

Univerzita Palackého v Olomouci
Filozofická fakulta
Katedra psychologie

NEVĚRA V PARTNERSKÝCH
VZTAZÍCH A JEJÍ
PSYCHOSOCIÁLNÍ DŮSLEDKY
THE CONSEQUENCES OF INFIDELITY IN A COMMITTED
RELATIONSHIP



Diplomová magisterská práce

Autor: **Bc. Kristýna Jurošková**

Vedoucí práce: **PhDr. Leona Jochmannová, Ph.D.**

Olomouc

2021

Na prvním místě bych chtěla poděkovat PhDr. Leoně Jochmannové, Ph.D. za vedení této diplomové práce a za její rady a připomínky, které mě vždy posunuly o kus dál.

Co by to však bylo za poděkování, kdybych zapoměla na své přátele? Děkuji všem těm, kteří mě psaním provázeli, za jejich neutuchající optimismus, podporu a motivaci. Získala jsem další potvrzení, že sociální síť, kterou jsem si kolem sebe za poslední dva roky vytvořila, je velmi zdravá a podporující. Děkuji Metru Olomouc za vypůjčení prostor k realizaci rozhovorů v době pandemie, kdy se zavřel celý svět, ale oni mi nechali dveře otevřené.

V poslední řadě chci poděkovat svému příteli, který ačkoli občas vůbec nerozuměl tomu, o čem mluvím, mě vždy rád a ochotně vyslechl a zajistil, abych při psaní měla čerstvou kávu.

Místopřísežně prohlašuji, že jsem magisterskou diplomovou práci na téma: „Nevěra v partnerských vztazích a její psychosociální důsledky“ vypracovala samostatně pod odborným dohledem vedoucího diplomové práce a uvedla jsem všechny použité podklady a literaturu.

V Olomouci dne

Podpis

OBSAH

OBSAH	3
ÚVOD	5
TEORETICKÁ ČÁST	7
1 Partnerské vztahy	8
1.1 Romantické partnerství.....	9
1.2 Manželství	12
1.3 Fenomény dnešní doby	14
2 Nevěra	18
2.1 Historický kontext	18
2.2 Výskyt nevěry	20
2.3 Definice nevěry	21
2.4 Evoluční vysvětlení nevěry	23
2.5 Dělení nevěry.....	24
2.6 Příčiny a motivace vedoucí k nevěře.....	26
2.7 Dopady nevěry.....	31
2.8 Post infidelity stress disorder.....	36
3 Realizované výzkumy	40
3.1 Je romantická zrada druh traumatické zkušenosti?	40
3.2 Emoční reakce na sexuální a emoční aspekty nevěry	42
3.3 Duševní zdraví po odhalení nevěry	43
VÝZKUMNÁ ČÁST	45
4 Výzkumný problém	46
4.1 Cíle výzkumu.....	46
4.2 Výzkumné otázky	47
5 Metodologický rámec	48
5.1 Metody tvorby a získávání dat	48
5.2 Výzkumný soubor a jeho výběrová kritéria	51
5.3 Interpretativní fenomenologická analýza	54
5.4 Etické hledisko výzkumu	54
6 Deskripce dat	56
6.1 Sebereflexe výzkumníka	56
6.2 Charakteristika respondentů	57
6.3 Postup analýzy a interpretace dat	70

6.4	Analýza společných témat.....	72
7	Odpovědi na výzkumné otázky	82
8	Diskuze	84
9	Závěr.....	92
	Souhrn	94
	LITERATURA.....	97
	PŘÍLOHY	112

ÚVOD

„Láska je trpělivá, je laskavá, láska nezávidí, láska se nevychloubá ani nepovyšuje; není hrubá, nehledá svůj prospěch, není vznětlivá, nepočítá křivdy, není škodolibá, ale raduje se z pravdy; všechno snáší, všemu věří, vždycky doufá, všechno vydrží.“

1 Korintským 13:4-7

Co je to nevěra? Kde jsou její hranice? Jak to, že za celou lidskou existenci nemáme odpovědi na takto primární otázky? Nechci se v této diplomové práci stát mravokárcem, nýbrž se snažím společně s jejím čtenářem o hlubší pochopení tohoto fenoménu, jež lidstvo provází od samotného počátku monogamie. Ačkoli se nedá říci, že by existoval nedostatek výzkumů týkající se nevěry jako celku, tak se tento počet snižuje, co se týče výzkumů na poli negativních důsledků na psychické a sociální zdraví jedince.

Proč to považuji za důležité téma? Nevěra je jedním z nejčastějších důvodů k rozvodu (Amato & Previti 2003; Newport & Himelfarb 2013) a jedná se o druhý nejobtížnější problém, který pároví poradci řeší (Whisman, 2016). Nedá se tedy přehlédnout, či dělat, že nevěra neexistuje.

Často jsem se setkávala s negativními či přinejmenším lehce rozpačitými reakcemi při své odpovědi na to, čím se zabývám ve své diplomové práci. Když jsem se o tomto tématu začala více bavit se svými přáteli a lidmi ve svém okolí, pohledy na nevěru byly velmi rozdílné. Od těch, kteří ji pokládali za malichernost a za něco, co by se mělo tajit, či by se to mělo přejít s mávnutím ruky, po ty, kteří nevěru pokládali za opravdu velkou zradu důvěry a důvod k okamžitému rozchodu. Začala jsem pátrat i po individuálních zkušenostech s nevěrou mezi svými známými, a právě zde mě zaujal ten rozkol v jejich vnímání. Pro některé z „obětí“ mého výzkumu byla nevěra v jejich vztahu opravdu jednou z nejtěžších životních situací, jiní k ní měli neutrální postoj, objevili se i jedinci, pro něž nebyla vůbec zdrcující. Podvedení partneři často ale jedním dechem dodávali, že jakkoli pro ně bylo odhalení nevěry těžké, dokázali z toho získat i pozitivní důsledky a objevil se u nich jakýsi psychický růst.

Cílem této diplomové práce je odhalit psychosociální dopady nevěry na psychiku člověka. Zároveň se zaměříme i na pozitivní dlouhodobé důsledky, které tato událost

pro podvedeného měla. Zajímají nás i ty aspekty, které daným jedincům subjektivně ztěžovaly prožívání nevěry.

TEORETICKÁ ČÁST

1 PARTNERSKÉ VZTAHY

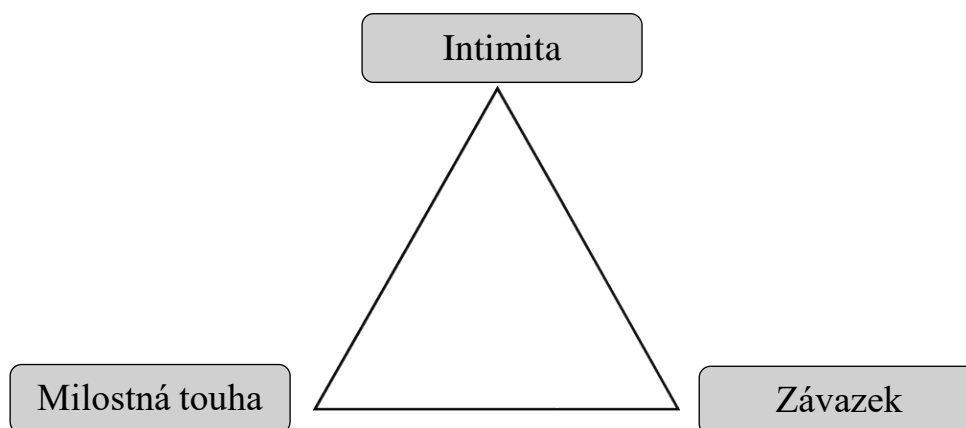
Vztahy jsou téma, které tuto diplomovou práci budou protkávat od jejího začátku po samotný konec. V běžném životě těžko nalezneme člověka, který by se vztahům dokázal celý život vyhýbat – ať už počítáme vztahy partnerské, které si přiblížíme více v této kapitole, či vztahy přátelské, pracovní, rodinné a další. Tuto kapitolu rozdělíme do tří podkapitol dle témat, která jsou dle našeho názoru potřebná k pochopení celkového tématu diplomové práce.

Složky partnerského vztahu

Partnerský vztah je tvořen třemi důležitými komponentami, které mají vliv na jeho fungování a kvalitu. Sternberg (1986)¹ mezi tyto komponenty řadí:

- 1) **Milostná touha** – sexuální složka partnerského vztahu je důležitá, ať už se jedná o touhu po partnerovi, po uspokojení či o zamilovanost (Willi, 2006). Vášej je však dle Sternberga (1986) nejméně stálá komponenta a je možné, že právě ona nevěru způsobí.
- 2) **Intimita** – vysoká míra intimity bývá u párů, které prospívají a jsou obecně šťastné (Hewstone & Stroebe, 2006). Jedná se o sebeotevření druhému, vzájemné poznání, důvěru a úctu, tělesnou i duševní něhu, společné plánování a sdílení budoucnosti (Říčan, 2005). Intimita je důležitá z toho důvodu, že se jedná o emoční propojení partnerů a funguje jako jejich oboustranné spojení (Mosier, 2006).
- 3) **Závazek** – zde mluvíme o jakési sociální zodpovědnosti za pokračování vztahu a zdolávání partnerských krizí. Tato komponenta je důležitá zejména v situacích, kdy pár prochází krizemi a je třeba je úspěšně vyřešit a vzpomenout si na pozitivní stránky vztahu (Sternberg, 1986). Do této komponenty řadíme společné postoje, názory, aktivity, zájmy, zvyky i stereotypy a vytváří se v průběhu vztahu (Slaměník, 2011; Vágnerová, 2007). Neexistence závazku je signifikantním prediktorem nevěry (Wilson et al., 2011; Treas & Giesen, 2000).

¹ Důvod využití tohoto zdroje je ten, že ačkoli je datován již poněkud historicky, je stále používán jinými autory, a tedy prověřován časem.



Obrázek 1: Trojúhelník lásky (Sternberg, 1986)

Výrost a Slaměník (2008) dále uvádí jako důležitou součást partnerského vztahu **vzájemnou závislost**, kdy postupně se poznávání partnera pojí s odpovědností obou partnerů za psychickou pohodu, pomoc, s ohledem na city, zájmy a cíle druhého a tak dále. Partneri, kteří mají vysokou míru vzájemné závislosti, se vyznačují schopností znát a naplňovat potřeby partnera a poskytovat mu příjemné prožitky, což umocňuje stabilitu vztahu a brání jeho ukončení. Vzájemná závislost se rozvíjí společně s komponentou závazku a jsou si navzájem blízké.

1.1 Romantické partnerství²

Najít si blízkého člověka, s nímž budeme společně procházet životem, je dle výzkumů jedna z nejvýznamnějších lidských hodnot (Venglářová, 2008). Ačkoli laikovi by se mohlo zdát, že definice vztahu se zdá býti naprosto jasná, vědecká terminologie se v mnohých teoriích liší. V této kapitole si některé z nejdůležitějších odlišností v pojmech přiblížíme. Zaměříme se na páry heterosexuální, ačkoli Kelley (2010) uvádí, že získané poznatky z této oblasti se velmi pravděpodobně dají aplikovat i na homosexuální páry.

² V této diplomové práci budeme používat termín partnerské vztahy jak pro manželství, tak i pro partnery, kteří nebyli sezdáni. Romantické partnerství je tedy označení pouze pro páry, které nejsou v manželském svazku.

První je záhodno definovat vztahy obecně a přejít tak od generalizovaných pojmů k pojmům konkrétním. Začněme tedy blízkými vztahy. **Blízké vztahy** jsou ty vztahy, ve kterých se zaangażované osoby navzájem ovlivňují (Výrost & Slaměník, 2008; Hewstone & Stroebe, 2006). V odborné literatuře se dále používá pojem **těsné vztahy**, které někteří autoři považují za synonymum se vztahy blízkými. Kelley (2010) je ale vyčlenil na ty vztahy, které zahrnují partnerské vztahy, nejlepší přátele, manželství, ale i velmi blízce spolupracující jedince. Jsou typické tím, že lidé v nich spolu tráví velké množství času, sdílejí spolu zážitky, životní či osobní prostor a působí i cítí se jako celek.

Pro lepší orientaci se dá říci, že ne všechny blízké vztahy musí být nutně intimní, ale všechny intimní vztahy se řadí pod vztahy těsné (Kelley, 2010).

1.1.1 Uzavřený romantický vztah

V dnešní době se pomalu ustupuje od manželství a fenomén tzv. „nesezdaného soužití“ se čím dál více rozmáhá³. Dle Šmolky (2008) jsou soužití bez sňatku labilnější formou vztahu, neboť odpadá „sňatková bariéra“ a vztah se rozpadá i z příčin, které se zdají být malichernostmi. Vágnerová (2010) ale oponuje, že romantické vztahy jsou plynulejší a odpadá v nich stres z nemožnosti volby. Tvrdí však, že ne každému jedinci tyto vztahy dlouhodobě vyhovují, neboť se v nich ztrácí jistota, která je pojená s manželstvím. Jako otázka vyvstává, zda toto tvrzení i po deseti letech stále platí, neboť rozvodovost v době psaní této diplomové práce je mezi 40-50 % (Němečková, Kurkin, & Štyglerová, 2019), a tedy se dá polemizovat o jistotě manželského svazku, jak uvádí Vágnerová v roce 2010.

Definice a pojmosloví

Nejprve je záhodno si sjednotit terminologii, neboť pod pojmem „uzavřené partnerství“ je možné si představit různé druhy partnerství. Stále neexistuje sjednocený pojem pro partnery, kteří nejsou sezdaní – v literatuře i v běžném životě můžeme narazit na různé označení jako například *kohabitace*, *nesezdané soužití*, *manželství na zkoušku*, *vztah na psí knížku*, *partnerský vztah* a tak dále. Ve výzkumech se tento typ společného soužití často objevuje právě pod termínem **romantický vztah** (romantic relationship) či pod jednodušším označením **páry** (couples).

³ Dle Možného (1989) nebylo uzavřené romantické partnerství nezvyklou záležitostí ani před rokem 1989.

Romantické partnerství je charakterizováno tím, že jedinci ve vztahu se označují za partnery a že spolu tráví volný čas (Matoušek & Pazlarová, 2010). Romantický partnerský vztah je definován dle Hasford, Kidwell, Lopez-Kidwell (2018) tím, že partneři se na bázi denního života navzájem ovlivňují. Dle Furgera (2003) je partnerství typické mileneckým způsobem utvoření vztahu, tedy erotickou náklonností a sexuálním kontaktem. Autor dodává, že vztah má být založen na věrnosti a výlučnosti. Romantické partnerství definoval i Poněšický (2004) a to tím, že je plný opačného očekávání muže na ženu a ženy na muže. Tento vztah přirovnává k „*bytí na cestě, stálé potýkání se s ambivalentními city a nejistotou, s nikdy ne zcela uchopitelným světem druhého, s vědomím, že mi koneckonců ani můj partner zcela nerozumí, zcela se do mě, odlišného člověka, necítí*“ (Poněšický, 2004, str. 127).

1.1.2 Otevřený romantický vztah

O otevřený romantický vztah neboli volný vztah či polyamorii se jedná tehdy, kdy je vztah založen na vzájemném uspokojení sexuálních a jiných potřeb **mimo** monogamní svazek dvou lidí. Na rozdíl od fenoménu swingers, o kterém budeme pojednávat dále, není toto partnerství založeno čistě jen na sexuálních zkušenostech s více lidmi naráz, ale klade důraz i na dlouhodobost vztahů (Sheff, 2005). V tomto vztahu se neklade důraz na věrnost, jako je tomu v tradičním uzavřeném vztahu, ale partneři se mohou domluvit na určitých pravidlech (Haritaworn et al. 2006).

Často je zaměňována polyamorie s polygamií, přičemž největším rozdílem je neformálnost svazku polyamorie, která se nezakládá na vlastnictví partnera/partnerů jako je tomu u polygamie. Polyamorie je také více otevřená a flexibilní při uspořádání a struktuře partnerských vztahů (Chapman, 2010).

1.2 Manželství

„Vydařené manželství je div světa. Copak by se dnes mluvilo o Filémonovi a Baukidě, kdyby to nebyl div světa? Tři tisíce let se vzpomíná na dva neznámé lidi jen proto, že se jim vydařilo manželství.“

Jan Werich

V České republice je manželství definováno v zákoně jako svazek, kdy je hlavním účelem založení rodiny a výchova. Muž i žena mají v manželství jak stejné povinnosti, tak i stejná práva, jsou povinni spolu žít, být si věrni a společně se starat o rodinu (Zákon o rodině č. 89/2012 Sb). „*Manželství skýtá možnost vzájemné podpory, vytváření společného vnitřního světa, identity, cílů, budování domova*“ (Poněšický, 2004, str. 107). Manželství je svazkem dvou lidí opačného pohlaví, kteří sdílejí stejnou domácnost, strasti i radosti společného života a společně vychovávají potomky, přičemž jako svazek je uznávaný státem i církví (Ansari & Kyaw, 2012).

Manželství se tedy stává společensky uznávaným vztahem mezi dvěma či více osobami, jehož varianty jsou dle Murphyho (2006): 1) **Monogamie** (svazek jedné ženy a jednoho muže), 2) **Polygamie** (svazek jednoho muže a více žen) a 3) **Polyandrie** (svazek jedné ženy s několika muži). Česká republika však uznává pouze monogamní manželství jedinců opačného pohlaví. Ačkoli je naše společnost navyklá na monogamii vztahů i manželství, toto pojetí zastává cca pětina národů na světě. Nejznámějším druhem bigamie je polygamie, zatímco polyandrie se vyskytuje velmi zřídka (Weiss, 2010).

Vágnerová (2010) vymezuje manželství těmito způsoby:

- 1) **Fyzicky** – manželský pár bydlí ve společné domácnosti, je vymezeno fyzickým prostorem i časem.
- 2) **Psychologicky** – manželé přebírají vstupem do manželství nové role, kterým se musí přizpůsobit.
- 3) **Sociálně** – manželství je bráno jako malá sociální skupina, tzv. dyáda.

1.2.1 Otevřené manželství

V předchozí kapitole jsme si nastínili manželství, jaké je z jeho podstaty – dva jedince, co jsou si navzájem věrni. V této kapitole uvedeme typy manželství, které jsou otevřené i jiným vztahům, ačkoli pojem otevřené manželství může inklinovat k myšlence například manželů, kteří jsou si sobě věrní, ale mají svobodu v rozhodování ohledně důležitých životních rozhodnutí, volnočasových aktivit, volby přátel a tak dále. V literatuře můžeme naléznout pojmy otevřený vztah či otevřené partnerství, které se nijak terminologicky nerozlišuje od pojmu otevřeného manželství, krom právního a formálního svázání manželů (Hargašová & Novák, 2007). Otevřené manželství se vyznačuje úplnou sexuální svobodou (Kratochvíl, 2009).

Skupinové manželství

O skupinové manželství se jedná, jestliže spolu žijí dva či více manželských párů, popřípadě manželský pár a nezávislí jedinci (Hargašová & Novák, 2007). Výzkumy ukazují, že skupinová manželství lákají častěji asertivní ženy a starostlivé muže (Kratochvíl, 2009), kdy se pro oba z manželů stává tato dohoda přínosná, ale ani tomuto druhu otevřeného manželství se nevyhýbá žárlivost. Není se tedy čemu divit, že tyto svazky většinou končí rozvodem/rozchodem partnerů, neboť zde funguje jakási rovina partnerského přetížení, neschopnosti dostát svým povinnostem nebo přijmutí odpovědnosti vyplývající z tohoto druhu vztahu (Hargašová & Novák, 2007).

Swingers

Studie fenoménu swingers mají počátek v šedesátých letech, kdy byla poprvé vyřknuta známá věta „*The family that swings together, clings together*“⁴. Swingers neboli *wife swapping* se zasloužilo největšího rozmachu v Americe mezi muži středního věku (Rubin, 2001). Na rozdíl od otevřeného manželství či polyamorie, je swingers založeno na čistě sexuální zkušenosti, která je konsensuální a sdílána párem s jinými lidmi. Ačkoli může mezi páry či skupinou vzniknout jakási forma přátelství, je jakákoli emoční vazba negativním a zakázaným jevem (McCullough & Hall, 2003). Martyniuk (2008) in Taněvová (2011) rozděluje swinging do více podob, od tzv. *closed swinging*, kdy si páry vymění partnery a styk proběhne v oddělených místnostech či *open swinging*, při kterém páry zůstávají ve stejné místnosti. Rozsah pohlavního styku je taktéž různý, od plného

⁴ „*Rodina, která spolu swinguje, drží při sobě*“ (volný překlad autorky).

pohlavního styku mezi partnery (*full swap*) po povolení všeho krom penetračního pohlavního sexu (*soft swap*).

Na konec této kapitoly bychom rádi podotknuli, že jakkoli může znít zpestření sexuálního života pomocí jiného člověka vzrušujícím počinem, je toto rozhodnutí problematické a dle našeho názoru je třeba speciálních povah partnerů, aby nespustilo kaskádu situací vedoucí k rozpadu manželství, vztahu či celkově ke ztrátě důvěry.

1.3 Fenomény dnešní doby

V této podkapitole se zaměříme na trendy dnešní doby v oblasti partnerských vztahů. Každá generace je něčím typická, proto je třeba reflektovat, čím je jiná doba, ve které se právě nacházíme. Do této kapitoly zařadíme i ty vztahy, které jsou na pomezí mezi vztahy romantickými či závaznými a singles, na které se zaměříme v první podkapitole se stejným názvem.

1.3.1 Singles

„Fenoménn singles je patrně nejzřetelnějším a nejvyhraněnějším projevem individualizace ve sféře rodinného a partnerského života.“

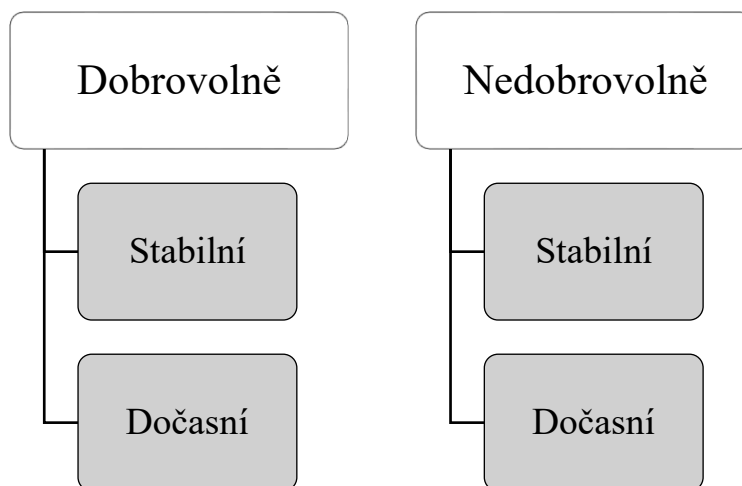
Marcel Tomášek

Prvním námi zmiňovaným fenoménem dnešní doby jsou tzv. singles, jejichž definicí je, že se jedná o „...jedince, kteří nechtějí vstupovat do manželství, protože jim život o samotě v zásadě vyhovuje. Motivací je především větší možnost věnovat se kariéře, osobním zálibám, vstupovat do více sexuálních vztahů. Druhou stránkou tohoto životního stylu jsou pocity osamocení a izolace“ (Jandourek, 2003, str. 219).

Ačkoli následující rozdělení typů singles je poměrně staršího data, považuje se za stále aktuální. Stein (1975) rozdělil singles do těchto kategorií:

- 1) **Dobrovolně stabilní** – lidé, kteří jsou bez partnera z vlastní vůle a nemají v plánu tuto situaci měnit.
- 2) **Dobrovolně dočasní** – zde spadají ti, kteří nejsou ve svazku, neboť z této situace současně vyvstávají jako pozitivně motivováni, ale nebrání se svazku v budoucnosti.

- 3) **Nedobrovolně stabilní** – singles, kteří se smířili s tím, že jsou bez partnera.
- 4) **Nedobrovolně dočasní** – zde patří ti, kteří partnera aktivně vyhledávají a svou současnou situaci považují za dočasnou.



Obrázek 2: Rozdělení typů singles do kategorií (Stein, 1975)

Samozřejmě existuje více rozdělení singles⁵, ale pro účely této diplomové práce nám postačí klasické rozdělení popsané výše.

1.3.2 Přátelé s výhodami

Fenoménu přátelství s výhodami, známějšímu pod anglickým názvem *friends with benefits*, se dostalo největšímu rozmachu právě v tomto desetiletí (Erlandsson et al., 2013). Dle výzkumů, které proběhly hlavně v prostředí školních kampusů, a tedy na mladých studujících jedincích (Erlandsson et al., 2013), se přátelství s výhodami definuje tím, že ačkoli se oba aktéři nepovažují za účastníky romantického vztahu, probíhá na pravidelné úrovni sexuální aktivita (Furman & Shaffer, 2011; Hughes, Morrison, & Asada, 2005; Owen & Fincham, 2013). Přátelství s výhodami se nejvíce vyskytují u mladých lidí a vysokoškolských studentů (Lyons et al., 2014).

Přátelství s výhodami se taktéž dá nazývat **hybridním vztahem**, protože ačkoli má prvky romantického vztahu i prvky přátelství, nelze jej zařadit ani do jedné z těchto zmíněných kategorií (García, Soriano & Arriaza, 2014). Tento typ vztahu se dá oddělit od vztahů, které jsou motivované pouze sexuálním uspokojením, právě existencí přátelství mezi párem,

⁵ Například sociolog Tomášek, který se dlouhodobě zabývá výzkumem singles, taktéž rozdělil singles do různých kategorií. Kategorizaci se zabývala i Vágnerová, Linková či Reynolds a Wetherell.

který si je i emocionálně blízký (Owen, Fincham & Polser, 2017). Motivace k vytvoření vztahu přátel s výhodami je zřejmá – jedná se o propojení přátelské roviny a uspokojení sexuálních potřeb s absencí závazku (Goodboy & Myers, 2008; Owen, Fincham & Polser, 2017)

1.3.3 Hook up

Hook up se překládá nejčastěji jako *jednorázový sex* či *povyražení*, přičemž není přesně dáno, jaký typ vztahů či kontaktu do této kategorie spadá. Důležitým obdobím pro rozmach kultury hook up se zdají být 60. léta, které jsou hlavně spojeny s feministickými hnutími a druhou vlnou feminismu (Pilcher & Imelda, 2004). Za nejrozšířenější definici tohoto fenoménu považujeme tu, jenž uvádí, že hook up je jakákoli **sexuální aktivita**, která proběhne **mimo partnerský vztah** (Kalish & Kimmel, 2011). Taktéž se pojí s tím, že aktéři nečekají žádné romantické pokračování tohoto sexuálního aktu (Carey & Fielder, 2010; Garcia et al., 2019; Stinson, 2010).

Velké množství studií, které se o tento fenomén zajímají, jej pojí s požíváním alkoholu či sexuálně riskantním chováním (Grello et al., 2006; Owen et al., 2013; Lewis et al., 2012) a následnými emocionálními následky jako je snížené sebevědomí, výčitky svědomí a tak dále, přičemž je tato negativní emocionální reakce typičtější pro ženy (Carey & Fielder, 2010; Grossman, 2014;). Negativní emoce po jednorázovém sexu mohou být ale dle Piemonte, Conley & Gusakova (2019) způsobené spíše absencí orgasmu, který zapříčiňuje pozitivní emoce po sexuálním styku a kterého ženy dle studií dosahují při nezávazném sexu v menší míře než muži.



Obrázek 3: Důležité komponenty pojící se s fenoménem hook up (Carey & Fielder, 2010; Grello et al., 2006; Owen et al., 2013; Lewis et al., 2012)

Nicméně nelze se stoprocentní jistotou určit kauzalitu mezi výše uvedenými komponentami nezávazného sexu, neboť studie na ně ukazující používají průřezový design výzkumu.

2 NEVĚRA

„Za krásnou definici lásky považuji vysvětlení, že láska znamená být v temnotách věrným tomu, co jsme viděli ve světle.“

Louis Evely

Nevěra je jedním z nejčastějších důvodů vedoucích k rozvodu (Amato & Previti 2003; Newport & Himelfarb 2013). Návazně na tuto informaci je třeba se zamyslet, zda partnerský vztah ukončil přímo akt nevěry, či k rozvodu došlo kvůli dlouhodobé nespokojenosti ve vztahu, častým konfliktům a dalším faktorům, které k ní mohly vést. Nevěra je taktéž bezesporu jeden z nejčastějších důvodů, který páry přivede do partnerské či manželské poradny (Atkins et al., 2010; Atkins, et al., 2005) a dle manželských a partnerských poradců či terapeutů je taktéž jedním z neobtížnějších problémů, které musí dané dvojice řešit (Whisman, 2016)⁶. Jedná se o fenomén, který je stále aktuální a zároveň zasahuje hluboko do historie – od vzniku prvních čistě monogamních párů po chvíli, co právě nastává a velmi pravděpodobně i pro chvíle budoucí. Monogamie je však jedna z nejtěžších forem partnerského svazku, která byla vytvořena společností, a pro muže není monogamie ani výhodná (Uzel, 2017).

2.1 Historický kontext

Historie monogamního vztahu a nevěry sahá až k samotné Bibli a k příběhu Genesis o stvoření světa. Na počátku světa stvořil Bůh Adama a Evu jako pár, který měl za úkol být věrný, sobě a jemu, plodit potomky a starat se o zemi. I přestože Adam a Eva neměli jak svou monogamii porušit, našel se svůdce ve formě hada, který Evu svedl. Ve starém zákoně najdeme mnoho příběhů, kdy monogamie byla opakovaně porušována, ať už oficiální cestou (více manželek) či tou méně oficiální, tedy postranním poměrem s jednou či více milenkami. Za příklad lze uvést například krále Šalamouna a jeho harém

⁶ Nevěra je druhým neobtížnějším tématem párové terapie, předchází ji dle autorů pouze fyzické násilí v páru (Whisman, 2016).

či krále Davida, který měl desítky konkubín, ale pro styk s další ženou byl schopen postavit jejího muže do první linie v bitvě a poslat jej tedy na jistou smrt (King James Bible, 2017).

Z historického pohledu byla nevěra ženy vždy posuzována příkřeji než nevěra muže. Například ve **starověku** byla trestána pouze nevěra, kterou měla na svědomí žena, a to smrtí ženy i daného muže, se kterým byla nevěra provedena (Reichelt & Küsters, 2014). Důvodem byla snaha o jistotu otcovství, protože jak říká tento citát z Římského práva **Mater certa, pater incertus est.** – „*Matka je jistá, otec nejistý*“ (Lewinsohn, 2007). S tímto výrokiem souhlasí i známý sexuolog Weiss (2013), který tvrdí, že hlavním úkolem společnosti je ochrana mužské paternity. Jak je uvedeno výše v citátu, matka je vždy jistá, ale otec toto ujištění vždy neměl – mohlo se stát, že by investoval svůj čas, energii i prostředky do dítěte, co nenese jeho genetický kód, což bylo důvodem k tomu, aby patriarchální společnost vytvořila zákony minimalizující nevěru žen.

Ve **středověku** se společnost navrátila k morálnímu systému, kdy nebyla trestána pouze ženská nevěra, ale trestala se i nevěra mužská (Brezina & Lojek, 2015). Ačkoli byla nevěra brána jako závažný hřích, manželé kvůli ní nemohli být rozvedeni, neboť manželský svazek byl posvěcen Bohem (Otis-Cour, 2002)⁷. Lewinsohn (2007) uvádí, že z důvodu toho, že manželská nevěra se stala hlavně ve vyšších kruzích jakýmsi sportem, byl vynalezen pás cudnosti, který měl pojistit ženinu věrnost, když její manžel odjel z domu.

Období **renesance** ještě o něco více normalizovalo manželskou nevěru, neboť mnohoženství či mnohomužství u knížat nebylo nijak limitováno. Kromě manželky měl šlechtic i oficiální milenku, tedy *metresu* či *favoritku* či mohl jít za uspokojením sexuálních potřeb za kurtizánou (Lewinsohn, 2007).

S **průmyslovou revolucí** docházelo k uvolňování moci církve a tím pádem i sexuálního chování lidí. Bezpochyby k tomuto přispělo i feministické hnutí a liberalizace (Weiss & Zvěřina, 2001).

⁷ Otis-Cour (2002) uvádí, že v protestantské Evropě již od 15. století mohla být nevěra důvodem k rozvodu manželů.

2.2 Výskyt nevěry

V této části diplomové práce se budeme zabývat výskytem nevěry v dnešní době. Po přečtení historického kontextu je zřejmé, že nevěra nás opravdu provází od prvních zmínek o monogamních párech. Ačkoli se může zdát, že v dnešní době je nevěra častějším jevem, Šmolka (2010) uvádí, že výskyt nevěry je stále podobně početný jako kdysi, jen se na ni dnes snadněji přijde, a to díky existenci mobilních telefonů⁸.

S tímto tvrzením nesouhlasí například Vaughanová (2009), která uvádí, že nevěrných partnerů doopravdy exponenciálně přibývá díky nárustu příležitostí, a to zejména nevěr se ženou jako podvádějícím partnerem. Autorka to vysvětluje tím, že ženy odmítají svou roli hospodyňky, jsou na mužích více ekonomicky nezávislé a zároveň je dnešní společnost více nevěře otevřená. Ve výzkumech se tento fakt zatím nedaří úspěšně potvrdit, což je nejspíš způsobeno tím, že zatímco muži se své sexuální dobrodružství nebojí přiznávat, a naopak jej zveličují, ženy jej mají tendenci zamlčovat (Šmolka, 2010). U nevěry platí, jak zjistil Yovell (2007), to stejné pravidlo. Novák a Šmolka (2016) ve své knize zmiňují, že **nevěrných mužů jsou až dvě třetiny, zatímco nevěrných žen polovina**. Vrátime-li se k poměru nevěr mezi muži a ženami, zjistíme, že muži jsou zapleteni do nevěr častěji než ženy (Adamopoulou 2013; Smith, 2006). Brand et al. (2007) přišli však s tvrzením, že **ve skutečnosti ženy podvádějí podobně stejně jako muži**.

Zatím největší studii výskytu nevěry v ČR udělal Zvěřina (2008), při níž zjistil, že **nevěrných mužů je 55 % a nevěrných žen 34 %**. Zatímco u žen se jednalo o dlouhodobé známosti, muži dávali přednost spíše příležitostným stykům. Studie firmy STEM/MARK (2006) uvedla, že svému partneru bylo nevěrných až **37 % Čechů**, přičemž v jedné třetině šlo o dlouhodobý mimo partnerský vztah (tzv. milenečtví) a v polovině se jednalo o jednorázový mimo partnerský pohlavní styk.

Dle výzkumů z jiných zemí bylo nevěrných svému partnerovi **33-75 % mužů a 26-70 % žen** (Brand a spol., 2007; Marin, Christensen, & Atkins, 2014). Blow a Hartnett (2005) ve svém výzkumu uvedli, že nevěrou si projde až **25 % partnerských vztahů**. Nejaktuálnější statistiky z roku 2020 uvádějí, že nevěrných bylo **76 % partnerů**, z čehož se k nevěře přiznalo pouze 24 % (Zuckerman, 2020).

