

**Univerzita Karlova**

**Filozofická fakulta**

**Katedra psychologie**

**Rigorózní práce**

Mgr. Monika Kašparová

**Předpoklady ke stabilnímu manželství a partnerství**

**Preconditions for a stable marriage and partnership**

Praha 2020

Ráda bych na tomto místě poděkovala Prof. PhDr. Lence Šulové, CSc. za motivaci k sepsání rigorózní práce, bez jejího povzbuzení bych se k tomuto počínu neodhodlala.

Ráda bych poděkovala celé mé rodině, která mě po dobu psaní velmi podporovala. Zvláště děkuji mé mamince. Jen díky její neúnavné péči o mé děti jsem se mohla věnovat psaní této práce. Děkuji mým sourozencům i otci za slova povzbuzení.

Velké díky patří především mému manželovi Michalovi, za jeho pochopení, podporu a intenzivní zájem o mou práci. Moc si toho vážím.

*Prohlašuji, že jsem rigorózní práci vypracovala samostatně, že jsem citovala všechny použité prameny a literaturu a že práce v této podobě nebyla využita v rámci jiného vysokoškolského studia či k získání jiného či stejného titulu.*

*V Praze dne 8. května 2020*

.....

*Mgr. Monika Kašparová*

## Abstrakt:

Teoretická část práce se zabývá otázkou manželství. Pojednává o aktuální situaci partnerských vztahů v České republice. Nabízí také přehled vývoje partnerského vztahu v čase. Těžiště teoretické části práce představují kapitoly týkající se stabilizačních a destabilizačních faktorů manželství.

Empirická část práce je rozdělena na dvě kapitoly. První kapitola obsahuje přehledovou studii na téma stabilních partnerských vztahů. Druhá kapitola představuje kvalitativní šetření, jehož cílem bylo nalezení a popis faktorů, které mohou podporovat stabilitu partnerských vztahů. Výzkum byl realizován na vzorku dvaceti manželských párů, jejichž manželství trvalo alespoň 24 let. Prostřednictvím kombinace teoretického a deskriptivního přístupu k obsahové analýze jsme dospěli k přehledu deseti kategorií s řadou subkategorií, které by mohly napomáhat k vytvoření stabilního manželství. Kategorie nesou název: Komunikace, Spolupráce, Přátelství, Láska, Původní rodiny, Společné oblasti, Osobnost partnerů, Vnitřní manželská situace, Informovanost a Odhodlání překonávat překážky.

## Klíčová slova:

Manželství, partnerství, stabilní partnerský vztah, stabilizační faktory manželství

Abstract:

The theoretical part of the thesis deals with marriage. It follows up the current situation of partnerships in the Czech Republic. It also provides an overview of the development of the partnership over time. The focus of the theoretical part of the thesis is in the chapters on stabilization and destabilization factors of marriage.

The empirical part of the work is divided into chapters. The first chapter contains an overview study on the topic of stable partnership. The second chapter presents a qualitative survey aimed at finding and describing factors that can support the stability of partnership. The research was carried out on a sample of twenty married couples whose marriage lasted at least 24 years. Through a combination of a theoretical and descriptive approach to content analysis, we have reviewed 10 categories with a number of subcategories that could help create a stable marriage. The categories bear the name: Communication, Collaboration, Friendship, Love, Original Families, Common Areas, Personality of the Partners, Inner Marital Situation, Awareness and Determination to overcome obstacles.

Key words:

Marriage, partnership, stable partnership, stabilization factors of marriage

# Obsah

TEORETICKÁ ČÁST .....	8
1 Úvod.....	8
2 Vymezení pojmů .....	9
2.1 Manželství .....	9
2.2 Partnerství .....	9
2.3 Stabilní partnerský vztah.....	9
3 Aktuální situace partnerských vztahů v ČR .....	10
3.1 Sňatečnost .....	10
3.2 Rozvodovost.....	10
3.3 Současné moderní uspořádání partnerských vztahů.....	11
4 Vývoj partnerského vztahu v čase.....	14
4.1 Volba partnera.....	14
4.2 Etapy partnerského vztahu .....	15
4.3 Vývojové Krize .....	17
5 Stabilizační faktory partnerských vztahů .....	20
5.1 Klíčové kompetence pro život v partnerském vztahu .....	20
5.1.1 Komunikace .....	20
5.1.2 Spolupráce.....	20
5.2 Očekávání.....	21
5.3 Manželství rodičů.....	22
5.4 Dětství partnerů.....	23
5.5 Osobnost partnerů .....	24
5.6 Láska .....	26
5.7 Přátelství.....	28
5.8 Společné dílo.....	29
5.9 Společné hodnoty .....	29
5.10 Investice do vztahu.....	30
5.11 Rovnováha ve vztahu .....	31
5.12 Rituály.....	32
6 Destabilizační faktory partnerských vztahů .....	33
7 Stabilita manželství v muslimských zemích .....	38
8 Vybrané koncepce stabilních partnerských vztahů .....	40
8.1 Sedm principů spokojeného manželství dle Gottmana .....	40
8.2 Čtyři předpoklady ke zralému manželství dle Titla .....	43

8.3	Osm dimenzí duševního zdraví rodiny dle Barnhilla.....	44
9	Shrnutí teoretické části.....	46
	EMPIRICKÁ ČÁST .....	47
1	Přehledová studie .....	47
1.1	Průběh sběru dat.....	47
1.2	Výzkumy zahrnuté do přehledové studie .....	48
1.3	Úvaha nad výsledky výzkumů .....	52
1.4	Shrnutí přehledové studie.....	56
2	Výzkum protektivních faktorů stability manželství .....	57
2.1	Cíl výzkumu a výzkumné otázky.....	57
2.2	Výzkumné metody .....	57
2.3	Výzkumný soubor .....	58
2.4	Průběh sběru dat.....	62
2.5	Analýza dat .....	63
2.5.1	Výsledky výzkumu.....	64
2.5.2	Výzkumná otázka č. 1 .....	64
2.5.3	Výzkumná otázka č. 2 .....	97
2.6	Diskuse.....	100
2.6.1	Diskuse nad výsledky výzkumu .....	100
2.6.2	Metodologické limity .....	108
2.6.3	Etická rovina výzkumu .....	109
2.6.4	Možné přínosy výzkumu .....	110
3	Závěr .....	112
4	Zdroje.....	114
	Seznam zkratk .....	121
	Seznam tabulek a grafů .....	122

# TEORETICKÁ ČÁST

## 1 Úvod

Mezilidské vztahy představují pro každého člověka důležitou součást života. Ať už se jedná o vztahy na pracovišti, se sousedy, vztahy v širší rodině či vztahy s kamarády. Bezpochyby nejdůležitější vztah bývá vztah manželský či partnerský. Když se zamyslíme nad tématem manželství a rozhlédneme se kolem sebe, neubráníme se smutku. Většina manželství kolem nás se rozpadá. Mnoho dětí vyrůstá v neúplných rodinách či v rodinách, kde nevládne příliš pozitivní atmosféra. Manželé žijí často ve vzájemné nevráživosti, v neporozumění a hádkách. Přesto však většina lidí touží po kvalitním partnerském vztahu.

Také psychologie nás učí, že nejvhodnější prostředí pro vývoj dítěte je funkční, stabilní a láskyplná rodina, kde se mají rodiče rádi, kde je prostor pro sdílení radostí, úspěchů, smutku, zklamání i obav. Nejde jen o děti, jejichž zájem akcentuji, ale jde i o samotné dospělé. Žít v manželství, které pro člověka představuje zázemí, bezpečí a oporu je jedna z největších věcí, kterých se nám může v životě dostat. Dokonce spokojené manželství člověku zdravotně prospívá. S tímto výsledkem přichází studie z roku 2017. Respondenty byli manželé v pokročilém stadiu života, jejichž průměrná délka manželství činila téměř 50 let. Studie se zaměřila na vztah mezi spokojeností v manželství, osobní pohodou a zdravím. Po první vlně testování byli respondenti rozděleni na spokojené a nespokojené páry. Lidé, kteří byli spokojeni ve svém manželství, skórovali výš v testech osobní pohody i zdraví (Margelisch, Schneewind, Violette & Perrig-Chiello, 2017). Tento výsledek může být další motivací, proč se touto oblastí zabývat. Proč neustávat v úsilí, aby se manželství posouvalo k větší stabilitě a lidé se spolu učili žít, tak aby jim vztah přinášel co nejvíce radosti a následně i zdraví.

V psychologii se stále zabýváme více patologií než zdravím. Musíme konstatovat, že tento jev se v posledních letech zlepšuje, přesto v určité míře stále trvá. Rozhodli jsme se tedy naši práci pojmout pozitivně. Budeme se tedy zabývat otázkou, co všechno může přispět k tomu, aby lidé mohli žít ve stabilních a spokojených manželstvích.

Předkládaná rigorózní práce je rozšířenou diplomovou prací, která byla úspěšně obhájena v roce 2018. Práce byla rozšířena o několik poznatků v teoretické části, nicméně za hlavní přínos rigorózní práce považujeme vyracování přehledové studie, která je představena v první kapitole empirické části práce.



## **2 Vymezení pojmů**

### **2.1 Manželství**

Manželství může mít mnoho podob. V různých kulturách nacházíme nejrůznější formy tohoto soužití. Od manželství monogamních, přes polygynní, polyandrická až po několik dalších variant manželského svazku (Skupnik, 2002). V naší západoevropské kultuře je povolena pouze monogamie, nicméně s velkou mírou tolerance k rozvodům a uzavírání nových manželství (Jandourek, 2001). Manželství je pojímáno jako společenství uznávané, preferované, a tudíž také ochraňované prostředí pro vznik a trvání rodiny. Manželství představuje optimální prostředí pro reprodukci lidského rodu (Plaňava, 2009).

Samotné manželství je blíže popisováno mnoha autory. Chapman píše o manželství jako o společenské instituci, která je založena na smluvním vztahu. Manželé se zavazují k celoživotnímu partnerství, které zahrnuje všechny oblasti života: oblast intelektuální, sociální, emocionální, duchovní i fyzickou. V jádru manželství leží touha po vzájemné blízkosti a důvěře (Chapman, 2007). Ona touha po vzájemné blízkosti je otázkou manželství moderní doby. Jak píše de Singly: současnou rodinu bychom mohli nazvat rodinnou „vztahovou“. Nukleární rodiny existovaly vždy, nicméně funkce, které rodina plnila, se v průběhu doby měnily (de Singly, 1999). Toto tvrzení odkazuje na silný vztahový rozměr, který dnešní rodina potažmo manželství má.

### **2.2 Partnerství**

V naší práci se pod tímto pojmem skrývá vztah muže a ženy. Domníváme se, že homosexuální páry mohou mít svá specifika, kterým se tato práce nebude nikterak věnovat. V práci je mnohokrát použito pojmu „partnerství“ ve smyslu synonyma k pojmu manželství. Mnoho výzkumů, které v teoretické části práce citujeme, bylo realizováno také na vzorku nesezdaných párů, přesto výsledky těchto výzkumů do naší práce bezpochyby patří.

### **2.3 Stabilní partnerský vztah**

Tento pojem v naší práci představuje nejen dlouhotrvající, ale také funkční a spokojený partnerský vztah. Nejedná se rozhodně o stabilitu formální, či tu, která je zapříčiněna strachem jednoho z partnerů ze vztahu odejít. Jedná se o stabilitu, která je jedním ze znaků zdravé rodiny, jak ji popisuje Špitz (1988).

### 3 Aktuální situace partnerských vztahů v ČR

V oblasti dlouhodobých partnerských vztahů vládne ve společnosti všeobecná skepse. Všude kolem nás se partneři rozvádí nebo rozchází. Společenské klima je nastaveno tak, že společné soužití nemá být břemenem. Člověk má právo na štěstí a nemusí se pro partnerství nebo rodičovství obětovat. Dříve byl rozvod stigmatem, dnes je spíše překvapivé, když spolu lidé zůstávají i po dvaceti letech vztahu. Moderní strategií je raději z nevyhovujícího vztahu odejít, než na vztahu pracovat a přijmout i některé těžší stránky společného soužití (Bachárová, 2015). „*Tradiční formy a role partnerství, manželství a rodičovství se výrazně mění a posouvají rodinu jako takovou od stability, jednoznačnosti a jisté uzavřenosti k větší rozrůzněnosti a otevřenosti uvnitř i navenek*“ (Šilerová, 2003, 137).

Za ukazatele míry stability partnerských vztahů se tradičně považuje sňatečnost a rozvodovost.

#### 3.1 Sňatečnost

Od počátku 90. let 20. století je v České republice registrován klesající trend sňatečnosti. Historicky nejnižší počet sňatků se objevil v roce 2013 a od té doby počet sňatků opět mírně vzrůstá. V roce 2018 bylo uzavřeno 54,5 tisíce nových manželství, což je nejvyšší počet v rámci poslední dekády, přesto se stále jedná o celkem nízké počty uzavřených sňatků. V současné době se také zvyšuje věk osob vstupujících do manželství. V roce 2018 vstupovali do prvního manželství nejčastěji muži ve věku 32,2 let a ženy ve věku 29,8 let (Český statistický úřad, 2019). Sňatečnost si nicméně stále uchovává velký význam. Ač se trendy moderního soužití vyvíjí jakkoli, sňatek je stále důležitým právním aktem, jímž je manželství slavnostně stvrzeno. I v podmínkách vysoké rozvodovosti jsou manželské svazky stále stabilnější než neformální soužití (Fialová, 2007).

#### 3.2 Rozvodovost

Na konci šedesátých let přichází Kučera ve své demografické úvaze se smutnou prognózu. V blízké budoucnosti bude každé čtvrté až páté manželství končit rozvodem (Kučera, 1969). Dnes jsme svědky ještě smutnější reality. Rozvodem končí téměř každé druhé manželství. V roce 2018 bylo rozvedeno 24,3 tisíce manželství, což je nejméně od roku 2000. Demografové sice v posledních letech sledují mírný pokles rozvodovosti oproti předchozímu období, nicméně tento trend snižující se rozvodovosti připisují kromě jiného snižujícímu se počtu uzavřených sňatků v předchozích dekadách (Český statistický úřad, 2019). Existence i zánik manželství a rodiny jsou ovlivňovány mnoha společenskými i sociálními faktory, mezi které

patří kultura, tradice, hodnotová orientace, stupeň religiozity, růst individualismu či emancipace žen. Vysoká úroveň rozvodovosti patří již tradičně k negativním charakteristikám České republiky. Při sledování stavu rozvodovosti je důležité vzít v úvahu i skutečnost, že počet statisticky zjištěných rozvedených manželství je podstatně nižší než počet rozpadlých manželství, která již de facto neexistují, ale ve statistice nejsou zachycena. Pokud bychom chtěli znát skutečné číslo rozpadlých partnerských vztahů, potřebovali bychom získat také údaje o rozpadu alternativních forem soužití (Kalibová, 2007).

### **3.3 Současné moderní uspořádání partnerských vztahů**

Manželství se nejvíce jeví jako jediná či nejpreferovanější forma partnerského soužití dnešní doby. To potvrzují i demografické statistiky, které informují o vysokém počtu svobodných jedinců také ve vyšším věku. Ve věkové kategorii 30 – 34 let bylo evidováno v roce 2016 téměř 48 % svobodných žen a 65 % svobodných mužů (Český statistický úřad, 2017). Šulová (2011b) reflektuje situaci ve společnosti, kde chybí očekávání trvalosti vztahu. Jedinec nechce riskovat, nechce se „obětovat“ pro rodinu. Nechává si dostatečný prostor pro možnou změnu na základě osobního rozhodnutí. V této atmosféře se pochopitelně objevuje mnoho alternativ soužití mužů a žen, které jsou zatím formálně nezakotveny. Níže se pokusíme vybrané tři blíže popsat.

#### **Kohabitace**

Kohabitace neboli nesezdané soužití, představuje jednu z častých forem soužití u nás. Jedná se o páry, které spolu žijí, avšak nejsou oddáni. V roce 2011 existovalo v České republice více než 234 000 kohabitací (Kohoutová, 2013). V tomto čísle není reflektováno, zda se jedná o manželství na zkoušku, kdy partneři plánují v budoucnu formálně uzavřít manželství, nebo zda se jedná o partnery, kteří jsou s touto formou soužití spokojeni a nehodlají činit jakékoli změny. Domníváme se, že zde nalezneme oba typy partnerů.

Výzkum, který se zaměřoval na postoje mladých lidí k manželství a rodině, přichází se zjištěním, že mladí lidé chápou nesezdané soužití spíše jako přechodný stav před manželstvím. Celoživotní nesezdané partnerství většina z nich nepovažovala za atraktivní variantu (Fialová, Hamplová, Kučera a Vymětalová, 2000). Mladí lidé jsou ve srovnání s generací svých rodičů tolerantnější k nesezdanému soužití, nicméně se nepotvrdilo, že by tuto formu partnerského života sami preferovali (Fulínová, 2015). V poslední době se setkáváme s partnery, kteří se nechtějí vzít z důvodu určité „vypočítavosti“. Jako svobodná matka má žena nárok na nejrůznější dávky, které by jí v případě sňatku již nenáležely. Přesto Chaloupková (2010) uvádí, že manželství se podle výzkumů stále jeví jako „nejoblíbenější“ forma partnerství u nás.

## **Partnerství bez soužití**

Tímto pojmem se označuje svazek, kdy se lidé považují za pár, nicméně společně nesdílí domácnost. Tento způsob soužití se týká typicky mladých lidí, kteří si ještě nemohou společně bydlení dovolit, a tak každý z nich žije u svých rodičů. V některých případech se mladí lidé také touto formou soužití záměrně vyhýbají závazkům, které by společné soužití přineslo. Vysoký podíl takto žijících lidí nacházíme i mezi staršími lidmi. Ti žijí v jednočlenných domácnostech a neplánují se se svým partnerem sestěhovat. To může být výrazem individualismu nebo také strachu z případného rozpadu vztahu a obava, že se jeden z partnerů nebude mít kam vrátit (Možný, 2008).

Tomuto druhu partnerství se v kontextu naší země věnoval výzkum Formánkové a Křížkové (2014). Ve věku 25-60 let žije v naší populaci asi 6 % jedinců v oddělených domácnostech. Autorky rozdělily typy párů, jež spolu nesdílí domácnost do tří kategorií. První skupinu, kterou identifikovaly, nazvaly „spokojeně spolu, i když zvlášť“. Jedinci spadající do této skupiny nemají potřebu se sestěhovat, neboť upřednostňují např. možnost mít vlastní byt, přátele, zájmy, aktivity a mají pocit, že společné soužití by pro ně bylo omezením. Partnerský vztah poskytuje jedincům jak emocionální podporu, tak také nezávislost a možnost žít si „po svém“ bez nutnosti péče o druhého. Nutným předpokladem pro tento typ soužití je určitá vyšší míra finančního zabezpečení, kdy si každý z partnerů může dovolit vlastní bydlení. Druhý typ, který autorky rozlišují, nazývají „nespokojeně spolu, i když zvlášť“. V tomto případě partnerům tato forma vztahu nevyhovuje, musejí v ní však přetrvat kvůli vnějším okolnostem, např. z důvodu kariéry, kdy má každý z partnerů práci na jiném místě. Třetí typ, „nejistě spolu, i když zvlášť“, vyjadřuje určité řešení situace, kdy jsou partneři ve vztahu nespokojení, ale nechtějí nebo se nemohou rozejít. Tento třetí typ se objevuje také u párů, jež si nejsou zatím jistí, zda spolu chtějí či nechtějí žít (Formánková & Křížková, 2014).

## **Singles**

Tento fenomén ve své podstatě nepatří do oblasti partnerských vztahů, neboť se jedná o situaci, kdy jedinec žije bez partnerského vztahu. Nicméně se v poslední době objevuje stále vyšší počet lidí, kteří se pro tento životní styl svobodně rozhodnou a proto považujeme za důležité tento fenomén zmínit.

V kategorii singles můžeme nalézt osoby s velmi odlišnými charakteristikami. Může se jednat o mladé lidi, kteří si chtějí dobře nakročit v profesním životě, než vstoupí do vážného

partnerského vztahu. Může se jednat o starší osoby – třicátníky či čtyřicátníky – kteří nechtějí dělat kompromisy, dokud nepotkali „tu pravou/toho pravého“. Zároveň může jít také o rozvedené jedince, kteří zažili tíživý rozchod, na jehož základě ztratili naději na lásku. Ke skupině singles můžeme také řadit starší osoby, kterým zemřel životní partner a oni si zařídili svůj život okolo nových přátel (Hašková & Vohlídalová, 2014). Pro naši práci je nejzajímavější první skupina, tedy mladý člověk, který se svobodně rozhodne, že zatím nechce budovat partnerský vztah. Podle vývojové teorie Erika Eriksona prochází ego vývojem v osmi stádiích, kdy každé stádium obsahuje určitou psychosociální krizi, v rámci které se objevuje možnost růstu, ale také určité ohrožení. V mladém dospělosti je to konflikt mezi intimitou a izolací. Každá etapa vývoje má svůj vymezený čas (Erikson, 2015). Většina mladých lidí, která volí životní styl single, tvrdí, že se nejedná o celoživotně preferovanou formu uspořádání vztahů (Hašková & Vohlídalová, 2014). Otázkou je, jak a zda budou tito jedinci schopni v budoucnu tvořit uspokojivé partnerské vztahy, když období, které je k tomu z vývojového hlediska optimální, naplní něčím jiným.

## 4 Vývoj partnerského vztahu v čase

Ať už se moderní trendy soužití muže a ženy vyvíjí nejrůznějším způsobem, vraťme se nyní zpět k tradičnímu uspořádání vztahu mezi mužem a ženou – tedy k manželství. Tato kapitola nabízí tři pohledy na problematiku výběru životního partnera jako vstup do partnerského vztahu. Následně popisuje etapy manželského vztahu a vývojové krize, se kterými se většina manželských párů zákonitě potýká.

### 4.1 Volba partnera

V předmoderní Evropě se uzavírala manželství nikoli na základě vzájemných sympatií či sexuální přitažlivosti, nýbrž na základě ekonomických potřeb (Giddens, 2012). Dnes již ekonomické potřeby u většiny lidí v západní společnosti nehrají ve výběru životního partnera zásadní roli. Podle jakého klíče si tedy lidé volí svůj protějšek?

Murstein přichází s komplexní teorií tří přitažlivých sil, kterými jsou podnět, hodnoty a role. Tyto síly působí v zákonitém sledu, ve třech fázích. V první fázi – **fázi podnětu**, se partner uplatňuje jako působící podnět. Pozornost je zaměřena na jeho vzhled a chování. Důležité je, nejen jak tyto charakteristiky hodnotí jedinec, ale také jak jsou tyto charakteristiky oceňovány okolím. Druhou fází představuje **fáze hodnot**. Jedná se o podobnost a shodu v oblasti zájmů, postojů a hodnot. Partneri získávají při vzájemném kontaktu mnoho informací jeden o druhém a zjišťují, zda se v oblasti zájmů, postojů a hodnot mohou shodnout. Pokud zjistí, že se k sobě nehodí a jejich vztah není kompenzován jinými výhodami, partneri se rozcházejí. Ve třetí fázi se uplatňuje především **kompatibilita rolí**. Partneri postupně zjišťují, zda se jako pár doplňují, zda zastávají role, které do sebe zapadají k uspokojení jejich potřeb. Uplatňuje se zde jak podobnost rysů (například shoda v potřebě sexuální aktivity či podobnost v extroverzi), tak komplementární protikladnost, kterou představují například opačné potřeby v dominanci a submisi, či potřeba pečovat o druhého a potřeba nechat o sebe pečovat. Ve všech fázích funguje princip vyváženosti výměny. Například méně pohledný muž nabízí krásné dívce materiální zabezpečení a životní jistotu. Vzhledově méně atraktivní žena zase nabízí pohlednému muži péči, kvalitní sex či obdiv (Murstein, 1976).

Šípková hovoří o přímém vlivu rodiče opačného pohlaví na volbu životního partnera. Ve světle Mursteinovy komplexní teorie se zabývá ve své studii až její třetí fází – tedy kompatibilitou rolí. Pokud byli oba rodiče imponující a zastávali roli přiměřenou svému pohlaví, pak došlo k identifikaci s rodičem opačného pohlaví a volbu životního partnera ovlivnila role rodiče druhého pohlaví. Pokud nebyl imponující ani jeden z rodičů, oba zastávali nepřiměřeně

sociosexuální role vůči okolnímu světu (byli příliš dominantní, závislí, přespříliš laskaví či hostilní), pak se od nich jedinec distancoval. Jeho volba životního partnera byla chaotická, zmatená – částečně podle role rodiče svého pohlaví a částečně dle rodiče pohlaví opačného (Šípová, 1985). Již nyní se pohybujeme na neuvědomované úrovni volby partnera. Nabídneme pohled ještě o stupínek níž.

Lucká píše ve svém nepublikovaném referátu, který přednášela na psychoanalytickém sympoziu v Opočně, o nevědomém výběru partnera. Jedinec se zamiluje do partnera, který se hodí k odštěpeným částem jeho vlastního self. Jestliže partner projevuje – či je vnímán tak, že projevuje – potlačenou část jedincova self, není potřeba připouštět si její existenci u sebe. Například žena, která se v dětství cítila nemilována, má tendenci vybírat si muže, který neprojevuje lásku. Může ho obviňovat za své špatné pocity, které jsou ovšem hluboce její. Muž, který se cítí méněcenný (cítil se tak již jako dítě), má tendenci vybrat si hodnotící a kritickou ženu. Bude jí moci obviňovat z toho, že se cítí méněcenně. Přestože si taková žena bude stěžovat, že jí její muž nevyjadřuje lásku a muž bude vyjadřovat nespokojenost s kritičností své ženy, oba budou pravděpodobně se svými protějšky dále žít, protože je mnohem jednodušší žít vedle partnera, který poskytuje vnější ospravedlnění mých špatných pocitů, než přijmout tyto pocity jako vlastní a zabývat se jimi přímo v sobě (Lucká, 2008 podle Titla, 2014).

## 4.2 Etapy partnerského vztahu

Kratochvíl vymezuje čtyři období manželského života. Prvním z nich je „**Mladé manželství**“, kdy se věk manželů pohybuje mezi 18 – 30 lety. Manželé se sžívají, zvykají si na sebe, v prvních letech mnohdy nemají vlastní byt, tak žijí s rodiči jednoho z nich. Postupně získávají byt, zařizují se, tvoří vlastní domácnost, přichází na svět děti. Mají mnoho starostí týkající se péče o malé děti, dokončování kvalifikace a postupného dosahování uplatnění na trhu práce. Žena je částečně na mateřské dovolené. Druhé období představuje „**Manželství středního věku**“ (30 – 50 let), kdy jsou manželé ekonomicky plně aktivní, mají stabilizované společenské postavení. Doma již nemají malé děti, ale školáky, či studenty, kteří dospívají a postupně se osamostatňují. Žena se v tomto období může již plně věnovat své pracovní činnosti mimo domácnost. Jako třetí období jmenuje Kratochvíl „**Manželství zralého věku**“ (45 – 60 let). Jedná se o období, kdy se zpomaluje psychomotorické tempo, snižuje se schopnost učit se nové věci, být kreativní či flexibilní. To vše je dobře kompenzováno zkušenostmi a nahromaděnými informacemi. Do počátku tohoto období zasahuje klimakterium ženy, které se odráží na jejím emočním ladění – zvýšená náladová labilita. U mužů se někdy objevuje „panika zavíraných dveří“. Dochází k vyvrcholení pracovní kariéry a na konci tohoto období odchod do důchodu. Děti odchází a

zakládají si vlastní rodiny, manželé, ještě v poměrně produktivním věku, se učí být spolu sami nebo si zvykají na soužití se zetěm, či snachou a vnučaty. Poslední vývojová fáze nese název „**Manželství ve stáří**“, kdy se výrazněji projevuje stárnutí obou partnerů, dochází k úbytku sil, snižování výkonnosti, přibývají zdravotní potíže. Manželství bývá zpravidla stabilizované. Manželé jsou si vzájemně oporou, mívají obavy ze ztráty svého druhu (Kratochvíl, 2009).

Tento popis vývoje manželství může působit jako četba dávné kroniky. Podle dnešních statistik lidé uzavírají manželství až kolem 30. roku věku (viz kapitola 3.1), tou dobou hovoří Kratochvíl již o druhé fázi manželství. Také dnes již minimum novomanželů sdílí byt s rodiči, rodičovství je odkládáno do pozdějšího věku. Ženy si v mnoha případech budují kariéru, snaží se nejdříve o finanční zajištění a dosažení určité emocionální jistoty a připravenosti (Sobotková, 2001). Přesto, že dnes již Kratochvílův model vývoje partnerských vztahů neplatí, považujeme za důležité ho na tomto místě uvést, jelikož se týká respondentů z našeho vzorku v empirické části práce. Mnoho z nich vzpomínalo na první roky soužití s rodiči, na dokončování kvalifikace s malými dětmi a dnes ve zralém manželství, kdy jsou ještě plni sil, jim postupně odchází děti z domu a oni si zvykají na nový společný život, jak výše popisuje Kratochvíl.

Vágnerová (2007) popisuje první dvě vývojové fáze manželství - fázi „**primární orientace**“ a fázi „**budování hnízda**“. Tento popis můžeme spíše aplikovat i na manžele dnešní doby.

V první fázi se mladí manželé vzájemně blíže poznávají, poprvé zažívají stereotyp každodenního života a musejí se vypořádat se zátěžovými situacemi, které jsou s ním spojeny. V tuto chvíli přichází i deziluze a neshody. Na počátku manželství bývá akcentována párová identita, která je důležitou součástí. Bývá někdy prosazována i na úkor individuálního vymezení (Vágnerová, 2007).

Druhou fázi představuje „budování hnízda“. Jedná se nejen o postupné zařizování společného prostoru k životu, jde také o vymezování pravidel společného soužití, hospodaření, rozhodování, dělbu práce, společenské kontakty nebo trávení volného času. K určité stabilizaci rodiny dochází po čtyřech letech společného života. V této době může dojít také k první manželské krizi a následnému rozpadu manželství. V tomto období se také vyrovnává význam párové a individuální identity. Manželství je vždy vztahem dvou samostatných individualit. Ve chvíli, kdy dojde k prvním problémům, dostávají se do popředí spíše potřeby jednotlivce, než potřeby páru. Přichází také boj o moc a nezbytnou osobní autonomii. V manželství člověk hledá nejen lásku a oporu, ale i prostor k vlastnímu rozvoji a sebeprosazení (Vágnerová, 2007).



Zde vidíme, že každý autor může členit vývojové fáze partnerského vztahu trochu „po svém“. Proto zde ještě uvádíme vývojové fáze nukleární rodiny, jak je definovala Světová zdravotnická organizace. Jedná se spíše o demograficky orientovaný popis, nicméně se domníváme, že může být dobře využitelný k popisu určitých obecněji platných znaků, které jsou charakteristické pro jednotlivé etapy vývoje.

Fáze životního cyklu	Charakteristické události	
	Počátek fáze	Konec fáze
I. Tvoření	sňatek	narození prvního dítěte
II. Extenze	narození prvního dítěte	narození posledního dítěte
III. Ukončená extenze	narození posledního dítěte	první dítě opouští domov
IV. Kontrakce	první dítě opouští domov	poslední dítě opouští domov
V. Ukončená kontrakce	poslední dítě opouští domov	první z manželů umírá
VI. Uzavření	první z manželů umírá	smrt přežívajícího manžela

Tabulka 1: Charakteristické události ve fázích životního cyklu.

Zdroj: *Statistical Indices of Family Health, WHO, 1976.*

Samozřejmě ani tento koncept není ideální. Jak píše Šulová (1998) tento model je koncipovaný pro optimální typ rodiny. Není zde reflektováno rané úmrtí dítěte ani předčasná smrt rodičů. Model nepřipouští jevy jako rozvod či bezdětnost, které nejsou v dnešní společnosti neobvyklé.

### 4.3 Vývojové Krize

Přesto, že se náplň jednotlivých etap vývoje manželství mění, některé vývojové krize se zatím ukazují jako neměnné. V publikaci vydané téměř před padesáti lety se můžeme dočíst, že první silná rozvodová vlna přichází v rozmezí mezi třetím a pátým rokem po uzavření manželství (Prokopec, Dytrych & Schüller, 1973). Český statistický úřad nám i dnes přináší velmi podobné údaje. Ze statistik dlouhodobě vychází, že se vrchol míry rozvodovosti objevuje mezi třetím a šestým rokem od uzavření sňatku, poté míra rozvodovosti pomalu klesá (Český statistický úřad, 2019). Též Plaňava (2000) poznamenává, že první desetiletí soužití je pro manželství tím nejnáročnějším a nejohroženějším obdobím.

Krize se v životě manželů zákonitě objevují. Některé z nich se dají očekávat (narození dítěte, nástup dítěte do školy, odchod dětí z domu), jiné mohou přicházet nečekaně (ztráta zaměstnání, nemoc...) (Jellouschek, 2008).

První krize, se kterou se potýká většina párů, se objevuje hned na začátku společného soužití, jedná se o tzv. adaptační období. Toto období začíná po sestěhování partnerů do společného prostoru a právě ono sdílení společného prostoru s sebou nese mnoho výzev. Partneři se

seznamují s každodenním životním stylem, blíže poznávají vzájemně své potřeby, zvyklosti a také některé dosud neregistrované osobnosti rysy. Jedinci v tomto období prakticky zažívají to, co bylo v kontaktech v čase známosti jen naznačeno v kratších společně trávených úsecích. Vytváří se životní způsob páru, jsou vymezovány sféry vlivu, řeší se otázky společného hospodaření, způsoby trávení volného času... Toto adaptační období trvá zhruba rok (Šulová, 1998).

