

„Musím se tvářit, že je všechno v naprostém pořádku“: menstruace, ženská těla a svět pracovních organizací

Petra Poncarová^{ID a 1}, Radka Dudová^{ID a}

^{a)} Katedra sociologie, Filozofická fakulta, Univerzita Karlova

‘I Have to Act Like Everything’s Okay’: Menstruation, the Female Body, and the World of Work Organisations

Abstract: Menstruation in the world of work organisations has so far from a sociological perspective remained an unexplored topic. Using exploratory research and the grounded theory method, this article seeks to capture how Czech women cope with menstruation in the workplace. Women interested in participating in the research were first asked to answer a short online questionnaire. From this pool we chose nineteen women (ages 21–66) who differed from each other in terms of their professions, age, and the extent to which menstruation is limiting for them and conducted qualitative interviews with them. The interviews were transcribed verbatim and subsequently coded and analysed. This coding led to the creation of categories and themes representing menstruation management and its different strategies and the different usage of menstrual aids, menstruation in the space-time of work organisations, social norms associated with menstruation, planning associated with menstruation, and menstruation as a reminder of corporeality. The analysis showed that menstruating women face many obstacles while doing their paid work, which can discriminate them. Furthermore, it has been found that menstruation restricts women when performing their work. Menstruating women must adhere to social norms that dictate that they must conceal their menstruation and its attendant symptoms. The space-time of work organisations may not always correspond to the needs of menstruating women, whether they use disposable menstrual aids or more sustainable options. The research also addresses the fact that women’s corporality within work organizations largely differs from men’s corporality. Because the male body does not

¹ Tento výstup vznikl v rámci zastřešujícího projektu Specifického vysokoškolského výzkumu 2023 – 260556, řešeného na Filozofické fakultě Univerzity Karlovy, který byl udělen Petře Poncarové především na přepis kvalitativních rozhovorů.

have specific needs like the menstruating body, it can be ignored, whereas women cannot ignore their bodies.

Keywords: menstruation, menstrual stigma, menstrual management, work organisation, workplace, paid work

Poncarová, Petra, Dudová, Radka. 2024. „Musím se tvářit, že je všechno v naprostém pořádku“: menstruace, ženská těla a svět pracovních organizací. *Gender a výzkum / Gender and Research* 25 (1): 80–105, <https://doi.org/10.13060/gav.2024.002>.

Menstruační cyklus je v biomedicínské literatuře konceptualizován jako jednorozměrný, biologický a patologický aspekt ženských těl a jejich zdraví. Tento přístup odděluje menstruaci od zbytku ženských těl, jejich zdraví, identit a sexuality, ale zároveň ji zbavuje sociálních, kulturních a politických významů a tím pádem přehlíží zkušenosti žen a jejich pohled na menstruaci (Johnston-Robledo, Stubbs 2013). Cílem tohoto textu je přispět k pochopení toho, jak ženy prožívají a interpretují zkušenost menstruace ve světě placené práce v českém kontextu a čemu mohou v pracovním prostředí ve spojení s menstruací čelit. Zaměření výzkumu na prožívání menstruace ženami ve světě placené práce pokládáme za vhodné proto, že právě v oblasti placené práce jsou ženské tělo a vtělenost nejméně viditelné. Jak poukázala Joan Acker (1990), univerzální ideální pracující je ve skutečnosti muž: abstraktní představa pracujícího obsahuje mužské tělo, sexualitu a vztah k placené a reprodukční práci. „Ženská těla – jejich sexualita, schopnost prokreace; těhotenství, kojení a péče o děti, menstruace a mytická ‚emocionalita‘ – jsou podezřelá, stigmatizovaná a používána jako základ pro ovládnutí a vyloučení.“ (Acker 1990: 152) Genderovaná povaha práce a pracovních organizací je částečně skryta právě prostřednictvím zamlčení vtělenosti práce, a tudíž také zamlčení menstruace. Navíc právě oblast placené práce je klíčovým zdrojem vzájemně propojených sociálních nerovností – ekonomických, genderových i mocenských – a významně se podílí na jejich reprodukci. A neposlední důvod pro zaměření na oblast placené práce spatřujeme v tom, že pracovní organizace, jejich prostorové a časové uspořádání, se na rozdíl od institucí soukromého života více vymykají kontrole a možnosti přizpůsobení ze strany vtělených aktérů (žen). Ve světě placené práce menstrující ženy musí vynakládat více zdrojů a energie na to, aby udržely svá těla „neviditelná“, aby je přizpůsobily prostorovým a časovým nárokům organizace, a zde se tedy v jejich zkušenostech a interpretacích výrazně střetává materialita těl s normami a diskurzy vyžadujícími jejich zneviditelnění.

Teorie

Těla ve společnosti

Lidské tělo nabývá řadu významů, např. genderových, etnických, morálních, politických, náboženských a ekonomických, které můžeme označit za vtělené. Zároveň jsou tyto významy spojené s tělem vždy kulturně specifické (Šanderová 2011). Vtělenými dimenzemi sociálních vztahů se zabývala již klasická sociologie, avšak spíše okrajově. Současná sociologie vyvinula nové perspektivy a rámce pro chápání těla jako sociálního a kulturního konstruktu a základního prvku v materiálních a symbolických procesech moci (Adelman, Ruggi 2016). Přístupy sociologie k tělu jsou v současné době značně diverzifikované a pozornost je směřována převážně na nevyřešenou povahu vztahu mezi narativní, diskurzivní a materiální povahou těla (Adelman, Ruggi 2016).

Co se týče „materiálnosti“ nebo „diskurzivity“ těla, tak zatímco poststrukturalisté (jako např. Judith Butler 2006, 2011) tvrdí, že diskurzivní zaměření v žádném případě nepopírá „hmotu“ těl, tak „kritičtí realisté“ (jako např. Simon J. Williams 2006) tvrdí, že musíme důsledně rozlišovat mezi materialitou biologického těla, jeho živým souborem sil a principů, a diskurzivním přístupem sociologie (Williams 2006; Adelman, Ruggi 2016). Michel Foucault, který se ještě před Butler zabýval vztahy moci, vědění a těla v moderní společnosti, poukázal na to, jak je prostřednictvím ovládání těl podporována perspektiva dominantní skupiny a jak sociální normy slouží k podpoře a udržování jejích hodnot (McLaren 2002). Individuální správa nad těly zahrnuje sledování a následnou disciplinaci a kontrolu těchto sledovaných těl (Foucault 1995). Na reprodukční těla musí být dohlíženo a je nutné je kontrolovat (Lupton 2016). V rámci toho se od menstruuujících žen očekává, že budou na svá těla dohlížet a budou je kontrolovat za účelem spravování či managementu své menstruace (Wood 2020). Tělesnost má i morální rozměr: podle moderního chápání jsou „správná“ těla nezávislá a sebeovládající se, uzavřená, s jasnými a nepropustnými hranicemi (Shilling 1993). Jakákoliv odchylka získává morální význam, jako by byla důsledkem vadného charakteru vtělené osoby (Sontag 2001). „Správné“ tělo je v podstatě neviditelné; jakákoliv vybočení, včetně menstruace, jej zviditelňují. Ženy se různými praktikami a strategiemi snaží udržet svou menstruaci neviditelnou, aby jejich těla naplňovala morální požadavky na „správná“ těla. Prostředí pracovních organizací naopak může menstruaci zviditelňovat právě tím, že pro menstruuující těla není uzpůsobeno, čímž poukazuje na jejich nedostatečnost.

Feministická teorie se od svých začátků snaží dekonstruovat osvětské mýty založené na představě vtělených, sexuálních, emocionálních žen, jež zaujímají pozici méněcenných vůči světu „racionálního“ muže, který se vyznačuje přirozeně větší schopností ovládat pud, touhu a jiné lidské bytosti (Adelman, Ruggi 2016). V klasické sociologii byly ženy podle Anne Witz (2000) nepřítomny a v rámci sociální byly

přehnaně ztělesněné. Žena v těle sloužila jako kontrast pro maskulinní ontologii, na níž bylo sociálně konstruováno. Feministické socioložky nahlížely na ženskou socialitu prostřednictvím konceptu genderu. Rozlišení mezi tělesným a materiálním „pohlavím“ a socialitou genderu, ačkoliv je dnes poněkud problematické, umožnilo rozvoj feministické sociologie, která odsunula stranou tělesné záležitosti a upřednostnila gender. Feministicko-sociologický obrat k genderu tedy znamenal odvrácení od tělesnosti (Witz 2000). Navracení těla do sociologického projektu následně může působit protikladně k feministicko-sociologickému projektu, pokud nebude docházet k explicitní angažovanosti a kritickému dialogu mezi novou sociologií těla a feministickou sociologií. Spolu s tělesným obratem v sociologii bylo tedy ústředním úkolem feministické sociologie trvat na tom, že být ženou znamená víc než být v těle a že ženská socialita je postavena na více než jen tělesných záležitostech (Witz 2000). Současná feministická teorie se snaží o to zkonstruovat perspektivu, která považuje všechny lidské bytosti za současně racionální, emocionální a vtělené. Zároveň je zdůrazňováno ideologické spojení mezi potlačováním tělesného prožívání a západní konstrukce „jiných“, společně s čímž jsou v moderních společnostech těla současně a nepřetržitě vytvářena a konstruována jako „rasová“ a „genderovaná“ (Adelman, Ruggi 2016).

Menstruující těla ve společnosti

Menstruace představuje fenomén zdůrazňující (jak z materiálního, tak z diskurzivního hlediska) jinakost ženských těl a zároveň jde o specifický příklad normativně regulované vtělenosti spojené se ženami. Menstruace se týká téměř všech žen po značnou část jejich života a tento fenomén je pro ženy stigmatem, což přispívá ke snížení jejich sociálního statusu. Celkově má stigmatizace menstruace dopady na well-being a sexualitu žen. V určitých kulturách jsou ženy považovány v době menstruace za nečisté anebo se po menstruaci musí očistit. Menstruační stigma je do společnosti přenášeno nejen skrze silnou socializaci, ale i skrze vzdělávací materiály a reklamu na menstruační produkty (Johnston-Robledo, Chrisler 2013).