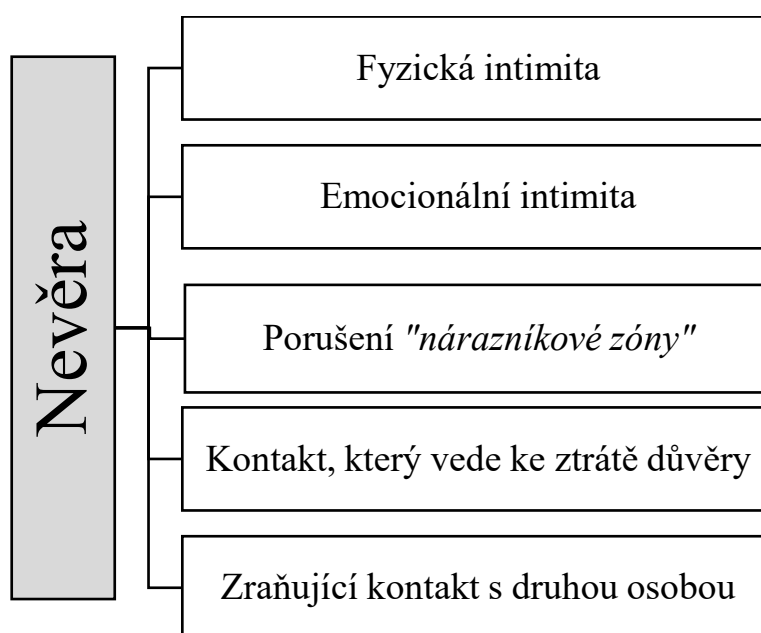
⁸ Až 80 % nevěr je odhaleno skrze mobilní telefony (Šmolka, 2010).

Tyto rozdíly mezi jednotlivými procenty v různých výzkumech mohou být taktéž způsobené rozdílnými definicemi nevěry, které byly použity, dle různých autorů zabývajících se mimo partnerským stykem. Některé z nich si pro upřesnění uvedeme v následující kapitole.

2.3 Definice nevěry

Definice přesných činů, které jsou za hranicemi nevěry, se zdá být nemožná. Zde vybereme ty definice nevěry, které jsou nejvíce užívané či jsou nejaktuálnější, protože i podoba nevěry, jak ji známe dnes, se liší.

Neexistuje shoda v definici nevěry a toho, jaké aktivity do ní spadají a jaké už naopak ne. Kratochvíl (2009) uvádí, že výklad nevěry závisí na dané morálce jedince a tím pádem je individuální. Šmolka (2010) dodává, že hranice nevěry posouvá i společnost, ve které člověk žije⁹. Pro někoho je nevěrou pouhá myšlenka na akt s někým jiným, pro druhého to musí být dokonáný pohlavní styk s osobou jinou, než je jeho partner/ka.



Obrázek 4: Chování, které je dle různých definic možné považovat za nevěru (Blow & Hartnett, 2005, Hartl, 2009; Janáčková, 2008; Kirshenbaum, 2009; Peterková, 2012)

⁹ Ottův slovník naučný pojem nevěra nezná, objevuje se zde ale termín *cizoložství*., který je pojen s nevěrou u manželských párů. S pojmem *nevěra* se začalo operovat po roce 1931, kdy Masarykův slovník naučný přirovnává nevěru k nedostatku víry a pokládá ji za legitimní důvod k rozvodu

Kdybychom se podívali do Hartlova Psychologického slovníku (2009, str. 776), tak nevěra je „*soulož nebo jiné sexuální aktivity prováděné s jiným partnerem než s tím, s nímž osoba žije ve svazku dle zákona či zvykového práva; v monogamních společnostech je morálně odsuzována, dokonce trestána, někde i trestem smrti, ve vyspělých společnostech je však zřejmý posun k větší toleranci*“. Definice dle Kirshenbaum (2009) zahrnuje i **emocionální aspekt nevěry**, neboť je v ní obsaženo to, že nevěra je jakékoli porušení norem daného páru, které regulují emocionální a fyzickou intimitu s osobami mimo partnerský vztah. Podobnou definici udává i Peterková (2012), která považuje za nevěru jakýkoli kontakt s druhou osobou, který je **zraňující**. Autorka ale sama dodává, že je třeba apelovat na zdravou sebereflexi jedince.

Nadcházející definice nevěry mají svůj základ ve **ztrátě důvěry**, neboť nevěra ničí důvěru, ale nedostatek důvěry pučí k nevěře, jak prozaicky píše ve své knize Šmolka (2010). Za nevěru se v tomto ohraničení považuje akt jakéhokoli druhu s osobou mimo partnerský vztah, který vede ke ztrátě důvěry jednoho z partnerů (Blow & Hartnett, 2005; Janáčková, 2008). Janáčková (2008) dále v rámci své teorie popisuje tzv. *nárazníkovou zónu*, což je vzdálenost, do které se s neznámými lidmi cítíme bezpečně. Nevěra v jejím podání je tedy úmyslné narušení této zóny aktéry nevěry.

Současně se snahou nevěru definovat nám vyvstává otázka týkající se užívání slova *nevěra*, neboť se jedná apriori o slovo negativně zabarvené (Brand, 2007). V zahraničních studiích se proto místo s pojmem *infidelity* můžeme potkat se spojením *extra-relationship sex* či *extra relationship involvement*. V této diplomové práci jsme se ale rozhodli pro užívání slova nevěra z toho důvodu, že je stále nejvíce rozšířené mezi odbornou i laickou veřejností.

2.4 Evoluční vysvětlení nevěry

Nevěra jako možné pole výzkumné činnosti neunikla ani odborníkům jiných specializací. Proto si v této kapitole přiblížíme nevěru jako jedno ze zkoumaných témat evoluční psychologie, neboť právě díky evoluci a ustáleným vzorcům chování jsme jako lidé takoví, jací jsme.

Jak jsme již zmiňovali v kapitole o historickém kontextu nevěry, muži nemají žádnou záruku, že potomek nese jejich geny. Evoluční psychologové takto vysvětlují nesnášenlivost nevěry mužů u svých partnerek. Naopak žena se obává nevěry z důvodu možného opuštění, a tedy ztráty partnera jakožto osoby, která se pomáhá starat o rodinu (Nannini & Meyers, 2000). Jaké jsou tedy **evoluční motivy** k nevěře? Dle sexuologa Weisse (2010) je člověk od přírody polygamní, což autor dokládá rozbořem anatomických rozdílů mezi mužem a ženou a srovnáním s živočišnou říší. Proti nevěře se jasně staví možnost onemocnění pohlavní nemocí a rozpad rodiny. Autor dále popisuje, že naopak motiv k nevěře z pohledu ženy je snaha najít co nejvhodnějšího partnera, který dokáže zajistit ji i jejich potomky (Evans & Zarate, 2002; Janáčková, 2008; Schmidt & Buss, 2001) a zároveň hledá jedince s nejlepší genetickou výbavou, od kterého by získala sperma (Evans & Zarate, 2002). Novák (2004) uvádí, že ženská nevěra je dále způsobená tím, že než aby žena dělala kompromisy mezi *mužem-vychovatelem* a *mužem-oplodňovatelem*, zvolí cestu nevěry a tím získá ty nejlepší možnosti z obou pólů.

Trivers (1972) přišel s teorií, již později převzal i Uzel (2017), kterou pojmenoval ***parental investment theory***. Tato teorie staví na myšlence, že žena investuje do stvoření potomka více času – devět měsíců trvá těhotenství, dále se počítá i doba kojení, doba na uvolnění jednoho vajíčka potřebného k samotnému oplodnění atd. Naopak muž investuje do stvoření potomka mnohdy pouze pohlavní styk. Proto si ženy pozorněji vybírají partnery, zatímco muži více užívají příležitostného sexu (Schmidt & Buss, 2001). Tato teorie taktéž dokáže vysvětlit rozdílnost typů nevěř, neboť dle Busse (2008) ženy častěji propojují sexuální nevěru s emocionální nevěrou právě z důvodu případného těhotenství, zatímco muži využívají pouze výhod sexuální mimo partnerské soulože bez emocionálního zapojení. Naopak **mužským evolučním úkolem** je zajistit pokračování jejich rodové linie a dle Ridleyho (2007) či Kratochvíla (2009) tíhnou více k promiskuitě. Muži mají taktéž na výběr ze dvou strategií, přičemž ta první se opírá o množství žen, které zvládají oplodnit – o potomky se nestarají a ti mají tedy menší šanci na přežití (Flegr, 2007).

Druhá strategie je zaměřená na menší množství potomků, u kterých ale muž pomůže s výchovou a zaopatrí je. Nejvíce výhodným řešením pro muže je využití obou strategií a oplodnění ženy, která již partnera má (Diamond, 2003).

2.5 Dělení nevěry

Po kapitolách, které byly víceméně zaměřené na teoretické vysvětlení nevěry, přejdeme k tématům, která jsou podstatnější pro pochopení nevěry v běžné praxi. Jelikož nevěra jako taková je téma komplexní a celistvé, je pro její pochopení a pro následnou výzkumnou část této práce třeba ji rozdělit do kategorií.

Nejznámější a neužívanější dělení je na **krátkodobou** a **dlouhodobou** nevěru (Venglářová, 2008). Znamé a využívané je taktéž rozdělení nevěry na **emocionální** a **fyzickou**, proti kterému stojí Šmolka (2010) s tvrzením, že se jedná o dělení, které je již zastaralé a vychází z mylných předpokladů.

Nevěru dělí Šmolka (2010) dle typu kontaktu a toho, co ve stávajícím partnerském vztahu chybělo a co bylo nahrazováno nevěrou, na:

- **Flirt** – tato kategorie je začleněna do nezávazného typu, neboť se jedná pouze o tzv. *koketérii* či dráždění partnera. Aktér nemá v plánu realizaci nevěry (Šmolka, 2010). Nevěra je zde realizována pouze v představách, ale je možné tzv. *uklouznutí* například za pomoci alkoholu k nevěře úplně (Matějková, 2009). Důvodem, proč je do tohoto seznamu flirt zařazen, je ten, že flirt je obecně pokládán jako začátek dvoření (Henningsen, 2004).
- **Dobrodružství** – jedná se o většinou dlouhodobější typ nevěry, kde je přítomna i emoční složka (Peterková, 2012). Aktér ale nemá touhu ukončit svůj stávající svazek (Kratochvíl, 2009).
- **Mimomanželský kontakt**¹⁰ – jednorázový typ nevěry kvůli naplnění sexuálních potřeb. Kratochvíl (2009) tuto kategorii nadále dělí na:
 - Ojedinelý případ mimomanželské nevěry
 - Časté nahodilé mimomanželské známosti.

¹⁰ Mimomanželskému kontakt je možné najít i pod pojmem *rekreační nevěra* (Šmolka, 2010).

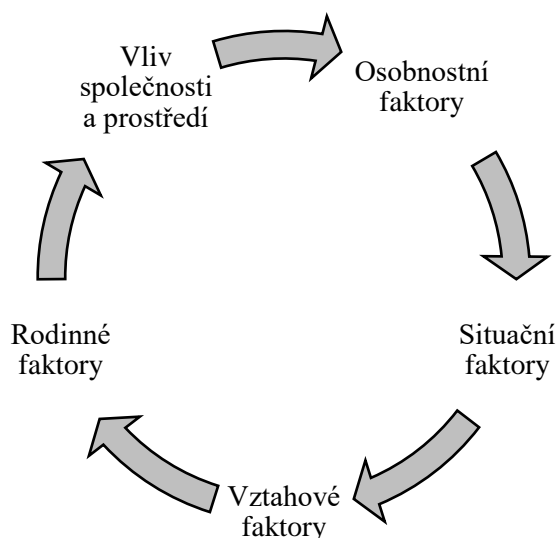
- **Mimomanželský vztah** – při tomto typu nevěry se už nejedná pouze o nevěru sexuální, ale s daným aktérem se tvoří zcela nový vztah za hranicemi vztahu primárního. Je zde tedy přítomná nevěra emocionální i sexuální a objevují se stejná stádia vývoje vztahu jako je tomu v manželství (Kratochvíl, 2009). Rozdíl oproti kategorii *dobrodružství* je zde to, že minimálně jeden z aktérů má touhu primární vztah ukončit a tvořit společnou budoucnost v mimo partnerském vztahu (Šmolka, 2010). Dle Peterkové (2012) je nevěrný partner postaven před rozhodování, zda stávající vztah ukončit či ne a kvůli časově náročnému rozhodování je zde možnost, že zůstane sám.
- **Virtuální nevěra** – online nevěra je bezesporu nejnovějším typem nevěry z tohoto seznamu. Jedná se o vztah k virtuální postavě, která si získává důvěru i sympatie partnera (Matějková, 2009). Tato důvěra je získávána podstatně rychleji díky anonymitě virtuálního prostředí (Christopherson, 2007). Internetová nevěra čerpá z tzv. **Triple A Engine**, kde patří **anonymity**, **accessibility** a **affordability**¹¹ (Brennan et al., 2015; Thomas 2016). Častěji přistupují k virtuálnímu typu nevěry muži (Uzel, 2017) a taktéž je u nich větší pravděpodobnost, že se s objektem z virtuálního prostředí sejdou i v prostředí reálném (Henline, Lamke & Howard, 2007). Více se tzv. *kybernevěrou* zabývá například Divínová (2005), která považuje za nevěru pouze kybersex. Rozchodů a rozvodů kvůli online nevěře za poslední roky přibývá (Browne, 2015).
- **Swinging** – vysvětlen v kapitole 1.2.1.
- **Prostituce** – zda je milostný akt za peníze považován za nevěru je dlouhodobě předmětem diskuse se sexuálními pracovníky na jedné straně a společností na straně druhé. Jako smysluplný argument považujeme to, že při prostituci je absentována emocionální složka nevěry, neboť se jedná o placenou službu. Zhodnocení ale stojí na samotném páru řešícím toto téma.

¹¹ V překladu do českého jazyka je to anonymita, dosažitelnost a cenová dostupnost (volný překlad autorky).

2.6 Příčiny a motivace vedoucí k nevěře

V této kapitole popíšeme různé typy příčin a motivací vedoucích k nevěře. Šmolka (2010) je řadí do třech kategorií na **motivy osobnostní, situační a vztahové**. Některé z nich jsou více společensky omluvitelné než jiné, ale při práci s párem postihnutým nevěrou je dle našeho názoru nutné vždy znát kontext, ve kterém se nevěra stala.

Před klasifikací a popisem motivů, které jsme si uvedli výše, je třeba uvést, že určitou částí je za nevěru vinna i **společnost**, ve které žijeme. Toto rozepisuje více Vaughanová (2009), která polemizuje nad tím, že nevěru mohou ovlivňovat například prohlubující se genderové stereotypy, komercializace sexu jako takového, vývoj internetu a virtuální komunikace, výchova dětí a idealizovaná představa manželství.



Obrázek 5: Faktory, které mohou vést k nevěře ze stran podvedeného i podvádějícího (Manoochehr, Asmah & Wan, 2019; Šmolka, 2010; Vaughanová, 2009)

2.6.1 Osobnostní faktory

Mezi rizikové osobnostní rysy vedoucí k nevěře zařadil Carder (2008) například diagnózy **poruch učení či ADHD**, které se mohou pojít s problematickým rodinným zázemím v období dětství a dospívání, dále **promiskuitní chování v období dospívání** (dle autora šest a více sexuálních partnerů) a **existencí sexuálního zneužívání či obtěžování** (s tímto souhlasí například i Weiss a Zvěřina (2001) nebo Milfait (2008). Autor ale sám tvrdí, že to,

že člověk má nějaké osobnostní rysy, které jsou rizikové pro spáchání nevěry, neznamená, že k tomu automaticky dojít musí. S diagnózou ADHD jako rizikovým faktorem na straně podvádějícího souhlasí i sexuolog Uzel (2017), který tuto kategorii nazval jako *neposedné*. K neposednosti přidává Uzel (2017) a Šmolka (2010) **komplex méněcennosti**, kdy je nevěra prostředkem ke zvýšení sebevědomí. Nevěrní bývají taktéž **narcistní typy osobnosti** (Šmolka, 2010) a **nevyzrálé osobnosti** (Šmolka, 2010; Uzel, 2017).

Zajímavou korelaci pozorujeme taktéž u těch partnerů, kteří byli ve vztahu nevěrní, s jejich mírou sociální moci a ovládnutí (Angus & Egan, 2004). Šmolka (2010) nevěru pojí i s **emoční plochostí**, kdy je primární motivací uspokojení potřeb biologických, neboť emoční plochost se vyznačuje jakousi bezcitností. Stejný autor uvádí mezi osobnostní faktory spojené s nevěrou i obecnou nespokojenost a hledání štěstí v životě či hypersexualitu jako takovou. **Nejistá citová vazba a prožití nevěry v dětství** skrze rodiče mohou být také katalyzátory pro nevěru v dospělosti (Blow & Hartnett, 2005; Fincham & May, 2017; Weiser et al., 2017). **Neuroticismus** je bezesporu silným prediktorem nevěry ve vztazích (Shackelford et al, 2008; Whisman, Gordon, & Chatav, 2007). „*Při vzniku nevěr mají význam i další rysy osobnosti, jako snadnost navazování kontaktu, odvaha a schopnost sebeprosazení. Nesmělost, pasivita a strach nevěru ztěžují. Zachování věrnosti je z tohoto hlediska závislé ani ne tolik na ovládnutí sexuálního pudu, jako na selektivním ovládnutí tendence ke změnám a novým dojmům v eroticko-sexuální oblasti. Motivem k ovládnutí může být motiv lásky a motiv povinnosti*“ (Kratochvíl, 2009, str. 164).

Zajímavé jsou výzkumy týkající se aspektu **víry** jako protektivního faktoru u nevěry. Výzkum Mathéo, Ritomského a Bartla z roku 2006 nebo výsledky výzkumu profesora Kratochvíla (2009) dokazují nižší sklony k nevěře u věřících lidí, než je tomu u ateistů. Toto téma se snažilo více prozkoumat mnoho autorů. Zjistili, že víra je opravdu protektivním faktorem vůči nevěře, ale věřící partner musí splňovat tato kritéria:

- Považuje Bibli za doslovné slovo Boží
- Pravidelně se modlí za svého partnera
- Je aktivním členem církve (Burdette et al., 2007; Fincham, Lambert & Beach, 2010).

Osobnostní faktory na straně mužů

Uzel (2017) popsal typy osobností, které mají vyšší sklony být nevěrnými:

- **Donchuán** – nevyzrálý typ narcistní osobnosti.
- **Věčný nespokojenec** – nedokáže navázat emoční pouto se ženou, o toto pouto však usiluje a aktivně jej vyhledává.
- **Lovec žen** – nejvíce promiskuitní typ, svou mužnost staví na počtu mimo partnerských vztahů (Janáčková, 2008).

Pakliže zůstaneme u nevěrných mužů, Atkins a Kessel (2008) anebo Munsch (2015) připisují větší míru nevěrnosti mužům **bohatým**, neboť mají více příležitostí z důvodu vyšší přitažlivosti pro ženy. Rizikovější skupinou jsou taktéž muži, kteří jsou **hysteričtí**, **extrovertní** či ti, kteří začnou dříve sexuálně aktivně žít, měli **více sexuálních partnerek** a v jejich anamnéze se vyskytovala **nevěra v dřívějších vztazích**. Častěji podvádí muži, kteří jsou **finančně závislí** na své partnerce, a to pravděpodobně z kompenzačních důvodů (Munsch, 2015). Corneau (2007) pojí mužskou nevěru se vztahem k **matce**, kdy muži závislí na matce podvádí, neboť žádná partnerka se nemůže jejich matce v dokonalosti rovnat, a naopak muži pohlčení svou matkou před ní pomocí nevěry své partnerce utíkají.

Muži jsou dle Šmolky (2010) tolerantnější k nevěře své partnerky a taktéž lépe přijímají nevěru fyzickou než nevěru emocionální (taktéž Shackelford, 2008; Edlund & Sagarin, 2012).

Osobnostní faktory na straně žen

Uzel (2017) a Janáčková (2008) uvádí ženské typy osobností, které bývají nevěrnější:

- **Svůdkyně** – ženská obdoba donchuána, tato žena chce mít obdivovatele, čehož dosahuje sexuálními dobrodružstvími s jinými muži.
- **Nespokojená žena** – má tendence vykreslovat svého milence jako bezchybného a svého partnera naopak očeřuje. Není si jistá ničím ve svém životě, od práce po partnera.
- **Dobrodružka** – preferuje vztahy bez emocí, kde si může doplňovat sexuální potřeby, které nejsou ve vztahu dostatečně uspokojeny.
- **Bezbranná žena** – nedokáže odmítnout nabídku.

Pokud se zaměříme na vliv rodiny v dětství, více nevěrné jsou ženy, které trpěly nedostatkem lásky a péče svého **otce**, což se snaží kompenzovat v mimo partnerských vztazích (Corneau, 2007). U **nevyzrálých** žen je více pravděpodobné, že budou podvádět muže, který má tzv. *tři S* – je slabý, spolehlivý a slušný (Plzák, 2010).

Muži bývají častěji nevěrní ženě, která je samostatná a budí dojem, že se o sebe dokáže postarat kompletně sama bez pomoci svého partnera a taktéž ženám, co jsou velmi kritické (Šmolka, 2010). Uzel (2017) dále tvrdí, že nevěrou jsou ohroženy ženy, které jsou obětavé a udělají vše pro rodinu, ženy, tedy ty, které za muže udělají veškerou práci a vše zorganizují. Dále takzvané *včelí královny*, které muže využijí ke stvoření potomka, ale dále jeho hodnotu neuznávají, či ženy, které sex směňují za služby v domácnosti.

2.6.2 Situační faktory

Obecně popsaly situační faktory vedoucí k nevěře Treas a Giesen (2000) tím, že kdo má více příležitostí k tomu, aby mohl být nevěrný, pravděpodobně nevěrný i bude. V této kapitole si však společně tyto příležitosti blíže specifikujeme.

Zvýšená možnost nevěry je pojena s určitými fázemi manželského svazku, jako je například **adaptační fáze**, která se spojuje s narozením potomka. Děje se tomu proto, že partnerka dává zájem, který patřil předtím výhradně partnerovi, dítěti a upozaďuje se i její sexuální touha. Rizikový věk je kolem třiceti let, tzv. *fáze nevybouřeného mládí*, kdy jedinci mají tendenci zpochybňovat své rozhodnutí ohledně volby partnera. Problémová pro pár je taktéž doba, kdy děti odejdou naplno z domu či doba, kdy je pár od sebe odloučen. Riziko nevěry je taktéž u mužů, kteří jsou vysoce pracovně či jinak postavení a u mužů *rychlouvašek*, kteří velmi rychle nabyli určité společensky významné pozice a snaží se dosáhnout standardů životního stylu mužů v obdobných pozicích (Šmolka, 2010).

Carder (2008) popisuje další situační faktory, a to například jakákoli **přechodná stádia**, velmi podobná rozdělení Šmolky (2010), mezi něž se řadí například stěhování, povýšení v práci či odchod do důchodu. Dále **životní změny**, kde taktéž vidíme na první pohled korelaci se Šmolkou (2010) a jeho teoriemi, protože se jedná například o období, kdy je žena těhotná či když děti odejdou z domu. Posledním rizikovým obdobím je **období ztrát**, ať už se jedná o úmrtí, ztrátu práce či zdraví.

Situační faktory se taktéž dají pojit se zaměstnáním páru zasáhnutého nevěrou. Jednou z proměnných ovlivňujících výskyt nevěry je kontakt s potencionálními sexuálními partnery

na pracovišti (Treas & Giesen, 2000) či to, zda muž pracuje v kolektivu, kde je více žen (Kuroki, 2013). Důležitým se taktéž zdá být faktory zaměstnanosti versus nezaměstnanosti jednoho z partnerů, přičemž rizikovým se stává vztah zaměstnaný x nezaměstnaný (Atkins, 2001; Brooks & Monaco, 2013).

2.6.3 Vztahové faktory

Jaké typy faktorů, co se objevují ve vztazích, podporují tendence k nevěře? Tuto otázku si položili i Barta a Kiene (2005) a ve svém výzkumu došli k výsledku, že více než polovinu motivací k nevěře způsobuje **nespokojenost v partnerském vztahu** (dále také Adamopoulou, 2013; Atkins, 2001; Fincham & May, 2017; Shackelford et al., 2008), **ignorace partnerem** byla hned na místě druhém a **nevyhovující sex** byl dalším častým motivem společně se **vztekem na partnera**, kde nevěra sloužila jako alternativa trestu. Pokud byla motivem k nevěře nespokojenost ve stávajícím vztahu, pojila se nevěra i s negativním nahlížením na partnera a pozitivním nahlížením na milence/ku. S tímto faktorem přišla ve své knize zvané Nevěra i Kirshenbaum (2009), která dále píše, že nevěrného partnera přitahovalo na milence/ovi to, co postrádal u svého partnera původního.

Šmolka (2010) dělí nevěru, která je zapříčiněná problémy ve vztahu, na tu, co je **pokusem se od partnera odpoutat** a na tu, co je výsledkem snahy **oživit manželství** (Kirshenbaum, 2009; Kratochvíl, 2009; Šmolka, 2010). Glass (2003) předkládá, že nevěru mohou zažít i partneři ve vztahu, který je zdravý a prosperující a dodává, že i „dobří“ lidé v dobrém vztahu jsou nevěrní. Nevěra ve zdravém a fungujícím vztahu bývá nejčastěji způsobena rutinou a jejím motivem je tedy potřeba stimulace (Vágnerová, 2007). Protektivním faktorem nevěry je dle mnohých studií uzavření oficiálního partnerského svazku, tedy vstup do manželství (Blow & Harnett, 2005¹²; Treas & Giesen, 2000), ale snad důležitější pro vyhýbání se nevěře je manželská spokojenost (Atkins et al., 2010).

Jako ve všech sférách života, i u vztahových motivů k nevěře existují rozdíly, které pohání jednotlivé pohlaví. Zatímco ženy se k nevěře schylují ve většině případů, když jsou ve vztahu dlouhodobě nespokojené, muži bývají nevěrní i pouze pro sexuální povyražení (Shackelford et al., 2008; Šmolka, 2010). Tomuto sekundují i Dallaire (2009), Allen et al., (2008), Atkins, et al. (2005) či Whisman, Gordon, a Chatav (2007) a zastávají

¹² Autoři toho výzkumu měli za výzkumný soubor pouze vdané ženy.

názor, že ženy jsou nevěrné z lásky, která jim v primárním vztahu chybí, či z důvodu partnerské nespokojenosti a muži jsou nevěrní v důsledku sexuálního neuspokojení.

Na závěr této kapitoly musíme konstatovat, že výčet motivů, příčin a faktorů ovlivňující výskyt nevěry v partnerských vztazích by se celý nevměstnal do diplomové práce, ale mohl by zabrat celou knihovnu, neboť se jedná o téma, které je komplexní a prostupující celou historií lidstva.

2.7 Dopady nevěry

„Nikoho k nevěře nenabádám, ale pokud už se to stane a pomůžete člověku podívat se na nevěru jiným způsobem, jinou optikou, z jiného úhlu, dokáže se mnohdy zbavit pocitů křivdy a pocitu zrady, protože pochopí, čím k nevěře přispěl a jaké podmínky (mnohdy pasivně) pro nevěru spoluvytvářel.“

Karel Špatěnka

Na úvod této kapitoly bychom chtěli připomenout, že to, že je člověk nevěrný, nevypovídá nic o jeho kvalitě, stejně tak jako o kvalitě člověka, co byl ve vztahu celou dobu věrný. Cílem této kapitoly je popsat dopady, které má nevěra, pro obě zúčastněné strany, ať už jsou pozitivního či negativního charakteru. I přestože dle mnohých autorů nejsme jakožto lidé naprogramovaní k monogamii (Plzák, 2010; Uzel, 2017; Šamánková & Novák, 2007), Klimeš (2009) o odhalení nevěry prohlašuje, že je pro některé jedince velmi náročnou životní událostí. Odhalení nevěry připodobňuje na škále krizových situací v životě například ke smrti blízké osoby či ztrátě zaměstnání. Swenson (2017) tuto úvahu rozvádí dál, a to tak, že nevěra dokáže zničit vše dobré, co se ve vztahu vyskytovalo, zatímco trauma způsobené smrtí partnera se dokáže zmírnit vyzdvižením pozitiv, které partnerský vztah obsahoval.

2.7.1 Nevěra jako pozitivní činitel

Je záhodno položit otázku, zda může mít nevěra pozitivní dopad pro vztah? Dle Olsona, a kolektivu (2002) ano, ale jde pouze o **neúmyslné ovlivnění**, které vychází ze **zvýšení sebevědomí a sebepojetí** díky mimo partnerskému vztahu a **zlepšení komunikace** a sdílení emocí v primárním svazku ve snaze tento vztah zachránit a pokračovat v něm. Respondentky

daného výzkumu dále uvedly, že se komunikace ve vztahu zlepšila, neboť je k tomu vzniklá situace donutila. Jejich partner začal být laskavější a dokazoval jim lásku tak, jako tomu bylo na samotném začátku vztahu – „*Omluvil se mi, že mě nemiloval takovým způsobem, jakým jsem měla být milována*“ (Olson et al., 2002, str. 429, překlad autora)¹³. Podvádějící partner se také začal více věnovat společné domácnosti a dětem. Nutno dodat, že páry, které si prošly nevěrou, mají v terapii **rychlejší progres** oproti jiným párům (Atkins et al., 2005).

Nejdůležitějším aspektem pro reparaci vztahu po nevěře je **odpuštění podváděného** partnera (Allen et al., 2005; Gottman, 2015; Hall & Fincham, 2006; Ortman, 2005; Scuka, 2015). Ovšem faktem stále zůstává, že monogamie je pro spokojený partnerský vztah zásadní (Hall & Finchman, 2009; Stone, Goetz & Shackelford, 2005). Kratochvíl (2009) ve své knize uvádí, že nevěra může být pro vztah pozitivní, pokud se nevěrnému partnerovi **uspokojí potřeby** v sekundárním vztahu a primární, podváděný partner, se o nevěře nedozví. Avšak je třeba si uvědomit, že řešit vztahové problémy nevěrou je ve většině případů minimálně efektivní.

Taněvová (2011) ve výzkumné části své diplomové práce taktéž dokázala vymezit určité pozitivní aspekty nevěry na primární vztah. Ty rozdělila do tří kategorií:

1. **Prozření** – tato kategorie vymezovala ty respondenty, kteří díky nevěře uznali kvalitu svého primárního partnera.
2. **Náprava chyb** – zde spadaly případy nevěry, které popsal ve své práci Olson, Russell, Higgins-Kessler a Miller (2002) a které jsme determinovali výše.
3. **Zklidnění** – není pochyb o tom, že tajení nevěry s sebou přináší distres a psychické napětí, tudíž odtajnění nevěry mohlo přivodit zklidnění těchto pocitů u podvádějícího partnera.

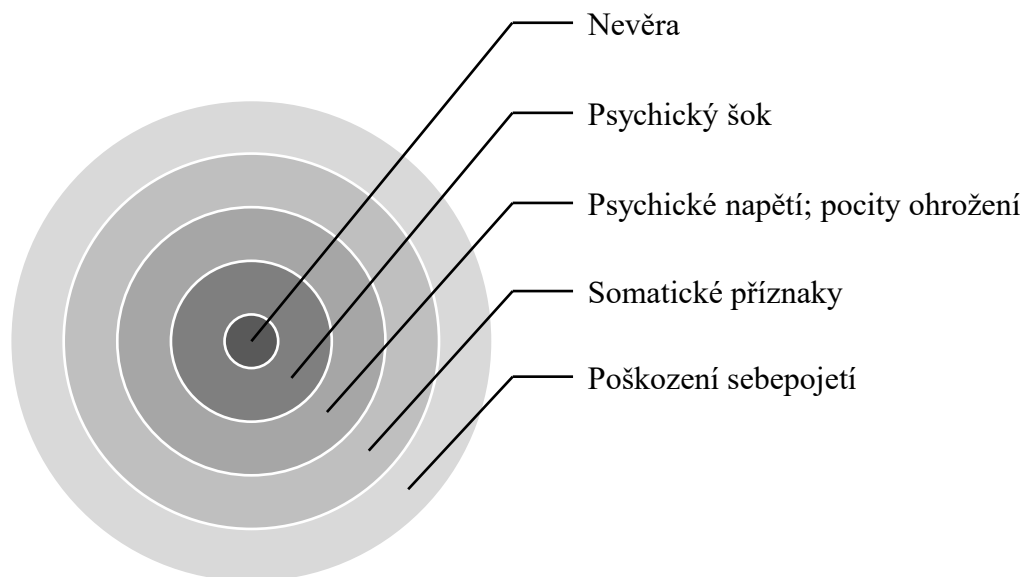
Než si přiblížíme negativní dopady nevěry pro podvedeného v kapitole níže, je potřebné si uvést jeden z pozitivních aspektů, jak nevěra dokáže ovlivnit život člověka. Tím je **duševní růst** (Abrahamson, Hussain, Khan, & Schofield, 2012; Laaser et al., 2017), kdy někteří jedinci dokáží vidět nevěru jako možnost ke změně adaptivních systémů a zlepšení mentálního zdraví. Psychický rozvoj se objevoval i u párů, které se spolu po prožité nevěře rozhodly zůstat. Zde bylo primární komponentou vedoucí k psychickému růstu odpuštění nevěrnému partnerovi (Heintzelman et al., 2014). Podvedení uváděli, že díky prožité nevěře jsou empatictější k ostatním a jejich spiritualita či religiozita je vyšší.

¹³ „*He apologized for not loving me the way he should have been loving me*“ (Olson et al., 2002, str. 429).

Byli také přesvědčeni o tom, že díky této situaci lépe zvládají nadcházející překážky a zranění a nabyli přesvědčení, že jsou silnější, než si před odhalením nevěry o sobě mysleli (Laaser et al., 2017)¹⁴. Zázitek nevěry mohl být pro tyto jedince tzv. *probouzejícím zážitkem*, který zmiňuje ve svých knihách známý spisovatel a psychoterapeut Yalom (2008), kdy zasažený člověk na svůj život začne pohlížet ze zcela jiné perspektivy. Změna, která provází psychický rozvoj, je většinou viditelná i na chování jedince (Mareš, 2012).

2.7.2 Dopady nevěry pro podvedeného

Ačkoli je prožívání nevěry velmi individuálním fenoménem, nedá se říct, že nevěra jako taková nezanechá následky na vztahu, ve kterém se objevila, na dalších partnerských vztazích, které člověk v životě prožije nebo na samotném smýšlení podvedeného (Fincham & May, 2017; Šmolka, 2010).



Obrázek 6: Časová posloupnost reakcí podvedeného (Janáčková, 2008)

Janáčková (2008) popsala časovou posloupnost¹⁵, kde můžeme jednotlivé dopady nevěry zařadit. Jako první nastupuje **šok** a spolu s ním vnitřní **napětí a pocit ohrožení**, kdy se organismus připravuje na nadcházející útok. Dále se projevují **somatické příznaky**,

¹⁴ Respondenty byly heterosexuální ženy, které reflektovaly nevěru ve svém prvním či druhém manželství.

¹⁵ Viz Obrázek 6.

kteře popíšeme na konci této kapitoly, později dochází k poškození životních hodnot, **sebepojetí** a celková nejistotě.

