

„Přestali jste být manželi, ale zůstáváte rodiči.“

Z. Dytrych

ÚVOD

Rodina je v globálním pojetí základním stavebním kamenem každé společnosti. Již od pradávna pro každého z nás představuje nejužší skupinu spřízněných osob, do které se začleňujeme zcela přirozeně – narozením. Jako děti ji považujeme za „první jistotu“, kterou vnímáme jako samozřejmou a neotřesitelnou.

Statistické údaje však v České republice uvádějí téměř padesáti procentní rozvodovost. A více než polovina těchto rozvedených manželství je s nezletilými dětmi¹. Vzhledem k těmto údajům se tato problematika jeví jako velice aktuální, neboť postihuje značné množství dětí, které jsou tímto zážitkem emocionálně zasaženy, a následky si z něj mohou přenášet do svých vlastních vztahů i rodin.

Vybrala jsem si toto téma právě z důvodu jeho aktuálnosti, a zároveň mě k tomu vedla osobní zkušenost s rozvedenými rodiči v dětství.

V teoretické části vysvětluji a definuji pojmy související s tématy rozvodu a jeho zvládnání. Jedná se především o pojmy rodina, zátěžová situace a stres, zvládnání. Ústředními tématy jsou rozvod a jeho zvládnání dětmi. Shrnuji zde odborné poznatky o prožívání rozvodu dětmi, o jeho krátkodobých i dlouhodobých dopadech a především o faktorech, které mají vliv na jeho zvládnání. Teoretickou část zakončuji krátkým pojednáním o porozvodovém uspořádání rodiny.

Empirická část zahrnuje kvalitativní šetření, které se zaměřuje na otázku, co mladým dospělým v dětství pomáhalo zvládnout zátěžovou situaci rozvodu rodičů. V diskuzi porovnávám teoretickou a empirickou část, hodnotím průběh výzkumu a navrhuji možnosti pro jeho potenciální rozšíření.

¹ V roce 2012 bylo rozvedeno 26 402 manželství (úhnná rozvodovost 44,5 %) a z tohoto počtu bylo 57,5 % s nezletilými dětmi (Český statistický úřad, 2013).

I. Teoretická část

1. RODINA

Každý člověk má svou vlastní představu o tom, jaký význam pro něj má pojem rodina. Vychází především ze svých zkušeností, z toho, co ve vlastní rodině zažil. Abychom dobře pochopili, co pro děti představuje rozvod jejich rodičů, jak tuto situaci prožívají a jak se s ní vyrovnávají, musíme si nejdříve položit otázku, jaký má pro děti význam úplná rodina a jaký vliv má naopak rodina neúplná. První kapitola tedy představuje jakousi bránu do problematiky rozvodu a jeho prožívání a zvládání dětmi, což je ústředním tématem této práce.

V této kapitole se budu zabývat odborným pohledem na rodinu ve smyslu jejích funkcí, významu pro děti a současnou podobou, která poukazuje na možné příčiny toho, proč je v dnešní době rodina tak křehká a častěji dochází k jejímu rozpadu.

1.1 Definice rodiny

Rodina představuje biosociální systém a je nejstarší základní společenskou skupinou (Dunovský, 1999). Jedná se o intimní prostředí významných životních vztahů, poskytujících osobnostní vývoj jednotlivců (Šulová, 2005a). Je velmi obtížné přesně definovat rodinu, protože v dnešní době existuje mnoho jejích podob. Proto někteří autoři vyzdvihují jen ty nejdůležitější znaky, které by ji vzhledem k její variabilitě charakterizovaly (Dunovský, 1999). Jak dále píše Dunovský (1999, p. 91), „*rodinu tedy můžeme chápat jako malou primární společenskou skupinu, založenou na svazku muže a ženy, na pokrevním vztahu rodičů a dětí či vztahu jej substituujícím (osvojení), na společné domácnosti, jejíž členové plní společensky určené a uznané role vyplývající ze soužití, a na souhrnu funkcí, jež podmiňují existenci tohoto společenství a dávají mu vlastní význam ve vztahu k jednotlivcům i k celé společnosti*“. O rodině ale můžeme mluvit, i když se jedná o nesezdaný pár. To ve svém vymezení podotýká Kramer (podle Sobotková, 2007, p. 24): „*Rodina je skupina lidí se společnou historií, současnou realitou a budoucím očekáváním vzájemně propojených transakčních vztahů. Členové jsou často (ale ne nutně) vázáni hereditou, legálními manželskými svazky, adopcí nebo společným uspořádáním života v určitém úseku jejich životní cesty. Kdykoli mezi*

blízkými lidmi existují intenzivní a kontinuální psychologické a emocionální vazby, může být užíván pojem rodina, i když jde o nesezdaný pár, o náhradní rodinu atd.“

Rodina má své místo ve společnosti, která tento systém neustále ovlivňuje a formuje. Rodina se okolnímu světu podle potřeby otevírá, ale také uzavírá a vytváří uvnitř svůj vlastní svět. Jedná se o mikrosvět, malou, vzorovou společnost, do které se dítě narodí a v níž si osvojuje základní vzorce chování, návyky, dovednosti, a prostřednictvím které se učí orientovat se ve "velkém" světě. Rodina také dítěti ukazuje základní sociální a kulturní hodnoty a normy, na základě kterých si dítě vytváří jejich hierarchii. Má též velký vliv na vývoj sociálního a morálního citění. Rodina a vše, co se v ní odehrává, bude pro dítě základem, ze kterého bude vycházet, až si založí svou vlastní rodinu (Dunovský, 1999). Jak píše Jedlička, Klíma, Kořa, Němec a Pilař (2004, p. 36), „rodina je primárním činitelem socializace v raném dětství a od té doby má trvalý a významný vliv na vývoj a na sebepojetí jedince“. Rodina utváří základní charakteristiky našeho duševního života. Určuje také sociální status dítěte, jeho sociální prestiž a sociální sebeuvědomění. Jejím prostřednictvím si dítě uvědomuje své místo a svou roli ve společnosti (Dunovský, 1999).

Rodina by měla být pro dítě základní životní jistotou. Měla by být stálým a citově příznivým, vřelým a přijímajícím prostředím (Matějček 1994). Rodina má o svého člena pečovat, chránit jej, dodávat mu pocit bezpečí a jistoty, pocit domova v kruhu svých nejbližších (Dunovský, 1999).

1.2 Proměna rodiny v čase

Vznik rodiny jako instituce můžeme datovat na počátek lidských dějin. Člověka k tomu vedl jednak přirozený rozmnožovací pud, ale také potřeba chránit své potomky před nebezpečím vnějšího světa a připravit je pro život. Stejně tak, jak se postupem času proměňovala společnost, také instituce rodiny prošla mnoha změnami.

Dříve rodiny představovaly široká společenství příslušníků stejného rodu. Vládla v nich patriarchální moc, ženy měly podřízené postavení, sňatky a početí dětí sloužily především k udržení rodinného kultu. Rodina poskytovala dětem nejen ochranu, ale fungovala také jako samostatné sociální a ekonomické společenství, kde děti získávaly

pracovní a životní zkušenosti. Odehrával se v ní celý život jedince a nikdo nemusel prakticky po celý život rodinný kruh opustit (Matoušek, 1993). I rodina 18. století byla vícegenerační, rozšířená, stále s výraznou dominancí otce. Vyráběla vše, co potřebovala k životu a do výrobní oblasti byli zapojeni všichni její členové. Její emocionální složka byla podřízená složce ekonomické (Dunovský, 1999).

Postupem času, vlivem ženské emancipace, se rozpadá patriarchální rodina. Ženy se stále více začleňují do pracovního procesu mimo domov, muž přestává být jediným živitelem rodiny, čímž jeho prestiž v rodině začíná klesat. Zavedení povinné školní docházky odvádí děti na větší část dne z rodin. Manželství je uzavíráno na základě vzájemného emocionálního vztahu dvou osob, což vede k tomu, že jsou tyto vztahy zároveň velmi citlivé a zranitelné. Dnešní rodina se tak stává labilnější, než byla dřívější rodina a snadno se může změnit v rodinu neúplnou. Rodina se také mění ve své velikosti, jak v počtu generací, tak i v počtu jejích členů. Z rodiny vícegenerační se stává rodina nukleární, kterou tvoří prakticky jen rodiče a děti, někdy dokonce jen rodič s dítětem (Dunovský 1999; Matoušek, 1993).

Uvnitř rodiny se zrcadlí rozsáhlé a značné celospolečenské změny. Z důvodu migrace obyvatelstva, styku různých kultur, nezaměstnanosti a nutnosti reagovat na ni jiným profesním zaměřením atd., jsou dnes běžná bilingvní manželství, rodiny, které několikrát ve svém vývoji změní výrazně lokální kulturu, ve které žijí, rodiny, které pečují o děti partnera, partnerky i děti společné; rodiny formálně nesezdané, homosexuální páry pečující o děti, neúplné rodiny vzniklé rozvodem, úmrtím, ale také již od počátku monoparentální (Šulová, 2005a).

Vlivem mnoha změn přesouvá rodina některé své povinnosti na stát. Ten částečně plní i funkci výchovnou. Svou výchovnou funkci si dnes rodina podržela jen vůči nejmenším dětem. Je však (nebo by alespoň měla být) stále místem uspokojování citových potřeb a slouží jako útočiště před okolním světem (Matoušek, 1993).

Podle Matouška (1993) v současné době sílí zájmy individuální, spíše než zájmy rodinné. O tom vypovídají tendence odkládat sňatky a rození dětí na dobu co nejpozdější, tendence ve větší míře zakládat rodinu neformálně, bez legálního sňatku,

tendence omezovat počet dětí v rodině, případně nemít děti vůbec a zvyšování rozvodovosti.

Dle Dunovského (1999) řada autorů považuje současnou situaci rodiny za její krizi. Důvody jsou následující: výše zmíněná vysoká rozvodovost (hlavně s nezaopatřenými dětmi), zvyšující se počet dětí narozených mimo manželství, neúplných rodin, rodin doplněných (= s nevlastním rodičem), zvyšující se počet dětí zneužívaných, zanedbávaných a týraných (především v rodině samé), narůstající agresivita dětí a mladistvých atd. Poukazuje se také na upuštění od klasické dominantní role muže, na relativní ekonomickou samostatnost žen, matek, na vyšší frekvenci mimomanželských sexuálních vztahů a nadměrnou toleranci k nim. Dunovský (1999) se však domnívá, že nejde o krizi rodiny, nýbrž o její adaptační proces. Šulová (2005a) vnímá tuto etapu, kterou rodina jako významná sociální struktura prochází, spíše jako změnu či hledání nové formy. Rodina nijak neztrácí na významu. Pro jedince je stále žádoucí vše, co mu rodina může nabídnout: intimní sdílení společného prostoru, sdílení společných předmětů, ale i společné budoucnosti; emocionální vazby nepodmíněné reciprocitou, stabilita vazeb atd.

1.3 Rodina jako systém

Systémová koncepce vychází z poznatku, že prvky systému nejsou jen lidé sami o sobě, ale lidé ve vzájemných vztazích a ve vzájemné interakci. Systém je tedy něco víc než pouhý součet jeho prvků. Má svůj vývoj a svou životní dynamiku (Matějček, 1994). Rodinu nemůžeme poznat jen na základě znalostí jednotlivců, protože jak píše Sobotková (2007, p. 24), „*systém obsahuje něco navíc, něco unikátního, co je produktem vnitřní strukturální a funkční integrace jeho částí do jednotného celku*“.

Každý rodinný systém má své subsystemy. Ty jsou v rodině nejčastěji dány generační příslušností, postavením v mocenské hierarchii, pohlavím atd. (Matějček 1992). Sobotková (2007) považuje za nejdůležitější manželský (partnerský) subsystem, subsystem rodič-dítě a sourozenecký subsystem. Manželský subsystem je základní a hraje ústřední roli ve všech vývojových fázích životního cyklu rodiny. Celkový úspěch rodiny závisí především na schopnosti manželů (partnerů) vybudovat si dobře fungující

vztah. Subsystem rodic-dite vzniká okamžikem otěhotnění ženy a rozšiřuje hranice základního manželského (partnerského) subsystému. V sourozeneckém subsystému dítě zažívá interpersonální zkušenosti a dovednosti, které uplatňuje i v jiných sociálních situacích s jinými dětmi, a modifikovaně i později v životě. Jedná se například o spolupráci, soutěžení, vzájemnou podporu, vyjednávání a vytváření kompromisů.

Subsystemy se vzájemně ovlivňují, a tak se porucha v jednom prvku, v jednom subsystému nutně projeví ve funkci celku (Matějček, 1992). System je ohraničen vůči svému okolí, ale zároveň s ním musí komunikovat, aby nezankl, zpětné vazby jej udržují v ustáleném stavu (Matoušek, 1993). Matějček (1992) označuje rodinu za *mikrosystem*, který má kolem sebe několik dalších systémů. Jedná se o *mezosystem*, širší společenský system, k němuž patří příbuzenstvo, sousedé, přátelé a všichni ostatní, kdo rodinu obklopují a jsou s ní ve styku. Nutně ji ovlivňují a sami jsou stykem s ní ovlivňováni. Další, širší system sociálních vztahů, který rodinu obklopuje víceméně zvnějšku, je označen za *ekosystem*. Tvoří jej například instituce jako zaměstnavatel, škola, jesle, služby, poradny, orgány péče o dítě, soudy apod. Spolu s tímto ekosystemem je rodina obklopena ještě širším okruhem společenských institucí neboli *makrosystemem*, který je již zcela neosobní a má celospolečenský dosah.

1.4 Funkce rodiny

Nejen podoba rodiny prošla proměnou, také se pozměnily její funkce. Autoři Dunovský (1999) a Špaňhelová (2010) vyzdvihují několik základních funkcí rodiny, mezi které patří:

❖ Biologicko-reprodukční funkce

Tato funkce zabezpečuje pokračování lidského druhu. Někdy je označovaná také jako funkce sexuální. Jde nejen o početí a porození nového člověka, ale také o zabezpečení potřebných podmínek pro jeho život i další vývoj.

❖ **Ekonomicko-zabezpečovací funkce**

Zde se nejedná pouze o materiální zabezpečení. Rodina se sice má postarat o ekonomické zajištění svých dětí, do té míry, jak je to pro ni možné, ale kromě toho má svým členům poskytovat životní jistoty. Špaňhelová (2010) dodává, že je důležité pro další zdravý psychický růst dítěte, aby ekonomické zajištění dítěte nepřevyšovalo míru funkce emocionální.

❖ **Funkce emocionální**

Emocionalita je důležitá jak pro děti, tak pro dospělé. Jistá láska, která má mantinely, vnáší jistotu do života dětí a vlastně i dospělých. Zahrnout dítě láskou, sdílet s ním pocity, pomoci mu je dávat najevo a mluvit o nich i ze strany rodičovské, to vše patří do funkce emocionální.

❖ **Funkce socializačně-výchovná**

Tato funkce rodiny spočívá v opravdovém zájmu o děti, kvalitní péči o ně a v jejich výchově. Jejím smyslem je uspokojovat potřeby a požadavky dětí vzhledem k jejich vývoji, rozvíjet všechny jejich schopnosti a síly. Rodina své děti chrání před nepříznivými situacemi a zároveň je vede k tomu, aby byly samy schopny čelit překážkám a překonávat je. Připravuje je tedy na jejich fungování mezi jinými dětmi a ve společnosti druhých dospělých.

Jedlička et al. (2004) spatřují *primární funkci* rodiny v tom, že již od narození ovlivňuje vývoj jedince, vytváří citové vazby, které mají dlouhodobý vliv a zapisují se trvale do duševního života dítěte. *Zprostředkující funkce* pak představuje předávání základních hodnot jedinci, jejichž prostřednictvím se připravuje na společenský život. Socializační funkce rodiny jsou velmi široké. Ze základu, který jedinec získává v rodině, se rozvíjí vědomě řízená výchova - utváření návyků, sebekontrola, učení, očekávání odměn či trestů apod. Vlivem výchovy v rodině tak vzniká předpoklad i pro výchovu mimo ni.

Matějček (1994) všechny tyto funkce rodiny nahrazuje jednou jedinou, a tou je „účelné uspokojování základních psychických potřeb dítěte“. Těchto potřeb rozeznává pět:

❖ **Potřeba náležitého přísunu podnětů zvenčí**

Dítě potřebuje od počátku svého života přijímat různé podněty a zpracovávat je.

❖ **Potřeba "smysluplného světa"**

Řád a smysl v podnětech umožňují vytvořit z poznatků zkušenosti.

❖ **Potřeba životní jistoty**

Tato životní jistota se naplňuje ve vztazích k blízkým lidem.

❖ **Potřeba vlastní společenské hodnoty**

Jedná se o potřebu být oceňován a uznáván, přijímán.

❖ **Potřeba "otevřené budoucnosti"**

Jde o potřebu životní perspektivy, potřebu někam směřovat.

Matějček (1994) dodává, že v rodině nejde jen o uspokojování základních psychických potřeb dítěte, ale jsou uspokojovány i psychické potřeby rodičů.

1.5 Rozpad rodiny

Dítě si od narození spojuje matku, poté i otce s uspokojováním svých biologických i psychických potřeb. Oba rodiče jsou pro něj zdrojem stability, jistoty a bezpečí a společně tvoří domov, nejvýznamnější životní prostor dítěte. V období rozpadu manželství rodičů děti pociťují změnu jejich nejvlastnějšího životního prostředí, což u nich vede k pocitům nejistoty a úzkosti. Někdy je dokonce uspokojování jejich potřeb narušeno - frustrováno. A pokud jeden z rodičů přestane fungovat, či dokonce přeruší kontakt s dítětem, mohou být tyto frustrace hluboké.

Kromě manželství se rozpadá základní osa každodenního fungování: dvojice muž=otec a žena=matka. Dítě tento rozpad vnímá po svém a reaguje na něj, i když si někdy rodiče myslí a utěšují se, že tomu tak není (Matějček, 1994; Plaňava, 1994a).

Rozvod není ohraničená událost, je to dlouhodobý proces, který nekončí úderem soudcovského kladívka. Je to jen jeden z mnoha okamžiků, který představuje důležitou a velkou změnu pro celou rodinu, nukleární i rozšířenou (Teyber, 2007).

Jak již bylo řečeno výše, matku a otce si dítě spojuje s jistotou a bezpečím, z čehož můžeme usuzovat na to, že rozchod či rozvod jeho rodičů pro dítě představuje velkou psychosociální² zátěž. Následující kapitola bude pojednávat hlouběji o této zátěžové situaci – o rozvodu.

² Psychosociální zátěž (psychosocial stress) neboli zátěž, která plyne ze svízelných sociálních vztahů či situací; jejími ukazateli mohou být: ztráta pocitu dobrého zdraví, zesilující pocit nejistoty, rostoucí pocity vnitřního nebo vnějšího ohrožení, prohlubující se pocity nedostatečnosti v sociálních rolích a úkolech, neschopnost přizpůsobit se novým situacím, pocit ohrožení života, který vede k životnímu bilancování (Hartl & Hartlová, 2000, p. 699).

2. ROZVOD JAKO ZÁTĚŽOVÁ SITUACE

V této kapitole zaměřím pozornost především na problematiku rozvodu, který představuje jednu z nejnáročnějších situací v životě dospělého člověka i dítěte, které je jí účastno. Jak je patrné z názvu této diplomové práce, důraz je kladen právě na hledisko dětí. Především mě bude zajímat, jak tuto zátěžovou situaci prožívají a jak na ni reagují. Neméně důležitým tématem pak bude pojednání o dlouhodobých dopadech rozvodu rodičů na další život dítěte. Než však přejdu přímo k tématu rozvodu, budu se zabývat pojmem „zátěž“ v obecné rovině, co je to zátěž, jak vzniká a jak na člověka působí. Tuto informaci vnímám jako důležitou pro pochopení toho, co v člověku vyvolává rozvod jako zátěžová situace.

2.1. Zátěžové situace

V životě se setkáváme s mnoha událostmi, které nás nějakým způsobem ovlivňují. Hanzlíček (1983, p. 2942) vymezuje pojem životní událost jako „*skutečnost, která se může vyskytnout v životě jedince nezávisle na jeho vůli a která přitom závažně a dlouhodobě ovlivní navyklé činnosti či celý životní styl*“. Některé životní události a z nich plynoucí změny vnímáme jako děje příjemné, jiné naopak jako děje nepříjemné, avšak všechny tyto události jsou důležitou součástí našeho života a záleží jen na nás, jak k nim přistupujeme (Eis 1994).

Výrost (1997) se v této souvislosti přiklání k použití slova situace namísto události, neboť dle autora slovo situace vyzdvihuje důležitý aspekt interakce jedince se sociálním prostředím. Pojmem náročná životní situace pak označuje ty, které jsou z hlediska jedince vnímány jako problémové, krizové, které na něj kladou zvláštní nároky při jejich překonávání. Vágnerová (2004b, p. 265) v definici zátěžové situace uvádí, že jde o takovou situaci, která „*u daného jedince vyvolává stav nadměrného zatížení nebo ohrožení, spojeného s úbytkem uspokojení, ohrožující jeho celkovou, tělesnou i duševní pohodu*“. V odborné literatuře se setkáváme s rozdílnými označeními totožných pojmů. Například pojem náročná životní situace vyjadřuje jiný autor pojmem zátěžová situace a u dalších autorů se můžeme setkat s označením životní těžkosti, zásadní životní situace, stresující životní události atd.

Zátěžové situace se dotýkají každého z nás a mají různou podobu. Tyto situace mohou být doprovázeny pocity, které se dotýkají samého jádra osobnosti, našeho já. Člověk pak ztrácí pevnou půdu pod nohama. Pro takové a mnohé další osobní zážitky se používá termín "stres". Sloveso "strigo, stringere, strinxi, strictum", ze kterého pochází slovo stres, znamená "utahovati, stahovati, zadržovati". Výroku „být ve stresu“ můžeme tedy rozumět jako „být vystaven nejružnějším tlakům“, a proto „být v tísní“ (Křivohlavý 1994).

V odborné literatuře panuje neshoda ve vztahu pojmů stres a zátěž. Považuji za důležité na chvíli se zastavit u této problematiky, a to z důvodu následného používání těchto pojmů. Například Daniel (1984) odlišuje zátěž a stres a termín stres používá pouze při označení nadlimitní fáze zátěže. Vágnerová (2004a) vnímá zátěž jako zastřešující pojem pro frustraci, konflikt, stres, trauma, krizi a deprivaci. Hošek (1999) naopak vnímá pojmy stres a zátěž v podstatě jako synonyma. Osobně se přikláním k pohledu na pojmy zátěž a stres jako na synonyma a v rámci této práce je tak budu používat.

2.1.1 Definice stresu

Na stres můžeme nahlížet odlišně podle toho, na jakou jeho stránku klademe důraz. Stresem můžeme označit celou těžkou situaci, určitý stresor (například nějakou okolnost či nepříznivý faktor), odpověď organismu na stresující činitele či celkový vnitřní stav (Křivohlavý, 1994). Lazarus (1966) podotýká, že někteří autoři používají pojem "stres" tehdy, když jiní používají "úzkost", "konflikt", "frustrace", "obrana", i když odkazují na jeden a ten samý fenomén.

Existuje tedy mnoho definic pojmu stres, které se liší podle různých pohledů autorů na daný jev. Já osobně se přikláním k vnímání stresu jako vnitřního stavu, kdy jedinec subjektivně vnímá stávající nebo očekávanou situaci jako ohrožující, narušující psychickou i fyzickou rovnováhu. Křivohlavý (1994, p. 10) shrnuje několik definic tohoto pojmu následovně: „*Stresem se obvykle rozumí vnitřní stav člověka, který je buď přímo něčím ohrožován, nebo takové ohrožení očekává a přitom se domnívá, že jeho obrana proti nepříznivým vlivům není dostatečně silná*“. Podobně hovoří autoři Stroebe a Jonas (2006, p. 598), když popisují stres jako „*stav, který nastává, když nároky*

situace, které jedinec vnímá, zatěžují či přesahují jeho zdroje a ohrožují jeho duševní pohodu“.

Na základě výzkumů v oblasti stresu vzniklo několik pojmů, které jej na základě různých parametrů upřesňují. Například podle intenzity stresové reakce je stres rozdělován na *hyperstres*, který překračuje hranice adaptability, schopnosti vyrovnat se se stresem, a *hypostres*, který naopak nedosahuje obvyklých tolerancí stresu, čímž je myšlena například monotónnost, nuda, sensorická deprivace, frustrace apod. (Křivohlavý, 1994). Stres nemusí na člověka působit pouze negativně (*distres*), člověk se z něj může ponaučit nebo být vlivem stresu pobídnut k vyšším výkonům - v tom případě se jedná o pozitivní stres neboli *eustres* (Kraska-Lüdecke, 2007).

2.1.2 Stresory

Stresor můžeme chápat jako „na člověka negativně působící vliv“ (Křivohlavý, 1994). V literatuře se setkáváme s rozdělením stresorů do různých kategorií dle jejich povahy. Například Praško (2003, p. 26) uvádí čtyři kategorie, kterými jsou:

- ❖ **Vztahové stresory** - například neshody se svými blízkými.
- ❖ **Pracovní a výkonové stresory** - například nízký příjem či nedostatečná organizace práce.
- ❖ **Stresory související s životním stylem** - například nevyhovující bydlení i nedostatek přátel-
- ❖ **Nemoci a handicap** - například zhoršování tělesného a psychického stavu našeho či člena rodiny.

Holmes a Rahe (1967) vytvořili tzv. Hodnotící škálu sociálního přizpůsobení (The Social Readjustment Rating Scale, Tabulka 1), která vznikla na základě odstupňování 43 životních událostí, které byly empiricky odvozené z klinických zkušeností. Tyto životní události byly hodnoceny z hlediska intenzity a doby nezbytné k jejímu přizpůsobení, a vznikl tak přibližný žebříček stresorů. Autoři podotýkají, že jen některé z událostí jsou negativní nebo stresující v obvyklém slova smyslu, tj. jsou společensky nežádoucí. Všechny však mají něco společného: jejich výskyt vyžaduje

určité adaptivní či zvládací jednání ze strany postiženého jedince. Vzhledem k tématu této práce postačí ukázka prvních pěti životních událostí. Rozvod a rozpad manželství představují jedny z nejintenzivněji prožívaných životních událostí, proto si myslím, že zájem o tuto problematiku je namístě.

Tabulka 1 představuje Hodnotící škálu sociálního přizpůsobení pro dospělé. Byla vytvořena také modifikovaná stupnice pro děti („nedospělé“ - non-adults), která uvádí rozvod na druhém místě, bohužel však mi není zcela jasné její autorství. Tato škála je uvedena v Tabulce 2 (opět pro naše téma postačí ukázka prvních pěti životních událostí).

Životní událost	Hodnota
Úmrtí životního partnera	100
Rozvod	73
Rozchod manželů	65
Odnětí svobody, výkon trestu	63
Úmrtí blízkého člena rodiny	63

Tabulka 1 – Hodnotící škála sociálního přizpůsobení - pro dospělé (Holmes & Rahe, 1967)

Životní událost	Hodnota
Úmrtí rodiče	100
Neplánované těhotenství/interrupce	100
Rozvod rodičů	95
Uzavření manželství	90
Získání viditelné deformace	80

Tabulka 2 – Hodnotící škála sociálního přizpůsobení - pro děti (Wikipedia, 2014)

2.1.3 Působení stresu

Člověk je konfrontován se zátěžemi od svého narození a v kontaktu s nimi se jeho osobnost vlastně v průběhu vývoje utváří. Určitá míra stresu je tedy potřebná, neboť spouští a stimuluje adaptační děje, avšak nadměrná úroveň stresu působí nepříznivě, protože vyvolává nepokoj, zvýšené napětí, ovlivňuje tedy výkon či se podepisuje na psychickém i fyzickém stavu člověka. V mnoha směrech člověka namáhá, někdy až vyčerpává (Hošek, 1999; Praško, 2003). Stres se také odráží na zdraví člověka (Kraska-Lüdecke, 2007).

Je důležité poznamenat, že v souvislosti se stresem panuje velká interindividuální a intraindividuální variabilita. Tentýž stresor může u jednoho člověka stres vyvolat a u druhého ne a dokonce tentýž stresor může u téhož člověka jednou stres navodit a jindy ne (Hošek, 1999). Také mluvíme o stresu jako o multifaktoriálním jevu, neboť je určen velkým počtem činitelů (Křivohlavý, 1994).

Každý člověk prožívá stres jinak. Podle Praška (2003) je to dáno rozdílnými vnitřními faktory. Kromě vrozené zvýšené citlivosti sem patří celá řada vlastností a postojů, které jsme se naučili během života a které zvyšují intenzitu prožívání stresu – například nadměrná ctižádostivost, perfekcionismus, negativní sebehodnocení atd. Někteří lidé prožívají stresovou situaci především tělesně, například se u nich objeví třes, špatný spánek, změna váhy atd., jiní lidé spíše pocítují psychické potíže, například podrážděnost, úzkost, tendence uzavírat se do sebe atd. (Praško, 2003).

I když každý člověk reaguje na různé životní situace odlišným způsobem a s různou intenzitou, jsou situace, které vyvolávají ve většině lidí vyšší míru stresu. Jednou z těchto situací je i rozvod, o kterém budu nyní pojednávat.

2.2 Rozvod

Z výše uvedených Tabulek 1 a 2 vyplývá, že rozvod představuje životní situaci, kterou člověk (dospělý i dítě) prožívá z hlediska stresu velmi intenzivně, a tedy se jedná o téma, které si zaslouží zvýšenou pozornost, a to především z toho důvodu, že se velmi často týká i dětí.

K rozvodu manželství se lidé nerozhodují ze dne na den. Toto rozhodnutí bývá konečným důsledkem dlouhodobé nespokojenosti ve vztahu. Nastává z mnoha důvodů, podle Everetta a Everettové (2000) například proto, že se partneři k sobě nehodili již od samého prvopočátku nebo že jeden z partnerů ustrnul ve svém emocionálním vývoji, zatímco druhý učinil posun blíže k plnější citové zralosti. Dalším důvodem může být nedostatečná pružnost vztahu, což má za následek, že tento vztah neunese zátěž, kterou přináší rodičovství, zaměstnání či stárnutí. Někdy trvá i několik let, než se jeden z partnerů odhodlá k podání žádosti o rozvod.

Matějček a Dytrych (2002) uvádějí tři stadia manželského (rodinného) rozpadu. Nejprve popisují *manželský (rodinný) nesoulad*, který vzniká z rozporů, při kterých mají partneři problém najít vhodné kompromisy a rozpory řešit. Tato fáze může přejít do *manželského (rodinného) rozvratu*, kdy jsou již postiženy některé základní rodinné funkce. Posledním stadiem je již samotný *rozvod*, který chápeme jako formálně právní ukončení manželského vztahu dvou jedinců. Je deklarován, a to tím, že je podán návrh na rozvod, proběhne rozvodové řízení a do celého děje vstupují úřední instituce (soudy, právníci, orgán sociálně-právní ochrany dětí atd.).

Odborníci, zabývající se tématem rozvodu, jej považují za jednu z nejbolestnějších a nejkomplikovanějších životních situací, jakou lidé zažívají. Zpřetrhává vztahy, ruší vědomí návaznosti života, dotýká se samé podstaty lidské identity. Rozvod se však nedotýká pouze přímých účastníků rozvodu, tedy rodičů a dětí, ale často také celé širší rodiny (Everett & Everett, 2000; Matějček & Dytrych, 2002). Rozvod má stránku ekonomickou, právní, rodičovskou, psychickou a sociální. Matoušek (1993) vnímá rozvod jako situaci „ztrátovou“, a to z toho důvodu, že dospělí ztrácejí partnera, děti většinou přicházejí o stálou přítomnost jedno z rodičů (nejčastěji otce), někteří účastníci rozvodu musejí v souvislosti s ním změnit bydliště, ekonomické ztráty jsou pravidlem a také se může (negativně) změnit vztah dětí k jejich rodičům (Matoušek, 1993). O rozvodu jako ztrátové situaci hovoří i další autoři. Kromě výše zmíněných, dochází i ke ztrátám na stranách prarodičů, kteří se kolem rozvodu i po něm často nemohou vídat s vnoučaty tak jako dříve. Rozvod je tedy možné spojovat také se strádáním (Plaňava, 1994a). Plaňava (1994b) také označuje rozvod jako stresující i frustrující životní situaci, neboť jsou ohroženy či dokonce přímo mařeny některé

základní lidské potřeby. U dětí je frustrována potřeba jistoty a bezpečí, potřeba žít s oběma rodiči, leckdy i potřeba rodičovské péče a lásky. Pro jednoho z rozvádějících se partnerů, který se v rámci manželství realizoval, představuje rozvodová situace frustraci, která může mít za následek například pocit životního selhání a zklamání, někdy až depresivní stavy, hostilitu atd.

Rozvod může být považován za tzv. sanační opatření, které má zamezit nesouladu mezi manželi, které nabízí šanci osvobodit se od strastiplného soužití a které umožňuje další životní perspektivy. Po rozvodu se předpokládá zásadní obrat, který se ne vždy dostaví. Očekávané pozitivní změny tak zůstávají nenaplněny, na základě čehož může dojít k další frustraci, stresu a konfliktům mezi bývalými manželi (Matějček & Dytrych, 1994; Plaňava, 1994a). Existují jistě partneři, kteří se spolu zvládnou slušně domluvit na podmínkách rozvodu a na porozvodové situaci a jednájí spolu „fér“. Bohužel je mnohem častější situace, kdy se manželé vzájemně osočují, ubližují si a nedokáží spolu konstruktivně situaci řešit.

