

Univerzita Hradec Králové  
Pedagogická fakulta  
Katedra sociální patologie a sociologie

## **Postoj mladých dospělých k nevěře**

Bakalářská práce

Autor: Aneta Hanušová  
Studijní program: B 7507 Specializace v pedagogice  
Studijní obor: Sociální patologie a prevence  
Vedoucí práce: Mgr. Lucie Špráchalová



## Zadání bakalářské práce

**Autor:** Aneta Hanušová

Studium: P14P0480

Studijní program: B7507 Specializace v pedagogice

Studijní obor: Sociální patologie a prevence

**Název bakalářské práce:** **Postoj mladých dospělých k nevěře**

Název bakalářské práce AJ: Attitude of young adults to infidelity

### Cíl, metody, literatura, předpoklady:

Bakalářská práce se zabývá postojem mladých dospělých k nevěře. Teoretická část se zaměřuje na etiku partnerských vztahů, vymezení pojmu nevěra, její dopad na partnerské vztahy i na monogamii. Tato témata se zároveň stávají podkladem pro navazující výzkumné šetření. Empirickou část práce tvoří kvalitativní výzkum s využitím metody ohniskových skupin, která probíhá formou skupinového interview a umožňuje hlouběji proniknout do problematiky prostřednictvím diskuze. Cílovou skupinu tvoří studenti od 18 do 25 let, kteří vyjadřují své názory a postoje na základě vlastních zkušeností s předmětem zkoumání. Cílem této práce je zmapovat co nejvíce odlišných názorů a postojů na nevěru a problematiku partnerských vztahů.

MIOVSKÝ, Michal. Kvalitativní přístup a metody v psychologickém výzkumu. Praha: Grada Publishing, a.s., 2006. ISBN 80-247-1362-4. MORGAN, David L. Ohniskové skupiny jako metoda kvalitativního výzkumu. Boskovice: Albert, 2001. ISBN 80-85834-77-4. PEROUTKOVÁ-ŠAFRÁNKOVÁ, Soňa. Sex, úchylky, lidské ego, nevěra: Jak to vidí muži a jak ženy?. České Budějovice: Nová Forma, 2012. ISBN 978-80-7453-267-2. REICHL, Jiří. Kapitoly metodologie sociálních výzkumů. Praha: Grada Publishing, a.s., 2009. ISBN 978-80-247-3006-6. UZEL, Radim. Nevěra a co s ní. Havlíčkův Brod: Petrklíč, 2010. ISBN 978-80-7229-241-7. VAUGHANOVÁ, Peggy. Mýtus monogamie: Průvodce následky nevěry. Praha: Knižní klub, 2009. ISBN 978-80-242-2373-5.

Garantující pracoviště: Katedra sociální patologie a sociologie,  
Pedagogická fakulta

Vedoucí práce: Mgr. Lucie Špráchalová

Oponent: PhDr. Stanislav Pelcák, Ph.D.

Datum zadání závěrečné práce: 5.1.2016

## **Prohlášení**

Prohlašuji, že jsem tuto bakalářskou práci vypracovala pod vedením vedoucího práce samostatně a uvedla jsem všechny použité prameny a literaturu.

V Hradci Králové dne 24. 4. 2017

Aneta Hanušová

Děkuji vedoucí své práce Mgr. Lucii Špráchalové za velmi cenné rady a ochotnou spolupráci. Obrovské poděkování patří i Mgr. Janě Veselkové z Gymnázia, Pardubice, Mozartova za umožnění a uskutečnění výzkumného šetření, bez Vás by tato práce vzniknout nemohla. Velice děkuji své rodině za neuvěřitelně pevné nervy a podporu v náročných dnech blížícího se termínu odevzdání. Z celého srdce děkuji celému týmu La Fiesta, zejména Kačence Štaudové a Terezce Fojtlové, za veškerou lásku a nevyčerpatelný příval energie a oxytocinu, který mě udržoval v relativním klidu a pohodě. Mé veliké dík patří i mým věrným spřízněným duším Adélce Sotonové a Nicolce Sitové za veškerá milá a povzbuzující slova plná lásky a pochopení. A jedno obrovské děkuji patří i mé hvězdné kamarádce a spolužačce Pětě Režné za zvládání mých výkyvů nálad, hysterických záchvatů nakupování a povzbuzování ve dnech, kdy už jsem přestávala věřit.

## **Anotace**

HANUŠOVÁ, Aneta. *Postoj mladých dospělých k nevěře*. Hradec Králové: Pedagogická fakulta Univerzity Hradec Králové, 2017. 72 s. Bakalářská práce.

Bakalářská práce pojednává o problematice nevěry v dnešní společnosti. V teoretické části je přiblížen pojem nevěra a jsou definována různá pojetí tohoto pojmu. Jsou zde popsány odlišnosti mezi muži a ženami, které ovlivňují nevěru, partnerské vztahy a komunikaci. Dále se práce zabývá příčinami a různými typy nevěry. Věnuje se partnerským vztahům, narušené komunikaci, vzniku a vývoji postojů a působení médií na partnerská soužití. Uvádí důsledky nevěry na partnerské vztahy, možnosti jejího řešení a prevenci, která se zaměřuje na posilování vztahu. V empirické části dochází k definování věkového rozmezí mladé dospělosti. Součástí je výzkumné šetření, které probíhalo kvalitativní metodou ohniskových skupin a mapovalo postoje mladých dospělých k nevěře. Cílem této práce je získat co nejvíce odlišných postojů a názorů na nevěru a problematiku partnerských vztahů.

**Klíčová slova:** nevěra, cizoložství, partnerské vztahy, komunikace, postoje, mladá dospělost

## **Annotation**

HANUŠOVÁ, Aneta. *Attitude of young adults to infidelity*. Hradec Králové: Faculty of Education, University of Hradec Králové, 2017. 68 pp. Bachelor Degree Thesis.

This Bachelor thesis discusses the issue of infidelity in today's society. The term infidelity and its various perceptions are defined in the theoretical section. The differences between men and women that have an impact on infidelity, relationships, and communication are also described in this part of the theses. Furthermore, this theses argues different types of infidelity and their causation and addresses relationships with disrupted communication, formation and development of attitudes towards infidelity, as well as influence of media on relationships. This Bachelor thesis describes consequences of infidelity, presents various solutions, and depicts how to strengthen relationship quality and prevent infidelity. The age range of young adulthood is defined in the empirical section. This part includes a research survey that has been conducted using the qualitative method of focus groups. The survey has collected attitudes toward infidelity. The goal of this thesis was to collect as many diverse attitudes, opinions on infidelity, and complications in relationships as possible.

**Keywords:** infidelity, adultery, relationships, communication, attitudes, young adulthood

# OBSAH

Úvod.....	8
1 Nevěra.....	10
1.1 Definice .....	11
1.2 Genderové a biologické odlišnosti pohlaví .....	15
1.3 Příčiny.....	20
1.4 Typy.....	23
2 Partnerské vztahy.....	28
2.1 Definice .....	28
2.2 Komunikace.....	31
2.3 Postoje .....	34
2.4 Vliv médií .....	36
3 Nevěra v praxi.....	40
3.1 Důsledky.....	40
3.2 Možnosti řešení.....	43
3.3 Prevence.....	46
3.4 Přiznání vs. zamlčení.....	50
4 Výzkumné šetření .....	53
4.1 Mladá dospělost.....	54
4.2 Příprava a realizace výzkumného šetření .....	55
4.3 Vedení a analýza skupiny výzkumného šetření.....	56
4.4 Vyhodnocení výzkumného šetření .....	58
Závěr .....	67
Seznam literatury .....	69

## Úvod

Bakalářská práce se zabývá nevěrou a zkoumá postoje mladých dospělých k této problematice. Jako téma jsem si zvolila nevěru z toho důvodu, protože se domnívám, že je to v současnosti jeden z největších problémů partnerských vztahů, který narušuje důvěru a intimitu zúčastněných. Důvěra je podle mého názoru pro život velice důležitá, protože ovlivňuje všechny naše mezilidské vztahy.

O mimopartnerských vztazích se hovoří tak často a v poslední době i tak otevřeně, že mám pocit, že přestává být morálním úpadkem, ale stává se běžnou a přijímanou součástí lidského života. Důkazem je i vlašná reakce ze strany společnosti na prokázanou nevěru i určitá společenská podpora. To je jeden z hlavních důvodů, proč jsem se rozhodla se do této problematiky ponořit hlouběji a zjistit co nejvíce informací k danému tématu, abych pochopila, co tento jev způsobuje a jaké kroky lze proti tomuto problému podniknout, zda tedy nějaké vůbec podniknout lze.

Práce je členěna na čtyři hlavní kapitoly, které se dále dělí na podkapitoly. Jednotlivé podkapitoly vždy rozvíjejí myšlenku kapitoly hlavní. První kapitola se zabývá nevěrou z obecného hlediska. Tato kapitola se skládá ze čtyř podkapitol, které se věnují odlišnému pojetí nevěry od různých autorů, kteří se zabývají touto oblastí. Dále řeší různé příčiny vzniku nevěry, což znamená, že popisuje, jak k nevěře dochází. Nahlíží i na různé typy nevěr, které se nejčastěji vyskytují ve společnosti a vycházejí z příčin nevěry.

Druhá kapitola se zabývá právě partnerskými vztahy. Je rozdělena na tři podkapitoly. V těchto podkapitolách práce nahlíží na odlišné vnímání partnerských vztahů v pojetí různých autorů. Zabývá se komunikací a její problematikou v partnerství a zkoumá odlišnosti mužů a žen, které souvisejí s nevěrou a ovlivňují celou tuto problematiku.

Ve třetí kapitole se setkáváme s nevěrou v praxi a členíme ji na tři podkapitoly. Podkapitoly se zabývají důsledky mimopartnerského vztahu na partnerské soužití, možnostmi, jak lze nevěru řešit či jak s informací o nevěře nakládat. Popisuje různé typy a formy pomoci pro osoby, které si touto zkušeností prošly a kdy je vhodné tuto pomoc vyhledat. Dále uvádí prevenci nevěry, což znamená, jakým způsobem lze nevěře předejít, zabránit ji nebo jaké kroky podniknout k vybudování



dlouholetého partnerského soužití. Kapitola je zakončena zamyšlením nad prozrazením nevěry, zda je to vhodné či nikoliv.

Čtvrtá a zároveň poslední kapitola se zabývá výzkumným šetřením. V této kapitole se setkáváme se třemi podkapitolami. V první podkapitole dochází k definování mladé dospělosti, protože mladí dospělí tvoří výzkumný vzorek výzkumného šetření. Další podkapitola obsahuje přípravu a realizaci výzkumného šetření, které se uskutečnilo na Gymnáziu, Pardubice, Mozartova 449 pomocí kvalitativní metody ohniskových skupin formou skupinové diskuze, která zkoumala postoje mladých dospělých k nevěře. Poslední podkapitola uvádí vyhodnocení a výsledky tohoto výzkumného šetření a závěrečné shrnutí celé problematiky.

V této bakalářské práci není důležité odsuzování či přiklánění se k jednotlivým stranám nebo úhlům pohledu, ale snaha o objektivní zmapování dané problematiky pomocí různých autorů a získání co největšího množství odlišných postojů mladých dospělých na danou problematiku. Mé názory jsou pouze na doplnění a dokreslení daných kapitol a mají vyvolávat určité zamyšlení k daným problémům.

## 1 Nevěra

Nevěru jako pojem je velice těžké definovat, protože každý z nás si pod tímto slovem představí něco jiného. Můžeme tedy pojem nevěra označit za velice subjektivní, protože všichni máme odlišné vnímání světa a také jiný úhel pohledu na danou problematiku, která vychází z našich zkušeností. Pro účel této práce vycházím z definice, kterou uvádí autorka Soňa Peroutková-Šafránková (2012, s. 218) ve své knize *Sex, úchylinky, lidské ego, nevěra*. Ta definuje nevěru takto: „Nevěra je sexuální, resp. milostný poměr s partnerem mimo manželství nebo též mimo jiný dlouhotrvající vážný vztah, s nímž se pojí slib věrnosti.“ Tuto definici jsem zvolila z toho důvodu, že mi přijde objektivní a pouze popisuje danou situaci, ale nikoho nesoudí, což je pro tuto práci příhodné. V této bakalářské práci není důležité odsuzování či přiklánění se k jednotlivým stranám, ale snaha o objektivní zmapování dané problematiky.

Tématem nevěry se zabývá velké množství autorů, kteří tuto oblast zkoumají již řadu let. Můžeme naleznout mnoho publikací od českých i zahraničních spisovatelů, kteří pojmají nevěru pokaždé trochu jinak. I zde můžeme pozorovat, že nevěru není snadné jasně definovat a jednoznačně uchopit. Oblastí nevěry se zabývá řada významných českých osobností. Mezi tyto české osobnosti můžeme zařadit Radima Uzla, našeho nejvýznamnějšího sexuologa, který se stal průkopníkem v oblasti lidské sexuality a otevřel dveře otázkám týkající se sexu i veřejné společnosti, což dokládá i jeho kniha *Sex – odhalené tabu*, která vyšla již v roce 1992 a nalezneme v ní upřímnost a otevřenost v těchto otázkách. Touto problematikou se zabývá i ve svých dalších dílech jako *Mýty a pověry v sexu* či *Užitečné pohlaví* nebo *Nevěra a co s ní*, svými kontroverzními a přímými názory, tak dráždí řadu lidí z široké veřejnosti. Další známou a kontroverzní osobností byl psychiatr a publicista Miroslav Plzák, který se v této oblasti proslavil zejména teorií „zatloukání“ nevěry a také významně přispěl do oblasti manželského poradenství založením *matrimoniologie*, což je obor, který se zabývá manželstvím. Jeho jedinečné názory vyvolávají řadu negativních reakcí u jiných autorů a to zejména u spisovatelek ženského pohlaví. S teoriemi Miroslava Plzáka značně nesouhlasí spisovatelka Ida Myslikovjanová nebo Soňa Peroutková-Šafránková, které nevidí nevěru tak jednoznačně jako Miroslav Plzák. Naopak Laura Šafránková ve svém díle *Nevěra a její zvládání* vychází z teorií Radima Uzla i Miroslava Plzáka a dokládá

tyto kontroverzní teorie výzkumy. Dalším důležitým autorem se stává Petr Šmolka, český psycholog a manželský poradce, který ve svém díle Nevěra pro podváděné i podvádějící vychází ze svých mnohaletých zkušeností v oblasti manželského poradenství.

Ze zahraničních autorů lze zmínit Peggy Vaughanovou, která v knize Mýtus monogamie čerpá ze svých vlastních prožitků při zjištění manželovi nevěry. Spadají sem i autoři bestsellerů Allan a Barbara Peasovi a John Grey, kteří se zabývají odlišností žen a mužů. Dále je to významný kanadský analytický psycholog Guy Corneau, který se zabývá šťastnou láskou. Významnou autorkou je i Nancy van Peltová, která je spojená s pojmem komunikace v partnerských vztazích. Lze sem zařadit i odborníky zastávající hnutí New Age, kam lze zařadit Lousie L. Hay, Raye Dodda nebo Lama Oleho Nydahle, kteří přinášejí do problematiky prvky alternativního pojetí.

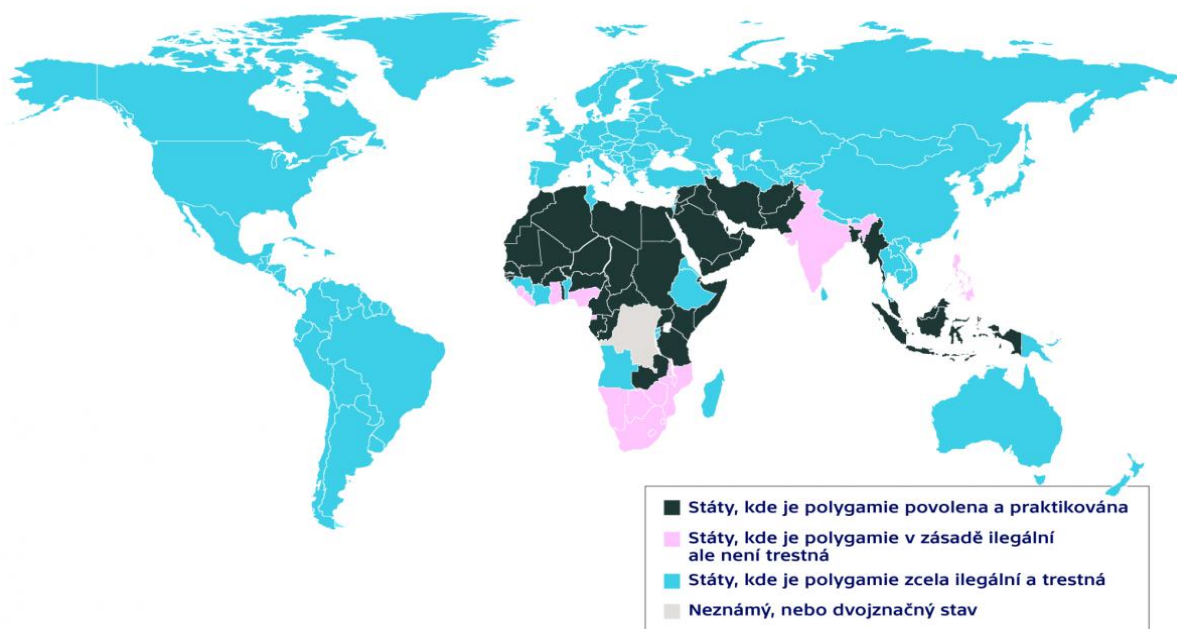
## 1.1 Definice

Jak již bylo zmíněno, existuje velké množství pohledů na nevěru. Tyto jednotlivé úhly pohledů vždy obsahují určité subjektivní zabarvení, ačkoli se snaží o určitou míru objektivitu, což dokládá i řady výzkumů, které na téma nevěry byly zpracovány. Tato podkapitola se zabývá odlišným pojetím nevěry u různých autorů a slouží k lepšímu pochopení a uchopení tohoto pojmu.

Radim Uzel (2010, s. 11 - 20) uvádí, že pojem partnerské nevěry se ve společnosti užívá až s výskytem monogamního manželství. Pro naši evropskou kulturu je monogamní manželství, ve kterém spolu žijí jeden muž a jedna žena, typické z důvodu naší křesťanské historie a biblických pravidel. Křesťané pro nevěru využívají termín cizoložství. Z historického hlediska je ale podle Radima Uzla častější mnohoženství, což uvádí na příkladu starověkého Řecka a Říma i Islámu. Islám jednoznačně dává přednost muži před ženou a umožňuje svobodnému muslimovi až 4 zákonné manželky a nadto libovolný počet konkubín neboli otrokyň. Určit tedy u muslimského muže nevěru je vcelku obtížné, u ženy je to již jednodušší, protože muslimka může mít pouze jednoho muže. Za nevěru je u ženy považován jakýkoli mimomanželský fyzický kontakt. Radim Uzel považuje nevěrné jednání za historicky podložené a biologicky podmíněné. Domnívá se, že je to přirozenou součástí partnerského soužití.

Laura Janáčková (2008, s. 7 - 12) následuje názor Radima Uzla. Ve své knize se zabývá otázkou, zda je člověk přirozeně monogamní nebo polygamní. Z výzkumů vyplývá, že zatímco ženy mají sklony k monogamii, tak muži jsou vrozeně promiskuitní. Tento výzkum je podložen biologickými fakty. Tato biologická fakta říkají, že příčinou nevěry může být rozdílnost množství spermií a vajíček. Zatímco muži mají velké množství spermií, tak počet vajíček je omezen, z čehož vyplývá, že muži svými spermii mohou plýtvat, zatímco ženy si svá vajíčka hlídají a schovávají pro vhodného partnera. Stejně jako MUDr. Radim Uzel i Laura Janáčková shledává monogamii za vzácnou, což můžeme vidět i na obrázku č. 1 znázorňujícího rozšíření polygamie.

### Polygamie ve světě



**Obrázek č. 1:** Rozšíření polygamie ve světě

(Zdroj: Jan. Mnohoženství bude pro Rusko záchrana a nutnost, říká tamní muslim. In: *Česká televize: Svět* [online]. 2015 [cit. 2017-04-23]. Dostupné z: [http://www.ceskatelevize.cz/ct24/sites/default/files/styles/scale\\_1180/public/images/1577508-653714.png?itok=Pc89IJOG](http://www.ceskatelevize.cz/ct24/sites/default/files/styles/scale_1180/public/images/1577508-653714.png?itok=Pc89IJOG))

Laura Janáčková uvádí, že z 1154 lidských společností bylo, nebo doposud je 87 % polygamních. Také však zdůrazňuje rozdíl mezi monogamií sociální, kterou chápe jako dlouhodobé soužití a společnou výchovu potomků, a monogamií

sexuální, která umožňuje sexuální život pouze s jedním partnerem. Domnívá se, že spolu tyto dvě monogamie vůbec nemusejí souviset a je třeba je rozlišovat.

S pojetím nevěry Radima Uzla, na rozdíl od Laury Janáčkové, nesouhlasí Soňa Peroutková-Šafránková (2012, s. 216 - 218), která odmítá nevěru jako součást partnerského vztahu. Zastává názor, že v případě že jeden z partnerů je ve stávajícím vztahu nespokojený a pomýšlí na nevěru, měl by ze vztahu odejít dříve, než se nevěry dopustí a druhému partnerovi tak ještě více ublíží. Věří, že vztah dvou lidí by měl být doprovázen láskou a věrností. Ve své knize se zabývá zejména virtuální nevěrou, což obsahuje psaní si s jinými lidmi a seznamování se za účelem virtuálního sexu bez přímého sexuálního kontaktu. Tato virtuální nevěra se objevuje s rozvojem informačních a komunikačních technologií, zejména s výskytem internetu. Za nevěru je zde považována i myšlenka na někoho jiného. Soňa Peroutková-Šafránková považuje toto počáteční myšlenkové uklouznutí za prvotní problém a první fázi nevěry, které směřuje k narušení důvěry partnerského vztahu.