Díky rozsáhlým výzkumům (Janáčková, 2008; Kirshenbaum, 2009) jsme dokázali nalézt určitý vzorec chování jedince zasaženého nevěrou, který se shoduje s fázemi doktorky Kübler Rossové – **popření, zlost, jednání, deprese a akceptace**. I v případě nevěry platí, že člověk může některé fáze přeskakovat, vynechat či se k nim navracet. Celý proces může trvat od týdnů po roky. Může se také stát, že se daný jedinec s nevěrou nedokáže vyrovnat vůbec. Tomuto jevu říkáme *apistiosis*¹⁶. Vyznačuje se neustálou touhou vracet se k tématu nevěry, stálým probírání toho, co se stalo a zjišťováním i těch nejmenších detailů. „*Nevěra je považována za naprostý konec všech nadějí na další klidný život, je vnímána jako naprosté zhroucení všech plánů*“ (Novák & Šmolka, 2016, str. 83). Člověk, který do tohoto stádia zapadne, je vlastně postižen dvakrát – poprvé nevěrou samotnou a podruhé *apistiosis*.

Janáčková (2010) upozorňuje na možnou **duševní paralyzaci** po zjištění nevěry, která zatemní jasné jednání i myšlení, a která je spojená s pocity bezmoci a beznaděje či agresivity¹⁷ vůči nevěrnému partnerovi (De Steno, Valdesolo & Bartlett, 2006) a touhou po pomstě, což jsou silné prediktory pro uskutečnění agrese (O’Leary, Smith Slep & O’Leary, 2007). Tato duševní paralyzace je často spojená s roztříštěním představ o milovaném partnerovi a o vztahu jako takovém (Glass, 2003). Často se objevují depresivní a úzkostné stavy (Hall & Fincham, 2006; O’Leary, 2007). Zjištění nevěry může také vyprovokovat obranné reakce jako jsou **popření, vytěsnění** či **racionalizaci**. V rámci adaptace na vzniklou situaci lze u některých podvedených jedinců pozorovat tzv. *glow up*, tedy změnu vizáže od nového účesu či šatníku, po dietu a zvýšení fyzického cvičení (Janáčková, 2010). Glow-up považujeme za důsledek krize identity či se může pojit se snížením sebevědomí (Janáčková, 2010; Shrout & Weigel, 2020).

Nevěra má dopad i na **behaviorální** stránku člověka. Častým vyrovnávacím mechanismem bývá požívání alkoholu a drog ke snížení duševní bolesti, rizikové sexuální chování, zhoršení výkonu v práci, sociální izolace a další (Vaughanová, 2009; Janáčková, 2008; Shrout & Weigel, 2018). Ve výzkumech se opakovaně ukazuje dopad nevěry na další vztahy podvedeného, kdy daný jedinec nevěru očekává i od nového partnera (Johnson et al., 2001; Josephs, 2018). Podvedený jedinec může přistoupit k „podvodu

¹⁶ Název vznikl z řeckého slova *apistia*, což je v překladu *nevěra*.

¹⁷ Právě zlost či pocity agrese jsou jedním z hlavních symptomů *Post infidelity disorder* (PISD), jak je popsal Ortman (2005) a o které se zmíníme v dalších kapitolách.

na oplátku“, kdy z důvodu pomsty svého partnera taktéž podvede (Whisman, Gordon, & Chatav, 2007).

Po odhalení nevěry jsou časté **fyzilogické příznaky** doprovázející zážitek stresu jako je bušení srdce, třes, sucho v ústech, poruchy spánku, poruchy zažívání aj. Běžné jsou pocity tlaku na hrudi, zejména při nadechnutí či „knedlík v krku“. K těmto projevům se může přidat nechutenství či naopak přejídání (Asayesh et al., 2017; Kratochvíl, 2009), dále nausea, změny sexuální touhy a potence (Janáčková, 2008). Mezi další fyzické projevy nevěry můžeme zařadit zhoršenou funkci mozku, hormonální dysbalanci, znaky předčasného stárnutí, problémy s viděním a fyzická zranění (Asayesh et al., 2017). Nemůžeme opomenout zvýšení rizika přenosu sexuálních chorob, které se při mimo partnerských sexuálních praktikách zvyšuje z důvodu méně častějšího užívání bariérové ochrany při sexu (Hall, Fals-Stewart & Fincham, 2008; Markman, 2005).

2.7.3 Dopady nevěry pro podvádějího

V přechozích kapitolách jsme nastínili důsledky, které má nevěra pro podvedeného či pro vztah, ve kterém se objevila. Pro větší pochopení tohoto jevu je třeba si uvědomit, že ve vztahu existují dva lidé, kteří se jej účastní, a stejně tak nevěra má vždy dvě strany – tedy podvedeného i podvádějího.

Nevěra je krizovou a těžkou situací jak pro podvedeného, tak i pro partnera podvádějího, neboť se pojí s velkými negativními emočními projevy. Šamánková a Novák (2007) uvádí, že nevěra je stejně bolestnou záležitostí pro obě strany a často se stává, že je ztížena pro podvádějího tím faktem, že miluje jak svého legitimního partnera, tak i milence/ku. Autoři dále podotýkají, že na nevěře se určitým způsobem podílí taktéž obě strany z partnerského vztahu. Podvádějí si uvědomuje, že situaci bude muset vyřešit a že nelze mít vztah s oběma osobami zároveň, zvláště pokud je nevěra již vyražena. To způsobuje psychický nátlak k rozhodnutí, zároveň se přidává distres z negativní reakce okolí či dětí, pokud se ve vztahu objevují (Kirschenbaum, 2009).

Hall a Fincham (2009) ve svém výzkumu týkající se negativních dopadů nevěry na podvádějího potvrdili, že podvádějí partner opravdu prochází vyšším levellem distresu než partner, který je věrný. Voth (2005) uvádí, že nejen podvedený partner trpí negativními důsledky nevěry, ale trpí jimi i partner podvádějí. Negativními pocity z nevěry pro podvádějího partnera jsou pocity **viny, studu, depresivní symptomatika a stažení se do sebe**.

2.8 Post infidelity stress disorder

V předchozích kapitolách jsme přiblížili psychické důsledky, která nevěra zanechala ve vztahu a na obou partnerech v něm účinkujících. Mnoho autorů považuje nevěru za vážný stresor (Klimeš, 2009; Ortman, 2005; Swenson, 2017). Trend výzkumů nevěry se za poslední roky zaměřil na její negativní dopady se snahou vytvořit kategorii pro ty podvedené, které nevěra značně psychicky zasáhla. Protože se nejedná o zcela ucelenou teorii, můžeme ji najít pod mnoha názvy jako například *post infidelity stress disorder* (Ortman, 2005) či *post betrayal syndrom* a další. V této práci ji budeme označovat i pod zkratkou PISD.

2.8.1 Definice jednotlivých pojmů.

Na začátek této kapitoly si dovolíme připomenout premisu Levina (2018), kterou popsal ve své knize *Léčba traumatu*, že ne všechny stresové události jsou traumatizující, ale za to všechny traumatické události jsou stresující. Než si přiblížíme výzkumy týkající se *Post infidelity stress disorder*, vymežeme si nejdříve, co je to stresor a co trauma.

Definicí stresu¹⁸ je to, že se jedná o nárok či požadavek, který je kladen na adaptivní schopnost těla a mysli (Fontana, 2016). Paulík (2017) definoval stres tím, že se jedná o stav organismu, kdy je zátěž vyšší než běžné adaptační mechanismy. Obecně předpokládáme, že stres ovlivňuje jak schopnost jedince danou situace snášet – tzv. psychickou odolnost – tak i zátěž, která na něj působí (Plamínek, 2013).

Trauma¹⁹ jako takové se pojí s ohrožením života (Vodáčková a kol., 2002), jehož následkem jsou funkční poruchy či změny v organicitě (Hartl, 2009; Mareš, 2012), jestliže se vrátíme k definicím profesora Paulíka (2017, str. 74), který trauma zformuloval jako **silný druh stresu, který způsobuje jedinci trvalé či dlouhodobé následky**. Autor dále o traumatu píše, že „*k základním rysům traumatu patří spojitost s prožitkem ohrožení života nebo psychické integrity (obavy, že člověk zešílí), jež vyvolává extrémní zděšení a pocity naprosté bezmoci*“. Mareš (2012, str. 45) uvádí, že trauma nastává, když „*vznikne určitý typ interakce mezi osobou a nastalými událostmi, jež jsou pro ni*

¹⁸ Slovo **stres** je odvozeno z výrazu *stringo*, což znamená „*utahovati, stahovati, zadržovati – jako smyčku kolem krku odsouzence, kterého věší na šibenici*“ (Křivohlavý, 1994, str.7).

¹⁹ Pojem **trauma** vychází z řeckého slova značícího *zranění* (Joseph, 2017), což dle našeho názoru přístižně vystihuje obsah toho, co trauma může způsobit. Pokud hovoříme o traumatu, myslíme tím reakci na traumatickou zkušenost.

skutečnou výzvou“. Situace vyvolávající trauma dále dle Duška a Večerkové Procházkové (2015) musí být mimořádně děsivá až katastrofická a pravděpodobně by stejnou reakci vyvolala u každého člověka. Trauma nemůžeme měnit ani kontrolovat a jeho existence je náhlá a nepředvídatelná (Joseph, 2017; Mareš, 2012). Má tedy především dva hlavní rysy – **nepochopitelnost** a **neuniknutelnost** (Kohoutek & Čermák, 2009).

Nevěra jako trauma či stresor?

Největším zastáncem zařazení nevěry jako traumatické události je bezesporu Glass (2003) či – z oblasti novodobějších výzkumů – Sauerheber a Dique (2016). Nevěru považuje za trauma i Johnson et al. (2001), kteří ji označují za tzv. *trauma s malým t* a množství dalších autorů ji označuje za určitý druh psychického traumatu, který ovlivní vztah i jedince v něm (Baucom et al., 2006; Bird, Butler, & Fife, 2007; Glass, 2003; Gordon, Baucom, & Snyder, 2004; Josephs, 2018; Lusterman, 2005; Steffens & Rennie, 2006).

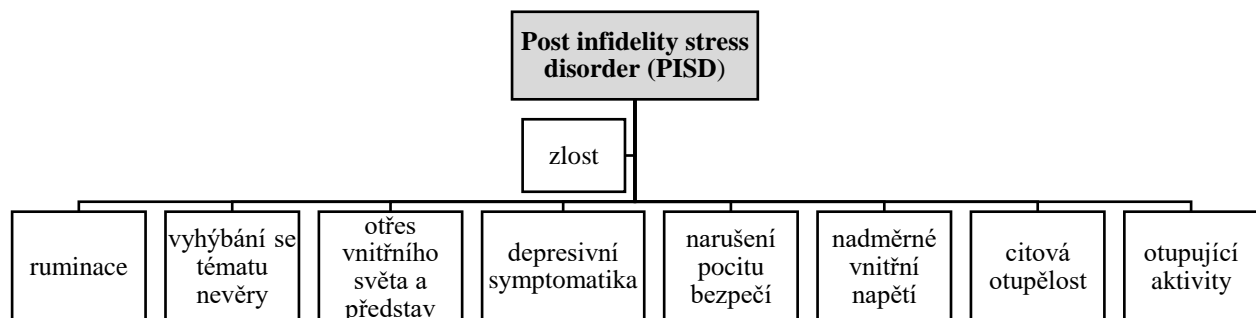
Ovšem faktem zůstává, že nevěru pod **traumatické události zařadit nemůžeme** z důvodu nesplnění diagnostických kritérií (American Psychiatric Association, 2013; Švestka, Libiger & Höschl, 2002). Nevěra se tedy dá zařadit pod **stresové situace vztahového charakteru** (Praško, 2003) či pod **zátěžové životní situace**, které jedinec neumí vyřešit dle získaných a naučených dovedností (Vrtíšková, 2009).

2.8.2 Definice a symptomatika Post infidelity stress disorder

Post infidelity stress disorder je název pro kategorii těch podvedených jedinců, pro které je odhalení nevěry **velmi psychicky náročné** a kteří vykazují celou řadu depresivní a úzkostné symptomatiky. Jako první tuto teorii uvedl Ortman (2005) ve svém článku článku s názvem *Post infidelity stress disorder*. Autor v něm upozorňuje, že PISD se nemusí projevit u každého podvedeného a jeho výskyt tedy záleží na daném jedinci a jeho adaptivních mechanismech aj. Ačkoli nelze zjistit přesné číslo lidí, kteří PISD trpí, ve výzkumech se objevují čísla **od 30 % po 60 %** z celkového počtu podvedených (Laaser et al., 2017; Roos et al., 2019; Whisman, 2016). Lonergan et al. (2020) řadí psychicky těžce vnímané reakce na zjištění nevěry dle DSM-5 do **Adjustment disorder** neboli *poruch přizpůsobení*.

Symptomatika PISD

Ortman (2005) považuje za nejdůležitější komponentu PISD **zlobu**, zlost či agresivitu. Ve svém výzkumu VanderVoort a Rokach (2004) publikovali, že u jedinců zasažených nevěrou se častěji objevuje **ruminace** události než vyhýbání se tématu. Zjištění nevěry se často pojí s **otřesením vlastního psychického světa** a **představ** o sobě i ostatních (Glass, 2003; Platt & Freyd, 2015; Whisman, 2016) a s celkovým pocitem **narušení bezpečí** (Baucom et al., 2006). Rachman (2010) uvádí, že podvedení nemívají problémy se vzpomínáním si na událost odhalení nevěry. Autor ve své studii dále zjistil, že v extrémních případech není podvedený člověk schopen myslet na nic jiného než na zradu svého partnera, což se odráží i do jeho sociálního života (například izolací od lidí) či do pracovního procesu zhoršeným soustředěním. Důsledky nevěry mohou být dlouhodobé a zasahovat do života postiženého i roky po jejím zjištění. Dalšími příznaky PISD je **intruzivní vzpomínání** na nevěru či její představování, **citová otupělost** a **depresivní symptomatika** (Lusterman, 2005).



Obrázek 7: Symptomy PISD (Bergner & Dean, 2018; Gordon, Baucom, & Snyder, 2004; Lusterman, 2005; Sauerheber & Dique, 2016; Özgün, 2010; Ortman, 2005; Rachman, 2010)

Kdo je **nejvíce ohrožený** vypuknutím PISD? Častěji se objevují symptomy PISD u těch podvedených, kteří se zjištěnou nevěrou přišli o **finanční či majetkové zdroje** partnera (Özgün, 2010) a u těch, co byli v partnerském vztahu více zainteresovaní (Gordon, Baucom, & Snyder, 2004; Pittman, 1993²⁰). Pittman (1993) uvádí, PISD se častěji rozvine u těch osob, které trpí **malým sebevědomím** nebo zažily sexuální či fyzické násilí v dětském věku.

²⁰ Ačkoli se jedná o poměrně zastaralý zdroj, jde taktéž o jeden z nejvýznamnějších výzkumů dané oblasti, který máme k dispozici.

Ortman (2005) vysvětluje zvýšené riziko vypuknutí PISD u těch, kteří v dětství zažili **sexuální či fyzické násilí** tím, že ve vztazích často nemají pevně dané hranice a partnera vidí jako zdroj svého štěstí. Často lidem kolem sebe nedůvěřují, což dělá romantickou zradu jejich partnera ještě závažnější. Ohrožení jsou i lidé, kteří mají **závislý typ osobnosti**, a svou identitu si tvoří pomocí partnera. Lidé s nefungujícím rodinným zázemím v dětství, což se může pojít s poruchami attachmentu, jsou taktéž více ohrožení PISD (Lonergan et al., 2020). Celkově nelze opomenout na ty jedince, kteří v životě zažili **traumatické události**, u nichž je nevěra vnímána psychicky velmi těžce z důvodu kumulace traumatu (Ortman, 2005).

3 REALIZOVANÉ VÝZKUMY

Na závěr teoretické části této práce zmíníme vybrané výzkumy týkající se tématu partnerských vztahů a nevěry. Pro účely překlenutí teoretické a praktické části jsme vybrali ty studie, které byly inspirací pro následující výzkum.

Velká část výzkumů zabývajících se nevěrou je zaměřená na postoje k ní či na genderové rozdíly vnímání nevěry jako takové. Nový trend výzkumů tohoto tématu se ubírá k zjišťování dopadů nevěry na podvedeného a jeho změny vnímání světa. Zároveň, jak jsme již avizovali, taktéž na vytvoření ucelené teorie pro ty jedince, kteří prožívají nevěru na hranici zvládnutí běžnými obrannými mechanismy. Nutno dodat, že zatím existuje velmi málo kvalitativních výzkumů na téma psychicky obtížného prožívání nevěry a jejich respondenti jsou povětšinou heterosexuální ženy podvedené muži v manželském svazku.

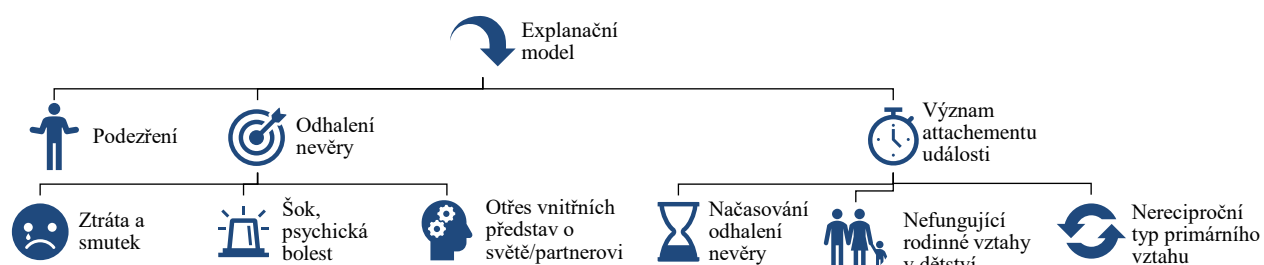
3.1 Je romantická zrada druh traumatické zkušenosti?

V originále zní název studie následovně: **Is romantic partner betrayal a form of traumatic experience?** Autory jsou Michelle Lonergan, Alain Brunet, Marjolaine Rivest-Beauregard a Danielle Groleau. Jedná se o nejaktuálnější studii kvalitativního formátu na toto téma, neboť byla vydána v roce 2020. Dle našeho názoru je to taktéž nej kvalitnější výzkum, který se v tomto odvětví v posledních pěti letech uskutečnil.

Participanty této studie byli dospělí lidé ve věku od **18 do 65 let**, kteří splnili kritéria pro Poruchy přizpůsobení či pro jiné poruchy související se stresem nebo traumatem dle DSM-V. Tato diagnóza musela být zapříčiněna nevěrou, ke které došlo v dlouhodobém vztahu. Ten autoři vymezili jako vztah trvající déle než šest měsíců. Participant, kteří splňovali dané podmínky, byli na začátku rozhovoru diagnostikováni *Mini mezinárodním neuropsychiatrickým rozhovorem (M.I.N.I.)* pro potvrzení diagnózy. Každý týden vyplňovali účastníci *Škálu vlivu události (IES-R)* a *Hopkins symptom checklist-25 (HSCL 25)* pro detailní měření symptomů deprese a úzkostí. Vyloučení byli ti účastníci výzkumu, u nichž byla objevena psychiatrická komorbilita nebo ti, kteří užívali psychotropní léky, včetně antidepresiv. Všichni participant, kteří plnili stanovená kritéria a podmínky pro pokračování výzkumu, se účastnili pěti intervenčních setkání, každé po jednom týdnu

a léčbu propranololem²¹. Pro kvalitativní část výzkumu byli vybráni ti respondenti, kteří splnili všechna klinická kritéria. Z celkového počtu 20 oslovených účastníků jich **13** bylo schopno dokončit hloubkový rozhovor na téma odhalení partnerovy nevěry. Protože rozhovory byly uskutečněny po intervencích a léčbě, byly zaměřeny tak, aby se získal zpětný popis zkušeností s nevěrou. **První část rozhovoru** byla zaměřena na popis událostí, které vedly k diagnóze, **druhá část** odhalovala respondentovy zkušenosti podobné prožité nevěře a **třetí část** propojovala předešlou léčbu intervencí s aktuální sebereflexí ohledně diagnózy a toho, co respondent prožíval. V poslední části se výzkumníci ptali na otázky ohledně změny chování, pohledu na svět a léčby po odhalení nevěry.

Co se týče sociodemografických údajů o participantech, všichni prožili nevěru v heterosexuálním vztahu, ať už v manželství či v romantickém partnerství. Osm participantů opustilo vztah, ve kterém nevěra proběhla, a sedm z nich potvrdilo, že ukončení vztahu bylo z důvodu nevěry. **38,5 %** participantů splnilo diagnostická kritéria pro Poruchy přizpůsobení a **61,5 %** pro další diagnózy spojené s traumatem či stresem.



Obrázek 8: Explanační model výsledků studie (Lonergan et al., 2020)

Z odpovědí respondentů autoři vyčlenili tři kategorie, viz obrázek 8. První kategorií je **podezření**, kam spadaly odpovědi týkající se tušení partnerovy nevěry. Druhá kategorie je **odhalení nevěry**, do níž spadaly ty odpovědi, kde respondenti popisovali své emoce jako šok, smutek, pocity ztráty a otřes vnitřního světa. Třetí a poslední kategorií je **význam**

²¹ Jedná se o lék, který mimo jiné léčí i úzkostné stavy. Řadí se mezi antihypertenziva a antiarytmika. V ČR nemáme registrovaný žádný přípravek, který by propranolol obsahoval (Sklenář & Horáčková, 2012).

attachementu u události, kde se vyčlenilo například načasování odhalení nevěry (pokud nevěra proběhla ve svátek, při narození dítěte atd.), nefungující reciproce ve vztahu, kdy podvádějící partner neopětoval lásku a snahu podvedeného partnera a taktéž nefungující rodinné vztahy v dětství, které nepochybně ovlivnily prožívání nevěry. Za největší výsledek této rozsáhlé studie autoři považují možnost budoucího utvoření diagnostiky poruch spojených s těžkým psychickým prožitím partnerovy nevěry. Výsledky taktéž dokazují, že pro některé jedince mohou být následky partnerovy nevěry závažné a déletrvající. Lonergan s kolektivem zdůrazňují, že další směr výzkumu by směřovali k vytvoření kategorie pro lidi trpící PISD a k celkovému zaměření se na toto pole působnosti.

Mezi limity studie řadí autoři to, že respondenti se vybírali z těch, kteří již podstoupili léčbu, což mohlo vést ke zkreslení výsledků. Dále uvádí, že omezení byli i nižším počtem mužů, kteří se zapojili do výzkumu a tím, že všichni respondenti byli lidé s určitým vzděláním i vyšším stálým příjmem. Výsledky jsou taktéž pravděpodobně uplatnitelné pouze pro heterosexuální páry (Lonergan et al., 2020).

3.2 Emoční reakce na sexuální a emoční aspekty nevěry

Na tomto výzkumu se podílel Becker, Sagarin, Guadagno, Millevoi a Nicastle a byl zaměřen na emoční reakce, které respondenti prožívali v návaznosti na různé druhy nevěry. Respondenti byli studenti, kteří v rámci psychologicky zaměřených předmětů vyplnili autory daný dotazník, ve věkovém rozmezí od **16 do 47 let**, přičemž věkový průměr činil 19 let. Z celkového počtu 223 respondentů bylo 15 respondentů vyřazeno kvůli nedostatku odpovědí a 16 z toho důvodu, že neprožili vztah s opačným pohlavím. Autoři se tedy zaměřovali čistě na heterosexuální páry. Do výzkumu se tedy zapojilo 91 mužů a 102 žen v celkovém počtu **193** respondentů.

Participantům byl předložen následující **hypotetický scénář**: “Představ si, že v partnerském vztahu, který teď máš či jsi v minulosti měl nebo budeš mít, jsi odhalil, že je ti partner nevěrný. V tomto vztahu si oba jedinci vytvořili již emocionální poutu a měli spolu i sexuální styk.” Po tomto scénáři byly položeny participantům různé otázky směřující ke zjištění žárlivosti, hněvu, bolesti a znechucení ohledně různých aspektů partnerovy nevěry – tedy ke zjištění různých reakcí na emocionální a fyzickou nevěru partnera. Tyto otázky respondenti hodnotili stupni na **deseti bodové škále**. Participant dále

odpověděli na dotaz, jestli si dokázali lépe představit emoční či fyzickou nevěru svého (či domnělého) partnera. Výsledky byly analyzovány pomocí statistické metody ANOVA.

Z výsledků vyplynulo, že existují rozdíly v žárlivosti mezi muži a ženami. Participanti dále reportovali větší **zranění** z emocionálního typu nevěry, které bylo vyšší u žen. **Vztek** se naopak pojil se sexuální nevěrou a v této kategorii nebyl nalezen rozdíl mezi muži a ženami. Stejně tomu tak bylo u **znechucení**, kde respondenti hlásili, že jsou více znechucení ze sexuálního aspektu partnerovy nevěry s tím rozdílem, že více byly znechucení ženy než muži. Ti participanti, kteří byli ve vztahu, měli větší potíže si představit nevěru svého partnera, oproti single participantům či těm, co se zrovna nacházeli ve volných typech vztahů (Becker et al., 2004).

3.3 Duševní zdraví po odhalení nevěry

Jedná se o americký výzkum **kvantitativního designu**, přičemž pro účely praktické části této práce je pro nás nejpodstatnější jeho kvalitativní část předvýzkumu. Jeho autory jsou Raymond Bergner a Miranda Dean. První část výzkumu je zaměřená na kvalitativní analýzu **100 dopisů** podvedených žen, které byly zaslány na svépomocné stránky určené pro ženy, které prožily ve svém partnerském vztahu nevěru. Tyto dopisy byly sesbírané ze čtyř různých stránek, konkrétně ze survivinginfidelity.com, cheatedon.org, talkaboutmarriage.com a loveshack.org. Autoři výzkumu si stanovili **tři kritéria** pro zařazení dopisu k analýze:

- Pisatelka je žena
- Její partner je muž
- Nevěra, o které v dopise píše, je první nevěrou v tomto partnerském vztahu.

Velká část respondentek byla v **manželském svazku**, ale další demografické údaje a popisné údaje jako věk, etnicita, délka vztahu, vzdělání atd. byly v dopisech zmiňovány sporadicky. Dopisy byly analyzovány dvěma na sobě nezávislými výzkumníky ve třech krocích. **První krok** zahrnoval identifikaci témat, která se v nich objevovala, v **druhém kroku** výzkumníci identifikovali rozdíly a spojitosti mezi dopisy a tématy a ve **třetím kroku** dospěli ke shodě ohledně primárních témat vyjádřených v dopisech.

V dopisech výzkumníci objevili šest témat:

- **Šok, překvapení a roztržštění představ** – všechny ženy byly v šoku a překvapené partnerovou nevěrou.
- **Emocionální devastace** – zde se objevovaly výpovědi o bolesti, kterou ženy prožívají a taktéž úzkostná a depresivní symptomatika spojená s poruchami spánku a hněvem. „*Jsem ztracená. Jsem zlomená. Jsem víc než zmatená,...*“ a „*Takovou bolest jsem nikdy nezažila*“ (Dean & Bergner, 2018, str. 8, překlad autora)²².
- **Drtivý nový svět** – podvedené ženy si uvědomovaly, co nevěra partnera znamená – a to jsou změny v životě, na který si již zvykly. To se pojilo jak s následky emocionálními jako je stud před rodinou a společností za rozpad vztahu a prožitou nevěru, tak i s následky ekonomickými jako ztráta finančního a majetkového zázemí partnera.
- **Zvláštní nový svět** – tento nově vytvořený svět byl pro ženy zvláštní a nepochopitelný. Popisovaly nevěru svého partnera jako „konec světa“ a svého partnera považovaly za cizince či zrádce a lháře atd. Toto téma zahrnovalo nejen roztržštění představ o partnerovi a o vztahu jako takovém, ale i představu respondentek samy o sobě, neboť měly silné pocity zrady z toho, že partner si před nimi vybral jinou osobu.
- **Zhoršené fungování** – podvedené ženy měly problémy se spánkem, příjmem potravy, koncentrací a funkčností doma i v práci.
- **Posedlost a intruzivní myšlenky** – u podvedených žen se v dopisech objevovaly popisy intruzivních myšlenek na nevěru. Taktéž se objevila až neovladatelná touha vědět detaily o proběhnuté nevěře.

Limitem studie je složení výzkumného souboru, který tvořily pouze heterosexuální ženy (Dean & Bergner, 2018).

²² „*I'm lost. I'm broken. I'm beyond confused. I'm beyond heart-broken*“ “*I have never experienced pain this deep*” (Dean & Bergner, 2018, str. 8).

VÝZKUMNÁ ČÁST

4 VÝZKUMNÝ PROBLÉM

Cílem praktické části této diplomové části je propojit vědomosti, co jsme nasbírali studiem nevěry a různých reakcí podvedeného partnera na její odhalení, s individuálními reakcemi respondentů. Tato kapitola bude zaměřena zejména na cíle výzkumu a výzkumné otázky.

V přechodí kapitole jsme již popsali, jak se vyvíjí trend výzkumů zabývajících se psychosociálními důsledky odhalené nevěry, tedy že se přechází od zkoumání genderových rozdílů či postojů k nevěře k dle našeho názoru jádru problému, který tolik párů vede k vyhledání odborné pomoci – k reálným následkům, které nevěra zanechá. Nevěra je fenomén, který nás provází celou historií, přesto o ní nevíme vše. Tímto výzkumem chceme zjistit to, zda nevěra dokáže ovlivnit životy lidí natolik, aby ji retrospektivně reflektovali jako těžkou životní událost. Jaké psychosociální důsledky se u respondentů objevily? Je nevěra brána i jako skutečnost, která napomohla k určitému osobnímu růstu? Kdy k tomuto růstu došlo a za jakých podmínek? Jaká byla zkušenost podvedených s nevěrou a s aspekty, které její prožívání ztěžovaly?

Poznatky, které díky tomuto výzkumu zjistíme, mohou být nápomocné nejen pro párové či manželské poradce a terapeuty, ale i pro zpracování běžných situací, které v životě prožijeme. Doufáme i v určitou normalizaci těžkých psychických reakcí na partnerovu nevěru, které se mohou u některých jedinců objevit. Chceme přinést jasnější pohled na to, co někteří lidé prožívají po odhalení nevěry.

4.1 Cíle výzkumu

Z předchozích údajů vyplývají i cíle tohoto výzkumu, tedy zjištění zkušenosti s psychosociálními následky nevěry u podvedeného partnera a aspektů, které toto prožívání ztěžovaly. Zaměříme se taktéž na absenci či přítomnost osobnostního růstu, který byl spuštěn právě touto nevěrou a v obecné šíři na veškeré pozitivní následky, které nevěra přinesla. Z psychosociálních důsledků nás zajímají zejména ty reakce, které se dají považovat za reakce vyplývající ze závažného prožívání odhalení partnerovy nevěry.

4.2 Výzkumné otázky

Na základě cílů výzkumu jsme zformulovali následnou hlavní výzkumnou otázku a dvě na ni návazné upřesňující otázky vedlejší:

Hlavní VO: Jaká je zkušenost podvedených jedinců s nevěrou a jejími psychosociálními důsledky?

Cílem první výzkumné otázky je zmapování těch psychosociálních následků po odhalení nevěry, které řadíme mezi negativní důsledky k psychickému či sociálnímu zdraví jedince.

Vedlejší VO1: Jaká je zkušenost podvedených jedinců s pozitivními důsledky nevěry?

U této otázky cílíme na mapování psychického růstu, jehož příčinou bylo negativní psychické prožití partnerovy nevěry, a tedy odvrácení negativních aspektů této situace k později reflektovaným pozitivním důsledkům, které byly dlouhodobého charakteru.

Vedlejší VO2: Jaké aspekty pojící se s těžkým psychickým prožíváním nevěry podvedení jedinci prožívají?

Cílem této výzkumné otázky je odhalení a přiblížení aspektů, které subjektivně ztěžovaly prožívání nevěry.

5 METODOLOGICKÝ RÁMEC

V následující kapitole podrobněji uvedeme způsob, jakým výzkum probíhal, jaké pro něj byly vybrány metody a jak probíhal proces sběru dat, které jsme následně zpracovali a vyhodnotili.

Na základě teoretické analýzy tématu byl vybrán kvalitativní typ výzkumu, neboť se snažíme o hloubkové pochopení fenoménu psychosociálních důsledků nevěry, což je jeho hlavní výhodou (Hendl, 2016). Data získaná kvantitativním typem výzkumu by dle našeho mínění nebyla dostatečná, protože by postrádala hloubku získaných informací, kterou jsme schopni získat díky rozhovorům s respondenty.

Kvalitativní výzkum se charakterizuje jedinečností a neopakovatelností, dále je známý i pro svou reflexivitu a dynamiku. Zahrnuje kontextuálnost a procesuálnost a je taktéž možné v něm v průběhu výzkumu dělat změny. Při použití kvalitativního typu výzkumu lze vždy při jakémkoli zkoumání psychologických fenoménů pracovat s reflektivní povahou (Miovský, 2006). K následující práci se získanými daty jsme využili výhod Interpretativní fenomenologické analýzy (Interpretative Phenomenological Analysis), tedy tzv. IPY.

5.1 Metody tvorby a získávání dat

Pro účely našeho výzkumu byla vybrána pouze jedna výzkumná metoda a tou se stal polostrukturovaný rozhovor. Jedná se o metodu na pomezí strukturovaného a volného rozhovoru, která jejich nedostatky dokáže pokrýt. Jeho hlavní výhodou a taktéž důvodem pro jeho zvolení je to, že je možné pokračovat v tázání se i nad rámec strukturovaného rozhovoru, dokud účastník podává relevantní a smysluplné odpovědi. Pokud to situace vyžaduje, polostrukturované interview umožňuje měnit pořadí otázek či v nich dělat úpravy. Má tedy jasně stanovené jádro rozhovoru, ale umožňuje i určitou volnost. Participantovi se nechává dostatečně volný prostor k vyjadřování, díky čemuž zmíní právě to, co se pro něj zdá důležité říci a jeho výpověď je spontánní. Polostrukturovaný rozhovor zvyšuje autenticitu a prohlubuje vhléd do dané problematiky (Miovský, 2006).

Do polostrukturovaného rozhovoru jsme díky podrobné rešerši literatury vytvořili dotazník o 14 otázkách, které zachycovaly různé oblasti výzkumu. Jádro těchto otázek bylo vytvořeno před rozhovory a bylo upraveno a doplněno zejména díky **pilotnímu rozhovoru**. Tento pilotní rozhovor nejenom pomohl k vytvoření ucelenějšího seznamu otázek a jejich pořadí, ale určil i přibližnou dobu rozhovoru, díky které jsme byli lépe schopni sestavit časový harmonogram. Také nám díky němu byla poskytnuta zpětná vazba, jež se týkala jednotlivých otázek, jejich znění a postupného zařazení. Konečný seznam otázek se dá rozdělit do **čtyř ucelených celků**, z nichž první se soustředil na obecné poznatky o respondentovi. Druhá část se zabývala kvalitou a změnou ve vztahu před odhalením nevěry. Třetí část byla věnována psychosociálním důsledkům nevěry, které u respondenta proběhly. Poslední, tedy čtvrtá část, se zaměřila na psychický růst a s ním spojené aspekty.