2.2.1 Fáze rozpadu manželství

Odborná literatura se shoduje v tom, že od manželské krize po ukončení celého rozvodového procesu (včetně tzv. porozvodové adaptace) uplyne relativně dlouhá doba, kterou je užitečné rozčlenit. Jsou tu však potíže s kritériem členění (Plaňava, 1994b). Plaňava (2000) uvádí členění průběhu předrozvodového, rozvodového i porozvodového dění do čtyř etap, které se mnohdy prolínají a mohou být reverzibilní. Stává se, že jeden z partnerů je ve stejném čase v jedné etapě, avšak ten druhý v jiné.

1. etapa: **Protahovaná manželská krize s narůstajícím rozvodovým potenciálem**

Tato etapa představuje spíše „předehru“, po které může, ale také nemusí následovat rozvodové rozhodnutí a jednání. Manželské problémy se postupně rozšiřují do dalších oblastí soužití. Bilancování tohoto soužití manželi stále častěji vyznívá negativně, a tak narůstá rozvodový potenciál. Již zde se objevuje (z jedné či obou stran) přímé či nepřímé manévrování dětmi.

2. etapa: **Rozvodové rozhodování a rozhodnutí**

V této etapě mají manželé tendenci zpětně hodnotit dosavadní průběh soužití „brýlemi“ aktuálních frustrací, obav, prožitků či přání. Ačkoliv se jejich hodnocení mohou lišit, shodují se v tom, že aktuální soužití je neúnosné a strastiplné, tudíž oba usilují o změnu, přičemž každý z nich může mít na mysli změnu odlišnou. Rozvodové rozhodování často probíhá asymetricky, což znamená, že jeden se kloní k rozvodu a druhý rozvod odmítá (výjimku tvoří dlouhodobě „mrtvá manželství“, kde proces separace proběhl již dříve a nyní se manželé rozhodli i k formálnímu ukončení soužití právní cestou). V této etapě někdy pozorujeme zahrnování okolí do procesu rozhodování, a to včetně přímého manévrování dětmi, snahy získat je na svou stranu apod.

3. etapa: **Rozvodové jednání**

Rozvodové jednání zahrnuje cestu od inzerce rozvodového rozhodnutí okolí, přes navázání kontaktu s advokátem, až po podání návrhu na rozvod k soudu. Děti jsou nyní více zatíženy, protože s nimi jeden z rodičů či oba přímo manévrují, a to se záměrem (vědomým či nevědomým) získat je na svou stranu, a tím například trestat, případně vydírat druhého rodiče. V některých rodinách jsou děti přehlíženy a rodiče se o ně a jejich prožívání dané situace nezajímají, neboť jsou zahlceni sami sebou a průběhem rozvodu. Další variantou je narušení či zrušení generačních hranic a tedy jednání s dítětem jako se spojencem či důvěrníkem.

4. etapa: **Dokončení manželské separace (psychologické i prostorové) a utváření porozvodového životního stylu**

V literatuře najdeme též označení „porozvodová rekonstrukce či adaptace“. Nejpriznivější varianta této etapy nastává tehdy, jestliže se daří plnit tzv. psychorozvodové úkoly (Plaňava, 2000), o kterých ještě budu pojednávat.

Další variantou je členění rozpadu manželství dle Everetta a Everettové (2000) na čtrnáct etap. Je tedy velmi podrobné, neboť autoři do této etapizace zahrnují i pochybnosti v souvislosti s nadějí na zlepšení manželství, fantazie před rozchodem a

před rozvodem, i pochyby o rozhodnutích, které mohou vést k tzv. pseudosmíření. Toto členění je zakončeno etapou, ve které je vytvořena smíšená rodina. Jednotlivé etapy neopomíjejí vnímání a prožívání dětí, které jsou významnými účastníky tohoto procesu. Podle mého názoru, výše popsaná etapizace rozpadu manželství dle Plaňavy (2000) poskytuje dostatečné nastínění toho, co v rodině během rozvodu probíhá, proto podrobné členění dle Everetta a Everettové (2000) již nebudu uvádět a odkazuji případné zájemce na jejich práci.

Jedním z autorů, kteří pojednávají o tématu *psychosociálního rozvodu* (zkráceně psychorozvodu), je Plaňava (1994b). Termínem psychosociální rozvod označuje sled intrapsychických a interakčních procesů, v jehož průběhu se všichni účastníci rozvodu vyrovnávají s rozpadem manželství tak, aby se mírnily či minimalizovaly ztráty a důsledky rozvodových frustrací a mohly se utvářet předpoklady k uspokojivému životu po rozvodu. Jedná se o dlouhý a jistě náročný proces s řadou úkolů, které na sebe navazují a úzce spolu souvisí. Formulovány jsou čtyři *psychorozvodové úkoly*, které do určité míry korespondují s etapami rozvodového procesu uvedeného výše.

1. úkol: **Partnerské odpoutání a distance od manželství**

Jde o emoční odžití a následné kognitivní zpracování skutečnosti, že manželství končí a již nebude pokračovat, a proto je rozvod méně ztrátovou situací, než by byl marný zápas o záchranu manželství.

2. úkol: **Oddělení manželství od rodičovství a utváření předpokladů k tzv. porozvodovému rodičovství**

Skutečnost, že se manželství nevydaří, by nemělo znamenat, že partneři budou selhávat i jako rodiče. Rozvod sice změní podmínky péče o děti, avšak rodiče by měli oddělit manželskou a rodičovskou rovinu a přestat spojovat jakékoliv neshody z manželství s jednáním s dítětem.

3. úkol: **Ochrana dětí, respektování jejich potřeb i prožitků při současném přijetí postoje, že rozvodem děti vždy ztrácejí a strádají**

V průběhu rozpadu manželství a rozvodu jsou frustrovány ty nejzákladnější sociálně-psychologické potřeby dítěte, které již byly zmíněny výše. Kromě toho mohou rodiče své děti zahlcovat nebývalým zájmem a nadměrnou péčí ve snaze přivázat je k sobě, a tím je izolovat od druhého rodiče. Velice často se v rozvodové situaci dostává dítě do jednoho z nejkrutějších dilemat, kterým je *konflikt loajality* - jestliže dítě projeví kladné city k jednomu z rodičů, je tím ohrožena láska a zájem rodiče druhého. Důsledkem destruktivních manipulací rodičů bývají u senzitivnějších dětí pocity viny za to, co se doma děje, včetně pocitů viny za rozpad manželství. Proto je zapotřebí uchránit děti těchto pocitů a snažit se o zajištění běžné denní péče o děti a o udržení kontaktů s příbuznými z obou stran. Postupně, nicméně pro děti zřetelně, má každý rodič utvářet své vlastní kontakty a interakce s dětmi a neuvádět je do konfliktu loajality. A co je neméně důležité, poskytovat dětem přiměřené informace o tom, co se v rodině děje a v blízké budoucnosti dít bude.

4. úkol: **Utváření porozvodových perspektiv, porozvodové osobní identity a nového životního stylu**

Tento úkol představuje plné dokončení prostorové (bytové) separace, navázání nových společenských kontaktů a vztahů, formulování konkrétní dohody o porozvodovém rodičovství a především otevření se nové budoucnosti (Plaňava, 1994b).

2.3 Prožívání rozvodu dětmi a jejich reakce na něj

Z výzkumů i zkušeností odborníků vyplývá, že děti rozvodem trpí (Berger & Gravillon, 2011; Coloroso, 2008; Dunovský, 1999; Elliot & Place, 2002; Matějček & Dytrych, 2002). Přicházejí jednak o společný život s oběma rodiči, a pak je také zpochybněn jejich původ. Pro děti je nepřijatelné, aby se rozvedli dva lidé, kteří mu dali život. Ztrácí tak část své identity, neboť všichni tři - otec, matka i dítě - tvořili jedno, které se nyní rozpadá (Berger & Gravillon, 2011). V této souvislosti považují za důležité upozornit na to, že mám na mysli rodinu, která před vznikem problémů mezi manželi či partnery alespoň relativně dobře fungovala a ve které se neobjevovaly takové

patologické jevy jako je například závislost na alkoholu či týrání nebo zneužívání dětí jedním z rodičů.

Na základě zkušeností z longitudinální studie, Wallerstein a Lewis (2004) docházejí k závěru, že se životy dětí rozvádějících se rodičů radikálně změnily téměř přes noc a poukazují na to, že rozvod není akutní stresor, ze kterého se děti zotaví, ale spíše je to "život transformující zkušenost".

Neexistuje věk, ve kterém by dítě rodinným rozvratem netrpělo. Jde jen o to, že se reakce dítěte v určitých obdobích vývoje jeho osobnosti liší podle věku i pohlaví (Berger & Gravillon, 2011; Matějček & Dytrych, 1994). Ať tedy rodiče chtějí či nikoliv, dítě je vystavováno zvláštnímu druhu psychické zátěže, jejíž důsledky nemusí být včas rozpoznány ani blízkými lidmi (Dunovský, 1999; Matějček & Dytrych, 1994). Warshak (2003) je naopak toho názoru, že rozvod nemusí děti nutně negativně zasáhnout. Ovšem pouze za předpokladu, že nebude pokračovat vzájemné nepřátelství rodičů. V tom případě pak totiž musí přihlížet vzájemnému boji rodičů a mnohdy jsou do tohoto boje nedobrovolně vtaženy jako spojenci. A nejhůře se jim podle Warshaka vede tehdy, když jeden z rodičů zahájí systematickou kampaň popouzení dítěte proti druhému rodiči.

2.3.1 Prožívání rozvodu v závislosti na věku

Již **miminko v děloze** vnímá veškeré emoce, které matka prožívá v souvislosti s rozvodem. Její fyziologické reakce na stres ovlivňují celé její tělo, tedy prostředí, ve kterém se nenarozené dítě vyvíjí (Coloroso, 2008).

Novorozenec a kojeneček velmi citlivě vnímá atmosféru, která v rodině vládne, i změny, které se v ní dějí. Na napětí pečující osoby či osob mohou reagovat pláčem (Šulová, 2005b), neklidem, změnou stravovacích návyků či somatickými obtížemi, například zažívacími problémy (Coloroso, 2008).

Batolata již více vnímají obsah slov a dovedou pochopit jednoduché souvislosti, například to, že jeden z rodičů bydlí doma a druhý má nový domov. Nedovedou ale

pochopit, proč k této změně došlo. Mohou reagovat vztekem, odmítáním spolupráce, trucováním atd. Může dojít též k regresi (Coloroso, 2008; Špaňhelová, 2010).

Předškolní děti prožívají ztrátu silně, avšak své emoce a to, jak na ně situace působí, nedokáží slovně vyjádřit. Svůj nepokoj mohou projevit pláčem, svůj strach zvýšeným hlasem a hněvivou grimasou v obličeji, svou nervozitu a smutek často skrývají za agresivní chování, šikanování ostatních dětí, trucování či cucání palce. Někdy se začnou v noci pomočovat. Děti se často vracejí k předchozí fázi vývoje – tato doba byla jednodušší a pochopitelná. Mohou se také upínat na jednoho člověka a hledat u něj bezpečí ve strachu, že je opustí i druhý rodič. Obecně jsou děti podrážděné a hůře spí a mohou se u nich také objevit problémy s příjmem potravy (Coloroso, 2008; Smith, 2004).

Děti mladšího školního věku začínají chápat důsledky rozvodu. Často se zlobí na oba rodiče a vztek si vybíjejí na tom rodiči, se kterým zrovna tráví čas. Obvykle touží po rodiči, který rodinu opustil, jsou smutní a třeba i pláčou. Takto staré děti jsou schopny vyjádřit své obavy, avšak protože se cítí zranitelné, mohou popřít, že se jich rozvod nějak dotýká, hrají si na silné a skrývají svou bolest. Mohou se i stydět za tuto situaci a vymýšlet proto různé příběhy, aby vysvětlily, proč spolu rodiče nežijí. Děti v tomto věku mají navíc sklon věřit, že je odcházející rodič odmítl, což způsobuje snížení sebeúcty, někdy i depresi a nezřídka se u nich vyskytuje i zhoršení školního prospěchu. Nesoustředí se totiž na školní povinnosti, neboť jejich pozornost se zaměřuje na domácí problémy. Děti se trápí kvůli rodičům, mají potíže s pozorností, snaží se rozvodu zabránit a obnovit rodinu. Jsou však děti, které ve škole nacházejí bezpečí a každodenní povinnosti jim dávají možnost odpoutat se od domácích starostí (Coloroso, 2008; Smith, 2004; Teyber, 2007).

U **dětí staršího školního věku** bývá hlavní reakcí hněv a vztek. Tyto děti se zlobí především na toho z rodičů, kterého považují za zodpovědného za „zničení rodinného klidu a bezpečí“, na které spoléhaly. Jsou schopné rozvod pochopit, ale jen zřídka se s ním smíří. Kromě hněvu prožívají také smutek, strach o rodiče, o sebe, nevědí, co se s nimi samotnými stane. Rozvod si zoufale nepřejí, touží po rodiči, který je pryč a cítí se bezmocně, že nedokážou ovlivnit obrovské změny, které se odehrávají v

jejich životě. Důsledkem těchto pocitů může být zhoršení školního prospěchu, konflikty s vrstevníky, výjimkou nejsou ani somatické projevy, například bolesti hlavy, břicha či nespavost (Coloroso, 2008; Elliot & Place, 2002; Teyber, 2007).

Dospívající lidé jsou velmi zranitelní, protože se rmoutí stejně jako děti, ale současně už začínají chápat svět dospělých. Rozvodu jsou schopni porozumět, ale protože mají spoustu vlastních starostí, raději by se jím nezabývali. Jejich pocity se velmi často mění a s pokračujícím dospíváním se mění i jejich představy o tom, co a proč se vlastně stalo. Své myšlenky a pocity často sdílí s blízkými kamarády, zatímco před dospělými se uzavírají. Někteří dospívající se v touze někam patřit dostávají do "špatné" party a mohou se pak dostat do konfliktu se zákonem. Jejich obavy se týkají jejich budoucího života – zda dokáží navázat důvěrné vztahy, zda budou někdy šťastní, nebo rovnou přísahají, že se nikdy neožení či nevdají (Coloroso, 2008; Elliot & Place, 2002; Smith, 2004; Teyber, 2007).

Malé děti často chápou rozvod lépe, než se běžně předpokládá. To dokládá studie, ve které se autoři Eblingová, Pruett a Pruettova (2009) snažili osvětlit povahu chápání rozvodu a souvisejících změn v rodině malými dětmi (věk 3,5 – 7,5). Většina těchto malých dětí definovala rozvod v termínech praktických změn v rodině. Čím byly děti starší, tím se jejich chápání přesouvalo z více nápadných rysů rozvodu k jeho hlubším příčinám. Většina dětí (více než ¾) vykazovala údaje o vyrovnání se se změnou vztahu rodičů, přesto však při pozorování bylo v jejich hře dostatečně vylíčeno přání rodičovského smíření. Prostřednictvím příběhů děti řekly, že rozvod (a následné změny v jejich každodenním životě) v nich zanechal pocit zranitelnosti a soužení, a doufají, že se vše vrátí do stavu soudržnosti v jejich rodinách.

2.3.2 Vnitřní reakce na rozvod

Existuje celá škála emocí, které můžeme spojit s prožíváním rozvodu rodičů dětmi. Různé děti projevují své emoce v odlišném pořadí a tyto projevy nejsou stejné. Mezi první reakce mnoha dětí patří **popření**, neboť to, čeho se tak bály, se nyní stává skutečností. Naděje, že se rodiče smíří, může někdy přetrvávat i mnoho let, přestože rodiče uzavřeli nový sňatek a založili novou rodinu. Děti, které vědí, že rozchod rodičů je trvalý, prožívají především **pocity ztráty a smutku**. Kromě ztrát hmatatelných, jako

jsou například ztráty či omezení styku v rodinných kruzích, ztráta původního bydlení, školy či kamarádů v důsledku stěhování, zažívají děti ztráty méně hmatatelné, avšak velmi zásadní jistoty - dítě přišlo o zázemí úplné rodiny, s obtížemi se dívá do budoucnosti a jeho sebevědomí rychle klesá. Smutek je patrně nejzřetelnější emocí, jakou prožívají děti rozvedených rodičů. Dávají jej najevo přímo pláčem nebo nepřímo jednáním. Situace může zajít až tak daleko, že se některé děti dostávají do stavu **deprese**, cítí se osaměle a opuštěně, jsou ustrašené, reagují emočním ustrnutím, zastaví se ve vývoji či se vrátí do předchozího vývojového stadia. Dočasně ztrácejí radost ze života a mají pocit, že všechno je špatné. Některé děti ztratí chuť k jídlu či mohou mít problémy se spánkem. **Pocit bezmoci** a nemožnosti ovlivnit důležité rodinné záležitosti má často přímou souvislost se vztekem. **Vztek** může být také zástěrkou **zoufalství** a smutku, jež by mohly být příliš drtivé, kdyby je dítě dalo najevo (Smith, 2004). Děti rozvedených rodičů velmi často prožívají **pocity viny** za to, že se rodiče nemají rádi a rozcházejí se. Nevědomky přebírají odpovědnost za tuto událost, a protože se považují za původce rozchodu rodičů, mají pocit, že mohou bezpochyby všechno urovnat. Tím, že byly "zlé", katastrofu vyprovokovaly, tudíž jestliže budou "hodné", dokážou snad situaci zvládnout. Toto sebeobviňování může u dětí po rozvodu přetrvávat i řadu let. Důsledkem bývají někdy až dojemné snahy dítěte dávat rodiče dohromady (Berger & Gravillon, 2011; Plaňava, 1994a; Teyber, 2007). Mnohé děti prožívají **strach** - bojí se opuštění i druhým rodičem, bojí se toho, že se otec nebo matka opět ožení či vdá a začnou nový život bez nich, bojí se budoucnosti či je tíží starosti dospělých. Některé děti mohou **závidět** dětem z úplných rodin (Smith, 2004). Problémem pro děti může být přiznání rozvodu rodičů před ostatními lidmi, neboť by musely přiznat, že vyrůstají v prostředí, kde není všechno v úplném pořádku (Berger & Gravillon, 2011). Mají-li si děti vybrat pouze jednoho rodiče, upadají do spárů **konfliktu loajality**, který je pro ně trýznivý, protože blízkost s jedním rodičem znamená zradit toho druhého. Rozvádějící se rodiče by měli dětem umožnit blízký vztah s nimi oběma (Teyber, 2007).

2.3.3 Vnější reakce na rozvod

Vnější projevy toho, co děti prožívají v průběhu rozvodu, mohou být pro dospělé obtížně srozumitelné. V jednu chvíli mohou být děti radostné, avšak za chvíli pláčou a utápějí se ve smutku. Zanedlouho přijde další změna a děti jsou vzpurné. Některé děti se

zase projevují lhostejně, čímž mohou zakrývat hluboký smutek pramenící z neschopnosti vyjádřit vlastní pocity. Častým vnějším projevem stresu z rozvodu jsou u dětí psychosomatické příznaky, například bolesti, poruchy spánku a kožní vyrážky. Některé děti zase koušou a kopají, u jiných se objeví problémy s příjmem potravy - některé nechťejí jíst, jiné se přejídají atd. (Smith, 2004).

Ve zdravé rodině se dospělí starají o děti a vedou je; děti jejich péči přijímají a poslouchají. Rodiče v dobře fungující rodině - ať už se jedná o rodinu s jedním rodičem, úplnou rodinu nebo rodinu s nevlastním rodičem - mají jasně stanovenou hranici mezi záležitostmi dospělých (funkce a odpovědnosti) a dětí. Tento model rodinného života se však po rozvodu neztídka rozpadá. V rodinách vedených jedním rodičem často nastává situace nejasného odlišení rolí dospělého a dítěte; hranice mezi generací dospělých a dětí bývá zastřena. Děti se ujímají povinností dospělých, případně se snaží naplnit citové potřeby rodičů, až se role dítěte a dospělého někdy obrací. Tato výměna rolí se nazývá "*parentifikace*" ("zrodičovštění"). K obrácení rolí dochází několika různými způsoby. Dítě například přebírá tolik domácích povinností, až se prakticky stává rodičem. Může jít o příliš časté hlídání sourozenců, úklid, vaření, výchovu mladších dětí atd. Méně nápadně, avšak častěji, dochází k výměně rolí při přebírání pocitu odpovědnosti za citové potřeby rodičů. Takové děti však pečují o své rodiče na úkor naplňování vlastních potřeb (Teyber, 2007).

2.4 Dlouhodobé dopady rozvodu na děti

Dosud jsem se věnovala krátkodobým účinkům rodičovského rozvodu na dětskou psychiku a nyní se zaměřím na problematiku vlivu rozpadu primární rodiny na dospělý život jedince.

Vědci se shodují v tom, že existují rozdíly v adaptaci (life adjustment) a psychické pohodě (psychological well-being) mezi dětmi z rozvedených rodin (children of divorce) a dětmi z úplných rodin (intact families), avšak již mezi nimi nepanuje shoda ve velikosti těchto rozdílů a délce jejich trvání (Amato, 2000; Amato, 2003). V posledních letech přicházejí některé studie s názorem, že tyto rozdíly jsou menší a v některých případech netrvají tak dlouho, než jak se dříve předpokládalo. Existují zde

tedy dvě strany jedné mince, kdy na jedné straně jsou ti, kdo rozvod vnímají jako jeden z významných zdrojů sociálních a dalších problémů, a na druhé straně jsou ti, pro které je rozvod zdrojem spíše benigních vlivů, a který nabízí dospělým novou šanci na štěstí a dětem vysvobození z „dysfunkčního a averzivního rodinného prostředí“ (Amato, 2000). I přes tyto rozdílné názory není pochyb o tom, že je rozvod rizikovým faktorem pro vznik psychických problémů v dětství i dospělosti (Amato, 2003).

Amato a Keith (1991a) popisují tři teoretické pohledy, kterými byly vysvětleny vlivy rozvodu na děti: *rodičovská ztráta*, *ekonomická deprivace* a *rodinný konflikt*.

❖ **Parental Absence Perspective** (Rodičovská ztráta)

Tento první pohled předpokládá, že úbytky well-beingu³ zažívají děti z rozvedených rodin kvůli ztrátě rodiče jako vzoru, zdroje emocionální podpory a praktické pomoci a dohledu. Děti, které přišly o rodiče z důvodu jeho smrti či rozvodu rodičů, vykazují nižší úroveň well-beingu než děti z intaktních rodin. Avšak analýza rovněž ukazuje, že děti z rozvedených rodin mají nižší hladinu well-beingu než děti, kterým jejich rodiče zemřeli. Autoři z toho vyvozují závěr, že musí existovat další mechanismus pracující v rozvedených rodinách, který snižuje well-being dětí, jiný než ztráta rodičů.

❖ **Economic Disadvantage Perspective** (Ekonomická deprivace)

Druhá teoretická perspektiva předpokládá, že problémy dětí z rozvedených rodin mají svůj původ v ekonomickém strádání spojeném s životem v neúplné rodině. To by vedlo k hypotéze, že well-being těchto dětí bude posílen s uzavřením nového manželství pečujícího rodiče z důvodu zlepšení finanční situace, avšak pro tuto hypotézu se nenašlo dostatek důkazů.

³ Pojem well-being je v definici zdraví podle WHO zakotven jako „stav úplné tělesné, duševní a společenské pohody“. Jedná se o poměrně široký pojem, který je v české terminologii spojován především s dimenzí duševní pohody (Kebza & Šolcová, 2003). Autoři Kebza a Šolcová (2003) užívají český ekvivalent „osobní pohoda“. Křivohlavý (2004) na základě doslovného překladu „kdy je mi dobře“, používá český výraz „životní pohoda“.

❖ **Family Conflict Perspective** (Rodinný konflikt)

Třetí hledisko předpokládá, že rozvod ovlivňuje děti především z důvodu konfliktu, který probíhá před rozvodem a přetrvává mnohdy i v porozvodovém období. Hypotéza, že i děti z intaktních, avšak konfliktních rodin vykazují podobné problémy jako děti z rodin rozvedených, byla potvrzena. Tedy tato perspektiva získala na základě analýzy silnou podporu oproti podpoře předchozích perspektiv. Ve skutečnosti vykazují děti z intaktních konfliktních rodin ještě nižší úroveň well-beingu než děti z rozvedených rodin.

Lansford (2009) také označil rodičovský konflikt jako důležitý prostředník mezi rozvodem rodičů a problémy s adaptací dětí. I když Lansford uvádí, že děti z rozvedených rodin vykazují v průměru horší adaptaci, zastává názor, že většina z nich nemá dlouhodobé negativní následky.

Naopak Portnoy (2008) na základě poznatků sdílí názor, že rozvod rodičů může jejich dětem způsobit problémy pokračující až do dospělosti a ovlivňující i jejich vlastní manželství. A i když se tyto děti z rozvodu svých rodičů zotaví, nesmaže se tím náročné období spojené se změnami v uspořádání života, kterým si děti prošly. Ross a Mirowsky (1999) také zastávají názor, že negativní vlivy rozvodu trvají až do dospělosti. Podle výsledků jejich studie, děti z rozvedených rodin obecně vykazují **horší studijní výsledky** než děti z intaktních rodin, mají **nižší úroveň vzdělání a nižší pracovní postavení a příjmy** (Ross & Mirowsky, 1999). K tomuto poznatku došli také Amato (2000), Amato a Booth (1991), Amato a Keith (1991c), Kelly a Emery (2003) i Lansford (2009).

Ross a Wu (1995) uvádějí, že vysoká úroveň dosaženého vzdělání zlepšuje zdraví přímo i nepřímo, a to prostřednictvím práce, ekonomických podmínek, sociálně-psychologických prostředků a zdravého životního stylu. Vzdělání pozitivně ovlivňuje pocit spokojenosti, přispívá k pocitu sebedůvěry a poskytuje dovednosti, které pomáhají zvládat těžkosti života. Z výše zmíněných studií potvrzujících nižší úroveň vzdělání dětí z rozvedených rodin můžeme usuzovat na jejich **menší spokojenost a sebedůvěru**. Tento závěr potvrzuje Amato (2003) když říká, že dospělé děti z rozvedených rodin mají tendenci pociťovat méně spokojenosti se svým životem, mají nižší sebevědomí a

dále se u nich vyskytuje vyšší míra deprese a úzkosti. **Vyšší úroveň deprese** koreluje dle Rosse a Mirowskyho (1999) se složitými ekonomickými podmínkami.

Odborníci se dále shodují v tom, že rozvod rodičů s sebou přináší **problémy v interpersonálních vztazích** (Lansford, 2009; Ross & Mirowsky, 1999). Ve vztazích dětí z rozvedených rodin se častěji vyskytují konflikty (Hetherington, 2003; Teyber, 2007), což Hetherington (2003) přisuzuje deficitu zkušeností v oblasti řešení konfliktů a vztahových schopností jako důsledku rozvodu jejich rodičů. Děti z rozvedených rodin často pociťují strach, že jejich milostné vztahy se nezdaří (Teyber, 2007; Wallerstein & Lewis, 2004). Tento strach podle Wallersteina a Lewise (2004) prožívají i ty děti, které zůstávají po rozvodu v kontaktu s oběma rodiči. Autoři z toho usuzují na potřebu dětí mít vzor toho, jak probíhá fungující vztah mezi mužem a ženou. Potřeba vnitřního obrazu rodičů, jako dobře fungujícího páru, je důležitá pro každé dítě během jeho vývoje. Dle Amata a Boothe (1991) jsou děti z rozvedených rodin později ve vlastním manželství nespokojeny. Na obtíže v intimních vztazích těchto dospělých, včetně **nižších úrovní manželské spokojenosti** a další rozvody poukazuje také Amato (2003). Stejně tak Ross a Mirowsky (1999) uvádějí, že kromě toho, že tyto děti častěji vstupují do manželství mladí, zažívají především více rozvodů a nových manželství, a častěji jsou v nešťastném vztahu. Ve vztazích jsou také žárlivější, hůře kontrolují hněv, o problémech nekomunikují, zkrátka svá manželství rozbíjejí (Amato & Keith, 1991b; Amato & Keith, 1991c). Jejich vztahy jsou ovlivněny jejich vlastní nejistotou (Davies & Cummings, 1994; Hetherington, 2003).

Patrné jsou i rozdíly v inklinaci k užívání drog a v sexuální aktivitě mezi dětmi z rozvedených rodin a dětmi z rodin intaktních. Kirby (2002) ve své studii došel k závěru, že adolescenti z rozvedených rodin **častěji kouří** a s větší pravděpodobností **užívají drogy a alkohol**. Dívky, jejichž rodiče se rozvedli v jejich dětském věku, jsou **časněji sexuálně aktivní** (Kirby, 2002; Teyber, 2007), mají více sexuálních partnerů, jsou častěji předčasně těhotné a dříve opouštějí domov (Hetherington 2003).

Existuje i jistá větší pravděpodobnost u dětí z rozvedených rodin, že se dopustí **kriminálního činu** (Hetherington, 2003), že budou mít častější problémy s chováním ve směru k agresivitě (Kirby, 2002).

Rozvod rodičů a jejich nové manželství mají významné následky na stabilitu dětí v souvislosti s **domovem**. Jde o následek stěhování, často do podstatně chudších oblastí. Stěhování souvisí s negativním důsledkem rozvodu na rodinné příjmy (South 1998).

Laumann-Billings a Emery (2000) přicházejí s důležitým zjištěním v souvislosti s často se vyskytující absencí otců po rozvodu. Na základě výzkumu docházejí k závěru, že v rané dospělosti téměř jedna třetina dětí pochybuje, **zda je jejich otcové vůbec někdy milovali**. Mnoho účastníků tohoto výzkumu vinilo své otce z rozvodu a souvisejících rodinných problémů, a pociťovalo pokračující hněv na své otce. Kromě toho, tito jedinci uváděli pocity ztráty či zklamání, že se jejich otcové málo zapojovali do jejich životů, a vnímali vliv nedostatku tohoto kontaktu na jejich dětství a jejich vývoj. Asi tři čtvrtiny z nich věřily, že by byly bývaly jinými lidmi, pokud by se jejich rodiče bývali nerozvedli. Na pozitivní význam dostatečného kontaktu a vysoké kvality rodičovství ze strany nepečujícího rodiče (zpravidla otce) pro well-being dětí poukazují i Amato a Gilbreth (1999). Dodávají, že kvalita času stráveného s dětmi je důležitější než množství, i když tento aspekt také není bezvýznamný. Teyber (2007) podobně uvádí, že v dospělosti může **přetrvávat zloba** dětí na svého rodiče, který odešel od rodiny, **či smutek**, neboť jim rodič, od něhož byli po rozvodu odloučeni, chybí.

Odchod otce způsobuje dětem, synům i dcerám, problémy, které mají vliv i na jejich životy v dospělém věku. Chlapci **ztrácí vztaznou osobu**, se kterou by se mohli ztotožnit. Teyber (2007) přisuzuje zásadní význam sníženému výskytu otce v životě dětí v souvislosti se vznikem výše zmíněných problémů (agresivita chlapců v pozdějším věku, tendence k časnému uzavírání sňatku, který nešťastka opět vede k rozvodu, problémy v milostných vztazích atd.).

Amato (2001) dochází k závěru, že rozvod má podobné účinky na chlapce i dívky. Obecný názor, který dříve panoval, že chlapci jsou více náchylní k problémům s chováním než dívky a rozvod tyto problémy může zhoršit, potvrzen nebyl. Amato vnímá vliv pohlaví pouze v oblasti sociálních vztahů, kde byl zjištěn větší negativní vliv rozvodu na chlapce.

Děti, které byly „parentifikovány“, mohou začít jako dospělí svému rodiči **zazlívát, že je využil a připravil o dětství**. Do dospělosti si přenášejí pocit

nepřiměřené zodpovědnosti za ostatní a pocit viny jim přináší dokonce i uspokojování vlastních potřeb. Dělá jim problém říci ne. Vyrostly s pocitem odpovědnosti za život druhých, cítí, že se musejí postarat o rodiče, proto se v dospělosti nechtějí této kontroly vzdát. Bývá pro ně obtížné dělit se o pracovní povinnosti, přestože jim zároveň vadí, že všechno musejí dělat sami. Mívají problémy i v milostných vztazích (Teyber, 2007).

Se zajímavým závěrem přichází Warshak (1996): **děti ve výhradní péči rodiče stejného pohlaví** – tedy chlapci v péči otců a dívky v péči matek – byly přizpůsobeny lépe než děti ve výhradní péči rodiče opačného pohlaví. Není překvapivé, že v rodinách s výhradní péčí matky mají dívky méně problémů než chlapci; psychologové se vždy domnívali, že chlapci se hůře přizpůsobují rozvodu rodičů a že jde o důsledek této skutečnosti. Podle výsledků Warshakova výzkumu je však tato domněnka nesprávná. Není to rozvod jako takový, který činí situaci obtížnější chlapcům než dívkám. Příčinou je výhradní péče matky. Chlapci žijící po rozvodu s otci nemají problémy, které jsou tak charakteristické pro chlapce žijící s matkami. Na druhé straně dívky žijící po rozvodu s otci mají více problémů než dívky žijící s matkami. Děti ve výhradní péči rodiče shodného pohlaví – ve srovnání s dětmi ve výhradní péči rodiče opačného pohlaví – byly posuzovány jako zralejší, více společenské, více spolupracující a samostatnější. Byly méně úzkostné, méně náročné a měly více sebeúcty. Tyto děti byly více vyrovnané se sebou a se světem. Pohlaví dítěte je faktorem, který by měl mít významnou váhu v rozhodování o porozvodové péči.

