

Univerzita Karlova
Pedagogická fakulta
Katedra psychologie

BAKALÁŘSKÁ PRÁCE

Zkušenost se společenským tancem v kontextu partnerského vztahu
Experience with ballroom dance in the context of personal relationships

Kateřina Majerová

Vedoucí práce: Mgr. Marián Vanek, Ph.D.

Studijní program: Psychologie

Studijní obor: Psychologie s rozšířením o speciální pedagogiku

Odevzdáním této bakalářské práce na téma „Zkušenost se společenským tancem v kontextu partnerského vztahu“ potvrzuji, že jsem ji vypracovala pod vedením vedoucího práce samostatně za použití v práci uvedených pramenů a literatury. Dále potvrzuji, že tato práce nebyla využita k získání jiného nebo stejného titulu.

Praha, 11.7.2022

Touto cestou bych ráda poděkovala svému vedoucímu bakalářské práce Mgr. Mariánu Vankovi, Ph.D. za vstřícné vedení, trpělivost, ochotu a cenné připomínky. Také bych ráda poděkovala všem participantům, kteří se na tomto výzkumu podíleli, vyhradili si na mě čas a vyšli mi vstříc při získávání dat. Mé poděkování patří také všem mým blízkým za jejich podporu.

ABSTRAKT

Tématem bakalářské práce je „Zkušenost se společenským tancem v kontextu partnerského vztahu“. Cílem bakalářské práce je nahlédnout hlouběji do problematiky společenského tance a jeho významu pro partnerství (manželství) očima manželských párů, které chodí do kurzů společenských tanců, a rozšířit existující poznatky týkající se tohoto tématu. Jedná se o kvalitativní výzkum.

Bakalářská práce se skládá z teoretické části a z empirické části. V teoretické části jsou vymezeny základní termíny vztahující se k tématu bakalářské práce. V empirické části představují výzkumný vzorek, jenž se skládá z pěti manželských párů a čtyř lektorů tance. K získání dat a k jejich analýze byly použity kvalitativní metody a nástroje. Data byla získána prostřednictvím polostrukturovaných rozhovorů se čtyřmi manželskými páry a se čtyřmi lektory tance, prostřednictvím deníků partnerů z jednoho manželského páru a prostřednictvím pozorování. Kombinace metod byla zvolena tak, aby se skrze triangulaci dat zvýšila validita výzkumu.

Na základě analýzy dat byl odhalen subjektivně vnímaný význam společenského tance manželskými páry. V rámci práce se objevuje mnoho důležitých témat, přičemž mezi základní patří: společný čas, komunikace, blízkost, sociální síť, konflikt a seberealizace. Ovšem společenský tanec a jeho význam v partnerství (manželství) je komplexní téma, které zahrnuje nespočet aspektů, jež jsou do určité míry vzájemně propojené.

KLÍČOVÁ SLOVA

společenský tanec, partnerské vztahy, párová terapie, terapeutický tanec, tanečně-pohybová terapie

ABSTRACT

The topic of the bachelor thesis is "Experience with ballroom dance in the context of personal relationships". The aim of the bachelor thesis is to look deeper into the issue of ballroom dancing and its meaning for the partnership (marriage) through the eyes of couples who attend ballroom dance classes and to expand the existing knowledge about this topic. This is a qualitative research.

The thesis consists of a theoretical part and an empirical part. The theoretical part defines the basic terms related to the topic of the bachelor thesis. The empirical part presents the research sample, which consists of five married couples and four dance instructors. Qualitative methods and tools were used to collect data and to analyse it. The data were collected through semi-structured interviews with four married couples and four dance instructors, through the diaries of the partners of one married couple and through observation. The combination of methods was chosen to increase the validity of the research through data triangulation.

Based on the data analysis, a subjective perceived meaning of ballroom dancing by married couples was revealed. Many important themes emerge throughout the thesis, with the main themes being: time together, communication, intimacy, social network, conflict, and self-realization. However, ballroom dancing and its meaning in a partnership (marriage) is a complex topic that encompasses countless aspects that are interrelated to some degree.

KEYWORDS

ballroom dance, couple relationships, couples therapy, therapeutic dance, dance/movement therapy

Obsah

Úvod	7
Teoretická část	9
1 Tanec a tanečně-pohybová terapie	9
1.1 Definice tance	9
1.2 Společenský tanec	9
1.2.1 Dělení společenského tance	10
1.3 Tanečně-pohybová terapie	10
1.3.1 Vývoj a historie tanečně-pohybové terapie	10
1.3.2 Vymezení tanečně-pohybové terapie	12
1.3.3 Cíle tanečně-pohybové terapie	13
1.3.4 Specifika tanečně-pohybové terapie	14
1.4 Terapeutický tanec	14
2 Manželství, partnerské vztahy a láska	16
2.1 Manželská a párová terapie a poradenství	17
2.1.1 Typy problémů ve vztahu	17
2.1.2 Řešení konfliktů	19
3 Společenský tanec a manželský vztah	21
3.1 Výzkum R. Hanke	21
3.2 Výzkum M. Vanka	23
3.3 Jiné výzkumy	25
Empirická část	27
4 Výzkumný cíl a výzkumné otázky	27
5 Výzkumný soubor	28
6 Sběr dat	31

7	Zpracování dat	35
8	Etika výzkumu	37
9	Analýza dat	38
9.1	Motivace	39
9.1.1	Společný cíl	39
9.1.2	Společný čas	41
9.2	Konflikty	45
9.2.1	Příčiny konfliktů	45
9.2.2	Strategie řešení problémů	48
9.2.3	Výsledek konfliktů	51
9.3	Blížkost	53
9.3.1	Psychická blízkost	54
9.3.2	Fyzická blízkost	55
9.4	Kontext	56
9.4.1	Přátelé	57
9.4.2	Kulturní vyžití	59
10	Shrnutí a zodpovězení výzkumných otázek	60
11	Diskuze	66
	Závěr	71
	Seznam použitých informačních zdrojů	73
	Seznam příloh	76

Úvod

Partnerský vztah či manželství je spojení mezi dvěma osobami, a právě tím je zajímavé. Vyžaduje společnou práci, kooperaci a komunikaci, v čemž mnoho párů narazí. Jak můžeme vidět, tak za rok 2021 v České republice skončilo dle Českého statistického úřadu (2022) až 39,7 % manželství rozvodem. Ačkoliv se procento rozvodů snižuje, tak je otázkou, co dělat pro to, aby rozvodovost klesala i nadále. Tomu může napomoci mimo jiné párové (manželské) poradenství či terapie, které se zabývají tím, aby se v partnerství dosáhlo vzájemného souladu a oba manželé měli zajištěné uspokojování potřeb, cílem je tedy směřování k pozitivnímu ovlivnění partnerského vztahu. Ovšem mnohdy je ještě ve společnosti stigmatem chodit k psychologovi či na terapii, případně když už lidé do poradny jdou, tak často až když už je pozdě (Kratochvíl, 2009).

Právě společenský tanec je také o spolupráci a komunikaci. Je obecně známo, jaké přínosy má tanec na jednotlivce, ovšem po návštěvě tanečních kurzů pro mládež jsem si kladla otázku, jaký význam může mít tanec pro partnerství. Když jsem v adolescenci navštěvovala taneční kurzy pro mládež, po nás se vždy konal kurz společenských tanců pro dospělé. Vzhledem k tomu, jak šťastně partnerské či manželské páry vypadaly, už tehdy to upoutalo mou pozornost. Avšak následně jsem se setkala s názory, že naopak tanec přispěje k rozpadu vztahu. Již tehdy pro mě bylo otázkou, jak to tedy je. Právě bakalářská práce je příležitostí k tomu tento jev zkoumat. Napadlo mě, pokud má tanec význam pro partnerský vztah v pozitivním slova smyslu, zdali by se dal nějakým způsobem propojit s párovým poradenstvím či terapií.

Na základě mé rešerše jsem zjistila, že existuje tanečně-pohybová terapie, ovšem data o tom, jak by tanec, lépe řečeno společenský tanec, působil na partnerský vztah a jestli se používá v párové (manželské) terapii či poradenství, jsem téměř žádná nenašla. Touto otázkou se zabývalo velmi málo autorů, jako jsou např. Hankeová (2006) či Vanek (2014). Na základě jejich zjištění si myslím, že tato oblast by mohla mít potenciál právě z důvodu, že ve společenském tanci jde o spolupráci, komunikaci, naladění se na sebe. Zároveň by pro partnery terapie či poradenství touto formou nemuselo být takovým stigmatem, jako když mluví o samotné návštěvě psychologa. Z tohoto důvodu jsem se začala zabývat tím,

jaké zkušenosti mají partnerské (manželské) páry se společenským tancem a jaký význam společenskému tanci přisuzují v kontextu jejich partnerského vztahu.

Cílem mé bakalářské práce je nahlédnout hlouběji do problematiky společenského tance a jeho významu pro partnerství očima manželských párů, které chodí tančit do kurzů společenských tanců. Tímto výzkumem se budu snažit pochopit význam společenského tance v kontextu partnerství a prohloubit tak již existující poznatky v této oblasti. Tato zjištění by následně mohla pomoci lektorům tance, kteří by mohli využít poznatky tohoto výzkumu v praxi, dále by mohla poskytnout platformu pro zkoumání společenského tance jakožto formy párového poradenství či terapie a zároveň by mohla být platformou pro propojení společenského tance a tanečně-pohybové terapie.

Bakalářská práce se skládá ze dvou částí, těmi jsou teoretická část a empirická část. Teoretickou část jsem rozčlenila do tří základních kapitol, přičemž první se týká tance a tanečně-pohybové terapie, druhá manželství, partnerských vztahů a lásky, a třetí kapitola tyto dvě problematiky spojuje a popisuje výzkumy, jež se zabývaly společenským tancem v kontextu manželství. Dále se kapitoly skládají z dílčích podkapitol. V této části jsem se snažila definovat základní termíny týkající se výzkumu a přiblížit tím problematiku, kterou se zabývám.

V empirické části je stanoven výzkumný cíl s otázkami, následně je představen výzkumný soubor, sběr dat a jejich zpracování a etika výzkumu. Poté zde můžeme nalézt analýzu dat, která je těžištěm práce, a zodpovězení výzkumných otázek. Následuje diskuze a závěr.

Teoretická část

1 Tanec a tanečně-pohybová terapie

1.1 Definice tance

Tanec je poměrně obtížné definovat. Jedná se o pohybovou aktivitu, která je už od nepaměti součástí kultury a je pro společnost velmi důležitá.

Adamcová et al. (2014) zmiňuje, že tanec je jak umění, tak zároveň i sportovní disciplína. Jedná se o aktivitu, která může mít účel sama o sobě, kdy tančíme pro radost, nebo můžeme tančit za nějakým účelem. Dle Dosedlové (2012) je tanec formou výrazu konfrontace člověka s bytím. Jebavá (1998) uvádí, že tanec je umění, jehož nástrojem je lidské tělo a gesto, a které pomocí citu a výrazu pracuje v prostoru a čase. Jedná se o umění odhalující citový stav člověka. Irmgard Bartenieffová definovala tanec jako „neverbální prostředek emocionálního výrazu, který vede k radosti z tělesné pohybové aktivity“ (1989, s. 58, cituji podle Čížková, 2005, s. 32). Společně s hudbou je prostředkem sebevyjádření a zaujímá v životě člověka důležité místo (Čížková, 2005). Velmi podobnou definici uvádí také Veleta a Holmerová (2004), kteří definují tanec jako přirozenou svalovou aktivitu, která je inspirována emocemi a prostřednictvím které emoce také vyjadřujeme.

Z většiny definic můžeme usoudit, že se tedy jedná o umění, které nám umožňuje se vyjádřit. Jak bylo zmíněno výše, tanec byl přítomen od počátku lidstva a vždy čerpal z mnoha prvků – jako jsou právě emoce, ale vycházel i z náboženství, erotiky apod. (Veleta & Holmerová, 2004).

1.2 Společenský tanec

Jak již termín „společenský tanec“ implikuje, jedná se o tanec, se kterým se setkáváme v rámci společenské zábavy či události jako je např. ples, večírek apod. Je to zábavná a odpočinková činnost s lidmi a tančí se v páru. Často se při ní konzumují různé pokrmy a alkohol (Odstrčil, 2004). „Novodobý společenský tanec je projevem radosti ze života, je oblíbeným osvěžením, odpočinkovou záležitostí moderního člověka, vybičovaného denním shonem, vyčerpávajícím nervovou soustavu.“ (Kos, 1977, s. 103).

Zároveň je tento tanec důležitý prvek socializace – poznáváme tak pravidla správného společenského chování, jedná se o doplněk společenské výchovy. Dle Kose (1977) má společenský tanec zvláštní význam pro mladého člověka v době, kdy hledá partnera. Prostřednictvím pohybu pár vyjadřuje myšlenky a pocity. Jejich doprovodem je hudba, která udává takt a tempo.

1.2.1 Dělení společenského tance

Společenské tance můžeme rozdělit na standardní a latinskoamerické. Mezi standardní tance se řadí waltz, valčík, tango, quickstep a slowfoxtrot. Do latinskoamerických patří cha-cha, samba, rumba, jive a paso doble. Pro standardní tance je typický švihový pohyb po celém parketu a uzavřené párové držení. Latinskoamerické tance jsou uvolněnější, pohyb je možný nejen na místě, ale i do prostoru, jsou typické temperamentem, výraznou citovou složkou a rytmickou rozmanitostí. Na rozdíl od standardních tanců, jejichž vývoj ustrnul v období mezi válkami, latinskoamerické tance se ustálily kolem 60. let 20. století (Odstrčil, 2004).

1.3 Tanečně-pohybová terapie

1.3.1 Vývoj a historie tanečně-pohybové terapie

Kořeny tanečně-pohybové terapie

Tanečně-pohybová terapie vycházela z moderního výrazového tance. Moderní výrazový tanec vznikl na počátku 20. století a za jeho zakladatelku je považována Isadora Duncanová. Ve výrazovém tanci se soustředíme na vyjádření emocí a autentičnost, a právě kvůli snaze o expresi pocitů je vyřazeno přesné užívání kroků a pohybů z nějakého zakódovaného systému (Dosedlová, 2012). Tento tanec vznikl jako reakce na balet, ve kterém se ztrácela hloubka, pocity a výrazový obsah. Právě se vznikem výrazového tance a rozvojem škol tohoto tance souvisí i vznik tanečně-pohybové terapie (Čížková, 2005).

Vývoj tanečně-pohybové terapie

Tanečně-pohybová terapie se začala utvářet po druhé světové válce, ve čtyřicátých letech dvacátého století, v USA. Tanečně-pohybová terapie propojovala moderní tanec s poznatky z psychoterapie, a ačkoliv první taneční terapeuti neměli psychoterapeutické

vzdělání, tak spolupracovali s terapeuty a psychiatry (Čížková, 2005). Tanečně-pohybová terapie se odvolává na psychoanalýzu a zdůrazňuje svobodné sebevyjádření a osvobození těla. Mezi osobnosti, ze kterých vychází, můžeme zařadit např. Reicha či Junga a další (Dosedlová, 2012).

Mezi zakladatele tanečně-pohybové terapie můžeme zařadit dvě ženy, tanečnice – Francizku Boasovou a Marian Chaceovou.

Začátky práce s tancem a jeho využitím datujeme u Francizky Boasové do roku 1941. Díky pozorování a intuici vycítila, že tanec může mít léčebné účinky a úspěšně své metody práce s tancem aplikovala u psychotických dětí v nemocnici v New Yorku (Veleta & Holmerová, 2004). Ve svých metodách užívala pohyb k usnadnění verbalizace fantazijních obrazů. Tancem a novými možnostmi pohybu se snažila o změnu obrazu těla (Čížková, 2005).

Za zakladatelku směru taneční terapie je považována Marian Chaceová, jejíž prací byli ohromeni lékaři na psychiatrickém oddělení roku 1940. Pracovala v nemocnici St.Elizabeth ve Washingtonu s pacienty, kteří se nemohli účastnit skupinových činností, jelikož vyrušovali ostatní a nebylo možné s nimi navázat verbální komunikaci (Veleta & Holmerová, 2004). Zaměřovala se více než na taneční techniku na individuální pohybový projev a na jeho souvislost s aktuálním duševním stavem a psychickými potřebami. Vyvinula metodu „komunikace tancem“ a využívala expresivní, symbolický a integrativní aspekt tance. Inspirovala mnoho dalších, kteří se tanečně-pohybovou terapií zabývali (Čížková, 2005). Roku 1966 byla založena Asociace americké taneční terapie (ADTA – American Dance Therapy Association), přičemž Chaceová stála u jejího zrodu a byla její prezidentkou. Mezi další taneční terapeuty a osobnosti, které se vydaly tímto směrem, můžeme zařadit např. Trudi Schoopovou, Lilian Espenakovou či Mary Whitehousovou (Dosedlová, 2012).

Ačkoliv, jak můžeme vidět, jsou jakousi základnou či kolébkou tanečně-pohybové terapie Spojené státy americké, tak nelze opomenout ani vývoj v Evropě. V Evropě se taneční terapii věnovali především Francouzi (Veleta & Holmerová, 2004). Podobně jako v USA byla ve Francii založena roku 1984 Francouzská společnost pro psychoterapii tancem. Následně, právě díky iniciativě Francouzů, byla založena roku 1993 i Evropská

asociace taneční terapie (AEDT) (Čížková, 2005). Mimo Francii se tanečně-pohybová terapie rozvíjela i ve Velké Británii. V Londýně se odborníci zabývali především pohybovou diagnostikou ve spolupráci s americkou ADTA. Fungovali v Labanově centru v Londýně. Terapeuti byli ovlivněni právě Rudolfem Labanem. Roku 1982 zde byla vytvořena Association of Dance Movement Therapy. Později, roku 2010, byla založena Evropská asociace taneční a pohybové terapie (EADMT) (Dosedlová, 2012).

V České republice proběhl na konci devadesátých let výcvik v tanečně-pohybové terapii pod vedením terapeutů z ADTA. Následně byla roku 2002 založena Česká asociace taneční a pohybové terapie TANTER, jež je členem základní úrovně EADMT (Dosedlová, 2012).

V tanečně-pohybové terapii můžeme nalézt mnoho přístupů či proudů. Pro příklad mezi ně patří bazální tanec Marian Chaceové, body-ego technika Trudi Schoopové, taneční terapie jako primitivní exprese, psychobalet, autentický pohyb Mary Starks Whitehouseové, taneční terapie s využitím Labanovy analýzy pohybu či symbolická taneční terapie Laury Sheleenové (Dosedlová, 2012).

1.3.2 Vymezení tanečně-pohybové terapie

Na tanci a pohybu je založena tanečně-pohybová terapie. Využívá tanec a pohyb jako hlavní psychologický a terapeutický prostředek pro dosažení žádoucí osobnostní změny (Dosedlová, 2015). American Dance Therapy Association (2020) definuje taneční terapii jako „využití pohybu k podpoře emocionální, sociální, kognitivní a fyzické integraci jednotlivce“. Jak uvádí Payne (1998), jedná se o využití expresivního pohybu, tance a mezi pohybem a emocemi existuje vztah, který se užívá jako prostředek k dosažení integrace osobnosti a růstu. Tělo a mysl jsou v tomto přístupu neoddělitelné a vychází se tedy z holistického pohledu na člověka, kdy se snažíme o jednotu tělesných a duševních stavů.

Tuto terapii řadíme mezi expresivní terapie. Expresivní terapie pomáhají snižovat úzkost, napětí a externalizovat pocity strachu a úzkosti, přičemž se klient vyjadřuje verbálně či neverbálně pomocí určitého média. Tyto prostředky a metody umožňují vyjádření emocí a orientují se na prožívání přítomnosti. Při práci s expresivním projevem si klient uvědomuje obsahy, které do něj projektuje, a výsledkem je porozumění vzniku emocí a větší kontrola

emocí. Jedinec tak lépe poznává sám sebe a témata, která jsou pro něj běžně nepřístupná (Vymětal, 2011). Základem je tedy pojmenovávání akcí a začleňování nevědomých obsahů do vědomí, kdy jedinec přenáší myšlenky či pocity do pohybu (Čížková, 2005).

Jedinci si při tanečně-pohybové terapii rozšiřují repertoár „slovníku“ pohybu a díky tomu se mohou stát spontánnějšími a přizpůsobivějšími. Zároveň se při společném tanci zviditelňují vztahy, sdílí se osobní symbolika a po tanci je navozen pocit pohody, který může zlepšovat afektivní stavy (Payne, 1998). Jedinec poznává vlastní tělo a styl a jeho souvislost s osobnostními rysy a aktuálním emočním stavem (Čížková, 2005). Cílem terapie není produkovat tanec pro přestavení, není důležité estetické hledisko, ale zapojení člověka do spontánního procesu pohybu (Payne, 1998).

