druhá dcera, tak radši chtěla mít všechno zkontrolovaný. Tak se mnou šla na kontrolu a říkala, že jí vlastně doktoři říkali, že to vypadá na Downův syndrom. A pak jí řekli, že vlastně ne. Ale říkali, že tam asi něco bude špatně a pak se to už nějak neřešilo. A potom, když jsem byla malá, tak jsem musela na nějaký zákrok, že jsem měla molusky, a to se tak jako ve spánku vyrejpává, vyřezává, protože mamka byla svobodná matka, tak jsme šli i na ORL, že mi udělali audio. A já jsem před tím pánem utekla pryč pod stůl a on říkal mamce, že jsem rozmazlenej spratek a ať se vrátí, až si mě vychová. **A mamka jako si myslela, že jsem jako nějak opožděná nebo asi jako retardovaná.** Protože říkala, že když na pískovišti na mě volala, tak jsem se vůbec neotáčela a všechny děti jo. A že jsem jako chvíli žvatlala a pak už jako jsem nevydávala žádný zvuky. A když jsem pak začala mluvit, tak jsem nějaký hlásky jako neříkala. Nebo špatně. A že jsem jí furt chodila za pusou. A právě, jak jsme byly v té nemocnici, tak tam byla jedna sestřička a říkala, ať jedeme do xxx (*místo*), za jedním panem doktorem, myslím, že to byl xxx (*jméno*), nebo tak nějak, a ten mi dělal vyšetření BERA ve spánku. A on jí říkal: „maminko, ta vaše holčička neslyší. To slyším, jak špatně mluví.“. A taky říkal, že jestli to potrvá dlouho, tak že asi neslyším. A mamka se pak divila, že to trvalo asi hodinu, že to bylo dlouhý. A on jí říkal: „no, ona potřebuje sluchátka“. Tak jsme pak šly za tím pánem, co řekl, že nejsem vychovaná, a ten říkal, že si to pak rozmyslí, jestli mi je dá. Tak mamka pak našla foniatričku v xxx (*místo*), protože jsme bydleli v xxx (*místo*), a ten xxx (*místo*) byl asi nejblíž.

- A ta vaše sluchová ztráta byla v dětství jaká?

Když jsem byla malá, tak jsem měla asi tak kolem 20 % tu ztrátu. Mamka říkala, že jsem měla lehkou ztrátu.

- A to se teda u vás postupně zvyšovala, ta ztráta?

Ano.

- Já moc děkuji za sdílení vašich zkušeností, chtěla byste ještě něco dodat k povídání o vaší minulosti?

No asi jako ne. Spíše jsem chtěla ještě říct, že **některé fáze života byly na tu ztrátu sluchu lepší a některý horší.** Že třeba když jsem přišla do **puberty**, a přestoupila na střední školu, tak tam se to hodně zlomilo. Tam jsem říkala doktorovi, že už mám pocit, že přestávám slyšet. A on furt říká: „furt je to dobrý, furt máte dobrý sluchátka“. **A nikdo mi vlastně nevěřil.**

- A, spíše pro zajímavost, vy jste se vzdělávala na běžné škole?

Já jsem chodila na 4 základky. Protože jsme bydlely s mamkou a se ségrou v xxx (místo), ale mamka začínala vidět, že to tam je **takový trošičku problematický, že jsem taková jako vyčleněná**, v té době ještě nebyli tolik asistenti pedagoga, tak jako nějaký podpory. A mamka vlastně nevěděla ze začátku, že existuje nějaký SPCčo, protože jí to nikdo neřekl. A byla jsem zařazena do PPPčka. A potom si našla přítele v xxx (místo), a tam si přečetla, že tam je speciálka, kde je **sníženěj počet ve třídě**, tak jsme se přestěhovali. **Tam se to zlepšilo**, ale on byl první stupeň od druhého oddělenej budovama, tak se rodiče rozhodli, že to zruší a že mě daj zase zkusit zpátky do té integrace. Ale tam se to **hrozně zhoršilo**, že když pak začal ten **druhej stupeň**, tak jsem začala propadat z hrozně moc předmětů. A **začalo to bejt takový blbý**, tak se to, nějak na konci 6. třídy, **že mě daj mezi neslyšící** do xxx (místo).

- A vy jste pak třeba přešla i na nějaký jiný komunikační systém? Zkoušela jste třeba znakový jazyk, nebo celou dobu jako používáte mluvenou češtinu?

Jako já jsem byla na škole, kde se mluvilo, takže tam se k tomu moc dostat nedalo, protože vychovatelky to nerady viděly. A i to dítě třeba plácaly přes ruce. Takže tam to jako moc nešlo. Takže až na tý vysoký, protože když jsem přešla na tu vysokou, tak jsem moc nevěděla, kam jít, a mamka mi říkala, že v xxx (místo) je ten obor, kde se učí ten znakověj jazyk. Tak jako, mně se tam moc nechtělo, ale tak jsem to zkusila. A tam mě to chytlo, protože když jsem pak začala to, když se mi ten sluch fakt jako pokazil... **já jsem ohluchla mezi prvákem a druhákem, tak to jsem si říkala, že se asi vykašlu na to sluchátko a chvíli jsem i jako zvažovala, že bych ani na tu operaci nešla. Že bych prostě komunikovala jenom tím znakovým jazykem. Ale pak jsem si to nějak rozmyslela, no.**

- Takže teď aktuálně komunikujete hlavně mluvenou češtinou?

Ano.

- A používáte odezírání?

Jo. U některých lidí... jako **záleží na tom, s kým mluvím. Třeba chlapi jsou hodně náročný na to mluvení.**

- V jakých situacích slyšíte lépe a v jakých hůře?

Jak slyšíte ostatní lidi?