Ida Myslikovjanová (2011, s. 12 - 26) se naopak zamýšlí nad tím, proč se tématem a problematikou nevěry zabývají převážně muži. Je naprosto zřejmé, že mužský pohled na nevěru se výrazně liší od toho ženského. Dokládá to příkladem muže, který tvrdí, že své manželce nebyl nikdy nevěrný, protože jednorázovou sexuální záležitost za nevěru nepovažuje. Tento příklad dokládá, že nevěru nelze objektivně definovat. Stejně jako Soňa Peroutková-Šafránková odmítá nevěru jako fenomén, který je normální a běžný. Také nesouhlasí s tvrzením, že muži nejsou disponováni pro monogamní vztah, což tvrdí Radim Uzel a Laura Janáčková. Uvádí, že nemůžeme změnit nevěru jako takovou, protože ta tady vždy byla, je a bude, ale můžeme pozměnit naše vlastní postoje ke vztahu, k sexu i ke vzájemné komunikaci. Nevěru popisuje jako známku toho, že ve vztahu něco nefunguje, anebo to funguje velmi špatně.

Petr Šmolka (2003, s. 14 - 21), významný český psycholog, manželský a rodinný poradce, vychází zejména ze svých zkušeností manželského poradenství a chápe nevěru jako jakoukoliv formu vztahu či kontaktu s osobou či osobami zpravidla opačného pohlaví, což nemusí být vždy nezbytnou podmínkou. Jedná se formu vztahu či kontaktu, kterou vnímáme jako emočně ohrožující či zraňující. Upozorňuje také na to, že nevěra je nevěrou i v případě, že o nevěře druhý partner není informován či ji prozatím neobjevil.

Mezinárodně uznávaná odbornice na mimopartnerské vztahy, Peggy Vaughanová (2009, s. 24 - 29) čerpá převážně z vlastní zkušenosti, protože sama prožila manželovu nevěru, se kterou se dokázala vypořádat. Za zásadní problém nevěry označuje mýtus monogamie, což vysvětluje jako očekávání monogamního způsobu života, který nás vede k přesvědčení, že nevěře čelit nebudeme. V případě, že k nevěře dojde, bereme to jako osobní selhání. Vysvětluje, že mýtus monogamie je víra, že monogamie je ve společnosti normou, kterou daná společnost podporuje. Z výzkumu však vyplývá, že monogamie není normou, protože 60 % mužů a 40 % žen navázalo mimomanželský vztah. Nevěra se podle Peggy Vaughanové dotýká všech z důvodu společenské podpory nevěry.

Zuzanna Celmerová (1990, s. 74 - 92) ve své knize *Člověk na celý život stejně* jako Peggy Vaughanová rozlišuje nevěru tělesnou a nevěru duševní. Tělesnou nevěru chápe jako fyzický dokonaný kontakt, zatímco duševní nevěra se projevuje vyzrazením tajemství, zneužitím slabostí či zesměšněním před jinými lidmi. I ona zde upozorňuje na rozdílnost očekávání, co se týče monogamie. Očekáváme loajálnost a důvěrnost a jsme zhrzeni, když se naše očekávání střetne s realitou.

Na Peggy Vaughanovou a Zuzannu Celmerovou můžeme navázat autorem knihy *Tajemství toltéckého štěstí – Jak silou přesvědčení vytvořit trvalou změnu*, Rayem Doddem. Ray Dodd (2016, s. 25 - 36) se zabývá vznikem a silou lidského přesvědčení, jak již napovídá název. Přesvědčení popisuje jako moc tvořit. Pojímá ho jako sen či simulovanou realitu, kterou formují naše stěžejní zážitky a to, co pro nás tyto stěžejní zážitky znamenají. Toto přesvědčení ovlivňuje a zkresluje všechno, co vnímáme. Dokládá to citátem Anais Ninové (In Dodd, 2016, s. 23), která říká: „Nevidíme věci takové, jaké jsou – vidíme je takové, jací jsme my.“ Na základě těchto informací můžeme říci, že nevěra či věrnost vycházejí z našeho vžitého a společností podporovaného přesvědčení o monogamním manželství, které vychází z křesťanství.

Guy Corneau (2010, s. 223) se stejně jako Ray Dodd zabývá přesvědčením a zastává názor, že naše přesvědčení mohou být škodlivá. Upozorňuje, že ve společnosti se vyskytuje přesvědčení, které je široce rozšířené. Tímto přesvědčením je, že lidský život má smysl jedině v páru, což je problém většiny nešťastných partnerských vztahů. Závislost jednoho na druhém. Zdůrazňuje, že je důležité naleznout smysl života v životě samém, ať už o samotě, anebo ve dvou. V případě, že naše životní štěstí závisí pouze na přítomnosti partnera, jedná

se o odraz značného nedostatku v psychické rovině. Pokud chceme být šťastní v partnerském vztahu, musíme se naučit být šťastní i sami. Toto škodlivé přesvědčení, že naše štěstí je vázané na druhou osobu, vede k partnerským konfliktům a může vyústit v nevěru. Guy Corneau chápe nevěru jako projev nedostatečné sebehodnoty.

Allan Peas a Barbara Peasová (2009, s. 149 - 152) rovnou rozlišují nevěru ženskou a mužskou i jejich odlišné vnímání. Muži většinou definují nevěru jako déle trvající sexuální vztah s citovou vazbou nebo bez citové vazby. Jedná se u nich zejména o tělesné zaujetí, jehož součástí může být citová vazba. Ženy naopak vnímají nevěru jako citovou záležitost, která může, ale nemusí obsahovat fyzický sex. Ženy považují za citovou nevěru i telefonické rozhovory, osobní zprávy, textové a e-mailové zprávy, pravidelné společné obědy, odpolední kávu apod.

Lama Ole Nydahl (2008, s. 54 - 56) stejně jako Peasovi upozorňuje na značný rozdíl mezi nevěrou muže a nevěrou ženy. Jeho pojetí nevěry je silně ovlivněno jeho vírou v buddhismus. Podle Nydahla nevěra muže neznámá, že je něco v nepořádku v jeho vztahu, ale značí jeho nadbytek a hledání vzrušení. Muži si vyjdou ven, pobaví se a poté se vrací zpět ke své milované, protože vše se odehrává mužovým tělem, nikoli v jeho těle. Naopak jestliže je vážný vztah narušen nevěrou ženy, jedná se o vztah, který byl dlouhou dobu sužován problémy, protože nevěra ženy se odehrává v jejím těle. Nydahl to zdůvodňuje tím, že žena je citlivější na různá onemocnění a může i otěhotnět, proto její ochota k nevěře mívá hlubší kořeny.

Z těchto různých definic nevěry od odlišných autorů mužského i ženského pohlaví můžeme pozorovat, že každý na nevěru pohlíží trochu jinak, avšak ve výsledku se všichni shodují. Nevěra je jev, který tady vždy byl, je a s největší pravděpodobností tu i zůstane díky společenské podpoře, mylně chápané monogamii a současnému ideálu lásky.

## **1.2 Genderové a biologické odlišnosti pohlaví**

Vzhledem k tomu, že jsem během čtení všech knih, týkajících se problematiky nevěř, partnerských vztahů a komunikace, narážela na problém rozdělování ženského a mužského pohledu, rozhodla jsem se této oblasti věnovat celou jednu podkapitulu. Ta se zabývá odlišnostmi mužů a žen a jejich rozdílnému vnímání, prožívání, očekávání a jejich různým pohledům na nevěru, sex, partnerské vztahy

a komunikaci, což vychází z fyziologické podmíněnosti odlišného vývoje mozku. John Gray (2008, s. 19 - 21) vysvětluje, že je zapotřebí opustit své představy o tom, jací by muži a ženy měli být, protože jen tak můžeme přijmout skutečnost, jací doopravdy jsou.

Ann Oakleyová (2000, s. 22 – 23, 46 - 48) se zabývá řadou otázek týkajících se odlišností mužů a žen. Snaží se bořit stereotypní představy a mýty, které se týkají rozdílů mezi muži a ženami a to pomocí gender studies. Vychází ze studia pohlavních rozdílů, které dokládají nejen biologickou rozdílnost, ale také sociální jednotu mužského a ženského prvku. Oakleyová upozorňuje, že k diferenciaci dívek a chlapců dochází už velmi brzy v procesu sociálního učení, což poukazuje na silný kulturní vliv. Lidé jsou si vědomi ideálu maskulinity a feminity a snaží se k jednomu z těchto ideálů přiblížit, z čehož vyplývá, že maskulinity a feminity se nabývá v rámci sociální výchovy a nelze vycházet jen z biologického pohlaví. Biologické pohlaví představuje univerzální dělítko, na kterém jsou vystavěny všechny další odlišnosti.

Marie Čermáková v knize Ann Oakleyové (2000, s. 11 - 12) vysvětluje pojem gender, který pojímá jako: „Sociální konstrukt, který vyjadřuje, že vlastnosti a chování spojované s obrazem muže a ženy jsou formovány kulturou a společností. Na rozdíl od pohlaví, které je univerzální kategorií a nemění se podle času či místa, působení gender ukazuje, že určení rolí, chování a norem vztahujících se k ženám a mužům je v různých společnostech, v různých obdobích či různých sociálních skupinách rozdílné. Jejich závaznost či determinace není tedy přirozeným, neměnným stavem, ale dočasným stupněm vývoje sociálních vztahů mezi muži a ženami.

Stanislav Kratochvíl (2009, s. 113 - 120) se také zabývá gendrem, který označuje jako rodovou rozdílnost. K typickým vlastnostem mužského rodu řadí průbojnost, bojovnost až agresivitu, dominanci, racionálnost a sníženou citlivost. U ženského rodu převládají emoce, citlivost, vstřícnost, péče a obětavost. Stanislav Kratochvíl uvádí, že odlišné očekávání mužů a žen vychází z primární rodiny, z rodinných modelů manželství, které mohou nepříznivě ovlivňovat naše vztahy. Očekávání žen se skládá z posezení a popovídání, duševního porozumění, vycítění, co žena potřebuje a vyjadřování lásky celým životem. Muži očekávají uvařeno, uklizeno, sex kdykoli se jim zachce, neustálý obdiv a nezatěžování starostmi.



John Grey (2008, s. 47 - 65) se zabývá fyziologicky podmíněnou rozdílností mezi pohlavími. Nejedná se pouze o viditelné biologicky určené pohlaví, při kterém již na první pohled lze rozeznat muže od žen. Lišíme se také strukturou a fungováním mozku, což není hned patrné. Vysvětluje, že naše mozky se vyvíjely odlišně nejspíše díky tomu, že jeskynní ženy a muži měli při zajišťování živobytí odlišné úlohy. Muž nesl úlohu lovce a zdolával velké vzdálenosti při lovu zvěře, zatímco žena sbírala potravu poblíž domova a pečovala o děti. Muži při lovu či boji museli být potichu, což může být důvod, proč muži ve stresových situacích spíše mlčí. Naopak ženy udržovaly kontakty s ostatními ženami a bránily se především jazykem, což může být jeden z důvodů, proč ženy o svých problémech otevřeně hovoří a jsou verbálně zdatnější než jejich mužské protějšky. Naše mozky se vyvíjely odlišně, protože se přizpůsobily vnějším podmínkám, abychom mohli přežít.

Fungováním mozku, které způsobuje odlišnou komunikaci mužů a žen, se zabývá i Radim Uzel (2012). Jeho teorii si lze přečíst v následující kapitole, která se věnuje partnerským vztahům a komunikaci.

Na nevěru muže a na nevěru ženy se pohlíží ze strany společnosti jinak, což dokládá i Zuzanna Celmerová (1990, s. 74 - 92), která upozorňuje, že veřejnost odsuzuje tělesnou nevěru velmi přísně, ale záleží na tom, zda se nevěry dopustila žena či muž. Mužská nevěra je vnímána shovívavěji a je pro ni ve společnosti větší pochopení a dokonce nese i prvky uznání. Jakmile se stejného činu dopustí žena, společnost ji okamžitě odsoudí, což je důkazem zdánlivé rovnoprávnosti.

Další oblastí, kde lze spatřit odlišnosti mezi pohlavími, je vnímání intimity a sexuality. Carol Botwinová (1996, s. 60 - 70) uvádí, že nejvíce zásadní rozdíl mezi mužem a ženou tkví v reakci na intimitu. Ženy si spojují sex s láskou, oddaností a důvěrou, zatímco muži zdůrazňují podstatný rozdíl mezi sexem a láskou. Mužům daleko více vyhovuje méně angažovaný vztah založený na fyzické rozkoši, kde si mohou udržet určitý odstup a zároveň je tento vztah i časově omezený, což mužům vyhovuje. Ženská sexualita je propojena se zamilovaností a něžností. Teprve poté, co se u žen projeví city k určitému muži, se projeví žádost. U mužů je sexualita daleko více spojená s fantazií a vizuální stimulací. Ženy berou sex daleko vážněji než muži. Carol Botwinová se domnívá, že toto znevažování sexu za strany mužů souvisí se sexuální revolucí v 60. letech. Dříve žena vstupovala do svazku jako panna a muž tak měl určitou míru zodpovědnosti. Dnes je sex běžnou součástí všech vztahů

a tím dochází ke ztrátě posvátnosti tohoto fyzického aktu. Navíc dnes muž ani žena nemusí čekat na svatbu, aby se mohli oddávat sexuálními radovánkami.

Radim Uzel (2012, s. 115 – 122, 133 - 151) se také zabývá lidskou sexualitou a poukazuje na podstatný rozdíl mezi sexualitou ženy a sexualitou muže. Zatímco mužská sexualita je zaměřena více tělesně na tělesný chtíč a anonymní tělesné ukojení, žena se soustředí spíše na duševní prožitek jako je láska a trvalý vztah založený na jistotě a ochraně. Stejně tak i nevěra ženy a nevěra muže se podle Uzla značně odlišují. Pro ženy z biologického hlediska je nevěra naprosto bezpředmětná, protože nemohou rozsévat svůj genetický materiál, jako je tomu u mužů. Naopak je to pro ně výhodné z ekonomických důvodů, protože více mužů jim přináší více prostředků. Ženská nevěra je daleko rafinovanější a propracovanější než ta mužská, což dokládá i výzkumné šetření, které prokázalo, že 90 % žen dokázalo utajit svůj mimopartnerský vztah. Muži jsou v nevěře poháněni biologickými předpoklady pro zajištění pokračování rodu. Díky tomu jsou neopatrni a roztržití a zanechávají velké množství indicií, které poukazují na jejich mimopartnerský vztah. Uzel uvádí, že nevěra ženy je vždy způsobena nějakým defektem partnera, zatímco nevěra muže nemusí být podmíněna vůbec ničím. Ženská nevěra je tak pro vztah daleko nebezpečnější než ta mužská.

Christophe Fauré (2015, s. 28 - 29) se naopak domnívá, že rozdíl mezi sexualitou muže a ženy se postupně vytrácí, i když stále je významný. Důvodem postupného přiblížení sexuality obou pohlaví je zejména finanční emancipace na straně ženy. Z toho vyplývá, že ženy již nejsou materiálně závislé na svém partnerovi a mohou partnera po nevěře opustit, aniž by se bály o svou budoucnost. Samostatnost žen způsobila, že se jejich přístup k nevěře, podobá přístupu mužů.

Guy Corneau (2010, s. 41 - 56) ve své knize Anatomie lásky připisuje tyto odlišnosti zkoušce sexuální diferenciaci, která je velmi důležitá pro každé dítě. V této zkoušce dítě začne odlišovat sebe od okolního světa a musí čelit rozdílům mezi mužem a ženou. Uvědomit si existenci obou pohlaví je pro dítě těžkou zkouškou, protože se smiřuje s myšlenkou, že je neúplné. Dítě začne napodobovat rodiče stejného pohlaví a osvojuje si vzorce jeho chování. Je to velmi důležitý proces nalézání vlastní identity, která vychází právě ze sexuální odlišnosti. Díky tomuto procesu v sobě objeví ženu nebo muže. Dobrá sexuální diferenciaci je základem pochopení, že obě pohlaví jsou si rovnocenná a mají mnoho společného. Guy Corneau uvádí, že čím více si je člověk jistý svou příslušností k vlastnímu pohlaví,

tím snáze bez pocitu ohrožení může čelit rozdílům a přijmout romantickou lásku jako chybějící součást svého života.

Lama Ole Nydahl (2008, s. 133 - 142) do této oblasti přináší alternativní pohled ovlivněný Buddhismem. Hovoří o třech úrovních, ve kterých jsou muži a ženy odlišní, ale vzájemně se díky tomu doplňují. Vnější úroveň představuje vzhled při seznamování a zamilovávání. Souvisí se stavbou těla, tvarem obličeje, vůní a řečí těla. Druhou úroveň tvoří vnitřní úroveň. Tato úroveň se skládá z motivací, pocitů, moudrostí a různých aktivit. Ženy vnímají zejména pravou polovinou mozku a jako celek. Muži využívají levou polovinu mozku a vidí podrobnosti, což vede k nedorozumění. Lama Ole Nydahl uvádí, že muži žijí ve dvanáctihodinovém cyklu a rozlišují den a noc, naopak ženy vše vnímají dvacet čtyři hodin. Ženy si více pamatují a díky tomu také více trpí, protože prožívají hlouběji než muži. Třetí úroveň je pojímána jako splynutí mužských a ženských odlišností. Nydahl doporučuje přijímat druhé pohlaví takové, jaké je, protože pouze díky toleranci, respektu a pochopení můžeme budovat pevné láskyplné vztahy.

Alternativní pojetí Lama Oleho Nydahla (2008) jsem vybrala zejména proto, že souhlasím s jeho názorem, že je jedno, zda jsme ženami či zda jsme muži, ale důležité je pochopení, že každý z nás je jedinečný. To, co musíme pro šťastný život či partnerský vztah udělat, je přijmout lidskou individualitu v její rozmanitosti a vytvořit prostor pro toleranci, respekt a přijetí odlišných názorů. Jen tak můžeme být vyrovnaní a schopni lásku druhé osoby opětovat.

Na tuto myšlenku navazuje Nancy van Peltová (2012), která upozorňuje, že je nezbytné přijmout fakt, že myšlení ženy a muže je odlišné. Zatímco muži jsou založeni analyticky, u žen převládá intuice a emoce. Vychází to z funkčních rozdílů mozku ženy a muže, což ovlivňuje jejich komunikaci. Skutečným klíčem k partnerství je tedy vzájemné porozumění a respektování pohlavních odlišností.

Lama Ole Nydahl (2008, s. 132): „Ženy a muži mají různé základní vlastnosti počínaje genotypem a vývojem mozku až po vnímání světa. Přestože se oběma otevírají cesty k plnému dosažení, dochází v jejich každodenním setkávání k mnoha malým a velkým nedorozuměním kvůli nedostatečnému pochopení rozdílů v jejich světech.“

Allan Peas a Brabara Peasová (2009, s. 29) pojímají partnerské vztahy s lehkostí a humorem a vnášejí do tohoto komplikovaného tématu trochu nadsázky. Rozdíl mezi mužem a ženou popisují takto: „Žena chce, aby jeden muž uspokojoval

každou její potřebu. Muž chce, aby každá jeho žena uspokojila jeho jedinou potřebu.“

Tato podkapitola je zakončena citacemi, které krásně vystihují, shrnují a doplňují popisovanou problematiku. Lama Ole Nydahl nám svou citací přináší lásku a klid, zatímco Allan Peas a Barbara Peasová trochu toho nadhledu a úsměvu. Je důležité si uvědomit, že muži a ženy jsou odlišní již ze své podstaty. Vždyť by to byla taková nuda a zároveň škoda, kdyby všichni byli stejní. Příroda moc dobře ví, proč je to zrovna takto nastavené, tak se přestaňme bránit a vše měnit, ale poddejme se tomu, ať můžeme okusit všechny taje lásky a dlouhodobého láskyplného vztahu.

### **1.3 Příčiny**

Tato podkapitola se věnuje příčinám nevěry. Popisuje, jak k nevěře nejčastěji dochází a uvádí rozdílné motivy mužské a ženské nevěry. Navazuje na předchozí podkapitolu odlišností mezi muži a ženami, protože často jsou to právě tyto nepochopené rozdíly, které vedou k navázání mimopartnerského vztahu, což potvrzuje i John Grey.

John Grey (2008, s. 23 - 28) upozorňuje, že tyto rozdíly jsou umocňovány současným stresem, protože každé pohlaví má odlišné obranné mechanismy. Za hlavní příčinu nevěř v dnešní společnosti považuje právě stres, protože ten způsobuje zásadní problémy v komunikaci a negativně ovlivňuje nálady, chování a prožívání, což se pak na partnerském vztahu podstatně projevuje.

Zuzanna Celmerová (1990, s. 74 - 92) se domnívá, že většina duševních a tělesných nevěř vzniká díky narůstající cizosti. Dochází ke stále většímu vzdalování v partnerských vztazích. Ačkoli partneři zdánlivě žijí pospolu, ve skutečnosti žije každý zvlášť, nesdílejí své pocity, svá přání či plány do budoucnosti. Postupně nastává návykový vztah, kdy se o sebe partneři přestávají skutečně zajímat a vymlouvají se při tom na nedostatek času, únavu či spoustu povinností. Uvádí, že nevěra je velmi často důsledkem, nikoli příčinou krachu partnerství. K nevěře dochází z důvodu monotónnosti partnerství, nedostatku zájmu o partnera nebo smutku všedního dne. Tento výčet vede k navázání duševní nevěry, která přináší potřebu důležitosti, milovanosti a atraktivity.