Evropská asociace taneční terapie (AEDT) definovala tanečně-pohybovou terapii jako psychoterapeutickou aktivitu, která pomáhá klientům znovu nalézat: radost z funkční činnosti, jednotu těla a duševna, obnovu pozitivního sebepřijetí, autonomii, tělesnou symboliku, sublimaci (Schott-Billmann, 1994, cituji podle Dosedlová, 2012).

1.3.3 Cíle tanečně-pohybové terapie

Čížková (2005, s.36) vymezila specifické cíle, kterých se v tanečně-pohybové terapii snažíme dosáhnout. Mezi ně patří:

1. emoční a fyzická integrace jedince,
2. vědomí těla, hranic těla a jeho vztahu k prostoru,
3. realistické vnímání své vnitřní představy o těle,
4. akceptace a bezpečný způsob zvládnání napětí v těle, úzkosti, stresu a potlačované energie,
5. schopnost identifikovat a vyjadřovat své pocity bezpečným a přijatelným způsobem,
6. obohacení pohybového repertoáru,
7. pomoc při kontrole impulsivního chování.

Dosedlová (2012) uvádí, že mezi cíle patří cítění a odhalování emocí, které nemůžeme vyjádřit verbálně, rozšíření pohybového repertoáru klienta, objevování nových

způsobů bytí, odstranění patologických stereotypů – jako jsou bloky v chování, pohybu apod.

Veleta a Holmerová (2004) tvrdí, že od taneční terapie lze mimo jiné očekávat i např. zlepšení komunikace, zlepšení fyzické koordinace a mozkové aktivity, zlepšení pozornosti, emočního a estetického prožitku, hmatu, rovnováhy a držení těla, zlepšení nálady apod. Působí zde tedy jak psychologické faktory (jako např. zlepšení neverbální komunikace), tak fyzické faktory (zlepšení síly), i sociální faktory (kdy se vytváří skupiny lidí, již mají společné téma ke komunikaci).

1.3.4 Specifika tanečně-pohybové terapie

Jak již vyplývá z definice, tak v taneční terapii je podstatný vnitřní prožitek a sebevyjádření během tance. Není potřeba umět tančit, jelikož není důležitá krása, estetično, ale je zde důležitý každý pohyb, jelikož jím něco vyjadřujeme. Snažíme se o jasné porozumění a přijetí sebe sama, jasnější vnímání a orientaci ve vztazích, možnost činit volby apod. Je vhodné nehodnotit, vytváříme pocit porozumění, bezpečí (Čížková, 2005). Zároveň je pro taneční terapii typická nedirektivnost. Necháváme klienta se projevit, přičemž na jeho aktivitu odpovídáme pohybem a využíváme zpětnou vazbu (Dosedlová, 2012).

Při této terapii je možné pracovat s jednotlivci, rodinami i skupinami (Vybíral & Roubal, 2010). Lze ji využívat u mnoha lidí –jak u mladých lidí s handicapem, tak u starších lidí na invalidním vozíku (Veleta & Holmerová, 2004). Často se využívá u klientů, kteří mají sníženou schopnost verbálního vyjadřování – např. lidé s mentální retardací. Případně tak můžeme pracovat s klienty, kteří mají psychické potíže, jež souvisejí s jejich tělem, a s citlivými tématy klientů. Může se jednat např. o oběti sexuálního zneužívání (Vybíral & Roubal, 2010). Zároveň můžeme tanečně-pohybovou terapii využít i u dětí s poruchami autistického spektra, u chronicky nemocných či u klientů při řešení rodinných potíží apod. (Veleta & Holmerová, 2004).

1.4 Terapeutický tanec

Vzhledem k tomu, že se v empirické části mé práce zaměřuji na partnerské páry v tanečních kurzech společenských tanců, je důležité zde vymezit pojem terapeutický tanec.

Taneční terapie je záměrná, systematická, má stanovený cíl a splňuje kritéria, která jsou kladena na psychoterapii obecně. Oproti tomu existuje tzv. terapeutický tanec, při kterém je cílem pohyb a rekreace, učení se novým prvkům aktivizace či socializace. Ačkoliv jedinec může zažívat nějaké změny v prožívání, je to přidružený efekt. Nesnažíme se cíleně dosáhnout určitých psychologických změn a vést terapii. Ovšem častokrát při tanci zažíváme porozumění, aktivizaci a příjemnou atmosféru. Mnohdy si tanečníci ani nemusí být vědomi efektů, které tanec přináší (Dosedlová, 2012).

Páry v mé práci navštěvují taneční kurzy za účelem rekreace a učení se tancům, pohybu apod. Nejedná se o systematickou tanečně-pohybovou terapii s výše zmíněnými cíli či párovou terapii společenský tancem. Předpokládám však, že v důsledku tančení mohou nastat určité změny v prožívání v kontextu jejich partnerského vztahu, tedy že by mohlo jít o určitou formu terapeutického tance, která nemusí být uvědomovaná ani tanečníky, ani lektory.

2 Manželství, partnerské vztahy a láska

Vzhledem k tomu, že se v této práci zabývám manželskými (partnerskými) vztahy, definuji zde, co to manželství a partnerský vztah je.

Lidé vztahy od nepaměti vyhledávají a navazují interpersonální vztahy s druhými, protože jsou společenskou bytostí a vztah je pro ně prostředek naplňování určitých potřeb. Jedná se o lidskou potřebu, tzv. afiliaci, která se v různé míře projevuje u každého. Vztah můžeme definovat jako vazbu či spojení mezi dvěma osobami, které se ocitají v interakci. Tato vazba má charakteristické vlastnosti a historii. Specifickým typem interpersonálního vztahu je partnerství a manželství. Tyto vazby jsou osobní, těsné a dlouhodobé. Pro takto těsné vztahy je podstatná intimita, vzájemná péče, důvěra, a vysoce vzájemně závislé chování partnerů (Slaměník, 2011). Tyto dva termíny a vztahy jsou si velmi podobné, ovšem partnerství se od manželství liší, především v právní oblasti, kdy např. rozpad vztahu nemá takové právní důsledky ve smyslu majetkového vyrovnání (Slaměník, 2011). Avšak partnerský vztah je také dlouhotrvající spojení dvou osob, které spolu většinou žijí, hospodaří, mají pravidelný sexuální život, případně i děti. Nesezdané soužití je časté u lidí, kteří sňatek odkládají na později (často vysokoškolští studenti) a považují to za jakousi přípravu na manželství. Ovšem v dnešní době se jedná nejen o mladé, ale i o lidi ve středním či starším věku – např. po rozvodu či ovdovění (Kratochvíl, 2009).

Pojmy manželství a partnerství rovněž implikují termín láska. Vymezení lásky ovšem není jednoduché, není přesná vědecká definice a uchopení lásky. Láska má mnoho podob (láska mateřská, láska k Bohu, láska partnerská...) a zároveň i mnoho stádií, jelikož se jedná o proces (Willi, 2011). „Láska je specifickým druhem interpersonálního vztahu založeným na silné citové vazbě.“ (Výrost et al., 2019, s. 1161). „Láska je pozitivní emoce, po které toužíme, protože přináší štěstí a spokojenost, naplňuje potřebu těsného a intimního vztahu, touhu milovat a být milován.“ (Slaměník, 2011, s. 167).

Ačkoliv je láska spojována s manželstvím a partnerstvím, nemusí tomu tak nutně být. Stále ve světě nacházíme manželství na základě např. smluvní či finanční dohody, dohody mezi rodiči apod. (Nolen-Hoeksema, 2012).

2.1 Manželská a párová terapie a poradenství

„Manželská terapie je formou speciální psychoterapie, která se zaměřuje na manželskou dvojici a její problémy.“ (Kratochvíl, 2009, s. 11). Totéž platí pro partnerskou terapii. V partnerském nesezdaném soužití se objevují podobné problémy a zákonitosti jako v manželství. V dnešní době, kdy existuje mnoho nesezdaných párů, se tedy často přechází právě k pojmu partnerská terapie. V manželské (partnerské) terapii pracujeme s párem, ale může se k tomu přidat i individuální terapeutická práce jen s jedním z partnerů. Tato terapie se snaží pomoci manželům se zajištěním uspokojování potřeb obou partnerů, snaží se poskytnout manželům pomoc v oblasti konfliktů a krizových situací a jejich zvládnání, a snaží se o dosažení vzájemného souladu tak, aby se směřovalo k pozitivnímu ovlivnění manželského vztahu (Kratochvíl, 2009).

Manželské poradenství (zde platí totéž, co výše – tedy že v partnerském poradenství to platí obdobně) je především o poskytnutí rad a kvalifikované pomoci v manželských (partnerských) problémech a konfliktech. Ovšem poradenství a terapie se do značné míry překrývají, stírají se rozdíly, a ne vždy je jasná hranice mezi těmito dvěma disciplínami (Kratochvíl, 2009).

2.1.1 Typy problémů ve vztahu

Lacinová (2012) kategorizuje příčiny problému mezi partnery na statické a dynamické. Dynamické příčiny vznikají v rámci vývoje, jako je např. návrat ženy do zaměstnání po mateřské dovolené, kdežto statické vycházejí ze stálých postojů či názorů nebo rysů osobnosti partnerů. Dále člení příčiny sporů na normativní a non-normativní. U normativních se jedná o situace, které vyplývají ze zákonitostí vývoje, např. co se týče aktivit páru po odchodu dětí z domu. Mezi non-normativní příčiny můžeme zařadit např. vážné onemocnění partnera či nezaměstnanost.

Dle Kratochvíla (2009) existují specifické typy problémů, se kterými přicházejí páry do poraden a terapií a s nimiž se v konfliktových manželstvích (partnerstvích) setkáváme. Člení je na problémy, které plynou z manželského vztahu a vývoje vztahu v čase, z osobnosti manželů, či z vnitřních manželských situací a vnějších manželských situací.

Mezi **problémy vycházející z vnitřní manželské situace** řadí např. otázky týkající se společného rozpočtu a hospodaření a zároveň rozdělení prací v domácnosti. Dále do toho můžeme řadit spory vyplývající z neshod ohledně trávení volného času, kdy např. jeden z partnerů chce s druhým trávit více času, kdežto druhý chce být sám a věnovat se vlastním zálibám. Velmi významné jsou také problémy související s dětmi – s jejich výchovou, s přístupem k dětem apod. Mezi další zdroje konfliktů Kratochvíl (2009) řadí i sexuální soužití, či v neposlední řadě domácí násilí.

Vnější partnerské situace, ze kterých plynou v páru konflikty, jsou např. rodinní příslušníci, přátelé, známí a sousedé, nevěra či jiné situace. V kategorii problémů souvisejících s rodinnými příslušníky se můžeme setkat s konflikty vyplývajícími např. z rodičů, kteří jsou na svém dítěti citově závislí, či ze společného bydlení s rodiči jednoho z partnerů. Dále problémy ve vztahu mohou plynout z času, který jeden z partnerů tráví např. s určitými přáteli nebo z toho, že jeden z partnerů nemá rád přítele druhého partnera (Kratochvíl, 2009).

Příčinou partnerských (manželských) konfliktů může být i **osobnost** jednoho nebo obou partnerů. Může se jednat o normální rysy osobnosti, které nejsou nijak abnormální či patologické. Takové rysy ale nemusí být kompatibilní s rysy druhého nebo s nimi dotýčný neumí zacházet. Může se také jednat o odlišné návyky partnerů. Ovšem také mohou být případy, kdy jeden (nebo oba) z partnerů vykazuje abnormální rysy osobnosti (Kratochvíl, 2009).

Co se týče **manželského vztahu jako zdroje problémů**, sem můžeme zařadit to, jaká byla původní očekávání páru a jestli jsou splněna, co partnery svedlo dohromady a jestli je tento faktor ve vztahu stále nějak přítomný apod. (Kratochvíl, 2009).

Autoři Novák a Šmolka (2016) vyčlenili čtyři základní otázky poradenství – vzájemná komunikace, sex a sexuální komunikace, peníze v manželství, děti, volný čas a rodiče. Zároveň se zabývají dalšími situacemi či zdroji, které mohou způsobovat partnerské konflikty. Mezi ně řadí např. mimomanželský kontakt/vztah, osobnost partnera, žárlivost či otázku závislosti a nezávislosti. Lze tedy říci, že zdroje partnerských konfliktů vidí velmi podobně jako Kratochvíl (2009).

2.1.2 Řešení konfliktů

Willerton (2012) zmiňuje, že to, jestli vztah vydrží, nezáleží na míře konfliktů, jelikož spory jsou v podstatě nevyhnutelné. Avšak je důležitý způsob, jak je partneri (manželé) řeší. Stejné stanovisko zastává i Lacinová (2012, s. 16), dle které „Celkově ke zvýšené pravděpodobnosti krize v manželství přispívá spíše to *jak* se páry hádají než o čem konflikt *je*.“. Tranová a Simpson (2009, s. 685) uvádějí: „The fate of any relationship —whether happy or haunted — depends on how partners think, feel, and behave toward one another in difficult situations.“

Taktéž Kratochvíl (2009) tvrdí, že komunikace je podstatnou složkou manželství (partnerství) a je důležitá forma, jakou partneri sdílejí problémy, řeší určité situace a jak si sdělují své pocity. Proto se terapie může zaměřovat nejen na problém a jeho řešení, ale i na způsob řešení problémů páru bez ohledu na to, o jaký problém konkrétně se jedná a na sdílení.

Typologie reakcí na nespokojenost se vztahem

Typologii reakcí na nespokojenost se vztahem popsaly autorky Rusbult a Zembrodt (1983), které prováděly výzkum jak na vysokoškolské populaci, tak u různorodého dospělého vzorku. Vyčlenily čtyři druhy behaviorálních reakcí/strategií, kterými se jedinci vyrovnávají v případě zjištění, že je druhý ve vztahu nějakým způsobem nespokojený. Patří mezi ně: exit (ukončení), voice (hlas), loyalty (loajalita) a neglect (zanedbání, opomíjení). Tyto reakce jsou rozdělené na dvě dimenze – na aktivní a pasivní a na konstruktivní a destruktivní.

Exit je strategie, která je vysoce destruktivní a pro budoucnost vztahu není optimistická. Tato reakce zahrnuje rozchod a je aktivní.

Reakce **voice** je aktivní a konstruktivní, optimistická. Jedná se o debatu s partnerem o problému, snahu řešit situaci společně a změnit ji. Je to jedno z uspokojivějších řešení.

Třetím typem strategie je **loajalita**, pro kterou je typický pól pasivita, ale zároveň konstruktivnost. V tomto případě se jeden z partnerů snaží o nějakou změnu, ale již to neřeší s partnerem. Jedinec je odhodlaný udržovat vztah a čekat, až se situace zlepší.

Poslední reakcí je **neglect** – destruktivní pasivní strategie, při níž jedinec zůstává ve vztahu, ale ignoruje svého partnera, chová se nepřátelsky či krutě, odmítá mluvit o problémech či mu je vztah nebo to, co se mezi nimi stalo, jedno.

Tyto reakce se ovšem můžou doplňovat či překrývat, tudíž může být např. kombinace strategií neglect (opomíjení) a exit (ukončení, únik).

Zajímavé je, že reakce na konflikt se u žen a mužů liší a také souvisejí s typem připoutání. Ženy jsou od malička vedené k tomu, aby vyjadřovaly své pocity, kdežto u mužů je to opačně. To je důvod, proč ženy o problémech spíše mluví, ovšem muži o nich komunikovat mnohdy nechtějí, stahují se a následkem mohou být nedorozumění, kdy si žena může myslet, že muž ji odmítá v případě, že problémy nechce řešit, a muž naopak považuje potřebu ženy mluvit o problému jako rýpání. Jedná se o důsledek genderové socializace (Willerton, 2012).

Vědět, jaké mají partneři reakce na konflikt a pomoc při interpretování a používání různých komunikačních vzorců, pozitivně přispívá k efektivnějšímu zvládnutí konfliktů ve vztazích. Je možné se naučit zvládat spory konstruktivně, řešit je. Návuk v této oblasti snižuje četnost rozvodů. Jedná se tedy o podstatné poznatky a podněty pro manželské (párové) poradenství a terapii (Willerton, 2012).

Naopak mnoho výzkumníků se zabývalo i spokojeností ve vztahu a byly predikovány dva prediktory spokojenosti ve vztahu: intimní komunikace, kdy si spolu partneři povídají a sdílejí osobní informace, a ohraničování konfliktů, přičemž páry nedopustí, aby problémy ve vztahu převládly. Spokojenost ve vztazích je rovněž podmíněna sociální sítí rodiny a přátel – tedy jakýmisi vnějšími faktory (Willerton, 2012).

3 Společenský tanec a manželský vztah

V této kapitole se pokusím propojit předešlé dvě kapitoly, tedy společenský tanec a partnerský (manželský) vztah, a shrnout základní teoretické poznatky, které se těchto témat týkají. Literatury a poznatků na toto téma není mnoho. Tyto zdroje pro mě budou klíčové, jelikož z nich tato bakalářská práce vychází a budu se je snažit rozšířit.

3.1 Výzkum R. Hanke

Jako první bych ráda představila výzkum, který provedla Ramona Hanke (2006). Hankeová sama učila tanec a v průběhu lektorování si všimla, že mnoho z párů, které chodily na hodiny tance, zažívaly nějaké problémy v manželství či spolu chtěli mít společný zájem a hodiny tance braly v podstatě jako určitou formu manželského poradenství či terapie. Hankeová v rámci lektorování navázala bližší vztah s páry, tudíž viděla do manželství více do hloubky. Mohla si díky tomu všimnout změn, ke kterým v manželství docházelo. Toto ji vedlo k zamyšlení a kladla si otázku, zdali má společenský tanec účinek na manželství. Přišla s myšlenkou využití společenského tance terapeutickým způsobem. Ve své práci je pro ni klíčová otázka: „Jaký vliv má společenský tanec na manželský vztah?“ (Hanke, 2006, s. 106). Dále formulovala dílčí výzkumné otázky, jež zní:

O1: Má pro manžele tancování společenských tanců nějaký důležitý význam vzhledem k jejich manželskému vztahu?

O2: Facilituje společenský tanec funkční verbální komunikaci mezi manželi, když se snaží úspěšně provést určitý taneční krok?

O3: Lze metoda řešení konfliktů, kterou používají manželé při tanci, použít a zobecnit i na manželský život mimo taneční prostředí?

O4: Zvyšuje tělesný kontakt navozený tancem u manželských párů pocit intimity?

O5: Proniknou spolupráce a vyjednávání potřebné ke společnému tancování také do dalších oblastí manželského vztahu? (Hanke, 2006, s. 49-50).

Autorka práci založila na rozhovorech se třemi manželskými páry z jednoho tanečního studia v Jihoafrické republice. S každým párem provedla dva polostrukturované

rozhovory, přičemž první rozhovor byl, dá se říct, úvodní. Autorka se snažila získat co nejvíce informací o respondentech a byly pro ni důležité tyto dvě otázky: „Popište své manželství před tím, než jste začali tančit“ a „Popište své manželství poté, co jste delší dobu tančili“ (Hanke, 2006, s. 55). V návaznosti na tyto otázky byly položeny další otázky související s tímto tématem. V druhém rozhovoru Hankeová účastníkům představila témata, jež získala z prvního rozhovoru a účastníci se mohli k těmto tématům vyjádřit a mohli diskutovat (Hanke, 2006). Po provedení rozhovorů proběhla analýza dat, ze které Hankeové odpověděla na hypotézy a výzkumné otázky. Vyplynuly ji tyto výsledky:

Autorka na výzkumnou otázku č. 1 odpovídá, že tanec je pro pár významný z hlediska trávení času. Pro manžele se jedná o exkluzivní čas, který tráví spolu, a mohou se rozptýlit od všedních povinností. Zároveň má tanec význam nejen pro pár samotný, ale i pro jedince, které rozvíjí, jelikož zvyšuje sebevědomí a obdiv k druhému. Autorka taktéž tvrdí, že tanec pozitivně ovlivňuje vztahy s ostatními, jako jsou jejich děti a rodiče.

Na výzkumnou otázku č. 2 Hankeová odpovídá, že tanec usnadňuje manželům funkční verbální komunikaci a mimo jiné i expresivní neverbální komunikaci. Pár je při tanci v prostředí, kde ho nerozptylují běžné starosti, a během hodiny se manželé podělí o každodenní zážitky, na což dříve nebyl čas. Zároveň ačkoliv mnohdy při tanci nejsou vyslovena slova, tak jsou schopni vnímat emoce partnera. Komunikace páru se také začala prohlubovat a stala se častější.

Autorka také potvrzuje hypotézu č. 3 a na třetí výzkumnou otázku odpovídá, že respondenti se v tanečním prostředí naučili strategie řešení problémů, které následně používali i mimo taneční prostředí. Když páry začínaly tančit, docházelo k mnoha hádkám. Postupem času si ovšem manželé osvojovali strategie, které jim pomohly řešit konflikty. Přijímali více kritiku, učili se kompromisům a ohleduplnosti a navzájem si pomáhali se zlepšováním se.