Na závěr uvádím výsledky metaanalýzy Bausermana (2002), které vycházejí ze 33 výzkumů, zaměřujících se na děti v péči jednoho rodiče (matky nebo otce) a děti ve společné péči, včetně srovnání s dětmi v úplných rodinách. Srovnání zjistilo celkem 140 ukazatelů tělesného a duševního zdraví, rodinných vztahů, adaptovaného chování, emoční adaptace, školních výsledků, sebeúcty a traumatizace rozvodem, v nichž se děti významně lišily dle druhu péče. Autor je shrnul pod pojmem celkové adaptace. Všechny výzkumy konzistentně zjistily, že:

- ❖ **Děti ve společné (střídavé) péči obou rodičů jsou významně lépe adaptovány ve všech ukazatelích - tělesné a duševní zdraví, rodinné vztahy, behaviorální a emoční adaptace, sebeúcta – než děti v péči jednoho rodiče;**

❖ **Adaptace dětí ve společné (střídavé) péči obou rodičů se neliší od dětí v úplných rodinách.**

Ze závěrů výzkumů vyplývá, že společná péče je pro děti výhodná, protože usnadňuje trvalé pozitivní spojení s oběma rodiči. Je důležité zdůraznit, že pohlaví rodiče nemělo na hodnocení typu péče vliv. Také Warshak (1996) se zabýval touto otázkou a došel na základě výzkumu k závěru, že děti ze společné péče vykazují vyšší míru sebeúcty – mají o sobě lepší mínění. Vědí, že jejich otec je stále aktivně zapojen do jejich života, i když s nimi již nebydlí. Nemají pochybnosti, že trápí mnoho dětí ve výhradní péči matky, které si vysvětlují relativní nezájem otce tím, že obviňují samy sebe. Děti ze společné péče byly se svým porozvodovým uspořádáním více spokojeny.

Lansford (2009) zdůrazňuje, že ne všechny děti prožívají to samé před a po rozvodu a že to, co se zpočátku jeví jako účinky rozvodu, je pravděpodobně komplex vlivů v souvislosti s rozvodem přicházejících od rodičů, dětí i různých vnějších faktorů, které předcházejí rozvodu a následují po něm.

Rozvod rodičů prožívají děti různým způsobem, jak po stránce emocionální, tak i na úrovni chování. Toto prožívání je ovlivněno mnoha faktory. Ve většině případů však děti nemají z rozvodu radost, tudíž jej prožívají negativně. Rozvod pro ně totiž představuje stresovou situaci, která má značný vliv na jejich životy, a přináší s sebou mnoho změn, což vyvolává otázku, jak se s tímto životním převratem děti vypořádají. A právě o způsobech, jakými se děti vyrovnávají se situací rozvodu, bude pojednávat následující kapitola.

3. ZVLÁDACÍ STRATEGIE PŘI ZKUŠENOSTI ROZVODU

Ústřední otázkou této práce je: Jak děti zvládají rozvod svých rodičů? A právě touto problematikou se budu zabývat v této kapitole. Nejdříve představím způsoby vyrovnávání se se stresem na obecné úrovni. Dále budu pojednávat o vnitřních neboli osobnostních zdrojích a vnější, sociální opoře, které se významně podílejí na zvládnání stresu. Následně přejdu k tématu rozvodu z hlediska jeho zvládnání dětmi.

3.1 Zvládání stresových situací obecně

Každý jedinec se ve svém životě setká s mnoha situacemi, které pro něj představují zdroj stresu. V průběhu života se učí zvládat tyto situace a osvojuje si techniky, které mu to umožňují. Ty se pak stávají jeho osobnostní výbavou (Hošek, 1999).

3.1.1 Způsoby zvládnání stresu

Při prožívání stresu se nabízí mnoho cest, jakými se člověk může vydat, aby zmírnil tento nepříjemný stav. Jednou možností je snažit se vlastní činností řešit problém. Jinou variantou je snaha podívat se na problém jinými očima, rekonstruovat svůj náhled na věc a případně změnit svůj postoj. Další možností je vypustit problém z hlavy a nezabývat se jím, přičemž můžeme uplatnit různé obranné mechanismy. První z uvedených strategií zvládnání se nazývá **zaměření na problém** (problem-focused strategies), kdy si člověk sestaví plán kroků, které vedou k řešení problému, a podle něj koná. Druhou strategií je **zaměření na emoce** (emotion-focused strategies), při kterém jedinec usiluje o přehodnocení významu stresové situace (Baumgartner, 2001; Holahan & Moos, 1987). Tyto dvě strategie tvoří typologii copingových procesů vytvořenou Lazarusem a Folkmanovou (podle Holahan & Moos, 1987), kteří vnímají "*coping*" jako stabilizační faktor, který může člověku pomoci udržet si psychosociální adaptaci během stresových období. Třetí strategie je defenzivní, jedná se o **orientaci na únik**, při kterém člověk zapomene na problém, nepřipouští si ho (Baumgartner, 2001).

Vágnerová (2004a) ve své knize rozlišuje způsoby vyrovnávání se zátěžovými situacemi podle toho, zda jsou vědomé či neuvědomované. Vědomou formu představuje výše zmíněný coping a neuvědomovanou formou jsou potom *ego-obranné mechanismy*.

V psychologické literatuře je problematika zvládnání stresu označována termínem "*coping*". Toto zvládnání můžeme chápat jako proces řízení vnějších i vnitřních faktorů, které člověk ve stresu vnímá jako ohrožující jeho zdroje (Lazarus, 1966). Existují i další termíny pro označení tohoto procesu, například "moderování stresu" či "stress management", neboli řízení dění, kterým se snažíme nepříjemný stav stresu změnit (Křivohlavý, 2001). Někteří autoři hovoří o copingu v souvislosti s působením nadlimitní zátěže neboli zátěže mimořádně silné a mimořádně dlouhotrvající (Baumgartner, 2001; Křivohlavý, 2001; Mlčák, 1999). Podle jiných autorů (Holmes & Rahe, 1967; Mareš, 2001) se za zátěžové situace považují i běžné, každodenní nepříjemnosti, dokonce i radostné události, které ale znamenají určitou změnu v dosavadním chodu života a vyžadují si tedy proces adaptace či zvládnání. Kohn (1996) vnímá zvládnání zátěže jako vědomé adaptování se na stresor, za který považuje jak každodenní potíže, tak závažné negativní události.

Mezi ego-obranné mechanismy se řadí například popření, potlačení a vytěsnění, fantazie, racionalizace, sublimace, regrese, identifikace, substituce, projekce a rezignace (Vágnerová, 2004a). V této práci však tuto problematiku dále nerozebírám, neboť pro toto téma postačí krátké pojednání o vědomé formě vyrovnávání se stresem – o copingu.

Schopnost přizpůsobit se změnám v životě a vyrovnat se s nimi je základní charakteristikou dynamiky lidské existence. Každý člověk se s nastalými problémy vyrovnává jinak. To, co různé lidi odlišuje v tomto vyrovnávání, je celková strategie zacházení s vlastními silami a s nabízenými možnostmi (Jedlička, Klíma, Kořa, Němec, & Pilař, 2004). Jak píše Eis (1994), lidé s nesprávným stylem vyrovnávání se s životními událostmi prožijí více životních krizí než "ti druzí".

Při moderování stresu hraje roli řada různých faktorů. V literatuře se setkáváme s následujícími kategoriemi významných proměnných (Křivohlavý, 2001; Ruiselová, 2000):

- ❖ **Osobní zdroje** zahrnují osobnostní charakteristiky lidí, napomáhající zvládnání zátěže, či strategie zvládnání.
- ❖ **Sociální zdroje** představují mezilidské vztahy a sociální oporu.

Hoskovicová (2004b) popisuje faktory *rizikové* a *ochranné*, které svou mírou vyváženosti určují odolnost dítěte vůči zátěži. *Vnitřní rizikové faktory* (vulnerabilita neboli zranitelnost) zahrnují například genetické dispozice, úroveň aktivity, utišitelnost a inteligenci. *Vnější rizikové faktory* (stresory) zase obsahují socioekonomickou situaci rodiny a rodinnou zátěž, například hádky mezi rodiči, nepříznivé životní události, přílišné nároky na dítě ze strany rodičů atd. *Vnitřní ochranné (protektivní) faktory* představují příznivý temperament dítěte, úzký vztah k jedné dospělé osobě, vnímaná osobní účinnost při zvládnání zátěže a schopnost řešit problémy. A *vnějšími ochrannými (protektivními) faktory* jsou sociální opora poskytovaná širší rodinou, přáteli či obcí a pozitivní rodinné klima. Dítě, které se narodí s pevným nervovým systémem a příznivým temperamem, jemuž se vychovatelé dítěte snadno přizpůsobují a získá základní důvěru díky vytvoření pevného vztahu s pečující osobou, většinou s matkou, pak může úspěšně zvládnout i extrémní zátěžovou situaci.

3.1.2 Osobnostní charakteristiky, které pomáhají při zvládnání stresu

Existuje řada osobnostních charakteristik, které mají vliv na řešení stresových situací. Některé z nich přispívají k úspěšnému zvládnutí situace, jiné tuto situaci člověku ještě ztěžují. Zaměřuji se především na charakteristiky, které člověku pomáhají stresovou situaci zvládat, a mohou mít i pozitivní vliv na zvládnání stresu v průběhu rozvodové situace. V češtině v této souvislosti mluvíme o *nezdolnosti*.

Nezdolnost v pojetí hardiness

S pojetím houževnaté (tuhé) osobnosti (hardiness) přichází Kobasová se svými spolupracovníky na konci 70. a na začátku 80. let. Tato osobnost se vyznačuje třemi dominantními rysy:

- ❖ **Kontrola** neboli uvědomovaná vlastní schopnost řídit chod dění souvisí se sebedůvěrou člověka, že může pozitivně ovlivnit průběh zátěžových situací.

- ❖ **Závazek** představuje cílově zaměřenou životní orientaci, oddanost a osobní angažovanost, což umožňuje těmto lidem chápat účel svého snažení i v zátěžových situacích.
- ❖ **Výzva** umožňuje člověku, aby zátěžovou situaci vnímal jako podnět k řešení. Změny v životě jsou těmito jednotlivci vnímány jako jeho součást a jako něco, co testuje jejich adaptační schopnosti (Hošek, 1999; Křivohlavý, 2001).

Jak uvádí Křivohlavý (2001), lidé dosahující vyšších hodnot v dimenzi tuhosti, jsou tělesně i psychicky zdravější, používají častěji účinnější a aktivnější strategie řešení problémů a častěji vyhledávají a využívají sociální opory atd. Největší význam připisuje Křivohlavý prvnímu rysu, kterým je kontrola coby uvědomovaná vlastní schopnost řídit chod dění v souvislosti se svou osobou a osobními potížemi.

Nezdolnost v pojetí koherence

Antonovsky použil pro osobnostní rys u nezdolných jedinců název „koherence“ neboli "vědomí souvztažností" (anglicky Sense of Coherence, zkr. SOC) (Hošek, 1999; Křivohlavý, 2001). Tato globální orientace člověka má tři komponenty:

- ❖ **Srozumitelnost** - člověk vnímá okolní svět jako uspořádaný, rozumí mu, má v něj důvěru a umí pochopit všechny nastalé zátěžové situace. Přijímá "pravidla hry" tohoto světa.
- ❖ **Zvládnutelnost** se týká vnímání vztahu mezi vlastními možnostmi (schopnostmi, dispozicemi) a nároky okolí (požadavky situací). Souvisí se sebevědomím a aspirační úrovní, přičemž jedinec vnímá náročné situace jako zvládnutelné.
- ❖ **Smysluplnost** – člověk vidí smysl v problémech, které nastaly, a proto z jeho pohledu stojí za to investovat určitou energii a čas do jejich řešení (Hošek, 1999).

Locus of Control

Rotter (1966) experimentálně ověřil koncept "místo kontroly" (Locus of Control, zkr. LOC). Podle tohoto konceptu je zásadní to, do jaké má jedinec věci pod kontrolou. Rotter rozděluje jedince na lidi s *interním čili vnitřním* LOC, kteří disponují osobním ohniskem řízení vlastní činnosti, a lidi s *externím čili vnějším* LOC, které je mimo daného člověka. Lidé s interním LOC vycházejí z vlastních schopností, možností a dovedností, ze své vlastní iniciativy, avšak lidé s externím LOC očekávají řešení situace z vnějšku. Experimentace i praxe potvrzují, že lokalizace kontroly skutečně ovlivňuje průběh čelení zátěžovým vlivům.

Nezdolnost v pojetí resilience

Termín "resilience" použila vývojová psycholožka E. Werner, která studovala děti z velmi chudých poměrů na ostrově Kauai, kterým se podařilo nepříznivé podmínky překonat (Hoskovcová, 2003). Termínem "resilience" se rozumí houževnatost, nezlomnost, pružnost čili schopnost rychle se vzpamatovávat apod. Lidé s touto osobnostní charakteristikou se nedají a úspěšně zvládají náročné životní situace (Křivohlavý, 2001). Šolcová (2009) poukazuje na to, že úspěšné překonání jednoho typu zátěže neznamena úspěšné překonání jiného typu, resilience je tedy diferencovaná, což potvrzuje i Rutter (1987), když říká, že nikdo není obdařen absolutní odolností (resistance). Z jeho pohledu jde o víceúrovňový jev, který se liší interindividuálně, situačně, nachází svůj zdroj jednak v jedinci, jednak v sociálním kontextu a podléhá vývoji stejně jako jiné charakteristiky.

Na základě výzkumu Wernerové na ostrově Kauai, popsaly Wernerová a Smithová (podle Šolcová, 2009, p. 30) tři skupiny protektivních faktorů, které rozlišovaly mezi dětmi s vysokou a nízkou resiliencí:

- ❖ **Alespoň průměrné kognitivní dovednosti spolu s dispozicí k příjemnému a sociabilnímu jednání, které vyvolává vstřícnou reakci ze strany ostatních osob;**
- ❖ **Laskavé a vřelé vazby s dospělými, které stály za vznikem důvěry dětí, jejich autonomie a iniciativy;**

- ❖ **Schopnost navázat kontakt se školním prostředím a s podpůrnými občanskými organizacemi, jako je církev, mládežnické skupiny a jiné mimoškolní organizace, a opírat se o ně.**

Důležité se ve výzkumu výše uvedených autorek ukázalo, byly-li dobří čtenáři, měly-li dobrý vztah ke škole a vzdělání a také měly-li nějakou zálibu či koníčka (Šolcová, 2009).

Langmeier a Matějček (podle Matějček & Dytrych, 1998, p. 100) našli ve svých studiích věnovaných psychické deprivaci určitá „záchytná“ místa (záchytné okolnosti, záchytné činitele), „jejichž vlivem a pomocí bylo možno psychickou deprivaci zastavit a přimět k ústupu“. Jedná se o následující záchytné okolnosti:

- ❖ **Uplatnění intelektových schopností dítěte ve školní práci.** Toto „uplatnění“ nezávisí jenom na úrovni obecné inteligence, ale i na snaze dítěte o vyniknutí, ambicích, průbojnosti a dalších vlastnostech.
- ❖ **Uplatnění individuálních schopností a dovedností v dětské skupině.** Z toho pak plyne přijetí dětskou skupinou a dosažení přijatelného místa v ní (sport, technické obory, kroužky, hudba aj.)
- ❖ **Uplatnění tělesné zdatnosti, síly, obratnosti.** Společenská hodnota tělesné zdatnosti významně stoupá zvláště u chlapců v tzv. středním školním věku – je podstatnou složkou tvořící se „mužské identity“. Podobně je tomu u dívek s tělesným zjevem, elegancí projevu, „ženskostí“ chování.
- ❖ **Volba vhodného zaměstnání a úspěšné uplatnění se v něm.** Pracoviště, jakožto nové významné prostředí se svým socializačním vlivem.
- ❖ **Vyspívající sexualita, erotické prožívání v době adolescence.** Zamilování a z toho plynoucí sebe-vědomí.
- ❖ **Manželství, manželské soužití, vliv manželského partnera, jeho „opora“ nebo i vedení.**
- ❖ **Rodičovství – zkušenosti z těhotenství, kontakt s dítětem, „probouzení“ mateřských a otcovských postojů, „sdílení“ péče o dítě s někým citově zralým a kompetentním.**

Autoři konstatují, že se jimi formulované záchytné okolnosti objevily „vždy znovu a s větší určitostí“ (Matějček & Dytrych, 1998, p. 100) i v jejich pozdějších studiích.

Z výzkumu Fullera (podle Šolcová, 2009, p. 34-35) vyplynuly faktory, které jsou důležité pro resilienci adolescentů. Jsou jimi:

- ❖ **Pocit přináležení (belonging) k rodině a společnosti;**
- ❖ **Vazby/propojenost (connectedness) s vrstevníky;**
- ❖ **Vhodná škola (fitting in at school);**
- ❖ **Pocit, že je jedinec v rodině milován;**
- ❖ **Mít někoho dospělého mimo rodinu, který se o mladého jedince v pozitivním smyslu zajímá.**

Shelton a Harold (2007) se ve svém výzkumu zaměřují na identifikaci intervenčních strategií zaměřených na zlepšení zvládnání rodičovských konfliktů dětmi. Jejich výzkum naznačuje, že použití *rozptýlení* (=činností, které odvádějí pozornost dítěte od problému) je chrání před depresivními symptomy a zdravotními problémy.

Význam rozptýlení potvrzuje i Šolcová (2009), která zdůrazňuje protektivní vliv *pohybové aktivity*, jejíž nepřímý účinek spočívá v tom, že pohyb umožní například odklon od stresujících myšlenek. Dále nezapomíná uvést často opomíjený protektivní faktor, kterým je *domácí zvíře*. Ničím nepodmiňovaná láska domácího zvířete a jeho ochota kdykoliv dítěti naslouchat z něj činí významnou sociální sílu, která může jedinci nahradit chybějící vztahy.

Vnímaná osobní zdatnost (self-efficacy)

Z psychologických výzkumů vyplývá, že důležitý moment při zvládnání náročných životních situací představuje subjektivní představa vlastní schopnosti kontrolovat (řídit) průběh situace, ve které se daná osoba nachází. Tato charakteristika se nazývá vnímaná osobní účinnost a autorem tohoto konceptu je A. Bandura. Pocit, že člověk je schopen řídit chod dění, byl vždy spojován s představou lepšího zvládnání

životních těžkostí (Bandura, 1977), neboť tito jedinci jsou aktivnější při čelení ohrožujícím nepříznivým životním vlivům. Kromě toho vykazují vyšší úroveň duševního zdraví, jsou úspěšní v životě a zastávají lepší postavení ve společnosti. Naopak lidé s nízkou vnímanou osobní účinností bývají psychicky zranitelnější.

Další osobnostní zdroje

Do stejné skupiny kladných osobnostních zdrojů patří také tzv. *dispoziční optimismus*, který Scheier a Carver (1985) popsali jako osobnostní charakteristiku lidí, kteří obecně očekávají kladný výsledek probíhající situace, které jsou účastni. Také *kladné sebehodnocení* může ovlivnit zvládání těžkostí, neboť lidé s vysokou mírou sebehodnocení jsou zvědavější, spokojenější a mají méně vnitřních konfliktů. Jsou také obvykle úspěšnější a častěji dosahují cílů, které si stanovili, což opět zvyšuje míru jejich sebehodnocení. Jsou tedy odolnější při zvládání těžkostí (Ellison, podle Křivohlavý, 2001). Další osobnostní charakteristikou, která má pozitivní vliv na zvládání stresu, je například *sebedůvěra* (Holahan & Moos) atd.

Jedním z nejdůležitějších pozitivních faktorů, který moderuje vliv nepříznivých životních událostí na psychický i fyzický zdravotní stav člověka, na jeho pohodu (well-being) a na kvalitu jeho života, je sociální opora (Křivohlavý, 2001; Šolcová & Kebza, 1999), o které budu pojednávat nyní.

3.1.3 Sociální opora

Pro pochopení funkce sociální opory má klíčový význam tzv. teorie připoutání (attachment), kterou formuloval anglický psycholog J. Bowlby. Termínem „připoutání“ (attachment) vyjadřuje Bowlby (2010) pevnou a trvalou sociální vazbu jednoho člověka k druhému a z toho plynoucí lpění jednoho na druhém. Tento jev se netýká jen vztahu dítěte a matky, ale byl zjištěn i u vztahu mezi sourozenci. Další studie ukázaly, že u dospívajících a dospělých nabývá faktor sociálního připoutání na významu (Hoskocová, 2003).

Prostřednictvím sociálních vazeb k druhým osobám, skupinám a širší společnosti je jedinci přístupná sociální opora (dále jen SO) (Šolcová & Kebza, 1999),

kteřá představuje pomoc od druhých lidí, kteřá se dostává člověku v zátěžové situaci a nějakým způsobem mu ji ulehčuje (Hoskovcová & Suchochlebová Ryntová, 2009; Křivohlavý, 2001). SO je považována za tzv. nárazník v životě člověka, neboť tlumí náraz ve chvíli, kdy se objeví například nějaká životní krize a člověk stojí před závažným rozhodnutím. Poskytování a přijímání pomoci je poměrně složitý proces, který se svou formou proměňuje v čase, závisle na životních situacích, na věku a začleněnosti jedince do společnosti. Vzájemná pomoc je tzv. interakční, což naznačuje rozdílnost v jejím vnímání poskytovatelem, příjemcem i případným pozorovatelem (Hoskovcová & Suchochlebová Ryntová, 2009). Její účinky nemusí být vždy pozitivní, ale mohou být naopak i zdrojem stresu. To se může stát v případě, že tato "pomoc" je v rozporu s představou příjemce SO například o vlastní autonomii a ohrožuje jeho sebeúctu a sebedůvěru, navozuje pocity bezmoci či neodpovídá potřebám jedince, který tuto "pomoc" přijímá atd. (Šolcová & Kebza, 1999). Křivohlavý (2001) k těmto negativním jevům dodává, že se jedná o neporozumění postiženému pomáhající osobou při poskytování SO a jednání "podle vlastního zdání" a nátlak lidí poskytující SO postiženým.

3.1.4 Formování přístupu ke zvládání stresujících situací

Naše subjektivní vnímání situace je ovlivněno dosavadní životní historií, výchovou a sebepojetím (Jedlička, Klíma, Kořa, Němec, & Pilař, 2004). V raném dětství mají na dítě největší vliv rodiče či jiní vychovatelé, neboť pro dítě představují vzor a model chování. Dítě vidí své vychovatele v konfrontaci s různými situacemi, sleduje jejich chování a opakuje je. Aby dospělí dokázali dětem zprostředkovat, jak čelit zátěžovým situacím a úspěšně je překonávat, musí si být nejdříve jisti sami sebou (Hoskovcová, 2004a). Své obavy, nejen přímo vyřčené, ale i neverbálně sdělené, rodiče často nevědomě přenášejí na své děti (Horáková Hoskovcová, 2006). Pro budoucí úspěšnou adaptibilitu dítěte je důležitá jeho zkušenost po boku člověka, který se přicházejícím problémům a životním krizím staví čelem a má svůj život „pevně v ruce“ (Jedlička, Klíma, Kořa, Němec, & Pilař, 2004).

Odolnější děti jsou tedy ty, které získají pestré spektrum zkušeností s běžnými životními situacemi a na které jsou kladeny přiměřené nároky. Kromě toho je na cestě k

psychické odolnosti a překonávání překážek velmi významná schopnost požádat o pomoc. Při formování přístupu ke zvládnání problémů u dětí má největší vliv vlastní přístup dospělých k problémové situaci, vnitřní a vyjádřená důvěra ve schopnosti dítěte (povzbuzování) a odpovídající hodnocení a odměňování dítěte (Hoskovcová & Suchochlebová Ryntová, 2009).

První část této kapitoly byla zaměřena na obecné hledisko zvládnání stresových situací. Z těchto poznatků můžeme čerpat významné protektivní faktory v souvislosti se zvládnáním situace rozvodu rodičů dětmi. Zvládnání stresových situací je ovlivněno mnoha faktory, které byly zmíněny výše. Nyní se zaměřím především na to, jak mohou rodiče pomoci dětem zvládnout situaci rozvodu, a to svým chováním a jednáním.

3.2 Zvládnání rozvodu dětmi

Zvládnání rozvodu rodičů dětmi je ovlivněno mnoha faktory. Zprvce se děti liší osobnostně, tedy jejich vyrovnávací schopnosti s náročnými životními situacemi jsou ovlivněny vnitřně. Houževnaté děti se s potížemi často snadno vyrovnají, bývají nezávislé, ale zároveň dokáží vyhledat lidi, u nichž najdou v případě potřeby podporu. Tyto děti se s rozchodem rodičů vyrovnávají patrně dobře. Na opačném konci spektra stojí děti, které ztratí veškerou sebedůvěru a vnímají situaci jako nespravedlivou. Pripadají si opuštěné a zoufalé, nešťastné, a tak u těchto dětí lze předpokládat, že rozvod rodičů v nich zanechá dlouhodobou bolest, která zapříčiní vznik dalších problémů (Smith, 2004). Zadruhé zde hrají důležitou roli faktory vnější. Amato (2000) ve své studii shrnuje empirickou literaturu, z níž vyplynulo několik faktorů, které mají na jedince negativní vliv. To může být příčinou problémů s vyrovnáním se s danou situací. Tyto mediátory zahrnují přerušení vztahů mezi rodičem a dítětem, pokračující neshody mezi bývalými manželi, ztrátu emocionální podpory, ekonomické problémy a přibývání negativních životních událostí, jako je například stěhování. Z tohoto výčtu lze usuzovat, že nejdůležitějším vnějším faktorem jsou právě rodiče, kteří svým chováním k dítěti a k sobě navzájem mají zásadní vliv na schopnost dítěte vyrovnat se s jejich rozvodem, o čemž bude pojednáno v dalších odstavcích.

To, zda a jak se dítě vyrovná s rozvodem svých rodičů, záleží na způsobu, jakým sami dospělí zvládnou tuto situaci a pocity s ní spojené. V ideálním případě by děti neměly být zatíženy starostmi dospělých (Berger & Gravillon, 2011; Everett & Everett, 2000). Odborníci se na základě praxe i výzkumu shodují v tom, že destabilizujícím prvkem v rozvodovém procesu jsou především nekončící hádky rodičů. To, že rodiče složí zbraně a nastolí neutrální a klidové vztahy, nebo alespoň vztahy bez násilí a agrese, je základní podmínkou pro to, aby se děti mohly co nejlépe a nejdříve "dát dohromady". Pokračující konfliktní atmosféra vyvolává v dítěti napětí a strach, ze kterých mohou vzniknout dlouhodobé problémy (Berger & Gravillon, 2011; Matějček & Dytrych, 1994; Smith, 2004; Teyber, 2007). Dítě přijme dva různé světy a zvykne si v nich žít celkem bez větších problémů, ale pouze v případě, že se mu nepřátelsky nemíchají (Matějček & Dytrych, 2002).

Teyber (2007) klade důraz ještě na další faktor, který podle něj ovlivňuje dlouhodobou adaptaci dětí na rozvod, a tím je kvalita rodičovství a výchovné kompetence. Většina problémů spojená s rozvodem má dle autora příčinu ve špatném rodičovství. Tím má na mysli, kromě již zmíněného vystavování dětí trvajícimu manželskému konfliktu a hádkám, také problematické výchovné metody, zejména nedůslednost. Pokud rodiče netrvají na svých rozhodnutích, dohodnutých pravidlech atd., děti začnou mít ve vztahu k rodičům navrch, začnou jimi manipulovat, mohou být agresivní i vůči sourozencům a okolí a chovat se panovačně, čímž jsou problémy s adaptací víceméně nevyhnutelné. Taková nedůslednost však může vést, podle mého názoru, k budoucím problémům i v úplné rodině, která nezažívá rozvodovou situaci.

Rozvodem se rozpadá manželství, avšak rodičovství stále pokračuje. Děti potřebují zachovat smysluplný a fungující vztah s oběma rodiči, proto je důležité, aby se rozvedení manželé nevzdávali své rodičovské role, neboť v naprosté většině případů je pro dítě velkou životní výhodou, jsou-li mu i po rozvodu oba rodiče zachováni (Coloroso, 2008; Matějček & Dytrych, 2002). S tím souvisí i zachování pozitivního obrazu obou rodičů, na jehož tvorbě by se měli podílet matka i otec, a to tím, že budou o sobě navzájem mluvit dobře, nebudou jeden druhého kritizovat ani ponižovat před dětmi, ani nedovolí, aby tak činil někdo jiný a ani nebudou popouzet dítě proti druhému rodiči. Sebevědomí dítěte je spíše zachováno, když může oba své rodiče pokládat za

hodnotné lidi (Dunovský, 1999; Everett & Everett, 2000; Matějček & Dytrych, 1994; Matějček & Dytrych, 2002; Špaňhelová, 2010).

Děti jsou vnímavější mnohem více, než si dospělí myslí či jsou ochotni připustit. Děti vnímají změny mezi rodiči a celkově v rodině, a cítí, že se něco děje. Jejich fantazie ohledně situace v rodině je mohou zúzkostňovat, mohou se také upínat k představě, že jednoho dne bude vše v pořádku tak jako dřív atd. Vysvětlení toho, co se v rodině děje, je nutné, a to vhodným způsobem s ohledem na věk dítěte. Dítě pak bude schopné lépe se se vším vyrovnat (Berger & Gravillon, 2011; Coloroso, 2008; Everett & Everett, 2000; Špaňhelová, 2010; Teyber, 2007). Jak vhodně poznamenávají Matějček a Dytrych (1994), otřes je horší než nepříjemné, avšak včasné poznání. To ostatně potvrzuje i studie Perise a Emeryho (2004), ze které vyplývá, že pro dospívající, jejichž rodičům se podařilo zakrýt konflikty, představoval jejich rozvod něco naprosto neočekávaného, tudíž značně znepokojujícího. Vnímali jej jako rozvrácení domova dříve vnímaného jako stabilního a bezpečného a nastolení mnoha nevídaných strukturálních rodinných změn. Když rodiče dítěti upřímně a otevřeně sdělí rozhodnutí o rozvodu společně, sice mu to pravděpodobně nepomůže lépe přijmout danou situaci, ale bude mít alespoň pocit, že je úctyhodnou a respektovanou osobou (Berger & Gravillon, 2011). Děti také uvidí, že rodiče situaci řeší společně a že jim oběma na nich záleží, což také napomůže k tomu, aby děti neprožívaly dlouhodobou ztrátu sebedůvěry pramenící z pocitu, že na nich nikomu nezáleží (Coloroso, 2008; Smith, 2004). Mají-li děti pocit, že jsou důležité pro oba rodiče, že je oba rodiče podporují a milují, podle Smithe (2004) zvládnou nelehké období, budou šťastnější a dokážou se dívat do budoucnosti s důvěrou a nadějí.

Kromě informací o situaci, která nastala, a o změnách, které s ní souvisejí, děti potřebují ujistit o jejich nevině a být průběžně ujišťovány, že rozvod je především problémem dospělých. Děti se velmi často považují za původce rozvodu rodičů, protože jim tato představa přináší z jejich pohledu jednoduché řešení - tím, že byly "zlé", katastrofu vyprovokovaly a jestliže tedy budou "hodné", dokáží snad situaci vrátit do "původního stavu" (Berger & Gravillon, 2011; Špaňhelová, 2010). Někteří rodiče si však skutečně myslí, že za rozvod může jejich dítě. Výroky rodičů o jejich vině jsou však pro dětskou duši přímo tragické (Teyber, 2007).

V předchozí kapitole je popsána celá řada reakcí dětí na rozvod jejich rodičů. Mají právo mít vztek, být smutní či prožívat jiné emoce a je důležité, aby věděly, že je to v pořádku, že rodiče jejich pocity respektují a že jsou připraveni o nich s nimi mluvit. Pokud však své pocity děti vyjádří nevhodným způsobem, rodiče by jim měli pomoci najít jiné způsoby jejich vyjádření, které bude odpovědné a konstruktivní. Opačná reakce rodičů – tedy zlehčování či popírání pocitů dětí – může způsobit, že děti své pocity budou skrývat, budou se v nich hromadit a negativně působit na dětské vnímání světa (Coloroso, 2008).

V době rozvodu rodičů přichází mnoho změn, se kterými se děti musí vyrovnat. Čím více důvěrně známých věcí v životě dítěte zůstane, tím lépe. Znamená to pro ně určitou jistotu. Velmi důležité je zachování kontaktu s příbuznými, zejména má-li k nim dítě blízký vztah (Smith, 2004). Podmínkou však je, aby příbuzní ve věci rozvodu zachovali před dětmi neutralitu a poskytli mu tak místo, kde si od starostí z něj plynoucích může odpočinout a načerpat pohodu a klid, případně kde by se s těmito starostmi mohlo někomu svěřit (Berger & Gravillon, 2011).