Manželé Allan Peas a Barbara Peasová (2009, s. 152 - 156) uvádějí deset hlavních důvodů, proč dochází k mimopartnerskému poměru z pohledu mužů a z pohledu žen. Těchto deset hlavních důvodů vyplývá z průzkumu rodinných advokátů ve Velké Británii. U mužů mezi deset důvodů patří chtíč, ztráta přitažlivosti manželky nebo partnerky, sexuální problémy, příliš zaměstnaná manželka starostmi o rodinu a děti, agresivní svádění cizí ženou, nedostatek agresivního svádění vlastní partnerkou, vzrušení z lovu, sekýrování, neschopnost hovořit s partnerkou o problémech, mužské sebehodnocení, jako sexuální přitažlivost, stárnutí a snadné podpoření vlastního ega. Naproti tomu většina žen hledá něco, co nemusí nutně souviset s fyzickým vzhledem opačného pohlaví. Ženy hledají romantickou lásku, chtějí muže, který v nich neuvidí pouze hospodyňku nebo matku dětí. Ženu k nevěře pohání spíše citové naplnění než touha po sexu, jako je tomu u mužů. Deset hlavních důvodů u žen tvoří osamělost, neschopnost mluvit s partnerem o problémech, pocit nedostatečné žádoucnosti, nedostatečné ocenění ze strany partnera, partnerovo přílišné zabývání se vlastní osobou, nedostatečná romantika a vzrušení v posteli, potřeba uniknout z rutiny každodenního života, potřeba cítit v osobním životě stejnou moc jako v práci, nuda a příležitost vzniklá v pravý čas.

Domnívám se, že důvodem cizosti a odloučení partnerů v partnerských vztazích je nejen rozvoj informačních a komunikačních technologií, který uvádí Radim Uzel (2010), ale také emancipace žen. Dříve ženy byly odkázány na své mužské protějšky, byly na nich ekonomicky závislé, nechodily do práce, a když chodily, měly podřadné zaměstnání. Seděly doma a staraly se o děti a domácnost. Praly, žehlily, vařily, uklízely a obskakovaly muže, pro jiné zájmy nezbýval čas. Ačkoli to může u mužů vyvolat melancholickou náladu či se mohou toužebně dívat do minulosti, dnes je tomu jinak. Ženy chodí do zaměstnání a budují kariéru stejně jako muži. Studují, jsou ekonomicky nezávislé a mají vlastní zájmy. Tento ženský boj za „svobodu a rovnoprávnost“ může mít velký dopad na partnerské vztahy a to zejména z toho důvodu, že se z žen postupně stávají muži. Nemůžeme se tedy mužům divit, že jsou vystrašení, když ztrácejí svou pevnou půdu pod nohama. Díky tomu dochází i ke zvyšování nevěry ze strany žen, které se mužům snaží za každou cenu vyrovnat.

Jaroslav Havlíček (1992, s. 75) uvádí sociologický výzkum z roku 1968, který se zabýval možnými příčinami nevěry. Muži nejčastěji uváděli čistě sexuální

motiv, rozvrácené citové a rodinné vztahy, uvolněnou morálku, neodpovědnost nebo duševní osamělost v partnerství. Ženy odpovídaly téměř stejně akorát v jiném pořadí. Z toho vyplývá, že mužské a ženské příčiny nevěry se nijak zvláště neliší, což neodpovídá výzkumu, kterým se zabývali manželé Allan Peas a Barbara Peasová (2009). Může to být způsobeno nejen značným časovým rozdílem, který tvoří 17 let, ale i odlišnými světadíly.

Radim Uzel (2012, s. 33 - 42) popisuje, že se příčiny nevěry u žen a mužů značně liší, což popírá výzkum, který uvádí Jaroslav Havlíček. Muži uvádějí potřebu vzrušení, potřebu změny, citové potřeby a spontaneitu. Ženy citové potřeby, ověřování vlastní žádoucnosti, touhu po společnosti a vzrušení. Ženy se neštítí využít nevěru jako odplatu či pomstu.

Christophe Fauré (2015, s. 104 - 116) ze své poradenské praxe vyvozuje, že příčinou mimopartnerského vztahu je nedostatek lásky, potřeba kompenzace sexuálního neuspokojení, nerovnováha v životě páru, potřeba žít naplno, potřeba zahojit staré rány nebo napravit nedostatky, potřeba nalezení sám sebe, krize středního věku, problém se zvládáním životních situací a odlišný způsob života.

Stejně jako Christophe Fauré, tak i Nancy van Peltová (2012) vychází ze své praxe. Zabývá se partnerskou komunikací a uvádí, že mezi nejčastější příčiny rozdělení párů patří narušená komunikace, ztráta společenských cílů a zájmů, sexuální neshody, nevěra, ztráta vzrušení a radosti ze vztahu, peníze, neshody kvůli dětem, alkohol a jiné závislosti, otázky ženských práv a příbuzní. Můžeme pozorovat, že nevěra se vyskytuje „až“ na čtvrtém místě, na druhou stranu již také bylo zmíněno, že hlavní příčinou nevěry je narušená komunikace a odlišné prožívání obou pohlaví. Z toho lze vyvodit, že všechny problémy pramení právě ze špatné komunikace. K oslabení vztahu dochází také díky odloučení, stresu, depresím a špatným návykům.

Z této podkapitoly vyplývá, že muži a ženy mají odlišné potřeby nejen ve vztahu, ale celkově mají jiné očekávání od života. Ženy touží po lásce, potřebnosti, důvěře, projevování citů a objetí, muži chtějí sex, přitažlivost své partnerky a klid. Ženy chtějí být milovány, přijímány a opečovávány svým protějškem. Muži chtějí mít doma navařeno, vypráno, uklizeno a volný byt při sportovním utkání. Nenaplnění těchto odlišných potřeb vede k partnerskému konfliktu, který je nejčastěji způsoben nedostatečnou schopností projevovat city, hovořit o svých přáních či potřebách, sdělovat si navzájem problémy či sdílet svá

tajemství. Z toho lze vyvodit, že nejpodstatnější problém vzniká právě v mezilidské komunikaci a v odlišném vnímání světa obou pohlaví.

Na druhou stranu je třeba se zamyslet, zda tohle vše nevyužíváme jen jako výmluvy. Nebylo by jednodušší přestat svalovat vinu na druhou osobu a místo toho objevit svou vlastní zodpovědnost za činy, kterých se dopouštíme? Myslím si, že hlavní problém spočívá právě v tom, že dnešní společnost nerada přiznává svou chybu a raději ukazuje prstem na toho druhého. Alibismus, mor dnešní doby. Je přeci tak jednoduché říci, že za všechno může ten druhý, že to je všechno jeho vina a já jsem naprosto neviný a bezchybný. Místo těchto výmluv a svalování viny by bylo vhodné podívat se do vlastního nitra a přiznat si pravdu. My sami jsme zodpovědní za činy, kterých se dopouštíme. Z mé životní filosofie ovlivněné hnutím New Age vyplývá, že jmenované příčiny nám slouží pouze jako výmluvy pro naše černé svědomí.

Stejný názor zastává Douglas K. Snyder (2016, s. 25 - 27), který upozorňuje, že partnerova nevěra není naše vina či selhání. Lidé jsou odpovědní za své činy, takže vinu nese partner, který se k nevěře dobrovolně rozhodl.

S tímto pohledem nesouhlasí Peggy Vaughanová (2009, s. 40 - 41), která uvádí, že jsou daleko důležitější faktory, než je zmiňovaná vůle, charakter či odpovědnost. Říká, že nevěra je způsobena především příznivými podmínkami ve společnosti, která vytváří příznačné příležitosti. To vše je podporováno rady odborníků z oblasti poradenství, kteří zkoumají nevěru z psychologického pohledu a neberou v potaz úhel sociologický.

## 1.4 Typy

Na příčiny nevěry úzce navazují typy nevěř, kterých se dopouštíme. Podle toho, co nám ve vztahu chybí, si volíme i typ nevěry, která naplňuje tyto neuspokojené potřeby a přání. Z typů nevěř lze vyvodit, jaký problém se ve vztahu vyskytuje, což nám umožňuje tento problém řešit. Vždy je důležité si uvědomit, proč konám to, co konám.

Petr Šmolka (2003, s. 14 - 18) uvádí tyto základní typy nevěry: flirt, mimomanželský kontakt, dobrodružství, mimomanželský vztah, virtuální nevěru, swingování a prostituci. Flirt pojímá jako nezávaznou koketérii bez skutečné tendence k realizaci. Mimomanželský kontakt může být označován i jako rekreační

nevěra na dovolené, na večírku nebo v zaměstnání. Charakteristickým znakem dobrodružství je delší trvání v čase, vyšší míra emoční angažovanosti a pocit, že je vše pod kontrolou. Toto dobrodružství není spojováno s plánováním společné budoucnosti, ale jen jako vztah na přilepšenou. Všechny tyto stupně se mohou zvrtnout v dlouhodobé záležitosti. Mimomanželský vztah je dlouhodobý eroticko-sexuální vztah s emoční angažovaností, který směřuje k plánování společné budoucnosti alespoň u jednoho z partnerů. Virtuální nevěra souvisí s užíváním internetu a jde zejména o fantazii bez skutečného fyzického kontaktu. Swingování je pojem, který označuje naturální směny partnerů v rámci dvou a více partnerských dvojic. Jedná se o krátkodobé, ale opakované chování, které odráží určitý trend ve společnosti. Zvláštním stupněm nevěry se podle Petra Šmolky stává i prostituce, ať už se jedná o nabízení služeb, anebo nákup těchto služeb.

Radim Uzel (2010, s. 59) rozlišuje pouze 3 typy nevěry a to podle nebezpečnosti pro partnerský vztah. Mezi tyto typy řadí náhodný odskok neboli Seitensprung, dobrodružství a poměr. Náhodný odskok Uzel považuje za nejméně nebezpečný typ nevěry, protože bývá anonymní a málokdy vázaný na konkrétní osobu, jehož důsledek nevede k citovému vztahu. Dobrodružství je sexuální zážitek, ve kterém hraje hlavní roli zejména zvědavost. Objevuje se v něm tělesná i citová touha, ale neohrožuje partnerský vztah. Nejnebezpečnějším typem nevěry je podle Uzla poměr neboli mimomanželský vztah. Poměr mívá delší trvání a je do něj zapojena osobnost i emocionalita obou partnerů a vyvolává nejvíce bolesti a konfliktů.

Allan Peas a Barbara Peasová (2009, s. 160 - 164) uvádějí odlišné nevěry než Petr Šmolka či Radim Uzel. Peasovi popisují 9 nejčastějších typů nevěř, se kterými se setkávají ve své praxi. Nevěru vnímají jako únik z těžce řešitelné situace.

1. Potřeba se líbit

Tato nevěra pochází z nedostatečného zájmu ze strany partnera, což v nás vyvolává pocit méněcennosti a nejistoty. Svou vlastní hodnotu a sebevědomí si snažíme získat pomocí nového vztahu.

2. Krize středního věku

Krize, která nás dostihne všechny. V určitém bodě svého života se otočíme a začneme přemýšlet, zda je tohle skutečně to, o co jsme v životě usilovali. Je to velice náročná životní fáze, která vede k radikálním řešením a jedním



z těchto řešení je bohužel i nevěra. Potkáme nový mladý objev plný elánu do života s velkým množstvím plánů do budoucnosti a domníváme se, že nám to otevře nové dveře, které v této době tak toužebně hledáme. Tento typ nevěry je jeden z nejčastějších zejména u mužů a velmi často vede k ukončení partnerského vztahu.

### 3. Srovnávací nevěra

Srovnávací nevěra se vyskytuje především na počátku vztahu. Jak již vyplývá z názvu, jedná se o srovnávání našeho současného partnera s další osobou. Je to jakési ověření, zda jsme si skutečně vybrali správného partnera. Objevují se pochybnosti, jestli někdo nebude lepší, než naše stávající polovička.

### 4. Časovaná bomba

Nevěra, která odráží vztah, který nefunguje dlouhou dobu. Popisuje únikové řešení ze vztahu, ve kterém nejsme spokojeni. Začneme se vídat s někým jiným a zanecháváme stopy a indicie viditelné, aby na to náš partner přišel a my mohli ze vztahu odejít. Nevěra typu časovaná bomba je vnímána jako jednoduché východisko, ale Peasovi upozorňují, že se jedná o pouhé zdání.

### 5. Vyrovnávání účtů

Nevěra typu vyrovnávání účtů se objevuje v partnerských vztazích, které již byly narušeny nevěrou. Jedná se o pomstu ze strany podvedeného partnera, který se nám snaží vrátit bolest stejnou mincí, nevěrou. Tento typ odráží nevyzrálou a nefunkčnou vztah.

### 6. Potřebuji se u někoho vyplakat

Nevěra, která pramení z nedostatečně projevovaných citů a malého zájmu o naši osobu ze strany partnera. Pochopení hledáme u někoho, koho naše problémy a starosti zajímají. Sex je v této nevěře pouze vedlejším produktem.

### 7. Lepší nabídka – novější model

Jedná se o nevěru související se změnami v našem životě. Ztráta či nabírání váhy, nové zaměstnání či ztráta zaměstnání, to vše vede ke změně pohledu na našeho partnera. V našich očích nám partner přestává stačit a my chceme někoho, kdo se vyskytuje na stejné či vyšší úrovni než jsme my sami.

### 8. Neuspokojené potřeby

Neuspokojené potřeby představují odmítnutí partnera vykonat něco, co my ve vztahu potřebujeme. Ať už je to citová vazba, upřímné popovídání, orální sex či anální sex, od partnera se nám to nedostává. Díky tomu vzniká střet zájmu a my si tuto potřebu zajistíme u někoho jiného.

## 9. Neúmyslná nevěra

Nevěra, která za příhodných okolností na příhodném místě může potkat každého z nás. Často nevíme, proč ani jak se to stalo. Cítíme se provinile, ale přesto šťastně, protože získáváme něco, co nám ve vztahu chybělo.

Dělení od manželů Peasových (2009) jsem zvolila, protože mám pocit, že jsou to nevěry, se kterými se setkávám osobně nejčastěji. Myslím si, že jsou lidsky popsané a toto dělení nám umožňuje se zamyslet, proč k nim vůbec dochází.

Nejčastěji uváděné a využívané typy nevěr však pocházejí od Eriky Matějkové (2007, s. 144 - 151), která rozděluje nevěry do dvou skupin nezávisle na pohlaví. První skupina vychází ze sexuální potřeby a druhou skupinu tvoří mimosexuální motivace.

### 1. Nevěra ze sexuální potřeby

- *Nedostatečné přijetí normy věrnosti:*

Partneři neuznávají požadavek věrnosti jako závazný. Tyto osoby velmi často využívají termín svoboda. Do této oblasti spadá zejména rekreační nevěra, která se odehrává v nepřítomnosti partnera v lázních, na služební cestě či na dovolené.

- *Projev sexuálního neuspokojení:*

Tento jev se vyskytuje v partnerství, kde partneři necítí sexuální uspokojení, což vede k hledání mimopartnerského styku.

- *Důsledek svedení:*

Tato nevěra vzniká v důsledku požití alkoholu či jiných omamných látek a bývá jednorázový. Převládá zde silná sexuální touha, která je následována pocitem viny.

### 2. Nevěra s mimosexuální motivací

- *Odveta za nevěru partnera:*

V případě, že se jeden z partnerů dozví o nevěře své drahé polovičky, převládne zde pocit msty a zloby. Tyto pocity se mohou projevit ve formě nevěry jako odplaty za partnerovu nevěru.

- *Prostředek k najetí duševního souznění:*  
Tento typ nevěry souvisí s dlouhodobým nenaplněním v duševní rovině partnerství. Vzniká zde pocit nenaplnění a osamění. Sexuální potřeby zde nehrají významnou roli.
- *Pokus o léčení sexuální poruchy:*  
Této nevěry se dopouštějí zejména sexuálně nespokojení partneři, kteří nedosahují orgasmu. Může se jednat o odlišné sexuální preference či poruchy erekce.

Z této podkapitoly lze vyvodit, že hledáme to, co se nám v dlouhodobém vztahu nedostává. Pokud nám chybí partnerova láska a náklonnost, budeme volit typ citové nevěry. V případě že jsme nespokojeni se sexuálním životem, budeme vyhledávat buď sex na jednu noc, nebo si nalezneme někoho, s kým budeme udržovat fyzický kontakt. Jestliže jsme znuděni stereotypem a každodenním životem, budeme vyhledávat dobrodružství a rozptýlení v novém vztahu. Je důležité se zamyslet, co nám ve vztahu s dlouhodobým partnerem chybí a proč se nám vyskytují tendence obstarávat si tyto potřeby jinde. Pokud nebudeme schopni rozeznat motivy nevěry, nebudeme moci nevěře předejít či ji ukončit.

S tímto úhlem pohledu však nesouhlasí Peggy Vaughanová (2009, s. 46), která odmítá pouze psychologické stanovisko, které vychází z pocitů jedince. Naopak se domnívá, že nevěra pochází ze společenské podpory. Upozorňuje, že je důležité si uvědomit, že individuální činy člověka vždy formují společenské faktory, které nahrávají nevěrám. Do společenské podpory zahrnuje lhaní o sexu již od útlého dětství, separování dívek a kluků, předepsané sociální role, představy o dokonalém partnerovi, které jsou podporovány reklamou.

## 2 Partnerské vztahy

Druhá kapitola se věnuje partnerským vztahům, protože nebýt partnerství, nebyla by ani nevěra. Tato kapitola uvádí, jak partnerské vztahy vnímáme a jak je chápeme. Dále se zabývá komunikací, protože jak uvádí předchozí kapitola, je to právě narušená mezilidská komunikace, která nejčastěji způsobuje mimopartnerský vztah. Poslední podkapitola se věnuje vlivu médií na partnerské vztahy a partnerskou komunikaci, protože vliv médií na naše životy je poslední desetiletí značný. Média ovlivňují naše postoje, názory i náš pohled na svět. Souhlasím s Johnem Grayem (2008, str. 13 - 18), který říká, že partnerství se během posledních 50 let výrazně změnilo. Partnerské problémy zde byly vždy, ale v dnešní době jsou umocněny zvyšujícím se tlakem na výkonnost jedince. Zvlášť když ekonomicky aktivní musejí být oba partneři, protože ceny potravin, bydlení a energií neustále stoupají. Díky těmto proměnám dochází k novodobým problémům, které souvisejí s odlišným zvládnutím stresu. Toto odlišné vyrovnávání se stresem vede ke komunikačním problémům, kde se výrazně projevují rozdíly mezi mužským a ženským pohledem na svět.

### 2.1 Definice

Zuzanna Celmerová (1990, s. 88 - 91) se zamýšlí nad vývojem partnerských vztahů. Domnívá se, že dnešní podoba partnerských vztahů je ovlivněna emancipací žen. Dnešní vztahy jsou založeny na lásce, což znamená, že ženy muže nutně nepotřebují. Dříve byly sňatky uzavírány zejména kvůli majetku, takže problém nevěry nebyl tak značný. S příchodem partnerských vztahů, které stojí na lásce, se problém nevěry zvětšuje, protože lidé očekávají věrnost a důvěru. Problém také vidí v tom, že nevěra už není ze strany společnosti odsouzena, ale setkává se s pochopením. Nevěra se tak stává normou, nikoli mravním přestupkem.

Všeobecným míněním se zabývá i Radim Uzel (2010, s. 53 - 63), který potvrzuje, že k nevěře přispívá i klima ve společnosti, která nevěru podporuje a je k ní velice shovívavá. Potvrzují to i výzkumy, ze kterých vychází, že 44 % mužů a 26 % žen považuje mimopartnerský pohlavní styk za normální a přirozený. MUDr. Radim Uzel se nad tím zamýšlí a domnívá se, že je to způsobeno rozvojem informačních a komunikačních technologií, protože přístup k internetu má dnes

každý. Internet nám umožňuje anonymitu a vyhledat tam lze téměř cokoli. Díky tomu se dostáváme do každodenního setkávání se sexuální tematikou, která na nás křičí z rádií, televizí, počítačů, tabletů či mobilních telefonů a my se vůči sexu stáváme imunními, protože se to pro nás stává běžnou situací.

Carol Botwinová (1996, s. 66 - 70) navazuje na domněnku Zuzanny Celmerové. Ve své knize Proč jsou muži nevěrní popisuje, že muži se často nedopouštějí nevěry zejména ze strachu z partnerčina odhalení, protože se bojí jejich reakce. Nejsou v tom žádné etické důvody či morální zásady, protože nevěra z pohledu mužské populace není chápána negativně, naopak tak zvyšuje mužovo postavení v mužském kolektivu.

Guy Corneau (2010, s. 25 - 40) ve své knize Anatomie lásky říká, že naše identita má od počátku dvojí tendenci - splynutí a oddělení. První tendencí je přibližování se k ostatním, abychom našli lásku a příslušnost. Druhou tendencí je vzdalování se, které slouží k potvrzení rozdílnosti a vyjádření naší individuality. Osvojení těchto dvou tendencí neboli pohybů je velice důležité pro podobu našich partnerských vztahů. Guy Corneau považuje za faktor duševní rovnováhy sebelásku, která tvoří základ identity. Základním klíčem identity je láska k sobě samému. Zdůrazňuje, že faktorem našich citových vztahů je sebeúcta, která pochází z úrovně naší sebelásky. Je důležité si uvědomit, že láska k sobě a láska k druhým jsou vzájemně propojeny.

Identitou se zabývá i Jan Peněšický (2008, s. 102 - 128), který je autorem knihy Fenomén ženství a mužství. Hovoří o splynutí mužského a ženského prvku. Tímto splynutím s opačným pohlavím se snažíme o dosažení původní dokonalé symbiózy. Lidé touží po nezištné dokonalé lásce, protože se cítí neúplní.