Dále se autorka zabývala tím, zdali tělesný kontakt navozený tancem u páru zvyšuje pocity intimity. Ačkoliv se u manželských párů prohlubuje pocit intimity, tak to je především výsledek společně stráveného času a soustředění se jeden na druhého. Faktor fyzického kontaktu nebyl jedinou a ani nejvýraznější příčinou prohlubování intimity.

Hankeová také předkládá odpověď na otázku č. 5. Dle jejích zjištění tanec pomáhá rozvíjet schopnost spolupráce, která je ovšem důležitá nejen při zvládnání tanečních kroků a tance samotného, ale i při jejich vtahu s dětmi, při plánování času apod. Mimo jiné tanec páry podnítl k tomu, aby se zapojili do dalších aktivit, u nichž je zapotřebí spolupráce.

Hankeové se ovšem během výzkumu vynořila i jiná témata, která dopředu nepředpokládala a nezamýšlela se nad nimi. Jedná se např. o téma síť sociální opory. Manželé se během tanečního procesu seznámili i s jinými lidmi, se kterými se postupem času sblížili a vytvořili si tímto sít' přátel, kterou mnohdy do té doby neměli. Dále autorka zjistila, že tanec má vliv nejen na manželský pár, ale i na jejich rodinu. Tím, že pár začal tančit, tak děti byly více bez dozoru, prožívaly více svobody a manželé museli dětem důvěřovat. Přesto se však zvýšila míra komunikace mezi rodiči a dětmi a po tanečních hodinách si rodiče s dětmi povídali o prožitém večeru. Zároveň mnohdy manželé trénovali tanec doma, přičemž se do této aktivity zapojily často i jejich děti. V rámci tance páry prožívaly zábavu, která se pro ně zdála být významná, jelikož to byl čas, kdy měly možnost se uvolnit a nemusely se o nic starat. Mimo jiné se vliv tance projevil i zvýšeným sebevědomím. A to nejen v oblasti tance, ale i obecně, kdy si jedinci více věří.

Výzkum Hankeové má ovšem i limitace. Mezi ty patří např. to, že se jeden pár účastnil pouze jednoho rozhovoru, což mohlo vést ke ztrátě určitých informací. Taktéž je důležité zmínit, že vzhledem k malému počtu účastníků výzkumu nelze výsledky generalizovat. Omezením je také to, že se výzkum uskutečnil v jednom tanečním studiu v jedné provincii a všichni účastníci byli příslušníci západní kultury bílé pleti, je to tedy další z důvodů, kvůli kterým nelze výsledky studie generalizovat. Autorka je toho názoru, že výzkum provedený ve více studiích, ve více provinciích a také ve více kulturních skupinách by přinesl více informací. Dále autorka uvádí, že spolehlivější výsledky by přinesla longitudinální studie. Mimo jiné byl tento výzkum poměrně náročný vzhledem k nedostatku literatury zabývající se touto problematikou.

3.2 Výzkum M. Vanka

Dále se tímto tématem zabýval Vanek (2014), jehož práce „se zabývá účinnými faktory společenského tance, které mají vliv na rozvoj partnerských vztahů. Zároveň je

diskuzí o možné využitelnosti platformy společenského tance v párové terapii a poradenství.“ (Vanek, 2014, s. 4). Jeho výzkumné otázky jsou:

O1: Je možné na základě zkušeností tanečních učitelů uvažovat o využití společenského tance v rozvoji partnerských vztahů?

O2: Jaké faktory ve společenském tanci podporují rozvoj partnerských vztahů?

O3: Jaké podobnosti a rozdíly lze nalézt u párového poradenství a individuálních lekcí společenských tanců v procesu rozvoje partnerských vztahů? (Vanek, 2014, s.31).

Autor postavil výzkum na nestrukturovaných rozhovorech se dvěma profesionálními tanečními učiteli. Zároveň provedl triangulaci dat skrze rozhovor s jedním manželským párem, jenž se ve volném čase věnuje společenskému tanci, a skrze pozorování jejich taneční lekce.

Na základě jeho zjištění Vanek odpovídá na výzkumnou otázku č. 1, že je možné uvažovat o využití společenského tance k rozvoji partnerských vztahů.

Výzkumná otázka č. 2 se zabývá tím, jaké faktory ve společenském tanci podporují rozvoj partnerských vztahů. Autor zjistil, že se jedná o těchto 7 hlavních faktorů: estetičnost, mediace (tanečního učitele), trénink komunikace, nácvik metod řešení konfliktů, tělesná rezonance, společná činnost a neutrální prostředí.

Dále se autor zabýval rozdíly a podobnostmi klíčových aspektů činnosti společenského tance a párového poradenství a ukázal možnosti transferu z jedné oblasti do druhé. K zodpovězení této otázky používá Vanek Vygostkého model mediované akce dle Yrjö Engeströma, ve které se rozlišuje subjekt, objekt a instrument. Subjektem jsou účastníci činnosti, objektem je předmět činnosti a zároveň motiv činnosti. Instrument zprostředkovává a upravuje vztahy mezi subjekty a mezi objektem a subjektem. Subjekty v tomto modelu jsou u těchto dvou činností taneční učitel či poradce a partneři, přičemž je zde mezi nimi asymetrický vztah. „Expert ze své pozice ovlivňuje interakce partnerů skrze své specifické nástroje a zprostředkovává tak kontakt s motivy činnosti, s čímž souvisí jeho mediační činnost.“ (Vanek, 2014, s. 58). Co se týče objektu, tak zde také můžeme najít podobnost.

Objektem v tanečním prostředí je společenský tanec, kdežto v párovém poradenství se jedná o partnerský život. Avšak vzhledem k tomu, že společenský tanec je jako zrcadlo vztahu, tak se zde odráží např. vzorce chování, způsob komunikace, stereotypy apod. Ovšem rozdíl v těchto dvou porovnávaných činnostech, tedy ve společenském tanci a párovém poradenství, je ve využívaných instrumentech. V obou případech dochází k tomu, že poradce či učitel tance ovlivňuje interakce partnerů skrze specifické nástroje. Zatímco poradce využívá různé psychologické techniky, tak taneční učitel využívá nástroje, jež mu poskytuje tanec. Ovšem můžeme zde přesto najít jisté propojení. „Výrazným průnikem u obou činností je komunikační trénink a nácvik metod řešení konfliktů. Ani toto však není to samé a neprobíhá stejným způsobem.“ (Vanek, 2014, s. 59). Zatímco u párového poradce jde o navození změn v partnerství a jedná se o hlavní nástroje poradce, tak u tanečního učitele tomu tak není. V taneční hodině nástroje směřujeme k tanci a nemusí být efektivně využívány, případně nemusí být ani součástí běžné taneční hodiny (Vanek, 2014).

Zjištění Vanka se tedy prolínají s poznatky Hankeové. Vanek klade důraz na mediační funkci učitele tance a na rozvíjení metod řešení problémů, nácvik komunikace a překonávání stereotypů (Vanek, 2014).

3.3 Jiné výzkumy

Dále se terapeutickým využitím tance zabývalo mnoho dalších autorů. Zajímavé jsou např. studie týkající se argentinského tanga.

Argentinským tangem a jeho terapeutickým využitím se zabývala Lauterbachová (2013) ve své bakalářské práci. Pro argentinské tango je klíčové, aby spolu tanečníci vytvořili jednotu, a pro to je důležitá vzájemná komunikace, kompromis apod.

Argentinské tango je svobodou vyjádření dvou osob tančících v jednotě, proto je zcela na nich, jak se budou pohybovat, projevovat či zda budou hrát role a jaké. Pokud jsou sami sebou a směřují k jednotě, naučí se kompromisu, ve kterém se všechny role a energie vyváží (Lauterbachová, 2013, s. 23).

Z těchto důvodů se tímto typem tance zabývá mnoho odborníků z terapeutického hlediska. Existují různé metody, jež argentinské tango využívají tímto způsobem, např. Tango-terapie apod. (Lauterbachová, 2013).

Využitím argentinského tanga v oblasti rozvoje dyadických vztahů se zabývala např. Polo (2011). Podle ní je potřeba, aby byli tanečníci hlavně dobrými partnery. Tanečníci se při tangu učí jak poznání sebe sama, tak i tomu, jak se vztahují k druhým, komunikaci, důvěře apod.

Dále bylo argentinské tango zkoumáno ve vztahu k emocionálním reakcím a produkci kortizolu a testosteronu u účastníků, kteří ho tančili. Tento výzkum Quiroga Murciové et al. (2009) rozdělil participanty do několika skupin a zkoumal u nich emoční odezvu a výskyt kortizolu a testosteronu před tancem a po tanci. Sledovali tak u tanečníků při tanci s partnerem, bez partnera, s hudbou a bez hudby, přičemž při tanci s partnerem byla naměřena vyšší hladina testosteronu a zároveň také zjistili, že tanec s partnerem na hudbu má větší vliv na emoční stav, než tanec bez hudby či bez partnera (Quiroga Murcia et al., 2009).

Argentinské tango bylo také zkoumáno v souvislosti s mnoha dalšími jevy. Pinniger et al. (2013) zjistili, že tento typ tance má vliv na poruchy nálady, ukázal se efekt tohoto tance na snížení deprese, stresu, nespavosti a úzkosti v případě absolvování intenzivního programu argentinského tanga. Taktéž se díky tomu účastníkům zvýšilo sebevědomí a životní spokojenost.

Soutěžním společenským tancem se dále zabývala práce Pitrové (2010) a Chytkové (2012). Pitrová se zabývala genderovou nerovností v tanečním sportu a tvrdí, že u tanečního sportu je genderová nerovnost typická ve smyslu dominance muže a submisivity ženy, přičemž se to projevuje v mnoha aspektech, jak ve vzhledu tanečníků, v tanci samotném, tak i v pravidlech apod. (Pitrová, 2010). Z práce Chytkové (2012) vyplývá, že otázka dominance a submisivity v tanci je ohniskem konfliktů u tanečních partnerů, a to především pokud tvoří partnerský pár mimo taneční prostředí.

Vzhledem k tomu, že se obě práce zabývaly soutěžním tancem, je otázkou, jak se tyto poznatky vztahují k tanci jakožto volnočasové aktivitě. V každém případě by však tyto otázky stály za další prozkoumání. Pokud by se k takovýmto výsledkům došlo i u rekreačního tancování společenských tanců, je otázkou, zdali by bylo vhodné využívat společenský tanec jako formu párového poradenství.

Empirická část

4 Výzkumný cíl a výzkumné otázky

Cílem bakalářské práce je získat hlubší vhled do problematiky společenského tance a jeho významu pro partnerství. Chci zachytit jevy, které se se společenským tancem a manželstvím pojí a kterým manželé přisuzují klíčový význam. Budu se snažit porozumět vnímání a prožívání společenského tance jakožto volnočasové aktivity manželskými páry v kontextu jejich manželského života. V teoretické části byly představené výzkumy, jež se touto otázkou zabývají a na které chci navázat. V práci se tedy snažím pochopit význam společenských tanců v kontextu partnerství a prohloubit či rozšířit poznatky Hankeové (2006) použitím kombinace výzkumných nástrojů. Následně se pokusím porovnat své výsledky v kontextu dosavadních výzkumů.

Účelem je pochopit význam společenského tance v kontextu partnerského vztahu a hlouběji rozpracovat dosavadní poznatky v této oblasti. Na základě těchto poznatků je možné stavět další výzkumy, jež se problematiky týkají. Jedná se o poskytnutí platformy pro zkoumání společenského tance jakožto formy manželského/párového poradenství. Výsledné poznatky mohou posloužit tomuto účelu a zároveň lektorům tance, kteří by mohli poznatky z této práce užít v praxi.

Výzkumné otázky vyplynuly z témat rozhovorů s manželi a s lektory tance a z témat, která se objevovala v denících manželů.

Zformulovala jsem jednu obecnou výzkumnou otázku a dvě dílčí otázky. Obecná výzkumná otázka zní:

O1: Jaký je subjektivně vnímaný význam společenských tanců manželskými páry, které se účastní kurzů společenských tanců, v kontextu manželského vztahu?

Dále mám dvě dílčí otázky:

O2: Jakým způsobem u manželských párů, které se účastní kurzů společenských tanců, dochází k prohlubování intimity ve spojitosti se společenským tancem?

O3: Jaký význam přisuzují manželské páry, které se účastní kurzů společenských tanců, konfliktu v tanečním prostředí v rámci manželského vztahu?

5 Výzkumný soubor

Vzhledem k povaze bakalářské práce byly mým výzkumným souborem manželské páry navštěvující taneční kurzy a lektoři společenských tanců. Za účelem získání přístupu do prostředí tanečnicků jsem oslovila čtyři majitele tanečních kurzů, kteří byli zároveň i tamní lektoři tance. Oslovení proběhlo prostřednictvím e-mailu, kterým jsem informovala o své bakalářské práci a jejím účelu a tázala se, zdali by měli zájem se mnou spolupracovat. Dva majitelé tanečních kurzů se neozvali zpět, dva měli zájem o téma a spolupráci na výzkumu a souhlasili s provedením rozhovoru. Těmito lektory jsou Martin a Simona. Každý oslovený majitel/lektor tanečních kurzů učil na tanečních lekcích s partnerem, taktéž tanečnickem, které jsem poté taktéž oslovila a kteří souhlasili s účastí na výzkumu a s provedením rozhovoru. Jedná se o lektory Elišku a Jiřího. Použila jsem tedy metodu záměrného výběru výzkumného vzorku a zároveň metodu samovýběru (Miovský, 2006). Dohromady mám čtyři respondenty z řad lektorů.

Lektoři tance se stali mými gatekeepery, kteří mi umožnili vstup do tanečního prostředí tří tanečních kurzů (Hendl, 2008). Jednalo se o jeden taneční kurz pro pokročilé v západních Čechách u lektorů Elišky a Martina. Další taneční kurz byl pro pokročilé, avšak byl taktéž u lektorů tance Elišky a Martina a konal se v Praze. Třetí kurz byl pro začátečníky a byl uskutečněn v západních Čechách pod vedením Simony a Jiřího. Na každý kurz jsem se s lektory tance domluvila na účasti jedné z jejich tanečních lekcí, během které jsem oslovila jejich studenty. Celkem jsem oslovila třicet tři manželských/tanečních párů, kterým jsem představila svou bakalářskou práci a v případě, že projevíly zájem o téma, byla jim nabídnuta účast ve výzkumu. Zájem o účast na výzkumu mělo sedm párů. Ovšem dva páry v průběhu výzkumu odstoupily z důvodu časové náročnosti, tudíž v této práci vycházím ze zkušeností pěti manželských párů. Opět i u manželských párů se jednalo o záměrný výběr výzkumného vzorku a zároveň samovýběr, který je založen na dobrovolnosti (Miovský, 2006).

Výzkumu se zúčastnili respondenti tanečníci a manželé ve věku dvaceti osmi až sedmdesáti dvou let. Tři manželské páry se věnují tanci již mnoho let a navštěvují taneční kurzy (možná spíše taneční kroužek) pro pokročilé v Praze u lektorů Martina a Elišky. Dva manželské páry právě tančit začaly a jsou v tanečních kurzech pro začátečníky v západních

Čechách, přičemž jeden pár chodí na lekce k Elišce a Martinovi, druhý pár navštěvuje hodiny Simony a Jiřího. Ačkoliv by bylo vhodné napsat zde o každém páru delší „příběh“ a charakteristiku, abychom problému porozuměli více do hloubky, tak to není možné vzhledem k etickým principům, které dodržuji. Cílová skupina tanečníků, kteří jsou manželé a navštěvují taneční kurzy pro dospělé, není velká a v tomto výzkumu je důležité zachovat anonymitu, tudíž zde jen stručně páry představím:

- **Lucie a Petr** – oba jsou v produktivním věku, jsou manželé třicet pět let, žijí ve společné domácnosti a mají dvě dospělé děti. Tanci se věnují jedenáct let a dnes navštěvují jednou týdně kurzy (taneční kroužek) pro pokročilé v Praze u Martina a Elišky. S Lucií a Petrem byl proveden polostrukturovaný rozhovor a pozorování.
- **Anna a Karel** – manželé jsou v důchodovém věku a jsou spolu čtyřicet pět let. Žijí na vesnici a mají jedno dospělé dítě. Tančí již patnáct let, přičemž momentálně chodí tančit jednou do týdne k Martinovi a Elišce do tanečních kurzů (tanečního kroužku) pro pokročilé v Praze. S Annou a Karlem jsem provedla taktéž rozhovor a pozorování.
- **Jana a Václav** – Jana a Václav tvoří pár již dvacet devět let, jsou manželé, žijí spolu a mají dvě dospělé děti. Václav je již v důchodovém věku, Jana v produktivním věku. Do tanečních kurzů začali chodit před patnácti lety a od té doby tančí. V současné době chodí tančit do tanečních kurzů (tanečního kroužku) pro pokročilé u lektora Martina a lektorky Elišky. Zároveň tyto hodiny občasně prokládají hodinami salsy či bachaty. Tančí tedy jednou až dvakrát do týdne. U tohoto páru bylo provedeno jak pozorování, tak i rozhovor.
- **Jitka a Adam** – Jitka s Adamem tvoří již třicet let manželský pár. Mají dvě již dospělé děti. S tancem teprve začínají, v době rozhovoru za sebou mají deset lekcí z tanečního kurzu pro začátečníky u Martina a Elišky v západních Čechách. Jitku s Adamem jsem taktéž pozorovala a provedla s nimi rozhovor.
- **Monika a David** – Ačkoliv Monika s Davidem spolu tvoří manželský pár dva roky, tak se znají šestnáct let a předtím spolu již dvakrát chodili a rozešli se. Momentálně spolu jsou čtyři roky, přičemž dva roky z toho tvoří manželský pár. Oba jsou v produktivním věku a mají malé dítě. Manželé spolu v době výzkumu teprve

začínali tančit. Výzkumu se účastnili tím, že psali deníky (viz výše). První zápis v deníku je z jejich první hodiny tance u lektorky Simony a lektora Jiřího.

Respondenty z řad lektorů mám čtyři, přičemž Martin s Eliškou lektorují společně a jsou i partnery mimo taneční parket a Simona s Jiřím taktéž lektorují společně a jsou již mnoho let manželé. Všichni lektoři tančí od útlého věku a tanci se věnují dlouhodobě profesionálně. Mají taktéž mnoho zkušeností s vyučováním společenských tanců v tanečních kurzech pro mládež i pro dospělé.

Z důvodu zachování anonymity byla všechna jména respondentů změněna.

6 Sběr dat

Vzhledem k tomu, že mě zajímá problematika očima respondentů, usoudila jsem, že bude nejvhodnější užít kvalitativní design výzkumu, abych porozuměla problému do hloubky, získala jeho podrobný popis a refletovala zkušenosti respondentů. Jsem si vědoma toho, že výsledky plynoucí z tohoto výzkumu nelze generalizovat v rámci populace a nejsou zobecnitelné do jiného prostředí. Zároveň je důležité podotknout, že výsledky mohly být zkresleny a ovlivněny výzkumníkem a jeho osobními preferencemi či získáním nepravdivých informací, např. v důsledku sociální desirability respondentů (Hendl, 2008).

Sběr dat proběhl pomocí polostrukturovaných rozhovorů s manželskými páry, polostrukturovaných rozhovorů s učitelí tance, pozorování a analýzy dokumentů. Kombinaci metod jsem zvolila proto, aby byla umožněna triangulace dat a aby byl náhled do problematiky více komplexní. Triangulací dochází ke zvyšování validity metod (Hendl, 2008).

Vzhledem k povaze výzkumu byly těžištěm mé práce a hlavním zdrojem dat polostrukturované rozhovory se čtyřmi manželskými páry. Ostatní metody byly spíše doplňkové, pro dokreslení zkoumaného jevu (Hendl, 2008).

Polostrukturované rozhovory s manželskými páry jsem zvolila z toho důvodu, abychom se dotkli témat, jež jsem vnímala jako důležitá. Zároveň díky tomu rozhovory lehce drží strukturu, což umožňuje o něco snadnější srovnávání v rámci analýzy dat. Avšak stále je zde jakási volnost, kdy mají respondenti možnost zmínit pro ně důležitá témata a výzkumník může získávat data v různém pořadí a různými způsoby (Hendl, 2008). U každého rozhovoru jsem na začátku představila téma bakalářské práce a zeptala se respondentů na základní kontextové informace týkající se jejich vztahu – např. „*Jak dlouho spolu tvoříte pár?*“ apod. Umožnilo mi to navázat kontakt, navodit důvěrnou atmosféru a pomalu se propracovávat k jádru tématu. Kladla jsem především otázky vztahující se k jejich zkušenostem, pocitům, názorům (Hendl, 2008). Rozhovory s manželskými páry se uskutečnily v průběhu měsíce listopadu a prosince roku 2021. Všechny rozhovory s páry byly nahrány na diktafon a poté doslovně přepsány. Rozhovory byly v rozsahu 40 minut až 1 hodiny a 23 minut.