Na samém počátku interview proběhl neformální rozhovor, který byl zařazen z důvodu citlivosti tématu nevěry pro respondenty. Jelikož se jednalo o první setkání výzkumníka s respondentem, byla zde i určitá snaha o vytvoření bezpečného prostředí a vzájemné důvěry. Aby se předešlo negativním pocitům po skončení rozhovoru, výzkumník nezávazným rozhovorem taktéž sběr dat završil. Intimnější dotazy na respondenta byly zařazeny až po úvodním bloku otázek. Smith a Osborn (2003, in Řiháček et al., 2013) doporučují, aby výzkumník rozhovor začínal obecnými otázkami a nechal respondenta samotného si vybrat ta témata, která pokládá za nejdůležitější. Toho jsme se snažili držet a pokládali doplňující otázky tam, kde respondent od tématu odbočil jinam či se vyhýbal jádru otázky. Při rozhovoru výzkumník využíval metod aktivního naslouchání, parafrázování, reflektování odpovědí a tak dále. Pokud se během rozhovoru objevilo téma, které bylo citlivého či intimního charakteru, výzkumník se doptal, zda je to takto v pořádku a připomněl respondentovi, že na otázky dle svého zvážení nemusí odpovídat. Na závěr rozhovoru jsme se zeptali, zda-li je nějaké téma či informace nebo myšlenka, které se respondentovi během povídání objevilo, a které by chtěl s námi sdílet. Ukázkou rozhovoru jsme připojili do příloh této diplomové práce.

Tabulka 1: Ukázka vybraných otázek polostrukturovaného rozhovoru s poznámkami výzkumníka

„Jaká je tvoje definice nevěry? Co to pro tebe znamená?“	Zjišťování hranic v partnerských vztazích a věrnost v nich, individuální definice nevěry
--	--

<p>“Voláme si/jsume tu spolu, abychom si promluvili o tvých zkušenostech s nevěrou. Prvně mi ale můžeš popsat váš vztah před událostí?”</p>	<p>Popsání vztahu před nevěrou, možné důvody, proč k ní došlo, emoční odpověď na daný vztah, možnost sebereflexe a bližšího poznání prostředí respondenta</p>
<p>„Myslíš si, že nevěra ovlivnila nějaký segment tvého života, ať už pozitivně či negativně?“</p>	<p>Zjištění psychického růstu či dlouhodobých negativních důsledků odhalení nevěry</p>
<p>„Jak jsi na nevěru přišel/a?“</p>	<p>Zda ji partner přiznal nebo to bylo náhodné zjištění, cílí i na podezírání nevěry</p>
<p>„Jaké pro tebe bylo odhalení nevěry?“</p>	<p>Otázka zjišťující fyzické, sociální a emoční reakce bezprostředně po zjištění</p>
<p>„Zažil/a jsi nějaké trauma v životě?“</p>	<p>Připojeno vysvětlení diagnostických podmínek pro klasifikaci traumatu. Pokud byla odpověď záporná, výzkumník se doptával na těžké krizové situace. Tato otázka cílí na zjištění možné kumulace traumatu.</p>

Průměrně rozhovory trvaly okolo **50 minut**, přičemž nejkratší z nich měl 34 minut a nejdelší trval 102 minuty. Rozhovory probíhaly v rozmezí od prosince 2020 do ledna 2021. Dva z devíti rozhovorů byly provedeny osobně v prostoru zapůjčené kanceláře Metra Olomouc, kde bylo minimalizováno riziko vyrušení třetí osobou zajištěním místnosti se samostatným vchodem, kam nebylo možné dohlédnout z chodníku pro pěší či z ulice. Při těchto rozhovorech bylo plně dodržováno hygienických předpisů daných vládou – tedy oba aktéři měli nasazené chirurgické roušky či respirátory FFP2 a byli od sebe vzdáleni na doporučenou vzdálenost v dostatečně větrané místnosti. Zbylé rozhovory probíhaly z důvodu pandemie COVID-19 a tedy i určité snahy zamezení zbytečným sociálním kontaktům a s tím spojené sociální odpovědnosti, skrze placený účet na platformě ZOOM. Pro zakoupení tohoto účtu bylo motivací omezený časový úsek pro rozhovory u neplacené verze, který činí 45 minut, což díky pilotní studii bylo od počátku jisté, že rozhovory s velkou pravděpodobností tento časový limit překročí. Tímto jsme chtěli zamezit jakémukoli vyrušení během rozhovoru, který by mohl případně zkreslit data či jen přerušit myšlenkový pochod respondenta pohrouženého do daného tématu.

Veškeré rozhovory byly zaznamenávány na diktafon a jejich zvukový záznam byl přepsán do psané podoby pro analýzu textu. Tento text byl poté předán zpětně respondentům na ověření toho, že nic, co pověděli není v rozporu s tím, jak to zamýšleli uvést. Proběhla tedy do jisté míry validizace respondentem.

5.2 Výzkumný soubor a jeho výběrová kritéria

Výzkumným souborem pro účely této diplomové práce se stali ti respondenti, kteří technikou **samovýběru** odpověděli na informační leták vytvořený v grafickém programu Canva, který byl vystavený na sociálních sítích. Technika *samovýběru* je založená na principu dobrovolnosti, kdy se sám respondent přihlásí k účasti na výzkumu (Miovský, 2006).

Leták společně s podrobnější zprávou o výzkumu jsme přidali do různých internetových a diskusních fór, jejichž témata byly:

- Rozvod, rozchod
- Osobní vztahy a trápení v nich
- Manželské a partnerské neodborné poradny
- Nevěra v partnerském vztahu a jak s ní naložit
- a další

Mezi tyto sociální platformy jsme zařadili například Facebook, omlazení.cz, fórum vinted.cz a další. Zároveň jsme nabídli účast ve výzkumu dalším respondentům, kteří splňovali kritéria, a které oslovili již stávající respondenti – tedy jsme využili i metody sněhové koule, tzv. *snowball sampling method*.

Mezi náš výzkumný soubor patřilo celkově 10 respondentů, z čehož bylo osm žen a dva muži. Devět z těchto respondentů žije trvale na území České republiky a jeden v zahraničí. Menší počet participantů byl záměrem, neboť IPA jako taková pracuje s relativně malým souborem z důvodu hloubky, do které se během rozhovoru zachází (Larkin et al., 2006; Smith et al., 2009).

Tabulka 2: Základní charakteristika respondentů

Přezdívk	Věk	Dosažené vzdělání	Rodinný stav	Zaměstnání	Délka vztahu²³	Po jaké době vztahu nevěra proběhla	Rok, ve kterém nevěra proběhla
Ráchel	26	Bakalářské	Svobodná, ve vztahu, bezdětná	Učitelka/studentka VŠ	8 let	8 let	2017
Ester	39	Středoškolské s maturitou	Rozvedená, single, děti	Ošetřovatelka	15 let	7 let a 13 let	2012, 2017
Miriam	26	Bakalářské	Svobodná, ve vztahu, bezdětná	Studentka VŠ	4 roky	3 roky a půl	2019
Marek	28	Středoškolské s maturitou	Svobodný, single, bezdětný	Projektant	7 měsíců	7 měsíců	2019
Sára	33	Magisterské	Svobodná, single, dítě	Učitelka	3 roky	3 roky	2017
David	28	Středoškolské s maturitou	Svobodný, single, bezdětný	Analytik marketingu	3 roky	3 roky	2017
Rebeka	44	Bakalářské	Rozvedená, ve vztahu, děti	Sociální pracovník	20 let	18 let	2017
Magdaléna	30	Bakalářské	Svobodná, ve vztahu, bezdětná	Sociální pracovník	1,5 roku	1,5 roku	2019
Eva	31	Magisterské	Vdaná ²⁴ , single, dítě	Učitelka	11,5 let	11 let	2020
Noemi	36	Středoškolské s maturitou	Svobodná, ve vztahu, děti	Prodavačka v obchodě	5 let	4 roky	2018

²³ Délkou vztahu se v této kategorii myslí ten partnerský vztah, ve kterém byla nevěra odhalena.

²⁴ Aktuálně v rozvodovém řízení.

Výběrová kritéria výzkumného souboru

Z důvodu toho, že metoda IPA vyžaduje homogenitu souboru (Kostínková & Čermák, 2013), byla stanovena tato kritéria pro zařazení do výzkumu:

- **Od odhalení nevěry musel uplynout minimálně měsíc.**

Toto kritérium bylo vybráno především z etického důvodu, kdy jsme chtěli zamezit otevření bolestivého tématu v čase, kdy jej pravděpodobně respondent nemohl mít dostatečně psychicky zpracované. Taktéž pro pozorování určitého duševního růstu jsme předpokládali delší časový úsek pro jeho retrospekci.

- **Nevěra proběhla v monogamním partnerském svazku.**

Tímto požadavkem jsme se snažili vyfiltrovat ty respondenty, kteří byli součástí jakékoli dohody o otevřeném partnerství, což by mohlo výsledky zkreslit.

- **Tento partnerský vztah nadále nepokračuje.**

Ať už nevěra byla důvodem k jeho ukončení či se pár snažil o nápravu vztahu i po jejím odhalení a ztrátě důvěry, pro účely výzkumu je důležité, aby daný respondent již ve vztahu v době rozhovoru nebyl. Tímto se pokoušíme o zamezení jakéhokoli zkreslení v důsledku pokračování vztahu, ve kterém nevěra proběhla.

- **Nevěra je subjektivně vnímaná jako těžká životní zkušenost.**

Zde jsme cílili na ty respondenty, kteří měli výrazné psychosociální důsledky nevěry v negativním spektru. Odstranili jsme ty respondenty, pro které nevěra nebyla natolik výrazným stresorem, aby jakkoli ovlivnila jejich životní kvalitu.

- **Věkové rozmezí od 25 let, přičemž horní hranice nebyla určena.**

Toto věkové rozpětí jsme vybrali z důvodu filtrace pozdně adolescentních respondentů a zaměření se na věkové období, kde se dostává do hodnotového popředí rodina a fungující partnerský vztah. Mezník 25 let byl vybrán díky teorii vynořující se dospělosti, která má přetrvávat od 18 do zmíněných 25 let, a která je známá pro své zkoumání identity, co se týče i například lásky a partnerství, a taktéž určitým stupněm nestability (Arnett, 2000).

Je záhodno uvést, že jsme v informacích o výzkumu záměrně neuvedli jakoukoli definici nevěry, a to z toho důvodu, že tato otázka byla součástí rozhovoru a snahou bylo získat odpověď, která by nebyla námi předem ovlivněná.

5.3 Interpretativní fenomenologická analýza

Výběr Interpretativní fenomenologické analýzy, dále IPY, byl nasnadě, neboť napomáhá k zachycení pocitů, prožívání a samotného vnímání jedince, se kterým je veden rozhovor (Cropley, 2002), což je účelem výzkumné části této práce. Snahou IPY není hledání příčin jednotlivých jevů, ale spíše popis toho, co je dosud málo prozkoumané (Giorgi, 2009), pod což negativní důsledky nevěry dle našeho názoru a literární rešerše spadají. IPA dovoluje „*detailně prozkoumat, jak člověk utváří význam své zkušenosti, což nám umožňuje porozumět jednotlivé události nebo procesu – fenoménu*“ (Smith et al., 2009, in Kostínková & Čermák, 2013, str.9).

Ačkoli by mělo být patrné, z jaké perspektivy zkušenost vychází, je tato zkušenost konstruována společným sdílením mezi výzkumníkem a participantem (Kostínková & Čermák, 2013; Smith et al., 2009). IPA se proto pojí s tzv. hermeneutickým kruhem, kdy se „*respondent snaží porozumět své zkušenosti s daným fenoménem, zároveň výzkumník se snaží porozumět tomu, jakým způsobem k tomuto porozumění respondent dospívá*“ (Řiháček et al., 2013, str. 11).

IPA vede k porozumění fenoménu na idiografické úrovni, kdy je důležité i to, jaký smysl připisuje sám respondent své zkušenosti (Řiháček et al., 2013). Pro náš výzkum je tato skutečnost více než příhodná, neboť jsme potřebovali ty respondenty s jejich porozuměním a prožíváním, kteří odhalení nevěry svého partnera označovali za výrazně negativní životní zkušenost, jež jejich život určitým způsobem ovlivnila.

5.4 Etické hledisko výzkumu

Před samotným zahájením rozhovorů jsme poskytli respondentům k nahlédnutí informovaný souhlas, který uvádíme v příloze. Tento informovaný souhlas následně všichni respondenti podepsali. Bylo zde uvedeno to, že rozhovory budou následně anonymizovány a že respondenti mají právo z výzkumu kdykoli odstoupit či neodpovědět na kteroukoli otázku, pokud se na to necítí. Respondenti poskytli rozhovory dobrovolně a souhlasili s pořízením audiozáznamu.

Před započítím rozhovoru bylo taktéž sděleno, že výzkumník si ponechá veškeré identifikační údaje pro sebe v rámci mlčenlivosti. Z tohoto důvodu jsou v této práci veškerá jména pozměněna a nejedná se tedy o jméno, které by respondentovi náleželo.

Vzhledem k probírání citlivých témat jsme respondentům nabídli debriefingové setkání, kde by se toto prodiskutovalo. Této nabídce posléze jedna z respondentek využila, neboť se jí zdálo, že se rozhovorem o prožité nevěře otevřela témata, která neměla vyřešené.

Během tohoto výzkumu nebyl ani jeden z respondentů jakkoli klamán a přesně znal cíle a důvody rozhovoru. Za účast na rozhovoru nebyla nabídnuta žádná odměna. Na konec této kapitoly chceme uvést, že nedošlo k porušení jakýchkoli etických pravidel ve spojení s výzkumem, zacházením se získanými daty či kontaktem s respondenty.

6 DESKRIPCE DAT

Tato kapitola slouží k bližšímu poznání participantů a jejich životního příběhu. Dalším účelem je taktéž rozpoznání společných témat, které se vyskytovaly napříč rozhovory s jednotlivými respondenty a které vzešly z analýzy rozhovorů.

6.1 Sebereflexe výzkumníka

Na začátek tohoto úseku připojujeme samotnou sebereflexi výzkumníka, která byla dělána doporučovanou technikou Prázdné židle (Smith et al., 2009). Tato kapitola bude napsána v prvním rodě a proběhne tedy upuštění od autorského plurálu, který jinak zastupuje celou diplomovou práci.

Prvotním impulsem k vybrání tohoto tématu byla nevěra, která proběhla v mém blízkém okolí a kterou jsem tím pádem pozorovala z velmi osobního pohledu. Před tímto tématem nebylo úniku a já se tak stala její součástí. Jako první jsem si všimla velmi negativních psychosociálních důsledků, které nevěra na dané osobě zanechala a které byly za hranice jejího běžného fungování. Jednalo se například o noční děsy společně s jinými poruchami spánku, neustálá ruminace, sociální izolaci, dočasné poruchy příjmu potravy, hněv a další.

Později daná osoba ale prošla určitou změnou v psychickém vnímání odhalení nevěry a díky tomu u ní došlo k reformaci osobnosti. Od nalezení nových koníčků po subjektivně vnímané „nalezení samy sebe“, které ve vztahu bylo upozadřováno na úkor partnera. Bylo zajímavé sledovat, jak se ze zlomeného člověka, který nebyl schopný dostatečně fungovat například v práci z důvodu sníženého soustředění či časté nemocnosti, stal člověk, který rozkvetl v někoho, kdo si našel samostatné bydlení, odpoutal se od toxických vztahů, ale zároveň dával dostatečný čas těm zdravým a fungujícím a k tomu zvládal mít koničky i pracovat na sobě po fyzické a duševní stránce. U této osoby taktéž proběhlo obrácení ke spiritualitě – konkrétně ke křesťanství, které přetrvává dodnes.

Mám taktéž zkušenosti z práce na krizové lince a konkrétně s klientkou, která prožila psychicky negativně závažné odhalení nevěry. Zde jsem bohužel ztratila dlouhodobý kontakt, neboť se jedná o krizovou intervenci s omezeným počtem intervenčních schůzek,

ale byla jsem taktéž svědkem určité změny vnímání nevěry od úplně dramatické a tragické až po tu méně vypjatou, kdy se klientka sama snažila najít na situaci to dobré.

Téma nevěry mám dle mého názoru osobnostně i profesionálně zpracované pomocí supervizních a terapeutických setkání.

6.2 Charakteristika respondentů

Tuto podkapitolu zaměříme na charakteristiku respondentů a jejich poznání jako lidských bytostí. Každý z nich má vlastní životní příběh, který sice plně neznáme, ale měli jsme díky výzkumu možnost nahlédnout na úsek jejich života, který sice nebyl radostný, ale dokázal pozitivně ovlivnit respondentovy nynější hodnoty, názory či trávení volného času. Jednotlivé případy začínáme stručným popisem respondenta a vztahu, ve kterém nevěra proběhla, následně jsme se zaměřili na jednotlivá témata, které vzešla z analýzy rozhovorů²⁵.

Respondentům byly dány přezdívky dle biblických postav z důvodu anonymizace získaných rozhovorů. Tyto přezdívky nemají nic společného s rozhovory a byly přiděleny náhodným výběrem.

David

Přezdívka	Věk	Dosažené vzdělání	Rodinný stav	Zaměstnání	Délka vztahu	Po jaké době vztahu nevěra proběhla	Rok, ve kterém nevěra proběhla
David	28	Středoškolské s maturitou	Svobodný, single, bezdětný	Analytik marketingu	3 roky	3 roky	2017

David je 28letý analytik marketingu, který se přihlásil k výzkumu sám ze své vůle v návaznosti na letáček vyvěšený na sociálních médiích. Během celého rozhovoru byl velmi otevřený tématu i k nahlédnutí do jeho soukromého života a vykazoval vysoké známky prožité sebereflexe. Považujeme jej za člověka, který hluboce reflektuje zažité události

²⁵ K nahlédnutí v kapitole 6.4, v textu jsou pro lepší přehlednost vyznačena tučně.

a snaží se je zařadit do vyššího celku, což sám v rozhovoru naznačoval – „*ale když nastanou chaotické věci, tak vždycky hledám nějaký důvod*“.

David byl s přítelkyní tři roky, z čehož se rok navštěvovali a dva roky spolu žili. „*Byl to můj první dospělácký vztah*“. Z popisu při rozhovoru se nám zdálo, že spolu žili již jako manželé, neboť měli společnou půjčku, celkové finance atd., což jsme reflektovali, a to nám taktéž bylo Davidem potvrzeno. David vztah popisuje jako funkční a velmi zralý, ale dodává, že měli s přítelkyní **vyměněné genderové role** – „*kdy moje partnerka připálila i těstoviny na plotně, ale dokázala vyměnit kardanovou hřídel v autu. Takže já jsem pral, vařil a staral se o kuchyň a tadyty věci a ona zase se starala o motorku, auto technické věci, protože byla na to zručnější. A pro naše okolí to bylo docela ...docela lidí se podívovalo nebo... nebylo to tak typické*“. Tato výměna genderových rolí se stává později důležitou komponentou při prožívání partnerčiny nevěry. Ve vztahu ani z jedné stran neprobíhala jakákoli žárlivost. David taktéž udává, že partnerské **hádky** pro ně nebyly typické, ačkoli se jednou za čas nepohodli, tak to bylo v normě. „*Normální partnerské hádky, kdy člověk třeba po roce vztahu ...ehm propadá nějaké melancholii, že ten vztah vlastně se nevyvíjí*“.

K nevěře došlo na hudebním festivalu, kam pár jel společně na výročí svého vztahu. Zde měl David připravené zásnubní prstýnky, neboť uváděl, že si myslel, že vztah potřebuje jakýmsi způsobem se **posunout** a že je to to, co mu chybí ve správném fungování. „*Jako symbol...ne, že se zasnoubit a plánovat svatbu, ale jako symbol vztahu, protože jsem si myslel, že to je to, co po těch třech letech chybí...co vlastně chybí a co by se mohlo zlepšit*“.

Davidovi by tolik nevadila fyzická nevěra – „*dokážu pochopit, že když se ti někdo líbí, že ti to může ujet*“, ale emocionální nevěru nedokáže ve vztahu překonat. Taktéž výběr „*milence*“ byl kruciólním, neboť se dle Davida jednalo o někoho, kdo byl přímým **opakem** toho, co partnerka požadovala od něj. Nevěru partnerka přiznala sama od sebe při rozchodu.

David nejdříve ani nevěděl, jestli jej nevěra zasáhla, ale v **období těsně po ní** se vzdal veškerých koníčků, pracovních projektů a sociálně se izoloval. „*Tim, že jsem byl opravdu...v melancholickém stavu a zrušil jsem veškeré své aktivity*“. Popisuje taktéž **trvalou změnu osobnosti**, kdy je více uzavřený vůči lidem, a to včetně chování v partnerských vztazích. Při návštěvě u psychologa a později psychiatra mu byla diagnostikována **depresivně úzkostná porucha**, která dle psychologa mohla být spuštěna právě nevěrou. Zároveň začal trpět **sezónní depresí**, kdy je vždy v období zhoršení

pod medikací. Jako **pozitivní důsledek** udává nalezení sama sebe a postavení se na vlastní nohy, zároveň se popisuje jako více asertivní, než jaký býval.

Noemi

Přezdívka	Věk	Dosažené vzdělání	Rodinný stav	Zaměstnání	Délka vztahu	Po jaké době vztahu nevěra proběhla	Rok, ve kterém nevěra proběhla
Noemi	36	Středoškolské s maturitou	Svobodná, ve vztahu, děti	Prodavačka v obchodě	5 let	4 roky	2018

Noemi je 36letá svobodná matka dvou dětí, která je současně v partnerském vztahu. Během rozhovoru bylo vidět, že téma nevěry je pro ni stále citlivým tématem, ovšem při následném kontaktu nabídky intervence s úsměvem odmítla.

Nevěra proběhla v dle jejích slov zcela **nefunkčním vztahu**, který celkově trval pět let – „*No my jsme spolu už měli syna a já nechtěla bořit rodinu, ale byla to totálka Itálie domácnost, furt jsme se hádali, ale zas to byla největší láska mého života no*“. Noemi vycítila **změnu v chování** svého partnera, na kterou se opakovaně ptala, včetně otázky na to, zda jí není nevěrný, ale toto bylo partnerem vždy razantně **odmítnuto**. Připadala si, že **šílí**. Nevěra byla odhalena skrz zprávu v mobilu partnera, kterou si omylem přečetla. Poté se partner ke všemu doznal. Noemi popisuje týdny po odhalení nevěry za jedny z nejtěžších v jejím životě, přičemž byla **donucena fungovat**, jako kdyby se nic nestalo, neboť se stále musela starat o dítě. „*Nespala jsem a nejedla moc..což bylo super, protože jsem zhubla *smích**. *Ale vlastně všechno bylo jak já nevím, jak kdybych byla za tlustým sklem. Nebo jak kdyby to nebyla pravda a občas mě to jako dohnalo a já brečela a říkala jsem si „Proč já? A proč naše rodina?“ ale to nikdo neví, asi ani on ne*“. Sociálně se **izolovala** a **opustila koníček**, který do té doby aktivně vykonávala. „*Byla jsem pak strašně vzteklá...na něj i na ni*“. Ztěžujícím faktem bylo pro Noemi, že milenka jejího partnera byla její dlouholetá **přítelkyně**, a že jejich vztah trval cca rok, než se o něm dozvěděla. Situace nebyla partnerem **nikdy vysvětlena** a záhy přišel rozchod, kdy se partner rozhodl pro vztah se svou milenkou.

Noemi pozitivně reflektuje, že jakmile byla schopná partnerovi **odpustit**, a to hlavně díky **duchovní obnově**, kterou prožila, velmi se jí **ulevilo**. Vrátila se taktéž ke koníčku,

který začala dělat na poloprofesionální úrovni díky množství kurzů, ke kterým se přihlásila. Popisuje taktéž, že dokázala lépe zvládat následující **stresové situace**. „*Co tě nezabije, to tě posílí. A mě to skoro zabilo, takže teď jsem jako fakt silná*“.

V novém vztahu následky nevěry pocituje skrz **narušenou důvěru** a tendence partnerovi **kontrolovat telefon** a s ním spojená sociální média. Partneři o tom ovšem velmi otevřeně hovoří, což Noemi pomáhá se s celou situací vyrovnávat.

Sára

Přezdívka	Věk	Dosažené vzdělání	Rodinný stav	Zaměstnání	Délka vztahu	Po jaké době vztahu nevěra proběhla	Rok, ve kterém nevěra proběhla
Sára	33	Magisterské	Svobodná, single, bezdětná	Učitelka	3 roky	3 roky	2017

Sáře je 33 let a jedná se o svobodnou ženu, která aktuálně není v partnerském vztahu. Tříletý vztah popisuje jako **funkční pouze z duchovního hlediska**, ale nefunkční po stránce **sexuální**. „*Ten vztah nebyl funkční podle mě od začátku, ale postupem času se to víc a víc zhoršovalo a stupňovala se ta nespokojenost*“. Na rozdíl od Davida, Sára svého přítele z nevěry **podezírala**. Dle Sáry se spíše než o fyzickou nevěru („*protože ten bývalý není úplně ten typ*“) jednalo o nevěru **emocionálního** typu. Sexuální nespokojenost chtěla Sára řešit s odborníkem, o což partner neměl zájem, neboť v té době se již scházel s milenkou, kterou potkal skrze Facebook. Jednalo se o **první** Sářin vztah.

Sára zjistila nevěru skrze společný tablet, kde byl partner přihlášený a kde si s milenkou dopisoval skrze sociální sítě. Při posledním kontaktu se k nevěře partner přiznal po tom, co jej Sára obvinila. Sářinou první reakcí na nevěru byl **šok a nepochopení situace** – „*Vůbec jsem neuměla najít nějakou kotvu, najednou, v tom... světě, životě*“. Tento šok vystřídal záhy **hněv**, kdy Sára měla tendence být vůči partnerovi **agresivní**. Hněv měla i sama k sobě, neboť v rozhovoru zaznělo, že to měla být ona, kdo vztah ukončil, když k tomu měla možnost a přemýšlela nad tím – „*A vztek sama na sebe, že jsem to neukončila já. Že jsem to neukončila dřív, ještě jakoby důstojně*“. I zde, stejně jako u Davida, proběhla jakási forma

zásnub, kdy respondentka dostala tzv. promise ring²⁶. „*Spíš prstýnek, aby mi zalepil hubu. Bych tak řekla. Aby mě umlčel, abych si furt nestěžovala, že prostě se to nikam nehne, jo... Zásnuby, svatba, dítě, protože on byl o dost starší, takže už jsem automaticky očekávala, že se to někam bude hnout*“.

Sára po odhalení nevěy popisuje **velký smutek** a **lítost** nad ztrátou vztahu i partnera, zároveň **nespavost** a **nechut'** k jídlu, díky čemuž zhubla za měsíc 8 kilo. Tento stav popisuje taktéž jako kdyby byla **pod vodou**, kdy se soustředila pouze na bolest ze zrady a všechny ostatní emoce měla **utlumené**. Partnerovi nevěru **odpustila**, ale její následky pociťuje doteď například v partnerských vztazích, ve kterých je **nedůvěřivá** a všimá si náznaků a výstražných vlajek v chování, kterých si předtím nevšimala. Za pozitivní následky nevěry vnímá to, že je **psychicky silnější** vůči jiným stresorům. „*Já si myslím, že jsem odolnější, určitě. Protože vlastně tři měsíce po téhle události došlo k náhlému úmrtí tatínka a že jsem vlastně to brala fakt ze všech sester jako.. nějak nejlépe. Že jsem měla trošku teda otupělé to srdce, tehdy.*“ Sára se taktéž po odhalení nevěry zaměřila více na svou **víru** a vztah k Bohu, což hodnotí veskrze pozitivně.

Miriam

Přezdívka	Věk	Dosažené vzdělání	Rodinný stav	Zaměstnání	Délka vztahu	Po jaké době vztahu nevěra proběhla	Rok, ve kterém nevěra proběhla
Miriam	26	Bakalářské	Svobodná, ve vztahu, bezdětná	Studentka VŠ	4 roky	3 a půl roku	2019

Miriam je 26letá studentka navazujícího magisterského programu, která se po roce práce vrátila k doděláním magisterského titulu. Je svobodná, bezdětná a současně s novým přítelem renovují společné bydlení. Vztah, ve kterém nevěra proběhla, trval čtyři roky a byl to její **první vztah**. Miriam jej popisuje jako **funkční s absencí žárlivosti** a sebe jako tolerantní partnerku, která není kontrolující – „*což možná byl i ten důvod, že jsem se o té nevěře nedozvěděla*“. Půl roku před ukončením vztahu se však partner začal **chovat**

²⁶ Promise ring je předzásnubní prstýnek, který již z názvu značí jakýsi *příslib* budoucí svatby, ale není to slib oficiální jako například u prstýnku zásnubního. Nejčastěji se s ním výzkumnice setkává v křesťanské komunitě.

jinak, než jak byla Miriam zvyklá, včetně zmenšení počtu sexuálních styků či couvání ze společných plánů, které měli jako pár vytyčené. Miriam zpětně reflektuje také to, že partner byl nervózní, když neměl připojení k internetu či si více hlídal mobil a veškeré komunikační sítě, což u něj předtím nebylo zvykem. Toto chování bylo pro Miriam natolik odlišné, že partnera z nevěry začínala **podezírat**, ale bližší informace sama nezjišťovala. „*Když mi to neřekl sám, říkala jsem si ok, je to jeho svědomí, já nejsem policajt ani jeho matka, abych mu tady dělala výslechy.*“ Její partner vztah ukončil pomocí emailu, který zaslal Miriam, když byla na dovolené s rodiči a kde vysvětloval, že jeho láska k ní vyprchala a že se zamiloval do jiné ženy.

Miriam si myslí, že by ale **vztah nepokračoval** ani kdyby v něm nevěra neproběhla. Měla totiž pocit, „*že je to jenom hra. Že pokaždé, když mi řekl miluji tě, tak jsem měla pocit, že to není vážně. Že to je jenom jako fráze od něj. Já to neumím úplně popsat, ale byl to takový ten vnitřní pocit, že jsem necítila... Že to tak je správně. Takže já si myslím, že ten vztah by stejně skončil tak jako tak. Ale ta nevěra tomu vlastně pomohla.*“ Její první reakcí na odhalení nevěry byl **šok**, který byl následován **hněvem** na partnera, že jí lhal tak dlouhou dobu a že to nebyl schopný přiznat, když se jej ptala. **Nechápala** vlastně, co se děje – byla jako v bublině. Taktéž se u ní projevil **poruchy spánku**, kdy nemohla usnout a v hlavě nevěru stále intenzivně **znovuprožívala**. Bylo jí fyzicky **nevolno**, a proto **nemohla jít** a byla **vyčerpaná**, jak v osobním, tak v pracovním životě. Miriam ještě donedávna bojovala s pocitem **vnitřní zrady** a **ponížení** – „*Takové ušpinění nebo nevím, prostě takové... Že si to přece jako nezasloužím, proč mi to neřekl rovnou.*“ Nevěra ji v negativním dlouhodobém smyslu ovlivnila tím způsobem, že se jí **zprotivil koníček**, který měla s partnerem společný, a od kterého upustila. Pozitivně hodnotí **navrácení sama k sobě** a ke svým hodnotám. Jelikož byl partner výrazně starší než ona, Miriam reflektuje, že po rozchodu psychicky omládl na svůj věk a mohla znovu prožívat ty věci, které ji v její vývojové fázi příslušely. „*Vrátila jsem se zpátky, jako bych se resetovala. Bylo mi zas těch let, co jsme spolu začali chodit.*“ Nedlouho po rozchodu se sama **stala milenkou** „na jednu noc“, sama uznává, že to bylo zapříčiněno až panickým **strachem**, že zůstane sama. „*Zas jakože, já jsem si řekla, tak je to jeho svědomí, že je zadáný, mně už je to jedno... Ale už bych jí to fakt neudělala a považuju to teda... To je třeba jedna, jakože, fakt z chyb, které jsem udělala a fakt toho lituju.*“

Miriam nevěru svému bývalému partnerovi **odpustila**, ačkoli by od něj stále potřebovala ukončení pomocí **vysvětlení** toho, proč k tomu všemu došlo. Po třech měsících single života

si Miriam našla nového přítele z party společných kamarádů a nevěra ji dle jejího uvážení ve vztahu **negativně neovlivňuje**. „*V tom předchozím vztahu jsem měla talkový pocit té iluze. A v tady v tom vztahu mám prostě pocit, že to je opravdové, že to tak opravdu je.*“

Magdaléna

Přezdívka	Věk	Dosažené vzdělání	Rodinný stav	Zaměstnání	Délka vztahu	Po jaké době vztahu nevěra proběhla	Rok, ve kterém nevěra proběhla
Magdaléna	30	Bakalářské	Svobodná, ve vztahu, bezdětná	Sociální pracovník	1,5 roku	1,5 roku	2019

Magdaléna je 30letá sociální pracovnice, která je současně v novém partnerském vztahu. Nevěra proběhla v létě roku 2019, tento vztah trval 1,5 roku a po odhalení nevěry byl partnerem ukončen. Magdaléna se nám během rozhovoru zdála jako člověk, který svůj život a všechny události v něm hluboce analyzuje – „*No já o všem fakt dost přemýšlím, analyzuju, proč se to stalo, proč jsem takhle reagovala a jak můžu příště reagovat jinak a třeba i lépe.*“

S bývalým přítelem se poznali přes společnou kamarádku, která byla v té době Magdaléně nejbližší. „*My jsme si navzájem nahrazovaly partnery, ráno jsme spolu snídaly a pak večer spolu trávily nějak čas...všechno věděla a já zas o ní.*“ Nebyl to první vztah Magdy, ale reflektuje jej jako nejvážnější. Co se týče jeho fungování, partneri se cca po půl roce začali **hádat**, a to zejména ohledně uklízení a vedení domácnosti. Společné milníky, jako třeba společné bydlení, pořízení psa atd., byly partnerem vždy před dnem D rušeny, což způsobovalo další nepokoje. „*Jako určitě bychom spolu nezůstali *smích*, to je jasný. Jen mě prostě mrzí, že to bylo ukončené tak hnusně, že si teď navzájem ani nemůžeme přijít na jméno.*“

Nevěra se stala, když Magdaléna odjela s kamarádkou na dovolenou do zahraničí, a partner tedy zůstal sám a bez kontaktu. Den po příjezdu se partner s Magdalénou **rozešel bez udání důvodů**. K těm byl donucen se přiznat po nátlaku ze strany své milenky, neboť se jednalo právě o tu kamarádku Magdalény, kterou tížilo svědomí nejen za nevěru, ale i za to, že by Magdaléna zůstala v nevědomosti. „*No, jak mi řekl, s kým to bylo, tak jsem si myslela, že si dělá prdel. Mi to přišlo úplně mimo. Ona? Haha, to ne. A pak jsem viděla, jak se na mě dívá, a udělalo se mi strašně blbě. Běžela jsem se vyzvracet.*“

Magdaléna zvládala nevěru velmi těžce – od **pláče, pocitu prázdna, hněvu**, po užívání **alkoholu** a lehkých **drog**. Měla neustálou potřebu se z ní **vypovídat kamarádkám** a vlastně celému světu. Nemohla **spát** ani **jíst**. Velmi negativním způsobem prožitou nevěru ovlivňovalo to, že milenkou jí byla blízká **přítelkyně** – a že tedy neztratila pouze přítele a domov, ale i druhou spřízněnou duši, kterou měla. Tento stav trval cca půl roku, kdy se ustálil přibližně po roce.

