



Ženská mentální zátěž

aneb příprava svačiny dětem není jen namazání chleba

Fakt, že společnost stále vznáší na ženy a muže rozdílná očekávání čistě jen na základě jejich pohlaví a panujících představ o tom, v čem je které z nich domněle „od přírody“ lepší a na co se víc hodí, se v posledních letech často zmiňuje už i v české debatě. Neznamená to sice zdaleka ještě, že by panovala shoda na tom, zda a jak moc je na tom něco špatného, a i tam, kde se shoda na neutěšenosti situace rýsuje, nemáme vůbec jasno, zda a jak nerovnosti cíleně řešit.

KATEŘINA SMEJKALOVÁ

Méně nápadné nerovnosti

Vedle toho však existují i nerovnosti mezi muži a ženami, zejména ty méně nápadné, než je třeba počet poslankyň nebo rozdíl ve stavu konta po výplatě, které se pořád do debaty u nás ani pořádně nedostaly. Jedním z nejprominentnějších témat je bezesporu otázka „mentální zátěže“ (z anglického mental load).

Ta úzce souvisí s rozdělením neplacené práce v domácnosti a starostmi o děti

a rodinu. Jde nicméně o víc než pouhé zjištění, že ženy tráví – v souladu s předpokladem, že to je tak nějak přirozeně jejich doména a jsou v ní automaticky lepší než muži – více času bezprostředním vykonáváním obojího. Ačkoli už jen vyčíslení této nerovnosti je poměrně zneklidňující. Ženy totiž v Česku v průměru zastanou takové práce dvě třetiny jejího celkového objemu, týdně jde o celých zhruba 15 hodin navíc ve srovnání s muži.

Koncept „mentální zátěže“ si však všímá i toho, že za každým vykonaným

konkrétním úkolem v domácnosti je velký objem času a energie potřebný k jeho registrování, naplánování, skloubení s jinými povinnostmi, zajištění, aby bylo doma k dispozici všechno, co je k jeho vyřízení potřeba atp. Neboli konkrétně: zdánlivě triviální připravení dětských svačinek do školy nezahrnuje pouze dobu potřebnou na namazání chleba. Je to poměrně komplexní úkol, kdy je třeba vědět, kolik toho které dítě zrovna sní, co má rádo a na co je alergické, dále to vyžaduje mít vše potřebné nakoupené, stihnout přípravu správně

načasovat tak, aby se do školy vyrazilo včas, ale také mít přehled o tom, zda se nedojedené svačiny nekupí na dně školního batohu nebo dítě předchodí den náhodou neztratilo či nerozbito krabičku na jídlo. Jde tedy o poměrně náročné a v podstatě neustálé, ale neviditelné a nedocené plánování, promýšlení, všímání si, držení v paměti, prioritizování, kontrolování, obstarávání a kloubení.

Velký nepoměr v zátěži i jejím odhadu

V důsledku toho, že to je vše úzce vázané na úkoly, které z velké části připadnou ženám, dopadá právě i tato s nimi spojená mentální zátěž nerovnoměrně na ženy. Autorky z think-tanku německých odborů Hans-Böckler-Stiftung nyní v nové studii (Yvonne Lott, Paula Bünger: Mental Load. Frauen tragen die überwiegende Last, WSI-Report Nr. 87, srpen 2023 – je k bezplatnému stažení online) přináší důležitá čísla o tom, že nepřekvapivě jde o nerovnováhu opravdu podstatnou.

Pravděpodobnost, že ženy nesou hlavní organizační zátěž v domácnosti a při starostech o rodinu, přesahuje 60 procent, u párů s dětmi stoupá až na 75 procent, bez nich klesá naopak pod celkový průměr jen málo. Pravděpodobnost, že je v páru zatížen hlavně muž, se naopak v průměru pohybuje pouze na 20 procentech. Není tak náhoda, že ženy daleko více zastávají těchto kognitivních úkolů také jako zatěžující a vyčerpávající pociutí.

