

Univerzita Palackého v Olomouci

Filozofická fakulta

Katedra psychologie

**STRATÉGIE RIEŠENIA PARTNERSKÝCH  
KONFLIKTNÝCH SITUÁCIÍ V KONTEXTE  
VZŤAHOVEJ VÄZBY**

**STRATEGY OF RESOLUTION PARTNERSHIP CONFLICT  
SITUATION IN CONTEXT OF ATTACHMENT**



**Bakalárska diplomová práca**

Autor:

**Marcela Murínová**

Vedúci práce:

**Mgr. Lucia Hartmannová**

Olomouc

**2023**

Týmto by som sa chcela poďakovať vedúcej tejto práce, pani Mgr. Lucii Hartmannovej za jej veľkú trpezlivosť a pochopenie pri mojich chvíľach paniky, cenné rady a veľmi príjemný prístup. Ďalej by som sa chcela poďakovať aj mojim rodičom, za všetku podporu počas celého môjho štúdia, mojim spolužiakom za všetky vzájomné rady, konzultácie a psychickú podporu pri všetkých nárokoch štúdia a taktiež ďakujem môjmu partnerovi, ktorého trpezlivosť a úžasná podpora mi vždy pomohla zvládnuť aj to najťažšie.

Miestoprísahne prehlasujem, že som bakalársku diplomovú prácu na tému: „Stratégie riešenia partnerských konfliktných situácií v kontexte vzťahovej väzby“ vypracovala samostatne pod odborným dohľadom vedúceho diplomovej práce a uviedla som všetky použité podklady a literatúru.

V Olomouci dňa .....

Podpis .....

# OBSAH

Číslo	Kapitola	Strana
ÚVOD.....		5
TEORETICKÁ ČASŤ .....		6
<b>1 KONCEPT VZŤAHOVEJ VÄZBY .....</b>		<b>7</b>
1.1 Teoretické ukotvenie vzťahovej väzby .....		7
1.1.1 Vývoj teórie vzťahovej väzby .....		8
1.1.2 Väzbová postava .....		8
1.1.3 Mechanizmus väzbového správania .....		9
1.2 Raná vzťahová väzba .....		10
1.2.1 Fázy vývoja vzťahovej väzby .....		11
1.3 Vnútorne pracovné modely .....		12
1.3.1 Primárne a sekundárne stratégie vzťahovej väzby .....		13
1.4 Dospelosť a partnerské vzťahy .....		15
1.4.1 Vzťahová väzba v dospelosti .....		17
1.4.2 Dimenzie vzťahovej väzby .....		18
1.4.3 Vzťahová väzba v dospelosti v kontexte partnerských vzťahov .....		22
1.4.4 Vnímanie vzťahovej väzby z pohľadu genderových rozdielov .....		24
1.4.5 Homosexuálne páry z pohľadu vzťahovej väzby .....		24
1.4.6 Prehľad metód posúdenia vzťahovej väzby .....		25
<b>2 KONFLIKTY V PARTNERSKOM VZŤAHU .....</b>		<b>28</b>
2.1 Vymedzenie konfliktu v partnerských vzťahoch .....		28
2.2 Stratégie riešenie interpersonálnych konfliktov .....		29
2.2.1 Riešenie konfliktov v partnerskom vzťahu .....		29
<b>3 RIEŠENIE KONFLIKTOV V PARTNERSTVE VO VZŤAHU K VZŤAHOVEJ VÄZBE ....</b>		<b>33</b>
3.1 Vplyv vzťahovej väzby na riešenie konfliktov .....		33
3.1.1 Vplyv dvoj-dimenzionálneho modelu vzťahovej väzby na riešenie konfliktu .....		34
3.2 Dyadická vzťahová väzba a riešenie konfliktnej situácie .....		36
VÝSKUMNÁ ČASŤ .....		38
<b>4 VÝSKUMNÝ PROBLÉM .....</b>		<b>39</b>
4.1 Výskumné otázky .....		39
<b>5 METODOLÓGIA VÝSKUMU .....</b>		<b>41</b>
5.1 Kvantitatívny výskum .....		41

5.1.1	Dotazníky – Prežívanie v blízkych vzťahoch (ECR) .....	41
5.1.2	Sociodemografický dotazník .....	42
5.2	Kvalitatívny výskum .....	43
5.2.1	Metóda zakotvenej teórie.....	43
<b>6</b>	<b>ZBER DÁT A VÝSKUMNÝ SÚBOR .....</b>	<b>45</b>
6.1	Výskumná populácia a výber výskumného súboru .....	45
6.1.1	Kritéria výskumného súboru .....	45
6.1.2	Popis výskumného súboru .....	46
6.2	Zber dát.....	47
6.2.1	Priebeh zberu dát .....	47
6.3	Etické hľadisko a ochrana súkromia .....	49
<b>7</b>	<b>ANALÝZA DÁT.....</b>	<b>50</b>
7.1	Kvantitatívne spracovanie .....	50
7.1.1	Výsledky dotazníku ECR .....	50
7.2	Kvalitatívne spracovanie.....	51
7.3	Odpovede na výskumné otázky .....	67
<b>8</b>	<b>DISKUSIA .....</b>	<b>82</b>
<b>9</b>	<b>ZÁVER.....</b>	<b>89</b>
	<b>SÚHRN.....</b>	<b>89</b>
	<b>LITERATÚRA .....</b>	<b>94</b>

# ÚVOD

Ľudia sú prirodzene vedení k tomu, aby už od narodenia nadväzovali vzťahy so svojim okolím, či už sa jedná o rodinné, priateľské, partnerské alebo iné druhy vzťahov. Ako všetky interpersonálne vzťahy, aj ten partnerský zohráva významnú úlohu vo formovaní našej osobnosti. Žiadny človek nie je čiernobiely, naše osobnosti a správanie je natoľko rôznorodé, že aj pre nás samých je náročné mu porozumieť. V partnerskom vzťahu sa zrazu človek nesnaží pochopiť len svoje správanie, ale aj to partnerovo. Je prirodzené, že dvaja ľudia do seba hneď nezapadnú ako puzzle a môžu sa dostať do stretu rôznych názorov, teda konfliktu.

Konflikt môže prestupovať viacerými rôznymi oblasťami, pričom taktiež záleží na množstve okolností, ktoré do konfliktu vstupujú, a preto je častokrát náročné pre partnerov ho zo začiatku správne uchopiť a riešiť. Psychológia sa túto problematiku pokúša uchopiť na základe konceptu vzťahovej väzby. Tá sa vytvára na základe prvotného a najdôležitejšieho vzťahu medzi matkou a dieťaťom a prestupuje ďalšími fázami života človeka. Zásadnú úlohu hrá pokračovanie vzťahovej väzby práve aj v partnerských vzťahoch. Na základe toho som si na bližšie preskúmanie konfliktov zvolila práve tento koncept. Vzťahová väzba tvorí základňu našej osobnosti v oblasti vzťahov tak, že nám poskytuje paletu reakcií a pocitov, po ktorej ľudia nevedome siahajú práve aj v konfliktoch so svojimi partnermi. Konflikty samotné sú ako veľmi náročná, tak veľmi intímna oblasť, v ktorej sa stretávajú dané rôznorodé palety oboch partnerov.

Tému týkajúcu sa partnerských vzťahov som si zvolila preto, lebo si myslím, že sa jedná o veľmi dôležitú oblasť, v ktorej ešte stále množstvo ľudí tápe a snaží sa v nej nájsť zmysel, či už vo svojom alebo partnerovom prežívaní a správaní. Ako som už spomínala vyššie, ľudia sú veľmi zložité osobnosti, ktoré sa nedajú zaškatuľkovať do presných hraníc a onálepkovať jednotným pojmom. Vždy záleží na takom množstve premenných, že je veľmi náročné ich všetky zachytiť a pomenovať. Napriek tomu som sa v mojej práci chcela o to aspoň pokúsiť. Hlavným zámerom práce preto bude hlbšie preskúmať súvislosť medzi konfliktmi a vzťahovou väzbou v kontexte špecifických oblastí, kde sa konflikt môže vyskytnúť. V budúcnosti by som sa tejto téme chcela venovať značne viac do hĺbky, lebo predpokladám, že táto oblasť ešte stojí za podrobnejšie preskúmanie.

# TEORETICKÁ ČASŤ

# 1 KONCEPT VZŤAHOVEJ VÄZBY

V nasledujúcej kapitole sa budeme venovať predovšetkým východiskovým poznatkom, ktoré sú späté s teóriou vzťahovej väzby. Zoznámime sa v nej s historickými míľnikmi, základnými pojmami a autormi spájanými s touto teóriou.

## 1.1 Teoretické ukotvenie vzťahovej väzby

Keďže teória vzťahovej väzby má korene v Anglicku, pojem vzťahová väzba pochádza z anglického názvu „attachment“. Preklad tohto termínu je do značnej miery problematický, preto sa môžeme častokrát stretnúť aj s inými pomenovaniami, akými sú napríklad primknutie, citová väzba alebo už spomínaná vzťahová väzba (Vrtbovská, 2010).

Teória vzťahovej väzby je predovšetkým spájaná s menom britského pedopsychiatra a psychoanalytika – Johna Bowlbyho. Termín vzťahová väzba sa definuje ako „*trvalé emočné pouto, charakterizované potrebou vyhľadávať a udržiavať blízkosť s určitou osobou, zejména v podmíankách stresu.*“ (Bowlby, 1969, in Kulisek, s. 406). Avšak vyslovil taktiež presvedčenie, že vzťahová väzba je rovnako tak dôležitou časťou seba-regulačného systému (Brisch, 2011).

Vzťahová väzba je termín, ktorý vystihuje komplexnú tendenciu dieťaťa sa viazať výberovo na primárneho dospelého, ktorý sa o dieťa stará, poväčšine je to matka. Nejedná sa teda len o bežný vzťah, ktorý je pre širokú verejnosť lepšie uchopiteľný. Od neho sa vzťahová väzba odlišuje tým, že je chápaná ako časť komplexného systému vzťahov, pretože spája v sebe etologické, vývojovo psychologické systémy a psychoanalytické myslenie (Brisch, 2011). Tento mechanizmus je z evolučného hľadiska veľmi dôležitý pri mechanizme prežitia a je podobne využívaný aj pri iných živočíšnych druhoch. Pracuje na základe homeostatických princípov, ktoré vedú k udržaniu blízkosti s matkou (Bowlby 1975, in Hašto, 2005).

Okrem samotného pojmu attachment rozlišujeme v tejto teórii ešte dva základné pojmy, väzbová postava a väzbové správanie, ktorým sa budeme bližšie venovať v nasledujúcich častiach.

### 1.1.1 Vývoj teórie vzťahovej väzby

Najvýraznejšie meno späté s teóriou vzťahovej väzby, ktoré sme už spomínali, je John Bowlby, ktorý sa touto teóriou začal zaoberať ako prvý na začiatku 50. rokov 20. storočia. Svoje rozvíjajúce úvahy o tejto teórii predložil vo svojej prvej publikácii, v príspevku „*The nature of the child's tie to his mother*“, kde vyjadril myšlienku, že existuje biologicky založený systém vzťahovej väzby, ktorý je zodpovedný za silný emocionálny vzťah medzi matkou a dieťaťom. V ďalšom rozvíjaní svojej teórie sa opieral o psychoanalytické myšlienky a vo väčšej miere o etologické myšlienky, ktoré boli v súlade s tým, ako Bowlby vnímal prístup k problémom ľudského správania. V rámci svojej teórie sa inšpiroval výskumom Konráda Lorenza, ktorý sa zameriaval na špeciálnu formu učenia – imprinting, a výskumom so separovanými mláďatami makakov od Harryho Harlowa (Hašto 2005).

Dôležitou šíriteľkou konceptu vzťahovej väzby a Bowlbyho spolupracovníčkou bola aj Mary Ainsworthová. Ainsworthová inovovala metodológiu, umožnila, aby niektoré z Bowlbyho myšlienok boli testovateľné a taktiež dopomohla jeho teórii k ďalšiemu rozvoju (Bretherton, 1992). Prišla s longitudinálnym a jedinečným prístupom, ku ktorému ju priviedlo skúmanie prvých osobných vzťahov medzi dieťaťom a vzťahovou osobou. Na základe daného zistenia, vytvorila metódu štandardizovaného pozorovania, ktorá sa nazýva „The Strange situation“ (Ainsworth, Blehar, Waters & Wall, 2014) alebo česky „neznáme situácie“ (Brisch, 2011) a cieľi na aktiváciu a stupňovanie vzťahovej väzby dieťaťa voči osobám, ktoré sa oň starajú (Ainsworth et al., 2014). Obaja sa priamo alebo nepriamo inšpirovali psychoanalytickými myšlienkami Freuda (Bretherton, 1992).

Zásadným míľnikom v zisťovaní vzťahovej väzby bola práca Mainovej s kolektívom. Tí v 80. rokoch minulého storočia, na základe skúmania rodičovskej vzťahovej väzby, teda prenosu vzťahovej väzby rodičov na svoje deti, vytvorili spoločne metódu Adult Attachment Interview (AAI), ktorá kóduje štýl vzťahovej väzby u dospelých ľudí na základe rozhovoru s danou osobou (Adamová & Halama, 2009).

### 1.1.2 Väzbová postava

Okrem samotného pojmu attachment, rozlišujeme v tejto teórii už spomínané dva základné pojmy, a to sú väzbová postava a väzbové správanie. Väzbová postava je taká osoba, na ktorú dieťa smeruje svoje väzbové správanie (Berant & Obegi, 2009) a doječa si ju vyberá na základe toho, kto najčastejšie odpovedá na jeho signály distresu, po ktorých potom nasleduje ekvivalentne kvalitná odpoveď od tejto osoby (Hazan & Shaver, 1994).



Táto osoba s najväčšou pravdepodobnosťou poskytne obranu pred fyzickými a psychickými hrozbami. Taktiež však podporuje bezpečie a zdravé preskúvanie okolia čím pomáha dojčaťu si osvojiť efektívne regulovanie emócií. Najčastejšie sú vzťahovými osobami primárni pestúni, zvyčajne sa jedná o oboch rodičov, ale môžu to byť aj starí rodičia, starší súrodenci, sociálni pracovníci či susedia (Berant & Obegi, 2009). Ainsworthová (1973 in Berant & Obegi, 2009) uviedla, že dojčatá majú tendenciu vyhľadávať blízkosť ich primárnych pestúnov, keď sú vyčerpané alebo choré. Heinicke a Westheimer (1966 in Berant & Obegi, 2009) prišli na to, že dojčatá sa utíšia v prítomnosti ich primárnych pestúnov.

Bowlby uviedol, že pri dojčati starom 1–2 mesiace pozostáva zjavné vzťahové správanie z niekoľkých komponentov inštinktívnych odpovedí, ktoré plnia funkciu viazania dojčaťa s matkou a matku s dojčaťom. Tieto inštinktívne odpovede (kojenie, túlenie/lipnutie, nasledovanie, usmievanie a plkanie) sa vyvíjajú relatívne nezávisle v priebehu prvého roka života a ich integrácia a sústredenie smerované na matku, ako primárneho pestúna, narastá okolo 6. mesiaca (Bretherton, 1992).

### **1.1.3 Mechanizmus väzbového správania**

Správanie v kontexte teórie vzťahovej väzby je taký typ správania, kedy si dieťa (alebo aj dospelý) vyžaduje blízkosť väzbovej postavy a udržiavanie blízkeho kontaktu, ktorý vzbudzuje istotu (Hašto, 2005). Vzťahová väzba sa prejavuje v podobe štyroch odlišných, ale navzájom prepojených kategórií správania, ktoré sú regulované na základe vrodeneho behaviorálneho systému človeka. Prvou kategóriou je vyhľadávanie/udržiavanie blízkosti (*proximity seeking/maintenance*), druhou je separačný protest/distres (*separation protest/distress*). Medzi funkcie vzťahovej väzby patrí aj tzv. istá základňa (*secure base*), ktorá slúži k iniciácii dieťaťa preskúmať okolie, či sa v ňom nenachádza ohrozujúci stimul. V prípade, že je prítomný ohrozujúci stimul, slúži vzťahová osoba ako tzv. prístav bezpečia (*safe haven*). Mary D. Ainsworthová neskôr pridala pojem tzv. pociťovanej istoty (*felt security*), ktorá podporuje exploračné správanie dieťaťa (Lacinová & Michalčáková, 2014).

Spúšťačom vzťahového správania je odlúčenie či hrozba potencionálneho odlúčenia od osoby, na ktorú ma jedinec vytvorenú citovú väzbu alebo iný typ podobnej stresovej situácie, ktorý dieťa (človek) prežíva. Za odlúčenie môže byť považovaný aj konflikt či neporozumenie, ktorým väzbová osoba vyvoláva pocit akéhosi odvrhnutia, hnevu, či iných

negatívnych emócií voči dieťaťu (Vrtbovská, 2010). Väčšina detí vo veku približne troch rokov dokáže odlišne reagovať na svoju matku, v porovnaní s inými osobami vo svojom okolí. Jedná sa o reakcie ako úsmev, hlasové prejavy alebo dlhšie zrakové pozorovanie postavy matky ako inej osoby. Na to, aby sme však mohli zistiť prítomnosť vzťahovej väzby potrebujeme pozorovať iniciatívu dieťaťa udržať sa v blízkosti matky (Brisch, 2011). Postupy k jej udržaniu sa v priebehu vývoja dieťaťa taktiež rozvíjajú a dieťa získava prístup k väčšej pestrosti dosahovania blízkosti. Rovnako tak sa dieťa učí, ktoré z postupov sú v akých situáciách tie najefektívnejšie (Adamovová & Halama, 2009).

## 1.2 Raná vzťahová väzba

Pri ranej citovej väzbe sú veľmi dôležité spomínané väzbové postavy, ktoré môžu byť nie len biologickí rodičia, ale aj iné osoby, ktoré poskytujú emocionálne uspokojenie potrieb dieťaťa. Najdôležitejšia je rola matky, prípadne otca, ako primárnej vzťahovej osoby, ktorej hlavnou náplňou je rozpoznanie signálov dieťaťa a následné rýchle a primerané reagovanie na ne, aby sa mohla u dieťaťa vyvinúť bezpečná vzťahová väzba.

Počas prvého roku života, si dojča tvorí spravidla nie jeden, ale viacero väzieb k rozličným osobám, ktorých dôležitosť je zoradená do istej „pyramídy vzťahovej väzby“. Hlavná osoba stojí na vrchole tejto pyramídy a je dojčaťom vyhľadávaná pri zážitkoch spojených s najväčšími strachmi či úzkosťami, keďže z jeho skúseností vyplýva, že táto osoba ho dokáže najlepšie upokojiť. Väzbové postavy, ktoré sa nachádzajú v nižších etážach pyramídy, ako napríklad otec, stará mama, starý otec, dokážu dojča upokojiť v situáciách, ktoré v menšej miere vyvolávajú nepríjemné pocity (Brisch & Mikloško, 2011). Voči ostatným osobám si dieťa buduje rôznu vzťahovú väzbu nezávisle od seba a samo si volí hlavné a vedľajšie osoby. Podľa Bowlbyho si nevyberá medzi osobami, ktoré sa len starajú o jeho telesné potreby, ale predovšetkým tie, s ktorými vstupujú do rôznych interakcií (Hašto, 2005).

Prvý systematický výskum vývinových zmien v hierarchii vzťahových osôb uskutočnili Hazan a Zeifman (1994). Zistili, že počas života jedinca sa mení daná hierarchia na základe vývinovej fázy a aktuálnych potrieb. V detstve sú obvyčajne primárnymi vzťahovými osobami rodičia. Vo veku 6–17 rokov postupne rastie význam rovesníkov, pričom medzi 8–14 rokom sú neskôr prítomní aj romantickí partneri, ktorí postupne nahrádzajú rodičov.