Dnes je těžší toto období u mnoha partnerů zachytit, neboť doba známosti se mnohdy po pár měsících přesouvá do téměř spolubydlení. Partneři u sebe navzájem několik dní v týdnu přespávají, prostor tedy intenzivně sdílí a zároveň ho stále opouští. Nicméně v nějaké formě tato krize, ve které musí oba partneři reagovat na rozdílné potřeby a zvyky své a partnera, přichází. Tato krize přichází nezávisle na věku jedinců. Dokonce se domníváme, že adaptační období bude pro starší jedince více zátěžové, než pro mladého člověka, který ještě nemá své zvyky tak hluboce zakořeněny.

Plzák popisuje dvě vývojové krize. První z nich je silnější a přichází mezi třetím a sedmým rokem manželství. V lepším případě trvá jeden rok. Charakterizuje ji úbytek romantičnosti, nepříjemně pocíťovaný kontrast mezi chováním partnera v době zamilovanosti a současností, zvýšený počet situací, kdy mají manželé odlišný názor a nedovednou se shodnout, častější projevy negativních emocí a také napětí, které vzniká z častého styku dvou osob. Krize se může objevit, aniž by byla zachycena jakákoli vnější příčina. V tuto chvíli radí Plzák omezení dialogů týkajících se manželství, dočasné přitlumení sexuálního styku, odklon od romantické lásky a zaměření pozornosti na praktické problémy jako je výchova dětí, orientace na pracovní uplatnění každého z manželů a umožnění každému, aby se věnoval vlastním zálibám, namísto naléhání, aby veškeré aktivity sdíleli a „byli co nejvíc spolu“ (Plzák, 1973). V tomto období se také zpravidla stává z manželského páru rodina. Tato změna představuje jednu z nejtěžších přechodů, které manželští partneři podstupují (Soudková, 2006).

Druhá vývojová krize se objevuje mezi 17. – 25. rokem manželství. Může trvat rok i několik let, nicméně je již méně hluboká. Na jejím vzniku se podílí zvýšená citlivost související s přibližujícím se stárnutím, objevování somatických potíží, odchod dětí z domova, po kterém vzniká v rodině určitá prázdnota. Žena mívá pocit rychlejšího stárnutí oproti svému muži, z čehož může plynout určitá závislost na manželovi. U mužů se objevuje častá tendence k nějakému „užití“ v erotice a sexu mimo manželství „dokud je ještě čas“. V druhé vývojové krizi radí Plzák odpoutání se od starostí a záměrné vyhledávání nejrůznějších forem společné zábavy. Jako vhodnou formu uvádí například cestování, kdy spolu manželé poznávají a

prožívají různé dosud neznámé věci a zážitky, společné návštěvy kulturních akcí či přátel (Plzák, 1973).

Krize nepředstavují pouze riziko pro stabilitu manželství, můžeme je také vnímat jako příležitost. Krize otevírají prostor pro nové uspořádání, přemýšlení o vztahu, o směřování manželů. Krize mohou aktualizovat základní individuální životní témata partnerů. Díky tomu se mohou posunout na cestě osobního i manželského vývoje (Jellouschek, 2008).

## **5 Stabilizační faktory partnerských vztahů**

V následující kapitole představujeme dvanáct stabilizátorů manželského života, které vnímáme na základě studia odborné literatury a následných úvah jako klíčové. Nabízíme zde pohledy jak výzkumníků, tak odborníků z klinické praxe.

### **5.1 Klíčové kompetence pro život v partnerském vztahu**

#### **5.1.1 Komunikace**

Špitz (1988) přisuzuje účinné komunikaci v manželství a rodině význam životní důležitosti. Připomíná, že se jedná nejen o schopnost srozumitelně vysílat, ale především o schopnost naslouchat. Blíže popisuje umění naslouchat jako schopnost parafrázovat, explorovat smysl sděleného, projevit, že zpráva byla přijata, věnovat pozornost emoci i obsahu zprávy současně, rozlišovat mezi vysílanou zprávou a vlastními pocity, i když je mezi nimi nesoulad.

Komunikaci vnímá jako základní kámen k vybudování stabilního a uspokojivého manželství mnoho autorů (Satirová, 2006; Gottman, 2015; Parrot & Parrot, 2004; Plzák, 2002). Jejich tvrzení podporují také výzkumné studie (Carroll, Hill, Yorgason, Larson & Sandberg, 2013; Markman, 1981).

Meta-analýza 47 předmanželských vzdělávacích programů ukázala, že tyto programy nemají přímý vliv na spokojenost v manželství nebo jeho budoucí stabilitu. Nicméně manželské páry, které prošly některým typem programů, vykazovaly lepší komunikační dovednosti než manželské páry, které tento typ programu neabsolvovaly (Fawcett, Hawkins, Blanchard & Carroll, 2010). Můžeme zde vnímat určitou naději, že se manželé mohou během života zlepšovat v této základní dovednosti pro vybudování spokojeného manželství. Klinická praxe ovšem ukazuje, že pouze vzdělávání v komunikačních dovednostech manželský vztah nezlepší (Leggett, Roberts -Pittman, Byczek & Morse, 2012).

#### **5.1.2 Spolupráce**

Spolupráce je vnímána mnoha autory jako nezbytná dovednost pro vytvoření stabilního manželství. V rámci spolupráce je nutné, aby si jedinci dokázali vyjít vzájemně vstříc. Tomuto jevu se věnoval mezinárodní výzkum. Podařilo se prokázat, že páry, které si dokáží navzájem vyhovět, společně řeší konflikty snáz, než páry, které mají problém vyjít si navzájem vstříc (Campbell & Moroz, 2014).

Spolupráce je nutná nejen ve chvíli, kdy se objeví problém či konfliktní situace. Jedná se o základní proces, který by měl probíhat během všedních dní, při řešení každodenních provozních záležitostí. Zde je podstatné také jasné rozdělení rolí a následná podpora partnera v jeho kompetencích (Satirová, 2006). V dřívějších dobách měli partneři role celkem jasně rozděleny – žena byla v domácnosti a pečovala o děti, muž zajišťoval materiální stránku a bezpečí rodiny. Dnes se musí každý pár domluvit, jaký model bude právě u nich v rodině fungovat a možných způsobů existuje nepřeberné množství. Zahraniční studie přichází s tvrzením, že manželské páry, které zastávaly gendrově tradiční rozdělení rolí, byly v manželství výrazně méně spokojeny, než ostatní páry účastníci se daného výzkumu (DeMaris, Sanchez & Krivickas, 2012). Otázkou je, co je ono tradiční rozdělení rolí. Plaňava (2000) na základě svého výzkumu funkčních a dysfunkčních rodin poznamenává, že ve funkčních manželstvích mívá domácnost na starosti žena s tím, že muž pomáhá. V nefunkčních manželstvích mívá vše na svých bedrech žena.

Rozdělení rolí je však pouze jeden aspekt spolupráce. Dalším z nich může být situace, kdy jeden z partnerů má nějakou potíž netýkající se přímo jejich manželství. Druhý partner většinou nemůže problém vyřešit za něj, nicméně se může buď postavit partnerovi po boku, nebo se od svého protějšku distancovat. Podaří-li se partnerům vnímat problémy každého z nich jako problémy společné, může se z nich stát velmi dobrý tým, kterému se podaří v životě překonat mnoho překážek (Jellouschek, 2008). Také Satirová (2006) hovoří o schopnosti spolupracovat jako o základní dovednosti pro vytvoření stabilního manželství. Opět můžeme podložit tvrzení těchto dlouholetých odborníků z oblasti rodinných a partnerských vztahů zahraničními výzkumy. Jeden z nich například prokázal, že existuje statisticky významný vztah mezi spoluprací páru v jednom období manželství a následnou spokojeností v dalším období. Manželské páry, které se účastnily výzkumné studie a následně se rozvedly, vykazovaly už na jejím počátku nižší míru spolupráce než páry, kterým vztah vydržel. Fungující spolupráce v páru je chápána jako znak zdravého partnerského vztahu (Leggett, Roberts-Pittman, Byczek & Morse, 2012).

## **5.2 Očekávání**

Na fenomén očekávání v manželství můžeme pohlížet z několika úhlů. Jedním z nich může být otázka, zda se partneři shodnou na tom, co od společného života očekávají. Kratochvíl (2009) s trochou humorné nadsázky hovoří o očekávání mužů a žen od manželství. Tento koncept nastiňuje, jaká nedorozumění mohou mezi manželi vznikat, pouze na základě rozdílných očekávání.

Některé páry se mohou v oblasti očekávání shodnout, nicméně jejich očekávání nemusí být reálná. Satirová (2006) píše o naivních očekáváních od vztahu jako o faktoru destabilizace manželství. Plaňava (2000) poznamenává, že oproti dřívějším generacím můžeme pozorovat změny v očekávání, které mají lidé ohledně manželství. Objevuje se důraz na osobní uspokojení, zvýšené nároky na osobní spokojenost až štěstí.

Dlouholetý párový a rodinný psychoterapeut říká, že nejčastěji za ním přicházejí páry právě v situacích, kdy se jim hroubí jejich původní plány, představy nebo očekávání, jež si o vztahu vysnily (Chytrý, 2009). Odkud se ony sny vzaly? Kde se tvoří naše očekávání ohledně partnerských vztahů? Gottman (2015) připisuje určitý díl odpovědnosti Hollywoodu, který prezentuje romantické filmy, probouzející emoce a hluboké touhy po krásných vztazích. Bohužel v oněch filmových snímcích již chybí odkaz na usilovnou práci, kterou musí manželé vynaložit, aby takový vztah vybudovali a udržovali.

Specifická osobní očekávání pak vychází z rodinných modelů fungujících v původních rodinách manželů. Tyto modely mohou nepříznivě ovlivňovat partnerský vztah, pokud do sebe „nezapadají“ (Kratochvíl, 2009).

### **5.3 Manželství rodičů**

Ukazuje se, že manželství rodičů a celkové klima v původní rodině má silný vliv na stabilitu a funkčnost manželství jedinců (Hardy, Soloski, Ratcliffe, Anderson & Willoughby, 2015). Vzor manželství rodičů jako stabilizační faktor partnerského vztahu vnímalo 80 % dotazovaných v rámci kvalitativní studie šťastných dlouhotrvajících manželství (Bachand & Caron, 2001). Tato tvrzení podporují i tuzemské výzkumy. Plaňava (2000) srovnával 105 funkčních a 155 dysfunkčních manželských párů. Funkční manželské páry významně častěji uváděly, že manželství jejich rodičů považují za vydařené. Šípová (1985) na základě dvacetileté zkušenosti práce s Learyho testem interpersonálních vztahů, se pokusila matematicky analyzovat problematiku 4099 lidí, kteří vyhodnotili daný test. Šípová dochází k závěrům, že *„zkušenost v interpersonálních vztazích, kterou dítě načerpá v průběhu svého dětství v modelu vztahu jeho rodičů, tudíž v nejužším poutě mezi mužem a ženou, se nesmazatelně vrývá do jeho osobnosti a má přímý vliv:*

- a) *na utváření jeho mužské a ženské role*
- b) *na volbu partnera*

*c) na model rodiny, kterou samo vytvoří*

*(Šípová, 1985, s. 73).*

## **5.4 Dětství partnerů**

Dětství se považuje za klíčové období pro utváření osobnosti, sociálních interakcí, důvěry ke světu a druhým lidem. Tedy i způsob, jakým člověk prožije dětství, může představovat důležitou proměnou v otázce stability a spokojenosti jeho budoucích partnerských vztahů.

Psychoanalýza pokládá za základ pro vytvoření zdravé osobnosti období do tří let věku dítěte. V oblasti partnerských vztahů zvláště upozorňuje na teorii Attachmentu - tedy citové vazby, kterou navazuje matka (případně jiná pečující osoba) s dítětem od prvních chvil života dítěte. Titl (2014) popisuje, co se může dít v partnerských vztazích, pokud člověk v dětství nenavázal s pečující osobou bezpečný vztah neboli vazbu jistou. Můžeme se setkat s lidmi, kteří jsou schopni „milovat“ dokud jsou uspokojovány jejich potřeby (materiální, sexuální, narcistické...). Postrádají však schopnost dávat druhým, takže ve chvíli kdy nedostávají, se cítí nemilováni a vztah opouštějí. Prožívají zklamání a zlobí se na svého partnera, který jim podle jejich mínění nedává to, co nutně potřebují. Recipročnímu charakteru mohou racionálně rozumět a přesto ho citově nechápat. Jejich potřeba krmící a pečující matky, kterou v dětství postrádali a nyní ji stále nevědomě hledají, je příliš silná. Proto nemá smysl jim něco radit, či vyčítat.

Lidé, kteří zažili v dětství mnoho pečujících osob, ale k žádné z nich se jim nepodařilo bezpečně připoutat (např. měnící se chůvy, raná a dlouhodobá hospitalizace, jesle), se buď každého vztahu křečovitě drží, což partnera často úplně otráví, nebo jsou neustále připraveni na opuštění a k překvapení jejich okolí ho nenesou nijak těžko. Už v dětství se museli adaptovat na to, že se pečující osoby mění a oni si rychle najdou náhradu. „Milované“ osoby tedy často mění, nicméně nenacházejí pocit bezpečného a důvěryhodného vztahu (Titl, 2014).

Naopak děti s jistou vazbou, které kontinuálně prožívaly své blízké osoby jako spolehlivé, vždy blízké a citlivé, mohou následně vytvářet vztahy vyrovnané a stabilní (Jellouschek, 2008).

Nejen klinická praxe, ale i výzkumy naznačují, že dětství bude hrát důležitou roli ve schopnosti vytvářet spokojené a stabilní partnerské vztahy. Plaňava (2000) v rámci svého výzkumu popisuje, že muži a ženy žijící ve funkčních manželstvích hodnotili své dětství jako spokojené a šťastné. Zahraniční studie přichází se zjištěním, že pár, který umí pracovat s emocemi,

vykazuje vyšší míru manželské spokojenosti (Minnotte, Pedersen & Mannon, 2010). Dobře zacházet se svými emocemi se učí jedinec opět primárně v dětství.

## 5.5 Osobnost partnerů

Ukazuje se, že také typ osobnosti má určitý vliv na stabilitu případně nestabilitu partnerských vztahů. Zdroj potíží ve vztahu může ležet primárně právě v osobnosti jednoho nebo obou partnerů. Může se jednat o rysy, které jsou zcela v normě, nicméně se dobře neslučují s rysy partnera, či s nimi partner neumí zacházet. Může se ale také jednat o rysy abnormální, které představují dispozici k problémům v interpersonálních vztazích a v manželském vztahu zvlášť (Kratochvíl, 2009). My se budeme v této podkapitole zabývat pouze rysy osobnosti, které se slučují s normou.

Optimismus je tradičně považován za zdroj, ze kterého lze čerpat sílu a odhodlání v krizových situacích manželství. To se potvrdilo také v longitudinální studii mladých manželských párů. Páry s pozitivním osobnostním nastavením měly tendenci se konstruktivně stavět k řešení manželských problémů, vykazovaly vyšší míru angažovanosti v náročnějších chvílích manželství a konečně u nich byl také zaznamenán nižší pokles manželské spokojenosti v průběhu prvního roku manželství (Neff & Geers, 2013). Také další zahraniční studie podporuje toto tvrzení svým závěrem, že pokud je pár přirozeně pozitivní, pak vnímá své manželství častěji jako spokojené (Gordon & Baucom, 2009).

Rozsáhlou studii na toto téma realizovala Šípová (1985). Její vzorek čítal 239 spokojených manželských párů a 650 dvojic, které vyhledaly manželskou poradnu. Zaměřovala se na vliv rodičů na vývoj osobnosti a budoucího manželství. Tento výzkum probíhal na základě Learyho dotazníku. Šípová zjistila, že u spokojených manželských párů se vyskytovaly shodné charakteristické modely u rodičů obou partnerů: dominantního, autoritativního, sebevědomého a přitom vlídného otce a méně dominantní, laskavé matky, která má přiměřenou sebedůvěru a dobré postavení v rodině. Manžel se identifikuje se svým otcem a manželka se svou matkou. Manželky hodnotily na osách dominance a vlídnosti svého manžela podobně jako svého otce, manželé své manželky zase velmi podobně jako své matky. Vzájemně se manželé ohodnotili „správně“. Mezi jejich sebehodnocením a hodnocením od partnera nebyl významný rozdíl. U dvojic, které vyhledaly manželskou poradnu, se objevily jiné charakteristiky. Mezi sebehodnocením a hodnocením od partnera byl významný rozdíl. Jedinec byl druhým většinou ohodnocen jako hostilnější a dominantnější, než na těchto osách ohodnotil sám sebe a partneri



se též významně odlišovali od obou svých rodičů. Nejen od rodiče opačného pohlaví, ale i od rodiče stejného pohlaví.

Na základě tohoto výzkumu bychom mohli nabýt dojmu, že „správná dvojice“ se skládá z dominantního vlídného muže a méně dominantní laskavé ženy. Tento model samozřejmě není jediným možným. Sager (1976) vytvořil typologii partnerů na základě osobnostních charakteristik a převažujících hodnot a postojů. Partnery vnímal jako vhodně, či nevhodně sestavenou dyádu, která se svými charakteristikami a postoji doplňuje, či naráží.

V longitudinální studii se ukázalo, že pokud jsou si manželé osobnostně příliš podobní, jsou v dlouhodobějším horizontu v manželství spíše nespokojeni, než ti, kteří jsou osobnostně odlišní. V tomto výzkumu byl použit NeoBig5 inventář (Shiota & Levenson, 2007).

Stejnou metodu použili také výzkumníci na Floridě, kteří se rozhodli zkoumat specifické způsoby, jakými se mohou osobnosti manželů v raném manželství měnit a jak jsou tyto změny spojeny s trajektorií manželské spokojenosti. Tito vědci se tedy rozhodli prozkoumat pomocí dotazníku změny v osobnostních charakteristikách v období prvních 18 měsíců manželství. Výzkumu se účastnilo 169 heterosexuálních manželských párů, tedy 338 jedinců. Výsledky přinesly potvrzení osobnostních změn v období raného manželství. U obou pohlaví byl zaznamenán silný pokles přívětivosti, mírný pokles extravertze a otevřenosti vůči nové zkušenosti. U manželů bylo možné sledovat zvyšující se míru svědomitosti a u manželek se ukázala snižující se míra neuroticismu. Tyto výsledky nijak nesouvisely s věkem manželů, demografickými údaji, s délkou známosti před svatbou, soužití před sňatkem, počáteční manželskou spokojeností ani s rodičovským stavem. Tato zjištění ukazují, že osobnosti novomanželů se významně mění a tyto změny jsou spojeny i se změnou spokojenosti manželů (Lavner, Weiss, Miller & Karney, 2018). Snižující se spokojenost v manželství může souviset s poklesem přívětivosti, kterou tato studie uvádí. Otázkou je, proč k tomuto poklesu dochází? Přívětivost by mohla souviset se zamilovaností, která s postupujícím časem také odeznívá. V ideálním případě se přetavuje v lásku, která neobsahuje tak silný emoční náboj, nicméně může být stálejší. To ovšem nevysvětluje, proč dochází k onomu poklesu přívětivosti, kterou výzkum uvádí. Otázkou může být, jakou míru přívětivosti výzkumné osoby vykazovaly před seznámením. Zda se míra přívětivosti nedostala jen v období kolem svatby na nějaký pomyslný vrchol a s postupujícím časem se nedostala jen zpět na svou přirozenou úroveň. Tyto úvahy by bylo třeba podložit patřičným výzkumným šetřením.

Dalším výsledkem této studie je zvyšující se míra svědomitosti u mužů. Ta by mohla souviset s přebíráním zodpovědnosti za manželství, manželku, případně děti, ke které u mnoha mužů společně s novou životní rolí přirozeně dochází. Pokles míry extravertze můžeme připisat nové sociální roli, ve které již není třeba zaujmout tolik svého potenciálního partnera. Také s postupujícím věkem u mnoha lidí míra extravertze klesá.

Je zajímavé si znovu připomenout, že se jako lidé v průběhu života skutečně měníme. Určitě kardinální vlastnosti přetrvávají, nicméně, jak předkládaný výzkum dokládá, některé osobnostní charakteristiky se mohou časem posouvat. Právě první roky manželství mohou být obdobím významných osobnostních i vztahových změn, kdy se partneři přizpůsobují svým novým rolím.

## **5.6 Láska**

Snad nejznámější teorií lásky je teorie Sternberga (1986), která bývá znázorňována ve tvaru trojúhelníku, skládá se tedy ze tří komponent: intimity, vášně a závazku. V různých stádiích vztahu mohou jednotlivé složky převažovat. Zralou lásku následně tvoří rovnováha mezi těmito třemi komponentami.

Někteří lidé považují lásku za cit, jiní za rozhodnutí. Podle Fromma je láska umění, kterému se musíme učit (Fromm, 2006). V každém případě se ukazuje, že lásku ke stabilnímu vztahu potřebujeme. Satirová (2006) však upozorňuje na úskalí, kdy naše společnost buduje manželské vztahy výlučně na lásce a následně na ně klade nároky, které samotná láska nemůže nikdy splnit.

Riehl-Emde realizovala kvantitativní výzkum, jehož se účastnilo 204 manželských párů. Studie probíhala prostřednictvím dotazníku, který obsahoval 18 oblastí. Jednalo se o oblasti, které se ukázaly jako důležité pro setrvání partnerů ve vztahu. Manželé měli hodnotit význam jednotlivých položek pro setrvání ve vztahu a také to, jak jsou s jednotlivými oblastmi spokojeni. Respondenti hned v prvním kole upozornili výzkumnici na nedostatek předkládaného dotazníku. Sami považovali za hlavní motiv, který je drží pohromadě, lásku. Ta však mezi osmnácti oblastmi manželství chyběla. Poté, co ji výzkumnice doplnila, získala jednoznačně první místo (Riehl-Emde, Frei & Willi, 1994).

Na základě metaanalýzy 25 studií se prokázalo, že romantická láska může existovat i v dlouhodobých vztazích. (Romantickou lásku si autoři metaanalýzy definovali jako intenzivní vztah, angažovanost a sexuální zájem o partnera) (Acevedo & Aron, 2009).

## **Zamilovanost**

V období zamilovanosti jedinec nabývá dojmu, že druhého velmi dobře zná, jedinci zažívají pocit vzájemné blízkosti. Postupem času se ukazuje, že mnoho z osobnosti partnera zůstávalo skryto. V období zamilovanosti vnímá jedinec u druhého to, co se mu hodí a to ostatní nevidí. Buď to opravdu nezpozoruje, nebo to vědomě ignoruje. V běžném každodenním soužití to nemůže vydržet dlouho. Pak se postupně ukazuje, že ledacos na druhém je nové, cizí. Tato zkušenost přináší první zklamání a nastává otázka, jak se vztahem pár dále naloží (Jellouschek, 2008). Ač nemá zamilovanost příliš dobrou pověst, protože je pokládána za stav iluze, stav projektivního zkreslení a za stav, kdy člověk ztrácí kontakt s realitou, vyvstává otázka, zda může být zamilovanost stabilizátorem manželského života nebo zda by pro trvalý vztah bylo přínosnější realisticky zhodnotit možnosti a hranice milostného vzplanutí (Willi, 2006). Ve výzkumném šetření se ukazuje zamilovanost skutečně jako stabilizátor manželského svazku. Lidé, kteří vnímali svého partnera jako velkou životní lásku, se následně méně rozváděli. Rozvod se vyskytl pouze u 6 % z nich. Tito manželé nicméně nevykazovali vyšší míru životní spokojenosti či štěstí. Nabízí se zde hypotéza, že období zamilovanosti může představovat jakýsi zdroj pozitivních emocí, ze kterého lze následně v těžších obdobích společného života čerpat (Willi, 1997).

## **Sexualita**

Sexuální vztah muže a ženy představuje mohutný příliv podnětů. V lidské ontogenezi (od nástupu pohlavní zralosti) nemá v uspokojování potřeby stimulace žádnou konkurenci. V dnešní době, kdy jsme svědky toho, jak mediální prostředky sexualitu do krajnosti zdůrazňují (jako by ve vztazích mezi muži a ženami ani nic jiného neexistovalo), je slabost a netrvalost sexuality daleko zjevnější než dříve (Matějček, 2000). Sexualita je samozřejmě důležitou součástí vztahů mezi dospělými muži a ženami, nicméně nám sexuální přitažlivost nezaručí, že si budeme jako lidé rozumět (Satirová, 2006).

Výzkum, který se zabýval otázkou romantické lásky v dlouhotrvajících vztazích, ve svých závěrech shrnuje pozitivní zjištění, že sexuální zájem o partnera se může vyskytovat intenzivně i v dlouhodobých vztazích (Acevedo & Aron, 2009). Nicméně se také může stát, že z rozličných důvodů nastane doba, kdy sexuální život manželů ustane. Vztah se však může nadále zdárně rozvíjet (Satirová 2006).

Závěry studie z Kypru nepovažujeme za nijak překvapivé. Výzkumníci přišli se zjištěním, že manželé s vyšší mírou spokojenosti v manželství, vysokou mírou spokojenosti se sexuálním

soužitím a vykazující menší míru vzájemných konfliktů jsou méně ohroženi rozvodem (Yucel, 2016). Vystává otázka, zda by bylo manželství ohroženo rozvodem, pokud by manželé nevykazovali vysokou míru spokojenosti se sexuálním životem. Výzkum z roku 2010 tvrdí, že aktuální sexuálně uspokojivé interakce mezi partnery mají na trvalost manželství spíše okrajový vliv. Nicméně se ukazuje zřetelný vztah mezi tím, zda byl manžel v raných fázích vztahu spokojen se sexuální interakcí nebo ne a následným rozpadem vztahu (Dzara, 2010).

### **Ocenění a obdiv**

Gottman ve svých dlouholetých výzkumech manželských párů zjistil, že pevný „systém“ vyjadřování vzájemných sympatií, obdivu a ocenění představuje naprostý základ šťastného manželství. Manželé si vzájemně poskytovali pocit jedinečnosti a hodnoty navzdory všem svým slabostem (Gottman, 2015). Manželé tímto způsobem udržují základní pozitivní ladění manželství, což má ústřední význam pro stabilitu manželství (Jellouschek, 2008).

## **5.7 Přátelství**

Přátelství je vztah zřetelně prosociální, překonávající osobní sobectví. Objevuje se tam, kde se mají lidé rádi, kde si vzájemně dělají radost bez zásluhy, odpouští si bez odčinění. Právě přátelství, které se vyskytuje v jádru vztahu muže a ženy, činí tento svazek relativně trvalým. Důležité je, že tak činí zevnitř a překonává tak všechny možné zákony, zvyklosti a společenské normy, které se snaží pojistit instituci manželství zvenku (Matějček, 2000).

Přátelství je za základem šťastného manželství. Pod pojmem přátelství se ukrývá především vzájemný respekt a radost z přítomnosti druhého. Vzájemnou náklonnost projevují partneři nejen velkými gesty, ale především každodenními maličkostmi. Součástí přátelství je také určitá vzájemná vyladěnost či propojenost, která předpokládá hlubokou znalost partnera (Gottman, 2015).

### **Znalost partnera**

Jellouschek (2008) se pokusil na základě své dlouholeté klinické praxe sestavit deset principů, které by měly pomoci vytvořit a především následně udržet v partnerském vztahu lásku. Jedním z nich je právě hluboké vzájemné poznání. Gottman (2015) v rámci své výzkumné i klinické praxe upozorňuje na stejný fenomén pod názvem „Mapy lásky“. Tyto mapy lásky se týkají právě důvěrné, hluboké a intenzivní znalosti druhého partnera. Jeho aktuálního života, jeho minulosti, jeho zájmů, radostí i zklamání. Díky dobré znalosti druhého se může odehrávat mnoho maličkostí, která jedincům zpříjemní život. Jako příklad uvádí situaci, kdy manželka

z pracovních důvodů není večer doma. Manžel ví, že ten den dávají v televizi její oblíbený seriál a tak jí ho nahraje, aby jí děj neunikl. Manželka zase objednává večeři a nezapomene manželovi přiojednat jeho oblíbenou křenovou omáčku, protože ví, jak moc ji má rád. Bez hluboké znalosti druhého by nebylo možné tyto maličkosti realizovat.

V těchto příbězích vidíme nejen znalost druhého, ale také zájem o něj a snahu, aby mu bylo na světě dobře, což jsou jistě další důležité aspekty vzájemného přátelství.

### **Důvěra**

Důvěra naplňuje hluboké lidské touhy po blízkosti a přijetí (Parrot & Parrot, 2004). Jedná se o sblížení dvou osob, kdy oba cítí, že jsou hluboce spřízněni a druhý je přijímá jako takové. Jsou přijímáni, aniž by se museli stylizovat do nějaké role (Jellouschek, 2008). Výzkumná studie přichází se zjištěním, že právě důvěra se jeví jako důležitá součást funkčních, spokojených a stabilních vztahů (Johnson & Anderson, 2013).

## **5.8 Společné dílo**

V době zamilovanosti stačí partnerům obvykle jen samotná přítomnost druhé milované bytosti. Jsou sebou vzájemně fascinováni a společný čas je naplněn jen společným bytím, které stačí. Aby vztah mohl dlouhodobě trvat, musí si partneři časem najít něco třetího, něco, kam společně upřou svůj pohled, na co se budou společně těšit, co budou společně milovat. Často je tímto třetím potomek. Nicméně to pro život nestačí. Vzhledem k oddalování rodičovství do pozdějšího věku a prodlužování věku dožití se ukazuje, že období s dětmi zabírá „jen“ třetinu společného života manželů. Partneři si musí najít něco společného, co je bude těšit a naplňovat. Někdy to bývá společný zájem (sport, kultura, cestování), jindy zapálení do společných debat týkající se filozofických, náboženských či politických témat, další pár si může najít svou cestu v angažování se v sociálních či politických záležitostech. Možností je nepřeberné množství. Důležité je, aby si manželé našli způsob, jakým budou společně zažívat chvíle zaujetí, fascinace či těšení (Jellouschek, 2008).

## **5.9 Společné hodnoty**

Lidé mají tendenci vstupovat do společných vztahů spíše na základě společných zájmů, nicméně ty přichází a zase odchází. Zvláště v době krizí mohou společné hodnoty představovat stabilizační prvek vztahu. Ve chvíli, kdy se postupem času mění oba partneři a mění se i jejich zájmy, mohou vznikat ve vztahu stresové situace. Tyto změny jsou ovšem přirozené, jsou součástí určitého růstu, nicméně se může stát, že se partneři začnou ubírat každý jiným směrem.

V tuto chvíli právě sdílené hodnoty například etické, spirituální, sociální či ekonomické mohou rozhodovat o postoji k zachování či rozpadu manželství. Mezi tyto hodnoty patří především přesvědčení o významu manželství jako takového (Soudková, 2006). Australský psycholog tvrdí, že udržet si živý a láskyplný vztah spočívá jednak v osvojení jistých dovedností a také v hodnotě, která je vztahu připisována (Biddulph, 2006). Považovat vztah za něco hodnotného, či dokonce nejhodnotnějšího, co v životě máme, úplně nesouzní s módními trendy dnešní doby. Nicméně právě vysoká hodnota manželského vztahu se ukazuje jako další ze stabilizátorů partnerského vztahu.

## **5.10 Investice do vztahu**

Pokud člověku na něčem skutečně záleží, je ochoten pro to hodně obětovat. Investice do partnerského vztahu jsou základní podmínkou pro jeho udržení. Vztah se totiž sám od sebe zhoršuje (Gottman, 2015). Aby láska v manželství vydržela a vzrůstala, musí o ni partneři denně pečovat (Satirová, 2006). Následná spokojenost a stabilita v manželství souvisí do velké míry s úsilím, které pár vynaloží (Shafer, Jensen & Larson, 2014). Nicméně se nejedná o jednorázovou investici, kterou by bylo možné vložit, tím podmínku splnit a dále ze vztahu jen těžit. V dlouhotrvajícím intenzivním vztahu je jedinec v neustálém nasazení. Nároky se s věkem mění, ale v nějaké podobě jsou tu stále. Je to nekončící proces, neustálé učení se, obrovská práce (Chytrý, 2009).

Jednou ze základních investic, která je pro vztah naprosto zásadní, představuje čas. Spokojenost a důvěra ve vztahu souvisí právě s množstvím času, který manželé tráví společně (Johnson & Anderson, 2013). Gottman v tomto kontextu přichází s konceptem „magických šest hodin“, které by měli manželé společně strávit každý týden. V rámci těchto šesti hodin vyjmenovává americký psycholog, co všechno by se mělo odehrát. Začíná ranním loučením, při kterém by se manželé měli ujistit, že ví alespoň o jedné záležitosti, která druhého ten den čeká. Každý večer by měli partneři společně strávit alespoň 20 minut rozhovorem nad tématy, které jdou partnerům právě hlavou. Mohou to být například zážitky z práce, či ze situace, které byl partner svědkem při cestě domů. Manželé si vzájemně naslouchají a poskytují si oporu a pochopení, které může pomoci odbourat aktuální stres. Partneři by si měli také každý den najít chvíličku, aby projevíli druhému svou náklonnost či ocenění. Klade důraz také na to, aby si manželé vyšli jednou za týden alespoň na dvě hodiny na „rande“ a na závěr doporučuje, aby věnovali jednu hodinu týdně rozhovoru nad aktuální situací v jejich manželství. Gottman tvrdí, že pokud páry těchto šest hodin každý týden svému vztahu obětují, zvýší šanci, že se jim podaří udržet jejich manželství na správné cestě (Gottman, 2015).

## 5.11 Rovnováha ve vztahu

Každá dvojice má tři části: tebe, mne a nás. Jsou zde dva lidé, nicméně tři části. Každá z nich je významná, mající svůj vlastní život. Láska může skutečně vzkvétat, pokud mají všechny tři části prostor a žádná z nich není v převaze (Satirová, 2006). Jellouschek (2008) hovoří o třech polaritách, ve kterých by měla být v partnerském vztahu rovnováha. První z nich je velmi podobná té, kterou popisuje výše Satirová.