Některé děti jsou pohlceny rozvodem svých rodičů natolik, že se ve škole nemohou soustředit na učení a často pak mívají problémy se školními výsledky. Jiné děti, které zažívají rozvod svých rodičů, však ve škole nacházejí bezpečí, protože jim každodenní povinnosti s ní spojené umožňují odpoutat se od problémů probíhajících v domácím prostředí (Smith, 2004).

Je v pořádku, že si děti přejí, aby se rodiče k sobě opět vrátili a všichni žili společně jako rodina. Tyto představy však mohou způsobit závažné problémy, neboť zabraňují dítěti vyrovnat se s realitou současného života a úspěšně postupovat dál ve vývoji. Jakmile jsou si rodiče jisti, že se skutečně budou rozvádět, musí dítěti říct, že rozvod je definitivní a že ono na tom nemůže nic změnit. Dokud se dítě nesmíří s tím, že se rodiče k sobě nevrátí, nebude schopné přizpůsobit se novým okolnostem života (Teyber, 2007).

V této kapitole jsem uvedla mnoho faktorů, které mají nebo mohou mít významný vliv na zvládnutí zkušenosti rozvodu rodičů dětmi. Poukázala jsem na význam osobnostních charakteristik, které byly vyvozeny z výzkumů. Zabývala jsem se

resilientními faktory, které kromě vnitřních protektivních faktorů zahrnují i faktory plynoucí zvnějšku, například se jedná o působení školy, kroužků či domácího zvířete. Poukázala jsem na význam sociální opory a v druhé části kapitoly jsem shrnula poznatky o faktorech plynoucích z chování a jednání rodičů, které mohou dětem pomoci lépe zvládnout situaci rozvodu. Poslední kapitola teoretické části bude krátce pojednávat o možnostech porozvodového uspořádání rodiny.

4. POROZVODOVÉ USPOŘÁDÁNÍ RODINY

Teoretickou část své diplomové práce zakončuji touto kapitolou pojednávající o změnách v uspořádání rodiny, které vznikají důsledkem rozvodu. Nejdříve se zaměřím na formy porozvodové péče o děti, především na střídavou a společnou péči, dále se budu zabývat doplněnou rodinou, a na konec jevem, který se dle odborníků vyskytuje stále častěji, syndromem zavrženého rodiče.

V naprosté většině případů děti potřebují ke svému vývoji – psychickému i sociálnímu – oba rodiče. A proto je důležité, aby jim byli oba rodiče zachováni i po rozvodu (Ballnik, 2012; Matějček & Dytrych, 1992). Matějček a Dytrych (1992) považují přímo za životní výhodu, jsou-li dětem i po rozvodu oba rodiče zachováni.

Dudová a Hastrmanová (2007) uvádějí, že 90 % dětí, je po rozvodu svěřena do výhradní péče matkám, které se o ně dále starají převážně samy. Mnoho otců není po rozvodu v žádném nebo téměř žádném kontaktu se svými dětmi, což může být zdrojem značného psychického i sociálního utrpení pro děti postižené rozvodem, pro jejich otce, i pro jejich matky. Dochází k rekonfiguraci vztahů mezi rodiči a dětmi, zvláště mezi otcem a dětmi. Otec totiž přestává být součástí každodenního života dítěte. A pokud není otec dostatečně často přítomný, dítěti scházejí otcovské, mužské hodnoty a zásady. Mnoho otců na svou roli po rozvodu rezignuje dobrovolně (Ballnik, 2012; Dudová & Hastrmanová, 2007).

V České republice bylo v roce 2012 svěřeno do výhradní péče matky kolem 83 % dětí. Pokud budu v této práci hovořit o výhradní péči jednoho z rodičů, budu brát v úvahu nejčastější model, kterým je právě tato - výhradní péče matky (Justice.cz, 2013).

Dítě je schopné přijmout dva světy, svět otce a svět matky, ve kterých se bude cítit doma, avšak jen za předpokladu, že rodiče oddělují skončený partnerský vztah od rodičovské roviny. Pokud se tak nestane a rodiče pokračují v nepřátelských konfliktech, a to dokonce i před dítětem, vyvolává to v něm silné vnitřní napětí, dítě trpí rozpolceností, nejistotou, zda je druhý svět dobrý, ztrácí klid atd. (Ballnik, 2012). Toto

napětí pak může být úrodnou půdou pro neurotické potíže, poruchy chování a jiné nepříznivé komplikace ve vývoji jeho osobnosti (Matějček & Dytrych, 1992).

4.1. Formy porozvodové péče o děti

Jako optimální formu styku po rozvodu uvádějí Matějček a Dytrych (1992) volné pokračování rodinného vztahu, což znamená, že se oba rodiče snaží i po rozvodu své rodičovské vztahy k dítěti zachovat. Takový styk otce s dítětem se pak děje v dohodě obou rodičů a soud nemusí nijak zasahovat. Dnes se ve spojitosti s porozvodovou péčí či výchovou, kdy jsou oba rodiče stále v kontaktu s dětmi, mluví o *společné a střídavé péči (výchově)*. Ačkoliv počet dětí svěřených do společné či střídavé péče mírně narůstá, stále se v České republice jedná o malé procento těchto případů. V roce 2012 se jednalo o necelých 9 % rozhodnutí soudů o střídavé péči z celkového počtu rozhodnutí o svěření do péče (Justice.cz, 2013).

4.1.1 Střídavá péče

Střídavá péče představuje (předem stanovený) střídavý pobyt dítěte u každého z rodičů po určité časové období. Čas, který dítě stráví s každým z rodičů, je stejný nebo podobný. Zákon však neuvádí, po jaké době by ke střídání mělo docházet. Je možné se dohodnout na měsíci, čtrnácti dnech či týdnu. Na základě pozitivních výsledků z praxe je za optimální interval pro střídání v péči považován jeden měsíc. Čím mladší dítě je, tím by časový interval měl být kratší. Soud rozhodne o délce časového úseku a také vymezí práva a povinnosti obou rodičů po dobu péče o dítě. Předpokladem realizace střídavé péče je jednak způsobilost obou rodičů k výchově, dále jejich zájem a především zajištění potřeb dítěte. U dítěte školního věku musí být zachována školní docházka do jedné školy a skutečnost, že bude mít možnost provozovat své mimoškolní aktivity. Rodiče se musí dohodnout na mnoha věcech, například na trvalém bydlišti dítěte, na které se váží sociální dávky, na hrazení výdajů navíc, například táborů, sportovního vybavení atd. Soud o úpravě styku rozhoduje za situace, kdy se rodiče nemohou dohodnout a vyžaduje-li to zájem na výchově dítěte a poměry v rodině (Dolanská, n.d.; Dudová & Hastrmanová, 2007).

4.1.2 Společná péče

Společná péče je podobná té střídavé, pouze se liší v tom, že nejsou přesně daná pravidla pro to, kdy, kde a jak dlouho se bude dítě zdržovat. Vše záleží na vzájemné dohodě rodičů. Rozhodnutí o péči soud pouze schvaluje. Tato péče je doporučována zejména u starších dětí. Společná péče klade na rodiče velké nároky, jelikož se musí být schopni o všech záležitostech týkajících se dítěte dohodnout (Dolanská, n.d.; Dudová & Hastrmanová, 2007). Podle vědeckých výzkumů (Bauserman, 2002) děti po rozvodu rodičů prospívají nejlépe právě ve střídavé nebo společné výchově. Především pro chlapce je společná péče velmi významným přínosem. Nepřítomnost otce má totiž za následek, že zvláště synům chybí identifikační vzor, což může mít škodlivý dopad na utváření osobnosti dítěte (Warshak, 1996).

4.1.3 Soudem určený styk s dítětem

Pokud výše uvedené formy péče o dítě po rozvodu nejsou z jakýchkoli důvodů možné, styk dítěte s otcem (nejčastější situace) probíhá podle přesně stanovených pravidel a časového rozvrhu, který všichni přesně dodržují. Z pohledu Matějčka a Dytrycha (1992) je to sice citově velice chladné, ale přece jen korektní a psychologicky alespoň přijatelné.

V této souvislosti může dojít k přechodu na model rodiny s jedním příjmem, kde jedna osoba (nejčastěji matka) živí rodinu a zároveň na jejích bedrech spočívá veškerá péče o děti. Navíc může být vzhledem ke svému pohlaví různými způsoby znevýhodněna na pracovním trhu. V důsledku toho se rozvedené matky se závislými dětmi mohou stát skupinou ohroženou chudobou a nízkou životní úrovní. Matky se tak mohou potýkat s problematikou ekonomického zajištění rodiny. Pro otce po rozvodu představuje nejtěživější problém udržení a zachování vztahu s dětmi, tedy pokud se tohoto vztahu sami dobrovolně nevzdají (Dudová & Hastrmanová, 2007).

4.2 Doplněná rodina

Považuji za důležité ještě zmínit novou formu uspořádání rodiny, která může po nějakém čase od rozvodu nastat a má vliv na celou původní rodinu. Jde o formování

nových rodinných vztahů v souvislosti s příchodem nového partnera jednoho z rodičů (nebo nových partnerů obou rodičů). Podle Matějčka a Dytrycha (1994) představuje doplněná rodina vážný zásah do rodinného systému. Často s novým partnerem rodiče vstupují do původní rodiny i jeho další příbuzní, například jeho děti, rodiče atd. a navíc se novému páru může narodit ještě vlastní dítě. Může tak nastat nepřehledná situace, která se stane zdrojem obtíží (Matějček & Dytrych, 1994). V této situaci má mnoho dětí pocit, že nový partner rodiče nahrazuje druhého rodiče, a přirozeně se této změně brání. Tuto "náhradu" vlastního rodiče neochotně přijímají zejména děti školního věku a dospívající. Nový sňatek tedy vyvolává konflikt loajality, který je velmi silný zvláště tehdy, když spolu vlastní rodiče ne vycházejí dobře. Nicméně i přesto, že poměrně dobře spolupracují, se dítě bojí, že přijetím nového partnera zradí vlastního rodiče, s nímž nežije. Také mohou mít strach, že kvůli novému partnerovi přijdou o vlastního rodiče. Už zažily ztrátu rodiče rozvodem, proto jsou vůči dalším ztrátám, ať už skutečným nebo vnímaným, mnohem citlivější a na potenciál ohrožení reagují prudce. Opozice vůči novému partnerovi bývá typická především při novém vztahu matky vychovávající dceru. V období, kdy rodina funguje pouze pod vedením matky, se mezi ní a dcerou zpravidla vytvoří velmi úzký vztah. Nový sňatek jej narušuje zásahem třetí osoby, spojení je z pohledu dcery narušeno. Pokud se musí o otce nebo matku dělit s novým manželským partnerem, může mít pocit, že rodiči nestačí a že rodič potřebuje ještě někoho dalšího. Nechce se však vzdát jeho pozornosti a lásky; na nového partnera žárlí, soupeří s ním a chová se vůči němu odmítavě. Při adaptaci na rozvod a nový životní styl po rozvodu mívají chlapci žijící s matkami samoživitelkami velké potíže, naopak při uzavírání nového manželství je situace odlišná. S příchodem nevlastního rodiče se hůře vyrovnávají dívky. Chlapci jsou totiž schopni přijmout nevlastního otce, je-li k nim vlídný a projevuje-li o ně opravdový zájem. Mnoho chlapců má v letech po rozvodu s vlastním otcem omezený kontakt. Je-li nevlastní otec citově přístupný, většina synů postupem času přijme jeho zájem a vytvoří se oboustranně uspokojivý vztah. Výzkum ukázal, že již několik let po vzniku nového manželství jsou synové, kteří mají pečujícího nevlastního otce, lépe adaptováni než synové v domácnosti s matkou samoživitelkou a stejně dobře adaptováni jako synové v úplné rodině. Dalším faktorem je kromě pohlaví i věk dítěte. Obecně platí, že čím jsou děti v době nového sňatku mladší, tím lépe si na nového nevlastního rodiče zvykají (Teyber, 2007).

4.3 Syndrom zavrženého rodiče

Odborníci poukazují na situaci, která může nastat po rozvodu, kdy otec projevuje zájem o kontakt s dítětem, avšak matka dítěte nerespektuje dohodu o styku s dítětem a brání otci v kontaktu s ním. Jednání matek může zajít až tak daleko, že nastane stav, který Gardner (1996) nazývá syndrom zavrženého rodiče. Tento jev se vyskytuje především u rodin, které se účastnily vleklých soudních sporů o opatrovnictví.

Termínem "syndrom zavrženého rodiče" (dále jen SZR) označuje Gardner proces, kdy je dítěti vůči jednomu rodiči vštěpován odpor a kritika, které jsou neoprávněné a přehnané. Jedná se o jakési programování dítěte, které programující rodič vědomě používá, aby dítěti odcizil druhého rodiče. Toto jednání je však neoprávněné, neboť zavržený rodič nedal důvod k takovému zacházení. Právě přehánění drobných nedostatků a slabostí je hlavním znakem SZR. Nejde jen o popouzení. Popouzení dle Gardnera znamená, že jeden z rodičů systematicky programuje dítě proti druhému rodiči, SZR však zahrnuje kromě popouzení také další aspekty. Těmi jsou například skutečnost, že programující rodič přispívá k odcizení dítěte vědomě i podvědomě a navíc se na rozvoji syndromu podílí i samo dítě, nezávisle na rodiči. Jedním z vlivů na nárůst výskytu tohoto jednání je podle Gardnera rostoucí popularita společné péče - zohledňování nejlepšího zájmu dítěte v určení porozvodové péče, bez ohledu na pohlaví rodiče, čímž se stala pozice matky méně jistá. A v důsledku toho se matky častěji než otcové začaly pokoušet znevážit před dítětem druhého rodiče, aby dítě získaly na svou stranu, a posílily tak svou naději na vítězství ve sporech o porozvodovou péči. Děti také mají tendenci podporovat matky mnohem více než otce, a tím samy přispívají k SZR. Pouto mezi matkou a dítětem je silnější a vydrží déle než pouto mezi otcem a dítětem. Proto také otcovské programování vede méně často k naprostému odcizení. Kromě jednoho z rodičů, častěji otce, bývá zavržena také celá jeho rodina. Pro svou nenávist k příbuzným dítě nemá vůbec žádné věrohodné zdůvodnění. Příbuzní však nemají příliš na vybranou a pocit bezmoci, kterým trpí odcizený rodič, se tak přenesou i na příbuzné. Může tak dojít ke ztrátě důležitých psychologických vazeb, což se týká všech zúčastněných. Manipulovatelnost dětí a jejich touha podrobit se autoritě dospělých je důležitá pro vznik SZR, což je jeden z důvodů,

proč s věkem dítěte klesá pravděpodobnost vytvoření syndromu, nicméně vůči němu nejsou imunní ani starší děti.

V teoretické části jsem se po úvodním pojednání o rodině a jeho významu pro děti zabývala problematikou rozvodu manželů a především jeho prožíváním a zvládáním dětmi. Nyní přistoupím k vlastnímu výzkumu, založeném na tomto teoretickém podkladě.

II. Empirická část

5. VÝZKUMNÝ ZÁMĚR A OTÁZKY

Po vytvoření teoretického základu (jsem si vědoma šíře, bohatosti a různorodosti pojetí tématu rozvodu a jeho zvládání dětmi) přistupuji k vlastnímu výzkumu. Jeho hlavní těžiště spočívá v **kvalitativní** analýze získaných dat.

V kapitole 2.3 *Prožívání rozvodu dětmi a jejich reakce na něj* jsem popsala, jak děti vnímají rozvod rodičů a jak na něj reagují, přičemž jsem se zabývala krátkodobou perspektivou. Podle mého názoru je prožívání rozvodu rodičů dětmi úzce spjato se způsoby, jak se děti vyrovnávají s danou situací. Pro můj výzkum je tedy důležité, jak mladí dospělí zpětně vnímají tuto zkušenost a jaké asociace v nich vyvolává vzpomínka na rozvod.

Ve 3. kapitole *Zvládací strategie při zkušenosti rozvodu* uvádím významné zdroje – osobní a sociální – které mohou mít významný vliv při zvládání rozvodu rodičů dětmi. Nejprve jsem se věnovala osobnostním charakteristikám, které pomáhají při zvládání stresu, dále sociální opoře a nakonec v kapitole 3.2 *Zvládání rozvodu dětmi* uvádím, jaké faktory, týkající se chování a jednání rodičů mezi sebou a k dítěti, mohou dítěti napomoci k lepšímu či brzkému zvládnutí celé situace rozvodu.

Cílem mé práce je identifikovat to, co probandovi v dětství pomohlo zvládnout zátěžovou situaci rozvodu, či co tuto situaci zhoršovalo. Ve svém výzkumu jsem si položila dvě následující hlavní otázky, které jsem doplnila vždy dalšími dvěma podotázkami:

- 1) ***Jak probandi v dětství zvládali rozvod rodičů?***
 - a) ***Kdo/co jim pomohl/o situaci rozvodu rodičů zvládat?***
 - b) ***Kdo/co jim situaci rozvodu rodičů zhoršoval/o?***
- 2) ***Jak se probandi zpětně dívají na rozvod rodičů?***
 - a) ***Jaké jsou jejich asociace spojené s rozvodem rodičů?***
 - b) ***Jsou vyrovnaní s rozvodem rodičů?***

Na základě teoretických poznatků předpokládám, že asociace probandů spojené s rozvodem budou spíše negativní. Při zvládání rozvodu rodičů dětmi budou, podle

mého názoru, hrát významnou roli především faktory uvedené v kapitole 3.2 *Zvládání rozvodu dětmi*. Mám na mysli především pokračující konflikty mezi rodiči, přerušení vztahu mezi jedním rodičem a dítětem, změny vyplývající z rozvodové situace (například stěhování atd.), zatažení dítěte do rodičovských konfliktů, zvládání rozvodu rodičem, nedostatek informací ohledně nastalé situace. To, jak probandi zvládali toto období, bude závislé především na vzájemných vztazích mezi rodiči a mezi rodiči a dětmi.

6. VÝBĚR VÝZKUMNÉHO SOUBORU

Pro výběr probandů jsem nejprve stanovila následující kritéria: **muži a ženy ve věku 20 – 30 let, kteří v dětství prožili situaci rozvodu svých rodičů, na průběh této situace si dobře pamatují, a jsou ochotni poskytnout mi rozhovor.**

Věk 20 – 30 let byl stanoven z toho důvodu, že se jedná o počátek mladé dospělosti, vývojového období zaměřeného na vytvoření stabilních a trvalých mezilidských vztahů. Před mladým dospělým jedincem v tomto věku stojí několik zásadních životních mezníků, například uzavření manželství či rodičovství (Vágnerová, 2007). Je to období, ve kterém se u jedince, který v dětství zažil situaci rozvodu svých rodičů, mohou projevit jisté vlivy plynoucí z rozvodové situace.

Věk v době rozvodu nebyl přesně stanoven, práce je zaměřena na období dětství, tudíž věk do 18 let splňuje toto kritérium.

Požadavek na velikost souboru jsem si stanovila na 10 – 15 osob. Výběr probandů proběhl **nenáhodně**, a to buď **příležitostným výběrem** nebo prostřednictvím **samovýběru**. Žádost o poskytnutí rozhovoru jsem vystavila na sociální síti, kdy se následně probandí nabídli k poskytnutí rozhovoru. Další žádost proběhla při osobním kontaktu s potenciálními probandy – tyto jedince jsem požádala o poskytnutí rozhovoru či se jedinci nabídli v průběhu daného rozhovoru sami. Žádost také proběhla přes mé příbuzné, kteří požádali jedince splňující kritéria o poskytnutí rozhovoru. Přesné číslo počtu kontaktovaných osob je obtížné určit, pravděpodobně se pohybuje okolo stopadesáti. Velké procento oslovených žádost zcela ignorovalo (bez zpětné vazby), několik jedinců s rozhovorem souhlasilo, avšak nesplňovali všechna kritéria, především věk, proto jsem byla nucena vyřadit je z výběru, a od několika oslovených jsem obdržela odmítavou odpověď, a to například z osobních důvodů či z důvodu dlouhodobého působení v zahraničí.

Celkem mi poskytlo rozhovor **12** jedinců, **6 mužů** a **6 žen**. Původně měl být počet probandů vyšší, avšak někteří jedinci si účast před uskutečněním rozhovoru rozmysleli a rozhovor odmítli poskytnout, zejména z důvodu citlivosti tématu. Jak již bylo zmíněno výše, jednalo se o věkovou skupinu 20 – 30 let, kdy nejmladší byla žena

ve věku 21 let, a nejstarší byl muž ve věku 29 let. Věk probandů v době rozvodu jejich rodičů se pohyboval od 4 do 18 let. Co se týče uplynulé doby od rozvodu rodičů probandů, jednalo se o rozmezí od 6 do 23 let.

Domnívám se, že velikost výzkumného souboru je pro kvalitativní analýzu dostačující. Jsou v něm zastoupeny různé vývojové etapy (věk probandů v době rozvodu jejich rodičů) – od předškolního věku po adolescenci. Základní charakteristiky probandů uvádím v Tabulce 3. Pro zachování anonymity probandů, vystupují v mém výzkumu pod „krycím jménem“, které nemá žádnou spojitost s jejich pravým jménem.

	"Krycí jméno"	Pohlaví	Věk nyní ⁴	Věk v době rozvodu rodičů	Vzdělání
01	Petra	Ž	27	6	VŠ
02	Vojtěch	M	29	17	SOU
03	Pavel	M	27	7	SŠ
04	Blanka	Ž	25	14	SŠ
05	Jitka	Ž	21	10	VŠ
06	Oldřich	M	27	8	VŠ
07	Jana	Ž	27	4	VŠ
08	Petr	M	24	18	SŠ
09	Renata	Ž	25	14	VŠ
10	Karel	M	23	11	SŠ
11	Václav	M	28	18	SŠ
12	Barbora	Ž	26	10	VŠ

Tabulka 3 – Základní charakteristiky probandů (pohlaví, věk nyní, věk v době rozvodu rodičů, vzdělání)

⁴ Věk v době konání rozhovorů – podzim 2012

7. VOLBA A OVĚŘENÍ VÝZKUMNÝCH METOD

7.1 Volba výzkumných metod

Za základní metodu sběru dat jsem zvolila polostrukturovaný rozhovor s narativními prvky. Tuto metodu jsem zvolila z důvodu získání autentických výpovědí o zažité zkušenosti, jejím prožívání, vnímání a zpětném pohledu na ni. Metoda polostrukturovaného rozhovoru mi umožňovala přizpůsobit znění předem připravených otázek individuálnímu rozhovoru a ponechat probandům jistou míru svobody při odpovídání. Zároveň jsem však dbala na to, aby probandi odpověděli na všechny okruhy otázek obsažené ve scénáři, abychom se neodklonili od výzkumného cíle. Pro záznam dat jsem zvolila formu audiozáznamu – rozhovory byly nahrány na diktafon (s informovaným souhlasem probandů).

Scénář rozhovoru (Příloha 1) obsahoval okruhy otázek, pokrývající výzkumná témata. Vzhledem k potenciální citlivosti tématu jsem považovala za důležité, s ohledem na probandy, zahrnout i širší okruh otázek než jen výzkumná témata, a to z důvodu ucelenosti či ukončenosti tématu rozhovoru. Scénář obsahoval následujících osm okruhů otázek v uvedeném pořadí: *Seznámení, Asociace, Rodinný příběh, Situace rozvodu rodičů, Situace po rozvodu rodičů, Tady a teď, Vliv rozvodu rodičů na vztahy dítěte a Závěr*. Hlavní těžiště výzkumu spočívalo na čtyřech z těchto okruhů: *Asociace, Situace rozvodu rodičů, Situace po rozvodu rodičů, Tady a teď*. Významný podíl při získávání výzkumných dat měly i okruhy *Rodinný příběh* a *Vliv rozvodu rodičů na vztahy dítěte*. Okruhy *Seznámení* a *Závěr* měly v rozhovoru opodstatněné místo. Při *Seznámení* byly prolomeny zábrany a navozena jakási uvolněnost ze strany probanda i výzkumníka, a *Závěr* umožnil téma rozhovoru uceleně zakončit.

Narativní prvek byl obsažen v okruhu otázek *Rodinný příběh*. Jedná se o následující instrukci: „*Ted' bych vás poprosila, zda byste mi vyprávěli příběh o rozvodu rodičů jako člověku, který u toho nikdy nebyl - jak to u vás bylo?*“ Cílem bylo získat co nejvíce autentický materiál, kdy proband – vypravěč zdůraznil významné okamžiky a vlastní pocity a prožitky týkající se zkušenosti rozvodu rodičů; a tzv. "ponoření se" do tématu.

V průběhu rozhovoru byla probandům předložena Karta Sociální síť (Příloha 2), jejíž použití mělo za cíl získat výčet jedinců, kteří hráli významnou roli v životě probanda v průběhu rozvodu jeho rodičů. Probandi psali odpovědi na následující otázky:

- a) *Lidé, bez kterých jste si tehdy neuměl/a život představit*
- b) *Lidé, kteří Vám byli nablízku, ale ne až tak moc jako lidé v a)*
- c) *Lidé, kteří Vám byli méně nablízku, ale přesto pro vás tehdy byli důležití*

Po dokončení rozhovoru byl probandům předložen dotazník (Příloha 3), který zjišťoval základní demografické údaje (pohlaví, věk, věk v době rozvodu rodičů, vzdělání, bydliště, stav atd.), kontakt na probanda v případě kontaktování v budoucnu (v případě souhlasu probanda), dále základní demografické údaje jeho rodičů, sourozenců a dalších rodinných příslušníků (pohlaví, věk) a nakonec obsahoval i otázku „*Našli si Vaši rodiče po rozvodu nového partnera/partnerku či vzali se s někým dalším?*“. Tyto otázky byly zvoleny z důvodu potenciálního použití získaných dat k hlubší analýze.

7.2 Ověření výzkumných metod

Po vytvoření scénáře polostrukturovaného interview jsem uskutečnila tři pilotní rozhovory. Mým cílem bylo zjistit, zda jsou otázky pro probandy srozumitelné, zda jsou logicky uspořádané, zda jsem do scénáře zahrнула všechny významné okruhy týkající se výzkumného tématu a dále také, jak dlouho může celý rozhovor přibližně trvat. Dále jsem si chtěla nacvičit plynulost v dotazování a práci s diktafonem. Pro tyto pilotní rozhovory jsem vybrala osoby, které alespoň trochu znám a již jsem s nimi byla v osobním kontaktu, kteří mi, podle mého předpokladu, budou ochotní a schopní podat zpětnou vazbu. Na základě zpětné vazby jsem ponechala otázky v původním stavu, pouze u otázky 20 jsem vynechala některé doplňující otázky, které, dle mého pocitu z pilotních rozhovorů, vyvíjely na probanda „nátlak“. Otázku 21 jsem u některých probandů, kteří se sami rozmluvili na dané téma, již nepokládala. Zmínění tři probandi, kteří mi poskytli pilotní rozhovory, jsou součástí uvedeného výzkumného souboru.

Prostřednictvím pilotních rozhovorů jsem si ověřila srozumitelnost i logickou návaznost otázek. Do určité míry jsem si nacvičila pokládání otázek i práci s nahrávacím zařízením.

8. PRŮBĚH VÝZKUMU

Rozhovory proběhly na podzim roku 2012. Realizovala jsem je na předem dohodnutých místech v Praze (např. v kavárně, fast foodu, kanceláři probanda či u mě doma). Každý proband byl předem seznámen se záměrem rozhovoru, upozorněn na právo zeptat se na cokoli, pokud mu bude něco nejasné a na právo neodpovídat na otázku, pokud nebude chtít. Zdůrazněn byl i význam uvádění vlastních názorů probandů. Následně byl probandy podepsán informovaný souhlas (Příloha 4) s pořizováním písemného zápisu a audionahrávky rozhovoru, ve kterém bylo probandům zároveň slíbeno zachování jejich anonymity, mlčenlivosti o jejich osobních údajích a právu kdykoliv od této výzkumné aktivity odstoupit. Délka rozhovoru byla předem odhadnuta přibližně na 90 minut. Po těchto úvodních informacích jsme přešli k samotnému rozhovoru, který probíhal dle scénáře. Otázky byly přizpůsobeny probandovým odpovědím, avšak byly probrány všechny předem stanovené okruhy otázek, týkající se rozvodu rodičů a jeho zvládnutí probandy. Celé interview (včetně úvodních informací a vyplňování dotazníku) trvalo průměrně 100 minut, přičemž rozmezí délky rozhovorů se pohybovalo mezi 40 minutami a 2,5 hodinami.

Nahrané rozhovory byly následně přepsány do písemné podoby (včetně nespisovných výrazů a hovorové řeči). Během přepisu byly výpovědi anonymizovány vytvořením „krycího“ jména, které nijak nesouviselo se skutečným jménem probandů. V textu rozhovorů byla jména nahrazena neosobními iniciálami (I = interviewer, P = proband). Přepisy všech interview se z důvodu jejich značného rozsahu nalézají na samostatném CD, které je nedílnou součástí této práce. Pro ukázkou jsem vybrala jednu transkripci rozhovoru, jež se nachází v Příloze 5 (jedná se však pouze o ukázkou transkripce rozhovoru, pro ověření uvedených výpovědí probandů odkazuji čtenáře na příložené CD, kde strany a řádky výpovědí odpovídají těm uvedeným v této práci).

9. ZPRACOVÁNÍ DAT

Pro analýzu přepsaných rozhovorů jsem se rozhodla použít metodu tématické analýzy. Braunová a Clarková (2006, p. 79) označují tuto metodu za „*metodu identifikace, analýzy a odkazování ke vzorům (tématům) v datech*“. Za jednu z jejích výhod považují flexibilitu. Je možné ji použít, vycházíme-li z nějaké teorie. V teoretickém přístupu k tématické analýze máme předem stanovenou výzkumnou otázku. Stejně tak můžeme tématickou analýzu použít v případě, že nevycházíme z teoretického základu. V tom případě se jedná o induktivní tématickou analýzu, kde se výzkumná otázka objeví až při samotné analýze (Braun & Clarke, 2006). Vzhledem k tomu, že mým cílem je především identifikace toho, co probandům pomohlo zvládnout situaci rozvodu rodičů či co tuto situaci zhoršovalo a dále jak se zpětně dívají na rozvod svých rodičů ve smyslu asociací spojených s danou situací, rozhodla jsem se pro teoretický přístup k analýze, tedy zvolení výzkumné otázky, resp. výzkumných otázek dopředu. Dle Braunové a Clarkové (2006) může teoretický základ pomoci při analýze, protože výzkumník neopomene či nepřehlédne důležité aspekty zkoumaných dat.

Zmíněná flexibilita tématické analýzy přináší dle autorek Braunová a Clarková (2006) řadu výhod, ale samozřejmě také rizik. Nejvíce zdůrazňují roli výzkumníka jakožto aktivního prvku, který přemýšlí o datech, hledá v nich spojení a svým způsobem jim rozumí a interpretuje je. Aby nedošlo k zpochybnění této metody, je velmi důležitý proces zprůhlednění analýzy. Výzkumník musí vždy vědět, co dělá, proč a kam směřuje. Například si stanoví, co je tématem, co hledá, zároveň by však měl být otevřený změnám a přehodnocení, vyžaduje-li to situace.

Braunová a Clarková (2006) navrhly postup, který shrnují v šesti bodech, přičemž analýza zahrnuje neustálé vracení se k předchozím bodům a následný postup vpřed.

1. Seznámení se s daty

Seznámení se s daty představuje minimálně jedno přečtení celého souboru podkladů pro analýzu. Výzkumník k datům přistupuje aktivně, hledá významy, vzorce,

tvoří první kódy. Zejména pokud se výzkumník nezúčastnil sběru dat, doporučuje se strávit seznámením více času.

2. Generování počátečních kódů

Počáteční seznam zajímavých rysů a konkrétních kódů v datech. Kódy jsou většinou konkrétnější, užší než témata. Výzkumník hledá opakující se vzorce.

3. Hledání témat

Třídění a porovnávání kódů do potenciálních témat. Kódy mezi tématy se nesmí překrývat, je nutné rozhodnout, kam který kód zařadit. Doporučuje se užití tabulek a mentálních map.

4. Přezkoumání témat

Ujasňování si hranic mezi tématy. Opětovné pročtení jednotlivých extraktů (text, kterému byl přidělen kód). Zvažování validity jednotlivých témat vůči celému souboru – celý soubor je znovu přečten, zda nebyl opomenut nějaký důležitý aspekt.

5. Definování a pojmenování témat

V této fázi jsou témata definována, hledá se esence každého z nich, o čem které téma je. Zvažuje se každé téma zvlášť a jejich vzájemné propojení. V tématech se mohou objevit různá subtémata.

6. Sepsání zprávy

Na základě konečných témat je vypracována finální analýza a napsána závěrečná zpráva.

9.1 Konkrétní provedení analýzy dat

V první fázi jsem se seznámila s daty. V mém případě se jednalo spíše o připomenutí si rozhovorů a konkrétních příběhů probandů. Nejprve jsem si postupně přečetla jednotlivé transkripce rozhovorů a již při prvním čtení jsem vyhledávala vzorce

a tvořila první kódy. Vzhledem k tomu, že je mi bližší a příjemnější práce „tužka-papír“, rozhovory jsem si vytiskla, a upřednostnila jsem tak papírovou formu před prací s počítačem. Využila jsem techniky *barvení textu*, při kterém jsem v textu označovala výroky probandů, které se týkaly tématických celků, které odpovídaly základním výzkumným otázkám. Každé výzkumné otázce jsem přiřadila jednu barvu a označovala všechna místa, která se jednotlivých tematických oblastí týkala (Miovský, 2006).

