

Univerzita Hradec Králové
Filozofická fakulta
Katedra filozofie a společenských věd

Aspekty emoční inteligence a jejich souvislost se spokojeností v partnerském vztahu

Bakalářská práce

Autor: Natálie Kratochvílová

Studijní program: BUSVma-KAJ

Studijní obor: Společenské vědy a anglický jazyk se zaměřením na vzdělávání

Forma studia: Prezenční

Vedoucí práce: Mgr. et Mgr. Lukáš Novák

Hradec Králové, 2023



Zadání bakalářské práce

Autor: Natálie Kratochvílová

Studium: F20BP0339

Studijní program: B0114A100001 Společenské vědy se zaměřením na vzdělávání

Studijní obor: Anglický jazyk se zaměřením na vzdělávání, Společenské vědy se zaměřením na vzdělávání

Název bakalářské práce: **Dílčí aspekty emoční inteligence a jejich souvislost se spokojeností v partnerském vztahu.**

Název bakalářské práce AJ: Aspects of emotional intelligence and their link to satisfaction in a partnership.

Cíl, metody, literatura, předpoklady:

Bakalářská práce se zaměřuje na způsoby, jakými emoční inteligence souvisí s kvalitou mezilidských vztahů. Teoretická část se zabývá vztahem partnerským a rolí, kterou v něm hraje empatie neboli schopnost vcítit se do druhých. V praktické části zkoumám, zdali míra emoční inteligence souvisí s kvalitou partnerského vztahu, konkrétněji jestli lidé s vyšší emoční inteligencí bývají v soužití s partnerem spokojenější.

BLATNÝ, M. a kol. *Psychologie osobnosti*. Praha: Grada Publishing 2010. I. vyd. ISBN 978-80-247-3434-7. s. 304.

JUKLOVÁ, Kateřina. *Základy obecné psychologie: studijní text*. Vyd. 5. Hradec Králové: Gaudeamus, 2012. ISBN 978-80-7435-221-8.

FITNESS, J. *Emotional intelligence and intimate relationships. Emotional intelligence in everyday life*. Philadelphia: Psychology Press, 2001. ISBN 1841690287.

BRADBERRY, Travis a Jean GREAVES. *Emoční inteligence*. Brno: BizBooks, 2013. ISBN 978-80-265-0039-1.

NAKONEČNÝ, Milan. *Sociální psychologie*. Praha: Stanislav Juhaňák - Triton, 2020. ISBN 978-80-7553-842-0.

Zadávací pracoviště: Katedra filosofie a společenských věd,
Filozofická fakulta

Vedoucí práce: Mgr. et Mgr. Lukáš Novák

Oponent: PhDr. Jindra Vondroušová, Ph.D.

Datum zadání závěrečné práce: 23.2.2022

„Prohlašuji, že jsem práci vypracovala samostatně a že jsem všechny použité informační zdroje uvedla v seznamu literatury.“

V Hradci Králové dne

.....
Natálie Kratochvílová

Poděkování:

Děkuji vedoucímu bakalářské práce Mgr. et Mgr. Lukášovi Novákovi za metodické vedení mé práce a za jeho rady a všudypřítomnou ochotu mi s čímkoli pomoci. Velké díky patří také mé rodině a přátelům, od kterých dostávám neustálou podporu.

Abstrakt

KRATOCHVÍLOVÁ, Natálie. *Aspekty emoční inteligence a jejich souvislost se spokojeností v partnerském vztahu*. Hradec Králové, 2023. Bakalářská práce. Univerzita Hradec Králové.

Bakalářská práce se zabývá vztahem mezi aspekty emoční inteligence a spokojeností v partnerském vztahu. V rámci výzkumu také zjišťují, zda partnerskou spokojenost ovlivňují též některé z faktorů „Velké Pětky“, a to konkrétně otevřenost a přívětivost. Cílem této práce je verifikovat předpoklad, že míra jednotlivých stránek emoční inteligence, jako je například empatie, pozitivně koreluje s mírou spokojenosti partnerů v jejich romantickém vztahu. Dále ověřují hypotézy, že také přívětivost i otevřenost alespoň jednoho z partnerů má kladný vliv na partnerskou satisfakci. Výzkumný soubor je tvořen 787 českými občany ve věku od 18 do 72 let. Data byla zjišťována pomocí online dotazníkového šetření za použití metod KMSS, PAQ, TEQ a BPI. Výsledky prokázaly pozitivní souvislost mezi empatií, přívětivostí a otevřeností vůči zkušenosti a partnerskou spokojeností. Dále byla odhalena negativní korelace mezi mírou alexithymie a satisfakcí v partnerském vztahu.

Klíčová slova: emoční inteligence, spokojenost, partnerský vztah, struktura osobnosti

Abstract

KRATOCHVÍLOVÁ, Natálie. *Aspects of emotional intelligence and their link to satisfaction in a partnership*. Hradec Králové, 2023. Bakalářská práce. Univerzita Hradec Králové.

The bachelor's thesis explores the relationship between emotional intelligence and satisfaction in partner relationships. As part of the research, I seek to investigate whether the “Big Five” factors, specifically openness and agreeableness, influence partner satisfaction. This work aims to verify the assumption that the level of individual aspects of emotional intelligence, such as empathy, are positively correlated with the level of satisfaction of partners in their romantic relationships. It also attempts to verify the hypothesis that the agreeableness and openness of at least one of the partners positively affect relationship satisfaction. The research sample consists of 787 Czech citizens between the ages of 18 and 72. Data were collected using an online questionnaire utilizing the KMSS, PAQ, TEQ, and BPI methods. The results showed a positive association between empathy, agreeableness, openness to experience, and partner satisfaction while revealing a negative correlation between the level of alexithymia and satisfaction in the partner relationship.

Key words: emotional intelligence, satisfaction, romantic relationship, personality structure

Obsah

ÚVOD	9
1 EMOCE	10
1.1 CHARAKTERISTIKA POJMU	10
1.2 VÝRAZ EMOCÍ	10
1.3 KOMUNIKAČNÍ FUNKCE EMOCÍ.....	11
2 EMOČNÍ INTELIGENCE	12
2.1 DEFINICE EMOČNÍ INTELIGENCE	12
2.1.1 Znalost vlastních emocí.....	13
2.1.2 Zvládání emocí.....	13
2.1.3 Schopnost motivovat sám sebe	14
2.1.4 Vnímavost k emocím jiných lidí.....	15
2.1.5 Umění mezilidských vztahů	16
3 STRUKTURA LIDSKÉ OSOBNOSTI A JEJÍ SOUVISLOST S EMOČNÍ INTELIGENCÍ	17
3.1 CHARAKTERISTIKA POJMU OSOBNOST	17
3.2 SOCIÁLNĚPSYCHOLOGICKÉ ASPEKTY OSOBNOSTI.....	18
3.3 PĚTIFAKTOROVÝ MODEL OSOBNOSTI.....	19
3.3.1 Popis jednotlivých osobnostních faktorů	21
3.4 SOUVISLOST S EMOČNÍ INTELIGENCÍ.....	22
4 SPOKOJENOST V PARTNERSKÉM VZTAHU	23
4.1 MEZILIDSKÉ VZTAHY	23
4.1.1 Partnerský vztah.....	24
4.2 DETERMINANTY SPOKOJENOSTI V PARTNERSKÝCH VZTAŽÍCH.....	25
4.3 ROLE EMOČNÍ INTELIGENCE VE SPOKOJENOSTI V PARTNERSKÉM VZTAHU.....	26
5 SHRNTÍ SOUČASNÉHO STAVU POZNÁNÍ	27
6 METODA	28

6.1 VÝZKUMNÝ POSTUP	28
6.2 VÝZKUMNÝ SOUBOR	29
6.3 POUŽITÉ METODY	29
6.3.1 <i>Kansas Marital Satisfaction Scale (KMSS)</i>	29
6.3.2 <i>Perth Alexithymia Questionnaire (PAQ)</i>	29
6.3.3 <i>Toronto Empathy Questionnaire (TEQ)</i>	30
6.3.4 <i>Big Five Inventory (BFI)</i>	30
7 VÝSLEDKY.....	31
7.1 SOUVISLOST MEZI EMPATIÍ A PARTNERSKOU SPOKOJENOSTÍ	31
7.2 SOUVISLOST MEZI ALEXITHYMIÍ A PARTNERSKOU SPOKOJENOSTÍ	32
7.3 SOUVISLOST MEZI PŘÍVĚTIVOSTÍ A PARTNERSKOU SPOKOJENOSTÍ	33
7.4 SOUVISLOST MEZI OTEVŘENOSTÍ A PARTNERSKOU SPOKOJENOSTÍ	34
8 DISKUSE	34
8.1 KORESPONDENCE S OSTATNÍMI STUDIEMI	35
8.2 IMPLIKACE PRO VÝZKUM A PRAXI	36
8.3 LIMITY STUDIE	37
LITERATURA	38

Úvod

Vztahy jsou komplexní koncept, se kterým se všichni lidé v životě setkávají, a to velmi pravděpodobně každý den. Jsme obklopeni různými druhy vztahů ať už rodinnými, přátelskými či partnerskými a zároveň jsme také členy mnoha z nich. Každý, kdo je poté součástí partnerského vztahu chce, aby byl tento vztah šťastný a aby v něm byl jedinec spokojený.

Emoční inteligence je schopnost, která je mezi lidmi velice společensky žádaná, to poté obzvláště platí při vybírání partnera, se kterým chceme trávit zbytek života. Člověk chce, aby ho jeho partner pochopil jak ve šťastných, tak v náročných chvílích a uměl se do něj vcítit, ale aby třeba naopak i on uměl sdílet své emoce. Partnery si samozřejmě nevybíráme jen podle toho, jak jsou emočně inteligentní, ale hlavně podle toho, jak si s nimi rozumíme, jací jsou, jakou mají osobnost. Je to tedy nejen EI, ale i složky osobnosti, u kterých bychom mohli předpokládat, že nějakým způsobem ovlivňují, jak moc či málo budeme v našem vztahu spokojeni.

Zjistit, jaký existuje mezi emoční inteligencí, faktory osobnosti a partnerskou spokojeností vztah, je jak podnětem k vypracování této práce, tak zároveň jejím hlavním cílem.

Teoretická část je rozdělena do pěti kapitol, které zachycují pojmy a informace důležité pro ucelené pochopení práce. První kapitola se zabývá emocemi v obecné rovině a jejich funkcemi. Poté následuje kapitola o emoční inteligenci a jejích dílčích částech. Další část je zaměřena na strukturu osobnosti a její souvislost s EI. Ve čtvrté sekci se práce orientuje na spokojenost v partnerském vztahu a její vztah k emoční inteligenci a poslední je věnována shrnutí současného stavu poznání v této oblasti. Praktická část obsahuje kapitoly tři, a to použité metody, výsledky výzkumu a nakonec diskusi.

1 Emoce

1.1 Charakteristika pojmu

Pojem emoce, i když je nám všem dobře známý, není vůbec jednoduše definovatelný a v literatuře najdeme spoustu rozdílných definic tohoto slova. Milan Nakonečný ve své knize *Emoce* představuje jedny ze starších definic. Například, že emocemi myslíme komplexní citové stavy doprovázené charakteristickými a motorickými žláзовými aktivitami. Zahrnuje také jedny z těch novějších, jako je definice od R. Corsini (2002), který ve svém psychologickém slovníku uvádí, že emoce jsou všechny mentální stavy, charakterizované různými stupni citění a obvykle provázeny často intenzivními motorickými projevy [1].