Jako pozitivní důsledek nevěry vidí **navrácení se sama k sobě, neboť uznává**, že na partnerovi byla **závislá**. Našla si spoustu nových **koníčků**, které předtím neměla – „*Já jsem bytostně splynula s tím partnerem. Doma jsem si tak max. četla a sem tam šla cvičit, ale doopravdový koníček jsem neměla. Teď zas nevím, co bych chtěla dělat dřív, najednou jsem jiný člověk*“. Magdaléna si taktéž díky prožité nevěře srovnala své **hodnoty** toho, co je v životě důležité, a navrátila se k **víře** jakožto funkčnímu copingovému mechanismu. Prožitou nevěru subjektivně vnímá jako jednu z **nejtěžších situací**, kterou v životě musela projít. „*Ale strom poznáš po ovoci. Pokud je to ovoce dobré, tak to je dobrý strom. A já jsem potřebovala prostříhat nějaké uhnílé větve, aby mohly růst větší a silnější*“.

Marek

Přezdívká	Věk	Dosažené vzdělání	Rodinný stav	Zaměstnání	Délka vztahu	Po jaké době vztahu nevěra proběhla	Rok, ve kterém nevěra proběhla
Marek	28	Středoškolské s maturitou	Svobodný, single, bezdětný	Projektant	7 měsíců	7 měsíců	2019

Marek je 28letý projektant, který je v současné době bez partnerského vztahu. Při rozhovoru se nám zdál jako úderný typ člověka, neboť jeho odpovědi byly krátké a k jádru věci. Nevěra proběhla ve vztahu, který byl ze všech našich získaných dat nejkratší – trval sedm měsíců a nevěrou byl také ukončen. „*To už pak bylo jak domeček z karet*“. Marek uvádí, že na partnerce byl určitým způsobem **závislý** a že měl problémy s **žárlivostí**, které se snažil redukovat.

Marek považuje za začátek nevěry ty situace, kdy by jeho přítelkyně začala upřednostňovat trávení času s jiným mužem než s ním. Pro Marka to byl vztah,

který byl **funkční** a **bez hádek**. Ke konci vztahu cítil jistou **změnu** v partnerčině chování, zejména co se týče společně tráveného času. „*No, začalo to prostě oddalováním toho času, kdy jsme spolu měli být. Nejdřív to začalo tím, že přijed' o tři hodiny později. Pak už to bylo v rámci dnů a finále pro mě bylo, když už měla klíče od jeho bytu, no*“. Nevěru odhalil tím, že si partnerka přála drahý parfém na Vánoce, ale později tvrdila, že jí ho již koupil někdo jiný – kamarád, což bylo pro Marka velmi zvláštní situací. Během deseti dnů **získávání informací** byl vztah z partnerčiny strany ukončen, ačkoli Marek se jej snažil zachránit.

Marek **přemýšlel**, proč k nevěře z partnerčiny strany došlo, a došel k závěru, že velkou roli mohla hrát **vzdálenost**, kterou mezi sebou měli. Jako druhý důvod uváděl, že ho partnerka podvedla s některým ze svých dobrých přátel, kterého měla stále kolem sebe, a tedy k tomu měla příležitost. Pravděpodobně se mezi nimi určitá forma vztahu formovala již dříve. Největší emocionální reakcí na odhalení nevěry byl **pocit zrady**, který prosakoval do všech sfér života. Taktéž cítil **ztrátu důvěry** a **ideálů**, které si o partnerce i vztahu vystavěl. Zároveň nemohl dostatečně **přijímat potravu** z důvodu sevřeného žaludku a jeho **soustředění** bylo nabeženo. Další emoční a významnou reakcí byl **hněv** na partnerku.

Za negativní dlouhodobé následky nevěry považuje Marek to, že od té doby (tj. rok 2019) si není schopen udržet či vůbec navázat **dlouhodobý vztah** – „*Vždycky, když už něco vypadá, že by to třeba jako mohlo být, tak mi přijde, že si to nějakým způsobem sabotuju já sám*.“ Naopak pozitivně reflektuje to, že jeho **odolnost vůči stresorům** je vyšší, než jaká bývala. „*Jsem asi zas o to silnější, mně přijde. Je to asi takový to klišé, co se říká, že co tě nezabije, to tě posílí*“. Pro úplné **uzavření** nevěry by potřeboval dle jeho slov **vysvětlení** situace partnerkou.

Ráchel

Přezdívka	Věk	Dosažené vzdělání	Rodinný stav	Zaměstnání	Délka vztahu	Po jaké době vztahu nevěra proběhla	Rok, ve kterém nevěra proběhla
Ráchel	26	Bakalářské	Svobodná, ve vztahu, bezdětná	Učitelka/studentka VŠ	8 let	7 let	2017

Ráchel je 26letá studentka navazujícího magisterského oboru, která zároveň pracuje jako učitelka. Současně je ve vztahu s novým přítelem, se kterým si renovují bydlení. Nevěra proběhla ve vztahu, jenž trval osm let a byl jí také ukončen. Tento vztah je popisován respondentkou jako **idylický**, ačkoli okolím jim bylo vyčítáno, že každý žije vlastně svůj život nezávisle na sobě – a že by vztah potřeboval posunout někam dál. Ráchel uvádí, že vše probíhalo v pořádku do té doby, než jí onemocněl otec a ona se o něj jezdila starat. Pár na sebe měl velmi málo času a skončil i jejich intimní partnerský život. Pochybnosti o věrnosti svého partnera **neměla**, ačkoli zpětně reflektuje **náznaky**, které k tomuto podezření vést měly.

Na nevěru přišla náhodou, když nesla partnerovi mobil a přečetla si zprávu s milenkou a kolegyní z práce, se kterou její partner v té době vztah ukončoval. „*Tak hrozně dlouho nevěděl, že by to mohlo být něco nebezpečného, nebo že by se z toho mohlo něco stát, a pak prostě jednoho dne se doprovodili až dom a slovo dalo slovo a dopadlo to tak, jak to dopadlo*“. Vztah mezi Ráchel a jejím partnerem po krátké pauze pokračoval „*...jak on se jako snaží, tak mně to dělalo takovým zvláštním způsobem dobře, že jsem měla pocit, že je to jako něco, že jsem nějak výjimečná a vlastně nevím, co to bylo a bylo to moc hezký, bylo to hezčí, než kdy předtím*“. Ráchel ale jedním dechem dodává, že partnerovi již **nemohla věřit** a stále jej podezírala, což kvalitu jejich vztahu výrazně narušovalo. Měla problémy s **usínáním** a **příjmem jídla**, současně s ním pociťovala **hněv** na partnera, který byl zároveň „*jediný, kdo mě z té temnoty může vytáhnout*“. Ráchel sama uznává, že sama sebe posadila do **role oběti** a taktéž měla až „*masochistickou potřebu vědět každý detail*“ ohledně nevěry.

Za **pozitivní důsledek** odhalení nevěry považuje Ráchel to, že vztah byl chvíli po nevěře **funkční** jako na samotném jeho začátku. Zároveň se jí zdá, že se po rozchodu **navrátila** k tomu člověku, kým byla předtím. Nevěru si však stále nese v sobě a bývalému partnerovi ji **neodpustila**. Před rozchodem, který sama iniciovala, partnera Ráchel

taktéž **podvedla** – „Mně jedna kamarádka řekla hrozně blbou větu, ona řekla, že musím srovnat skóre“.

Eva

Přezdívka	Věk	Dosažené vzdělání	Rodinný stav	Zaměstnání	Délka vztahu	Po jaké době vztahu nevěra proběhla	Rok, ve kterém nevěra proběhla
Eva	31	Magisterské	Vdaná, single, dítě	Učitelka	11,5 let	11 let	2020

Eva je 31letá maminka na mateřské dovolené, která pár dní v týdnu chodí vypomáhat jako učitelka. Vztah popisuje jako **funkční** – „*Takový jako všechno to nějak plynulo a nebyl tam žádný problém. Nehádali jsme se nic, prostě... pro mě takový klidný idealistický vztah. Měli jsme spolu plno zájmů*“. Trval 11,5 let a z toho pět let byli manželé. O nevěře Eva **nevěděla**, avšak při reflektování u našeho rozhovoru vyplynulo, že tam byly **náznaky**, které o ní vypovídaly a které cítila a nevěru tušila – například pozdní příchody domů z práce, hlídání si mobilního telefonu a jiné. Toto chování trvalo cca třičtvrtě roku a Eva to přičítala narození dítěte.

U páru se zvýšil počet sexuálního styku – „*...kdy jsem si tak všimla třeba i jiných věcí v sexu, než bylo no předtím. Takže si myslím, že tam projektoval to, že oni si spolu dopisovali, a právě to bylo tady na té virtuální intimní bázi, takže si to tam projektoval no. Aji člověk cítil jinou energii*“. Na nevěru Eva přišla náhodou přes zprávu s fotkou v manželově telefonu, ovšem ten ji utvrdil v tom, že se jedná pouze o virtuální dopisování. Po odhalení nevěry cítila **zlobu, smutek, lítost nad ztrátou důvěry**, ale i **pocit úlevy** – „*...kdy prostě se třičtvrtě roku, necelého, se prostě ptáš jako co se děje, jestli se něco děje, všimá si člověk těch změn, že byl takový chladnější, přestal komunikovat, když jsem se ho ptala se slzami v očích, co se děje, že mi to přijde prostě zvláštní to jeho chování. On byl takový uzavřený v sobě, takový duch, z toho vztahu opravdu odcestoval*“. Zhoršil se jí **spánek i přijímání potravy**, což zapříčinilo tělesný úbytek a zhoršení **soustředění a fungování** v životě jako takovém. Tento subjektivně vnímaný velice nepříjemný stav trval cca jeden rok od odhalení nevěry. Vztah se manželé snažili zachránit, ale kvůli **ztrátě důvěry** a představ to nebylo možné a v současné době jsou v rozvodovém řízení.

Za **pozitivní stránku** nevěry považuje Eva to, že byla okolnostmi více donucená **pracovat na sobě** jakožto na člověku. Zatímco v manželství psychicky stagnovala, po této události začala chodit na různé **kurzy**, našla si práci a soustředí se na sebe. „*Jako já jsem furt podporovala manžela, když se to tak vezme, protože on furt chudák si to v tom dětství nemohl dovolit. Ted' můžu víc pěstovat sebelásku*“. Nevěru Eva **odpustila**, ale stále cítí, že je to **proces**, kdy jeden den je s tím smířená a druhý den naopak ne. „*Ale jsou dny, kdy si říkám, kurňa ten to ale celý pototo... a když se podívám na to dítě, který roste*“ – Eva reflektuje jako nejhorší důsledek nevěry **rozvracení rodiny**, kterou udává za nejdůležitější bod ve svém životě.

Rebeka

Přezdívka	Věk	Dosažené vzdělání	Rodinný stav	Zaměstnání	Délka vztahu	Po jaké době vztahu nevěra proběhla	Rok, ve kterém nevěra proběhla
Rebeka	44	Bakalářské	Rozvedená, ve vztahu, děti	Sociální pracovník	20 let	18 let	2017

Rebeka je 44letá sociální pracovnice, která momentálně žije v partnerském vztahu. S bývalým manželem mají dvě děti, které má ve výhradní péči Rebeka. Rebeka sama sebe popisuje jako extrémně **žárlivého** člověka, což má pramenit z **nízkého sebevědomí**, a vztah jako takový popisuje slovy: „*Já bych náš vztah považovala za takový, nebyl problémový, většinou jsme to měli jsme to nastavené tak, že manžel si nastavoval pravidla, které mu vyhovovaly jakoby. Já jsem se snažila je dodržovat. Nemůžu říct, že bysme se rozváděli jako vyloženě rozhádaní, ale asi tomu manželovi v tom vztahu něco chybělo no*“.

Rebeka manželovu nevěru **vytušila** z jeho **změny chování**. „*Já jsem se toho strašně bála, několikrát jsem sbírala odvalu se ho na to zeptat, když jsem se zeptala, tak jsem byla napadena, že si to vymýšlím, že jsem žárlivá*“. Jednalo se o nevěru dlouhodobého charakteru, kdy se mezi partnerem a milenkou vytvořil **vztah** a citové pouto. Po půl roce neshod a manželova nadužívání alkoholu (Rebeka udává, že to manžel sváděl na svízelnou situaci rodina versus milenka), se k nevěře **přiznal**. „*Jak on furt na mě útočil, on prostě furt potřeboval... on jakoby víte co, on to má v životě nastavený tak, že je potřeba tu vinu svalit na mě, on nechtěl být ten špatnej, co opustí rodinu, navíc rodinu s postiženým dítětem,*

jak bude vypadat, že jo, pan studovanej, jak by to působilo, takže tam to bylo, že jsem dostávala já“.

Rebeka popisuje stav po zjištění nevěry jako kdyby byla v **oparu**, kdy jediné, co ji **nutilo fungovat**, byly děti, které na ni spoléhaly. Nemohla **spát** ani **jíst**, a proto za krátkou dobu velmi **zhubla**. *„Jakože já na lidi působím klidným a vyrovnaným dojmem, takže prostě si myslej, že to fakt zvládám, ale ty démony, se kterýma jsem bojovala, nikdo neviděl“.* Rebece se zhoršilo **soustředění** a často **zapomínala**. Nejvíce pociťovala **lítost** a stále si opakovala, proč se to stalo zrovna jí. Zároveň nechápala **výběr manželovy milenky**, která byla opakem toho, co manžel požadoval po ní. *„Nejhorší je, když už plaveš po tom dně a myslíš si, že už jseš na dně, ale to dno má ještě víko, že můžeš spadnout dolů“.* Špatný psychický stav trval cca rok, tedy do té doby, než si našla Rebeka přítele. Rebeka sama sobě přiznává, že měla počkat déle, než se úplně z manželovy nevěry a rozpadu rodiny uzdraví, neboť si nese **negativní důsledky** nevěry i do nového vztahu. Bývalému manželovi nevěru **neodpustila** a situaci nebere jako za **uzavřenou** záležitost.

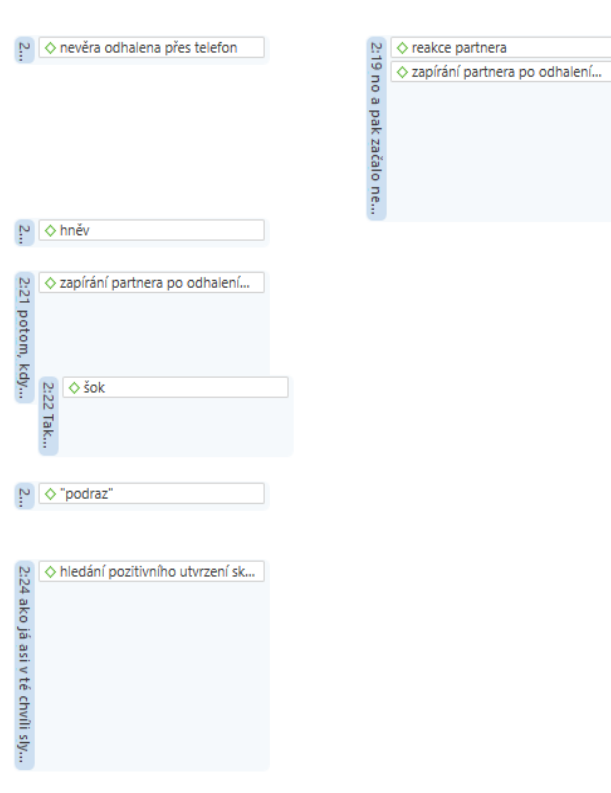
Pozitivně hodnotí to, že se po nevěře více **zaměřila na sebe** a na to, co jí v životě dělá problémy *„Jako začít si víc věřit, začít uznávat svoji hodnotu, neponižovat se, neříkám, že jsem skvělá, báječná, ale mám hodně co nabídnout a jestli se někomu nelíbí, co nabízím, tak já prostě nic jinýho nemám a jakoby uvědomit si tu sebehodnotu“.*

6.3 Postup analýzy a interpretace dat

V této kapitole čtenáři přiblížíme postup analýzy dat, přičemž dle Smithe et al. (2009) neexistuje správný či špatný postup interpretace dat, ale naopak výzkumník sám by si jej měl kreativně přizpůsobovat tak, aby co nejvíce vyhovoval jeho výzkumu. Existují však doporučené postupy autorů zabývající se interpretativní fenomenologickou analýzou do hloubky mnoho let, kterých jsme se snažili držet (např. Smith et al., 2009).

T: Takže to byla nějaká peprná smska?

D: No bylo tam jen: „Dobrou noc, miláčku“ no a pak začalo neskutečný šílenství v tom, že on se nepříznal a začal mi tvrdit, že se na mě spolu domluvili, protože já jsem ho podezírala a on mně teda začal vykládat, že se na mě domluvili, že on ji požádal o pomoc, protože už věděl, že ho nějak podezírám, tak že se s ní domluvil, že to tam nechal schválně, že věděl, že si to přečtu, že tím přestane moje podezíravost, jakože si ze mě udělají srandu a že o nic nejde. Tomu jsem samozřejmě nevěřila, hned jsem volala své kamarádce, byla jsem vulgární, ona se ze začátku chovala do telefonu tak, že ona teda taky zapírala, jakože: „Co ti jako řekl, to je úplná hloupost“, takže od té doby se to linulo v tomhle duchu a potom, když jsem se ho opakovaně ptala, jestli se něco děje, on ji nikdy v prvotní fázi nepříznal, pak jen prostě řekl, že mě už nemiluje a že bychom měli to nějak vyřešit, asi jít od sebe, že když nám je teprve pětatřicet, tak máme super možnost začít něco nového, kde to bude fungovat a kdesi cosi. Tak samozřejmě to bylo pro mě šokující ve vztahu i k dětem a ke všem, já jsem ho měla ráda, milovala ho, nikdy jsem to od něj nečekala, to jak byl na jednu stranu odlišný od jiných chlapů ve vztahu ke mně, jak se prostě choval, tak toto pro mě byla neskutečná rána a velká zrada, nicméně pokračovalo to, trvalo to tři měsíce a když jsme se tak jako domlouvali nedomlouvali co jak bude a nebude, tak já jsem si v té době potřebovala, jako já asi v té chvíli slyšet něco hezkého, něco, co by mě nakoplo a utvrdilo v tom, že nejsem tak šílená a hrozná, aby ode mě muži odcházel, tak jsem si začala dopisovat s jedním kamarádem, který mi de facto tohle poskytoval a já jsem to využívala v platonické rovině, můj muž viděl ten obrat, já jsem se absolutně přestala zajímat o něj, přestala jsem se na něj soustředit a bylo mi to tak jako jedno, ve všem jsem souhlasila, že půjdeme od sebe a tak. Za další měsíc se v průběhu odstěhoval, byli jsme od sebe, pak se sestěhoval zpět a začalo se to měnit na druhou stranu.



Obrázek 9: Ukázka analýzy dat (ATLAS.ti 9, 2020)

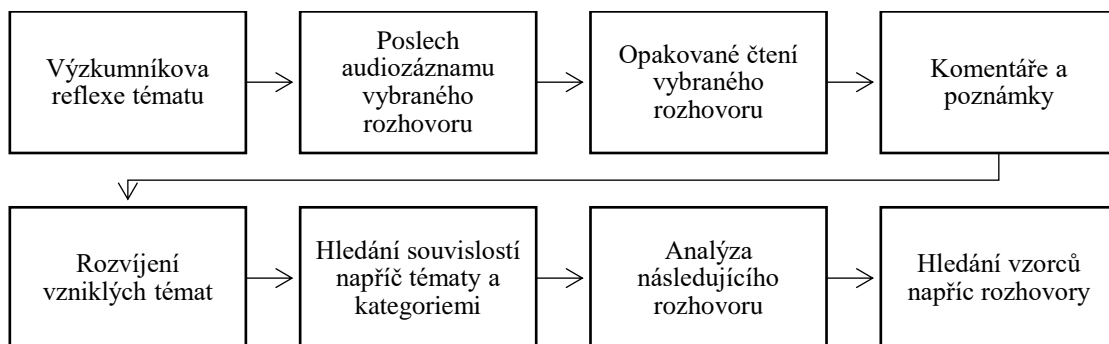
Před samotnou analýzou dat proběhla **sebereflexe** výzkumníka pomocí techniky *Prázdné židle*, kterou jsme popsali v kapitole 6.1, což označuje Řiháček et al. (2013) za nultou fázi procesu analýzy, která slouží k uvědomění si vlastní motivace a prekonceptů souvisejících s daným tématem. Naším prvním krokem byla doslovná **transkripce** dat pomocí programu *Listen N Write*, při čemž jsme si zapisovali poznámky a komentáře, které se během transkripce vynořovaly. Poté jsme rozhovory nahráli do programu pro kvalitativní analýzu dat Atlas.ti 9. Před dalšími kroky proběhl **poslech audiozáznamu**, který umožnil vnoření se do rozhovoru a významové exprese textu. Cílem této počáteční fáze je dle Čermáka s kolektivem (2013, str. 18) „*tvorba komplexních a detailních poznámek k datům, která mají deskriptivní povahu, a jsou tak v souladu s fenomenologickým postojem, díky němuž zůstáváme blízko respondentova vidění světa*“. Dále si výzkumník opakovaně četl jeden

z rozhovorů, u kterého zároveň **tvořil poznámky** pomocí popisných, lingvistických a konceptuálních komentářů.

Druhým krokem se stala **selekce a rozvíjení** témat, přičemž při analýze dat přirozeným procesem vznikala témata hlavní. Některá z témat se spojila v jedno, či se staly tématy nadřazenými, přičemž kritériem zařazení témat do kapitoly 6.4 nebyla pouze jejich četnost v rozhovorech, ale taktéž schopnost popsat určitou zkušenost respondentů a relevantnost k výzkumným otázkám. Dalším krokem bylo **hledání souvislostí** mezi tématy z přechodí části analýzy dat pomocí míry abstrakce, frekvence výskytu, funkce, začlenění aj.

Následně jsme se zaměřili na **hledání vzorců** napříč rozhovory, což je krokem finálním, který následuje až po jednotlivých analýzách všech případů. Zde došlo ke spojení jednotlivých témat a souvislostí mezi individuálními zkušenostmi respondentů. Zjišťovali jsme tedy, jaká témata jsou respondenty zdůrazňovaná, a která z nich se opakují nejen v rozhovoru s jednotlivci, ale celkově ve výzkumném souboru. Tato témata se později začala shlukovat do okruhů, což dalo vzniknout celé hierarchii výzkumu.

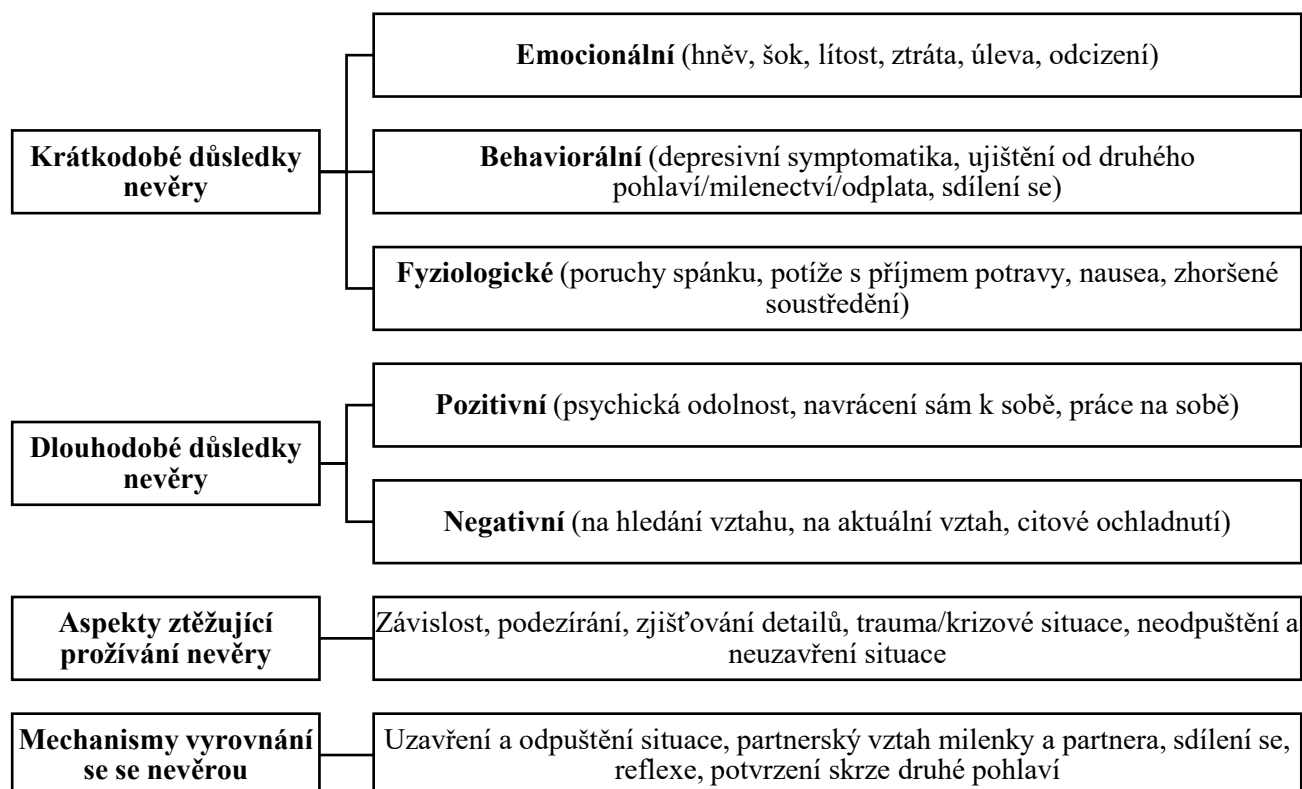
Smith et al. (2009, str. 101) doporučuje si během analýzy dat pokládat následující otázky: „*Jaké existují souvislosti mezi jednotlivými případy? Jak téma určitého případu pomáhá vysvětlit jiný případ? Která témata jsou silnější?*“ Celý proces analýzy a interpretace dat byl validován pomocí **nezávislého auditu**, jehož cílem je zjištění koherence celého výzkumu (Miovský, 2006).



Obrázek 10: Časové schéma analýzy dat (Smith et al., 2009)

6.4 Analýza společných témat

Zatímco kapitola 6.1 byla věnována selektivnímu popisu jednotlivých případů, v této kapitole se naopak pokusíme o syntézu poznatků do uceleného celku. Smith et al. (2009) nabízí dvě možnosti, jak data prezentovat, přičemž my jsme si vybrali tu prezentaci dat, která je spojuje do společných témat a následně je hierarchicky prezentuje. Z jednotlivých analýz jsme byli schopni extrahovat čtyři významná témata, která se vyskytovala skoro u všech respondentů. Mezi společná témata jsme zařadili **Krátkodobé důsledky nevěry**, **Dlouhodobé důsledky nevěry**, **Aspekty ztěžující prožívání nevěry** a **Mechanismy vyrovnání se se nevěrou**.



Obrázek 11: Společná témata, kategorie a kódy

6.4.1 Krátkodobé důsledky nevěry

Krátkodobé důsledky nevěry jsou ty, které se vyskytovaly po určitou dobu po odhalení nevěry a pak postupně vymizely. U každého respondenta byla tato doba různě dlouhá a taktéž i intenzita či počet těchto důsledků byl individuální.



Obrázek 12: Dělení kategorie Krátkodobé důsledky nevěry

Emocionální následky nevěry

Do této kategorie jsme zařadili všechny emocionální krátkodobé důsledky nevěry, které nám jednotliví respondenti uvedli. Ty jsme pro větší přehlednost znovu zařadili do podkategorií. Mezi emocionální důsledky nevěry patřil nejčastěji **hněv**. „*Jako fakt mě to úplně jako vytočilo, protože jsem to... Cítila jako prostě... Jako totální zradu. Že proč mi to prostě neřekl rovnou, pane Bože, to se prostě může stát, že se zamiluje do někoho jiného, proč ze mě prostě dělal krávu*“. Jak vidíme v této ukázce, hněv byl nejčastěji pojen se situací, kdy partner nevěru nepřiznal, zatajoval ji, či ji po zjištění zapíral. Vztek a hněv se ale samozřejmě vyskytoval i při samotném zjištění nevěry, a to jak hněv na partnera, tak i na milenku.

Dalším častým jevem bylo **nechápaní situace** a **odcizení** se tomu, co se děje. Respondenti často uváděli, že se cítili jako „v bublině“ nebo „ve vakuu“, jako by se daná situace neděla právě jim. „*Že jsem tomu nevěřila, že se to děje, že jsem byla z toho taková jako... Vůbec jsem neuměla najít nějakou kotvu, najednou, v tom... světě, životě, že jo, a tak*“.

Do emociálních důsledků odhalení nevěry jsme zařadili taktéž **lítost**, ať už nad ztrátou partnera či vztahu, sama nad sebou či ve spojení s rolí oběti a pláčem. Krom lítosti se velmi často objevovala **ztráta představ o partnerovi** či o vztahu jako takovém. „*Byla jsem hlavně hrozně zklamaná. Ani ne z toho, že se to stalo, mám to do dneška v sobě, můj manžel, který se mnou žil 13 let, byl schopen z toho udělat ten proces lhaní, že nepřišlo žádné vysvobození, že jsem musela pátrat a jezdit k ní do práce a takhle si vydobýt svou pravdu, abych si mohla říct, že mám pravdu, a to mám v sobě*“.

Pocit ponížení či **pocit zrady** se vyskytoval u každého z respondentů, přičemž se lišila jeho intenzita a délka cítění. Často se vyskytovalo i **znovuprožívání nevěry** v myšlenkách či ve snech. Nemůžeme opomenout zmínit **šok**, který taktéž prožili všichni respondenti. Objevil se i **pocit úlevy**, a to především u těch respondentů, kteří partnerovu nevěru tušili, on ji však negoval, či k ní neměli dostatek důkazů.

Pro větší přehlednost přikládáme schéma vytvořené v programu Atlas.ti 9, které znázorňuje nejčastější emocionální důsledky odhalení nevěry. Tato schémata budeme přidávat ke každé kategorii, kde to uznáme za potřebné ke zvýšení přehlednosti pro čtenáře.



Obrázek 13: Vybrané kódy spojené s kategorií Emocionální následky nevěry (ATLAS.ti 9, 2020)

Behaviorální důsledky nevěry

V této kategorii se u všech respondentů projevila neustálá **tendence sdílení se** o zážitku nevěry, která se soustředila okolo jednoho konkrétního člověka – nejčastěji blízkého přítele – ke kterému se respondent stále vracel. „*Nechtěla jsem tím zatěžovat někoho jiného, když jsem to řešila s tou kamarádkou, tak jsem měla pocit, že furt to musím řešit a musím se z toho furt vypovídat, do dneška se divím, že jí nepraskla hlava, ale ustála to báječně*“.

Z rozhovorů s respondenty vyplynulo i to, že byli okolnostmi **donuceni „normálně“ fungovat**, ačkoli měli různé obtíže s poruchami spánku, soustředěním či příjmem potravy. Zde se respondenti dělili do dvou skupin, kdy jedna fungovala po odhalení normálně co se týče například pracovního života, a druhá skupina se setkala se značnými problémy ve sféře

fungování ve společnosti. „Zvláštní bylo, že v případě, kdy jsem potřebovala fungovat, že jsem šla třeba do práce nebo do divadla, tak já jsem vypadala, že úplně nic, já jsem prostě jako fungovala jakoby nic a pak jsem najednou přišla dom, tohle se změnilo, ale žila jsem a největší deprese, nic jsem nedělala, nejedla a tak, ale když jsem potřebovala, tak jsem fungovala“.

S tímto fenoménem se pojila **sociální izolace** – „...ale jinak jsem se i sociálně trošku stáhla, protože jsem nedokázala myslet na nic jiného, byť jsem vedla s někým rozhovor, kolikrát jsem si ani nepamatovala o čem jsme se bavili“.

Dále docházelo k **opuštění koníčků** či pracovních projektů a **nechuti k životu** jako celku. Pro nás zvláštním jevem bylo to, že sedm z desíti respondentů se stalo milencem/milenkou někomu či partnera taktéž podvedlo ve snaze **vyrovnat skóre**, ačkoli si uvědomovali a sami prožívali důsledky nevěry ve vlastním vztahu. Toto je možné spojit s tím, že často respondenti uváděli, že potřebovali jakési **ujištění od druhého pohlaví** (skrže milencství, jednorázové sexuální styky či oplacením atd.), například co se týče fyzického vzhledu, pozdvihnutí sebevědomí atd.



Obrázek 14: Vybrané kódy spojené s kategorií Behaviorální následky nevěry (ATLAS.ti 9, 2020)

Fyziologické následky nevěry

Do poslední kategorie jsme zařadili všechny následky, které byly tělesného charakteru. Například respondenti často mluvili o **poruchách spánku** či **znemožnění přijetí potravy**, což se pojilo se značným úbytkem váhy – „*Já jsem byla nervózní dost, za ty tři měsíce jsem zhubla asi 8 kilo, takže jsem vážila padesát kilo²⁷ pak*“.

Společně s poruchami spánku, kde byly častější těžkosti s usínáním než například noční děsy, se pojilo **snížení soustředění**. Častá byla taktéž **nausea**.



Obrázek 15: Vybrané kódy spojené s kategorií Fyziologické následky nevěry (ATLAS.ti 9, 2020)

Fáze vývoje prožívání nevěry

Kdybychom měli následky a vývoj prožívání nevěry uvést v časové posloupnosti, první reakcí je dozajista **šok** s pocitem odcizení a otázkami „*proč se to děje zrovna mně?*“ a podobně. V této chvíli podvedení jedinci nejsou schopni jasně uvažovat a velmi citelně vnímají pocity zrady, která přichází skrze partnerovu nevěru. Tato první fáze se pojí s poruchami spánku, zhoršením soustředění a stažením žaludku, což vyústí v potíže s přijetím potravy. V této úvodní části kaskády reakcí není místo na sebereflexi, neboť respondenti nejsou schopni vidět svou situaci s odstupem a bez zastření emocí.

Druhou fází je **hněv**, který je spojený s předchozími pocity zrady a nespravedlností. Hněv se upíná jak na partnera, tak na milence/ku. Hněv ve většině případů není spojený s uskutečněnou afektivní agresí vůči podvádějícímu partnerovi/ce. Tyto dvě fáze se prolínají nejčastěji, tedy od hněvu se navrací k šoku a k odcizení se zase naopak. Jelikož si podvedený partner nemůže dovolit vzít si pauzu od běžných starostí a povinností, vnímá určité donucení k normálnímu fungování. První dvě fáze jsou taktéž přirovnatelné k jakési emocionální

²⁷ Respondentka se při své výšce a této váze dostala do pásma podvýživy.

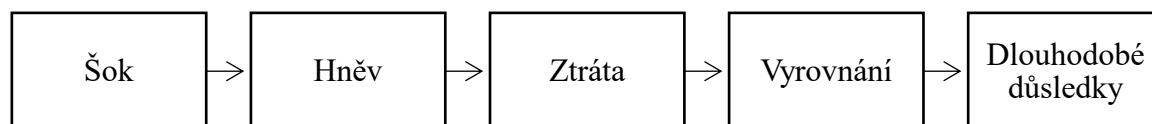
horské dráze, kdy se střídají velmi intenzivní negativní pocity s pocity naprostého odcizení a nechápání celé situace.