Menstruující ženy a dívky jsou již od menarche řazeny do jiné kategorie než muži a menstruační krev tudíž spoluutváří identitu ženskosti (Johnston-Robledo, Chrisler 2013). Řada dívek je s příchodem menarche svým okolím upozorněna na to, aby změnily své chování, a zároveň se mění jejich vztahy s okolím (Lee 1994; DeMaria et al. 2020). A jelikož s příchodem menarche přichází i vnější změny ženského těla, vyvstávají v ženách obavy o to, jak se na ně dívá okolí (Lee 1994). Zároveň pak s menarche a změnou ženského těla probíhá též proces sexualizace a objektifikace těl (Lee 1994). Těmito způsoby tedy menarche spouští socializaci a stigmatizaci ženství, kterému privilegovaná a „neposkrvněná“ mužská těla unikají (Patterson 2013). Ženské tělesné funkce spojené s menstruací jsou znakem ženské podřazenosti a jsou tedy zakrývány a silně kontrolovány, aby dané ženské tělo mohlo dostát ideálu krásy (Roberts et al.

2002). Kvůli objektifikaci ženských těl a stigmatizaci menstruace jsou ženy donuceny k tomu, aby své tělo kontrolovaly a menstruaci před svým okolím skrývaly (Roberts 2000 podle Roberts et al. 2002).

Management menstruace

Tanith Oxley (1998) popisuje, že při skrývání menstruace ženy vydávají značné úsilí, aby jejich okolí nezjistilo, že menstruuji. Tento proces pak autorka označuje jako management menstruace, který zahrnuje zvládání menstruace od toho, jaké používají menstruační pomůcky, až po to, že se ženy v průběhu menstruace vyhýbají určitým fyzickým nebo sociálním aktivitám či volí své oblečení tak, aby zakryly jakékoliv tělesné změny. Ženy si jsou během menstruace silně vědomy svých těl, a proto se vyhýbají situacím, které by ji mohly odhalit (Oxley 1998).

Podle Normy O'Flynn (2006) z kvalitativních studií vyplývá řada společenských pravidel souvisejících s menstruací. Jejich podstatou je to, že žena musí uchovat menstruaci v soukromí. Toho může dosáhnout tím, že nosí vhodné oblečení, nebo změnou obvyklých činností tak, aby zabránila jakýmkoliv viditelným důkazům, které by její menstruaci či menstruační pomůcky odhalily. Dále by se žena měla vyhnout tomu, aby jí krev protekla na oblečení, a musí tomu uzpůsobit použití adekvátních menstruačních pomůcek. Nepřítomnost v práci nebo nižší výkon nebude vysvětlovat explicitně tím, že má menstruaci. S ostatními ženami o menstruaci mluví jedině tehdy, pokud se dobře znají anebo je druhá žena pravděpodobně chápavá a zároveň jsou v soukromí, navíc pro označení menstruace často využívají eufemismy. S muži se o menstruaci nemluví, pokud se nejedná o sexuálního partnera, zároveň je ale pohlavní styk v této době považován za odporný (O'Flynn 2006).

Dle Natalie Moffat a Lucy Pickering (2019) jsou ženy vystaveny dvojí zátěži, jelikož nejen že musí pracovat na maskování menstruace jak diskurzivně, tak prakticky, aby byla zachována její neviditelnost, ale sociální a materiální infrastruktura, která by jim to umožňovala, je často nedostatečná. Proto musí ženy tyto infrastrukturní nedostatky řešit tak, že u sebe nosí zakrvácené tampony a vložky, když jsou koše přeplněné, konzumují léky proti bolesti nebo pokračují v práci, i když jim není dobře. Snaží se vyhnout hanbě spojené s prozračením jejich menstruačního stavu. Dokonce mění hormonální rovnováhu svých těl, aby byla menstruace předvídatelná a snížila se tak úzkost s ní spojená. Nicméně u žen, u nichž úzkosti zůstávají a jejichž menstruace přijde neočekávaně, to vyžaduje nejen větší sebekontrolu, ale také více času. Ať už na opakované návštěvy toalety z důvodu výměny menstruačních pomůcek, či na zpracovávání pocitů studu a rozpaků, pokud nějaké z výše uvedených pravidel poruší a dojde tak k narušení menstruační etikety (Moffat, Pickering 2019).

Management menstruace, který zahrnuje systém toho, co a jak ženy během své menstruace doma i v práci dělají a jak se vypořádávají s fyzickými a psychickými as-

pekty souvisejícími s menstruací, může být pro různé ženy odlišný (Murthy 2014). Toto je ovlivněno faktory, jako je sociální třída, socializace a od počátku menarche také formování identity žen (Jackson 2019). Menstruující tělo je vždy zasazeno do konkrétních interakčních a sociokulturních diskurzů (Roberts 2020).

Kulturní asociace spojené s menstruací a biologickým pohlavím, přirozeností, reprodukcí a feminitou z menstruace činí podle Katie Ann Hasson (2016) oblast předurčenou pro zkoumání genderového ztělesnění. Menstruace je jedním z příkladů sociální konstrukce těla a genderu a to, že se i v souvislosti s menstruací opětovně vyjednávají biologická fakta napříč širokou škálou institucí – vědecký výzkum, medicína apod. –, nabízí další důkazy, že dokonce i ty nejredukovatelnější biologické procesy mohou být přepsány novými významy (Hasson 2016).

Ženy a menstruace na pracovišti

Ženy jsou nejen v České republice nedílnou součástí pracovní síly (míra zaměstnanosti žen v EU dosáhla v roce 2021 67,7 %, v ČR pak 69,5 % k říjnu 2022 (Český statistický úřad 2022, Eurostat 2022). Co se týče současného postavení žen v práci v ČR, z řady problémů jsou nejdiskutovanější genderové nerovnosti v odměňování (Křížková, Marková Volejníčková, Vohlídalová 2018). Ženy se na pracovním trhu potýkají s genderovou segregací a diskriminací (Křížková, Sloboda 2009). Segregace pracovního trhu se poměrně dobře měří a statisticky testuje, zatímco diskriminace na pracovním trhu se může projevovat řadou subtilních mechanismů, které nemusí být kvantitativními daty zachyceny.

Menstruující pracující ženy se v rámci managementu menstruace potýkají s řadou překážek a nevýhod, které je v práci mohou omezovat či diskriminovat. Kromě menstruace se musí ženy vypořádat i s tématy mateřství či menopauzy, což podle Grandey, Gabriel a King (2020) vytváří jakási tři tabuizovaná M. Ta mohou být vysvětlením genderových rozdílů v pracovním prostředí, jelikož představují omezení pro kariéry žen z podstaty toho, že jsou to zkušenosti jedinečné pro ženy (Grandey et al. 2020).

Z hlediska pracovních organizací je ideální zaměstnanec takový, který nemá žádnou sexualitu, emocionalitu a nerozmnožuje se (Acker 1990), jelikož tímto způsobem jsou ideální pracovníci předvídatelní, ovladatelní a spolehliví (Grandey et al. 2020). Podle feministické teorie je organizační struktura ve skutečnosti silně maskulinní a je místem mužské dominance (Acker 1990). Ženy musí přizpůsobovat a podrobovat svá těla organizačním normám, jinak riskují snížení pracovních výsledků a zejména pracovního ohodnocení, čímž se vytváří celoživotní podrobení ženských těl (Jack, Riach, Bariola 2019). To má negativní vliv jak na jejich zdraví, tak na jejich kariéru (Grandey et al. 2020).

Řada studií se snažila potvrdit či vyvrátit stereotypní představy o vlivu menstruace na pracovní výkon. V kanadské studii provedené Sarah E. Romans et al. (2017) ženy tvrdily, že se jim během menstruace chtělo více plakat než v premenstruační fázi, ale

žádné rozdíly v pláči se ve skutečnosti neobjevily. Navíc pláč je nejen biologický, ale i sociokulturní fenomén, všeobecně se vyskytující v lidských společnostech se silně genderovým profilem, kdy ženy pláčou více než muži (Romans et al. 2017). Předpoklad, že by menstruace ovlivňovala kognitivní schopnosti, se na základě výsledků z řady studií neprokázal (Grandey et al. 2020). Avšak na základě výsledků z nedávné experimentální studie 96 zaměstnankyň ze Spojených států amerických vyplynulo, že s vyčerpáním a negativní náladou nebo s pocitem rozrušenosti či podrážděnosti souvisí menstruační bolesti (Motro, Gabriel, Ellis 2019), což ale odporuje společenskému přesvědčení, že negativní nálady jsou vlastní všem menstruačním cyklům (Grandey et al. 2020).

Menstruaci na pracovišti se v českém kontextu zabývala Radka Dudová (2021), jež na příkladu řidičů a řidiček veřejné dopravy zkoumala, jak jsou genderovaná těla v práci zneviditelňována a mohou být chápána jako překážka pro výkon dané práce. Z kvalitativních rozhovorů s řidičkami vyplynulo, že menstruace je jedna z řady fyzických komplikací, které při výkonu své práce zažívají. Řidičky si nemohou dojít na toaletu podle potřeby a zázemí či sociální zařízení pro řidičky a řidiče často ani nejsou dostatečně vybaveny tak, aby si žena mohla pohodlně vyměnit menstruační pomůcku. Pro menstrující ženy to znamená mnohem více stresu ohledně zvládnutí jejich těl (Dudová 2021).

Současné poznatky o tom, jak jsou menstruační cykly spojeny s pracovním výkonem, naznačují, že většina žen vykonává svou práci, aniž by menstruaci věnovala velkou pozornost (Grandey et al. 2020). Ženy, které trpí bolestivou menstruací, mohou ale být v osobním i pracovním životě omezeny, mít problém při menstruaci sedět, chodit nebo stát, a tyto silné bolesti či nevolnost pak mohou zapříčinit nemožnost jít do práce či do školy a mohou ženy vyřadit i z volnočasových a sociálních aktivit (Chen, Draucker, Carpenter 2018). Ženy, které cítí, že je menstruace omezuje a zároveň to považují za nepřijatelné v rámci každodenního života, vydávají značné množství energie na to, aby nepřetržitě mentálně a prakticky řídily menstruační krvácení (Brantelid, Nilvér, Alehagen 2014). Ačkoliv tedy není podle dostupných výzkumů úplně jednoznačné, zdali jsou ženy v průběhu menstruačního cyklu méně či více výkonné, je pro ně menstruace při vykonávání jejich placené práce do jisté míry omezující.

Vliv menstruace na výkon práce se mimo jiné liší povahou vykonávané práce, její fyzickou náročností a prostředím, ve kterém je vykonávána. Lze očekávat, že jinak budou menstruaci na pracovišti zakoušet ženy v pozicích „bílých límečků“ a jinak ženy např. v namáhavých fyzických povoláních bez možnosti flexibility a autonomie uspořádání práce. Proto je nutné na problematiku nahlížet s využitím intersekcionalní perspektivy, kdy zkušenost menstruace bude záviset na průsečíku různých tělesných, pracovních, ekonomických a sociálních znevýhodnění.