### 1. Autonomie a vazba: polarita „Já“ a „My“

Partneři prožívají svůj vztah spokojeně zpravidla tehdy, kdy se oba pohybují na obou pólech těchto polarit. Problematickým se vztah stává ve chvíli, kdy se partneři fixují jen na jeden z těchto pólů. Například na pól „my“ – žijí podle hesla „vždy a vše spolu“ a zanedbávají pól „já“, tedy vlastní svět každého z nich jako jednotlivce. Problematické je také manželství, kde se jeden z partnerů výlučně upíná k jednomu pólu a druhý k druhému.

### 2. Vedení a přizpůsobení: polarita moci

Každý z partnerů by měl mít v rámci manželství prostor, ve kterém je on tím, kdo rozhoduje a jeho rozhodnutí druhý plně respektuje.

### 3. Dávat a přijímat: polarita afektivní komunikace

Jedná se o vnitřní i vnější angažovanost pro vztah, která by měla být mezi partnery vyvážená. Projevuje se v každodenních maličkostech. Jeden druhému přinese něco, co má rád, naslouchá jeho vyprávění, ptá se, jak mu je, navrhuje společné činnosti, pomůže mu, když je v nesnázích...

K životu patří oba póly všech polarit. Jedinec chce být autonomní, ale zároveň chce mít pevnou vazbu. Chce být ve vztahu tím, kdo určuje co a jak, ale zároveň chce mít také možnost předat někdy odpovědnost druhému, nechat ho rozhodnout a svěřit se jeho vedení. Chce přijímat, ale chce také dávat. To všechno patří k životu má-li být plný. Pokud se partneři fixují jen na jednu z polarit, mohou tak blokovat osobní rozvoj obou partnerů (Jellouschek, 2008).

## 5.12 Rituály

Rituál je určitá strukturovaná událost. Není to nahodilá akce, jedná se o děj s jasným scénářem, na který se můžeme spolehnout (Gottman, 2015).

Denní rituály mají čtyři základní významy:

1. Uspořádání průběhu dne (ráno u snídaně se probere, co se kdo chystá během dne dělat, či v kolik hodin se sejdou členové rodiny opět u večeře)
2. Upevňování rodinných vztahů (polibek při příchodu domů, drobné laskavosti – kdo vstane jako první, vaří pro oba kávu)
3. Poskytování bezpečí (všechno je doma, jako vždy, vše je na svém místě...)
4. Vytvoření prostoru pro individuální tvořivost a volný čas (jasné rituály označují čas, který trávíme společně, zároveň tedy umožňují klidné využívání vlastního volného času bez výčitek, že narušují chod rodiny)

(Kaufmann-Huberová, 1998)

Vytvoření systému vhodných rituálů v manželství může být velmi prospěšné proti vzájemnému odcizování, kterému jsme v posledních letech svědky. Děje se tak například v čase jídla. Manželé společně v mnoha případech nevečeří, a pokud ano, tak bývá u společného jídla puštěná televize, což fakticky jakoukoli hlubší konverzaci zabíjí (Gottman, 2015). Vytvoření rituálů, které jsou cílené a smysluplné mají pro manželský pár veliký význam (Doherty, 1997). Každý z páru do vztahu může přinést určité rituály, některé si manželé mohou vytvářet společně, každopádně jimi mohou posilovat rodinnou identitu (Gottman, 2015). Vzhledem k současnému rychlému životnímu tempu, vyznávaným hodnotám a dalším celospolečenským jevům (neosobní multimediální komunikace) ustupují rituály v životě rodiny i společnosti do pozadí. Doufejme, že se jedná jen o přechodný jev, jelikož právě posilování významu rituálů je jedna z cest, jak kladně ovlivňovat soudržnost rodiny, pocit sounáležitosti a pocit stability a zázemí pro jednotlivce (Šulová, 2011a).



## 6 Destabilizační faktory partnerských vztahů

Destabilizačními faktory partnerských vztahů budou jistě opozita stabilizačních faktorů, kterým jsme se blíže věnovali v předchozí kapitole. Tedy nefunkční komunikace, neschopnost či neochota si vzájemně naslouchat, konkurence namísto kooperace, nereálná očekávání od manželství, absence lásky, přátelství, společného cíle, sdílených životních hodnot, úsilí vkládaného do vztahu či společných rituálů. Určitý vliv na nestabilitu partnerského vztahu může mít také nefunkční vzor manželství rodičů nebo komplikované dětství jedince. Nepovažujeme za přínosné zde tyto faktory podrobněji analyzovat, když jim byl věnován prostor v předchozí kapitole. Nabízíme na tomto místě několik výzkumných snah definovat základní problémy v manželství.

V 60. letech byl realizován rozsáhlý výzkum s názvem „*Rozvodové chování a manželský nesoulad*“ na vzorku 1000 rozvádějících se dvojic. Na jeho základě vznikla publikace doplněná o úvahy a pozorování z klinické praxe autorů. Tato studie si kladla za cíl poskytnout některé konkrétní údaje o problematice rozpadů manželství a především na jejich základě položit otázky, které by měly být v budoucnu řešeny. Sami autoři kriticky upozorňují na možnou nepřesnost některých oblastí. Subjektivní výpovědi manželů, navíc v období jejich rozvodu, mohou být negativně zkresleny. Některá data, která ve studii uváděli, proto označili pouze za orientační. Výběr respondentů tedy představuje určitou slabinu tohoto výzkumu. Autoři se věnovali skutečně velkému množství témat: kdo jsou navrhovatelé rozvodu, jaká je délka známosti před sňatkem u rozvádějících se párů, jak manželé hodnotí manželství svých rodičů, jaká je sociální a bytová situace rozvádějících se manželů, jakou roli hraje sexuální nesoulad, či povahové neshody a v závěru jak všechny tyto faktory souvisí se vzděláním manželů, s jejich profesí, s příjmy či s délkou trvání samotného manželství.

Pro ilustraci zde nabízíme několik vybraných zjištění dané studie:

- Délka známosti před svatbou je u rozvádějících se dvojic v průměru kratší, než u běžné populace.
- Mezi příčiny rozvodu vystupuje do popředí stále nevěra.
- Neshody spočívaly v rozdílných životních prioritách (peníze, děti, sex, úspěch v zaměstnání...).
- Mladá nastupující generace očekává od manželství mnohem více, než ono samo může dát. Nenaplněná podvědomá i vědomá očekávání stojí za zklamáním a rozpadem vztahu.

- Mladá manželství se ukazují jako riziková. (Manželé si dostatečně neuvědomovali, jaké potřeby jsou pro partnera důležité, a že jejich nenaplnění vede k frustraci.)
- Každé druhé manželství, které se rozvádělo v období do pěti let od sňatku, nemělo vlastní byt.
- Rozpadají se společenské protirozvodové bariéry (finanční závislost ženy na muži je již mýtem, slábne společenské stigma rozvedených, jakož i vliv náboženství).
- Skutečnost, zda jsou v manželství děti, již neodrazuje manžele od rozvodu tak silně jako dříve.

(Prokopec, Dytrych & Schüller, 1973)

Na základě tohoto výčtu bychom mohli odvodit některé destabilizační faktory. Například krátká doba známosti před sňatkem, kdy si snoubenci nevyjasnili, jaké jsou jejich životní priority, či jejich rozdílnostem nepřičítali velkou váhu. Jistá osobnostní nezralost, či nízká míra empatie. Nedostačující bytové podmínky, zde můžeme tušit omezený prostor pro soukromý život mladých manželů a pravděpodobně nežádoucí zásahy starší generace do fungování manželů.

Při rozvodovém procesu se velmi často vyskytují také stížnosti na povahové neshody mezi partnery. Otázkou je, zda povahové neshody jsou oním destabilizačním faktorem manželství nebo zda se jedná spíše o nedostatek vzájemné přizpůsobivosti, tolerance a ochoty činit kompromisy (Prokopec, Dytrych & Schüller, 1973).

Jedním z cílů výzkumné studie bylo nastínit otázky, kterým by se měl věnovat budoucí výzkum. Jsou jimi:

- *za jakých okolností, za jaké rodinné konstelace je rozvod přiměřeným řešením vztahu mezi partnery a za jakých podmínek je řešením „patologickým“;*
- *jaké mechanismy se uplatňují v dobře fungující rodině, a co vede ke stabilizaci rodinného života;*
- *jaké mechanismy vedou k destrukci manželských vztahů a rodiny;*
- *jaká je optimální připravenost a dispozice k manželství (věk, sociální zralost)*
- *jaká je nutná míra emoční zralosti (altruismu, tolerance) pro vstup do manželství;*
- *které mechanismy se uplatňují v překotně uzavíraných manželstvích a ukvapených rozvodech;*

- *za jakých podmínek a do jakého stupně jsou rozvodem rodičů poškozeny děti;*
- *za jakých podmínek a do jaké míry ovlivňuje disharmonické manželství a rozvod rodičů pozdější rozvodové chování dětí;*
- *jaký je vztah mezi zvyšující se životní úrovní a manželskou interakcí;*
- *jaká je hodnotová hierarchie ve spokojených a rozvrácených manželstvích*

(Prokopec, Dytrych & Schüller, 1973, 140 - 141).

Dnes – o 50 let později – na mnohé z položených otázek odpovědi nalzáme, což je povzbudivé. Přesto jsou rozvody, a v dnešní době ještě spíše rozpady nesezdaných partnerství, velmi častým jevem viz kapitola 3.2. Samozřejmě dnes vstupují do života rodiny zcela nové proměnné a nové výzvy pro výzkumné otázky. Vraťme se ale zpět k destabilizačním faktorům.

Longitudinální výzkum realizovaný v USA analyzoval 19 základních problémů v manželství. Jedná se o nejčastější příčiny konfliktů mezi manželi. Témata neshod výzkumníci nazvali: děti, náboženství, příbuzní či rodiče partnera, dovolená a volný čas, komunikace, správa domácnosti, vyjadřování náklonnosti, rozhodování, přátelé, nerealistické očekávání, finanční hospodaření, sex, žárlivost, řešení problémů, důvěra, nezávislost, drogy a alkohol, kariéra a množství času tráveného společně (Lavner, Karney & Bradbury, 2014).

Právě na problematiku společně tráveného času také nepřímo odkazuje výzkum realizovaný taktéž v USA. Věnoval se otázce spokojenosti v manželství v souvislosti s pracovní zátěží. Více výzkumů již hovoří o kovariaci vysoké pracovní zátěže a klesající spokojenosti ve vztahu. Zůstávalo otázkou, zda by bylo možné prokázat i kauzalitu těchto jevů. Byl tedy realizován longitudinální výzkum, kterého se účastnilo 172 heterosexuálních párů. Manželé byli sledováni první čtyři roky od uzavření manželství. Měření probíhalo každých 6 měsíců. Výsledky studie skutečně naznačují, že partneři, kteří žijí ve vysoké míře pracovní zátěže v jednom životním období, následně zažívají pokles manželské spokojenosti v období následujícím. Tato studie tedy ukazuje, že vysoká pracovní zátěž partnerů se může v průběhu času ukázat jako škodlivá pro fungování manželství (Lavner & Clark, 2017).

Jako častý důvod k rozpadu vztahu bývají uváděny rozpory v manželství. Samotné rozpory v manželství ovšem nemusí být jen negativním jevem. Mohou být i výraznou stimulací, která vede k novým podnětům a ke zlepšení manželského vztahu či k vyřešení psychologických a sociálních problémů. Dosáhnou-li však rozpory mezi manželi určitého stupně, mohou být zdrojem utrpení a neurotizace nejen pro oba manžele, ale i pro celou rodinu. Nesoulad může vyústit v rozhodnutí pro rozvod (Prokopec, Dytrych & Schüller, 1973). Plaňava (2000) shrnul

problémy, se kterými nejčastěji přichází klienti do manželských poraden do osmi oblastí: nevěra, komunikační potíže, alkohol, „vše vážně“, sexuální potíže, citové ochladnutí, fyzické násilí a finanční neshody.

Autoři longitudinální výzkumné studie sdělují, že manželské problémy se nerozrůstají. Tvrdí, že jsou v čase stabilní. Nicméně se zjistilo, že spokojenost a vzájemná náklonnost s trváním manželství klesá (Lavner, Karney & Bradbury, 2014).

Šulová (2018) považuje za podstatné faktory rozpadů mnohých manželství dnešní doby tři fenomény:

1. **Nedostatek času pro partnerský život**, a to i v době námluv. Lidé následně vstupují do vážného vztahu s někým, koho velmi málo znají a jsou překvapeni, že svého partnera jako člověka vlastně neznají.
2. **Rychlé životní tempo** dnešní doby, které způsobuje vnitřní roztěkanost, nesoustředěnost, neklid a stres. Tyto faktory hrají následně podstatnou roli při zvládnání respektive nezvládnání každodenních nároků manželského života.
3. **Mezigenerační poselství**, kterým je nízká hodnota manželství. Dnešní svět velmi uznává mnohé hodnoty, mezi nimi můžeme jmenovat osobní rozvoj jedince, kreativitu, samostatnost a mnohé další. Hodnota dlouhodobých hlubokých partnerských vztahů mezi ně ale nepatří.

Gottman (2015) na základě svých dlouhodobých výzkumů v oblasti partnerských vztahů přichází s konceptem, který nazývá „Čtyři jezdcí Apokalypsy“. Jedná se o čtyři typy negativních interakcí mezi manželi: kritika, pohrdání, defenzivnost a zazdívání.

„Kritika“ je negativní vyjádření o charakteru či osobnosti partnera. Nejedná se o stížnost, ale o útok. Partner nesděljuje to, co ho trápí, ale obviňuje druhého. „Pohrdání“ je formou neúcty k druhému. Kdy jeden z páru cítí nadřazenost nad druhým a dává mu to najevo - jak verbálně (jízlivým humorem, cynismem, sarkasmem, nadáváním...), tak neverbálně (obracením očí v sloup, posměšky...). „Defenzivnost“ je také určitou formou obviňování partnera. Namísto toho, aby člověk přebíral svůj díl odpovědnosti v dané situaci a konstruktivně si s protějškem promluvil o problému, snaží se uvalit vinu zpět na partnera. Jedním typem defenzivnosti je také postavení se do role „nevinné oběti“, čím se problém většinou nevyřeší, naopak, jak ukazují výzkumy, eskaluje. Posledním typem negativní interakce je „zazdívání“. Můžeme ho popsat jako odpojení, stáhnutí se, vyhýbání se konfliktu, nezájem. Projevem je chybějící oční kontakt,

či jakákoli verbální zpětná vazba. Tyto čtyři typy negativních interakcí mohou vztah velmi negativně poznamenat.

## 7 Stabilita manželství v muslimských zemích

Většina vyhledaných výzkumů, která se týkala stability manželství, pochází ze západních zemí. Velmi často se jedná o studie z USA či ze západních zemí Evropy. Nicméně otázkou kvality a stability manželství se zabývají i vědci z muslimských zemí. Dovolíme si tvrdit, že pro nás je muslimský svět stále ještě v určitém slova smyslu vzdálený, ovšem vlivem probíhající globalizace se budeme s touto kulturou pravděpodobně stále častěji setkávat. Proto jsme se rozhodli věnovat na tomto místě i studiím z muslimských zemí.

Na úvod je dobré si připomenout, v jakých formách se vyskytují muslimská manželství. V muslimských zemích se setkáme jak s monogamními, tak s polygamními manželstvími, s tím, že u polygamie se jedná pouze o polygynii – tedy o situaci, kdy má jeden muž více manželek. Muž může žít v manželství v jednu chvíli maximálně se čtyřmi ženami. Rozvodovost v těchto zemích je výrazně nižší než v západních zemích. Islám klade důraz na silná a šťastná manželství. V Koránu se dočteme o tom, že manželství má být založeno na rovnosti, přátelství a lásce. Dle islámských hodnot by se měly pěstovat stabilní manželské vztahy (Esmaeili & Schoebi, 2017). Nicméně stejně jako se tomu děje v západních zemích, tak i v islámských zemích vzrostla rozvodovost. Možnost rozvést se je v muslimských zemích založena na právu Islámu, které je tradičně více nakloněno mužům. Žena může požádat o rozvod pouze v případě, když ji muž opustí, v případě, že ji neuziví, pokud se jí zřekne, nebo v případě, že je muž impotentní (Esmaeili & Schoebi, 2017).

Středem muslimské kultury je náboženství – Islám. Otázkou může být, jakou roli v oblasti stability manželství náboženství sehrává. Studie ze západních zemí referují o vyšší míře manželské spokojenosti, stability a nižší míře rozvodovosti u aktivních věřících (Li, Kubzansky & Vanderweele, 2018; McCleandon, 2016). Sdílené hodnoty spojené s vysokou hodnotou manželství, mohou napomoci stabilitě partnerského vztahu. Podobný efekt může mít i Islám, který ve svém základním učení také prosazuje vysokou hodnotu manželství. Kvantitativní studie přichází s tvrzením, že věrnost islámským hodnotám skutečně předpovídá manželskou stabilitu (Latifa, 2018). Ovšem otázkou zůstává, jak je to s mírou manželské spokojenosti.

V některých muslimských zemích stále ještě domlouvají sňatky rodiče. Děje se tomu tak především proto, aby se zachoval určitý sociální a ekonomický status rodiny. Kromě toho se domluvením sňatku také zvyšuje pravděpodobnost zachování rodinné harmonie. Vybere se partner z takového rodu, který svým příchodem nenaruší rodinnou jednotu (Esmaeili & Schoebi, 2017).

Domlouvání sňatků rodiči u nás v minulosti také fungovalo. Větší tajemství pro nás představuje polygamie, přesněji polygynie. Tento fenomén byl v posledních letech také hojně výzkumně šetřen. Ukázalo se, že polygynní muslimská manželství jsou méně stabilní než monogamní muslimská manželství (Jesmin & Salway, 2000). Rozsáhlá srovnávací studie se zaměřila na srovnání muslimských monogamních a polygamních manželství. Studie zahrnuje 352 arabských žen, kterým byl individuálně zadáván strukturovaný dotazník. Zadavatelem byly studentky – ženy. Otázky byly zaměřeny na čtyři oblasti: rodinné fungování, životní spokojenost, spokojenost v manželství a duševní zdraví. Výsledky podávají zprávu o signifikantně vyšších psychických potížích u žen žijících v polygamním manželství. Tyto ženy vykazují signifikantně vyšší míru rodinných a manželských potíží, více somatizují, mají úzkosti a vykazují nižší míru životní spokojenosti než muslimské ženy žijící v monogamním manželství (Al-Krenawi & Graham, 2006).

Předmětem zkoumání se také stala souvislost mezi vzděláním a stabilitou manželství v různých muslimských zemích. Nicméně výzkumníci došli k rozdílným závěrům. Některé studie přichází s tvrzením, že manželskou spokojenost a stabilitu podporuje vzdělání partnerů. Vzdělaní jedinci vykazují podle autorů vyšší míru nezávislosti, lépe se vypořádají s náročnými situacemi v rodině, lépe se vyrovnávají s případnými kulturními odlišnostmi a vykazují méně problémů v sexuálním životě než jedinci s nižším vzděláním (Barikani, Sarichlow & Mohammadi, 2012). Jiné studie zase referují o spojení mezi vzděláním muslimských žen a vyšší mírou rozvodovosti (Lutz, Cuaresma & Abbasi-Shavazi, 2010). U vzdělanějších žen můžeme přirozeně předpokládat vyšší míru sebevědomí a cílevědomosti. Vzdělaná žena má také vyšší šanci, že se o sebe bude schopná sama postarat, z čehož může plynout nižší motivace podrobovat se nepříznivým životním podmínkám. Konečně i v našich zeměpisných šířkách jsme se s tímto fenoménem v minulosti setkávali. S emancipací žen vzrostla i míra rozpadů manželství, což nemůžeme v tomto kontextu vnímat pouze negativně.

Podobný nesoulad se objevuje i v otázce zaměstnanosti muslimských žen v kontextu stability manželství. Hashmi, Khurshid & Hassan (2007) srovnávali vdané zaměstnané a nezaměstnané muslimské ženy z Pákistánu. Autoři uvádí, že zaměstnané muslimské ženy musí čelit více problémům v manželství, zároveň tato studie také přichází se zjištěním, že vzdělané a zaměstnané ženy vykazují vyšší míru kvality manželství a nižší míru deprese než ženy v domácnosti.

Stejně jak v západních, tak i v muslimských manželstvích se ukazuje jako jeden ze základních předpokladů k funkčnímu manželství efektivní komunikace (Al-Othman, 2012; Askari, Noah,

Hassan & Baba, 2012). Ta napomáhá hladkému průběhu všech denních záležitostí, řešení problémů a podporuje manželské porozumění.

Na základě četných výzkumů z muslimských zemí můžeme říci, že menší manželskou spokojenost vykazují ženy žijící v tradičních manželstvích, která byla domluvena rodiči. Ženy žijící v polygamiích manželstvích vykazují více problémů v rodinném a manželském fungování, navíc se u nich také objevuje více psychických obtíží a častěji somatizují (Esmaili & Schoebi, 2017).

Přes veškerou odlišnost, kterou pro nás muslimské země a uspořádání jejich manželství představují, můžeme zahlédnout i četné podobnosti. Výsledky výzkumů ukazují, že faktor komunikace je napříč kulturami pro fungování manželství zásadní. Výzkumy zaměstnanosti žen v souvislosti s manželskou spokojeností by v našem kulturním prostředí mohly vycházet velmi podobně, jako v muslimských zemích. I když v našem kulturním prostředí je v dnešní době žena pracující pouze v domácnosti spíše vzácnou výjimkou.

Problém polygynie a psychické potíže žen, které výzkumy dokládají, mohou být obdobné s psychickými potížemi, na které poukazují výzkumy u rozvedených jedinců (Lavelle & Smock, 2012), či u lidí žijících v komplikovaných partnerských vztazích v našem kulturním prostředí.

## **8 Vybrané koncepce stabilních partnerských vztahů**

Na tomto místě předkládáme vybrané koncepce tří autorů. Prvním z nich je americký světově známý psycholog John M. Gottman, který je emeritním profesorem na Washingtonské univerzitě a jedním z nejcitovanějších odborníků v oblasti výzkumu rodiny a manželství na světě. Druhým je český psychoanalytik Slavoj Títl, který přichází se čtyřmi předpoklady pro vytvoření zralého manželství dle hlubinné psychologie. Posledním autorem je Laurence R. Barnhill, psycholog působící v Centru pro duševní zdraví ve státě Indiana ve Spojených Státech Amerických, který se pokusil konceptualizovat duševní zdraví rodiny do osmi dimenzí.

### **8.1 Sedm principů spokojeného manželství dle Gottmana**

Tato koncepce je sice psána populární formou, nicméně všechna Gottmanova tvrzení se zakládají na jeho dlouholeté výzkumné praxi. Proto považujeme za vhodné na tomto místě jeho principy spokojeného manželství představit. Jedná se o sedm doporučení.



### **1. Rozšiřujte mapy lásky**

Pod pojmem „mapy lásky“ se skrývá důvěrná znalost partnera. Pokud společně partneři sdílí své radosti, obavy, malá přání i touhy, pak dobře vědí, co má druhý rád, i co ho zatěžuje. Manželé, kteří se hluboce znají, jsou lépe připraveni čelit náročným situacím a konfliktům v manželství.

### **2. Pěstujte vzájemné sympatie a obdiv**

Druhé doporučení je zaměřovat pozornost na to, co se jedinci na partnerovi líbí, co na něm oceňuje, za co je vděčný. Následně je vhodné to partnerovi sdělovat. Ve většině případů se bude jednat o úplné maličkosti, které ovšem zabrání tomu, aby převládalo ve vztahu negativní smýšlení o partnerovi. Ve výzkumech se ukázalo, že uchovávání si sympatií a obdivu k druhému působí jako protijed na pohrdání.

### **3. Buďte k sobě vstřícní, neodvracejte se**

V manželství si partneři neustále předkládají tzv. „výzvy“ k pozornosti, lásce, legraci či podpoře. Mohou to být malé výzvy, třeba žádost o podrbání na zádech, ale i výzvy významné, jako žádost o pomoc při pečování o nemocného rodiče. Partner na každou takovou výzvu zareaguje vstřícně, nebo odmítnutím. Vstřícnost vůči partnerovi je základem důvěry, citového propojení, vášně i spokojeného sexuálního života. Zní to možná komicky, ale láska kvete v uličce supermarketu, kde se manželka ptá svého muže: „Máme ještě máslo?“ a muž odpoví: „Nevím, raději jedno vezmu.“ – místo aby apaticky pokrčil rameny. Láska vzkvétá i tehdy, když má jeden z partnerů těžký den v práci a druhý si najde chvíli během svého nabitého dne, aby mu poslal povzbudivou esemesku. Ve všech případech manželé rozhodují, zda se zachovají vstřícně, nebo odmítavě.

### **4. Přijímejte partnerův vliv**

Nejspokojenější a dlouhodobě nejstabilnější jsou taková manželství, kde je manžel ochotný dělit se s manželkou o moc a nechává jí podíl na rozhodování. Dojde-li

v takovém manželství ke sporu, manžel si nechce prosadit svou, ale oba manželé se usilovně snaží o kompromis.

### **5. Řešte řešitelné problémy**

Gottman rozlišuje konflikty na řešitelné a přetrvávající. Doporučuje, aby si manželé uvědomili, o jaký typ problému se jedná a pokud je možné ho vyřešit, aby se pomocí pěti kroků, které ve své knize podrobněji popisuje, pokusili problém vyřešit. Jedná-li se o problém přetrvávající, pak Gottman vřele doporučuje, aby se manželé naučili s humorem a nadhledem s problémem v manželství žít. Manželství totiž může šťastně existovat, aniž by manželé museli vyřešit všechny své zásadní konflikty.

### **6. Překonejte patové situace**

V každém páru se vyskytují nějaké neslučitelné rozdíly (jeden z partnerů chce chodit do kostela, druhý je ateista, jeden je domácí typ, druhý by rád často navštěvoval přátele). Nenaucí-li se manželé s těmito rozdíly ve vztahu žít, pak přichází patová situace, která je charakteristická opakujícím se bojem, kdy ani jeden není schopen udělat vstřícný krok a oba vnímají partnera jako sobeckého jedince. Za takto vyhrocenými konflikty se často skrývají nevyslovené a někdy i neuvědomované sny, které jsou pro jedince zásadní. Nejhlubší sny mívají často kořeny v dětství. Gottman doporučuje, aby si partneři našli prostor pro odkrývání svých snů a vzájemně jim naslouchali. Nutnou podmínkou pro sdílení nejhlubších snů, je bezpečí ve vztahu, které by mělo ve vztahu nastat, uplatňují-li se ve vztahu první tři principy.

## 7. Vytvářejte společný smysl

Poslední princip představuje určité hlubší sblížení manželů, až duchovní rozměr vztahu. Jedná se o vytvoření společné kultury, společných symbolů a rituálů, díky kterým je jasněji zřejmá výlučnost dané rodiny a posílení její identity. Vytvořit kulturu manželství neznamená, že se musí partneři shodnout na životní filozofii, ale jejich životní filozofie se mohou proplétat. Oba umí ctít sny druhého, i když je nesdílí. Společná kultura pak zahrnuje sny obou, její důležitou charakteristikou je také flexibilita, díky které se mohou sny a cíle manželského páru v čase vyvíjet a měnit (Gottman, 2015).

## 8.2 Čtyři předpoklady ke zralému manželství dle Titla

Gottman popisoval konkrétní doporučení, která mohou manželé začleňovat do svého každodenního života a díky kterým se může jejich vztah pozitivně měnit. Slavoj Titl jako psychoanalytik se na problematiku funkčních vztahů dívá zase docela z jiného úhlu pohledu. Popisuje čtyři základní předpoklady pro vytváření zralých vztahů, které se musí naplnit již v raném dětství.

### 1. Attachment

Zdá se, že základním (ale nikoliv dostačujícím) předpokladem pro vytváření dobrých partnerských vztahů je schopnost bezpečného připoutání. Tato schopnost vzniká z rané zkušenosti bezpečného attachmentu k jedné osobě a prožití nerušeného symbiotického vztahu s ní. Dítěti se této zkušenosti nemuselo dostat například z důvodu nemoci a hospitalizace, která narušila vztah matky a dítěte, nebo kvůli psychické poruše matky, která nebyla schopna dítěti nabídnout jistý a bezpečný vztah či například z předčasného „útěku“ matky do zaměstnání. Jestliže byly deprivace nebo trauma příliš velké, nebo přišly v příliš raném věku dítěte, mohou se paradoxně projevit jako nezáměr o vztahy, intenzivní podezřívavost lidí ze zrady, zklamání či se projeví v podobě nevěry v lásku.

### 2. Úspěšná separace – individuace

Druhý předpoklad představuje úspěšná separace-individuace a dosažení objektivní stálosti, jak ji popisuje Mahlerová (1975). Pokud je člověk vnitřně separován od druhého, je schopen vnímat a zastat se svých potřeb, dobře rozpoznává své potřeby a stavy od potřeb a stavů druhých lidí, což je základní podmínkou pro to, aby mohl člověk skutečně milovat a myslet na potřeby druhého.

### 3. Dosažení stabilní narcistické rovnováhy

Třetí podmínkou je význam stabilní narcistické rovnováhy, která je odvozena od empatických vztahů s rodiči. Základní otázka zní, zda se podařilo dosáhnout kohezivního self s relativně stabilní sebeúctou. Na počátku života vnímá dítě rodiče jako součást sebe tzv. selfobjekty. Ve chvíli, kdy jsou uspokojeny dětské potřeby empatie a identifikace, dítě je schopno postupně vnímat rodiče, a později i ostatní lidi, jako od sebe oddělené, nedokonalé a přesto láskyhodné bytosti. Nepodaří-li se naplnit tyto základní dětské potřeby, okolní lidé zůstávají selfobjety. Jedinec na ně bude nahlížet jako na části sebe a při setkání s člověkem si bude klást otázku, co pro mě může tato osoba udělat.

### 4. Způsob řešení oidipovské situace

Poslední předpoklad k vytvoření zralého partnerského vztahu je podle Titla úspěšné projití oidipovskou fází vývoje. V tomto období se dítě „zamilovává“ do rodiče opačného pohlaví a rodiče svého pohlaví vnímá jako soka. Důležité je, jak se k jedinci jako k dítěti rodiče v této době chovali, jak se s nimi identifikoval, jak vycházel jako dítě se sourozenci, jak přijal spojení rodičovského páru. Pokud proběhla tato fáze vývoje úspěšně, pak byly sexuální zájmy přesunuty mimo rodinu, prozatím odloženy a jedinec se identifikuje s rodičem stejného pohlaví. Někdy se může stát, že dojde k vyřešení této fáze ve smyslu oidipovského vítěze, což znamená, že dítě si upevní iluzi, že je nebo že mělo být partnerem rodiče opačného pohlaví. Taková iluze uspokojuje dětskou potřebu výjimečnosti a touhu zvítězit nad rodičem opačného pohlaví, nicméně zároveň dítě nepřiměřeně zatěžuje a dítě nemůže nadále používat rodiče jako rodiče a psychický vývoj se zastavuje nebo odchyluje (Titl, 2014).

## 8.3 Osm dimenzí duševního zdraví rodiny dle Barnhilla

Barnhill konceptualizoval čtyři rodinná témata, kdy v každém z nich vymezil dvě oblasti. Výsledkem je tedy osm dimenzí, které tvoří jeho koncept duševního zdraví rodiny.

### 1. Téma identifikace obsahuje **dimenzi individuace a vzájemnosti**.

Ve zdravé rodině je podporována samostatnost, osobní odpovědnost a sebevědomí členů rodiny. Ceněna je také nezávislost myšlení, hodnocení a především je zde respekt k samostatnosti pocitové. Opakem je směřování, prolínání, nejasné hranice sebe sama, závislost na druhých až symbióza.

Vzájemnost představuje druhou dimenzi tohoto tématu. Jedná se o pocit emoční blízkosti, důvěrnosti, sounáležitosti, což je možné pouze mezi jedinci, kteří mají jasně určené totožnosti. Opakem je izolace, odcizení, odpoutání od druhých.

2. Téma změny zahrnuje **dimenze pružnosti a stability**.

Rodina je systémem, který se neustále mění, prochází vývojovými stádii, aby rodina v nárocích obstála, musí disponovat pružností. Pružnost zde znamená schopnost odpovídat přizpůsobivě a živě na různé podmínky životního běhu. Opakem je rigidita, stereotypní a repetitivní reakce na změněné podmínky.

Dimenze stability představuje konzistenci, identifikaci s rodinným systémem. „Přes všechny změny, jsme to stále my.“. Důležitou součástí je jistota v rodinných interakcích. Jejím opakem je dezorganizace, či nemožnost předpovědět další vývoj.

3. Téma zpracování informací obsahuje **dimenzi jasného vnímání a jasně komunikace**.

Dimenzi jasného vnímání Barnhill popisuje jako jasné vidění a vědomí sebe a druhých. Členové rodiny se shodnou na vidění a hodnocení společných událostí i konfliktů. Opakem je zkreslené vidění a zmatek. Dimenze jasně komunikace se týká srozumitelné a úspěšné výměny informací mezi členy rodiny. Opak představuje komunikaci vágní a matoucí, kde chybí explorační komunikace – nelze se ptát druhého: „Jak to myslíš?“.

4. Téma strukturování rolí zahrnuje **dimenzi vzájemnosti rolí a jasných hranic mezi generacemi**. Vzájemnost rolí tkví v doplňování se a v podpoře rolí ostatních členů rodiny. Opakem je nejasnost rolí, nesouhlas s úlohou druhých členů rodiny v jejich rolích. Poslední osmou dimenzí je jasná hranice mezi generacemi. Všichni členové rodiny vědí a prožívají, že vztah mezi rodičem a dítětem, mezi sourozenci, vztah mezi prarodiči a vnoučaty je kvalitativně odlišný (Barnhill, 1979).