U jednoho páru byl zvolen jako nástroj **deník**, do něhož psali respondenti vždy po taneční lekci dojmy, pocity, myšlenky. Tato forma byla zvolena z toho důvodu, že se jednalo o manželské páry v tanečních kurzech pro začátečníky a přišlo mi zajímavé zkoumat zkušenosti tanečníků v čase. V listopadu roku 2021 byly osloveny dva manželské páry s dotazem, zdali by byly ochotny sdílet své zkušenosti pro mou bakalářskou práci. Po představení výzkumu a poté, co mi respondenti dali souhlas, dostal každý z páru za úkol psát po každé taneční lekci deník s pocity a myšlenkami, které se týkají tanečních lekcí a jejich manželského vztahu. Bylo zdůrazněno, aby zachovali soukromí a jeden druhému deník nečetli. Pro usnadnění a zároveň pro zajištění dostatku dat jsem k deníku přiložila soubor návodných otázek, na které bylo možné odpovídat. Vykonala jsem tak z důvodu, aby se nestalo, že tanečníci nebudou vědět, jak začít psát, tak z důvodu, aby do deníku psali relevantní informace týkající se tématu, ne např. o týdnu v práci. Návodné otázky zněly následovně:

1) Jak bych popsal/a minulý týden s partnerem/partnerkou? Co jsem s ní/s ním dělal/a či prožíval/a?

V této otázce jsem mířila na to, jak na sebe byl pár naladěn mezi tanečními lekcemi, jestli se událo něco významného, co by následně mohlo ovlivnit následující lekci, či naopak.

2) Co se dnes na lekci odehrávalo? Jak jsme na sebe byli naladěni?

V této otázce je prostor pro vyjádření toho, co se dělo v době taneční lekce, jestli vše bylo bezproblémové či došlo k nějakému konfliktu apod.

3) Jak se po lekci cítím a co jsme spolu po lekci dělali?

Otázka zde slouží k informaci, zdali se u tanečníků naladění z taneční hodiny přenáší do zbytku večera či do partnerství mimo taneční parket.

4) Jak bych nás dnes v tanečních kurzech ohodnotil/a? Změnilo se něco oproti minulé hodině?

Zaměřuji se na to, jestli manželé cítí posun v tanci či nějaké schopnosti důležité v rámci tanečních hodin.

5) Co dalšího jsem zažil/a a chtěl/a bych sdělit? Volný prostor pro další myšlenky.

V této části mají respondenti prostor na další myšlenky v případě, že by se řídili těmito otázkami, u nichž by neviděli prostor k vyjádření pro ně důležitých věcí týkajících se partnerství či tance.

Ačkoliv se spoluprací na výzkumu, konkrétně s psaním deníku, souhlasily dva manželské páry, použila jsem do této práce jen deníky jednoho páru z důvodu nedostatku dat v denících druhého páru. Deník manželé psali v průběhu listopadu a prosince roku 2021 a ledna 2022. Taneční kurz pro začátečníky se skládal z deseti lekcí. Z důvodu nemoci výzkumníka bylo ovšem provedeno oslovení respondentů až po první lekci tanečního kurzu, tudíž jsou deníky vedeny v případě manžela od druhé lekce a manželky od třetí lekce. Manželé se nezúčastnili všech lekcí (z důvodu nemoci, zrušení hodiny lektory apod.), tudíž je v deníků záznam pouze z pěti lekcí u manžela a z šesti lekcí u manželky.

Dalším nástrojem pro sběr dat byl **polostrukturovaný rozhovor s učiteli tance**. Polostrukturovaný rozhovor byl zvolen s ohledem na povahu výzkumu a z důvodů výše zmíněných. Rozhovory s učiteli tance jsem provedla proto, abych zvýšila validitu triangulací dat a abych získala úplnější obraz jevu, který zkoumám (Hendl, 2008). Rozhovory jsem provedla se čtyřmi učiteli tance, přičemž se jednalo o učitele tance, ke kterým se chodí učit tančit respondenti tanečníci z tohoto výzkumu. Rozhovory byly uskutečněny v průběhu prosince 2021 až ledna 2022. Rozhovory byly nahrány na záznamník a následně přepsány. Všechny rozhovory s učiteli tance byly v rozsahu od 50 minut do 1 hodiny a 10 minut.

Pro ještě úplnější obraz zkoumaného fenoménu jsem zvolila ještě jeden nástroj, **pozorování**. Všechny páry jsem pozorovala v jejich prostředí – tedy na taneční hodině. Tato metoda je spíše doplňková, kterou jsem si chtěla ověřit pravdivost získaných informací. Zároveň však pomohla s navázáním kontaktu a vztahu s respondenty. Jednalo se o otevřené, nezúčastněné a volné pozorování (Hendl, 2008). Byla jsem v roli pozorovatele a účastníci tanečních kurzů byli informováni, že tam provádím výzkum. Pozorovala jsem mé respondenty (manželské páry a učitele tance) při tanci. Vzhledem k množství tanečníků na taneční lekci a zároveň rychlosti pohybů jsem se rozhodla použít videozáznam, z kterého byl napsán záznam z pozorování. Všechny páry souhlasily s pořízením záznamu. Jeden pár jsem pozorovala tři taneční lekce, dva páry jsem pozorovala dvě taneční lekce a dva páry

jednu taneční lekci. To z důvodu časové náročnosti a zároveň z důvodu studia výzkumníka.
Každá taneční lekce trvala 1 hodinu a 30 minut.

7 Zpracování dat

V této kapitole se budu věnovat tomu, jakým způsobem jsem zpracovala získaná data.

Jako první jsem zpracovávala rozhovory. Jak je zmíněno výše, všechny rozhovory byly nahrávány na diktafon po předchozím souhlasu respondentů. Následně jsem provedla doslovnou transkripci rozhovorů, tedy převod mluveného projevu z rozhovoru do písemné podoby v digitální formě. Transkripce je doslovná a komentovaná, aby bylo zachyceno vše podstatné. Následovala fáze otevřeného kódování (Hendl, 2008). Během té jsem opakovaně pročítala přepsané rozhovory a všímala si, která témata se v textu objevují. Témata jsem si podtrhávala. V rámci této fáze kódování jsem přiřazovala kódy k výpovědím respondentů – každý odstavec či věta byla označena určitým kódem či vícero kódy. Mezi kódy objevující se ve výpovědích respondentů patří např. společný čas, konflikt, přátelství, odchod dětí, selhání apod. (Hendl, 2008).

Dalším krokem bylo vytvoření jakési mapy, která obsahuje tyto kategorie, jež se vynořily v otevřeném kódování, a propojuje je. Zároveň díky tomu probíhalo slučování kódů do nadřazených kategorií a rozdělování kódů na subkategorie. Jedná se o proces axiálního kódování, během něhož se snažíme zorientovat ve vztazích mezi kategoriemi (Hendl, 2008). Ne všechna témata byla zahrnuta v následující analýze, jelikož vzhledem k tématu bakalářské práce nebyla podstatná. Během třetí fáze kódování dat, tedy během selektivního kódování, jsem se snažila najít nejvíce klíčové kategorie a vztahy pro svou bakalářskou práci (Hendl, 2008). V těchto stádiích jsem vytvořila grafické znázornění kategorií a jejich vztahů, které můžeme vidět v kapitole 9 a 10.

Celý proces kódování probíhal metodou tužka-papír a v průběhu jsem si části rozhovorů podtrhávala, vpisovala si na okraj poznámky, barevně rozlišovala důležitá témata, kladla si otázky apod. Oporou v postupu kódování mi byla literatura od Miovského (2006) a Hendla (2008).

Stejným způsobem, jakým jsem zpracovávala rozhovory, jsem zpracovávala i deníky a snažila jsem se o analýzu produktu.

Během techniky pozorování jsem si dělala popisné poznámky již na místě, které obsahují popis aktivit, dále chování a gest účastníků v terénu, rekonstrukci dialogů apod. Zároveň jsem z pozorování pořídila videozáznam, který jsem později zhlédla, abych si všimla i skutečností, které jsem v terénu nevnímala. Následně jsem vytvořila podrobný záznam, který obsahuje podrobné popisné poznámky. Pozorování není těžištěm analýzy a slouží spíše k potvrzení či vyvrácení určitých tvrzení respondentů.

8 Etika výzkumu

Během výzkumu byly dodržovány etické náležitosti dle etických principů pro psychologický výzkum (APA, 2017). Všichni respondenti byli před začátkem výzkumu informováni o účelu výzkumu a jeho průběhu. Účastníci také podepsali informovaný souhlas s poskytnutím výzkumného rozhovoru, případně i s pozorováním. Zároveň byli poučeni o tom, že mohou kdykoliv v průběhu výzkumu odmítnout účast na výzkumu a mohou odmítnout odpovědět na otázky, na které nechtějí odpovědět, či odmítnout pořizování videozáznamu. Respondenti byli ubezpečeni, že vše bude anonymní, nebude nikde uvedeno jejich jméno a osobní údaje. Poskytli souhlas s nahráváním rozhovoru, pořízením videozáznamu a s jejich přepsáním do písemné podoby. Výzkumník garantuje, že se zvukový záznam ani videozáznam nedostane ke třetím stranám a bude smazán.

Z důvodu citlivých dat v denících nebudou deníky v příloze této práce. Deníky obsahují citlivá data a jsem si vědoma, že by mohla způsobit účastníkům újmu emocionální povahy. V bakalářské práci použiji se souhlasem participantů pouze citace a úryvky z deníků. Do přílohy bude vložen pouze krátký úryvek z deníku pro získání představy, jak deník vypadal.

Dále je důležitým opatřením nezveřejnění přepisů rozhovorů s manželskými páry a s lektory tance. Je důležité zachování anonymity. Komunita manželských párů, které chodí do tanečních kurzů, není velká, stejně tak není takové množství tanečních učitelů, tudíž by mohlo dojít k snadné identifikaci respondentů. Zároveň je toto opatření důležité z důvodu, aby se respondenti otevřeli. Lektoři tance v rozhovorech hovoří i o konkrétních studentech a zkušenostech s nimi, mohli by být pro jejich taneční studenty rozpoznatelní. Stejně tak je to u manželských párů, které hovoří o osobních soukromých tématech či událostech, a i zde je nutné plné zachování anonymity. V bakalářské práci se budou objevovat pouze citace z rozhovorů, dle kterých nebude možné identifikovat účastníky výzkumu.

9 Analýza dat

V této kapitole se budu snažit představit ta nejdůležitější témata, která vznikla v procesu otevřeného a axiálního kódování rozhovorů a deníků. V rámci toho budu uvádět citace z rozhovorů a deníků. Následující kapitoly se týkají těch nejzákladnějších kategorií. Dále v textu uvádím i subkategorie a kódy jednotlivých kategorií, ty jsou vyznačeny tučným písmem. Ty nejvíce klíčové kategorie a jejich kódy jsem se pokusila graficky znázornit, což můžeme vidět níže. Podle tohoto znázornění se je také pokusím níže popsat.

Obr. 1 Grafické znázornění základních kategorií a subkategorií



Je nutné podotknout, že tyto kategorie se ovšem navzájem prolínají a ovlivňují.

9.1 Motivace

Z rozhovorů s manželskými páry, s učiteli tance, a i z deníků vyplynulo, že to, jakou má pár motivaci ke vstupu do tanečního kurzu hraje roli v tom, jak budou taneční hodiny prožívat. U každého páru přitom nejde vždy o jeden důvod ke vstupu do tanečních kurzů, ale zpravidla o více motivů. Motivaci u párů jsem rozdělila na **společný cíl** a **společný čas**. Ačkoliv by se mohlo zdát, že tyto dva kódy by se mohly spojit v jeden, tak tomu tak úplně není. Pár může jít za nějakým společným cílem (naučit se tančit), ale nemusí to znamenat, že spolu v rámci toho budou trávit více času společně (mohl by každý chodit jinam na kurz). Jde o dva kódy, které mohou jít ruku v ruce společně, ale zároveň mohou fungovat i nezávisle.

9.1.1 Společný cíl

Společný cíl je něco, čeho oba chtějí prostřednictvím tance dosáhnout. Z rozhovorů a deníků mi vyplynulo, že cílem je **seberealizace**, kdy se chtějí manželé rozvíjet, jak každý zvlášť, tak se chtějí posouvat i společně, zlepšovat své schopnosti a dokázat něco spolu.

Karel: „*Prostě se něco učíte, nějak se rozvíjíte společně a není to jen o tom zapnout večer televizi.*“

Petr: „*Chci se naučit tancovat. Já když tancuju...Já už říkám lektorce, ať mě pěruje, že už mi to chybí a já se chci zdokonalovat.*“

Tento společný cíl pravděpodobně souvisí s tím, že mnoho párů (tři páry z pěti) začalo tančit poté, co jim děti vyrostly a „vyletěly z hnízda“, jelikož do té doby měly páry určitý společný cíl, záležitost, a na něčem společně pracovaly. Odchodem dětí jim vzniklo jakési vakuum, které chtěli manželé vyplnit a potřebovali najít další společný bod, na kterém budou pracovat.

Petr: „*...my jsme díky tomu našli společnej bod nějakej, společnou činnost. Jako jo, možná bysme našli jinou, jo, třeba by k tomu taky došlo. Ale v tuto chvíli je to todlecto.*“

Výzkumník: „*Takže teprve až tanec je váš společnej koníček a společné trávení času?*“

Lucie: „*Hm, jojo. (Petr přikyvuje) Ono prostě není moc prostoru, když jsou dvě děti, tak se nedá moc trávit čas spolu...*“

Václav: „*Že když děti vyletí z hnízda, tak se nejednou stane v tom manželství...*“

Jana: „*Že je třeba to něčím nahradit.*“

Václav: „*Že prostě ti lidi nemají co. (pauza) Nechci říct... To je přehnaný, ale je to tak. Mě to napadlo, když jste říkala: ‚Co jste dělali?‘ Tehdy jsme prostě kmitali okolo dětí a podnikám a je známá věc, že okolo dětí se ti lidi, pokud nejsou vysloveně... Ten vztah není špatný, kde se okolo těch dětí začnou rodiče hádat, to je špatný. Ale mnohdy to s téma dětma vydrží a v okamžiku, kdy ty děti odrůstají a začínají z toho hnízda pozvolně vylétat, tak najednou ty lidi v podstatě ztratí tu aktivitu okolo těch dětí a něco kam by směřovali...“*

Seberealizaci jsem ještě rozdělila na subkategorie **naučit se tančit** a **sebeláska**. Ačkoliv spíše páry vstupovaly do tanečních kurzů s tím, že se chtěly naučit tančit, tak u jednoho páru se objevil i výrazný motiv, který jsem nazvala **sebeláska**. To znamená, že tanec je pro jedince prostředek k přijetí sebe sama. Manželský pár přímo popisuje, že se jedná o jeden z důvodů, proč začali tančit – nalézt zdravé sebevědomí a pro partnerku nalézt ženství. Velmi zajímavé je to, že partneři vnímají, že se prostřednictvím tance k tomuto cíli opravdu přibližují.

Monika: „*Do toho řeším svou ženskou stránku, abych to lépe rozvedla...mám se naučit být více ženou. A tím se dostávám k tomu, proč jsem vlastně na těchto lekcích.*“ – úryvek z deníku po lekci č. 3.

David: „*Ona sama sebe tak nevidí, myslí si, že není hezká, což je mi líto a snažím se jí podpořit, aby tu cestu k sobě našla.*“ – úryvek z deníku po lekci č. 2.

David: „*Také vidím, že jí to pomáhá najít to své ženství. Vybrali jsme šaty, koupila si nové paletky se stíny, zkouší nové účesy. Jsem moc šťastný, že mi rozkvétá před očima.*“ – úryvek z deníku po lekci č. 5.

Co se týče kódu **naučit se tančit**, tak k tomu manžele vedlo buď to, že nikdy netančili a toužili po tom to umět (většinou především ženy), nebo chtěli prostřednictvím učení se nové aktivitě vystoupit ze stereotypu. Dále také to, že z tanečních kurzů z období mládí mnoho zapomněli a chtěli si osvěžit kroky, aby nedošlo ke znemožnění na plesu.

Anna: „*My jsme vlastně, jak Karel říkal, do těch kurzů šli, abysme pak jak bude ples, tak abychom si to zopakovali a nebyli... nepřipadali si trapně.*“

Karel: „A protože samozřejmě jsme chodili tancovat jako na taneční, ale pak jako, vůbec jsme netancovali... Mě plesy moc nebraly.“, „Takže, takže jsem říkal jako dobře, ale musíme si to nejdřív zopakovat, abysme jako nevypadali zoufale, že jo.“

Jana: „Takhle, já si myslím, jsou lidi buď takoví, že vůbec nic neřeší a tráví každý večer doma u televize a cpou se křupkami a zalévají to pivem nebo něčím jiným. No tak to je jedna sorta lidí. Ti nikam nikdy nevyjdou a nevím anebo teda vědí, že mají se hýbat a sportovat, ale pak když se stane, že teda chlap chodí na volejbal a ženská chodí já nevím kam, na nějaký jiný sport, no tak zase spolu tráví toho času méně, nemají společný zážitky, každý tam má ty svoje nějaký ty kamarády, ale vlastně je to rozděluje... dá se říct. Sice je tady ten princip toho, že se hýbou, ten zdravý způsob života, ale ten tanec má v sobě to úžasné, že to můžeme dělat společně.“

Petr: „Chci se naučit tancovat. Já když tancuju... Já už říkám učitelce tance, ať mě pěruje, že už mi to chybí a já se chci zdokonalovat. Vím, že se nemůžu v mnohém zdokonalit, mám tam své limity, ale furt to tam mám, že chci, dokázat to dát!“ , „Ale není to to, co by mě tam hnalo, když tam jdu.“

Jak zmiňuje Petr, je to pro něj místo, kde se může naučit něco nového a nadále se zlepšovat. Avšak nejedná se o hlavní motivaci páru. Petr s Lucií chtějí tancovat dobře, ovšem tanec je pro ně pouze hobby, nesnaží se ho hnát k dokonalosti a nemají ambice vstoupit do soutěže. Takto k tanci v tanečních kurzech přistupují všechny páry. Většinou je tento cíl silnější spíše na začátku, manželé se chtějí naučit tančit a zároveň spolu chtějí trávit více času. Ovšem čím déle pár tančí, tím více jde spíše o to, aby tam spolu manželé strávili čas a bylo jim dobře, než o samotné učení se tanečním dovednostem.

9.1.2 Společný čas

Společný čas je dalším důvodem proč manželské páry začaly chodit do tanečních kurzů a proč v nich nadále pokračují. Pro manžele je velmi významný. Většina manželských párů spolu začala chodit do tanečních kurzů z důvodu, aby spolu mohly trávit volný čas. Téměř všichni respondenti jsou tvrdě pracující a velmi vytížení, nemají mnoho volného času. Taneční kurzy jsou pro některé páry jediná událost, na kterou si jako pár dělají pravidelně čas a jsou tam spolu. Z tohoto hlediska je pro ně tedy tanec velmi významný. Přičemž jak

zmiňuje Karel, není vždy snadné najít aktivitu pro společné trávení času, která by bavila oba partnery.

Karel: „*Ale zase není moc, není moc takovejch těch aktivit, který byste dělala jako s partnerem. A oba se v tom nějakým způsobem vyžívali. Bud' bude chlap chodit na fotbal a do hospody nebo ta ženská bude chodit drbat k sousedce a... a, nebo na nějaký háčkování nebo spinning nebo něco. Ale aby tam byli oba dva a měli ten společnej čas a zážitky, to je málo u čeho...*“

Petr: „*Trávíte spolu čas, což je vobrovský plus, jo.*“

Lucie: „*Je to tak, že to má nalajnovaný, že ano, že ví, že v úterý musí stihnout tančení, tak se snaží.*“, „*...nechce to vynechat, protože je to náš společnej čas a taky se na to těší.*“

David: „*Šel jsem s ní na taneční proto, abychom společně užívali času zajímavou aktivitou.*“
– zápis z deníku po lekci č. 2.

Výzkumník: „*Takže jestli tomu rozumím dobře, je pro vás důležitý trávit spolu čas a...*“

Jitka: „*Hrozně! Jako musím říct, že to je fakt jako jedna z takových těch věcí, který se teď kon snažíme hodně a není... fakt se nenudíme a myslím si, že je to teď kon takový... taková hezká etapa toho společnýho vztahu. Moc se nám... Nebo mluvím za sebe, že já jsem teď strašně spokojená.*“

Jana: „*Já teďka k tomu jenom doplním, že na tom velmi přínosný to, že je to společný trávení času!*“, „*...ten tanec má v sobě to úžasný, že to můžeme dělat společně...*“

Zajímavé ovšem je to, že, jak jsem naznačila výše, se motivace manželů v průběhu navštěvování tanečních kurzů mění. Zatímco ke vstupu do tanečních kurzů partnery motivuje společný cíl, seberealizace, a i společný čas, tak páry, které tančí již dlouhodobě chodí do tanečních kurzů především kvůli tomu, že je to čas jen pro ně dva.