S výše popsaným souvisí i probíhající debata týkající se menstruačního volna. Tato politika by umožňovala menstrujícím ženám vzít si volno, pokud se kvůli menstruaci

nemohou dostavit do práce. Ačkoliv je menstruační volno nabízeno v některých státech, tak zatím neexistuje dostatek informací o tom, jakým způsobem je tato politika využívána, jaké jsou s ní spojeny sociokulturní postoje a jaké jsou její celkové dopady (Barnack-Tavlaris et al. 2019). Při uvažování nad menstruačním volnem je však nutné brát v potaz to, že ačkoliv by tato politika mohla ženám umožnit mluvit o menstruačním cyklu na pracovišti, tak je současně menstruace rovněž využívána k marginalizaci a utlačování žen (Levitt, Barnack-Tavlaris 2020). A jelikož by při zavedení menstruačního volna musely menstrující osoby svoji menstruaci otevřeně deklarovat, mohla by nastat řada situací, které by ženy či queer osoby paradoxně vyvedly mimo zavedené sociální normy, které jim ukládají menstruaci zneviditelnovat. I proto je část debaty vedena směrem přidání tzv. sick days, které by mohly být využívány jako „menstruační volno“, ale bez toho, aby menstrující osoba musela prozradit svůj menstruační stav (Barnack-Tavlaris et al. 2019). Avšak dostupnost sick days je silně ovlivněna typem dané pracovní pozice a z hlediska intersekcionality by přidání sick days situaci znevýhodněného postavení žen na pracovním trhu nevyřešilo.

Metoda

Zkoumání menstruace jako sociálního (a sociálně konstruovaného) fenoménu je v českém kontextu neexistující nebo jen anekdotické. Proto jsme zvolily explorativní výzkum, který umožňuje objevovat a empiricky odhalovat fenomény v datech a rovněž umožňuje maximalizovat hodnotu sesbíraných dat (Jebb, Parrigon, Woo 2017). Analýza dat pak byla provedena za pomoci postupů zakotvené teorie. Hlavní výzkumnou otázkou je: „Jak ženy prožívají a interpretují zkušenost menstruace ve světě placené práce?“ Vedlejšími výzkumnými otázkami jsou: „Zažívají ženy diskriminaci při výkonu práce z důvodu menstruace?“ a „Domnívají se ženy, že je menstruace omezuje ve výkonu práce?“

Výzkum a následná analýza jsou založeny primárně na polostrukturovaných hloubkových rozhovorech, ale část analýzy sestává i z otevřené otázky z dříve sesbíraných dotazníků. Výběr vzorku probíhal za pomoci kombinace více výběrových technik, konkrétně se jednalo o techniku sněhové koule, samovýběru a účelového výběru. Rekrutace žen proběhla prostřednictvím několika kanálů, kdy byly rozmístěny informativní lístky pro oslovení žen na různá veřejná místa (např. knihovna, univerzita apod.) a zároveň byl zveřejněn příspěvek o možnosti účasti ve výzkumu ve dvou zájmových facebookových skupinách, z nich každá měla v době sběru dat přes pět tisíc členů. Zájem žen převýšil původní očekávání, jelikož o účast ve výzkumu projevilo zájem celkem 114 žen. Z toho důvodu byl tedy zájemkyním zaslán odkaz na krátký dotazník, jenž zjišťoval věk, současnou a případně bývalou profesi ženy. Dále byla ženám položena otázka, zdali je menstruace omezuje v průběhu vykovávání jejich placené práce, a poslední otázka zjišťovala, co pro ženy znamená menstruace při vykonávání

Tabulka 1: Sociodemografické informace o komunikačních partnerkách, jejich současná, případně bývalá profese a jejich pocit omezení menstruací

#	Přezdívká	Věk	Současná profese	Bývalá profese	Škála omezení menstruací	
1	Kamila	26	Koordinátorka kurzů	Brigády / studentka	3	Rozhodně mě omezuje
2	Karla	24	Reportérka zpravodajství	Žádná / studentka	2	Spíše mě omezuje
3	Renata	29	Právníčka (v soukromé sféře)	Právníčka (ve státní sféře)	3	Rozhodně mě omezuje
4	Natálie	31	Administrativní pracovnice na VŠ	Referentka	1	Nijak mě neomezuje
5	Lída	33	Environment + Health and Safety Specialist (EHS specialista)	–	1	Nijak mě neomezuje
6	Lenka	27	Právníčka (vyšší úředník státního zastupitelství)	Žádná / studentka	3	Rozhodně mě omezuje
7	Radka	30	Floristka	Letuška	3	Rozhodně mě omezuje
8	Jitka	49	Knihovnice	Sociální pracovnice	2	Spíše mě omezuje
9	Lada	32	Rodičovská dovolená a poloviční úvazek (projektová manažerka)	Projektová manažerka	2	Spíše mě omezuje
10	Denisa	30	Designérka	Content editorka	2	Spíše mě omezuje
11	Adéla	21	Pečovatelka	–	3	Rozhodně mě omezuje
12	Lucie	35	Vyučující na VŠ a výzkumnice	–	2	Spíše mě omezuje
13	Simona	52	Zubní lékařka	Zubní lékařka	2	Spíše mě omezuje
14	Andrea	37	Terénní sociální pracovnice	Prodavačka	3	Rozhodně mě omezuje
15	Dana	66	Učitelka na ZŠ	–	1	Nijak mě neomezuje
16	Magda	43	Vědkyně	–	2	Spíše mě omezuje
17	Běta	37	Redaktorka v nakladatelství	–	1	Nijak mě neomezuje
18	Alena	38	Učitelka na SŠ, tlumočnice a překladatelka	VŠ pedagožka	1	Nijak mě neomezuje
19	Emma	29	Učitelka na OA	Specialistka CSR projektů	3	Rozhodně mě omezuje

Pozn.: Otázka na pocit omezení menstruací zněla: „Omezuje Vás menstruace v průběhu vykonávání Vaší placené práce?“ Se třemi možnostmi odpovědí: 1) Nijak mě neomezuje, 2) Spíše mě omezuje, 3) Rozhodně mě omezuje.
Zdroj: Autorky.

placené práce. Na tento dotazník odpovědělo celkem 54 žen, z nichž poté byly vybrány a osloveny ty, se kterými byly provedeny kvalitativní rozhovory.

Při výběru komunikačních partnerek pro kvalitativní rozhovory byla využita technika *most different design*. Ta cílí na to, aby se jednotlivé případy od sebe co nejvíce lišily, což mimo jiné umožňuje i pevnější základ pro případnou generalizaci, a to v případě využití různorodých případů, které mohou být široce reprezentativní pro danou populaci (Seawnght, Gerring 2008). Při výběru komunikačních partnerek bylo tedy cíleno na to, aby se od sebe ženy lišily svými profesemi, věkem a i tím, do jaké míry je podle nich samých menstruace omezuje.

Vzhledem k pandemické situaci přetrvávající v průběhu sběru dat proběhly rozhovory po dohodě s komunikačními partnerkami online, kromě jednoho, který byl uskutečněn na žádost informantky face-to-face v neutrálním prostředí. Vzhledem k tomu, že komunikační partnerky byly z různých částí České republiky, samy upřednostňovaly online setkání. Rozhovory byly provedeny na platformě Zoom, jelikož ta umožňuje spolehlivé nahrávání rozhovoru, což je pro následný přepis nezbytné. Celkem bylo provedeno 19 kvalitativních rozhovorů, které byly realizovány v období od konce listopadu 2021 do začátku února 2022. Délka rozhovorů se pak pohybovala v rozsahu přibližně 22 až 46 minut.

Průměrný věk 19 komunikačních partnerek byl 35,21 roku ($SD = 10,9$) a průměrný věk zbylých 35 žen, které vyplnily pouze dotazník, byl 28,77 roku ($SD = 6,97$). Co se týče profesního zaměření komunikačních partnerek, tak přes snahu zahrnout i manuálně pracující ženy se z převážné většiny jedná o povolání, která nejsou nijak zvlášť fyzicky náročná a většina z těchto profesí vyžaduje středoškolské nebo vysokoškolské vzdělání. Šestnáct z celkových 19 dotazovaných žen pracovalo v pozicích středního managementu či administrativy, případně v dalších pozicích „bílých límečků“ (lékařka, učitelky, novinářka). Vymykala se jen sociální pracovnice, pečovatelka a prodavačka; nepodařilo se obsáhnout dělnické profese a toto zaměření vzorku je nutné brát do úvahy při analýze rozhovorů. Tento nedostatek částečně kompenzovala zjištění z otevřených otázek v dotaznících, ve kterých byl vzorek respondentek více různorodý.

Hlavní sociodemografické informace o komunikačních partnerkách, jejich současná, případně bývalá profese a jejich pocit omezení menstruací jsou shrnuty v tabulce 1.

Scénář pro rozhovory byl rozdělen do několika tematických okruhů, které se týkaly obecného popisu povolání informantky, dále jak informantka prožívá menstruaci a jaký k ní má vztah, další okruh se podrobně věnoval menstruaci na pracovišti a poslední okruh se týkal otázek spojených s reprodukcí. Zvolenou metodou pro analýzu kvalitativních rozhovorů byla metoda zakotvené teorie, která umožňuje sledovat kontext, strukturu a proces či interakce. Při využití této metody nemusí být nutně výsledkem vytvoření teorie, ale může jím být identifikace konceptu či popsání a přidání prvků ke kontextu a procesu daného problému (Corbin, Strauss 2008).

Vzhledem k výzkumným otázkám nám tedy využití zakotvené teorie umožňuje využít induktivní přístup k analýze dat a poskytuje zdůraznění osobních zkušeností a hlas komunikačních partnerek (Corbin, Strauss 2008).

Rozhovory prováděla první autorka tohoto textu. Kvalitativní rozhovory byly po sebrání doslovně přepsány. Přepsané rozhovory a otevřené odpovědi z dotazníků byly následně okódovány a analyzovány za pomoci programu ATLAS.ti. Toto kódování vedlo k vytvoření koncepčních kategorií a témat, jež představují management menstruace: různé menstruace, různé podmínky; menstruace v časoprostoru pracovních organizací; sociální normy spojené s menstruací; plánování spojené s menstruací; menstruace jako připomenutí tělesnosti.