Dále jsem vytvářela seznam výroků, sdružovala jsem stejné či podobné výroky probandů k sobě a následně jsem k nim přiřazovala kódy. Poté jsem přešla k práci s počítačem, kdy jsem vyhledala vypsání výroky v transkripcích rozhovorů a přiřazovala jim citace ve formátu „krycí jméno probanda“ „číslo strany“: „číslo řádku“ (např. Vojtěch 5: 19-20). Následně jsem porovnávala výroky a kontrolovala jejich zařazení do kódů, aby se mezi nimi nepřekrývaly. Nakonec vznikl výčet témat a subtémat, které uvádím v následující kapitole.

10. VÝSLEDKY A JEJICH INTERPRETACE

V této kapitole prezentuji témata, která jsem pomocí postupů tématické analýzy identifikovala. Postupně představím výsledky analýzy rozhovorů, nejprve se zaměřením na první výzkumnou otázku „*Jak probandi v dětství zvládali rozvod rodičů*“, a následně na druhou výzkumnou otázku „*Jak se probandi zpětně dívají na rozvod rodičů*?“

10.1 Jak probandi v dětství zvládali rozvod rodičů

Zde uvádím všechna témata a subtémata vzešlá z tématické analýzy první výzkumné otázky:

1) Jak probandi v dětství zvládali rozvod rodičů?

a) Kdo/co jim pomohl/o situaci rozvodu rodičů zvládat?

b) Kdo/co jim situaci rozvodu rodičů zhoršoval/o?

Na základě výpovědí probandů jsem došla k závěru, že pro lepší výpovědní hodnotu dat bude vhodnější sloučit okruhy otázek *Situace rozvodu rodičů* a *Situace po rozvodu rodičů*. Důvodem je nejistota probandů při oddělování těchto období a v některých případech důraz spíše na změny vyplývající z rozvodové situace, tedy spíše na porozvodové období. Otázky na „rozvod“ v tomto výzkumu tedy zahrnují jak období rozvodu, tak i porozvodovou situaci.

„Já jakoby přesně nevím, co je po rozvodu. Ne, to ne, prostě to, že ten soud něco odklepl, tak pak začalo to, že táta, že mu hráblo z toho, začal cejtít tu zradu, takže.“

Blanka 19: 26, 29-30

„Tak ten rozvod až tak na mě nepůsobil jako, já si myslím, že je to dobře, že se naši rozvedli, ten rozvod na mě až tak jako extrémně nezapůsobil, pro mě bylo nejhorší pak to přestěhování...“ Jana 5: 26-28

„Já fakt nevím, já fakt nevím, jak bych to jako řek, to bylo takový vlastně jeden den tak a druhý den jako...“ Václav 11: 16-17, „*No, bylo to krátký období...“* Václav 11: 19

„...jakoby ta samotná situace toho rozvodu, to že to bylo na papíře, tak dobře rozbřečela jsem se, ztratila jsem iluze jako dítě,... ale to nebylo tak jakoby těžký s tím,

co následovalo potom, v tom období po rozvodu, když jsme se přestěhovali,...“ Barbora 5: 21-25

10.1.1 Protektivní faktory

Zde uvádím výpovědi probandů na otázku **„Kdo probandům pomohl situaci rozvodu rodičů zvládat?“** Jedná se tedy o identifikaci sociální sítě, která jedinci napomáhala k tomu, aby zvládl danou situaci.

„Máma to zvládala docela dobře, my jsme jí tím, že jsme se o tom moc nebavili a ona neprožívala svoje nějaký nepříjemný stavy a emoce se mnou, tak jsem to neměl nijak často na talíři a dokázal jsem se s tím nějak srovnat.“ Oldřich 6: 2-4

„Já vim, že s tatškou jsme měli hodně blízko a ten se snažil tak nějak mě podpořit,...“ Barbora 5: 33

„Mně hodně pomáhala ségra, že jsme na to nebyly samy, nedokážu si představit, že bych na to byla sama.“ Jana 7: 3-4 „Jsmo se vždycky zavřely do pokoje, tam jsme si hrály, pustily jsme si nahlas něco a nic jsme pak neslyšely.“ Jana 7: 6-7 „Prostě jsme se snažily to nevnímat.“ Jana 7: 11

„...že je tam se mnou ten brácha, i když jsme si o tom nepovídali, že prostě jsme se spolu,...“ Renata 5: 1-2

„Asi babička, od mámy, protože druhou babičku nemám, nikdy jsem ji neměl, umřela dávno. No, byla taková rozumná, taková nestranná, ne úplně nestranná, ale jakože měla náhled, místo, aby nám říkala, kterej rodič je horší a kterej lepší, tak se starala o to, aby nám bylo dobře. Dávala najevo pochopení a přijetí.“ Pavel 5: 24-27

„...i ten děda, to bylo vždycky takový to místo, dole u nás, kde jsme se všichni jako scházeli a tam to fungovalo pořád.“ Petra 5: 27-29

„...prababička...s ní se dalo mluvit o všem, jako navzdory tomu jejímu věku, jí bylo kolik, no kolem 80, a jako dokázala se bavit fakt úplně o všem, takže byla jako supr na

tohle, protože jako jedinej dospělej, kterej se o tom jako takhle nebál mluvit.“ Takže to bylo fajn. Renata 7: 34, 8: 1-2

*„Myslím, že ta **teta** to byla, že ta se snažila vytvořit mi tam nějaký to prostředí, s taťkou nás podpořit.“ Barbora 8: 10-11*

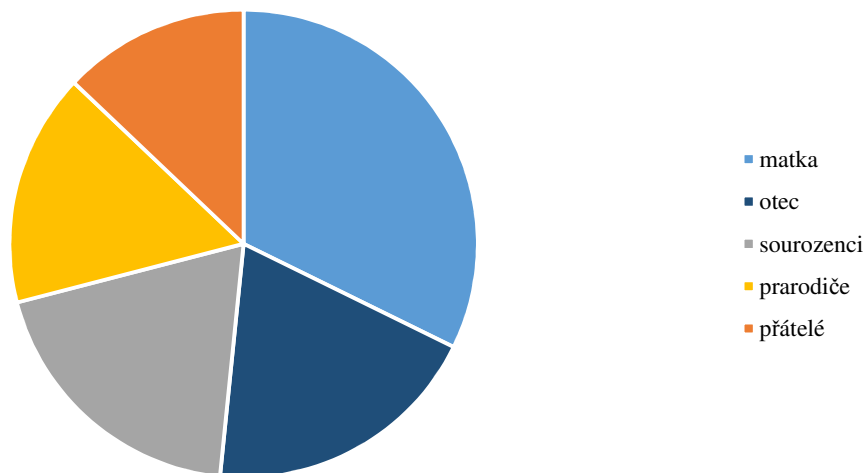
*„...v té době jsem byla už na gymplu, tak tam jsem měla nějaký **kamarádky**, který vlastně mám do dneška a s nima jsme to taky nějak probíraly.“ Renata 5: 3-4*

*„Pomáhalo mi o tom asi mluvit, asi mi pomohl **kamarád**, ten je starší asi o rok, to byl takovej člověk, kterej docela uměl poslouchat, asi mi nejvíc pomohlo, že jsme o tom furt mluvili,...“ Václav 5: 26-28*

*„...tak jsem jezdil jakoby za tou **bejvalou**, ta pro mě měla vždycky vlídný slovo, obejmula mě a tam ze mě ty emoce úplně vyjely, že jo, tak jako jsem taky, pár slziček mi taky ukáplo jo, protože to bylo furt strašně napjatý nervy jo, to bylo strašný, takže tady tím, že jsem se u ní mohl vypovídat a obejmula mě a "jak se mám" prostě "pojd' tamhle" a že se mě snažila vymanit z toho prostředí.“ Vojtěch 6: 26-31*

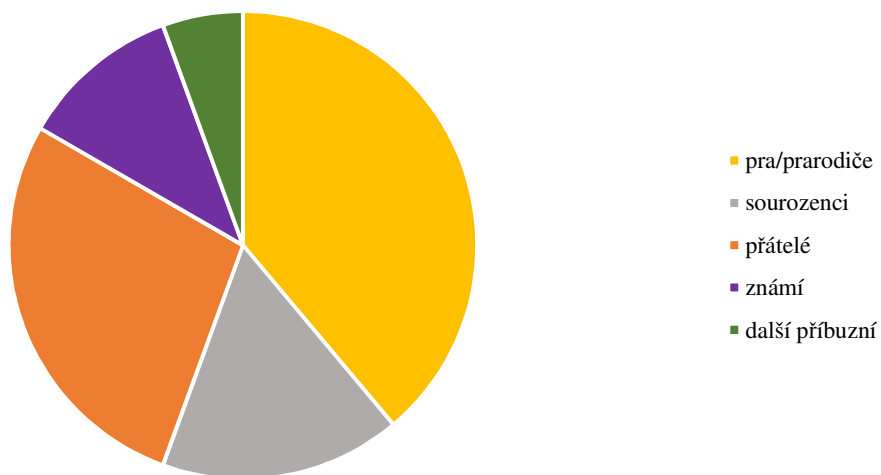
V následujících grafech prezentuji výsledky vzešlé z analýzy *Karty sociální sítě*. Vyhodnotila jsem každou ze tří otázek zvlášť, z toho důvodu uvádím tři grafy. Názvy grafů korespondují s otázkami uvedenými v *Kartě sociální sítě*. Kategorie uvedené v grafech téměř korespondují s výše uvedenými výpověďmi. Jediná kategorie, která se ve výše uvedených výčtech neobjevuje, jsou *známí*. Kategorie *přátelé* zahrnuje kromě přátel také jedince označené jako *kamarádi*, *bývalí* či *současní partneři*.

Lidé, bez kterých jste si tehdy neuměl/a život představit



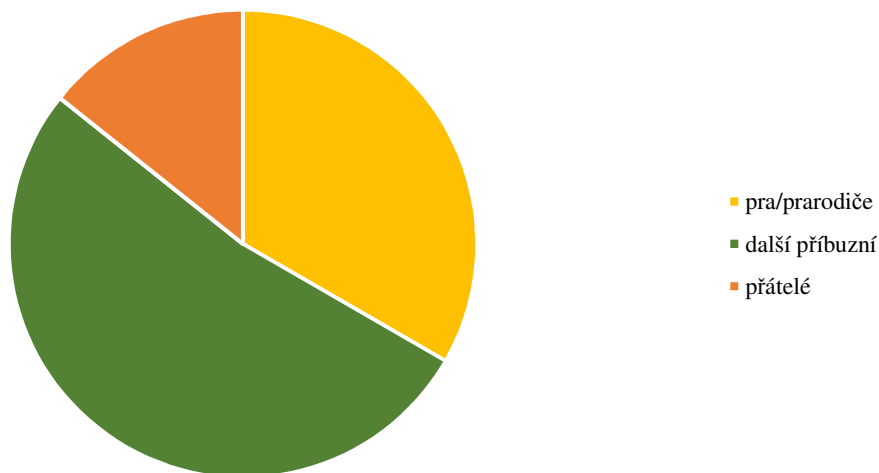
Graf 1 – Karta: Sociální síť: Lidé, bez kterých jste si tehdy neuměl/a život představit

Lidé, kteří Vám byli nablízku, ale ne až tak moc jako lidé v a)



Graf 2 – Karta: Sociální síť: Lidé, kteří Vám byli nablízku, ale ne až tak moc jako lidé v a)

Lidé, kteří Vám byli méně nablízku, ale přesto pro vás tehdy byli důležití



Graf 3 – Karta: Sociální síť: Lidé, kteří Vám byli méně nablízku, ale přesto pro vás byli důležití

Nyní uvedu výpovědi probandů na otázku **„Co probandům pomohlo situaci rozvodu rodičů zvládat?“** Jak vyplývá z výpovědí probandů, nejedná se jen o to, co jim pomáhalo v době rozvodu rodičů, ale také o doplněné předchozí výroky *kdo pomáhal + jakým způsobem*. Níže prezentovaná subtémata uvádím sestupně podle frekvence výskytu ve výpovědích respondentů.

AKTIVITY

*„...si rád **hraju se stavebnicema**, to dělám leta letoucí, takže klasika, mentálně se zaměstnám, nevím úplně, jestli to bylo tím, že mě to bavilo nebo jestli se člověk snažil tu situaci opustit a udělat si svojí realitu, paralelní, asi ano.“* Karel 5: 16-19

*„Pomáhalo mi to, že jsem měla svoje kamarády vlastně ve školce, takže to mi pomáhalo, že jsem chodila **do školky** vlastně a že jsem celej den nebyla doma. Tam jsem přišla na jiný myšlenky.“* Jana 4: 11-13

*„Asi **hrála na klavír**, to mi zůstalo do dneška. Barbora 6: 16 ...ale vím, že jsem chodila na klavír a to mě jakoby strašně dávalo, měla jsem výbornou učitelku, **na zpěv** jsem chodila, chodila jsem **do sboru**, já vim, že to byly věci, jakože který se mně táta snažil*

nabídnout **hodně aktivit** a že to mně pomáhalo tohledencto teda. Že tatka prostě se snažil, abych pořád něco měla....“ Barbora 7: 4-8

„Jako já jsem měla **hodně aktivit**, já jsem chodila třeba **na flétnu**, chodila jsem **hodně do výtvarného kroužku**, dělala jsem ten **školní časopis**...“ Jitka 12: 20-21

„Takže jsem chodil do práce a navíc tam byla opora od těch lidí, tak jsem se oprostil od toho řešit mámu. Prostě nová situace, nic konkrétního, šel jsem do Prahy, **do práce**.“ Petr 6: 7-9

„Že tam bylo **hodně školy**, že jsem šla na ten gympl, tak tam jsem měla toho **hodně**, něco jsem musela dělat, něco jsem se musela učit nebo když jsme jeli na nějaké výlety se školou, tak jsem vždycky mohla jet, takže to bylo takové fajn.“ Jitka 12: 5-7

„A pak jsem byl **hodně venku**, buďto s někým nebo i sám, **sportoval jsem**.“ Pavel 7: 17-18

„...já jsem začala v té době někdy **závodně tancovat**...“ Renata 5: 17

„...knížky, začala jsem **hodně číst**. Vždycky jsem se zavřela v pokoji, pustila jsem si nějakou **hudbu a četla jsem si**, to dělám pořád, to je pravda. **Nahrávala jsem si písničky z rádia**, tenkrát ještě na kazetu.“ Renata 8: 9-11

„No já jsem docela ještě **sportoval**, takže to, jsem se jakoby vyřádl sportem jo, člověk to ze sebe dostal tak nějak tím pohybem, jsme chodili hrát **foťbal, atletiku** jsem dělal a takhle. To mi taky pomohlo, že na to člověk nemyslel.“ Vojtěch 8: 29-31

„Asi taková ta činnost moje, že já jsem jakoby, vim, že jsem měla **hodně kroužků ve škole**, že jsem pořád byla zaměstnávaná. A nevím. A myslím, že bylo takový dobrý, že jsem o tom mluvila s kamarádkama,...“ Petra 6: 8-10

SDÍLENÍ

„...v té době jsem byla už na gymnplu, tak tam jsem měla nějaký kamarádky, který vlastně mám do dneška a s nima jsme to taky nějak **probíraly**.“ Renata 5: 3-4

„...kamarádi ze skautů,...když člověk nad tím třeba přemýšlel a věděl, že ostatní lidi mají třeba podobnou situaci a že to taky nějak zvládli a mohl si o tom člověk nějak **popovídat**, zavtípkovat, tak to mi pomohlo...“ Oldřich 6: 6-9

„Pomáhalo mi o tom asi mluvit, asi mi pomohl kamarád, ten je starší asi o rok, to byl takovej člověk, kterej docela uměl poslouchat, asi mi nejvíc pomohlo, že jsme o tom **furt mluvili**,...“ Václav 5: 26-28

„Kdo mi asi pomáhal, tak byla sestra, s tou jsme to jako **probírali** a ta mi v tu chvíli dost pomáhala.“ Petr 4: 24-25

NOVÝ ZAČÁTEK

„...i třída, ty noví lidi, že jsme se ze začátku scházeli nebo takhle, tak to. A vlastně i učitelé, takový **nový tváře nespojený s ničím**, jo prostě **novej začátek**...“ Blanka 23: 18-19

„...byla to **vidina něčeho novýho** a jednoduchý to nebylo, protože u mámy to stále ještě trvalo, takže více méně se to tak jakoby pozvolna zlepšovalo,...“ Petr 5: 9-11

„...**jak jsme se odstěhovali**, tak to bylo úplně v pohodě. Samozřejmě byla to makačka, protože jsem byl najednou sám s mámou, už jsem ani nešel na školu, dodělal jsem ten učňák, abych mohl vydělávat prachy, protože máma by to sama neutáhla,...“ Vojtěch 7: 27-30

VZTAH S PARTNEREM

„...já jsem to prožíval fakt dobře, **jsem měl holku, kterou jsem miloval** a byl jsem s ní strašně spokojenej, to bylo fakt jako jedno z nejlepších období v životě prostě, zatím jako že, já nevím jak to bude dál, ale to bylo fakt supr. Já jsem byl šťastnej, já jsem jako ty běžný věci nevnímal,...“ Václav 5: 16-19

ZODPOVĚDNOST ZA SOUROZENCE

„Možná třeba i ta **zodpovědnost za bráchu**.“ Oldřich 7: 5-6

„...se narodila ségra malá a jakoby trochu se to vylepšilo jo. S tím jejím partnerem do dneška nesouhlasím, moc se s ním nechci bavit, ale jako jsem ráda za tu ségru, to tehdy bylo fajn, jsem s ní trávila právě hodně volného času, takže to je i to, co mi pomáhalo ještě dál, v těch 16, to mimino nový no.“ Renata 7: 18-21

PSYCHICKÁ ODOLNOST

*„Tak myslím, že mi pomohla hlavně moje **psychická odolnost**, protože jinak už bych dávno na něj vlítnul, nějak bych zakročil a pak, že jsem nebyl více méně doma pak už, máma dá se říct taky ne.“ Vojtěch 7: 16-18*

PÉČE RODIČŮ

*„Jako úplně nejlepší byla ta **péče toho otce**, že on neodešel, že on odešel od mámy, ale neodešel od nás.“ Jitka 12: 25-26*

FINANCE

*„...pak i to, že **jsme se finančně neměli špatně**, jezdili jsme na ty dovolený, tak tam třeba jsem si i trochu vyčistila hlavu,...“ Blanka 16: 7-8*

JASNÁ PRAVIDLA

*„...jak se **určily ty pravidla**, že k tomu tátovi kdykoliv a jednou za 14 dní, tak to bylo fajn, že **jsme věděli, co vlastně platí a na co se můžeme spolehnout**,...“ Renata 6: 5-7*

SROVNÁNÍ S OKOLNÍMI – HŮŘE FUNGUJÍCÍMI - VZTAHY

*„To, že to vidíš ve svym okolí, že jsem poznávala i jiný manželství, že ty rodiče spolu vůbec nekomunikují. Že jsem poznávala, že to může být blbý, když jsou manželé a že to může být i horší, když jsou spolu. Naši spolu fungovali líp, aniž by byli manželé. Takže ta zkušenost, že **jsem poznávala, že je to dobře, že spolu prostě nejsou**.“ Petra 8: 20-23*

VYROVNANOST OKOLÍ S ROZVODEM

„...když jsem okolo sebe viděl, že ty **lidi jsou vyrovnaní s tím rozvodem**, že to jako neřeší...“ Oldřich 7: 1-2

FANTAZIE

„**Já jsem utíkal do svejch představ, myšlenek, světů, no.**“ Pavel 6: 6

NEPŘÍTOMNOST KONFLIKTNÍHO RODIČE

„...když **on odjel**, když byl pryč, tak jsme se koukali s mámou na televizi a hráli jsme cokoliv a byli jsme v klidu, vždyť ona byla nervní jen z toho, že je přítomen...“ Karel 5: 23-24

LÁSKA RODIČE

„...paradoxně mi pomáhalo zvládnout to asi to, že jakoby i když mamka se vůči mně takhle provinila, tak **jsem cejtla, že mě má fakt ráda** jo...“ Blanka 15: 28-29

ZASLEPENOST

„...a taky paradoxně jakoby taková **slepotu**, že **já jsem si myslela, že u nás doma je všechno v pořádku, že žijeme krásnej život**, že ten táta, že to se jakoby tak přimíchalo do našeho bezproblémového života a že to je taková ta moucha, co tě otravuje, ale že až se ta moucha plácne, tak budeme zase žít bezproblémovej krásnej život. Já jsem vůbec neměla nad sebou náhled víš, že to jak jsem se furt učila a neměla jsem jakoby žádný kamarády, neměla jsem přítele a pomáhala jsem mamce jenom s tím rozvodem, že já jsem jakoby cejtla, že je to tak dobře.“ Blanka 15: 28-34, 16: 1

UZAVŘENÍ KAPITOLY

„Byl jsem rád, že **je to rozseknutý nějakým způsobem**...“ Petr 5: 9

ČAS

„...čas, protože čím dýl od té doby bylo, tak tím to bylo jednodušší.“ Oldřich 9: 20

10.1.2 Rizikové faktory

Nyní přecházím od pozitivních faktorů k těm negativním a uvedu výpovědi probandů na otázku „Kdo probandům situaci rozvodu rodičů zhoršoval?“

„Já si myslím, že to zhoršoval hodně **táta**, máma se to snažila jakoby, hodně nám pomoci. Ale **i máma** jako to zhoršovala tím, že vlastně nás k němu nechtěla pouštět, ze dne na den jsme k němu vlastně nemohly...Ale tak na to si pamatuju, že to bylo asi nejhorší, že jsme se s tátou nemohly vidět, jsme ho vždycky viděly z okna, když se k nám snažil dostat a máma prostě šla ven a v žádném případě ho nepustila.“ Jana 3: 22-26

„...a **otec** to zhoršoval tím, že dělal dusno, přišel a začal ječet,...“ Karel 5: 4

„No tak ta **mamka**, těma jejíma výjevama, že se snažila jako jít proti tátovi a že nechápala, že chci jít pryč prostě.“ Barbora 6: 2-3

„No asi mi to neulehčovala **přítelkyně**, asi nebyla úplně tou pravou oporou,...“ Petr 4: 20

„...**ségra**, jak prostě, tím, že chodila s náma ven a říkala a mluvila o tom normálně.“ (pozn. o rozvodu rodičů) Jitka 16: 1-2

„...**máminy přítelové nebo partneři**, tak ty to potom jednoznačně zhoršovali...“ Renata 5: 6-7

„Komplikovala mi to ta **jeho nová žena**, kterou jsme nikdo teda ze začátku neměl rád, si myslím.“ Václav 6: 9-10

Z analýzy výpovědí probandů na otázku „Co probandům situaci rozvodu rodičů zhoršovalo?“ vyplynula následující subtémata.

KONFLIKTY RODIČŮ

„No tak ta mamka, těma jejíma výjevama, že se snažila jako **jít proti tátovi** a že nechápala, že chci jít pryč prostě.“ Barbora 6: 2-3

„Často ti rodiče sami, protože prostě dělali takový věci, kterýma to zhoršovali, bylo to těžký vyrovnat se s tím, že **jsou nějak proti sobě**, že se **pomlouvají** a tak.“ Pavel 5: 29-30

ZATĚŽOVÁNÍ DĚTÍ ROZVODEM

„...**se nás pořád ptala**, co ten táta...s tou K. prostě má, jak ona žije, jaké má děti, kde pracuje a úplně všechno a já jsem jí to nechtěla říkat, protože jsem věděla, že prostě jí to jako zraňuje.“ Jitka 11: 19-21

„...s mamkou **jsem řešila ten rozvod**, takže já jsem se úplně zavřela do sebe a jediný čím jsem žila bylo, že jsem se učila a řešila tady ty problémy, takže jak jsem to zvládala, no jako já si myslím, že mě to poznamenalo do teď...“ Blanka 14: 3-5

...rodiče sami, protože s tím jako, jako jak s tím nebyli sami jako srovnaný a neuměli s tím sami jako pracovat nebo moc prostě, taková ta zastírací technika "a nebudeme o tom mluvit", byla blbá. A pak, to ale bylo pozdějc, že nás mamka brojila proti té tátově přítelkyni, že byla dlouho proti ní. **Že to ventilovala často přede mnou**, tu svou nenávist nebo tu svou zhrzelost. Petra 5: 29-33

ROZPOLCENOST

„Prostě ta **rozpolcenost mezi tím tátou a mámou**, nic vnějšího, prostě to, že je mám rád oba, ale oni jsou v hrozným vztahu vůči sobě, že před nima nemůžu normálně ventilovat, že mám rád i toho druhýho. Jako můžu a oni to dali i najevo, že je to tak v pořádku, ale je lepší je brát jako dva úplně oddělený světy.“ Pavel 6: 16-19

„...to, když jsem musela lhát tátovi.“ (pozn. o matčinyých partnerech) Renata 5: 32

„...hodně opatrně volit slova, aby náhodou někdo něco neřek,...“ Renata 6: 14-15

„Ale celkově člověk musel hodně přemýšlet, co říká, komu to říká, a takže to bylo pak komplikovanější, ta rodinná síť.“ Renata 6: 16-17

STĚHOVÁNÍ

„Já jsem to zvládala psychicky špatně, hlavně bylo nejhorší, když jsme **se pak musely odstěhovat**... takže to bylo jako všechno složitý, těžký,...“ Jana 3: 15-18 „Nezvykla jsem si, protože to období po rozvodu jsem vnímala hned, jak jsme se přestěhovali a na to jsem si já v životě nezvykla, já jsem to tam nenáviděla.“ Jana 5: 13-14

„...když **jste se přestěhovali**, já jsem musela začít v novém městě, neměla jsem žádný kamarády, že jo, teď člověk je v pubertě, teď prostě zvykat si na nové věci,...“ Barbora 5: 24-26

SAMOTA

„Mně většinou připadalo, že **jsem na to dost sám**. A myslím, že jsem byl na to sám.“ Pavel 7: 7-8

„...já jsem se cejtla jakoby hrozně **sama** na to všechno,...“ Blanka 8: 2

NEDOSTATEK INFORMACÍ

„Ono to bylo pro nás takový jako tajemný a já jsem nevěděla, že by se dělo něco jako divnýho a **nikdo nás neseznámil s důsledkama toho aktu**, tak myslím, že kromě té nejistoty, která z toho přirozeně jako plyne, tak si nepamatuju, že by to bylo nějaký jako strašný období života.“ Petra 5: 16-19

„No určitě ten **nedostatek toho kontextu** a takový to, že všichni vědí a ty nevíš. Že se mě všichni ptali a já nevěděla, proč se mě na to ptají.“ Petra 7: 14-15

CHYBĚJÍCÍ RODIČ

„Tak ustaly nějaké ty hádky, tak to jsem byl rád. Asi mi nebylo úplně příjemný, když máma byla smutná. A **chyběl mi táta**.“ Oldřich 9: 4-5

...jinak jsem to zvládal blbě no, bylo mi často smutno. Neměl jsem rád ty přechody od jednoho rodiče k druhému, jakože teď jsem s tím a teď jsem s tím, protože to bylo uvnitř spojený s tím, že se **mi po tom druhým fakt dost stejská**. Pavel 6: 23-26

LŽI RODIČŮ

„No tak, pro mě to bylo hodně těžký, protože já jsem šla do, jakoby ta samotná situace toho rozvodu, to že to bylo na papíře, tak dobře rozbřečela jsem se, ztratila jsem iluze jako dítě, to si pamatuju, že prostě **jsem mamce vyčetla, že mi lhala**, že mi říkala, že se nebudou rozvádět,...“ Barbora 5: 21-23

PŘEVZETÍ ROLE JEDNOHO Z RODIČŮ

„...a já jsem žila s tátou a **najednou jsem byla jakoby já ta ženská v té domácnosti a spoustu věcí jsem musela tenkrát zvládat**...“ Barbora 7: 1-2

POVINNÁ ZÁBAVA

„...období hrozně **častejch výletů**, vim, že jsme jezdili každé víkend s tatškou na výlety a že **jsme to se ségrou pak neměly rádi**, protože jsme měly pocit, že je to taková jako povinnost.“ Petra 7: 19-21

HLEDÁNÍ VINÍKA

„**Chtěl jsem to někomu dát za vinu** že jo, chtěl jsem najít jakoby toho viníka, toho obvinit a ukázat na něj - tak ty seš ten, kterej to zavinil, tys to prostě posral, tys to zničil celý, hledal jsem někoho, komu bych to mohl dát za vinu, abych jako sám sobě mohl říct prostě, **teď se musíš k tátovi chovat tak, protože je to ten, kterej to zavinil a nepatří mu tolik náklonnosti a je potřeba bejt na něj třeba naštvanej, protože si to zaslouží. Najít někoho za to zodpovědnýho prostě, kdo za to teda může, vlastně mi ani nedocházelo, že se na tom vlastně podílím i já**.“ Václav 12: 12-18

SROVNÁVÁNÍ S BEZSTAROSTNÝMI VRSTEVNÍKY

„...**spolužáci**, že jsem viděla, jak **jsou bezstarostný**, jo, že si jezděj na výlety, řešej si ty první lásky a já jsem strašně vnitřně cejtla, že bych to chtěla taky, ale měla jsem takovej pocit, že mně to nepatří nebo že já si to nemůžu dovolit nebo že mi to není souzený, já ti říkám, zhoršovalo to vždycky to zrcadlo, od kohokoliv,...“ Blanka 18: 4-7

ZODPOVĚDNOST ZA SOUROZENCE

„Tak musela jsem se **víc starat o ségru**. A hlavně mamča byla v té době hrozně vynervovaná. Takže my jsme jakoby, mamča se o nás hrozně bála. Takže to.“ Jana 4: 23-24

FINANCE

„Co to nezlepšovalo, tak byla **ekonomická situace**,...“ Petr 4: 33

ZDRAVOTNÍ PROBLÉMY

„...řešil jsem nějaké **zdravotní problémy**, ty mi nepřidaly určité, drobné problémy - furt přetrvávala nějaká finanční situace nedobrá, to se jakoby táhlo.“ Petr 6: 9-11

PŘÍTOMNOST KONFLIKTNÍHO RODIČE

„...**jen když přišel domu**, tak ta situace byla horší. Když přišel domu a začal okamžitě prudit, tak to bylo o to horší.“ Vojtěch 7: 20-21

STRACH Z PROZRAZENÍ

„...**ten strach** z těch kamarádů, že se mě na to zeptají a že se to někdo dozví.“ Jitka 13: 28

NEVYROVNANOST RODIČE S ROZVODEM

„...**kdyby to ta máma přijala prostě a vyřešila si to**...“ Jitka 13: 7

NEDOSTATEK POZORNOSTI OD RODIČE

„Možná ještě ty máminy práce, že ona nás nějak, ona se nějak, spíš než na výchovu dvou, které má s chlapem, který ji nechce, zaměřila na to, že bude pracovat a bude z ní prostě profesionál a bude mít milionkrát víc peněz než on a pak se bude cítit jako bohyně.“ Jitka 16: 12-15

10.2 Jak se probandi zpětně dívají na rozvod rodičů

Pomocí druhé výzkumné otázky jsem se snažila zjistit, jaké asociace se probandům pojí s tématem rozvodu jejich rodičů. Druhá výzkumná otázka a její dvě podotázky zní:

2) Jak se probandi zpětně dívají na rozvod rodičů?

a) Jaké jsou jejich asociace spojené s rozvodem rodičů?

b) Jsou vyrovnaní s rozvodem rodičů?

Výpovědi na přímou otázku: „Představuje pro vás rozvod pozitivní/neutrální/negativní asociaci?“ (Příloha 1, otázka 3), uvádím v Tabulce 4. Jak je vidět na první pohled, rozvod rodičů vyvolává ve většině probandů negativní asociaci.

Pozitivní asociace	Neutrální asociace	Negativní asociace	Žádná odpověď
Karel	Jitka	Barbora	Jana
	Renata	Blanka	Oldřich
		Pavel	
		Petr	
		Petra	
		Václav	
		Vojtěch	
1	2	7	2

Tabulka 4 – Asociace probandů spojené s rozvodem jejich rodičů

Ačkoliv někteří jedinci neodpověděli na výše uvedenou otázku, dále se k tématu asociací vyjadřují, jak je patrné z následujícího výčtu. Při porovnání výše uvedené tabulky a následujících výroků, je zde patrná jistá ambivalence v souvislosti s asociacemi na rozvod (viz odpověď a výroky Karla, Jitky, Petry). To může svědčit o odlišném chápání otázky nebo o ambivalentním vztahu jedinců k situaci rozvodu rodičů. Nyní přistoupím k uvedení jednotlivých témat a subtémat, které vypovídají o tom, jaké asociace se probandům pojí se situací rozvodu jejich rodičů.