Petr: „*Chodit tam jen proto, že se zdokonalujem v tancování... tam jeden pár takovej je. Ty jsou jako by soutěživí, maj to v sobě... A na těch si myslím, že tam jdou, že se v něčem zdokonalim. Ale to cejtím jinak v tom vztahu, no. Kdybych tam chodil tímhle způsobem, tak bych k tomu tanci musel mít jinej přístup.*“

Společně kvalitně strávený čas je pro páry důležitý, aby neměly pocit, že žijí jen vedle sebe. V rámci trávení společného času tancem dochází ke **společným prožitkům a s tím se pojí i stavy souznění**, které některé páry považují za jeden z hlavních faktorů, proč do tanečních kurzů stále chodí. Mimo stav souznění, který by se dal jinak nazvat i naladěním se na sebe, rezonance, či společné flow, tak spolu prožívají i pocity úspěchu a radosti.

Lucie: „*Ten společnej okamžik, prožitek, a to vlastně proč to děláme.*“

David: „*Společné pocity si myslím jsou prostě jediné kladné (...)*“

Ačkoliv se manželé chtějí v tanečních naučit tančit, tak jsou pro ně taneční kurzy většinou aktivita vedoucí hlavně k zábavě a k uvolnění, u níž nemají úplně vysoké ambice a nesměřují např. do soutěže. Právě díky tomuto přístupu prožívají na parketu mnohdy pocity radosti. Zároveň zažívají i pocity úspěchu, a to i když se jedná o dílčí malé kroky a posuny vedoucí k nějakému cíli, právě z toho důvodu, že se nesnaží o dokonalost. Stává se tak, pokud se jim zadaří zatančit celý tanec dobře, či zvládnou figuru nebo kroky, se kterými měli obtíže. U mnoha párů tuto sdílenou radost a úspěch potvrzuje i pozorování. Např. pro Jitku a Adama je taneční hodina především zábava, při které se nestydí vyjádřit svou radost z dobře vykonaných pohybů i před ostatními. Jejich pocity jsou provázeny projevy jako je hlasitý smích, pochválení se, u Jitky je typické radostné povyskočení. Výraznější projevy radosti doprovází ovšem spíše začátečníky, jelikož téměř každý krok a figura je pro ně něco nového. Pokročilí už mají na sebe o něco vyšší nároky, tudíž se u nich radost neprojevuje tak často a tak výrazně, ale např. jen obejmutím či širokým úsměvem, jak doložilo pozorování.

Ke společným prožitkům párů můžeme ovšem zařadit i pocity frustrace. Děje se tak v případě, že se jim nějaký pohyb či figura delší dobu nedaří, např. u Jitky a Adama je to typické u tanga. V tangu jim dělá problém otočka. I tato situace byla rozpoznatelná z pozorování, jelikož v momentě, kdy učitel tance Martin oznámil, že se jde tančit tango, tak na páru byla znát nervozita – v mimice a hlubokém dýchání. Pár se tance dopředu obával, jelikož jim dříve dle jejich slov nešel a byli z něj zoufalí. Ovšem nakonec ho zvládli velmi dobře a na základě pozorování mohu potvrdit, že překonání této překážky a zvládnutí tance vedlo k velkým projevům radosti. Pokud se ovšem některým párům nedaří, frustrace

přetrvává a zároveň mají více ambice, tak zažívají pocit selhání či může dojít ke konfliktu (viz níže).

Jitka: „*No opravdu, my už třeba umíme waltz! (nadšeně) Ty kroky jako už se na to umíme soustředit, docela nám to jde. A tancujeme a usmíváme se na sebe a říkám: ‚Adámku, my už jako tancujeme, vid.‘ a on: ‚No‘. (oba smích)“*, „*No úžasný! Opravdu jako nekecám a my odsud odcházíme a jdeme k tomu autu a jsme takoví jako spokojení!*“

Adam: „*My jsme sem přišli s absolutní nulou, takže vlastně cokoliv prostě vejš bude pro nás...*“

Martin (lektor): „*No a pak když se jim prostě ten krok nebo ta figura podaří, u toho občas jsem, mám to štěstí, že opravdu jsem u toho, že to vnímám s nima. Že najednou se jim to povede a teď oni maj tu společnou radost z toho společného úspěchu.*“

Eliška (lektorka): „*...a mají vlastně z toho hroznou radost, když se jim do povede. Když jim něco nejde a my jim potom s tím pomůžeme a nebo jim k tomu něco řeknu... Tak to je, to je taková podle mě dětská radost z toho, že to právě udělali a zvládli.*“

To, proč manželé chodí tančit, má tedy vliv i na prožívání tance. V případě, že jsou partneři více ambiciózní a v tanci se chtějí opravdu zlepšovat, pilovat figury apod., tak vzniká více třecích ploch (viz níže). Pokud si jdou ovšem partneři do tanečních kurzů večer užít, berou to jako zábavu a nekladou na sebe moc vysoké nároky, tak nedochází k tolika konfliktům. U Jitky a Adama, kteří tam chodí spíše za účelem zábavy a společně stráveného času, neprobíhají žádné hádky. Petr s Lucií chtějí tanec zatančit dobře, občas k hádce dojde, ale tanec pro ně není prvotní, jak můžeme vidět z úryvku výše. Pár Jana a Václav už jsou ovšem více ambiciózní, v tanci si věří a chtějí se v něm stále rozvíjet, což dokládá i fakt, že chodí mimo taneční kurzy u lektorů Elišky a Martina někdy na lekce salsy a bachaty k jiným lektorům. U tohoto páru jsou pak hádky častější, což je i potvrzeno triangulací.

Adam: „*Si myslím, že se navzájem tak tolerujeme, že jako ehm se něco nepovede, ale bereme to jako sportovně, nejsme žádný hvězdy že jo jako...*“

Jana: „*...jsme k těmhle těm tancům ještě přidali potom posléze jiný jako salsu a bachatu a podobný, protože jsme to holt chtěli mít jako komplexnější a bylo nám těch pětadvacet tanců, co nás naučil ten ten blázen před učitelem tance X málo.*“

Martin (lektor): „*Oni hodně chtějí tančit a... ehm... Ale tam se fakt víc řeší tanec, než že se dělá sranda. A ono je to hodně tím, že to berou strašně vážně. Oni už někam chodili předtím. A když jsem s nima začal tancovat, tak oni se strašně hádali. Oni po sobě... strašně to prožívali...*“

Martin (lektor): „*...najednou tam chytne takovou nějakou (pauza), takový sebevědomí, tak zaprvý chce aby to bylo o kus lepší a najednou se v ní probudí ta obrovská ambice, nevím proč, a ještě do toho jako má tendenci ho sekýrovat.*“ , „*...ten pár to ví a cejtí to, že to jako uměj, jsou takoví sebevědomí. No ale asi o to víc jak chtějí nebo jak to vědí, že jim to jako jde, tak o to víc to prožívaj, nevím.*“

9.2 Konflikty

Mimo to, že tedy partneři prožívají na parketu radost a úspěch, tak mnohdy prožívají také konflikt. Konflikt se vyskytuje u všech dlouhodobě tančících párů a občasné napětí zažívá i jeden pár začátečníků.

9.2.1 Příčiny konfliktů

Příčin konfliktů je více. Na parketě se páry někdy nepohodnou, např. kvůli **chybnému kroku či chybně provedené figuře**. To se děje často buď kvůli špatnému zapamatování si např. kroků, anebo odlišnému přijímání informací od učitelů tance.

Karel: „*Občas dojde k výměně názorů, kdo to dělá, ví... (smích)*“ , „*Takže jsme netancovali. A ono se to dost jako projeví, jo. Jak vypadnete z toho tréninku, tak takovej ten dril, co máte, tak to se ztratí za chvíličku, ty kroky a tak.*“

Anna: „*Tak člověk taky i zapomene, že jo. Něco vám vypadne... Ten tanec je dobrej, že jako furt paměť trénujem, ale i tak nám kolikrát něco vypadne. Takže občas si jako vyměníme názor, kdo to jako zapomněl víc, jak to bejvá. Ale není to na nože.*“

Petr: „*My jsme oba měli...nějak přijímali informace. Každý jsme je buďto chápali po svém nebo někdo je pochopil, druhý nepochopil, prostě v čemkoliv a teď to někam došlo a snažili jsme se to vyříkat. A to jako vyřikávej si to...každý má svou pravdu, každý to dělá dobře z toho svýho úhlu pohledu, ale nefunguje to, takže nějaký krok nebo něco není dobře, že jo. No a co ty mi budeš vykládat... Já vim jak to má bejt, že jo. (smích)*“

V případě, že jeden z páru udělá chybu, tak ovšem mnohdy dochází k tomu, že chybu přisuzuje druhému partnerovi a jaksi ji do něj projektuje. Pravděpodobně se jedná o ego-obranný mechanismus, kdy se jedinec snaží svalit vinu na druhého a svoji chybu nepřizná, jelikož se chrání před pocity selhání a devalvací ega.

Václav: „*A pak na sebe začneme prskat, vystrkovat drápky. Proč jsi přešla, proč jsi nešla. A když to pokazíme, tak třeba já jsem přesvědčený na 70 %, že to byla vina manželky, natož manželka si je na 1000% jistá že to byla vina moje.* (smích)“

Karel: „*Já si myslím, že to má každéj no. Protože každéj si myslí, že to jako nekazí, že jo. Že to umí.*“

Výzkumník: „*Takže to máte tak, že to házíte na partnera tu chybu?*“

Anna: „*No jasně!*“

Karel: „*Bez toho to nejde.* (smích)“

Simona (lektorka): „*(smích) Většinou na sebe hází chybu.*“, „*Hází to na sebe, kdo co jak to udělal, samozřejmě to zhodnotí tak, že to třeba není pravda... teď to zavíní ten druhéj, vy to víte, že jo...*“

Ovšem ne všechny páry to takto mají, např. Lucie s Petrem si chybu jsou schopní přiznat a jsou sami k sobě kritičtí. Z tohoto důvodu zažívají partneři občas pocity selhání. Především Petr, což souvisí i s jeho povahou. Těmto pocitům se páry chtějí mnohdy vyhnout, a proto házejí vinu na druhého.

Petr: „*...no, to, to jsem říkal, že přestanu tancovat, když se vidím v zrcadle, to je něco strašnýho!* (smích)“, „*Smířit se s tím, když to člověk vidí, jak to vypadá... protože tam opravdu vidíte tu nedokonalost ve všem. To se nedá říct chyby, ale ten masakr (smích), to je, to není tanec, co tam předvádím, jo.* (smích)“

Dále u párů dochází k určité tenzi v otázce **vedení**. Ve společenském tanci by to mělo být tak, že muž vede a žena následuje. Avšak ne vždy tomu tak u párů je, a z toho důvodu dochází mnohdy ke konfliktům, a to především u dlouhodobě tančících párů. Vysvětlením je to, že v pokročilých kurzech jsou si muži již jistější a zároveň jsou si vědomi toho, že mají vést. V případě, že se snaží vést partnerka, setkává se to s nelibostí. Začátečníci si ovšem nejsou jistí a mnohdy nechávají partnerku vést, jelikož partnerka si lépe pamatuje kroky

apod. S otázkou vedení souvisí i **dodržování sestavy** a poslušnost. Ženy chtějí dodržet sestavu danou lektorem, tudíž když se muž pokusí o pohyb mimo sestavu, tak se žena snaží ujmout vedení, aby sestavu dodrželi. Otázkou je, z jakého důvodu tíhnou více k tomu dodržovat choreografii spíše než naslouchat partnerovi. Je možné, že se tak děje důsledkem toho, že ženy jsou, slovy učitelů tance, doma „generálky“, a tudíž pro ně ani na tanečním parketu není muž tím, kterému by prvotně naslouchala, zatímco choreografie je určena lektorem, který je pro ně jakási autorita. Dalším vysvětlením by mohlo býti i to, že jsou ženy odmalička více vedené k poslušnosti. Jedná se však o pouhé úvahy výzkumníka, abychom tuto otázku mohli zodpovědět, bylo by zapotřebí dalšího výzkumného zkoumání, které by to ověřilo.

Petr: „...*A ona mi za tu ruku začne tahat, protože ona... my se neshodneme v rytmu, to je jiná věc. O nějakou osmnáctinu nebo co, malinko to máme jako posunutý. Takže ona nepočká, že jí otočím a za tu ruku mě začne tahat. (smích) Pak logicky nepozná, když chci udělat něco jinýho, protože ta ruka není... jako říkám, zpevni to a pak je to úplně něco jinýho.*“

Lucie: „*Ty nemáš ale co dělat jinýho, když v tý sestavě já se mám otočit! (smích)*“, „*No chlap rozhodně nevede. (smích)*“

Petr: „*Protože ženským, ty maj prostě furt svou palici a tu... a tu prostě! A zvlášť když to bylo u toho prvního tancování a tam ten mistr byl v tomhle takovej... jako až necitelněj mačo, kterej vopravdu, chlap ženskou bral jako doplněk. A přesto, že od začátku říká, že chlap vede a vy ho budete poslouchat... ale protože jsme se to učili a teď ty chlapi... a nebyli jsme si jistý, tak všechny ty ženský měly pocit, že nás do toho natlačily. Oni si to pamatujou...*“

Lucie: „*Protože my jsme vždycky měli ustálený sestavy, tak jako to má lektor X, logicky. Bohužel naši pánové si ty sestavy nepamatovali, jak je co po sobě, a my jsme si to pamatovaly, takže my jsme vždycky šly do nějaký otočky (pauza)*“

Petr: „*A bylo jim jedno kam jdeme my!*“

Lucie: „*A bylo nám jedno kam jdem, kam jdou oni, protože jsme se je chtěly... chtěly jsme dodržet tu sestavu, že jo!*“

Václav: „*Tam je to daný bohužel v tom tanci a ta ženská, ať chce nebo nechce, tak by se měla podřídit, takže tam to je trošku jakoby zmodifikovaný, tam se to takhle nedá brát.*“

Jana: „*Jedna věc je, co se říká, a druhá, jak to tam vypadá, že jo. Že občas to převezmu do svých rukou, ale to potom se setká s nelibostí, jo, zase.*“ , „*Občas manžela teda rozčílím tím, že řeknu: ,Tady vedu já (důraz)!‘ (smích)*“

Adam: „*Já vím, že by v tanci měl vést muž, ale já k tomu prostě nemám vlohy, neumím se k tomu postavit, i když se snažím, tak prostě nejde mi to.*“

Jitka: „*A já to vím, jak to je, tak prostě jsem to já.*“

Adam: „*Ty si víc pamatuješ, jsi víc muzikálnější, takže v tu chvíli spoléhám na to, že mi vždycky říkáš, co mám udělat. (smích)*“

Martin (lektor): „*Ten chlap by ji měl vlastně tu partnerku ochraňovat a měl by jí pomáhat k tomu, aby byla krásná. Taková je myšlenka tance. A to je pro chlapa hrozná zodpovědnost a někdy je to pro chlapa hrozně těžký, když sám neumí ty kroky a sám bojuje ještě aby se postaral o tu partnerku. Takže naučit se vést a mít tu zodpovědnost je těžký. A zrovna tak je těžký naučit se naslouchat. Ta partnerka by neměla zas tak moc přemejšlet.*“

U jednoho páru se taktéž jako občasná příčina určitého napětí vyskytuje nedostatečné sladění potřeb partnerů. Ovšem pár se snaží být na taneční lekci v klidu a problém neřešit, poté to komunikují vždy po tanečních a konflikt z tohoto nakonec nevzejde.

9.2.2 Strategie řešení problémů

V případě, že při tancování vznikne u manželských párů nějaký konflikt, tak využívají různé strategie řešení problémů. Jana s Václavem i Lucie s Petrem velmi často užívají strategii, kdy se problém snaží **neřešit**, utečou od něj a přejdou ho. Tuto strategii se oba páry snaží užívat i v soukromém životě. Je pro ně důležité naučit se přecházet a jaksi ignorovat to negativní a nechávat jen to pozitivní, jinak by nemohl fungovat jejich vztah a nemohli by ani tančit. Většinou páry problém neřeší a snaží se tančit dál. Občas se ovšem u Jany s Václavem stane, že na chvíli tančit přestanou. To bylo potvrzeno i v rámci pozorování.

Jana: „*Tak nejlepší je to přejít. A to je i tom partnerském vztahu, to je úplně stejný jo. (...)* Prostě holt musíte zatnout zuby, říct si: *No jo, jasně. A pustit to ven...*“

Václav: „*Já to řeknu lidově, držet hubu a krok.*“, „...*to se někdy taky stane, že prostě přerušíme tanec, ale to je výjimečný, zaplat' pánbůh no.*“

Ne vždy ovšem tyto páry u této strategie zůstanou. Někdy dojde k výměně názorů, jakési **diskuzi**. K té dochází i u Anny a Karla. Páry to ovšem popisují jako mírnou diskuzi, u které ví, že vlastně o nic nejde.

Karel: „*My se jako, my se jako... nikdy nehádali bych řekl. Ani se nehádáme. Celkově ani nějak doma, prostě...*“

Anna: „*Jako postupem času a věku si pak řeknete, že jako co, nejde o život. To je normální, že je nějaký problém občas, ale není to nic hrozného, prostě si to vyříkáte nebo tak.*“

Petr: „*Ale tady u toho ten konflikt, to si pak člověk říká jako... vždyť o co jde. Sice se můžeme sežrat, ale jde úplně o prd. A jako není co řešit.*“

Václav: „...*jako že tam dochází k výměně názoru, ale to je všechno jako nadnesený trošku, není to jako úplně vážný.*“

V případě, že se manželé dostanou do sporu na tanečním parketě, tak je pro ně důležitý **učitel tance**. To potvrzují téměř všechny páry. Lektor zde slouží jako takový **soudce a katalyzátor**. Páry samy mnohdy neumí rozklíčovat příčinu chyby v tanci a na základě toho vzniká konflikt. Dělalí chybně krok a neví proč, házejí na sebe chybu. Učitelé tance jim pomáhají v řešení problémů tím, že je uklidní a zároveň rozpoznají příčinu toho, proč se jim v tanci něco nedaří. S oběma partnery si tanec zvlášť zatančí a následně, když je jim vysvětleno, co je potřeba dělat jinak a vyzkouší si to spolu, tak jim to jde společně lépe. V případě, že toto učitel tance stihne včas, spor mnohdy nestihne zažhnout. Občas však tuto roli soudce u některých párů zastalo i jejich dítě večer po tanečních, kterému se svěřili, a buď jim pomohlo rozklíčovat příčinu problému, nebo zde bylo jako utěšitel. Je tedy v rámci tance důležité mít zde osobu, která jim pomůže s naleznutím příčiny obtíží a pár uklidní. Toto se potvrdilo i v rámci pozorování párů a rozhovorů s lektory.