Přepisovatelé a přepisovatelky se písemně zavázali, že nezpřístupní ani nepoužijí žádné osobní či citlivé informace, se kterými se v rámci přepisů rozhovorů seznámili. U žádného z uskutečněných rozhovorů nebyla na straně autorky ani informantek přítomna třetí osoba. Před začátkem nahrávání jednotlivých rozhovorů byly komunikační partnerky seznámeny s nahráváním rozhovoru a vyjádřily s ním explicitní souhlas, dále byly ujištěny, že jejich osobní či jinak citlivé informace budou následně ve výstupu analýzy kvalitativních rozhovorů anonymizovány. Z toho důvodu jsme tedy reálná jména komunikačních partnerek nahradily přezdívkami. Pokud samy respondentky zmínily nějakou instituci nebo konkrétní místo bydliště či pracoviště, byly tyto informace rovněž anonymizovány.

Jelikož se rozhovory týkaly citlivého a tabuizovaného tématu menstruace, bylo důležité nastolit v průběhu rozhovoru důvěru mezi tazatelkou a komunikačními partnery. To jsme částečně zajistily tím, že rozhovor probíhal vždy mezi dvěma ženami, což může vést k navázání vazby a pocitu soudržnosti (Brantelid et al. 2014), a částečně tím, že tazatelka ženy několikrát ujistila o anonymizaci rozhovoru. Pokud se jednalo o velmi citlivá témata spojená s reprodukcí a reprodukčními poruchami, ujistila tazatelka komunikační partnerky, že na otázku nemusí odpovídat, pokud nechtějí. K pocitu navození důvěry mohl přispět i způsob online rozhovorů, který může komunikačním partnerkám umožnit o intimních a citlivých tématech mluvit otevřeně (DeVault 2018). Většina dotazovaných žen neměla větší problém se o citlivých tématech bavit, k položeným otázkám byly velmi otevřené, a pokud mluvily o nepříjemných zážitcích, snažila se tazatelka navodit atmosféru pochopení a emočního bezpečí (Hendl 2016).

Analytická část

Prožívání menstruačního cyklu: různé menstruace, různé podmínky

Délka menstruačního cyklu i délka krvácení komunikačních partnerek se pohybovaly téměř u všech informantek kolem normy, která činí 2 až 6 dnů pro menstruaci a 24 až 42 dnů pro menstruační cyklus (Crooks, Baur 2014). Dotázané ženy uváděly délku

cyklu přibližně mezi 24 až 35 dní a délku krvácení z většiny mezi 4 až 7 dní. Je nutné poznamenat, že průběh a prožívání menstruace mohou být ovlivněny řadou faktorů. Komunikační partnerky zmiňovaly hormonální antikoncepci, změnu menstruace kolem porodu a také používání nitroděložního tělíska, u kterých ženy popisovaly, že pozorovaly změny v intenzitě a délce menstruačního krvácí či prodloužení celého menstruačního cyklu.

Co se týče samotného prožívání menstruace, tak většina komunikačních partnerek popisovala, že pociťují v určité části cyklu více či méně silné menstruační bolesti, jež jsou nejčastějším symptomem souvisejícím s menstruačním cyklem (podobně Balik et al. 2014). Pro Lídu (33 let, EHS specialista) je nejbolestivější první den, kdy *„mívám křeče, ale zase nic, co by se nedalo přežít“*. Denisa (30 let, designérka) popisovala svou menstruaci jako *„docela standardní, ve smyslu, mám ji pravidelnou, mám ji jako sedm dní a nějaký větší bolesti mívám spíš teďka kolem toho druhýho dne, občas to přesáhne první, třetí, záleží, jak to zrovna vyjde, a nemyslím si, že bych ji měla nějak extra silnou, extra slabou, přijde mi to jako relativně konfekční“*.

Pokud je však pro ženy prožívání menstruace zvlášť bolestivé a nevolnosti spojené s menstruací je zvlášť omezují, je pro ně menstruace velmi nepříjemnou záležitostí. Alena (38 let, učitelka na SŠ, překladatelka) viděla na svých dvou dnech silné menstruace, kdy se cítí *„úplně mrtvá“*, výhodu v tom, že *„na druhou stranu si to rychle odbydu“*. Naproti tomu Radka (30 let, floristka) popisovala, že trpí silnými bolestmi:

... ty první dva dny musím v podstatě, pokud to jde, proležet v posteli s nějakou horkou lahví, brát léky na bolest každý 3–4 hodiny a potom ten zbytek už se dá nějak zvládnout další tři dny. (...) Když ten den musím do práce, tak to se snažím nějakým způsobem ty bolesti zvládat za chodu, ale dost mi to znepříjemňuje nebo ztěžuje běžný fungování.

Lucie (35 let, vyučující na VŠ a výzkumnice) kromě silných menstruačních bolestí, které omezují její fyzický pohyb, zažívala i další nevolnosti, jelikož měla ještě problémy s jícnovým refluxem a společně s menstruačními bolestmi má i průjem. Menstruace je tedy pro ni celkově *„dost nepříjemná“*. Jako příklady různých fyzických příznaků popisovaly komunikační partnerky nejčastěji bolesti nejen v oblasti břicha, ale i zad, v kříži či v nohou. Neméně často ženy zmiňovaly bolesti hlavy a také nevolnost v podobě problémů se zažíváním.

Bolest provázející menstruaci některé komunikační partnerky omezovala ve vykonávání jejich placené práce. Aby toto omezení minimalizovaly, užívaly léky tlumící bolest. Adéla (21 let, pečovatelka), která popisovala svou menstruaci jako velmi bolestivou a omezující, vyprávěla:

Mám křeče po celém těle, brní mě ruce, bolí mě hlava, záda, pánev, všechno mě hrozně bolí. Mám fakt ošklivý křeče, takže dva tři dny jenom proležím. Takže jsem každý měsíc na dva, tři dny prostě úplně mimo. Hodně si dávám léky, protože na to mi nic jiného nepomáhá, a hodně chodím do vany se nahřívat, aby se mi uvolnily ty svaly, do toho mám nějaký doplňky stravy s magnéziem proti křečím. (...) A hlavně když jsem v práci, tak musím fungovat, takže si dávám hodně léků, i když jako nejsem zastánce toho, že by se všechno mělo léčit lékama (...).

Řada komunikačních partnerek popisovala, že kolem menstruace pociťují změny nálad. Svoji náladu před menstruací popisovaly slovy „výbušnější“, „naštvaná“, „podrážděná“, „protivná“, „zlobím se na celý svět“ nebo „citlivější“ či „smutnější“. Pro některé komunikační partnerky nejsou změny nálad spojené s menstruací skoro vůbec časté a podle některých žen změny nálad přišly až v pozdějším věku, kdy jako dívky žádné změny nálad nepociťovaly.

Pokud tedy byla menstruace pravidelná a bolesti nebyly zas tak silné, neznamenal to pro komunikační partnerky zásadní omezení. Pokud však byla menstruace velmi bolestivá a provázely ji nevolnosti nebo byla nepravidelná a ženy nebyly schopny se na ni dobře připravit, musely pak vynaložit značné úsilí a pečlivě plánovat, aby ji celkově zvládly, obzvláště při výkonu své placené práce. Ženy, které tedy neměly menstruaci „v normě“, byly oproti ženám, které menstruace tolik neomezuje, značně znevýhodněny, jelikož musely svou „náročnou“ menstruaci zvládat stejně jako ostatní. Pro ženy, které prožívají obtížné menstruace, je tedy snaha vyhovět společenským pravidlům týkajícím se skrývání a zvládání menstruace mnohem náročnější.

Řada komunikačních partnerek zmiňovala, že v průběhu menstruace touží po odpočinku a raději by byly doma namísto vykonávání placené práce. Svoji preferenci často vyjadřovaly slovy „nejradši bych byla doma ty první dva dny“ nebo „nejradši bych zůstala doma v posteli s ohřívací lahví a všechno raději prospala“ apod. Ženy volily různé strategie, aby se omezení v podobě menstruace ve výkonu své placené práce vyhnuly. Lída (33 let, EHS specialistka) měla díky používání hormonální antikoncepce cíleně nastavený začátek menstruace na neděli, aby „si největší bolesti ‚odbyla‘ doma“. Další strategie byly ovlivněny pozicí žen v průsečících různých nerovností. Zejména možnost časové flexibility práce a práce z domova některým usnadňovala zvládání menstruace; v její míře ale panovaly mezi komunikačními partnerkami rozdíly.

Některé komunikační partnerky měly v době rozhovoru možnost využít home office, který se zavedl s pandemií covidu-19. Většina žen, které tuto možnost měly, si ji velice pochvalovala a vnímala to jako velkou výhodu vzhledem k prožívání menstruace. Lída zmiňovala, že si velmi užívá „komfort vlastního WC, možnosti dát si sprchu i v průběhu dne nebo při bolestech pracovat z postele“. Pavla (28 let, konzultantka

v IT pro kybernetikou bezpečnost), která vyplnila pouze dotazník, pak zmiňovala, že *„v každém případě děkuji covidu za možnost home officu. Ten tomu dost pomáhá.“*

Dále měly některé komunikační partnerky možnost ve své práci využít „sick days“ a některé z nich je využívaly v době, kdy se u nich dostaví nevolnost spojená s menstruací. Emma (29 let, učitelka na OA) zmiňovala, že *„všechny sick days v minulé práci vypotřebovala na menstruaci“*. Lucie (35 let, vyučující na VŠ a výzkumnice) také využívala práci z domova *„zvláště při menstruaci, kdy je pro mě často obtížné stát či se věnovat práci“*. Na druhou stranu ačkoliv např. pro Renatu (29 let, právnička) existuje možnost sick days tímto způsobem využít, tak je nikdy nechtěla využívat každý měsíc, *„protože by odhalili pravidelnost a došlo by jim, že mi není dobře z důvodu menstruace, což by mi vadilo, vnímám to jako soukromou věc, u které chci, aby o ní věděli jen ti, kterým to řeknu“*.

Prožívání menstruace je tedy závislé nejen na tom, nakolik danou ženu provázejí tělesné negativní projevy. Odvíjí se také od toho, zda má žena možnost přizpůsobit svou pracovní aktivitu svým tělesným potřebám, přičemž tato možnost není ve společnosti rovnoměrně distribuována. Prožívání je ale také ovlivněno tím, nakolik je pro ženu možné dostat společenským normám, které menstruaci řídí, a sice zda dokáže udržet svou menstruaci ve sféře neviditelného.