Ivan Slaměnik zase ve své publikaci *Emoce a interpersonální vztahy* vymezuje emoce jako uvědomované pocity různého ladění, které vyjadřují vztah člověka k relevantním událostem vnějšího prostředí i k sobě samému a které jsou spojeny s různou mírou fyziologické aktivity, jejíž smyslem je navodit stav připravenosti k jednání [2].

Někteří autoři se pokouší vymezit emoce na základě jejich charakteristických znaků, kterými se liší od ostatních psychických jevů. Jako příklad bychom mohli uvést J. Reykowského (1968), který předkládá, že emocionální proces je podněcován signály, které přichází zvnějšku i vnitřku lidského jedince a také je charakteristicky kladný i záporný. Jako další znak uvádí změny úrovně aktivity (neboli stav vnitřního vzrušení) a jako poslední obsah, což je radost, smutek, vztek atd. [1]. K. Oatley a J.-M. Jenkins (1996) nám představují odlišnou charakteristiku, ve které je jedním znakem to, že i když jsou emoce převážně vnitřními prožitky, jsou často doprovázeny navenek patrnými tělesnými reakcemi. Do takových reakcí bychom mohli zahrnout změnu rychlosti srdečního pulzu, zčervenání, úsměv, pláč, útěk (ze strachu), pocení atd. [1].

1.2 Výraz emocí

Mluvíme-li o vztahu citů a tělesných změn, měli bychom si nejdříve ujasnit rozdíl mezi citem a emocí, který se v literatuře často objevuje. Dle L. Schmidt-Atzert tyto dva pojmy nejsou totožné a pojem emoce je pojmu cit nadřazen. V tomto pojetí bychom měli cit

chápat jako zážitkovou složku emoce a samotnou emoci jako tělesný stav a výraz tváře [1].

Výrazy tváře, jako je třeba výše zmiňovaný úsměv a pláč, bychom mohli zařadit pod pojem mimika, tj. výraz obličejového svalstva. Mimika společně s kinezikou, tj. emociogenní výraz těla („řeč těla“) jsou dvěma složkami, které reflektují naše emoce navenek a jsou jakýmsi „výrazem emocí“ [2]. Výrazu tváře a jeho souvislosti s emocemi se začal blíže věnovat Charles Darwin, který považoval obličej za indikátor vnitřního stavu. Jeho následovníci s ním ne vždy souhlasili, stále však převažoval názor, že mezi emocemi a výrazem tváře je přímá souvislost. Největší neshody se objevovaly mezi zastánci přesvědčení, že výraz tváře je součástí emocí a těmi, kteří tvrdili, že mimikou jen podporujeme svou sociální roli ve společnosti a je záměrná. Dodnes nemáme v této otázce zcela jasno, jelikož „*Na základě dosavadních poznatků nelze jednoznačně stanovit, jak se domníval Darwin, že výraz tváře je ukazatelem vnitřních emočních stavů*“ [2, s.59], většina autorů ale zastává názor, že mimika je nezbytnou součástí emoce [2].

Jednoznačněji si můžeme odpovědět na jiné druhy souvisejících otázek, které uvádí Milan Nakonečný ve své knize *Emoce*. Například zda lze prokázat působení podnětu vyvolávajícího emoční prožívání, které není spojeno s výrazem obličej. Na to odpovídá, že to možné je, jelikož lidé s ochrnutými svaly obličej stále emoce prožívají. Tím můžeme dokázat, že prožívání emocí není závislé na jejich vnější výrazové expresi. Dále se můžeme ptát, zda existuje vliv emočního výrazu na prožívanou emoci. Autoři Laird (1974), Strack, Martin a Stepper díky svému experimentu toto tvrzení prokázali a dokonce tvrdí, že výraz obličej může nejen ovlivnit náš emoční stav, ale dokonce ho také vyvolat [1].

1.3 Komunikační funkce emocí

Proč tyto psychické procesy vůbec máme má hned několik důvodů. W. U. Meyer a G. Horstmann uvádí několik funkcí emocí, jako je například funkce biologická, která nám pomáhá se adaptovat nebo funkce motivační, která řeší způsob, kterým se adaptovat. Já bych se však chtěla zaměřit na funkci sociálněkomunikativní, jenž popisuje funkci emocí v mezilidských vztazích převážně jako komunikativní [1].

Svými emocemi, ale celkově i svým neverbálním chováním jako mimikou, hlasem nebo gestikou, sdělujeme druhému člověku své vnitřní pocity a prožívání. Gill Haason dokonce

uvádí, že neverbálně projevujeme až 93 % našich emocí a pocitů [3]. Emoční informace mohou ovlivnit druhého člověka a často tomu tak je, protože vyjádření našeho emočního stavu vyvolává podobnou emoci či jinou reakci u druhé osoby. Mnohdy se stává, že emoci potlačíme nebo předstíráme podle toho, jestli chceme, aby daný člověk naši reálnou emoci poznal. Vyjadřování emocí takovýmto způsobem je ale v interpersonálních interakcích impulsem k reakci druhého, který musí význam emoce rozluštit a adekvátně na ni odpovědět [2].

2 Emoční inteligence

Emoční inteligence je konceptem, o který se vědci začali více zajímat celkem nedávno, až na konci 20. století [4]. Na druhou stranu o zkoumání IQ byl zájem mnohem větší už dříve, takže je studováno již více než jedno století a máme o něm více informací. Toto zkoumání inteligence však bralo v potaz jen jeden z druhů inteligence, kterou v tomto kontextu míníme myšlení logické a analytické, jazykové schopnosti a prostorovou orientaci [4]. Do té doby je výška IQ spojována s akademickou a později profesní úspěšností. Začíná se však projevovat, že mezi obecnou inteligencí a úspěšností v životě neexistuje vysoká míra korelace, a tak se stává koncept emoční inteligence pro vědce více atraktivním [1]. Když k tomu navíc přidáme fakt, že podstata těchto pojmů se podstatně liší, tak nám z toho vyplývá, že pokud obecná inteligence napomáhá k řešení praktických a teoretických problémů, emoční, nebo jak ji nazval Thorndike sociální inteligence, slouží k řešení společenských otázek a problémů v mezilidském odvětví [5].

2.1 Definice emoční inteligence

Emoční inteligenci můžeme definovat jako schopnost chápaní vlastních emocí a emocí druhých lidí. Tato definice však nezahrnuje všechny její aspekty, které uvádí ve své knize *Emoční inteligence* Daniel Goleman [5]. Těmi jsou:

- Znalost vlastních emocí
- Zvládání emocí
- Schopnost motivovat sám sebe

- Vnímavost k emocím jiných lidí
- Umění mezilidských vztahů

2.1.1 Znalost vlastních emocí

Jak uvádí Daniel Goleman [5, s. 50]: „*Lidé, kteří jsou si svými pocity více jisti, se ve svých životech dokážou lépe rozhodovat. Vědí totiž přesněji, jaké pocity v nich vzbuzují důležitá osobní rozhodnutí, jako například s kým vstoupit do manželství nebo jaké si vybrat zaměstnání.*“

Jedním ze základních pilířů emoční inteligence je sebeuvědomění. To souvisí hlavně s rozpoznáním a schopností pojmenovat vlastní pocity. Sebeuvědomělý člověk by měl být ke svým emocím otevřený, schopný určit její příčinu a také vědět, jak na ně adekvátně reagovat [4]. To je užitečné právě pro nezaujatou sebereflexi našich reakcí, která je prvním krokem k získání emoční kontroly nad námi samými. Emoční kontrola je poté základním kamenem citového sebeovládání [5]. Sebeuvědomění nám pomáhá také ve vztahu s ostatními. Pro pochopení reakce druhého bychom si nejdříve měli uvědomit své chování. „*Schopnost uvědomit si, jak se ostatní mohou cítit na základě vašeho chování, vám umožňuje své chování změnit.*“ [4, s. 64] To poté může vést ke zlepšení vašich mezilidských vztahů.

2.1.2 Zvládání emocí

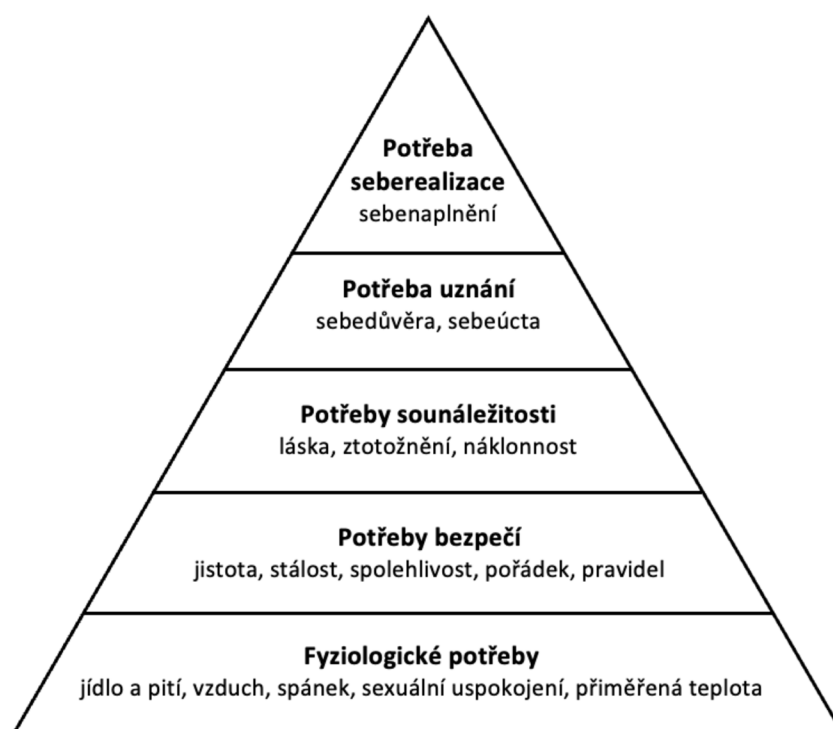
Ke zvládání emocí přispíváme již rozvojem sebeuvědomění. Pokud si totiž své emoce neuvědomujeme, tak je ani nemůžeme kontrolovat. Všechny emoce, pozitivní i negativní, mají určitý význam, a proto by nemělo být naším cílem jakoukoliv z nich potlačovat. Problém nastává tehdy, když jsou emoce přepjaté a trvají delší čas, to se poté mohou stát až chorobnými [5]. V této situaci je důležité včas rozpoznat, kdy naše city zašly až příliš daleko a řešit to. Goleman [5, s. 54] také zmiňuje, že „*(...) díky vrozenému uspořádání mozku často není v naší moci rozhodnout, kdy budeme přemoženi silnou emoci, (...). Avšak jsme schopni do jisté míry ovlivnit, jak dlouho bude tato emoce trvat.*“ Můžeme si uvést příklad na zvládání hněvu, který je emocí, kterou podle doktorky Diane Ticeové lidé nejhůře ovládají. Je přirozené se v některých situacích naštvat, je však důležité, zda je to jen krátkodobý pocit nebo svůj hněv dále rozněcujeme. Podle psychologa Dolfy Zilgmanna může být řešením zlobu rozptýlit ku příkladu znalostí polehčujících okolností

nebo oprostěním se od situace opuštěním daného prostředí. Pokud své emoce ovládáme, rychleji se zotavujeme z nepříjemných životních situací [5].