## **9 Shrnutí teoretické části**

V teoretické části práce jsme po vymezení základních pojmů pojících se k naší problematice, stručně shrnuli aktuální situaci partnerských vztahů v naší zemi. Představili jsme také nejčastější formy alternativního soužití muže a ženy. Čtvrtá kapitola se zaměřovala na vývoj partnerského vztahu, kde jsme se zabývali otázkou volby partnera jako prvním krokem pro vytvoření partnerského vztahu. Dále jsme nabídli vybraná členění etap partnerského života i s ohledem na vzorek respondentů z empirické části práce. Na závěr tato kapitola nabídla přehled vývojových krizí v manželství. Následují dvě stěžejní kapitoly, které se týkají stabilizačních a destabilizačních faktorů v oblasti partnerských vztahů. Vzhledem ke stále aktuální otázce migrace a globalizace jsme se rozhodli sepsat také kapitolu týkající se stability partnerských vztahů v muslimských zemích. Teoretickou část rigorózní práce uzavírá přehled tří vybraných ucelených koncepcí stabilních partnerských vztahů.

# EMPIRICKÁ ČÁST

Empirická část rigorózní práce se sestává ze dvou částí. První z nich představuje přehledová studie, která umožňuje nahlédnout do světových výzkumů, které byly realizovány ve světě v letech 2017 – 2020 na téma spokojených a stabilních partnerských vztahů. Druhou část tvoří samotný výzkum, který byl realizován v rámci diplomové práce.

## 1 Přehledová studie

Jak jsme již na jiných místech této práce konstatovali, spokojenost a stabilita partnerského vztahu spolu úzce souvisí. Především v dnešní době a v našem kulturním prostředí. Proti rozvodové bariéře ze strany společnosti již téměř vymizely. Partneři se tedy musí sami pro své manželství stále znovu rozhodovat a pracovat na vztahu tak, aby se stále vyvíjel ke vzájemné spokojenosti a následné stabilitě. Hlavním přínosem předkládané rigorózní práce je oproti obhájené diplomové práci, která je jejím základem, vypracování této přehledové studie.

Přehledová studie zahrnuje výzkumy, které byly publikovány v letech 2017 - 2020. Diplomová práce byla obhájena v roce 2018 a již výzkumy z roku 2017 nezahrnuje. Proto byl zvolen tento časový úsek.

### 1.1 Průběh sběru dat

Vyhledávání probíhalo přes portál elektronických zdrojů Univerzity Karlovy (UKAŽ). Jako klíčová slova pro vyhledávání vhodných článků byly zvoleny tyto výrazy: „stable marriage“, „long-term marriage“, „lasting marriage“ a „marital stability“. Mezi těmito výrazy bylo použito spojky „OR“. Pomocí těchto klíčových výrazů bylo vyhledáno v letech 2017 – 2020 celkem 1.386 článků. Výběr byl dále redukován prostřednictvím omezení jazyka práce (angličtina), typu zdroje (akademická periodika), poskytovatele obsahu (PsycInfo, PsycArticles, Academic Search Ultimate, Social Sciences Citation Index, Complementary index, ERIC) a dostupnosti plného textu. Díky této redukci jsme se dostali k 485 článkům. Tyto články byly následně znovu redukovány na základě titulku či abstraktu. Tím jsme získali 21 článků. Do finálního výběru se dostaly články, které se přímo týkaly naší výzkumné otázky. Tedy ty, které pojednávaly o tom, jaké faktory mohou podporovat stabilitu manželství, pouze ty, které se týkaly heterosexuálních párů, popisovaly skutečný výzkum (zahrnovali jsme kvalitativní i kvantitativní studie),

výzkumnými osobami byli skuteční lidé (nikoli počítačové simulace) a dokládaly relevantní metodologické postupy. Do konečného výběru se následně dostalo 9 výzkumů. Tyto výzkumy níže uvádíme v přehledné tabulce a následně je podrobněji představujeme.

## 1.2 Výzkumy zahrnuté do přehledové studie

Autor	Rok	Země	Design výzkumu	Vzorek	Metoda	Stabilizační faktory manželství
Mert	2018	Turecko	KV	422 (211 párů)	Dotazník	Sdílené hodnoty, sociální podpora
Plopa, Kazmierczak, Karasiewicz	2019	Polsko	KV	302 (151 párů)	Dotazník	Empatie, kvalita manželství rodičů
Bradley, Hojjat	2017	USA	KV	195	Dotazník	Psychická odolnost
Shola	2018	Nigerie	KV	1000	Dotazník	Odpuštění
Qiong, Mengyu, Wei, Jing, Xiaomin, Xiaoyan, Xiaoyi	2018	Čína	KV	418 (209 párů)	Dotazník	Odpuštění
Hall	2017	-	KV+ KL	-	Metaanalýza	Humor
Karimi, Bakhtiyari, Arani	2019	-	KV+ KL	-	Přehledová studie	Religiozita, věrnost, osobnostní charakteristiky, schopnost důvěřovat a vcítit se, trpělivost, podpora, odpuštění, sebezpřijetí, schopnost přijímat druhého, komunikace, sexualita, láska, attachment, intimita, náboženská shoda, respekt, rozdělení rolí, kvalitně trávený společný čas, aktivního postoj k řešení problémů a konfliktů
McCoy Rauer Sebey	2017	Kanada	KL	120 (60 párů)	Pozorování + Dotazník	Funkční komunikace, zasazení se o manželství
Schoenfeld, Loving, Pope, Huston, Štulhofer	2017	USA + Chorvatsko	KV + KL	210 (105 párů)	Rozhovor	Pozitivní manželské klima, kvalitní sex

Tabulka 2: Přehled výzkumů zahrnutých do přehledové studie



1. V Turecku byl realizován výzkum na vzorku 211 manželských párů. Zabýval se otázkou, jaké faktory mohou predikovat úspěšnost manželství. Výsledky této studie přichází se zjištěním, že lze predikovat úspěšnost manželství na základě přítomnosti sociální podpory okolí (rodina, přátelé) a na základě sdílení společných hodnot (Mert, 2018).
2. V Polsku byl v loňském roce uveřejněn longitudinální výzkum, který se zabýval vlivem empatie a původní rodiny na míru vnímané spokojenosti v manželství. Do výzkumu bylo začleněno 162 párů, které plánovaly v blízké době uzavřít manželství. Druhé měření bylo následně realizováno 6 – 7 měsíců po svatbě. Výsledky analýzy ukazují, že empatie souvisí se spokojeností ve vztahu před i po svatbě. Dále bylo pozorováno významné spojení mezi empatií a hodnocením kvality manželství rodičů partnerů. Toto hodnocení také korelovalo se spokojeností v jejich vztahu. Pozitivní hodnocení manželství rodičů bylo však spojeno zejména se spokojeností se vztahem před svatbou u žen a se vztahem ke svatbě u mužů. Empatie byla pak u mužů prokázána jako prediktor spokojenosti se vztahem před i po svatbě. Empatie a hodnocení kvality manželství rodičů byly před svatbou prediktory vyšší spokojenosti u žen (Plopa, Kazmierczak & Karasiewicz, 2019).
3. Předmětem další studie bylo zkoumání resilience neboli psychické odolnosti, attachmentu a sociální podpory jako proměnných, které by mohly souviset s manželskou spokojeností. Výsledky ukázaly, že resilience má přímý vliv na spokojenost v manželství. Sociální podpora se ukázala jako nepřímá podpora manželského vztahu. Vztah mezi manželskou vazbou (attachmentem), psychickou odolností a spokojeností v manželství byl komplikovanější, než autoři výzkumu předpokládali. Výsledky výzkumu mohou tedy pouze prokázat, že manželská spokojenost signifikantně významně souvisí s psychickou odolností manželů (Bradley & Hojjat, 2017).
4. Odušnění může zmírnit manželské rozbroje a tudíž podpořit stabilitu manželství. S tímto předpokladem byla realizována studie mezi ženatými absolventy Nigerské university. Výsledky výzkumu skutečně tento předpoklad potvrdily (Shola, 2018).
5. Čínská longitudinální studie se zaměřila také na roli odušnění v otázce stability manželství. Odušnění autoři dělí na dva druhy a to odušnění rozumové a odušnění emoční. Výzkumu se účastnilo 268 novomanželských párů. V prvních třech letech

společného soužití byla realizována tři šetření. Výsledky výzkumu ukazují, že odpuštění, které se odehrává na emoční úrovni, spíše přispívá k budování kvalitních a stabilních partnerských vztahů než pouze racionální odpuštění (Qiong, Mengyu, Wei, Jing, Xiaomin, Xiaoyan & Xiaoyi, 2018).

6. Humoru v partnerských vztazích se věnovala rozsáhlá metaanalýza. Autor rozlišuje 12 subdimenzí humoru, s tím, že jsou ve dvou základních kategoriích a to pozitivní forma humoru a negativní forma humoru. Mezi pozitivní formy humoru patří například humor jako společná forma komunikace, kdy prostřednictvím humoru probíhá mezi manželi omluva, odpuštění, řešení problémů či sexuálně zbarvená komunikace. Další pozitivní forma humoru zahrnuje copingové strategie. Jedná se tedy o humor, který manželům pomáhá snižovat stres, úzkost a přináší uvolnění v těžších životních situacích. Mezi negativní formy humoru patřilo zesměšnění, ponížení druhého, či vyjádření hostility. Většina negativních forem humoru, negativně korelovala se spokojeností v manželství. Naopak všechny kategorie pozitivního humoru skutečně pozitivně korelovaly se spokojeností v partnerském vztahu (Hall, 2017).

7. V roce 2019 se pokusili tři akademici z Iránu sestavit systematický přehled výzkumů týkající se dlouhotrvajících manželství. Jejich práci si dovolueme hodnotit za přehlednou a vydařenou.

Výsledkem jejich analýzy je řada faktorů, které přispívají ke stabilnímu manželství. Tyto faktory autoři rozdělili do dvou kategorií, a to na intrapersonální a interpersonální. Interpersonální složky představují různé způsoby chování v partnerském vztahu, které se často objevuje u partnerů, kteří spolu dlouhodobě a spokojeně žijí. Intrapersonální složky se zaměřují na osobnostní charakteristiky osob, které žijí ve funkčních partnerských vztazích. Mezi intrapersonální faktory byla zařazena religiozita a spiritualita, věrnost a oddanost, osobnostní charakteristiky, schopnost důvěřovat a vcítit se, trpělivost, podpora, umění odpouštět, sebezpřijetí i schopnost přijímat druhého.

Interpersonální faktory se skládají z komunikace, sexuality, lásky a attachmentu, intimity, náboženské shody, vzájemného respektu, rozdělení rolí, kvalitně tráveného společného času a aktivního postoje k řešení problémů a konfliktů.

Některé nezanedbatelné aspekty jako například děti, či finanční zabezpečení manželů zařadili autoři do intra i interpersonální kategorie.

Ve výzkumech realizovaných v USA bylo dlouhotrvající manželství nejčastěji spojováno s faktory náboženství, sexualita, věrnost, intimita a shoda v hodnotách a přesvědčeních. V asijských zemích zase vycházely jako důležité faktory komunikace, náboženství, děti, schopnost řešit konflikty, emocionalita a láska. V Evropě klíčové faktory zahrnovaly sexualitu, věrnost, spokojenost ve vztahu a vzájemnou podporu manželů (Karimi, Bakhtiyari & Arani, 2019).

8. Zda se člověk cítí být v manželství spokojen, souvisí také do velké míry se způsobem komunikace, který mezi sebou manželé uplatňují. Na základě této teze byl realizován výzkum mezi manželi, kteří spolu dlouhodobě žijí. Studie se účastnilo 60 párů, s průměrným věkem 70,5 roku, průměrně spolu žili 42 let. Manželé byli požádáni, aby vyprávěli o tom, jak se seznámili, jak spolu začali chodit, jaká byla jejich svatba, jak prožívali první roky manželství, jak vzpomínají na manželství v jejich středních letech, jak vnímají společný čas nyní a jaké mají sny do budoucna. Během tohoto vyprávění byli manželé natáčeni a posléze byli jejich individuální projevy i vzájemné interakce kódovány a vyhodnocovány. Na závěr návštěvy vyplnili respondenti ještě dotazník týkající se jejich osobního i manželského života. Po roce jim byl zaslán ještě jeden dotazník, který se týkal manželské spokojenosti.

Výsledky přinesly zajímavá zjištění. Manželky projevovaly během vyprávění signifikantně více pozitivních citů než jejich muži. Výsledky dotazníku o manželské spokojenosti vysoce korelovaly s pozorovanými jevy při manželském vyprávění u obou manželů. U mužů se míra vnímané spokojenosti v manželství mezi jednotlivými šetřeními nezměnila, u žen byla vnímaná spokojenost v manželství při druhém šetření (po roce) nižší. Závěry studie přináší především potvrzení, že manželská spokojenost u starších párů souvisí kromě jiného se způsobem vzájemné komunikace a se zasazením se o manželství (McCoy, Rauer & Sabey, 2017).

9. Další výzkum se zaměřil na vztah mezi běžným mezilidským chováním manželů (k sobě navzájem), frekvencí pohlavního styku, spokojeností s milostným životem v manželství a celkovou spokojeností v manželství. Výsledky ukazují, že kromě frekvence pohlavního styku spolu všechny ostatní proměnné úzce souvisí. Tedy manželskou spokojenost ovlivní manželské klima a spokojenost s kvalitou sexu, která ovšem nesouvisí s jeho frekvencí (Schoenfeld, Loving, Pope, Huston & Štulhofer, 2017).

### 1.3 Úvaha nad výsledky výzkumů

Výše popsané výzkumy z posledních let předkládají faktory, které podporují stabilitu v partnerských vztazích. Mezi těmito faktory nalezneme sdílené hodnoty, komunikaci, lásku, vzájemný respekt, rozdělení rolí, kvalitně trávený společný čas, aktivní postoj k řešení problémů a konfliktů, kvalitní sex, sociální podporu okolí, empatii, kvalitu manželství rodičů, attachement, psychickou odolnost, odpuštění, humor, religiozitu, věrnost, důvěru, trpělivost, sebezpřijetí, schopnost přijímat druhého, zasazení se o manželství a pozitivní manželské klima. O každém z těchto faktorů by bylo možné napsat rozsáhlou esej. To ovšem není v rámci této práce žádoucí. Proto nabízíme pár úvah nad výsledky některých výzkumů z naší přehledové studie a zamyšlení nad vybranými protektivními faktory.

#### **Sociální podpora okolí**

Výzkumy se shodují na tom, že sociální podpora okolí může být manželství prospěšná. Některé výzkumy ji vnímají jako důležitý faktor (Mert, 2018), jiné výzkumy ji označují za faktor vedlejší (Bradley & Hojjat, 2017). Pravdou je, že pokud si manželé dlouhodobě nerozumí a zažívají společně více utrpení než radosti, pak jim podpora okolí asi nepomůže vztah udržet. Nicméně pokud prožívají manželé přechodnou krizi ve vztahu, může podpora okolí sehrát zásadní roli v překonání aktuálních těžkostí a tedy podpořit dlouhodobost partnerského vztahu.

#### **Empatie**

Dva výzkumy z naší přehledové studie přichází se zjištěním, že empatie prospívá manželství. Kde se ona empatie v člověku bere? Jak jí můžeme dosáhnout? Kdy se jí učíme? Empatii se člověk učí podle profesora Matějčka (2000) do velké míry v předškolním věku (3 – 6 let), kdy děti začínají aktivně vyhledávat své vrstevníky a učí se žít v nových sociálních vztazích. Je to období souhry, soupeření, soucitu, sounáležitosti... děti zažívají nejrůznější sociální situace, ve kterých se nějakým způsobem chovají a dostávají autentickou zpětnou vazbu od svých vrstevníků v podobě smíchu, pláče, rozhořčení atd. Zjišťují, co jejich jednání může u druhých způsobit. Postupně se učí do lidí kolem sebe vcítit. Dovedou tedy časem anticipovat reakce druhých, což jim velmi pomáhá při fungování v mezilidských vztazích. Umění vcítit se do druhého se člověku hodí ve všech sociálních vztazích a zvláště pak ve vztazích partnerských.

Davis (2004) uvádí, že jedinci, kteří disponují vyšší mírou empatie, žijí zpravidla ve šťastnějších vztazích. Jsou totiž citliví, otevření k potřebám svého partnera a podporují partnera

v důvěrném vztahu. Více empatictí jedinci jsou proto šťastnějšími partnery. Empatie je považována za zásadní faktor ovlivňující vztahy, zejména v době potíží nebo utrpení. To může být vysvětlením, proč empatie bezpochyby patří k protektivním faktorům stability manželství.

## **Resilience**

Výsledky výzkumu realizovaném v USA (Bradley & Hojjat, 2017) ukázaly, že resilience má přímý vliv na spokojenost v manželství. Když se podrobněji zaměříme na to, co se pod pojmem resilience skrývá, pak nám závěry citované studie budou dávat velký smysl. Resilience neboli psychická odolnost je psychologický koncept, který označuje určitou připravenost člověka vypořádat se v životě s nepříznivými podmínkami. Jedinci, kteří disponují resiliencí dokáží dokonce z náročnějších situací v životě něco užitečného vytěžit (Šolcová, 2009). Manželství představuje každodenní výzvu, která může být velkou zátěží a jedince žijícího v manželství postupem času vyčerpá. Stejně tak se dají nároky manželství vnímat jako příležitost, která může jedince osobnostně posouvat a ze které může následně v životě těžit. Právě tento druhý postoj dokáží lidé s vyšší mírou resilience zaujmout.

## **Odpuštění**

V naší přehledové studii se ve třech výzkumech hovoří o odpuštění jako o podpůrném faktoru stability manželství.

Co to ono odpuštění je? Když si slovo odpuštění rozdělíme na předložku a kořen slova, pak dostaneme předložku „od“ a kořen „puštění“ od slovesa pustit. Jako kdybychom měli něco pustit. V češtině máme krásný obrat „pust to z hlavy“, který znamená „nezaobírej se tím“, „mysli na něco jiného“, „zapomeň na to“. To naznačuje ono racionální odpuštění, o kterém hovoří výše zmíněný čínský výzkum (Qiong, Mengyu, Wei, Jing, Xiaomin, Xiaoyan & Xiaoyi, 2018). Pak tu ještě zůstává ona emoční rovina odpuštění. Tu si můžeme zase představit jako situaci, kdy pouštíme něco po vodě. Včera jsem byla s mými dvěma dětmi u potoka, kde jsme společně pouštěli klacíky. Děti tam hodily kus dřívka a pak jsme společně pozorovali, jak se klacík ve vodě zmítá, točí, odplouvá a za chvíli jsme jej ztratili z dohledu. Po chvíli jsme na něj už nemysleli a zaobírali jsme se něčím novým. Toto by mohl být obraz emočního odpuštění, kdy naši zlost, zášť nebo zranění zkusíme pustit po tekoucí vodě, pozorovat jak odplouvá, mizí a za chvíli tam už stát sami s možností nově vykročit a všimnout si zase jiných, nových impulzů, který život v manželství přináší.

Odpuštění se v manželském vztahu jeví jako velmi důležité. Pokud si manželé vzájemně nedokáží skutečně odpustit, pak se v každé nové hádce připomínají staré křivdy, manželé se vzájemně zraňují a ze vztahu se může vytrácet bezpečí, které je pro tak intimní vztah, jako je ten manželský, zásadní. Odpuštění je aktem lásky a vede člověka k vnitřní vyrovnanosti a radosti (Gilbert, 2020).

Je zajímavé podívat se také na základní modlitbu křesťanů „Otče náš“. Když si ji postupně pročítáme, můžeme si všimnout, že všechny formulaci směřují k Bohu a jen jediná formulace se obrací k ostatním lidem. Je to právě zmínka o odpuštění „*Odpusť nám jako i my odpouštíme naším viníkům*“. Může to působit tak, jak by už po dva tisíce let bylo jasné, že bez vzájemného odpuštění není možné žít zdravé mezilidské vztahy. Dnešní výzkumy tuto starou pravdu opět připomínají.

### **Společné vzpomínání**

Kanadský výzkum (McCoy, Rauer & Sabey, 2017) se zaměřil na způsob komunikace starších manželů. Manželé byli požádáni, aby vyprávěli o jednotlivých událostech z jejich společné historie. Během tohoto vyprávění byli manželé natáčeni a posléze byly jejich individuální projevy i vzájemné interakce kódovány a vyhodnocovány. Na závěr návštěvy vyplnili respondenti ještě dotazník týkající se jejich osobního i manželského života. Po roce jim byl zaslán ještě jeden dotazník, který se týkal manželské spokojenosti. Ženy v tomto druhém dotazníku vykazovaly nižší míru spokojenosti v manželství oproti dotazníku, který vyplňovaly před rokem. Zaujalo nás, proč manželky, které žijí se svým mužem již čtvrté desetiletí, vykazují po roce nižší spokojenost v manželství? Že by se u žen po takové době náhle snižovala spokojenost se vztahem, není příliš pravděpodobné. Spíše můžeme předpokládat, že u žen zafungoval fenomén, který se nazývá priming. Ženy poprvé vyplňovaly dotazník o spokojenosti s partnerským vztahem po několika hodinovém vyprávění o společné historii, kdy si mohly vybavovat hezké zážitky. Díky tomu mohly vnímat své manželství o něco spokojenější, než po roce, kdy dotazník o manželské spokojenosti vyplňovaly mezi starostmi všedního dne. Z toho můžeme odvodit, že je pro manželství velmi prospěšné najít si v páru čas na společné vzpomínání. Ať už se jedná o události dávno minulé, či o nedávné společně prožité hezké chvíle. Nicméně o tom již hojně hovoří ve svém díle John Gottman.

V závěru studie se dočteme, že spokojenost v manželství souvisí kromě kvalitní komunikace, což nám potvrzují četné studie (Carroll, Hill, Yorgason, Larson & Sandberg, 2013; Markman,

1981; Gottman, 2015), také se zasazením se o manželství. Co ono zasazení se o manželství může znamenat? V první řadě úsilí, které člověk do manželství vkládá. Pokud se o něco zasazujeme, dáváme tomu také určitou hodnotu. Tedy abychom mohli žít ve spokojeném manželství, musí být pro nás tento vztah opravdu důležitý a musíme být ochotní pro manželství také něco obětovat.

### **Sebepřijetí**

Sebepřijetí je koncept, který se v psychologii ve svých různých formách vyskytuje již dlouho. Sebepřijetí v otázce partnerských vztahů se věnovala Iva Rolederová ve své velmi vydařené diplomové práci. Píše: „*Sebepřijetí značí, nakolik má člověk sám sebe rád, nakolik si uvědomuje své přednosti a nedostatky, a přijímá je jako součást sebe samého. Sebepřijetí nezabraňuje změně a zlepšení člověka, naopak je jejich podmínkou. Přijímat sám sebe znamená základní předpoklad pro spokojený život a dobré mezilidské a partnerské vztahy... Vnímám potřebu být přijímán jak sebou, tak okolím, jako dominantní motiv života člověka, který je v podstatě odkázán na spolupráci a pomoc svých bližních. Nízké sebepřijetí proto považují za velmi silný prvek, který způsobí, že mnoho energie člověka je „vyplýtváno“ na nasycení potřeby přijetí. U jedinců, kteří se dostatečně přijímají sami, může být tato energie využita k rozvoji jejich tvořivého potenciálu, tedy k sebeaktualizaci“ (Rolederová, 2014, s. 100).*

Ve chvíli, kdy disponuje jedinec nízkou úrovní sebepřijetí, musí, jak píše Rolederová, neustále usilovat o potvrzení své hodnoty u druhého. Může se také stát, že pak má jedinec již malou kapacitu pro vnímání potřeb druhého. Proto často slýcháváme, že musíme přijímat sami sebe k tomu, abychom dokázali přijímat druhého i s jeho nedostatky a slabostmi. Neboli musíme mít rádi sami sebe, abychom mohli skutečně milovat také druhého člověka.

### **Kvalitní sex**

Poslední výzkum z naší přehledové studie ve svém závěru sděluje, že pro spokojené manželství je důležité příznivé manželské klima a kvalitní sex. Kvalitní sex může znamenat pro každého člověka něco jiného. Longitudinální výzkum z USA ve svých závěrech upozorňuje, že potřeby v oblasti sexuality se mohou v průběhu času měnit. Tento výzkum se zaměřil na novomanželské páry a sledoval po dobu prvních čtyř let jejich společného života posun sexuální touhy a manželské spokojenosti. Výsledky této studie uvádí, že v průběhu manželství klesá sexuální touha u žen a to nezávisle na porodu. Porod tento pokles může zvýraznit, nicméně pokles sexuální touhy se odehrává nezávisle na porodu. U mužů k žádnému poklesu sexuální touhy

nedocházelo. Tento nesoulad sexuální touhy předpovídal pokles manželské spokojenosti u obou partnerů (McNulty, Maxwell, Meltzer & Baumeister, 2019). Tímto se dostáváme k faktoru respektu, komunikace a schopnosti vyjít si vzájemně vstříc. To jsou klíčové předpoklady pro to, aby mohli být manželé spokojeni s oblastí sexuality v jejich vztahu i v průběhu let, kdy se jejich potřeby a touhy v této oblasti přirozeně mění a vyvíjí.

#### **1.4 Shrnutí přehledové studie**

Když se zamyslíme nad jednotlivými protektivními faktory, kterými jsme se v této kapitole zabývali, tak si uvědomíme, že disponovat jimi se nejpřirozeněji učíme už jako děti. Empatii se učíme v dětství, jak popisuje profesor Zdeněk Matějček (2000). Pomáhají nám k tomu naši vrstevníci i rodiče, pokud s námi jednájí s určitou dávkou empatie. Ve chvíli, kdy pocházíme z rodiny, kde se standartně odpouštělo, jako děti jsme byly opakovaně svědky vzájemného odpuštění mezi rodiči, a také samy jsme prožily, že nám bylo odpuštěno, pak v dospělosti v partnerských vztazích nám pravděpodobně nebude zatěžko odpouštět našemu protějšku.

Pokud jsme jako děti vnímaly, že jsme přijímány s našimi silnými i slabými stránkami, pak pro nás sebezpříjetí v budoucnu nebude tak náročným úkolem.

Resilience se také do velké míry vytváří v prvních měsících a letech života. Pokud dokázala pečující osoba s dítětem navázat vazbu jistou, dítě zažívá pozitivní rodinné klima, kde vládne určitý řád společně s laskavou autoritou, dítě zažívá úspěchy, raduje se ze života, pak má dobře nakročeno dokázat se později vypořádat i s nepříznivými okolnostmi života (Šolcová, 2009). Zároveň ale určitě neplatí, že by člověk, který prožil náročné dětství v budoucnu nemohl žít ve šťastném manželství. Jen bude muset pravděpodobně hledat modely ve vzdálenějším okolí a vynaložit více usilí. Protože, jak píše Šípová, model vztahu rodičů, které dítě načerpá v průběhu dětství se nasmazatelně vrývá do jeho osobnosti a má přímý vliv na model rodiny, kterou dítě jednou samo vytvoří (Šípová, 1985).

Tato přehledová studie byla určitým úvodem do našeho níže popsaného kvalitativního výzkumu, který v druhé kapitole představíme.



## **2 Výzkum protektivních faktorů stability manželství**

### **2.1 Cíl výzkumu a výzkumné otázky**

Cílem našeho výzkumu je nalezení a popis faktorů, které podporují stabilitu manželství. V rámci tohoto výzkumného projektu jsme si položili dvě výzkumné otázky, které níže uvádíme.

Výzkumné otázky:

- 1) Jaké z dříve popsanych faktorů s pozitivním vlivem na manželství se objevují u manželů, kteří spolu dlouhodobě žijí?
- 2) K jakým projevům dochází během komunikace u manželů v dlouhodobém stabilním manželství?

### **2.2 Výzkumné metody**

Výzkum jsme realizovali prostřednictvím dvou metod. První z nich představoval polostrukturovaný rozhovor (resp. polostrukturované interview), který Miovský (2006) popisuje jako nejrozšířenější metodu interview mající výhody oproti nestrukturovanému i strukturovanému interview. Výzkumník má předem specifikované okruhy otázek a má možnost měnit jejich pořadí dle aktuální situace. Zároveň je možné se respondentů dále dotazovat na upřesnění či vysvětlení jejich výpovědí. Této možnosti jsme opakovaně během rozhovorů využívali.

Druhou metodu představovalo nestrukturované pozorování, které Švaříček a Šed'ová (2007) vymezují jako metodu získání popisu jednání, které není dopředu přesně určené. Jsou připravené pouze vágněji formulované otázky, které následně připouštějí otevřenost k neočekávaným situacím. Nestrukturované pozorování probíhalo po celou dobu setkání s respondenty. Pozorování bylo zaměřeno především na interakce probíhající mezi manželi.

### 2.3 Výzkumný soubor

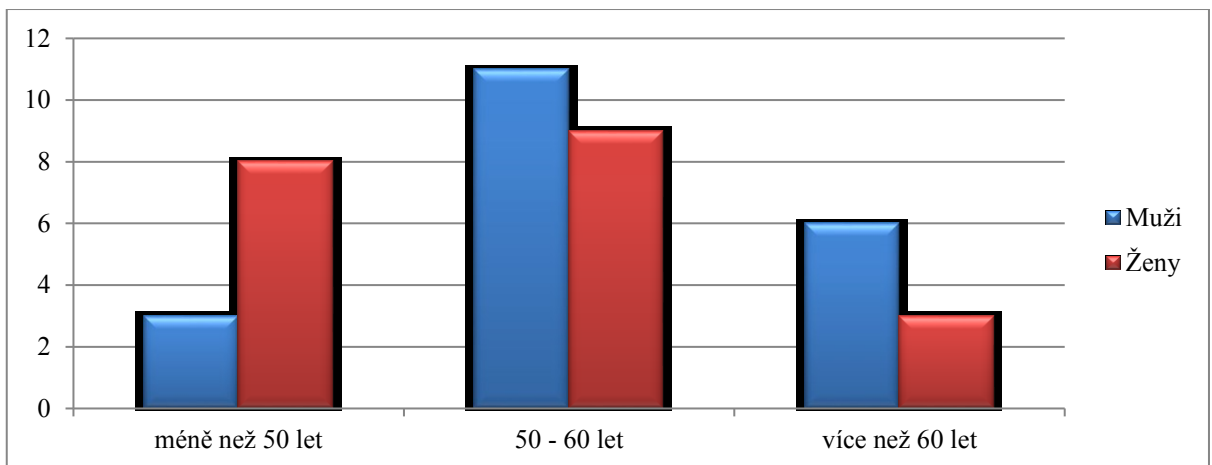
Výzkumný soubor se skládal z dvaceti manželských párů. Kritériem pro zařazení do výzkumu byla v první řadě délka manželství. Původně byla zamýšlena dolní hranice 25 let od sňatku. Následně byla hranice posunuta na 24 let ze zcela pragmatického důvodu. Dostala jsem kontakt na tři páry ochotné účastnit se výzkumu, jejichž délka manželství byla 24 let. Vzhledem k náročnosti získávání respondentů jsem je ráda přijala. Hranice 25 let, respektive 24 let od sňatku byla určena na základě teorie vývojových krizí v manželství, kdy v tomto období by mělo být dle Plzáka (1973) po druhé vývojové krizi, která souvisí s odchodem dětí, začínajícími somatickými obtížemi a dalšími faktory související s involucí. Dalo se tedy předpokládat, že pokud jsou spolu manželé po pětadvaceti letech společného života stále rádi, zřejmě překonali tuto druhou vývojovou krizi.

Druhé kritérium pro zařazení do výzkumného vzorku představovala podmínka, aby spolu manželé byli „nějakým způsobem stále rádi“. Zde se jednalo o snahu eliminovat páry, které společně žijí dlouhodobě, nicméně například jen pro finanční výhody či ze strachu se rozvést atd. Toto kritérium bylo zajišťováno vyjádřením jedince z okolí manželů, který je označil jako „manžele, kteří jsou spolu rádi“. Následně i sami respondenti museli souhlasit s tvrzením, že „jsou spolu nějakým způsobem stále rádi“.

Při výběru vzorku byl kladen důraz také na náboženskou orientaci. Vzhledem k tomu, že jsem sama praktikující křesťan, přirozeně jsem měla k dispozici více věřících párů v blízkém i vzdálenějším okolí. Snažila jsem se vyhledat převážně manželské dvojice bez náboženské orientace, aby vzorek odpovídal v této otázce co nejvíce naší populaci a získaná data nebyla zkreslena křesťanskou kulturou.

Níže předkládáme podrobnější charakteristiku výzkumného souboru.

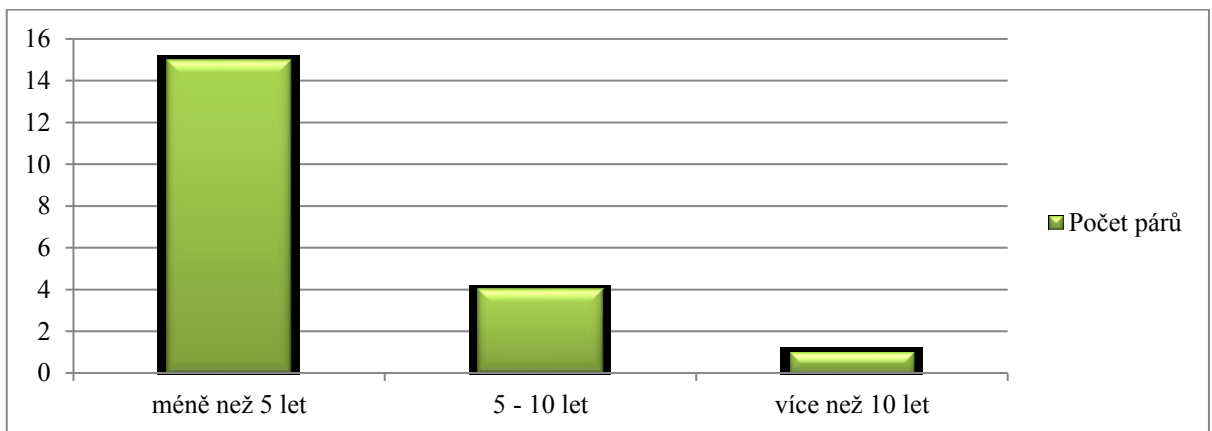
### Věkové rozložení respondentů



Graf 1: Věkové rozložení respondentů.