Menstruace v časoprostoru pracovní organizace

Pro prožívání menstruace ženami, které musely být přítomné na pracovišti, bylo klíčové časové a prostorové uspořádání pracovního prostředí. Časoprostor pracovní organizace nemusí vždy odpovídat potřebám menstruuujících žen, jak ukázal i výzkum (Sang et al. 2021). V době menstruace mohou ženy potřebovat častěji odcházet na toaletu, a to v době, kdy jim to organizace práce neumožňuje. Velmi složitou situací musela ve své minulé práci řešit Andrea (37 let, terénní sociální pracovnice), která byla prodavačkou v jednom z řetězců drogerií. Dostupnost toalet se pro ni odvíjela od toho, kolik zaměstnankyň či zaměstnanců bylo v tu chvíli na prodejně, a bylo běžné, že ráno a večer byla na celou prodejnu sama. V tom případě byla možnost „odskočit si“ velkým problémem:

Čekala jsem, až odejde zákazník, nebo když byl prázdný obchod, tak jsem si odskočila a riskla jsem, že tam nikdo nic mezitím nečorne. A když byl plný obchod, nebo ne plný, ale když tam byly třeba dvě paní, tak jsem je prostě poprosila, že ať se nezlobí, ale že musím odběhnout na dvě minutky pryč. Protože mi nic jiného nezbylo.

Na otázku, zdali toto někdy řešila s vedoucí, Andrea odpověděla: *„Nenene, to vůbec. Tam se musí šlapat (smích). To vám řekne asi každá prodavačka.“* Vzhledem

k těmto okolnostem se tedy Andrea vždy raději „pojistila“ a používala kromě tamponu i slipovou vložku, která by v případě, že by si nemohla včas dojít na toaletu a menstruační pomůcku si vyměnit, zabránila protečení krve na oblečení.

Daniela (21 let, administrativní pracovnice), která vyplnila jen dotazník, v něm popisovala podobnou situaci při práci ve službách ve svých bývalých profesích.

Když jsem ještě používala klasické vložky, byla pro mě menstruace často velkým problémem. A to hlavně v době, kdy jsem pracovala jako číšnice a těžko se mi hledala chvíle na odběhnutí na záchod. Někdy byl takový frmol, že jsem si téměř celou směnu neodskočila, natož abych si mohla v pravidelných intervalech měnit vložku. To samé probíhalo ve sportovním obchodě, kde prostě když byli uvnitř lidi a já jsem v práci sama, tak jsem si zkrátka na záchod zajít nemohla, i když už mi bylo jasné, že to teče úplně všude.

Kromě času je pro zvládnání menstruace významná prostorová organizace práce. Uzpůsobení toalet a jejich dostupnost hrají důležitou roli v tom, jak pohodlně si mohou ženy menstruační pomůcku vyměnit a kdy a za jakých okolností si na toaletu vůbec mohou dojít. To následně ovlivňuje i to, jaké menstruační pomůcky ženy používají.

Karla (24 let, reportérka) zvolila menstruační kalíšek hlavně z toho důvodu, že je ekologický, ale musela ho přestat používat vzhledem k náročnosti své práce, kdy pobývala často mimo kancelář a neměla jak krev komfortně z kalíšku vylít a opláchnout jej. Denisa (30 let, designérka) naopak vyzdvihovala, že s používáním kalíšku jí odpadlo „*takový to jako tajný šátrání v batůžku. Pak si tu vložku člověk strčí někam do kapsy a přes celý ty kancly jde na ten záchod.*“ Denisa byla zároveň jednou z komunikačních partnerek, které měly toalety v práci uzpůsobené tomu, že se jim s menstruačním kalíškem pracovalo pohodlně, jelikož umyvadlo a záchod byly v jedné místnosti. Naproti tomu Jitka (49 let, knihovnice) ve svém zaměstnání situaci s odděleným umyvadlem musela řešit následovně: „*beru si (smích) konvičku na čaj – tam mám vodu nebo plastovou láhev – a natočím si [do ní] vodu*“. A dále mluvila o tom, jak je pro ni nekomfortní takto na toaletu v době menstruace chodit, protože se obává toho, že ji někdo přistihne, jak jde na toaletu s konvičkou.

Časové a prostorové podmínky na pracovišti ženám často zabraňují používat ty menstruační pomůcky, které by chtěly. Nejvíce se v rozhovorech objevoval problém s tím, že ženy, které používaly menstruační kalíšek, neměly ve své práci záchod a umyvadlo za jedněmi uzamykatelnými dveřmi, a tudíž pro ně bylo náročné vymyslet způsob, jak kalíšek vymýt a znovu zavést. Proto některé ženy používaly jinou menstruační pomůcku (např. tampon), pokud věděly, že nemají „*přístup k nějaké soukromější toaletě*“ (Radka, 30 let, floristka). Patricie (35 let, metodička a analytička v personali-

stice), která vyplnila pouze dotazník, v něm popisovala, že toaleta v její práci „je blízko nejlepší zasedačky, kterou na pracovišti máme, kde se často schází správní rada, vedení společnosti atd. A velmi často paní uklízečka nechává otevřené dveře. Chybí tam soukromí, takže není třeba možné používat kalíšek. Představa, že ho chci třeba umýt a přijde paní uklízečka, otevře dveře dokořán a naproti bude třeba GŘ [pozn. nejspíše myšlen generální ředitel], není úplně lákavá.“

Problematická z hlediska prostoru i času jsou i zaměstnání, která jsou více v terénu než v kanceláři, a pak ženy řeší problémy s tím, kdy a kde si mohou na toaletu dojít. Andrea (37 let) ve své současné práci sociální terénní pracovníce zmiňovala, že u klienta nebo klientky na toaletu nechodí, a tudíž „mi nezbývá než navštěvovat různé kavárny, vyhledávat prostě WC, kde to bude v pohodě, a ne nějaký hnus“. Karla (24 let) řešila situaci ve své profesi reportérky regionálního zpravodajství podobně. V rozhovoru popisovala situaci, kdy „... už znám vlastně všechny benzínky [v daném kraji, kde pracuje] a vím, jestli mě tam pustí na záchod bez toho, aniž bych si musela něco koupit, nebo jestli si budu muset koupit tyčinku, a potom si zajdu na toaletu. (...) Už mám v hlavě mapu, kde to jak funguje.“

Další problém s toaletami může být v pracovních prostředích, která nejsou kancelářská. Lída (33 let, EHS specialista) ve svém minulém zaměstnání musela řešit ve spojitosti s menstruací řadu problémů. Při kontrole továren musela mít na sobě patřičné ochranné pomůcky a často přišla do styku s chemickými látkami. Potom návštěva toalety znamenala, že „toaleta v rámci výrobní haly byla někde na druhé straně a člověk ze sebe musel sundat ty ochranné pomůcky (smích), umýt si ruce a jít na toaletu. Najednou je to deset minut, než se člověk dostal z místa A na toaletu a pak zase nazpátek.“ Dále v rozhovoru také zmiňovala, že „plus tedy to byly toalety, které byly (...) tři kabinky pro šedesát žen, takže i ta úroveň čistoty, že se to ne vždy stihalo dát do takového stavu, jak by to ideálně mělo být“. Můžeme si představit, že pro samotné dělnice pracující v tomto prostředí, navíc bez možnosti si práci časově flexibilně uzpůsobit byly tyto podmínky ještě více omezující.

Problematické může být pro ženy i to, v jaké vzdálenosti od jejich pracovního místa se toaleta nachází. Běta (37 let), která pracuje jako redaktorka v nakladatelství, jež je součástí knižního velkoobchodu, musí docházet na toaletu na prodejnu. To s sebou nese nejen schovávání menstruačních pomůcek („Mám pocit, že před zákazníky by se to nehodilo.“), ale i to, že „když otevřu dveře do prodejny, tak tam stojí kolega, který pracuje v té prodejně a podává informace zákazníkům. Vždycky, když otevřu dveře, tak on se otočí a dívá se, kdo jde, takže je tam trošku taky to, že nechci chodit moc často, protože to nepůsobí dobře.“

I když je toaleta ženám dobře dostupná, nemusí být dostatečně vybavena. Renata (29 let, právnička), ačkoliv měla toaletu pracovnímu místu nablízku, měla v současném zaměstnání problém s tím, že u toalety není odpadkový koš. A jelikož používala

tradiční menstruační pomůcky (tampony či vložky), tak je potřebovala někam vyhodit. Jediný koš v dané poměrně malé kanceláři se nacházel v kuchyňce, *„která je součástí kancelářského prostoru, takže to není tak, že člověk může jít něco vyhodit do kuchyňky, aniž by jako ho ti kolegové, co sedí u těch stolů, neviděli“*. Lucie (35 let, vyučující na VŠ a výzkumnice) také neměla ve své práci koš v kabině u záchodu, ale nacházel se na toaletě pouze pod umyvadlem a byl otevřený. Tudíž to řešila tak, že tampon splachovala do záchodu, i když věděla, že se to tak nemá dělat, jelikož tampony obsahují plast, a tudíž se na rozdíl od toaletního papíru nerozloží. Splachování těchto jednorázových menstruačních pomůcek tedy představuje zátěž pro životní prostředí a systémy čištění odpadních vod (Woodward 2020).

Samotné přenášení menstruačních pomůcek při vykonávání placené práce pak řešila řada komunikačních partnerek tím, že měly nějakou kosmetickou taštičku, kterou používaly k tomu, aby ostatní lidé nepoznali, že menstruuje. Např. Kamila (26 let, koordinátorka kurzů) se k tomu vyjádřila tak, že *„jestli tam mám ale tužku na oči nebo tampon, to už může být každému jedno, si myslím“*. Jiné ženy přenášely menstruační pomůcky v kapsách oblečení, např. kalhot nebo svetru.

Menstruace v pracovním prostředí je tedy problémem jednak materiálním či praktickým, kdy ženy musí nějakým způsobem řešit své hygienické potřeby (např. v podobě výměny menstruačních pomůcek anebo vylití menstruačního kalíšku), čemuž často nejsou pracovní podmínky anebo pracovní prostředí uzpůsobeny. Tento problém je ale umocněn sociálními významy, které menstruaci provází. Jelikož normou (nejen) v pracovním prostředí je nemenstruovat, vynakládaly dotázané ženy mnoho energie na to, aby svou menstruaci udržely neviditelnou (viz také výzkum Moffat, Pickering 2019). Cítily potřebu menstruační pomůcky skrývat a zároveň nechtěly, aby o jejich menstruaci někdo věděl. K tomu ale také není čas a zejména prostor pracovních organizací uzpůsoben. Ženy pak samy nesly „náklady“ těchto společenských norem, a to buď tím, že používaly jiné pomůcky, než by samy chtěly, nebo musely snížit svůj hygienický standard a zároveň kvůli tomu prožívaly stres.