Další fázi bychom pojmenovali jako fázi **ztráty**, neboť zde dochází k plnému zvědomování toho, co nevěra znamená, a tedy ke ztrátě ideálů, která byly vytvořeny k partnerovi či ke vztahu jako celku. Ztráta se pojí se smutkem a úzkostí, často se objevuje strach, že podvedený partner zůstane sám a již si dalšího partnera nenajde– tj. pojí se i s pocity beznaděje. Tento úsek se nejvíce váže s depresivní symptomatikou, jako je ukončení oblíbených volnočasových aktivit, sociální izolace, nechuť k životu celkově a další.

Další fází je **vyrovnání** se s nevěrou, její odpuštění a akceptace situace. K odpuštění často dochází díky vyjasnění a uzavření si situace s podvádějícím partnerem. Další mechanismy, které pomáhají se vyrovnávat se zážitkem nevěry, popisujeme níže v této kapitole. Patří mezi ně například sdílení se o zážitku nevěry, reflexe situace či to, zda vztah mezi partnerem/kou a milencem/kou dále pokračoval.

Poslední fázi spojujeme s **dlouhodobými důsledky nevěry**, o kterých více píšeme v následující kapitole. Jedná se o fázi konečnou a objevuje se po určité době od ukončení vztahu, která se váže se sebereflexí vztahu a svojí i partnerovy viny. Obsahuje jak pozitivní, tak negativní komponenty.

Uvedené fáze u každého respondenta probíhaly individuálně, ale byli jsme schopni nalézt určité vzorce chování, které byly podobného charakteru. Fáze se tedy střídaly, navracelo se k nim či se měnilo pořadí. Délka fází záležela na mnoha aspektech jako je například výskyt, druh a celkový počet aspektů ztěžujících prožívání nevěry, navrácení k primárnímu vztahu či nalezení vztahu nového, chování ex-partnera, existence sociální sítě okolo podvedeného partnera či narativ respondentů a jejich osobnostní charakteristiky.



Obrázek 16: Fáze vývoje a vnímání nevěry

6.4.2 Dlouhodobé důsledky nevěry

V rozhovorech jsme byli schopní nalézt důsledky nevěry, které byly dlouhodobého charakteru. Tyto důsledky jsme rozdělili do dvou kategorií na **Pozitivní důsledky nevěry** a **Negativní důsledky nevěry**.

Pozitivní důsledky nevěry

Všichni respondenti byli schopní zpětně reflektovat i pozitivní důsledky, které pro ně nevěra měla. Nejčastější odpovědí bylo **zvýšení psychické odolnosti** ve smyslu výroku „*co tě nezabije, to tě posílí*“.

Za pozitivní následek nevěry se taktéž stalo **navrácení k sobě samému**, ke svým hodnotám, cílům. Tato odpověď se pojila ve více než polovině případů se závislostí na partnerovi. Otázkou pro nás však je, zda navrácení k sobě samému bylo opravdu způsobeno nevěrou, jak reflektují respondenti, či rozchodem, ke kterému později došlo, a tedy s rozejítím společných cest partnerů a donucení k vytvoření si samostatného života mimo partnerský vztah.

Respondenti uváděli, že díky uvědomění si své role v partnerově nevěře jsou teď schopní **pracovat na sobě jakožto na člověku**, což kvitují v novém vztahu. „*Motivovalo mě to k tomu, že jsem potom ...rok poté co se to stalo, tak jsem si zaplatil kurz asertivity a ...i se to hodilo do práce, protože pracuju občas s klienty a s klienty člověk musí být asertivní. Zase jsme u té...u té mé viny, že možná kdybych byl víc asertivní a víc říkal věci razantně, že tohleto ne, tohle se mi nelíbí, teď to chce změnu, tak že by to třeba nedošlo do toho bodu, ...nevěry.*“

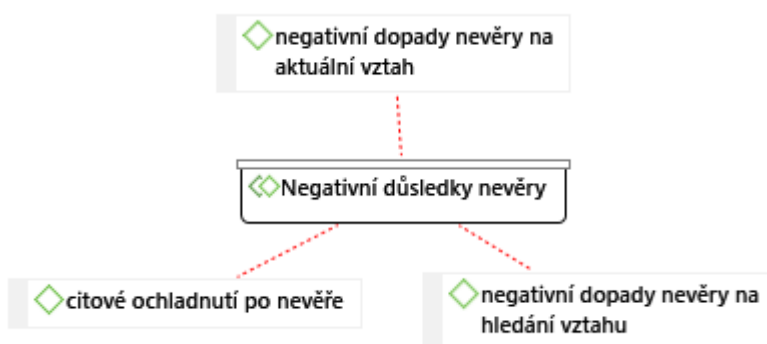


Obrázek 17: Vybrané kódy spojené s kategorií Pozitivní důsledky nevěry (ATLAS.ti 9, 2020)

Negativní důsledky nevěry

Negativní dlouhodobé důsledky, které nám respondenti uváděli, se zaměřovaly především na jejich partnerskou stránku života. Patřilo zde **negativní ovlivnění při hledání vztahu**, které se pojilo se ztrátou představ o vztazích a ztrátou důvěry v partnera obecně. „Kdykoliv byl náznak vztahu i teď, co jsem měl v zahraničí vztahy, tak většina intimních vztahů, co jsem se zkoušel po tom, tak skončila stejnými slovy, ...ehm že jsem odtazitý, chladný, že se neotevírám“.

Druhým důležitým aspektem negativních důsledků nevěry je **negativní dopad na aktuální vztah** u těch respondentů, kteří jsou v partnerství. „To je takové to hlídání, kontrolování, projíždění jeho mobilu, ...tak jsem si uvědomila, že to je k ničemu, že jsme se kvůli tomu akorát dohadovali a já jsem stejně neměla pocit většího bezpečí, že to prostě byl jenom nějaký mechanismus, který stejně nefungoval, tak se to teď snažím nedělat“. Pouze jeden respondent uvedl, že jeho vztah nevěra nijak neovlivnila.



Obrázek 18: Vybrané kódy spojené s kategorií Negativní důsledky nevěry (ATLAS.ti 9, 2020)

6.4.3 Aspekty ztěžující prožívání nevěry

Ačkoliv každý člověk je ve svém prožívání individuální, v analýze se nám vynořily společné aspekty, které vnímání nevěry pro respondenty subjektivně ztěžovaly. Nejvíce se jednalo o **podezírání z nevěry**, které bylo dlouhodobého charakteru a které bylo ze strany partnera/ky negováno. To se spojovalo s výroky jako „Myslela jsem si, že jsem šílená“ nebo „Vždyť já věděla, že je něco jinak, že se něco změnilo...proč to neřekl, proč mě nechal se v tom topit“. Podezírání z nevěry se pojilo se ztrátou představ o partnerovi. **Závislost na partnerovi** taktéž mohla hrát svou roli v těžkém prožívání nevěry.

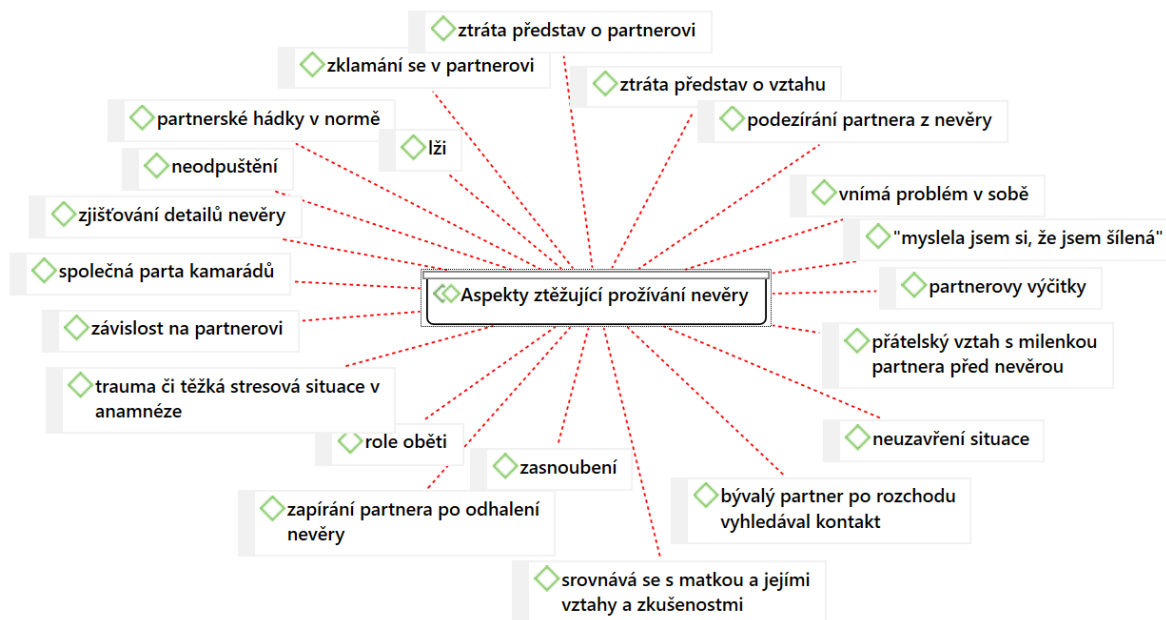
Aspektem, který dozajista ztěžoval prožívání nevěry, bylo i **zjišťování detailů o nevěře**, které se často nedalo zastavit. „To byla spíše taková jako brutální, ale brutální zvědavost,

že jsem potřebovala, já potom, jak jsme si začali vídat, tak já jsem měla otázky na úplně všechno ohledně toho, že jsem potřebovala fakt jako vědět do detailu a nemyslím si, že mi to jako nějak pomáhalo ty odpovědi, ale potřebovala jsem to vědět“. Zde se respondenti dělili do dvou skupin, kdy jedna skupina měla dostatek informací o proběhlé nevěře a druhá naopak neměla informace téměř žádné. V obou skupinách se projevila až nezastavitelná tendence zjišťovat detaily o tom, jak nevěra probíhala, což vedlo buď ke zhoršení psychického stavu nebo naopak k uzavření situace. Respondenti zjišťovali informace skrze mobilní telefon partnera či různé sociální sítě až po dotazování partnera a společných přátel.

Většina z respondentů měla v **anamnéze zažitou přímo traumatickou událost či stresovou situaci těžkého charakteru**, která se jim v mysli objevila hned po otázce toto zjišťující. Tato kategorie je zařazená z důvodu možné kumulace traumatu.

Pro nás překvapující kategorií je objevení souvislostí mezi prožíváním nevěry a **srovnávání se s matkou a jejími vztahy** či přímo s manželstvím rodičů jako celkem.

Dalšími ztěžujícími aspekty bylo například **neodpuštění partnerovi** a **neuzavření situace**. Taktéž nepomáhalo, když bývalý partner **vyhledával kontakt** s respondentem a nerespektoval dané hranice, které byly nastaveny například rozchodem/rozvodem partnerů.



Obrázek 19: Vybrané kódy spojené s kategorií *Aspekty ztěžující prožívání nevěry* (ATLAS.ti 9, 2020)

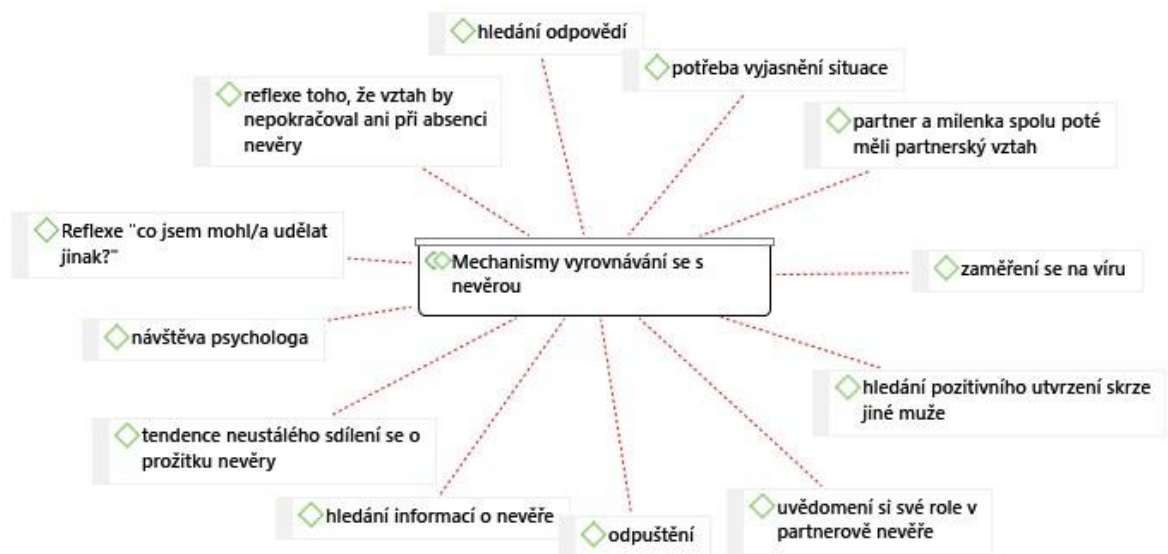
6.4.4 Mechanismy vyrovnání se s nevěrou

Nejčastěji pozitivně hodnoceným mechanismem, který pomáhal se s nevěrou vyrovnat, bylo to, že **partner a milenec/ka po nevěře navázali partnerský vztah**. „*Spíš jako by to, že ten vztah furt trvá, tak jako by pro mě asi dobrý, říkám, asi to tak mělo být. Jo, že jsou pořád spolu, dobrý*“. Co respondentům velmi pomáhalo po odhalení nevěry bylo i to, že se měli komu **sdílet**, ačkoli tato potřeba byla oproti normální situaci abnormálně zvýšená.

Byli jsme taktéž schopni nalézt pozitivní vliv **odpuštění** partnerovi a **uzavření situace**, jestliže k tomu mezi respondentem a bývalým partnerem došlo. Všichni z našich respondentů ale subjektivně vnímali důležitost uzavření situace skrz vysvětlení toho, proč k nevěře došlo.

Respondenty bylo pozitivně vnímáno i **potvrzení skrze druhé pohlaví**, jak jsme uváděli v přechozích kapitolách – „*Jako já asi v té chvíli potřebovala slyšet něco hezkého, něco, co by mě nakoplo a utvrdilo v tom, že nejsem tak šílená a hrozná, aby mě muži podváděli, tak jsem si začala dopisovat s jedním kamarádem, který mi de facto tohle poskytoval a já jsem to využívala v platonické rovině*“.

Ulehčujícím aspektem srovnávání se s nevěrou byl i prožitek přirozené **sebereflexe toho, že by vztah nepokračoval** při absenci nevěry. Celkově **reflexe** jako taková byla dozajista přínosná pro každého z respondentů.



Obrázek 20: Vybrané kódy spojené s kategorií Mechanismy vyrovnávání se s nevěrou (ATLAS.ti 9, 2020)

7 ODPOVĚDI NA VÝZKUMNÉ OTÁZKY

V této kapitole zodpovíme na hlavní i vedlejší výzkumné otázky, které jsme v úvodu studie popsali. Tyto odpovědi, které jsme získali analýzou rozhovorů, nastíníme v následujících odstavcích.

Hlavní VO: Jaká je zkušenost podvedených jedinců s nevěrou a jejími psychosociálními důsledky?

Respondenti po odhalení nevěry zažívali krátkodobé následky, které byly skoro stoprocentně negativního charakteru. Za pozitivní jev považujeme pocit úlevy, který se objevil u těch respondentů, jež nevěru dlouhodobě tušili, ale partner ji stále zapíral. Mezi negativní krátkodobé důsledky emocionálního typu patřil například hněv či pocit odcizení a smutek s lítostí nad zradou partnera. Co se týče prožívání tělesných důsledků nevěry, respondenti měli často problémy se spánkem, které se převážně pojily spíše s potížemi při usínání než například s nočními děsy. Často se objevovalo nechutenství a s ním spojený úbytek váhy. Nejčastějším následkem behaviorální charakteru byla tendence sdílení se o zážitku s někým z blízkých, která nabyla až nezdravé formy v intenzitě a opakování a celková depresivní symptomatika jako je nechuť k životu celkově, ztráta zájmu o volnočasové koníčky a tak dále. Dlouhodobě respondenti reflektovali, že nevěra v minulém vztahu jim negativně ovlivňuje vztah nynější, co se týče snížení důvěry novému partnerovi, či naopak mají problém se novému partnerovi otevřít a do vztahu vkročit.

Délka či intenzita tohoto psychického stavu se u jednotlivých respondentů lišila, což bylo ovlivněno psychickými vlastnostmi zasažených jedinců, sociální podporou okolí, naleznutím nového vztahu či navrácení se k podvádějícímu partnerovi. Za jeden z klíčových poznatků analýzy dat považujeme objevení schématu těžkého prožívání nevěry ve vztahu k porovnávání se s osobností matky či vztahem rodičů celkově, což respondenti prožívali jako významný aspekt zkušenosti s nevěrou. Za zajímavý poznatek taktéž pokládáme potřebu ujištění od druhého pohlaví, která se vyskytovala ve formě milencství po vztahu či oplacením nevěry.

Vývoj prožívání a reakci na odhalenou nevěru se objevoval v pěti fázích, kdy první z nich byl **šok**, poté následovalo **hněv**, dále pocity **ztráty**, po nichž jsme zařadili **vyrovnání se** s prožitkem nevěry a **dlouhodobé důsledky**.

Vedlejší VO1: Jaká je zkušenost podvedených jedinců s pozitivními důsledky nevěry?

Všichni respondenti reflektovali pozitivní dlouhodobý důsledek, který pro ně nevěra partnera měla. Nejčastěji reflektováno bylo zvýšení psychické odolnosti ve smyslu budoucího zvládnání stresových situací. Důležitým aspektem psychického rozvoje po odhalení nevěry bylo i zapracování na sobě jakožto na člověku, například ve formě různých kurzů soft-skills či návštěvy odborníků. Taktéž respondenti prožili navrácení sami k sobě, kdy respondenti závislí na partnerovi po jeho nevěře a rozpadu vztahu se znovu cítili „být sami sebou“ a navrátili se k hodnotám, které jim byly vlastní.

Vedlejší VO2: Jaké aspekty pojící se s těžkým psychickým prožíváním nevěry podvedení jedinci prožívají?

Díky analýze rozhovorů jsme byli schopni zjistit prožívání jednotlivých aspektů, které respondentům ztěžovaly vnímání nevěry. Objevovalo se například podezírání nevěry, které mohlo být ještě násobeno negováním partnera při jejím přímém zjišťování. Určitou roli dozajista hrála i závislost na partnerovi a tendence ke zjišťování detailů o nevěře, kdy buď podvedení partneři neměli žádné informace, nebo měli určité základní jádro, které jim však nestačilo k úplnému pochopení situace, a proto se doptávali dále. Pokud se respondentům nedostávalo úplného vysvětlení nebo byli například odstřiženi partnerem bez formálního ukončení, byli v subjektivně vnímaném horším psychickém stavu než ti respondenti, kteří své rozuzlení získali. Objevil se negativní účinek vysvětlení situace na psychiku respondentů, a to například v těch případech, kdy tato potřeba byla dána mimo normu a respondenti se až masochisticky snažili přijít na ty nejmenší detaily nevěry, které ovšem nebyly přínosné. Toto se dělo nejčastěji, když jim nebylo podáno vysvětlení od samotného partnera. Vysvětlení situace se často pojilo s uzavřením a odpuštěním partnerovi, přičemž právě neschopnost nevěru odpuštít a situaci uzavřít byly faktory, které její prožívání ztěžovaly. Určitý podíl na psychicky těžké zkušenosti s nevěrou měla i existence traumatu či těžkých stresových situací v anamnéze. Pro respondenty taktéž nebylo přínosné, pokud ex-partner vyhledával po rozchodu kontakt a nedbal hranic.

8 DISKUZE

V našem výzkumu jsme si za cíl vytyčili zjistit, jak se respondenti postihnou nevěrou cítí a jaké jsou pozdější následky nevěry. V této kapitole porovnáme naše výsledky vzešlé z analýzy rozhovorů s výzkumy, které jsme uvedli v teoretické části práce. Na konec kapitoly připojíme limity a přínosy našeho výzkumu jako celku a doplníme doporučení pro další výzkumy ubírající se podobným směrem.

Jelikož se nám nepodařilo dohledat české výzkumy zabývající se podobným tématem, budeme využívat výzkumů zahraničních. Nepředpokládáme, že se populace v nich uvedená od té české liší natolik, aby to výrazně ovlivnilo jejich srovnávání. Jak jsme již avizovali, většina námi dohledaných studií nevěry se zaměřovala spíše na postoje k ní či na genderové rozdíly ve vnímání, četnosti aj. Výzkumy spojené s prožíváním nevěry jako takové byly povětšinou kvantitativního charakteru.

Konfrontace výsledků s dosavadními výzkumy a jejich interpretace

Byli jsme ovšem schopni nalézt kvalitativní výzkum poměrně obsírného formátu i kvality, který vyšel v roce 2020, s názvem „*Je romantická zrada druh traumatické zkušenosti?*“ (Lonergan et al., 2020). Právě tímto výzkumem začneme naše porovnávání.

Pomocí IPY a prací s konceptuálními, jazykovými a deskriptivními komentáři jsme byli schopni v rozhovorech naleznout společná témata, která se v každém z nich opakovala. Mezi tato společná témata jsme zařadili **Krátkodobé důsledky nevěry**, **Dlouhodobé důsledky nevěry**, **Aspekty ztěžující prožívání nevěry** a **Mechanismy vyrovnání se s nevěrou**. Více informací o těchto kategoriích celkově a o tom, co obsahovaly, jsme roze-psali v kapitole 6.4, kam taktéž pro větší přehled čtenáře odkazujeme. Pro porovnání s výzkumem, o kterém se zmiňujeme výše, bereme do úvahy především kategorii **Aspekty ztěžující prožívání nevěry**, kam jsme zařazovali ty okolnosti odhalení nevěry, které byly pro respondenty ztěžující při jejím prožívání, či samotnou anamnézu a osobnostní profil respondentů. Vzhledem k tomu, že podmínkou zařazení do našeho výzkumu bylo to, že respondent subjektivně vnímá nevěru jako těžkou životní událost, která jej ovlivnila, můžeme náš výzkumný soubor připodobnit k respondentům ve zmiňované studii.

Lonergan et al. (2020) objevili společné kategorie aspektů ztěžujících prožívání nevěry (viz obrázek 8), které se podobaly těm námi nalezeným. Jednalo se například o podezírání partnera z nevěry, odhalení nevěry spojené s následným šokem, ztrátou a otřesem představ a významem attachmentu událostí. Z našeho výzkumu vyplynuly podobné výsledky, kdy **podezírání partnera z nevěry** společně ve schématu s jeho negováním situace, bylo aspektem, který dozajista zhoršoval psychický stav respondentů. Weigel a Shrou (2020) zkoumali samotné podezírání partnera z nevěry, jehož výsledkem byl silný distres, depresivní symptomatika a zhoršená kvalita života, což potvrzuje, že pro určité jedince může být už samotné podezírání nevěry těžkou životní zkušeností – tudíž lze předpokládat, že podezírání z nevěry a její následné zjištění zhoršuje psychické prožívání jedince.

Našli jsme taktéž shodu v kategoriích výzkumu Lonergan et al. (2020) – konkrétně *otřes vnitřních představ o partnerovi* – a těch námi vytvořených značících **ztrátu představ o partnerovi** a také v situacích, kdy nevěra proběhla v nějaký **speciální den** (například v našem případě to bylo výročí páru, Lonergan s kolektivem je pojmenovali jako *význam attachmentu události*). Důvodem, proč jsou pro respondenty ztěžující aspekty vnímání nevěry je to, že podváděný prožívá mnoho ztrát zároveň – od ztráty milovaného partnera, po ztrátu vztahu až po ztrátu představ, které si o světě kolem sebe a o partnerovi tvořil. Pokud se k tomuto pojí ještě například ztráta přátelství, neboť milenkou byla kamarádka, či se rozchodem způsobeným nevěrou zamezilo kontaktům se společnými kamarády, jedná se o tzv. *dvojitou ztrátu*, která je pro respondenta zásadně ztěžujícím aspektem prožívání.

Proč ale respondenti měli takto závažné reakce na partnerovu nevěru? Z analýzy rozhovorů jsme byli schopni zjistit, že se u respondentů často objevovala **závislost na partnerovi**, kterou byli schopni zpětně pojmenovat. Jednalo se například o úplné přizpůsobování se vztahu a partnerovi jako takovému, trávení veškerého volného času s partnerem, úzkostné stavy při odloučení či popis toho, že bez partnera nedokázali běžně fungovat aj. Dle Gordona et al. (2005), Gunthera (2017) a Pittmana (1993) může být právě závislost na partnerovi ztěžujícím aspektem pro prožívání nevěry. Interpretace toho, proč závislost na partnerovi ztěžovala prožívání nevěry, je zcela zřejmá. Podváděný totiž nečelí jen odhalení nevěry, ale i rozboření hodnot, postojů a myšlenek, které si tvořil skrz partnera, na němž byl závislý. Pět z našich respondentů u sebe taktéž **pozorovalo nízké sebevědomí** spojené buď s fyzickým vzhledem, nemocí či například sociálním a genderovým postavením, což dle Pittmana (1993) taktéž může hrát svou roli v těžkém prožívání nevěry. Jestliže má člověk potíže se sebezpojetím a následně odhalí partnerovu

nevěru, která na toto sebepojetí dále útočí, je to dle nás aspekt, který její prožití zásadně ztěžuje. Partner si vybral někoho jiného než respondenty, a ať už se jednalo o emocionální, fyzickou či virtuální nevěru, dovolil milenci/e vstoupit do svého osobního prostoru. Respondenti se i často s milenkou/milencem srovnávali, což také mohlo vést ke snížení sebevědomí.

Těžké psychické prožívání nevěry můžeme pojit i s **traumatem či závažnými stresovými situacemi**, které měli respondenti v anamnéze, jejichž existence byla určitým ztěžujícím podhoubím pro následné vnímání odhalení nevěry. Prožívání nevěry mohlo zhoršit i to, že podvedený partner nevěru **neodpustil** či situaci – ať už sám pro sebe nebo i s partnerem – **nepovažoval za uzavřenou**. Oba tyto fenomény byly spojeny s komunikací ohledně nevěry a s partnerovým objasněním a vysvětlením. Možnou interpretací nevysvětlení nevěry jako aspektu, co její prožívání ztěžoval, je to, že respondenti neměli odpovědi na své otázky. Nebylo jim poskytnuto rozuzlení situace a vysvětlení toho, proč k nevěře došlo, za jakých okolností a jakou v tom měli třeba i vlastní vinu. Zůstaly jim vlastní domněnky a vlastní vysvětlení situace. **Odpuštění nevěry** lze považovat jako přelom či milník, od kterého se lze odrazit. Respondenti často popisovali, že se cítili „*jako kdyby byli na dně*“, a právě odpuštěním mohli situaci považovat za uzavřenou a přestat ji vnímat jako zdroj negativních emocí. Odpuštění s sebou nese i pocit úlevy, neboť je dle nás spojeno s vnitřním pocitem osvobození.

Jestliže využijeme lidových moudrostí, tak úsloví „*Sejde z očí, sejde z mysli*“ je plnou interpretací následujícího ztěžujícího aspektu prožívání nevěry, kterým se stal **kontakt ex-partnera** a jeho případné **nedodržování hranic**. Prvně musíme uvést, že tyto hranice byly vytyčeny ve vztahu, a byly překračovány poté, co pár již nebyl spolu, což respondentům připomínalo vše, o co díky nevěře přišli. Jestliže partner nerespektoval přirozenou potřebu vzdálení se, a naopak kontakt vyhledával, mohl tím naopak situaci zhoršovat, neboť svou přítomností připomínal, co se stalo a co bylo kvůli nevěře ztraceno.

Během rozhovorů se často opakovalo téma **problému s přijímáním potravy a nechutenstvím** celkově, což mělo za následek úbytek váhy. Někteří respondenti naopak přiznávali, že zatímco v běžném životě si životosprávu hlídali a snažili se volit zdravější varianty pokrmů, po odhalení nevěry si dali vše, na co měli chuť. To se zdá v souladu s výzkumem Asayesh et al. (2017) či tvrzením Kratochvíla (2009). Obě reakce se nám zdají vysvětlitelné tím, že nevěra může způsobit alespoň dočasný rozpad vnitřního světa a hodnot, kdy dodržování zdravého jídelníčku, které předtím bylo prioritním, najednou postrádá

smysl. Psychická bolest stahuje žaludek, což se pojí s nechutenstvím a neschopností přijmout potravu a to následně vede k úbytku váhy.

Všichni respondenti popsali jako jednu z hlavních citových reakcí na odhalení nevěry **vztek**, což je v souladu s výzkumem Ortmana (2005), který považujeme za stěžejní dílo zabývající se fenoménem PISD, či výzkumem DeStena et al. (2006). Výskyt vzteku jako reakce na odhalení nevěry je dle nás přirozený, neboť nevěra byla často respondenty nálepkována i jako zrada či podraz, což se pojí s komponentou hněvu, neboť je narušen závazek monogamie, který byl ve vztahu přítomen.

Nevěra taktéž znamená **ztrátu důvěry** v partnera a potenciálně vztahu jako takového, což díky výzkumům můžeme připodobnit k **modelu ztráty**²⁸ dle doktorky Kübler Rossové, kde se hněv či zlost nachází na druhém místě (Janáčková, 2008; Kirshenbaum, 2009). Z analýzy rozhovorů jsme taktéž byli schopni vyextrahovat určité fáze, které popisujeme v kapitole 6.4.1., a které se částečně shodují s fázemi výše zmiňovanými. Janáčková (2008) a Kirshenbaum (2009) tvrdí, že fáze vyrovnávání se s nevěrou jsou podobné pěti fázím smutku Kübler Rossové, což můžeme potvrdit, neboť se skutečně – mimo jednu fázi – s těmi námi nalezenými, shodovaly. Touto absentovanou fází je **smlouvání**, které jsme v analýze rozhovorů nezachytili. Je ovšem možné, že je to zapříčiněno tím, že jsme se přímo na toto respondentů nedoptávali nebo že respondenti sami vnímali jako důležitější jiné aspekty prožívání nevěry, které nám během rozhovoru svěřovali.

Respondenti dále uváděli, že po odhalení nevěry se u nich projevil poruchy spánku, které souvisely především s problémy s usínáním, upuštění od volnočasových aktivit, pocity viny a ztráta představ nejen o partnerovi, ale o světě jako celku, problémy se soustředěním, které zasahovaly i do pracovního a sociálního života, sociální izolace a další. Tyto následky odhalení nevěry by se daly zařadit právě pod **depresivní symptomatiku**, kterou Roos et al. (2019) u svých respondentů zjišťovali. U dvou našich respondentů byla dokonce diagnostikovaná depresivní fáze a následně byli medikováni antidepresivy. Toto zjištění ratifikuje výsledky druhého výzkumu, který jsme v kapitole Realizované výzkumy uvedli – výzkum Dean a Bergner (2018) a jejich kategorie *zhoršené fungování*.

Co se týče **tendence respondentů zjišťovat detaily** o proběhlé nevěře, je to jev zcela přirozený. Například studie Olsona et al. (2002) či Butlera et al. (2008) tento jev potvrzují i u svých respondentů, kde se taktéž opakovaly dva možné scénáře – respondenti si buď

²⁸ V literatuře jej najdeme pod pojmem **pět fází smutku** či **pět fází umírání**.

uvědomovali, že jim to škodí, nebo naopak tyto informace potřebovali ke zpracování zážitku nevěry. Z našeho pohledu a analýzy jednotlivých rozhovorů je získávání informací užitečné pouze v omezené míře, kdy je třeba si určit hranici, za kterou s detaily již nezajít, čemuž například sekunduje Šmolka (2010). Naopak Plzák (2010) ze svých zkušeností doporučuje o nevěře nemluvit vůbec, což z naší analýzy rozhovorů vyplynulo jako aspekt, který její prožívání ztěžuje.

Dá se taktéž diskutovat o našem zjištění týkající se chování respondentů po nevěře ve vztahu k **opačnému pohlaví** či **oplacení nevěry** partnerovi, jestliže se rozhodli ve vztahu zůstat. Jako otázka nám vyvstává to, co přimělo respondentky stát se milenkami či nevěru oplatit, když samy zažily negativní důsledky nevěry ve svém vztahu. Můžeme to přičítat snaze o adaptaci na situaci a zvýšení sebevědomí, které bylo kvůli partnerově nevěře sníženo, jak uvádí Shrout a Weigel (2020). Jedná se o fenomén, který je prospěšný zejména pro ty pracovníky, kteří se s nevěrou v páru setkávají a pomáhají jí páru či jednotlivci překonávat. Ač naši respondenti tuto potřebu odplaty či zvýšení sebevědomí vnímali jako nesprávnou, subjektivně ji hodnotili jako něco, co jim taktéž pomohlo překonat partnerovu nevěru.

Odhalení nevěry se ale pojí i s **pocitem úlevy**, jak jsme při analýze dat zjistili, což interpretujeme tak, že jedinec, který nevěru dlouhodobě tuší, ale nemá k ní fyzické důkazy, je v neustálé psychické tenzi. Ačkoli odhalení nevěry je obecně považováno za jev negativní, pro tohoto zmiňovaného člověka může přijít i úleva, neboť je již situace jasná a může s ní pracovat, na rozdíl od nevěry, ke které neměl fyzické důkazy, ale partnera z ní podezíral. Úleva taktéž může nastat z důvodu normalizace předchozích domněnek a pocitů spojených s podezíráním z nevěry, neboť respondenti v našem výzkumu dále uváděli, že se cítili, „*jako kdyby byli šílení*“, neboť jasně pocítovali změnu v partnerově chování naznačující nevěru, ale partner byl ve svém negativním popírání pevný. Dalo by se říci, že se v tomto případě jednalo o tzv. kognitivní disonanci, kdy byl přítomen rozpor mezi dvěma poznáními. Právě tajení nevěry a její následné zjištění spojené s šokem jsou dle Lustermana (2005) tím, co způsobuje tak ničivé psychické následky.

Výsledky významných výzkumů se ve velké míře shodují s poznatky, ke kterým jsme byli schopni dojít. Nenalezli jsme výrazné rozdíly či přímo informace, jež by si navzájem odporovaly. Naopak se zjištění navzájem doplňují, proplétají a ratifikují – společně tedy vytváří bohatý celek, který umožňuje nahlédnout do hlubin tématu nevěry a jejího prožívání.

Přínosy a limity výzkumu a možná doporučení

Jako první bychom chtěli zhodnotit počet respondentů, který se vyšplhal k celkovému číslu deseti lidí. Tento počet považujeme za adekvátní a dostačující, neboť IPA nepožaduje velké množství respondentů, ale v rozhovorech se naopak zachází do větší hloubky poznání (Řiháček et al., 2013). Smith et al. (2009) doporučují studentům využívajícím metodu IPA zařadit do výzkumného souboru tři až šest respondentů, přičemž my jsme ukončili sběr respondentů poté, co došlo k tzv. *teoretické saturaci*, tedy k situaci, kdy nová data nepřinášejí již další poznatky. Tento postup je doporučován například Hendlem (2016). Kvalitativní výzkum již ze své podstaty nepředpokládá zobecnění výsledků na celou populaci, ale pouze na vzorek, na kterém se uskutečnil (Hendl, 2016).