10.2.1 Pozitivní asociace

ÚLEVA

*„...ale pak se rozvedli nebo rozešli, a vnímal jsem to spíš jako takovou **úlevu**.“* Oldřich 3: 19-20

*„...ale mně se tak jako **ulevilo**, že už se nemusím bát, že už si nemusím dávat tu hlavu pod polštář, že já jsem to tehdy nechtěla slyšet, že oni tam křičeli "já se chci s tebou rozvést" nebo něco takovýho, já jsem to nechtěla slyšet.“* Jitka 4: 28-30

ŘEŠENÍ, NOVÝ ZAČÁTEK

*„...jak jsem to vnímal? Jako **novou** situaci víceméně, ale v tom smyslu **nová a dobrá**.“* Karel 2:28

*„...na druhou stranu jsem byla jakože ráda, že končí ty hádky v podstatě, že **se vyřeší ta situace**...“* Renata 2: 34-3: 1

OSOBNÍ ASOCIACE

*„naši se jako v **rámci možností rozvedli hrozně jako hezky**.“* Petra 1: 20-21

10.2.2 Neutrální asociace

OBECNÝ POPIS

„...tak je to taková **běžná součást života** dneska a mám to zároveň postavený třeba k svatbě. Že se to děje u hodně lidí, který se vezmou, tak třeba půlka lidí se rozvede, je to **hodně běžná situace**. Potom se mi vybaví taky, že je to **hrozně různá situace** podle toho, jak to probíhá, jaký jsou lidi, co se rozvádějí, jak se k tomu stavěj,...“ Pavel 1: 16-20

„No, že se lidi rozváděj, že už si po nějakých letech nerozuměj, a tak už **spolu prostě nechtěj být dál no**.“ Vojtěch 1: 5-6

MINIMUM ZMĚNY

„No a tak, takhle nám to řekli, tím to skončilo a normálně dál tam nějak táta existoval, že vždycky přijel domu. Takže v podstatě jako byli rozvedení, ale on tak nějak chodil k nám domů. Takže **takový rozdíl tam nebyl**. Nehádali se už, protože nebylo jako o čem.“ Jitka 4: 2-5

OSOBNÍ ASOCIACE

„léto, stalo se to v létě.“ Petra 1: 10

10.2.3 Negativní asociace

NEGATIVNÍ PROŽÍVÁNÍ OBECNĚ

„Bylo to **nepříjemný**, protože u nás byl rozvod něco, co já jsem nechtěl...“ Pavel 1: 25

„Ten rozvod jsem neprožívala jako nějak jako úplně dobře, protože vlastně my jsme měly, mamča měla hodně **těžkej rozvod**.“ Jana 2: 22-23

„...mám to spíš spojený s **negativními** emocemi jako jsou všechny ukončení nějakých vztahů a ty pocity jsou spíš negativní, ale ne nějak silně. Zrovna v mém případě to není

žádný takový, že bych z toho měl ujímání, ale jsou to spíš negativní pocity,...“ Oldřich 1: 17-19

KONFLIKTY RODIČŮ

„Takže **furt se hádali** jakoby o peníze, furt jenom hádky, hádky, hádky,...“ Jana 1: 27

„...člověk vyrůstá někde, kde se lidi často hádají, **ne často, kde se pořád hádají**,...“

Karel 4: 21-22

SMUTEK

„...na mě prostě dolehaly různý jako **návaly smutku** z toho a v něčem, když jsem byl hodně malej, tak jakoby já jsem to zazlíval tý mámě, protože to bylo tak, jakože ona je ten, kdo odchází, ona je ten, kdo se rozvádí jo a já jsem prostě chtěl bejt s oběma a chtěl jsem zůstat u sebe doma jo.“ Pavel 4: 6-9

„...já jsem prostě nemohla plakat, mně to bylo hrozně **líto**, ale já jsem nemohla plakat, když jsem viděla ji (matku) plakat.“ Jitka 4: 1-2

STUD

„...já jsem se za to taky hrozně **styděla**, bylo mi to hrozně nepříjemný.“ Jitka 6: 8

„...jsem cítila velmi jako silně **stud**, jakoby že jsem to jakoby tajila...“ Petra 1: 14

NEJISTOTA

„Jako **nejistota**. Protože jak jsme vlastně ty informace jako neměly a cítily jsme takovou tu nejistotu z toho okolí a zvědavost toho okolí a já jsem si to úplně neuměla vysvětlit, proč mi dávaj takový otázky a cítila jsem, že je to divný. Třeba si vůbec nepamatuju, že bych o tom mluvila se ségrou, to vůbec nevím. Je to nejistota, která byla způsobená nedostatkem informací.“ Petra 4:26-30

BOJE O DĚTI

„Byly hodně **boje o nás**...“ Jana 1: 19-20

POCIT, ŽE SI MUSÍ VYBRAT STRANU

„Bylo to asi takový, jak to říct no, **těžký si jako mezi nima jakoby vybrat**.“ Václav 3: 14-15

NENÁVIST

„...takže já jsem cejtil vůči němu strašnou **nenávist**.“ Vojtěch 1: 14

STRACH

„...**jsem se bál**, že ho ztratím, já jsem v tu chvíli asi nevěděl jsem, co od toho čekat, jak to teď bude fungovat,...“ Václav 3: 10-11

VLIV NA DĚTI

„Něco, co děti **vnímají** setsakramentsky.“ Barbora 1: 13

„Tak jako první mě napadne jako **chudáci děti**, protože si myslím, že to prostě ovlivní ty děti, i když se ty rodiče snaží sebevíc a často se ty rodiče nesnaží nebo jsou necitelný no, neuvědomujou si to, že to ty děti jakoby ovlivní.“ Blanka 1: 14-16

ZMĚNA

„Stěhování.“ Renata 1: 10

PONAUCENÍ

„Že se toho nikdy nechci dopustit já.“ Barbora 1: 12

10.2.4 Vyrovnanost s rozvodem rodičů

Nyní uvedu výsledky vyhodnocení otázky „*Když bych se zeptala přímo – jak jste s tím vyrovnáný/nevyrovnáný na stupnici od 1 (naprosto vyrovnáný) do 10 (naprosto nevyrovnáný), kam byste se umístili?*“ (Příloha 1, otázka 18). Ačkoliv někteří jedinci (viz Oldřich, Vojtěch, Petr) uvádějí, že jsou s rozvodem rodičů vyrovnaní, na stupnici vyrovnanosti sami sebe umístili na čísla 3 a 4, když na stupeň 4 se umístili probandi, kteří se být vyrovnaní necítili. Stejně tak, jako jsem uvedla u Tabulky 4, vysvětlením může být buď odlišné chápání otázky, respektive odlišné pojetí slova „ne/vyrovnáný“ nebo může jít o snahu jedinců stylizovat se do pozice, kterou vnímají jako očekávanou.

Stupeň vyrovnanosti	1	2	3	4	Žádná odpověď
	Jana	Jitka	Oldřich	Blanka	Barbora
	Karel	Renata	Petr	Petra	Pavel
	Václav			Vojtěch	
	3	2	2	3	2
	Průměr: 2,5 (10 z 12 probandů)				

Tabulka 5 – Přehled stupně vyrovnanosti probandů s rozvodem rodičů (1=naprosto vyrovnáný, 10=naprosto nevyrovnáný)

VYROVNÁNÍ PROBANDI

„Myslím si, že jo, ale myslím si, že ne úplně, a myslím si, že mě to furt hodně ovlivňuje a bude a vyrovnání беру spíš jako, že z toho nemám žádné psychické problémy, tak to jsem vyrovnanejš. Ale určitě nemám srovnání věci pro sebe, jak bych se já zachoval a nemám srovnání jak, takovou morální otázku tý věci. Jestli je dobrý se nějak zachovat a jak je dobrý se zachovat,...“ (Oldřich 13: 1-5)

„Já dneska už určitě jsem.“ (Václav 15:23)

„Asi jo, ale do budou...s tím samotným aktem jo, ale s tím, co se děje v mém životě a s tím, co souvisí s tím, tak ne.“ (Barbora 10: 27-28)

„Jsem vyrovnaný s rozvodem, ano,...s rozvodem já absolutně jako souhlasím, problém jsem s tím nikdy neměl, takže ano. Mě jenom prostě asi bude hlodat to prostě, ta křivda, které se otec dopustil na mámě, to je jediné, co prostě mě bude asi pronásledovat, ale to nebude o tom rozvodu a nebude to....takže s rozvodem jsem spokojen, úplně.“ (Karel 9: 16-21)

„Jo.“ (Vojtěch 10:17)

„Já myslím, že se samotným rozvodem určitě jo, s tím nemám problém, to co mi opravdu vadí je to, že si myslím, že to ta máma opravdu nezvládla tehdy, až potom ale, jakoby samotnej fakt, že jsou naši rozvedení, to mně jako nevadí.“ (Renata 10: 1-3)

„Mám pocit, že je to ukončené a že dobrý.“ (Jitka 18: 34)

„Vyrovnaný jsem, ale nicméně pořád mě přepadá to naštvání nebo že prostě ty vztahy už asi nikdy nebudou ideální...“ (Petr 7: 6-7)

„Já jsem si na to opravdu zvykla úplně, bez problému.“ (Jana 9: 23)

NEVYROVNANÍ PROBANDI

„...změnilo mě to, jako utvořilo mě to,... Nemůžu na to nikdy zapomenout, mám to v sobě. Spousta mejch následků pořád přetrvává.“ (Pavel 9: 25-31)

„Teď úplně ještě ne. Teď bych řekla, že stoprocentně ještě ne, že ještě cítím, že bych si ráda ještě o tom popovídala s tím odborníkem, ale myslím si, že až si to s ním znova otevřu a proberu, tak si pak myslím, že už to bude dobrý jo.“ (Blanka 28: 4-6)

“Ať se s tím postupem času nějak vyrovnáváš, nějak si na to přivykneš, nějak si to zracionalizuješ, tak se to prostě stalo a musela jsi čelit nějakým situacím, který prostě nebyly jako fajn a nebyly jednoduchý a myslím, že tím projde úplně každý. Myslím, že vždycky je tam nějaká jako stopa.” (Petra 10:23-26) “Ne.” (Petra 10: 28)

10.3 Interpretace výsledků

Nyní shrnu výsledky jednotlivých témat.

PROTEKTIVNÍ FAKTORY

Téma *protektivní faktory* obsahuje výpovědi probandů na otázky „***Kdo probandům pomohl situaci rozvodu rodičů zvládat?***“ a „***Co probandům pomohlo situaci rozvodu rodičů zvládat?***“

Nejprve shrnu poznatky vzešlé z analýzy výpovědí na otázku „***Kdo probandům pomohl situaci rozvodu rodičů zvládat?***“ Analýza rozhovorů i *Karty sociální sítě* ukazuje, že probandi se v období rozvodu rodičů obracejí především na rodinné příslušníky a dále na blízké kamarády. Rodiče jsou pro děti oporou především tehdy, když sami situaci rozvodu dobře zvládají. Probandi ve svých výpovědích dále uvádějí sourozence, kteří jsou pro ně důležití v tom smyslu, že na tuto situaci nejsou probandi sami. I když spolu danou situaci nesdílejí, tráví spolu čas, což je pro probandy důležité. Prarodiče či praprarodiče pro některé probandy představují tzv. klidové místo, kde se o rozvodu mluví „neutrálně“ a kde je jim poskytována žádoucí péče. Kamarádi mají pro mnohé probandy význam ve smyslu „sdílení“. S kamarády probandi většinou probírají svá trápení a mluví o situaci rozvodu rodičů.

Při analýze dat vázaných na otázku „***Co probandům pomohlo situaci rozvodu rodičů zvládat?***“ jsem identifikovala 17 subtémat, které nyní krátce shrnu. Nejbohatší z vyplynulých subtémat představují *Aktivita*, které zahrnují pobyt ve školce a škole (včetně učení se do školy), zájmy (například hra na hudební nástroje, sport, kroužky), hry (například se stavebnicí), zaměstnání, pobyt venku (sám či s kamarády), poslouchání hudby či čtení knížek. Jedinci uvádějí, že neustálá činnost jim pomáhala odpoutat se od prožívání rozvodové situace, a že jejím prostřednictvím přišli na jiné myšlenky. Subtéma *Sdílení* zahrnuje možnost povídat si s někým o vlastních trápeních spojených s rozvodem rodičů. Probandi tuto situaci nejvíce sdíleli s kamarády, a dále se sourozenci či prarodiči. *Nový začátek* představuje nejen pozitivní změnu v přímé souvislosti s rozvodem rodičů, ale také novou situaci, která nastala v období rozvodu či porozvodovém období, a výrazně napomáhala probandům zvládnout toto rozvodové či

porozvodové období. Jedná se například o nástup na střední či vysokou školu, se kterým zároveň přichází poznání nových lidí, kteří nejsou nijak spojováni se situací prožívanou v rodině. *Vztah s partnerem* probandům pomáhal tím, že se pro svou zamilovanost nezabývali problémy v rodinném prostředí. *Psychická odolnost* vyjadřuje schopnost „krotit“ své emoce, aby například neublížil konfliktnímu rodiči. *Péče rodiče* mimo jiné zahrnuje „vynucenou“ péči rodičů v souvislosti s nemocí probanda. Nejednalo se o předstírání, ale o možný důsledek rozvodové situace (jak uvádí sám proband). *Finance* neboli dobré finanční zázemí umožňovalo například „vyčistit si hlavu“ na dovolené. *Jasná pravidla* dávala jedincům jistotu – věděli, co platí a mohli se na to spolehnout, věděli kdy a s jakým rodičem budou trávit čas. *Srovnání s okolními – hůře fungujícími – vztahy* pomohlo jedincům, aby si uvědomili, že je dobře, že se rodiče rozvedli, neboť nyní spolu komunikují a celkově fungují lépe. Díky *vyrovnanosti okolí s rozvedem* se sami probandi byli schopni lépe adaptovat na novou situaci. *Fantazie* umožňovaly odpoutat se od reálné situace pomocí úniku do vlastních představ a světů. *Nepřítomnost konfliktního rodiče* pro ně představovala zklidnění a uvolnění atmosféry v rodinném prostředí. *Láska rodiče*, i přes konflikty s ním, představovala posílení v tomto náročném období. *Zaslepenost* napomáhala probandovi „přežít“ velmi náročné období rozvodu rodičů a nevyvolávat další konflikty plynoucí z uvědomění si, že zacházení rodičů s jeho osobou není v pořádku. *Uzavřená kapitola* představuje ukončení nejistoty a situaci, kdy člověk ví „na čem je“. *Zodpovědnost za sourozence* vyjadřuje to, že proband zaměřoval svou pozornost i na druhé, a nemyslel tak jen na sebe a svá trápení. Říká se, že „čas léčí“, což někteří jedinci potvrzují slovy, že časem bylo všechno jednodušší.

RIZIKOVÉ FAKTORY

Téma *rizikové faktory* obsahuje výpovědi probandů na otázky „*Kdo probandům situaci rozvodu rodičů zhoršoval?*“ a „*Co probandům situaci rozvodu rodičů zhoršovalo?*“

Nejprve shrnu poznatky, které vyplynuly z analýzy rozhovorů v souvislosti s otázkou „*Kdo probandům situaci rozvodu rodičů zhoršoval?*“ Stejně jako u protektivních faktorů, i zde probandi uvedli matku, otce, sestru a přítelkyni. Rodiče

svým dětem situaci zhoršovali především pokračujícími konflikty. Přítelkyně byla zmíněna ve spojitosti s nedostatečnou oporou a sestra, ač nevědomě, podporovala u probanda strach z prozrazení situace rozvodu rodičů tím, že neměla problém o dané situaci hovořit s přáteli. Častou odpovědí na uvedenou otázku byli noví partneři rodičů, kteří vyvolávali v probandech nesympatie.

Nyní přistoupím ke shrnutí subtémat, které jsem identifikovala při analýze dat ve spojitosti s otázkou „*Co probandům situaci rozvodu rodičů zhoršovalo?*“ Celkový počet těchto subtémat je 19. Nejčastější odpovědí na uvedenou otázku byly *konflikty rodičů*, které zahrnovaly vzájemné boje rodičů a pomlouvání. *Zatěžování dětí rozvodem* představuje například vyptávání se dítěte jedním rodičem na druhého, zatažení dítěte do řešení rozvodu, ventilaci emocí rodiče před dítětem. *Rozpolcenost* v sobě cítili jedinci, kteří měli rádi oba rodiče a neuměli si poradit s jejich dvěma světy, které spolu stále bojovaly. Kvůli těmto dvěma světům byli nuceni dávat si pozor na to, co před rodiči či dalšími rodinnými příslušníky říkají. *Stěhování* představovalo v několika případech zhoršení situace z toho důvodu, že si jej dotyční nepřáli a na novém místě se necítili spokojeni, a všechno pro ně bylo nové, museli si hledat nové kamarády, zvykat si na novou školu atd. *Samota* představuje především nemožnost sdílet svá trápení s někým dalším, jedinci se cítili být na všechno sami. *Nedostatek informací* vyvolával v probandech nejistotu, nevěděli, co se děje nebo co se bude dít dál – po rozvodu. *Chybějící rodič* vyjadřuje touhu některých probandů po přítomnosti druhého rodiče. *Lži rodičů* vyvolávali v některých jedincích například vztek, protože jim rodiče slíbili, že se nerozvedou, přesto však slib nedodrželi. *Převzetí role jednoho rodiče* nastalo především v případech, kdy dcera žila po rozvodu jen s otcem a syn jen s matkou. *Povinná zábava* zahrnuje pravidelné víkendové výlety s jedním (nepečujícím) rodičem, ze kterých se po nějaké době stávala pro probandy spíše povinná než radostná událost. *Hledání viníka* bránilo probandovi v tom, aby se vyrovnal s nastalou situací a zvykl si na ni. *Srovnávání s bezstarostnými vrstevníky* zase vyvolávalo u probanda smutek z nastalé situace, protože se cítil být ochuzen o radosti svého věku. *Zodpovědnost za sourozence, finance i zdravotní problémy* představovaly starosti navíc, kdy se k rozvodové situaci přidaly další situace, které jedince zatěžovaly ještě více. *Přítomnost konfliktního rodiče* zhoršovala situaci tím, že vyvolávala nepříjemnou atmosféru a znepríjemňovala život ostatním členům rodiny. *Strach z prozrazení* nutil probanda, aby byl obezřetný a snažil

se bránit sobě i ostatním členům rodiny v prozrazení nastalé situace. Kvůli *nevyrovnanosti rodiče s rozvodem* byla stále tato kapitola otevřená a probandovi to znesnadňovalo vyrovnání se s danou situací. *Nedostatek pozornosti od rodiče* zahrnuje především zaměření rodiče na pracovní život z důvodu kýžené seberealizace, která však, podle výpovědi probanda, probíhala na úkor péče o něj.

ASOCIACE SPOJENÉ S ROZVODEM

Nyní přistoupím ke shrnutí analýzy výpovědí probandů o tom, jaké asociace se jim pojí s tématem rozvodu jejich rodičů. Z Tabulky 4 vyplývá, že se jedná převážně o negativní asociace. Mezi **pozitivní** asociace jsem uvedla *úlevu, řešení a nový začátek, osobní asociace*. *Úleva* vypovídá o jakémsi „vysvobození“ z prožívaného napětí. Subtéma *řešení a nový začátek* vypovídá o pozitivním vnímání nové, porozvodové situace, která představuje začátek něčeho „lepšího“. Do pozitivních asociací jsem zařadila *osobní asociace*, která je specifická právě pro určitého probanda. Do **neutrálních** asociací jsem zařadila *obecný popis, minimum změny* a také *osobní asociace*. *Obecný popis* vypovídá o asociacích probandů spojených s rozvodem, které byly vyřčeny s určitým odstupem, chybí zde osobní pohled. Minimum změny zahrnuje výpověď probanda, kterému byli zachováni po rozvodu oba rodiče a jeho rodina byla i nadále funkční, i když rozdělená. Osobní asociace zařazená do neutrálních asociací je také specifická jen pro určitého probanda. **Negativní asociace** jsou bohatě zastoupené, obsahují 12 subtémat. Nejprve uvádím subtéma *negativní prožívání obecně*, kam jsou zařazeny výroky, že se jedná o něco nepříjemného, náročného, negativního. Často jsem se setkala s výroky *konflikty rodičů*, které zahrnují neustálé hádky, boje atd. Probandi často zmiňovali *smutek* ve spojitosti s rozvodem, to proto, že se dělo v jejich životě něco, co nechtěli. Několik jedinců uvedlo, že cítili *stud* za to, že se jejich rodiče rozvádějí, a proto tuto rodinnou situaci tajili před okolím. Následující subtéma představuje *nejistota* plynoucí z nedostatku informací. Dalšími často uváděnými negativními emocemi byly *nenávisť* pociťovaná vůči jednomu z rodičů a *strach*, například ze ztráty rodiče. Probandi uváděli *boje o děti, změny* ve smyslu stěhování, které pro ně bylo nepříjemné, nebo *pocit, že si musí vybrat některou stranu*, který nebyl vždy vyvoláván zvenčí. Probandi uvedli, že rozvod má *vliv na děti*, protože se jich daná situace týká, i když si někdy rodiče myslí, že tomu tak není. V některých probandech

asociuje rozvod jistá *ponaučení*, a to například ve smyslu, že se toho nikdy nechtějí dopustit oni sami.

VYROVNANOST S ROZVODEM RODIČŮ

Na závěr této kapitoly shrnu výpovědi probandů na otázku, zda jsou vyrovnaní s rozvodem svých rodičů. 9 z 12 probandů uvádí, že jsou vyrovnaní s prožitou situací, avšak jen 4 z nich, že jsou s ní vyrovnaní zcela. Z dalších 5 odpovědí vyplývá, že ačkoliv se jedinci vyrovnali se samotným rozvodem, stále pociťují vliv této zkušenosti nebo se nepříjemnosti spojené s rozvodem rodičů nějakým způsobem vracejí v jejich myšlenkách. Zbývající 3 probandi se buď zatím zcela vyrovnaní s rozvodem rodičů necítí, nebo vnímají, že tato zkušenost pro ně byla tak silná, že ji nemohou zapomenout, a že je ovlivňuje i nadále.

Závěrem bych ráda zdůraznila, že daná subtémata jsou vybrána z omezeného počtu rozhovorů, nejedná se tedy o pevná tvrzení aspirující na reprezentativitu. Nicméně z výzkumu vyplynulo mnoho zajímavých protektivních i rizikových faktorů, která mohou nalézt uplatnění při následné diagnostice či práci s dětmi procházejícími obdobnou zkušeností.

11. DISKUZE

V diskuzi porovnávám výsledky provedeného výzkumu s poznatky získanými v teoretické části. Dále reflektuji průběh svého výzkumu, navrhu další možné směry, kterými by se mohly výzkumy zabývat, a nastíním možnou aplikaci poznatků do psychologické praxe.

Když porovnávám teoretický základ, který jsem uvedla v první části práce, s výsledky získanými v empirické části, nacházím mnohé podobnosti. Mým cílem bylo identifikovat to, co probandovi pomáhalo zvládat situaci rozvodu rodičů dětmi a co jim tuto situaci zhoršovalo.

Nejprve zaměřuji svou pozornost na protektivní faktory. Probandi často uváděli pozitivní vliv aktivit na jejich zvládnutí rozvodové situace rodičů. Patřily mezi ně zájmy – například hra na hudební nástroj či zpěv, či různé kroužky, sport – například závodní tanec, fotbal, atletika atd., dále školka a škola (zahrnuje i učení), četba knížek, poslouchání hudby apod. Nacházím zde shodu s výzkumy Wernerové, Langmeiera a Matějčka, i Fullera. Výzkum Wernerové (Šolcová, 2009) poukázal na význam dobrého vztahu ke škole a vzdělání, zálib a koníčka. Langmeier a Matějček (Matějček & Dytrych, 1998), Smith (2004) i Fuller (podle Šolcová, 2009) vyzdvihují význam školy a učení jako protektivního faktoru. Některé děti ve škole nacházejí bezpečí, protože jim každodenní povinnosti s ní spojené umožňují odpoutat se od problémů probíhajících v domácím prostředí (Smith, 2004). Langmeier a Matějček (Matějček & Dytrych, 1998) dále uvádějí uplatnění schopností dítěte v dětské skupině – například v různých kroužcích či sportu atd.

Shelton a Harold (2007) poukazují na ochrannou funkci činností, které odvádějí pozornost dítěte od problému, což potvrzuje i Šolcová (2009), když zdůrazňuje protektivní vliv *pohybové aktivity*. Probandi potvrzují tyto poznatky, když dodávají, že jim tyto činnosti umožňovaly odpoutat se od myšlenek na rodinnou situaci („...*si rád hraju se stavebnicema, to dělám leta letoucí, takže klasika, mentálně se zaměstnám, nevím úplně, jestli to bylo tím, že mě to bavilo nebo jestli se člověk snažil tu situaci opustit a udělat si svojí realitu, paralelní, asi ano.*“ Karel 5: 16-19; „*Pomáhalo mi to,*

že jsem měla svoje kamarády vlastně ve školce, takže to mi pomáhalo, že jsem chodila do školky vlastně a že jsem celý den nebyla doma. Tam jsem přišla na jiný myšlenky.“ Jana 4: 11-13; „*No já jsem docela ještě sportoval, takže to, jsem se jakoby vyřádl sportem jo, člověk to ze sebe dostal tak nějak tím pohybem, jsme chodili hrát fotbal, atletiku jsem dělal a takhle. To mi taky pomohlo, že na to člověk nemyslel.*“ Vojtěch 8: 29-31).

Na základě analýzy dat se potvrdil i význam zamilovanosti v tomto období (Matějček & Dytrych, 1998), která probanda činila natolik šťastným, že nevnímal rozvodovou situaci rodičů („...já jsem to prožíval fakt dobře, **jsem měl holku, kterou jsem miloval** a byl jsem s ní strašně spokojenej....*Já jsem byl šťastnej, já jsem jako ty běžný věci nevnímal,*...“ Václav 5: 16-19).

Dalším protektivním faktorem, na němž se shodují výsledky výzkumu s odbornou literaturou, je pokračující rodičovství matky i otce. Jak uvádějí autoři Coloroso (2008) a Matějček a Dytrych (2002), děti potřebují zachovat smysluplný a fungující vztah s oběma rodiči, neboť v naprosté většině případů je to pro ně velkou životní výhodou („*Jako úplně nejlepší byla ta **péče toho otce, že on neodešel, že on odešel od mámy, ale neodešel od nás.***“ Jitka 12: 25-26).

Některým jedincům pomáhala při vyrovnávání s rozvodem skutečnost, že jsou s touto situací vyrovnání lidé okolo něj (Berger & Gravillon, 2011; Everett & Everett, 2000), což potvrzuje výrok: „...*když jsem okolo sebe viděl, že ty **lidi jsou vyrovnaní s tím rozvodem, že to jako neřeší...***“ Oldřich 7: 1-2.

Mezi resilientní faktory dle Fullera (podle Šolcová, 2009) patří mimo jiné pocit, že je jedinec v rodině milován, což potvrzuje proband slovy „...*paradoxně mi pomáhalo zvládnout to asi to, že jakoby i když mamka se vůči mně takhle provinila, tak **jsem cejtla, že mě má fakt ráda jo...***“ Blanka 15: 28-29.

Podle slov Křivohlavého (2001), Šolcové a Kebzy (1999) představuje sociální opora jeden z nejdůležitějších pozitivních faktorů, který moderuje vliv nepříznivých životních událostí na psychický i fyzický zdravotní stav člověka, na jeho pohodu (well-being) a na kvalitu jeho života. Jak ukázaly výsledky analýzy rozhovorů, pro probandy

v době rozvodu představují sociální oporu především rodinní příslušníci a přátelé (přátelé, kamarádi, bývalí či současní partneři). Paradoxně se tato protektivní sociální síť objevuje i ve výčtu rizikových faktorů. Navíc je doplněna o nové partnery rodičů.

Nyní se zaměřím na rizikové faktory. Odborníci se na základě praxe i výzkumu shodují v tom, že destabilizujícím prvkem v rozvodovém procesu jsou především nekončící hádky rodičů (Berger & Gravillon, 2011; Matějček & Dytrych, 1994; Smith, 2004; Teyber, 2007). Výpovědi probandů se shodují s uvedeným poznatkem. Tento rizikový faktor se ve výpovědích probandů vyskytoval nejčastěji („*Často ti rodiče sami, protože prostě dělali takové věci, kterými to zhoršovali, bylo to těžký vyrovnat se s tím, že jsou nějak proti sobě, že se pomlouvají a tak.*“ Pavel 5: 29-30).

V ideálním případě by děti neměly být zatíženy starostmi dospělých (Berger & Gravillon, 2011; Everett & Everett, 2000). Přesto se však tento rizikový faktor vyskytoval velmi často, hned za konflikty rodičů: „...*rodiče sami, protože s tím jako, jako jak s tím nebyli sami jako srovnaný a neuměli s tím sami jako pracovat nebo moc prostě, taková ta zastírací technika "a nebudeme o tom mluvit", byla blbá. A pak, to ale bylo pozdějc, že nás mamka brojila proti té tátově přítelkyni, že byla dlouho proti ní. Že to ventilovala často přede mnou, tu svou nenávisť nebo tu svou zhrzelost.* Petra 5: 29-33

Děti vnímají změny mezi rodiči a celkově v rodině, a cítí, že se něco děje. Vysvětlení toho, co se děje, pomáhá dítěti lépe se se vším vyrovnat (Berger & Gravillon, 2011; Coloroso, 2008; Everett & Everett, 2000; Špaňhelová, 2010; Teyber, 2007). Nedostatek informací a z něj plynoucí určitou nejistotu potvrzuje následující výrok: „*No určitě ten nedostatek toho kontextu a takový to, že všichni vědí a ty nevíš. Že se mě všichni ptali a já nevěděl, proč se mě na to ptají.*“ Petra 7: 14-15

Některé rizikové faktory jsou zde jako opozitum k protektivním faktorům. Například chybějící rodič („*Tak ustaly nějaké ty hádky, tak to jsem byl rád. Asi mi nebylo úplně příjemný, když máma byla smutná. A chyběl mi táta.*“ Oldřich 9: 4-5).

Rozvod představuje pro děti období mnoha změn, a proto čím více důvěrně známých věcí v životě dítěte zůstane, tím lépe. Znamená to pro ně určitou jistotu. Velmi důležité je zachování kontaktu s příbuznými, zejména má-li k nim dítě blízký vztah

(Smith, 2004), avšak za podmínky, že příbuzní ve věci rozvodu zachovají před dětmi neutralitu a poskytnou mu tak místo, kde si od starostí z něj plynoucích může odpočinout a načerpat pohodu a klid, případně kde se s těmito starostmi může někomu svěřit (Berger & Gravillon, 2011). I zde vidím shodu s výpověďmi probandů: „*Já jsem to zvládala psychicky špatně, hlavně bylo nejhorší, když jsme se pak musely odstěhovat... takže to bylo jako všechno složitý, těžký...*“ Jana 3: 15-18 „*Nezvykla jsem si, protože to období po rozvodu jsem vnímala hned, jak jsme se přestěhovali a na to jsem si já v životě nezvykla, já jsem to tam nenáviděla.*“ Jana 5: 13-14; „*Asi **babička**, od mámy, protože druhou babičku nemám, nikdy jsem ji neměl, umřela dávno. No, byla taková rozumná, taková nestranná, ne úplně nestranná, ale jakože měla náhled, místo, aby nám říkala, kterej rodič je horší a kterej lepší, tak se starala o to, aby nám bylo dobře. Dávala najevo pochopení a přijetí.*“ Pavel 5: 24-27

Děti si velmi často přejí, aby se rodiče k sobě opět vrátili, a to je v pořádku. Avšak tyto představy mohou způsobit závažné problémy, neboť zabraňují dítěti vyrovnat se s realitou současného života a úspěšně postupovat dál ve vývoji. Proto je namístě dítěti říct, že rozvod je definitivní a že ono na tom nemůže nic změnit (Teyber, 2007). A pokud se tak nestane a dítě žije s nadějí, že se k sobě rodiče vrátí, může to v nich vyvolávat zmatenost, o čemž vypovídá další proband: „*Já si teď říkám, že naši se vlastně tak jako rozešli a nerozešli a že to tak jako bylo hrozně divný. Že to, že se tak jako od sebe neodstříhli, že to bylo jako divný. Že se určitým způsobem měli pořád rádi, že to celý dětství to vyvolávalo takovou zmatenost, protože už to mělo být něco jako ukončenýho, ale ono to ukončený ještě nebylo. A byly takový signály, že jsme si myslely se ségrou, že se k sobě vrátí asi i jednu dobu. A asi to bylo zbytečně jako, že jsem chtěla, aby se, jednu dobu, k sobě naši jako vrátili, ale pak to jako nepřišlo a to se stalo několikrát tohle.*“ Petra 6: 14-20.

Analýza asociací potvrdila, že rozvod představuje pro děti zátěžovou situaci, kterou si často nepřejí a prožívají ji negativně. Probandi se lišili v pojetí otázky na asociace spojené s rozvodem. Někteří uvedli asociaci negativní, i když krátce předtím o rozvodu mluvili jako o aktu, který proběhl hezky, a naopak jiní uvedli pozitivní asociace spojené s rozvodem, i přestože rozvod pro ně představoval nepříjemnou situaci. Důvodem byla současná radost z toho, že jsou rodiče rozvedení.