Ako už bolo spomenuté, keď je dieťa v „ohrozujúcej situácii“, teda je choré, unavené alebo cíti bolesť, vyhľadáva matku alebo teda primárnu väzbovú osobu, ktorá napomáha dieťaťu späť nadobudnúť stav emocionálnej a behaviorálnej stability. Tento proces označujeme za aktiváciu vzťahového systému (Berant & Obegi, 2009) a snahu o naplnenie potrieb dieťaťa. Až vtedy, keď je táto osoba nedostupná, dieťa sa obracia na náhradný objekt, teda na sekundárne vzťahové osoby (Brisch, 2011), alebo aj na neživé predmety, tzv. „prechodné objekty“ (*transitional objects*) (Bowlby, 2010). Nedostupnosť žiadnej z vzťahových osôb vedie dieťa k vyhľadávaniu akejkoľvek inej zástupnej formy, ktorá môže byť aj v podobe neživých náhrad materiálneho alebo činnosného charakteru. Môže ísť o hromadenie vecí, rôzne druhy závislostí či môže viesť k poruchám príjmu potravy (Brisch, 2011).

### 1.2.1 Fázy vývoja vzťahovej väzby

Vzťahová väzba sa začína tvoriť medzi matkou a dieťaťom už vo vnútro maternicovom období, kedy okrem hormonálnych a neurochemických vplyvov, sú dôležité aj tie zo strany matky, vo forme očakávania, chcenie či nechcenie dieťaťa, abúzus alkoholu, liekov a pod. . Na vzťah medzi matkou a dieťaťom vplýva množstvo faktorov, ktoré spoločne utvárajú neurologickú a emočnú základňu vývoja dieťaťa (Kulíšek, 2000).

Počas vývoja sa recipročnými interakciami vytvára obojstranné citové puto, medzi opatrujúcou osobou (najčastejšie matkou) a dieťaťom. Medzi také interakcie zaradujeme napr. očný kontakt, vzájomné dotyky, úsmevy, plač, kojenie, atď. . Potreba väzby je v priebehu vývoja premenlivá a odvíja sa aj od perцепčných, kognitívnych, motorických a emocionálnych schopností. Výrazne narastá v období medzi 6–9 mesiacom, ktoré je označované ako „obdobie strachu z cudzinca“. V ďalších fázach vývoja sa ďalej vytvára hierarchia väzieb, ktorej sme sa venovali v predošlej kapitole.

Prostredníctvom vlastných pozorovaní interakcie matiek a detí Ainsworthová vytvorila **štyri fázy formovania vzťahovej väzby** (korešpondujú s tými, ktoré vymedzil Bowlby). Pre účely nášho výskumu sa im nebudeme bližšie venovať, ale vymenujeme ich:

1. pred vznikom citového príľnutia (prvý týždeň po narodení),
2. zárodky citového príľnutia,
3. vyhranené citové príľnutie (*clear-cut attachment*),
4. cielene zameraný vzťah (Kulíšek, 2000).

Podľa Bowlbyho (2010) pretrváva väzbové správanie po celý život „od kolísky až po hrob“. Výsledkom ostáva pocit istoty, ale prostriedky k jeho dosiahnutiu sú stále rozmanitejšie. Ďalším vývojom dochádza postupne k zmenám v (1) *potrebe väzby*, ktorá je v ranom období najsilnejšia. Následne vývoj postupuje od symbiózy k autonómii, menia sa (2) *okolnosti „spúšťačov“*, ktoré aktivujú väzbový systém. Rovnako sa mení aj počet a druh situácií, ktoré sú subjektívne vnímané ako ohrozujúce. Zmenou prechádzajú aj (3) *formy dosahovania blízkosti a pocitu istoty*, rastie ich pestrosť (Hazen & Shaver, 1994, Ruppert, 2011), a taktiež aj (4) *vzťahové osoby*, postupné odpútavanie od rodičov a už spomínané presmerovanie na rovesníkov, na partnera či iné blízke osoby (Hazen & Zeifman, 1994). Adamovová a Halama (2009) popisujú zmenu aj v narastaní frustračnej tolerancie dieťaťa a zvyšovanie kapacity seba-riadenia.

### 1.3 Vnútorne pracovné modely

Vplyvom pozitívnych, alebo negatívnych zážitkov, si dieťa v jeho ranom detstve „na základe interakcie s primárnou vzťahovou osobou, utvára tzv. vnútorný pracovný model, resp. model reprezentácií (*internal working model/representational model*). Jedná sa o mentálne reprezentácie seba, druhých a ich vzájomných vzťahov. „*Vnútorne modely zahrňujú pocity, názory, očakávania, stratégie správania a spôsoby interpretácie informácií, ktoré sú viazané na vzťah s citovo dôležitou osobou.*“ (Kulíšek, 2000, s. 407). Fungujú predovšetkým na nevedomej úrovni, sú teda neprístupné vedomiu, čo súvisí s ešte nevyzretým hipokampusom v prvých 3. rokoch života (Hašto, 2005). Tieto mentálne reprezentácie, viažuce sa k špecifickému vzťahu s konkrétnou osobou, dávajú dieťaťu schopnosť predvídať budúce výsledky a interakcie s danými osobami. Na základe toho dochádza u dieťaťa k rozvoju znalostí o tom, v ktorých situáciách musí byť vzťahový systém hyperaktívny, a v ktorých by sa mal naopak deaktivovať. Značne konzistentná šablóna interakcií s primárnou opatrujúcou osobou, ktorá sa vytvorila v dojčenskom a ranom detstve, sa stáva súčasťou implicitnej procedurálnej pamäti. Vytvára teda jadro osobnej charakteristiky človeka a je aplikovaná v ďalších sociálnych situáciách a vzťahoch a vytvára väzbový systém fungujúci v dospelosti (Mikulincer & Shaver, 2007). Formuje sa spôsob, ktorým sú informácie o svete, seba-obraze a nových vzťahoch a ľuďoch kódované a spracovávané (Simpson, Rholes, Orina & Grich, 2002). „*Čím je model adekvátnejší, tým sú jeho predpovede presnejšie; a čím je model obsiahlejší, tým širší je okruh situácií, kedy jeho predpovede platia.*“ (Bowlby, 2010, s. 82).

Bowlby (2010) rozdelil pracovné modely do dvoch základných kategórií, jedná sa o mentálnu reprezentáciu sveta a seba vo svete. Obidva vnútorné modely sú rozdelené na pozitívne a negatívne. Vnútornému modelu o sebe odpovedá to, aký ma človek seba-obraz o vlastných kompetenciách či hodnotách, a taktiež odráža to, ako sa človek cíti byť prijímaný alebo neprijímaný ostatnými. Vnútorný model seba vo svete a druhých zahŕňa základné poznanie o tom, kto sú jedincove väzbové osoby, aké správanie od nich môžeme očakávať či sú dôveryhodní a dostupní alebo odmietaví a neprístupní. Neskôr zahŕňajú aj očakávania a presvedčenia o ostatných ľuďoch a systéme emócií a správanie smerované k nim (Bartholomew & Horowitz, 1991).

Jedinec môže mať typicky viacnásobné (mnohopočetné) modely vnútorných reprezentácií, ktoré sú aplikované do vzťahov k sebe a druhým ľuďom. V dôsledku interpersonálnych a intrapersonálnych konfliktov môžu byť pracovné modely organizované polárne alebo ambivalentne. Napriek tomu, že pracovné modely predstavujú základné regulátory správania vzťahových stratégií, ktoré utvárajú poznanie, emócie a správanie jedinca, len z jednej časti reflektujú to, ako sa človek a partner vo vzťahu zachoval (Mikulincer & Shaver, 2007). Vekom sa pracovné modely rozvíjajú a stávajú sa viac komplexnými vplyvom nových skúseností v rôznych vzťahoch (Hamilton, 2020).

### 1.3.1 Primárne a sekundárne stratégie vzťahovej väzby

Skoro všetci jedinci sa rodia s normálnym väzbovým systémom, ktorý ich motivuje k vyhľadávaniu blízkosti a bezpečia v situáciách, kedy je to potrebné. Ak sa jedinec vyskytne v situácii, ktorú vyhodnotí ako nebezpečnú, nastáva aktivácia vzťahovej väzby a uplatňujú sa **primárne stratégie**, ktorých cieľom je vyhľadávanie vzťahovej postavy. Jedinci, u ktorých dochádza k chronickému neuspokojovaniu väzbového systému, pociťovaniu distresu a neistoty, reagujú protestnými reakciami. Cieľ uspokojenia musí byť teda dosiahnutý v podobe dvoch sekundárnych stratégií. **Sekundárne stratégie** rozdeľujeme na dva typy, hyperaktivačnú a deaktivačnú stratégiu. **Hyperaktivačné stratégie**, ktoré sú Bowlbom nazývané tiež protestné reakcie, sa prejavujú nadmernou aktiváciou väzbového systému a sú spojené s väzbovou úzkosťou. Jedná sa o odpoveď na nespôľahlivosť a nedostatočnú reakciu väzbovej postavy na potreby jednotlivca. Prejavuje sa zintenzívnením väzbovej potreby, aby bolo dosiahnuté zmiernenie negatívnych emócií. Sprevádza ju neschopnosť regulovať emócie, myšlienky a problémy s adaptáciou. Vo vzťahovej oblasti sa jedinec nadmerne domáha pozornosti, ochrany, starostlivosti a lásky od

blízkej osoby, nevzdáva sa frustrácie spojenej s nedostatočným uspokojovaním potrieb, ale stupňuje potreby lásky a podpory od vzťahovej osoby. Väzbový systém jedinca je udržiavaný v chronickej aktivácii, kým nie je dosiahnuté naplnenie väzbových potrieb jedinca (Obegi & Berant, 2009, Mikulincer & Shaver, 2007).

Ak jedinec opakovane vynakladá snahu o nadväzovanie blízkosti so vzťahovou postavou, ktorá dieťa trestá a odmieta s ním kontakt, aktivujú sa **deaktivačné stratégie** s cieľom vyhnúť sa narastaniu frustrácie a distresu. Tieto stratégie sú charakteristické pre vyhýbavú vzťahovú väzbu. Daní jedinca vo vzťahu potlačujú potrebu blízkosti, držia si odstup od partnera a vyhýbajú sa intimitě či vzájomnej závislosti. Vo vzťahu si osvoja, že potrebu blízkosti je lepšie potlačiť a s hrozbou sa musia vysporiadať sami. Jedinec potláča väzbové potreby, vyhýba sa intímnosti a vzájomnej závislosti s blízkymi osobami. (Mikulincer & Shaver, 2007).

### 1.3.2 Typy vzťahovej väzby v detstve

Základnú typológiu vzťahovej väzby od Bowlbyho, na istý a neistý typ, rozpracovala Ainsworthová na základe pozorovaní prejavov chovania detí v prítomnosti alebo neprítomnosti matky pri Strange Situation Test (SST). Neistý, alebo inak úzkostný typ bol potom rozdelený na úzkostne vyhýbavú a úzkostne ambivalentnú/odmietavú vzťahovú väzbu (Kulíšek, 2000). Neskôr bol rozdelený do troch základných skupín, a k predošlým dvom pridala Mary Mainová aj úzkostne dezorganizovaný/dezorientovaný typ. Autori sa avšak v ich pomenovaniach líšia (Brisch, 2011). Štvrtý typ vzťahovej väzby bol popísaný Mainovou a Salamonovou a jedná sa o bojzливо vyhýbavý typ (Lečbych & Pospíšilíková, 2012). Budeme sa avšak držať delenia podľa Kulíška (2000).

#### Istý typ vzťahovej väzby (*secure attachment*)

Deti s takýmto typom vzťahovej väzby vnímajú vzťahovú postavu ako tzv. istú základňu (*secure base*), ku ktorej sa vždy s istotou môžu vrátiť, poskytuje im totiž uspokojujúci zdroj útechy a pocit bezpečia. V jej prítomnosti je dieťa optimálne samostatné a preskúmava okolie. Pokiaľ nie je prítomná vzťahová osoba, vykazuje dieťa známky nepohody, avšak po jej návrate vyjadruje kladné emócie a radostne ju víta. V dospelosti sú daní jedinca schopní regulovať svoje prežívanie a reflektovať správanie druhých ľudí. Tento typ ľudí je odolnejší voči vonkajším hrozbám a inklinujú viac k stabilnejšiemu psychickému stavu (Kulíšek, 2000; Lečbych & Pospíšilíková, 2012).

### **Úzkostne vyhýbavý typ (*avoidant attachment*)**

Správanie detí s týmto typom väzby neobsahuje žiadny pozorovateľný distress počas neprítomnosti vzťahovej osoby, naďalej pokračujú v explorácii okolia a pôsobia zdanlivo adaptívne. S väzbovou postavou neudržia blízky kontakt, po jej návrate je ich správanie poznačené silnou nedôverou alebo sa kontaktu s ňou vyhýbajú. U dospelých jedincov sa tento typ neskôr prejavuje vyhýbaním sa intimitě, blízkym vzťahom a snažia sa o dosiahnutie nezávislosti a nezraniteľnosti. V kontakte s ľuďmi vykazujú menej empatie ako ľudia s bezpečným typom väzby (Kulíšek, 2000; Hašto 2005; Dávidová & Hardy & Hamarová, 2017).

### **Úzkostne odmietavý (ambivalentný) typ (*resistant/ambivalent attachment*)**

Prvotne bol tento typ označovaný ako úzkostne ambivalentný, pretože správanie dieťaťa voči vzťahovej osobe bolo značne protikladné. Prejavuje sa zároveň potreba blízkosti, aj odmietanie vzťahovej osoby. Dieťa kvázi trestá matku za to, že ho opustila. Počas matkinej neprítomnosti sú tieto deti extrémne znepokojené a vykazujú známky stresu. Taktiež majú tendenciu k maladaptívnemu správaniu. V rámci tejto kategórie sú rozlišované dva podtypy – aktívny a pasívny. Pri aktívnom podtype dieťa prejavuje agresívne správanie voči matke po jej návrate a pri pasívnom je dieťa značne opatrnejšie a úzkostnejšie pri skúmaní okolia. V dospelosti často títo ľudia vykazujú negatívne postoje k vzťahovej osobe, pôsobia úzkostne, závisle a často nadmerne podliehajú svojim emóciám (Hašto, 2005; Kulíšek, 2000; Lečbych & Pospíšilíková, 2012).

### **Úzkostne dezorganizovaný typ (*anxious-disorganised attachment*)**

Tento typ, tiež označovaný ako dezorientovaný, je charakteristický vyhýbaním aj odmietaním matky. Objavujú sa značne zmätené a protichodné prvky správania u detí s týmto typom, pri priamom kontakte alebo len pri priblížení sa k matke. Po návrate matky ju ignorujú, v mnohých prípadoch viac ako cudziu osobu. Jedná sa častokrát o deti s traumatickými skúsenosťami - týranie, zneužívanie – matka predstavuje miesto bezpečia, ale zároveň môže byť aj zdrojom nebezpečia. Pre dospelého jedinca s týmto typom je charakteristické dištancovanie, emočný chlad, negatívny postoj k vzťahovej osobe. Javí sa úzkostne a ustrašene (Kulíšek, 2000; Lečbych & Pospíšilíková, 2012).

## **1.4 Dospelosť a partnerské vzťahy**

Dospelosť je náročne uchopiteľný pojem v psychológii a nie je veľmi populárnou témou, taktiež z toho dôvodu, že sa v ňom nevyskytuje tak pestrý vývojový proces, ako v detskom

období. Napriek tomu obsahuje množstvo dôležitých prvkov a môžeme ho rozdeliť do jednotlivých oblastí, podľa rôznych autorov. Autorka Thorová (2014) na príklad rozdeľuje obdobie dospelosti na Mladú dospelosť (20–35 r.), Strednú dospelosť (35–50 r.) a Neskorú dospelosť (50–70 r.). Langmeier s Krejčířovou popisujú rozdelenie na Skorú dospelosť (20–25 r.), ktorá značí prechod z adolescencie do plnej dospelosti, Strednú dospelosť (35–45 r.) a Neskorú dospelosť (45–60 r.). Rozdelenie na Mladú dospelosť (20–30/32 r.), Strednú dospelosť (30/32–46/48 r.) a Staršiu dospelosť alebo presénium (do 60/65 r.) popísal Švancara (Langmeier & Krejčířová, 2006).

**Mladá dospelosť** je obdobie, kedy človek prechádza dynamickou premenou v zrelú osobnosť. Mladí ľudia sú impulzívni, radi experimentujú a ich schopnosť sebakontroly sa stále ešte vyvíja a stále sa nachádzajú v procese tvorby svojej osobnosti (Thorová, 2014). V tomto období je podľa Eriksona prítomný konflikt intimity a osamelosti a na konci tohto obdobia sa stretávame aj s generativitou (Říčan, 2021). Intimita v tomto období napovedá, že partnerské vzťahy sú dôležitou témou, ktorá je preberaná medzi mladými ľuďmi. Pomocou exploračie partnerských vzťahov a súžitia, pred definitívnu voľbu partnera, si mladý človek kladie dôležitú identitne–autonómnú otázku. Daná otázka vedie k pomoci pri výbere budúceho partnera vzhľadom k tomu, ako jedinec vníma seba samého. Partner je braný, ako dôležitá osoba, ktorá je pre jedinca hlavný zdroj opory a istoty (Kohútová & Dědová, 2019; Lacinová, Ježek, & Macek, 2016). V prípade, že by u jedincov v tomto období nebola dostatočne naplnená potreba intimity, môže to viesť k izolácii jedinca od ostatných, čo sa prejavuje vyhýbaním sa intimita a dlhodobej stálosti v partnerstve (Poole & Snarey, 2011).

Obdobie, v ktorom jedinca pocitujú potrebu niečo vytvárať, starať sa a predávať niečo, čo bude mať vplyv na ďalšiu generáciu sa nazýva **stredná dospelosť**. Zároveň však títo jedinca zápasia s istým ustrnutím na jednom mieste, ktoré sa prejavuje extrémnou sebaláskou či širšou regresiou. Toto obdobie Erikson nazýva obdobím konfliktu generativity vs. stagnácie. V prípade, že toto obdobie prebehne bez výrazných komplikácií, jednotlivec nadobudne schopnosť starostlivosti o druhých (Poole & Snarey, 2011). Hlavnou krízou v tomto období je kríza stredného veku, ktorá sa prejavuje ako reakcia na proces starnutia, s ktorým sú títo jedinca čoraz viac konfrontovaní (Dosedlová, 2017).

Prvé znaky starnutia pozorujeme už v **neskorej** či **zrelej dospelosti**, a to zhoršenie zmyslových funkcií, telesnej vitality, sily, častejších zdravotných ťažkostí a telesných zmien. Osvojujú si nové úlohy starých rodičov či prarodičov a pomaly sa pripravujú na



prechod do obdobia staroby (Langmeier & Krejčířová, 2006). V nej sa podľa Eriksona stretávame s konfliktom integrity a zúfalstva. Od zvládnutia tohto konfliktu závisí to, ako sa človek vysporiada s blížiacou sa smrťou (Poole & Snarey, 2011).

### **1.4.1 Vzťahová väzba v dospelosti**

Teóriu vzťahovej väzby pôvodne skonštruoval Bowlby k vysvetleniu utvárania a funkcie väzby medzi dieťaťom a jeho väzbovou postavou (najčastejšie matkou). Neskôr sa začal rozvíjať princíp, že základným princípom vzťahovej väzby je, že zostáva dôležitou po celý život človeka. Na základe toho sa na počiatku 80. rokov minulého storočia začali objavovať snahy o aplikáciu tejto teórie do oblasti blízkych vzťahov v dospelosti. Ku príkladu Weiss (1991), ktorý pozoroval základné charakteristiky vzťahovej väzby v detstve u väčšiny dospelých partnerských vzťahov (Lacinová & Michalčáková, 2014; Bartholomew & Horowitz, 1991). Ďalšie snahy ku príkladu predpokladali, že všeobecné východisko pre vzťahy v dospelosti, sú pracovné modely vzťahovej väzby (Mikulincer & Shaver, 2007). Kľúčovou bola štúdia Hazanovej a Shavera z roku 1987, v ktorej ústredným bodom bolo zamýšľanie sa nad kauzalitou citovej väzby v partnerských vzťahoch (Lacinová & Michalčáková, 2014). Vo svojej štúdii sa venovali presvedčeniu, že prežívanie v partnerských vzťahoch môžeme chápať ako proces vzťahovej väzby, a teda že väzba, ktorá bola u každého z partnerov vytvorená v ich ranom detstve sa premieta do ich partnerského vzťahu. Dokázali, že podoba vzťahovej väzby, ktorá bola vytvorená v detstve odpovedá modelom vzťahovej väzby v dospelosti a je možné ju identifikovať v kontexte dospelých partnerských vzťahov (Hazan & Shaver, 1987).