Tak náročnější je třeba, když někdo si chce **telefonovat**. Tak to je **náročnější, protože nevidím tomu člověku na pusu a málokdo chce komunikovat tím videohovorem**. Potom jsou náročný

třeba, když jsem nastoupila na vysokou, že budeme mít jednodenní seznamovák a šli jsme do hospody a jako to bylo takový docela smutný, protože všichni si tam spolu povídali a já jsem vůbec nevěděla, která běží, tak to bylo takový nepříjemný. Nebo když jsou nějaký konference nebo školení, tak nikdy nevím, jestli na to školení můžu jít, jestli tam nebude někdo, komu nebudu rozumět. A snazší je to asi v tý znakovce, že člověk ví, co tam ty lidi sdělují, protože ten znakový jazyk nemá ty cizí slova, ty anglickanismy a ty cizí výrazy, který používáme v tom mluveném jazyce.

- Jak jste mluvila o tom, že používáte odezírání, tak nakolik se spoléháte při komunikaci právě na odezírání a nakolik se můžete spolehnout na svůj sluch?

Jako já přes to sluchadlo slyším pořád dobře, já se spíš spoléhám na to v uvozovkách zdravý ucho než to odumřelý.

- Jak na tu Vaši sluchovou ztrátu pohlížejí ostatní lidé?

Já se o tom s lidma moc nebavím, spíš jako s kamarádama nebo tak. Jako bavila jsem se o tom jednou s mamkou, jestli by nechtěla spíš jako slyšící dítě, ale tak ona má tu moji ségru zdravou, tak asi jí to jako vynahrazuje. Asi jako mamka to asi přijala, částečně. Pak jako přítel, toho to občas štve, třeba když přijde z práce a mluví na mě, nebo když vylezu ze sprchy, tak nemůžu mít sluchátko a jeho to rozčiluje. Tak pak mu to třeba dojde, že jsem ho neslyšela, a zopakuje to. A před lidma se to snažím většinou zamlčovat, ale pak jim to jako dojde, to je pak takový trochu blbý.

- Myslíte, že vás to pak ovlivňuje v těch sociálních aktivitách?

Asi jo. A i jako při tom hledání práce, protože dneska hodně těch prací jako... V práci je důležitý, aby člověk telefonoval nebo nějak komunikoval a občas to prostě nejde.

- Jak byste řekla, že sama vnímáte a prožíváte tu svou sluchovou ztrátu. Když byste měla nějak popsat svoje emoce.

Mně to jako je takový hodně nepříjemný, protože tím, že jsem vyrůstala mezi slyšícíma lidma, tak jsem si vždycky připadala, že tam nepatřím a nezapadám. Takže to bylo takový zvláštní. A postupem času mi to připadalo jako čím dál tím výraznější a výraznější problém. Asi jako pro mě, protože mně přijde, že lidem okolo mě to tolik nevadí. Teda jak kterým.

- A když trochu odbočím, nezkoušela jste se právě někdy dostat více do komunity Neslyšících?

No jako na čas jo, ale pak mi přišlo, že tam taky **nezapadám**. Tak jsem se na to nějak vyprdla. Jako poznala jsem nějaký lidi, který jsou v pohodě, a nějaký lidi, který úplně ne. Mezi těma Neslyšícíma je to taky takový v tý komunitě... Buďto jsou to takový ti – jedinej správnej Neslyšící je ten, kterej od malička znakuje a neposlouchá hudbu a takovýhle prostě věci. A nebo jsou to Neslyšící, kteří jsou prostě úplně v pohodě. Normální lidi, který neřeší takovýhle kraviny.

- Teď bychom se podívaly na Vaše každodenní aktivity. Když byste mi měla popsat svůj běžný týden, tak jak by vypadal z hlediska vašich každodenních aktivit?

Tak vzbudí mě budíček, třeba desetkrát ho vypnu, jdu na autobus, jdu do práce, pak jdu z t práce, jsem ráda, když si stihnu odpočinout po tý práci doma. Někdy jdu do obchodu a koupím něco k jídlu.

- A můžu se zeptat, z hlediska té práce, jak se vám komunikuje tam?

V **práci** jsou úplně všichni **slyšící**, takže ta **komunikace je úplně hrozná**. **Vždycky tam na mě mluvej a já o tom vůbec nevím a nevím jak dlouho už na mě mluvěj**. Tak jsem částečně ráda, že tam vlastně pomalu už končím. A vlastně **často** se mi tam stává, že mě **třeští hlava, přijdu domů a jdu rovnou spát**. Že je to **strašně vyčerpávající**.

- A čím je to vyčerpávající? Souvisí to právě se sluchovou ztrátou?

No nejspíš jo, a taky ten chlapeček, se kterým pracuju, tak ten **pořád řve a řve a ječí a mně přímo do uší**. Tak možná i proto.

- Máte ještě nějaké volnočasové aktivity, třeba po práci, kterým byste se nějak pravidelně věnovala?

No já jsem chtěla začít cvičit, protože mi to doporučovali doktoři, ale momentálně, jak mám ten život takovej **zmatečnej** a teď je to zkouškový období, tak potřebuju dořešit tohle a pak si něco najít.

- A jaký máte spánek? Kolik hodin naspíte v noci?

No já se jako v noci hodně budím, ale tak v průměru bych řekla 6 až 8 hodin. Když se zadaří.

- Řekla byste, že některými aktivitami strávíte více či méně času v porovnání s lidmi, kteří slyší normálně?

Já jsem jako docela dobrá čtenářka, ale jako ty **odborný texty na vysoký škole**, tak ty jsou takový docela složitý, že třeba **desetkrát si to musím přečíst**, než třeba pochopím, co se snaží

někdo jako sdělit. Nebo jako když se třeba učím do školy na zkoušku, tak si myslím, že mi to trvá třeba dvakrát tolik dní než moji spolužáci, kteří to třeba už někdy na tý přednášce slyšeli. To je asi tak všechno, co mě napadá.