Porušení normy: Protečení krve na oblečení

Řada komunikačních partnerek popisovala, že se jim stala „nehoda“ v souvislosti s protečením krve na oblečení, ať už proto, že nastal nějaký problém s menstruační pomůckou, anebo ženu menstruace překvapila ve chvíli, kdy ji neočekávala, a to i když vykonávaly svou placenou práci. Pokud šlo o protečení na kalhotky nebo na tmavé kalhoty (např. džíny), tak z toho ženy nebyly nijak znepokojené, protože *„počínající náznaky problému v rozkroku nebyly vidět“* nebo *„nějakej maličkej flíček, úplně mezi nohama, toho si asi nikdo moc nevšimne“*. Podle Tanith Oxley (1998) a její analýzy „managementu menstruace“ představuje viditelné protečení krve na oblečení důkaz o nezvládnutí menstruace na straně ženy. A podle Normy O’Flynn (2006) je jedním

ze základních společenských pravidel to, že žena zabrání tomu, aby jí krev protekla na oblečení a zviditelnila se tím její menstruace.

Pakliže se ženám přihodilo, že jim krev protekla na oblečení ve větší míře, cítily se kvůli tomu velmi „nepříjemně“, „trapně“ či „hloupě“. Natálie (31 let, administrativní pracovnice na VŠ) vyprávěla, jak jí krev začala protékat na oblečení ve chvíli, kdy se vracela domů z práce, kdy „... jsem protekla úplně. Tehdy jsem si říkala, že je vlastně dobře, že to bylo v zimě, kdy jsem měla dlouhej kabát, kde to nebylo vidět. I tak je to teda ale nepříjemný.“ Jitka (49 let, knihovnice) popisovala své pocity z protečení krve v průběhu vykonávání své placené práce následovně:

Bylo [to] trapný, nebo trapný, prostě bylo to hloupý, protože jsem protekla až na židli (smích), jakoby na křeslo, který je polstrovaný. (...) V tu dobu tý menstruace nenosím vlastně nic bílýho a mám spíš nějaký černý volný šaty přes kalhoty nebo šaty, takže vlastně ta skvrna nebyla až tak vidět. Nebo jsem měla pocit, že je to v pohodě. (...) Tu židli, když jsem měla chvilku času, nikdo tam zrovna nebyl, tak jsem to jako vošmudlala (smích).

Ačkoliv Jitka popisovala svoji zkušenost za pomoci negativně zabarvených slov jako „trapný“ a „hloupý“, zároveň se při popisu dané situace místy smála. Podle některých studií může mít smích v sociálním kontextu speciální roli, kdy slouží jako užitečný nástroj pro oddělení se od tématu při jeho performanci nebo v reakci na něj, pokud je toto téma považováno za problematické (Holt 2020). Ve výše uvedeném případě je tedy smích použit jako prostředek k odloučení od nepříjemného faktu, že žena podle společenských pravidel menstruaci nezvládla.

Pro ženy však může být nepříjemná a stresující i ta situace, když cítí, že začínají menstruat, ale z nějakého důvodu si nemohou dojít na toaletu a použít menstruační pomůcku. To je příklad Karly (24 let), která ve své profesi regionální zpravodajky často zažívá nepříjemné pocity s tím, že si nemůže dojít na toaletu ve chvíli, kdy potřebuje.

V hlavě už vím, že mi zní alarm „utíkej na záchod“, ale vlastně vím, že teď nemůžu, protože mám živý vstup nebo musím honit nějakého respondenta. Kolikrát si v hlavě říkám úplně „to už je jako přes čáru“, a už vlastně vím, že to pro mě není komfortní, a už se cítím blbě, pak se začnu z toho potit a celá ta situace je hrozně nepříjemná. Ale já se musím pořád tvářit, že je všechno v naprostém pořádku a dokonalé a vlastně [se mám] skvěle.

Jednu nepříjemnou a velmi speciální situaci zažila Lenka (27 let, právnička), která se v rámci vykonávání své profese účastnila domovní prohlídky:

Vlastně jsem věděla, že to zhruba ten den mám dostat. (...) Tak jsem si naštěstí teda jako vzala vložku, a fakt jak jsme tam přišli, tak prostě cítíte, že to začíná. Tak to bylo nepříjemný, protože tam vlastně stojíte anebo třeba pomáháte policajtům nosit nějaký věci nebo pomáháte hledat. Tak jste furt na nohou, nemůžete si nikam sednout, navíc to místo bylo takový... no jako drogový doupe, takže tam jako nic pěkného (...) a ten záchod, jako byl tam, ale tam jsem jít nechtěla. Vím, že některý chlapi se tam odvážili, ale že bych tam šla, to se mi teda nelíbilo. Takže jsem to musela vydržet, a bylo to, já nevím, třeba deset hodin. No, nic moc to nebylo. Do toho bolesti, nemůžete se ani moc napít, najíst, protože tam furt něco děláte, máte rukavice.

Tedy různé sociální či situační podmínky mohou ženě v rámci vykonávání placené práce zabránit tomu, aby se mohla podle svých potřeb adekvátně připravit na menstruaci či si „pouze“ dojít na toaletu. Internalizovaný sociální tlak na skrývání menstruace se může projevit i tak, jak popisuje Běta (37 let, redaktorka v nakladatelství) ve svém bývalém zaměstnání:

Bylo nás tam dvanáct a měli jsme jeden záchod. A šla jsem na záchod a zjistila jsem, že už mi začíná menstruace, a tak jsem si říkala: „Ty jo, ale teď tam nechci jít hned znova, aby to nebylo vidět, že jsem to dostala. Takže tam půjdu až za chvíli.“ Jenže jsem na sobě měla svoje oblíbené růžové kalhoty a bohužel utrpěly tady tímhle špatným rozhodnutím. Tak to jsem se bila do hlavy a říkala jsem si: „Tak to jsem mohla přežít.“ Beztak by to nikdo ani neřešil nebo by si toho nevšiml, prostě by to ani nikoho vůbec nenapadlo. Jenom já jsem měla takový pocit, že bych byla strašně podezřelá, a od té doby to nedělám samozřejmě.

Ženy tedy dělaly všechno proto, aby neporušily normu, podle které by měly menstruaci zvládat tak, aby o ní jejich okolí nevědělo. Pokud ženě krev proteče na oblečení, zviditelní se něco, co by podle dané normy nemělo být nijak viděno. Ženy, které popisovaly protečení krve na oblečení či se toho obávaly, pak dokreslují to, jak silně je tato norma internalizována a s jakými nepříjemnými pocity je její i jen možné porušení spojeno.

Jak zůstat neviditelná: Plánování spojené s menstruací

Aby tedy ženy zabránily nehodám s protečením krve na oblečení, vydají značné úsilí spojené s plánováním ohledně menstruace. Řada žen volila strategii, že si do práce nosily náhradní oblečení či se vyhýbaly světlému oblečení, na kterém by bylo případné protečení vidět více než na tmavém.

Jitka (49 let, knihovnice) popisovala svůj zvyk ohledně oblečení tak, že „v době menstruace nenosím vlastně nic bílého a mám spíš nějaký černý volný šaty přes kal-

hoty nebo [jenom] šaty, takže ta skvrna by nebyla až tak vidět. (...) Já mám jakoby první pomoc, nějaký náhradní kalhotky nebo něco, vždycky v práci."

Magda (43 let, vědkyně), která měla v době rozhovoru menstruaci velmi nepravděpodobnou, nejen že měla menstruační vložky „úplně všude, (...) ve stole, ve všech [svých] kancelářských šuplíkách, taškách, kabelkách a na různých místech (smích)", ale zároveň měla z toho samého důvodu v práci náhradní oblečení nebo se snažila „příslušné části zakrýt svetrem nebo odchodem, pokusem o přeprání a podobně". A použití svetru popisovala i Simona (52 let, zubní lékařka), která vzhledem k neúčinným menstruačním pomůckám za minulého režimu zmiňovala, že „tak se to prostě na dívce poznalo, protože si kolem pasu přivázala svetr, aby v případě nehody svetr zakryl patřičný potíže". Simona se také snažila v době, kdy ještě menstruovala anebo kdy menstruuje její zdravotní sestra, nastavit pracovní den tak, aby v nejhorší dny menstruace mohla dělat méně fyzicky náročnou práci a společně se sestřičkou „si upravíme ty výkony tak, abychom za den udělaly penzum pacientů, ale bereme, já nevím, maminky s maminama, vysvětlujeme, jak se starat o zoubky, co dělat. A ty fyzicky náročné věci si člověk dokáže naplánovat. (...) Určitě se to přizpůsobuje i tomu, v jaký formě je sestřička."

Plánování spojené s menstruací zasahuje ženám nejen do osobního života, kdy se snaží podle svých potřeb zorganizovat svůj volný čas, ale rovněž do pracovního života. Menstruace pro řadu komunikačních partnerek znamená „větší nároky na plánování, vím, že si na tyhle dny nemůžu dávat náročné činnosti", jak napsala do dotazníku Denisa (30 let, designérka), která pak v rozhovoru dodala: „když si tu práci plánuju, myslet na to, kdy zhruba budu mít tu menstruaci, protože ten první den bych chtěla nejradši zalézt do postele, a v momentě, kdy si tam dám dopoledne schůzku a odpoledne workshop, tak je to takový blbý, protože to prostě nejde". Pro učitelky a vyučující bylo plánování práce v podstatě nemožné vzhledem k danosti rozvrhu výuky. Pro Lucii (35 let, vyučující na VŠ a výzkumnice) se jednalo především o to, že „musím myslet na to, abych si vzala nověj tampón, abych tu výuku v pohodě i psychicky zvládla. Že vlastně je tam takovej management v tomhlectom, že člověk to musí rozmýšlet, zároveň když je mi fakt jako špatně, abych měla ten brufen u sebe". Pro Alenu (38 let, učitelka na SŠ, překladatelka) pak byla doba výuky „dost stresující (...) těch deset minut [přestávky] je hrozně krátká doba, protože než vylezete ze třídy, já jsem teďka ve čtvrtém patře bez výtahu, takže když třeba učím v přízemí, tak musím čtyři patra vylézt, tam si stihnu něco okopírovat a zase už zvoní. Takže já si kolikrát ani nestihnu dojít na záchod, celý ten den, od těch osmi třeba do těch dvou tří. Takže ta menstruace je pro mě jako, vyloženě naplánovat, kdy, teď je velká přestávka, musím to dojít vyměnit'."