2.1.3 Schopnost motivovat sám sebe

Motivaci bychom mohli definovat jako impulz záměrně a energicky směřovat k určitému cíli [4]. Právě cíle jsou pro nás většinou velkou pohnutkou pro snažení. Abychom v cestě za kýženými cíli vytrvali, je potřeba mít pod kontrolou naše emoce.

Známý psycholog Abraham Maslow vytvořil hierarchii potřeb, ve které se na spodních příčkách vyskytují základní potřeby a výše se umísťují potřeby intelektuální a duchovní.



Zdroj: vlastní tvorba, 2023 (inspirace [4])

Christine Wilding [4, s. 111] ve své publikaci uvádí: „*Studie zabývající se emoční inteligencí ukazují, že v případech, kdy se nechováme emočně inteligentně, jde nám pravděpodobně o uspokojení některých z nižších potřeb. Abyste se dokázali motivovat i na vyšších stupních hierarchie, musíte dát větší smysl svému myšlení, chování a svým pocitům.*“

Emoce nám při motivaci na jednu stranu mohou uškodit, ku příkladu, když nám nedovolí se soustředit, a tím tak naruší naši pracovní paměť (způsobilost udržet krátkodobě informace potřebné k dokončení úkolu). Goleman uvádí, že úzkost oslabuje intelekt, jelikož u nás převažují negativní myšlenky, které nám nedovolí se řádně koncentrovat [5]. Na druhou stranu nás naše emoce jako nadšení nebo zapálení pro věc pozitivně motivují. Tato motivace, například denně trénovat házení na koš, se později může vyplatit v podobě té, že budeme mít při basketbalovém zápase vyšší úspěšnost střelby. Velice motivujícím je také optimismus jako víra v dobrý výsledek i přes předchozí nezdary. Z tohoto můžeme odvodit, že naše motivace, jakožto složka emoční inteligence, nám buď může pomoci rozvíjet naše vrozené mentální schopnosti nebo naopak [5].

2.1.4 Vnímavost k emocím jiných lidí

Slovo empatie se zřejmě poprvé objevuje u T. Lippse (1903), který ji pokládá za tendenci vnímajícího promítnout sebe sama do vnímaného objektu. Titchner (1915) tuto definici upravuje a za podstatu empatie považuje vytvoření si představy o prožívání druhého [2]. Dnes empatii bereme převážně jako schopnost vcítit se do druhých [6]. V těchto chvílích spoluprožíváme emoce ostatních, jen v zesláblé míře [1].

Daniel Goleman považuje při umění empatie za zásadní být sebeuvědomělý. Pokud nejsme způsobilí si uvědomovat naše vlastní emoce, je poté obtížné nepřehlížet neverbální signály vyjadřující emoce u druhých lidí. Přitom k vytušení citů druhého je jeho neverbální komunikace klíčová [5]. Právě v tomto smyslu rozebírá stejný psycholog problém alexithymiků.

Alexithymii definují tyto rysy [7]:

- Obtížné identifikování pocitů a rozlišování mezi těmito pocity
- Problémy s popisem pocitů druhých lidí a svých vlastních
- Omezená představivost
- Externě orientované myšlení (slabý kontakt se svým vnitřním prožíváním a orientování se na vnější podobu situací, podle které poté reagují [8])

Dále je alexithymie spojována s [7]:

- Potížemi při zpracování emocemi nabytých nebo podbarvených informací
- Problémy se čtením emocí z výrazu tváře
- Omezenou schopností empatie

Kombinací těchto rysů poté můžeme dojít k závěru, jakým je i poslední bod charakteristiky alexithymie. Jelikož alexithymici nerozeznávají ani vlastní emoce, je pro ně obtížné se vcítit do druhých a empatie tedy není jejich silnou stránkou.

Každý člověk je empatický v jiné míře. Jak zmiňuje Marc A. Pletzer to má různé důvody a jedním z nich je zaručeně výchova a naše dětství [6]. Psycholog B. Buda (1985) tvrdí, že jsme tuto schopnost způsobilí rozvíjet [1]. Rozvíjet svou empatii se může vyplatit v našem sociálním životě, jelikož je základem pozitivních mezilidských vztahů. *„Dokážeme-li vnímat emoce ostatních lidí a porozumět jim, je mnohem pravděpodobnější, že budeme ochotni jednat ve prospěch druhých lidí, pomáhat jim a podporovat je.“* [4, s. 154]

Tuto myšlenku podpořil Daniel Batson (1991), který vytvořil empaticko-altruistickou hypotézu. Ta říká, že pokud se jedinec či skupina nachází v situaci potřeby pomoci, naše empatie k nim podníká chování v jejich prospěch bez očekávání reciprocity [2].

2.1.5 Umění mezilidských vztahů

Emoce v našich sociálních životech zastupují podstatnou roli. Projevují se především v naší sociální komunikaci a také na ni mají nemalý dopad. Ivan Slaměnik [2] uvádí aspekty toho, co činí naše emoce sociálními. Tyto tři pokládá za ty nejdůležitější:

- Chápání emocí jako reakcí na sociální události (ty nás obklopují celý život)
- Souvislosti s normami a hodnotami společnosti (jinými slovy, společnost určuje pravidla, kdy je vhodné a nevhodné vyjadřovat konkrétní emoce, tato pravidla se navíc liší u každé kultury)
- Na emoce nahlížíme a definujeme je přes sociální vztahy (v interpersonálních vztazích jsou emoce základem našeho chování, a tak nemůžeme o našich vztazích vědět nic bez nich)

Umění mezilidských vztahů úzce souvisí s empatií. Opět tedy musíme začít s porozuměním a zvládním svých vlastních a poté emocí ostatních. Právě zvládnání emocí druhých lidí je klíčem ke kvalitním interpersonálním vztahům [5]. Jak píše Marc Pletzer ve své publikaci [6, s. 118]: „*Sociální schopnosti totiž naprosto odpovídají požadavkům, které na každého člověka klade emoční inteligence.*“

V této oblasti působí naše tzv. sociální inteligence, kterou míníme naši schopnost porozumět lidem a adekvátně s nimi jednat [7].

Velmi důležitou součástí emoční inteligence je nejen porozumění, ale také naše schopnost city projevovat. Jak už je zmíněno výše, vyjadřování emocí je ovlivněno kulturou a společností. Danie Goleman [5, s. 114] představuje základní společenská pravidla, která se týkají projevování citů:

- Omezení projevů emocí na minimum
- Přehánění pocitů zveličením emočního vyjádření
- Nahrazování jednoho citu za druhý

Tato pravidla poznáváme již od útlého věku a osvojujeme si je nejvíce nápodobou. Poté je využíváme během života při společenských interakcích tak, abychom působili tím správným dojmem [5].

3 Struktura lidské osobnosti a její souvislost s emoční inteligencí

3.1 Charakteristika pojmu osobnost

Jednou ze základních psychologických disciplín je psychologie osobnosti, která se zabývá kompozicí lidské osobnosti, jejími vztahy, procesy a celkovým vývojem [9]. Samostatnou disciplínou se stává až ve 30. letech 20. století oddělením od psychologie sociální [10]. Už jen díky tomuto faktu můžeme říci, že psychologie osobnosti a sociální jsou si jistými aspekty velmi blízké.

Samotný pojem osobnost je tak obsáhlý, že jeho různé definice zahrnují vždy pouze část jeho charakteristik. Příkladem může být třeba jedna z klasických definic Gordona Allporta z roku 1961: „*Osobnost je dynamická organizace těch psychofyzických systémů v jedinci, které determinují jeho jedinečné přizpůsobování v jeho okolí.*“ [10, s. 21] Dále

si uvedeme jednu z definic novodobějších od Pharese a Chaplina, kteří říkají, že osobnost je „*systém charakteristických myšlení, citění a projevů, které odlišují jednu osobu od druhé a které přetrvávají napříč dobou a situacemi*“ [9, s. 44].

Napříč různými definicemi však psychologové často zdůrazňují hlavně tyto tři aspekty [9, s. 45]:

- Integrita nebo jednota všech psychických funkcí
- Osobitost a jedinečnost individuálního prožívání, myšlení a jednání
- Relativní důslednost nebo stálost psychosociálního bytí člověka

Panajotis [9] navíc přidává další dvě stránky, které jsou dle něj opomíjené:

- Vědomí vlastní totožnosti (základem každého „já“ je sebevědomí a intencionalita)
- Sociální zkušenost (naše jedinečná osobnost se vytváří díky sociálním interakcím)

3.2 Sociálněpsychologické aspekty osobnosti

Jak je již uvedeno výše, orientace sociální a osobnostní psychologie se částečně překrývají. Jak uvádí Milan Nakonečný je to například proto, že osobnost se tvaruje v rámci sociálního učení nebo že fungování ega se vztahuje hlavně na sociální prostředí [11].

Sociálněpsychologický přístup tedy podle Jozefa Výrostka tkví v tom, že lidská osobnost se formuje v kontextu sociálního světa, který ji ovlivňuje jak prostřednictvím charakteristik sociálního prostředí, tak situace, které v něm osobnost prožívá. Zároveň vlastní aktivita osobnosti přispívá k utváření tohoto prostředí. Říká také, že sociální prostředí a situace mají vliv na lidské poznání, prožívání a chování.

Jako jeden z aspektů bychom mohli uvést sociální kompetenci, která byla dříve Thurstonem označovaná jako sociální inteligence. Jak bylo již zmíněno dříve v této práci, sociální inteligencí nebo kompetencí myslíme efektivní schopnost a dovednost člověka v sociálních interakcích [13]. I tuto obratnost, stejně jako jiné, si osvojujeme postupně. Naše sociální prostředí toto podporuje tím, že jeho pozitivní důsledky konsolidují naše obratné chování, zatímco to neobratné je potlačováno neúspěchy [11].

3.3 Pětifaktorový model osobnosti

Lidské chování a prožívání popisujeme vlastnostmi (vstřícný, ustrašený). Tato slova používáme většinou pokud chceme charakterizovat, jaký člověk je. Pojem vlastnost ovšem můžeme chápat dvěma způsoby. První jako popis pozorovaného chování jedince a druhý jako vnitřní determinant takového chování. V druhém případě bychom mohli slovo vlastnost nahradit slovem dispozice, kterým se myslí vrozené předpoklady k určitému chování [14]. Tento pojem je často používán jako synonymum slovního spojení osobnostní rys. Zastánci rysového přístupu se ale při charakteristice osobnosti neshodují na tom, zda je rys vnitřní predispozice či naše chování a kvůli tomu byl tento přístup kritizován. Pětifaktorový model osobnosti kombinuje oba tyto výklady. Podle Johna a Srivastava rozlišujeme dva přístupy při jeho studiu: lexikální a dotazníkový [10]. Přístup lexikální, který je pro tuto práci významnější, je založen na předpokladu, že rozdíly různých osobnostních vlastností jsou uchovány v jazyce. Čím více se jednotlivé vlastnosti liší, tím častěji jsou uchovány v jazyce pomocí různých slov. Výzkum funguje na bázi vybírání slov popisujících osobnost ze slovníků, které poté dále uspořádá [10]. Zastáncem lexikálního přístupu byl L. R. Goldberg, který tímto způsobem rozdělil pět hlavních univerzálních osobnostních faktorů. Těmi jsou [9]:

- Extraverze
- Přívětivost / Vstřícnost
- Otevřenost
- Svědomitost
- Neuroticismus

„Goldbergovým záměrem nebylo poukázat na to, že všechny individuální rozdíly mohou být redukovány pouze na pět dimenzí, ale chtěl spíše zdůraznit, že pět dimenzí popisuje osobnost na nejvyšší úrovni abstrakce, a že každá dimenze obsahuje množství dalších specifických charakteristik.“ [10, s. 184]

Goldberg nazval těchto pět rysů „Velká Pětka“ („Big Five“). McCrae a John chtěli použít snadněji zapamatovatelný název „OCEAN“, který je zkratkou prvních písmen anglických názvů těchto rysů (Openness to Experience, Conscientiousness, Extraversion, Agreeableness, Neuroticism). Toto pojmenování je kritizováno z důvodu, že implikuje

rovnost a důležitost všech faktorů, což ovšem není potvrzeno. Warren Norman dále seřadil jednotlivé faktory dne mohutnosti a použil pro ně označení římskými číslicemi [14].