Petr: „*My když jsme začali chodit k lektorovi M., tak první, když on viděl, že mezi náma někde vzniká konflikt, tak přišel a ‚Co se hádáte? To se, neřešte to spolu!‘ (udiveně). A vyloženě nás vedl k tomu, ať to neřešíme spolu, že od toho je on, aby to řešil. Protože to hádání vychází z toho tancování. Chápu to, nechápu to, dělám to špatně nebo to nedělám*

špatně, kdo to dělá špatně... ,Tohle to, od toho jsem já, kterej by vás měl rozsoudit, vy spolu to neřešte. ‘ A to je to, co vlastně tam nám nikdo nikdy neřekl. ‘

Lucie: „...přesně ví jak ten pár má přesně uklidnit. Už jenom tím, že je schopen zatancovat jak partnerku, tak partnera vždycky, jo. Takže když vidí, že je někde nějaký střet, tak prostě jde a zatancuje si to s partnerkou a řekne jí, že to dělá dobře. Anebo si to zatancuje jako ženská s partnerem a řekne, že to dělá taky dobře. A teď to máme zkusit spolu. A teď je to: ,Ukaž tady, jo, no, tady jsem to udělala špatně. ‘ “

Petr: „On dokáže najít vlastně tu chybu mezi náma, jo. ‘

Lucie: „Ale dcera na nás vždycky čekala než jsme se vrátili z toho tancování. A ona vždycky na nás čekala, jsme se vrátili a se na nás tak jako podívala a říká: ,Tak dobrý, tak dobrou noc. ‘ anebo zůstala v předsíni a říká: ,Tak co je? Tak pojd’te, ukažte mi to. ‘ (smích) ‘

Petr: „(smích) uklidňovala nás. Opravdu věděla, že tam houstne atmosféra, tak byla takovej ten element, nějak vlastně utěšila a někdy i rozklíčovala, kde je problém. ‘

Václav: „...on to do detailů dokáže prostě rozklíčovat každý nášlap a umí jak partnera, tak partnerku. Nemá problém předvést ženskou. ‘

Jitka: „I z těch nedostatků dokážou udělat švandu a je hezký, když vidí, že to někomu jo extrémně nejde, tak si ten pár rozeberou... moc se mi líbí jejich přístup. Myslím si, že úžasně motivujou i tím, jak krásně umí chválit a... ‘

Martin (lektor): „Většinou tam jdu a snažím se situaci uklidnit. Většinou je rozdělují a zkusím si to s každým zvlášť. Každýmu samozřejmě řeknu, že on to umí. A pak jim řeknu: ,Hele každému to šlo, tak to musíte prostě... se domluvit. ‘ Jako ono stačí je často rozdělít a oni vychladnou. ‘

Právě tuto roli ovšem nebyl schopen naplnit dřívější učitel tance těchto tří párů, které se věnují tanci dlouhodobě. U bývalého učitele tance docházelo k mnoha konfliktům. Tento jejich první učitel tance je páry popisován jako autorita a osoba, která měla respekt a vyžadovala jakousi míru poslušnosti. Kdežto nynější učitel Martin vyzařuje pohodu a je jako jejich přítel. Osobnost učitele je tedy pro pár velmi důležitá. Dále předchozí učitel neuměl dojít k příčině problému a vysvětlit ji. Dle mého pohledu je však třeba brát v potaz i aspekt toho, že páry u tohoto učitele teprve začínaly tančit, tudíž muselo dojít k určité

synchronizaci mezi nimi, a možná také z tohoto důvodu docházelo k více konfliktům. Přesto jsou osobnost učitele a jeho schopnosti velmi významným faktorem.

Petr: „*Kdežto tam když jsme tancovali, tak tam nás to učil všechno, ale vlastně... on viděl tu chybu v páru, co děláme špatně... ale nikdy nešel k tomu to rozklíčovat...*“

9.2.3 Výsledek konfliktů

Konflikty ovšem páry nepovažují za něco negativního, právě naopak. Všechny páry, které zažívají na tanečním parketě občasné konflikty, to berou jako **uvolnění nashromážděného napětí**. Zároveň se pro ně jedná o jakési **vzrušení, narušení stereotypu**, jelikož všechny tyto páry uvádí, že v soukromí konflikty moc nemívají (některé dle jejich slov nikdy moc nemívaly, některé to připisují věku a odchodu dětí, kvůli nimž byla většina konfliktů). Tudíž je pro ně konflikt zpestřením, narušením stereotypu, aby, jak uvádí Lucie, nebyla nuda. Dále páry uvádí, že si konflikty z tanečního prostředí nenosí domů, ale vše zůstává na parketu.

Lucie: „*Já jsem...když jsme začali tancovat, tak jsem říkala, že co odešly děti z domu jako dospělý, tak my jsme neměli jedinej důvod proč se v uvozovkách pohádat. A tím, že jsme začali tancovat (smích), tak jsme ten důvod našli. A já si jako myslím, že to docela je v tom vztahu občas zdravý.*“, „*...a tak jako když to řeknu úplně jako blbě, tak by to byla vlastně přece strašná nuda říkat furt jen: ‘Je miláčku, ty jsi úžasnej, já to je hezký, že jsi přišel dneska domu dřív. ‘ Nebo jako (pauza), takový prostě... a tím, že jsme se dostali občas do takovýhle tý nekomfortní zóny, tak je to takový zpestření.*“

Václav: „*To je samozřejmě i výhoda, že na tom parketě se poškádlíme, jo. (...) ale je pravda, že se to vlastně vystřílí prostě ta, nějaký ten vztek na tom parketě a pak je doma klid. (...) že se třeba zrovna člověk vybije ať už fyzicky i psychicky a nějaký ty, se jakoby vyčistí.*“

Václav: „*...že se to odehraje na to a netahá se to potom dál.*“

Karel: „*... pokud se tam vyloženě nějak fakt moc nepohádáme a nenaštvm (smích), tak je to docela takový příjemný zpestření toho týdne že jo.*“, „*Já teď vlezu do auta a jedu třičtvrtě hodiny domu, takže než dojedeme do garáže, tak já jsem jako vyklidněnej. (smích)*“

Martin (lektor): „*A pak je důležitá věc, že na ten kurz si ty lidi jsou jako trochu... jdou se vyventilovat. Držej to celý týden v sobě, jak ji ten manžel štve nebo manželka, a pak tam si to jako... tam si to trochu jako rozdaj, jo. Uvolní se tam to napětí.*“

Aby spolu partneři mohli tančit, je nutné si osvojit určité návyky a způsoby komunikace. Společenský tanec je aktivita, při které je nutné kooperovat a komunikovat, čímž se právě liší od ostatních tanců. Ukazuje se, že pár se při tanci a problémech na tanečním parketu učí být více **tolerantní a trénuje si schopnosti kompromisu a spolupráce**. Partneři více tolerují chyby druhého, berou ho takového, jaký je, zároveň i sebe a respektují se. Snaží se být trpěliví, pracovat se sebou i s druhým, jeden druhému se přizpůsobit. A ovládat se. Tím, že se nacházejí ve společnosti, tak si nedovolí se tolik pohádat, ale zároveň jsou nuceni problém vyřešit, aby mohli tančit dále, tudíž si musí osvojit takové strategie a návyky, které jim to umožní.

Petr: „*Ehm...do toho samozřejmě pak když se pohádáte nebo různě konflikt jako (pauza), říkáte si, jestli to máte zapotřebí, jo, ale to nepřevažuje. To jsou takový ty dilemata. A učíte se vlastně... musíte obrušovat ty svoje jakoby postoje, ty kompromisy trénovat, v podstatě to utlumovat.*“, „*Ono ty konflikty jsou jako dobrý v podstatě, že tam jako vznikaj. Člověk se s tím učí pracovat a učí se s tím sžít.*“

Václav: „*Tady už jsme si přece jenom ty nejostřejší hrany obrousili. Ne, že by tam nebylo tření, ale jako skloubit tolik věcí je dohromady něco. A faktem tance je kloubení hodně věcí dohromady, společně.*“, „*...když jsou ti lidi spolu dlouho a jsou teda rozumný a jsou schopný nějakým způsobem přistupovat ke kompromisu, tak to je jedna věc, která se dá zvládnout i bez tance. Ale ten tanec je dobrá příprava pro to a trénink, protože tam vlastně se musíme jeden druhému přizpůsobovat.*“

Adam: „*...jeden druhého podrží, že tomu se to nepodaří, ten ho podrží, aby nespádnul, a je to prostě (pauza), myslím si, že takhle by to mělo fungovat a má to velkej vliv, je to týmová práce...*“, „*Musí to bejt tým, musí se dojít k nějaký trpělivosti.*“

Monika: „*Jako určitě... určitě můžu říct, že cítím nějakou lepší spolupráci. Ne, že bysme nespolupracovali předtím, ale teď to jde tak (pauza), jako nevím, jak to říct. Možná víc hladce, nejsem to schopná asi nějak vyjádřit líp.*“

Dále z dat vyplývá, že se zlepšuje i **schopnost naslouchat**. U pokročilých párů jsou manželky více ochotné k naslouchání v tanci partnerovi, než byly na začátcích. Některé páry to cítí i v partnerském životě. Zároveň u jednoho páru začátečníků vznikalo v začátcích tancování jakési napětí z důvodu nezohledňování potřeb toho druhého. V deníku je ovšem vidět, že pár tento problém byl schopen postupem času vykomunikovat. V rámci tanečních hodin i po nich docházelo k jakémusi tréninku těchto dovedností – **dělit své potřeby, naslouchat**.

David: „*Byl jsem napjatý, nové prostředí, noví lidé, potřeboval jsem více klidu a soustředění, možná i pochopení z druhé strany. (...) jsem se ženě svěřil, že vím, jak je soutěživá a nadšená, ale že potřebuji více klidu a méně žáru.*“ – zápis po 2. lekci.

David: „*...mi učení problémů dělá problém, že v danou chvíli potřebuji klid na ukládání informací. Prosil jsem jí, ať je tolerantnější k mým přešlapům...*“ – zápis po 3. lekci.

David: „*...vysloveně jsem všechno kazil, moje žena vtipkovala, smála se a vůbec jí to nevadilo. Asi jí konečně došlo, že se něco učíme a nesoutěžíme.*“ – zápis po 5. lekci.

David: „*Žena má pro mě pochopení a situaci odlehčuje vtipy...*“, „*Jsem rád, že se od začátku její přístup změnil...*“ – zápis po 7. lekci.

Monika: „*Ale přes to všechno jsem mu poděkovala, že mi to řekl. Víte, dříve si podobné události nechával pouze pro sebe a tím pádem to nešlo vůbec řešit.*“ – po 3. lekci.

Monika: „*...ted' už dokážu jít víc s ním, naslouchat jemu a jeho pohybům, věřit.*“ – zápis z 6. lekce.

Monika: „*Obecně si myslím, že nám tanec hodně prospěl. Uvědomila jsem si, o kolik víc si manžela vážím. A možná je lepší i nějaká spolupráce, víc se mu snažím naslouchat.*“ – zápis po poslední lekci.

9.3 Blízkost

Další pro páry klíčovou kategorií, která se v rozhovorech vyskytovala, je blízkost. A to jak blízkost fyzická, tak i blízkost, kterou jsem nazvala **psychickou**.

9.3.1 Psychická blízkost

V tomto případě se jedná o to, že pár se cítí blíž. Prohlubuje se jejich pouto, protože spolu tráví víc času, mají společné prožitky, během taneční hodiny si více povídají, sdělí si něco o jejich dni, zároveň mají další téma k hovoru i mimo taneční hodinu atd.

Adam: „...a máme asi další téma k hovoru...“

Jana: „Já teďka k tomu jenom doplním, že je na tom velmi přínosný to, že je to společný trávení času! Společný téma k debatám a společní kamarádi po těch letech je to opravdu jako zásadní...“

Jitka: „Cítíme se blíž, je to intimní...“

V rámci tance zároveň dochází ke stavům souznění. Je to moment, kdy se na sebe partneri plně naladí, tanec se jim daří a vnímají okamžik oba stejným způsobem. Dalo by se říci, že spolu prožívají takový společný flow stav, který je pohlčí. Jedná se jak o stav souznění psychického, tak i tělesného. Přesně jak to popisují Petr s Lucií:

Petr: „Ve chvílce, kde tam to souznění je, tak je to prostě úžasný. Tak jako to opravdu klapne a máte pocit prostě“

Lucie: „Pojď já tě pomuchluju! (úsměv)“, „Jo, to jo. Jako krása. Mně teda připadá moc úžasný, že když vlastně jako... zatancujeme něco a teď oba dva cejtíme, že to bylo hezký a že jsme si jako nešlapali po nohách a nekloubili si prsty a tak... Tak to přesně poznám, protože mi připadá to úžasný, protože já vždycky dostanu pusu. A nemusí nic říct, jen mě políbí. A to je právě na tom tancování našem to hezký. Ten společnej okamžik, prožitek, a to vlastně proč to děláme. Jako jsme přátelé a všechno, ale i to... i to společný naše jako.“

Petr: „Jako ten prožitek, když... no to není celý dvě hodiny nebo hodinu a půl. Někdy to nemusí přijít za celou hodinu a půl, jo. Ale pak když to takhle přijde, tak to je strašně příjemný.“

Jitka: „Ty šlapáky naše, kdy se zaklesneme jeden do druhýho a tak trochu plujem...“

Eliška (lektorka): „...Ale když prostě potom to zatancujou a řeknou si, že je super, že se to povedlo, naladili se... To je boží potom sledovat, to cítíte.“

Jak můžeme vidět, situaci, kterou páry popisují, potvrzuje i lektorka tance. Zároveň tento moment dokládá i mé pozorování páru Lucie a Petra během tanečních hodin, kdy se na sebe manželé u waltzu něžně usmívali a po tanci se políbili.

V případě, že protančený večer byl klidný a páru se dařilo, tak má často většina párů po taneční hodině klidný společný večer, kdy si povídají nebo se dívají na televizi a dají si skleničku vína. Petr a Lucie ještě dodávají, že to někdy doprovází i intimní moment, kdy Petr masíruje Lucii.

Petr: *„A jestli v sobě neseme zrovna ten kladnej náboj a pozitivitu, tak to, jestli si jí užijeme tím, že mi dá tu nohu na klín a já jí ji masíruju. A když náhodou nejsem naladěnej ten večer, tak jí tu nohu jako odstrčím.“*

Jitka: *„No, takže většinou fakt jako přijdeme, jsme ještě rozjařený s takovou tou dobrou náladou, tak ještě povídáme a tak.“*

Adam: *„Přiznám se, že kdyby to bylo o hodinku dřív, tak si doma ještě to vínko otevřeme.“*

Jitka: *„Ale jo, tak dáme si kolikrát doma, že si ještě otevřeme.“*

Karel: *„Si dáme skleničku a pak padnem. (smích)“*

Anna: *„Ne, ale tak to se díváme ještě třeba jako na film, protože člověk nemůže jít hned spát. (...) Odpočíváme.“*

9.3.2 Fyzická blízkost

Při tanci jsou partneři v intimní zóně toho druhého, pár se dotýká a je zde i blízkost tělesná. Jak zmiňuje Jitka: *„Ale co si budem povídat, u tance jsou lidi blízko...“*

Právě díky tomu, že jsou si při tanci blízko, prožívají to spolu a oba se snaží na kurz hezky upravit, tak v rámci tanečních hodin páry popisují zvýšené vnímání atraktivity protějšku.

Václav: *„Protože někde a některá hudba vyloženě vybízí zejména u té latiny. To se jako v Janě probouzej nevím odkud ty geny (smích) jako a tance latinskoamerický, který prostě probudí k životu, a ještě třeba jí krotit no ale. Ale je to teda moc přitažlivý.“*

David: *„...je pro mě neskutečně atraktivní a při tanci jí to moc slušelo.“* – zápis po 2. lekci.

David: „*Čas se ženou na parketu si užívám, někdy se do ní tak zahledím, že dělám chyby.*“
– zápis po 3. lekci.

Jiří (lektor): „*...zároveň jste upravení, hezky se hýbete, je to prostě přitažlivý a u některých párů to jiskření jako jde i znát. (smích)*“

Simona (lektorka): „*A když se jako i hezky hejbe, tak furt jako mužský hodně vizuálně vnímá, tak když je hezká a hezky se hejbe, tak je na ní pyšnej. Vnímá to vizuálně, líbí se mu.*“

Jak jsem naznačila výše, tak páry prožívají stav souznění, kdy se na sebe naladí, v rámci společného tance se naladí jejich těla, po parketu plují, během tance nedochází k řešení kroků a figur, k neshodám ohledně vedení. Naopak se vše daří, jak uvádí Lucie: „*...zatancujeme něco a teď oba dva cejtíme, že to bylo hezký a že jsme si jako nešlapali po nohách a nekloubili si prsty a tak... Tak to přesně poznám, protože mi připadá to úžasný, protože já vždycky dostanu pusy.*“ Pár se nechá tímto okamžikem pohltit a doprovází ho náklonností po tanci.

Můžeme si tedy všimnout, že mimo fyzického kontaktu v rámci samotného tance dochází ve spojitosti s taneční hodinou i k jinému fyzickému kontaktu, jako je polibek či masáž chodidel, což dokládá Petr s Lucií. Ostatní páry toto explicitně nepopisovaly, ovšem z pozorování můžu říci, že se partneři dotýkali a projevovali si náklonnost mimo tanec. Během výkladu lektorů se objímali, drželi za ruce, byli v intimní zóně druhého, občas došlo i k polibku.

Petr: „*Ted'ka to řeknu úplně intimně. Ale pustíme si tu televizi, dáme si někdy víno, povídáme, manželka mi dá nohu na klín, já jí masíruju chodidla a ona usne. (smích)*“

Lucie: „*Tak to přesně poznám, protože mi připadá to úžasný, protože já vždycky dostanu pusy. A nemusí nic říct, jen mě políbí.*“

Adam: „*Jako kdybychom se, nebo aspoň mluvím za sebe jo, jako kdybych se byl schopnej na Jitku víc jako naladit, i jako tělem.*“

9.4 Kontext

Významným tématem se pro všechny páry jeví taktéž kategorie, kterou jsem nazvala kontext. Do této kategorie jsem zahrnula přátele a kulturní vyžití.

9.4.1 Přátelé

Většina párů tím, že začala tančit společenské tance a navštěvovat kurzy, získala mnoho nových **přátel**. Díky tomu jsou součástí nějaké sociální sítě přátel a známých. Ač se to nemusí zdát, je to pro pár velmi významné, protože mají jakožto dyáda nějaké postavení v sociální skupině a mají pocit, že někam patří. Téměř všechny manželské páry začaly tančit poté, co se jim osamostatnily děti. V době, kdy děti byly malé a měli je doma, tak mnoho manželů uvádí, že neměli vůbec volný čas. Chodili do práce anebo se věnovali rodině. Na stýkání s přáteli tudíž nezbyl čas a mnohdy přišli o mnoho kontaktů, jak uvádí např. Václav: „*Děti tě zaměstnají, vytíží a podobně, my jsme sice měli babičky, ale v podstatě tvoje máma byla zaměstnaná a podobně, takže vlastně žádný hlídání. Takže člověk jako nestíhá a vlastně i ty společenské kontakty obecně, vlastně v tom běžným, v tom trošku ovadnou nebo prostě člověk je nestíhá udržovat. No prostě na to nebyl čas a v podstatě ztratili jsme řadu kontaktů.*“

Ačkoliv páry začaly tančit z důvodu, aby spolu trávily čas či se spolu učily něco nového, tančily a rozvíjely se, tak to, že v kurzu získaly přátele, je to, co je u tancování mnohdy udržuje. Je pro ně důležité, že se tam sejdou s lidmi, se kterými jim je dobře.

Lucie: „*A tím, že říkáme, že tam vzniklo, že tam vznikly přátelství, tak tam opravdu vznikly přátelství takový, že se scházíme i mimo ty taneční, že prostě spolu trávíme třeba celý víkend někde. Mimo tancování. Opravdu přátelství takový, který by asi jen tak někde nevzniklo, kdybysme se...nevím kde bysme se museli potkat, abychom se až takhle sblížili.*“

Petr: „*Jo, to tancování sblíží lidi, který by se asi jinak normálně nesetkali a asi by se v životě nespřátelili.*“

Lucie: „*Protože nemaj vůbec nic jako společnýho. Ale tohleto je jako téma, který vlastně i když se potkáme třeba u nich doma, tak tam strávíme úžasný dva dny, o tom tanci se taky bavíme a máme... takový to prvotní téma je to, co se děje na tom... „A teď mi to ukaž, já to nechápu“ jo, a tak se vlastně bavíme i tím tancem.*“ , „*Jo, my se těšíme na náš čas, ty lidi, na tu atmosféru. My si povídáme chvilku, než se začne tancovat. Pak už na to povídání není ani moc prostor. Pak už je to tancování a pak je prostor až po tom tancování. Ale to bohatě stačí na to, abychom si řekli to nejdůležitější... ale abysme si prostě něco řekli, na něčem se domluvili.*“

Anna: „Myslím si, že jsme tam vydrželi tak dlouho, protože fakt jako i v tom klubu předchozím se sešla výborná parta, jo. Lidi, kteří si rozumějí nejen v tom tanci.“

Karel: „My se jako docela navštěvujeme, že jezdíme docela spolu na dovolený nebo že oni jezděj k nám, já uvařím a oni přespěj, takže (pauza)“

Václav: „Takže tady okolo toho tance, to jsou právě ti lidi, kteří v tom vidí ne jenom ten tanec, ale i teda tu partu.“

Monika: „...jsme o chvílku později s jiným párem zjistili, že nás zamkli :D A nebylo to od věci! Manžel se pánem z druhého páru zapovídal a měla jsem z něj radost. Je to asi divné, že? Víte, mám obecně pocit, že společnost, kterou manžel nezná, tak nějak od sebe odstrkuje jelikož mu je to nepříjemné.“, „Takže, pozorovat toto, mi přineslo neuvěřitelnou radost :)“
– zápis po 5. lekci.

David: „Navázali jsme řeč i s dalšími páry a celá atmosféra byla mnohem lepší.“ – zápis po 5. lekci.