Výsledky, ku ktorým dospeli Hazanová a Shaver, a teda ako sa citová väzba odráža v dospelosti, zhrňujú Fraley a Shaver (2000):

1. Dynamika vzťahovej väzby medzi dojčat'om a vzťahovou postavou je určovaná rovnakým biologickým systémom ako dynamika medzi partnermi v romantickom vzťahu v dospelosti. Emócie a správanie, ktoré sú prítomné u oboch vzťahov, zdieľajú podobnú aktiváciu a terminujúce podmienky, čo nás vedie k danému presvedčeniu o rovnakej skrytej dynamike.
2. Typ individuálnych rozdielov, ktorý je pozorovaný vo vzťahu dojča – väzbová postava môže byť pozorovateľná aj v partnerskom vzťahu. Hazanová a Shaver (1987) objavili, že predstavy partnerského vzťahu, ako napr. viera v lásku či vzťah, ktoré vyslovili jednotlivci sa zhodovali s tými, ktoré boli získané včasnou skúsenosťou s rodičmi.

3. Individuálne rozdiely väzbového správania reflektujú očakávania a dôveru, ktorú si človek vytvára vo vzťahu k sebe a k blízkym osobám, na základe vlastnej histórie vzťahovej väzby. Tieto „pracovné modely“ sú prevažne stabilné a môžu odrážať rannú starostlivosť. V priebehu budovania partnerského vzťahu, využívajú jedinci osvojené modely, aby interpretovali ciele alebo úmysly ich partnerov.
4. Romantická láska obsahuje spoluprácu vzťahovej väzby, poskytovania starostlivosti a sexuálne reprodukčného systému.

### 1.4.2 Dimenzie vzťahovej väzby

Z množstva výskumov sme sa už dozvedeli, že vzťahová väzba tvoriaca sa skúsenosťou s rodičmi, blízkymi osobami sa v dospelosti prelína aj do ďalších dvoch typov sociálnych vzťahov – rodičovského a partnerského – pomocou pracovných modelov, ktoré boli vytvorené v detstve (Šlosáriková, 2021; Hasan & Zeifman, 1999; Bartholomew & Horowitz, 1991). Bartholomew a Horowitz pri tvorbe 4-kategoriálneho modelu vychádzali z Bowlbyho konceptu rozdelenia vzťahovej väzby podľa pozitívne a negatívne ladených pracovných modelov (mentálnich reprezentácií) – vzťahujúc sa k sebe (*model of self*) a k druhým (*model of others*). Obsahoval okrem bezpečnej, úzkostnej a vyhýbavej väzby aj väzbu ustrašenú, pre ktorú je typická vysoká úzkosť a vyhýbavosť (Bartholomew & Horowitz, 1991; Šlosáriková, 2021). Brennanová s kolektívom (1998) na základe výskumu individuálnych rozdielov v partnerskom vzťahu vytvorili dvoj-dimenzionálny model vzťahovej väzby, ktorý obsahuje vyhýbavú a úzkostnú väzbu. Obidve dimenzie sú prepojené so sekundárnymi stratégiami.

Ľudia s úzkostnou väzbou majú sklon k intenzívnemu vyhľadávaniu blízkosti partnera a k potrebe ochrany. Ak pokus o dosiahnutie blízkosti zlyhá alebo nie je možný, reagujú neadekvátne silnými negatívnymi emóciami. Obávajú sa, že ich partner dostatočne nemiluje a majú značný sklon k frustrácii alebo hnevu, keď ich vzťahové potreby nie sú naplnené. Na vyrovnávanie sa s neistotou a distresom využívajú hyperaktívne stratégie. Sú to jedinci, ktorí sú hypersenzitívny voči potrebe blízkosti partnera. Jedinci, ktorí v tejto dimenzii skórujú vysoko majú tendenciu obávať sa, či je ich partner na blízku a či je vnímavý k ich potrebám. Tí, ktorí skórujú nižšie, prejavujú väčšiu istotu v partnerstve (Mikulincer & Shaver, 2007; Fraley & Shaver, 2008; Li & Chan, 2012).

Správanie jedincov s vyhýbavou väzbou sa prejavuje nepohodlím v dôsledku blízkosti partnera. Preferujú, keď nie sú závislí od druhých a ostatní nie sú závislí od neho/nej.

Preferujú teda skôr emocionálnu vzdialenosť, spoliehanie sa na seba a svoje emócie potláčajú. Na stres a neistotu jedinci reagujú deaktiváčnymi stratégiami, nedochádza teda k vyhľadávaniu blízkosti ostatných. Vysoké skóre v tejto dimenzii sa viaže s už spomínanou nezávislosťou na druhých alebo emocionálnou uzavretosťou. Naopak nízke skóre sa prejavuje u jedinca väčšou pohodlnosťou v intímnej oblasti a väčšou väzbovou istotou. Jedinci, ktorí skórujú nízko v oboch dimenziách sa označujú za ľudí s istým typom väzby (Cíger et al., 2019; Li & Chan, 2012; Mikulincer & Shaver, 2007; Fraley & Shaver, 2008;).

Štýly vzťahovej väzby v dospelosti, ktoré sa prejavujú v partnerskom vzťahu vychádzajú z kombinácie dvoj-dimenzionálneho modelu popísaného Brennanovou a kolektívom (1998). Obsahuje pozitívne a negatívne pracovné modely seba a druhých. V prípade modelu seba predstavuje pozitívny pracovný model, človeka, ktorý sa vníma ako hodný lásky a podpory od partnera, zatiaľ čo pri negatívnom pracovnom modeli je človek presvedčený, že si lásku ani podporu nezasluhuje. Pozitívny a negatívny model o druhých predstavuje, či jedinec považuje partnera za dôveryhodného, dostupného alebo naopak za odmietavého, vzdialeného a neposkytujúceho starostlivosť (Bartholomew & Horowitz, 1991). Tieto štýly zahŕňajú aj kombináciu so skúsenosťami a zážitkami s blízkymi vzťahmi. (Lacinová & Michalčáková, 2014).

### **Istý (bezpečný) štýl (*secure*)**

Nízke skóre v úzkostnosti a vyhýbavosti zodpovedá dospelému jedincovi s istým štýlom, ktorý korešponduje s tým v detskom období. Všeobecne môžeme povedať, že ľudia s týmto štýlom sa cítia dobre v blízkych vzťahoch a sú schopní dôverného vzťahu (Lacinová & Michalčáková, 2014), cítia sa v blízkych vzťahoch pohodlne, pomerne ľahko nadväzujú blízkosť k iným ľuďom a neobávajú sa opustenia partnerom (Adamová & Halama, 2009). Ľudia s týmto štýlom neskôr omnoho viac prenášajú rolu väzbovej osoby z rodičov na partnerov (Fraley & Shaver, 2000) Istý štýl v sebe spája pozitívny pracovný model seba aj druhých ľudí. Ľudia sa vidia ako hodní lásky a pomoci od druhých, čoho výsledkom je pozitívna odpoveď jedinca na intímny vzťah a je vo vzťahu viac spokojný (Civilotti, Dennis, Maran & Margola, 2021). Mnoho výskumov ukazuje, že jedincov s istým štýlom väzby považujú ľudia za viac atraktívnych a majú väčšiu tendenciu si ich zvoliť za romantických partnerov, ako tých s neistým štýlom (Brumbaugh & Fraley, 2010).

Majú väčší predpoklad k dlhotrvajúcim vzťahom s partnerom ako k aféram na jednu noc, sú teda oddanejší sexu s vlastným intímnym partnerom. Avšak vedia si sexuálny styk užiť aj bez záväzkov či lásky. Snažia sa vo vzťahu s partnerom vyjadrovať lásku a sú pozorní

k partnerovým sexuálnym signálom. K svojej sexualite sa stavajú pozitívne a vedia sa uvoľniť pri sexe a primerane si ho užiť (Bogaert & Sadava, 2002).

Pri istom štýle sa môžeme stretnúť s pojmom slobodný (free) alebo autonómny štýl, ktorý môžeme zrovnávať. Prejavuje sa u osôb otvorenosťou k zmene názorov, pomerne ľahko vedia prijať nedokonalosť svoju, svojich rodičov aj ďalších dôležitých ľudí v ich okolí. Prejavujú súcit voči druhým ľuďom a tiež vedia odpúšťať. Istý štýl môžeme nazvať ja slobodným štýlom, keďže jedinci sú slobodní v zaobchádzaní so skúsenosťou vo vzťahovej väzbe majú na ňu náhľad a dokážu o nej slobodne rozprávať (Hašto, 2005). Osoby, ktoré síce nezískali istý typ vzťahovej väzby v ranom detstve, ale získali ho počas dospelosti, tiež patria do tejto kategórie (Pearson, Cohn, Cowan & Cowan, 2014). V tomto smere je významná postava romantického partnera v dospelosti, ktorá pomocou uspokojovania väzbových potrieb podnecuje u jedinca vznik stability a bezpečia v partnerstve (Mikulincer, 2006).

### **Úzkostne zapletený štýl (*preoccupied*)**

Jedná sa o neistý štýl väzby, kedy je prítomná u jedinca vysoká miera úzkostnosti a nízka miera vyhýbavosti (Schachener & Shaver, 2004). Vyznačuje sa nízkou dôverou dostupnosti opatrovníka v ranom detstve, a v dospelosti je pre tento štýl príznačný pocit nedostatočnej seba-hodnoty/sebalásky, strachu z odmietnutia. Druhí ľudia sú pre takéhoto jedinca zdrojom akceptácie, hodnoty seba sama a sebaúcty, takže vnímanie ich samých je závislé na názoroch ostatných. Pracovný model druhých nesie pozitívny náboj, zatiaľ čo pracovný model seba nesie negatívny náboj. (Bartholomew & Horowitz, 1991; Davila, Steinberg, Kachadourian, Cobb & Fincham, 2004).

Jedinci s týmto štýlom väzby túžia po vzťahu a vyhľadávajú ho, čo sa môže v partnerskom vzťahu odraziť ako závislosť a intenzívna priľnavosť voči druhému partnerovi. Avšak aj napriek tomu je pre týchto jedincov náročné cítiť sa v partnerstve podporený a utešený (Davila et al., 2004). Vo vzťahu majú problém s vymedzením hraníc a neprikladajú veľkú váhu ťažkostiam v ňom. Sú viac zameraní na vlastné ťažkosti a je pre nich náročné počúvať partnerove potreby. Vyskytujú sa tu častejšie tendencie k dysfunkčnému správaniu voči vzťahovej osobe, ktoré je vyvolané strachom z opustenia, potreby pozornosti a náročnosť znášania separácie od romantického partnera. Strach a bolesť, ktoré vznikajú, ak takéto situácie nastanú môžu u jedinca vyvolávať pocity závislosti a ochranného hnevu (Civilotti et al., 2021; Mikulincer & Shaver, 2011). Jedinci sú často zahĺbení do svojich myšlienok a emócií, čo má často za následok neschopnosť

analyzovať a reflektovať svoje vzťahy (Hašto, 2005). Pri úzkostne zapletenom štýle sa objavuje aj všeobecný strach z odmietnutia, ktorý sa týka aj sexuálnej oblasti vzťahu. Sexuálna aktivita sa u jedincov s týmto štýlom spája s pocitom, že si ich partner váži, je využívaná k dosiahnutiu blízkosti a starostlivosti od partnera. Taktiež slúži ako prostriedok zníženia pocitov neistoty a zintenzívnenia intimity, silnej túžby byť milovaný (Schachener & Shaver, 2004).

### **Odmietavý (dištančne vyhýbavý) štýl (*dismissing/avoidant*)**

Vysoká miera vyhýbavosti a nízka miera úzkostnosti vedie u jedinca k vzniku odmietavého štýlu (Schachener & Shaver, 2004). Vzťahová väzba či spomienky z raného detstva nie sú pre jedinca dôležité, znehodnocujú ich bolestivé spomienky či nedostatok opory v dôsledku výchovy rodičov. Zdôrazňujú svoju silu, nezávislosť na ostatných osobách a nevyjadrujú žiadnu potrebu pomoci od ostatných ľudí (Hašto, 2005).

Jedinci majú pozitívny pracovný model seba a negatívny model ostatných. Jedinci neprikladajú veľkú váhu blízkym vzťahom, obmedzujú sa v prežívaní emócií, aby sa voči nim nestali zraniteľní. Motívom za takýmto správaním je vyhnutie sa intimite, zisk vysokej autonómie vo vzťahoch a snaha o zníženie blízkosti s druhými. Správanie jedinca s týmto štýlom vedie k vyhýbajúcim sa stratégiám voči svojmu partnerovi. To sa môže prejavovať ako znehodnocovanie partnerstva a zámerom je zachovanie si pocitu sebestačnosti a potvrdenie dostatku sily a nezraniteľnosti (Bartholomew & Horowitz, 1991; Lacinová & Michalčáková, 2014).

Málo skúseností s blízkymi vzťahmi sa u týchto jedincov viaže s ľahostajnosťou, nepriateľstvom a malým záujmom o emócie druhých ľudí, čo vedie k deficitu empatie (Ward, Hudson, & Marshall, 1996). Nevyhľadávajú vo veľkej miere vo vzťahu objímanie, bozkávanie, dotyky či iné intímne aktivity, a taktiež neinklinujú k dlhodobým trvajúcim vzťahom a často sa k takýmto jedincom viaže neverný typ osobnosti (Gentzler & Kerns, 2004). Odmietavý štýl sa spája aj so schizofréniou (Hašto, 2005).

### **Strachuplný (bojazlivo vyhýbavý) štýl (*fearful avoidant*)**

Negatívny pracovný model seba, negatívny pracovný model o druhých, ale tiež ambivalentný a mnohopočetný, je charakteristický pre bojazlivo vyhýbavý štýl. Jedná sa o jedincov, ktorí majú podpriemerné sebahodnotenie či seba-lásku, ktorá sa spája taktiež s očakávaním, že od druhých ľudí sa dočkajú neochoty a odmietnutia. Ochrana pred takouto možnou situáciou je vyhýbanie sa blízkym vzťahom s ľuďmi (Bartholomew & Horowitz, 1991), ktoré nevnímajú pre seba ako nijak významné (Fraleay & Shaver, 2000).

V rámci tohto štýlu jedinci skôr volia obranné spôsoby správania, aby sa vyhli prípadnému ublíženiu alebo odmietnutiu druhými, na základe čoho dochádza k striedaniu idealizácie a hnevu voči súčasnému partnerovi. Výsledné vyhýbavé stratégie sú teda snaha o minimalizovanie emocionálnej angažovanosti k partnerovi a výrazná kontrola emocionálnej závislosti a puta (Civilotti et al., 2021; Lacinová & Michalčáková, 2014). Vo vzťahu vyjadrujú ambivalentné pocity k intímite, túžia po nej, ale zároveň v nich vyvoláva strach. Jedinci s danou väzbou majú sklon k chaotickému a nepredvídateľnému chovaniu (Hašto, 2005), často sa trápia pocitmi viny, nie sú si istí vo svojom správaní. Tento štýl môžeme pomenovať aj termínom – typ s nevyriešenými stratami a traumami, ak jedinci rozprávajú o svojom detstve, v ktorom vznikli dané traumatické situácie, nadmieru sa venujú detailom a chýba im pocit zmysluplnosti a dôvery (Štefánková, 2005). Daný štýl sa často spája s duševnými poruchami a je vnímaný ako ich prediktor (Léčbych & Pospíšilíková, 2012).

### **1.4.3 Vzťahová väzba v dospelosti v kontexte partnerských vzťahov**

Ako sme už spomínali, rovnaký princíp fungovania vzťahovej väzby v ranom detstve sa neskôr uplatňuje aj v partnerských vzťahoch jedinca (Šlosáriková, 2021). Vo vzťahovej väzbe v dospelosti alebo v detstve môže prítomnosť alebo neprítomnosť vzťahových komponentov závisieť aj od štádia vývoja vzťahu jedinca so vzťahovou osobou (Hasan & Zeifman, 1999).

Hazanová a Zeifmanová (2008) rozšírili koncept pokračovania vzťahovej väzby z detstva do dospelosti, o úvahu podobnosti jednotlivých fáz medzi vzťahovou väzbou v detstve a tou medzi dospelými partnermi. Táto myšlienka viedla k vzniku teoretického modelu danej paralely (Lacinová & Michalčáková, 2014).

#### **Fáza prvotného nahovárania**

Jedná sa o počiatočnú fázu vzniku partnerského vzťahu, ktorý je charakteristický nezávislými sexuálnymi signálmi, ktoré mnohí autori prirovnávajú k fáze tzv. nekritickej sociability (*preattachment phase*). Snaha o pokračovanie kontaktu s potencionálnym partnerom koreluje s prvou fázou vzťahovej väzby v detskom veku, kedy sa dieťa snaží rôznymi signálmi (napr. úsmev, plač) upútať pozornosť a udržať interakciu s matkou (Lacinová & Michalčáková, 2014; Kulíšek, 2000).

### **Fáza zvýšenej selektivity vo vyhľadávaní väzbovej osoby**

V tejto fáze jedinec uprednostňuje potencionálneho partnera pred ostatnými osobami, a taktiež sa zintenzívňuje miera záväzku voči tejto osobe. Týmito charakteristikami odpovedá fáza vzťahovej väzby v utváraní (*attachment in the making phase*), teda obdobím medzi tretím a siedmym mesiacom, kedy dieťa cielene vyhľadáva primárnu osobu, ktorú vie jednoznačne odlíšiť od ostatných osôb vo svojom okolí. Dieťa presnejšie zameriava väzbové správanie na danú osobu v situácii diskomfortu, čím dochádza k aktivácii väzbového správania a repertoár správania dieťaťa sa obohacuje o snahy dosiahnutia blízkosti s matkou (*clinging*). V správaní je typicky zvýšená frekvencia fyzického kontaktu, prítomnosť zdobnenín a nežných oslovení dieťaťa rodičom. Podobné prvky môžeme nájsť aj v správaní zamilovaných partnerov (Lacinová & Michalčáková, 2014; Kulíšek, 2000).

### **Fáza spoločného spolužitia**

Vyústenie partnerského vzťahu do formálneho zväzku manželského (alebo dnes už oveľa častejšie nemanželského spolužitia,) obsahuje rovnaké prvky ako nachádzame vo fáze jasného ohraničenia citovej väzby okolo siedmeho mesiaca dieťaťa. Vyznačuje sa vznikom a prítomnosťou charakteristického väzbového správania dieťaťa voči vzťahovej osobe, ktoré slúži k uspokojovaniu jeho väzbových potrieb ako je potreba blízkosti, bezpečia, podpora explorácie, ale aj vznik separačnej úzkosti v dôsledku odlúčenia od tejto osoby. V dospelom veku sú všetky spomenuté typy väzbového správania smerované k partnerovi (Lacinová & Michalčáková, 2014; Kulíšek, 2000).

### **Fáza poklesu väzbového správania u partnerov**

Jedná sa o záverečnú fázu, v ktorej pozornosť partnerov prechádza okrem vzájomného vzťahu aj k iným oblastiam života, ako sú priatelia, práca, voľnočasové aktivity. Koreluje s obdobím, v ktorom v prípade nenarušeného vývoja, sa u dieťaťa rodia počiatky vlastnej autonómie, ktoré sú ukončené v dospelosti. Pozornosť dieťaťa sa odkláňa od postavy matky a aktivity smerujú k okolitému svetu, so schopnosťou odloženia väzbových potrieb. Významnou súčasťou tejto fázy je rozvoj empatie a identity a dieťa dokáže pochopiť potreby vzťahovej osoby, ale aj iných osôb a odlíšiť ich od jeho vlastných (Lacinová & Michalčáková, 2014; Kulíšek, 2000).