- Řekla byste, že právě tohle to může vést nějaké únavě?

Já nevím, protože já třeba při tom učení jako někdy si to pustím Pro Elišku od Mozarta. Ale po většinu času mě to ruší. Takže proto potom nemám sluchátka v uších. Takže jsem potom úplně v tichu. A potom nic neruší. A je mi potom jedno, kde jsem.

- A právě to, že musíte věnovat více času učení než ostatní, u vás někdy vzbuzuje únavu, nebo spíše ne?

Jako asi jo, člověk se na to musí soustředit a věnovat více ten zrak tomu. Potom to může být vyčerpávající.

- Dobře a teď bychom se podívaly na únavu z hlediska právě každodenních aktivit. Býváte přes den unavená?

Z hlediska fyzické únavy jsem si všimla třeba u kamarádů slyšících, že dokázali úplně bez problémů vydržet vzhůru i do 11:00 do večera. A nebyli vůbec vyčerpaní a mohli si jít třeba na nějaký večírek. A mě jako vyčerpalo už jenom pět hodin ve škole. A šla jsem spát prostě odpoledne každý den. Takže bych řekla, že prostě je to takový vyčerpávající, že přítel říká ty furt jenom spíš. A přitom je to vlastně způsobený tím zvukovým ruchem všude venku. A co se týká psychické únavy, to nevím, já beru antidepresiva a ty mě docela nabuzují, aspoň doufám. Takže tak.

- Na tomto místě bych ráda odkryla takové větší téma v rámci mé diplomové práce, protože se nezabývám jenom obecně každodenním životem u sluchově postižených, ale zaměřuji se vlastně více na únavu. A na to, jestli má sluchové postižení nebo ta struková sluchová ztráta vliv na únavu. Tak by mě i zajímalo, jestli jste si někdy sama uvědomila, nebo jestli jste někdy nad tím přemýšlela, že právě v důsledku toho, že máte sluchovou ztrátu. Jste více unavená. Anebo jestli tam třeba tu souvislost moc nevidíte.

Ono záleží, jaký je den. Když je třeba hodně náročný den, tak jsem taková hodně unavenější. Ten znakový jazyk hodně vyčerpává, protože člověk se musí soustředit. Ten zrak, prostě, být pořád v pozoru, co se děje. Co mi někdo sděluje. Takže prostě je jedno, jestli člověk vnímá tím sluchem, nebo tím zrakem. Oboje je hrozně vyčerpávající.

- Když potom třeba vnímáte jenom tím sluchem, tak to také vede potom k té únavě u vás?

Jo, co si tak pamatuju. Jakože, když jsem ještě slyšela líp, tak když jsem třeba poslouchala písničky, tak jsem z toho byla hrozně unavená.

- Napadají vás ještě nějaké další situace, kdy jste se cítila takhle unavená?

No třeba, když jsem se soustředila na to, co říká ten učitel. Protože na střední jsem neměla přepisovatele, a to bylo velmi vyčerpávající, protože tam už jsem měla hodně špatný sluch a doktorka furt tvrdila, že mám dobrý. A furt jsem se jenom musela soustředit, co ten učitel sakra říká. A bylo to hrozně takový nepříjemný, že jsem se vlastně nakonec nedozvěděla, co vlastně říká. Takže jsem z toho byla vyčerpaná a frustrovaná, že nevím, co říká. Nebo třeba v divadle nebo v kině, tam je to taky takový vyčerpávající. No, asi tak.

- A myslíte, že právě sluchové pomůcky, které používáte vám nějak pomáhají snižovat únavu? Myslíte, že mají nějaký vliv na únavu?

To asi bych neřekla. Spíš bych asi řekla, že se nemusím tolik soustředit s tím sluchátkem, co kdo říká. Pořád se musím soustředit. Ale ne tak moc. U toho implantátu to mám nedonastavený, takže to nevím. Ale jinak ty pomůcky mají takový vliv na únavu, že bych asi bez nich neslyšela zvuk a nepřijímala bych žádné ty okolní hluky a nebyla bych potom tak vyčerpaná.

- Dobře, moc děkuji za všechny vaše odpovědi. Napadá vás ještě něco, co v rámci rozhovoru nezaznělo? Chtěla byste ještě něco doplnit?

Asi mě už nic nenapadá.

- Tak já vám moc děkuji za rozhovor.

Příloha 4

Odpovědi respondentů řazené dle témat a subtémat

Odpovědi respondentek nebyly zaneseny do tabulky v přesném znění, pro komfortnější čtení byly parafrázovány, s důrazem na zachování významu výpovědí.

Respondent		R01
Téma	Subtéma	Odpovědi
Vztahy a emoce	Vztahy	vztahy dobré; o SP ví jen nejbližší, ale ostatní ani nevnímají, že by byla sluchově postižená – není problém v běžné komunikaci (sami to často nepoznají);
	Prožívání – přijetí	nevnímá svou ztrátu sluchu jako postižení, necítí se být omezována, vzhledem k tomu, že má SP od narození, je adaptovaná na to, že na jedno ucho neslyší; přizpůsobuje se situacím tak, aby slyšela (např. sedne si ke zdroji)
	Prožívání – negativní	obavy o zdravé ucho, že nebude slyšet; učme se znakový jazyk už teď – říká rodině; čím starší je, tím větší má obavy, že se zhorší její slyšení na zdravém uchu
Každodenní život a sluchové postižení	Pracovní aktivity	hluk v práci (zejm. křik a hluk dětí) jí tolik nevadí, ale někdy slyší vibrace ve zdravém uchu, když děti pískají ve třídě a jsou hlučnější, to je pak nepříjemné; Nesmí na ní mluvit hodně lidí, ale postupně
	Sociální aktivit	Nevyhledává hlasité akce; Kino – bojí se hlasitosti, cítí vibrace v uchu, bojí se, že pak ohluchne i na to zdravé ucho; Nesmí na ní mluvit hodně lidí, ale postupně