Jak se můžeme dočíst, nejedná se jen tak o nějaké známé, ale vytvořila se zde hluboká přátelství. Lidé se spolu vídají nejen na tanečních hodinách, ale i mimo ně a mohou spolu řešit téměř jakékoliv téma. Částečně tito přátelé fungují jakožto pomoc, kdy páru buď něco vysvětlí, nebo s něčím ohledně tancování pomůžou. Zároveň páry ví, že se přátelům mohou svěřit i s osobnějšími problémy. Rovněž to má pro partnerský pár význam v tom smyslu, že nejsou jen zavření spolu doma. Obzvláště pokud se jedná o páry již v důchodovém věku či páry ve věku, kdy se do důchodu připravují, kdy již tolik nepracují a nejsou tolik v kontaktu s druhými lidmi. Zároveň jejich děti už mají vlastní rodiny, některé děti dokonce žijí s rodinou v zahraničí a tato „parta“ přátel je pro partnery důležitá. Jak uvádí Jitka s Adamem:

Jitka: „Ted' už je to taková druhá rodina. A parta je důležitá.“

Adam: „Tak ono člověk je tvor společenskéj a bejt jenom sami ve dvou je hezký v určitých částech, ale pak je potřeba mít i spoustu kamarádů a kamarádek. Bejt furt jenom sami dva, to taky může lézt pak člověku na mozek, že jo. (smích)“

9.4.2 Kulturní vyžití

Mimo jiné je to pro páry možnost **kulturního vyžití**. Vzhledem k tomu, že někteří žijí na vesnici a hodně pracují, tak si rádi zpestří den takovouto pravidelnou událostí. Jsou mezi lidmi, poslouchají hudbu, tančí a rozvíjejí se, což považují za velké plus.

Anna: „*To bylo takový hezký zpestření, protože my jsme tady kousek od Prahy z vesnice, kde zas takový kulturní vyžití nějak není, takže tohle pro nás je takový fajn zpestření.*“

Václav: „*...nám to vyhovuje, protože jednak se setkáváme s novými lidmi, a i v novém prostředí, že jo.*“

Tyto páry navštěvují mnohdy plesy a další události či taneční akce. Ovšem tam už to pro ně není tak příjemný prožitek jako na tanečních lekcích, jelikož, jak uvádí Karel s Annou:

Karel: „*Ale mě nebaví to prostředí, to plesový na tom parketu. Tam si stejně nezatančujete, to je tragédie obrovská...Je tam nedýchatelně a teď se tam na Vás někdo baví a lepší a strká...*“

Anna: „*Takže nás to vyloženě baví v těch kurzech.*“

Taneční hodiny pro ně tedy mají v tomto smyslu větší význam. Otázkou je, proč tyto páry tedy plesy navštěvují. Odpovědí na to by mohlo být, že zde zažívají jakési uznání. Na parketu na plese předvedou, že umí tančit, ostatní je obdivují, a tím pádem se páru i zvedá sebevědomí.

Adam: „*No, maturák nás čeká vlastně možná, jestli to nezavřou, na jaře nebo lednu nás čeká maturák s dcerou...*“

Jitka: „*No to budeš zářit hele!*“

Martin (lektor): „*Oni jsou taky jako pyšný sami na sebe, teda mimochodem, že jim to jako jde.....*“, „*...jsou rádi, že to uměj a baví je to pak někde předvést, dělá jim to dobře a já se nedivím, je to hezký. Oni jsou rádi ti, který ty lidi obdivují.*“

Důležité byly pro páry kurzy i v období covidové krize, kdy se nekonaly společenské události a byl omezen počet osob, které se mohou na akci sejít. Vzhledem k tomu, že v tanečních kurzech není tolik párů, tak se mohly více scházet a tančit (v případě, že to opatření povolovala).

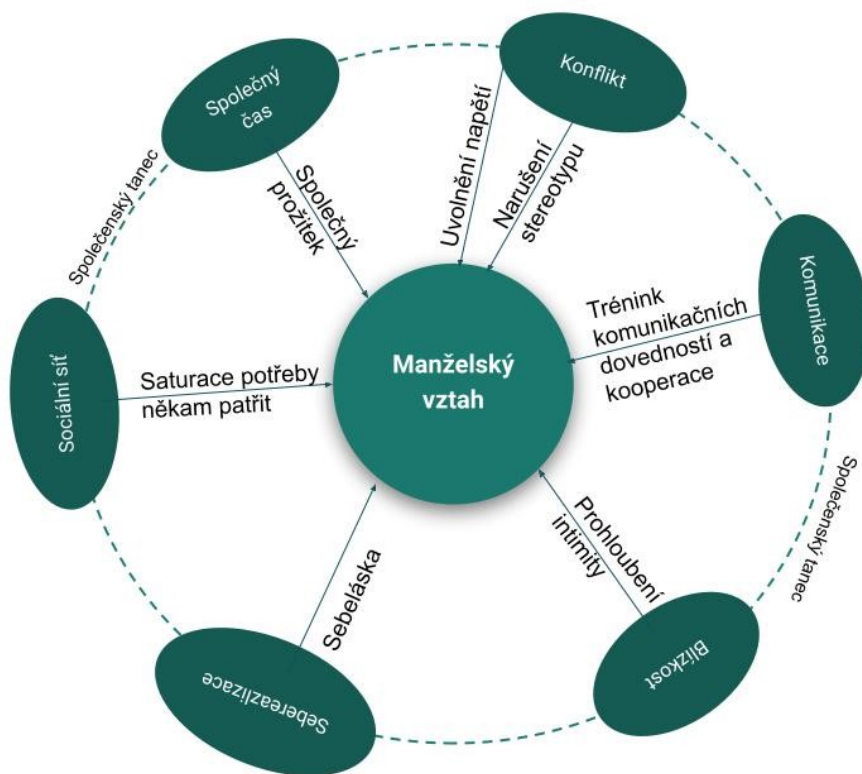
10 Shrnutí a zodpovězení výzkumných otázek

V této části budu vycházet z analýzy dat a pokusím se zodpovědět mé výzkumné otázky. Vzhledem k tomu, že jsem si položila obecnou otázku a následně dvě dílčí otázky, tak se odpovědi budou částečně překrývat, jelikož odpovědi na dílčí otázky jsou zároveň odpovědí i na obecnou otázku. První bych se ráda zabývala obecnou otázkou, ke které jsem vytvořila jednoduchý model. Následně rozeberu dvě dílčí.

Jaký je subjektivně vnímaný význam společenských tanců manželskými páry, které se účastní kurzů společenských tanců, v kontextu manželského vztahu?

Z rozhovorů, ze zápisů v denících a z analýzy dat mi vzešlo několik významů, které společenskému tanci manželé přisuzují v kontextu jejich manželského vztahu. Ty jsem znázornila na následující mapě a pokusím se je vysvětlit níže.

Obr. 2 Mapa subjektivně vnímaného významu společenského tance manželskými páry



Na mapě výše můžeme vidět uprostřed v kruhu manželský vztah. Kolem něj jsou elipsy s tématy, jež páry považují za klíčová z hlediska významu společenského tance v kontextu jejich manželství. Témata jsou propojena přerušovanou čarou, která značí právě společenský tanec. Jsou propojena z toho důvodu, že se navzájem prolínají, ovlivňují a nelze je brát naprosto separovaně. Z těchto elips vycházejí šipky směrem k partnerskému páru. Tyto šipky značí význam společenského tance pro manželský vztah.

Jak můžeme vidět, pro páry je velmi podstatný společenský tanec z hlediska společného trávení času. Společenský tanec se v tomto liší od jiných tanců, které se mnohdy mohou tančit bez partnera, či od jiných aktivit. To, že se jedná o aktivitu, kterou mohou dělat společně ve volném čase, kdy jsou výlučně spolu a věnují se sobě, přičemž spolu zažívají společné pocity a zážitky, je pro ně, vypadá to, nejvíce zásadní. V běžném životě jsou ve shonu z práce, z domácích prací. Na taneční hodině si mohou popovídat, naladit se na sebe, zároveň se rozvíjet po boku druhého. Společné zážitky a prožitky jsou pro ně klíčové.

S tím, jak spolu manželé tráví společný čas tímto způsobem a mají společné prožitky, souvisí i pocity blízkosti. Během tance dochází ke sdílení, což posiluje jejich pouto a prohlubuje intimitu, jak můžeme vidět na obrázku. Zároveň však v rámci učení se nové aktivitě spolu dochází i ke konfliktům. Tato dvě témata ovšem rozeberu více v části, kde budu zodpovídat další výzkumné otázky.

Vzhledem k tomu, že se jedná o společenský tanec, tak spolu musí páry spolupracovat, aby mohly tančit a aby tanec vypadal určitým způsobem. Ukazuje se, že během tanečních lekcí si manželé osvojují určité dovednosti, jako je třeba komunikace či právě kooperace, často v rámci konfliktů. Páry se učí si více naslouchat a zároveň se snaží vyjadřovat své potřeby. Mimo to se také snaží přizpůsobit jeden druhému, trénují kompromis a „obrušují hrany“. Tedy snaží se o to být ke svému partnerovi tolerantnější, tolerovat jeho chyby, jeho názory. Mimo jiné dochází k tomu, že se snaží i ovládat a pracovat sami se sebou, jelikož jsou v přítomnosti ostatních lidí, kde si nechtějí dovolit nějaké nepříjemné dohady. Toto vše si trénují v rámci tance. Z dat můžeme vidět, že u párů dlouhodobě tancujících dochází ke konfliktům na tanečním parketu postupem času méně. Jedním z vysvětlení může být změna učitele tance. Ovšem vzhledem k tomu, že páry uvádějí

zároveň i to, že jejich vztah je časem čím dál více klidný a bezkonfliktní, tak je možné, že tyto nově osvojené dovednosti implementují i do manželství. Může to však být i naopak, ovšem zjistit kauzalitu bylo již nad rámec mé bakalářské práce a bylo by k tomu potřeba udělat ideálně kombinaci kvalitativního a kvantitativního longitudinálního výzkumu.

Dále je pro manželské páry společenský tanec důležitý z hlediska seberealizace. Partneri se spolu rozvíjí a učí se něco nového, přičemž důsledkem je následně to, že více důvěřují sobě a svým schopnostem, a to především v oblasti tancování – rozvíjí se tedy jejich self-efficacy v oblasti společenského tance. Zároveň se zvyšuje i jejich sebevědomí. A to jak jednotlivě, tak jako páru. Toto významné téma jsem nazvala souhrnně sebeláskou. S těmito pojmy souvisí i termín self-esteem, neboli sebehodnocení. Prostřednictvím tance mnohdy dochází, jak jsem výše popsala, k tomu, že jedinci důvěřují více svým schopnostem a zvyšuje se jim sebevědomí, především v oblasti tancování. Je otázkou, jestli rozvoj self-efficacy v oblasti tancování může ovlivnit obecně vnímanou sebehodnotu. Mimo jiné to, že páry více důvěřují sobě jakožto jedinci v tanci, a i sobě jakožto páru, souvisí s faktem, že se nebojí své schopnosti ukázat ve společnosti. Tam následně zažívají jakési sebezpotvrzení a uznání. Ačkoliv by se mohlo zdát, vzhledem k termínům sebevědomí, sebeláska či self-esteem, že je to významné hlavně pro jedince, tak to, že jedinec věří více sám v sebe, přijímá se apod., má následně význam i v partnerství. Erolová a Orth (2014) hovoří o tom, že self-esteem každého z partnerů má jedinečný vliv na spokojenost a stabilitu páru. Avšak myšlenku rozvoje self-esteem skrze self-efficacy v oblasti společenského tance by bylo potřeba prozkoumat v dalších výzkumech.

Pro všechny páry je taktéž velmi důležitá sociální síť, kterou díky tanci získali. Ačkoliv se může zdát, že sociální okruh manželů pro manželství nemusí mít význam, opak je pravdou. Jak zmiňují Amato et al. (2007), Julien & Markman (1991) a Bryant & Conger (1999), začlenění manželů do společnosti a to, že mají síť příbuzných a přátel, vede k uspokojivějšímu a méně problémovému manželství než u manželských párů, které jsou více izolované od společnosti. Tato sociální síť je pro manžele de facto sociálním kapitálem, kdy tyto kontakty poskytují manželům různé informace, praktickou pomoc či emocionální podporu. Pro manžele je dobré mít kolem sebe okruh přátel z několika důvodů. Jedním z nich je ten, že pokud mají manželé společné přátele, tak jim mohou pomoci v manželských

krizích tím, že manželé budou trávit čas i s nimi a nebudou se neustále věnovat partnerským problémům. Zároveň mají jejich společní přátelé větší vhléd do jejich manželského vztahu než přátelé, které pár nemá společné a u kterých hrozí jednostrannost, což může mít na stabilitu manželství negativní efekt. Dále jsou přátelé pro manžele důležití z důvodu, že mohou jedincovi v manželství naplňovat určité sociální potřeby apod., kdežto pokud jsou manželé izolovaní a přátele moc nemají, kladou na druhého partnera a obecně na manželství obzvláště vysoké nároky, které se v manželství mnohdy nedají splnit. Zároveň jsou společní přátelé pro pár vhodní z důvodu, že se snaží podněcovat manžele, aby zůstali spolu, jelikož nechtějí ztratit přátele z důvodu rozvodu. V rámci tohoto jim mnohdy poskytují pomoc a podporu v jejich manželských problémech (Amato et al., 2007).

Přestože páry nezačaly tančit z důvodu, aby naplnily potřebu někam patřit, tak jim tuto oblast taneční kurzy saturují. Mají díky tomu nějaké své místo, mají blízké společné přátele, se kterými se často vídají i mimo tanec a mohou se vzájemně svěřovat. V rámci těchto vztahů dochází k obohacování o nové informace a názory, jelikož se jedná o lidi z různých sfér povolání, s různými zájmy, rozšiřují si tedy obzory. Mimo jiné mnohdy společní přátelé z kurzů partnerům pomáhají vyřešit nějakou taneční překážku a jsou jim oporou i v osobním životě. Můžeme vidět, že pro manžele je tato sociální síť v rámci tance naprosto klíčová a je to částečně motiv, který je udržuje v pokračování v tanečních kurzech. Ačkoliv je pro partnery důležité trávit čas spolu sami, tak zároveň je pro ně důležité být součástí nějaké skupiny a být v ní spokojení. Především je to pro ně zásadní poté, co se jim osamostatnily děti a manželé již jsou nebo se chystají do důchodu, jelikož nejsou jen sami s partnerem, ale zároveň i s jinými lidmi.

Jakým způsobem u manželských párů, které se účastní kurzů společenských tanců, dochází k prohlubování intimity ve spojitosti se společenským tancem?

U manželských párů dochází k prohlubování intimity (jak můžeme vidět v modelu výše), a to hlavně skrze společně strávený čas a společné prožitky. Během taneční hodiny dochází ke sdílení, kdy si manželé sdělí, jak se měli apod. Vzhledem k tomu, že tanec je jejich společným bodem, tak je to zároveň i další téma k hovoru, kterému se mnohdy věnují. Dále je pro ně důležité především pravidelné prožívání souznění a společného stavu flow, které vede k tomu, že se partneri cítí emocionálně blíže a prohlubuje se jejich pouto. Ačkoliv

při stavu souznění dochází i k souznění tělesnému, tak fyzická blízkost, zdá se, není pro prohlubování intimity tak klíčová, jako výše zmíněné faktory. U jednoho páru se ukázalo, že pozitivní naladění z hodiny se přenáší i do zbytku večera a dochází u nich více k fyzickému kontaktu než jindy, u ostatních párů tomu takto spíše není. Ačkoliv během tanečních hodin si manželé mnohdy projevují náklonnost držením za ruce, za pas, či objetím, tak páry samotné toto nevnímají jako až tak zásadní pro jejich pouto a vztah.

Jaký význam přisuzují manželské páry, které se účastní kurzů společenských tanců, konfliktu v tanečním prostředí v rámci manželského vztahu?

Manželské páry, které jsou respondenty v mé bakalářské práci, přisuzují konfliktu v tanečním prostředí specifický význam. Je pro ně zásadní, že během konfliktu dojde k uvolnění napětí. Všichni manželé mají poměrně harmonický nekonfliktní vztah. Ovšem každý z partnerů si v sobě v průběhu týdne nastřádá nějaké napětí, které se může týkat jak manželství, tak i jiných oblastí. V případě, že na tanečním parketě dojde např. k nějaké chybě či neshodě ohledně vedení a pár vstoupí do konfliktu, toto napětí se vybije. Ačkoliv dojde ke konfliktu, tak se explicitně konflikt týká jen tance, ovšem v rámci konfliktu se uvolní nastřádaná energie z různých oblastí života. Po uvolnění napětí a konfliktu pár z hodiny tance odchází ve většině případech uklidněný a nese si tento klid po nějakou dobu i v manželství. V podstatě dochází ke katarzi či abreakci. Mimo uvolnění napětí je pro ně konflikt zároveň jakýmsi narušením stereotypu. V případě, že páry nemají téměř žádné problémy v manželském životě a jsou spokojené, nemají důvod ke konfliktům, tak díky tanci ten důvod ke konfliktu mají. A takový konflikt následně považují za zpestření vztahu a narušení stereotypu.

Dále se ukázalo, že pro manžele je konflikt „zdravý“ z hlediska osvojování si nových dovedností či zlepšování stávajících. Když dojde ke problému během tance, pár ho musí nějakým způsobem vyřešit, aby mohl tančit dál. V rámci tohoto se na parketu učí vzájemné toleranci, trpělivosti, učí se jeden druhému přizpůsobovat a spolupracovat spolu. Mimo jiné také přijmout sám sebe. Důležitá je pro ně komunikace. Během společenského tance si trénují jeden druhému naslouchat a zároveň i sdělit své potřeby, aby se potřeby manželů sladily. Pro pár je toto velmi klíčové i v běžném životě, přičemž na parketě si tyto dovednosti

mohou trénovat. Z tohoto důvodu je v grafickém znázornění výše i komunikace a z ní plynoucí šipka s označením „trénink komunikačních dovedností a kooperace“.

Jak plyne z analýzy výše, tak se ukazuje, že je pro páry přínosné, aby, pokud dojde k nějakému problému v tanečním prostředí, zasáhl tzv. katalyzátor. Tím bývá většinou lektor tance, který je nestranný. Ten pomáhá s řešením problému, a tím mnohdy konflikt nevypukne, případně tímto spor zmírní. Konflikt vzniká z důvodu, že páru se v tanci něco nedaří, ať už se jedná o kroky, figury nebo vedení a následování. Manželé ví o tom, že to dělají špatně, ale netuší příčinu toho, proč to dělají špatně, přičemž tato osoba (nejčastěji učitel tance) jim pomůže rozklíčovat chybu a následně s ní mohou lépe pracovat tak, aby se konflikt řešil klidným způsobem a aby partneři vnímali jeden druhého.

11 Diskuze

Tato bakalářská práce se v podstatě shoduje s výzkumnými zjištěními, jež byly v této oblasti provedeny. Má analýza a mé zjištění jsou v souladu s poznatky Hanke, které jsem popsala v kapitole 3.1 a zároveň se shodují i s poznatky Vanka, jež jsou popsány v kapitole 3.2.

Hanke (2006) se zabývala významem společenského tance pro manžele vzhledem k jejich manželskému vztahu, přičemž došla k závěru, že je pro manžele tanec významný z hlediska společného trávení času. K tomuto poznatku jsem došla i v této bakalářské práci, společný čas je pro manželské páry naprosto klíčový, přináší partnerům společné prožitky a zážitky a zároveň zde mohou vypustit všední povinnosti.

Hanke se také zabývala tím, jestli tanec usnadňuje verbální komunikaci u partnerů, přičemž došla k závěru, že ano. Manželé spolu komunikovali častěji a více do hloubky. K tomuto jsem došla i v tomto výzkumu. Páry velmi často zmiňovaly, že mají díky společenskému tanci více témat k hovoru a zároveň tím, že jsou na tanečních lekcích vytrženi z běžných povinností, povídají si jak při hodině, tak i po taneční hodině, kdy spolu většinou odpočívají. Mimo jiné se ukázalo, že partneři se v rámci tančení učí si naslouchat, sdělovat si své potřeby apod. To souvisí i s poznatky, že se v tanečním prostředí manželé snaží být k sobě více tolerantní a snaží se docházet ke kompromisu. Má zjištění jsou tudíž v souladu se závěry Hankeové a ukazují, že tanec pomáhá rozvíjet schopnost spolupráce. V této bakalářské práci se rovněž ukazuje, že si manželé časem osvojují takové strategie řešení problémů, které pomáhají zvládat konflikty, což je opět v souladu s poznatky, s kterými přišla Hanke. Ovšem na rozdíl od Hanke zde nemohu jednoznačně souhlasit s implementací těchto strategií do života mimo taneční prostředí. Manželé zpravidla zvládají konflikty mimo taneční prostředí lépe než dříve, ovšem otázkou je, zdali se tomu tak děje díky tanci, či např., jak bylo zmíněno výše, díky odchodu dětí z domova. Vzhledem k tomu, že respondenti v tomto výzkumu byli z většiny v období pozdní dospělosti a stáří a pár tvořili kolem 30–40 let, tak, jak uvádí např. Langmeier & Krejčířová (2006), se s délkou trvání manželství také zvyšuje spokojenost s ním, což většina respondentů potvrzuje.