Pro většinu komunikačních partnerek je menstruace něco, co je při výkonu jejich placené práce ve větší či menší míře omezuje. At už jde o to, že musí podávat vý-

kon navzdory nevolnostem spojeným s menstruací či musí z důvodu společenských pravidel na menstruaci myslet. Ženy omezuje nejen diskomfort spojený s menstruací jako takovou, ale také používání toalet v zaměstnání, které nejsou uzpůsobeny tomu, aby si mohly pohodlně vyměnit či upravit menstruační pomůcku. Z těchto omezení může plynout to, že se menstrující ženy v práci cítí mnohem více ve stresu ohledně zvládnutí svých těl.

Organizace bez těl, těla bez menstruace?

Výpovědi komunikačních partnerek, které se objevovaly zejména na konci rozhovorů, kdy měly možnost se volně vyjádřit k tématu menstruace, odrážely jejich zkušenost se světem práce jako světem, ve kterém těla neexistují (ačkoliv jsou pro výkon práce nezbytná). Menstruace představovala pro ženy cyklické připomenutí tělesnosti a neumožňovala jim tak dobře svá těla ignorovat. Mužské tělo vnímaly jako vzor této ideální ne-tělesnosti, tedy možnosti být v těle a mít tělo, aniž bychom si toho museli být vědomi. Zároveň jejich výpovědi odhalovaly velkou míru nepochopení a vzdálenosti mezi zkušeností mužské a ženské vtělenosti.

Kamila (26 let, koordinátorka kurzů) při popisu průběhu svého menstruačního cyklu zdůrazňovala to, že se v jeho různých fázích cítí různě výkonná, a dodala: *„přijde mi, že muži se takhle cítí pořád stejně. Všechno je v pohodě, všechno mi nějak kape a necítím ani psychický výkyvy. Myslím si, že takhle se musí cítit muži pořád.“* Simona (52 let, zubní lékařka) popisovala menstruaci jako něco, čemu *„se člověk přizpůsobí, ale musíte si poradit. Kdybyste byla muž, tak tohle neřešíte. A pochopím, že ty chlapi to ani nenapadne, že by ta jejich kolegyně mohla mít nějaký takovejhle problém, kdy třeba dva dny není tak výkonná jako jindy.“*

V souvislosti s tělesností poukazovala Denisa (30 let, designérka) na to, že *„současná doba nás hodně tlačí k výkonům nezávisle na tom, jak se zrovna cítíme, a myslím si, že se to začíná pomalu obracet. (...) A mně přijde, že ženy mají v tomhle trochu jednodušší pozici, v tom návratu [ke svým tělesným potřebám]. (...) Jednou za nějaký čas dostanou připomínku: ‚Hele, máš fyzický tělo a to nějak funguje a vždycky nepodá ten stoprocentní výkon‘ a je to v pořádku, protože je to biologie a je to tak nastavený.“*

Část žen se však vztahovala k menstruaci spíše negativně. Příkladem je Renata (29 let, právnička), která popisovala, že *„v pubertě jsem měla velký problém s tím akceptovat, že jsem se narodila jako žena, protože to není fér ani biologicky, ani sociálně. A menstruace je jedna ze situací, kdy mám pocit, že mně moje vlastní tělo nepatří a zrazuje mě.“* Další část komunikačních partnerek zmiňovala, jak nespravedlivé jim přijde, že se ženy a jejich potřeby v pracovním prostředí opomíjí. Radka (30 let, floristka) se o tomto tématu vyjadřovala tak, že *„bylo by fajn, kdyby jsme začali brát na půlku populace trochu větší ohled. Přeci jenom mužští kolegové nemusí tyhle věci*

řešit a bylo by fajn, kdyby se o tom dalo mluvit trochu otevřeněji a byla ta možnost vzít si třeba dva dny v měsíci volno bez toho, aby se na nás koukalo, jako že přeháníme nebo že chceme úlevy a nějaké speciální zacházení.” A s tím souvisí i téma menstruačních pomůcek zdarma, které žádná z komunikačních partnerek na pracovišti k dispozici neměla, ale téměř všechny dotazované ženy by ocenily, nebo by si dokonce přály, aby menstruační pomůcky takto měly k dispozici. Mezi tyto ženy patří i Lada (32, rodičovská dovolená a poloviční úvazek jako projektová manažerka), která poukazovala kromě pracovišť na školní prostředí. Podle Lady je menstruace *„něco, co zasahuje více jak polovinu populace, je to něco, s čím se musíme vyrovnat a stojí to hromadu peněz a hromadu lidí na to nemá”*. Dostupnost menstruačních pomůcek přímo na toaletách pracovních a veřejných organizací by navíc usnadnila práci spojenou s managementem a „zneviditelňováním” menstruace, kterou jsou ženy nuceny vykonávat.

Magda (43 let, vědkyně) poukázala na to, že povědomí o menstruaci a jejím možném vlivu na život žen je u mužů, kteří ale zpravidla řídí pracovní organizace, mizivé:

Několikrát jsem se setkala s tím, že dospělí, ba starší muži o té menstruaci opravdu nic netuší. Zřejmě jejich maminky nebo ženy s nimi o tom nikdy nepromluvíly, takže je to pro ně opravdu neznámý mechanismus, a například se ukázalo, že můj velice vzdělaný kolega vědec si myslí, že ženy mají menstruační cyklus sladěný s měsíčním cyklem, jakože všichni zřejmě menstruujeme, když je úplněk (smích).

Komunikační partnerky si uvědomovaly, že jsou menstruací znevýhodněny a menstruace jim dále připomíná jejich tělesnost či vtělenost. Vnímaly i to, že mužské tělo je v pracovním světě normou, a nějakým způsobem se k němu vztahovaly. Ale jelikož zároveň mužské tělo nemá takové specifické potřeby jako menstrující ženské tělo, může být ignorováno, zatímco ženy svá těla tímto způsobem ignorovat nemohou, nýbrž jsou společenskými normami, nejen vzhledem k menstruaci, nuceny je neustále kontrolovat. Fakt, že na toto dohlížení musí vydávat mnoho energie a zdrojů, je může značně omezovat, a to nejen ve výkonu jejich placené práce.

Závěr

Výpovědi žen, které se zúčastnily našeho výzkumu, dokládají vrstevnatou povahu tělesnosti. V jejich fyzické každodenní zkušenosti se odrážela materialita těl, projevující se únavou a bolestí a nutností o své tělo pečovat, např. udržovat jej v čistotě. V jejich vyprávění se pak projevovala sociální povaha těl – sociální normy, které tělesnost obklopují a řídí, sdílená očekávání a instituce ustavené v dané společnosti, které určují, jak s těly „správně” zacházet. K nim patří i tabuizace a stigmatizace menstruace. Di-

skurzivní rovinu pak tvoří mocenské diskurzy určující nedostatečnost či méněcennost menstruuujících těl a kulturní symboly představující menstruuující těla jako nečistá či osudná. Ve zkušenostech dotázaných žen se tyto diskurzy projevovaly například tím, že se ženy cítily „hloupě“ či „trapně“, jakmile vyšlo najevo, že menstruuují.

Literatura


- Acker, J. 1990. Hierarchies, Jobs, Bodies: A Theory of Gendered Organizations. *Gender and Society* 4 (2): 139–158, <https://doi.org/10.1177/089124390004002002>.
- Adelman, M., L. Ruggi. 2016. The Sociology of the Body. *Current Sociology* 64 (6): 907–930, <https://doi.org/10.1177/0011392115596561>.
- Balik, G., I. Üstüner, M. Kağitci, F. K. Şahin. 2014. Is There a Relationship between Mood Disorders and Dysmenorrhea? *Journal of Pediatric and Adolescent Gynecology* 27 (6): 371–374, <https://doi.org/10.1016/j.jpbg.2014.01.108>.
- Barnack-Tavlaris, J. L., K. Hansen, R. B. Levitt, M. Reno. 2019. Taking Leave to Bleed: Perceptions and Attitudes Toward Menstrual Leave Policy. *Health Care for Women International* 40 (12): 1355–1373, <https://doi.org/10.1080/07399332.2019.1639709>.
- Beck, U., E. Beck-Gernsheim. 2002. *Individualization*. London: Sage.
- Brantelid, I. E., H. Nilvér, S. Alehagen. 2014. Menstruation During a Lifespan: A Qualitative Study of Women's Experiences. *Health Care for Women International* 35 (6): 600–616, <https://doi.org/10.1080/07399332.2013.868465>.
- Butler, J. 2006. *Gender Trouble: Feminism and the Subversion of Identity*. New York: Routledge. <https://doi.org/10.4324/9780203824979>.
- Butler, J. 2011. *Bodies That Matter: On the Discursive Limits of "Sex"*. London: Routledge. <https://doi.org/10.4324/9780203828274>.
- Český statistický úřad. 2022. Míry zaměstnanosti, nezaměstnanosti a ekonomické aktivity – únor 2022. Staženo 10. 9. 2023 (<https://www.czso.cz/csu/czso/cr/miry-zamestnanosti-nezamestnanosti-a-ekonomicke-aktivity-unor-2022#>).
- Chen, C. X., C. B. Draucker, J. S. Carpenter. 2018. What Women Say about Their Dysmenorrhea: A Qualitative Thematic Analysis. *BMC Women's Health* 18 (1): 1–8, <https://doi.org/10.1186/s12905-018-0538-8>.
- Corbin, J., A. Strauss. 2008. *Basics of Qualitative Research: Techniques and Procedures for Developing Grounded Theory* (3rd ed.). SAGE Publications Inc. <https://doi.org/10.4135/9781452230153>.
- Crooks, R. L., K. Baur. 2014. *Our Sexuality*. 12th edn. Wadsworth, Cengage Learning.
- DeMaria, A. L., C. Delay, B. Sundstrom, A. Rehberg, Z. Naoum, J. Ramos-Ortiz, S. Meier, K. Brig. 2020. "My Mama Told Me It Would Happen": Menarche and Menstruation Experiences Across Generations. *Women and Health* 60 (1): 87–98, <https://doi.org/10.1080/03630242.2019.1610827>.
- DeVault, M. L. 2018. Feminist Qualitative Research: Emerging Lines of Inquiry. Pp. 317–349 in N. K. Denzin, Y. S. Lincoln (eds.). *The SAGE Handbook of Qualitative Research*. 5th edn. SAGE Publications.
- Dudová, R. 2021. „Všichni tím volantem nakonec musí točit stejně“: gender, věk a tělesnost