Erika Matějková (2007, s. 21 - 28) uvádí pět pilířů, které vedou k dlouholetému vztahu. Mezi těchto pět pilířů řadí toleranci, podobný životní styl a hodnoty, přátelství, sexuální přitažlivost a emocionální otevřenost. Podle Eriky Matějkové je velice těžké se naučit tolerovat našeho partnera. Zvláště ženy mají tendence svůj protějšek neustále převychovávat a měnit k obrazu svému. Tolerance je náročná zejména proto, že závisí na našich životních zkušenostech, vychází z naší osobnosti a je ovlivňována výchovou. Podobný životní styl je důležitý po vyprchání prvotní zamilovanosti, protože tvoří každodenní maličkosti jako doba vstávání či trávení volného času. Velice významné v partnerském vztahu jsou hodnoty, protože ovlivňují náš životní styl a řešení jednotlivých obtížných životních událostí. Životní

styl a hodnoty se utváří v původní rodině a jsou ovlivněny výchovou. Erika Matějková zdůrazňuje přátelství, které nechápe jako sebeotevření, ve kterém sdělujeme i to nejintimnější tajemství, ale pojímá ho jako pocit jistoty, pomoci a podpory druhého partnera. Sexuální přitažlivost hraje významnou roli hlavně na počátku vztahu, protože zásadně ovlivňuje volbu partnera. Fascinace partnerem ovšem časem vyprchává a objevuje se i zmenšení zájmu o sex. Vztah založený na sexuální přitažlivosti nemá šanci na dlouhodobé trvání. Po vyprchání sexuální přitažlivosti je to právě přátelství, které udrží náš vztah funkční. Společné plány zase vykazují trvání do budoucnosti a ukazují perspektivu vztahu. Důležitým aspektem vztahu se stává i emocionální otevřenost, protože zatím stále není možné číst si navzájem myšlenky. Je tedy třeba své pocity s partnerem sdílet a vyjadřovat mu svou lásku nejen činy ale také slovy.

Guy Corneau (2010) s Erikou Matějkovou (2007, s. 218 - 238) se shodují, že přátelství ve vztahu je daleko důležitější než sexualita, protože je pevnější a trvalejší. Podle nich nám přátelství otevírá dveře důvěry a pochopení, zatímco sexualita je pomíjivá a postupně odeznívá. Přátelství nám umožňuje vše sdělit, pochopit a nesoudit. Přátelům jsme ochotni odpustit a přijmout je takové, jací jsou, ale u partnera již narážíme na bariéry, protože s partnerem se ztotožňujeme. Guy Corneau uvádí, že přátelství v lásce je velice obtížné zejména proto, že vyžaduje určitý odstup, který chápe jako uvolnění sevření a ponechání svobody, což je pro nevyzrálého partnera s nedostatečnou úrovní sebeúcty značný problém.

Jaroslav Havlíček (1992, s. 73 - 84) uvádí, že většina párů považuje za nejdůležitější podmínku šťastného a dlouhodobého vztahu věrnost. Pojem věrnost je však v moderní době pojímána značně volně. Stejně jako definice nevěry, je i definice věrnosti značně subjektivní a nejednoznačná. Dokládá to i sociologický výzkum z roku 1968, kde byla věrnost považována spíše za výjimku. Potvrdilo to 64,7 % mužů a 68,6 % žen, což je značně znepokojivé.

Lama Ole Nydahl (2008, s. 33 – 39, 50 - 54) charakterizuje partnerské vztahy jako odraz nás samých, z čehož vyplývá, že to jací jsme, se odráží ve výběru partnera. Říká, že vše záleží na našem vidění a vnímání světa, ve kterém žijeme. Vše, co vyzařujeme do světa, se nám vrátí, z čehož vyplývá, že negativní myšlení nám přitahuje špatné a nefungující partnerské vztahy, protože nejsme schopni přijmout sami sebe, natož partnera. Naopak pozitivní myšlení nám do života přináší láskyplné a dlouhodobé partnerské vztahy, protože jsme vyrovnaní sami se sebou a jsme

tak ochotni do života přijmout další osobu, kterou přijímáme přesně takovou, jaká je. Upozorňuje, že v partnerském vztahu bychom neměli měnit partnera, ale měli bychom změnit hlavně sami sebe. Klade velký důraz na sexualitu partnerského vztahu, kterou popisuje jako tělesnou lásku, která vede k rozdávaní radosti a lásky.

Na pojetí partnerského vztahu Nydahla navazuje duchovní učitelka a autorka několika bestsellerů Louise L. Hay. Louise L. Hay (1999, s. 127 - 133) ve své nejznámější knize Miluj svůj život zdůrazňuje, že partnerský vztah ovlivňuje nejen náš vztah k sobě samému, ale také vztahy, které jsme měli šanci poznat ve svém okolí, když jsme vyrůstali. Naše vztahy jsou tvořeny reakcemi dospělých v určitých situacích, protože máme tendence přejímat vzorce chování, které pravidelně vidáme kolem nás. Louise L. Hay také upozorňuje, že každý významný vztah, který jsme prožili, je odrazem vztahu k jednomu z našich rodičů.

S teorií Louise L. Hay se ztotožňuje i Jan Peněšický (2008, s. 102), který říká: „V normálních vztazích musí člověk stále dbát na očekávání, na to, co si může dovolit, dbát společenských norem; sám v sobě nosí větší či menší nespokojenost se sebou, s rozdílem mezi tím, jaký je, a mezi tím, jak by to odpovídalo jeho představám o sobě samém, jakož i touhu po obdivu okolí. A i vzhledem k druhým se člověk stále musí smířovat s napětím mezi tím, jací lidé doopravdy jsou, a tím, jaké by si je přál mít.“

## **2.2 Komunikace**

Z předchozí kapitoly vyplývá, že nejčastější příčinou nevěr se stává právě narušená a nedostatečná mezilidská komunikace. Komunikace je poznamenána odlišností mužů a žen a jejich rozdílnému očekávání a jinému pohledu na svět, takže ji lze propojit s podkapitolou, která se zabývá rozdíly mezi muži a ženami. Naše komunikace v posledních letech je silně ovlivněna vývojem informačních a komunikačních technologií, které způsobují odcizení v mezilidské rovině. Komunikace z větší části probíhá skrze SMS, e-maily či sociální sítě, což způsobuje problémy v mezilidských vztazích, protože lidé spolu neumějí komunikovat z očí do očí. Zároveň se zde projevuje tendence potlačování emocí a naplňování ideálu „dokonalosti“, čemuž se věnuje následující kapitola vliv médií.

Nejlépe pojem komunikace definuje Nancy van Peltová (2012), která se specializuje na partnerskou komunikaci a říká: „Komunikace je základem

intimních vztahů. Komunikace je to, co prozařuje pečování, dávání, sdílení a ujištění. Pokud neporozumíme principům naslouchání a mluvení, nemůžeme se skutečně poznat. Zůstáváme jeden druhému uzavřeni.“ (Peltová, 2012) Hlavním důvodem selhání komunikace v partnerském vztahu jsou obavy ze sdílení skutečných myšlenek a pocitů. Strach, že budeme partnerem odmítnuti nebo nepochopeni, způsobuje zablokování otevřenosti. Komunikační vzorce vycházejí z rodiny, což znamená, že každý z nás má jiný způsob komunikace. Může to být jeden z hlavních důvodů, proč nejsme schopni řešit problémy. Kritické situace v jedné rodině jsou řešeny jinak, než kritické situace v rodině druhé, což vede ke střetu.

Carol Botwinová (1996, s. 192 - 209) popisuje hojivou komunikaci. Nevěra je způsobena zejména nedostatečnou komunikací. Lidé se podle ní domnívají, že mlčením se problém sám vyřeší. Partneri mají tendenci potlačovat své emoce jako je hněv, zloba či zranitelnost. Ženy zase doufají, že jim partner porozumí beze slov, což vede ke konfliktu. Podle Carol Botwinové je důležitý pravidelný čas na rozhovory, ve kterých se definují jasně a srozumitelně problémy ve vztahu, popřípadě odlišné pohledy na určitou situaci. Zdůrazňuje i pozorné naslouchání a hovoření o očekáváních a to i v otázkách sexu, protože sexuální frustrace je nejčastější příčinou nevěry ze stran mužů. Již na počátku vztahu je důležité vytyčit hranice, na kterých se oba partneri musí shodnout, protože jsou to právě odlišné životní hodnoty, které ztěžují vzájemnou komunikaci.

Radim Uzel (2012, s. 107 - 112) uvádí, že mužská a ženská komunikace se značně odlišuje, což je podloženo i odlišným vývojem mozku u žen a mužů. Rozdíl se projevují už v raném věku. Dívky daleko rychleji mluví, lépe čtou a mohou se pyšnit i lepší pamětí. Také je doloženo, že dívky používají složité a propracované rozvinuté věty, zatímco u chlapců se mnohem častěji objevují vady řeči jako je koktání a zadržávání. Je dokázáno, že komunikace sídlí v levé mozkové hemisféře, která se u dívek rozvíjí daleko dříve a rychleji. Pravá hemisféra obsahuje emoce. Ženy jsou dobré v komunikaci zejména proto, že daleko lépe dokážou využívat obě hemisféry najednou, což z nich dělá skvělé manipulátorky. I způsob jakým obě pohlaví hovoří, se odlišuje. Muži volí spíše veselé historky, ženy se navzájem straší, svěřují si své pocity a dokážou tlachat o čemkoli nekonečné hodiny.

To samé uvádí i John Grey (2008, s. 54 - 60), který to doplňuje o odlišné množství bílé a šedé hmoty mozkové. Muži mají 6,5krát více šedé mozkové hmoty



než ženy. Ženy mají zase asi 10krát více bílé hmoty. Centra na zpracování se vyskytují v šedé hmotě a spojení center se vyskytuje v bílé hmotě. Z toho vyplývá, že muži lépe zpracovávají a vnímají odděleně. Ženy vnímají celistvě, protože jsou schopny vše propojit.

Odbornice na partnerskou komunikaci Gigi Sage a Birgit Claire Engel (2011, s. 60 - 61) se shodují, že největším problémem mezilidské komunikace tkví v rozdílnosti myšlení mužů a žen. Muži myslí lineárně, neboli přímo vpřed. Ženy myslí emocionálně, tedy mnohostranně. Mužské myšlení funguje logicky, je orientováno na cíl, prestiž a výkon. Ženské myšlení funguje intuitivně, je orientováno na průběh, vztahy a je zaměřeno na svůj vlastní dobrý pocit a blaho druhých. Tyto odlišnosti vysvětlují T faktorem, který vstupuje do hry v šestém týdnu těhotenství a je určen stupněm vystavení mozku embrya mužským hormonům. Z toho vyplývá, že čím větší množství mužských hormonů, tím je chování v dospělosti více mužské. A naopak.

Jan Poněšický (2008, s. 102 - 128) souhlasí, že mužská a ženská komunikace je naprosto odlišná. Tato odlišnost je podle něj způsobena nejen fyziologickým vývojem, ale zároveň vychází z rozdílných představ o společném životě, vzájemného chování a odlišnými názory co má vztah skutečně obsahovat. Důležitou úlohu hrají odlišné životní zkušenosti již od narození s rozdílnými vzorci chování, které na nás působí. Žena hledá ve vztahu svůj důvěrný vztah s matkou a vytváří si ideální obraz otce. Očekává od partnera intenzivní komunikaci, kterou zažívala i se svou matkou. I muži projektují své vztahy s matkou, které bývají plné hýčkání a obdivování, proto jsou muži orientováni jednostranně s dávkou pohodlnosti. Tato různá očekávání s nedostatečnou komunikací vedou ke značným konfliktům. Zatímco žena si přeje komunikaci beze slov, vcítěním a všímavosti, muž upřednostňuje jasnou formulaci problému a logiku. Muži nestojí o emoční výměnu názorů, protože to neodpovídá jeho identifikaci s mužstvím.

Lama Ole Nydahl (2008, s. 133 - 142) má stejný pohled a říká, že největším problémem je právě odlišná řeč mužů a žen. Zatímco žena hovoří o úkolech, muži jsou zaměřeni na řešení. Muži o problémech nemluví, protože to považují za projev slabosti, naopak se veškeré problémy snaží rovnou vyřešit. Ženy přemýšlí úplně odlišně. Baví se s ostatními lidmi, aby odstranily tlak a vzbudily v druhých soucit. Pomáhá jim to udržet si určitý odstup a podívat se na problém jinými očima. Žena se mluvením zbavuje svých starostí, muž raději mlčí a koná. Muži se tímto odstupem

snaží svou partnerku od problému ochránit, zatímco ženy to vnímají jako nedostatečnou důvěru v jejich osobu. Rozdíl je i ve způsobu usmiřování a hledání řešení. Ženy hledají řešení v ústní výměně, muži v té tělesné. Lama Ole Nydahl tuto odlišnost vysvětluje vývojem lidí. Muž chodil lovit, žena vařila a starala se o děti. Muž nemohl dát najevo svou nejistotu před tlupou a tak musel být potichu a vše si sám srovnat, zatímco žena bavila a rozptylovala děti, aby necítily úzkost.

Erika Matějková (2007, s. 41 - 66) hovoří o falešné komunikaci, která komplikuje každodenní komunikaci a vyvolává ve vztahu konflikty. Falešná komunikace vzniká ze strachu a z obav z reakce druhé osoby a proto raději neřeknu to, co si doopravdy myslím. Řadíme sem negativní pochvalu, což je pochvala s opačným významem, která značí, že neumíme lidi ve svém okolí pochválit, protože to nemáme zažité z naší primární rodiny. Dále sem patří nepřímé či falešné vyjadřování citů, kdy partner není schopen nám vyjádřit lásku slovy ani nás pochválit. Zevšeobecňování je zase typ falešné komunikace, která dokáže rozčítit nejvíce, protože v sobě nese hodnotící obsah a je doprovázena ponížením a pocity méněcennosti.

Mladí dospělí z výzkumného šetření potvrzují, že největším problémem ve vztazích se stávají komunikační šumy, které pramení z nedorozumění na obou stranách. Zároveň uvádějí, že nevědí, jak tento problém řešit, protože jsou věci, o kterých se svou polovičkou hovořit nechtějí, protože se bojí, že ranní její city. Domnívají se, že upřímnost má své hranice a raději budou mlčet než vyvolávat konflikty.

### **2.3 Postoje**

Postoje jsou součástí psychologie osobnosti každého jedince, vycházejí z motivace, což představuje souhrn pohnutků našeho chování, a vyvíjejí se stejně jako sama osobnost člověka. Naše postoje ovlivňují naše chování a naopak i naše chování ovlivňuje naše postoje. Postoji se zabývá výzkumné šetření, které se zaměřuje na postoje mladých dospělých k problematice této bakalářské práce. Veškeré naše jednání, naše komunikace i životní hodnoty vycházejí právě z našich postojů, kterým je věnována celá tato podkapitola pro lepší pochopení souvislostí.

Mikšík popisuje postoje jako: „Obsahové sjednocení, seskupení či integrování různých motivů do konkrétního vztahu daného jedince k určitým oblastem, předmětům a jevům životní reality.“ (2001, s. 65 - 68)

Pavel Hartl (1988, s. 144 - 146) definuje postoje takto: „Tendence jedince reagovat poměrně stálým a charakteristickým způsobem na určité osoby, předměty, hodnoty, názory a situace.“ (s. 144) Postoje označuje za poměrně stálé, ale neznamená to, že by se nemohli měnit nebo vyvíjet. Postoje jsou utvářeny na základě zkušeností nebo přejímány ze sociálních skupin a odrážejí osobnost jedince. Vznikají ze vztahu k vnějšímu světu a jsou závislé na skupinových normách. Za nejdůležitější znak postojů označuje Hartl jejich hodnotovou orientaci, tedy postoj vůči něčemu.

Kern, Meh, Nolz, Peter a Wintersperger v Přehledu psychologie (1999, s. 250 - 268) popisují tři složky postojů. Ty jsou tvořeny přesvědčením a představami, jaké věci jsou, nebo jaké by měly být. S tímto přesvědčením jsou spojeny afekty a emoce. Dále je to pohotovost k jednání. Postoje jsou přejímány od rodičů a osob v blízkém okolí a to pomocí pozorování a osobní zkušenosti s odměnou a trestem určitého postoje. Názor je verbální vyjádření určitého postoje.

Jitka Šimíčková – Čížková (2008, s. 49 - 53) rozlišuje postoje na centrální a okrajové. Centrální postoje se týkají významných objektů, jako jsou rodiče, děti, partner, zaměstnání atd. Okrajové postoje jsou méně významné. Zahrnují oblasti, ve kterých nejsme tolik angažováni. Uspořádání postojů je subjektivní, protože je založené na emocionálním poznání a hodnocení. Zobecněný systém postojů vytváří osobní ideologii, která představuje seskupení postojů, které se vyskytují mezi póly racionality a emocionality. Jakmile se přiklání k racionalitě, postoje vycházejí z rozumové složky osobnosti. Jakmile se obracejí na emocionalitu, převládá citové zabarvení osobnosti.

Milan Nakonečný (1995, s. 118 - 123) zdůrazňuje funkci postojů, která je integrativní. To znamená, že postoje utvrzují jedince ve vztazích, které jsou pro něj psychologicky významné. Postoje upevňují sebevědomí, sebevyjadřování, sebeospravedlňování a překonávají nejistotu a úzkost. Mezi základní vlastnosti postojů Nakonečný řadí komplexnost, konzistenci neboli soudržnost, konsonanci trsu postojů tedy určité kategorie postojů, rezistenci vůči změně a intenzitu.

Pavel Říčan (2010, s. 95 - 114) uvádí, že mezi nejjobecnější postoje, které utvářejí celý životní styl a orientaci člověka ve světě, jsou hodnotové orientace,

kteře odráží i normy dané společnosti. Upozorňuje, že známe-li postoje druhé osoby, lze předpokládat i jeho chování v určitých situacích.

Václav Příhoda (1976, s. 91 - 126) říká, že v období fyzického i mentálního dozřívání dochází ke změně dosavadních vztahů k věcem i k lidem, což souvisí s vyšší schopností kritiky. Prohlubuje se jejich citový poměr k světu. Postoje jsou radikální a poměrně často se proměňují. Mladí dospělí nejsou schopni kompromisu, protože vycházejí z fanatismu pravdy, spravedlnosti a statečnosti. V tomto období také vznikají úvahy o tom, co je svobodně mravné a o tom, co vychází ze společenské normy, které reflektují osobní příkazy rodičů, učitelů a jiných autorit. Vytvářejí si praktickou morálku, která vychází z pokusů a chyb.

Přehled psychologie uvádí (Kern Mehl, Nolz, Wintersperger, 1999, s. 251 - 254), že naše postoje jsou formovány i prostřednictvím masmédií. Problém spatřují zejména v zábavní funkci masmédií, která příjemcům poskytuje „takovou zábavu, která ulehčí jejich každodenní problémy, zbaví je zátěže rozhodování a nabídne jim vzor, jak řešit problémy.“ (s. 253) Aby média naplnila tuto zábavní funkci, vysílají filmy a seriály, které zjednodušují realitu a uvádějí pozorovatele do iluzorního světa, kde cítí jistotu a bezpečí. Jakmile se pozorovatelé pokouší využít přejatých vzorců chování z televize k řešení problémů a konfliktů, narážejí na problém, že ve skutečném světě nefungují.

## **2.4 Vliv médií**

Již z předchozí kapitoly vyplývá, že vztah mezi postoji a vlivem médií je značný a nelze ho tedy opomenout.

Z kvalitativního výzkumného šetření, které probíhalo formou ohniskových skupin a zkoumalo postoje mladých dospělých z Gymnázia Mozartova v Pardubicích, vyplývá, že jejich očekávání, co se týče partnerského vztahu, společného soužití a představ o partnerovi, jsou silně ovlivněna dnešními médii. Jsou to zejména americké romantické filmy s happy endem, které formují představy o ideálním partnerovi a nehynoucí lásce, která překoná veškeré překážky. Tyto nafouklé představy způsobují řadu problémů v partnerské rovině, protože jednání partnera velmi často neodpovídá chování, které jsme mohli spatřit ve filmu. Díky tomu jsme zklamáni vlastními představami a dochází k ukončení většiny našich

vztahů, protože nejsme schopni čelit skutečné realitě právě díky vyobrazení médií o dokonalém vztahu.

Mediální výchovou a mediální komunikací se zabývá Jan Pospíšil s Lucií Sárou Závodnou (2009, s. 9 – 11, 32 - 33), kteří vysvětlují, že mediální komunikace vychází z komunikace masové. Příjemcem v masové komunikaci je vždy anonymní masa lidí a média jsou neoddělitelnou součástí této masové komunikace. Slovo médium pochází z latinského slova *medium* a znamená střední nebo uprostřed. V přeneseném slova smyslu to lze definovat jako zprostředkovatel něčeho. Média slouží k přenosu informací. Nemají však pouze informační funkci, ale nesou i funkci zábavní, kulturní, sociální a politickou.

Pro tuto práci je podstatná zejména funkce zábavní, která vyplňuje volný čas většiny světové populace a má za úkol nás pobavit a zabavit, jak vyplývá z předchozí podkapitoly zabývající se postoji. Náleží sem sledování televize nebo filmu, čtení knih, poslech hudby a mnoho dalšího. Pospíšil a Závodná (2009, s. 34) říkají, že negativním důsledkem zábavní funkce mediální komunikace je otupení představitosti, protože média diktují vkus, snižují kulturní nároky a ovlivňují názory a postoje. Odborníci varují, že dochází k únikům do nereálného světa plného celebrit a exotiky, což způsobuje vnímání reálného světa v kontextu se světem mediálním. Díky tomu mladí lidé nejsou schopni se v reálném světě orientovat, navazovat mezilidské vztahy a vést opravdový život.

Tuto obavu potvrzuje i výzkumné šetření, ve kterém mladí dospělí uvedli, že jejich pohled na svět, a zejména na partnerské vztahy, je ovlivněn romantickými filmy a seriály. Obě skupiny nezávisle na sobě poukázaly na skutečnost, že svůj vztah porovnávají se vztahem, který mohou pozorovat ve filmech či seriálech. Velmi často jsou díky tomu se svou polovičkou nespokojeni. V obou dvou skupinách se dívky shodly, že je nejvíce ovlivnil seriál *Sex ve městě*, který vypráví příběh 4 úspěšných nezadaných newyorských žen po třicítce, které hledají toho pravého. Tento kultovní seriál nese lehké prvky feminismu a boj za svobodu a rovnoprávnost žen, což lze pozorovat zejména na postavě Samantha. Samantha zde představuje příchod výměny sociálních rolí, kdy se z žen postupně stávají muži.