Tabulka uvádí pět faktorů osobnosti, přídavná jména je vystihující, a ta, která jsou jejich opakem:

Lidé, kteří skórují vysoko	Charakteristika pětifaktorového modelu	Lidé, kteří skórují nízko
Zvídavý Originální Tvořivý Obrazotvorný Inteligentní Kultivovaný	O (Openness) Otevřenost vůči zkušenosti Intelekt Kultura	Konvenční Pragmatický Realistický Nepřizpůsobivý Neinteligentní Nevzdělaný
Spolehlivý Pracovitý Přesný Systematický Zodpovědný Pečlivý	C (Conscientiousness) Svědomitost	Bezcílný Nedbalý Lenošný Nesvědomitý Nepozorný Nevytrvalý
Společenský Aktivní Výřečný Družný Průbojný Sdílný	E (Extraversion) Extraverze	Uzavřený Mlčenlivý Plachý Ostýchavý Samotářský Tichý
Dobrosrdečný Laskavý Snášenlivý Mravný Soucitný Smířlivý	A (Agreeableness) Přívětivost Vstřícnost	Panovačný Útočný Pomstychtivý Bezcitný Despotický Autoritářský
Napjatý Nervní Labilní Nejistý Vznětlivý Popudlivý	N (Neuroticism) Neuroticismus Emocionální (ne)stabilita	Klidný Uvolněný Vyrovnaný Stabilní Sebejistý Nezdolný

Zdroj: vlastní tvorba, 2023 (inspirace [14])

3.3.1 Popis jednotlivých osobnostních faktorů

Názvy jednotlivých faktorů jsou zvoleny podle prvního zmiňovaného dělení v publikaci od Panajontise Cakirpaloglu [9].

Extraverze

Prvním faktorem struktury je extraverze, která má temperamentový základ v emocionalitě [10]. Jedním z jejích nejvýznačnějších rysů je povíдавost, proto jsou přídavná jména s ní spojovaná například výřečný a sdílný, na opačném pólu je málomluvnost a slova jako tichý a mlčenlivý. Dalším rysem je aktivita, kdy extraverzi vystihuje, když je člověk průbojný či smělý, a naopak ji nepopisuje osoba, která je plachá a ostýchavá. Poslední charakteristikou je společenskost, kde jsou na pozitivním pólu přídavná jména společenský a otevřený a na straně opačné uzavřený a samotářský [15]. S pojmem extraverze je spojena introverze, která není jejím opakem, ale nepřítomností [16].

Přívětivost

Přívětivost je v literatuře někdy překládána také jako vstřícnost (např. Pavel Říčan: Psychologie osobnosti) [17]. Tato dimenze charakterizuje především chování k druhým lidem. Vyznačuje se ochotou pomáhat druhým (tzv. altruismus), morálním chováním [15], sklonem lidem důvěřovat a vyhledávat s nimi spolupráci. Na pozitivním pólu tedy tento rys vystihují přídavná jména jako dobrosrdečný, mravný, zdvořilý nebo soucitný. Na negativním pólu dimenze se objevují slova jako útočný, pomstychtivý, autoritářský či bezcitný, která charakterizují osoby s tendencí soupeřit s ostatními, znevažovat jejich úmysly a chovat se k nim neslušně [18].

Otevřenost

Slovem otevřenost zde konkrétně myslíme otevřenost vůči zkušenosti. To, jak moc jsme zaujatí zkoušet nové věci, jak jsme zvědaví, představiví či jak jsme vnímaví k pocitům druhých i vlastních vypovídá o míře naší otevřenosti. Ta má poté souvislost s naší inteligencí a dosaženým vzděláním [18]. Lidé, kteří se pohybují na pólu pozitivních hodnot tohoto osobnostního faktoru mohou být popsáni jako zvědaví, tvořiví, inteligentní či originální. Naopak na opačné straně škály se objevují lidé, kteří jsou konzervativní,

preferují známé před novými zkušenostmi a mají pevně vymezené zájmy. Takové jedince můžeme charakterizovat přídavnými jmény jako konvenční, nepřizpůsobivý, pragmatický či neinteligentní [14]. Pojem otevřenost je v české taxonomii nahrazen pojmem intelekt a v rozdělení podle W. T. Normana se částečně překrývá s pojmem kultura.

Svědomitost

Svědomitostí myslíme určitou sebekontrolu týkající se plánování, zařizování a uskutečnění úkolu [18]. Vyjadřuje tedy náš vztah k práci, zodpovědnost a míru motivace a vytrvalosti k dosažení našeho kýženého cíle. Lidé, kteří jsou považováni za svědomité charakterizují přídavná jména spojená s vědomím povinnosti jako je spolehlivý a pracovitý, ale také ta vyjadřující způsob plnění úkolů jako důkladný a systematický. Na druhou stranu bychom mohli lidi, kteří nevykazují vysokou míru svědomitosti, popsat slovy lenošný, chaotický, nepozorný nebo nestálý [14].

Neuroticismus

Tento faktor je v české taxonomii nazván emoční stabilita, respektive nestabilita. Neuroticismus je ze všech rysů osobnosti tím nejméně stabilním. S našim vývojem se jeho míra podmíněně mění, ale podle psycholožky Marie Vágnerové to způsobuje také citlivost k externím negativním událostem. Mnoho autorů uvádí jako dominantní vlastnost neuroticismu naši tendenci k negativním emočním prožitkům [19]. Tomuto faktoru tedy můžeme připsat přídavná jména popisující emoční labilitu jako nervní a lehkovznětlivý a na opačném pólu klidný a vyrovnaný. Nalezneme zde ale také slova, která se vyskytují u faktoru pojmenovaného Martinou Hřebíčkovou intelekt, například slovo inteligentní zde nalezneme na negativním pólu [14].

3.4 Souvislost s emoční inteligencí

Psycholog Daniel Goleman představil pět aspektů emoční inteligence, které jsme si již dříve uvedli. Na základě tohoto rozdělení byl vyvinut test emoční inteligence zvaný „Inventář emocionálních dovedností“ se zkratkou ECI (Emotional Competence Inventory). Tento test má čtyři hlavní faktory: sebeuvědomění, ovládání vlastních emocí, sociální obratnost a schopnost ovlivňovat druhé lidi. V roce 2002 provedl Murensky

výzkum na souvislost mezi emoční inteligencí a testem ECI. Tento výzkum zjistil, že extraverte korelovala se všemi čtyřmi faktory ECI. Dále otevřenost a svědomitost korelovala se třemi ze čtyř faktorů – otevřenost se sebeuvědoměním, sociální obratností a schopností ovlivňovat druhé lidi a svědomitost se sebeuvědoměním, ovládním vlastních emocí a schopností ovlivňovat druhé lidi. Vztah mezi přívětivostí a neuroticismem však nalezen nebyl [15].

4 Spokojenost v partnerském vztahu

4.1 Mezilidské vztahy

Mezilidské neboli interpersonální vztahy jsou pro člověka jakožto společenského tvora velmi důležité [20]. Abychom mohli použít tento termín, musí být splněny dva předpoklady a to, že musejí být alespoň dva lidé v přinejmenším příležitostné interakci a tyto interakce je nějakým způsobem poznamenávají (př. dobrý či špatný pocit, porozumění atd.) [2].

Můžeme je dělit dle několika kritérií, jedním z nich je například rozdělení na základě bezprostřednosti. Tam máme vztahy přímé, které se dále člení na vztahy osobní blízkosti a vztahy výkonově funkční, a na vztahy nepřímé, které se větví na vztahy zprostředkované druhými lidmi a zprostředkované médii. Zde se práce zaměří hlavně na vztahy osobní blízkosti, také označované jako neformální, jelikož je vytváří především osobní zájem o druhého člověka. Mohli bychom tedy mezi ně zařadit rodinné, přátelské či právě partnerské vztahy.

Vyznačují se třemi hlavními znaky [21]:

- **Interpersonalita** – účastníci vztahu vzájemně komunikují a reagují na sebe jako na různorodé osobnosti, na jež je nutno brát zřetel
- **Vzájemná závislost** – participant si uvědomují odpovědnost za svou i partnerovu psychickou pohodu a regulují své chování s ohledem na to
- **Uspokojování potřeb** – ve vztahu by měly být uspokojeny potřeby všech jednotlivců jako je například blízkost, závazek a důvěra

Blízkost neboli těsnost souvisí se vzájemnou závislostí. Charakterizuje se oboustrannou péčí a souladem zájmů partnerů tak, aby přinášel prospěch oběma stranám. Podle Ivana Slaměníka také, že intenzita emocionálního prožívání úzce souvisí s těsností a s tím, jak jsou emoce vzájemně vyjádřeny [2].

Se vzájemnou závislostí v blízkých vztazích také vzrůstá míra závazku, kdy se dlouhodobě zaměřujeme na společné potřeby a zájem partnera a snažíme se k němu udržet pozitivní vztah. Josef Výrost tvrdí, že pozitivní nutkání pokračovat ve vztahu vychází právě z pocitu závazku [12].

Dalším faktorem vzájemné závislosti je důvěra jakožto víra, že náš partner je ochotný a konzistentní v uspokojování potřeb vztahu [2].

Jako další charakteristiku těsného vztahu uvádí Slaměník to, že v určitém rozsahu každý z partnerů obsahuje v sobě já toho druhého. To může být například přebírání jeho zájmů, cílů či identity. Základem tohoto je, že prožíváme věci podobným způsobem z perspektivy druhého, jako by se jednalo o nás [2].

Každý člověk považuje za důležité ve vztahu různé věci, a tak je studium vztahů náročné. R. A. Hinde [22] vytvořil návrh osmi dimenzí, díky kterým můžeme vztahy popsat:

- **Obsah** – společné činnosti
- **Rozmanitost** – jak se tyto aktivity mění
- **Kvalita** – přístup k obsahu, s tím může souviset například ochota vztah udržovat
- **Frekvence a organizace** – jak často vykonávají účastníci společné činnosti
- **Reciprocita a komplementarita** – střídání rolí a doplňování chování
- **Intimita** – jak moc si partneři sdělují osobní věci
- **Interpersonální percepce** – vzájemná vnímání partnerů
- **Závazek** – oddanost vztahu

4.1.1 Partnerský vztah

Partnerství je jeden z typů vztahů, které řadíme mezi vztahy blízké, avšak od rodinného a přátelského vztahu se liší potencionálním výskytem sexuální aktivity. Partnerský vztah často vyústí v manželství, které je poté provázeno dalšími sociálními normami a očekávaními. S tímto typem svazku je spojována láska, která má podle J. R. Sternberga (1988) různé podoby dle výskytu v jeho trojúhelníkové teorii lásky. Na každém z vrcholů

trojúhelníku je jeden aspekt lásky a to intimita, vášně a závazek, kdy ideálem romantických závazků je mít kombinaci všech 3 komponentů ve vysoké míře [23].