Průměrný věk respondenta z výzkumného vzorku činil 54,9 let, věkové minimum činilo 44 let, maximum 69 let. Průměrný věk muže byl 56,9 let, median = 56,5 let. Průměrný věk ženy představoval 52,8 let, median = 51,5 let.

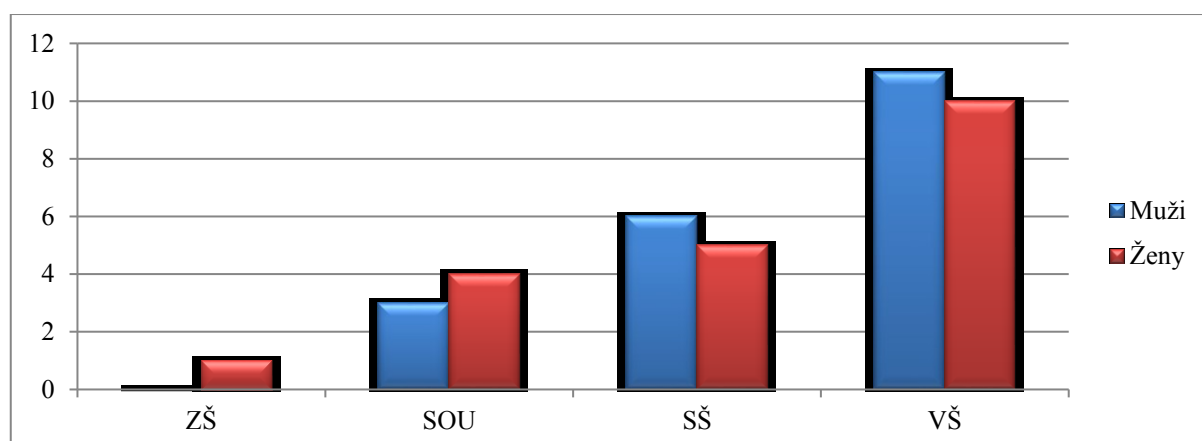
### Věkový rozdíl mezi manželi



Graf 2: Věkový rozdíl mezi manželi.

Nejmenší věkový rozdíl mezi manželi činil jeden den a největší věkový rozdíl mezi manželi představoval 14 let. Průměrný věkový rozdíl mezi manželi činil 4,3 let, median = 3,5 let.

### Vzdělání respondentů

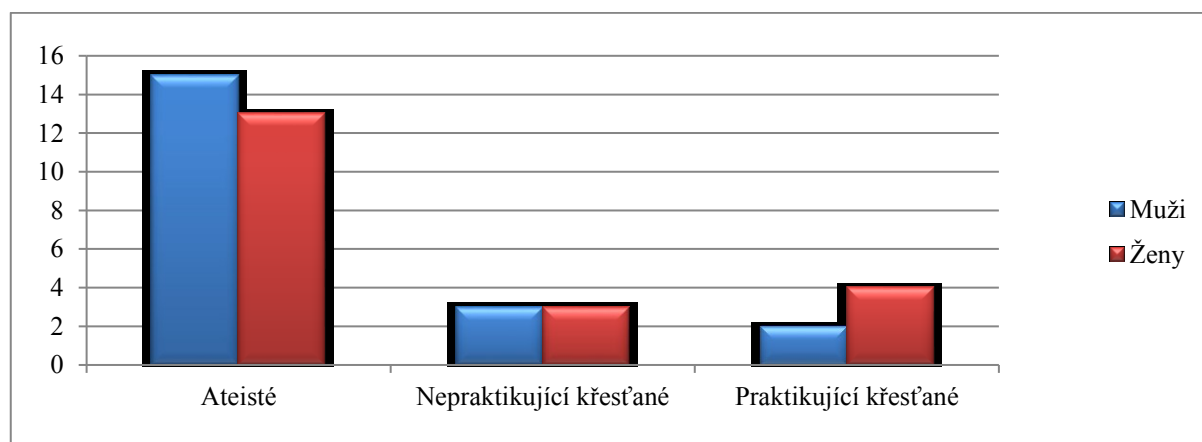


Graf 3: *Vzdělání respondentů*. Pozn.: ZŠ = základní škola; SOU = střední odborné učiliště; SŠ = střední škola; VŠ = vysoká škola

### Profese respondentů

Profese respondentů byly velmi rozmanité. Mezi muži se objevily profese typu: ředitel zemědělského družstva, řezník, zámečnick, manažer obchodní firmy, manažer neziskové organizace, ředitel základní školy, noční hlídač, elektrikář, technik ve strojírenství, vědec, automechanik, grafik. Pět žen z výzkumného vzorku bylo učitelkami na základní škole, jedna vysokoškolskou pedagožkou, dále se u žen objevovaly profese typu: zahradnice, úřednice, produkční v divadle, produkční v nakladatelství, prodavačka, dělnice, ekonomka či zdravotní sestra.

### Náboženská orientace

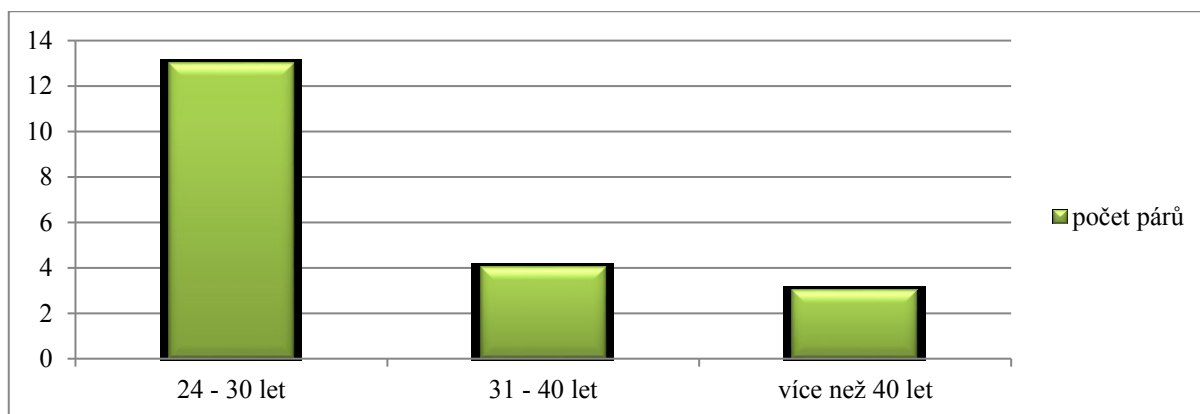


Graf 4: *Náboženská orientace*

## Bydliště

11 manželských párů pocházelo z Prahy, 3 manželské páry pocházely ze Středočeského kraje, 5 párů z Pardubického kraje a 1 manželský pár byl z Libereckého kraje. 6 párů z výzkumného vzorku bydlelo na vesnici, 3 v menším městě a 11 párů ve velkoměstě.

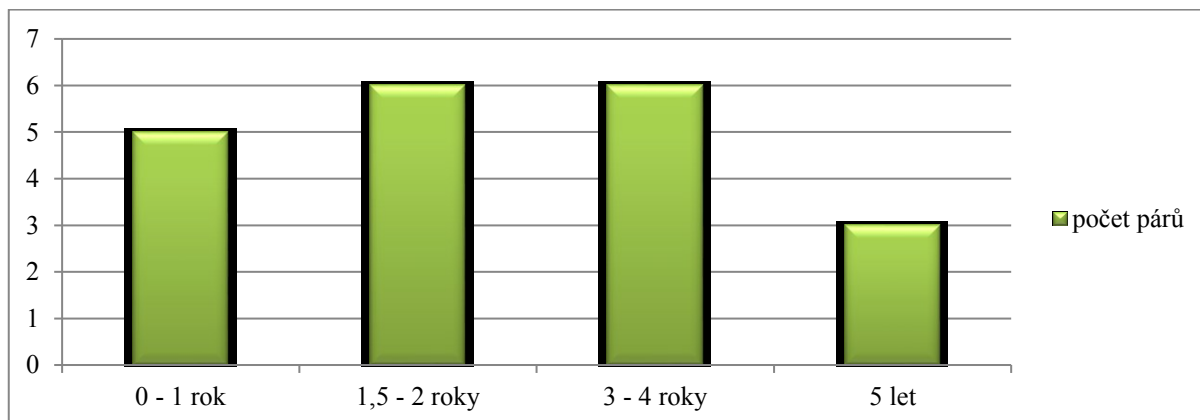
## Délka manželství respondentů



Graf 5: Délka manželství respondentů

Minimální délka manželství respondentů činila 24 let, maximální 47 let. Průměr = 31,35 let. Median = 29 let.

## Délka známosti před svatbou



Graf 6: Délka známosti před svatbou

Nejkratší doba známosti před svatbou činila třičtvrtě roku, nejdelší 5 let. Průměr = 2,6 let. Median = 2 roky.

## Počet dětí

Všichni manželé z výzkumného vzorku měli děti. Jeden pár měl jedno dítě, jeden pár měl pět dětí. Ostatní manželé měli dvě nebo tři děti.

## 2.4 Průběh sběru dat

V první fázi byly realizovány dva pilotní rozhovory, na jejichž základě byly poupraveny některé formulace otázek, a také jsme získali hrubou představu časové dotace rozhovoru.

Sběr dat probíhal v období březen – říjen 2017. Výzkumný vzorek byl vybírán nenáhodně. Nejprve metodou příležitostného výběru – rok před zahájením realizace výzkumu, jsem se dotazovala téměř na všech místech, kde jsem se vyskytovala (škola, praxe, porodnice, klub maminek, setkání s přáteli, setkání s příbuznými...), zda lidé neznají manželské páry hodící se do našeho výzkumu. V této první fázi jsme získali postupně kontakt na 18 manželských párů, dva manželské páry byly získány metodou sněhové koule. Tato metoda spočívá v požádání již získaných respondentů o kontakt na další členy dané populace (Ferjenčík, 2000).

Na úvod setkání byl s respondenty probrán základní účel výzkumu a průběh samotného rozhovoru. Byli informováni také o anonymizaci dat. Požádala jsem respondenty o souhlas s audiozáznamem celého rozhovoru a následně o podepsání informovaného souhlasu, který všechny tyto body shrnoval. Respondenti byli informováni o tom, že pokud by jim byla nějaká z pokládaných otázek z jakéhokoli důvodu nepříjemná, nemusí na ni odpovídat. Této možnosti následně nikdo nevyužil.

Rozhovory trvaly 15 - 120 minut. Velmi záleželo na konkrétním manželském páru, nicméně nejčastější časová dotace rozhovoru činila 45 minut.

Jak jsme již výše uvedli, data byla anonymizována. Každému manželskému páru byla přidělena křestní jména začínající stejným písmenem pro přehlednost při práci s daty.

## 2.5 Analýza dat

Ke zpracování dat byla použita obsahová analýza – kombinace teoretického a deskriptivního přístupu. Plichtová (1996) popisuje teoretický přístup obsahové analýzy jako postup, kdy se shromažďují údaje, třídí se, definují se základní jednotky a vytváří se systém kategorií. Ve chvíli kdy je celý systém sestaven, přistupujeme k sesbíraným datům a v nich vyhledáváme předem vytvořené kategorie. Deskriptivní přístup obsahové analýzy se vyznačuje tím, že se výzkumník nechává co nejvíce inspirovat vlastním textem, respektive výpovědí respondentů. Kategorie představují v tomto případě jakési poznámky k textu, díky kterým následně výzkumník identifikuje nejvýznamnější témata, opakující se myšlenky či vzorce přesvědčení (Marshall & Rossman, 1989). Jako vhodná se jeví při analýze dat kombinace teoretického a deskriptivního přístupu obsahové analýzy. Teoreticky odvozené kategorie obsahové analýzy zajistí teoretickou relevantnost analýzy, zároveň zpřesnění či ověření teoretických kategorií prostřednictvím konkrétních dat zajistí jejich empirickou relevantnost (Plichtová, 1996). Prostřednictvím této analýzy byla zodpovězena první výzkumná otázka. Pro zodpovězení druhé výzkumné otázky byl použit deskriptivní přístup obsahové analýzy. Zde jsme tedy vycházeli pouze ze samotných pozorovaných dat.

## 2.5.1 Výsledky výzkumu

### 2.5.2 Výzkumná otázka č. 1

#### **Jaké z dříve popsanych faktorů s pozitivním vlivem na manželství se objevují u manželů, kteří spolu dlouhodobě žijí?**

Dříve popsané faktory s pozitivním vlivem na manželství byly vyhledány v odborné literatuře související s tématem diplomové práce. Především se jednalo o výzkumy a teorie těchto autorů: Gottman (2015), Satirová (2006), Kratochvíl (2009), Plaňava (2000), Matějček (2000), Šípová (1985), DeMaris, Sanchez & Krivickas (2012), Gordon & Baucom (2009), Johnson & Anderson (2013), Carroll, Hill, Yorgason, Larson & Sandberg (2013). Leggett, Roberts-Pittman, Bycze & Morse (2012). Tallman & Hsiao (2004), Parrot & Parrot (2004), Campbell & Moroz (2014), Archuleta, Britt, Tonn & Grable (2011).

Faktory byly následně seskupeny do devíti kategorií, které níže předkládáme.

Tvorba kategorií představovala dlouhý a náročný proces. Prvním krokem byla rešerše literatury, kdy jsme se pokusili shromáždit zahraniční i domácí autory a výzkumy v dané oblasti. Vyhledali jsme fenomény, o kterých se autoři či výsledky výzkumů vyjadřují jako o protektivních faktorech, které mohou přispívat k udržování dlouhodobého a funkčního manželství. Všechny vyhledané faktory byly „vysypány na stůl“. Následovalo zvažování, jak jednotlivé fenomény utřídít do smysluplných kategorií.

Nejprve byly vyhledány velmi blízké pojmy, které bylo možné považovat téměř za synonyma. Tyto pojmy byly následně sloučeny pod jeden faktor. Tím jsme již pracovali s mírně přehlednějším počtem fenoménů. V této chvíli proběhla triangulace, kdy se tři osoby pokusily vytvořit systém kategorií a subkategorií na základě blízkosti a propojení jednotlivých fenoménů. Bylo překvapivé, jak odlišná seskupení vznikla. Každý z účastníků triangulace měl svůj pohled na danou problematiku a vnímal jako dominantní jiné oblasti. Triangulace přinesla do tvorby kategorií v první chvíli více zmatku, nicméně nás donutila ke kritickému pohledu na námi vytvořené kategorie a potřebu opět zvážit a odůvodnit umístění některých subkategorií a názvů kategorií. Nyní se pokusíme představit náš koncept kategorií a pozvat čtenáře do našich úvah.



**Komunikace** představuje první kategorii. O tomto fenoménu se zmiňuje valná většina autorů jako o základním stavebním kameni jakýchkoli mezilidských vztahů, tedy i pro manželství se tento fenomén jeví jako zásadní. Zde nebylo pochyb, že „komunikace“ bude představovat samostatnou kategorii. Uvažovali jsme, jaké z dalších vyhledaných fenoménů mohou patřit do této kategorie. Komunikace se skládá ze sdělování informací, stejně jako z naslouchání. Proto jsme se rozhodli tyto fenomény jako subkategorie zařadit. *Naslouchání a jasné vyjadřování potřeb* tedy vytvořily první subkategorie. Další fenomény byly již více diskutabilní. *Funkční řešení konfliktů* aspirovalo původně na samostatnou kategorii, nicméně základem onoho funkčního řešení je opět komunikace. Kratochvíl (2009) popisuje konstruktivní hádku, při níž klade důraz na otevřené sdělování, mluvení sám za sebe, vyvarování se obviňování druhého. *Funkční způsob řešení konfliktů* jsme tedy pojali jako subkategorii komunikace. Dále popisuje Kratochvíl (2009) při konstruktivní hádce nutnost „fair play“, kdy se účastníci oné hádky mají vyvarovat útoků na citlivá místa, při kterých je výsledkem pouze zranění partnera, nikoli vyřešení problému. Na základě tohoto podnětu jsme uvažovali také o fenoménu *úcta*, který by bylo možné do této kategorie zařadit. Také Gottman (2015) hovoří o pohrdání (opak úcty) jako o jednom z ničivých jevů v manželské interakci. Zda lidé k sobě navzájem chovají úctu, se projeví nejzřetelněji ve způsobu komunikace, který mezi sebou uplatňují, proto jsme se rozhodli úctu zařadit do této kategorie. Poslední subkategorii je *humor*. Tento jev patří jednoznačně do komunikace, a to verbální i neverbální, zde tedy nebylo pochyb o zařazení do výše zmíněné kategorie.

**Spolupráce** je prezentována jako další základní kompetence pro vytváření dlouhodobých partnerských vztahů. Mnoho výzkumů opakovaně potvrzuje, že pokud je mezi partnery nastolena atmosféra spolupráce namísto konkurence, jejich šance zvládnout celoživotní manželství se zvyšují. Spolupráce tedy byla určena jako další samostatná kategorie. První subkategorii představuje *ochota vyjít si vzájemně vstříc*, což se jeví jako základní předpoklad pro spolupráci. Další subkategorii je *rozdělení rolí*, což je opět záležitost, která se řeší v každém pracovním týmu, kde je vyžadována spolupráce, proto jsme ani u tohoto fenoménu dlouho neváhali a zařadili jej pod kategorii spolupráce. Třetí subkategorii představuje fenomén *vzájemné pomoci*, zde jsme po krátkém zamyšlení zvolili též výše zmíněnou kategorii. Vzájemnou pomoc můžeme jistě považovat za součást spolupráce. *Společné dílo* podleho náročnějším úvahám, než bylo s konečnou platností zařazeno pod tuto kategorii. Původně jsme uvažovali o společném díle jako o samostatné kategorii, protože se mluví o tomto fenoménu jako o silném prvku, který drží pár pohromadě, dává manželům společný směr a smysl (Jellouschek, 2008). Nicméně jsme se po celou dobu vytváření konceptu vyskytovali pod

tlakem, aby samostatných kategorií nebylo příliš mnoho, což by vedlo k nepřehlednosti, které jsme se snažili vyvarovat. Společné dílo jsme tedy zařadili pod kategorii „společné oblasti“, s čímž jsme opět nebyli spokojeni. Další subkategorie na daném místě byly kvalitativně odlišné, vedle *společných zájmů* a *společných přátel* fenomén *společného díla* jakoby zapadl. Rozhodli jsme se tedy pro zařazení do kategorie spolupráce, ke které má *společné dílo* blízko.

**Láska** je velmi široký a obtížně uchopitelný pojem, přesto jsme se rozhodli, že ho použijeme pro název jedné z našich kategorií. V dnešní západoevropské kultuře se s tímto slovem ve spojení s partnerskými vztahy není možné nasetkat. Staří Řekové rozlišovali několik typů lásky. Nejčastěji se uvádějí tři: agapé, filia a eros. Právě ve smyslu eros, tedy romantické, milenecké lásky, chápeme naši kategorii. Rozhodli jsme se k tomuto pojetí, aby bylo možné odlišit kategorii „lásky“ od kategorie „přátelství“, které by se měly tendenci překrývat. Zařadili jsme sem tedy subkategorie: *projevy obdivu a sympatií, sexuální přitažlivost, sex a zamilovanost*. Tyto subkategorie bylo možné dobře přiřadit po vytvoření „lásky“ a „přátelství“ jako dvou samostatných kategorií. Složitější pro nás bylo zařazení subkategorie *intimity*, která představuje silnou blízkost a důvěrnost. Tento fenomén by mohl být bezpochyby i součástí přátelského vztahu, stejně tak ale patří i do mileneckého vztahu. Na tomto místě jsme si znovu uvědomili, jak je tvorba kategorií teoretickou a „umělou“ záležitostí. Domníváme se, že nelze vytvořit kategorie tak, jak to odpovídá realitě, která je tak bohatá a složitá. Naším cílem je vytvořit přehledné kategorie, ve kterých bude možné se zorientovat. Proto se v některých chvílích musíme jen rozhodnout, kam daný fenomén zařadit, aby celý koncept dával určitý tvar a smysl, přesto, že možností, jak systém kategorií sestavit, je jistě velké množství. Rozhodli jsme se fenomén *intimity* zařadit do kategorie „láska“, protože blízkost a důvěrnost milenci velmi silně zažívají. Poslední subkategorii představuje *péče*, zde šly naše úvahy tímto směrem: péče je vyjádřením určitého zájmu o druhého, také starosti, možná strachu o něj. Tím, že o druhého pečují, svůj strach zeslabují. Pečováním se snažíme, aby bylo druhému dobře. Ač jsme kategorii láska pojali ve smyslu milenecké lásky (eros), nedovedeme si představit, že by v ní nebyl zahrnut rozměr péče. Nejedná se o lásku sobeckou.

V pojmu **přátelství** se ukrývá velmi hluboký, bohatý a silný vztah dvou lidí. Matějček (2000) píše o přátelství jako o stabilizačním prvku partnerských vztahů. Nyní pár úvah k přiřazeným subkategoriím. Nedovedeme si představit, že by mohli existovat přátelé, kteří jsou si vzájemně lhostejní. Vztah těchto lidí bychom jistě přátelstvím nenazvali, proto jsme fenomén *zájem o druhého* bez váhání zařadili do kategorie „přátelství“. Přítel je ten, kdo se raduje z mých úspěchů a mrzí ho, když se trápím, proto i fenomén *sdílení emocí* vnímáme jako patřící do této

kategorie. Přítel je také ten, o koho se mohu opřít, komu mohu důvěřovat, s kým mohu sdílet obyčejné zážitky života, koho dobře znám. Proto nám do kategorie přátelství zapadaly i fenomény: *opora, důvěra, sdílení každodennosti i znalost partnera*. Poslední subkategorii představuje *odpuštění bez odčinění*, které opět Matějček (2000) popisuje jako zdravý mechanismus funkčních a láskyplných rodinných vztahů. Domníváme se, že i mezi skutečnými přáteli se tento jev vyskytuje.

Kategorie **původní rodiny** nesla v počáteční fázi název „model manželství rodičů“, který je představován jako podstatný pro vytvoření dlouhodobých funkčních vztahů (Šípová, 1985). Na základě konzultací přišel také podnět na oblast attachmentu, kdy bezpečné připoutání v raných fázích života dítěte je hlubinnými autory považováno za základní předpoklad pro schopnost vytvářet v budoucnu bezpečné intimní vztahy. Proto byla tato kategorie přejmenována na „původní rodiny“, do které spadá jak *model manželství rodičů*, tak i otázka raného připoutání k pečující osobě, tedy otázka *attachmentu*.

**Osobnost partnerů** se jeví jako důležitá proměnná v otázce vytvoření funkčního partnerského vztahu. Jednak v rovině kompatibility osobnostních rysů, o které píše Sager (1976), tak i v rovině osobnostního ladění, které pomáhá či znesnadňuje překonávat náročné chvíle manželského soužití. Problematika osobností partnerů představuje samostatnou kategorii.

**Vnitřní manželská situace** představuje kategorii, do které spadají oblasti *finančního zajištění, bydlení a zdraví manželů*. Jedná se o oblasti, které jedinci v některých případech mohou jen stěží ovlivnit. Jejich úkolem je se k dané situaci spíše nějakým konstruktivním způsobem postavit. V tomto hledisku jsme vnímali tyto fenomény jako propojené.

**Informovanost** jsme zvolili jako název pro kategorii, ve které se nachází *absence mýtů a falešného očekávání*, na kterou upozorňuje řada autorů (Satirová, 2006; Jellouschek, 2008; Parrot & Parrot, 2004). Dále sem patří také *znalost rozdílů mezi pohlavími*. Rozdílné životní potřeby manželů humorně popisuje například Kratochvíl (2009), nicméně pochopení a přijetí faktu, že jsme různí a můžeme mít jiné životní potřeby je pro vytvoření funkčního manželství důležité. Poslední subkategorii představuje *znalost vývoje partnerského vztahu*, která jistě do oblasti informovanosti patří.

V kategorii **společné oblasti** se vyskytují všechny fenomény, které vyžadují určitou míru shody mezi manželi. Ať se jedná o oblast *hodnot, zájmů, názorů, přání nebo životních cílů*. Za stabilizační prvek společného života se také pokládají *společné rituály*, které mohou manžele podržet v náročnějších časech společného života. *Společné trávení volného času a společní*

*přátelé* jsou subkategorie, které by měly být v manželství naplněny s určitou mírou. Je důležité, aby společně manželé trávili čas, nicméně vztahu také prospívá, pokud má každý z manželů svůj koníček, který s druhým nesdílí (Plaňava, 2000). Také není nutné, aby manželé sdíleli všechny přátelské vztahy, přesto, že společní přátelé opět vztahu prospívají.

### **Komunikace**

- Jasně vyjadřování potřeb
- Funkční způsob řešení konfliktů
- Naslouchání
- Úcta
- Humor

### **Spolupráce**

- Ochota vyjít si vzájemně vstříc
- Rozdělení rolí
- Vzájemná pomoc
- Společné dílo

### **Láska**

- Projevy obdivu a sympatií
- Intimita
- Sexuální přitažlivost
- Sex
- Zamilovanost
- Péče

### **Přátelství**

- Zájem o druhého
- Sdílení emocí
- Sdílení každodennosti
- Opora
- Důvěra
- Znalost partnera
- Odpuštění bez odčinění

### **Původní rodiny**

- Funkční model manželství rodičů
- Attachement

### **Společné oblasti**

- Společné hodnoty
- Společné zájmy
- Společní přátelé
- Společné názory
- Společná přání a cíle
- Společné rituály
- Společné trávení volného času

### **Osobnost partnerů**

### **Informovanost**

- Absence mýtů a falešného očekávání
- Znalost rozdílů mezi pohlavími
- Znalost vývoje partnerského vztahu

### **Vnitřní manželská**

#### **situace**

- Finanční zajištění
- Bydlení
- Zdraví manželů

### 2.5.2.1 Původní kategorie

V průběhu výzkumu se opakovaně objevovala vyjádření respondentů, která se nám nepodařila zařadit do předem definovaných kategorií, nicméně je považujeme za velmi přínosné. Vzhledem k tomu, že jsme se rozhodli pro kombinaci teoretického a deskriptivního přístupu k obsahové analýze, uvádíme fenomény nalezené v průběhu analýzy dat v samostatné kapitole a následně je začleňujeme do jednoho konceptu s původně definovanými kategoriemi.

Zde nabízíme přehled některých původních kategorií a subkategorií s přímými citacemi respondentů. Vzhledem k časovému omezení rozhovorů jsme se pochopitelně nedostali ke všem fenoménům, které odborná literatura uvádí. Z toho důvodu zde uvádíme jen ty, ke kterým přímé citace respondentů byly zachyceny. Kompletní přehled kategorií je k nalezení výše.

Jedná se o kvalitativní výzkum, proto nepovažujeme za zvlášť přínosné kvantifikovat zachycení jednotlivých kategorií a subkategorií. Předkládáme na tomto místě vybrané přímé citace respondentů, které dokládají zachycení jednotlivých kategorií.

## Komunikace

Tato kategorie se často považuje za základní stavební kámen každého mezilidského vztahu. Také v našem výzkumném souboru respondenti opakovaně zmiňovali nutnost vzájemné komunikace.

*„Musíme spolu mluvit. Neuzavřít se do sebe, ale najít tu sílu zase navázat komunikaci, i když je to někdy hodně těžký.“ (Kryštof)*

- **Jasně vyjadřování potřeb**

Tato subkategorie byla mezi respondenty opakovaně zachycena. Většinou v situacích před rozhovorem, kdy například jeden z manželů chystal občerstvení a potřeboval od druhého pomoci. Zachyceno bylo i následné samozřejmé poskytnutí žádané pomoci. Jasně vyjadřování potřeb bylo zachyceno opakovaně i během rozhovorů. Níže předkládáme přímou citaci, kde můžeme sledovat, jak David sděluje co nejsrozumitelněji svou potřebu a Dagmar se mu snaží porozumět, ač ona sama cítí věc jinak.

- *Manželka: „Nemám ráda, když se něco hrozně dlouho dopředu plánuje. Rychlá akce, nejlepší akce.“ Manžel: „Já abych si užil dovolenou – to je taková moje*

teorie – musím to mít naplánované dopředu.“ Manželka: „Někdy to rychlý, je úplně nejlepší.“ Manžel: „Jo, Dášo, nic proti tomu nemám, ale myslím si, že je něco ještě kousek nad tím. A to je společně naplánovaná dovolená a já můžu od toho března, až do toho července, čtyři měsíce se těšit, že jdu do práce za tímhle tím.“ Manželka: „Jo, takže ty potřebuješ ten delší čas se těšit. A myslíš si, že když to máš takhle dopředu naplánované, že z toho máš větší radost, než z toho jednoho rychlého dne?“ Manžel: „Určitě, protože za ty tři měsíce si na to vzpomenu třeba třistakrát a zažene mi to třeba mnoho nepříjemných situací v práci.“ Manželka: Aha, já to mám jinak.“ (Dagmar a David)

- **Funkční způsob řešení konfliktů**

Manželské páry z našeho vzorku popisovaly nejrůznější způsob řešení konfliktů, u většiny z nich bylo možné analyzovat potřebu dojít ke společnému řešení.

- „No, co děláme? Ty hulákáš, já se blbě tvářím. Já se tvářím blbě po mamince, Hynek ječí po tátovi...většinou nás to rychle přejde, **stejně se musíme nějak dohodnout...**“ (Hanka)
- Manžel: „Dohadujeme se a v okamžiku, kdy by to mělo přerůst do něčeho ošklivého, tak jeden z nás nějak vybuchne, myslím, že jsme toho oba schopný.“ Manželka: „Jo, oba ječíme.“ Manžel: „Ale pak vědomě, nebo nevědomě to nějak pustíme.“ Manželka: „No, zastavíme to. Člověk si uvědomí, že je vlastně hnusnej. Takže to jako přejde do mlčení, bych řekla. Každý si to přezývá...“ Manžel: „No a za hodinu jsme schopný se o tom bavit a **dojít k nějakému kompromisu, bez kterého to nepůjde.**“ (Monika a Martin)

Další zaznamenaný fenomén můžeme nazvat „pokus o nápravu“, jak ho popisuje Gotman (2015). Jedná se o nějaký výrok nebo čin, který způsobí, že nevraživost při konfliktu zbytečně nepřeroste.

- „Spousta problémů se dá odlehčit, **spousta hádek nebo dohadů končí tím, že Šimon udělá nějakou legraci a my se začneme oba smát.**“ (Štěpánka)
- „Nemluvíme spolu a pak je třeba čas večere a jeden řekne „Dáš si teda něco k tý večeri“ a **tamtén to většinou bere jako nějakou ruku smírnou** a řekne „No tak jo.“ (Hanka)

Několik párů také hovořilo o tom, že necítí potřebu konflikt následně rozebírat. Stačí fyzický kontakt, který pro ně znamená omluvu a usmíření.

- *„To odplyne samo. Většinou o sebe zavadíme, obejmeme se a je to vyřešené. Manželka je ale v tomhle aktivnější, ve mně bývá déle takový pocit „ukřivdění“. Manželka je v tomhle takové větší pojítka toho vztahu.“ (Tomáš)*

Potřeba konflikty a jejich příčiny rozebírat se objevila častěji u žen.

- *Manželka: „Já bych to ráda se Šimonem pak všechno probrala, vyříkala si to, jenže on si zaleze do své nory k počítači...“ Manžel: „Já už jsem totiž přišel na to, že to nemá cenu, jen se to pak víc rozpatlá.“ (Štěpánka a Šimon)*

V mnoha případech byla zaznamenána prevence vzniku konfliktů, kdy si jeden z manželů předem uvědomí, že se nejedná pro něj o zásadní záležitost. Na základě toho přenechá prostor druhému, či situaci přejde.

- *„Pokud cítím, že v něčem není úplná shoda a není to bezpodmínečně nutný, tak to prostě za každou cenu neřeším nebo se nesnažím přesvědčit toho druhého, že já mám pravdu.“ (Simona)*
- *„Je dobré nezaobírat se malichernostmi - že si neuklízí ponožky - ale cenit si důležitých věcí, že se o něj můžu opřít.“ (Pavčina)*

Manželé velmi často hovořili o tom, že v hádkách se jedná o maličkosti, které je nějakým způsobem rozčilují. V důležitých otázkách se shodnou.

- *„Dohadujeme se, ale mám pocit, že to nikdy není nic zásadního. Často se dohadujeme v autě, protože já špatně naviguju, dohadujeme se o výchově, o sportech syna. Jsou to takové drobnosti.“ (Monika)*
- *Manžel: Kvůli čemu se hádáme, to jsou prkotiny, ani jednou si nepamatuju, že by to bylo něco závažného. Manželka: Zajímavý je, že když je něco důležitýho, tak to je v pohodě, to se dohodneme. Ale když se jedná o nějakou blbinu, tak to se člověk často strašně rozčílí.“ (Dagmar a David)*



- *„Když šlo o nějaké důležitější věci, tak jsme je většinou vyřešili, aniž bychom se u toho nějak „poprali“. Nejvíc se hádáme, když jde o nějakou úplnou hloupost.“ (Ivana)*

- **Naslouchání**

Tato subkategorie byla u manželů převážně pozorována. Pokud jeden z manželů hovořil, druhý mu soustředěně naslouchal, udržoval s ním oční kontakt, potvrzoval jeho výpovědi. Uvádíme zde také jednu přímou citaci, která krásně vystihuje, co se pod pojmem naslouchání pro jednu respondentku skrývá.