Počítali jsme však s vyšším počtem respondentů, což bylo způsobeno velkým zájmem o účast v našem výzkumu, který se po uvedení plakátu na sociálních sítích uskutečnil. Tento zájem postupně utichnul a většina z lidí, kteří se nám přihlásili, přestal záhy komunikovat či se nedostavilo na setkání, ať bylo online formou, či se jednalo o osobní setkání.

Jak je již patrné z charakteristiky respondentů, kromě osmi žen jsme měli ve výzkumném souboru i dva muže. Je faktem, že muži a ženy prožívají nevěru odlišně, přesto jsme se rozhodli je do výzkumu zařadit. Toto zjištění se totiž pojí zejména s rozdílem v prožívání emocionální versus fyzické nevěry u obou pohlaví, kdy muži hůře snášejí u své partnerky nevěru emocionální a ženy naopak nevěru fyzického typu (Edlund & Sagarin, 2012; Shackelford, 2008). Prožívání nevěry u obou mužů nebylo nikterak se lišící od žen, se kterými jsme dělali rozhovor, což například potvrzuje Valová (2008) ve své diplomové práci, kde uvádí, že rozdíly v prožívání nevěry mužů a žen se dle manželských poradců přestávají lišit díky postupnému stírání genderových rolí. Pro zařazení do výzkumu jsme jako přednější podmínku určili výrazné negativní psychické prožívání nevěry než příslušnost k určitému pohlaví, a tedy dva muži ve výzkumném souboru naše výsledky pravděpodobně nikterak neovlivnili.

Ve výzkumném souboru se objevily i rozdíly týkající se rodičovství. Tři respondentky z celkového počtu deseti respondentů mají s podvádějícím partnerem dítě, což mohlo zkreslit naše výsledky směrem ke zhoršení vnímání nevěry. To nepovažujeme za tak výrazný limit, neboť jsme se zaměřili právě na ty podvedené, které nevěra těžce psychicky zasáhla. Dalším výzkumníkům však doporučujeme zachovat větší homogenitu souboru a vybrat si

buď bezdětnou skupinu respondentů nebo respondenty-rodíče. Mezi respondenty jsme měli taktéž jak zástupce romantických vztahů, tak manžele. Dále se ve výzkumném souboru objevují lidé s různými stupni vzdělání, od středoškolského s maturitou po magisterské. Nutno dodat, že všichni z respondentů uvedli, že se se na vysokou školu hlásili a byli přijati, akorát buď nenastoupili nebo ji zanechali.

Taktéž se u jednotlivých případů liší čas, který byl stráven v páru, a ten, který proběhl od zažité nevěry. Je možné, že různý časový úsek od zjištění nevěry, který se pohyboval od tří do jednoho roku zpět, mohl zkreslit snahu respondentů o rekonstrukci jejich narativu. Ve snaze najít ty respondenty, kteří nejsou čerstvě po zkušenosti s nevěrou a mají tedy určitý odstup, jsme již nedokázali sehnat respondenty, kteří by byli v těchto časových úsecích dokonale homogenní. Přílišným limitováním výběru do výzkumného souboru bychom přišli o množství respondentů, které nebylo lehké získat ani bez této limitace.

Na závěr této úvahy o homogenitě souboru bychom chtěli dodat, že jsme si plně vědomi, že se nejedná o soubor, který je dokonale homogenní a s tímto faktem jsme během analýzy rozhovorů pracovali. Podmínky pro zařazení do výzkumu byly však dodrženy a určili jsme si je za přednější.

Za limit studie považujeme nedostatek, respektive úplnou absenci, kvalitativních výzkumů na téma prožívání nevěry z prostředí České republiky. Taktéž výzkumů ze zahraničí, které by byly kvalitativního formátu, jsme našli poskrovnu. Nedostatek zdrojů nám zabránil v adekvátním porovnání výsledků výzkumu. Tento fakt mohl být odrazující i pro respondenty, kteří si hledali informace o tom, co prožívají, a proč to prožívají takto těžce. Na toto téma sice existuje spousta článků či videí, ovšem postrádají vyšší vědeckost, které nám nabízí přímo výzkumné články. Čtenářům této diplomové práce však doporučujeme shlédnout například Ted Talk s názvem *Rethinking infidelity ... a talk for anyone who has ever loved* od psychoterapeutky Esther Perel, která na základě své dlouholeté práce s jednotlivci i páry zasaženými nevěrou sepsala knížku s názvem *Přehodnocení nevěry*, jejímž přečtením získá čtenář aspoň základní náhled do této problematiky.

Ačkoli stále upozorňujeme na malé množství kvalitativních výzkumů nevěry, uvědomujeme si, že pro to existují důvody. Nevěra je téma veskrze intimní a důvěrné, v našem výzkumu jsme navíc hledali ty respondenty, pro které to bylo i téma kdysi či stále velmi bolestivé. Svěřovat se někomu v blízkém rozhovoru je dozajista pro člověka těžší

než se svěřit počítači v podobě anonymního dotazníku. Nevyváženost kvalitativních výzkumů ke kvantitativním je tedy přirozeným jevem, neboť je indikátorem zranitelnosti těch, kteří nevěru zažili. Respondenti, kteří se našeho výzkumu zúčastnili, pozitivně hodnotili to, že mohou přispět k pochopení tohoto fenoménu, a pomoci tak těm, kteří partnerovu nevěru těžce prožívají. Nutno dodat, že další – a možná skrytou – motivaci respondentů pro účast ve výzkumu neznáme.

Výhody této studie spatřujeme v tom, že se jedná o tzv. první vlašťovku na českém území. Otevřeli jsme téma, které není hluboce prozkoumané. Námi zjištěná schémata a kategorie by mohly být přínosem pro manželské, rodinné a párové psychology, kteří se s tématem nevěry setkávají jako s jedním z nejčastějších důvodů návštěvy jejich klientů poradny (Atkins, et al., 2010; Atkins et al., 2005). Ačkoli se může zdát, že se nad tématem nevěry trochu přivírají oči, neboť se jedná o téma vysoce nepříjemné, Whisman (2016) upozorňuje, že se taktéž jedná o téma, které se v páru řeší nejobtížněji. Je tak třeba mít tento fenomén důkladně prozkoumán a teoreticky zpracován, k čemuž naše práce pomáhá. Pozitivním zjištěním našeho výzkumu bylo objevení psychického růstu u respondentů, kteří jako probouzející událost reflektovali právě odhalení nevěry. O nevěře se totiž často mluví veskrze v negativních konotacích a nepohlíží se na pozitivní stránku jako je právě psychický růst či zvýšení stresové odolnosti a další, které jsme popsali v minulých kapitolách a který se objevuje i ve výzkumu Laaser et al. (2017). Je nutné si ale uvědomit, že ačkoli se nám jevil kvalitativní typ výzkumu jako nejlepší možná volba zkoumání, jeho výsledky se nedají aplikovat na celou společnost.

Za přínosné pokračování tohoto výzkumu vnímáme hloubkové probádání vztahu rodičů respondentů či srovnávání se s jedním z nich ve vztahu k prožívání nevěry. Je to téma, které jsme nečekali, že se vynoří, a bylo tedy svým způsobem zajímavé. Samozřejmě můžeme doporučit jít do větší hloubky ve zkoumání prožívání nevěry jako takové, například s proměnou různého časového intervalu, od kterého nevěra proběhla, ve snaze zjistit proměnu prožívání a názorové stability podvedených jedinců. Taktéž zasadit námi vyzkoumané poznatky se zkušenostmi například párových terapeutů a poradců pomocí metody zakotvené teorie považujeme za zdárné pokračování tohoto výzkumného pole.

9 ZÁVĚR

V této diplomové práci jsme se zaměřili na to, jaké jsou psychosociální důsledky nevěry v partnerských vztazích. Vycházeli jsme z teoretických publikací na téma nevěry a toho, co ve vztazích či psychice jedinců může způsobit – ať už v pozitivním či negativním kontextu – a tématy zabývajícími se vztahy a problémy v nich celkově a dalších. Následující kapitola této diplomové práce bude zaměřena na shrnutí výsledků výzkumné části.

Díky analýze jednotlivých rozhovorů jsme byli schopni stanovit následující závěry:

- Podvedení partneři zažívali důsledky odhalení nevěry, které byly krátkodobého či dlouhodobého charakteru. Mezi krátkodobé dopady patřily důsledky emocionálního, behaviorálního a fyziologického charakteru, čímž jsme byli schopni ratifikovat četné teoretické poznatky z kapitoly 2.7. Podvedení partneři nejvíce pociťovali hněv, který se pojil s partnerovým zapíráním nevěry. Taktéž se objevilo časté nechápání toho, co se děje, a celkové odcizení se. Partneři pociťovali lítost a často se stavěli do role oběti, ačkoli zpětně dokáží reflektovat svou vinu na partnerově nevěře či nefunkčnost vztahu. Behaviorální důsledky nevěry se pojily s depresivní symptomatikou jako je například opuštění od volnočasových aktivit, celková nechuť k životu, sociální izolace a další. Podvedeným partnerům se kvalitativně zhoršila úroveň spánku a přijímání potravy, jejíž častým důsledkem byla nausea a zhoršení pozornosti.
- Vývoj prožívání nevěry se dělil do pěti fází, z nichž první byl šok, dále hněv, pocit ztráty, vyrovnání se s nevěrou a dlouhodobé důsledky nevěry, které zahrnovaly jak pozitivní, tak negativní komponenty.
- Participanti prožívali i dlouhodobé pozitivní důsledky nevěry jako je zvýšení psychické odolnosti a navrácení sám k sobě a svým hodnotám a cílům, které ve vztahu potlačovali. Podvedení partneři díky proběhlé sebereflexi začali zvyšovat své soft-skills, například pomocí kurzů.
- Dlouhodobé negativní dopady nevěry se týkaly především partnerské stránky života podvedených, kdy buď respondenti pociťovali ztrátu důvěry vůči novému partnerovi a byli citlivější na určité náznaky, které pociťovali v minulém vztahu, nebo nebyli schopni vstoupit do nového vztahu vůbec.

- Existují určité aspekty, jež podvedeným ztěžovaly prožívání odhalení nevěry. Bylo jím například dlouhodobé podezírání partnera z nevěry. Toto podezírání bylo partnerem zároveň popíráno, což po odhalení nevěry narušilo jak představy, které si podvádění tvořili o partnerovi, tak představy o světě jako celku. Dalším ztěžujícím aspektem byla dozajista závislost na partnerovi a neodpuštění, společně s uzavřením situace, kdy podváděný partner odmítá udat důvody, které jej k nevěře vedly. To se pojilo s až nezastavitelným zjišťováním detailů proběhlé nevěry. Překvapivým zjištěním bylo to, že podvádění partneri v rozhovorech začali sami od sebe srovnávat svou situaci se situací rodičů a nejčastěji s matčinou rolí v ní. Většina respondentů, kteří vnímali nevěru jako těžkou životní situaci, která je následně dlouhodobě ovlivňovala, mělo v anamnéze buď traumatický nebo krizový zážitek.
- Odpuštění nevěry partnerovi hrálo významnou roli v prožívání nevěry a s tím spojenými psychosociálními důsledky. Odpuštění se velmi často spojovalo s vysvětlením podvádějícího partnera, proč k nevěře došlo a jeho otevřeným přístupem ke komunikaci tohoto tématu. Uzavření situace se pojilo s jejím vysvětlením a zároveň i s odpuštěním partnerovi a bylo bráno jako pozitivní činitel prožívání.

SOUHRN

Předkládaná diplomová práce se zabývá psychosociálními důsledky nevěry v partnerských vztazích. Cílem bylo přiblížit si to, co prožívá člověk, který je ve vztahu podveden, jaké to na něj má krátkodobé i dlouhodobé důsledky a zda tato situace spustila i určitý psychický růst.

Teoretickou část jsme rozdělili do tří hlavních kapitol, které byly zařazeny z důvodu propojení teoretické a praktické části a k samotnému pochopení fenoménu nevěry. Těmito kapitolami jsou **Partnerské vztahy**, **Nevěra** a **Realizované výzkumy**, které se každá dělí do daných podkapitol přibližujících nadřazené téma.

Partnerský vztah je tvořen jednotlivými složkami, které mají vliv na jeho kvalitu a celkové fungování – konkrétně milostnou touhou, intimitou, vzájemnou závislostí a závazkem (Sternberg, 1986; Výrost & Slaměnik, 2008). Romantický vztah definujeme jako vztah s absencí formálního svazku manželství a dělí se dále na otevřený a uzavřený dle dohody o monogamii mezi partnery. Oproti tomu manželství je formální svazek, který je vymezen fyzicky pobytem ve stejné domácnosti, psychologicky přijetím nové role manžela/ky a sociálně jako vytvoření malé sociální skupiny, tzv. dyády (Vágnerová, 2010). I manželství se dá dělit na otevřené a uzavřené, kdy do otevřeného manželství spadá například manželství skupinové či swinging. Kapitulu jsme věnovali i fenoménům dnešní doby jako jsou singles, hook up či přátelé s výhodami.

Jak jsme již několikrát v této diplomové práci avizovali, nevěra je jedním z nejčastějších důvodů rozvodu (Amato & Previti 2003; Newport & Himelfarb 2013) a je jedním z nejobtížnějších problémů, který partnerští poradci a jiní odborníci musí v páru řešit (Whisman, 2016). Dle nejaktuálnějších dat je až 37 % Čechů svému partnerovi/ce nevěrných (STEM/MARK, 2006), přičemž čísla ve světě se pohybují od 33 do 75 % (Brand et al., 2007; Marin, Christensen, & Atkins, 2014). Samotná definice nevěry je problematická, neboť je to téma veskrze individuálně vnímané, které je pojeno s morálkou daných lidí (Kratochvíl, 2009). Díky teoretické rešerši jsme byli schopni spojit jednotlivé výroky a definice do celku (viz obrázek 4), kdy se za nevěrné chování považuje například porušení „nárazníkové zóny“, což je vzdálenost, do které se cítíme s neznámými lidmi bezpečně, a fyzická či emocionální intimita (Hartl, 2009; Janáčková, 2008; Kirshenbaum,

2009; Peterková, 2012). Nevěra má své typy, na které se dělí, dle časového úseku, ve kterém probíhá, či dle typu vztahu partnera a milenky. Taktéž příčiny a motivace vedoucí k nevěře se dělí – na situační, osobnostní, vztahové a rodinné aspekty společně s vlivem společnosti (Manoochehr, Asmah & Wan, 2019; Šmolka, 2010; Vaughanová, 2009). Nevěra má samozřejmě i své dopady, jež jsme blíže rozebrali v kapitole 2.7. Poslední kapitola byla věnována výzkumům z oblasti nevěry a jejím následkům.

Empirická část této diplomové práce předkládá fenomenologicky realizovaný výzkum psychosociálních důsledků nevěry v partnerských vztazích. Cílem bylo prozkoumat psychosociální prožívání podvedeného člověka a toho, zda jej tato zkušenost určitým způsobem ovlivnila. Zaměřili jsme se i na fenomény, které prožívání nevěry ovlivňují.

Z důvodu potřeby hloubkového porozumění tomuto problému jsme zvolili kvalitativní typ výzkumu pomocí interpretativní fenomenologické analýzy, která byla realizována prostřednictvím semistrukturovaných rozhovorů. Výzkumný soubor tvořilo celkově deset respondentů ve věkovém rozpětí od 26 do 44 let, z čehož bylo osm žen a dva muži. Tento výzkumný soubor jsme získali pomocí metod samovýběru a sněhové koule, přičemž pro zařazení jsme díky teoretické rešerši měli jasné podmínky. Bylo jimi například to, že od odhalení nevěry musel uplynout minimálně měsíc, nevěra proběhla v monogamním svazku a ten byl již ukončen a je brána jako těžká životní zkušenost, zároveň jsme věkově cílili na respondenty nad 25 let. Všichni respondenti byli s účelem výzkumu seznámeni před jeho započítím a podepsali informovaný souhlas. K analýze dat byla využita interpretativní fenomenologická analýza, neboť se soustředí na porozumění individuální zkušenosti účastníka výzkumu (Kostínková & Čermák, 2013), přičemž jsme dbali i na detailní popis jednotlivých případů. Následovala společná analýza vzniklých témat a kapitola, která se věnovala odpovědím na námi vytvořené výzkumné otázky.

Z analýzy dat jsme získali čtyři společné okruhy, jimiž jsou **Krátkodobé důsledky nevěry**, **Dlouhodobé důsledky nevěry**, **Aspekty ztěžující prožívání nevěry** a **Mechanismy vyrovnání se se nevěrou**.

Krátkodobé důsledky nevěry byly skoro ve všech případech veskrze negativního charakteru, přičemž mezi emočními reakcemi dominoval hněv, což potvrdilo tvrzení Ortmana (2005) a dále například pocit odcizení, šok či smutek a lítost nad ztrátou partnera a vztahu. Jako jedinou krátkodobou pozitivní emoci jsme byli schopni určit pocit úlevy, který se pojil hlavně s uvolněním, když respondent nevěru dlouhodobě podezíral.

Mezi tělesné důsledky nevěry jsme zařadili úbytek či přírůstek váhy, poruchy spánku a příjmu potravy, zhoršenou soustředěnost a další. Mezi sociální důsledky řadíme nalezenou depresivní symptomatiku jako je sociální izolace, upuštění od volnočasových aktivit, celková nechuť k životu a jiné.

Vývoj a prožívání nevěry jsme rozdělili do následujících fází, a to **šok, hněv, ztráta, vyrovnání** a **dlouhodobé důsledky**. Délka a výskyt fází byly individuální a pojily se jak s aspekty ztěžujícími prožívání nevěry, tak s mechanismy vyrovnávání se s nevěrou se samotnou osobností respondenta a jeho narativu a tak dále.

Dlouhodobé důsledky nevěry jsme rozdělili do dvou kategorií – na negativní a pozitivní, přičemž negativní dlouhodobé důsledky se pojily hlavně s hledáním a fungováním ve vztahu a pozitivní s psychickým růstem, zvýšení psychické odolnosti a navrácení se sám k sobě,

Aspekty ztěžující prožívání nevěry pojaly tendence zjišťování detailů o nevěře, závislost na partnerovi, samotné podezírání z nevěry a srovnávání se s matkou či jejími vztahy/vztahem rodičů. Většina z respondentů měla v anamnéze přítomno buď trauma či aspoň těžkou stresovou životní situaci, což nás zavedlo k vysvětlení těžkého prožívání nevěry skrze kumulování traumatu.

Mezi **Mechanismy vyrovnávání se s nevěrou** jsme zařadili odpuštění a uzavření situace, tendenci se sdílet s někým blízkým, odpuštění a také to, že vztah mezi milenkou a partnerem pokračoval. Často se u respondentů objevovala nutnost potvrzení skrze druhé pohlaví, například ve formě milencství, jednorázových sexuálních aktivit či oplacením nevěry partnerovi.

Limity studie spatřujeme v jisté nehomogenitě vzorku, která se týkala absence či přítomnosti dětí či manželského svazku, pohlaví či dosaženého vzdělání. Tyto limity probíráme více v Diskusi. Přínosem je dozajista větší pochopení toho, co podvádění partneri prožívají, a to jak z hlediska negativních důsledků, tak z důsledků subjektivně hodnocených jako dlouhodobě pozitivní. Náš výzkum je jedním z prvních na českém poli působnosti. Může sloužit partnerským, rodinným a manželským poradcům a terapeutům a vlastně všem, kteří s nevěrou pracují a i těm, kteří se o ni jen zajímají. Snažíme se i o jistou destigmatizaci tohoto tématu.

LITERATURA

- Abrahamson, I., Hussain, R., Khan, A., & Schofield, M. J. (2012). What helps couples rebuild their relationship after infidelity? *Journal of Family Issues*, *33*, 1494–1519. doi:10.1177/0192513X11424257.
- Adamopoulou, E. (2013). New Facts on Infidelity. *Economics Letters*, *121* (3), 458–462. doi:10.1016/j.econlet.2013.09.025.
- Allen, E. S., Atkins, D. C., Baucom, D. H., Snyder, D. K., Gordon, K. C., & Glass, S. P. (2005). Intrapersonal, interpersonal, and contextual factors in engaging in and responding to extramarital involvement. *Clinical Psychology Science and Practice*, *12*, 101–130. doi:10.1093/clipsy.bpi014.
- Amato, P. R., & Previti, D. (2003). People's reasons for divorcing: Gender, social class, the life course, and adjustment. *Journal of Family Issues*, *24*(5), 602–626. doi:10.1177/0192513X 03254507.
- American Psychiatric Association. (2013). *Diagnostic and statistical manual of mental disorders DSM-5*. Washington, DC: American Psychiatric Publishing.
- Ansari, H. A., & Kyaw, A. (2012). Legal and Social Viability of Polygamy: An Analysis. *Journal of Islam in Asia*, *8*, 397–414. doi:10.31436/jia.v8i0.273.
- Arnett, J. (2000). Emerging Adulthood: Theory of Development From the Late Teens. *American Psychologist*, *55*(5), 469–480. doi:10.1037//0003-066X.55.5.469.
- Asayesh, M. H., Farahbakhsh, K., Delavar, A., & Salimi Bajestani, H. (2017). Psychosomatic Reactions and Physiological Effects of Infidelity among the Female Victims: A Phenomenological Study. *The Journal of Shahid Sadoughi University of Medical sciences*, *25*(8), 641–657.
- Atkins D. C., Baucom D. H., & Jacobson N. S. (2001). Understanding infidelity: Correlates in a national random sample. *Journal of Family Psychology*, *15*, 735–749. doi:10.1037//0893-3200.15.4.735.
- Atkins, D. C., Marín, R. A., Lo, T. T. Y., Klann, N., & Hahlweg, K. (2010). Outcomes of couples with infidelity in a community-based sample of couple therapy. *Journal of Family Psychology*, *24*(2), 212–216. doi:10.1037/a0018789.

- Atkins, D. C., Yi, J., Baucom, D. H., & Christensen, A. (2005). Infidelity in couples seeking marital therapy. *Journal of Family Psychology, 19*(4), 470–473. doi:10.1037/0893-3200.19.3.470.
- Atkins, D., & Kessel, D. (2008). Religiousness and Infidelity: Attendance, but not Faith and Prayer, Predict Marital Fidelity. *Journal of Marriage and Family, 70*, 407–418. doi:10.1111/j.1741-3737.2008.00490.x.
- Barta, W., & Kiene, S. (2005). Motivations for Infidelity in Heterosexual Dating Couples: The Roles of Gender, Personality Differences, and Sociosexual Orientation. *Journal of Social and Personal Relationships, 22*, 339–360. doi:10.1177/0265407505052440.
- Baucom, D. H., Gordon, K. C., Snyder, D. K., Atkins, D. C., & Christensen, A. (2006). Treating affair couples: Clinical considerations and initial findings. *Journal of Cognitive Psychotherapy, 20*(4), 375–392. doi:10.1891/jcpiq-v20i4a004.
- Baucom, D. H., Gordon, K. C., & Snyder, D. K. (2004). An integrative intervention for promoting recovery from extramarital affairs. *Journal of Marital and Family Therapy, 30*(2), 213–231. doi:10.1111/j.1752-0606.2004.tb01235.x.
- Becker, D., Sagarin, B., Guadagno, R., Millevoi, A., & Nicastle, L. (2004). When the sexes need not differ: Emotional responses to the sexual and emotional aspects of infidelity. *Personal Relationships, 11*, 529–538. doi:10.1111/j.1475-6811.2004.00096.x.
- Bird, M. H., Butler, M. H., & Fife, S. T. (2007). The process of couple healing following infidelity: A qualitative study. *Journal of Couple and Relationship Therapy, 6*(4), 1–25. doi:10.1300/J398v06n04_01.
- Blow, A. J., & Hartnett, K. (2005). Infidelity in committed relationships: II. A substantive review. *Journal of Marital and Family Therapy, 31*, 217–233. doi:10.1111/j.1752-0606.2005.tb01556.x.
- Brand R. J., Hodges S. D., Markey, Ch. M., & Mills A. (2007): Sex Differences in Self-reported Infidelity and its Correlates. *Sex Roles, 57*, 101–109.
- Brennan, D. J., N. J. Lachowsky, G., Georgievski, S., Rosser, D., MacLachlan, & Murray, J. (2015). Experience and Impact of Online Outreach Services among Men who use the Internet to seek Sex with Other Men (MISM) in Ontario. Canada. *Journal of Medical Internet Research, 17*(12). doi:10.2196/jmir.4503.

- Brezina, P., & Lojek, A. (2015). *Delikt cizoložství v proměnách času*. Ostrava: Key Publishing.
- Brooks T., & Monaco K. (2013). Your cheatin' heart: joint production, joint consumption and the likelihood of extramarital sex. *Applied Economics Letters*, 20, 272–275. doi:10.1080/13504851.2012.690845.
- Browne, A. (2015). *Online Infidelity: Gender, narcissism and extraversion as predictors of behaviour and jealousy responses* (Nepublikovaná bakalářská diplomová práce). Dublin Business School, Dublin.
- Burdette, A., Ellison, Ch., Sherkat, D., & Gore, K. (2007). Are There Religious Variations in Marital Infidelity?. *Journal of Family Issues*, 28, 1553–1581. doi:10.1177/0192513X07304269.
- Buss, D. M. (2008). Strategies of Human Mating. *Psychological Topics*, 15 (2), 239–260.
- Butler, M. H., Seedall, R. B., & Harper, J. M. (2008). Facilitated Disclosure Versus Clinical Accommodation of Infidelity Secrets: An Early Pivot Point in Couple Therapy. Part 2: Therapy Ethics, Pragmatics, and Protocol. *The American Journal of Family Therapy*, 36, 265–283. doi:10.1111/j.1752-0606.2008.00106.x.
- Carder, D. (2008). *Close Calls: What Adulterers Want You to Know About Your Marriage*. Chicago: Northfield Publishing.
- Corneau, G. (2007). *Anatomie lásky*. Praha: Portál.
- Cropley, A. J. (2002). *Qualitative research methods: A practice oriented introduction for students of psychology and education*. Latvia: Zinātne.
- Dallaire, Y. (2009). *Láska a sexualita v trvalém vztahu*. Praha: Portál.
- De Steno, D., Valdesolo, P., & Bartlett, M. Y. (2006). Jealousy and the threatened self: Getting to The heart of the green-eyed monster. *Journal of Personality and Social Psychology*, 91(4), 626–641. doi:10.1037/0022-3514.91.4.626.
- Dean, M., & Bergner, R. (2018). *Infidelity Discovery as a Traumatic Event: An Empirical Investigation*. Získáno 15. března 2021 z https://www.researchgate.net/publication/327559353_Infidelity_Discovery_as_a_Traumatic_Event_An_Empirical_Investigation
- Diamond, J. (2003). *Proč máme rádi sex? Evoluce lidské sexuality*. Praha: Academia.

- Divínová, R. (2005). *Cybersex: forma internetové komunikace*. Praha: Triton.
- Dušek, K., & Večeřová Procházková, A. (2015). *Diagnostika a terapie duševních poruch*. Praha: Grada.
- Egan V., & Angus S. (2004). Is social dominance a sex-specific strategy for infidelity? *Personality and Individual Differences*, *36*, 575–586. doi:10.1016/S0191-8869(03)00116-8.
- Erlandsson K., Nordvall Jinghede, C., Öhman, A., & Häggström-Nordin, E. (2013). Qualitative Interviews with Adolescents about “Friends-with-Benefits” Relationships. *Public health nursing*, *30*, 47–57. doi:10.1111/j.1525-1446.2012.01040.x.
- Evans, D., & Zarate, O. (2002). *Evoluční psychologie*. Praha: Portál.
- Fielder, R. L., & Carey, M. P. (2010). Predictors and consequences of sexual “hookups” among college students: A short-term prospective study. *Archives of Sexual Behavior*, *39*, 1105–1119. doi:10.1007/s10508-008-9448-4.
- Fincham, F. D., Lambert, N. M., & Beach, S. R. H. (2010). Faith and unfaithfulness: Can praying for your partner reduce infidelity? *Journal of Personality and Social Psychology*, *99*(4), 649–659. doi:10.1037/a0019628.
- Fincham, F. & May, R. (2017). *Infidelity in romantic relationships*. *Current Opinion in Psychology*, *13*. doi:10.1016/j.copsyc.2016.03.008.
- Flegr, J. (2007). *Úvod do evoluční biologie*. Praha: Academia.
- Fontana, D. (2016). *Stres v práci a v životě: jak ho pochopit a zvládat*. Praha: Portál.
- Furger, F. (2003). *Etika seberealizace, osobních vztahů a politiky*. Praha: Academia.
- Furman, W., & Shaffer, L. (2011). Romantic partners, friends, firends with benefits, and casual acquaintances as sexual partners. *Journal of Sex Research*, *48*(6), 554–564. doi:10.1080/00224499.2010.535623.
- Garcia, T. A., Litt, D. M., Davis, K. C., Norris, J., Kaysen, D., & Lewis, M. A. (2019). Growing Up, Hooking Up, and Drinking: A Review of Uncommitted Sexual Behavior and Its Association With Alcohol Use and Related Consequences Among Adolescents and Young Adults in the United States. *Front. Psychol*, *10*, 18–72. doi:10.3389/fpsyg.2019.01872.

- García, H., Soriano Ayala, E., & Arriaza, G. (2014). Friends with Benefits and Psychological Wellbeing. *Procedia - Social and Behavioral Sciences*, 132, 241–247. doi:10.1016/j.sbspro.2014.04.305.
- Giorgi, A. (2009). *The descriptive phenomenological method in psychology: A modified Husserlian approach*. Pittsburg, PA: Duquesne University.
- Glass, S. P. (2003). *Not “just friend”: Rebuilding trust and recovering your sanity after infidelity*. New York: Free Press.
- Goodboy, A. K., & Myers, S. A. (2008). Relational maintenance behaviors of friends with benefits: Investigating equity and relational characteristics. *Human Communication*, 11(1), 71–85.
- Gottman, J. M. (2015). *Principia amoris: The new science of love*. New York, NY: Routledge.
- Grello, C. M., Welsh, D. P., & Harper, M. S. (2006). No strings attached: The nature of casual sex in late adolescents. *Journal of Sex Research*, 43, 255–267. doi:10.1080/00224490609552324.
- Grossman, S. (24. květen 2014). *Casual sex and hookups are good for you, according to your new favorite study*. Získáno 2. ledna 2020 z <https://time.com/2917281/casual-sex-is-good-for-you-study/>.
- Gunther, R. (29. září 2017). How Infidelity Causes Post Traumatic Stress Disorder. *Psychology Today*, Získáno 26. prosince 2020 z <https://www.psychologytoday.com/us/blog/rediscovering-love/201709/how-infidelity-causes-post-traumatic-stress-disorder>.
- Hall, J. H., Fals-Stewart, W., & Fincham, F. D. (2008). Risky sexual behavior among married alcoholic men. *Journal of Family Psychology*, 22, 287–292. doi:10.1037/0893-3200.22.2.287.
- Hall, J. H. & Fincham, F. D. (2009). Psychological Distress: Precursor or Consequence of Dating Infidelity? *Personality & social psychology bulletin*, 35, 143–159. doi:10.1177/0146167208327189.
- Hall, J. H., & Fincham, F. D. (2006). Relationship dissolution following infidelity: The roles of attributions and forgiveness. *Journal of Social and Clinical Psychology*, 25, 508–552. doi:10.1521/jscp.2006.25.5.508.

- Hargašová, M., & Novák, T. (2007). *Předmanželské poradenství*. Havlíčkův Brod: Grada.
- Haritaworn, J., Chin-ju, L., & Klesse, Ch. (2006). Poly/logue: A Critical Introduction to Polyamory. *Sexualities*, 9(5), 515–529. doi:10.1177/1363460706069963.
- Hartl, P. H. (2009). *Psychologický slovník*. Praha: Grada.
- Hasford, J., Kidwell, B., & Lopez-Kidwell, V. (2018). Happy wife, happy life. *Journal of Consumer Research*, 44(6), 1238–1256. doi:10.1093/jcr/ucx093.
- Heintzelman, A., & Murdock, N., Krycak, R., & Seay, L. (2014). Recovery From Infidelity: Differentiation of Self, Trauma, Forgiveness, and Posttraumatic Growth Among Couples in Continuing Relationships. *Couple and Family Psychology: Research and Practice*, 3, 13. doi:10.1037/cfp0000016.
- Hendl, J. (2016). *Kvalitativní výzkum. Základní metody a aplikace*. Praha: Portál.
- Henline, B., Lamke, L., & Howard, M. (2007). Exploring Perceptions of Online Infidelity. *Personal Relationships*, 14(1), 113–128. doi:10.1111/j.1475-6811.2006.00144.x.
- Henningsen, D. D. (2004). Flirting With Meaning: An Examination of Miscommunication in Flirting Interactions. *Sex Roles*, 50(7–8), 481–489. doi:10.1023/B:SERS.0000023068.49352.4b.
- Hewstone, M., & Stroebe, W. (2006). *Sociální psychologie*. Praha: Portál.
- Hughes, M., Morrison, K., & Asada, K. J. K. (2005). What's love got to do with it? Exploring the impact of maintenance rules, love attitudes, and network support of friends with benefits relationships. *Western Journal of Communication*, 69, 49–66. doi:10.1080/10570310500034154.
- Chapman, M. (2010). *What Does Polyamory Look Like?: Polydiverse Patterns of Loving and Living in Modern Polyamorous Relationships*. Bloomington: iUniverse.
- Christopherson, K. M. (2007). The positive and negative implications of anonymity in Internet social interactions: "On the Internet, Nobody Knows You're a Dog." *Computers in Human Behavior*, 23(6), 3038–3056. doi:10.1016/j.chb.2006.09.001.
- Janáčková, L. (2008). *Nevěra a její zvládnání*. Praha: Maxdorf, Psychologie všedního dne.
- Janáčková, L. (2010). Psychologický mechanismus prožívání nevěry a její psychosomatické projevy. *Lékařské listy*. Získáno 29. prosince 2020 z <http://zdravi.euro.cz/clanek/priloha->

lekarske-listy/psychologicky-mechanismusprozivani-nevery-a-jeji-psychosomaticke-projevy-451209.

Jandourek, J. (2003). *Sociologický slovník*. Praha: Portál.

Johnson, S. M., Makinen, J. A., & Millikin, J. W. (2001). Attachment injuries in couple relationships: A new perspective on impasses in couples therapy. *Journal of Marital and Family Therapy*, 27(2), 145–155. doi.:10.1111/j.1752-0606.2001.tb01152.x.

Joseph, S. (2017). *Co nás nezabije...Možnosti posttraumatického růstu*. Praha: Portál.

Josephs, L. (2018). *The dynamics of infidelity: Applying relationship science to psychotherapy practice*. Washington, DC: American Psychological Association.

Kelley, H. (2010). *Personal relationships: their structures and processes*. New York: Psychology Press.

King James Bible. (2017). King James Bible Online. Získáno 30. prosince 2020 z <https://www.kingjamesbibleonline.org>.

Kirshenbaum, M. (2009). *Nevěra*. Brno: Computer Press.

Klimesš, J. (28. březen 2009). *Rozvod a rozchod. Partnerské vztahy aneb návod na přežití*. Nevěra. TV, ČT 1. Získáno 28. ledna 2021 z <http://www.ceskatelevize.cz/porady/10169534665-partnerske-vztahy-aneb-navod-na-preziti/208572231000008-nevera/video/>.