	Fyzické aktivity	ve sportech nevidí problém – i v kolektivních sportech neměla nikdy problém (basketball, volejbal)
	Komunikační situace snazší	člověk musí přijít až k ní, a nesmí být kolem žádný hluk, aby mohla pořádně vnímat během komunikace
	Komunikační situace náročnější	Dělá jí problém, když je na koncertu a někdo na ni mluví. Nebo když je mluvčí na straně, kde neslyší, má problém; partner je naučen sedět na straně zdravého ucha, stejně tak telefonuje na této straně; Není ráda, když na ní děti v práci křičí, radši je, když ji v hluku upozorní dotykově (dotykem na rameno) nebo zrakově (přihlásí se); někdy je to obtížné, když doma myje nádobí, tak musí dítě přijít na tu stranu, kde slyší; náročné jsou obecně hlasité akce, které nevyhledává; Nesmí na ni mluvit hodně lidí, ale postupně; je to těžké v kavárně, kde hraje hudba. Má problém s lokalizací zdroje zvuku ve velkém prostoru (např. v lese, když někdo bude volat o pomoc, nebude moci identifikovat, odkud ten člověk volá); rodina si na to zvykla, že venku za ní musí přijít; problémový poslech, když je více vjemů
	Vliv SP	Celkově je spokojená se slyšením, jen je to problémové, když je více vjemů – pak musí vynaložit víc úsilí a soustředit se, aby při komunikaci slyšela dobře; nepřijde jí, že by trávila více či méně času nějakými aktivitami v porovnání s lidmi se sluchem v normě; když jí partner nasadí sluchátka, ona neocení

		kvalitu zvuku; provádí sluchovou prevenci – chodí pravidelně k lékaři na kontroly sluchu, nosí vatu do uší
	Vliv pomůcky	Neumí si představit, že by slyšela (prostřednictvím pomůcky) o něco lépe; Na mě je ten svět hlasitější; asi to má teď s tou sluchovou ztrátou utlumené, neví, jak slyší normální člověk, ale bála by se těch zvuků, aby nebyla přehlcná; kochleární implantát nechce
Únava	Každodenní únava	Je unavená, ale to souvisí s věkem, ne se SP
	Spánek	Přes týden vstává velmi brzy a chodí spát v noci, ale o víkendu to dospí
	Úsilí	problémový poslech, když je více vjemů – pak musí vynaložit víc úsilí a soustředit se, aby při komunikaci slyšela dobře – to však nevede k únavě
	Sluchový ruch	Musí se vždy soustředit na toho člověka při komunikaci, a snaží se nevnímat okolní hluky – ale to nevede k únavě
	Vliv SP na únavu	Je unavená, ale věkem, ne kvůli sluchovému postižení
	Vliv pomůcky na únavu	x
Respondent		R02
Téma	Subtéma	Odpovědi
Vztahy a emoce	Vztahy	Každému to říká – „hele nezlob se, já na jedno ucho vůbec neslyším, potřebuju tě mít na týhle straně“; spousta známých už

		přechází automaticky na slyšící stranu; nikdy nezažila negativní reakci okolí na její SP
	Prožívání – přijetí	Osobně to nějak neřeší, má větší porozumění pro ty, kteří mají taky nějaké postižení smyslové; Je s tím srovnaná
	Prožívání – negativní	Dříve měla velký strach, že nebude moct pracovat ve školství nebo že ji SP diskvalifikuje ve vztahu ke klukům; osobně považuje pro život jako náročnější sluchové než zrakové; Představa, že přijde o sluch úplně, je děsná, černá můra jejích nocí, kdyby na to myslela, ale snaží se na to nemyslet
Každodenní život a sluchové postižení	Pracovní aktivity	v práci o SP všichni věděli;
	Sociální aktivit	dopad SP trochu ano – na větších společenských akcích nemohla reagovat, protože neslyšela; U lékaře – to ji trápilo, když mumlal, ona mu nerozuměla a musela se ho opakovaně ptát; kvůli SP možná tolik nevyhledává společnost, kde je více lidí, je ráda sama; pokud by měla společnost blízkého, tak to není zátěžové, ale pokud je lidí víc a všichni mluví a prolíná se to, tak to moc nevyhledává a může to mít souvislost se SP
	Fyzické aktivity	věnuje se pravidelné fyzické aktivitě několikrát týdně bez obtíží
	Komunikační situace snazší	když je blízko zdroje zvuku; když mluvčí stojí na straně, kde slyší

	Komunikační situace náročnější	tinnitus - v psychicky velmi těžkých období, to se cítila úplně vyřízená, trápil ji hukot v hlavě a neslyšela ani na zdravé ucho - zvuk pro ni byl nesnesitelný; Neslyší, pokud mluvčí stojí na straně, kde je SP; na lekcích cizího jazyka špatně rozumí nahrávkám, špatně rozumí reprodukované řeči (z bedýnek)
	Vliv SP	Výrazně ji to neomezuje, v běžném životě ji to neomezuje; Musí dávat větší úsilí do poslechu, ale tím, že se tomu SP přizpůsobila a žije s ním většinu života, naučila se s tím normálně žít; možný sociální dopad – pokud je lidí víc a všichni mluví a prolíná se to, tak to moc nevyhledává a raději je sama, může to mít souvislost se SP; nedoslýchání může způsobit nejen únavu, ale i podrážděnost
	Vliv pomůcky	Telefonování – velmi jí vyhovují bezdrátová sluchátka pro telefonování, která se dají nastavit do monofonního režimu.
Únava	Každodenní únava	V práci – bývala velmi unavená, protože bylo potřeba neustále komunikovat; Doma – únava z péče o partnera
	Spánek	chodí spát kolem 11, spí cca 7 hodin; v noci se budí a pak nemůže usnout, stres;
	Úsilí	Musí dávat větší úsilí do poslechu, ale tím, že se tomu SP přizpůsobila a žije s ním většinu života, naučila se s tím normálně žít; Když je někde dlouho, kde se musí snažit soustředit na poslech (např. u lekce cizího jazyka), tak tam cítí únavu (potom jsem většinou úplně vyřízená, když pak odcházím domů z lekce);