- *„Kdykoli mám problém, tak můžu přijít, tak on mě vyslechne, snaží se pochopit, nachází se mnou nějaké řešení, věnuje mi svůj čas a srdce a hlavu...“ (Štěpánka)*

- **Úcta**

V průběhu setkání s manželi byla vzájemná úcta častokrát silně cítit. Tento fenomén byl u většiny párů téměř samozřejmě přítomen, aniž by ho samy reflektovaly. Pouze jeden pár ho přímo zmínil.

- *„Máme úctu jeden k druhému.“ (Radka)*

- **Humor**

Společný humor se objevil v průběhu rozhovoru u většiny párů. Manželé se společně smáli při vyprávění společných zážitků či aktuálním úsměvným situacím během návštěvy. Situační humor vytvářeli zřetelně častěji muži.

- *„Mně přináší manželství spoustu legrace, protože Šimon je dost vtipnej na rozdíl ode mě. Takže se i dost nasmějeme. I když mě to někdy štve, ale většinou mě to baví.“ (Štěpánka)*

Několik respondentů vnímalo společný humor jako důležitou stabilní součást jejich manželství. Koníčky, které je společně těšily, již ze zdravotních či jiných důvodů realizovat nemohou, ale společný humor je stále spojuje a přináší odlehčení do mnoha těžkých chvil.

- „*Myslím, že je hodně důležité, aby si lidé našli společný humor, protože ten vydrží až do toho stáří.*“ (Zuzana)
- „*Spousta problémů se dá odlehčit, spousta hádek nebo dohadů končí tím, že Šimon udělá nějakou legraci a my se začneme oba smát.*“ (Štěpánka)

## Spolupráce

Fungující spolupráce je znakem zdravého partnerského vztahu (Leggett, Roberts-Pittman, Byczek & Morse, 2012).

Některé manželské páry si nutnost vzájemné spolupráce silně uvědomovaly.

- „*Partneři musí spolupracovat, pamatovat na to, že musí stát při sobě a nedostat se do konkurence.*“ (Hanka)

Jiný pár zase vnímal spolupráci spíše jako samozřejmou součást jejich života.

- „*Ty máš v ruce kladivo, tak já Ti podám hřebíček a naopak. Takhle to u nás doma funguje.*“ (Simona)

- **Ochota vyjít si vzájemně vstříc**

Tento fenomén se vyskytoval u všech párů z našeho vzorku. Někteří manželé pociťovali vycházení si vzájemně vstříc jako jistou zátěž.

- „*Ve spoustě věcech jsme se museli přizpůsobit tomu druhému, jsme opravdu různí.*“ (Bedřich)
- „*Manželství je hodně o kompromisech.*“ (Zbyšek)

Jiní vnímali vzájemné vycházení si vstříc jako samozřejmost, která provází jejich vztah.

- „*Manžel rád běhá...Jeden měsíc jsme jezdili o víkendech po závodech. No a pak jsme to zase prostřídali. Měsíc po běhání, měsíc na trhy. Já mám dole takovou dílničku, takové tvořeníčko, tak pak zase další měsíc jsme jezdili po trzích prodávat mé výrobky.*“ (Dagmar)

- „Před 25 lety se potkala samotářka s partovým typem a dneska se manželka nechá občas vytáhnout a já už zas tak nechodím. **Nějak se to potkalo.**“ (Šimon)
- „**Manžel nemá rád, když se uklízí, když je doma.** Je rád, když už přijde a je všechno hotový. Když přijde domů, tak už chce mít takovou tu pohodičku...tak se **snažím všechno stihnout do půl druhý, než přijde.**“ (Olina)

- **Rozdělení rolí**

Rozdělení rolí bylo pro ilustraci sledováno na fungování domácnosti manželů. Většina manželských párů měla jasně rozdělené role. Ve většině případů obstarávala větší část domácích prací žena, muž s nějakými drobnostmi vypomáhal. Někteří hovořili o fungování domácnosti ve stylu „Kdo má čas a chuť, ten to udělá.“ Objevilo se i pár párů, které hovořily o rozdělení povinností půl na půl.

- „*Ráno vstáváme zhruba všichni najednou. **Tatínek ráno vstane, maže do chlíva, já zatím udělám snídani, uvařím oběd, protože máme dědečka, který s námi bydlí a vaříme pro něj. Pak se nasnídáme, tatínek odjíždí jako první, bere s sebou většinou děti, já to tady trochu pouklidím a také svištím do práce.***“ (Ludmila)
- „***Fungování domácnosti máme docela jasně rozdělené. Na zahradě má muž na starost zeleninu, já květiny. Já peru, žehlím, uklízím, manžel se stará o zvířata, seká zahradu. Pokud je nějaká nárazová větší akce například uhlí, tak na tom děláme společně. Občas uvaří manžel, jindy zase já.***“ (Alena)
- *Manželka: „Nakupujeme tak půl na půl, no možná já víc nakupuju. Ráno já stelu postel, ty většinou děláš kakao, svačiny. Manžel žehlí prádlo, já dávám do pračky, manžel ho většinou vyndává a věší. **Už to máme za těch pětadvacet let dost zaběhlý. Já utírám prach, vytírám. Manžel: „Já zase luxuju.“ Manželka: „Kdo co rád dělá, nebo nerad, tomu se zase vyhýbá... Manžel: „Každý dělá to, co umí.“ Ivana: „ A co mu neleze tak úplně na nervy.“*** (Ivana a Igor)

Některé ženy nebyly příliš spokojené s tím, že péče o domácnost leží jen na nich.

- „*Péče o domácnost je kompletně moje starost. Nebaví mě to. Obtěžuje mě, když se mě odpoledne děti s manželem ptají, co bude k večeři...*“ (Štěpánka)

Jiné to označovaly za dobrý model.

- „*Myslím si, že není nic špatného na tom, když se žena stará o domácnost a muž vydělává peníze a dělá doma zábavu.*“ (Monika)

- **Pomoc**

Rozměr vzájemné pomoci byl mezi manželi také opakovaně zachycen a to v různých rovinách. Jedna z nich představovala pomoc s chodem domácnosti.

- „*Já jsem většinou v kuchyni, taková ta klasika. Vaření, uklízení to je všechno moje starost, a když mám dole hodně práce, tak zase David umyje nádobí, připraví večeři...*“ (Dagmar)

Další rovina se týkala rady a pomoci v řešení obtížných situací.

- „*Člověk se má s kým poradit, řešit problémy...*“ (Igor)

Jeden pár hovořil o vzájemné pomoci převážně ve spojení s rozličnými schopnostmi a dovednostmi manželů.

- „*...vždycky je to tak, že jeden pomáhá tomu druhému v některých situacích.*“ (Božena)

- **Společné dílo**

Manželské páry z našeho vzorku neměly ve většině případů na počátku společného života mnoho finančních prostředků. Musely vynaložit mnoho úsilí k vytvoření přívětivého domova, či k získání vytoužené věci. Sami toto období popisují jako prospěšné.

- „*Měli jsme velkou výhodu v tom, že když jsme spolu začínali, tak my jsme neměli nic a spolu jsme začínali všechno tvořit. Byli jsme rádi za to, že jsme si spolu budovali byt. Postupně jsme na tom pracovali, postupně jsme se zařizovali, postupně jsme dospěli k tomu, jak to tady dneska vypadá...společnými silami jsme se podíleli na všem.*“ (Simona)
- „*Na začátku manželství jsme neměli moc peněz a opatřili jsme si prasátko, do kterého jsme házeli pětikoruny. Když asi po dvou letech bylo prasátko plné, tak jsme ho rozbili a najednou jsme měli tisíc korun a teď jsme šli a co s nima...a tak jsme si koupili dijak na promítání fotek na zed'. A vím, že jsem z toho měla takovou radost, že jsem snad už v životě větší radost nezažila, ani když jsme pak měli ledničku, dům, auto...přijde mi, že je to v tom úsilí. Když do něčeho vložíte to úsilí a ono se to potom povede, tak máte o to větší radost.*“ (Hanka)

Někteří respondenti popisovali společné celoživotní dílo jako základní stabilizační faktor manželství.

- *„Pohromadě nás drží pocit hodnoty toho, co jsme dokázali, nebo vytvořili spolu. Ať už jsou to děti, nebo všechny ty vzpomínky, nebo období, kdy jsme se rozešli a zase se sešli, tak je to něco, co vás drží pohromadě, protože je to něco, na co jste svým způsobem jako pyšná.“ (Bedřich)*

## **Přátelství**

Stabilitu do manželského svazku přináší přátelství mezi mužem a ženou (Matějček, 2000).

- *„Cyril je nejen manžel, ale i nejlepší kamarád.“ (Cecilie)*

### **• Zájem o druhého**

Manželé hovořili o lhostejnosti jako o fenoménu, který v manželství nemůže mít místo.

- *„Nesmí mít člověk pocit, že je tomu druhému lhostejný a ten pocit jsem nezaznamenala. To by mi vadilo.“ (Pavčina)*
- *„Přijde mi důležité vyvarovat se lhostejnosti, zajímat se o druhého, o jeho pohled na svět, o jeho každodenní život.“ (Tomáš)*
- *„Je to o pocitu sounáležitosti s tím druhým, pamatovat na toho člověka, myslet na něj...“ (Hynek)*

Někteří z respondentů považovali za důležité nejen zajímat se o partnera a jeho každodenní život, ale také aktivně usilovat o jeho spokojenost.

- *„Podle mě je důležitý se snažit, aby se se mnou měl ten druhý dobře.“ (Richard)*
- *„Abych já mohl být šťastnej, musí být šťastní lidi okolo mě.“ (David)*
- *„Dělat druhému radost jen tak.“ (Klára)*

- **Sdílení emocí**

Tato subkategorie byla zachycena ve dvou rovinách. První z nich můžeme popsat jako spoluprožívající, kdy jeden z manželů zažije nějaký úspěch či prožívá bolest a druhý sdílí emoci společně s ním.

- „*Když žena namaluje nějakou hezkou obrázek, tak z toho mám taky radost.*“ (David)

Druhá rovina představuje verbalizování emocí, kdy jeden z manželů popisuje druhému, co prožívá a druhý se snaží empaticky naslouchat.

- „*Taky aby si uměli říct, to, co jeden nebo druhý cítí. Aby mezi sebou nestavěli zed', protože to je pak překonat a přelízt strašně těžký.*“ (Alena)

- **Sdílení každodennosti**

Manželé hovořili o časté vzájemné komunikaci. Většinou se nejednalo o diskuse zásadních témat, nýbrž o obyčejné záležitosti všedního dne.

- „*Stále si říkáme nějaké blbosti, nějaké novinky nebo i staré věci. Umíme se bavit i spolu mlčet.*“ (Štěpánka)
- „*Já si myslím, že je hrozně důležitý pro rodiny veškerý, aby spolu ty lidi jedli. Já hrozně nemám ráda, když si každé něco vezme a jde si s tím někam. Vždycky jsme se snažili večeřet spolu nebo o víkendech obědvat spolu. Protože jak sedíte u toho stolu a teď se začnou povídat věci a najednou ty lidi se začnou zajímat o to, co ten druhý dělá.*“ (Hanka)
- „*Jsem v práci a zavoláme si, jak to jde.*“ (Eva)

Některé ženy vykazovaly ve srovnání s muži větší potřebu sdílení svých každodenních zážitků. Tato jejich potřeba kladla na muže nárok v oblasti věnování pozornosti své ženě, ač se mnohokrát jednalo o záležitosti, které sami muži nepokládali za nijak zajímavé či důležité.

- „*Já přijdu domů a hned mě musí Cyril poslouchat... musím mu to všechno říct, protože to by jeden nevěřil, co se stalo...*“ (Cecilie)

- „Manžel měl jednu dobu náročnou práci, po práci běhal a já měla pocit, že se mnou tráví málo času, tak jsem začala běhat s ním. Bylo to tak, že on běžel, já jsem běžela za ním a mezi dechama jsem mu říkala, co malá Šárinka dělala, co se naučila, kdy se pokakala, kdy se počůrala a co snědla. **On to vyslechl a já jsem měla pocit, že jsem mu řekla všechno, co jsem mu potřebovala říct.**“  
(Hanka)

- **Opora**

Tuto subkategorii respondenti zmiňovali ve spojení s náročnými životními situacemi. Týkaly se často vážnější nemoci či obtíží v zaměstnání. Manželé vzpomínali, že v těchto obdobích se veškeré jejich vzájemné neshody dostaly na druhou kolej a vzájemná opora byla samozřejmostí.

- „Když měl jeden z nás nějaké potíže v práci, nebo jiné těžkosti, tak **v tu chvíli šly všechny naše neshody stranou, protože podpoříme jeden toho druhého. Vždycky.** V tom vidím tu sílu toho partnerského vztahu.“ (Zbyšek)
- „Když je jednomu ouvej, tak může přijít a opřít se o toho druhého.“ (Evžen)
- „Opora v těžkých chvílích, v nemoci je strašně důležitá, člověk by se z toho zbláznil, kdyby byl sám.“ (Prokop)

- **Důvěra**

Na důvěru lze pohlížet jakožto na podmínku ke svobodě, kterou popisujeme v následující podkapitole. Partneri si věří, nemají zbytečné obavy z nevěry.

- „Moje žena není žárlivá. To bych nesnesl, kdybych šel na oběd s kolegyní a ona mi pak doma dělala nějaké scény.“ (Filip)

Druhým pohledem je důvěra ve smyslu otevření nitra druhému, odhalení svých hlubokých nejistot, obav, slabostí, přání... Tuto rovinu popisují manželé jako dlouhodobý proces.

- Manžel“ „**Ten vztah je takovej bezpečněj.**“ Manželka: „To ale trvá dlouho, než to přijde. Tenhle ten pocit vzájemnej. Protože **člověk v tom vztahu je ze začátku nebo i dlouhý roky takovej nejistej, co si může dovolit. Jak moc se může otevřít tomu druhému, aby to nebylo nějak zneužitý.** Ale když to začne vzájemně nějak



*fungovat – ta důvěra, tak se to dál stupňuje. A to je moc hezký.“ (Monika a Martin)*

- **Znalost partnera**

Vzájemná hluboká znalost manželů byla cítit v průběhu rozhovorů velmi často. Manželé s jistotou popisovali, co druhý nemá rád, co ho potěší. Nepřekvapily je odpovědi druhého partnera na položené otázky.

- *„Věděla jsem, že to řekneš.“ (Simona)*

Partneři též často znali vzájemná přání či potřeby.

- *„Bylo po revoluci a všude bylo, kam se dá vyjet. Můj sen vždycky byla Eifelovka. Tak jsem si našla Paříž, zaplatila jsem, vyřešila jsem. Řekla jsem to holkám. A v tu dobu, jsem pořád nějak přemýšlela, jestli ještě jedno miminko. Táta přišel z práce a holky: „Tati, tati, maminka má pro Tebe překvapení! A Vašek se postavil do těch dveří a řekl: „Hm, tak to bud' čekáme miminko, nebo jedeme do Francie.“ (Veronika)*

Dokonce někteří respondenti doplňovali údaje z raného dětství partnerových rodičů. Museli tedy společně sdílet i svou osobní dávnou historii.

- **Odpuštění bez odčinění**

Tento název subkategorie byl převzat od pana profesora Matějčka (2000). Velmi trefně označuje, že se nejedná o „spravedlivý souboj“ mezi manželi. „Když ty takhle, tak já takhle.“ či „Dokud se nenapravíš, tak s tím a tím nemůžeš počítat.“ Naopak. Jedná se o vzájemnou velkorysost.

- *„My se večer pohádáme, manžel ráno odchází do práce, otvírá lednici a čeká, že tam bude ta připravená svačina a ona, i když se s ním pohádám, tak ona tam je.“ (Klára)*
- *„Člověk musí umět odpustit, bez toho to nejde.“ (Jarmila)*

## **Láska**

Naši respondenti zmiňovali lásku jako fenomén, o kterém nepochybují.

- *„Má mě rád určitě, to vím.“ (Františka)*

- „...mám ji rád, miluju ji, celý život ji miluju, nedokážu si představit, že bych jí neměl vedle sebe.“ (Hynek)
- „Musí tam být láska, kdyby nebyla, tak spolu asi nebudeme, i když si to neříkáme denně.“ (Olina)

Také připomínali, že se nejedná pouze o cit.

- „Mám rád citát od Exuperyho: „**Láska není mámení smyslů, ale práce srdce.**“ Dnes se ty mladáci berou a prožívají spíš mámení smyslů, než aby si uvědomili, že je to skutečná práce.“ (Ladislav)

- **Projevy obdivu a sympatií**

Někteří muži obdivovali krásu svých žen.

- „*Prokop si mě všímá, řekne mi, že mi to sluší.*“ (Pavčina)
- „*Mám velkou výhodu, že Hynek mi pořád, celých těch třicet let říká, že jsem krásná, a že mi to sluší...nosí mi kytky...*“ (Hanka)
- „*...ač je mé ženě už přes šedesát, tak je stále krásná.*“ (Jan)

Jindy byl obdiv zachycen v rovině schopností a dovedností.

- „*On má hrozně dobrou paměť, je takovej šikovnej, takže si všechno pamatuje, načte a já to mám pak i s průvodcem.*“ (Cecile)
- „*Manželka výborně peče a vaří. Já bych ji chtěl přihlásit do toho Prostřena, ale na ni by nestačilo ani těch 10 bodů!*“ (Ondřej)

- **Sexuální přitažlivost**

U některých manželských párů z našeho vzorku byla cítit vzájemná sexuální přitažlivost. V pohledech manželů byla zachycena jiskra, manželé udržovali dlouhé, hluboké oční kontakty, byly zaznamenány i letmé doteky. Někteří sexuální přitažlivost sami zmiňovali.

- „*Veronika je pro mě velmi příjemná na dotek.*“ (Václav)
- „*Říká se, že mezi partnery působí ta chemie první dva roky a mně přijde, že mezi námi ta chemie působí celých těch 30 let, co se známe.*“ (Hynek)
- „*Když jsem byl na studiích, tak jsem na fakultě drhnul chodbu, dělal jsem tam uklízečku, abych měl nějaké peníze a šla tam krásná holka hrát na klavír, tak jsem se na ní tak podíval a dodneška jí tak vidím.*“ (Hynek)
- „*Cením si toho, že můj muž stále dobře vypadá.*“ (Radka)

- **Sex**

Otevřeně o sexu se vyjadřovalo spíše méně respondentů. V některém manželství byl respondenty popisován relativní soulad v oblasti sexuálních aktivit. Oba manželé považovali sex za důležitou součást jejich vztahu.

- *Manžel: „Lidé by spolu měli souložit.“ Manželka: „Jo sex samozřejmě...“ Manžel: „Sex je prostě důležitěj.“ Manželka: „No, tak to tam potom vychází nějak přirozeně. To nemusíš radit.“ Manžel: „No u některých párů asi ne, když se dělaly nějaký statistiky, tak ty statistiky jsou hrozný. Některý páry spolu spí jednou nebo dvakrát za měsíc, to ať se na mě nikdo nezlobí, ale to přeci není možný.“ (Hynek a Hanka)*

Jiný pár zase popisoval rozdílné potřeby a přání v této oblasti.

- *Manžel: „No máme mezi sebou i neshody...to jo...“ Manželka: „Je to furt o tom jednom.“ Manžel: „To byste koukala, jak to není moje žena.“ Manželka: „No tak to řekni otevřeně. Manžel zkrátka chce každý den sex, a to i v jeho věku! A mně se už zas tak nechce, jsem unavená, chci si jít lehnout dřív, nebo si číst knížku...“ (Zuzanu a Zbyšek)*

- **Zamilovanost**

Období zamilovanosti jako počáteční fáze vztahu byla chápána některými manželi jako velmi užitečná pro období následujících krizí.

- *„Musím říct, že jsem byla strašně zamilovaná, když jsem se vdávala a pak jsem to kvitovala, když byly ty krize, tak jsem se vracela do toho a pomáhalo mi to.“ (Veronika)*
- *„Prožili jsme si nějaký čas spolu takový ten typicky zaláskovanéj, takovej opravdu hezkej a opravdu, jak říká Veronika, kdyby nebylo toho, tak bychom se asi po rozchodu znovu dohromady nedali.“ (Václav) (pozn.: manželé po deseti letech stáli u rozvodového řízení)*

- **Péče**

Vzájemná péče se u manželů objevovala jako samozřejmá součást denního života.

- „*Ten, kdo dříve vstane, vaří pro oba kávu.*“ (Eva)
- „*Každé ráno se během deseti minut obléknu, vezmu z lednice svačinu, kterou mi manželka nachystala, a běžím na autobus.*“ (Kryštof)

V jiných případech byla péče zachycena v podobě „větších projektů“.

- „*Manželka měla hodně autoritativního otce, který prosazoval, že ženská má být jen doma a obskakovat chlapa. Teď se nezlob, ale Ty máš tímhle tím hodně podvrtný sebevědomí a my se snažíme ho dát trochu do pořádku já a děcka. Tak jsme naučili mamku řídit auto.*“ (Evžen)

## **Původní rodiny**

Pod touto kategorií se ukrývá nejen model manželství rodičů, ale také attachment. Tedy styl vazby, která byla navázána s primární pečující osobou v raném dětství. Tato vazba je následně zásadní také právě v navazování blízkých vztahů s lidmi po celý život. Bohužel náš rozhovor se této problematiky nijak nedotkl. Nicméně ho považujeme za velmi důležitý. V rámci rozhovoru jsme se podrobněji zabývali manželstvím rodičů našich respondentů.

- **Model manželství rodičů**

Na tomto místě nabízíme pro ilustraci také kvantifikaci jednotlivých modelů manželství rodičů, jak je sami respondenti popisovali. V našem vzorku hovořilo o funkčním manželství svých rodičů 25 respondentů, z toho přímo harmonické a krásné popisovalo 5 z nich.

- „*Manželství mých rodičů bylo krásné, harmonické, takové manželství se jen tak nevidí.*“ (Olina)

Pět respondentů pocházelo z rozvedených rodin. Tři respondenti popisovali manželství svých rodičů jako nezdravé. Mluvili o autoritativním až uzurpátorském otci a matce, která se podřídila. Dva respondenti hovořili o náročném manželství z důvodu psychopatologie (deprese, závislost na alkoholu), nicméně jejich rodiče spolu zůstali celý život. Konfliktní a náročné manželství popisovali čtyři respondenti. Jeden respondent vnímal manželství svých rodičů jako chladné, udržující se jen kvůli dětem.

V mnoha případech popisovali respondenti manželství svých rodičů jako vzor pro jejich osobní život.

- „Očekávala jsem, že budu **mít rodinu, tak jako měli rodiče.**“ (Zuzana)

Někteří naši respondenti měli možnost vidět zblízka, že je možné překonat těžká období manželství a v závěru života z toho profitovat.

- „*Táta měl v životě taky těch pár avantýr. Byla období, kdy to bylo báječný a i období, kdy jejich manželství nestálo za nic. Stáli spolu už i u rozvodového řízení, nakonec to nějak ustáli. Na závěr života spolu žili v úplný lásce. Tak posledních 15 let.*“ (Prokop)

## Vnitřní manželská situace

Do této kategorie spadá oblast finančního zajištění, bydlení a zdraví manželů. Přímou jsme o těchto záležitostech s respondenty nehovořili. Jen se několik z nich zmínilo o náročných obdobích nemoci jednoho z manželů, které je ovšem spíše spojovalo, než rozdělovalo.

- **Bydlení**

Více než polovina našich respondentů bydlela ve vlastním domě či bytě. Nicméně většina z nich popisovala, že museli vynaložit velké úsilí, aby se k tomu dopracovali.

- „*Bylo to období, kdy nebyl na nic čas, ani peníze, protože se stavěl barák.*“ (David)

Bylo možné zachytit i trpělivost manželů

- „*Ze začátku jsme neměli ty finanční prostředky, tak jsme žili v různých zbytcích a **postupně jsme šetřili** a pak jsme zařídili kuchyň, pak zase za dva roky jsme zařídili tohle.*“ (Simona)

...a vděčnost za málo, co měli k dispozici.

- „*První rok jsme bydleli u rodičů, **byli jsme vděční, že můžeme být někde v jedné místnosti, pak jsme byli vděční, že jsme dostali nějaký rozkládací gauč.** Vůbec jsme nepřemýšleli, jak se v dnešní době přemýšlí, aby byl člověk nějak zařízenej.*“ (Klára)

## Informovanost

Pod touto kategorií se skrývá určité teoretické zázemí manželů. Jedná se o znalost rozdílů mezi muži a ženami, znalost vývoje partnerského vztahu a absence mýtu a falešného očekávání od manželství. U respondentů z našeho vzorku nebylo teoretické zázemí zachyceno, snad jen v obavách z manželského života po odchodu dětí z domu. Jedinou subkategorií, kterou bychom mohli více okomentovat je absence mýtů a falešného očekávání.

- **Absence mýtů a falešného očekávání**

Naši respondenti se shodovali, že od společného života neočekávali nic výjimečného. Přáli si být spolu a o ničem dalším nepřemýšleli. Někteří z nich reflektovali, že jim „neočekávání“ přineslo jen příjemná překvapení.

- *„Neočekávali jsme ústy klasika z nějakého toho filmu: „Za pět let škodovka, za deset let Jugoslávie“ nebo naopak, já teďka nevím. Nic takového, že bychom si nějak moc plánovali. Teď máme tohle, pak budeme mít barák. **Žijem to, jak to je, jak to život přináší.**“ (Tomáš)*
- *„My jsme o nějakém očekávání moc nepřemýšleli, **chtěli jsme být spolu.**“ (Kryštof)*
- *„**Já jsem neměla žádné super velké očekávání, jak úžasně děsně krásně budu žít. Prostě mi přišlo, že budu žít normálně. Tak jak žili naši. Nebylo moc peněz...a tím pádem jsem mohla být jen skvěle překvapovaná.**“ (Hanka)*
- *„Když si člověk dělá představy, jak to bude a co bude, tak to zabijí to manželství, si myslím, protože to nikdy není tak, jak si to člověk vysní, nebo nalinkuje.“ (Hanka)*

## Společné oblasti

Do této kategorie spadají nejrůznější oblasti života manželů, které mohou manžele spojovat i rozdělovat. Jedná se o hodnoty, zájmy, přátele, názory, přání a cíle, rituály či trávení volného času. Naši respondenti ve většině subkategorií hovořili o vzájemné shodě, či o odlišnosti jako výhodě.

- **Hodnoty**

Zde uvádíme tři hodnoty - rodinu, manželství a děti, které v rozhovorech zaznívaly jako zásadní. V některých rodinách právě tyto hodnoty pomohly přestát manželskou krizi.

- **rodina**

- „Jezdával jsem na týden pánských lyží. Pak jsem zjistil, že mě to už tolik nebaví. Nebo spíš, že ten poměr cena - výkon...že to mám nějak jinak, že ty tři, čtyři dny s těma klukama budu rád lyžovat, ale vzhledem k tomu jaký je to zásah do toho rodinného rozpočtu, tak je mi to **potom líto, že tam nejsme spíš jako rodina...**“ (Martin)
- „Myslíme samozřejmě sami na sebe a svoje potřeby, ale víme, že **tu funguje ještě rodina a upozadíme se.**“ (Zuzana)
- „Někdo potřebuje k životu hlavně peníze, **my spíš tu rodinu.**“ (Evžen)

U mužů se rodina jako životní priorita někdy v čase vyvíjela. U žen byla rodina na prvním místě častěji hned od začátku manželství.

- „V těch našich začátcích to nebylo tak. **To jsem byla doma většinou já,** když byly holky malé. To dělal Martin kariéru a to nebyl skoro vůbec doma ty večery. To se fakt změnilo třeba po deseti, patnácti letech. Zejména když se narodil nejmladší syn, tak to úplně odpadlo. Takže si myslím, že nějakým **dozríváním jeho** teda, zaplat' pánbůh, **to dopadlo tak, že se udržel, ale zezáčátku to tak vůbec nevypadalo.** Z mého pohledu.“ (Monika)
- „**Dneska už si manžel váží rodinných vztahů a dává jim** v mnohém **přednost,** co bylo dříve o tom radši nemluvit.“ (Jarmila)

- **manželství**

- „Ten vztah je pro mě úplněj základ života.“ (Monika)
- „Já si manželství hodně hájím, je to pro mě důležité.“ (Tereza)
- „**Bereme manželství vážně.** Lidi to někdy berou na lehkou váhu, nesnaží se překonávat překážky, hned hledají tu jednodušší cestu.“ (Prokop)
- „**Já si vůbec nedovedu představit,** že je někdo schopen tohle udělat, **že opustí toho starého partnera a jde si za novým životem, jak si srovná to**



*svědomí v sobě, jak zahodí ty léta společný, já to prostě nechápu.* “(Štěpánka)

○ **děti**

- *Manželka: „Určitě jsme si prošli krizí a přestáli jsme ji, protože tam byla láska a ty děti.“ Manžel: „**Hlavně ty děti.**“ (Olina a Ondřej)*
- *Máme společný pohled na svět, že **důležitý je, aby se holky cítily dobře**, abychom vytvořili hezké zázemí pro ně, máme radost, když někam jdou a zase se těšíme, když přijdou. Takové ty zásadní věci pro život máme společný.* “ (Štěpánka)
- *„Myslím si, že spolu mají být manželé kvůli dětem aspoň do osmnácti let. **Mají se upozadit a nechat ty děti vyrůst.** Nějak ty hádky překonat.“ (Monika)*

• **Zájmy**

U všech párů z našeho vzorku se objevil nějaký společný zájem.

- *„Máme spoustu společného, třeba ty zámky, kino, divadlo.“ (Štěpánka)*
- *„Máme takového koníčka – jezdíme na motorkách...“ (Richard)*

Zájmy manželů se s přibývajícím věkem proměňovaly. Partneri nacházeli nové společné aktivity.

- *„Když jsme byli mladší, trávili jsme volný čas většinou společným sportem. Chodili jsme na volejbal, nohejbal...dnes chodíme hodně do divadel a na různé kulturní akce.“ (Simona)*
- *„Dříve jsme spolu chodili hodně tancovat. Dnes už to kvůli manželově nemoci není možné...rádi společně doma zpíváme.“ (Zuzana)*

• **Přátelé**

Někteří respondenti hovořili o společných přátelích, se kterými tráví rádi čas.

- *„Máme **hodně kamarádů** a docela často se s nimi vidáme.“ (Cyril)*
- *„Jezdíme pravidelně na dovolené s **partou přátel.**“ (Eva)*

Jiné páry zmiňovaly, že necítí potřebu příliš se stýkat s dalšími lidmi.

- „*Nejsme návštěvní typy, děti nám to nedávno vyčítaly, že **nemáme žádné známé nebo co, jenže nám je nejlip, když společně vyrazíme do lesa.***“ (Klára)

Několik respondentů vnímalo přátele jako důležitou externí podporu manželství.

- „*Mít dobré přátele, kterým se **mohu svěřit s potížemi v manželství.** Nějakou podporu zvenčí.*“ (Zuzana)
- „*Vyplatilo se nám **mít dobré, upřímné přátele,** kteří nám dokázali říci, že něco ve vztahu neděláme úplně nejlip, **dát zkrátka i nepříjemnou zpětnou vazbu.***“ (Václav)

- **Názory**

Většina manželských párů hovořila o vzájemné shodě v názorech na svět, na životní priority...

- „***Nadáváme spolu na politiku.***“ (Prokop)
- „*Máme většinou **stejně názory na svět, na politiku.***“ (Samuel)
- „*Vím, že když se objeví někdo, ať už rodiče, děti, kamarádi, kdo potřebuje pomoc, tak já vím, že můžu, i kdybychom měli s Vaškem kdovíjaké plány, tak **tomuhle dáme přednost a platí to i opačně, když Vašek chce někomu pomoci, také ustoupím.***“ (Veronika)

Objevil se i pár, který v každodenním životě názory mnohdy nesdílí. Nicméně v zásadních hodnotách se i tito manželé shodovali.

- „*Podle všech zvěrokruhů, jak toho čínskýho, tak toho normálního se k sobě hodíme. Ideální pár píší, ale není to pravda. **Každý jinej názor máme a stojíme si za ním!** Někdy je u nás Itálie, jindy mlčíme. Někdy se vůbec nedohodneme, kam jet, tak třeba nejedeme nikam.*“ (Eva a Evžen)

- **Přání a cíle**

Někteří respondenti jsou ve svých přáních sladění, takže necítí, že by se sobě vzájemně museli nějakým zvláštním způsobem podřizovat.

- „*Máme většinou stejné chutě. Jeden rok máme aktivnější, jedeme třeba na ty kola, tak další rok jedem k moři se prohřát. **Rádi jezdíme na některé dovolené jen sami, protože se tam nemusíme nikomu podřizovat.***“ (Alena)

Společná přání a cíle se u některých manželů krystalizovala během života postupně.

- „*Máme už podobná přání. **Za ty léta jsme se už docela sešli.***“ (Ivana)

Manželé také společně sdílí svá přání a pokouší se je následně postupně naplnit.

- „*Půl roku si sníme, co bychom dělali a o prázdninách zrealizujeme část.*“ (Štěpánka)

- **Rituály**

Společné rituály jako součást každodenního života popisovalo s úsměvem několik manželských párů.