Možná nejzajímavější však je srovnání, kteří muži a které ženy mají subjektivně pocit, že je mentální zátěž rozložena. Zatímco 65 procent mužů má dojem, že víceméně spravedlivě, tento pocit sdílí pouze 35 procent žen. Ty naopak z celkem skoro 65 procent tvrdí, že mentální zátěž spočívá především či výhradně na nich. To stejné si o zátěži svých partnerek myslí jen necelých 15 procent mužů. Že by většina této zátěže spočívala na mužích, to si myslí pouhých 2 procenta žen.

Zátěž neviditelná a nedocenená

Tato masivní nerovnováha ve vnímání situace a v případě mužů i velký rozpor tohoto vnímání s objektivně naměřenými hodnotami jsou symptomatické.

Pravděpodobnost, že ženy nesou hlavní organizační zátěž v domácnosti a při starostech o rodinu, přesahuje 60 procent, u párů s dětmi stoupá až na 75 procent, bez nich klesá naopak pod celkový průměr jen málo.

Odpovídají tomu, jak moc je tato zátěž, zejména tedy pro výrazně méně v ní zaangażované muže, neviditelná a nedoceňovaná. Část této nerovnováhy pak může být vysvětlitelná i tím, že stále přetrvává mýtus, že ženy jsou na multitasking, který organizace domácnosti a rodiny nutně vyžaduje, tak nějak od přírody nadanější a tím pádem je ani tolik nezatěžuje.

Je to podobná myšlenková figura, kterou koneckonců známe, i když jde o jiné typy ženské práce – řekne-li se, že péče o ostatní, ať už v rodině, ve škole, školce, domově důchodců nebo zdravotnictví, odpovídá ženské přirozenosti, není pak důvod na ni pohlížet jako na specifické a nějak zvlášť hodnotné know-how, což se následně promítá i do jejího finančního i symbolického ohodnocení.

Problém pro partnerský život i společnost jako celek

Celkově má velká nerovnováha v mentální zátěži a její neviditelnost a nedocnění poměrně důležité důsledky na individuální i společenské úrovni. U dotčených párů nepřekvapivě vede k vyčerpání nadměrně zatížených žen, pocitu nespravedlnosti a nedocnění. Můžeme zde ale hledat i kořeny rozšířeného stereotypu o partnerském soužití, podle kterého jsou ženy buď semetriky, které muže neustále komandují, či naopak bytosti, které neřeknou, co chtějí, zatímco jejich partneři se to mohou jen domýšlet, málokdy úspěšně.

Na pozadí popsaných zjištění není obtížné rozklíčovat, jak se to pravděpodobně má doopravdy – ženy se opravdu často musí k určitému rozdělování úkolů uchýlit, pokud chtějí alespoň část své nerovnoměrně velké odpovědnosti delegovat. Zároveň si ale často přejí, aby se to obešlo bez výslovného delegování – a mohou proto reagovat roztrpčeně, pokud se bez něj nestane vůbec nic. Opět konkrétní příklad: Pokud si v domácnosti kromě mne nikdo nikdy nevšímne přečpaného koše na odpadky, kolik alternativ existuje mezi tím o jeho vynesení výslovně požádat, nebo být zklamaná, že to bez toho opravdu nikoho nenapadne?

I na úrovni celé společnosti by bylo na čase tvářit v tvář ohromným organizačním schopnostem, kapacitám a odolností žen přehodnotit některé předpoklady o tom, na co se tedy vlastně hodí. Je pozoruhodné, že jim zatím vysoká místa v politice nebo managementech firem, kde by se mohly ideálně uplatit, zůstávají zapovězena, a to přinejmenším implicitně s tím, že na to prostě nemají.

Sarkasticky by se dalo spíš tázat, proč by pro vedení států či firem měli být apriori vhodnější muži, kteří nevidí ani triviální procesy, potřeby a úkoly v rámci vlastní rodiny a domácnosti. Jakkoli ve skutečnosti ani u nich nejde o žádnou vrozenou „slepotu“, ale něco, co se většinou nenaučili, protože se to od nich nepředpokládá. Respektive něco, do čeho ve stávajícím rozložení rolí mezi obě pohlaví energií a čas prostě investovat nemusí. O nic jiného totiž ve finále nejde.



KATEŘINA SMEJKALOVÁ

Autorka je politoložka, pracuje jako vědecká pracovnice v organizaci Friedrich-Ebert-Stiftung

**FRIEDRICH
EBERT
STIFTUNG**