#### **1.4.4 Vnímanie vzťahovej väzby z pohľadu genderových rozdielov**

Del Guide popisuje, že v oblastiach ako je vytváranie páru, reprodukcia a rodičovstvo, vedie rozdielnosť v pohlaví aj k rozdielnym väzbovým systémom (Li & He & Li, 2009) a väzbovým stratégiám (Van IJzendoorn & Bakermans-Kranenburg, 2010). Rozdiel v neistej vzťahovej väzbe medzi pohlaviami, môže byť vysvetlený pomocou perspektívy vnútro-generačnej transmisie (*perspective of intergeneration transmission*). Podľa Bowlbyho si ľudia mentálne reprezentácie utvárajú na základe svojho prostredia a partnerov, skúseností s rodičmi a blízkymi osobami. Z tohto dôvodu, nie je možné identifikovať väzbové rozdiely medzi pohlaviami ako univerzálne, ale odlišujúce sa naprieč svetom a krajinami (Li & Chan, 2009).

Kirkpatric a Davis (1994) objavili, že partnerský vzťah ženy s úzkostným štýlom a mužom s vyhýbavým je rovnako stabilný, ako keď majú obaja partneri istý štýl väzby za predpokladu, že partner jedinca s neistou väzbou pre neho predstavuje bezpečné miesto.

U žien sa taktiež častejšie objavuje úzkosť pri partnerskom vzťahu. Majú problémy s nastavením hraníc a neprikladajú váhu ťažkostiam vo vzťahu. Naopak, muži sú častejšie vo svojom vzťahu vyhýbaví a používajú agresivitu k seba-vyjadreniu, zvýrazneniu hodnôt, ako sú autonómia či mentálna alebo fyzická sila (Civilotti et al., 2021). Muži, ktorí sú viac úzkostní a majú väčšiu potrebu blízkosti vzbudzujú u partnera pocit dôvery (Coppola, Gangamma, Kawar, Patton & Ramodoss, 2021). Aféry môžeme častejšie predpokladať u žien s úzkostne – vyhýbavým štýlom, zatiaľ čo u vyhýbavých mužov je ich riziko znateľne nižšie (Bogaert & Sadava, 2002).

U mužov s vyššou mierou vyhýbavosti sa zistilo, že menej často požadujú v partnerstve sexuálnu aktivitu za predpokladu, že ich partnerka má úzkostný štýl väzby (Mikulincer & Shaver, 2007). Ženy s vysokou úzkosťou majú väčší sklon k vyhovaniu partnerovým požiadavkám vo vzťahu ako napr. požiadavke k sexuálnej aktivite aj v prípade, že sami nechcú (Gentzler & Kerns, 2004).

#### **1.4.5 Homosexuálne páry z pohľadu vzťahovej väzby**

Výskumy, ktoré sa zaoberajú tým, či je kvalita vzťahu rovnaká čo sa týka homosexuálnych a heterosexuálnych párov, zatiaľ nepreukázali žiadny rozdiel v kvalite romantického vzťahu v kontexte neistej vzťahovej väzby medzi obidvomi typmi párov. V oblasti spokojnosti v partnerstve a uspokojovania potrieb partnera neboli nájdené žiadne rozdiely oproti párom



opačného pohlavia. Ridge a Feeney (1998) zistili, že homosexuálne ženy majú, oproti homosexuálnym mužom, vyššie skóre vo vyhýbavej vzťahovej väzbe a nižšie v úzkostnej. Odôvodnenie vidia v predpoklade, že vplyvom spoločnosti je od nich očakávaná väčšia priebornosť a nezávislosť ako u heterosexuálnych žien. Niekoľko vysvetlení prečo je vzťahový model rozdielny naprieč pohlaviami u homosexuálnych párov poskytol Mohr. Jedným z vysvetlení je, že homosexuálni muži môžu skórovať vyššie v úzkostnej väzbe z dôvodu, že spoločnosť predpokladá, že muži majú problém v oblasti intimity (Mohr, Seleterman & Fassinger, 2013). Toto tvrdenie podporuje výskum z roku 1987 od Colgana, ktorý tento problém odôvodňuje prežívaním negatívnych reakcií od rodičov a priateľov počas vývoja homosexuálnych mužov a vedie k nadmernej aktivácii väzbového systému (Ramirez & Brown, 2010).

#### **1.4.6 Prehľad metód posúdenia vzťahovej väzby**

Už v počiatkoch teórie vzťahovej väzby bola nutná jej identifikácia u detí, aby sme mohli predpovedať jej možné dôsledky na bežný psychický život. Ako sa teória postupne rozvíjala a začala sa rozširovať aj do ďalších vývojových fáz, vznikali nové metódy, na ne aplikované. Metódy skúmania vzťahovej väzby môžeme rozdeliť na dve formy. Prvá je forma rozhovoru (napr. CRI, AAI) a druhá forma škálových položiek, napr. Likertovho typu (napr. ECR) (Adamová & Halama, 2009). V kapitole o rozvoji teórie vzťahovej väzby sme už spomenuli jeden z nástrojov merania vzťahovej väzby, a tým bolo Adult Attachment Interview (AAI). Autormi daného nástroja boli Mainová s kolektívom a vychádzali z metódy Strange Situation od Aisworthovej. Daný rozhovor sa zameriava na skúsenosť dospelého jedinca v detstve so vzťahovou postavou (rodičmi) a ako táto skúsenosť ovplyvnila jeho vývoj a osobnosť (Crowell et al., 2002). Ďalším sledovaným javom boli pracovné modely, ako jednotka, ktorá umožňovala alebo neumožňovala prístup k spomienkam o ranej vzťahovej väzbe (Mikulincer & Shaver, 2007).

Už spomínaní autori Hazanová a Shavera prišli s metódou Relationship Questionnaire (RQ). Jedná sa o nástroj, ktorý pozostáva zo štyroch krátkych paragrafov opisujúcich štyri vzťahové štýly. Respondenti sú požiadaní, aby na sedembodovej škále odpovedali ako vnímajú seba a potom ako vnímajú svojich priateľov, na základe čoho im bude pridelený jeden zo štyroch vzťahových štýlov (Bartholomew & Horowitz, 1991). K metódam využívajúcim rozhovor patrí Current Relationship Interview (CRI), ktorého autori Owenson a Crowell vychádzali z nástroja AAI (Adult Attachment Interview). V rozhovore sú

obsiahnuté otázky o jedincovej histórii partnerov, podstaty, charakteristiky aktuálneho vzťahu a bežného správania oboch partnerov v rámci vzťahu. Zameriavajú sa hlavne na poskytovanie a vyhľadávanie podpory a starostlivosti od partnera. Nástroj je určený na zisťovanie mentálnej reprezentácie vzťahovej väzby v partnerských vzťahoch, na základe spôsobu, akým partneri rozprávajú o svojich vzťahoch – v trvaní od 45 do 90 minút (Crowell & Owens, 1998; Lacinová, 2015).

K najpoužívanejším metódam na meranie vzťahovej väzby v dospelosti patrí Experience in Close Relationships (ECR), a taktiež metódy od nej odvodené. Jedná sa o pôvodne anglickú verziu, ktorá bola prvýkrát publikovaná Brennanovou a kolektívom (1998). V českej verzii bola publikovaná v roku 2012 autormi Lécbych a Pospýšilíková. Obsahuje 36 položiek so škálou o 7 stupňoch (od 1 – rozhodne nesúhlasím, po 7 – rozhodne súhlasím), ktoré slúžia k meraniu dvoch dimenzií – vzťahovej vyhýbavosti a vzťahovej úzkosti, ktoré sú chápané ako na sebe nezávislé a v danej metóde sa na ne nahliada ako na striktné oddelené kategórie s odlišným správaním. Obsahuje položky ohľadom úzkosti, ktoré majú reverzné skórovanie. Párne položky označujú vzťahovú úzkosť a nepárne zastrešujú vzťahovú vyhýbavosť, ktorá sa delí ešte do dvoch jednotlivých faktorov – „neochota prijať pomoc“ a „neochota k závislosti a zverovaniu“. Medzi odvodené metódy patrí Experience in Close Relationships – Revised (ECR-R), Experience in Close Relationships – Relationship Structure Questionnaire (ECR-RS), ktoré taktiež patria k frekventovane používaných metódam na zisťovanie vzťahovej väzby v dospelosti. ECR-R je rozšírenie škály ECR, ktorú vytvorili autori Fraley, Waller a Brennanová v roku 2000. Rovnako obsahuje 36 položiek so sedembodovou škálou odpovedí a meria rovnaké dve dimenzie ako pôvodná metóda. Rozdiel nachádzame v tom, že v ECR-R sú tieto dimenzie na sebe závislé. Meria však aj tretí faktor nazývaný „vyhýbavosť spojená s úzkosťou“, je tvorený nereverzbnými položkami škály vyhýbavosti. Kaščáková a kolektív (2016) realizovala štúdiu, ktorej výsledkom bola skrátaná verzia tejto metódy na 16 položiek Experience in Close Relationships – Revised – 16 (ECR-R-16). Zameriava sa na otázky, ktoré popisujú dominantné oblasti úzkosti a vyhýbavosti. Poslednou verziou je metóda Experience in Close Relationships – Relationship Structure Questionnaire (ECR-RS), na ktorej sa podieľali autori Heffermanová, Fraley, Vicaryová a Brumbaughová v roku 2011. Daná metóda sa sústreďuje na štyri vzťahové osoby – matku, otca, romantického partnera a najlepšieho priateľa. *„Znenie položiek je konzistentné skrz štyri vzťahové kontexty a umožňuje tak*

*zmysluplne posudzovať homogenitu či diferenciáciu väzby skrz rozdielne vzťahové kontexty.*“ (Cíger et al., 2019, s. 64 ).

## 2 KONFLIKTY V PARTNERSKOM VZŤAHU

*„Vrcholným testom každého vzťahu je nesouhlasit s druhým, ale držet se při tom za ruce.“*

(Penneyová in DeVito, 2008, s. 226)

### 2.1 Vymedzenie konfliktu v partnerských vzťahoch

Častokrát môžeme počuť, že konflikty sú nevyhnutnou súčasťou akéhokoľvek vzťahu. Vznikajú stretom dvoch protichodných strán, kedy túžby jedného nie sú zlučiteľné s túžbami druhého jedinca. Jedná sa síce o destabilizačný prvok vyskytujúci sa v akýchkoľvek blízkych vzťahoch, ale môže niesť aj pozitívny náboj, a to napríklad z hľadiska vývoja (Kurdek, 1994; Paulík, 2017).

Keďže sa zaoberáme konfliktom, ktorý prebieha medzi osobami, hovoríme o interpersonálnom konflikte (Křivohlavý, 2002). Napriek tomu, že interpersonálny konflikt je vždy veľmi náročný a sprevádza ho množstvo negatívnych prejavov, existujú aj pozitívne aspekty konfliktu. Jedná sa teda o prostriedok rozvoja a zmien na oboch stranách partnerov, ktorý môže mať pozitívny náboj pri použití produktívnych stratégií (DeVito, 2008; Corcoran & Mallinckrodt, 2000).

Vplyvom konfliktu na kvalitu partnerského vzťahu a negatívnymi konfliktnými štýlmi v partnerstve, sa zaoberal Cramer (2000). Vo svojej štúdií sa sústredil predovšetkým na ich súvislosť s tým, ako často konflikt vzniká alebo to, či sa konflikt vyrieši tak – aby obidve strany boli spokojné. Bolo preukázané, že s narastajúcou dĺžkou trvania vzťahu sa stupňovala frekvencia menších konfliktov a negatívny štýl riešenia konfliktu. Avšak štúdia preukázala, že frekvencia konfliktov nesúvisí s partnerskou spokojnosťou a je to teda zvládnutý konflikt a uspokojivé vyriešenie podľa oboch partnerov, ktoré jej odpovedá (Cramer, 2000).

Rozdiel v pohlaví v kontexte konfliktu je možné pozorovať v zapojení a vplyve konfliktu, v podnecovaní, definovaní a v plánovaní riešenia konfliktu. Ženské pohlavie je častokrát vnímané ako to emocionálnejšie, ktoré vyžaduje viacej intimity vo vzťahu. Taktiež je u žien väčší predpoklad, že sa rozvinie nedôvera voči partnerovi, že po konflikte zmení svoje správanie. Muži chcú taktiež intímny a emocionálny vzťah, ale pri vyskytnutom konflikte sa riadia hlavne nájdením rýchleho a efektívneho riešenia konfliktu. Preukazujú

jednoznačne väčšiu spoluprácu pri riešení konfliktov ako ženy (Ball, Cowan & Cowan, 1995; Krivohlavý, 2002).

## **2.2 Stratégie riešenie interpersonálnych konfliktov**

V procese riešenia partnerských konfliktov môžeme v pozadí pozorovať určité charakteristické postupy u obidvoch účastníkov konfliktu, ktoré majú rôzne dlhé trvanie. Hovoríme odborne o taktike a stratégii, ktoré ovplyvňujú to, akým smerom sa bude konfliktná situácia vyvíjať (Krivohlavý, 2002; Plamínek, 2009).

Na základe jedného z delení, rozdeľujeme medziľudské stratégie na statické a dynamické. Za predpokladu, že sa počas konfliktnej situácie stratégia mení, pohybuje sa dynamicky, hovoríme o dynamickej stratégii. Statická stratégia je taká stratégia, ktorá je na začiatku konfliktu pevne stanovená a počas celého priebehu konfliktnej situácie zostáva nezmenená. Delíme ich taktiež na nepodmienенý typ, kedy jedinec nepristupuje citlivo k potrebám toho druhého a podmienený typ, kedy sa naopak objavuje prehnaná citlivosť k partnerovi (Krivohlavý, 2002; Paulík, 2017).

Rovnako dôležité ako to, čo je predmetom konfliktu partnerov je aj to, akým spôsobom a postupom je daný konflikt zvládnutý. Existujú dve dimenzie ako postupovať pri riešení konfliktu. V prípade, že jedinec sa sústreďí na svoju osobu, teda snaží sa uspokojiť svoje osobné potreby v konflikte, hovoríme o prvej dimenzii. Druhou dimenziou je, keď sa jedinec sústreďí na druhých a snaží sa o uspokojenie ich potrieb v kontexte konfliktu. Na základe daných dvoch dimenzií bolo definovaných päť konfliktných štýlov. Kombinácia vysokej miery záujmu o druhých a súčasne aj o vlastnú osobu poukazuje na integračný štýl, zatiaľ čo vyhýbavý štýl je naopak charakterizovaný nízkou mierou záujmu o druhých, ako aj o seba. Pre ochotný štýl je príznačná vysoká miera záujmu o druhých a nízka miera záujmu o seba, a posledný dominantný štýl nízkou mierou záujmu o ostatných a vysokou mierou záujmu o seba (Dijkstra, Barelds, Ronner & Nauta, 2016).

### **2.2.1 Riešenie konfliktov v partnerskom vzťahu**

Zacchilli s kolektívom (2009) si dali za cieľ vytvoriť škálu, ktorá sa týka typov riešenia konfliktov v partnerských vzťahoch. Jednotlivé subškály odrážajú to, ako sa partneri k sebe správajú v konfliktných situáciách, ktoré sa týkajú komunikácie, lásky, sexuality, spokojnosti vo vzťahu, rešpektu a sexuálnych rozdielov. Vychádzali z troch pre ich výskum nosných štúdií.

Prvou bola štúdia Horney (1945) a Sillarsa (1980), ktorí sa zaoberali stratégiami riešenia konfliktov u spolubývajúcich a ich rozdelenie do troch prístupov sa stalo základňou pre danú problematiku. Jednalo sa o prístupy – integrácia, distribúcia a vyhýbanie. Päť stratégií popísaných Petersonom boli ďalšou nosnou štúdiou a jednalo sa o stratégie – separácia, dominancia, kompromis, spoločná dohoda a postupné/štruktúrne zlepšenie. Treťou štúdiou, z ktorej vychádzali Zacchilli s kolektívom, bola vypracovaná autormi Lulofs a Cahn v roku 2000, ktorí taktiež predstavili päť stratégií riešenia konfliktu u partnerov. Jednalo sa o vyhýbanie, prispôsobenie, súťaženie/rivalita, kompromis a spolupráca.

Rovnako tak sa snažili autori Zacchilli a kolegovia (2009) vytvoriť škálu, identifikujúcu typy riešenie konfliktov v partnerských vzťahoch. Vytvorili nástroj Romantic partner conflict scale (RPCS), s pomocou ktorého dokážeme indikovať šesť faktorový model, zahrňujúci šesť možností ako riešiť partnerský konflikt – kompromisný (*compromise*), vyhýbavý (*avoidance*), vzájomne reaktívny (*interactional reactivity*), separačný (*separation*), dominantný (*domination*) a submisívny (*submission*) štýl.

V kompromisnom štýle je zahrnutá spolupráca a vyjednávanie, a cieľ tohto štýlu spočíva v dosiahnutí najvyššej možnej spokojnosti u oboch partnerov. Pri vyhýbavom štýle sa jedinec typicky snaží predísť vzniku konfliktu a vyhýba sa konfliktom s partnerom. Štýl vzájomnej reaktivity sa charakterizuje verbálnou agresivitou, emocionálnou prechivosťou a nízkou úrovňou dôvery medzi partnermi. V separačnom štýle sa vyskytuje stratégia vychladnutia (*cooling – off*), ktorá vedie k tomu, že sa problém nerieši okamžite, ale s nejakým časovým odstupom. Typickým znakom dominantného štýlu je, že jeden z partnerov má sklon k prevzatiu kontroly nad konfliktnou situáciou a uprednostňovaniu svojich potrieb na úkor tých partnerových. Naopak, pri submisívnom sa jeden partner podriaďuje partnerovým požiadavkám, aby ukončil vzniknutý konflikt (Zacchilli, Hendrick & Hendrick, 2009).

Jednotlivé štýly autori ešte zaraďujú pod konštruktívne a deštruktívne kategórie. Medzi konštruktívne spôsoby správania patrí len kompromisný štýl, zatiaľ čo pod deštruktívny patrí dominantný aj vzájomne reaktívny štýl. Zvyšné štýly – vyhýbavý, separačný a submisívny, nemohli autori jednoznačne zaradiť ani do konštruktívnej ani do deštruktívnej kategórie, pretože záviseli na iných faktoroch, v ktorých sa konflikt odohráva, ako tie, s ktorými pracovali vo výskume (Zacchilli et al., 2009).

## 2.3 Oblasti partnerského konfliktu

Rozumieme tým rámcem tém, ktoré sú predmetom hádok partnerov vo vzťahu. Niektoré témy môžu byť pre partnerov viac náročné a môžu prerásť do série hádok, ktoré si vyžadujú viac úsilia k ich vyriešeniu (Bevan, Hefner & Love, 2014). Mnohokrát sa už preukázala dôležitosť odkrytia týchto konfliktných tém, ktorým položili základ manželia Mowrerovci v roku 1928 a popísali osobné zvyklosti partnerov, ktoré viedli k ich rozporom. Aj napriek značnému časovému odstupu sa tieto oblasti výrazne nezmenili, ale postupne sa upravovali, rozvíjali a prispôbovali aktuálnej dobe.

Napriek vedomiu, že partnerská spokojnosť nerozlišuje medzi oblasťami, na ktorých sa partneri nezhodnú, existuje málo výskumov, ktoré sa zaoberajú jedinečným vplyvom každej oblasti na partnerskú spokojnosť, či správanie a tým ako sa páry hádajú (Meyer & Sledge, 2022). Najnovšia štúdia od autorov Meyera a Sledgeovej (2022) sa z toho dôvodu zamerala práve na tieto oblasti. Pomenovali jedenásť najviac sa vyskytujúcich oblastí v konfliktoch – komunikácia (*communication*), fungovanie v domácnosti (*household chores*), robenie rozhodnutí (*decision – making*), spoločný čas (*quality time together*), financie (*finances*), osobné alebo partnerove zvyky (*personal or partner habits*), očakávania rolí (*role expectations*), čas strávený pred obrazovkou (*screen - time*), rodičovstvo (*parenting*), sex (*sex*) a organizácia času (*time-managment*).