4.2 Determinanty spokojenosti v partnerských vztazích

Spokojenost v partnerském vztahu můžeme vidět jako osobní uspokojení potřeb jednoho z partnerů v rámci vztahu. Její míra je svázána s mnoha determinanty, které vztah ovlivňují ať už pozitivně či negativně. Ty se poté projevují ve dvou rovinách, a to intrapersonální, kdy se týkají každého z účastníků vztahu zvlášť anebo interpersonální, kterou tvoří partneři společně [24].

Jedním z faktorů ovlivňujících spokojenost je osobnost každého z partnerů. Charakteristiky naší osobnosti mohou působit na náš způsob nahlížení na vztah a vést ke specifickému vztahovému chování. Nejvíce studovanými rysy osobnosti byly ty spadající do tzv. Velké Pětky, která byla zmíněna v předešlé kapitole. Ve výzkumu provedeném Hellerem, Watsonem a Ilesem (2004) byla zjištěna korelace s vyšší emocionální stabilitou, přívětivostí, svědomitostí, extravertí a otevřeností (v tomto pořadí) [25].

Guerney (1977) propagoval „Relationship-enhancement theory“ (Teorie posilování vztahu), která se původně zabývala třemi klíčovými podmínkami, u kterých byla zjištěna souvislost s partnerskou spokojeností. Těmi byly bezvýhradný ohled na druhého, empatie a kompatibilita. Později Barrett-Lennard (1962) oddělil od bezvýhradného ohledu na druhého míru ohledu, a tím této teorii přidal čtvrtou složku. Ve studii provedené Duncanem Cramerem bylo zjištěno, že všechny tyto čtyři aspekty jsou pozitivně asociovány se spokojeností ve vztahu. Nejvíce korelovala především s empatií a mírou ohledu na druhého [26].

Další jevy působící na míru spokojenosti uvádí Ambrožová [24]. Je jím třeba komunikace, která se určitým způsobem vztahuje k dalším příkladům. Pokud umí pár otevřeně a ochotně komunikovat, může díky tomu potencionálně předejít nebo vyřešit nepříjemné konflikty. Zmíněna je také autenticita charakteristická otevřeností a vstřícností ke sdílení nezkreslených pocitů s druhým partnerem i přes jeho možnou negativní reakci. Jako třetí uvádí hodnoty a životní styl. Ty může mít každý z partnerů různé, ale stejné či podobné hodnoty napomáhají vyhnout se neshodám pramenícím z jejich odlišností. Dále spokojenost ovlivňuje přátelství mezi jedinci ve vztahu, které se

může zdát samozřejmostí, ale ne vždy tomu tak je. Můžeme si ho představit jako bezprostřední důvěru vyplývající ze znalosti jeden druhého. Na satisfakci působí také vzájemná tolerance. Ta vychází nejen ze zkušenosti, ale i z naší schopnosti připustit naše nedostatky. Jako další příklady můžeme uvést sexuální uspokojení či pocit svobody.

4.3 Role emoční inteligence ve spokojenosti v partnerském vztahu

Byla také nalezena souvislost mezi emoční inteligencí a partnerskou spokojeností. Jak již bylo zmíněno dříve v této práci, emoční inteligence je složena z emočních kompetencí zahrnující vnímání, porozumění a zvládnání emocí jak svých vlastních, tak emocí druhých lidí. Pod emoční inteligenci zařazujeme také efektivní řízení emocí, které nám napomáhá v dosahování cílů jako je řešení problémů [25].

H. Bloomfield studoval, jak se emoční inteligence podílí na úrovni mezilidských vztahů v rodině a zjistil, že vztahy často končí neúspěšně, protože se páry dostatečně nesnaží zjistit, co jejich vztah potřebuje pro to, aby úspěšný byl. Chceme-li udržet náš romantický vztah dlouhodobě, musíme umět s naším partnerem komunikovat a využívat k tomu naše emoce [27]. Pokud s partnerem sdílíme podobné emoční znalosti, snadněji dojde k vzájemnému porozumění. Záleží ale také na tom, jestli komunikujeme adekvátním způsobem a pomocí odpovídajících emočních reakcí [7].

Výzkumy zabývající se souvislostí emoční inteligence a manželské spokojenosti prokázaly, že štěstí (happiness), uvědomování si emocí a seberealizace souvisí se spokojeností ve vztahu nejvíce. Také z něho vyplynulo, že spokojenost se sebou samým a vlastním životem se vztahuje například ke zdravému sebevědomí, realistickým očekáváním, interpersonálním dovednostem, smyslu pro zodpovědnost nebo schopnosti zachovat si pozitivitu i v obtížných situacích. Všechny tyto zmíněné věci jsou rovněž spojeny s manželskou spokojeností [27].

Někteří autoři vnímají emoční inteligenci jako schopnost, která se může (ale nemusí) projevit v každodenním životě, jiní ji zase berou jako vlastnost. Její vyšší míra se vztahuje k pozitivním intrapersonálním i interpersonálním výsledkům jako kvalitní pracovní výkon či dobré zdraví. Výzkum vedený John M. Malouffem předpokládal, že souvislost jednotlivých aspektů emoční inteligence povede k souvislosti celého tohoto konceptu se spokojeností. Jejich vlastní výsledky opravdu potvrdily výskyt spojitosti mezi těmito

dvěma pojmy, avšak nenaznačovaly příčinnou souvislost. Pokud by příčinná souvislost existovala, podle nich by byla pravděpodobně tvořena více faktory [25]:

- Vyšší míra ovládnutí vlastních emocí může vést k vyšší spokojenosti
- Lepší porozumění emocím druhých a zároveň emocím vlastním může vést jedince ke vstupu do vztahu s více kompatibilními partnery
- Vyšší úroveň kompetentního emocionálního chování může zvýšit pravděpodobnost, že partneři navážou a udrží vzájemně uspokojivý vztah
- Nabytí některých emočních dovedností ve vztahu po vypořádání u partnera může vést ke zvýšení míry spokojenosti

Další hypotéza je představena v článku od Marca A. Bracketta a spol. který říká, že vyšší míra emoční inteligence může lidem umožnit lépe zvládat odpouštění partnerovi. To poté může vést k celkovému zlepšení zvládnutí konfliktů a k jejich předcházení, což by mohlo úroveň spokojenosti ve vztahu zvýšit. Uvádí také související výsledky, které byly zjištěny v předcházejících výzkumech pohybujících se ve stejném tematickém okruhu [28]:

- Rusbult, Bissonnette a Arriaga (1998) ve svém výzkumu zjistili souvislost mezi emoční regulací a manželskou spokojeností, kde oproti nešťastným párom byly ty šťastné v konfliktu spíše přizpůsobivější než mstiví
- Studie Saloveye, Mayera, Goldmana, Turveye, a Palfai (1995), kterou poté doplnil Fitness (2000), poukázala na korelaci vyšší míry porozumění vlastním emocím se snadnějším odpouštěním v konfliktu vyvolaném partnerem a tím i s vyšší mírou partnerské spokojenosti

5 Shrnutí současného stavu poznání

I přes to, že je téma emoční inteligence, osobnostních charakteristik a spokojenosti ve vztahu ve společnosti hojně skloňováno, nebylo nalezeno velké množství literatury, která by se touto problematikou zabírala. Většina zdrojů zahrnuje zkoumání souvislosti mezi emoční inteligencí jako celkem (majorita ji také považuje za stálou vlastnost) a je v podobě odborných článků v anglickém jazyce. Z existujících výzkumů převážně vyplývají výsledky, které považují EI za jeden z indikátorů spokojenosti ve vztahu, stejně

tak některé z osobnostních rysů Velké Pětky. Konkrétní příklady z vybraných šetření jsou uvedeny v předcházejících kapitolách (4.2 a 4.3).

6 Metoda

6.1 Výzkumný postup

Data analyzovaná v této práci pochází z výzkumu vedeného Univerzitou Hradec Králové, který byl zaměřený na souvislost osobnostních charakteristik s vybranými duševními onemocněními. K účelu této práce byly použity jen získané informace tematicky relevantní.

Data byla sbírána od března roku 2022 až do března 2023. Cílovou skupinou byli převážně vysokoškolští studenti a studentky z České republiky a celkem dotazník vyplnilo přes 1800 respondentů. Všechny důležité informace byly poskytnuty na začátku dotazníku. Všechny odpovědi byly zcela anonymní a osobní údaje dotazovaných nebyly nikde zveřejňovány.

Dotazník byl vytvořen online v prostředí UHK surveys. Mezi respondenty byl šířen pomocí metody „sněhová koule“ (Snowball sampling method). Ta spočívá v tom, že vzorek respondentů není osloven pouze výzkumníkem, ale tvoří se postupným „nabalováním“ (jako u sněhové koule). Oslovování respondentů začíná většinou u tvůrce dotazníku, který ho pošle několika lidem. Ty dále poprosí o jeho další šíření, a to poté pokračuje. Tímto způsobem se dotazník dostane mezi spoustu lidí bez vynaložení většího organizačního či peněžního úsilí ze strany výzkumníka [29].

Ve své práci se domnívám, že existuje pozitivní vztah mezi faktory emoční inteligence a spokojeností v partnerském vztahu. Dále si myslím, že další činitelé zkoumání dotazníkem, jako jsou některé faktory Velké Pětky, pozitivně korelují s partnerskou spokojeností. Díky tomuto předpokladu byly určeny následující hypotézy:

H1: Lidé s vyšší mírou empatie jsou v partnerském vztahu spokojenější.

H2: Lidé s vyšší mírou alexithymie jsou v partnerském vztahu spokojenější.

H3: Lidé s vyšší mírou přívětivosti jsou v partnerském vztahu spokojenější.

H4: Lidé s vyšší mírou otevřenosti jsou v partnerském vztahu spokojenější.

6.2 Výzkumný soubor

V prvním kroku zpracování dat došlo k vyřazení respondentů, kteří nevyplnili dotazník v náležité kvalitě, aby výsledky výzkumu byly co nejvíce relevantní. Byly vymazány všechny údaje dotazovaných, kterým chyběla potřebná data pro tento výzkum (dotazník začali vyplňovat, ale nedokončili ho) a ti, kterým vyplnění dotazníku zabralo nepřiměřeně krátkou dobu (tj. přibližně <1000 sekund; odhad pro vyplnění byl cca 30 minut).

Výzkumný soubor tvořilo původně 1856 a po vyřazení finálně tvoří 787 českých občanů ve věku od 18 do 72 let ($M = 25,8$), z toho 469 žen (59,6 %) a 318 mužů (40,4 %).

Co se vzdělání týče, většina osob má jako nejvyšší dosažené vzdělání vyšší odbornou školu či vzdělání nižší (střední školu s maturitou, střední školu bez maturity, základní školu nebo byly vyučeny), a to konkrétně 607, což představuje 77,1 % z celku. Druhé největší zastoupení má skupina lidí s vysokoškolským vzděláním bakalářským, která je reprezentována 95 respondenty, kteří odpovídají 12 % celku. Poslední, nejméně zastoupenou skupinu tvoří osoby, jejichž nejvyšší dosažené vzdělání je vysokoškolské magisterské či doktorské, a je to přesně 85, neboli 10,5 %.