		V situacích, kdy musí bedlivě dávat pozor, co mluvčí říká, to může u ní vyvolávat únavu
	Sluchový ruch	šumění reproduktorů na lekci cizího jazyka je protivný; když jsou ty zvuky hodně hlasité, tak to taky může být náročné
	Vliv SP na únavu	když měla tinnitus, cítila se úplně vyřízená, trápil ji hukot v hlavě a neslyšela ani na zdravé ucho, zvuk byl nesnesitelný; Je docela možné, že v obdobích, kdy se jí objevoval tinnitus, pak byla dost unavená; Když je někde dlouho, kde se musí snažit soustředit na poslech (např. u lekce cizího jazyka), tak tam cítí únavu (potom jsem většinou úplně vyřízená, když pak odcházím domů z lekce); šumění reproduktorů na lekci cizího jazyka je protivný; když jsou ty zvuky hodně hlasité, tak to taky může být náročné; Nikdy neuvažovala o tom, jestli je víc unavená z toho, že namáhá sluch, ale když nad tím přemýšlí, tak myslí, že ano – sluchové postižení u ní může vyvolávat únavu; Velmi stresující by pro ni bylo prostředí, kde potřebuje slyšet a nejde to – tam by mohla vznikat únava – takovým situacím se spíše vyhýbá; V situacích, kdy musí bedlivě dávat pozor, co mluvčí říká, to může u ní vyvolávat únavu; V divadle třeba zachytila jen polovinu toho, co se řeklo, musela dávat velký pozor, a toto popisuje jako vyčerpávající; přednášky – někdy to přestala poslouchat, když mluvčí mluvil potichu; nedoslýchání způsobuje nejen únavu, ale i podrážděnost; Pravděpodobně to může nějaký vliv mít (SP

		na únavu), ale přímo necítí, že by ji to limitovalo
	Vliv pomůcky na únavu	x
Respondent		R03
Téma	Subtéma	Odpovědi
Vztahy a emoce	Vztahy	Většinou to berou s pochopením (když je požádá o srozumitelnost, hlasitost), nemají problém se přizpůsobit
	Prožívání – přijetí	SP jí přijde přirozené, jelikož se s tím již narodila
	Prožívání – negativní	x
Každodenní život a sluchové postižení	Pracovní aktivity	Studium – vybrala si takový obor, kde není překážka SP; využívá podpory (přepisovatel na přednáškách), navýšení času u zkoušek a testech; Práce – pracuje v administrativě, kde také není překážkou SP; nevnímá tam žádné překážky, práci má jako home-office, komunikaci vyřizuje písemně
	Sociální aktivit	přátelé se snaží mluvit tak, aby rozuměla, musí mít trpělivost
	Fyzické aktivity	nesportuje
	Komunikační situace snazší	klidné prostředí, mluví jeden člověk
	Komunikační situace náročnější	když mluvčí drmolí; hlučné prostředí (restaurace, ulice), ve škole
	Vliv SP	asi jí to moc neovlivňuje, většinou volí takové věci, které se sluchovou vadou nesouvisí nebo se sama přizpůsobí dané

		situaci, nebo se přizpůsobí ostatní; Omezení kvůli SP z hlediska každodennosti nevnímá
	Vliv pomůcky	bez sluchadel by nemohla fungovat, je na nich z hlediska slyšení závislá; nevýhodou je cena sluchadel a dlouhé čekání (cca týden) na opravu sluchadel, pokud se porouchají; má nová sluchadla a má možnost nastavit kvalitu i kvantita zvuku, jaký bude přijímat zvuk, jestli chce slyšet lépe mluvenou řeč nebo hudbu apod., v restauraci si může nastavit, že chce slyšet pouze toho, kdo mluví do mikrofonu a okolní zvuk se ztiší; na ulici si vypíná zvuk okolního prostředí – se sluchadly je spokojená; Když jde do školy, bere sluchadla ráno rovnou
Únava	Každodenní únava	Na každodenní bázi únavu necítí;
	Spánek	Spánek – 7–8 hodin, obvykle kvalitní; ale může být narušen, když se objeví tinnitus, ten se dostaví, pokud je delší dobu ve hlučném prostředí, třeba na koncertě)
	Úsilí	pokud by na přednášce neměla přepisovatele a musela by 2 hodiny věnovat pozornost přednášce, pak by se asi únava dostavila v důsledku vynaložení úsilí na to, aby rozuměla a slyšela. Pobírá proto podporu, aby se únavě vyhnula, a mohla chodit na přednášky.
	Sluchový ruch	pokud je delší dobu na místě, kde je hluk a větší koncentrace lidí, tak tam se únava dostaví, pak má potřebu si sundat sluchátka a nic neslyšet