Neprekvapivo najviac konfliktnou oblasťou bola komunikácia, ktorá je aj často prejednávanou témou v partnerskej poradni alebo v terapii. Zatiaľ nevieme presne vyjadriť, či vzniká viacej komunikačných nedorozumení v osobnej alebo elektronickej forme. Komunikácia sa významne podieľa na konfliktných situáciách, či už ako ústredná problematika samotného konfliktu alebo ako prostriedok pre riešenie konfliktu z inej problematikou. Utvára preto veľký priestor pre dysfunkčné správanie a aj ona samotná môže nadobudnúť pri konflikte dysfunkčný charakter, čo vedie k partnerskej nespokojnosti. Oblasťou spájajúcou sa s technológiami je trávenie času pred obrazovkou, ktorá súvisí aj s oblasťami spoločný čas a komunikácia partnerov, kedy ich značne narúša a vedie tak ku vzniku konfliktu medzi partnermi, čo sa čoraz častejšie objavuje v dnešnej modernej dobe. Rovnako často objavujúcou sa témou ako komunikácia, bolo rodičovstvo. V tejto oblasti sa konflikty medzi deťmi a rodičmi odzrkadľovali na konfliktoch medzi rodičmi samotnými a po narodení dieťaťa, vzťah partnerov smeroval k zhoršeniu. Pomerne často sa objavovali taktiež témy ako robenie rozhodnutí a oblasť sexu, ktorá je pokladaná za ukazovateľ vzťahu ako

prejav emocionálnej intimity. Zvyky alebo správanie partnera je posledná oblasť, ktorá sa taktiež ako predchádzajúce viackrát opakuje v nezhodách partnerov, hlavne ak sú partneri dlhšie vo vzťahu (Meyer & Sledge, 2022).

V prípade výskumu Kurdeka (1994), ktorý sa zaoberal aj homosexuálnymi partnermi sa nepotvrdili významné zmeny oproti heterosexuálnym párom. Jednalo sa len o oblasť sociálne problémy, ktorá bola vnímaná ako viac problematická u heterosexuálnych párov a oblasť nedôvery, ktorá bola vnímaná problematickejšie u homosexuálnych párov. Avšak v najnovšom výskume, ktorý sme spomínali vyššie, autori už nenašli žiadne rozdiely medzi homosexuálnymi a heterosexuálnymi párami (Meyer & Sledge, 2022).



## 3 RIEŠENIE KONFLIKTOV V PARTNERSTVE VO VZŤAHU K VZŤAHOVEJ VÄZBE

Ako je uvedené v predchádzajúcej časti, konflikt je neoddeliteľná súčasť každého interpersonálneho vzťahu. Pietromonacová s kolektívom (2004) vnímajú konflikt ako prostriedok k zlepšeniu intimity partnerov vo vzťahu, ale zároveň ide aj o ohrozenie vzťahovej väzby. Rovnako tak vzťahová väzba je prirodzene aj tá konfliktná. V konfliktnej situácii dochádza ku aktivácii vzťahovej väzby a odráža sa v správaní, ktorým sa jedinci vyrovnávajú s touto situáciou, teda v štýle riešenia konfliktu (Dijkstra et al., 2016). Zatiaľ čo jedinci s bezpečným štýlom väzby nevnímajú konflikt v partnerstve za ohrozujúci, jedinci s neistou väzbou konflikt naopak ako ohrozenie ich vzťahu vnímajú, ale pre rozdielne názory podľa toho, či hovoríme o úzkostnom alebo vyhýbavom jedincovi (Brassard, Lussier & Shaver, 2009).

### 3.1 Vplyv vzťahovej väzby na riešenie konfliktov

Vo všeobecnosti bolo dokázané, že ľudia s bezpečnou a vyhýbavou väzbou majú menej konfliktov ako ľudia s úzkostne zapletenou väzbou, ktorí majú väčší počet konfliktov (Hašto, 2005). Jedinci s úzkostným štýlom väzby môžu vnímať väčšie ohrozenie vo svojich blízkych vzťahoch, na čo reagujú požadovaním nadmerného uistenia u partnera, čo sa môže prejaviť rôznymi formami problematického správania, ako sú napr. časté obavy z nevery, žiarlivosť pôvodne verného partnera či hľadanie intimity u inej osoby. Avšak jedinci s týmto štýlom pripútania sa, sa cítia pri konfliktoch partnerovi bližšie, majú príležitosť vyjadriť sa a komunikovať. Avšak táto komunikácia môže obsahovať agresívne prvky a byť zameraná na jedinca samotného (Pietromonaco, Greenwood & Barrett, 2004).

Štúdia z roku 2003 od Davise s kolektívom a z roku 2005 od Sbarra a Emery poukazuje na to, že ľudia s istým štýlom sa oveľa rýchlejšie spamätajú po konflikte s partnerom ako s vyhýbavým alebo úzkostným štýlom väzby. Predovšetkým ľudia s úzkostným štýlom väzby vykazujú po konflikte výrazné známky distressu a psychopatológie a dlhšiu dobu sa po ňom spamätávajú. Bojzhlivo vyhýbavý štýl je charakteristický hlavne tým, že títo jedinci sa snažia minimalizovať akékoľvek negatívne správanie v partnerstve, aby nedošlo k odmietnutiu zo strany partnera (Civilotti et al., 2021).

Autori Dominguová a Mollenová (2009) sa vo svojom výskume zaoberali súvisom vzťahovej väzby oboch partnerov so spôsobom ich vzájomnej konfliktnej komunikácie. Dospeli k záveru, že páry, v ktorých majú obaja partneri bezpečný typ vzťahovej väzby, volia vzájomne konštruktívnejšiu komunikáciu ako páry, ktoré nemajú rovnaký typ vzťahovej väzby, alebo obaja partneri majú neistý typ vzťahovej väzby. V prístupe ku konfliktu formou vyhýbania sa konfliktným situáciám, ani v odmietaní komunikácie vedúcej k prípadnému konfliktu, sa páry v ktorých jeden alebo obaja partneri mali neistý štýl nelíšili.

Výskum v oblasti štyroch štýlov vzťahovej väzby v kontexte spokojnosti a konfliktov medzi partnermi realizovala Dijkstra s kolektívom (2016). Vzorka respondentov bola tvorená nadpriemerne inteligentnými jedincami s kontrolnou skupinou jedincov v bežnej populácii ľudí. U nadpriemerne inteligentných jedincov sa pomerne často objavoval vyhýbavý štýl väzby, ktorý sa spájal aj s vyhýbavým štýlom riešenia konfliktov. V prípade dištančne vyhýbavého štýlu volili jedinci menej konštruktívne spôsoby riešenia konfliktu, viac vyhýbavé a menej integračné, čo viedlo aj k nižšej spokojnosti vo vzťahu. K nižšej spokojnosti viedla aj voľba často dominantných spôsobov riešenia u jedincov s bojzливо vyhýbavým štýlom väzby. Jedinci s bezpečnou vzťahovou väzbou predpokladane volili konštruktívne štýly riešenia, čo viedlo aj k väčšej spokojnosti vo vzťahu. Všeobecne dospeli k názoru, že jedinci s vyššou inteligenciou sa len mierne líšili od kontrolnej skupiny.

### **3.1.1 Vplyv dvoj-dimenzionálneho modelu vzťahovej väzby na riešenie konfliktu**

Existujú štúdie, ktoré sa zaoberajú vzťahom konfliktov a modelom vzťahovej väzby podľa Bartolomewovej a Horowitz (1991), spomínali sme jednu od autorov Dijkstra a kolektív (2016), avšak takýchto štúdií je pomerne málo. Postupne sa však viacej štúdií zameriava predovšetkým na konflikt v súvislosti s dvoj-dimenzionálnym modelom vzťahovej väzby a množstvo odborníkov sa na tomto vzťahu zhoduje. Vyhýbavosť aj úzkostnosť úzko súvisia s riešením konfliktných situácií, ale každá iným spôsobom a v rôznej miere (Pietromonaco et al. 2004).

Výskum z roku 2010, ktorý uskutočnil Cann so svojím kolektívom ukázal, že je vzťah medzi úzkostnosťou a vyhýbavosťou, spokojnosťou vo vzťahu a piatimi konfliktnými štýlmi spomínanými v predošlej kapitole. Dospeli k výsledkom, že ak jedinci dosahovali nižších hodnôt v úzkostnosti, častejšie volili ochotný a integračný štýl riešenia konfliktu a menej často dominantný štýl (Dijkstra et al., 2016). Ľudia s bezpečným štýlom väzby

využívajú pri konflikte skôr konštruktívny spôsob riešenia ako je diskutovanie o probléme, zatiaľ čo jedinci s neistým štýlom volia častejšie deštruktívne spôsoby riešenia, ako napr. vyhrážanie (Brumbaugh & Fraley, 2010).

Shiová (2003) sa taktiež zaoberala dvoj-dimenzionálnym modelom vzťahovej väzby a jeho vplyvom na stratégie riešenia konfliktných situácií. Vzťah, ktorý objavila vo svojom výskume bol medzi vysokou mierou vyhýbavosti a dominantným štýlom. Dominantný štýl využívajú jedinci s vysokou mierou vyhýbavosti, za účelom vyhnúť sa intimitě s partnerom a chrániť tým seba pred očakávaným emočným sklamaním. Jedinci s týmto typom väzby sa zdráhajú začať dlhšiu a hlbokú konverzáciu, ak sa týka pre nich dôležitej oblasti vzťahu. Tí, ktorí skórovali nižšie vo vyhýbavosti volili častejšie ochotný štýl riešenia. Konštruktívne riešenia konfliktov vyžadujú otvorenú konverzáciu o probléme a odhalenie sa partnerovi, čo je pre týchto jedincov značne nepríjemné a aby sa ochránili pred vznikom distresu z tejto situácie radšej sa jej vyhnú. Vysoká miera úzkostnosti sa môže spájať s dominantným štýlom riešenia konfliktov, ako prostriedok dosiahnutia blízkosti a podpory od partnera. Hlavným motívom jedincov je vyhovieť druhej strane aj na úkor vlastných potrieb, aby sa docielilo predovšetkým odstránenie distresu z konfliktnéj situácie.

Existujú štúdie, ktoré tvrdia, že jedinci s vysokou mierou vyhýbavosti odmietajú vnímať konfliktné situácie ako konflikt, pretože nechcú, aby došlo k aktivácii pocitov súvisiacich s ich vzťahovou väzbou, a tak situáciu neriešia (Brassard et al., 2009). Ohľadom vnímania konfliktov je aj štúdia, ktorá tvrdí, že ženy všeobecne vnímajú vo väčšej miere konflikty v partnerstve bez rozdielu v štýle vzťahovej väzby (Kirkpatric & Davis, 1994).

Danou problematikou sa zaoberala, v rámci svojej magisterskej diplomovej práce Hartmannová (2021), ktorou nadväzovala na prácu Kotrlovej a Lacinovej (2013), ktoré potvrdili súvislosť medzi typom vzťahovej väzby a jednotlivými stratégiami riešenia. Hartmannová sa zamerala taktiež aj na dyadický charakter tejto súvislosti a pri vyrovnanom počte, 50 párov, preukázala tesnú spojitosť medzi typom vzťahovej väzby u partnerov a voľbou formou stratégie pri spoločnom riešení konfliktu. Výsledky ukázali, že nízka miera väzbovej vyhýbavosti a úzkostnosti oboch partnerov sa spájajú najčastejšie s kompromisným štýlom, naopak vysoká miera väzbovej vyhýbavosti a úzkostnosti oboch partnerov súvisí s väčšou tendenciou k reaktivite pri riešení konfliktov. Vyššia miera väzbovej úzkostnosti u partnerky korelovala s dominantným štýlom zo strany partnera a vyššia väzbová vyhýbavosť partnera so submisívnym štýlom riešenia konfliktu zo strany

partnerky. Separáčny štýl riešenia konfliktov u partnera je v súvislosti s vyhýbavým štýlom riešenia konfliktov partnerky, čo nasvedčuje istej podobnosti týchto štýlov.

### **3.2 Dyadická vzťahová väzba a riešenie konfliktnej situácie**

Pri konflikte sú veľmi dôležité stratégie riešenia konfliktu oboch partnerov a ako sa obaja s nimi vyrovnávajú, pretože to má výrazný vplyv na to, akým smerom bude vzťah smerovať a ako sú partneri vo vzťahu spokojní (Sierau & Herzberg, 2011). Preto pri skúmaní závislosti medzi partnerskými štýlmi riešenia konfliktov a výsledkom konfliktu medzi partnermi môže vplyv funkčných a nefunkčných štýlov riešenia konfliktu ozrejmiť práve dyadický prístup skúmania tejto oblasti. Taktiež partneri na seba navzájom pôsobia pozitívne v prípade, že majú vážnejší zväzok (Brassard et al., 2009). Dyadické regulačné procesy naznačujú to, že ak má jeden z partnerov neistú vzťahovú väzbu neznamená to okamžité zánik vzťahu, ale môže naopak vytvárať bezpečné a spokojné prostredie pre partnerov (Overall & Simpson, 2015). Oproti predošlým štúdiám sa tá od autorov Sierauovej a Herbergra (2011) zamerala na existenciu dyadického kompenzačného mechanizmu v kontexte riešenia konfliktov v partnerstve. Výsledkami zistili významnú súvislosť medzi vysokou mierou úzkostnosti a konštruktívnymi konfliktnými stratégiami v prípade vzťahu s partnerom využívajúcim efektívne stratégie riešenia konfliktov.

Rôznymi stratégiami riešenia konfliktov z pohľadu pohlavia sa zaoberala štúdia Creasyho (2002) a bola robená na vzorke mladých, približne dvadsaťročných párov. Dospeli k výsledkom, že u heterosexuálnych párov sa objavoval viac deštruktívny štýl riešenia konfliktu, v prípade, keď mal muž neistú väzbu, ako keď ju mala žena. V prípade ženy s neistou väzbou volili páry oveľa viac konštruktívne stratégie riešenia bez ohľadu na to, či druhý partner mal istú alebo neistú vzťahovú väzbu.

Výsledky množstva výskumov zaoberajúcich sa touto tematikou sa v niečom stretávajú a v niečom rozchádzajú, čo samozrejme závisí na množstve premenných, ktoré boli v nich zahrnuté. Z tohto dôvodu nebol doteraz vytvorený žiadny presný vzorec popisujúci vzájomné pôsobenie citovej väzby a stratégie riešenia konfliktov. Tie základné poznatky boli zhrnuté v štúdiu Pietromonacovej a kolektívu (2004):

- Páry s neistou vzťahovou väzbou volia menej konštruktívne spôsoby riešenia ako páry, kde má aspoň jeden s partnerov istý typ vzťahovej väzby.
- Páry s istou vzťahovou väzbou volia konštruktívne spôsoby riešenia konfliktu.

- Na spôsob riešenia konfliktnej situácie má vplyv aj pohlavie partnerov – vzťahová väzba mužov môže mať väčší vplyv, avšak toto tvrdenie nebolo dostatočne preukázané.

# VÝSKUMNÁ ČASŤ

## 4 VÝSKUMNÝ PROBLÉM

Bolo prevedených niekoľko výskumov, ktoré sa zaoberali tým, ako sa prejavuje vzťahová väzba u dospelých jedincov v rôznych aspektoch ich života, a to predovšetkým v partnerských vzťahoch. Po preštudovaní dostupnej literatúry a doterajších výskumov sme sa rozhodli zamerať nie len na stratégie riešenia konfliktov v partnerstve, ale aj ktoré z nich volia partneri v špecifických oblastiach spolužitia. Téma práce je značne obširná a bolo potrebné ju kategorizovať, a preto sme pre jej lepšie spracovanie zvolili kategorizáciu pomocou vzťahovej väzby. Vzťahovú väzbu sme zvolili z dôvodu jej značného vplyvu pôsobenia na partnerský vzťah, práve z hľadiska riešenia konfliktov ako aj spokojnosti. Do dnešnej doby sme nezaznamenali výskum, ktorý by sa zaoberal touto problematikou, preto považujeme za prínosné pohľad do konkrétnejších oblastí konfliktných situácií práve v kontexte vzťahovej väzby.

Teoretická časť sa zameriava predovšetkým na popisanie kontextu vzťahovej väzby, jej vplyv na stratégie riešenia konfliktov, ktorým sa venujeme aj ako samostatnej téme a taktiež oblastiam konfliktných situácií, ktoré sa najčastejšie v partnerstve vyskytujú. Jej cieľom je poskytnúť čitateľovi náhľad do týchto oblastí pre získanie základných vedomostí o prejedávaných témach a pochopenie súvislostí na ktoré sme sa zamerali vo výskumnej časti tejto bakalárskej práce. **Hlavným cieľom danej práce je preskúmanie a popisanie stratégií zvládania konfliktov v konkrétnych oblastiach partnerského spolužitia v súvislosti so vzťahovou väzbou.**

### 4.1 Výskumné otázky

**V našej práci sme sa sústredili na zmapovanie nasledujúcich výskumných otázok:**

1. Aká je voľba stratégie zvládania konfliktov v jednotlivých oblastiach konfliktných situácií, ak má jedinec istú vzťahovú väzbu?
2. Aká je voľba stratégie zvládania konfliktov v jednotlivých oblastiach konfliktných situácií, ak má jedinec neistú vzťahovú väzbu?
3. Aká je voľba stratégie zvládania konfliktov v jednotlivých oblastiach konfliktných situácií, ak má jeden s partnerov neistú väzbu a druhý partner istú väzbu?
4. Aká je voľba stratégie zvládania konfliktov v jednotlivých oblastiach konfliktných situácií, ak majú obaja partneri neistú väzbu?

5. Aké je vnímanie jednotlivých oblastí konfliktnej situácie u respondentov ?
6. Pokrýva zvolený model riešenia konfliktu dostatočne situácie, ktoré popisovali respondenti v rozhovore?



## 5 METODOLÓGIA VÝSKUMU

Na základe určeného výskumného problému a od neho sa odvíjajúcich výskumných otázok, bol zvolený zmiešaný výskum. Ten bol tvorený kvalitatívnou časťou, využívajúcou metódu zakotvenej teórie a doplnený kvantitatívnou časťou tvorenou dotazníkovým šetrením. Kvantitatívny aj kvalitatívny výskum sú na prvý pohľad rozličné, avšak aj napriek tomu hranica medzi nimi nie je úplne ostrá. Typ výskumu spájajúci kvantitatívny aj kvalitatívny typ výskumu sa nazýva zmiešaný výskum. Každý typ nesie svoje určité výhody, nevýhody či riziká (Vévodová et al., 2015). Výskumníci a to predovšetkým v psychológii, vždy budú na dané javy pozerat' s určitou dávkou subjektivity. Avšak bez istej pevnej štruktúry s prihliadnutím na ľudskú skúsenosť by sme nemohli vytvorit' zámer nášho skúmania. Preto sme sa pre túto prácu zvolili obidva smery, ako snahu o čo najlepšie porozumenie nami skúmanej problematiky.

### 5.1 Kvantitatívny výskum

Kvantitatívnym výskumom rozumieme typ výskumu, ktorý sa riadi tým, že ľudské chovanie dokážeme do istej miery merať a predvídať. Zameriava sa predovšetkým reduktívnym skúmaním, pri ktorom kvôli značne väčšiemu rozsahu vzorky je nemožné zachytiť daný jav presne vo všetkých podobách, a preto sa sústreďí len na niektoré z nich. Výsledkami daného výskumu sú numerické dáta, ktoré majú podobu poradových, intervalových a pomerových premenných (Ferjenčík, 2010; Vévodová a kol. 2015). K ich získaniu využíva náhodné výbery, experimenty a pevne štruktúrovaný zber dát pomocou testov, dotazníkov alebo pozorovania (Hendl, 2005).