- v práci řidičů veřejné dopravy. *Gender a výzkum / Gender and Research* 22 (1): 148–177, <https://doi.org/10.13060/GAV.2021.006>.
- Eurostat. 2022. Gender Statistics. Eurostat. Staženo 10. 9. 2023 (https://ec.europa.eu/eurostat/statistics-explained/index.php?title=Gender_statistics).
- Foucault, M. 1995. *Discipline & Punish: The Birth of the Prison*. New York: Random House.
- Grandey, A. A., A. S. Gabriel, E. B. King. 2020. Tackling Taboo Topics: A Review of the Three Ms in Working Women's Lives. *Journal of Management* 46 (1): 7–35, <https://doi.org/10.1177/0149206319857144>.
- Hasson, K. A. 2016. Not a "Real" Period?: Social and Material Constructions of Menstruation. *Gender and Society* 30 (6): 958–983, <https://doi.org/10.1177/0891243216672662>.
- Holt, E. 2020. Conversation Analysis and Laughter. Pp. 275–280 in C. A. Chapelle (ed.). *The Concise Encyclopedia of Applied Linguistics*, <https://doi.org/10.1002/9781405198431.wbeal0207.pub2>.
- Hendl, J. (2016). *Kvalitativní výzkum: základní teorie, metody a aplikace*. 4th edn. Portál.
- Jack, G., K. Riach, E. Bariola. 2019. Temporality and Gendered Agency: Menopausal Subjectivities in Women's Work. *Human Relations* 72 (1): 122–143, <https://doi.org/10.1177/0018726718767739>.
- Jackson, T. E. 2019. Policing a Menstrual Monster: How Working Class Girls Discuss Their Menstrual Reactions and Experiences. *Journal of Youth Studies* 22 (2): 153–170, <https://doi.org/10.1080/13676261.2018.1492100>.
- Jebb, A. T., S. Parrigon, S. E. Woo. 2017. Exploratory Data Analysis As a Foundation of Inductive Research. *Human Resource Management Review* 27 (2): 265–276, <https://doi.org/10.1016/j.hrmr.2016.08.003>.
- Johnston-Robledo, I., J. C. Chrisler. 2013. The Menstrual Mark: Menstruation as Social Stigma. *Sex Roles* 68 (1–2): 9–18, <https://doi.org/10.1007/s11199-011-0052-z>.
- Johnston-Robledo, I., M. L. Stubbs. 2013. Positioning Periods: Menstruation in Social Context: An Introduction to a Special Issue. *Sex Roles* 68 (1–2): 1–8, <https://doi.org/10.1007/s11199-012-0206-7>.
- Křížková, A., R. Marková Volejníčková, M. Vohlídalová. 2018. *Genderové nerovnosti v odměňování: problém nás všech*. Praha: Sociologický ústav AV ČR, v. v. i.
- Křížková, A., Z. Sloboda. 2009. *Genderová segregace českého trhu práce: Kvantitativní a kvalitativní obraz*. Sociologický ústav AV ČR, v. v. i.
- Lee, J. 1994. Menarche and the (Hetero) Sexualization of the Female Body. *Gender and Society* 8 (3): 343–362, <https://doi.org/10.1177/089124394008003004>.
- Levitt, R. B., J. L. Barnack-Tavlaris. 2020. Addressing Menstruation in the Workplace: The Menstrual Leave Debate. Pp. 561–575 in C. Bobel, I. T. Winkler, B. Fahs, K. A. Hasson, E. A. Kissling, T.-A. Roberts (eds.). *The Palgrave Handbook of Critical Menstruation Studies*. Palgrave Macmillan. https://doi.org/10.1007/978-981-15-0614-7_43.
- Lupton, D. 2016. "Mastering Your Fertility": The Digitised Reproductive Citizen. Pp. 81–83 in A. McCosker, S. Vivienne, A. Johns (eds.). *Negotiating Digital Citizenship: Control, Contest and Culture*. Rowman & Littlefield.

- McLaren, M. A. 2002. *Feminism, Foucault, and Embodied Subjectivity*. State University of New York. <https://doi.org/10.1353/book4584>.
- Moffat, N., L. Pickering. 2019. 'Out of Order': The Double Burden of Menstrual Etiquette and the Subtle Exclusion of Women from Public Space in Scotland. *Sociological Review* 67 (4): 766–787, <https://doi.org/10.1177/0038026119854253>.
- Motro, D., A. S. Gabriel, A. P. J. Ellis. 2019. Examining the Effects of Menstruation on Women's Helping Behaviour in the Workplace. *Journal of Occupational and Organizational Psychology* 92 (3): 695–706, <https://doi.org/10.1111/joop.12258>.
- Murthy, L. 2014. No More Room for Error: Spaces Must Be Made for Ergonomic and Sustainable Menstruation Management at the Work Place. *International Ergonomics Conference HWWWE 2014*.
- O'Flynn, N. 2006. Menstrual Symptoms: The Importance of Social Factors in Women's Experiences. *British Journal of General Practice* 56 (533): 950–957.
- Oxley, T. 1998. Menstrual Management: An Exploratory Study. *Feminism & Psychology* 8 (2): 185–191, <https://doi.org/10.1177/095935359800800205>.
- Patterson, A. S. 2013. "The Menstrual Body." Master's Thesis, University of New Orleans.
- Roberts, T.-A. 2020. Introduction: Menstruation As Embodied. Pp. 177–179 in C. Bobel, I. T. Winkler, B. Fahs, K. A. Hasson, E. A. Kissling, T.-A. Roberts (eds.). *The Palgrave Handbook of Critical Menstruation Studies*. Palgrave Macmillan. https://doi.org/10.1007/978-981-15-0614-7_16.
- Roberts, T.-A., J. L. Goldenberg, C. Power, T. Pyszczyński. 2002. "Feminine Protection": The Effects of Menstruation on Attitudes Towards Women. *Psychology of Women Quarterly* 26 (2): 131–139, <https://doi.org/10.1111/1471-6402.00051>.
- Romans, S. E., R. F. Clarkson, G. Einstein, D. Kreindler, S. Laredo, M. J. Petrovic, J. Stanley. 2017. Crying, Oral Contraceptive Use and the Menstrual Cycle. *Journal of Affective Disorders* 208: 272–277, <https://doi.org/10.1016/j.jad.2016.08.044>.
- Sang, K., J. Remnant, T. Calvard, K. Myhill. 2021. Blood Work: Managing Menstruation, Menopause and Gynaecological Health Conditions in the Workplace. *International Journal of Environmental Research and Public Health* 18 (4): 1–16, <https://doi.org/10.3390/ijerph18041951>.
- Šanderová, P. 2011. *Tělesnost jako významný faktor procesu adopce: kulturně antropologický problém*. Praha: Sociologické nakladatelství.
- Seawnght, J., J. Gerring. 2008. Case Selection Techniques in Case Study Research: A Menu of Qualitative and Quantitative Options. *Political Research Quarterly* 61 (2): 294–308, <https://doi.org/10.1177/1065912907313077>.
- Shilling, C. 1993. *The Body and Social Theory*. Longon: Sage.
- Sontag, S. 2001. *Illness as Metaphor and AIDS and Its Metaphors*. New York: Macmillan.
- Vickerstaff, S., C. Krekula. 2020. The 'Older Worker' and the 'Ideal Worker': A Critical Examination of Concepts and Categorisations in the Rhetoric of Extending Working Lives. Pp. 29–45 in Á. N. Léime, J. Ogg, M. Rašticová, D. Street, C. Krekula, M. Bédiová, I. Madero-Cabib (eds.). *Extended Working Life Policies: International Gender and Health Perspectives*. <https://doi.org/10.1093/geroni/igz038.3026>.

- Williams, S. J. 2006. Medical Sociology and the Biological Body: Where Are We Now and Where Do We Go from Here? *Health* 10 (1): 5–30, <https://doi.org/10.1177/1363459306058984>.
- Witz, A. 2000. Whose Body Matters? Feminist Sociology and the Corporeal Turn in Sociology and Feminism. *Body & Society* 6 (2): 1–24, <https://doi.org/10.1177/1357034X00006002001>.
- Wood, J. M. 2020. (In)Visible Bleeding: The Menstrual Concealment Imperative. Pp. 319–336 in C. Bobel, I. T. Winkler, B. Fahs, K. A. Hasson, E. A. Kissling, T.-A. Roberts (eds.). *The Palgrave Handbook of Critical Menstruation Studies*. Palgrave Macmillan. https://doi.org/10.1007/978-981-15-0614-7_25.
- Woodward, D. 2020. Toilet Talk: To Flush or Not to Flush. *Dental Nursing* 16 (10): 518–518, <https://doi.org/10.12968/denn.2020.16.10.518>.

 BY-NC Petra Poncarová, Radka Dudová, 2024.

 BY-NC Sociologický ústav AV ČR, v. v. i., 2024.

Mgr. Petra Poncarová je v současné době doktorandkou na Katedře sociologie Filozofické fakulty Univerzity Karlovy a ve výzkumu i ve výuce se zabývá sociologií genderu a těla, především se pak specializuje na menstruaci ze sociologické perspektivy, kterou se zabývá i ve své dizertaci. Zároveň na Katedře sociologie FF UK vyučuje několik kurzů. Od června 2022 vykonává rovněž funkci tajemnice na téže katedře. ORCID: 0000-0002-5390-245X. Kontaktní e-mail: petra.poncarova@ff.cuni.cz.

Doc. Mgr. Radka Dudová, Ph.D., působí jako docentka na Katedře sociologie FF UK a jako vědecká pracovnice v Sociologickém ústavu AV ČR, v. v. i. Zaměřuje se zejména na problematiku péče o děti a péče o závislé seniory, ženské tělesné občanství a reprodukční práva, dále na problematiku genderu, sociálních nerovností a proměn pracovního trhu. Je autorkou řady odborných článků a knih: *Otcovství po rozchodu rodičovského páru* (2008); *Interrupce v České republice: zápas o ženská těla* (2012), *Postarat se ve stáří. Péče o seniory v rodině* (2015). ORCID: 0000-0002-1359-7710. Kontaktní e-mail: radka.dudova@ff.cuni.cz.