Dále mohu potvrdit, že intimita se u párů prohlubuje, manželé se cítí jeden druhému blíže, ovšem je tomu tak především z důvodu, že spolu tráví čas, prožívají společné prožitky.

Tělesný kontakt se neukazuje jako hlavní faktor při prohlubování intimity. Tato má zjištění jsou taktéž v souladu s Hankeovou.

Vanek (2014) se ve své bakalářské práci zabýval faktory společenského tance, které podporují rozvoj partnerských vztahů a tím, zdali by šel využít společenský tanec v párové terapii/poradenství. Taktéž jeho zjištění se v podstatě překrývají sými. Vanek kladl důraz na mediační funkci učitele tance, jež se ukázala jako důležitá i v tomto výzkumu. Avšak v této bakalářské práci jsem došla k závěru, že ne každý lektor tance může tuto funkci zastávat, stejně tak se ukázalo, že však tuto funkci může zastávat nejen lektor tance. V každém případě by bylo vhodné se touto oblastí dále zabývat a zjišťovat, jestli hraje roli spíše profesionalita a vzdělanost učitelů tance či jejich osobnost.

Ovšem výrazným tématem, které v této práci zaznívá a Vanek ani Hanke se jím nezabývají, je konflikt jakožto narušení stereotypu a uvolnění napětí. V tomto u mé práce vidím přínos, jelikož se ukazuje, že pro partnery je konflikt v tanečním prostředí v podstatě žádoucí a mimo trénink strategií zvládnání problémů, komunikace a kooperace je pro páry taneční hodina prostorem, kde mohou toto napětí vypustit, narušit tím jejich jinak klidné manželství a v důsledku toho mít nadále spokojené bezkonfliktní vztah. V tomto můžeme vidět paralelu se zjištěními Velety a Holmerové (2004), kteří zmiňují, že tancem uvolňujeme pocity a energii přijatelným způsobem. Přestože se autoři zabývali taneční terapií pro seniory, můžeme říci, že v tomto výzkumu je to podobné, jelikož prostřednictvím tance vzniká určitý problém, který musí pár vyřešit, a mnohdy díky tomu dojde ke konfliktu, přičemž manželé zde mohou přijatelným způsobem uvolnit napětí. Na toto téma by se mohly provést další výzkumy, neboť zde se jednalo o respondenty v dlouhodobých vztazích, podobného věku a spokojené v manželství. Otázkou je, jestli by tak tomu bylo např. u párů čerstvě sezdaných a mladých.

Taktéž vidím přesah této práce v tom, že se zde vynořuje jako důležité téma sociální síť manželů. Ačkoliv se toto téma může zdát mimo problematiku této práce, tak tomu tak není a sociální síť manželského páru hraje v manželství určitou roli. Společenský tanec, konkrétně kurzy společenského tance, jsou zdrojem sociálních kontaktů a blízkých přátel pro manželský pár. Jak ukazují mnohé studie, např. Julien & Markman (1991), Bryant & Conger (1999), Amato et al. (2007), tak začlenění manželských párů do společnosti a to,

že mají síť příbuzných a přátel, vede k uspokojivějšímu a méně problémovému manželství. Jak v rámci tohoto výzkumu můžeme vidět, tak společní přátelé z tanečních kurzů poskytují manželům pomoc při řešení tanečních otázek, ale zároveň jsou si blízcí nejen v tanečním prostředí, ale i na osobní rovině. Tito přátelé jsou pro ně emocionální podporou a naplňují jim potřebu „někam patřit“ jakožto dyáda. Pro páry jsou v podstatě sociální kapitálem (Amato et al., 2007). Mimo jiné jsou i jedním z motivů, který je udržuje u tančení. Sociálními faktory se zabývali opět i Veleta a Holmerová (2004) v rámci jejich zkoumání taneční terapie pro seniory, ovšem kladli důraz na význam tohoto sociálního faktoru pro jedince. Je však otázkou, jestli by byl tento sociální faktor vhodný v případě, že bychom chtěli propojit společenský tanec s párovou terapií/poradenstvím a tanečně-pohybovou terapií, kde se pracuje se samotným párem či jednotlivcem. Tuto oblast by stálo za to ještě zmapovat dalšími výzkumy.

Erolová a Orth (2014) se zabývali problematikou self-esteem a spokojeností v partnerství. Došli k závěru, že self-esteem každého z partnerů má významný vliv na spokojenost a stabilitu páru. Taktéž polemizují nad tím, že by kvalitě a spokojenosti vztahu mohla přispět nejen taková intervence, která by se zaměřovala na self-esteem obou partnerů, ale i intervence, která by se zaměřovala na self-esteem pouze jednoho z partnerů. V kontextu těchto závěrů a mých zjištění si myslím, že by se mohlo uvažovat nad společenským tancem, jakožto vhodnou aktivitou k dosažení lepšího sebehodnocení, a tím pádem i zvýšení spokojenosti v partnerství. Avšak je otázkou, jestli může obecnému self-esteem napomoci rozvoj self-efficacy v oblasti tancování. Problematiku self-esteem, self-efficacy, společenského tance a partnerství by však bylo vhodné ještě rozpracovat v dalších výzkumech jinými metodami.

Dále, jak uvádím v teoretické části práce, bych ráda vztáhla poznatky k tomu, jak by se daly propojit s párovou terapií/poradenstvím. Z výzkumu vyplynulo, že pro páry je tanec důležitý z hlediska komunikace a spolupráce, kdy si manželé trénují určité strategie a zároveň se snaží více kooperovat, tolerovat se apod. Z rozhovorů taktéž vyplývá, že co se týče příčin konfliktů v tanci, tak v podstatě „o nic nejde“, je sice důležité definovat si problém, aby ho dokázali vyřešit, ovšem podstatné pro ně je taktéž to, jak problémy řeší, zvládání těchto konfliktů, které se v tanečním prostředí snaží zlepšovat. Právě z tohoto

důvodu si myslím, že má společenský tanec potenciál a bylo by možné ho propojit s párovou terapií/poradenstvím. Lacinová (2012) zmiňuje, že to, jakým způsobem páry řeší konflikty, spíše přispívá ke zvýšené pravděpodobnosti krize v manželství či partnerství než to, co je předmětem konfliktu. Totéž stanovisko zaujímá i Willerton (2012), či Kratochvíl (2009), který tvrdí, že je důležitější to, jak partneři řeší určité situace a jak sdílejí problémy než to, o jaký problém se jedná.

Na základě mých zjištění by se také dalo uvažovat o propojení společenského tance a tanečně-pohybové terapie. Ačkoliv tanečně-pohybová terapie se zaměřuje na jednotlivce, tak ve společenském tanci jde o dvojici. Zároveň musí pár ve společenském tanci dodržovat pravidla, kdežto tanečně-pohybová terapie se zaměřuje na improvizaci. Ovšem mají také společné některé věci, na kterých by se dalo stavět, a společenský tanec s tanečně-pohybovou terapií propojit. Dle Evropské asociace taneční terapie je tanečně-pohybová terapie aktivitou, která pomáhá znovu obnovit pozitivní sebepřijetí a snaží se o to, aby se jedinec přijmul pozitivně. (Schott-Billmann, 1994, cituji podle Dosedlová, 2012). Na základě mé výzkumné sondy jsme však mohli přijít na to, že některé páry chodí tančit za účelem dosáhnout pozitivního sebepřijetí, zvýšit si sebevědomí či nalézt své „ženství“, jak bylo vysvětleno výše. U párů, které tančit nezačaly za tímto účelem, se však i přesto objevuje to, že si následně tanečníci více věří a přijímají sebe sama a zároveň cítí určité uznání. Je to pro ně forma seberealizace. Dá se říci, že v tomto směru pomáhá jak tanečně-pohybová terapie, tak i společenský tanec.

Taneční terapií se zabývali také Veleta a Holmerová (2004), kteří zmiňují, že od této terapie lze očekávat např. zlepšení komunikace. Zároveň také hovoří o výše zmíněném sociálním faktoru. V tomto smyslu má společenský tanec podobný efekt, jelikož partneři se spolu musejí domluvit a jak vyplývá z výsledků, tak dochází k tréninku komunikačních dovedností a k tréninku spolupráce.

Ovšem tanečně-pohybová terapie je zaměřená, systematická a terapeut s tanečníkem pracují vědomě na nějakém cíli. U společenského tance v kurzech je cílem naučit se tančit, je to pohyb, přičemž jakékoliv změny v prožívání či v tomto případě ve vztahu, jsou spíše přidruženým efektem, tudíž z tohoto hlediska se je vhodnější užít termín terapeutický tanec. Partneři do kurzů velmi často nechodí řešit své problémy, svůj vztah, ale jdou za rekreací

a cílem naučit se tančit. Mnohdy tedy nemusí ani docházet k uvědomování si faktorů, které mohou vést k rozvoji vztahu a ke změně prožívání skrze společenský tanec. Např. jak jsme si mohli všimnout, tak partneři nemají pocit, že by se prohlubovala intimita skrze fyzický kontakt, avšak v rámci pozorování šlo vidět, že u partnerů dochází v rámci tance k častějším projevům náklonnosti než mimo taneční hodinu. Totéž potvrzují i lektoři tance. Je tedy možné uvažovat nad tím, že právě díky tomu, že společenský tanec v kurzech působí jaksi skrytě, tak je tento faktor významnější. Partneři jsou zde uvolnění a považují taneční kurzy a tancování za rekreaci, s níž není spojeno stigma, jako kdyby chodili řešit svůj vztah do poradny či k tanečně-pohybovému terapeutovi. Je tedy otázkou, zdali by nebylo problematické propojení společenského tanec s tanečně-pohybovou terapií, jelikož by došlo ke zvědomení a bylo by dobré se dále zabývat tím, jak účinné by následně tyto faktory byly.

Na základě mých závěrů si myslím, že se dá uvažovat o využití společenského tance terapeutickým způsobem, v propojení s párovou terapií/poradenstvím, možná i s tanečně-pohybovou terapií. Avšak je nutné se touto problematikou dále zabývat, a ještě více ji rozpracovat, např. longitudinálním výzkumem.

Tato práce má určitá omezení. Vzhledem k tomu, že se jedná o kvalitativní výzkum, nelze zjištění zobecňovat. Zároveň pro mě mohla být limitující nedostatečná zkušenost s vedením rozhovorů a s analýzou dat. Mimo jiné, vzhledem k povaze výzkumu, mohlo dojít ke zkreslení výsledků, jelikož jsem s manželskými páry a s lektory tance navázala bližší vztah, a to mohlo ovlivnit mé vnímání problematiky.

Naopak jako silnou stránku výzkumu vnímám to, že jsem použila kombinaci výzkumných metod, aby došlo k triangulaci a zvýšení validity výzkumu. Dále jsem měla jistou variabilitu respondentů, jelikož se výzkumu účastnili jak začátečníci ve společenském tanci, tak pokročilí, přičemž výzkum probíhal ve dvou regionech a ve dvou tanečních studiích. Právě z důvodu kombinace metod a z důvodu většího množství respondentů byl překročen stanovený maximální rozsah.

Závěr

Tématem mé bakalářské práce je „Zkušenost se společenským tancem v kontextu partnerského vztahu“. Cílem mé bakalářské práce bylo získat hlubší vhled do problematiky společenského tance a jeho významu pro partnerství. Výzkum probíhal v průběhu měsíců listopadu a prosince roku 2021 a měsíce ledna 2022. Snažila jsem se zachytit subjektivně vnímaný význam společenského tance manželskými páry, které se účastní kurzů společenských tanců, prostřednictvím rozhovorů s páry a tanečními učiteli a prostřednictvím deníků a pozorování. Na základě toho jsem rozvinula předpoklady, které jsou popsány v teoretické části práce.

Ukázalo se, že manželské páry vnímají význam společenského tance z hlediska společného času, díky čemuž mají společné prožitky. Dále je pro ně tanec významný z hlediska komunikace, kdy dochází k tréninku komunikačních dovedností a kooperace, a také z hlediska blízkosti, kdy se ukazuje, že se v rámci společenského tance v kurzech prohlubuje intimita. Mimo jiné dochází v tanečním prostředí k uvolnění napětí a narušení stereotypu prostřednictvím konfliktu. Důležité je zjištění, že tancování v kurzech je pro manželské páry významné, jelikož společenský tanec je pro ně cestou k sebelásce. Společenský tanec v kurzech jim taktéž poskytuje sociální síť, v rámci které si manželé našli blízké přátele, v nichž mají oporu a kteří jsou jejich sociálním kapitálem. Všechny tyto pro páry klíčové významy tance a jejich propojení je zobrazeno na modelu v kapitole 10.

Práce se skládá z teoretické části a z části empirické.

V teoretické části práce jsem se zabývala základními pojmy, které jsou důležité pro tuto bakalářskou práci. Důraz jsem kladla na část, kde jsem propojila společenský tanec a manželský (partnerský) vztah a představila výzkumy, ze kterých vycházím.

V empirické části jsem popsala výzkumný cíl a otázky, výzkumný soubor s výzkumnými nástroji, způsob analýzy dat, etické principy, následně jsem provedla analýzu dat a zodpověděla výzkumné otázky pomocí modelu. Poté jsem v diskuzi své výsledky porovnávala s výsledky z jiných výzkumů a nové poznatky jsem vztáhla k teoretickým předpokladům.

Přínos této práce vnímám v tom, že poskytuji pevnější platformu, na které je možné stavět další výzkumy týkající se této problematiky – tedy zkoumání společenského tance a manželství (partnerství) v kontextu manželského/párového poradenství. Výsledné poznatky mohou posloužit tomuto účelu a zároveň mohou být užitečné lektorům tance, kteří by mohli poznatky z této práce užít v praxi. Taktéž z práce mohou mít užitek manželské (partnerské) páry, které by se společenskému tanci rády věnovaly, či ty páry, které se mu již věnují.

Věřím, že došlo k naplnění účelu této bakalářské práce, jelikož jsem došla k souladné interpretaci s existujícími poznatky, jež jsem prohloubila, a rovněž jsem poskytla nové aspekty, které se tohoto tématu týkají. Avšak domnívám se, že by bylo vhodné dále tuto problematiku zkoumat více do hloubky prostřednictvím longitudinálního výzkumu, přičemž by bylo vhodné kombinovat kvalitativní výzkumné nástroje s kvantitativními.

Seznam použitých informačních zdrojů

- Adamcová, A., & Šeráková, H. (2014). *Taneční a pohybová výchova: společenský tanec : (náměty pro práci s žáky mladšího školního věku)*. Masarykova univerzita.
- Amato, P. R., Booth, A., Johnson, D. R., & Rogers, S. J. (2007). *Alone together: How marriage in America is changing*. Harvard University Press.
- American Dance Therapy Association. (2020). *What is Dance/Movement Therapy?*. <https://adta.memberclicks.net/what-is-dancemovement-therapy>
- American Psychological Association. (2017). Ethical principles of psychologists and code of conduct. <http://www.apa.org/ethics/code/index.html>
- Bryant, C. M., & Conger, R. D. (1999). Marital Success and Domains of Social Support in Long-Term Relationships: Does the Influence of Network Members Ever End? *Journal of Marriage and the Family*, 61(2), 437-450. doi:10.2307/353760
- Chytková, L. (2012). *Vliv psychiky na vztahy mezi tanečními partnery*. [Bakalářská práce, Univerzita Karlova]. Charles University Digital Repository. <https://dspace.cuni.cz/handle/20.500.11956/43380>
- Český statistický úřad. (2022, 21. března). *Pohyb obyvatelstva – rok 2021*. <https://www.czso.cz/csu/czso/cris/pohyb-obyvatelstva-rok-2021>
- Čížková, K. (2005). *Tanečně-pohybová terapie*. Portál.
- Dosedlová, J. (2012). *Terapie tancem: role tance v dějinách lidstva a v současné psychoterapii*. Grada.
- Erol, R. Y., & Orth, U. (2014). Development of self-esteem and relationship satisfaction in couples: Two longitudinal studies. *Developmental Psychology*, 50(9), 2291-2303. doi:10.1037/a0037370
- Hanke, R. (2006). *The impact of ballroom dancing on the marriage relationship*. [Disertační práce, University of Pretoria]. Institutional Repository of the University of Pretoria. <https://repository.up.ac.za/handle/2263/23945>
- Hendl, J. (2008). *Kvalitativní výzkum: Základní teorie, metody a aplikace*. Portál.
- Jebavá, J. (1998). *Kapitoly z dějin tance: a možnosti terapie*. Karolinum.

- Julien, D., & Markman, H. J. (1991). Social support and social networks as determinants of individual and marital outcomes. *Journal of Social and Personal Relationships*, 8(4), 549-568. <https://doi.org/10.1177/026540759184006>
- Kos, B. (1977). *Lidové a společenské tance*. Praha: Státní pedagogické nakladatelství.
- Kratochvíl, S. (2009). *Manželská a párová terapie*. Portál.
- Lacinová, L. (2012). Konflikty v manželství a partnerství. *Psychologie pro praxi*, 47(3), 9-23.
- Langmeier, J., & Krejčířová, D. (2006). *Vývojová psychologie: 2., aktualizované vydání*. Grada.
- Lauterbachová, A. (2013). O možnosti rozvíjení dyadického vztahu skrze párový tanec. [Bakalářská práce, Univerzita Karlova]. Charles University Digital Repository. <https://dspace.cuni.cz/handle/20.500.11956/52985>
- Miovský, M. (2006). *Kvalitativní přístup a metody v psychologickém výzkumu*. Grada.
- Nolen-Hoeksema, S. (2012). *Psychologie Atkinsonové a Hilgarda*. Portál.
- Novák, T. & Šmolka, P. (2016). *Manželské a rodinné poradenství: 2., aktualizované vydání*. Grada.
- Odstrčil, P. (2004). *Sportovní tanec*. Grada.
- Payne, H. (1998). *Dance movement therapy: theory and practice*. London: Routledge.
- Pinniger, R., Thorsteinsson, E., Brown, R., & McKinley, P. (2013). Intensive Tango Dance
- Program for People With Self-Referred Affective Symptoms. *Music and Medicine*, 5(1), 15-22. doi:10.1177/1943862112470143
- Pitrová, L. (2010). *Genderové nerovnosti v tanečním sportu*. [Bakalářská práce, Univerzita Karlova]. Charles University Digital Repository. <https://dspace.cuni.cz/handle/20.500.11956/27121>
- Polo, G. (2011). The Phenomenon of Relationship in the Argentine Tango. In K. Woodley & M., Sotelano (Eds.), *Tango Therapy 2: Research and Practice* (s. 98-

106).Tango Creations Publishers.

https://books.google.cz/books?id=MTrpAQAAQBAJ&dq=The+Phenomenon+of+Relationship+in+the+Argentine+Tango.&hl=cs&source=gbs_navlinks_s

- Quiroga Murcia, C., Bongard, S., & Kreutz, G. (2009). Emotional and Neurohumoral Responses to Dancing Tango Argentino: The Effects of Music and Partner. *Music and Medicine*, 1(1), 14-21. doi:10.1177/1943862109335064
- Rusbult, C. E., & Zembrodt, I. M. (1983). Responses to dissatisfaction in romantic involvements: A multidimensional scaling analysis. *Journal of Experimental Social Psychology*, 19(3), 274–293. doi:10.1016/0022-1031(83)90042-2
- Slaměník, I. (2011). *Emoce a interpersonální vztahy*. Grada.
- Tran, S., & Simpson, J. A. (2009). Prorelationship maintenance behaviors: The joint roles of attachment and commitment. *Journal of Personality and Social Psychology*, 97(4), 685–698. doi:10.1037/a0016418
- Vanek, M. (2014). *Faktory společenského tance působící na rozvoj partnerských vztahů*. [Bakalářská práce, Univerzita Karlova]. Charles University Digital Repository. <https://dspace.cuni.cz/handle/20.500.11956/73244>
- Veleta, P. & Holmerová, I. (2004). *Introduction to dance therapy for seniors*. Czech Alzheimer Society.
- Vybíral, Z. & Roubal, J. (2010). *Současná psychoterapie*. Portál.
- Vymětal, J. (2011). *Speciální psychoterapie*. Grada.
- Výrost, J., Slaměník, I., & Sollárová, E. (2019). *Sociální psychologie: Teorie, metody, aplikace*. Grada.
- Willerton, J. (2012). *Psychologie mezilidských vztahů*. Grada.
- Willi, J. (2011). *Psychologie lásky: osobní rozvoj cestou partnerského vztahu*. Portál.

Seznam příloh

Příloha 1 – Vzor informovaných souhlasů

Příloha 2 – Soubor témat k rozhovoru

Příloha 3 – Soubor návodných otázek v denících

Příloha 4 – Ukázka rozhovorů

Příloha 5 - Ukázky zápisů v denících

Příloha 6 – Zápisy z pozorování