6.3 Použité metody

6.3.1 Kansas Marital Satisfaction Scale (KMSS)

Kansaská škála manželské spokojenosti, jak bychom ji mohli nazvat česky, je třípoložkový sebehodnotící nástroj určený k měření kvality manželství (partnerského vztahu). Česká verze nástroje byla testována Novákem a kol., 2022 [31]. U každé z položek dotazování odpovídají pomocí sedmistupňové škály, ve které vybírají čísla 1 (velmi nespokojený) až 7 (velmi spokojený). Skóre se tak může pohybovat od 3 do 21 bodů, kdy jejich vysoký počet značí spokojenost respondenta s jeho manželstvím (partnerským vztahem) [31]. Vnitřní konzistence nástroje byla uspokojivá: Cronbachovo alfa: 0.958.

6.3.2 Perth Alexithymia Questionnaire (PAQ)

Přeloženo jako Perthský dotazník alexithymie je metoda měření alexithymie, respektive jejích jednotlivých částí – potíží s identifikováním vlastních emocí, potíží s popisem emocí a externě orientované myšlení, a vyhodnocuje je napříč pozitivními i negativními

emocemi. Česká verze nástroje byla testována Černovskou a kol. [32]. Skládá se z 24 sebehodnotících položek, z jejichž měření můžeme odvodit pět dílčích skóre (př. potíže s identifikací, porozuměním a rozlišování mezi vlastními negativními pocity; potíže s popisem a komunikací svých vlastních pozitivních pocitů). U každé položky se vybírá na škále od 1 (zcela nesouhlasím) do 7 (zcela souhlasím), kdy vyšší skóre poté značí vyšší úroveň alexithymie [33]. Vnitřní konzistence nástroje byla uspokojivá: Cronbachovo alfa: 0.946.

6.3.3 Toronto Empathy Questionnaire (TEQ)

Torontský dotazník empatie, pojmenujeme-li ho česky, je metoda zjišťování míry empatie dotazovaného. Česká verze nástroje byla testována Novákem a kol. [34]. Obsahuje 16 položek a zahrnuje různé vlastnosti spojené s aspekty empatie. Položky se tak zaměřují na vnímání emocionálního stavu druhého, které vyvolává stejnou emoci, porozumění emocím druhých, přiměřenou citlivost k druhým dle jejich emočního stavu, altruismu, sympatické fyziologické vzrušení, a nakonec prosociální chování. Každá z položek se pohybuje na škále od 0 (nikdy) do 4 (vždy), kdy respondent může dosáhnout celkového skóre 0–64. Znovu zde platí pravidlo, které říká, že čím vyšší skóre je, tím je člověk empatičtější [35]. Vnitřní konzistence nástroje byla uspokojivá: Cronbachovo alfa: 0.816.

6.3.4 Big Five Inventory (BFI)

V překladu Inventář Velké Pětky je měřítko osobnostních domén faktorů Velké Pětky (extraverze, neuroticismus, otevřenost, přívětivost, svědomitost). Česká verze nástroje byla testována Hřebíčkovou a kol. [36]. Původně obsahoval 44 položek, kdy 35 z nich mohlo být vnímáno jako ukazatel 10 specifitějších rysů hierarchicky souvisejících s 5 hlavními faktory – asertivita a aktivita (extraverze), úzkost a deprese (neuroticismus), estetika a nápady (otevřenost), altruismus a souhlasnost (přívětivost) a pořádek a sebekázeň (svědomitost). Pro časovou náročnost bylo během let vytvořeno více měřítek s 5, 10, 20 a 30 položkami. Každá z položek pak obsahuje pětibodovou sebehodnotící škálu od 1 (zcela nesouhlasím) do 5 (zcela souhlasím) [37]. Vnitřní konzistence nástroje

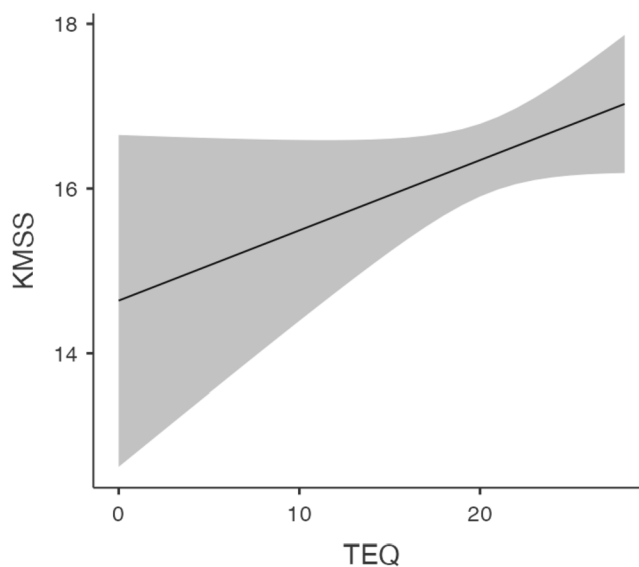
byla uspokojivá: Cronbachovo alfa (přívětivost): 0.716; Cronbachovo alfa (otevřenost): 0.784.

7 Výsledky

7.1 Souvislost mezi empatií a partnerskou spokojeností

Spearmanův korelační koeficient odhalil, že existuje pozitivní korelace mezi respondentovou mírou empatie a jeho spokojeností v partnerském vztahu ($r = 0.097$; $p = 0.037$, graf 1). Tímto byla hypotéza č. 1 potvrzena.

Graf 1 vykresluje souvislost mezi spokojeností v partnerském vztahu a mírou empatie:

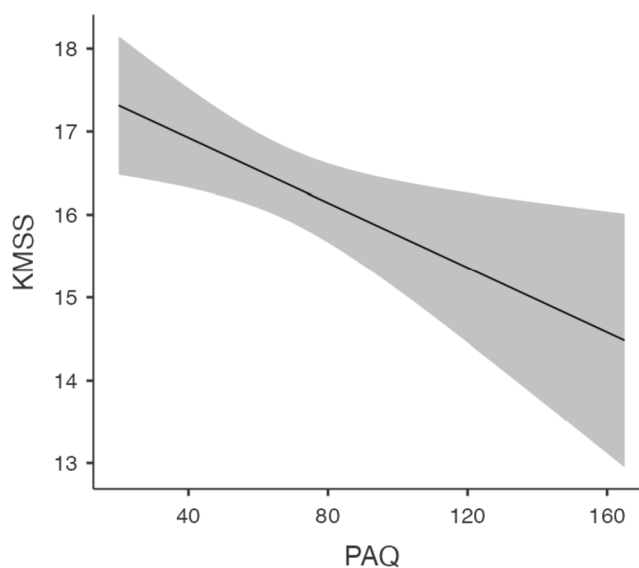


Poznámka. KMSS = upravená Kansaská škála manželské spokojenosti, TEQ = Torontský dotazník empatie

7.2 Souvislost mezi alexithymií a partnerskou spokojeností

Spearmanův korelační koeficient odhalil, že existuje negativní korelace mezi respondentovou mírou alexithymie a jeho spokojeností v partnerském vztahu ($r = -0.151$; $p = 0.001$, graf 2). Tímto byla hypotéza č. 2 potvrzena.

Graf 2 vykresluje souvislost mezi spokojeností v partnerském vztahu a mírou alexithymie:

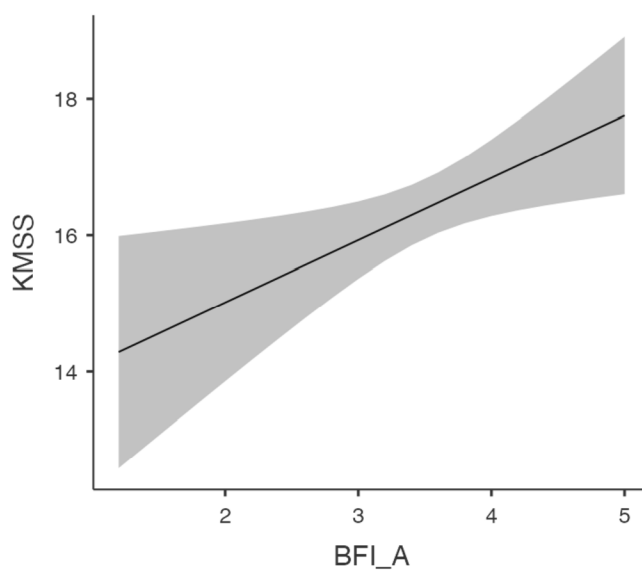


Poznámka. KMSS = upravená Kansaská škála manželské spokojenosti, PAQ = Perthský dotazník alexithymie

7.3 Souvislost mezi přívětivostí a partnerskou spokojeností

Spearmanův korelační koeficient odhalil, že existuje pozitivní korelace mezi respondentovou mírou přívětivosti a jeho spokojeností v partnerském vztahu ($r = 0.134$; $p = 0.004$, graf 3). Tímto byla hypotéza č. 3 potvrzena.

Graf 3 vykresluje souvislost mezi spokojeností v partnerském vztahu a mírou přívětivosti:

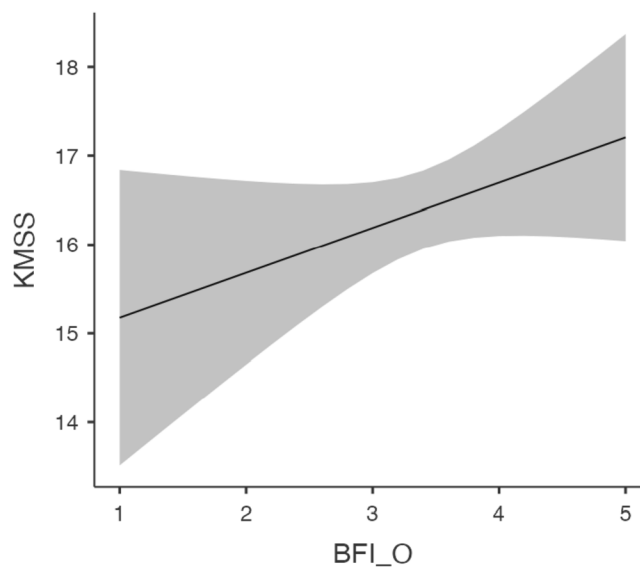


Poznámka. KMSS = upravená Kansaská škála manželské spokojenosti, BFI_A = Velká Pětka (přívětivost)

7.4 Souvislost mezi otevřeností a partnerskou spokojeností

Spearmanův korelační koeficient odhalil, že existuje pozitivní korelace mezi respondentovou mírou otevřenosti a jeho spokojeností v partnerském vztahu ($r = 0.096$; $p = 0.039$, graf 4). Tímto byla hypotéza č. 4 potvrzena.

Graf 4 vykresluje souvislost mezi spokojeností v partnerském vztahu a mírou otevřenosti:



Poznámka. KMSS = upravená Kansaská škála manželské spokojenosti, BFI_O = Velká Pětka (otevřenost)

8 Diskuse

Cílem této práce bylo zjistit vztah mezi určitými aspekty emoční inteligence, konkrétně schopností rozpoznávat emoce a spokojeností v partnerském vztahu. Výzkum se také zabývá souvislostí mezi faktory osobnosti jako je otevřenost a přívětivost, a partnerskou spokojeností.