Narozdiel od kvalitatívneho výskumu kvantitatívny výskum stavia na základe už vzniknutej teórie z ktorej formuje hypotézy, ktoré ďalej štatisticky overuje a dané výsledky zovšeobecňuje na populáciu. Cieľom kvantitatívneho výskumu je overiť platnosť teórie alebo hypotéz, potvrdiť alebo vyvrátiť ich (Vévodová a kol. 2015), nesie teda povahu hypotetického - deduktívneho modelu (Hendl, 2005).

#### 5.1.1 Dotazníky – Prežívanie v blízkych vzťahoch (ECR)

V rámci kvantitatívnej časti bol k zisťovaniu vzťahovej väzby u partnerov použitý dotazník Prežívanie blízkych vzťahov – Experiences in close relationship, ECR, ktorý bol pôvodne

vytvorený Brennanovou a kol. (1998) a česká verzia bola publikovaná autormi Léčbychom a Pospíšilovou (2012).

Obe metódy sa sústreďujú na dve dimenzie vzťahovej väzby – väzbovú vyhýbavosť a väzbovú úzkosť, ktoré sú merané pomocou 36 položiek a každej z dimenzií odpovedá 18 položiek. Položky sú hodnotené pomocou sedemstupňovej škály Likertovho typu od 1 (rozhodne nesúhlasím) až po 7 (rozhodne súhlasím). Niektoré z položiek majú reverzibilné skórovanie (Cíger a kol., 2019). V metóde ECR odpovedá 18 nepárnych položiek väzbovej vyhýbavosti a 18 párnych položiek väzbovej úzkosti (Léčbych & Pospíšilíková, 2012). Pearsonova korelácia medzi obidvomi škálami je  $r = 0,02$  (Cíger a kol., 2019).

Autori Seitzl, Charvát a Léčbych (2016) uskutočnili štúdiu na detailnejšie preskúmanie českého prekladu škály a zistili, že väzbová vyhýbavosť sa ešte delí do tretieho faktoru, ktorý zodpovedá vyhýbavosti, spojenou s neochotou spoliehať sa, či byť závislý na iných ľuďoch. Avšak nakoniec sa priklonili k dvojfaktorovej forme, ale vytvorili aj skrátenú verziu ECR-CZ, ktorá je ukrátená o 5 problematických položiek. Reliabilita oboch škál bola značne podobná,  $r = 0,02$ . Autori potvrdili vysokú vnútornú konzistenciu položiek v oboch škálach dotazníku podľa Cronbachovej alfy, ktorá sa pohybovala od 0,85 do 0,87.

### **5.1.2 Sociodemografický dotazník**

Pre získanie základných informácií o respondentoch sme ich pred zahájením samotného dotazníka (ECR) poprosili o vyplnenie krátkeho sociodemografického dotazníka, obsahujúceho 9 položiek. Pýtali sme sa respondentov na pohlavie (muž-žena), vek (v rokoch), štátnu príslušnosť, najvyššie dosiahnuté vzdelanie, spoločenský status (možnosť výberu viacej možností), náboženské vyznanie, vzťah (homosexuálny-heterosexuálny), dĺžka vzťahu (v rokoch), spoločné bývanie (áno-nie). Na konci dotazníka sme ich požiadali aj o vytvorenie identifikačného kódu, ktorý bude použitý aj v nasledujúcom dotazníku, (ECR) aby sme mohli informácie z oboch dotazníkov ako aj partnerov spárovať. Respondenti boli požiadaní, aby tento kód vytvorili na základe prvých troch písmen svojho mena, partnerovho mena a ľubovoľného trojčíslicia, ktoré bude spoločné pre oboch partnerov (s tým, že prvé tri písmena boli tie, ktoré patrili tomu z partnerov, ktorý vyplňoval testovú batériu). Bol uvedený vzor, ako by takýto identifikačný kód mohol vyzeráť, podľa ktorého sa mohli respondenti orientovať.

## 5.2 Kvalitatívny výskum

Kvalitatívnym výskumom rozumieme výskum, ktorý sa zameriava na nachádzanie súvislostí, významov rôznych fenoménov a ich následnou interpretáciu. Z pohľadu optiky skúmania je kvalitatívny výskum vo svojej povahe orientovaný holisticky, čiže na skúmaný jav nazerá v celej jeho šírke a všetkých možných rozmeroch. Cieľom je teda pochopiť všetky pozorované rozmery v ich súvislostiach a nadväznostiach. Výsledky kvalitatívneho výskumu sú nenumerické dáta a typicky sa pre ne využívajú nominálne premenné (Ferjenčík, 2010). Najčastejšie kvalitatívnym výskumom vytvárame novú teóriu a kladieme si nové otázky, teda objavujeme nové pohľady na javy (Gavora, 2006). Požiadavkami tohto výskumu je vysoká interakcia výskumníka s jedincami, ktorí sú skúmaní (Hendl, 2005) a taktiež nároky na schopnosť odstúpiť a kriticky analyzovať, vyhnúť sa skresleniu a získať platné a spoľahlivé dáta pozorovaného fenoménu (Strauss & Corbin, 1999).

V kvalitatívnom výskume sa zameriavame hlavne na popis subjektívnej skúsenosti daného jedinca a využívame princíp jedinečnosti a neopakovateľnosti, kontextuálnosti, procesuálnosti, reflexivity a dynamiky situácie. Kvalitatívne metódy sa využívajú k odhaleniu a lepšiemu porozumeniu javu, o ktorom veľa nevieme. Výhodou tohto typu výskumu je, že nám poskytuje hlbší a podrobnejší pohľad do skúmaného javu, avšak nevýhodou je potom neschopnosť tieto informácie zasadiť do širšieho kontextu. Najvyužívanejšou metódou k získavaniu dát patria semištrukturované či neštrukturované alebo skupinové rozhovory, ale taktiež aj diskusie či pozorovanie (Miovský, 2006; Strauss & Corbin, 1999).

Pracuje s menšou vzorkou ľudí v porovnaní s kvantitatívnym výskumom (Gavora, 2006). Pokiaľ chceme zabezpečiť čo najväčšiu mieru súladu medzi našimi závermi a interpretáciou s realitou, budeme sa opierať o čo najviac zdrojov dát, čím dostane takzvanú **trianguláciu dát**, ktorá zvýši úroveň validity výskumu (Ferjenčík, 2010).

### 5.2.1 Metóda zakotvenej teórie

Zakotvená teória je jednou z prístupov, ktoré môžeme využiť pri analýze kvalitatívnych dát. Jej hlavným cieľom je **vybudovať teoretické uchopenie, ktoré nám umožní danému javu lepšie porozumieť v istých súvislostiach, pomenovať ho a tým doceliť možnosti jeho predikcie a ovplyvnenia**. Je určená pre menej prebádané oblasti. Jedná sa o postup

prechádzajúci od tvorby výskumných otázok po tvorbu teórie, ukotvenú v dátach až po jej prípadné ďalšie rozvíjanie (Řiháče et al., 2013).

Zásadnou časťou zakotvenej teórie je **tvorivosť** výskumníka. Len na ňom je, akým spôsobom pomenuje kategórie a ako sa zorientuje v určení základných podmienok a následkoch, objavujúcich sa v údajoch. Vždy je dôležité, aby bádateľ overil platnosť všetkých kategórií a výrokov o vzťahoch ku ktorým počas výskumu dospel (Strauss & Corbin, 1999). Výsledok pozorovania je závislý na postupe výskumníka (Řiháče a kol., 2013).

Hlavným bodom zakotvenej teórie sú **koncepty** alebo teoretické pojmy, ktoré tvoria základ danej metódy. Ďalej sú to **kategórie**, ktoré vznikajú na základe zoskupovania konceptov a nakoniec **propozície**, slúžiace k vyjadreniu interakcií medzi jednotlivými konceptmi a kategóriami, patriace k nim (Strauss & Corbin, 1999).

Základným procesom analýzy dát u tejto metódy, je procedúra 3 kódovacích procedúr, ktorými výskumník nachádza, tvorí a pomenúva koncepty, kategórie a propozície :

1. **Otvorené kódovanie.** V tejto časti nachádzame určité významné jednotky v pozorovaných javoch a utvárame tak jednotlivé koncepty, ktoré obsahujú čo najviac informácií o danom jave. Dané koncepty môžeme rôzne pomenovať, vyznačiť, ďalej ich triediť a vytvárať jednotlivé kategórie.
2. **Axiálne kódovanie,** vychádza z otvoreného kódovania, kedy údaje z neho sú usporiadané novým spôsobom, prostredníctvom nachádzania väzieb medzi kategóriami a subkategóriami. Požadovaným záverom je vytvoriť hlavné kategórie, ktoré sú súčasťou vznikajúcej teórie.
3. **Selektívne kódovanie,** cieľi hlavne na popis ústredného konceptu výskumu, okolo ktorého sa všetky ostatné kategórie integrujú tak, aby výsledná teória výstižne odpovedala na výskumnú otázku. Taktiež už dávame pozor na to, aby výsledná teória nezahrňovala nadbytočné koncepty, keďže pracujeme veľmi výberovo v tejto fáze (Řiháček et al., 2013; Strauss & Corbin, 1999; Vévodová et al., 2015).

Výsledky následne prezentujeme v textovom alebo grafickom formáte (Vévodová et al., 2015). Na základe textového formátu je tvorená **naratívna kostra**, ktorá je zhrnutím všetkých myšlienok našej teórie, usporiadaných do formy príbehu, ktorý prezentujeme (Řiháče et al., 2013).

## 6 ZBER DÁT A VÝSKUMNÝ SÚBOR

V nasledujúcej kapitole sa budeme venovať popísaniu výskumnej populácie, ktorá bola zvolená pre účely skúmania a taktiež procesu, zvoleného pre zber dát. Rovnako tak sa bude zaoberať aj etickým hľadiskom daného výskumu.

### 6.1 Výskumná populácia a výber výskumného súboru

Respondenti pre tento výskum boli získavaní pomocou metódy zámerného výberu a metódou snehovej gule. Môžeme ich bližšie priblížiť takto:

**Metóda zámerného výberu** je metódou kedy výskumník cielene vyhľadáva účastníkov na základe ich špecifických kritérií. Jedná sa o určenú vlastnosť alebo stav jedinca, na základe ktorej je oslovovaný a so súhlasom zapojený do výskumu. Pri našom výskume bol využití **prostý zámerný výber**, ktorý spočíva v prostom výbere potencionálnych účastníkov výskumu na základe ich vhodnosti a súhlasu sa zúčastniť. Ďalej sme využili aj stratégiu **stratifikovaného zámerného výberu**, kedy sme cielili na určitú skupinu jedincov a to konkrétne na homosexuálne páry, ktoré sme taktiež chceli zahrnúť do výskumu.

**Metóda snehovej gule**, ako napovedá jej názov nabaľuje na seba ďalších respondentov, prostredníctvom tých respondentov, ktorých sme získali v prvej fáze výberu. Je utvorená teda sieť kontaktov, vznikajúca z toho, že poprosíme respondentov, aby posunuli informáciu o našom výskume ďalším príslušníkom populácie (Miovský, 2006).

#### 6.1.1 Kritéria výskumného súboru

Ako už bolo spomínané na začiatku tejto kapitoly, výskumný súbor sme získavali prostredníctvom zámerného výberu, kedy sme sa u jedincov zamerali na ich určité vlastnosti a stavy. **Respondenti museli spĺňať jednotlivé podmienky:**

- aktuálny heterosexuálny alebo homosexuálny partnerský vzťah,
- vzťah trvajúci minimálne 12 mesiacov,
- bez manželského statusu,
- bezdetnosť,
- veková hranica bola stanovená od 20 do 65 rokov,
- účasť oboch partnerov zo vzťahu v oboch častiach výskumu – dotazníkovej aj rozhovorovej časti.

## 6.1.2 Popis výskumného súboru

Výskumný súbor pozostával z **20** respondentov, teda **10** párov.

Pred vyplnením dotazníku (ECR) sme sa pomocou sociodemografického dotazníka respondentov dopytovali na ich pohlavie, vek, štátnu príslušnosť, vzdelanie, status, náboženstvo, spoločné bývanie, na druh vzťahu a dĺžku vzťahu. Výsledky daného dotazníka sú zobrazené v tabuľke č. 1.

**Tab. 1:** Tabuľka výsledkov sociodemografického dotazníka

<b>Kategoriálne premenné a ich úrovne</b>			
<b>Pohlavie</b>	Žena (n=10)	Muž (n=10)	
<b>Vzdelanie</b>	SŠ bez maturity/vyučený	0	1
	SŠ s maturitou	8	3
	VŠ	2	6
<b>Status</b>	Študent	6	4
	Zamestnanec	3	6
	Invalidný dôchodok	1	1
	Brigádnik	1	0
<b>Náboženstvo</b>	Kresťanstvo	6	6
	Evanjelická cirkev	0	1
	Ateizmus	3	0
	Verím v niečo nad nami, neviem čo	0	2
	Žiadne	1	1
<b>Spoločné bývanie</b>	Áno	8	8
	Nie	2	2
<b>Vzťah</b>	Heterosexuálny	8	8
	Homosexuálny	2	2
<b>Štátna príslušnosť</b>	Slovenská republika	8	9
	Česká republika	2	1

Z výsledkov sociodemografického dotazníka sme zistili, že náš výskumný súbor teda pozostával z 10 (50%) mužov a 10 (50%) žien z toho 17 (86%) bolo slovenskej národnosti a 3 (15%) českej národnosti. V rámci vzdelania, stredoškolské vzdelanie s maturitou uviedlo 11 (55%) respondentov, vysokoškolské uviedlo 8 (40%) a 1 (5%) respondent uviedol stredné odborné učilište. Pri otázke na status respondenta 10 (50%) uviedlo status študenta, 9 (45%) zamestnanec, 2 (10%) dôchodca a 1 (5%) respondent uviedol do položky iné status

brigádnika. Na otázku spoločného bývania 16 (80%) uviedlo áno bývajú a 4 (20%) nie nebývajú. 16 (80%) jedincov z nášho výskumu uviedlo heterosexuálny vzťah a 4 (20%) homosexuálny vzťah.

**Tab. 2:** Genderové rozdelenie a aktuálna dĺžka partnerského vzťahu

Kvantitatívne Premenné	žena (n=10)			muž (n=10)		
	Priemer	Min.	Max.	Priemer	Min.	Max.
Vek (v rokoch)	33,4	20	65	33,3	22	64
Dĺžka vzťahu (v mesiacoch)	86,7	12	372	86,7	12	372

Poznámka: Priemer = aritmetický priemer, Min.=minimu, Max.=maximum

Najpočetnejšou vekovou kategóriou, boli respondenti vo veku 20–35 r. Priemerný vek žien bol 33,4 rokov a priemerný vek mužov 33,3 rokov. Aktuálna dĺžka partnerského vzťahu sa pohybovala od jedného roku spoločného vzťahu až po 31 rokov trvajúceho vzťahu. Priemerná dĺžka v mesiacoch teda činila 86, 7 mesiacov, čo je približne 7 rokov a 7 mesiacov (viď. tabuľka. 2).

## 6.2 Zber dát

Na základe povahy zmiešaného výskumu, sa zber dát uskutočnil v prvej kvantitatívnej časti formou dotazníka (ECR), ktorý bol v českom jazyku, avšak český a slovenský jazyk sú si v mnohom veľmi podobné a český a slovenský národ majú spoločnú históriu, nemali by sa preto v tomto kontexte medzi nimi vyskytovať žiadne rozdiely. Pre získanie otázok dotazníka ECR sme využili článok Cígera a kolektívu (2019). Po dotazníku ECR, nasledoval dotazník sociodemografických údajov. Obidvom dotazníkom sme sa podrobnejšie venovali v 5. kapitole. Po vyplnení obidvoch dotazníkov nasledovala kvalitatívna časť, pozostávajúca z pološtruktúrovaného interview.

### 6.2.1 Priebeh zberu dát

Získavanie dát pre tento výskum bolo v prvej časti uskutočnené prostredníctvom dotazníkového šetrenia, u obidvoch dotazníkov (ECR, sociodemografického), elektronickej platformy Formulár Google. Úvod dotazníka oboznámil respondentov z výskumníkom samotným, s účelom výskumu, časovým rozhraním dotazníka a informáciou o nadväzujúcom rozhovore. Za predpokladu, že boli jedinci vybraní metódou snehovej gule, boli respondenti na začiatku aj na konci dotazníka (ECR) požiadaní o zaslanie kontaktného

mailu alebo správy na kontaktné údaje uvedené v dotazníku. Následne prebehlo kontaktovanie respondenta ohľadom dohody na forme a časových možnostiach rozhovoru, nasledujúceho po vyplnení dotazníka. Rozhovory boli realizované osobnou ale aj online formou, pomocou platformy Teams. Online formu, sme zvolili z dôvodu nemožnosti uskutočnenia osobného stretnutia, pre väčšiu vzdialenosť alebo náročnosť nájsť si s respondentmi vyhovujúci čas stretnutia, pre obidve strany.

Ako sme už spomínali, dáta vo forme výpovedí respondentov, boli získavané prostredníctvom pološtruktúrovaného interview, kedy výskumník pracuje so zoznamom predom pripravených tém a otázok, ale spôsob odpovedí ako aj radenie otázok zostáva voľné (Ferjenčík, 2010). Pre tento typ rozhovoru sme sa rozhodli, kvôli skutočnosti že oblasti konfliktných situácií nie sú ešte prebádané v súvislosti so stratégiami zvládania konfliktov. Z toho dôvodu sme chceli v rámci tejto oblasti získať čo najviac informácií a stále sa držať hlavnej témy výskumu. Po začatí rozhovoru bol respondent dopytovaný na preferovanie tykania alebo vykania. Následne bol požiadaný o súhlas s nahrávaním rozhovoru a po súhlase bolo spustené samotné nahrávanie. Na začiatku bol respondent informovaný o priebehu rozhovoru a po súhlase, že všetkému dostatočne rozumie a súhlasí s podmienkami, sa mohol samotný rozhovor začať. Respondentov sme sa dopytovali na 11 možných konfliktných oblastí a ohľadom každej oblasti taktiež 9 otázok rovnakých pre každú oblasť (viď. príloha č.3). Pri oblastiach konfliktných situácií sme sa opierali o výskum Meyera a Sledgeovej (2022), ktorí popísali 11 oblastí, v ktorých jedinci nachádzajú konflikty a ich súvislosť s partnerskou spokojnosťou. V rámci konfliktných štýlov sme vychádzali zo šesť-faktorového modelu typov riešenia konfliktov v partnerskom vzťahu, od autorov Zacchilli a kolektívu (2009), na základe ktorého sme určovali jednotlivé štýly riešenia (ktoré sme si popísali v teoretickej časti).

Jedná sa o veľmi citlivú tému preto boli respondenti na začiatku informovaní, aby pristupovali s čo najväčšou otvorenosťou a úprimnosťou, ale nebudú tlačení do zdelenia akýchkoľvek informácií, ktoré im nie sú príjemné a kedykoľvek môžu ukončiť rozhovor, ak sa budú cítiť nepríjemne. Predovšetkým oblasť „Sex“, mohla byť pre niektorých respondentov obzvlášť nepríjemná, preto boli ešte špeciálne pred ňou upozornení, že sa bude týkať intímnej oblasti a opäť bolo pripomenuté, že nemusia zdeľovať informácie, ktoré sú im nepríjemné.



### 6.3 Etické hľadisko a ochrana súkromia

Ku každému respondentovi, ktorý sa zúčastnil výskumu a k informáciám o nich, ktoré sme počas výskumu získali, bolo pristupované v rámci zákona o ochrane osobných údajov č. 110/2019 Sb v Českej republike a podľa zákona o ochrane osobných údajov č. 18/2018 Z.z. v platnom znení v Slovenskej republike.