	Vliv SP na únavu	pokud je delší dobu na místě, kde je hluk a větší koncentrace lidí, tak tam se únava dostaví, pak má potřebu si sundat sluchátka a nic neslyšet; Záleží na faktorech – pokud by na přednášce neměla přepisovatele a musela by 2 hodiny věnovat pozornost přednášce, pak by se asi únava dostavila v důsledku vynaložení úsilí na to, aby rozuměla a slyšela. Pobírá proto podporu, aby se únavě vyhnula, a mohla chodit na přednášky; v rámci sociálních aktivit únavu nepociťuje;
	Vliv pomůcky na únavu	Když používá sluchadla, tak nezaznamenává nějakou vyšší míru únavy, ale když poslouchá delší čas někoho, kdo mluví prostřednictvím mikrofonu, pak se únava dostaví; Nemyslí si, že by sluchadla nějak ovlivňovala únavu
Respondent		R04
Téma	Subtéma	Odpovědi
Vztahy a emoce	Vztahy	S ostatními se o SP moc nebaví, snaha to zamlčovat, mluví o SP spíše jen s blízkými; matka její postižení nejspíše přijala, ale ptala se jí, zda by nechtěla spíše slyšící dítě; přítele rozčiluje, když ona neslyší a on na ni mluví (v situacích, kdy nemá sluchadlo); celkově jí přijde, že ostatním lidem to tolik nevadí, že spíše to více vadí jí samotné
	Prožívání – přijetí	x
	Prožívání – negativní	Mně to jako je takový hodně nepříjemný; mezi slyšícíma si vždy připadala, že tam

		nepatří, nezapadá; stejně tak v komunitě neslyšících jí přišlo, že nezapadá
Každodenní život a sluchové postižení	Pracovní aktivity	nesnadná komunikace se slyšícími kolegy (vždycky tam na mě mluvěj a já o tom vůbec nevím a nevím jak dlouho už na mě mluvěj); Často se stává, že ji v práci třeští hlava, přijde domů a jde rovnou spát; práci popisuje jako strašně vyčerpávající; déle času jí zabere učení se na zkoušky (až dvakrát víc v porovnání s ostatními; ostatní přednášku už slyšeli ve škole, zatímco ona ne), čtení odborných textů do školy (desetkrát si to musím přečíst, než to pochopím)
	Sociální aktivit	Snaha zamlčovat, že má sluchovou ztrátu před ostatními lidmi (ale pak jim to dojde, to je pak takový trochu blbý); náročnější komunikační situace při společenských akcích, odezírání, konferencích a školeních)
	Fyzické aktivity	Chce se věnovat cvičení, doktoři jí ho doporučují, ale zatím se mu nevěnuje – svůj život popisuje jako zmatečný
	Komunikační situace snazší	Videohovor (vizuální podpora, lepší než telefonování); komunikace ve znakovém jazyce
	Komunikační situace náročnější	Telefonování; společenské akce (šli jsme do hospody a jako to bylo takový docela smutný, protože všichni si tam spolu povídali a já jsem vůbec nevěděla, která běží, tak to bylo takový nepříjemný); konference, školení (obava z toho, že nebude rozumět); odezírání (Třeba chlapi jsou hodně náročný na to

		mluvení.); práce (všichni jsou slyšící, takže ta komunikace je úplně hrozná)
	Vliv SP	Pracovní aktivity: ovlivňuje to hledání práce (kde jsou nároky na řečovou komunikaci); nesnadná komunikace se slyšícími kolegy (všichni jsou slyšící, takže ta komunikace je úplně hrozná), sluchový nekomfort řvoucího dítěte - vede k vyčerpání; déle času stráveného nad učením a čtením odborných textů; Sociální aktivity: Snaha zamlčovat, že má sluchovou ztrátu před ostatními lidmi (ale pak jim to jako dojde, to je pak takový trochu blbý); náročnější komunikační situace při společenských akcích, odezírání, konferencích a školeních,
	Vliv pomůcky	x
Únava	Každodenní únava	Záleží, jaký je den. Když je třeba hodně náročný den, tak jsem taková hodně unavenější. V porovnání s ostatními jí více vyčerpává škola (mě jako vyčerpalo už jenom pět hodin ve škole. A šla jsem spát prostě odpoledne každý den. Takže bych řekla, že prostě je to takový vyčerpávající, že přítel říká ty furt jenom spíš), práce
	Spánek	No já se jako v noci hodně budím, ale tak v průměru bych řekla 6 až 8 hodin. Když se zadaří.; přítel říká, ty furt jenom spíš; po práci jde domů spát
	Úsilí	Více času musí věnovat učení než ostatní (člověk se na to musí soustředit a věnovat více ten zrak tomu. Potom to může být vyčerpávající.); nerozumí kolegům v práci,

		<p>když na ni mluví; odezírání (Třeba chlapi jsou hodně náročný na to mluvení.); soustředění na výklad učitele (popisuje jako vyčerpávající a frustrující, protože nerozuměla, co učitel vykládá); když komunikuje ve znakovém jazyce, musí se hodně soustředit, což je pak hodně vyčerpávající; vnímání zrakem (při znakovce) nebo sluchem – obojí popisuje jako hrozně vyčerpávající</p>
	Sluchový ruch	<p>Dítě v práci jí ječí do uší, to popisuje jako sluchově náročné a vyčerpávající; popisuje, že její vyčerpání je způsobeno tím zvukovým ruchem všude venku; když slyšela lépe, cítila se hrozně unavená při poslechu hudby</p>
	Vliv SP na únavu	<p>práci popisuje jako strašně vyčerpávající a spojuje toto vyčerpání se sluchovou ztrátou (nerozumí kolegům, náročnost sluchová – dítě jí ječí do uší); vnímání zrakem (při znakovce) nebo sluchem při komunikaci – obojí popisuje jako hrozně vyčerpávající; výklad učitele; divadlo či kino bývá vyčerpávající</p>
	Vliv pomůcky na únavu	<p>když se učí do školy, nemá sluchadla v uších, aby měla klid (A potom nic neruší. A je mi potom jedno, kde jsem); při využití sluchadla se nemusí tolik soustředit na to, co kdo říká, ale nemyslí si, že toto má vliv na únavu; nemyslí si, že by jí sluchadlo pomohlo snižovat únavu, spíše naopak – sluchadlo ji vystavuje okolním hlukům a ona je pak více vyčerpaná</p>