- „*Já se probudím jako první, kouknu na něho, tím pádem ho zbudím a **tak hodinu si povídáme v posteli, vid'?***“ (Olina)
- „***Večer si sednem k televizi, dáme si skleničku rumu, proberem, co se za ten den stalo, co by se dalo udělat další den...***“ (Evžen)
- „*Chodíme hodně brzy spát – třeba už v osm hodin jsme **v posteli, kde si čteme.***“ (Tereza)

- **Trávení volného času**

Manželé z našeho vzorku tráví volný čas jak pasivně u televize, tak aktivně sportem, kulturou, či návštěvami příbuzných a přátel. Více jak polovina respondentů má svůj vlastní koníček, který druhý partner nesdílí. Některé manželé z našeho vzorku tráví čas

nejčastěji společně, jiní půl na půl, jeden pár se zmínil, že tráví volný čas převážně odděleně.

- *Volný čas trávíme úplně různě, nejčastěji tedy společně. Například jdeme do hospody, jdeme na výstavu, jedeme na chalupu, jdeme na návštěvu nebo jdeme do kostela nebo jedeme na výlet spolu nebo sedíme u televize a pijeme víno, protože jsme oba unavení z práce. Ne vždycky máme volno oba. Cyril má méně volného času, než já, takže když má práci, tak já toho využiji a jdu na kafe s kamarádkou.*“ (Cecilie a Cyril)
- *„Ve všední dny trávíme volný čas většinou odděleně. Já chodím na cvičení, nebo se věnuji nejmladšímu synovi. Manžel dělá třeba kolem baráku. O víkendech společně podnikáme výlety.*“ (Františka)

### 2.5.2.2 Nově nalezené fenomény

Jak jsme již výše uvedli, v průběhu výzkumu se opakovaně objevovala vyjádření respondentů, která se nepodařila zařadit do předem definovaných kategorií, nicméně je považujeme za velmi přínosné. Jak píše Plichtová (1996), ideálem je kombinace teoretického a deskriptivního přístupu obsahové analýzy. Teoreticky odvozené kategorie obsahové analýzy zajistí teoretickou relevantnost analýzy, na druhé straně zpřesnění či ověření teoretických kategorií prostřednictvím konkrétních dat zajistí jejich relevantnost empirickou.

Na tomto místě uvádíme tři fenomény nalezené v průběhu výzkumu. Nazvali jsme je „*Pocit svobody*“, „*Odhodlání překonávat překážky*“ a „*Umění spolu vycházet jako proces*“. Uvažovali jsme, jak by bylo možné tyto fenomény začlenit do našeho systému kategorií. Došli jsme k závěru, že fenomén *pocit svobody* by mohl patřit do kategorie přátelství. V přátelském vztahu by se jedinec měl cítit svobodný, nikoli svázaný nebo omezovaný druhým. Fenomén *odhodlání překonávat překážky* bychom v našem konceptu navrhli jako desátou samostatnou kategorii. Domníváme se, že se jedná o zásadní předpoklad, který se tématicky nehodí pod žádnou námi definovanou kategorii. Poslední fenomén *umění spolu vycházet jako proces*, tedy postupné učení se spolu vycházet, se jeví spíše jako popis reality, kterou mnoho párů z našeho vzorku reflektovalo. Nejedná se o nějaký předpoklad k vytvoření stabilního partnerského vztahu. Některé páry spolu mohou jistě vycházet dobře od začátku manželství. Jedná se spíše o velmi povzbudivou zprávu pro všechny manželské páry, kterým vztah nějakým způsobem kolabuje,

kteří na sebe „naráží“ v nejrůznějších oblastech. V takové chvíli může být velmi povzbudivé slyšet, že mnoho párů tímto obdobím také prošlo, přestalo ho a postupem času se naučilo společně dobře vycházet a dnes spolu žijí spokojeně. Jedná se tedy o určitou informaci, která by mohla partnerům pomoci, proto navrhuje tento fenomén zařadit pod kategorii „informovanost“. Níže nabízíme popis a přímé citace respondentů k daným fenoménům.

- **Pocit svobody**

Manželé popisovali, že cítí v rámci vztahu svobodu. Mluví spolu o svých plánech, následně si nijak nebrání v jejich realizaci. Tato svoboda, kterou si manželé dokáží vzájemně darovat, je jistě podmíněna vzájemnou důvěrou, která byla již zmíněna v kategorii „přátelství“.

- *„**Cítím absolutní svobodu.** Mohu říct: „Hele já pojedou na dva dny s kamarádkou.“ A manžel odpoví: „Jo jasně.“ Pořád jsme dva samostatní lidi, kteří jsou spolu rádi.“ (Veronika)*
- *„Mám pocit, že **mám dostatek prostoru pro to, co chci dělat.** Nikdy se u nás nestalo, že bych šla někam s kamarádkou a měla bych nějaký problém.“ (Simona)*
- *„Martin mi dal fakt **velkou svobodu.** Chtěl, abych měla svoje koníčky. Když jsem večer na sportu, tak třeba není večere. Asi mu to není milý, ale nic nenamítá.“ (Monika)*
- *„**Každý si můžeme dělat to, co máme rádi.** Koníčky...některé spolu jiné zvlášť.“ (Alena)*
- *„Občas **se rozhodnu,** že vyrazím na den lyžovat, zeptám se manžela, jestli jede se mnou, ale on si takhle rychle většinou nemůže udělat v práci volno, tak **vyrazím sama.**“ (Božena)*

- **Odhodlání překonávat překážky**

Rozhodnutí pro vztah a připravenost společně překonávat obtíže se u manželů opakovaně objevovala. Někteří z nich měli odhodlání od první chvíle společného života a v průběhu času je neopustilo.

- *„**Vždycky jsme věděli, že chceme být spolu.**“ (Alena)*

- „Jdou do vztahu s tím, že se jednou rozejdou, nás to vůbec nenapadlo. My jsme do toho vztahu šli s tím, že spolu budeme, a když něco bude, tak **to dokážeme vyřešit.**“ (Alena)
- „Na začátku manželství jsme měli **společný odhodlání to zvládnout**, to bylo asi jediný, co jsme očekávali.“ (Bedřich)

Jiní popisovali velké krize, na základě kterých si ujasnili, že chtějí být spolu a budou o to bojovat.

- „Když krize přicházely dále, vždy jsme si řekli, tak **chceme nebo nechceme? Chceme! Tak pro to pojd'me něco udělat!**“ (Veronika)

Když se objevila nějaká překážka, manželé se nestahovali, nýbrž se pokusili udělat vstřícný krok ke zlepšení dané situace.

- „Když se něco dělo, tak jsem **zkusila udělat nějaký krok** a když tam byla jakás takás vstřícná odezva, tak jsem **věřila tomu, že to bude dobrý.**“ (Monika)

- **Umění spolu vycházet jako proces**

Manželé popisují, jak se postupně učili spolu vycházet. Často prošli náročnými obdobími, která překonali a dnes ze vztahu mnoho těží. Za zvlášť náročné považovali respondenti období výchovy dětí, kdy ne vždy byli ve shodě. Sami také reflektovali proces učení, který byl motivován hodnotou manželství a rodiny, za kterou chtěli jít.

- „**Spousta věcí se dá naučit**, když tam bude ta vnitřní hodnota, za kterou člověk chce jít.“ (Bedřich)
- „Tím, že jsme hodně různí, tak **než jsme se to naučili**, tak jsme se střetali dost...když už jsou děti z domu, tak je těch střetávacích ploch také o mnoho méně.“ (Bedřich)
- „**Čím dýl jsme spolu, tím líp to jde.** Dřív jsme se hodně vymezovali, dost jsme na sebe naráželi i osobnostně...už jsme se nějak obroubili, už jsme spolu dlouho a **chceme spolu být**...už jsme se to naučili...jsme spolu už od puberty, tak jsme se tak společně formovali.“ (Cecilie)
- „...**ted' už si myslím, že si to dokážeme říct**, pokud' se jednomu z nás něco nelíbí. Dřív toho bylo víc, když byly děcka malí, když se stavěl barák...“ (Alena)
- „**Naučili jsme se to nějakým způsobem odhodit a jet dál.**“ (Kryštof)

Manželé reflektovali také osobnostní zrání.

- „*Já jsem dřív nebyla moc tolerantní. K tomu člověk asi nějak dozraje.*“  
(Monika)

### **2.5.2.3 Konečný návrh kategorií**

Výsledkem kombinace teoretického a deskriptivního přístupu k obsahové analýze vznikla nová koncepce deseti kategorií. Tyto kategorie by měly představovat určitý přehled faktorů, které by měly mít pozitivní vliv na utváření stabilního manželství.

### **Komunikace**

- Jasně vyjadřování potřeb
- Funkční způsob řešení konfliktů
- Naslouchání
- Úcta
- Humor

### **Spolupráce**

- Ochota vyjít si vzájemně vstříc
- Rozdělení rolí
- Vzájemná pomoc
- Společné dílo

### **Láska**

- Projevy obdivu a sympatií
- Intimita
- Sexuální přitažlivost
- Sex
- Zamilovanost
- Péče

### **Přátelství**

- Zájem o druhého
- Sdílení emocí
- Sdílení každodennosti
- Opora
- Důvěra
- Znalost partnera
- Odpuštění bez odčinění
- Pocit svobody

### **Původní rodiny**

- Funkční model manželství rodičů
- Attachement

### **Společné oblasti**

- Společné hodnoty
- Společné zájmy
- Společní přátelé
- Společné názory
- Společná přání a cíle
- Společné rituály
- Společné trávení volného času

### **Osobnost partnerů**

#### **Vnitřní manželská situace**

- Finanční zajištění
- Bydlení
- Zdraví manželů

### **Informovanost**

- Absence mýtů a falešného očekávání
- Znalost rozdílů mezi pohlavími
- Znalost vývoje partnerského vztahu
- Umění spolu vycházet jako proces

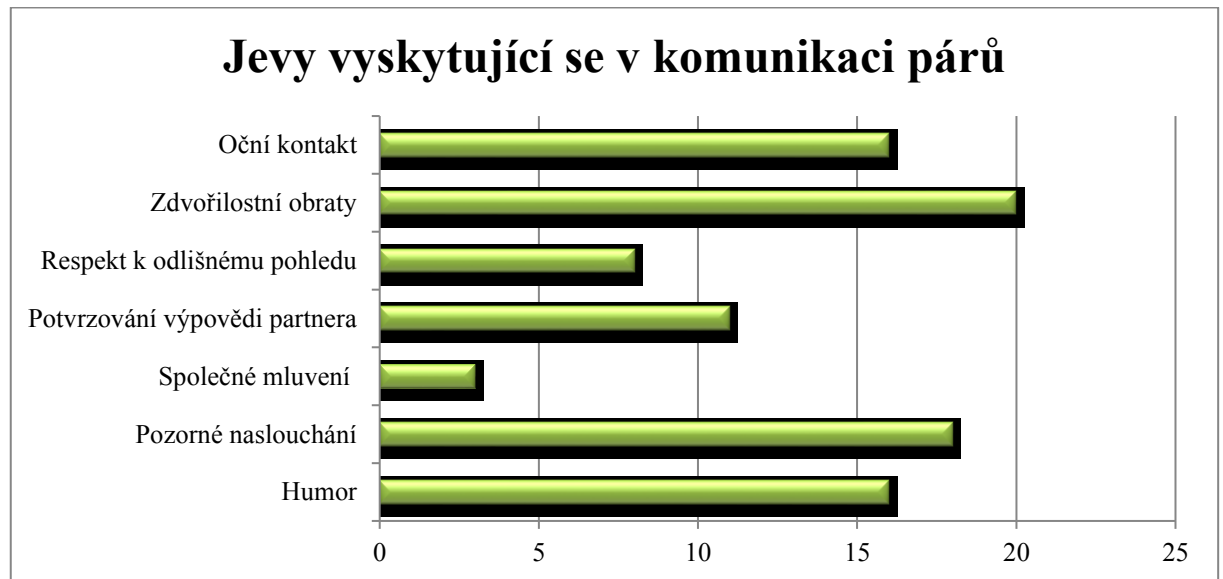
### **Odhodlání překonávat překážky**



### 2.5.3 Výzkumná otázka č. 2

#### K jakým projevům dochází během komunikace u manželů v dlouhodobém stabilním manželství?

Na základě nestrukturovaného pozorování bylo v průběhu setkání s manželi vypořádáno následujících 7 nejčastějších jevů. Ač v kvalitativní analýze nepovažujeme kvantifikaci za příliš přínosnou, pro názornost jsme v níže uvedeném grafu znázornili četnosti zachycených jevů.



Graf 7: Jevy vyskytující se v komunikaci párů

Považujeme za velmi důležité zdůraznit, že pokud se například „Respekt k odlišnému pohledu“ vyskytl u 8 párů z našeho vzorku, nelze z tohoto údaje vyvodit, že zbylých 12 párů nerespektuje odlišný názor partnera. Jen se tato situace z nejrůznějších důvodů v rámci rozhovoru nenaskytl, a tudíž tento jev nebyl zachycen.

- **Oční kontakt**

Častý oční kontakt mezi manželi byl zachycen u šestnácti párů. Některé oční kontakty probíhaly jen letmo, u jiných respondentů byly zachyceny dlouhé pohledy z očí do očí.

- **Zdvořilostní obraty**

Všichni respondenti z našeho vzorku používali v rámci vzájemné komunikace zdvořilostní obraty typu: „Děkuji“, „Mohl bys, prosím...“, „Můžu Tě přerušit?“

- **Respekt k odlišnému pohledu partnera**

Během osmi rozhovorů byl zachycen respekt k jinému názoru partnera. Buď se naskytla situace, kdy zastávali partneři odlišný názor a následně byl zachycen projev respektu k jinému pohledu na věc nebo jeden z partnerů použil obrat, kterým vyjadřoval, že partner bude mít možná odlišný pohled na danou věc a je to v pořádku.

*„Nevím, jestli to neříkám za tebe?“ (Prokop)*

*„Nevím, co by řekla Božena, jestli se mnou bude souhlasit...“ (Bedřich)*

*Manželka: „V těch našich začátkách to nebylo tak. To jsem byla doma většinou já, když byly holky malé. To dělal Martin kariéru a to nebyl skoro vůbec doma ty večery. To se fakt změnilo třeba po deseti, patnácti letech. Zejména když se narodil nejmladší syn, tak to úplně odpadlo. Takže si myslím, že nějakým dozráváním jeho teda, zaplat' pánbůh, to dopadlo tak, že se udržel, ale ze začátku to tak vůbec nevypadalo. Z mého pohledu.“ Manžel: „Jo, určitě to takhle je, ale je potřeba ještě ten kontext rozšířit.“ (Monika a Martin)*

*„...já to vidím trošku jinak...“ (Šimon)*

- **Žádost o potvrzení výpovědi a následné potvrzení vyjádření partnera**

Žádosti o potvrzení výpovědi probíhaly většinou na verbální úrovni komunikace:

*„...,vid?“ „...,souhlasíš?“ „...,dá se to tak říct?“ „...,je to tak?“*

Následné potvrzování výpovědi se vyskytovalo na verbální i neverbální úrovni komunikace. Neverbálně většinou prostřednictvím přikyvování, případně doplněné citoslovcem „Hm“. Verbálně prostřednictvím obrátů: „Asi jo.“ „Jojo.“ „To určitě.“ „Jo, je to pravda.“ „Já si myslím, že tak, jak jsi to říkala...tak to je.“ „Já to mám taky tak.“

- **Společné mluvení**

Tři páry z našeho vzorku odpovídaly na položené otázky specifickým způsobem, který byl nazván „společné mluvení“. Projevovalo se tak, že oba partneři byli iniciativní v odpovědích na položené otázky, odpovídali často společně jakoby najednou. Jeden začal, druhý dokončil větu, první plynule pokračoval. Zdálo se, že oba ví, o čem je řeč a co se druhý chystá říci.

- **Pozorné naslouchání**

Při rozhovoru bylo pozorováno pozorné naslouchání u sedmnácti manželských párů. Jeden z partnerů hovořil, druhý tiše naslouchal, následně navázal. Samozřejmě se také občas stalo, že si vzájemně skočili do řeči, nicméně po většinu dobu rozhovoru převládalo vzájemné naslouchání partnerově výpovědi.

- **Humor**

Během rozhovoru byl zachycen společný humor u šestnácti párů. Manželé se společně smáli příběhům ze života, které vyprávěli, či muži vytvářeli situační humor, který ženy oceňovaly letným úsměvem, či hlasitým smíchem.

## 2.6 Diskuse

### 2.6.1 Diskuse nad výsledky výzkumu

V rámci našeho výzkumu jsme si položili dvě výzkumné otázky. První z nich zněla: „**Jaké z dříve popsaných faktorů s pozitivním vlivem na manželství se objevují u manželů, kteří spolu dlouhodobě žijí?**“ Na základě podrobné rešerše odborné literatury vzniklo devět kategorií, s řadou subkategorií, které jsme následně zachycovali v rozhovorech s respondenty. V průběhu výzkumu byly ještě zachyceny tři původně nedefinované fenomény. Dva z nich byly pojaty jako subkategorie a jeden z nich se stal novou kategorií. Konečný koncept se tedy sestává z deseti kategorií. Četnost zachycení jednotlivých kategorií a subkategorií se velmi lišila. Vzhledem k časovému omezení rozhovorů a omezeným možnostem výzkumu realizovaném při diplomové práci jsme se pochopitelně nedostali ke všem fenoménům, které odborná literatura uvádí, přesto se v diskusi alespoň krátkým zamyšlením vyjádříme ke všem hlavním kategoriím.

#### **Komunikace**

Již bylo realizováno mnoho výzkumů, které potvrzují, že komunikační dovednosti velmi napomáhají spokojenému a funkčnímu partnerskému vztahu (Carroll, Hill, Yorgason, Larson&Sandberg, 2013; Markman, 1981, Gottman, 2015), také naši respondenti se opakovaně vyjadřovali o nutnosti vzájemné komunikace a to i ve chvílích, kdy se jim přirozeně komunikovat nechce.

U respondentů byla opakovaně zachycena dovednost *jasně vyjadřovat své potřeby* a přání, která bývá považována za jeden ze základů zdravé komunikace, jak ji popisuje například Špitz (1988).

V oblasti *řešení konfliktů* bylo zachyceno velké množství strategií a způsobů, jak se s konfliktem vypořádat. Některé páry si potřebovaly vše vyříkat a probrat, jiné se o proběhlém konfliktu nechtěly sdílet, jen prostřednictvím fyzického kontaktu (objetí) si daly najevo, že je vše odpuštěno a jdou společně dál. Nepovažujeme za přínosné spekulovat, jaký ze způsobů řešení konfliktní situace je vhodnější. Domníváme se, že nejpodstatnější je, že oběma jedincům daný způsob vyhovuje a po ukončení konfliktu v nich nezůstává vzájemná nevráživost.

Pro mě osobně bylo překvapivé, že se více párů vyjádřilo ve smyslu, že nemají ve zvyku se navzájem omlouvat. Vysvětlovaly to tím, že jejich konflikty se týkají maličkostí a v průběhu konfliktu se vzájemně nezraňují, tak pak ani necítí potřebu omluvy. Jiné páry popisovaly, že omluvy u nich probíhají a většinou bývá v usmiřování iniciativnější žena, další vnímaly

v iniciativě usmíření vyváženost. Jak v mnoha námi zkoumaných oblastech, tak i v této vidíme velikou variabilitu. Nemůžeme tedy říci, jaký postup je pro ukončení hádky funkční. Funkčních způsobů je více, jako podstatná se jeví vyladěnost v daném páru. Jak píše Špitz (1988) vymezení patologického chování je o mnoho jednodušší, než vymezení chování zdravé.

V mnoha případech byla zaznamenána prevence vzniku konfliktů, kdy si jeden z manželů předem uvědomil, že se nejedná pro něj o zásadní záležitost. Na základě toho přenechal prostor druhému, či situaci přešel. Domníváme se, že tento způsob reakce vyžaduje určitou míru osobní vyzrálости, nadhledu a velkorysosti, kterou musí jedinci disponovat. Otázkou je, zda toho byli naši respondenti schopni již v prvních letech společného života, či zda se jedná o užitečnou dovednost, které se manželé v průběhu společného života postupně učili.

Jako poslední z této kategorie zde zmíníme fenomén *úcty*, který nebyl drtivou většinou respondentů explicitně reflektován, nicméně úcta byla mezi manželi ve většině případů silně cítit. Především ve způsobu, jakým se k sobě vzájemně vztahovali, jak na sebe reagovali. Tento fenomén úzce souvisí se zachyceným jevem *respekt vůči odlišnému pohledu partnera*, který popisujeme v rámci komentáře ke druhé výzkumné otázce. Také zachyceným subkategoriím *naslouchání a humoru* se budeme věnovat později.

## **Spolupráce**

Fungující spolupráce v manželství se ukazuje jako jeden ze znaků zdravého partnerského vztahu (Leggett, Roberts-Pittman, Byczek & Morse, 2012). Naši respondenti si nutnost vzájemné spolupráce v mnoha případech také silně uvědomovali.

Jak již bylo podrobněji popsáno ve výsledcích výzkumu, fenomén *vzájemného vycházení si vstříc*, nějakým způsobem reflektovaly všechny manželské páry. Autoři Campbell & Moroz, (2014) ve svém výzkumu prokázali, že právě tento fenomén velmi napomáhá v oblasti řešení běžných konfliktů. U našich respondentů se objevovaly dvě roviny, ve kterých manželé vzájemné vycházení si vstříc popisovali. Jedni o něm hovořili jako o určité zátěži, kterou ovšem vnímají jako nutnost pro fungování jejich manželství. Druhé typy výroků se týkaly vzájemného vycházení si vstříc jako samozřejmosti, která provází jejich vztah.

Oblast *rozdělení rolí* byla pro ilustraci sledována na fungování domácnosti manželů. Většina manželských párů měla jasně rozdělené role. Ve většině případů obstarávala větší část domácích prací žena, muž s nějakými drobnostmi vypomáhal, což by bylo v souladu s výsledky, které uvádí Plaňava (2000). Někteří manželé hovořili o fungování domácnosti ve

stylu „Kdo má čas a chuť, ten to udělá.“ Objevilo se i pár párů, které hovořily o rozdělení povinností půl na půl. Opět zde tedy byla zachycena větší šíře možností, jak role v manželství rozdělit ke vzájemné spokojenosti. Nicméně se mezi respondentkami objevily i ženy, které si na rozdělení rolí v rámci domácnosti stěžovaly, nevyhovovalo jim, že příliš mnoho povinností leží na jejich bedrech. Zároveň se v našem vzorku vyskytly i ženy, které popisovaly totožný fenomén – žena má na starosti drtivou většinu chodu domácnosti - a tento model předkládaly jako dobrý pro fungování dlouhodobého manželství. Můžeme tedy spekulovat o tom, co všechno hraje roli v daných postojích žen z našeho vzorku. Může se jednat o pouhý pozitivní či negativní vztah k domácím pracím jako takovým. Může zde představovat určitý vliv také původní rodina a rozdělení rolí mezi rodiči v ní. Můžeme se dohadovat, jak reaguje manžel na situaci, kdy má žena na svých bedrech veškerý chod domácnosti, zda to její choť bere jako samozřejmost, či zda její úsilí pravidelně oceňuje. Proměnných, které budou do tohoto jevu vstupovat, může být jistě velké množství.

Jellouschek (2008) popisuje *společné dílo* jako jeden ze stabilizačních prvků manželství. U našich respondentů se tento fenomén opakovaně objevoval. Manželské páry z našeho vzorku neměly ve většině případů na počátku společného života mnoho finančních prostředků. Musely vynaložit mnoho úsilí k vytvoření přívětivého domova, či k získání vytoužené věci. Samy toto období popisovaly jako prospěšné. Někteří z nich následně reflektovali, že právě pocit hodnoty toho, co společně dokázali, či vytvořili, je drží stále pohromadě.

### **Přátelství**

Matějček (2000) poznamenává, že stabilitu do manželského svazku přináší přátelství mezi mužem a ženou. Tento jev reflektovalo více manželů, někteří se dokonce vzájemně považovali za nejlepší přátele.

První subkategorii - *zájem o druhého* - reflektovalo mnoho manželských párů. Několik z nich hovořilo o lhostejnosti jako o jevu, který nemůže mít ve vztahu místo. Někteří z respondentů považovali za důležité nejen zajímat se o partnera a jeho každodenní život, ale také aktivně usilovat o jeho spokojenost. Například dělat druhému radost „jen tak“, což je v souladu s fenoménem „dělat si vzájemně radost bez zásluhy“, kterou ve své eseji popisuje Matějček (2000).

Skutečné přátelství předpokládá také hlubokou *znalost partnera* (Gottman, 2015), což se u našich respondentů také projevovalo. Manželé s jistotou popisovali, co druhý nemá rád, co ho

potěší. Nepřekvapily je odpovědi druhého partnera na položené otázky. Partneři též často znali vzájemná přání či potřeby.

Jellouschek (2008) popisuje *důvěru* jako sblížení dvou lidí, kdy oba cítí, že jsou hluboce spřízněni a druhý je přijímá jako takové. Jsou přijímáni, aniž by se museli stylizovat do nějaké role. Také jedna z našich respondentek popisovala důvěru velmi podobně jako výše Jellouschek, nicméně poznamenávala, že trvá velmi dlouhou dobu, než toto hluboké sblížení nastane. Hovořila o dlouhých letech vzájemného vztahu, ve kterém se důvěra pomaličku utvářela.

Podle výzkumu Johnsona & Andersona (2013) se právě důvěra jeví jako důležitá součást funkčních, spokojených a stabilních vztahů. Na základě našich dat můžeme pohlížet na fenomén důvěry ve dvou rovinách. Za prvé jako na podmínku ke svobodě. Partneři si věří, nemají zbytečné obavy z nevěry. Druhým pohledem je důvěra ve smyslu otevření nitra druhému, odhalení svých hlubokých nejistot, obav, slabostí, přání. Tuto rovinu popisovali manželé jako onen dlouhodobý proces.

Fenomén *opory* byl reflektován některými manželi v každodenním vyslechnutí a sdílení, jiný pár jej popisoval v souvislosti s těžkými obdobími života – například nemoc rodiče, či jednoho z partnerů. Jeden respondent se vyjádřil ve smyslu, že právě vzájemnou oporu, vnímá jako sílu jejich vztahu. Zmiňoval, že oporu si vzájemně poskytují vždy, bez ohledu na aktuální vzájemné neshody.

Mnozí manželé popisovali, že cítí v rámci vztahu *svobodu*. Komunikují společně své plány, následně si nijak nebrání v jejich realizaci, přesto, že plán jednoho může být pro druhého nějak omezující. Manželé uznávali autonomii každého z nich a navíc se v ní i vzájemně podporovali. Svoboda, kterou si manželé dokázali vzájemně darovat, bude jistě podmíněna vzájemnou důvěrou.

## **Láska**

Naši respondenti popisovali lásku jako fenomén, o kterém ve svém vztahu nepochybují. Někteří zmiňovali, že si lásku nevyznávají denně, nicméně vědí, že se vzájemně mají rádi. *Projevy obdivu a sympatií* byly zachyceny ve dvou rovinách, první z nich představovaly komplimenty v oblasti vzhledu, kdy většinou muž komentoval krásu své ženy. Druhá rovina byla zachycena v oblasti schopností a dovedností, kdy manželé navzájem popisovali, co druhý dokáže, v čem je výjimečný. U některých párů bylo zřejmé, že si vzájemné ocenění poskytují pravidelně, u

jiných bylo znát, že to je oblast, které se v každodenním životě příliš nevěnují. Přesto se všem respondentům podařilo celkem rychle sestavit vlastnosti či dovednosti, kterých si na svém protějšku zvláště cení.

U některých manželských párů z našeho vzorku byla cítit vzájemná *sexuální přitažlivost*. V pohledech manželů byla zachycena jiskra, manželé udržovali dlouhé, hluboké oční kontakty, byly zaznamenány i letmé doteky. Někteří sexuální přitažlivost sami verbalizovali. O samotném *sexu* se zmínily pouze dva páry. To můžeme přičítat určité tabuizaci daného tématu v naší společnosti a především intimitě daného tématu, kterou je dle mého názoru potřeba stále chránit.

Oblast *zamilovanosti* byla některými našimi respondenty popisována v souladu s výzkumem Williho (1997), který na závěr nabízí hypotézu, že období zamilovanosti může představovat jakýsi zdroj pozitivních emocí, ze kterého lze následně v těžších obdobích společného života čerpat. Právě v tomto duchu se několik našich respondentů vyjádřilo.

Poslední oblast v kategorii láska představuje fenomén *péče*, která se u mnohých manželů objevovala jako samozřejmá součást denního života.

### **Původní rodiny**

*Model manželství rodičů* respondentů byl v rámci rozhovoru podrobněji mapován. Ze čtyřiceti respondentů popisovalo funkční manželství svých rodičů pětadvacet jedinců.

V mnoha případech popisovali respondenti manželství svých rodičů jako vzor pro jejich osobní život. Někteří naši respondenti měli možnost vidět zblízka, že je možné překonat těžká období manželství a v závěru života z toho profitovat. Domníváme se, že takový zážitek mohl dodávat manželům také určitou sílu a naději v těžších obdobích jejich vlastního manželství.

Někteří respondenti se zase vůči manželství rodičů silně vymezovali. Kritizovali fungování jejich vztahu. Jako důležité se ukázalo, že drtivá většina našich respondentů zažila fungující partnerský vztah zblízka. Když tím vzorem nebyli rodiče, tak s láskou vzpomínali například na vztah prarodičů, či jiných příbuzných. Jedna žena zase s úžasem popisovala vztah svých rodičů, kteří jsou velmi odlišní, ale přesto jsou spolu celý život a dokáží spolu radostně vycházet.



## Společné oblasti

Do této kategorie spadají nejrůznější oblasti života manželů, které mohou manžele spojovat i rozdělovat. Jedná se o *hodnoty, zájmy, přátele, názory, přání a cíle, rituály* či *trávení volného času*. Naši respondenti ve většině subkategorií hovořili o vzájemné shodě, někdy o rozlišnosti jako výhodě, jindy zase o odlišnostech, které se pokouší nějakým způsobem tolerovat.

V oblasti *hodnot* se mezi manželi ukazovala většinou shoda. Konkrétně v rozhovorech zaznívaly jako zásadní tři hodnoty – rodina, manželství a děti. Otázkou je, zda i shoda právě v těchto hodnotách nepředstavuje zásadní stabilizační bod manželství. Ve chvíli, kdy by byli manželé vzájemně vyladění v hodnotách například majetku, peněz či kariéry, můžeme se obávat, že v období manželské krize by tyto, ač společně sdílené hodnoty, nemusely mít onu stabilizační funkci pro manželství. Můžeme se tedy domnívat, že v této subkategorii nejde pouze o hodnotovou vyladěnost mezi partnery, ale také o konkrétní hodnoty.

V otázce *zájmů* se ukazovalo, že drtivá většina manželů sdílela alespoň nějaký společný zájem. V mnoha případech měl i každý z partnerů nějaký svůj zájem, který s ním druhý aktivně nesdílel, což je v souladu s výsledky výzkumu Plaňavy (2000).

Jednotlivé páry se velmi lišily v otázce *společných přátel*. Někteří manželé hovořili o velkém množství společných přátel, se kterými rádi tráví volný čas, jiné páry popisovaly především přátele, které má každý z nich sám. Některé ženy hovořily o důvěrné kamarádce, se kterou mohou sdílet i těžkosti spojené s manželstvím. Jiné páry zase necítily potřebu mít kolem sebe nějaké přátele. Tvrdily, že jim je stejně nejlépe, když jsou spolu sami.

V oblasti *názorů* byly mnohé páry ve shodě, nicméně se v našem vzorku objevil i pár, který hovořil o velmi častých a silných neshodách v názorech i přáních. Nicméně bylo důležité, že v zásadních hodnotách se manželé shodovali.

Partneři z našeho vzorku tráví *volný čas* jak pasivně u televize, tak aktivně sportem, kulturou, či návštěvami příbuzných a přátel. Více jak polovina respondentů má svůj vlastní koníček, který druhý partner nesdílí. Někteří manželé z našeho vzorku tráví čas nejčastěji společně, jiní půl na půl, jeden pár se zmínil, že tráví volný čas převážně odděleně. Také v této oblasti můžeme

sledovat širokou paletu variant, jak s volným časem manželé žijící v dlouhodobých vztazích nakládají.

### **Vnitřní manželská situace**

K této kategorii patří fenomény *finančního zajištění, bydlení a zdraví manželů*. K daným problematikám se náš rozhovor ve většině případů nedostal. Občas manželé zmínili jen okrajově třeba období nemoci jednoho z nich, které pokládali za náročné, nicméně reflektovali, že je toto období spíše sblížilo, než oddělilo. Bylo znát, že manželé se postavili k nemoci jednoho z nich jako ke společné těžkosti, kterou musí společnými silami zvládnout, což je v souladu s protektivním faktorem manželství, jak jej popisuje Jellouschek (2008). V otázce finančního zajištění a bydlení se zdálo, že je většina respondentů dobře zajištěna, nicméně tomu tak nebylo vždy. Někteří manželé popisovali náročná období, kdy se celý jejich život točil kolem stavby domu a všechny ostatní záležitosti šly stranou. Jiné páry zase hovořily o nedostatku finančních prostředků na počátku společného života a na společné usilovné šetření na základní vybavení bytu. Byla zde znát velká míra trpělivosti, která manžele v tomto období charakterizovala. Domníváme se, že tato trpělivost, kterou si museli partneři trénovat v oblasti získávání hmotných statků, se mohla následně projevit i v dalších oblastech jejich manželského života.

### **Osobnost partnerů**

Tato kategorie nebyla v našem rozhovoru cíleně sledována. Během rozhovorů bylo možné pozorovat nápadné pozitivní ladění mnohých manželů. Otázkou je, zda lidé, kteří vytváří dlouhodobé vztahy, vykazují skutečně ve srovnání s běžnou populací vyšší míru pozitivního ladění osobnosti, či se tento jev projevil pouze při daném rozhovoru, kdy se manželé mohli snažit vytvořit příjemnou atmosféru, či zda se tento jev týká pouze těch manželů, kteří jsou ochotní věnovat svůj čas a nezištně sdílet své zkušenosti z manželství.