Všetci respondenti boli oboznámení s anonymným spracovaním údajov ako v úvode dotazníkov, tak aj pred samotným rozhovorom. Účasť vo výskume bola dobrovoľná, každému respondentovi bolo ponúknutá možnosť kedykoľvek odstúpiť z výskumu, bez udania dôvodu, avšak táto možnosť nebola nikým využitá. Výskumník mal vždy kameru zapnutú, respondentom bola predaná možnosť vypnutia kamery, avšak všetci respondenti dali rovnako tak prednosť zapnutej kamere. **V dotazníku bol informovaný súhlas v podobe informovanosti respondenta v úvode, že jeho odoslaním súhlasia so spracovaním poskytnutých údajov pre daný výskum. Informovaný súhlas pri rozhovore bol predaný ústne.**

Po zapnutí nahrávania rozhovoru, online formou, bol každý respondent požiadaný o udelenie informovaného súhlasu k získaniu audio-záznamu. Daný súhlas bol kľúčový, pri vyjadrení nesúhlasu respondentom, by bol rozhovor ukončený.

Anonymita mien respondentov bola zachovaná prostredníctvom identifikačného kódu (viď. 5.1.3 kapitola), ktorý slúžil pre spárovanie respondentov v partnerskom vzťahu a informácií z oboch dotazníkov.

## 7 ANALÝZA DÁT

V nasledujúcej kapitole sa budeme zaoberať procesom spracovania a vyhodnotenia získaných dát. V kvantitatívnej časti sme spracovávali dáta získané z dotazníka ECR a v kvalitatívnej sme rozpracovávali výsledné rozhovory s respondentmi, ktoré boli získané pološtruktúrovaným interview.

### 7.1 Kvantitatívne spracovanie

V dotazník ECR sa vyskytujú reverzné položky, konkrétne sa jedná o položky 3, 15, 19, 22, 25, 27, 29, 31 a 35, v ktorých bolo potrebné, aby sme ich previedli na ich opačnú hodnotu. Škály vyhýbavosti aj úzkostnosti obsahujú 18 položiek. Skóre pre škálu úzkostnosti sme vypočítali ako sumu všetkých odpovedí párných položiek delené 18 a skóre vyhýbavosti sme vypočítali, ako sumu všetkých odpovedí nepárnych položiek delené 18. V nasledujúcom kroku sme z daných výsledkov oboch škál, vypočítali ich priemer (Léčbych & Pospíšilíková, 2012). Priemery všetkých respondentov v obidvoch škálach sme si následne zaznamenali do vytvorenej tabuľky v programe Excel. Ako rozdeľujúci bod (*cut-off score*) sme si zvolili medián priemerov u všetkých respondentov + 1 SD, pre každú škálu samostatne (Seitl et al., 2016). Medián a smerodajná odchýlku pre jednotlivé dimenzie sme získali pomocou programu Statistica.13 a na základe získaných hodnôt sme zvýraznili výsledky, ktoré boli vyššie ako hodnota daného rozdeľovacieho bodu. Prostredníctvom vyznačených hodnôt sme mohli pozorovať, ako vysoko skóroval daný respondent v jednotlivých dimenziách a kategorizovať respondentovi príslušný typ vzťahovej väzby.

#### 7.1.1 Výsledky dotazníku ECR

V kvantitatívnej časti nášho výskumu boli respondenti požiadaní o vyplnenie dotazníka – Prežívania blízkych vzťahov (ECR).

Z výsledkov sme zistili, že najpočetnejší bol u respondentov **istý štýl vzťahovej väzby**, ktorú vykazovalo **11 (55%)** jedincov. **Distančne vyhýbavý typ vzťahovej väzby** vykazovali **4 (20%)** jedinci. Najmenej boli zastúpený **úzkostný typ**, ktorý vykazovali **2 (10%)** respondenti a **Strachuplný typ vzťahovej väzby**, ktorý sa objavil u **1 (5%)** respondenta. Dané výsledky odrážajú aj priemer v populácii, kde je najpočetnejšie zastúpený istý štýl vzťahovej väzby. Prehľadnejšie zobrazenie ukazuje tabuľka č. 3. Detailnejšiemu

rozložení vzťahovej väzby sa budeme venovať nižšie, u jednotlivých respondentov v rámci každého páru.

**Tab. 3:** Typy vzťahovej väzby na základe dotazníku ECR

Vzťahová väzba	Žena (n=10)	Muž (n=10)
Bezpečná	3	7
Distančne vyhýbavá	2	1
Úzkostne zapletená	2	0
Bojazlivo vyhýbavá	1	0

## 7.2 Kvalitatívne spracovanie

Pri spracovaní kvalitatívnych výsledkov bola v prvom kroku prevedená doslovná transkripcia dát na základe získanej audio-nahrávky rozhovorov. Následne boli dané prepisy vložené do programu Atlas.ti 9. Ďalšie kroky pozostávali z opakovaného čítania rozhovorov v danom programe a ich následná selekcia podľa jednotlivých oblastí konfliktných situácií. V jednotlivých oblastiach sme sa zameriavali na prvky viažuce sa k jednotlivým stratégiám riešenia konfliktov. Danými krokmi sa začali rozvíjať spoločné témy a súvislosti, prechádzajúce naprieč rozhovormi jednotlivých respondentov a párov. V nasledujúcej časti sa budeme zaoberať spracovanými informáciami z rozhovorov o respondentoch samotných ako aj v kontexte dyadického pohľadu.

### Pár 1:

Jedná sa o **heterosexuálny pár**, u ktorého sme identifikovali, na základe dotazníka, **vyššiu mieru väzbovej istoty** a kategorizovali sme štýl vzťahovej väzby oboch partnerov, ako **istý**. Respondenti boli v celku otvorení k rozhovoru, nevyjadrili nesúhlas k odpovedi ani pri jednej otázke. Partnerka sa pri rozhovore javila pasívna so zníženou pozornosťou pri niektorých otázkach. Odpovede poväčšine volila stručné, bolo potrebné sa viacej dopytovať a upresňovať otázky. Pôsobila na mňa viac úzkostnou vzťahovou väzbou, mohlo to byť spôsobené aj prítomnosťou nervozity v dôsledku samotného rozhovoru. Prvotné odpovede na otázky sa viackrát nezhodovali s konkrétnymi príkladmi, ktoré neskôr partnerka uviedla. Partner pôsobil otvorenejšie, viacej rozvíjal jednotlivé odpovede a vnímala som u neho istý štýl vzťahovej väzby.

Tab. č. 4: Štýly riešenia konfliktu Páru 1

Oblasť konfliktu	Partnerka	Partner
Komunikácia	Kompromisný	Kompromisný
Fungovanie domácnosti:	Kompromisný	Submisívny
Robenie rozhodnutí:	Kompromisný	Kompromisný
Spoločný čas:	Kompromisný	Kompromisný
Financie:	Kompromisný	Kompromisný
Osobné alebo part. zvyky:	Vyhýbavý	Vyhýbavý
Očakávanie rolí:	Nerelevantné	Nerelevantné
Screen-time:	Vyhýbavý	Vzájomne reaktívny
Rodičovstvo:	Nerelevantné	Nerelevantné
Sex:	Kompromisný	Kompromisný
Organizácia času:	Kompromisný	Kompromisný

### Dyadický pohľad

Obaja partneri majú istý typ vzťahovej väzby a majú partnerský vzťah založený prevažne na vzájomnej komunikácii a snahe o kompromis, čo sa prejavuje často sa objavujúcim **kompromisným štýlom** a to prevažne v oblastiach, ktoré považujú partneri za dôležité a náročnejšie na riešenie vo vzťahu. Predovšetkým sa to týka oblastí *Komunikácia*, *Sex*, *Financie*, ale vyskytuje sa aj pri menej náročných ako *Robenie rozhodnutí*, *Spoločný čas* či *Organizácia času*, kedy partneri spolupracujú na vzájomne prospešnom riešení. Partner vplyvom osobnosti využíva aj **submisívny štýl** riešenia konfliktov u oblasti *Fungovanie domácnosti*, kedy vníma, že je to viac ženská oblasť, kde sa partnerka viacej iniciuje, a tak sa radšej prikloní k jej názorom. V oblasti *Osobné alebo partnerove zvyky* sa vo vidine riešenia prípadných problémov v menšej miere rozchádzajú. Partnerka vníma, že v tejto oblasti problém príjme a ďalej sa mu nevenuje, lebo v tom nevníma podstatnosť, čo viac nasvedčuje **vyhýbavému štýlu** riešenia. Partnerove vnímanie riešenia situácie v tejto oblasti skôr naznačuje **separačný štýl** riešenia. Popisuje, že v tej akútnej chvíli neriešia vzniknutý problém, kedy sú tam ešte prítomné silné emócie, ale istý čas počkajú, kým sa emócie upokojia a následne sa spoločne o probléme porozprávajú. Nejedná sa o značne rozdielne štýly, odlišujú sa hlavne tým, či sa k danému problému pár ešte vráti alebo už nie. *Screen-time* je oblasť v ktorej u partnera pozorujeme **vzájomne reaktívny štýl** riešenia, kedy popisuje častejšie prchké reakcie, ktoré sa vyskytujú v akútnej situácii vzniknutia problému v danej oblasti. Partnerka v tejto oblasti reaguje na prudkú reakciu partnera a radšej sa vyhne možnému konfliktu, čo nasvedčuje **vyhýbavému štýlu** riešenia. Posledné dve oblasti

*Rodičovstvo* a *Očakávanie rolí*, sú vnímané partnermi ako témy, ktorými sa vo vzťahu do veľkej miery nezaoberali, nevníma preto ani jeden s partnerov v tejto oblasti žiadne konflikty.

## **Pár 2:**

Jedná sa o **homosexuálny pár**, u ktorého sme identifikovali, na základe dotazníka, **vyššiu mieru väzbovej istoty** a kategorizovali sme štýl vzťahovej väzby oboch partnerov, ako **istý**. Respondenti pristupovali otvorene k rozhovoru, nevyjadrili nesúhlas k odpovedi pri žiadnej otázke. Obaja partneri pôsobili veľmi príjemne a uvoľnene, budili pocit úprimnosti pri odpovediach. Počas rozhovoru partneri vyjadrili svoj špecifický spôsob komunikácie, kedy sa vyjadrovali, že sú obaja veľmi expresívni a že veľa ľudí nerozumie ich spôsobu komunikácie, čo ma viedlo k lepšiemu porozumeniu situácií, ktoré zazneli v rozhovore. U oboch partnerov som vnímala istý štýl väzby aj keď pri druhom partnerovi som viac vnímala dominanciu vo vzťahu, mohlo to byť spôsobené aj jeho vyšším vekom oproti partnerovi.

**Tab. č. 5:** Štýly riešenia konfliktu Páru 2

Oblasť konfliktu	Prvý partner	Druhý partner
<b>Komunikácia</b>	Kompromisný	Submisívny
<b>Fungovanie domácnosti:</b>	Nerelevantné	Dominantný
<b>Robenie rozhodnutí:</b>	Kompromisný	Kompromisný
<b>Spoločný čas:</b>	Kompromisný	Kompromisný
<b>Financie:</b>	Kompromisný	Kompromisný
<b>Osobné alebo part. zvyky:</b>	Vyhýbavý	Vyhýbavý
<b>Očakávanie rolí:</b>	Nerelevantné	Nerelevantné
<b>Screen-time:</b>	Vyhýbavý	Dominantný
<b>Rodičovstvo:</b>	Nerelevantné	Nerelevantné
<b>Sex:</b>	Kompromisný	Kompromisný
<b>Organizácia času:</b>	Kompromisný	Kompromisný

### **Dyadický pohľad:**

Obaja partneri majú istú vzťahovú väzbu a je pre nich dôležitá vzájomná komunikácia. Napriek tomu je v komunikácii, ako aj riešení konfliktov, iniciatívnejší prvý partner čo sa odráža v rozdielnych názoroch na riešení konfliktov hlavne v oblasti *Komunikácia*. Túto skutočnosť vnímajú obaja partneri rovnako. V oblasti *Komunikácia*, jeden partner skôr vníma **kompromisný štýl** riešenia a druhý partner popisuje, že aj keď sú obaja tvrdohlaví,

on je ten čo skôr ustúpi „*aby bol pokoj v rodine*“, teda **submisívny štýl** riešenia. Rozdielne spôsoby riešenia medzi partnermi boli pozorované taktiež u oblasti *Fungovanie domácnosti*, kde druhý partner vníma, že naopak v tejto oblasti sa celkovo angažuje viacej on a z toho dôvodu pri riešení konfliktov popisuje **dominantný štýl**. Na druhú stranu prvý partner v tejto oblasti nevníma prítomnosť konfliktov. V rámci **kompromisného štýlu** sa partneri zhodujú v mnohých oblastiach, ako *Robenie rozhodnutí, Spoločný čas, Financie, Sex a Organizácia času*. Spoločne partneri vnímajú aj **vyhýbavý štýl** riešenia konfliktov v rámci *Osobných alebo partnerových zvykov*, kde podľa partnerov zohráva veľkú úlohu 15 ročná dĺžka vzťahu, kedy obaja partneri už nevidia opodstatnenie v riešení problémov v tejto oblasti. Rovnako tak sa objavuje **vyhýbavý štýl** aj v oblasti *Screen-time*, kedy je prvý partner ten, pre ktorého sú konflikty v tejto oblasti náročnejšie a druhý partner tomu neprikladá veľkú váhu. Napriek tomu každý z partnerov nakoniec spraví tak, ako vyhovuje jemu samotnému a ďalej sa tomu nevenujú. Oblasti *Očakávanie rolí* a *Rodičovstvo* sú pre partnerov oblasť, kde majú nastavené stále fungovanie aj názory, na ktorých sa obaja zhodujú a nevznikajú v nich žiadne konflikty.

### **Pár 3:**

Jedná sa o **heterosexuálny pár** u ktorého sme identifikovali, na základe dotazníku, **vyššiu mieru väzbovej istoty** u partnera a kategorizovali sme štýl vzťahovej väzby, ako **istý**. U partnerky sme identifikovali **nížšiu mieru väzbovej úzkosti** a **vyššiu mieru väzbovej vyhýbavosti**, ktorú sme kategorizovali ako **distančný typ vzťahovej väzby**. Partneri pôsobili veľmi priateľsky, otvorene a ústretovo. Vnímala som, že majú množstvo spoločných záujmov, čo sa objavovalo viackrát v oboch rozhovoroch a pozorovala som toho dopad aj na konfliktné situácie v danom vzťahu. Partner na mňa pôsobil značne komunikatívnejšie ako partnerka. Štýl komunikácie partnera bol taktiež zabiehavý s množstvom výplnkových slov a dôrazom na väčšie detaily vzťahu počas rozhovoru. Na základe rozhovoru som vnímala u neho istý štýl vzťahovej väzby. Pri partnerke som vnímala istú dávku autonómie a samostatnosti. Bez predošlých informácií by som bola u partnerky veľmi neistá s kategorizáciou vzťahovej väzby. Do väčšej miery som pozorovala znaky úzkostného typu vzťahovej väzby. Mohol to mať za následok krátkodobosť vzťahu a nízky výskyt konfliktov, popisovaný partnerkou.

Tab. č. 6: Štýly riešenia konfliktu Páru 3

Oblasť konfliktu	Partnerka	Partner
Komunikácia	Dominantný	Kompromisný
Fungovanie domácnosti:	Nerelevantné	Kompromisný
Robenie rozhodnutí:	Dominantný	Kompromisný
Spoločný čas:	Nerelevantné	Nerelevantné
Financie:	Kompromisný	Kompromisný
Osobné alebo part. zvyky:	Nerelevantné	Nerelevantné
Očakávanie rolí:	Nerelevantné	Nerelevantné
Screen-time:	Nerelevantné	Nerelevantné
Rodičovstvo:	Nerelevantné	Nerelevantné
Sex:	Nerelevantné	Kompromisný
Organizácia času:	Dominantný	Kompromisný

### Dyadický pohľad:

Partneri majú vzťah trvajúci rok a obaja potvrdili, že vo svojom vzťahu celkovo pozorujú veľmi málo konfliktov, čo sa odráža aj v množstve oblastí v ktorých partneri nenachádzajú žiadne konflikty a vnímajú len rovnaké názory. Partner v rozhovore spomína, že sa s partnerkou poznali už dlhšie pred tým ako kamaráti a už išli do vzťahu s vzájomným vedomím o svojich silných a slabých stránkach, čo vnímam tiež ako možný vplyv na riešenia konfliktov jednotlivých oblastí. Tie oblasti, v ktorých obaja partneri nevnímajú žiadny konflikt sú, *Spoločný čas*, *Osobné alebo partnerove zvyky*, *Očakávanie rolí*, *Screen-time* a *Rodičovstvo*. Partnerka taktiež nevníma konflikt v oblastiach *Sex* a *Fungovanie domácnosti*, kde partner vníma konflikty, ale popisuje ich **kompromisný štýl** riešenia. Partneri ešte spoločne nebývajú, čo môže mať za následok nevnímanie konfliktov zo strany partnerky v danej oblasti. Obaja partneri sa zhodujú v **kompromisnom štýle** v oblasti *Financií* aj napriek tomu, finančnú stránku zabezpečuje viac partner, keďže partnerka ešte v aktuálnej dobe študuje. Partnerka ma distančný typ vzťahovej väzby čo môže mať vplyv na oblasti *Komunikácia*, *Robenie rozhodnutí* a *Organizácia času*, kedy respondentka popisuje, že je tá ktorá ma hlavné slovo v týchto oblastiach a väčšinou sa partner prikloní k jej názoru, čo vedie k **dominantnému štýlu**. To môže mať dôvod v koncepte pozitívneho modelu o sebe a negatívneho modelu o druhých, ktorý sa viaže k distančnému typu vzťahovej väzby. Na druhú stranu partner v tejto oblasti nevníma zo svojej strany submisivitu a aj v týchto oblastiach popisuje **kompromisný štýl** riešenia konfliktov, čo

môže mať za následok istý štýl vzťahovej väzby u partnera, ktorý ma väčšiu tendenciu ku konštruktívnym stratégiám.

#### **Pár 4:**

Jedná sa o **heterosexuálny pár** u ktorého sme identifikovali, na základe dotazníka, **vyššiu mieru väzbovej istoty** u partnera a kategorizovali sme štýl vzťahovej väzby, ako **istý**. U partnerky sme identifikovali **nižšiu mieru väzbovej úzkostnosti** a **vyššiu mieru väzbovej vyhýbavosti**, ktorú sme kategorizovali ako **distančný typ vzťahovej väzby**. Partnerka na mňa pôsobila priateľsky a otvorene. Podľa môjho vnímania odpovedala úprimne a otvorene na všetky položené otázky a bola veľmi ústretová. Vnímala som u nej v rozhovore skôr prvky úzkostného typu väzby ako distančného typu. Partner sa zo začiatku nebol otvorený účasti na výskume, nakoniec však vyslovil svoj súhlas s účasťou. Počas rozhovoru pôsobil, že chce skôr vzbudiť dojem bezproblémového partnerstva. Vo väčšej miere som u neho vnímala prvky distančného typu vzťahovej väzby, avšak mohlo to byť skreslené jeho počiatočným odmietnutím účasti na výskume či do značnej miery osobnou témou rozhovoru pre respondenta.