11.1 Zhodnocení výzkumného procesu

Vzhledem k zaměření této práce, byla kvalitativní analýza jistě dobrou volbou. V polostrukturovaných rozhovorech mi probandi poskytli mnoho zajímavých informací o daném tématu. Také zařazení narativního prvku při rozhovoru s probandy se zdálo být vhodné, a to z toho důvodu, že se probandi široce rozpovídali na dané téma a poskytli mi tak významné informace, které bych, podle mého názoru, například ze strukturovaného rozhovoru nezískala.

Cítím však jisté nedostatky v souvislosti s mým výzkumným procesem, které bych nyní ráda uvedla. Během rozhovoru jsem některá vymezení nechávala na probandech samotných (například co to znamená „být vyrovnán s rozvodem rodičů“, co je to „porozvodová situace“ atd.), což se v některých případech nepotvrdilo jako vhodná varianta. Otázky na zvládnání rozvodu, kdy jsem se zaměřovala na odlišení toho, kdo a co pomáhal/o probandům zvládat období rozvodu, byly pro některé probandy těžko odlišitelné, proto se jejich odpovědi často opakovaly a překrývaly. V příštím výzkumu se při tvorbě scénáře zaměřím na přesnější vymezení některých pojmů. Mám dojem, že jsem měla svou pozornost více zaměřit na pilotní výzkum, a získat tak kvalitnější zpětnou vazbu, která by mi umožnila identifikovat některá úskalí scénáře včas.

Scénář interview obsahoval mnohem více otázek, než kolik se jich vázalo k záměru výzkumu. Z mého pohledu to byl důležitý krok, především pro probandy, neboť téma bylo ucelené, pomalu otevírané i opatrně uzavírané. Někteří jedinci to ocenili následujícími slovy: „...*třeba i tím rozhovorem jsem si spoustu věcí uvědomila jo, i přesto, že už jsem si to v hlavě říkala milionkrát a přemejšlela jsem o tom, tak teď se mi zase objevil nový pohled, takže já se teď cejtím jako paradoxně dobře, že jsem si to znova projela v hlavě, že jsem si uvědomila další souvislosti, i téma otázkama, který mě normálně nenapadne si je položit, i tím rozhovorem jsem si uvědomila nějaký věci, který byly zatím ukrytý a jako jak jsem ti to řekla od A až do Z, tak mi připadá, že jsem si ten gestalt tak jako zase uzavřela a já to беру fakt jako terapeutickou hodinu jo (smích), že mi to fakt jako pomohlo. Dobře, jako paradoxně dobře se cejtím.*“ Blanka 24: 9-16 „*Ty jseš vlastně první člověk, se kterým o tom mluvím tak do hloubky a tak jakoby uceleně a chronologicky...*“ Petr 6: 14-15.

Součástí otázky týkající se vyrovnanost jedinců s rozvodem byla i škála od 1 – 10, kdy 1 představovala naprostou vyrovnanost a 10 naprostou nevyrovnanost. Tato volba se v průběhu rozhovoru ukázala jako chybná – tuto stupnici bych prohodila, aby naprostá vyrovnanost byla vyjádřena číslem 10.

Všimla jsem si některých dalších nedostatků v mém výzkumu, kterým se příště budu snažit vyhnout. Především se jedná o volbu prostředí pro rozhovor. Některá místa, především kavárny, se ukázala jako značně nevhodná, a to z důvodu hluku, který mi ztěžoval následnou transkripci rozhovorů.

Uvědomuji si jistá úskalí ve spojitosti s výběrem výzkumného souboru. V případě některých jedinců uběhla dlouhá doba od rozvodu rodičů, v průběhu které mohlo mít na jejich zpracování rozvodu a pohled na něj vliv mnoho faktorů. I v době rozhovoru byli ovlivněni současným pohledem a myšlenkami.

Jako pozitivní vnímám zachování vlastního odstupu od tématu, i přestože jsem také z rozvedené rodiny. Tuto skutečnost jsem probandům nesdělovala (pokud se mě na to na závěr rozhovoru nezeptali) a ani v průběhu rozhovoru jsem nenaznačovala, že jsem v dětství prožila to, o čem mi oni vyprávějí. Držela jsem se své pozice aktivního posluchače.

11.2 Návrhy na další výzkum a aplikaci poznatků

V průběhu psaní této práce, ať teoretického základu či analýzy výzkumných dat, se ukazovaly další možné cesty, kterými by se mohl výzkum rozvodu a jeho zvládnání dětmi ubírat. Zaujala mě možnost zaměřit se na dlouhodobé dopady rozvodu rodičů na děti. Jako zajímavá varianta se mi jeví zopakovat rozhovor se stejnými probandy například po pěti letech a zaměřit se na jejich partnerské vztahy a rodinný život.

Amato a Keith (1991a) uvedli, že děti z úplných, avšak konfliktních rodin vykazují podobné problémy jako děti z rodin rozvedených. Zajímavé výsledky by mohlo přinést porovnání osvojených vzorců chování v rámci partnerského vztahu mladých dospělých jedinců z úplných, avšak konfliktních rodin s jedinci, pocházejícími z rozvedených i úplných rodin.

Další výzkumná cesta by mohla vést k prozkoumání porozvodového uspořádání a jeho vlivu na děti. Tato možnost mě napadla na základě poznatků Warshaka (1996) a Bausermana (2002). Warshak (1996) uvádí, že děti ve výhradní péči rodiče stejného pohlaví – tedy chlapci v péči otců a dívky v péči matek – byly přizpůsobeny lépe než děti ve výhradní péči rodiče opačného pohlaví. Bauserman (2002) uvedl závěry metaanalýzy, které poukazují na výrazně lepší adaptaci dětí ve společné (střídavé) péči. Obávám se však, že aplikace výzkumů zaměřených na výše uvedená dvě témata, by v našem českém prostředí byla náročná na provedení, neboť děti jsou v naší republice ve více než 80 % svěřeny do péče matky.

Aplikace poznatků získaných zkoumáním zvládnutí rozvodu rodičů dětmi by mohla obohatit především rodinné poradenství a terapii a dále najít uplatnění všude tam, kde je hlavním tématem rozpad manželství se závislými dětmi.

Rodiče by měli být upozorňováni na možné dopady, krátkodobé i dlouhodobé, na jejich děti, a být tedy poučeni o možnostech, jak pomoci dětem s vyrovnáváním se s rozvodovou situací.

12. ZÁVĚR

Cílem mé diplomové práce bylo identifikovat to, co mladým dospělým v dětství pomohlo zvládat situaci rozvodu rodičů a co jim tuto situaci zhoršovalo. V teoretické části práce jsem uvedla některé odborné prameny, které mi umožnily získat informace o dané problematice, ze kterých jsem vycházela při přípravě rozhovoru. Uvědomuji si, že téma rozvodu a jeho zvládnání dětmi je mnohem širší než je mé pojetí tohoto tématu, a že jsem použila jen zlomek dostupných zdrojů a poznatků v dané oblasti.

Z kvalitativní analýzy vyplynuly výsledky, které vypovídají o převážně negativním prožívání rozvodu rodičů probandy. Ačkoliv téměř polovina probandů uvádí, že je s prožitou situací rozvodu vyrovnaná, někteří z těchto jedinců však dodávají, že stále cítí jistý vliv dané situace na jejich život. Dále jsem identifikovala protektivní i rizikové faktory, které hrají významnou roli v rozvodovém období, a které se často objevovaly také v poznacích odborné literatury. Výsledky výzkumu se však odvíjí od analýzy dat mého výzkumného souboru, neaspírají tedy na zobecnění.

Probandi mi svými rozhovory poskytli mnoho zajímavých informací o tom, jak se děti cítí, když se rozpadá skupina jejich nejbližších lidí. Na některých jedincích jsem pozorovala stále trvající smutek z této zkušenosti, a někteří jej dali najevo přímo – pláčem. Jsem ráda, že pro některé jedince nebyl rozhovor na toto téma jen znovuotevřením citlivého období života, ale že měl pro ně význam ve smyslu „terapie“ nebo „ucelení tématu“.

Svou diplomovou práci uzavírám připomínkou, že ačkoliv se rozpadá manželství či partnerství dvou dospělých lidí, měli by tito jedinci myslet na slova Z. Dytrycha, uvedená v úvodu této práce: „*Přestali jste být manželi, ale zůstáváte rodiči.*“

BIBLIOGRAFIE

Amato, P. (2000). The consequences of divorce for adults and children. *Journal of Marriage and Family*, 62(4), 1269-1287.

Amato, P. (2001). Children of divorce in the 1990s: An update of the Amato and Keith (1991) meta-analysis. *Journal of Family Psychology*, 15(3), 355-370.

Amato, P. (2003). Reconciling divergent perspectives: Judith Wallerstein, quantitative family research, and children of divorce. *Family Relations*, 52(4), 332-339.

Amato, P., & Booth, A. (1991). Consequences of parental divorce and marital unhappiness for adult well-being. *Social Forces*, 69(3), 895-914.

Amato, P., & Gilbreth, J. (1999). Nonresident fathers and children's well-being: A meta-analysis. *Journal of Marriage and the Family*, 61(3), 557-573.

Amato, P., & Keith, B. (1991a). Parental divorce and the well-being of children: A meta-analysis. *Psychological Bulletin*, 110(1), 26-46.

Amato, P., & Keith, B. (1991b). Parental divorce and adult well-being: A meta-analysis. *Journal of Marriage and the Family*, 53(1), 43-58.

Amato, P., & Keith, B. (1991c). Separation from a parent during childhood and adult socioeconomic attainment. *Social Forces*, 70(1), 187-206.

Ballnik, P. (2012). *Otcem i po rozvodu*. Praha: Portál.

Bandura, A. (1977). Self-efficacy: Toward a unifying theory of behavioral change. *Psychological Review*, 84(2), 191-215.

Baumgartner, F. (2001). Zvládanie stresu - coping. In J. Výrost & I. Slaměník (Eds.), *Aplikovaná sociální psychologie II* (pp. 191-208). Praha: Grada.

Bauserman, R. (2002). Child adjustment in joint-custody versus sole-custody arrangements: A meta-analytic review. *Journal of Family Psychology*, 16(1), 91-102.

Berger, M., & Gravillon, I. (2011). *Když se rodiče rozvádějí: jak pochopit cítění dítěte a jak mu pomoci*. Praha: Portál.

Bowlby, J. (2010). *Vazba: teorie kvality raných vztahů mezi matkou a dítětem*. Praha: Portál.

Braun, V., & Clarke, V. (2006). Using thematic analysis in psychology. *Qualitative Research in Psychology*, 3(2), 77-101.

Coloroso, B. (2008). *Krizové situace v rodině: jak pomoci dětem překonat smrt blízkého člověka, nemoc, rozvod a traumata adopce*. Praha: Ikar.

Český statistický úřad. (2013, August 19). *Rozvodovost*. Retrieved April 5, 2014 from: <http://www.czso.cz/csu/redakce.nsf/i/rozvodovost>.

Daniel, J. (1984). *Psychická zátěž v laboratorních a terénních podmínkách*. Bratislava: Veda.

Davies, P., & Cummings, E. (1994). Marital conflict and child adjustment: An emotional security hypothesis. *Psychological Bulletin*, 116(3), 387-411.

Dolanská, P. (n.d). *Společná a střídavá péče*. Asociace neúplných rodin. Retrieved April 5, 2014 from: <http://www.asociaceneuplnychrodin.cz/spolecna-a-stridava-pece>.

Dudová, R., & Hastrmanová, Š. (2007). *Otcové, matky a porozvodová péče o děti*. Praha: Sociologický ústav Akademie věd České republiky.

Dunovský, J. (1999). *Sociální pediatrie: vybrané kapitoly*. Praha: Grada.

Ebling, R., Pruett, K., & Pruett, M. (2009). Get over it: Perspectives on divorce from young children. *Family Court Review*, 47(4), 665-681.

Eis, Z. (1994). *Krize všedního dne*. Praha: Grada.

Elliot, J., & Place, M. (2002). *Dítě v nesnázích: prevence, příčiny, terapie*. Praha: Grada.

Everett, C., & Everett, S. (2000). *Zdravý rozvod pro rodiče i děti: původní, klinicky ověřený program provázející čtrnácti etapami procesu rozchodu, rozvodu až k případnému uzavření nového manželství*. Praha: Talpress.

Gardner, R. A. (1996). *Syndrom zavrženého rodiče*. Praha: Ministerstvo práce a sociálních věcí ČR.

Hanzlíček, L. (1983). *Psychiatrická encyklopedie: část věcná*. (pp. 2587-2950). Praha: Výzkumný ústav psychiatrický.

Hartl, P., & Hartlová, H. (2000). *Psychologický slovník*. Praha: Portál.

Hetherington, E. (2003). Intimate pathways: Changing patterns in close personal relationships across time. *Family Relations*, 52(4), 318-331.

Holahan, Ch. J., & Moos, R. H. (1987). Personal and contextual determinants of coping strategies. *Journal of Personality and Social Psychology*, 52(5), 946-955.

Holmes, T. H., Rahe, R. H. (1967). The social readjustment rating scale. *Journal of Psychosomatic Research*. 11(2), 213–218.

Horáková Hoskovcová, S. (2006). Příprava dítěte na zátěžové situace. In L. Šulová, *Problémové dítě a hra* (pp. 1-14). Praha: Raabe.

Hoskovcová, S. (2003). Jak se dítě vyrovnává a učí vyrovnávat s životními nároky. In L. Šulová & C. Zaouche-Gaudron, *Předškolní dítě a jeho svět: l'enfant d'âge préscolaire et son monde* (pp. 367-378). Praha: Karolinum.

Hoskovcová, S. (2004a). Jak provázet dítě k vyšší psychické odolnosti. In L. Šulová, *Problémové dítě a hra* (pp.). Praha: Raabe.

Hoskovcová, S. (2004b). Odolnost dítěte vůči stresu. In L. Šulová, *Problémové dítě a hra* (pp. 1-22). Praha: Raabe.

Hoskovcová, S., & Suchochlebová Ryntová, L. (2009). *Výchova k psychické odolnosti dítěte*. Praha: Grada.

Hošek, V. (1999). *Psychologie odolnosti*. (2nd ed.). Praha: Karolinum.

Jedlička, R., Klíma, P., Kořa, J., Němec, J., & Pilař, J. (2004). *Děti a mládež v obtížných životních situacích: nové pohledy na problematiku životních krizí, deviací a úlohu pomáhajících profesí*. Praha: Themis.

Justice.cz. (2013, September 6). *Přehled o pravomocných rozhodnutích soudů o opatrovnických věcech - počet práv* [Data file]. Retrieved April 5, 2014 from: <http://cslav.justice.cz/InfoData/prehledy-statisticky-listu.html>.

Kelly, J., & Emery, R. (2003). Children's adjustment following divorce: Risk and resilience perspectives. *Family Relations*, 52(4), 352-362.

Kirby, J. (2002). The influence of parental separation on smoking initiation in adolescents. *Journal of Health and Social Behavior*, 43(1), 56-71.

Kohn, P. (1996). On coping adaptively with daily hassles. In M. Zeidner & N. S. Endler (Eds.), *Handbook of Coping* (pp. 181-200). New York: Wiley.

Kraska-Lüdecke, K. (2007). *Nejlepší techniky proti stresu*. Praha: Grada.

Křivohlavý, J. (1994). *Jak zvládat stres*. Praha: Grada.

Křivohlavý, J. (2001). *Psychologie zdraví*. Praha: Portál.

Křivohlavý, J. (2004). *Pozitivní psychologie*. Praha: Portál.

Lansford, J. (2009). Parental divorce and children's adjustment. *Perspectives on Psychological Science*, 4(2), 140-152.

Laumann-Billings, L., & Emery, R. (2000). Distress among young adults from divorced families. *Journal of Family Psychology*, 14(4), 671-687.

Lazarus, R. S. (1966). *Psychological stress and the coping process*. New York: McGraw-Hill.

Mareš, J. (2001). Teoretické přístupy ke zkoumání sociální opory. In J. Mareš (Ed.), *Sociální opora u dětí a dospívajících* (2nd ed.), (pp. 5-12). Hradec Králové: Nucleus.

Matějček, Z. (1992). *Dítě a rodina v psychologickém poradenství*. Praha: Státní pedagogické nakladatelství.

Matějček, Z. (1994). *O rodině vlastní, nevlastní a náhradní*. Praha: Portál.

Matějček, Z., & Dytrych, Z. (1992). *Přestali jste být manželi, ale zůstáváte rodiči*. Praha: H&H.

Matějček, Z., & Dytrych, Z. (1994). *Děti, rodina a stres: vybrané kapitoly z prevence psychické zátěže u dětí*. Praha: Galén.

Matějček, Z., & Dytrych, Z. (1998). Riziko a resilience. *Československá psychologie*, 42(2), 97-105.

Matějček, Z., & Dytrych, Z. (2002). *Krizové situace v rodině očima dítěte*. Praha: Grada.

Matoušek, O. (1993). *Rodina jako instituce a vztahová síť*. Praha: Sociologické nakladatelství.

Miovský, M. (2006). *Kvalitativní přístup a metody v psychologickém výzkumu*. Praha: Grada.

Mlčák, Z. (1999). *Psychická zátěž u dětí základní školy*. Ostrava: Ostravská univerzita.

Peris, T., & Emery, R. (2004). A prospective study of the consequences of marital disruption for adolescents: Predisruption family dynamics and postdisruption adolescent adjustment. *Journal of Clinical Child and Adolescent Psychology*, 33(4), 694-704.

Plaňava, I. (1994a). *Jak se nerozvádět*. Praha: Grada.

Plaňava, I. (1994b). Rozvodové poradenství a terapie: možná východiska, cíle a strategie. *Psychológia a patopsychológia dieťaťa*, 29(1), 51-61.

Plaňava, I. (2000). *Manželství a rodina. Struktura, dynamika, komunikace*. Brno: Doplněk.

Portnoy, S. (2008). The psychology of divorce: A lawyer's primer, part 2: The effects of divorce on children. *American Journal of Family Law*, 21(4), 126-134.

Praško, J. (2003). *Jak se zbavit napětí, stresu a úzkosti*. Praha: Grada.

Ross, C., & Mirowsky, J. (1999). Parental divorce, life-course disruption, and adult depression. *Journal of Marriage and the Family*, 61(4), 1034-1045.

Ross, C., & Wu, C. (1995). The links between education and health. *American Sociological Review*, 60(5), 719-745.

Rotter, J. (1966). Generalized expectancies for internal versus external control of reinforcement. *Psychological Monographs: General and Applied*, 80(1), 1-28.

Ruiselová, Z. (2000). *Adjustačné problémy, charakteristiky zvládania a osobnosť adolescentov*. Bratislava: Ústav experimentálnej psychológie SAV.

Rutter, M. (1987). Psychosocial resilience and protective mechanisms. *American Journal of Orthopsychiatry*, 57(3), 316-331.

Shelton, K. H., & Harold, G. T. (2007). Marital conflict and children's adjustment: The mediating and moderating role of children's coping strategies. *Social Development*, 16(3), 497-512.

Scheier, M., & Carver, C. (1985). Optimism, coping, and health: Assessment and implications of generalized outcome expectancies. *Health Psychology*, 4(3), 219-247.

Smith, H. (2004). *Děti a rozvod*. Praha: Portál.

Sobotková, I. (2007). *Psychologie rodiny* (2nd ed.). Praha: Portál.

South, S., Crowder, K., & Trent, K. (1998). Children's Residential Mobility and Neighborhood Environment following Parental Divorce and Remarriage. *Social Forces*, 77(2), 667-693.

Stroebe, W., Jonas, K. (2006). Psychologie zdraví: sociálněpsychologické hledisko. In M. Hewstone & W. Stroebe (Eds.), *Sociální psychologie: moderní učebnice sociální psychologie* (pp. 573-615). Praha: Portál.

Šolcová, I. (2009). *Vývoj resilience v dětství a dospělosti*. Praha: Grada.

Šolcová, I., & Kebza, V. (1999). Sociální opora jako významný protektivní faktor. *Československá psychologie*, 43(1), 19-38.

Špaňhelová, I. (2010). *Dítě a rozvod rodičů*. Praha: Grada.

Šulová, L. (2005a). *Raný psychický vývoj dítěte*. Praha: Karolinum.

Šulová, L. (2005b). Rozvod rodičů a jeho vliv na dítě. In L. Šulová (Ed.), *Problémové dítě a hra* (pp. 1-16). Praha: Raabe.

Teyber, E. (2007). *Děti a rozvod*. Praha: Návrat domů.

Vágnerová, M. (2004a). *Psychopatologie pro pomáhající profese* (3rd Rev. ed.). Praha: Portál.

Vágnerová, M. (2004b). *Základy psychologie*. Praha: Karolinum.

Vágnerová, M. (2007). *Vývojová psychologie II.: dospělost a stáří*. Praha: Karolinum.

Výrost, J. (1997). Trochu terminologie: životné udalosti, stresové situácie, náročné životné situácie a ich zvládanie, resp. stratégie riešenia. *Psychológia a patopsychológia dieťaťa*, 32(2), 140-143.

Wallerstein, J., & Lewis, J. (2004). The unexpected legacy of divorce: Report of a 25-year study. *Psychoanalytic Psychology*, 21(3), 353-370.

Warshak, R. (1996). *Revoluce v porozvodové péči o děti*. Praha: Portál.

Warshak, R. (2003). *Rozvodové jedy*. Praha: Triton.

Wikipedia: the free encyclopedia [online]. (2014, January 19). *Holmes and Rahe stress scale: Non-Adults*. Retrieved April 6, 2014 from:
http://en.wikipedia.org/wiki/Holmes_and_Rahe_stress_scale.

PŘÍLOHY

Příloha 1: Scénář polostrukturovaného interview

- garance anonymity
- důraz na vlastní názory – neptáme se vás jakožto expertů, vypovídejte sami za sebe
- neexistují dobré nebo špatné odpovědi, všechny vaše názory nás zajímají
- informace o záznamu (zápis, nahrávání a 5 let archivace, poté likvidace)
- záměr výzkumu: zjistit, jak mladí lidé zpětně vnímají situaci rozvodu rodičů a jak tuto zkušenost zvládali
- upozornit na právo zeptat se na cokoli, pokud něco není jasné, srozumitelné a právo neodpovídat na otázku, pokud je pro respondenta ohrožující
- délka rozhovoru cca 90 minut

❖ Seznámení

1. Na úplný úvod bych vás ráda poprosila, zda byste mohli říci něco o sobě, jen pár slov.
(Kolik vám je let? Čím se živíte/kde pracujete/či co studujete? Jak trávíte svůj volný čas?)

❖ Asociace

2. Když se řekne rozvod, co vás napadne, co vám projde hlavou jako první?
3. Co ještě? (emoce, situace....) Představuje pro vás rozvod pozitivní/neutrální/negativní asociaci? Co dál?

❖ Rodinný příběh

4. Vyprávějte mi, prosím, o vaší rodině - zkuste mi říct, co všechno považujete za podstatné, může to být cokoli.
5. Teď bych vás poprosila, zda byste mi vyprávěli příběh o rozvodu rodičů jako člověku, který u toho nikdy nebyl - jak to u vás bylo? (Jak to začalo? Jak to probíhalo? Jak dlouho to trvalo? Jak se kdo choval? Jaké byly emoce v rodině? Jaké byly vztahy v rodině i mimo ni? Jaké bylo prožívání v rodině?)
6. Jak a kdy jste se to dozvěděli – kdo vám to řekl a jakým způsobem? Co jste dělali vy a co jste cítili a co vám probíhalo hlavou?

❖ Situace rozvodu rodičů

7. Jak jste zvládali období rozvodu rodičů?

8. Kdo vám pomohl nebo naopak zhoršoval situaci? O koho jste se mohli nebo nemohli opřít?

– Předložit: Karta 1: Sociální síť

9. Co vám pomohlo nebo naopak zhoršovalo situaci? Co ještě? Co dál? (tazatel zapisuje na papír všechny položky) Kdybyste teď měli udělat nějakou hierarchii, co vám pomohlo nejvíce až po to, co vám pomohlo nejméně?

❖ **Situace po rozvodu rodičů**

10. Jak jste zvládali období po rozvodu rodičů – je nějaké takové období? Zvykli jste si

novou situaci? Případně jak dlouho to trvalo?

11. Co se vám honilo hlavou, na co jste mysleli? Případně jaká byla vaše přání? Jak jste se cítili, jaké byly vaše pocity po rozvodu?

12. Kdo vám v tomto porozvodovém období pomohl nebo naopak zhoršoval situaci? O koho jste se mohli nebo nemohli opřít?

13. Co vám pomohlo po rozvodu rodičů nebo naopak co zhoršovalo situaci? Co ještě, co dál (tazatel zapisuje na papír všechny položky) Kdybyste teď měli zase udělat nějakou hierarchii, co vám pomohlo nejvíce až po to, co vám pomohlo nejméně?

❖ **Tady a teď**

14. Teď jsme se dostali hodně blízko k vašim vzpomínkám... Co cítíte teď, když hovoříte o rozvodu svých rodičů? Co ještě? Je něco, na co se zlobíte? Co šlo třeba udělat lépe? Nebo z čeho máte naopak radost? Jaké emoce se v tom teď objevují? Jaké ještě? A jaké myšlenky?

15. Vnímáte nějaká pozitiva na rozvodu svých rodičů?

16. Změnilo se vaše vnímání rozvodu vlastních rodičů teď, když jste dospělí? Chápete nějaké věci jinak než v dětství?

17. Máte pocit, že je rozvod něčím, s čím se dá vyrovnat? Proč si to myslíte?

18. Když bych se zeptala přímo – jak jste s tím vyrovnaný/nevyrovnaný na stupnici od jedné (naprosto vyrovnaný) do desíti (naprosto nevyrovnaný), kam byste se umístili?

❖ **Vliv rozvodu rodičů na vztahy dítěte**

19. Jaký je váš postoj k partnerskému či manželskému životu?

20. Myslíte si, že rozvod má vliv na vaše další vztahy? (Spontánně nechat odpovédět, případně pak: Mám na mysli, jestli vás to nějak ovlivňuje, například když si vybíráte partnera, mluvíte (přemýšlíte) o dětech, díváte se na film – zkrátka jestli se to ve vašem životě nějak objevuje? Jak? Jak ještě?; pokud ne: Určitě ne? Určitě jste na to od rozvodu rodičů nepomyslel?)

21. Kdybyste měli ještě jednou konkretizovat: jaké měla nebo má tato zkušenost vliv na vaše vztahy v partnerském či manželském životě, při výběru partnera?

❖ **Závěr**

22. Na závěr bych se vás chtěla zeptat, zda byste chtěli něco dodat, co nebylo zmíněno?

23. Co byste vzkázali lidem, kteří se rozvádějí? Jaká by byla vaše doporučení pro rozvádějící se rodiče z pohledu někoho, kdo to zažil jako dítě?

Děkuji za rozhovor.

Příloha 2: Karta: Sociální síť

- a) Lidé, bez kterých jste si tehdy neuměl/a život představit**
- b) Lidé, kteří Vám byli nablízku, ale ne až tak moc jako lidé v a)**
- c) Lidé, kteří Vám byli méně nablízku, ale přesto pro vás tehdy byli důležití**

Příloha 3: Dotazník

KÓD:

Jméno uváděné v DP:

Kontakt (v případě souhlasu s možným kontaktováním v budoucnosti):

Pohlaví:

Věk (nyní):

Věk v době rozvodu:

Stav:

Pokud jste ve vztahu, jak dlouho tento vztah trvá? Žijete spolu ve společné domácnosti?

Vzdělání:

Bydliště (obec méně než 5000 obyvatel, 5000 - 50 000 obyvatel, město 50 000 a více obyvatel, hl. m. Praha):

Věk otce:

Věk matky:

Sourozenci (počet, pohlaví, věk):

Další rodinní příslušníci + věk (pokud věk znáte):

Našli si Vaši rodiče po rozvodu nového partnera/partnerku či vzali se s někým dalším?

Příloha 4: Informovaný souhlas



Informovaný souhlas

Ve spojitosti s výzkumem v rámci diplomové práce na téma „Zvládnání zkušenosti rozvodu rodičů dětmi“ žádám Vás tímto o souhlas s pořizováním písemného zápisu a audio nahrávky rozhovoru pro výzkumný projekt v souvislosti s výše zmíněnou diplomovou prací.

Vzhledem k citlivosti zkoumané problematiky je náležitá pozornost věnovaná bezpečí participantů výzkumu a etickým souvislostem. Důraz je kladen zejména na:

- **Anonymitu participantů – v prepisech rozhovorů budou odstraněny či změněny identifikující údaje (jméno). Po přepsání rozhovoru budou audionahrávky smazány.**
- **Mlčenlivost výzkumnice ve vztahu k osobním údajům o účastnících výzkumu.**
- **Participantů mají právo kdykoli od výzkumné aktivity odstoupit.**

Děkuji za pozornost věnovanou těmto informacím, a žádám Vás tímto o poskytnutí souhlasu s Vaší účastí v tomto výzkumu.

Zuzana Dolejšová

Podpis:

Podle zákona 101/2000 Sb. o ochraně osobních údajů ve znění pozdějších předpisů uděluji souhlas s účastí v uvedeném výzkumném projektu a s poskytnutím výzkumného materiálu.

Vdne

Jméno a příjmení:

Podpis:

Příloha 5: Transkripce vybraného rozhovoru

Petra: žena, 27 let, věk v době rozvodu rodičů: 6 let

Vysvětlivky: I = interviewer, P = proband

- 1 I: Na úplný úvod bych se tě zeptala, jestli bys mohla říci něco o sobě, jen pár slov, může
2 to být cokoliv.
- 3 P: Jo, takže je mi 27 let teď, moji rodiče se rozvedli vlastně před 21 lety, když mi bylo
4 6. A žiju...měli jsme takový... Něco třeba o tý rodině mám mluvit?
- 5 I: Jen o tobě.
- 6 P: Jsem vdaná, manželství je pro mě důležité a studuju a pracuju.
- 7 I: Děkuju. Tak a když se řekne rozvod, tak co tě napadne?
- 8 P: Něco nepříjemného, nepříjemnost. Nějaký jako rozkol.
- 9 I: Ještě něco?
- 10 P: A léto, protože se to jako stalo v létě. No, naši se rozvedli v létě, proto to mám
11 spojený s tímto ročním obdobím.
- 12 I: Ještě se vybavují nějaké emoce, situace, ještě tě něco napadá? Co se ti honí hlavou?
- 13 P: Stud. Že v té době, kdy se naši rozváděli, tak se ještě vlastně nikdo jako nerozváděl.
14 A já jsem se za to velmi jako st...jsem cítila velmi jako silně stud, jakoby že jsem to
15 jakoby tajila a zvlášť jako v té třídě, ve škole.
- 16 I: Takže je to pro tebe jaká asociace? Negativní, pozitivní, neutrální?
- 17 P: Negativní.
- 18 I: Řekla bys mi něco o vaší rodině? Co považuješ za podstatné.
- 19 P: Já totiž vždycky, když mi někdo říkal o rozvodu svých rodičů, tak to bylo strašně
20 jako dramatický, to zas já nemůžu říct, že by u nás to takhle bylo, protože myslím, že
21 naši se jako v rámci možností rozvedli hrozně jako hezky. A protože u nás je to ještě
22 takový jako specifický, protože moje mamka nebo žijeme na malém městě, pocházím z
23 malého města a žili jsme v 2generačním domě, kde dole bydleli babička s dědou, což
24 byli rodiče taťky a my jsme bydleli nahoře s mamkou a s taťkou, že jo. No a jakoby ta
25 situace je pořád stejná, že mamka bydlí v tom domě se svojí tchýní vlastně bejvalou i
26 teď po těch 20 letech. Takže mi to vlastně jakoby přišlo takový, že oni, já se nikdy
27 úplně nepamatuju, že by s náma naši o tom mluvili, že se jako rozvedou. Prostě to tak
28 nějak jakoby vplynulo, že taťka se přestěhoval dolů, jako ke svým rodičům, a pak se
29 jako odstěhoval někam jinam, ale že vždycky byl takovou součástí té naší jako rodiny,

1 že tam vždycky chodil, vždycky tam nějak jako byl. Že se vůbec ani jako nepamatuju,
2 že by se o nás nějak jako soudili, že bysme chodily někam k soudu, to vůbec, to myslím,
3 že ani ne. A nebo že bysme se stýkaly jako s tátou nějak pravidelně, to fakt jako nikdy,
4 to bylo tak, že prostě tam byl, že tam mohl chodit většinou kdy jako, nebo co si
5 pamatuju, že jsme nikdy neměly řízený ty jako styky třeba.

6 I: Takže jste pořád žili pohromadě, akorát jste žili ve vedlejším bytě.

7 P: Ano. Že pak se vlastně taťka úplně přestěhoval, ale vždycky tam jako byl, že jsem
8 neměla pocit, že by tam jako v té rodině nefungoval. A fungoval tam i třeba jako
9 takovej ten, starost o domácnost, ty mužský práce, to u nás ten táta dělal furt jo. To dělá
10 vlastně do teď. Jo protože oba mí rodiče mají partnery a taťka vlastně žije s tou novou
11 partnerkou, mamka nežije s tím novým partnerem, takže si vlastně nějak pořád
12 pomáhají, že jsou v takový symbióze i přes tu babičku, že moje mamka se vlastně stará
13 o jeho matku, že se pořád jako, jsou pořád nějak zavázaný, a to bylo vlastně vždycky.