Respondent		R05
Téma	Subtéma	Odpovědi
Vztahy a emoce	Vztahy	Ten, kdo to ví, tak s tím počítá a zvýší ten hlas; když je doma, sluchadla ani nenosí, mezi lidmi je nosí vždy, jinak by je neslyšela; lidi z baráku o tom vědí a už to tak všichni berou někdy i s humorem – řekne: „holky, nemám sluchátka, tak až zítra si popovídáme“. Ostatní lidi, třeba doktory, s humorem informuje, že je „ta nahluclá“, zasmějou se, pak se lidé většinou přizpůsobí tomu (zvýší hlas, mluví pomaleji)
	Prožívání – přijetí	Už se s tím skoro smířila a zvykla si. Ví, že není jiné řešení, bere to tak, jak to je. Už se naučila, přizpůsobila tomu život; Ze začátku se styděla, říkat lidem, že hůř slyší, ale teď už se s tím natolik smířila, že jí to vůbec nedělá problém
	Prožívání – negativní	x
Každodenní život a sluchové postižení	Pracovní aktivity	důchod
	Sociální aktivit	Telefonování – vytáhla si hlasitost na mobilu naplno, a zdá se jí, že když vypne při telefonování sluchadla, zvuk je pak kvalitnější, ostřejší. Ale více slyší se sluchadly. Při telefonování se rozhoduje, zda si vzít sluchadla či ne, podle mluvčího. ;; v prostředí domova jí SP nevádí vůbec, nevádí vůbec, žiju si jakoby ve svém světě; méně často chodí mezi lidi; nevyhýbá se však

		sociálním činnostem, chodí na schůze a akce svazu tělesně postižených; nejezdí tolik na zájezdy, protože špatně chodí;; Vyhýbá se větším akcím, kde ví, že by z toho nic neměla – že by neslyšela; ví, že má problém se zpíváním, před SP často a ráda zpívala, účastnila se soutěží a byla v tom dobrá, ale teď nezpívá, protože se sama neslyší; když je ve skupině lidí a říkají jí, ať si s nima zazpívá, tak má takový pocit, že by to mohla jedinež zkazit, protože neví, jestli zpívá dobře nebo ne, když se neslyší;
	Fyzické aktivity	pravidelně cvičí doma, ale je tělesně omezena z důvodu nemocných nohou
	Komunikační situace snazší	je lepší, když na ní někdo mluví zpřímá
	Komunikační situace náročnější	když je v místnosti více lidí a mluvčí se k ní otočí zády, pak ztrácí kontakt (slyší jakoby za rohem); když je velká společnost v jedné místnosti, kde hovoří více lidí, tak je to takový nesouvislý šum – ona pak slyší toho, kdo sedí naproti nebo kdo sedí z druhé strany – je to omezený prostor, kdy jde dobře rozumět, ale když pak někdo sedí 2 až 3 metry daleko, tak to už je potom horší; při sledování televize dělá problémy vysoko nastavená hladina doprovodné hudby, ve které se pak ztrácí mluva.
	Vliv SP	Vyhýbá se větším akcím, kde ví, že by z toho nic neměla – že by neslyšela; ví, že má problém se zpíváním, před SP často a ráda zpívala, účastnila se soutěží a byla v tom

		dobrá, ale teď nezpívá, protože se sama neslyší; když je ve skupině lidí a říkají jí, ať si s nima zazpívá, tak má takový pocit, že by to mohla jedinečně zkažit, protože neví, jestli zpívá dobře nebo ne, když se neslyší; myslí si, že to omezení činností je přirozené, že je to už tím stářím a různými zdravotními problémy;; Ale zas jí to tolik jako to SP nevadí, s každým se baví po cestě do obchodu, není odtržena od lidí
	Vliv pomůcky	určitě jí hodně pomáhají – nosí je každý den, až večer chodí k televizi (když je má nasazené ty sluchátka, tak jí stačí hlasitost 33, pokud je nemá, tak potřebuje hlasitost 66; nenosí je do sprchy; pečuje o ně – má vysušovač; při konverzaci – když má sluchadla, domluví se s lidmi tak jako vždycky.
Únava	Každodenní únava	Ani nebývá unavená; prožívá jen normální únava, třeba když je venku špatné počasí
	Spánek	x
	Úsilí	Když musí vynaložit nějaké úsilí při poslechu (že se více soustředí na člověka), nevyvolává to v ní únava, snaží se přizpůsobovat těm situacím (sedne si blízko zdroje zvuku)
	Sluchový ruch	X
	Vliv SP na únava	Myslí si, že SP u ní nezpůsobuje únava
	Vliv pomůcky na únava	necítí rozdíl v únavě, pokud sluchátka má nebo nemá, cítí se stejně
Respondent		R06

Téma	Subtéma	Odpovědi
Vztahy a emoce	Vztahy	má docela slušné IQ a její přátelé ho mají taky docela slušný, v té chytřejší společnosti s tím problémy nejsou; s cizími lidmi moc v kontaktu není; v zaměstnání to kolegové vůbec neřeší
	Prožívání – přijetí	Vadilo jí to celkem na základce nebo na gymplu, teď už jí to tolik nevádí; v dnešní době jsou ta sluchadla na úplně jiné úrovni než v 70. letech, takže dokáží tu ztrátu mnohem líp vykompenzovat;
	Prožívání – negativní	x
Každodenní život a sluchové postižení	Pracovní aktivity	Asi jí nejvíc štve, že se s tím špatně rozumí angličtině, řada firem má v inzerátech „komunikativní angličtina“, ale dělat poslechový cvičení se SP je dost blbý; ruština problém není, němčina je horší, ale angličtina je nejtěžší z těch tří na poslech. Kdyby byla schopná komunikovat v angličtině, tak by možná byla schopná pracovat v mezinárodní firmě a plat by mohla mít dvakrát vyšší; v práci každý den vedou 30minuté meetingy přes videohovory a nemají zapnuté kamery, nedělá jí však problém to slyšet, když je ten zvuk kvalitní a ona se nachází v klidném prostředí bez rušivých zvuků.
	Sociální aktivit	nemá ráda vyvolávání jména někde v čekárnách, má raději, když dostane pořadové číslo a je to vidět na tabuli; Kontakt s Neslyšící komunitou – přes koníček ano, ale mimo něj ne