### **Informovanost**

U respondentů z našeho vzorku nebylo teoretické zázemí téměř zachyceno. U několika párů se objevilo snad jen prostřednictvím obav z manželského života po odchodu dětí z domu. Respondenti se shodovali, že od společného života neočekávali nic výjimečného. Přáli si být spolu a o ničem dalším nepřemýšleli. Někteří z nich reflektovali, že jim „neočekávání“ přineslo jen příjemná překvapení. Můžeme tedy říci, že naši respondenti nebyli pod vlivem naivních očekávání od vztahu, která Satirová (2006) popisuje jako faktor destabilizace manželství.

## **Odhodlání překonávat překážky**

Jak již bylo výše zmíněno, tato kategorie vznikla až na základě analýzy dat. Více manželských párů popisovalo, jak rozhodnutí pro společné překonávání potíží a překážek doprovázelo jejich vztah. Někteří toto odhodlání reflektovali od začátku manželství, jiní ho popisovali až na základě překonané manželské krize, v rámci které si ujasnili, že spolu chtějí být a budou o společný vztah bojovat. Toto nastavení a rozhodnutí se dle mého názoru jeví jako klíčové pro vytvoření stabilního manželství. Zároveň nekonvenuje s moderními trendy doby, kdy se doporučuje uzavírání předmanželských smluv.

Jednotlivé kategorie a subkategorie byly zachyceny u různých párů. Samozřejmě žádný manželský pár z našeho vzorku „neskóroval“ ve všech kategoriích na 100%. Můžeme říci, že u každého páru bylo možné zachytit určité silné místo, oblast, na které jejich vztah stojí. Někdy se jednalo o hluboké přátelství, jindy zase o pevné odhodlání to společně zvládnout. Nicméně u všech manželských párů byla zaznamenána velká hodnota, kterou manželství naši respondenti připisovali.

Druhá výzkumná otázka zněla: „**K jakým projevům dochází během komunikace u manželů v dlouhodobém stabilním manželství?**“ Během setkání s manželi probíhalo soustavné pozorování, které bylo průběžně zaznamenáváno a následně vyhodnoceno. Výsledkem pozorování je sedm zachycených jevů, které se v interakci mezi manželi opakovaně vyskytovaly. Představují je: *oční kontakt, zdvořilostní obraty, respekt k odlišnému pohledu, potvrzování výpovědi partnera, společné mluvení, pozorné naslouchání a humor.*

Některé zachycené jevy potvrzují, že manželé z našeho vzorku byly schopni zdravě komunikovat. Jevy *pozorné naslouchání* či *udržování očního kontaktu* patří do funkční komunikace. Používání *zdvořilostních obratů*, stejně jako *respekt k odlišnému pohledu* naznačuje určitou míru úcty, kterou si k sobě manželé chovají. Fenomén společného mluvení byl zachycen jen u tří párů, nicméně nás zaujal. Ono společné mluvení vyžadovalo hlubokou vzájemnou znalost, vyladěnost a také velkou míru empatie. Vědět, co se chystá druhý říct, není jednoduché ani u lidí, kteří se znají dlouhá léta.

*Žádosti o potvrzení výpovědi a následné potvrzení partnerovy výpovědi* zase vypovídá o neustále probíhající interakci mezi partnery. Můžeme zde také rozvíjet domněnky o tom, že se

manželé vzájemně berou vážně, když stojí o vyjádření druhého, či potvrzení svých myšlenek. V potvrzování výpovědi partnera můžeme číst určitou vstřícnost či zájem. Výše zachycené jevy mohou na první pohled působit jako samozřejmá součást interakce mezi dvěma lidmi. Nicméně my se domníváme, že se pod nimi skrývá velké bohatství vztahu dvou lidí.

Poslední zachycený jev představuje společný *humor* manželů. U většiny párů byl tento fenomén pozorován. Někteří z nich jej i explicitně zmiňovali. Hovořili o odlehčení mnoha problémů, díky společnému humoru. Martin (2007) poznamenává, že emoce vyvolané humorem pozitivně působí na psychický, fyzický, intelektuální i sociální vývoj jedince. Povalová (2015) shrnuje, že humor podporuje mezilidské vztahy. Prožívané emoce dávají člověku možnost vzdálit se od problémů, získat náhled a tím i jiný pohled a přístup k životu, což je ve shodě s tím, co reflektovali někteří naši respondenti.

Výsledkem první výzkumné otázky je koncept deseti kategorií, odpověď na druhou výzkumnou otázku představuje seznam sedmi zachycených jevů v interakci mezi manželi. Některé fenomény se vyskytují v obou přehledech například *humor* či *naslouchání*, což můžeme vnímat jako určité potvrzení, že tento jev do stabilních partnerských vztahů mnohdy skutečně patří. Fenomén *úcty* byl jedním párem v rozhovoru explicitně zmíněn, zároveň byl u mnoha manželských párů pozorován prostřednictvím používání *zdvořilostních obrátů* při vzájemné komunikaci a zachycením *respektu k odlišnému pohledu partnera*. Udržování *očního kontaktu* v komunikaci poukazovalo na zdravé komunikační návyky, fenomén *společného mluvení* zase odkazoval k hluboké vzájemné znalosti, která také představuje jednu ze subkategorií.

Můžeme tedy s potěšením poznamenat, že se nám výsledky odpovědí na první a druhou výzkumnou otázku do jisté míry prolínají, a tím se vzájemně potvrzují.

## **2.6.2 Metodologické limity**

Na tomto místě bychom rádi shrnuli metodologická omezení, kterých si jsme u našeho výzkumu vědomi. Prvním z nich je jistě nereprezentativnost vzorku. Naš výzkumný soubor čítal dvacet manželských párů, tedy čtyřicet respondentů, což není v oblasti kvalitativních studií nízké číslo - například Bachand & Caron (2001) měli ve svém výzkumném šetření menší vzorek, nicméně jsme přesvědčeni, že větší počet respondentů, by jistě napomohl vyšší vědecké věrohodnosti. Další úskalí může představovat způsob výběru vzorku, které probíhalo metodou příležitostného

výběru a následně metodou sněhové koule. Vyhledat dostatečné množství ochotných respondentů nebylo snadné, proto jsme vzali za vděk i těmto nereprezentativním výběrům.

Problematické se může jevit také ono kritérium pro výběr respondentů. Po minimální délce společného života manželů (24 let) byla kritériem pro zařazení do vzorku podmínka, aby spolu byli manželé nějakým způsobem stále rádi. Toto kritérium mělo eliminovat páry, které spolu žijí dlouhodobě, nicméně jen například pro finanční výhody, či ze strachu ze vztahu odejít. Tímto kritériem jsme se pokusili eliminovat nevhodné páry. Nicméně hrozí, že se naši respondenti stylizovali do role „spokojeně spolu“, což teoreticky mohlo ovlivnit některé jejich výpovědi. Dále je vhodné reflektovat, že jedinci ochotní podstoupit rozhovor na tak intimní téma jako je manželský život, představují opět specifickou skupinu osob.

Dalším metodologickým limitem vnímáme samotné vedení rozhovorů. Jednak byl rozhovor i pozorování realizováno v jedné osobě, což představovalo velký nárok na pozornost výzkumníka a domníváme se, že kdyby k pozorování a vedení rozhovoru byli k dispozici dva lidé, bylo by možné z daného času s respondenty vytěžit více dat. Samozřejmě by tato varianta realizace výzkumu byla zase v jiných ohledech problematická. Respondenti by se mohli cítit více ve stresu, domnívám se, že fakt, že byli respondenti v početní převaze, mohlo působit příjemnějším dojmem, než kdyby přišel jeden člen výzkumného týmu pouze za cílem pozorovat daný manželský pár.

Ač byla vynaložena vědomá snaha na otevřenou nezátíženou mysl při setkání s respondenty, musíme zmínit, že vliv očekávání ze strany výzkumníka zde mohl sehrát negativní roli. Samozřejmě jsem se snažila v rámci rozhovoru klást otevřené, nenávodné otázky, nicméně je možné, že nevědomě mohla má očekávání do způsobu vedení rozhovoru vstupovat.

### **2.6.3 Etická rovina výzkumu**

Zde se pokusíme pár úvahami zastavit nad etickou rovinou našeho výzkumu. První bod představuje samotné téma výzkumu – manželství. Domníváme se, že se jedná o dosti intimní oblast, kterou jsme si dovolili zkoumat. Míra otevřenosti byla u jednotlivých párů různá. Samozřejmě jsem se pohybovala svými dotazy jen na té rovině, do které mě samotný pár pozval, což následně nabízelo kvalitativně rozdílné výstupy z rozhovorů, se kterými jsme museli pracovat. Každý pár byl na úvod setkání upozorněn, že pokud by pro něj byla nějaká otázka z jakéhokoli důvodu nepříjemná, ať si řekne, že není problém jakoukoli z otázek

přeskočit. Bylo znát, že tato informace u mnohých párů uvolnila mírně nervózní atmosféru. Možnosti neodpovědět na konkrétní otázku následně nikdo nevyužil.

Rozhovor probíhal s oběma partnery zároveň. Můžeme spekulovat o tom, zda nedocházelo k neupřímným odpovědím, s ohledem na partnera, který vše slyší a kterého se vše v rozhovoru silně týká. Někdy sami respondenti navrhovali, zda by nebylo lepší realizovat rozhovor odděleně. My jsme se ale ve výzkumu zaměřovali také na interakci mezi manželi, o kterou bychom byli tak ochuzeni. Zároveň nám byla bližší určitá transparentnost rozhovoru. Nechtěli jsme se dostat do situace, kdy bude jeden z manželů v obavách, co druhý o jejich vztahu říká. Následně několik párů reflektovalo, že rozhovor pro ně byl příjemným společným zážitkem.

Další etickou rovinu, která jistě vstupovala do samotného rozhovoru, představovalo mé pohlaví. V rámci rodinné terapie je snaha, aby terapeuti byli vždy muž a žena, aby byla přítomna genderová vyváženost. Já jako žena jsem se mohla nevědomě více klonit na stranu žen, mít pro ně větší pochopení nebo naopak chovat příliš velkou úctu k mužům jako živitelům rodiny, což mám z dětství někde hluboce zakořeněno. Kromě pohlaví mohl být pro některé respondenty rušivý i můj věk. Pro většinu z nich jsem se nacházela ve věku jejich dětí.

Z etických důvodů ochrany dat respondentů nepřikládáme k práci prepisy rozhovorů. Všichni respondenti podali souhlas pouze s přítomností audiozáznamů u obhajoby diplomové práce. Následně budou všechny audiozáznamy smazány.

#### **2.6.4 Možné přínosy výzkumu**

Poslední částí diskuse je shrnutí možných přínosů našeho výzkumu. Těžištěm naší práce byla první výzkumná otázka, díky které vzniklo deset kategorií, které by měly mít pozitivní vliv na stabilitu manželství. Domníváme se, že těchto deset kategorií by mohlo představovat určitý návod či strukturu například v předmanželských přípravách. Věříme, že na základě našeho konceptu by bylo možné vytvořit náplň setkávání snoubenců. Bohužel tyto předmanželské přípravy nejsou v naší zemi zatím příliš obvyklé. Předmanželské kurzy se většinou pořádají v rámci církví, nicméně jsem ještě neslyšela o systematictější snaze v této oblasti pro „běžné páry“.

Více manželských párů z našeho vzorku hodnotilo rozhovor jako příjemný a přínosný pro ně samotné, což nás samozřejmě velmi těšilo. Konečně musím přiznat, že pro mě osobně bylo velmi povzbuzující setkat se s tolika manželi, kteří spolu žijí dlouhodobě a rádi. Každý pár nabízel velké bohatství jejich manželského příběhu. Některé příběhy byly velmi odlišné, v něčem se osudy těchto lidí zase shodovaly. U některých z nich byla cítit celoživotní námaha,

kterou musí do vztahu investovat, nicméně výsledek v podobě blízkého člověka, o kterého se mohou v životě opřít, byl jasnou odměnou.

### 3 Závěr

Pro každého jedince je důležitý blízký člověk, se kterým může sdílet svůj život, který jej podporuje, je mu oporou v náročnějších okamžicích života a kterému i on sám může nabízet totéž. Tímto blízkým člověkem by mohl být manžel či manželka. Realita kolem nás je ovšem často jiná. Mnoho manželství a partnerství se rozpadá, lidé se vzájemně zraňují a cítí se mnohdy přes veškeré kontakty v životě sami.

Cílem této diplomové práce bylo nabídnout čtenářům vhled do problematiky manželství s důrazem na protektivní faktory tohoto vztahu. Zabývali jsme se otázkou, co může přispět k vytvoření funkčního a stabilního manželství. Teoretická část práce se věnovala aktuální situaci partnerských vztahů, vývoji partnerského vztahu, ve kterém jsme se zaměřili také na vývojové krize manželství. Stěžejní kapitoly se týkaly stabilizačních a destabilizačních faktorů partnerských vztahů. Krátce jsme nahlédli do aktuálních výzkumů manželství v muslimských zemích. V závěru teoretické části práce jsme také představili několik ucelených konceptů pro vytvoření stabilních partnerských vztahů.

Empirická část se skládala ze dvou kapitol. První z nich obsahovala přehledovou studii, která zahrnovala výzkumy publikované v letech 2017 – 2020. Tyto výzkumy představily některé protektivní faktory stabilních partnerských vztahů. Předmětem druhé kapitoly empirické části práce bylo naše kvalitativní šetření, jehož cílem bylo nalézt a popsat faktory, které mohou podporovat stabilní a funkční manželství. Výzkumu se účastnilo dvacet manželských párů, které spolu žily v manželství alespoň 24 let a manželé spolu byli nějakým způsobem stále rádi. S manželi byl veden polostrukturovaný rozhovor, zároveň probíhalo po celou dobu setkání soustavné pozorování interakcí mezi nimi. Na základě obsahové analýzy byl sestaven koncept deseti kategorií s řadou subkategorií, které mohou mít pozitivní vliv na vytvoření stabilního manželství. Na základě pozorování jsme našli sedm jevů vyskytujících se v interakci mezi manželi, kteří spolu dlouhodobě žijí. Kategorie získané na základě rozhovoru nesou název: Komunikace, Spolupráce, Přátelství, Láska, Původní rodiny, Společné oblasti, Osobnost partnerů, Vnitřní manželská situace, Informovanost a Odhodlání překonávat překážky. Jevy zachycené v průběhu pozorování jsme nazvali: Oční kontakt, Zdvořilostní obraty, Respekt k odlišnému pohledu, Potvrzování výpovědi partnera, Společné mluvení, Pozorné naslouchání a Humor.

Domníváme se, že náš výzkum může být nosným podkladem pro kvantitativní šetření, ve kterém by mohl být přínos jednotlivých kategorií přezkoumán. Věříme, že výsledky naší práce



mohou být přínosné také pro odborníky pracující s manželskými páry, kterým náš koncept kategorií může nabídnout přehlednou paletu oblastí, na které mohou manželé pracovat. V neposlední řadě doufáme, že naše práce zaujme také laiky, kterým může být materiálem k sebereflexi ve svém vlastním partnerském vztahu a určitým povzbuzením a návodem, jak na něm pracovat.

## 4 Zdroje

- Acevedo, B. P. & Aron, A. (2009). Does a long-term relationship kill romantic love?. *Review Of General Psychology*, 13(1), 59-65.
- Al-Krenawi, A., & Graham, J. R. (2006). A comparison of family functioning, life and marital satisfaction, and mental health of women in polygamous and monogamous marriages. *International Journal of Social Psychiatry*. 52(1) (5–17).
- Al-Othman, H. M. (2012). Marital happiness of married couples in the UAE society: A sample from Sharjah. *Asian Social Science*. 8(4) (217–224).
- Archuleta, K. L., Britt, S. L., Tonn, T. J. & Grable, J. E. (2011). Financial satisfaction and financial stressors in marital satisfaction. *Psychological Reports*. 108(2), 563-576.
- Askari, M., Noah, S. B. M., Hassan, S. A. B., & Baba, M. B. (2012). Comparison of the effects of communication and conflict resolution skills training on marital satisfaction. *International Journal of Psychological Studies*. 4(1)(182–195).
- Bachand, L. L. & Caron, S. L. (2001). Ties that Bind: A Qualitative Study of Happy Long-Term Marriages. *Contemporary Family Therapy: An International Journal*. 23(1), (105-121).
- Bachárová, G. (2015). Nové podoby partnerství – Chci tě, ale svobodu mám radši. *Psychologie dnes*. 21(1), (18 – 22).
- Barikani, A., Sarichlow, M. E., & Mohammadi, N. (2012). The cause of divorce among men and women referred to marriage and legal office in Qazvin, Iran. *Global Journal of Health Science*. 4(5) (184–191).
- Barnhill, L. R. (1979). Healthy Family Systems. *Family Coordinator*. 28(1). (94 – 100).
- Biddulph, S. (2006). *Deset tajemství lásky*. Praha: Portál.
- Bradley, J. M., Hojjat, M. (2017). A model of resilience and marital satisfaction. *The Journal of Social Psychology*. 157(5)(588-601).
- Campbell, L. & Moroz, S. (2014). Humour Use Between Spouses and Positive and Negative Interpersonal Behaviours During Conflict. *Europe's Journal of Psychology*. 10 (3). (532-542).
- Carroll, S., Hill, E., Yorgason, J., Larson, J. & Sandberg, J. (2013). Couple Communication as a Mediator Between Work-Family Conflict and Marital Satisfaction. *Contemporary Family Therapy: An International Journal*. 35 (3). (530-545).

- Český statistický úřad (2019). *Vývoj obyvatelstva České republiky 2018*. Praha: Český statistický úřad. Získáno 18. 6. 2020 z: <https://www.czso.cz/csu/czso/vyvoj-obyvatelstva-ceske-republiky-2018>
- Český statistický úřad (2017). *Ženy a muži v datech* Praha: Český statistický úřad. Získáno 31. 1. 2018 z: <https://www.czso.cz/csu/czso/zeny-a-muzi-v-datech-2017>
- Davis, M. H. (2004). Empathy. Negotiating the border between self and other. In L. Z. Tiedens & C.W. Leach (Eds.), *The social life of emotions* (19 -42). Cambridge: Cambridge University Press.
- De Maris, A., Sanchez, L. A. & Krivickas, K. (2012). Developmental patterns in marital satisfaction: Another look at covenant marriage. *Journal of Marriage and Family*. 74(5) (989-1004).
- De Singly, F. (1999). *Sociologie současné rodiny*. Praha: Portál.
- Doherty, W. J. (1997). *The Intentional Family: How To Build Family Ties In Our Modern World*. Hardcover.
- Dzara, K. (2010). Assessing the effect of marital sexuality on marital disruption. *Social Science Research*, 39(5) (715-724).
- Erikson, E. H. (2015). *Životní cyklus rozšířený a dokončený*. Praha: Portál.
- Esmaili, N, S., Schoebi, D. (2017). Research on Correlates of Marital Quality and Stability in Muslim Countries: A Review. *JOURNAL OF FAMILY THEORY & REVIEW*. 9(1) (69 - 92).
- Fawcett, E. B., Hawkins, A. J., Blanchard, V. L. & Carroll, J. S. (2010). Do Premarital Education Programs Really Work? A Meta-analytic Study. *Family Relations*. 59 (3) (232-239).
- Ferjenčík, J. (2000). *Úvod do metodologie psychologického výzkumu*. Praha: Portál.
- Fialová, L., Hamplová, D., Kučera, M. & Vymětalová, S. (2000). *Představy mladých lidí o manželství a rodičovství*. Praha: Sociologické nakladatelství.
- Fialová, L. (2007). Sňatečnost. In *Populační vývoj České republiky 2001 – 2006*. Praha: DemoArt.
- Formánková, L. & Křížková, A. (2014). Partnerství spolu, i když zvlášť. In Hašková, H., Vohlídalová, M., Maříková, M., Dudová, R., Uhde, Z., Křížková, A. & Formánková, L. (2014). *Vlastní cestou? Životní dráhy v pozdně moderní společnosti*. (131 - 156). Praha: Sociologické nakladatelství.
- Fromm, E. (2006). *Umění milovat*. Praha: Český klub.

- Fulínová, R. (2015). *Manželství a nesezdané soužití: srovnání názorů a postojů mladých lidí a generace rodičů*. Diplomová práce. Fakulta sociálních věd.
- Giddens, A. (2012). *Proměny intimacy*. Praha: Portál.
- Gilbert, G. (2020). *Odpuštění*. Praha: Portál.
- Gordon, C. L. & Baucom, D. H. (2009). Examining the individual within marriage: Personal strengths and relationship satisfaction. *Personal Relationships*, 16(3), 421-435.
- Gottman, J. M. & Silver, N. (2015). *Sedm principů spokojeného manželství*. Brno: Jan Melvil Publishing.
- Hall, J. A. (2017). Humor in romantic relationships: A meta-analysis. *Personal Relationships*. 24 (306-322).
- Hardy, N. R., Soloski K. L., Ratcliffe G. C., Anderson, J. R. & Willoughby B. J. (2015). Associations Between Family of Origin Climate, Relationship Self-Regulation, and Marital Outcomes. *Journal Of Marital And Family Therapy*. 41 (4). (508-521).
- Hašková, H. & Vohlídalová, M. (2014). Singles. In Hašková, H., Vohlídalová, M., Maříková, M., Dudová, R., Uhde, Z., Křížková, A. & Formánková, L. (2014). *Vlastní cestou? Životní dráhy v pozdně moderní společnosti*. (103 – 129). Praha: Sociologické nakladatelství.
- Chaloupková, J. (2010). Je manželství přežitkem? A pro koho? In Kostecký, T., Lebeda, T., Maříková, H. & Škodová, M. (2010). *Jaká je naše společnost?* (367 - 385). Praha: Sociologické nakladatelství.
- Chapman, G. (2007). *Čtyři období manželství*. Praha: Návrat domů.
- Chytrý, M. (2009). Jsem přesvědčený, že láska na celý život existuje. *Psychologie dnes*. 15(10), (7 – 9).
- Jandourek, J. (2001). *Sociologický slovník*. Praha: Portál.
- Jellouschek, H. (2008). *Desatero trvalé lásky*. Praha: Portál
- Johnson, M. D. & Anderson, J. R. (2013). The longitudinal association of marital confidence, time spent together, and marital satisfaction. *Family Process*, 52(2), 244-256.
- Kalibová, K. (2007). Rozvodovost. In *Populační vývoj České republiky 2001 – 2006*. Praha: DemoArt.
- Karimi, R., Bakhtiyari, M., Arani, A. M. (2019). Protective factors of marital stability in long-term marriage globally: a systematic review. *Epidemiol and Health*. 41(6).

- Kaufmann-Huberová, G. (1998). *Děti potřebují rituály*. Praha: Portál.
- Kohoutová, I. (2013). Nesezdaná soužití: hlavně ve velkých městech. *Statistika a my*. 3(7-8).(34-35). Český statistický úřad. Získáno 31. 1. 2018 z <https://www.czso.cz/documents/10180/20555437/3201851307-08.pdf>
- Kratochvíl, S. (2009). *Manželská a párová terapie*. Praha: Portál.
- Kučera, M. (1969). *Změny ve vývoji rodiny v posledních letech*. Praha: Demografie.
- Latifa, R. (2018). How commitment to islamic values maintain marital stability. *Hamdard Islamicus*. 41(1-2) (107-132).
- Lavelle, B., Smock, P. J. (2012). Divorce and Women's Risk of Health Insurance Loss. *Journal of Health and Social Behavior*. 53(4) (413 – 431).
- Lavner, J. A., Clark, M. A., (2017). Workload and marital satisfaction over time: Testing lagged spillover and crossover effects during the newlywed years. *Journal of Vocational Behavior*. 101(8) (67-76).
- Lavner, J. A., Karney, B. R. & Bradbury, T. N.(2014). Relationship problems over the early years of marriage: Stability or change?. *Journal of Family Psychology*. 28(6), 979-985.
- Lavner, J.A., Weiss, B., Miller, J.D., Karney, B.R. (2018). Personality Change among Newlyweds: Patterns, Predictors and Associations with Marital Satisfaction over Time. *Developmental Psychology*. 54(6) (1172-1185).
- Leggett, D. G., Roberts-Pittman, B., Byczek, S. & Morse, D. T. (2012). Cooperation, conflict, and marital satisfaction: Bridging theory, research, and practice. *The Journal of Individual Psychology*, 68(2). (182-199).
- Li S, Kubzansky, L. D., Vanderweele, T. J. (2018). Religious service attendance, divorce, and remarriage among U.S. nurses in mid and late life. *PLoS One*. (13).
- Lutz, W., Cuaresma, J. C., & Abbasi-Shavazi, M. J. (2010). Demography, education, and democracy: Global trends and the case of Iran. *Population and Development Review*, 36(2) (253–281).
- Mahler, M. S., Pine, F. & Bergman, A. (1975). *The Psychological Birth of The Human Infant: Symbiosis and Individuation*. New York: Basic Books.
- Margelisch, K., Schneewind, K., Violette, J., Perrig-Chiello, P. (2017). Marital stability, satisfaction and well-being in old age: Variability and continuity in long-term continuously married older persons. *Aging & Mental Health*. 21(4)(389-398).
- Markman, H. J. (1981). Prediction of marital distress: A Five-Year Follow-Up. *Journal of Consulting and Clinical Psychology*. (49), 760- 762.

- Marshall, C. & Rossman, G. B. (1989). *Designing Qualitative Research*. Sage. Beverly Hills.
- Martin, R. (2007). *The psychology of humor: an integrative approach*. Boston: Elsevier Academic Press.
- Matějček, Z. (2000). Úvahy o rodině, lásce a přátelství (psychologický esej). *Československá psychologie*. 44(6), (538-545).
- McClendon D. (2016). Religion, marriage markets, and assortative mating in the United States. *J Marriage Fam* (78)(1399-1421).
- McCoy, A., Rauer, A., Sabey, A. (2017). The Meta Marriage: Links Between Older Couples' Relationship Narratives and Marital Satisfaction. *Family Process*. 56(4)(900-914).
- McNulty, J. K., Maxwell, J. A., Meltzer, A. L., Baumeister, R. F. (2019). Sex-differentiated changes in sexual desire predict marital dissatisfaction. *Archives of Sexual Behavior*. 48(8) (2473-2489).
- Mert, A. (2018). The Predictive Role of Values and Perceived Social Support Variables in Marital Adjustment. *Universal Journal of Educational Research*, 6(6) (1192-1198).
- Minnotte, K. L., Pedersen, D. & Mannon, S. E. (2010). The emotional terrain of parenting and marriage: Emotion work and marital satisfaction. *The Social Science Journal*. 47(4), 747-761.
- Miovský, M. (2006). *Kvalitativní přístup a metody v psychologickém výzkumu*. Praha: Grada.
- Možný, I. (2008). *Rodina a společnost*. Praha: Sociologické nakladatelství.
- Murstein, B. I. (1976). *Who will marry whom? Theories and research in marital choice*. New York: Springer.
- Neff, L. A. & Geers, A. L. (2013). Optimistic expectations in early marriage: A resource or vulnerability for adaptive relationship functioning? *Journal of Personality and Social Psychology*. 105 (1). ( 38-60).
- Parrot, L. & Parrot, L. (2004). *Zachraňte své manželství*. Praha: Návrat domů.
- Plaňava, I. (2009). Manželství. In Baštecká, B. (ed).(2009). *Psychologická encyklopedie*. (171 – 174). Praha: Portál.
- Plaňava, I. (2000). *Manželství a rodiny*. Brno: Doplněk.
- Plichtová, J. (1996). Obsahová analýza a jej možnosti využitia v psychológii. *Československá psychologie*. 4(40), (304 – 314).

- Plopa, M., Kazmierczak, M., Karasiewicz, K. (2019). The quality of parentel relationship and dispositional empathy as predictor of satisfaction during the transition to marriage. *Journal of family studies*. 25(2)(170-183).
- Plzák, M. (1973). *Poznání a léčba poruch manželského soužití*. Praha: Avicenum.
- Plzák, M. (2002). *Manželský svár*. Praha: Era.
- Povalová, M. (2015). *Čím je humor jako psychologický jev zajímavý?* Bakalářská práce. Univerzita Karlova v Praze.
- Prokopec, J., Dytrych, Z. & Schüller, V. (1973). *Rozvodové chování a manželský nesoulad*. Praha: Výzkumný ústav psychiatrický.
- Qiong, H., Mengyu, Z., Wei, T., Jing, L., Xiaomin, L., Xiaoyi, F, Xiaoyan, J. (2018). Forgiveness, Marital Quality, and Marital Stability in the Early Years of Chinese Marriage: An Actor-Partner Interdependence Mediation Model. *Frontiers in Psychology*. 9(4)(9-11).
- Riehl-Emde, A., Frei, R. & Willi, J. (1994). Menschen in Trennung und ihre Ambivalenz: Erste Anwendung eines neu entwickelten Paar-Inventars. *Psychotherapie, Psychosomatik, Medizinische Psychologie* (44), (37–45).
- Rolederová, I. (2014). Sebeřijetí a jeho role v partnerských vztazích. *Diplomová práce*. Univerzita Karlova v Praze.
- Sager, C. J. (1976). *Marriage contracts and couple therapy. Hidden forces in intimate relationships*. New York: Bruner Mazel.
- Satirová, V. (2006). *Kniha o rodině*. Praha: Práh.
- Shafer, K., Jensen, T. M. & Larson, J. H. (2014). Relationship effort, satisfaction, and stability: Differences across union type. *Journal of Marital and Family Therapy*. 40(2), 212-232.
- Shiota, M. N. & Levenson, R. W. (2007). Birds of a feather don't always fly farthest: Similarity in Big Five personality predicts more negative marital satisfaction trajectories in long-term marriages. *Psychology And Aging*, 22(4), 666-675.
- Shola, A., J. (2018). Influence of forgiveness as a tool in enhancing marital stability among married undergraduates of a Nigerian University. *IFE Psychologia*. 26(2). (44-51).
- Schoenfeld, E. A., Loving, T. J., Pope, M. T., Huston, T.L., Štulhofer, A. (2017). Does sex really matter? Examining the connections between spouses' nonsexual behaviors, sexual frequency, sexual satisfaction, and marital satisfaction. *Archives of Sexual Behavior*. 46(2)(489-501).

- Skupnik, J. (2002). *Manželství a sexualita z antropologické perspektivy*. Brno: NAUMA
- Soudková, M. (2006). *O zdravých vztazích mezi lidmi*. Brno: Doplněk.
- Statistical Indices of Family Health, WHO, (1976). Získáno 14. 3. 2018 z [http://apps.who.int/iris/bitstream/10665/40938/1/WHO\\_TRS\\_587\\_spa.pdf](http://apps.who.int/iris/bitstream/10665/40938/1/WHO_TRS_587_spa.pdf)
- Sternberg, R. J. (1986). A triangular theory of love. *Psychological Review*. (9). (119 – 135).
- Šilerová, L. (2003). *Komunikace o sexualitě v rodině*. Disertační práce. Univerzita Karlova v Praze.
- Šípová, I. (1985). *Model manželství rodičů jako ovlivňující faktor vývoje osobnosti a budoucího manželství*. Praha: Výzkumný ústav psychiatrický.
- Šolcová, I. (2009). *Vývoj resilience v dětství a dospělosti*. Praha: Grada.
- Špitz, J. (1988). Duševní zdraví a zdatnost rodiny. *Kontext* 42. (9 – 20).
- Šulová, L. (1998). Člověk v rodině. In Výrost, J. & Slaměník, I. (1998). *Aplikovaná sociální psychologie I*. (303 – 342). Praha: Portál.
- Šulová, L. (2011a) Faktory ovlivňující trvalost partnerského vztahu a volba partnera. In Šulová, L., Fait, T. & Weiss, P. (2011). *Výchova k sexuálně reprodukčnímu zdraví*. (183 - 190). Praha: Maxdorf.
- Šulová, L. (2011b) Trendy současné české rodiny. In Šulová, L., Fait, T. & Weiss, P. (2011) *Výchova k sexuálně reprodukčnímu zdraví*. (171 - 175). Praha: Maxdorf.
- Šulová, L. (2018). Osobní sdělení 9. 1. 2018. Praha: Katedra psychologie FF UK.
- Švaříček, R., Šedřová, K. a kol. (2007). *Kvalitativní výzkum v pedagogických vědách*. Praha: Portál.
- Tallman, I. & Hsiao, Y. L. (2004). Resources, Cooperation, and Problem Solving In *Early Marriage*. *Social Psychology Quarterly*. 67(2). (172-188).
- Titl, S. (2014). *Psychoanalytická párová psychoterapie*. Praha: Portál.
- Vágnerová, M. (2007). *Vývojová psychologie II. Dospělost a stáří*. Praha: Karolinum.
- Willi, J. (1997). The significance of romantic love for marriage. *Family proces*. (36). (171 – 182).
- Willi, J. (2006). *Psychologie lásky*. Praha: Portál.
- Yucel, D. (2016). Together, forever? Correlates of marital well-being. *Social Indicators Research*. 125 (1). (257-269).



## **Seznam zkratek**

Aj. - a jiné

Apod. - a podobně

Atd. - a tak dále

Č. – číslo

KV – kvantitativní

KL - kvalitativní

Např. - například

Resp. - respektive

S. – strana

## **Seznam tabulek a grafů**

### **Seznam tabulek**

Tabulka 1: Charakteristické události ve fázích životního cyklu

Tabulka 2: Přehled výzkumů zahrnutých do přehledové studie

### **Seznam grafů**

Graf 1: Věkové rozložení respondentů.

Graf 2: Věkový rozdíl mezi manželi.

Graf 3: Vzdělání respondentů.

Graf 4: Náboženská orientace

Graf 5: Délka manželství respondentů

Graf 6: Délka známosti před svatbou

Graf 7: Jevy vyskytující se v komunikaci párů