14 I: Dobře. A vyprávěla bys mi teď příběh o rozvodu? Jak to bylo, jak to začalo, jak to
15 probíhalo?

16 P: Já si jako pamatuju, já myslim, že jsme byli taková asi jako normální rodina, mám
17 ještě sestru jednu, ségru mám starší, o 4 roky. Nikdy jsem nepocítovala nic jako
18 výjimečného, jako že se naši občas hádali, ale hádali se těma takovýma způsobama, že
19 jsme to jako moc nikdy neviděly, že jsme u toho nikdy nebyly. Ale je fakt, že mamka
20 byla vždycky víc taková scénistka, taková víc jako, že si i pamatuju takovou jako, na
21 naše poslední Vánoce, kdy byli spolu, to mi bylo šest, pět. A taťka jako větral a mamka
22 nesnášela to větrání a šla se jako demonstrativně převlíct, to je takovej jeden můj
23 zážitek a bylo to přímo o tom Štědrým večeru, že jako odešla. A vim, že bylo to asi
24 nějak napjatý, ale třeba o tom samotným rozvodu s náma nemluvili, až potom jsme se to
25 jako dozvěděly, já třeba mnohem později, že taťka někoho měl, nějaký jako jinej vztah
26 a že to byl jeden z těch důvodů, proč se jakoby i naši rozvedli. Asi ne jako ten primární,
27 tam bylo spoustu věcí, protože vim, že když se teď jako o tom s mamkou bavíme a ona
28 jakoby našťestí prošla takovým tím sebekritickým pohledem, protože vždycky si jako
29 představíme maminku mamky a maminku taťky, oni jsou obě úplně jiný a ty rodiny
30 jsou prostě úplně jiný a taťka byl vždycky velmi jako emotivní a je pořád jako víc
31 emotivní než mamka, která je taková někdy psí čumák a myslim si, že před tím

1 rozvodem musela bejt psí čumák jako echt. A myslim si, že se to jako bilo tyhle věci a
2 to je asi prazákklad toho, proč se naši rozešli.

3 I: Ty jsi říkala, že jsi se to dozvěděla pozdějc, jak jsi poznala, že se rozváděj nebo jak to
4 probíhalo? Tatínek se odstěhoval nebo...?

5 P: No on se právě odstěhoval dolů, jakoby k babičce, ale vůbec si nepamatuju, že by si s
6 náma sedli a řekli "děje se tohle a tohle", na to si vůbec nepamatuju. Asi předpokládám,
7 že nám to nějak sdělili, ale nepamatuju si to.

8 I: A když ten tatínek bydlel dole, tak jak jsi to vnímala?

9 P: My jsme tam jako normálně chodily za ním jako normálně. Vlastně k babičce a vim,
10 že jsme tam k němu chodily i spát, jakože jsem občas spala dole. Ale vůbec si
11 nepamatuju, že by tam proběhlo něco.

12 I: Takže jsi nepocítovala žádnou změnu nebo že je něco jinak? Nebo sestra neřekla ti
13 něco?

14 P: Ne, vim, že on jako potom chodil i k nám nahoru.

15 I: Kdy jsi se to dozvěděla?

16 P: Tak určitě s tím, že se rozvedli, až potom tak ve druhý třídě, kdy jako jsem se s tím
17 střetla jako i v tý škole, protože se mě na to někdo zeptal, že jako "tvý rodiče spolu
18 nežijou a proč spolu nežijou". Někdo ze spolužáků a pak se objevilo to, že v paralelní
19 třídě chodila právě dcera tý pani, s kterou tat'ka potom žil, takže tam se to jako objevilo.

20 I: A co jsi pocítovala, když jsi se s tím takhle setkala nebo jsi to musela najednou řešit?

21 P: Já jsem to jako skrejvala, že jako je to normální, já si pamatuju, že ta dcera tý
22 tat'kovy přítelkyně vyprávěla něco, jakože byli na houbách a byli tam s panem N. a já
23 jsem teď jako vysvětlovala, že to jsou jako kamarádi a že takhle to je normální. A to už
24 jsem věděla, že spolu žijou, ale nechtěla jsem o tom jako vůbec mluvit. Vždycky jsem
25 to tak zahrála do autu.

26 I: A to už tedy tatínek byl odstěhovanej?

27 P: Ano, on se odstěhoval pryč tak někdy v tý druhý třídě.

28 I: A to byl tedy nějaký zlom, kdy jsi se to dozvěděla.

29 P: Ano. To nám asi taky řekl, že prostě bude bydlet jinde, ale ono se jakoby nic zásadně
30 jako nezměnilo v tom fungování.

31 I: A rozvod proběhl kdy? Ještě později?

32 P: Ne, to bylo v první třídě. Ten byl v létě, kdy jsem šla do první třídy.

1 I: Asociace toho léta je tedy spíš zpětně, to léto jsi to ještě nezaznamenala.

2 P: Jako věděla jsem, že se něco děje a já jsem to hlavně věděla taky proto, protože ta
3 ostatní rodina, ta širší, se na to tak nenápadně ptali a já jsem pořád nevěděla, proč se mě
4 ptaj jako kam třeba naši jeli a to vim, že jeli na ten rozvod, zpětně to vim. A sestřenice
5 se mě ptala, jestli mě naši brali k tomu soudu a já jsem vůbec nechápala, na co se mě
6 vůbec ptá. Já vim, že to léto tam to proběhlo.

7 I: A jaké byly v rodině emoce, jak se kdo choval?

8 P: Myslím, že se naši jako právě spolu vůbec nebavili, že to bylo takové období jako,
9 kdy byla mamka taková jako hodně protivná a taťka byl spíš takovej jakoby že hodně,
10 hodně jako couval v kontaktu s ní a byl často, jako třeba plakal. A to bylo takový jako,
11 to bylo prostě divný. A to, že přestal o Vánocích plakat, to skončilo asi s mými
12 šestnáctými narozeninami nebo když mi bylo 15, 16 jo. On vždycky přišel jako na
13 návštěvu, večeřel s náma a pak odcházel a plakal, v taťkovi bylo mnohem víc takový
14 lítosti než v mamce, která jako byla spíš ta zhrzená. A myslím, že dlouho byla jako
15 zhrzená, že s tím bojovala mnohem jako útočně ona.

16 I: A ta iniciativa, co se týče rozvodu, byla spíš ze strany otce?

17 P: Ze strany otce. Ale to jsem se dozvěděla taky až dýl, to jsem se dozvěděla až v 10, v
18 11, že jsem někde objevila ty rozvodový papíry. A vim, že jsem to dávala číst i ségře a
19 ta to vůbec nechtěla číst, jakože jsme tohle spolu vlastně nikdy nesdílely.

20 I: Ty jsi říkala, že se před váma moc nehádali, jak jsi to tedy zaznamenala, co bylo jiný?

21 P: To byly takový ty rozpory, že něco udělal taťka a mamka šla proti tomu. A nebo
22 mamka a on jí to jako vyčítal. A třeba večer, že jsem se šla napít a naši se tam jako
23 hádali. A vim, že taky jsem to zaznamenala tím, že spolu nespali v jedný místnosti. To
24 bylo v těch 5, 6 letech, než došlo k tomu rozvodu. Ale vůbec jsem netušila, že by taťka
25 někoho měl, to jsem vůbec jako nevěděla, s tím jsem se střetla až v tý škole. A až když
26 se odstěhoval, tak to bylo jasný.

27 I: A jaké byly vztahy celkově, ať už mezi váma - tou úzkou rodinou, nebo i tou širší?

28 P: Tak babička s dědou z taťkovy strany, to bylo jako pořád stejný, že si myslím, že ani
29 mamce jako nic nevyčítali, myslím si, že ani jako taťkovi ne. Nepamatuju si, že by to
30 bylo nějaký vypjatý, s babičkou a dědou vůbec, nebo s dědou trochu, že byl takovej
31 morous, ale s babičkou, to vůbec ne. Já si myslím, že tam to bylo vždycky normální a

1 potom jako bratranec a sestřenice, se kterými jsme se hodně stýkali, právě ze strany
2 tatky, tak ty se mě na to ptali třeba, ale jinak to bylo spíš tabu.

3 I: A jak dlouho u vás probíhal rozvod?

4 P: Já to moc nevím, ale podle těch papírů asi půl roku. Že v zimě podal nějaký návrh a v
5 létě byli už rozvedení.

6 I: A jak jsi to prožívala, jaké emoce se ti vybaví k tomuto období?

7 P: Jako nejistota. Protože jak jsme vlastně ty informace jako neměly a cítily jsme
8 takovou tu nejistotu z toho okolí a zvědavost toho okolí a já jsem si to úplně neuměla
9 vysvětlit, proč mi dávají takové otázky a cítila jsem, že je to divný. Třeba si vůbec
10 nepamatuju, že bych o tom mluvila se sěgrou, to vůbec nevím. Je to nejistota, která byla
11 způsobená nedostatkem informací.

12 I: A když se tě zeptám, kdy a jak jste se to dozvěděly a kdo vám to řekl, tak směřujeme
13 do té druhé třídy? Jestli vám to někdo řekl.

14 P: Já to nevím, nepamatuju si, že by mi to někdo řekl. A bylo to ještě v takové době,
15 kdy to nebylo ještě normální nebo těch rozvodů nebylo ještě v mém okolí tolik. Takže
16 já jsem se o něčem takovém dozvěděla vlastně asi až v té druhé třídě, když se rozváděli
17 té mojí kamarádce ty rodiče a zjistila jsem, že je to vlastně to samý. Ale vůbec si
18 nepamatuju, že by o tom jako naši mluvili, to nevím.

19 I: Co ti probíhalo hlavou, když jsi se to dozvěděla, třeba v té druhé třídě?

20 P: Aspoň už to bylo pojmenovaný, ta situace se už děla, naši spolu nežili už asi půl roku
21 vlastně vůbec, takže to bylo aspoň pojmenovaný, že to byla taková ta jistota, akorát na
22 to nasedala zase ta nejistota toho, že tam byla ta dcera té přítelkyně a já jsem vůbec
23 nevěděla, jak s tím mám jako pracovat a jak s tím vůbec zacházet. My jsme vůbec jako
24 nefungovaly v té nové rodině a cejtím, že to je špatný, že nám měl táta ten svůj jinej
25 život jako ukázat. Jako že mu to v té době bylo asi nepříjemný a mamka byla asi proti
26 tomu, asi, nevím, ale teď to cejtím, že to bylo špatně, že jsme nechodily k němu domu.
27 A neznaly jsme vůbec jeho přítelkyni, já jsem se třeba vyhýbala té její dceři, protože
28 jsem nevěděla vůbec, jak se k ní mám chovat. A bylo mi to nepříjemný.

29 I: A jak jsi zvládala to období rozvodu? Jestli tě napadá ještě něco, co bys k tomu chtěla
30 dodat.

31 P: Ono to bylo pro nás takový jako tajemný a já jsem nevěděla, že by se dělo něco jako
32 divnýho a nikdo nás neseznámil s důsledkama toho aktu, tak myslím, že kromě té

1 nejistoty, která z toho přirozeně jako plyne, tak si nepamatuju, že by to bylo nějaký jako
2 strašný období života. Protože se tam jako nějaká událost, která by byla nabitá emocí, ať
3 už negativní nebo pozitivní, vlastně nestala. Že by bylo něco jako dramatický mezi
4 nima, to nebylo. Akorát tam byla taková ta, do té doby než se jako rozvedli a asi okolo
5 toho rozvodu, taková jako dusno. Takový jako to těžký dusno. To si myslím, že
6 vystihuje tu situaci v té rodině. Že víš, že se něco děje, ale nemáš k tomu žádný
7 objektivní jako ukazatele.

8 I: A kdo ti pomohl nebo zhoršoval tu situaci rozvodu?

9 P: Myslím, že babička, právě ta taťkova mamka, tak ta byla taková velkým tmeličem ve
10 všem. Z celý té situace vim, že tu mamku hodně podporovala, ale ona tak to umí, že
11 uklidní ty vztahy a myslím, že ta babička tam zahrála velkou tmelící roli a myslím, že i
12 ten děda, to bylo vždycky takový to místo, dole u nás, kde jsme se všichni jako scházeli
13 a tam to fungovalo pořád. Já myslím, že kdo to nejvíc ztěžoval, byli ti rodiče sami,
14 protože s tím jako, jako jak s tím nebyli sami jako srovnaný a neuměli s tím sami jako
15 pracovat nebo moc prostě, taková ta zastírací technika "a nebudeme o tom mluvit", byla
16 blbá. A pak, to ale bylo pozdějc, že nás mamka brojila proti té tátově přítelkyni, že byla
17 dlouho proti ní. Že to ventilovala často přede mnou, tu svou nenávisť nebo tu svou
18 zhrzelost.

19 I: Já bych ti teď dala vyplnit takovou kartu - sociální síť. Máš tady za a) lidé, bez
20 kterých sis tehdy neuměla život představit, za b) lidé, kteří ti byli nablízku, ale ne až tak
21 moc jako lidé v a) a za c) lidé, kteří ti byli méně nablízku, ale přesto pro tebe tehdy byli
22 důležití. V době toho rozvodu.

23 P: (pauza, vyplňuje)

24 I: Děkuju. A co ti pomohlo nebo naopak zhoršovalo tu situaci? Když nebudeš brát v
25 úvahu lidi.

26 P: Asi taková ta činnost moje, že já jsem jakoby, vim, že jsem měla hodně kroužků
27 ve škole, že jsem pořád byla zaměstnávaná. A nevím. A myslím, že bylo takový dobrý,
28 že jsem o tom mluvila s kamarádkama, že jsem to jedny jako řekla, což bylo asi až ve
29 3. třídě, ale až vlastně ty 2 roky potom jsem řekla, že se tohle děje. Nebo že se tohle
30 stalo. A to bylo takový jako fajn, že jsem o tom mohla poprvý jako mluvit.

31 I: A předtím jsi o tom s nikým nemluvila? Ani s babičkou?

1 P: S babičkou to jo, ale spíš jako o tom, že už spolu nebydlí a tak. Já si teď říkám, že
2 naši se vlastně tak jako rozešli a nerozešli a že to tak jako bylo hrozně divný. Že to, že
3 se tak jako od sebe neodstříhli, že to bylo jako divný. Že se určitým způsobem měli
4 pořád rádi, že to celý dětství to vyvolávalo takovou zmatenost, protože už to mělo být
5 něco jako ukončenýho, ale ono to ukončený ještě nebylo. A byly takový signály, že
6 jsme si myslely se ségrou, že se k sobě vrátí asi i jednu dobu. A asi to bylo zbytečně
7 jako, že jsem chtěla, aby se, jednu dobu, k sobě naši jako vrátili, ale pak to jako nepřišlo
8 a to se stalo několikrát tohle.

9 I: Takže sis dělala naděje?

10 P: Jo určitě.

11 I: A jak dlouho? Nebo kdy to přestalo?

12 P: Přestalo to až tak na střední škole někdy.

13 I: A dělala jsi pro to něco nebo jsi jen čekala, jestli se nevrátí?

14 P: To je právě to divný, že on tak vlastně nikdy neodešel z té rodiny, že tam vždycky
15 měl jako svoje místo a ta máma, my jsme nikdy nežily s mamčiny novým partnerem a
16 když mamka někoho měla, tak jsem se velmi brojila proti tomu, ale asi že bych
17 vyloženě dělala něco pro to, aby se dali, jakoby aby se k sobě vrátili, oni právě všechny
18 ty aktivity, který ty rodiče spolu prožívaj, školní akce, tak tam byli oba a byli tam spolu,
19 nikde nevystupovali každej sám nebo že by tam přišli s tím novým partnerem, že
20 fungovali jako pár. Nikdy tam nebyli žádný intimnosti, že by se drželi za ruce. A když
21 se třeba pohládili, což se taky stalo, tak vim, že jsem to nesla velmi jako nelibě, že jsem
22 si říkala "proč to jako dělaj", že už to jako v tom konceptu, že tohle tam nepatřilo. Měla
23 jsem pocit, že už to má bejt jinak. A ono se to po nějakých 4 letech vracelo nebo že k
24 sobě nějak zahořeli a pak se zase odhořeli.

25 I: Myslíš, že by to bylo lepší, kdyby tam to pouto takové pak nebylo? Kdyby přišel
26 nějaký konec?

27 P: Jo, myslím si, že jo. A myslím si, že by i ten konec byl dán, kdyby nás taťka vzal do
28 té své nové rodiny, kdyby nás už s tím seznamoval jako děti, což se vlastně jako nedělo
29 a o to těžší to bylo jako pozdějc, když jsem to jako pak musela přijímat. A pak už se to
30 ode mě očekávalo, jako "přijď k nám na večeři", ale já jsem s nima neměla nic
31 společnýho a ještě se tam neslo takový to od té mamky "ona je vlastně zlá, ona nám ho
32 jako odtáhla". Ale taťka už to jako nechápal, proč tam nechci chodit. A to mi bylo tak

1 15, 16, 17. Ale protože já jsem tam nechodila vlastně celý dětství. Možná kdybych byla
2 seznámená s tím, že ten tat'ka je někde jinde, tak bych třeba neměla ty naděje, který
3 jsem měla.

4 I: A co ti zhoršovalo tu situaci rozvodu?

5 P: No určitě ten nedostatek toho kontextu a takový to, že všichni vědí a ty nevíš. Že se
6 mě všichni ptali a já nevěděl, proč se mě na to ptají. A kdyby to naši nějak zpracovali a
7 dohodli se, jak nám to budou předávat, aby se tam zamezilo těm emocím, který úplně
8 nebyly zpracovaný a přenášely se na nás.

9 I: Jak bys charakterizovala období po rozvodu a jak jsi to zvládala?

10 P: Z hlediska toho rodinného života to bylo období hrozně častejch výletů, vim, že jsme
11 jezdili každé víkend s tat'kou na výlety a že jsme to se ségrou pak neměly rádi, protože
12 jsme měly pocit, že je to taková jako povinnost. A to trvalo třeba celej ten první stupeň,
13 můj první stupeň, a že jsem měla pocit, že se nám snaží ten táta jako něco vynahrazovat
14 a že jako vůbec nemusel. A mamka zase si, to vim, že se hrozně snažila, těsně po
15 rozvodu, najít si někoho jinýho. Vim, že vždycky chodila na nějaký rande a hlídala nás
16 teta, tat'ky sestra. Vim, že někoho jako pořád hledala, aby nebyla sama.

17 I: Zvykla sis na novou situaci?

18 P: Myslím si, že jo, že jsem se adaptovala jako rychle, že si nepamatuju, že bych s tím
19 měla nějaký jako problémy, to si myslím, že ne.

20 I: Co se ti honilo hlavou v té době po rozvodu? Nebo měla jsi nějaká přání?

21 P: Myslím, že jsem chtěla, aby se naši k sobě vrátili. Myslím, že jsem si neuvědomovala
22 konečnost toho vztahu, že jsem si myslela, že se to jako vrátí. Že jsme s tím nebyly
23 seznámený, že když jsem pak přišla do střetu s tou realitou, že žije s někym jinym tat'ka
24 už, tak to bylo takový dost šokující. A ještě tam byl takovej aspekt toho, že je to táta
25 někoho jinýho, že jsem jí jako záviděla, že ona má toho tátu. Ona nikdy o něm
26 nemluvila jako o tátovi, ale já jsem to prostě brala, že jako ona má mýho tátu.

27 I: A v tom porozvodovym období, kdo ti pomáhal a to zhoršoval?

28 P: Určitě v tom dětství ta babička s tím dědou, protože byli to pevný zázemí. U nich
29 jsme se všichni scházeli. A určitě se ségrou jsme si, jako až pozdějc, jako pomohly. Že
30 nás to jakoby dost spojilo. A pak později určitě mamka, když se to jako otevřelo a nějak
31 jsme o tom byly schopný mluvit.

32 I: A kdy vás to spojilo s tou sestrou?

1 P: To bylo v těch 15, 16 až. A s tou mamkou možná ještě trošku pozdějc, že se možná
2 sama s tím rozvodem definitivně smířila, že ona sama to nějak přijala a zmizelo to tabu.
3 A s tím taťkou o tom nedokážem mluvit, doted' je to tabu a úplně to nejde, jako to nějak
4 prolomit.

5 I: A kdo zhoršoval tu situaci po rozvodu?

6 P: Tátova přítelkyně, že jsem se jí snažila pozvat a sblížit se s ní a ona to odmítla. To
7 byla jako facka. A ta neukončenost té situace. Teď už to vlastně není u té mamky, která
8 se s tím nějak jako vypořádala a žije si ten život jako nezávisle, tak ten taťka to tam má
9 jako...no, že kdyby nás tomu vztahu učil jako znát, tak by to bylo teď lepší, kdyby nás
10 seznámil s tou novou partnerkou a tou novou rodinou, ale to u nás neproběhlo. Takže
11 myslím, že tyhle situace to jako zhoršovaly.

12 I: A když nebereme v potaz lidi, tak co ti to zlepšovalo nebo zhoršovalo?

13 P: To, že to vidíš ve svym okolí, že jsem poznávala i jiný manželství, že ty rodiče spolu
14 vůbec nekomunikují. Že jsem poznávala, že to může být blbý, když jsou manželé a že
15 to může být i horší, když jsou spolu. Naši spolu fungovali líp, aniž by byli manželé.
16 Takže ta zkušenost, že jsem poznávala, že je to dobře, že spolu prostě nejsou. A že jsem
17 se s tím smířovala. A že je takhle mým rodičům líp a mně je vlastně líp taky. Ale to mi
18 došlo až pozdějc. V té době jsem to tak nevnímala, ale teď určitě, že z toho oba vytěžili
19 co nejlíp pro svoje životy. Že to pro oba bylo dobrý.

20 I: A jak jsi to vnímala předtím?

21 P: Že to je špatný pro mě, že jsem byla jako víc mnohem sebestředná, že jsem si
22 myslela, že když spolu budou, že to bude všechno funkční a ideální.

23 I: A jak to prožíváš teď, když o tom takhle mluvíš?

24 P: Já se jako přiznám, že jsem se toho trochu jako bála, protože že bych tohle lidem v
25 okolí říkala běžně, to neříkám. Vlastně je to pro mě takový očistný, že to cítím jako
26 dobrý a že si i potvrzuju, že i přes ty negativní věci to nějak jako zvládli a že jsem
27 jakoby ráda, že spolu jako nejsou. Jsem za to ráda a ta forma, jakou jsou spolu teď, je
28 fajn. A to definitivum, že se k sobě nevrátí, je pro mě uzavřené a jasné a myslím si, že i
29 v těch jejich životech. Svym způsobem se maj pořád jako rádi nějak a že jsou relativně
30 asi myslím jako spokojený každej. I když spolu nejsou už 20 let, tak jsou na sobě nějak
31 závislý, že je to jako výměnej obchod, že "já udělám tohle, ale ty pro mě uděláš tohle".
32 A fungujou i prarodiče hrozně dobře.

1 I: A je něco, na co se zlobíš?

2 P: Myslim, že třeba jako na mamku, že prostě s náma jako manipulovala, že to tam
3 určitě bylo. Ona uzná, že to tak bylo, ale říká "co s tím teď nadělám". Myslim, že třeba
4 v ségře vyvolávala pocity viny, což nebylo úplně u mě, ale u ségry určitě. Že tam bylo
5 jakoby to vydírání. To tam určitě bylo. A trochu se zlobim i na toho tátu, že byl takovej
6 slaboch, že se tý mámě jako nepostavil, že se tomu jako podvolil a pak jí to hrozně jako
7 vyčítal, že to vyčítal jí, že nemáme takovej vztah s tou partnerkou, ale ona to je, si
8 myslim, i jeho chyba, že nás nezapojil a že se toho, myslim, i sám bál. A pak se to
9 očekávalo jako od nás, ode mě, nevim, jak od ségry, ale ode mě se to očekávalo ze dne
10 na den a ono to prostě už jako nešlo.

11 I: A co šlo podle tebe udělat lépe?

12 P: Asi nám to mohli lépe říct, já si vlastně teprve teď uvědomuju, jak o tom mluvím, že
13 kdyby nám to jakoby řekli a dali si jasný hranice a jasný pravidla. To si myslim, že u
14 nás taky jako nebylo. A že ta volnost a překrývání těch rodinných teritorií nebo ta
15 propustnost toho teritoria nebo že, já jsem se vždycky bála, že když u nás byl ten
16 mamky přítel, tak já jsem se bála, že se s taťkou setkaj, protože táta k nám chodil
17 kdykoliv chtěl a že to pro mě byla vždycky taková nepříjemná situace a že jsem se toho
18 vždycky bála. Takže kdyby tam ty pravidla jako byly.

19 I: A naopak z čeho máš třeba radost?

20 P: Že jsou spokojený oba, že fakt žijou pro ně oba takovým jako naplňujícím životem a
21 ač si furt myslim, že bych taťkovi přála lepší partnerku, ale asi tak vim, proč v tom
22 vztahu je. Že je to tak jako bezkonfliktní a když tam nějaký konflikt je, tak o něm
23 dokážou hrozně dobře mluvit.

24 I: A jaké emoce se u tebe teď objevují?

25 P: Taková jako úleva, až jsem z toho taková překvapená.

26 I: Ještě něco?

27 P: Vlastně spokojenost, že to vlastně nebylo tak jako, i když si myslim, že každej
28 rozvod je tak jako blbej, tak to nebylo tak strašný tak jakou to má nálepku. Nebo že
29 jsem nikdy neprožila nic tak strašného jako, to fakt ne. A že ten rodinný život, tak jak
30 jsem ho viděla doma, že to nebylo tak blbý, bylo to jiný než jak to mělo moje okolí, ale
31 nebylo to traumatizující. A pro naše je pořád jako důležitý, abysme žily v dobrým
32 partnerským vztahu, i pro tátu, i pro mámu, abysme jako měly dobrý život. A že máma

1 nám dávala pořád takové poučky do života, jako jak žít s mužem. "A dělejte to takhle a
2 takhle a dělejte to jako ta babička, já kdybych to takhle dělala, tak se nikdy nerozvedu".
3 Že ta instituce je pro ně důležitá. A aby byla funkční a tak.
4 I: A jaká vnímáš pozitiva na rozvodu? Jestli nějaká vnímáš.
5 P: Jako obecně nebo konkrétně na tom mym rozvodu?
6 I: Konkrétně na tom tvym.
7 P: No hlavně že moje mamka jako není jako její mamka, to je opravdu pozitivum.
8 Mamka mamky je prostě jako tvrdá žena a je to strašný s někým takovým žít, strašně
9 těžký. A myslím, že v době před tím rozvodem musela být jako ona, protože nic jiného
10 neznala, takže se tak ani nedivím tomu tatškovi, že to nemohlo fungovat. A myslím, že u
11 ní to jako tím rozvodem, že se musela nějak změnit, musela si to uvědomit, protože táta
12 jí před to postavil, že tohle se děje.
13 I: Změnilo se tvoje vnímání rozvodu rodičů teď, když jsi dospělá?
14 P: Asi pozitivně a jako něco co bylo nevyhnutelný. Co prostě řešilo tu jejich aktuální
15 životní situaci a vyřešilo to tu situaci. Takže teď to nevidím negativně. Kdyby měli
16 takový životní zkušenosti, co mají teď, tak si myslím, že se nerozvedou. Že ten rozvod s
17 sebou nese takovou životní pecku a ránu, která může být jako dobrá. A to se stalo u
18 našich, že kdyby jí nedostali, tak třeba žijou v blbým manželství, což by ani pro ně
19 nebylo moc dobrý.
20 I: Myslíš, že rozvod je něco, s čím se dá vyrovnat?
21 P: (pauza) Já myslím asi že ne, že je to tam vždycky.
22 I: Proč si to myslíš?
23 P: Protože tu zkušenost mám já a myslím, že jí má i ségra. Ať se s tím postupem času
24 nějak vyrovnáváš, nějak si na to přivykneš, nějak si to zracionalizuješ, tak se to prostě
25 stalo a musela jsi čelit nějakým situacím, který prostě nebyly jako fajn a nebyly
26 jednoduchý a myslím, že tím projde úplně každý. Myslím, že vždycky je tam nějaká
27 jako stopa.
28 I: A ty jsi s tím vyrovnaná?
29 P: Ne.
30 I: A když bych ti dala stupnici od 1 do 10, kdy 1 je, že jsi s tím naprosto vyrovnaná a 10
31 naprosto nevyrovnaná, tak kde jsi ty?
32 P: 4

1 I: Jaký je tvůj postoj k manželskému a partnerskému životu?
2 P: Pozitivní (smích). Je pro mě hrozně jako důležitéj. Že je to pro mě, manželství je pro
3 mě hrozně důležitý, protože není tak snadné se rozejít třeba, že ta instituce má smysl, i
4 když vim, že to našim nevyšlo, ale protože vim, proč jim to nevyšlo a co mohli udělat
5 líp, tak vim, že se to budu snažit aplikovat. A babičce to s dědou třeba vyšlo, takže to
6 jde, i když je to jedno z fakt mála spokojenech manželství, které ve svém okolí znám.
7 Že se to prostě dá. Rozhodně mi přijde lepší život v páru než jako žít sám. Zvláště když
8 chci mít, když budeme mít děti, tak je to pro mě zásadní to manželství.
9 I: Myslíš si, že měl rozvod rodičů vliv na tvoje vztahy?
10 P: Já jsem vždycky měla starší partnery, takže asi jo. Že jsem vždycky měla takový
11 jako, já jsem vždycky měla jenom jako dlouhý vztahy, když jsem byla s někým, tak
12 jsem s nim byla třeba 4 roky a jenom jednou jsem měla partnera, kterej byl starej jako já
13 a vůbec to jako nešlo. Takže hledám někoho, kdo je stabilnější. Ale nevím, jestli to má
14 vliv, úplně bych neřekla, že hledám svého otce, to myslím, že ne. Ale jako objevuje se
15 to u mě. Můj manžel je o 10 let starší, můj předchozí partner byl o 12 starší.
16 I: A ještě někde se to objevuje? Třeba kromě při výběru partnera, tak v nějakých tvých
17 názorech...? Celkově v životě.
18 P: Já jsem dost konzervativní, že jako opravdu v těch vztazích jsem nastavená na takový
19 ty tradiční modely a nedokážu říct, jestli to má nějakou jako souvislost s rozvodem
20 našich. A vyhovujou mi i ty tradiční role v tom partnertví, že vařím a nakupuju a můj
21 partner dělá tohle a nechci to jinak. Chci, abysme zachovávali ty formální ženský a
22 mužský role.
23 I: Ještě něco tě napadá, čím by tě ten rozvod ovlivnil?
24 P: Nevím.
25 I: A na závěr, je něco, co bys chtěla dodat? Co jsi ještě neřekla a chtěla bys, aby to
26 zaznělo.
27 P: Asi fakt jenom to, že je zajímavý, jaký to má vývoj ten postoj i ke svým rodičům
28 vzhledem k tomu rozvodu a i jako ten vliv v mém životě, že se to fakt měnilo, že z
29 takovejch velkejch opozic, který jsem taky měla i třeba vůči těm novým partnerům
30 svých rodičů, tak jak jsem je začala velmi jako přijímat a začala jsem si vážit toho a být
31 ráda, že ty mé rodiče jsou, jako přijmutí toho faktu, že můžou být spokojený i bez sebe.
32 To si myslím, že je důležitý, že jsem k tomu došla až třeba za poslední 4 roky, že jsem

1 si to i sama pro sebe uzavřela. Že už jsem si i jednou říkala, že si neumím představit, jak
2 by to bylo, kdyby spolu jakože žili. To snad ani jako vůbec nejde. Ale že jsou jako
3 spolu a vždycky jsem se na ně mohla spolehnout jako na dva, že v těch krizovejch
4 situacích, který
5 třeba jako byly, tak oni se strašně jako mobilizovali. A fungovali hrozně dobře a
6 dokázali nás podržet opravdu jako táta s mámou. A myslím, že strašně jako dobře.

7 I: Co bys vzkázala lidem, kteří se rozvádějí?

8 P: Já jsem si to teprve teď uvědomila, aby to prostě, aby o tom mluvili s těma dětma.
9 Aby se toho opravdu jako nebáli, že by to dítě uchránili před něčím tím, že o tom
10 nebudou mluvit, to je blbost. To tak nefunguje. Ale to jsem si uvědomila až teď. Jako s
11 tátou jsem o rozvodu nemluvila nikdy, a když jo, tak to bylo takový dost emotivní, že
12 jsem si říkala, proč jsem o tom začala mluvit a myslím jako v tom, že se jako zase
13 rozplakal, což člověk není nastavený na to vidět tátu plakat. A já teď nevím, na co ses
14 mě teď ptala jakoby (smích).

15 I: Co bys vzkázala lidem, kteří se rozvádějí?

16 P: Aby o tom mluvili a aby si vytvořili ty pravidla a nemysleli si, že když to nebude mít
17 nějaký pravidla, tak že je to lepší.

18 I: A ještě nějaká doporučení jakoby z pohledu toho dítěte, který si rozvod prožilo?
19 Kromě toho, co jsi teď řekla.

20 P: (pauza) Asi fakt jenom vědět, co se děje, protože stýkala jsem se s oběma, oba nás
21 měli rádi, nic jinýho mě nenapadá.

22 I: Tak já moc děkuju.