Kohoutek, T., & Čermák, I. (2009). *Psychologie katastrofické události*. Praha: Academia.

Kostínková, J., & Čermák, I. (2013). *Interpretativní fenomenologická analýza*. In Řiháček, T., Čermák, I., Hytych, R. et al. (2013). *Kvalitativní analýza textů: čtyři přístupy*. Brno: Masarykova univerzita.

Kratochvíl, S. (2009). *Manželská a párová terapie*. Praha: Portál.

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

Kuroki, M. (2013). Opposite-sex coworkers and marital infidelity. *Economic Letters*, 118, 71–73. doi:10.1016/j.econlet.2012.09.023.

Laaser, D., Putney, H. L., Bundick, M., Delmonico, D. L., & Griffin, E. J. (2017). Post-traumatic growth in relationally betrayed women. *Journal of Marital and Family Therapy*, 43(3), 435–447. doi:10.1111/jmft.12211.

- Larkin, M., Watts, S., & Clifton, E. (2006). Giving voice and sense making in interpretative phenomenological analysis. *Qualitative Research in Psychology*, 3, 102–120. doi:10.1191/1478088706qp062oa.
- Levine, P. A. (2018). *Léčba traumatu. Program probuzení moudrosti těla*. Praha: Maitrea.
- Lewinsohn, M. R. (2007). *Světové dějiny sexuality*. Ikar.
- Lewis, M., Granato, H., Blayney, J., Lostutter, T., & Kilmer, J. (2012). Predictors of Hooking Up Sexual Behaviors and Emotional Reactions Among U.S. College Students. *Archives of sexual behavior*, 41, 1219–29. doi:10.1007/s10508-011-9817-2.
- Lonergan, M., Brunet, A., Rivest-Beauregard, M., & Groleau, D. (2020). Is romantic partner betrayal a form of traumatic experience?: A qualitative study. *Stress and Health*, 37(1). doi:10.1002/smi.2968.
- Lusterman, D. D. (2005). *Infidelity: Theory and treatment*. Hoboken, NJ: Wiley.
- Lyons, H. A., Manning, W. D., Longmore, M. A., & Giordano, P. C. (2014). Young adult casual sexual behavior: Life-course-specific motivations and consequences. *Sociological Perspectives*, 57(1), 79–101.
- Manoochehr, T. P., Asmah, I. W., & Wan, J. (2019). Infidelity in Marital Relationships. *Psychology & Psychological Research International Journal*, 4 (2), 1–14. doi:10.23880/pprij-16000200.
- Mareš, J. (2012). *Posttraumatický rozvoj člověka*. Praha: Grada.
- Marin, R. A., Christensen, A., & Atkins, D. C. (2014). Infidelity and behavioral couple therapy: Relationship outcomes over 5 years following therapy. *Couple and Family Psychology: Research and Practice*, 3(1), 1–12. doi:10.1037/cfp0000012.
- Markman, H. J. (2005). The prevention of extramarital involvement: Steps towards “affair proofing” marriage. *Clinical Psychology: Science and Practice*, 12, 134–138.
- Martyniuk, U. (2008). Swinging – Satysfakcja na granicy normy. *Przegląd Seksuologiczny*, 15, 21–25.
- Matějková, E. (2009). *Řešíme partnerské problémy*. Praha: Grada.
- Mathé, R., Ritomský, A., & Bartl, I. (2006). Zhody a odlišnosti v sexuálnom správaní na Slovensku a v Čechách. *Sexuológia*, 2, 26–29.
- Matoušek, O., & Pazlarová, H. (2010). *Hodnocení ohroženého dítěte a rodiny*. Praha: Portál.

McCullough, D., & Hall, D. S. (2003). Polyamory - What it is and what it isn't. *Electronic Journal of Human Sexuality*, 6, Získáno 2. ledna 2020 z <http://www.ejhs.org/volume6/polyamory.htm>.

Mezinárodní klasifikace nemocí: 10. revize: duševní poruchy v primární péči: vodítka pro diagnostiku a léčbu. (2001). Psychiatrické centrum.

Milfait, R. (2008). *Komerční sexualizované násilí na dětech*. Praha: Portál.

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

Mosier, W. (2006). Intimacy: The key to a healthy relationship. *Annals of the American Psychotherapy Association*, 9 (1), 34–35.

Munsch, C. L. (2015). Her Support, His Support: Money, Masculinity, and Marital Infidelity. *American Sociological Review*, 80 (3), 469–495. doi:10.1177/0003122415579989.

Murphy, R. F. (2006). *Úvod do kulturní a sociální antropologie*. Praha: Slon.

Nannini, K. D., & Meyers, S. L. (2000). Jealousy in sexual and emotional infidelity: An alternative to the evolutionary explanation. *Journal of Sex Research*, 37, 117–122. doi:10.1080/00224490009552028.

Němečková, M., Kurkin, R., & Štyglerová, T. (2019). *Rodinné chování v České republice: první děti později a mimo manželství*. Český statistický úřad: Odbor statistiky obyvatelstva.

Newport, F., & Himelfarb, I. (2013). In U.S., *Record-High Say Gay, Lesbian Relations Morally OK: Americans' Tolerance of a Number of Moral Issues up Since 2001*. Získáno 25. února 2021 z <http://www.gallup.com/poll/162689/record-high-say-gay-lesbian-relations-morally.aspx>.

Novák, T. (2004). *Proč jsi tak žárlivý?!*. Praha: Grada.

Novák, T., & Šmolka, P. (2016). *Manželské a rodinné poradenství*. Praha: Grada.

O'Leary, K. D., Smith-Slep, A. M., & O'Leary, S. G. (2007). Multivariate models of men's and women's partner aggression. *Journal of Consulting and Clinical Psychology*, 75(5), 752–764. doi:10.1037/0022-006X.75.5.752.

- Olson, M. M., Russell, C. S., Higgins-Kessler, M., & Miller, R. B. (2002). Emotional processes following disclosure of an extramarital affair. *Journal of Marital and Family Therapy*, 28, 423–434. doi:10.1111/j.1752-0606.2002.tb00367.x.
- Ortman, D. C. (2005). Post-infidelity stress disorder. *Journal of Psychosocial Nursing*, 43, 10. doi:10.3928/02793695-20051001-06.
- Otis-Cour, L. (2002). *Rozkoš a láska: dějiny partnerských vztahů ve středověku*. Praha: Vyšehrad.
- Owen, J., Fincham, F. D., & Manthos, M. (2013). Friendship after a friends with benefits relationship: Deception, psychological functioning, and social connectedness. *Archives of sexual behavior*, 42(8), 1443–1449. doi:10.1007/s10508-013-0160-7.
- Owen, J., Fincham, F. D., & Polser, G. (2017). Couple identity, sacrifice, and availability of alternative partners: Dedication in friends with benefits relationships. *Archives of sexual behavior*, 46(6), 1785–1791. doi:10.1007/s10508-016-0716-4.
- Özgül, S. (2010). *The predictors of the traumatic effect of extramarital infidelity on married women: Coping strategies, resources, and forgiveness* (Nepublikovaná dizertační práce). Middle East Technical University, Ankara.
- Paulík, K. (2017). *Psychologie lidské odolnosti*. Praha: Grada.
- Peterková, M. (2012). *Typy nevěry. Nevěra: Příčiny nevěry, její typy a jak (ne)odhalit nevěru*. Získáno 24. listopadu 2020 z <http://www.nevera.psychoweb.cz/3/typy-nevery>.
- Piemonte, J., Conley, T., & Gusakova, S. (2019). Orgasm, gender, and responses to heterosexual casual sex. *Personality and Individual Differences*, 151, 109487. doi:109487. 10.1016/j.paid.2019.06.030.
- Pilcher, J., & Imelda, W. (2004). *Fifty Key Concepts in Gender Studies*. London: SAGE Publications.
- Pittman, F. S. (1993). Beyond betrayal: Life after Infidelity. *Psychology Today*, 26, 78–82.
- Plamínek, J. (2013). *Sebepoznání, sebeřízení a stres*. Praha: Grada.
- Platt, M. G., & Freyd, J. J. (2015). Betray my trust, shame on me: Shame, dissociation, fear, and betrayal trauma. *Psychological Trauma: Theory, Research, Practice, and Policy*, 7(4), 398. doi:10.1037/tra0000022.
- Plzák, M. (2010). *Manželská tonutí*. Praha: MOTTO.

- Poněšický, J. (2004). *Fenomén ženství a mužství: psychologie ženy a muže, rozdíly a vztahy* (2. vyd). Praha: Triton.
- Praško, J. et al. (2003). *Stop traumatickým vzpomínkám: jak zvládnout posttraumatickou stresovou poruchu*. Praha: Portál.
- Rachman, S. (2010). Betrayal: A psychological analysis. *Behaviour research and therapy*, 48, 304–11. doi:10.1016/j.brat.2009.12.002.
- Reichelt, K. S., & Küsters, A. (2014). *Kdo by se bál bokovky?* Praha: Joel.
- Ridley, M. (2007). *Červená královna: Sexualita a vývoj lidské společnosti*. Praha: Portál.
- Roos, L. G., O'Connor, V., Canevello, A., & Bennett, J. M. (2019). Post-traumatic stress and psychological health following infidelity in un-married young adults. *Stress and Health*, 35(4), 468–479. doi:10.1002/smi.2880.
- Rubin, R. H. (2001). Alternative Lifestyles Revisited, or Whatever Happened to Swingers, Group Marriages, and Communes? *Journal of Family Issues*, 22(6), 711–726. doi:10.1177/019251301022006003.
- Říčan, P. (2005). *Cesta životem*. Praha: Portál.
- Řiháček, T., Čermák, I., Hytych, R. et al. (2013). *Kvalitativní analýza textů: čtyři přístupy*. Brno: Masarykova univerzita.
- Sagarin, B. J., Martin, A. L., Coutinho, S. A., Edlund, J. E., Patel, L., Skowronski, J. J., & Zengel, B. (2012). Sex differences in jealousy: A meta-analytic examination. *Evolution and Human Behavior*, 33(6), 595–614. doi:10.1016/j.evolhumbehav.2012.02.006.
- Sauerheber, J. D., & Disque, J. G. (2016). A Trauma-Based Physiological Approach: Helping Betrayed Partners Heal from Marital Infidelity. *The Journal of Individual Psychology*, 72, 214–234. doi:10.1353/jip.2016.0018.
- Sbírka zákonů České republiky č. 89.* (2012). Získáno 2. prosince 2020 z <https://esipa.cz/sbirka/sbsrv.dll/sb?DR=SB&CP=2012s089>.
- Scuka, R. F. (2015). A clinician's guide to helping couples heal from the trauma of infidelity. *Journal of Couple & Relationship Therapy*, 14(2), 141–168. doi:10.1080/15332691.2014.953653.
- Shackelford, T., Besser, A., & Goetz, A.T. (2008). Personality, marital satisfaction, and probability of marital infidelity. *Individual Differences Research*, 6, 13–25.

- Sheff, E. (2005). „Polyamorous Women, Sexual Subjectivity, and Power“, *Journal of Contemporary Ethnography*, 34(3), 251–83. doi:10.1177/0891241604274263.
- Shrout, M. R., & Weigel, D. J. (2018). Infidelity's aftermath: Appraisals, mental health, and health-compromising behaviors following a partner's infidelity. *Journal of Social and Personal Relationships*, 35(8), 1067–1091. doi:10.1177/0265407517704091.
- Shrout, M. R., & Weigel, D. J. (2020). Coping with infidelity: The moderating role of self-esteem. *Personality and Individual Differences. Advance online publication*, 70, 212–217. doi:10.1016/j. Paid.2019.109631.
- Schmidt, D., & Buss, D. (2001). Human mate poaching: Tactics and temptations for infiltrating existing mateships. *Journal of Personality and Social Psychology*, 80, 894–917. doi:10.1037/0022-3514.80.6.894.
- Sklenář, Z., & Horáčková, K. (2012). Nové léčivé látky v magistraliter receptuře XII – propranolol-hydrochlorid. *Farmaceutická technologie*, 8(1), 25–27.
- Slaměník, I. (2011). *Emoce a interpersonální vztahy*. Praha: Grada.
- Smith, J. A., Flowers, P., & Larkin, M. (2009). *Interpretative phenomenological analysis: theory, method and research*. Los Angeles: SAGE.
- Smith, T. (2006). American sexual behavior: Trends, socio-demographic differences, and risk behavior. *Chicago: National Opinion Research Center*, 25, 10–15.
- Steffens, B. A., & Rennie, R. L. (2006). The traumatic nature of disclosure for wives of sexual addicts. *Sexual Addiction & Compulsivity*, 13, 247–267. doi:10.1080/10720160600870802.
- Stein, P. J. (1975). Singlehood: An alternative to marriage. *The family coordinator*, 24(4), 489–503.
- Stem/mark. (2016). *Nevěra v Česku není cizí třetině zadaných. Polovina z nich tvrdí, že šlo o jednorázový "úlet"*. Získáno 24. prosince. 2020 z <https://zpravy.aktualne.cz/domaci/vice-jaktretina-zadanych-cechu-a-cesek-bylanevernajenule/r~0706989c1c1e11e6a3e5002590604f2e/>
- Sternberg, R. (1986). A triangular theory of love. *Psychological Review*, 93 (2), 195–135.

- Stinson, R. (2010). Hooking Up in Young Adulthood: A Review of Factors Influencing the Sexual Behavior of College Students. *Journal of College Student Psychotherapy*, 24, 98–115. doi:10.1080/87568220903558596.
- Stone, E., Goetz, A., & Shackelford, T. (2005). Sex differences and similarities in preferred mating arrangements. *Sexualities, Evolution & Gender*, 7, 269–276. doi:10.1080/14616660500335391.
- Swenson, G. (2017). *Coping with Infidelity in Marriage*. Získáno 2. ledna 2020 z <http://www.gregswensonphd.net/coping-infidelity.htm>.
- Šamánková, D., & Novák, T. (2007). *Pravda a lež v partnerství*. Praha: Grada.
- Šmolka, P. (2010). *Nevěra: Pro podváděné a podvádějící*. Praha: Grada.
- Švestka, J., Libiger, J., & Höschl, C. (Eds.). (2002). *Psychiatrie*. Praha: Tigis.
- Taněvová, H. (2011). *Partnerská nevěra – postoje a reálné chování* (Nepublikovaná magisterská diplomová práce). Masarykova univerzita, Brno.
- Thomas, J. C. (2016). A Humanistic Approach to Problematic Online Sexual Behavior. *Journal of Humanistic Psychology*, 56 (1): 3–33. doi:10.1177/0022167814542286.
- Treas, J., & Giesen, D. (2000). Sexual infidelity among married and cohabitating Americans. *Journal of Marriage and the Family*, 62, 48–60. doi:10.1111/j.1741-3737.2000.00048.x.
- Trivers, R. (1972). Parental investment and sexual selection. In B. Campbell (Ed.) *Sexual selection and the descent of man, 1871–1971*, 136–179.
- Uzel, R. (2017). *Nevěra a co s ní. II*. Praha: Epoque.
- Vágnerová, M. (2007). *Vývojová psychologie II.: Dospělost a stáří*. Praha: Karolinum.
- Vágnerová, M. (2010). *Psychologie osobnosti*. Praha: Karolinum.
- Valová, K. (2008). *Nevěra v partnerských vztazích*. (Nepublikovaná diplomová magisterská práce). Univerzita Palackého v Olomouci, Olomouc.
- Vandervoort, D., & Rokach, A. (2004). Abusive relationships: Is a new category for traumatization needed?. *Current psychology*, 23, 68–76. doi:10.1007/s12144-004-1009-y.
- Vaughanová, P. (2009). *Mýtus monogamie*. Praha: Euromedia Group.
- Venglářová, M. (2008). *Průvodce partnerským vztahem*. Praha: Grada.
- Vodáčková, D. a kol. (2002). *Krizová intervence*. Praha: Portál.

- Voth, M. L. (2005). *A qualitative analysis of the development, dissolution, and impact of extramarital affairs* (Nepublikovaná dizertační práce). Arizona State University, Arizona.
- Vrtíšková, M. (2009). *Teorie a metody sociální práce*. Brno: Tribun EU.
- Výrost, J., & Slaměník, I. (2008). *Sociální psychologie*. Praha: Grada.
- Weigel, D. J., & Shrout, M. R. (2020). Suspicious minds: The psychological, physical and behavioral consequences of suspecting a partner's infidelity. *Journal of Social and Personal Relationships*. doi:10.1177/0265407520975851.
- Weiser, D. A., Weigel, D. J., Lalasz, C. B., & Evans, W. P. (2017). Family background and propensity to engage in infidelity. *Journal of Family Issues*, 38, 2083–2101. doi:10.1177/0192513X15581660.
- Weiss, P. (2010). *Sexuologie*. Praha: Grada.
- Weiss, P. (25. únor 2013). Interview. In: *Partnerské vztahy aneb Návod na přežití. Nevěra*. TV, ČT 1. Získáno 28. ledna 2021 z <http://www.ceskatelevize.cz/porady/10169534665-partnerske-vztahy-aneb-navod-na-preziti/208572231000008-nevera/video/>.
- Weiss, P., & Zvěřina, J. (2001). *Sexuální chování v ČR – situace a trendy*. Praha: Portál.
- Whisman, M. A. (2016). Discovery of a Partner Affair and Major Depressive Episode in a Probability Sample of Married or Cohabiting Adults. *Fam Process*, 55(4), 713–723. doi:10.1111/famp.12185.
- Whisman, M. A., Gordon, K. C., & Chatav, Y. (2007). Predicting sexual infidelity in a population-based sample of married individuals. *Journal of Family Psychology*, 21(2), 320. doi:10.1037/0893-3200.21.2.320.
- Willi, J. (2006). *Psychologie lásky*. Praha: Portál.
- Wilson, K., Mattingly, B., Clark, E. M., Weidler, D. J., & Bequette, A. W. (2011). The gray area: exploring attitudes toward infidelity and the development of the Perceptions of Dating Infidelity Scale. *The Journal of social psychology*, 151, 63–86. doi:10.1080/00224540903366750.
- Yalom, I. D. (2008). *Pohled do slunce*. Praha: Portál.
- Yovell, Y. (2007). *Láska a jiné nemoci*. Praha: Portál.
- Zuckerman, A. (29. Května 2020). *50 cheating statistics: 2020/2021 Demographic, reasons & who cheats more*. Získáno 2. ledna 2021 z <https://comparecamp.com/cheating-statistics/>.

Zvěřina, J. (2008). *Sexuální chování v ČR - Srovnání výzkumů z let 1993, 1998, 2003 a 2008*.
Získáno 12. prosince 2020 z <http://mep.zverina.cz/4/cz/normal/sexuologicky-ustav/>.

PŘÍLOHY

Seznam příloh:

1. Abstrakt magisterské diplomové práce v českém jazyce
2. Abstrakt magisterské diplomové práce v anglickém jazyce
3. Informovaný souhlas
4. Seznam otázek polostrukturovaného rozhovoru
5. Náborový leták k výzkumu
6. Ukázka rozhovoru

Příloha 1: Abstrakt magisterské diplomové práce v českém jazyce

ABSTRAKT DIPLOMOVÉ PRÁCE

Název práce: Nevěra v partnerských vztazích a její psychosociální důsledky

Autor práce: Bc. Kristýna Jurošková

Vedoucí práce: PhDr. Leona Jochmannová, Ph.D.

Počet stran a znaků: 111 stran a 204 514 znaků

Počet příloh: 6

Počet titulů použité literatury: 187

Abstrakt: Diplomová práce se zabývá psychosociálními důsledky nevěry, která proběhla v partnerském vztahu. Cílem práce je popis prožívání nevěry, včetně důsledků krátkodobých a dlouhodobých a aspektů, které její prožívání ovlivňují. Teoretická část je rozdělena do tří kapitol, kde první z nich obsahuje teoretickou rešerši partnerských vztahů a druhá fenoménu nevěry jako takového. Empirická část detailně uvádí popis celého výzkumu. Celkově deset respondentů jsme získali pomocí metod samovýběru a sněhové koule, přičemž jsme pro rozhovory využili výhod polostrukturovaného interview. Ke zpracování získaných dat byla použita kvalitativní metoda, konkrétně Interpretativní fenomenologická analýza. Z rozhovorů vyplynuly jednotlivé kategorie, mezi něž spadaly krátkodobé důsledky nevěry, které byly téměř vždy negativního charakteru, a dlouhodobé důsledky, které obsahovaly jak negativní, tak pozitivní fenomény a taktéž aspekty, které ovlivňovaly prožití nevěry a další. Výsledky této diplomové práce jsou přínosné pro ty pracovníky, kteří se s nevěrou v páru či individuálně setkávají, nebo i jen pro ty, kteří se o toto téma zajímají či jím procházejí.

Klíčová slova: nevěra, psychosociální následky, partnerské vztahy

Příloha 2: Abstrakt magisterské diplomové práce v anglickém jazyce

ABSTRACT OF THESIS

Title: The consequences of infidelity in a committed relationship

Author: Bc. Kristýna Jurošková

Supervisor: PhDr. Leona Jochmannová, Ph.D.

Number of pages and characters: 111 pages and 204 514 characters

Number of appendices: 6

Number of references: 187

Abstract: The thesis is concerned with psychosocial consequences of infidelity which happened in a partner relationship. The goal of this work is a description of the experience of infidelity, including short-term and long-term consequences, and the factors influencing this experience. The theoretical part is divided into three chapters: first one containing theoretical research of partner relationships and the second one focused on the infidelity phenomenon itself. The empirical part describes the research in detail. We obtained altogether ten respondents by the self-selection method and the snowball sampling, and for purposes of interview, the perks of semi-structured interview were used. Qualitative research, precisely Interpretative Phenomenological Analysis, was used to process the obtained data. Individual categories also emerged from interviews, among them the long-term consequences of infidelity, which were always of negative character, and long-term consequences, that were both negative and positive in nature; there were also the factors influencing the experience of infidelity etc. The results of this thesis are beneficial for workers who encounter infidelity in pairs or individually, and for those merely interested in the topic or even dealing with the experience of infidelity.

Key words: infidelity, psychosocial consequences, partner relationship

Příloha 3: Informovaný souhlas

Informovaný souhlas s účastí na výzkumu v rámci diplomové práce

Název práce: Nevěra v partnerských vztazích a její psychosociální důsledky

Autor práce: Bc. Kristýna Jurošková

Vedoucí práce: PhDr. Leona Jochmannová, Ph.D.

Termín realizace:

Místo realizace:

Rozhovory budou nahrávány pro účely opisu a analýzy sdělených informací a v jejich prepisech budou odstraněny identifikující údaje. Přepis rozhovoru bude autorizován, tzn. poslán respondentovi k vyjádření a případnému upravení tvrzení. Výzkumnice zaručuje svou mlčenlivost ve vztahu k osobním údajům o účastnících výzkumu. Doslovné citace úseků anonymizovaného přepisu rozhovoru mohou být použity v různých částech diplomové práce.

Prohlašuji, že jsem byl/a seznámen/a s podmínkami účasti na výzkumu „Nevěra v partnerských vztazích a její psychosociální důsledky“ a že se jej chci dobrovolně zúčastnit. Beru na vědomí, že údaje poskytnuté pro účely tohoto výzkumu jsou anonymní a nebudou použity jinak než k interpretaci výsledku v rámci diplomové práce.

Rovněž beru na vědomí, že mohu z výzkumu kdykoli, podle svého vlastního uvážení, vystoupit.

Dne.....

Jméno a příjmení.....

Podpis.....

Příloha 4: Seznam otázek polostrukturovaného rozhovoru

1.	“Pro začátek, řekl/a bys mi něco o sobě?”	Základní anamnestické údaje
2.	„Jaká je tvoje definice nevěry? Co to pro tebe znamená?“	Hranice v partnerských vztazích a věrnost v nich
3.	“Voláme si/jste tu spolu, abychom si promluvili o tvých zkušenostech s nevěrou. Prvně mi ale můžeš popsat váš vztah před událostí?”	Popsání vztahu před nevěrou, možné důvody, proč k ní došlo, emoční odpověď na daný vztah, možnost sebereflexe a bližšího poznání prostředí respondenta
4.	„Jak k nevěře došlo?“	Otázka přímo na událost, popis druhu nevěry
5.	„Kdy k ní došlo?“	Cíleno na informaci, po jaké době vztahu a v jaké jeho fázi
6.	„Jak jsi na nevěru přišel/a?“	Zda ji partner přiznal nebo to bylo náhodné zjištění, cílí i na podezírání nevěry
7.	„Jaké pro tebe bylo odhalení nevěry?“	Otázka zjišťující fyzické, sociální a emoční reakce bezprostředně po zjištění
8.	„Ukončila tato nevěra váš vztah?“ a “Pokračoval by váš vztah, i kdyby partner nebyl nevěrný?“	Reflexe funkčnosti vztahu, částečně ověření podmínky zařazení do výzkumu
9.	„Myslíš si, že nevěra ovlivnila nějaký segment tvého života, ať už pozitivně či negativně?“	Zjištění psychického růstu či dlouhodobých negativních důsledků odhalení nevěry
10.	„Změnily se tvé pocity v průběhu času? Jak se cítíš teď ohledně partnerovy nevěry?“	Otázka zjišťující aktuální emoce
11.	„Odpustil/a jsi nevěru svému partnerovi?“	Zjištění přítomnosti či absence odpuštění
12.	„Jaké události nebo situace tvoje prožívání nevěry ztěžovaly?“	Otázka určená k zjištění aspektů, které dle respondenta jeho prožívání nevěry ztěžovaly

13.	„Myslíš, že jsi byl/a na partnerovi závislá?“	Tuto otázku většinou následovalo vysvětlení toho, jak to myslím, a co to je být závislý na partnerovi
14.	„Zažil/a jsi nějaké trauma v životě?“	Připojeno vysvětlení diagnostických podmínek pro klasifikaci traumatu. Pokud byla odpověď záporná, výzkumník se doptával na těžké krizové situace. Tato otázka cílí na zjištění možné kumulace traumatu.

Příloha 5: Náborový leták k výzkumu

„Oduševnělé srdce má stále důvody k nevěře.“
Étienne Bonnot de Condillac

Zažil/a jsi nevěru v dlouhodobém vztahu?

**Do psychologického výzkumu hledáme
jedince, kterým byl partner nevěrný**

Podmínky:

- ♥ 25 let plus
- ♥ nevěra proběhla v oddaném partnerském/manželském vztahu
- ♥ vztah byl ukončen
- ♥ nevěru pociťujete jako těžkou životní událost
- ♥ uběhl od ní déle než měsíc

Setkání možné v Olomouci či přes online platformy pro respondenty z dalekých krajů

Bc. Kristýna Jurošková
Kontakt: kristyna.juroskova@gnj.cz

Příloha 6: Ukázka rozhovoru

OTÁZKA: Takže nějaká odtažitost tam byla mezi vámi...?

ODPOVĚĎ: Jo prostě tak...to člověk pozná, že předtím se člověk přitulí a teď se člověk taky přitulí, ale není tam to...teplo. Asi bych to tak nějak definoval.

OTÁZKA: Měl jsi podezření na nevěru?

ODPOVĚĎ: Ne, hledal jsem chybu v sobě.

OTÁZKA: Jak k té nevěře tedy došlo?

ODPOVĚĎ: Ehm...došlo k tomu na festivalu, na našem...při našem výročí. Ehm... ono k tomu...takhle...ono k tomu nejspíš došlo i předtím a já jsem o tom nevěděl. Ona mi...ona i ten partner mi tvrdili, že ne, ale já jsem od svých známých slyšel, že ano. Pořád dávám...dávám tomu člověku.. nevím, jak jsem předtím...pořád to byl můj partner tři roky, takže věřím víc; to slovo má pro mě větší váhu, než kdo mi říká tam nějaký známý, takže věřím, že k tomu došlo až tehdy, ale...ale na tom festivalu já jsem...my jsme měli slavit výročí a...já jsem...měl připravené zásnubní prsteny a chtěl jsem ji na tom festivalu...ne přímo požádat...požádat o ruku, protože jsme věděli, že do svatby nechceme...ani jeden nechce svatbu, ...ale připravil jsem ručně dělané dřevěné prsteny jako zásnubní s tím, že....dát si je a ruce jako symbol...ne, že se zasnoubit a plánovat svatbu, ale jako symbol vztahu, protože jsem si myslel, že to je to, co po těch třech letech chybí...co vlastně chybí a co by se mohlo zlepšit a vlastně celý ten festival strávila s člověkem...s naším společným známým, který byl úplným opakem toho, co mi celý vztah tvrdila, že očekává. Ten klučina byl ještě menší než já, vegan, ... což kecala, že děláme málo masa, ...nechal se,..velmi submisivní člověk. Nevím, jestli si slyšela o těch veganech, co se nechávají veřejně cejchovat jak krávy...že si nechávají vypalovat to číslo.

.....

OTÁZKA: A to byl nějaký hudební festival? Já jsem si celou dobu představovala nějaký fantasy festival, ale teďka...

ODPOVĚĎ: **anonymizováno** Vlastně jsem tam byli s její sestrou a s takovou její partou A v té partě vlastně jeden ten člověk se tam uchytil. Vlastně jsem jí řekl, že prostě...že mi je...že mi je jako trochu...že mi je smutno z toho, že rozumím tomu, že chodí pryč, ale že večery a spát ve stanu bychom měli společně alespoň jako takové jako pravidelné setkávání, snídane, společná noc a to nějak zašlo. A když už jsme odjížděli z toho festivalu, ...tak ten člověk byl na mě našťvaný...z nějakého důvodu. Já jsem si myslel, že, protože jsem se jeden den opil víc, než jsem měl, nebo...ale byl vyloženě na mě našťvaný a já jsem nevěděl...nevěděl, co to je, z čeho to je...a krátce po tom festivalu mi řekla, ať jedu na chvílku domů, že potřebuje...potřebuje čas pro sebe. Já jsem se teda zeptal, jestli mi řekne proč, a ona řekla že ne a já: „rozumím,“ tak jsem si sbalil věci a jel k rodičům na týden, na chvílku a vlastně smskou mi přišlo potom, že jsem debil, ...nic jsem nepochopil, že vlastně bude s tím... s tím novým člověkem, ať si odstěhuju věci a že se stěhuje. A to vlastně skončilo přes ehm ...po třech letech to skončilo přes...to, že se vyspala s člověkem na našem výročí... a rozhodla se, že vlastně ta...nevěr...ten ...ten člověk, který...ten ...kterého znala už dlouhou dobu, nemůžu... dlouho dobu, třeba dva měsíce před festivalem...tři...ehm...tak... tak se rozhodla, že s ním se, protože to bude lepší. Já jsem vlastně na tu smsku odpověděl, že takhle vztah nekončí, vlastně přijel jsem si vyzvednout věci a vlastně ten nový člověk, ten člověk, co tam s ní spal, tak ten tam...tak ten tam byl a ...a balil...pomáhal jí balit moje věci do krabic, což mi přišlo... hodně divné No a pak se odstěhovali asi za dva tři...za tři týdny.

OTÁZKA: A měli jste šanci si nějak promluvit nebo ...?

ODPOVĚĎ: Já jsem chtěl si promluvit... ale s tím člověkem to nešlo, protože najednou jsem se stal nepřítelem státu...celá její rodina mi začala psát, proč jsme se rozešli. Já nevěděl, co na to odpovědět, protože ona neodpovídala svojí rodině, sestře, tátovi ...ehm tetě ...a oni psali mně: „Proč to skončilo? Co se stalo?“ A já jsem vlastně ...nevěděl, co na to říct.

.....

OTÁZKA: Kdy k té nevěře došlo? Před jakou dobou?

ODPOVĚĎ: Jako kdy ten vztah skončil?

OTÁZKA: Jo, jo.

ODPOVĚĎ Ehm...to bylo vlastně těsně předtím, než jsem se pře...to skončilo...já teď nevím, jestli to bylo šestnáct nebo sedmnáct, ... ale bylo to tak, že to skončilo v létě na tom festivalu, ten vztah....mě by ani...já bych se dokázal asi překlenout přes ...kdyby mi řekla, že na tom festivalu se společně vyspali, tak přes tu...přes tu fyzickou nevěru bych se dokázal překlenout, ale tam to vypadalo, že ...už ...jsou spolu v kontaktu měsíc, dva a intenzivně si píší, a to mi vadilo daleko víc nebo cítil jsem ...z toho jsem cítil daleko větší smutek z toho, že ten čas věnovala někomu jinému, protože jsem schopen pochopit, že někdo někoho potká a fyzicky ho přitáhne natolik, že ...se něco stane, ale věnovat...ehm intimní čas psaním někomu jinému, to mi přijde daleko horší.

OTÁZKA: Takže pro tebe byla horší ta emocionální nevěra, než ta fyzická?

ODPOVĚĎ: Určitě...určitě. Možná je to i spojené s tím, že pro mě fyzická stránka ve vztahu není...není zas tak důležitá.....nebo není důležitá... to, že se mi někdo fyzicky líbí beru většinou jako plus, ne jako základ vztahu. To znamená, když najdu někoho fyzicky.. Ehm...nikdy mi...nikdy mi vlastně to tělo jsem bral jako bonus k tomu člověku, takže pro mě ta fyzická stránka je příjemná,...mám rád intimitu, nicméně emoce jsou pro mě daleko důležitější.

.....

OTÁZKA: Jak ses cítil? Jaké to pro tebe bylo?

ODPOVĚĎ: Ehm...vlastně já jsem myslel..... První vlastně přes léto jsem vlastně nevěděl, jestli mě to zasáhlo nebo ne. Začalo se to projevovat na začátku asi srpna, kdy vlastně najednou jsem zjistil, že jsem ve škole nic neudělal, doma jsem nic neudělal, a všichni byli zvyklí, že jsem velmi aktivní člověk, že hraju *fotbal, hokej, florbal*, jezdím na kole, ve škole jsem dělal pět projektů, dělal jsem v *anonymizováno* a najednou jsem zjistil,

že vlastně ani na jednu...ani na jednu věc jsem nešáhl poslední měsíc a spustilo to...spustilo to u mě...ehm...ehm...depresi, ale ne depresi-onemocnění ale... prostě... řekl bych spíš období smutku, bych to asi řekl, které se projevilo tím, že jsem byl opravdu...v melancholickém stavu a zrušil jsem veškeré své aktivity, zrušil jsem ... omezil jsem vztahy s lidmi. Docela mě to změnilo. Změnilo mě to v tom, že do té doby jsem byl velmi veselý, extrovertní člověk a teď po tom vztahu i do té doby jsem velmi ...se přesunul víc do středu. A vyvrcholilo to tím, že jsem začal chodit na terapii ...ehm k psychologovi. Psycholog mě potom poslal k psychiatrovi, protože se to nelepšilo, a vyústilo to tím, že vlastně jsem se přestěhoval **anonymizováno**. To vlastně byl důvod se přestěhovat. Jednak jsem dostal dobrou nabídku práce a bral jsem to...bral jsem to jako dobré východisko, protože jsem potřeboval změnit prostředí a lidi, a přijel jsem do **anonymizováno**...a tam jsem potom začal znovu pokračovat s terapií, protože...kdykoliv...kdykoliv byl náznak vztahu i teď, co jsem měl v **anonymizováno** vztahy, tak většina intimních vztahů, co jsem se zkoušel po tom, tak skončila stejnými slovy, .. že jsem odtažitý, chladný, že se neotevírám.