Problematikou seriálu *Sex ve městě* se zabývá M. A. Verick (2009, s. 9 – 10, 70 - 75) ve své knize *Mediální monopol*. Uvádí, že právě seriály s touto tematikou umocňují propast mezi muži a ženami. Upozorňuje na skutečnost, že v tomto seriálu je zdůrazněn boj proti mužům, ale zároveň si protičeří hledáním pohádkového prince,

který nežije mezi smrtelníky. Říká, že pokud ženy ovlivněné těmito médii nesleví na svých nárocích a nepostaví se nohama na zem, zůstanou nešťastné a sami. Muži naopak mají zoufalé tendence tyto nároky naplňovat. Obě pohlaví rozděluje náročnost, která je vybičovaná právě lživou reklamou, která má za cíl zisk, nikoli naše štěstí. Zdůrazňuje, že film je jedno z nejnebezpečnějších médií, protože útočí na naše podvědomí a vnucuje nám určité vzorce chování, které máme tendence přejímat a ztotožňovat se s nimi.

David Giles (2010, s. 18) varuje před zahlcení informacemi. Říká: „Oddělit hodnověrné či užitečné informace od odpadu, marketingu, naprostých nesmyslů a účelových lží vyžaduje určitý stupeň mediální gramotnosti, kterého ne vždy dosahujeme. Výsledkem může klidně být stav mediální slepoty, kde nejsme vždy schopni lokalizovat zdroj informací, kterých jsme nabyli, a pleteme si skutečné prožitky s těmi zprostředkovanými.“

Maxwell McCombs (2009, s. 25 - 33) upozorňuje na nebezpečí médií, které souvisí s nastolováním témat a agendy. Média nejen že ovlivňují naše názory a postoje, ale zároveň nám podsouvají témata, o kterých bychom měli přemýšlet a kterými bychom se měli zabývat. Média nám tak určují otázky, které budou v dané době důležité a velkou mírou ovlivňují veřejné mínění.

Walter Lippmann (2015, s. 72 – 79, 135) uvádí, že důvodem, proč se obracíme na média, je stereotyp. Z chaosu vnějšího světa si vybíráme to, co už pro nás kultura definovala. To máme tendenci vnímat ve formě stereotypu vytvořeného pro nás naší kulturou. Zároveň říká, že to co můžeme pozorovat, pro nás má větší význam než to, co pouze slyšíme. Je to jeden z důvodů, proč lidé přejímají vzorce chování z filmů a seriálů. Mají se díky tomu na co obrátit. Slouží to jako berlička ve velkém temném světě, ve kterém se snažíme přežít.

Jan Jiráček a Barbara Köpplová (2003, s. 36 – 38, 151 - 190) se zabývají vlivem médií. Vysvětlují, že nebezpečí médií spočívá v jejich dostupnosti. Zároveň nelze kontrolovat veškerý jejich obsah. Média jsou ovlivňována kulturou dané země, stejně jako média ovlivňují jednotlivé kultury. Přestože mají shodné rysy, liší se obsahem. Různé kultury kladou různý důraz na různá témata. Jiráček s Köpplovou upozorňují, že na vliv médií lze pohlížet ze dvou pohledů. První pohled tvoří představa o potenciálním dopadu vlivu médií, který nemusí být zamýšlený, přesto ho můžeme pozorovat. Jako příklad uvádějí násilí v televizi, které může být důvodem zvyšující se agresivity u dětí. Nebyl to záměrný a zamýšlený dopad médií, ale je prokázáno,

že souvislost je zde značná. Druhý pohled označují za kultivační přístup. Tento přístup vychází z představy, že příjemci jsou aktivními činiteli mediální komunikace, což znamená, že sami si konkrétní témata a náměty vybírají. Z toho vyplývá, že i my ovlivňujeme média, protože média se přizpůsobují našim požadavkům a tématům, které vyhledáváme.

Z toho lze vyvodit, že ovlivňování je vzájemné a dochází k začarovanému kruhu. Stejně jako média působí na nás, i my působíme na média. My si vybíráme obsah médií a média nám tento obsah poskytují. Pokud sledujeme romantické filmy či seriály, tento vliv médií je z naší strany záměrný, protože úmyslně vyhledáváme danou tematiku. Lze předpokládat, že vyhledáváme tyto vzorce chování právě z toho důvodu, že nejsme plně spokojeni s realitou a tak raději dochází k úniku do světa fantazie, která naše představy naplňuje.

### 3 Nevěra v praxi

Třetí kapitola se věnuje nevěře v praxi, která navozuje na kapitolu předchozí. Různá očekávání od partnerských vztahů vedou k problémům s komunikací a zároveň jsou tato očekávání značně ovlivněna médii. Tohle vše je pro nevěru příznačné. Tato kapitola se zabývá důsledky nevěry na partnerské soužití a jejími dopady v každodenním životě jedince. Popisuje možnosti řešení nevěry, ať už formou partnerské či rodinné terapie nebo rozchodem či rozvodem. Uvádí, v jakém případě a kde lze vyhledat odbornou pomoc. Předposlední část je věnována prevenci, která ukazuje možnosti, jak lze nevěře či problémům v partnerském vztahu předcházet nebo těmto konfliktům zamezit. Poslední část tvoří problém přiznání či zamlčení nevěry, která trápí řadu nevěrníků i odborníků.

#### 3.1 Důsledky

Tato podkapitola se věnuje dopadu nevěry na partnerské vztahy a na jejich vzájemné soužití, které je nevěrou značně poznamenáno a ovlivněno.

Ida Myslikovjanová (2011, s. 12 - 39) popisuje dopad nevěry v obecné rovině. Každý má odlišný práh bolesti a se stresovými situacemi se každý vyrovnává odlišně na základě zkušeností a vybudovaných vzorců chování, které během života měl šanci vypořádat z okolí. Někdo je ochoten odpustit a zapomenout, jiný nikoli, je však potřeba respektovat rozhodnutí partnera, ať už je jakékoliv.

Věra Capponi a Tomáš Novák (1995, s. 89 - 91) se shodují s Peggy Vaughanovou (2009, s. 33 - 41), která uvádí, že prvním krokem, po odhalení mimopartnerského vztahu, se stává hledání viny. Dochází k sebeobviňování, k obviňování partnera, házení špíny na prožitý vztah a v neposlední řadě také k nenávisti ke třetí zúčastněné osobě. Podváděná osoba zažívá hořkost, odmítavost vůči druhému a neuvěřitelný vztek doprovázený rozpaky a bolestí. Nejvíce se to odráží na sexuální oblasti. Podle Peggy Vaughanové nás nejvíce tíží myšlenky, které se týkají sexu drahé polovičky s někým jiným. Zde se projevuje lidská touha vlastnit. Neutišitelná bolest pramení z vnímání monogamie jako normy a vnímání nevěry jako osobního porušení normy. Monogamie však není normou, což zmiňuje již první kapitola.



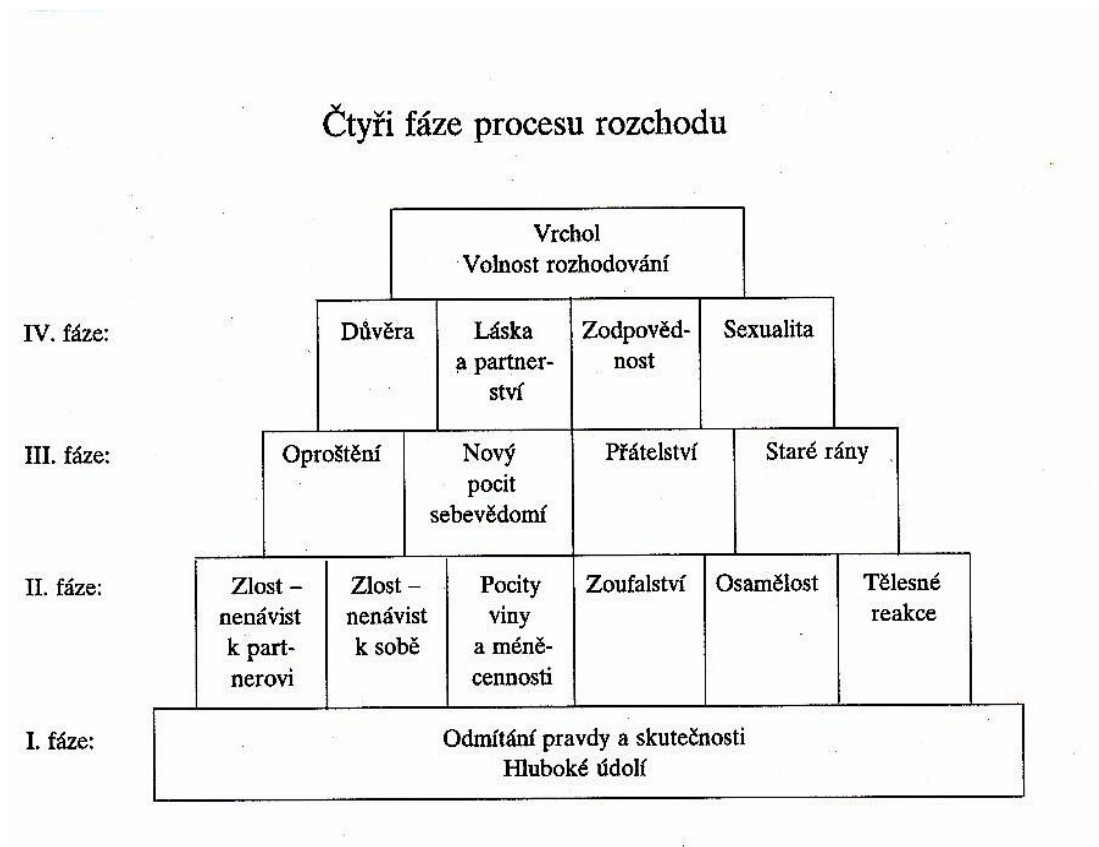
Allan Peas a Barbara Peasová (2009, s. 169 - 172) uvádějí odlišné důsledky nevěry u mužů a žen. Vysvětlují, že muži trpí méně než ženy. U mužů po odhalení mimopartnerského vztahu převládají agresivní emoce jako je vztek a raněná pýcha. Žena prožívá daleko hlubší emoce, které mají několik fází. Zpočátku pocítují vztek a bolest, poté se objeví krize identity a sebedůvěry. Velmi často trpí depresi a doprovodnými nemocemi, které jsou způsobeny zvýšenou stresovou zátěží na ženskou psychiku. U žen se objevuje tendence vinit z partnerovy nevěry milenku, zatímco svého muže vnímají jako obětího beránka.

Christophe Fauré (2015, s. 16 – 44, 50) upozorňuje, že nevěra není jednoduchá ani pro člověka, který se nevěry dopouští, ačkoli to v očích podvedeného partnera působí absurdně. Většina nevěrných partnerů uvádí, že nechtěli svému protějšku nikdy ublížit ani jím manipulovat. Zároveň zmiňují, že blaho svých protějšků či dětí zůstává na prvním místě. Více jak polovina nevěrníků neplánuje opustit stávajícího partnera či odejít od rodiny, svůj nový milenecký vztah považují za zpestření a domnívají se, že tím svůj partnerský vztah zachraňují. Zajímavé je, že skoro všichni podvádějící říkají, že necítí vinu za svůj milenecký poměr, protože je to etapa života, kdy byli šťastní a nehodlají se za toto štěstí ospravedlňovat, protože na to mají právo. Po prvních měsících se nevěrný partner pokouší vztah legitimizovat, protože pocity viny a úzkosti se stupňují. Snaží se ospravedlnit nejen před svým partnerem, kterého podvádí, ale i před sebou samým. Jakmile najde ospravedlnění, je schopen ve vztahu nadále pokračovat s klidnějším svědomím.

Dalším důsledkem může být rozchod, anebo rozvod v případě manželství. Karin Sarah Reichelt s Anne Küsters (2014, s. 112) uvádějí výzkumné šetření GEWIS týkající se nevěry, ve kterém vyšlo najevo, že pouze 3% dotázaných respondentů by se s partnerem rozešlo a 6% by se partnerovi pomstilo stejným způsobem, tedy nevěrou.

Tématikou rozchodu a rozvodu se zabývá psychoterapeutka Doris Wolfová (1994, s. 7 - 134), která popisuje čtyři fáze procesu rozchodu, které můžeme spatřit na obrázku číslo 2. První fází je odmítání pravdy. Jedná se o fázi, která se vyznačuje odkládáním a ignorováním definitivního rozchodu. Druhou fází tvoří propuknutí emocí. Ta je charakterizována prudkými výkyvy nálad a ztrátou životní orientace. Je doprovázena zoufalstvím, bezmocností, sebeobviňováním, ztrátou sebeúcty a nenávisť k sobě i k partnerovi. S třetí fází přichází nová orientace, která je tvořena oproštěním se od minulého partnerského vztahu. Tato fáze obsahuje vzdání se lásky,

touhy, zloby a nenávisti po ex partnerovi. Poslední fázi tvoří nová životní koncepce. Ta se skládá z důvěry, lásky a partnerství, odpovědnosti a svobody rozhodování. Pro čtvrtou fázi je důležité přijmout věci takové, jaké jsou a naučit se žít sami se sebou a budovat vlastní zájmy a přátele, abychom byli schopni do života přivítat novou lásku.



**Obrázek č. 2:** Čtyři fáze procesu rozchodu

(Zdroj: WOLFOVÁ, Doris. *Když partner odchází...: Praktické rady k překonání osamělosti z rozchodu a rozvodu*. Praha: Ikar, 1994. ISBN 80-85830-23-X.)

Petr Šmolka (2003, s. 22 - 30) uvádí odlišné důsledky rozchodu či rozvodu pro ženu a pro muže. Nevěrná žena se velmi často chová daleko radikálněji než nevěrný muž. Zdůrazňuje, že v současné době rozchod či rozvod pro ženu nepředstavuje negativní ekonomický dopad. Naopak podváděná žena se projevuje nižší rozchodovou a rozvodovou radikálností. Zejména proto, že ve společnosti získává formální podporu a pochopení. Roli v tom může hrát i prostá ženská rivalita. Muž při zjištění nevěry ze strany partnerky ztrácí svou mužnost a ve většině případů

vztah ukončí, protože není schopen se přes to přenést hlavně z důvodu společenského pohledu.

Rozchod či rozvod může být nejen důsledkem, ale zároveň také jednou z možností řešení nevěry. Možnosti řešení nevěry uvádí následující kapitola, která zkoumá, jak lze s touto situací pracovat.

### **3.2 Možnosti řešení**

Jak již bylo zmíněno, nevěra má své důsledky, které významně poznamenávají a narušují partnerské soužití. Partneři musí žít s vědomím mimopartnerského vztahu a čelit nepříjemným informacím o tomto vztahu každý den. Tato podkapitola uvádí možnosti, jak lze s nevěrou pracovat, jaké se nabízejí možnosti řešení a kde lze vyhledat odbornou pomoc v případě prohlubujících se problémů.

Rozchodu nebo rozvodu se věnovala již předchozí podkapitola, protože se mohou stát nejen řešením, ale také důsledkem nevěry. Lze ho teda zařadit do obou podkapitol. Nevěra však nemusí mít takové fatální důsledky nebo radikální řešení. V případě záchrany vztahu, který byl poznamenán nevěrou, je nutné na tomto vztahu usilovně pracovat. Takovým krokem může být obnovení vztahu.

Obnovením vztahu se zabývá Andrew G. Marshall (2015, s. 18 - 201), který uvádí 7 kroků k záchraně vztahu. Prvním krokem je pochopení. Druhým krokem se stávají prospěšné hádky. Marshall uvádí, že se lidé velmi často hádkám vyhýbají a potlačují své emoce, protože se nechtějí dostat do konfliktu s druhou osobou, což vnímá jako základní problém. Domnívá se, že konstruktivní hádky umožňují hlasité vyjádření pocitů, odbourávají výmluvy a pobouzejí ke změně. Třetí krok popisuje míření na cíl. Tento krok se zabývá jazykem lásky, zda si lásku vyjadřujeme stejným způsobem. Pokud tomu tak není, necítíme se milováni. Čtvrtý krok tvoří hraní si v intimní oblasti. Rozlišuje intimitu a sex. Intimitu chápe jako zranitelnost, dobrou slovní komunikaci a fyzickou blízkost, do které spadá i sex. Pátý krok se věnuje přijetí odpovědnosti za své vlastní činy. Šestý krok se zaměřuje na dávání. Do tohoto kroku lze zařadit darování dárků, pochvalu či vyjádření lásky a úcty. Poslední sedmý krok nabádá k učení, protože je nezbytně nutné se neustále vyvíjet nejen v osobním životě, ale i ve vztahu.

Douglas K. Snyder (2016, s. 44 – 45, 292 - 293) vysvětluje, že rozhodnutí o rozpadu či o obnovení vztahu vychází nejen z příčiny, proč k nevěře došlo, ale také

na základě zvoleného typu nevěry. Typ nevěry úzce souvisí s délkou mimopartnerského vztahu. Jestliže se jedná o jednu noc či alkoholový přešlap, je mnohem jednodušší to přijmout a odpustit než v případě dlouhodobého vztahu. Snyder popisuje čtyři možnosti řešení. První možností je pokračovat dál spolu zdravěji. V této možnosti se partneři snaží udělat vše pro záchranu vztahu a usilují o obnovení důvěry a intimity. Druhou možností tvoří nezdravý způsob pokračování vztahu, kdy spolu dva lidé sice sdílí prostor, ale nejsou šťastní, protože stále převládá pocit křivdy a hněvu vůči druhému partnerovi. Třetí možnost ukazuje pokračování v životě každý sám zdravým způsobem. V této možnosti se partneři domluví na rozchodu, aby tím zamezili dalším problémům a vzájemnému ubližování. Poslední možností je pokračování odděleně nezdravým způsobem, které je doprovázeno vzájemným obviňováním, hádky a nenávisí, což jim brání posunout se v životě dál. Díky tomu nejsou schopni vybudovat nové partnerské vztahy.

Allan Peas a Barbara Peasová (2009, s. 170 - 174) uvádějí, že ženy zůstávají s nevěrným partnerem kvůli zdrojům, pohodlnému životu, dětem, lásce ke svému partnerovi a společenskému postavení. Muž zůstane s nevěrnou ženou jedině v případě, že nevěra nevyšla na povrch a podařilo se jí udržet pod pokličkou, aby neutrpělo jeho ego. Po nevěře doporučují spolu hodně a otevřeně hovořit, vyhýbat se vzájemnému obviňování, neuchylovat se k ukvapeným rozhodnutím a nebránit se truchlení. Zmiňují vytvoření seznamu, vlídnost a spolupráci na budování vlastního sebevědomí.

Guy Corneau (2010, s. 216 - 241) se na tuto problematiku dívá jiným úhlem pohledu než předchozí autoři. Zabývá se důvěrným vztahem člověka k sobě samému. Pro veškeré odpovědi se musíme obracet do vlastního nitra. Hlavní jeho poselství je, že člověk nemůže milovat, když nemá rád sám sebe. Rozhodnout se, zda s partnerem, který nám ubližuje, zůstaneme či nezůstaneme, je jeden ze způsobů péče o sebe. V případě, že se necháme ponižovat a přijmeme partnerovu nevěru, projevujeme nenávisť sami k sobě. Zůstávání s nevěrným partnerem odráží nedostatečnou sebeúctu vycházející ze sebelásky. Na druhou stranu upozorňuje, že nevěra odráží potíže ve vztahu, nad čímž by se měli zamyslet oba dva partneři. Nabízí dvě možnosti, buď můžeme rozvíjet naši sexualitu, anebo nevěrného partnera opustit pro nedostatek lásky a respektu, čímž dokazujeme lásku sami k sobě. Vyhledávání nestálých vztahů odráží naše nedostatečné sebepoznání a sebepochopení. Je důležité přestat se vnímat jako oběť, ale uchopit svůj život

do vlastních rukou a uvědomit si, že láska druhého nás neochrání. Tím přestaneme přitahovat negativní vztahy do našeho života.

V případě, že si nevíme rady, jak této situaci čelit, jak zvládnout emoce, které jsou s mimopartnerským poměrem spojené, podléháme depresivním stavům či trpíme úzkostí, nevíme, jak s nevěrným partnerem komunikovat, jak řešit konflikty a jak vztah zachránit, lze vyhledat odbornou pomoc, která nám poskytne užitečné rady a pomůže nám situaci ustát a rozhodnout se, zda vztah stojí nebo nestojí za záchranu. Vždy je prospěšné mít třetí nestrannou osobu, která nám poskytne určitý odstup a ukáže nám nový pohled na vzniklou situaci. Je třeba nevěru nevnímat jako osobní selhání, ale jako fakt, který musíme přijmout, pochopit a rozhodnout se, co s ním dál chceme udělat.

Navštívit poradenskou či terapeutickou pomoc doporučuje Petr Šmolka (2003, s. 92 - 99). Jako formu pomoci Šmolka uvádí výchovu, poradenství, terapii nebo doprovázení. Výchova vás naučí vhodné postupy při zjištění nevěry, jde o předávání zkušeností. Poradenství nám poskytne užitečné rady a doporučení ve formě intervence, která je šitá na míru přímo pro dané jedince. Podpůrná terapie slouží k lepší adaptaci na danou situaci a umožňuje nám lepší náhled na situaci, který vede k úspěšnému řešení. Doprovázení nám pomáhá unést situaci, kterou nelze změnit a kombinuje se s předchozími formami jako doplňující.