Za pomoci Spearmanova korelačního koeficientu byly verifikovány všechny hypotézy stanovené pro tuto práci. Byla objevena signifikantní pozitivní korelace mezi mírou empatie, přívětivosti a otevřenosti a mírou satisfakce v partnerském vztahu. Naopak bylo odhaleno, že míra alexithymie negativně koreluje s mírou partnerské spokojenosti.

8.1 Korespondence s ostatními studii

Při měření souvislosti mezi empatií a partnerskou spokojeností byla objevena pozitivní korelace, jinak řečeno se zvyšující se mírou schopnosti rozpoznávat emoce druhých se zvyšuje i spokojenost v partnerském vztahu. Tyto výsledky souhlasí s výsledky studie vedené Teck Seong Cheeem, ve které byla objevena korelace mezi 4 dílčími aspekty empatie a manželskou spokojeností [38]. Výzkum z Ottawy od Christine Levesque a kol. poté zkoumal spojitost mezi dyadickou empatií (empatie jako kombinace schopnosti pochopit pohled druhého člověka a adekvátně emocionálně reagovat na situaci) a spokojeností ve vztahu a zjistil, že míra spokojenosti se odvíjí od míry empatie pouze u daného partnera, ale na druhého se již nevztahuje [39]. Obě tyto studie však používaly odlišné metody měření jak empatie, tak partnerské spokojenosti.

Za použití výsledků výzkumu bylo zjištěno, že míra alexithymie negativně koreluje se spokojeností v partnerském vztahu neboli čím má člověk nižší schopnost identifikovat a popsat emoce své a druhých, tím méně je ve vztahu spokojený. Studie provedená na Islamic Azad University v Íránu se svými výsledky shoduje, doplňuje však, že tento negativní vztah je nepřímý – alexithymie může způsobit nižší komunikační dovednosti a emoční výměnu a tím i partnerskou spokojenost [40]. S tímto výzkumem se shodují i výsledky studie Colina Hesse a kol., které prokazují pozitivní souvislost alexithymie s osamělostí a negativní s intimitou a důvěrnou komunikací. Negativní souvislost byla zároveň nalezena právě mezi osamělostí a manželskou spokojeností a pozitivní mezi intimitou, důvěrnou komunikací a spokojeností, což vytváří nepřímou negativní korelaci mezi alexithymií a satisfakcí v partnerském vztahu [41].

Výsledky výzkumu této práce bylo také potvrzeno, že existuje pozitivní korelace mezi přívětivostí a partnerskou spokojeností, jinými slovy to znamená, že čím více je člověk přívětivý (s tím se pojí i vlastnosti jako dobrosrdečnost, laskavost či soucit), tím více je

ve svém romantickém vztahu spokojený. Toto potvrzuje také studie Kathrin Schaffhuserové a kol., která našla pozitivní vztah mezi respondentovou přívětivostí a jeho vlastní i partnerovou spokojeností ve vztahu [42]. Ve shodě je i výzkum Gretchen Garcia, ve kterém výsledky prokázaly, že manželova míra přívětivosti souvisí s partnerskou satisfakcí jak jeho vlastní, tak jeho manželky. Na druhou stranu manželčina přívětivost ovlivňovala pouze její vlastní spokojenost a na jejího manžela neměla vliv žádná z jejích osobnostních vlastností [43].

Korelační koeficient též prokázal pozitivní korelaci mezi otevřeností vůči zkušenosti a spokojeností ve vztahu, to znamená, že v čím vyšší míře je člověk otevřený (s tím se pojí i vlastnosti jako zvědavost, tvořivost či inteligence), tím více se cítí ve svém vztahu spokojený. Tyto výsledky se shodují také s výsledky studie doktora Mohsena Amiriho a kol., které potvrdily pozitivní vztah mezi otevřeností a manželskou spokojeností [44]. Svými zjištěními se naopak velmi liší studie Johna Malouffa a kol., ve které se ukázala velká asociace mezi 4 faktory Velké Pětky (kromě právě otevřenosti) a partnerskou spokojeností. Vysvětlují si to tím, že na rozdíl od otevřenosti mají neuroticismus, extravertu, přívětivost a svědomitost na vztah přímý dopad [45].

8.2 Implikace pro výzkum a praxi

Pomocí dalších výzkumů by bylo možné měřit ostatní aspekty emoční inteligence a osobnostních rysů a jejich souvislost se spokojeností v partnerském vztahu. Tato studie by se poté dala rozšířit o měření nejen vlastní satisfakce respondenta, ale i jeho partnera a zjistit, zda tyto vlastnosti souvisí a pozitivně či negativně ovlivňují i jeho spokojenost. V praxi by výsledky tohoto výzkumu mohly posloužit psychologům, kteří se zabývají partnerskými terapiemi. Pokud je prokázáno, že vyšší míra empatie značí vyšší míru spokojenosti v partnerském vztahu, mohou terapeuti zahrnout do svých sezení (či jen doporučit) speciální tréninkový program empatie. Po zjištění, že alexithymie je negativním indikátorem vztahové spokojenosti, může alexithymický partner navštívit speciální terapii, které pomohou typické příznaky zmírnit a mohou tak pomoci jak jeho interpersonálním vztahům obecně, tak právě partnerskému.

8.3 Limity studie

Jedním z limitů této práce je výzkumný soubor respondentů, který je tvořen převážně vysokoškolskými studenty, respektive lidmi do 30 let. Zaprvé lidé v takovém věku většinou nejsou se svými partnery delší časové období, jako by to bylo například u lidí starších, kteří žijí v manželstvích někdy i několik desítek let. Zahnutí takových respondentů by poté zcela jistě ovlivnilo závěrečná data, a tak se výsledky tohoto výzkumu dají vztahovat spíše na mladší generaci. Zadruhé nebyli specificky vybíráni jen respondenti v partnerském vztahu, a proto se nevyskytovala u všech vyplňujících data reflektující partnerskou spokojenost a nemohli tedy být do výsledku zahrnuti.

Dalším limitem studie by mohly být sebeposuzovací dotazníky jakožto metoda sběru dat. Jelikož je například empatie společensky pozitivně hodnocený a vyžadovaný koncept, mohl mít respondent nutkání hodnotit se pozitivněji, podle jeho představy o požadavku společnosti a chtěl být tak viděn v „lepší světlo“. Tyto odpovědi tedy nemusí být vždy objektivní a mohly by se v jiných, „nesebehodnotících“ testech pohybovat v rozdílných škálách.

Jako třetí limit výzkumu by bylo vhodné uvést, že byla měřena míra empatie, alexithymie, přívětivosti a otevřenosti pouze jednoho z partnerů. Jelikož nebylo povinností, aby dotazník vyplnili oba partneři a ani se na to studie nezaměřovala, jako ukazatele spokojenosti ve vztahu máme jen charakteristiky partnera vyplňujícího dotazník. Je možné, že partnerská satisfakce poté také závisí na míře těchto charakteristik i u druhého partnera, což z našich výsledků není zřejmé.

Literatura

- [1] NAKONEČNÝ, Milan. *Emoce*. Praha: Triton, 2012. ISBN 978-80-7387-614-2.
- [2] SLAMĚNÍK, Ivan. *Emoce a interpersonální vztahy*. Praha: Grada Publishing, 2011. ISBN 978-80-247-3311-1.
- [3] HASSONOVÁ, Gill. *Emoční inteligence: Jak zvládat a řídit své i cizí emoce* [online]. Praha: Grada Publishing, 2015 [cit. 2023-03-08]. ISBN 978-80-247-9921-6. Dostupné z: <https://www.bookport.cz/e-kniha/emocni-inteligence-1172996/>
- [4] WILDING, Christine. *Emoční inteligence: vliv emocí na osobní a profesní úspěch*. Praha: Grada Publishing, 2010. Psychologie pro každého. ISBN 978-80-247-2754-7.
- [5] GOLEMAN, Daniel. *Emoční inteligence: Proč může být emoční inteligence důležitější než IQ*. [1. vydání]. Praha: Columbus, 1997. ISBN 80-85928-48-5.
- [6] PLETZER, Marc. *Emoční inteligence: jak ji rozvíjet a využívat*. Praha: Grada Publishing, 2009. ISBN 978-80-247-3057-8.
- [7] SCHULZE, Ralf a Richard D. ROBERTS, ed. *Emoční inteligence: Přehled základních přístupů a aplikací*. Praha: Portál, 2007. ISBN 978-80-7367-229-4.
- [8] TYMICHOVÁ, Renata. *Alexithymie ve vztahu k frekvenci a obsahu snů* [online]. Olomouc, 2014 [cit. 2023-04-03]. Dostupné z: <https://theses.cz/id/moa1ua/11382604>. Bakalářská diplomová práce. Univerzita Palackého v Olomouci.

- [9] CAKIRPALOGLU, Panajotis. *Úvod do psychologie osobnosti* [online]. Praha: Grada Publishing, 2012 [cit. 2023-03-07]. ISBN 978-80-247-7848-8. Dostupné z: <https://www.bookport.cz/e-kniha/uvod-do-psychologie-osobnosti-1178680/>
- [10] BLATNÝ, Marek et al. *Psychologie osobnosti: Hlavní témata, současné přístupy* [online]. Praha: Grada Publishing, 2010 [cit. 2023-03-07]. ISBN 978-80-277-7821-1. Dostupné z: <https://www.bookport.cz/e-kniha/psychologie-osobnosti-1176907/>
- [11] NAKONEČNÝ, Milan. *Sociální psychologie*. Vydání druhé, rozšířené a přepracované. Praha: Academia, 2009. ISBN 978-80-200-1679-9.
- [12] VÝROST, Jozef a Ivan SLAMĚNÍK, ed. *Sociální psychologie*. 2., přepracované a rozšířené vydání. Praha: Grada Publishing, 2008. ISBN 978-80-247-1428-8.
- [13] MOUCHOVÁ, Denisa. *Sociální kompetence a osobnost* [online]. Praha, 2018 [cit. 2023-03-07]. Dostupné z: <https://dspace.cuni.cz/bitstream/handle/20.500.11956/100219/120294093.pdf?sequence=1&isAllowed=y>. Diplomová práce. Univerzita Karlova.
- [14] HŘEBÍČKOVÁ, Martina. *Pětifaktorový model v psychologii osobnosti: Přístupy, diagnostika, uplatnění* [online]. Praha: Grada Publishing, 2012 [cit. 2023-03-07]. ISBN 978-80-247-7453-4. Dostupné z: <https://www.bookport.cz/e-kniha/petifaktorovy-model-v-psychologii-osobnosti-1178676/>
- [15] BERGEROVÁ, Hana. *Vztah mezi konceptem emoční inteligence a pětifaktorovým modelem osobnosti* [online]. Praha, 2013 [cit. 2023-03-07]. Dostupné z: https://dspace.cuni.cz/bitstream/handle/20.500.11956/59143/BPTX_2011_2_11