	Fyzické aktivity	je velmi aktivní
	Komunikační situace snazší	x
	Komunikační situace náročnější	moderní sluchadla dokážou vcelku dost rušivé zvuky odfiltrovat, nicméně v extrémně hlučném prostředí to ideální není, ale to jí nevádí, protože je introvert a extrémně hlučné prostředí nevyhledává; dost jí štvaly roušky povinně – nedá se odezírat a zvuk je zkreslený; Namáhavější může být všechno, kde se vyžaduje poslech bez odezíráni – zvukové nahrávky v jazykových kurzech nebo telefonování;
	Vliv SP	poslech v cizím jazyce; kdyby byla schopná komunikovat v angličtině, tak by možná byla schopná pracovat v mezinárodní firmě a plat by mohla mít dvakrát vyšší; ; nemá ráda nechráněné železniční přejezdy – tam slyší to houkání vlaku později než ostatní; kvůli sluchadlům (aby se nenamočily) nikdy nejezdila na vodu i přes to, že v rámci rodiny bylo ježdění na vodu tradicí; při skifu raději zvolila variantu loď pro začátečníky, aby se neutopilo sluchadlo; Myslí, že na každodenní činnosti SP vliv nemá;
	Vliv pomůcky	Má velmi kvalitní sluchadla, ale pojišťovna přispívá pouze na jedno sluchadlo v případě, že člověk neměl už jako dítě dvě sluchadla; moderní sluchadla dokážou vcelku dost rušivé zvuky odfiltrovat; Další pomůcky: kromě sluchadel moc nevyužívá, protože to stojí peníze a pojišťovna to neuhradí; využije

		ale aspoň titulky, když se dívá na televizi; vibrační náramek – upozorní na zprávu, volání, funkce budík; Na koloběžku či kolo využívá Garmin radar, která snímá auta zezadu.
Únava	Každodenní únava	Člověk unavenější je, takže si pořídila náramek, který jí pomáhá se regenerovat; bere potravinové doplňky; zvládá toho víc než většina lidí jejího věku
	Spánek	x
	Úsilí	Je tam ten vliv, samozřejmě, protože hlavně když si člověk pomáhá odezíráním, tak je to hodně náročný a vyčerpávající, takže kdo slyší hůř a musí si tím odezíráním víc pomáhat, tak to samozřejmě vliv má a bude víc unavenější než někdo, kdo si tím odezíráním pomáhat nemusí; myslí, že ne, ona se snaží slyšet v situacích, kdy se snaží něčemu rozumět, a v tom případě to namáhavější může být; teď u těch sluchadel ten poslech tak náročný není, kdo má větší ztrátu, tak pro toho to samozřejmě náročný může být i dneska; Namáhavější může být všechno, kde se vyžaduje poslech bez odezírání – zvukové nahrávky v jazykových kurzech nebo telefonování;
	Sluchový ruch	jiný zvuky jí celkem moc nezajímají než ty, které potřebuje slyšet pro porozumění
	Vliv SP na únavu	je tam ten vliv, samozřejmě, protože hlavně když si člověk pomáhá odezíráním, tak je to hodně náročný a vyčerpávající, takže kdo slyší hůř a musí si tím odezíráním víc

		<p>pomáhat, tak to samozřejmě vliv má a bude víc unavenější než někdo, kdo si tím odezíráním pomáhat nemusí;- Dá se to dost ovlivnit životním stylem, zdravou stravou a dalšíma věcmi, třeba tím chytrým náramkem, který jí v něčem poradil, třeba že nemám chodit do posilovny večer, ale ráno před prací (i za cenu toho, že bude vstávat velmi brzo), a opravdu je pak ta únava výrazně menší a cítí se víc svěžejší; když se o to člověk zajímá, dá se ta únava zmírnit; Nikdy nad tím vlivem SP na únavu moc nepřemýšlela, v podstatě ta únava se u ní projevuje hlavně u toho odezírání; třeba v době, kdy měla jen jedno sluchadlo, a to se jí rozbilo, musela nějaký čas jenom odezírat, tak to bylo hodně náročný; teď má dvě sluchadla a když se rozbije jedno, není to takový problém; když se teď rozbije sluchadlo na lepším uchu, je to trochu těžší, ale jde to, nicméně je to pak výrazně namáhavější, protože na tom horším uchu je výrazně horší ztráta.</p>
	<p>Vliv pomůcky na únavu</p>	<p>teď u těch sluchadel ten poslech tak náročný není, kdo má větší ztrátu, tak pro toho to samozřejmě náročný může být i dneska; Pomáhají tomu lepšímu rozumění, pomáhají ztlumit rušivé zvuky a tu řeč dokážou zvýraznit, tak tím usnadní to porozumění a tím i tu únavu snížej trochu; musí to být sluchadlo digitální, ne analogové, které hradí pojišťovna, ale digitální, které umožňuje nastavovat ztráty na jednotlivých frekvencích</p>

		a nastavit tam nižší zesilování zvuků, který nejsou na řečový frekvenci
--	--	---