Ve své další knize Petr Šmolka (2008, s. 16 - 19) rozšiřuje typy pomoci na výchovné poradenství a poskytování informací, psychologické poradenství a psychoterapii. Tuto pomoc lze nalézt v poradnách pro rodinu, manželství a mezilidské vztahy nebo v pedagogicko-psychologických poradnách. Navštívit můžeme i psychologickou pomoc ve zdravotnictví, soukromou psychologickou praxi, centra mediace nebo občanské poradny.

Manželskou a párovou terapií se zabývá Stanislav Kratochvíl. (2009, s. 13 - 88) Ve své knize popisuje nácvik komunikace. Komunikaci popisuje jako formu, kterou si páry sdělují své pocity, sdílejí problémy a řeší různé situace. Tento nácvik se využívá v situaci, kdy pár není schopen kompromisu nebo se na něčem společně domluvit. Za důležitý faktor v komunikaci považuje akceptaci rozdílů. Dále uvádí, že druh terapie se volí na základě osobností daného páru. Rozlišuje 7 různých manželských a párových terapií.

1. **Dynamická terapie** se orientuje na posuzování párové disharmonie z hlediska vnitřní motivace obou partnerů.

2. **Behaviorální a kognitivní terapie** usiluje o přímou změnu chování u obou partnerů bez vnitřního zkoumání partnerského nesouladu. Jde především o vzájemné kladné chování.
3. **Humanisticko-psychologická terapie** klade důraz na otevřenou komunikaci. Snaží se o dosažení změny postoje k celkovému pojetí partnerského soužití, o jejich sebeprojevování a autentičnost.
4. **Systémový přístup v terapii** je moderní vědecký přístup aplikovaný v různých oblastech vědy a techniky. Toto pojetí zdůrazňuje celost a organizaci a kruhovou kauzalitu, která říká, že následky ovlivňují původní děje.
5. **Racionálně edukativní terapie** je koncepce, která pojímá partnerské problémy a konflikty jako projevy nerozumného přístupu k životu a k partnerství. Snaží se uplatnit racionální pojetí, které obsahuje střízlivé hodnocení a praktické řešení.
6. **Hodnotové pojetí terapie** se snaží překonat rozpory partnerství poukazováním na vyšší hodnoty. Jedná se o moralizující pojetí, které chce překonat egocentrické individuální potřeby.
7. **Syntetické pojetí terapie** přihlíží k minulosti a přítomnosti, k realitě i ideálům, k obecným zákonitostem i individuálním zvláštnostem. Jedná se o kombinaci dvou a více přístupů. Tento přístup se nejvíce přizpůsobuje individuálním potřebám daného partnerského páru.

### 3.3 Prevence

Tato podkapitola se zabývá prevencí nevěry. Uvádí způsoby, jak lze nevěře zabránit a co je ve vztahu důležité podniknout za opatření, abychom problémům předcházeli a nemuseli čelit jejich plným důsledkům, kterým byly věnovány dvě předchozí podkapitoly.

Alternativní pojetí prevence ve vztazích uvádí Lama Ole Nydahl (2008, s. 39 - 47), který vychází z učení Buddhy a domnívá se, že lze předejít nevěře a veškerým problémům ve vztazích pomocí deseti užitečných způsobů jednání, která jsou na úrovni těla, řeči a mysli.

#### 1. Trojí užitečné jednání na úrovni těla

- *Ochrana života*

Lama Ole Nydahl chápe ochranu života jako vytvoření volného prostoru pro rozvoj obou partnerů, který je založený na důvěře. Zatímco muž má fyzickou a bezprostřední potřebu chránit okolí, žena potřebuje jistotu a bezpečí. Proto je důležité, aby i dnešní emancipované ženy daly možnost mužům je chránit a poskytnout ji bezpečné prostředí.

- *Štědrost*

Štědrost je zde pojímána jako smysluplné dávání, které přináší vzájemnou inspiraci. Partneri by si měli vzájemně vyznávat lásku, obdarovávat se drobnými dary a být na sebe laskaví. Také je důležité zahrnout partnera do každodenního života, přijmout ho do svého světa práce a přátel.

- *Přinášení sexuální radosti*

Sexualita je součástí života každého z nás a Buddhovo učení říká: „Pohlavní orgány jsou označovány jako zdroj štěstí a mohou přinášet životní sílu. Chceme partnerovi přinášet vlastním tělem štěstí a nemyslíme přitom jen na sebe.“ (s. 41) Díky sexuálnímu vztahu vzniká v partnerství intimita, otevřenost a důvěra, která by měla být doprovázena jistotou.

## 2. Čtyři užitečné způsoby jednání pro řeč

- *Pravdomluvnost*

Pravdomluvnost je velice důležitá při budování vzájemné důvěry ve vztahu. Nydahl říká, že upřímní k druhým můžeme být až ve chvíli, kdy jsme upřímní sami k sobě.

- *Vytváření souladu*

Naše životy jsou ovládány přáními měnit druhé, což vede ke střetům. Důležité je vytvářet kompromisy, které plně vyhovují oběma stranám. Žít ve vzájemné rovnováze a neutlačovat přání milované osoby.

- *Klidná a důvěryhodná řeč*

Není důležité jen to, co říkáme, ale také to, jak to říkáme. Je důležité volit jemný, příjemný, klidný a rozvážný hlas, který vyvolává důvěru. Také je potřeba zvolit vhodnou polohu hlasu a rychlost řeči, aby mohl

být obsah správně pochopen. Naše řeč by měla působit laskavě a dobrosrdečně.

- *Smysluplná řeč*

Neměli bychom zbytečně plýtvat slovy. Naše řeč by měla být stručná, jasná a výstižná, abychom posluchače nepřipravovali o drahocenný čas.

### 3. Tři druhy prospěšného přístupu mysli

- *Nenáročnost a spokojenost*

Podle Budhova učení nalezneme štěstí jedině ve vlastní mysli. Důležitá není minulost ani budoucnost, ale to, jak žijeme tady a teď. Čím větší očekávání, tím větší zklamání, protože nám to staví hranice a omezuje to naše možnosti. Stejně tak je i zbytečné snažit se změnit druhé lidi, prostě život přijměme takový jaký je.

- *Příznivá náklonnost k druhým*

Nydahl se domnívá, že svou lásku a radost ze života bychom neměli dávat pouze svému partnerovi, ale všem lidem okolo sebe, protože i tito lidé tvoří náš život. Čím více lásky dáme, tím více ji dostaneme a čím více ji dostaneme, tím šťastnější budeme. Je to kouzelný kruh, který se nám vyplatí.

- *Rozvoj správného pohledu*

Muž by měl svůj život obohatit o citlivost a jemnost, aby lépe pochopil ženu a žena by měla vstoupit do hravého světa muže a rozšířit své znalosti v oblasti sportu nebo aut. Tím, že přijmeme svět svého partnera, se staneme součástí jeho světa a zároveň tak pochopíme jeho každodenní realitu. Čím více partnera chápeme, tím snáze ho dokážeme milovat a obdivovat a vymizí také naše tendence partnera měnit k obrazu svému.

Allan Peas a Barbara Peasová (2008, s. 174 - 175) popisují čtyři důležité a jednoduché strategie, jak se nevěře vyhnout. První strategií je **starat se** o to, aby byl partner vždy na prvním místě. Doporučují nedovolit, aby kariéra či podnikání zvítězilo nad partnerským vztahem, popřípadě si jasně určit životní priority. Druhý bod tvoří **nehovoření o důvěrných věcech** s nikým jiným než s partnerem. Upozorňují zde na problém rozebírání intimností nejprve s přáteli



a teprve poté s partnerem, což může vést k narušení partnerské důvěry. Třetí strategie hovoří o tom, že je důležité se svým partnerem promlouvat každý den a probírat své myšlenky či trápení. Čtvrtá strategie doporučuje vyhnout se všem situacím, které by mohli teoreticky vést k nevěře.

Nancy van Peltová (2012) doporučuje 3 základní komunikační dovednosti, které mohou pomoci zachránit či obnovit poškozený vztah. Mezi tyto komunikační dovednosti řadí slovní vyjádření pocitů, názorné naslouchání a reaktivní zpětnou vazbu. Doporučuje také posílení pěti úrovní komunikace, do kterých spadá nezávazné povídání, sdílení faktů, sdílení myšlenek a názorů, vyjadřování citů a pocitů a hluboké splynutí srdcí.

Významnou část prevence tvoří také vhodná volba partnera, protože se špatnou volbou protějšku přichází i řada neshod, které pramení z odlišných životních cílů nebo hodnotových orientací. Ty se stávají po fázi zamilování stěžejním bodem dlouholetého partnerského soužití.

Nad volbou partnera se zamýšlí Erika Matějková (2007, s. 30 - 40). Tato volba podle ní může předcházet nejen nevěře, ale všem partnerským problémům. V první fázi volby jde zejména o vzhled a chování, které silně ovlivňují náš výběr partnera. Ve druhé fázi porovnáváme a zjišťujeme životní hodnoty, zájmy a životní styl. Teprve ve třetí fázi zvažujeme kompatibilitnost rolí. Mezi teorie volby partnera řadíme:

### **1. Duplikační teorii rodičovského principu:**

Tato teorie vychází z psychoanalýzy. Projevuje se zde tendence vyhledávat podobného partnera, jako je rodič. Jako příklad můžeme uvést muže, který pochází z rodiny, ve které byla matka v domácnosti a nechodila do práce. V případě, že potká dominantní ženu se slibnou kariérou, bude v jejich vztahu docházet ke konfliktům, ačkoli mu tato žena může imponovat.

### **2. Duplikační sourozenecký princip:**

Tento princip vychází z pořadí narození partnerů, protože při volbě partnera máme tendence opakovat vztahy, které známe z dětství. Prvorozený muž bude daleko lépe vycházet s druhorozenou ženou, protože jako prvorozený je zvyklý vše hlídat a řešit. Duhorozená žena je zase zvyklá na ochranu od staršího sourozence, takže tento vztah má slibné základy.

### **3. Teorii komplementarity potřeb:**

Tato teorie naopak vychází z předpokladu, že se přitahují naprosto odlišní partneři.

#### **4. Teorii výměny:**

Teorie výměny stojí na volbě osobnostních plusů a minusů.

#### **5. Teorii návratu domů:**

Podle této teorie vyhledáváme emocionální situace, které známe z dětství. Pokud jsme měli neharmonické prostředí, budeme k tomuto chaosu i nadále směřovat. V případě, že jsme vyrůstali v rodině alkoholika, máme vysokou pravděpodobnost, že v takovém prostředí opět skončíme, protože je nám blízké.

#### **6. Teorii dokončování neuzavřených emocionálních situací z dětství:**

Tato teorie nás vede k tomu, že budeme vyhledávat partnera, se kterým budeme neustále prožívat neukončená emocionální dramata z dětství.

Petr Šmolka (2003, s. 67 - 71) se stejně jako Erika Matějková zabývá výběrem partnera. Uvádí výběr kaskadérský, naivní a výběr s rizikem větším než běžným. Kaskadérským výběrem volíme partnera, který je záletný a my se domníváme, že díky nám se změní a usadí. Výběr naivní značí naši nejistotu. Vybíráme si partnera, který nás nepřitahuje, aby nám zůstal nadsmrti. Bohužel si neuvědomujeme, že pokud nepřipadá atraktivní nám, neznamená to, že nepřipadá atraktivní někomu jinému. Poslední výběr, který Petr Šmolka uvádí, je výběr s rizikem větším než běžným. Je to výběr partnera s rysy hysterie, zvýšenou zálibou v alkoholu či jiných závislostech, vlastní nejistota aj.

### **3.4 Přiznání vs. zamlčení**

Poslední podkapitola teoretické části se zabývá jedním z největších problémů, které doprovázejí nevěru i podváděné a podvádějící partnery. Přiznat se nebo raději mlčet?

Christophe Fauré (2015, s. 31 – 33, 36 – 44, 51 - 60) se nepřiklání ani k jedné z možností, avšak ve své knize uvádí, že doporučení psychologů je o paralelním vztahu nehovořit a udržovat ho jako tajemství. Autor nabádá k zamyšlení, co nás vede k tomu podvádět a zda chceme, aby náš partner o nevěře věděl a proč. V případě, že se partner rozhodne vyjít s nevěrou na povrch, buď cítí neúprosný pocit viny, nechce dál lhát a manipulovat, a chce svůj vztah zachránit, anebo se rozhodl

partnera definitivně opustit a žít s milencem či milenkou. Po odhalení nevěry je to právě podvedený, kdo nese tíhu celé situace a musí se s tím nějakým způsobem vyrovnat či tu situaci vyřešit. U podvedených se objevuje šok, nutkavé myšlenky, chronický stres a neklid, vyhýbavé chování, hněv, strach a pocity nejistoty nebo depresivní reakce. Christophe Fauré upozorňuje na individuální zranitelnost, která vychází z temperamentu dané osoby. Znamená to, že každý z nás reaguje v každé situaci odlišně. Nelze tedy odhadnout, jak kdo zareaguje, dokud se v té situaci skutečně neocitneme. Na straně podvedeného také nenalezneme jasné stanovisko, zda to chce či nechce vědět. Společnost se rozděluje na dvě poloviny. Jedna polovina chce znát pravdu a o nevěře se dozvědět, protože by jinak žili ve lži a takový vztah pro ně nemá význam. Druhá polovina se o nevěře dozvědět nechce, protože by zbytečně trpěli a řídí se pravidlem, co oči nevidí, to srdce nebolí.

Stejně tak i Radim Uzel (2010, s. 121 - 131) se zabývá otázkou, zda je vhodné se přiznat, či nikoliv. Upozorňuje však, že odhalená nevěra vždy někomu ublíží a naším životním cílem by vždy mělo být zraňovat co nejméně. Díky této jednoduché rovnici usuzuje, že je lepší nepřiznávat, tedy zatloukat. Zároveň uvádí, že dnešní nevěra je daleko více pod drobnohledem z důvodu rozvoje informačních a komunikačních technologií, jako jsou mobilní telefony a zasílání SMS zpráv či emailů. Odhalení nevěry je proto dnes velice jednoduché a rychlé. Stačí jedno kliknutí. V případě nevěry, která je již rozšířená do okolí naopak doporučuje vyjít s pravdou ven a nenarušovat ještě více důvěru svého protějšku.

Petr Šmolka (2003, s. 77 - 78) označuje přiznání za cestu do pekel, která způsobuje více škod než užítku. Podle jeho názoru je nejlepší vztah utajit a druhou polovičku svou nevěrou příliš nezatěžovat, protože by mohlo dojít k porušení důvěry. Upozorňuje, že tendence přiznat se jsou doprovázeny touhou zbavit se vlastního černého svědomí a přenést odpovědnost za tyto činy na druhého partnera.

Stejně jako Petr Šmolka (2003) i Karin-Sarah Reichelt s Anne Küsters (2014, s. 18 - 20) uvádějí, že přiznání nevěry vychází z výčitek svědomí. U podvádějících partnerů se objevuje potřeba ulevit si od pocitu viny a zbavit se tak vlastní odpovědnosti za své činy. Tuto odpovědnost se snaží přenést na bedra svého partnera. Domnívají se, že je lepší se nepřiznávat, protože by došlo k ohrožení partnerovi pohody a štěstí, což považují za zbytečné.

Věra Capponi a Tomáš Novák (1995, s. 59 - 60) souhlasí s rozšířeným trendem nepřiznávat. Nevnímají přiznání jako polehčující okolnost, protože se domnívají,

že přiznáním se dotyčný snaží pouze o očištění vlastního svědomí než o projev lásky a důvěry. Uvádějí, že soužití muže a ženy má primárně za cíl rozmnožování a následně péči o potomstvo.

Na konci této kapitoly nám vyvstává otázka, zda je tedy lepší se přiznat, či nevěru utajit? Z mého pohledu je tato otázka značně znepokojující. Většina autorů zabývající se partnerskými vztahy se shoduje, že základem každého pevného a dlouhodobého vztahu je důvěra a loajálnost. Z tohoto tvrzení pro mě logicky vyplývá, že pokud se jeden z partnerů dopustí nevěry, jeho projevení důvěry a loajálnosti by mělo být sdělení této informace svému protějšku. To však psychologové a psychoterapeuti či odborníci z oblasti poradenství považují za chybný krok. Naopak doporučují si tuto informaci nechat pro sebe a partnera tím zbytečně nezatěžovat. Toto tvrzení mi přijde rozpačité a vyvolává ve mně pochybnosti, protože si autoři z mého úhlu pohledu protiřečí. Nepřiznání nevěry je přeci porušení důvěry a tím pádem dochází ke zničení základních pilířů vztahu. Čím déle nevěra trvá, tím horší bude obnova důvěry, která je velice křehká. Řčení „Co oči nevidí, to srdce nebolí“ dle mého názoru neplatí, protože jeden z partnerů ví o tom, že narušuje důvěru toho druhého. Nevědomost toho druhého nevěru neomlouvá. Nebylo by tedy lepší přestat se vymlouvat, vzít do ruky vlastní odpovědnost za svůj život a přiznat pravdu?

I mladí dospělí z výzkumného šetření jsou ohledně této otázky rozpačití a nejsou si jistí, zda se o nevěře svého protějšku chtějí dozvědět či nikoli. Uvádějí, že závisí na typu nevěry a na okolnostech, díky kterým k mimopartnerkému vztahu došlo. V případě jedné opilecké noci by byli raději za lež, v případě dlouhodobého vztahu už by pravdu znát s největší pravděpodobností chtěli.

Můj názor je podpořen Peggy Vaughanovou (2009, s. 57 - 64), která cítí obrovské znepokojení nad tímto profesionálním postojem odborníků. Naopak se domnívá, že přiznání nevěry může vést ke znovuobjevení a zotavení vztahu, který začneme vnímat z nového úhlu pohledu. Jen díky přiznání lze vztah vzkřísit a vyřešit tak problémy, které nikdy nebyly prozrazeny. Vysvětluje, že vztahy s nepřiznanou, ale prozrazenou nevěrou jsou ukončeny zejména z důvodu lži, tajností a utajování než kvůli samotné nevěře.

## 4 Výzkumné šetření

Pro účely této práce jsem zvolila kvalitativní výzkumné šetření, protože se domnívám, že je pro tuto práci příhodnější než výzkumné šetření kvantitativní. Jsem zastáncí kvality zejména z toho důvodu, že dochází k přímému kontaktu s účastníky šetření a lze tedy reagovat na jejich reakce, mimiku, gestikulaci a můžeme vypořádat jejich pocity libosti nebo nelibosti, sympatií nebo nesympatií apod., což dokládá i Hendl (2005, s. 53), který uvádí, že výhodou kvalitativního přístupu je získání hloubkového popisu případu, protože nezůstáváme jen na povrchu, ale naopak jdeme do hloubky, provádíme komparaci, sledujeme vývoj a zkoumáme příslušné procesy.

Rozhodla jsem se pro metodu ohniskových skupin, jelikož splňuje mé požadavky, což potvrzuje i Morgan (2001, s. 35 - 36), který popisuje, že základním argumentem samostatných ohniskových skupin je odkrývání aspektů zkušenosti a perspektiv, které by mimo skupinovou interakci nebyly dosažitelné a nejviditelnějším výsledkem je způsob, jak na sebe navzájem účastníci reagují, jak si kladou otázky, jak na ně odpovídají nebo zda vyjadřují souhlas či nesouhlas. Díky tomu jsem se rozhodla pro metodu samostatných ohniskových skupin, protože jejich nejcennějším aspektem je právě proces sdílení a srovnávání mezi účastníky. Metoda ohniskových skupin probíhá pomocí skupinové diskuze a v této práci zkoumá postoje mladých dospělých, které se týkají oblasti nevěry a partnerských vztahů. Výzkumné šetření se snaží zmapovat co největší množství odlišných postojů a názorů na tuto problematiku. Morgan (2001, s. 35) uvádí: „Společným cílem samostatných ohniskových skupin je poučit se o postojích účastníků a o jejich názorech na předmět badatelova zájmu a cenu takovýchto údajů tyto studie jasně dokládají.“

Mladé dospělé jsem si vybrala proto, že tvoří generaci, která je již plně zasažena rozvojem informačních a komunikačních technologií a žije v každodenním světě sociálních sítí a je pod vlivem médií již od útlého věku. Je tady také větší možnost změny nebo ovlivnění jejich postojů na danou problematiku prostřednictvím osvěty, což je důležité, protože jsou naší budoucností. Jsou to lidé, kteří jsou ještě ve vývojovém stádiu a daleko snadněji se přizpůsobují změnám než jedinci vyššího věku. Se vzrůstajícím věkem klesá schopnost přizpůsobení, naopak se projevuje stálost, která je způsobena životními zkušenostmi. (Příhoda, 1976) Kategorizaci

mladé dospělosti se věnuje první podkapitola, ve které dochází k definování věkového rozmezí u různých autorů a zvolení definice, která se nejlépe hodí pro účel této práce.

#### **4.1 Mladá dospělost**

Pojem mladá dospělost či obecně dospělost nelze jednoznačně definovat. Určit přesné věkové rozmezí je stejně složité, jako objektivně definovat pojem nevěry. Opět se setkáváme s velkou rozmanitostí definic. Každý autor se přiklání k jinému rozdělení a vychází z jiné teorie či jiných východisek.

Václav Příhoda (1973, s. 9 - 90) pro periodizaci věku uvádí tři hlavní dělení. První vychází z anatomicko – fyziologické stavby těla, který se skládá z vývoje kostry a vývoje pohlaví. Druhé dělení je kulturně – psychologické, které ukazuje rozdíl mezi tělesným a duševním vývojem vycházejícím z psychologie a kultury dané společnosti. Třetím kritériem je kritérium pedagogické, které zdůrazňuje shodu osobního vývoje se školní organizací, což znamená, že psychika jedince je silně ovlivněna školní výchovou. Václav Příhoda využívá prvního dělení, tedy anatomicko – fyziologického a mladou dospělost řadí mezi 20. a 30. rok života. Označuje mladou dospělost za stav, jehož každý živočich dosahuje, když doroste do konečné velikosti a síly.