- 210_0_314090_0_123684.pdf?sequence=1&isAllowed=y. Bakalářská práce. Univerzita Karlova v Praze.
- [16] HEINOVÁ, Dana. *Koncept extravertze – introvertze na pozadí umělecky tvořivé osobnosti* [online]. Praha, 2017 [cit. 2023-03-07]. Dostupné z: https://dspace.cuni.cz/bitstream/handle/20.500.11956/86631/DPTX_2012_2_11_210_0_145055_0_136365.pdf?sequence=1&isAllowed=y. Diplomová práce. Univerzita Karlova.
- [17] ŘÍČAN, Pavel. *Psychologie osobnosti: Obor v pohybu* [online]. 6., revidované a doplněné vydání. Praha: Grada Publishing, 2010 [cit. 2023-03-07]. ISBN 978-80-247-9090-9. Dostupné z: <https://www.bookport.cz/e-kniha/psychologie-osobnosti-1178658/>
- [18] NEKUŽOVÁ, Markéta. *Extravertze, neuroticismus a svědomitost jako prediktory výkonu v situaci personálního výběru* [online]. Brno, 2010 [cit. 2023-03-07]. Dostupné z: https://is.muni.cz/th/e0ez1/bc_prace_final.pdf. Bakalářská práce. Masarykova univerzita.
- [19] PEJČOCHOVÁ, Charlota. *Vztah mezi neuroticismem a emocionální inteligencí* [online]. Plzeň, 2016 [cit. 2023-03-07]. Dostupné z: <https://otik.zcu.cz/bitstream/11025/24430/1/BP%20-%20Pejcochova%20-%20Vztah%20mezi%20neuroticismem%20a%20emocionalni%20inteligenci.pdf>. Bakalářská práce. Západočeská univerzita v Plzni.
- [20] ROSENZWEIG, Milan. *Mezilidské vztahy: Příručka pro učitele občanské výchovy*. Praha: Komenium, 1990. ISBN 57-170-90.
- [21] HELUS, Zdeněk. *Úvod do psychologie: Učebnice pro střední školy a bakalářská studia na VŠ* [online]. Praha: Grada Publishing, 2011 [cit. 2023-03-07]. ISBN 978-80-247-7201-1. Dostupné z: <https://www.bookport.cz/e-kniha/uvod-do-psychologie-1209758/>

- [22] HAYESOVÁ, Nicky. *Základy sociální psychologie*. Vyd. 7. Praha: Portál, 2013. ISBN 978-80-262-0534-0.
- [23] REGAN, Pamela. *Close Relationships* [online]. I. Title. New York: Routledge, 2011 [cit. 2023-03-11]. ISBN 0-203-83474-7. Dostupné z: <https://web-p-ebSCOhost-com.ezproxyw10.svkhk.cz/ehost/ebookviewer/ebook/ZTAwMHh3d19fMzUyMjkzX19BTg2?sid=41b6fb09-98cb-4ece-8ec1-ad96c4f558ff@redis&vid=3&format=EB&rid=1>
- [24] AMBROŽOVÁ, Tereza. *Autenticita jako faktor spokojenosti v partnerském vztahu* [online]. Olomouc, 2018 [cit. 2023-03-13]. Dostupné z: <https://theses.cz/id/3jha3v/24765586>. Magisterská diplomová práce. Univerzita Palackého v Olomouci.
- [25] MALOUFF, JohnM, NicolaS SCHUTTE a EinarB THORSTEINSSON. Trait Emotional Intelligence and Romantic Relationship Satisfaction: A Meta-Analysis. *American Journal of Family Therapy*[online]. 2014, **42**(1), 53-66 [cit. 2023-03-13]. ISSN 0192-6187. Dostupné z: <https://web-s-ebSCOhost-com.ezproxyw10.svkhk.cz/ehost/pdfviewer/pdfviewer?vid=7&sid=2904b51e-4eff-4abf-8bf4-f59c5c4406a8%40redis>
- [26] CRAMER, Duncan. Facilitativeness, Conflict, Demand for Approval, Self-Esteem, and Satisfaction With Romantic Relationships. *The Journal of Psychology* [online]. 2003, **137**(1), 85-98 [cit. 2023-03-13]. ISSN 0022-3980. Dostupné z: <https://web-s-ebSCOhost-com.ezproxyw10.svkhk.cz/ehost/pdfviewer/pdfviewer?vid=4&sid=019407c4-f313-4624-80c5-cb6caa1f6796%40redis>
- [27] ANGHEL, Teodora C. Emotional Intelligence and Marital Satisfaction. *Journal of Experiential Psychotherapy* [online]. 2016, **19**(3), 14-19

- [cit. 2023-03-14]. Dostupné z: <https://web-s-ebsohost-com.ezproxyw10.svkhk.cz/ehost/pdfviewer/pdfviewer?vid=18&sid=ccac80ef-c078-408a-b0fd-c223822c7a9e%40redis>
- [28] BRACKETT, Marc A., Rebecca M. WARNER a Jennifer S. BOSCO. Emotional intelligence and relationship quality among couples. *Personal Relationships* [online]. 2005, **12**(2), 197-212 [cit. 2023-03-21]. ISSN 1350-4126. Dostupné z: <https://web-s-ebsohost-com.ezproxyw10.svkhk.cz/ehost/pdfviewer/pdfviewer?vid=4&sid=ccac80ef-c078-408a-b0fd-c223822c7a9e%40redis>
- [29] ETIKAN, I, R ALKASSIM a S ABUBAKAR. Comparison of Snowball Sampling and Sequential Sampling Technique. *Biometrics & Biostatistics International Journal* [online]. 2016, **3**(1), 6-7 [cit. 2023-03-29]. Dostupné z: doi:10.15406/bbij.2016.03.00055
- [30] NOVÁK, Lukáš, ed. *Kansas Marital Satisfaction Scale: psychometric analysis and validation in the Czech environment* [online]. 2022 [cit. 2023-04-21]. Dostupné z: doi:10.17605/OSF.IO/K5J8P
- [31] OMANI-SAMANI, Reza, ed. Reliability and validity of the Kansas Marital Satisfaction Scale (KMSS) in infertile people. *Middle East Fertility Society Journal* [online]. 2018, **23**(2), 154-157 [cit. 2023-04-18]. Dostupné z: <https://www.sciencedirect.com/science/article/pii/S1110569017302029#b0040>
- [32] ČERNOVSKÁ, Aneta, ed. *Czech adaptation of the Perth Alexithymia Questionnaire: psychometric analysis and validation in the Czech environment* [online]. 2022 [cit. 2023-04-21]. Dostupné z: doi:10.17605/OSF.IO/9D4JP
- [33] PREECE, David. The psychometric assessment of alexithymia: Development and validation of the Perth Alexithymia Questionnaire. *Personality*

- and Individual Differences* [online]. 2018, **132**, 32-44 [cit. 2023-04-21]. Dostupné z:
<https://www.sciencedirect.com/science/article/abs/pii/S0191886918302587?via%3Dihub>
- [34] NOVÁK, Lukáš, ed. Psychometric Analysis of the Czech Version of the Toronto Empathy Questionnaire. *International Journal of Environmental Research and Public Health*[online]. 2021, **18**(5343), 1-16 [cit. 2023-04-21]. Dostupné z: <https://doi.org/10.3390/ijerph18105343>
- [35] SPRENG, Nathan R., Margaret C. MCKINNON, Raymond A. MAR a Brian LEVINE. The Toronto Empathy Questionnaire: Scale Development and Initial Validation of a Factor-Analytic Solution to Multiple Empathy Measures. *Journal of Personality Assessment* [online]. 2009, **91**(1), 62-71 [cit. 2023-04-19]. ISSN 00223891. Dostupné z: doi:10.1080/00223890802484381
- [36] HŘEBÍČKOVÁ, Martina, ed. Big Five Inventory: Základní psychometrické charakteristiky české verze BFI-44 a BFI-10. *Ceskoslovenska Psychologie*. 2016, **60**(6), 567-583.
- [37] TUČAKOVIĆ, Lana a Boban NEDELJKOVIĆ. From the BFI-44 to BFI-20: Psychometric Properties of the Short Form of the Big Five Inventory. *Psychological Reports* [online]. 2023, **0**(0), 1-18 [cit. 2023-04-18]. Dostupné z: <https://web-s-ebsohost-com.ezproxyw10.svkhk.cz/ehost/pdfviewer/pdfviewer?vid=7&sid=93d0844c-d663-43d8-8c84-39b21f6abc30%40redis>
- [38] CHEE, Teck Seong. *An Analysis of Four Empathy Variables as Predictors of Marital Satisfaction*[online]. Kalamazoo, 1988 [cit. 2023-05-06]. Dostupné z: https://scholarworks.wmich.edu/cgi/viewcontent.cgi?article=2160&context=masters_theses. Master's Theses. Western Michigan University.

- [39] LEVESQUE, Christine, ed. Dyadic Empathy, Dyadic Coping, and Relationship Satisfaction: A Dyadic Model. *Europe's Journal of Psychology* [online]. 2014, **10**(1), 118-134 [cit. 2023-05-06]. Dostupné z: <https://web-s-ebshost-com.ezproxyw10.svkhk.cz/ehost/pdfviewer/pdfviewer?vid=5&sid=0ba0f056-a46b-4147-bf1f-84ce2d2b7815%40redis>
- [40] PANAHI, Mojgan Shariat, ed. Formulating a model for the relationship between alexithymia, social support, loneliness, and marital satisfaction: Path analysis model. *Journal of Family Medicine and Primary Care* [online]. 2018, **7**(5), 1068-1073 [cit. 2023-05-06]. Dostupné z: <https://web-p-ebshost-com.ezproxyw10.svkhk.cz/ehost/pdfviewer/pdfviewer?vid=9&sid=c249601d-9403-478b-8d3d-9ba037d05eb5%40redis>
- [41] HESSE, Colin, ed. Alexithymia and Marital Quality: The Mediating Role of Relationship Maintenance Behaviors. *Western Journal of Communication* [online]. 2014, **79**(1), 45-72 [cit. 2023-05-06]. Dostupné z: https://www.researchgate.net/publication/272409898_Alexithymia_and_Marital_Quality_The_Mediating_Role_of_Relationship_Maintenance_Behaviors
- [42] SCHAFFHUSER, Kathrin, ed. Personality Traits and Relationship Satisfaction in Intimate Couples: Three Perspectives on Personality. *European Journal of Personality* [online]. 2014, **28**(2), 120-133 [cit. 2023-05-07]. Dostupné z: <https://web-p-ebshost-com.ezproxyw10.svkhk.cz/ehost/pdfviewer/pdfviewer?vid=4&sid=d40111ee-c40d-4544-8b16-a1284905242e%40redis>
- [43] GARCIA, Gretchen. *Personality and marital satisfaction: The role of similarity and psychological health* [online]. Las Vegas, 1994 [cit. 2023-05-07]. Dostupné z: <https://digitalscholarship.unlv.edu/cgi/viewcontent.cgi?article=1375&context=rt ds>. Master's Theses. University of Nevada.

- [44] AMIRI, Mohsen, ed. A study of the relationship between Big-five personality traits and communication styles with marital satisfaction of married students majoring in public universities of Tehran. *Procedia - Social and Behavioral Sciences* [online]. 2011, **30**(1), 685-689 [cit. 2023-05-07]. Dostupné z:
<https://reader.elsevier.com/reader/sd/pii/S1877042811019574?token=D00535870EDCCE60C5AF059D77642336C2C82B030616AC7B3B44CD2EB6FAFF72DB23323C6EE1EB127F49A964B7B1F6DE&originRegion=eu-west-1&originCreation=20230507095713>
- [45] MALOUFF, John M, ed. The Five-Factor Model of personality and relationship satisfaction of intimate partners: A meta-analysis. *Journal of Research in Personality* [online]. 2010, **44**(1), 124-127 [cit. 2023-05-07]. Dostupné z: https://www.researchgate.net/publication/255908511_The_Five-Factor_Model_of_personality_and_relationship_satisfaction_of_intimate_partners_A_meta-analysis