V přehledu vývojové psychologie (Šimíčková-Čížková, Binarová, Holásková, Petrová, Plevová, Pugnerová, 2010, s. 131 - 140) nalezneme periodizaci období dospělosti, která uvádí mladší dospělost od 19 do 30 let, střední dospělost do 45 let a starší dospělost do 60 let. Dospělost považují za nejvyšší etapu zralosti lidského jedince, kdy člověk doroste do plné fyzické síly a je schopen vykonávat samostatné činnosti. Zároveň je na vrcholu svých tvůrčích schopností. Mladá dospělost se vyznačuje harmonizací a citovým zklidňováním po bouřlivém období testování hranic.

Wedlichová s Heřmanovou (2008, s. 96 - 103) uvádějí tři stupně dospělosti. Ranou, střední a pozdní. Ranou dospělost ohraničují věkem 18 až 27 a charakterizují toto období realizací potřeby uplatnění ve společnosti a využitím tvůrčích schopností, které zároveň propojují s adolescencí, protože dochází k přechodové fázi mezi školou a ekonomickou nezávislostí.

Lze tedy vypořádat, že sto autorů nám představí sto různých definic, avšak pro účel této práce je nejpřesnější definice, kterou uvádí Pavel Hartl (1988), který určuje rozmezí mladých dospělých od 18 do 24 let a označuje ho fyzickým a psychickým dozráváním jedinců, kterým se harmonizují hormony a životní hodnoty. Zároveň se diferencují postoje politické, kulturní i světonázorové. Za plně dospělého člověka však označuje jedince, který je schopný přijmout vlastní odpovědnost za svůj život a své jednání.

## 4.2 Příprava a realizace výzkumného šetření

Při přípravě a realizaci výzkumného šetření jsem postupovala dle vzorů Davida L. Morgana, Jana Hendla, R. K. Mertona a Michala Miovskeho, kteří se zabývají kvalitativním výzkumným šetřením a metodou ohniskových skupin.

V rámci kvalitativního výzkumného šetření byly nastoleny 4 základní výzkumné otázky, které rozvíjejí a doplňují cíl práce. Na tyto čtyři základní výzkumné otázky práce odpovídá ve vyhodnocení výzkumného šetření:

1. *Jaké jsou postoje mladých dospělých k nevěře?*
2. *Jaký je vztah mezi nevěrou a narušenou komunikací?*
3. *Jak nevěra ovlivňuje partnerské vztahy?*
4. *Jak média ovlivňují partnerské vztahy?*

David L. Morgan (2001, s. 47 - 60) uvádí tři faktory, které ovlivňují přípravnou fázi samostatných ohniskových skupin. Mezi tyto faktory řadí etické otázky, rozpočet a časovou tíseň. Prvním faktorem se stávají etické problémy, které se týkají audio nahrávek, které jsou určitým způsobem invazí do soukromí účastníků ohniskových skupin, proto k těmto nahrávkám mám přístup jedině já a nejsou tedy volně přístupné. Dalším etickým problémem se stávají témata zkoumající postoje účastníků, která jsou osobní a opět směřují do soukromí účastníků. Tyto postoje a názory jsou navíc vyjadřovány ve skupině, takže se stávají určitým způsobem ohrožujícími, proto je důležité navodit přátelskou atmosféru a zdůraznit respekt a toleranci vůči odlišným názorům ostatních účastníků skupiny, aby se všichni cítili v bezpečí a volně mohli vyjadřovat to, co se jim honí v hlavě.

Výběr účastníků ohniskových skupin jsem byla nucena přizpůsobit dostupnosti vhodného počtu „mladých dospělých“, kteří nebudou vyžadovat či očekávat finanční

ohodnocení, což se stává faktorem číslo dvě. Díky tomu byla trochu narušena definice mladé dospělosti, protože účastníky mého výzkumného šetření se stali studenti čtvrtého ročníku Gymnázia, Pardubice, Mozartova, kteří nesplňují finanční nezávislost, věkové rozmezí však odpovídá.

Abych zamezila případným chybám či špatné volbě standardizace při skupinové diskuzi a zároveň si vyzkoušela roli moderátora, rozhodla jsem se pro pilotní výzkumné šetření. Pilotní výzkumné šetření mi pomohlo stanovit množství skupin a lidí v jedné skupině, počet probíraných témat i strukturu diskuze. Toto pilotní výzkumné šetření mělo za úkol odstranit chyby a případná nedorozumění z mé strany a bylo zrealizováno na mých spolužácích, tedy na studentech druhého ročníku Sociální patologie a prevence Univerzity Hradec Králové.

Jak již bylo řečeno, vzorek výzkumného šetření tvoří studenti gymnázia ve věku 18 až 21 let. Po pilotním výzkumném šetření jsem se rozhodla pro 2 ohniskové skupiny. Vybrala jsem 2 skupiny z toho důvodu, že Morgan (2001, s 59) upozorňuje, že velké množství skupin nezaručuje velké množství postojů, ale naopak stále se opakující názory, což je pro účel této práce zbytečné, protože nejde o množství získaných informací, ale o odlišnost těchto postojů a názorů. V jedné ohniskové skupině jsem zvolila maximálně 15 účastníků, aby mohla být zachována dynamika skupinové diskuze, ale zároveň nebyla rychle probrána všechna témata. Využila jsem skupiny smíšené. V jedné skupině jsou přítomni muži i ženy z toho důvodu, protože se práce zabývá genderovými a biologickými odlišnostmi mužů a žen, proto jsem chtěla pozorovat vývoj diskuze i mezi muži a ženami. V jedné skupině bylo 8 dívek a 7 chlapců. Druhou skupinu tvořilo 9 dívek a 6 chlapců. Vzorek tvoří studenti, kteří se navzájem znají, aby byly překonány hranice studu a zamezilo se tak problému etických otázek, kdy se lidé bojí projevit svůj názor na kontroverzní témata, což bylo zmíněno již na začátku přípravné fáze.

### **4.3 Vedení a analýza skupiny výzkumného šetření**

V této fázi Morgan (2001, s. 63 - 75) uvádí škálu otázek, specifičnost, hloubku a osobní kontext.



Efektivní diskuze by měla pokrýt maximální škálu relevantních otázek týkající se dané problematiky. Úspěšné diskuze pokrývají nejen problémy předmětu výzkumného šetření, ale přinášejí také nepředvídatelná a zajímavá témata. (Merton, 1946, s. 541 - 557) Skupinová diskuze by měla poskytnout co nejspecifičtější data, aby vyjádřila skutečné postoje a názory účastníků diskuze. Diskuze by měla směřovat ke konkrétnímu a detailnímu objasnění vlastních zkušeností účastníků, nikoli k obecnosti. Dále by měla prohlubovat a podporovat interakce, které probouzejí pocity účastníků a zároveň dbát na osobní kontext, který účastníky při generování reakcí na předmět výzkumu ovlivňuje. Merton (1946, s. 541 - 557) uvádí, že důležitá je angažovanost účastníků na předmětu zkoumání.

Obsah skupinové diskuze tvoří 5 hlavních témat, která jsou v průběhu diskuze nastolena a účastníci diskuze mohou volně projevovat svá stanoviska a navzájem si oponovat. Zvolila jsem typ strukturované skupiny, což znamená předem připravená témata, která jsou u obou skupin stejná, aby mohlo dojít při vyhodnocování k jejich vzájemnému porovnání dle Miovského (2006, s. 180 - 181) Je stanoven průvodce, kterého má moderátor u sebe a obsahuje napsaná dotazovaná témata, aby si mohl moderátor odškrtnout témata, která již zazněla a pohlídat si témata, která je potřeba ještě nastolit. Pokládání otázek signalizuje kontrolu nad obsahem a směrem diskuze, aby bylo probráno vše, co je pro výzkumné šetření důležité a mohlo dojít k účelnému porovnání dvou skupin. Témata se během diskuze mohou překrývat a nemusejí jít popořadě, pokud již byla nastolena bez zásahu moderátora. Jestliže vyplynula z dynamiky diskuze, je to pro nás nejlepší možná varianta. Na druhou stranu je zde i prostor na témata, která sice nejsou ve výčtu předem stanovených oblastí, ale jsou natolik zajímavá a pro práci přínosná, jak uvádí Merton (1946, s. 541 - 557), že nedochází k zasahování do diskuze, ale nechává se volně plynout a jen lehce se usměřňuje. Naopak při zabíhání do obecností či do oblasti, která nepokrývá předmět zájmu, je diskuze pomocí dotazu vrácena zpět do problematiky, kterou se výzkumné šetření zabývá. Je velice důležité, aby moderátor celé diskuzi nedominoval, ale pouze ji lehce usměřňoval pomocí mířených dotazů.

Pro uskutečnění skupinové diskuze byla zvolena klidná třída se židličkami umístěnými do kruhu, aby na sebe všichni přítomní viděli a vznikla tak požadovaná pohodová atmosféra. Časová dotace byla nastavena na 60 minut na jednu skupinu. Prvních 5 minut bylo věnováno představení výzkumného šetření a položení otázky

na uvolnění, 40 minut strukturované diskuzi, 10 minut na diskuzi volnou, která dokreslovala diskuzi strukturovanou a posledních 5 minut shrnutí a poděkování.

Moderování skupiny podléhá strukturovanosti skupiny, takže v tomto případě se jedná o strukturované vedení skupiny, které je započato otevřenou přátelskou otázkou na uvolnění atmosféry a seznámení účastníků s daným předmětem zkoumání. Po uvolnění napětí přichází nastolení prvního tématu a rozběhnutí diskuze, která je postupně usměrňována dle potřeby výzkumného šetření.

#### **4.4 Vyhodnocení výzkumného šetření**

Pro zjednodušení a přesnějšímu vyhodnocování jsem využila dva audio nahrávací přístroje pro zachycení diskuze a jejímu následnému přepisu do zprávy výzkumného šetření. Tyto nahrávky slouží pouze mému osobnímu využití a nejsou volně přístupné, aby byla zachována anonymita účastníků ohniskových skupin. Zároveň jsem využila pomoci své spolužačky, která převzala roli zapisovatele a pozorovatele, což doporučuje Miovský (2006, s. 177), a dělala poznámky o výrocích ve skupině a zvýrazňovala výroky vyčnávající.

Explorativní výzkumné šetření je vyhodnocováno metodou interpretace údajů. Jan Hendl (2005, s. 223) uvádí: „Při kvalitativní analýze a interpretaci jde o systematické a nenumerické organizování dat.“ Při interpretaci údajů je využito přímého citování výroků účastníků, které je prokládáno sumarizací z důvodu přehlednosti a přesného vyjádření určitých postojů.

Závěrečnou zprávu jsem zvolila dle předlohy Jana Hendla (2005, s. 316 - 320), který rozděluje zprávu výzkumného šetření na témata, úvod, průběh diskuse, závěrečné shrnutí a hodnocení s vlastními poznatky.

##### **Předem zvolená témata:**

1. Pojetí nevěry
2. Příčiny, motivy a důsledky
3. Genderové a biologické rozdíly pohlaví
4. Partnerské vztahy a jejich pilíře
5. Přiznání vs. zamlčení

### **Úvod:**

Moderování obou skupin probíhalo nad má očekávání. Studenti v obou skupinách byli příjemně naladěni a v místnosti panovala přátelská atmosféra. Po představení mé osoby, jako moderátora skupinové diskuze a spolužačky jako zapisovatele a výpomocného pozorovatele, byl vysvětlen důvod naší návštěvy. Vysvětlila jsem jim účel mé bakalářské práce a představila metodu ohniskových skupin. Zároveň jsem jim poskytla možnost dotazů v případě nepochopení jakékoli informace z mé strany. Hned na začátku byla stanovena pravidla diskuze. Zdůrazněn byl respekt a tolerance k odlišným názorům jiných účastníků. Byli upozorněni na přítomnost audio nahrávacích přístrojů a domluvili jsme se na anonymním užití, se kterým všichni přítomní bez výjimky souhlasili. Zároveň bylo stanoveno, že mluví jen jeden a teprve poté může reagovat druhý, ostatní neruší svými sousedními hovory ani neskáčou do řeči svým spolužákům. Všechna pravidla byla pochopena a během diskuse nebyla ani jednou porušena. Po položení prvního tématu bylo chvilkové rozpačité ticho, ale po promluvení prvního člověka už diskuse postupovala krásně plynule a nebylo potřeba ani příliš mého zasahování, z čehož jsem měla neuvěřitelnou radost. K jednotlivým předem stanoveným tématům se obě skupiny propracovávaly samostatně a díky tomu jsem pokládala jen doplňující otázky, abych správně pochopila interpretaci daného výroku a nedošlo k nějakému nedorozumění.

### **Průběh diskuze:**

Obě dvě skupiny skvěle spolupracovaly a nenastal žádný problém. Povšimla jsem si však odlišného rázu každé skupiny. Zatímco první skupina byla k nevěře již od začátku otevřená a přijímala ji bez rozpaků, druhá skupina byla radikálnější a nevěru již na začátku odsoudila a držela se toho po zbytek diskuze. Je tedy možné, že došlo k takzvanému konsensu, který zmiňuje Morgan (2001, s. 67). Konsensus označuje jako ovlivnění skupiny prvotním názorem. Po poslechnutí nahrávky jsem si všimla, že se skupina držela právě prvního vyjádřeného názoru. V první skupině se toho ujala slečna, která zažila nevěru svého přítele, ale dokázala ji překonat a jsou spolu dodnes. Tato slečna byla k nevěře otevřená a vyjádřila to slovy: „*To se prostě stává, děje se to všude a každému, nesmíme z toho dělat něco, co to není.*“ Ačkoli se pak objevily lehce oponující názory, ve výsledku se všichni shodli, že se vlastně o nic nejedná a člověk to musí vzít tak, jak to je. Tato diskuse první skupiny byla

zakončena výrokem: „*Žijeme v promiskuitní době, tak proč si to neužít, no ne?*“ Druhá skupina již od počátku zastávala opačný názor. Opět jako první promluvila žena, která nevěru odsoudila a označila ji za „*Naprostu nepřijatelný morální úpadek podporován celou společností.*“ Na tento názor se napojili i ostatní a i oni se vyjádřili, že nevěru neuznávají a v žádném případě ji nepodporují. Souhlasili však bez výjimky, že je to jev naprosto běžný a nepřekvapující.

Během obou diskusí jsem si nevšimla žádného nepohodlí nebo nesouhlasu ve tvářích ostatních, když někdo hovořil a ke slovu se dostali úplně všichni účastníci. Ani u jednoho jsem nevypozorovala nějaké potlačované emoce, takže je i možné, že se sešla prostě skupina se stejným úhlem pohledu. Ani v jedné skupině se neobjevil účastník, který by odmítal mluvit či se bál vyjádřit svůj názor.

Prvním tématem bylo pojetí nevěry. Již první skupina jednoznačně neodpověděla. Jedna dívka prohlásila, že sex za nevěru nepovažuje, daleko víc by jí vadil mimopartnerský vztah založený na lásce. Řekla: „*Je to jen sex, nic víc, uklouznout může každý.*“ S tímto výrokem souhlasili všichni chlapi až na jednoho, který proti tomu oponoval a prohlásil: „*Když mám někoho skutečně rád, tak přeci jen tak neuklouznu. Musíš mít nějaké motivy k tomu to udělat.*“ S tímto prohlášením se ztotožnila polovina dívek a vyjádřily, že k nevěře člověk musí mít důvod, nevznikne jen tak z ničeho nic. Ve druhé skupině byla nevěra definována jako čistě sexuální poměr mimo stálý partnerský vztah. Většina chlapců uvedla, že rozlišují cit a sex. Všechny dívky se shodly, že jakmile je v tom sex, jsou v tom dozajisté i city. Chlapci se naopak shodli, že sex lze pochopit, ale citová nevěra je daleko bolestnější.

Obě skupiny plynule přešly na příčiny a motivy nevěry, které jsou tématem číslo dvě. V první skupině jako první příčina zazněl stereotyp, a to ze strany chlapce, který uvedl: „*Je to stav, kdy chcete něco nového, ale zároveň už jste zvyklý na stálého partnera a nechcete na konci zůstat sám, chcete mít jistotu u toho stálého partnera.*“ Na tento výrok se obořila polovina dívek, které se shodly, že je to bezohledné. Druhá polovina dívek s tímto výrokem souhlasila, protože je to ta stálost, co se jim na tom partnerství líbí. V první skupině jeden chlapec zmínil také biologickou předurčenost, na což většina dívek reagovala protočením očí a povzdechnutím „*Ach ty chlapi a jejich věčné výmluvy.*“ Ve druhé skupině jako první zazněl neuspokojivý sex, který zmínil jeden z chlapců. Dívky v obou skupinách pak zmiňovaly zejména nedostatečné projevy lásky, odlišné životní cíle

a hodnoty a rozdílné zájmy, které se neslučují. Chlapci v obou skupinách se shodli na nedostatečném a neuspokojivém sexu a přílišné žárlivosti ze strany partnerek.

Překvapilo mě, že nikoho ani v jedné skupině nenapadla narušená komunikace. Po dotazu, zda i tu považují za jednu z příčin, všichni souhlasili, že rozhodně ano, ale že to není problém jen nevěry a partnerských vztahů. Všichni se shodli, že je to problém celé dnešní doby. Většina byla překvapená, že to v diskusi vůbec nezaznělo, všichni předpokládali, že to je jasná věc, která nepotřebuje zmiňovat. Chlapec v první skupině prohlásil: „*Vždyť je jasný, že ženy a muži komunikují úplně odlišně a i jinak všechno prožívají, to je přece hotová věc.*“

Dalším bodem diskuse se staly důsledky nevěry a způsoby jejich řešení. První skupina zastávala názor, že nevěru lze odpustit a vnímala jí pouze jako zkoušku vztahu. Účastníci první skupiny uvedli, že vztahy procházejí různými překážkami, které musíme překonat, pokud chceme žít v dlouhodobém partnerství. Nevěru chápali jako jednu z těchto překážek. Druhá skupina se uchýlila k radikálnějšímu řešení a na prvním místě uvedla rozchod či rozvod. Padl tady i návrh na navštívení odborného poradenství. První skupina byla svolná a všichni účastníci se shodli, že by byli ochotní navštívit partnerskou poradnu, protože to vnímají jako snahu o záchranu vztahu a pokud by to mohlo pomoci, tak jsou pro. Druhá skupina byla skeptičtější a partnerská poradna se jim nejevila jako jeden z nejlepších způsobů řešení. Jedna slečna uvedla: „*Pokud si nepomohou sami, jak by jim mohla pomoci nějaká poradna?*“ Tento výrok podpořil i jeden z chlapců, který prohlásil: „*Nemyslím si, že je dobré, aby do vztahu zasahovala třetí strana, která nikdy nebude stoprocentně vědět, jak vztah funguje, ale bude vnášet pouze obecná stanoviska, která stejně ničemu nepomohou, ale jen budou přikládat polínka, do již tak narušeného vztahu.*“

Překvapující pro mě byl i fakt, že první skupina nepovažovala odlišnosti mezi muži a ženami za podstatné. Po stanovení tématu genderové a biologické odlišnosti se v první skupině všichni shodli, že to na nevěru žádné rozdílné dopady nemá. Muži a ženy podle nich podvádějí stejně a bez větších rozdílů. Jen jedna dívka připustila větší ekonomickou nezávislost žen, která může vést k rychlejšímu ukončení vztahu po odhalení nevěry, ale zbytek byl přesvědčen, že to žádný dopad nemá. Druhá skupina už v tom rozdíly viděla. Jedna dívka uvedla: „*Je rozdíl, když podvádí žena a muž a to zejména ze strany odsouzení společnosti. Žena je označena za lehkou děvku a odsouzena, zatímco muž je borec a vynášen do nebes.*“ Na toto prohlášení

zareagoval jeden z chlapců a dodal: „*Muži a ženy podvádějí stejně, akorát s tím rozdílem, že chlapi se za to nestydí a tak to před okolím ani moc netají.*“ Ostatní chlapci se shodli, že mužům jde zejména o sex, zatímco ženy hledají spíše city. S tím souhlasily i všechny dívky.

Dalším nastoleným tématem byly partnerské vztahy a pilíře partnerství. V první skupině zazněla již zmíněná komunikace, jistota, zájem, životní hodnoty a cíle. Na těchto bodech se všichni shodli. Nikdo neuvedl věrnost ani důvěru. Po položení dotazu, proč tyto dva pojmy nebyly zmíněny, většina pokrčila rameny. Jeden z chlapců zareagoval a řekl: „*Považovat v dnešním světě za jeden z hlavních pilířů vztahu věrnost je naivita, když se od toho odprostíte už na začátku, aspoň pak nebudete zklamaní.*“ Zbytek souhlasil, že to sice považují za důležité, ale v dnešní době už s tím nelze počítat a vztah na tom stavět. Naopak druhá skupina věrnost a důvěru uvedla na prvním místě. Zbytek byl shodný jako ve skupině první, akorát zde byl opět zmíněn kvalitní a pravidelný sex ze strany chlapců. Dívky přikyvovaly.

Novým objevem pro mě byl vliv médií. Obě dvě skupiny nezávisle na sobě zmínily vliv seriálů a filmů na partnerské vztahy. Vliv médií sice nebyl zamýšleným tématem, ale bylo to natolik zajímavé a studenti natolik otevření, že jsem se rozhodla nechat diskusi volně pokračovat a počkat, co z toho nakonec vyplyne. Poté, co se průběh diskuse i u druhé skupiny stočil na toto téma, rozhodla jsem se mu věnovat více i v této práci a stanovila i výzkumnou otázku. Byl to pro mě nový úhel pohledu, který mě před těmito diskusemi nenapadl. Média ovlivňují mladé dospělé nejen při výběru partnera, ale také během trvání partnerského vztahu. Jeden ze studentů mužského pohlaví v první skupině v této souvislosti uvedl: „*Když na mě z televize útočí sexy těla, plné křivky a okouzující úsměv vždy upravených žen, jak mám pak být spokojený s obyčejnou všední holkou?*“ Stejně tak i všechny přítomné dívky v obou skupinách uvedly, že v porovnání s Bradem Pittem či Raynem Goslingem je jejich drahá polovička dost průměrná. Dívky v první i druhé skupině jako první při zmínce o filmech a seriálech uvedly kultovní seriál Sex ve městě. Ten je rozebrán v podkapitole Vliv médií viz výše. V obou skupinách se všichni bez výjimky shodli, že největší problém je srovnání reality a filmu. Ve filmu jsou to samá drobná gesta a velká vyjádření lásky doprovázená gigantickými překvapeními, zatímco realita je o hodně smutnější. Jedna dívka prohlásila: „*Ve filmu jsou to okvětní plátky růží všude kolem, vana plná pěny,*

*šampáňo a chlap v kvádru, který poklekne a vyzná své dívce city. V realitě je to gauč, pizza a chlap v tepláčkách mluvící s plnou pusou, jak brmlá něco o tom, že by bez vás chcípnul hlady. Pak nechtějte to první!*“ V první skupině od jednoho chlapce zazněla také zmínka o pornografii, která podle něj ovlivnila jeho očekávání v sexu i v partnerském vztahu. Uvedl: *„Myslel jsem si, že každodenní sex a hlasité projevy ze strany žen jsou naprosto normální a běžné, byl jsem překvapen, když jsem to od své partnerky nedostával a nakonec jsem se s ní rozešel. Teď už vím, že je porno jen nadsázka.“* Ostatní chlapci v této skupině souhlasili a i oni uvedli, že jim sledování pornografie přineslo nereálný pohled na partnerské vztahy a sex. Ve druhé skupině pornografie vůbec zmíněna nebyla.

Posledním tématem bylo dilema přiznání či zamlčení nevěry. Zde se u obou skupin projevovala rozpačitost a nejasné odpovědi. Většina uvedla, že vlastně ani nevědí, jestli by to vědět chtěli či ne. První skupina se ve většině případů shodla, že *„Co oči nevidí, to srdce nebolí.“* a tak by to raději vědět nechtěli. Ve druhé skupině jedna z dívek uvedla, že je pro ni důležité, jestli to ví okolí. V případě, že o tom nikdo neví, nechtěla by to vědět. V případě, že to vědí všichni až na ni, by to rozhodně vědět chtěla. Tohoto názoru se chytli i ostatní účastníci, kteří souhlasili a doplnili, že také záleží na okolnostech nevěry. Jeden z chlapců řekl, že pokud se jedná jen o jeden noční poměr pod vlivem alkoholu, vědět by to nechtěl, ale v ostatních případech by pravdu znát chtěl. S tímto výrokem souhlasili všichni až na jednu dívku, která uvedla: *„Vzhledem k tomu, že vztah by měl být založený na důvěře, vědět bych to chtěla, jinak bych žila jen ve falešné nafouklé bublině, která by mi přinesla více škody než užitku. Pokud nemá koule to přiznat, tak to nemá dělat.“* Většina dívek obou skupin brali přiznání jako polehčující okolnost, chlapci tento postoj odmítli. Jeden chlapec prohlásil: *„Nevěra je nevěra a je jedno jestli přiznaná nebo ne, na tom aktu se přeci nic nezmění, pořád to ten dotyčný vědomě dělal.“*

Další zajímavostí, která mě velice překvapila, je fakt, že ani jeden ze zúčastněných studentů v obou skupinách neměl rozvedené rodiče. Všichni přítomní vyrůstali a stále žijí v úplných rodinách, což je jev, který v dnešní době vysoké rozvodovosti považují za zázrak a i všichni účastníci byli touto informací překvapeni.

## **Vyhodnocení výzkumných otázek:**

### **1. *Jaké jsou postoje mladých dospělých k nevěře?***

Výzkumné šetření potvrzuje, že postoje jsou ovlivněny vlastními zkušenostmi a vnímání nevěry je tak silně subjektivní, čemuž se věnuje první kapitola této práce, která je doložena odbornou literaturou. Každý vnímá nevěru odlišně a každý také definuje nevěru rozdílně, což dokazuje i výzkumné šetření, ve kterém se účastníci ohniskových skupin jednoznačně neshodli na definici nevěry. Každý k nevěře zaujímal jiný postoj. První skupina zastávala postoj spíše otevřený a nevěru nepovažovala za ohrožující jev partnerství, ale pouze za narušení a komplikaci, kterou lze vyřešit. Druhá skupina byla radikálnější a nevěru již na začátku odsoudila jako nemorální jev, který je hoden trestu.

### **2. *Jaký je vztah mezi nevěrou a narušenou komunikací?***

Mladí dospělí se domnívají, že narušená komunikace je největším problémem dnešní doby, nikdo ji však nezmínil při nastolení tématu příčin a motivů, které k nevěře vedou. Až po položení otázky z mé strany, proč nezmínili komunikaci a zda si myslí, že zde žádná vazba není, se nad tímto vztahem zamysleli a pronesli, že největším problémem bude rozdílná komunikace mužů a žen, která vychází z jejich odlišného očekávání, jak má vztah vypadat a fungovat. Uvedli, že tato odlišná komunikace mužů a žen ovlivňuje nejen nevěru, ale všechny naše mezilidské vztahy včetně těch partnerských. Z výzkumného šetření lze vyvodit, že narušená komunikace ovlivňuje partnerské vztahy a může být jedním z důvodů spáchání nevěry.

### **3. *Jak nevěra ovlivňuje partnerské vztahy?***

Mladí dospělí z výzkumného šetření se bez výjimky shodli, že nevěra silně narušuje partnerské vztahy, což ale neznamená, že tyto důsledky musejí být fatální. První skupina se přikláněla k odpuštění a vnímala nevěru jako zkoušku a testování pevnosti vztahu. Domnívali se, že nevěra je důsledkem něčeho, na čem je ve vztahu potřeba zapracovat. Druhá skupina se přikláněla spíše k okamžitému rozchodu či rozvodu v případě manželství. Nevěru vnímali jako zradu ze strany partnera. Obě skupiny se shodly, že vlivem nevěry dochází k porušení důvěry a intimity a vyvolává řadu negativních emocí, jako je vztek, nenávisť, bolest či pocity zrady, bezmocnosti a sebeobviňování.



#### **4. *Jak média ovlivňují partnerské vztahy?***

Z výzkumného šetření vyplývá, že vliv médií na dnešní mladé dospělé je značný. Sami mladí dospělí přiznávají, že jsou to právě seriály a filmy, které zkreslují jejich pohled na partnerské vztahy. Média ovlivňují zejména jejich představy o tom, jak má partnerský vztah vypadat. Nutí jim ideál dokonalého partnerství. Tomuto ideálu mladí dospělí bohužel podléhají. Zároveň působí i na jejich očekávání, které ovlivňuje a zkresluje výběr partnera. V seriálech či filmech spatříme jen krásné, hubené, vždy upravené, milé a usměvavé herce a herečky a mladí dospělí získávají pocit, že přesně takhle by to mělo fungovat i v reálném světě partnerských vztahů. Mladí dospělí jsou pak zklamáni skutečným světem, který nekoresponduje s tím, co vidají v televizi či kině. Podléhají srovnávání svého partnerského vztahu s nějakým dalším, což vyvolává nespokojenost a touhu po změně.

#### **Závěrečné shrnutí:**

Z výzkumného šetření vyplývá, že nelze nevěru jasně definovat a každý z nás k ní zaujímá odlišné postoje podpořené vlastními zkušenostmi. Za hlavní příčinu nevěry mladí dospělí považují zejména stereotyp a neuspokojivý sex. Mezi další motivy řadí odlišné životní hodnoty, cíle a rozdílné zájmy. Jako důsledky nevěry uvádí negativní emoce, polovina účastníků je pro odpuštění, zbytek je pro rozchod nebo rozvod. Narušenou komunikaci považují za problém všech mezilidských vztahů, nejen těch partnerských. Partnerský vztah je podle nich založený na stejných hodnotách, životních cílech a na společných zájmech, na čemž se shodli všichni účastníci. Důvěru a věrnost většina považuje za přežitek. Ani jedna skupina nepovažuje rozdíly mezi muži a ženami za podstatné, podle nich to nemá žádný vliv. Uznávají pouze odlišnou komunikaci, jinak si myslí, že mužská a ženská nevěra je stejná. Pouze jedna dívka uvedla vliv emancipace žen. Partnerské vztahy jsou ovlivňovány médii, které formují představy a očekávání týkajících se vztahů, což uvádějí všichni přítomní. Všechny dívky se shodli na vlivu seriálu *Sex ve městě* a na romantických filmech, polovina chlapců uvedla pornografii. V otázce přiznání či zamlčení nevěry jsou rozpolcení a sami si nejsou jisti, zda by o nevěře vědět chtěli či ne. Polovina by s největší pravděpodobností vědět pravdu nechtěla, zatímco ta druhá se domnívá, že by pravdu vědět chtěli. Uvádějí však, že záleží na okolnostech nevěry. Většina považuje přiznání nevěry za polehčující okolnost,

menšina to razantně odmítá. Překvapujícím je také fakt, že nikdo z účastníků nepochází z rozvedené rodiny.

### **Hodnocení:**

Obě skupiny byly dynamické a diskuse v nich plynula samovolně bez mého většího zásahu. Podařilo se mi nashromáždit dostatečné množství postojů i názorů na nevěru i partnerské vztahy a zároveň získat cenné zkušenosti s přímým kontaktem s účastníky ohniskových skupin a naučit se tuto skupinu moderovat a usměřňovat. Diskuze mi rozšířila obzory a poskytla mi nové úhly pohledu na nevěru i partnerské vztahy a zároveň přinesla i zajímavé postřehy, které mě předtím ani nenapadli. Obě diskuse považuji za přínosné. I zpětná vazba od účastníků obou ohniskových skupin byla pozitivní. Všem se tato zkušenost líbila a neváhali by se něčeho obdobného opět účastnit.

## Závěr

Teoretická část se zabývá odlišným vnímáním nevěry různých autorů a genderovými a biologickými odlišnostmi mezi pohlavími, které silně ovlivňují danou problematiku. Popisuje a vysvětluje různé příčiny a motivy mimopartnerských vztahů a typy páchané nevěry, které vycházejí z příčin. Následně se práce věnuje partnerským vztahům, jejich definici a narušenou komunikací, která partnerské vztahy silně ovlivňuje. Dále vysvětluje vznik a vývoj postojů a jejich ovlivnění ze strany médií. Na tuto problematiku navazuje nevěra v praxi, která popisuje dopady a důsledky nevěry na partnerství a zabývá se možnostmi jejího řešení. Nabízí různé formy odborné pomoci a věnuje se prevenci neboli předcházení mimopartnerskému vztahu. Teoretická část je zakončena zamyšlením, zda se přiznat či nevěru zamlčet.

Empirická část se skládá z kvalitativního výzkumného šetření, které zkoumá postoje mladých dospělých k nevěře a k partnerským vztahům. Toto výzkumné šetření probíhá pomocí metody samostatných ohniskových skupin a přináší množství odlišných postojů i názorů nejen na nevěru, ale i na problematiku partnerských vztahů a na oblasti s tím související, díky čemuž byl naplněn cíl práce, tedy zmapování co největšího množství odlišných postojů a názorů na nevěru a problematiku partnerských vztahů. Podařilo se získat postoje a názory na všechny zkoumané oblasti od všech účastníků ohniskových skupin, což považuji za úspěšné završení výzkumného šetření.

Práce přináší nové úhly pohledu na celou oblast nevěry a partnerských vztahů. Zároveň poskytuje řadu zajímavých postojů, názorů a postřehů mladých dospělých na danou problematiku, kteří byli v rámci samostatných ohniskových skupin velice otevření. Výsledky slouží také jako náhled na postoje a názory aktuální generace mladých dospělých, kteří jsou již plnou měrou ovlivnění nejmodernějšími informačními a komunikačními technologiemi. Tyto informační a komunikační technologie působí na jejich představy a ovlivňují jejich očekávání od partnerských vztahů, což vyplynulo i z výzkumného šetření. Výzkumné šetření také odhalilo, že mladí dospělí již za hlavní pilíře vztahu neoznačují důvěru a věrnost vlivem všudypřítomné nevěry a promiskuity, takže zároveň lze práci využít jako osvětu a zamyšlení se nad danou problematikou a jejím vývojem do budoucnosti, který

může mít vliv i na instituci rodiny. Práce přináší také alternativní úhly pohledu podpořené hnutím New Age, které zastává Louise L. Hay, Ray Dodd či Lama Ole Nydahl, kteří zdůrazňují vlastní odpovědnost a nutí k zamyšlení nad dnešní společností.

Na úplný závěr bych si vypůjčila citát autora Jaroslava Havlíčka z knihy *Má věrnost šanci* (1992, s. 76), který krásně shrnuje a doplňuje závěr této práce: „Nevěra je příliš složitý a intimní jev, který nelze ‚léčit‘ pouhou osvětou, odsuzováním a moralizováním.“

## Seznam literatury

- BOTWINOVÁ, Carol. *Proč jsou muži nevěrní: Jak posbírat střepy, když vám partner rozbil srdce na kusy*. Praha: MOTTO, 1996. ISBN 80-85872-45-5.
- BREZINA, Peter a Antonín LOJEK. *Delikt cizoložství v proměnách času*. Ostrava: KEY Publishing, 2015. ISBN 978-80-87475-46-1.
- CELMEROVÁ, Zuzanna. *Člověk na celý život*. Praha: Avicenum, 1990. ISBN 80-201-0071-7.
- CORNEAU, Guy. *Anatomie lásky: Vztahy otec-dcera, matka-syn a jejich vliv na budoucí partnerské vztahy*. 4. vydání. Praha: Portál, 2010. ISBN 978-80-7367-701-5.
- FAURÉ, Christophe. *Jak přežít nevěru: a zůstat spolu*. Praha: Portál, 2015. ISBN 978-80-262-0930-0.
- GILES, David. *Psychologie médií: Z pohledu psychologie*. Praha: Grada, 2010. ISBN 978-80-247-3921-2.
- GREY, John. *Mars a Venuše ve stresu*. Praha: Práh, 2008. ISBN 978-80-7252-208-8.
- HAVLÍČEK, Jaroslav. *Má věrnost šanci?*. Praha: Petrklíč, 1992. ISBN 80-85243-28-8.
- HAY, Louise L. *Miluj svůj život*. Praha: Pragma, 1999. ISBN 978-80-7205-102-1.
- HENDL, Jan. *Kvalitativní výzkum: Základní metody a aplikace*. Praha: Portál, 2005. ISBN 80-7367\_040-2.
- JANÁČKOVÁ, Laura a kolektiv. *Nevěra a její zvládnání: Psychologie všedního dne*. Praha: Maxdorf, 2008. ISBN 978-80-7345-155-4.
- JIRÁK, Jan a Barbara KÖPPLOVÁ. *Média a společnost: Stručný úvod do studia médií a mediální komunikace*. Praha: Portál, 2003. ISBN 80-7178-697-7.
- KERN, Hans, Christine MEHL, Hellfried NOLZ, Martin PETER a Regina WINTERSPERGER. *Přehled psychologie*. 3. vydání. Praha: Portál, 2006. ISBN 80-7367-121-2.
- LIPPMANN, Walter. *Veřejné mínění*. Praha: Portál, 2015. ISBN 978-80-262-0939-3.
- MATĚJKOVÁ, Erika. *Jak řešit konflikty a problémy v partnerských vztazích*. Praha: Grada Publishing, a.s., 2007. ISBN 978-80-247-1832-3.
- MCCOMBS, Maxwell. *Agenda setting: nastolování agendy: masová média a veřejné mínění*. Praha: Portál, 2009. ISBN 978-80-7367-591-2.

- MERTON, Robert K. a Patricia L. KENDALL. The Focused Interview. *The American Journal of Sociology* [online]. The University of Chicago Press, 1946, (6), 541 - 557 [cit. 2017-04-25]. Dostupné z: <http://www.jstor.org/stable/2770681?origin=JSTOR-pdf>.
- MIKŠÍK, Oldřich. *Psychologická charakteristika osobností*. Praha: Karolinum, 2001. ISBN 80-246-0240-7.
- MIOVSKÝ, Michal. *Kvalitativní přístup a metody v psychologickém výzkumu*. Praha: Grada Publishing, a.s., 2006. ISBN 80-247-1362-4.
- MORGAN, David L. *Ohniskové skupiny jako metoda kvalitativního výzkumu*. Brno: Scan, 2001. ISBN 80-85834-77-4.
- MYSLIKOVJANOVÁ, Ida. *O nevěře trochu jinak*. Ostrava: Anag, 2011. ISBN 978-80-7263-705-8.
- NAKONEČNÝ, Milan. *Psychologie osobnosti*. Praha: Academia, 1995. ISBN 80-200-0525-0.
- OAKLEYOVÁ, Ann. *Pohlaví, gender a společnost*. Praha: Portál, 2000. ISBN 80-7178-403-6.
- NYDAHL, Lama Ole. *Budha a láska: Cesta ke šťastnému partnerství*. Brno: Bílý deštník, 2008. ISBN 978-80-903821-2-1.
- PEASE, Allan a Barbara PEASE. *Proč muži chtějí sex a ženy potřebují lásku*. Praha: Ikar, 2010. ISBN 978-80-249-1374-2.
- PELTOVÁ, Nancy van. *Jak zvládnout partnerskou komunikaci*. Praha: Advent-orion, 2012. ISBN 978-80-7172-903-7.
- PEROUTKOVÁ - ŠAFRÁNKOVÁ, Soňa. *Sex, úchylky, lidské ego, nevěra: Jak to vidí muži a jak ženy*. České Budějovice: Nová Forma, 2012. ISBN 978-80-7453-267-2.
- PONĚŠICKÝ, Jan. *Fenomén ženství a mužství: Psychologie ženy a muže, rozdíly a vztahy*. 3. vydání. Praha: Triton, 2008. ISBN 978-80-7387-106-2.
- POSPÍŠIL, Jan a Lucie Sára ZÁVODNÁ. *Mediální výchova*. Kralice na Hané: Computer Media, 2009. ISBN 978-80-7402-022-3.
- PŘÍHODA, Václav. *Ontogeneze lidské psychiky: Vývoj člověka od patnácti do třiceti let*. 2. vydání. Praha: Státní pedagogické nakladatelství, 1974. ISBN 14-622-74.
- REICHL, Jiří. *Kapitoly metodologie sociálních výzkumů*. Praha: Grada Publishing, a.s., 2009. ISBN 978-80-247-3006-6.

- ŘÍČAN, Pavel. *Psychologie osobnosti: Obor v pohybu*. 6. vydání. Praha: Grada, 2010. ISBN 978-80-247-3133-9.
- SAGE, Gigi a Birgit Claire ENGEL. *Ahoj Tarzane!: Lepší komunikací ke šťastnému vztahu*. Olomouc: Anag, 2011. ISBN 978-80-7263-694-5.
- SNYDER, Douglas K., Donald H. BAUCOM a Kristina Coop GORDON. *Jak přežít nevěru: Program, který vám pomůže zvládnout partnerskou nevěru, postavit se na nohy a pokračovat dál - ať už spolu nebo každý zvlášť*. Aktuell, 2016. ISBN 978-80-8172-014-7.
- ŠIMÍČKOVÁ - ČÍŽKOVÁ, Jitka. *Osobnost a její rozvoj*. Ostrava: Ostravská Univerzita, 2008. ISBN 978-80-7368-620-8.
- ŠIMÍČKOVÁ-ČÍŽKOVÁ, Jitka, Ivana BINAROVÁ, Kamila HOLÁSKOVÁ, Alena PETROVÁ, Irena PLEVOVÁ a Michaela PUGNEROVÁ. *Přehled vývojové psychologie*. 3. upravené vydání. Olomouc: Univerzita Palackého, 2010. ISBN 978-80-244-2433-0.
- ŠMOLKA, Petr. *Nevěra: Pro podváděné i podvádějící*. Praha: Grada, 2003. ISBN 80-247-0397-1.
- ŠMOLKA, Petr a Jan MACH. *Manželská a rodinná trápení: z pohledu právníka a psychologa*. Praha: Portál, 2008. ISBN 978-80-7367-448-9.
- UZEL, Radim. *Nevěra a co s ní*. Praha: Petrklíč, 2010. ISBN 978-80-7229-241-7.
- UZEL, Radim. *Užitečné pohlaví: Pozoruhodný a zajímavý pohled na lidské pohlaví a sex*. Praha: Ikar, 2012. ISBN 978-80-249-1962-1.
- VAUGHANOVÁ, Peggy. *Mýtus monogamie: Průvodce následky nevěry*. Praha: Knižní klub, 2009. ISBN 978-80-242-2373-5.
- VERICK, M. A. *Mediální monopol: kontrola myšlenek a temná manipulace*. Praha: EarthSave CZ, 2009. ISBN 978-80-86916-09-5.
- WEDLICHOVÁ, Iva a Vladislava HEŘMANOVÁ. *Kapitoly z vývojové psychologie*. Ústí nad Labem: Univerzita J. E. Purkyně, 2008. ISBN 978-80-7414-044-0.
- WEISS, Petr a Jaroslav ZVĚŘINA. *Sexuální chování v ČR: situace a trendy*. Praha: Portál, 2011. ISBN 80-7178-558-X.
- WOLFOVÁ, Doris. *Když partner odchází...: Praktické rady k překonání osamělosti z rozchodu a rozvodu*. Praha: Ikar, 1994. ISBN 80-85830-23-X.

**Online zdroje:**

Jan. Mnohoženství bude pro Rusko záchrana a nutnost, říká tamní muslim. In: *Česká televize: Svět* [online]. 2015 [cit. 2017-04-23]. Dostupné

z: [http://www.ceskatelevize.cz/ct24/sites/default/files/styles/scale\\_1180/public/images/1577508-653714.png?itok=Pc89IJOG](http://www.ceskatelevize.cz/ct24/sites/default/files/styles/scale_1180/public/images/1577508-653714.png?itok=Pc89IJOG).