Tab. č. 7: Štýly riešenia konfliktu Páru 4

Oblasť konfliktu	Partnerka	Partner
Komunikácia	Kompromisný	Vzájomne reaktívny
Fungovanie domácnosti:	Nerelevantné	Nerelevantné
Robenie rozhodnutí:	Vzájomne reaktívny	Submisívny
Spoločný čas:	Kompromisný	Kompromisný
Financie:	Nerelevantné	Kompromisný
Osobné alebo part. zvyky:	Vzájomne reaktívny	Kompromisný
Očakávanie rolí:	Nerelevantné	Kompromisný
Screen-time:	Nerelevantné	Kompromisný
Rodičovstvo:	Vyhýbavý	Nerelevantné
Sex:	Nerelevantné	Nerelevantné
Organizácia času:	Kompromisný	Nerelevantné

#### **Dyadický pohľad:**

Partneri sa v množstve oblastí vo voľbe stratégie zvládania konfliktov nezhodujú. Oblasť *Spoločný čas* partneri vnímajú rovnako a u obidvoch pozorujeme **kompromisný štýl** riešenia konfliktov v tejto oblasti. V oblasti *Komunikácia*, respondentka popisuje, že sa viacej angažuje ako partner a viac iniciuje vyriešenie problému v tejto oblasti, napriek tomu



vníma, že sa s partnerom snažia nájsť spoločnú dohodu. Partner častejšie volí prudšiu reakciu, ak je problém iniciovaný partnerkou cez telefón alebo ak partnerka neberie telefón, keď to partner vyžaduje. Preto v tejto situácii u partnera vnímam viac **vzájomne reaktívnemu štýl** zatiaľ čo u partnerky **kompromisný štýl** riešenia. Opačné štýly riešenia ako v komunikácii volia partneri v oblasti *Robenie rozhodnutí* a *Osobné alebo partnerove zvyky*, kedy naopak u partnerky pozorujeme **vzájomne reaktívny štýl**, čo môže byť odrazom distančného typu väzby, ktorý sme u nej kategorizovali. Tieto oblasti sú pre ňu taktiež značne náročné na riešenie. Partner na druhú stranu nevníma náročnosť pri riešení konfliktov v oblasti *Osobné alebo partnerove zvyky*, pozorujeme **kompromisný štýl**. *Robenie rozhodnutí* je avšak oblasť v ktorej partner vyjadruje **submisívny štýl**, kvôli častému prikloneniu sa k názoru partnerky. Rozdielne názory majú partneri taktiež v oblasti *Organizácie času*, kedy partnerka popisuje **kompromisný štýl**, keďže v tejto oblasti vníma, že ich momentálna situácia si vyžaduje uprednostnenie raz jej a raz partnerovho názoru. Avšak v komplexnom pohľade to vníma ako spoločnú dohodu, v ktorej obaja pracujú na tom, aby bol každý z partnerov spokojný čo v najväčšej miere. Môžeme teda predpokladať partnerov súhlas s týmto tvrdením, na základe nevnímania v danej oblasti žiadneho konfliktu s partnerkou. Na druhú stranu však partner popisuje **kompromisní štýl** v oblasti *Financie*, kedy z jeho uhla pohľadu sú oblasti, v ktorých sa viac angažujú muži a v ktorých viac ženy. Na základe ženských a mužských oblastí, sa potom podriaďuje jeden partner názoru toho druhého, ale je to fungovanie, na ktorom sa dohodli obaja partneri. Partnerka v tejto oblasti nevníma žiadne konflikty, čo môžeme znova predpokladať do istej miery ako potvrdenie slov partnera. *Rodičovstvo* je oblasť, v ktorej partnerka vníma rozdielne názory, ale popisuje, že ich momentálne s partnerom neriešia, čo vedie k **vyhýbavému štýlu**, ktorý partner vníma ako neprítomnosť konfliktov. Partneri sa taktiež rozchádzajú v oblasti *Screen-time* a *Očakávanie rolí*, kedy na jednu stranu partnerka nevidí žiadny konflikt v týchto oblastiach, partner avšak na druhú stranu vníma konflikt v danej oblasti, na čo poukazuje jeho negatívny prístup k mobilným telefónom a sociálnym sieťam v úvode rozhovoru. Popisuje však, že dokážu v tom s partnerkou nájsť kompromis, čo naznačuje **kompromisný štýl**. *Fungovanie domácnosti* a *Sex* sú oblasti v ktorých obaja partneri nevnímajú žiadne konflikty.

## **Pár 5:**

Jedná sa o **heterosexuálny pár**, u ktorého sme identifikovali, na základe dotazníka, **vyššiu mieru väzbovej istoty** u partnera a kategorizovali sme štýl vzťahovej väzby, ako **istý**. U partnerky sme identifikovali **nižšiu mieru väzbovej úzkosti** a **vyššiu mieru**

**väzbovej vyhýbavosti**, ktorú sme kategorizovali ako **distančný typ vzťahovej väzby**. Partneri boli veľmi otvorení k rozhovoru pôsobili veľmi ústretovo a vnímala som, že sa snažia odpovedať, čo najúprimnejšie na všetky otázky. Partner pôsobil priateľsky a vnímala som u neho znaky istého štýlu väzby počas rozhovoru. U partnerky som pozorovala znaky distančného štýlu aj keď do veľkej miery vstupovala do popredia jej komunikatívnosť a zabiehavý štýl rozprávania.

Tab. č. 8: Štýly riešenia konfliktu Páru 5

Oblasť konfliktu	Partnerka	Partner
Komunikácia	Vzájomne reaktívny	Vyhýbavý
Fungovanie domácnosti:	Dominantný	Vyhýbavý
Robenie rozhodnutí:	Vzájomne reaktívny	Kompromisný
Spoločný čas:	Vyhýbavý	Nerelevantné
Financie:	Vyhýbavý	Nerelevantné
Osobné alebo part. zvyky:	Vzájomne reaktívny	Vyhýbavý
Očakávanie rolí:	Nerelevantné	Nerelevantné
Screen-time:	Nerelevantné	Kompromisný
Rodičovstvo:	Nerelevantné	Nerelevantné
Sex:	Vyhýbavý	Kompromisný
Organizácia času:	Vzájomne reaktívny	Vyhýbavý

### Dyadický pohľad:

Partneri sa nezhodujú v žiadnej oblasti v jednotlivých stratégiách riešenia konfliktu. Partnerka popisuje, že ona aj partner sú dosť temperamentní a v oblastiach *Komunikácie*, *Robenia rozhodnutí*, *Osobné alebo partnerove zvyky* a *Organizácia času* sa na prvom mieste pri konflikte objavuje prudká prvotná reakcia z jej strany, ktorá následne podnecuje partnerovu prudkú reakciu, čo naznačuje **vzájomne reaktívny štýl**. Partner však v týchto oblastiach, okrem oblasti *Komunikácia* a *Osobné alebo partnerove zvyky*, nevníma žiadne výrazné prudké reakcie, ale skôr **kompromisný štýl** riešenia. V daných dvoch oblastiach popisuje partner **vyhýbavý štýl** riešenia, kedy v prípade, že sa partneri nezhodnú ide každý vlastnou cestou, ale v tejto oblasti vníma aj partner prítomnosť zvýšeného hlasu. Danú filozofiu, že každý z partnerov pôjde pri konflikte svojou cestou, vníma aj partnerka a popisuje ju ako: „*zhodneme sa, že sa nezhodneme*“. Podľa jej popisu sa toto riešenie objavuje v oblastiach *Spoločný čas*, *Financie* a *Sex*. U respondentky bola kategorizovaná distančná vzťahová väzba, čo sa prejavuje aj v oblasti *Spoločný čas*, kedy vníma, že partner je ten, kto iniciuje spoločne strávený čas a organizuje rôzne akcie. Taktiež v oblasti *Sex*

popisuje, že keď je nejaký problém prevráti ho na humor a predpokladá, že partner tomu porozumie, keďže majú vzťah veľmi založený aj na humore, ako sama popisuje. Vnímame preto prítomnosť vyhýbavého štýlu riešenia konfliktu v tejto oblasti. V oblasti *Sex a Screen-time* partner vníma skôr **kompromisný štýl** riešenia a v oblasti *Spoločný čas a Financie* nevníma žiadny konflikt s partnerkou. V oblasti *Screen-time* partnerka nevníma žiadny konflikt. Rozdielne názory partneri pozorujú aj v oblasti *Fungovanie domácnosti*, respondent popisuje, že keď sa s partnerkou nezhodnú, každý ide vlastnou cestou, čo môžeme vnímať ako **vyhýbavý štýl** riešenia. Partnerka popisuje, že partnera zvykne v tejto oblasti tlačíť do svojej pravdy, takže v jej ponímaní je to častejšie priklonenie k jej názoru, teda vnímame **dominantný štýl**. *Očakávanie rolí a Rodičovstvo* sú oblasti, v ktorých sa obaja partneri zhodujú na neprítomnosti konfliktov vo vzťahu.

### **Pár 6:**

Jedná sa o **heterosexuálny pár**, u ktorého sme identifikovali, na základe dotazníka, **vyššiu mieru väzbovej istoty** u partnerky a kategorizovali sme štýl vzťahovej väzby, ako **istý**. U partnera sme identifikovali **nížšiu mieru väzbovej úzkostnosti** a **vyššiu mieru väzbovej vyhýbavosti**, ktorú sme kategorizovali ako **distančný typ vzťahovej väzby**. U partnerky bola vnímaná väčšia úprimnosť pri odpovediach aj keď pôsobila nepozorným dojmom snažila sa čo najviac rozvíjať svoje odpovede. Pri popise začiatkov vzťahu som vnímala väčšiu kompatibilitu s úzkostným štýlom väzby, ale pri popise aktuálnej situácie vzťahu som vnímala viac potvrdený istý štýl vzťahovej väzby. Partner od začiatku pôsobil dojmom distančného štýlu väzby, pozorovaný bol značne flegmatickým a odmeraným postojom pri popisoch prípadných konfliktov. Vzbudzoval taktiež dojem, že nie je žiadny problém v ich vzťahu a na všetkom sa dohodnú bez problémov.

Tab. č. 9: Štýly riešenia konfliktu Páru 6

Oblasť konfliktu	Partnerka	Partner
Komunikácia	Kompromisný	Kompromisný
Fungovanie domácnosti:	Nerelevantné	Nerelevantné
Robenie rozhodnutí:	Dominantný	Kompromisný
Spoločný čas:	Nerelevantné	Kompromisný
Financie:	Nerelevantné	Vyhýbavý
Osobné alebo part. zvyky:	Vyhýbavý	Vyhýbavý
Očakávanie rolí:	Nerelevantné	Nerelevantné
Screen-time:	Vyhýbavý	Kompromisný
Rodičovstvo:	Nerelevantné	Nerelevantné
Sex:	Kompromisný	Kompromisný
Organizácia času:	Kompromisný	Kompromisný

### Dyadický pohľad:

Obaja partneri popisujú, že v partnerstve využívajú hlavne kompromisný a vyhýbavý štýl riešenia konfliktu. V oblasti *Komunikácia* sa partneri zhodujú na kompromisnom štýle, partner taktiež, ale dodáva, že ak sa jedná o nejakú záležitosť, ktorej neprisudzuje závažnosť, necháva to nevyriešené a predpokladá, že to partnerku prejde, čo nasvedčuje vyhýbavému štýlu. Pri dôležitých témach v rámci komunikácie však popisuje **kompromisný štýl väzby**, ktorý vníma aj partnerka. *Sex* a *Organizácia času* sú oblasti, v ktorých sa taktiež partneri zhodnú v **kompromisnom štýle**. V oblasti *Sex* vnímame u partnera distančný typ väzby, kedy v rozhovore dodáva k tejto oblasti, že „*každý by sa radšej vyhol*“ avšak predpokladám, že partnerkina istá vzťahová väzba, iniciuje u partnera viac konštruktívne stratégie riešenia. *Robenie rozhodnutí* je oblasť, v ktorej podľa partnerky preberá kontrolu ona, v dôsledku pasivity partnera v tejto oblasti. U partnerky teda pozorujeme **dominantný štýl** riešenia, zatiaľ čo partner skôr vníma **kompromisný štýl**. Partnerka nevníma žiadne konflikty v oblastiach *Fungovanie domácnosti* a *Financie*, v ktorých partner na druhú stranu vníma konflikty, ale popisuje, že sa vždy snažia s partnerkou spoločne zhodnúť na nejakom kompromise. Na obidve oblasti môže mať vplyv, že partneri spoločne na stálo nebývajú a každý z nich má aj vlastné účty. V oblasti *Financie* vnímame u respondenta distančný typ väzby, kedy vníma, že viac inklinuje k samostatným účtom, nie jednému spoločnému, ku ktorému viac inklinuje partnerka. *Spoločný čas* je oblasť, v ktorej obaja partneri popisujú, že sa snažia byť spoločne čo najviac je to možné, avšak partner vo väčšej miere popisuje vyhýbavý štýl riešenia, aj keď pri situáciách ako sú veľké výlety sa viac prikláňa ku

**kompromisnému štýlu.** Partneri majú rozdielny názor na oblasť *Screen-time*, kde partner vníma **kompromisný štýl**, zatiaľ čo partnerka popisuje, že aj keď partner nie je dostatočne vnímavý k jej potrebám, nerieši to a počká kým partner presunie pozornosť k nej. Vnímam teda skôr **vyhýbavý štýl** riešenia konfliktov zo strany partnerky. V oblasti *Osobných a partnerových zvykov* sa obaja partneri zhodli, že v tejto oblasti sa konfliktom obaja radšej vyhnú. *Rodičovstvo* a *Očakávanie roľ* sú oblasti, v ktorých ani jeden z partnerov nevníma konflikt.

## **Pár 7:**

Jedná sa o **heterosexuálny pár**, u ktorého sme identifikovali, na základe dotazníka, **vyššiu mieru väzbovej istoty** u partnera a kategorizovali sme štýl vzťahovej väzby, ako **istý**. U partnerky sme identifikovali **vyššiu mieru väzbovej úzkostnosti** a **nižšiu mieru väzbovej vyhýbavosti**, ktorú sme kategorizovali ako **úzkostný typ vzťahovej väzby**. Partner na mňa pôsobil veľmi príjemne, ochotne a vzbudzoval pocit, že odpovedal na každú otázku úprimne. Partnerka pôsobila utiahnuto, menej komunikatívne v porovnaní s partnerom, nezachádzala do detailov skôr odpovedala len okrajovo k témam. Obaja partneri odpovedali podľa môjho pohľadu typom väzby, ktorú sme kategorizovali prostredníctvom dotazníka. U partnera som vnímala znaky istého štýlu vzťahovej väzby, ako aj u partnerky znaky úzkostného typu väzby.

**Tab. č. 10:** Štýly riešenia konfliktu Páru 7

Oblasť konfliktu	Partnerka	Partner
<b>Komunikácia</b>	Separáčny	Dominantný
<b>Fungovanie domácnosti:</b>	Nerelevantné	Nerelevantné
<b>Robenie rozhodnutí:</b>	Separáčny	Dominantný
<b>Spoločný čas:</b>	Kompromisný	Dominantný
<b>Financie:</b>	Nerelevantné	Kompromisný
<b>Osobné alebo part. zvyky:</b>	Submisívny	Nerelevantné
<b>Očakávanie roľ:</b>	Nerelevantné	Nerelevantné
<b>Screen-time:</b>	Kompromisný	Kompromisný
<b>Rodičovstvo:</b>	Nerelevantné	Nerelevantné
<b>Sex:</b>	Kompromisný	Dominantný
<b>Organizácia času:</b>	Nerelevantné	Dominantný

### **Dyadický pohľad:**

Obaja partneri vnímajú, že partner je ten viac dominantnejší a viac iniciatívnejší ako partnerka. Partnerka to vníma predovšetkým v oblasti *Komunikácia*, kedy seba vníma ako prchkejšiu osobnosť a potrebuje si viackrát utriediť myšlienky skôr, kým to začne riešiť s partnerom zatiaľ čo partner chce vyriešiť problém hneď ako vznikne. Pozorujeme teda u partnerky **separačný štýl** a u partnera **dominantný štýl**. Rovnako to vníma partnerka v oblasti *Osobných a partnerových zvykov* kedy sa ale viac prispôsobí partnerovi. Na druhú stranu partner v tejto oblasti nevníma žiadne konflikty s partnerkou. Partner taktiež popisuje, že on je ten iniciatívny a prevezme kontrolu v oblastiach *Robenie rozhodnutí*, *Spoločný čas* a *Sex*, kedy popisuje, že si pevne stojí za svojím názorom a nečaká, že partnerka bude mať iný názor. Vnímame preto u partnera **dominantný štýl** riešenia taktiež v týchto oblastiach. *Sex* je oblasť, v ktorej partnerka vníma, že sa v nej viac iniciujú všeobecne muži, ale nevníma, že by partner viac dominoval napriek tomu a popisuje **kompromisný štýl** rovnako ako aj v oblasti *Spoločný čas*. *Robenie rozhodnutí* je taktiež oblasť kde u partnerky vnímame **separačný štýl**, ktorý na základe výpovede partnerky je reakcia na dlhšie trvajúci vzťah, kedy sa naučila, že takto je to podľa nej najvhodnejšie, aby predišli vystupňovaním konfliktu. V oblasti *Financie* popisuje, že aj napriek tomu, že financie viac zastrešuje partner, vždy sa spýta aj na jej názor a dovoľenie, a preto nevníma v tejto oblasti žiadny konflikt. Partner v tejto oblasti vníma väčšiu zaangažovanosť, keďže partnerka ešte nezarába, ale napriek tomu popisuje, že sa vždy snaží, aby sa na finančných výdavkoch spoločne zhodli. Na základe toho v tejto oblasti partner popisuje kompromisný štýl. *Organizácia času* je oblasť, v ktorej respondentka nevníma žiadny konflikt medzi partnermi a partner opäť popisuje svoju viac iniciatívnosť a teda **dominantný štýl**. Obaja partneri sa zhodujú v neprítomnosti konfliktov v oblastiach *Fungovanie domácnosti*, *Očakávanie rolí* a *Rodičovstvo* a v **kompromisnom štýle** v oblasti *Screen-time*. Partner taktiež vníma kompromisný štýl riešenie konfliktov v oblasti Financíí, kedy sa snaží, aby sa partneri spoločne na tom dohodli aj keď partnerka nezarába takže popisuje taktiež, že je do istej miery v tejto oblasti viac zaangažovaný. U partnerky môžeme vnímať znaky úzkostného štýlu vo vyskytujúcom sa submisívnom či separačnom štýle. Taktiež vnímame pôsobenie partnera s istým štýlom na množstvo oblastí, v ktorých partnerka popisuje kompromisný štýl.

## Pár 8:

Jedná sa o **heterosexuálny pár**, u ktorého sme identifikovali, na základe dotazníka, **vyššiu mieru väzbovej istoty** u partnera a kategorizovali sme štýl vzťahovej väzby, ako **istý**. U partnerky sme identifikovali **vyššiu mieru väzbovej úzkostnosti** a **nižšiu mieru väzbovej vyhýbavosti**, ktorú sme kategorizovali ako **úzkostný typ vzťahovej väzby**. Obaja partneri boli veľmi ústretoví voči účasti na výskume, priateľskí a mala som pocit úprimnosti pri odpovediach. Partnerka bola veľmi komunikatívna a otvorená, na začiatku rozhovoru na mňa pôsobila viac istým štýlom väzby avšak neskôr počas rozhovoru sa postupne objavovali znaky úzkostného typu väzby. Partner na druhú stranu pôsobil veľmi nervózne, avšak napriek tomu odpovedal na otázky veľmi otvorene a uvádzal aj detailnejšie popisy situácií. Vnímala som u neho znaky istého štýlu väzby.

Tab. č. 11: Štýly riešenia konfliktu Páru 8

Oblasť konfliktu	Partnerka	Partner
Komunikácia	Nerelevantné	Separáčny
Fungovanie domácnosti:	Kompromisný	Nerelevantné
Robenie rozhodnutí:	Dominantný	Submisívny
Spoločný čas:	Nerelevantné	Nerelevantné
Financie:	Dominantný	Submisívny
Osobné alebo part. zvyky:	Kompromisný	Kompromisný
Očakávanie rolí:	Nerelevantné	Nerelevantné
Screen-time:	Nerelevantné	Kompromisný
Rodičovstvo:	Nerelevantné	Nerelevantné
Sex:	Kompromisný	Kompromisný
Organizácia času:	Kompromisný	Kompromisný

### Dyadický pohľad:

Partnerka vníma, že sú s partnerom obaja veľmi komunikatívni a o všetkom sa spoločne rozprávajú, preto nevníma žiadny konflikt v oblasti *Komunikácie*. Na druhú stranu partner v tejto oblasti vníma partnerku ako tú iniciatívnejšiu. Popisuje, že ma častokrát problém vyjadriť svoje emócie a komunikovať takto o problémoch, preto on skôr v tejto oblasti vníma, že potrebuje určitý čas na premyslenie, opadnutie emócií spojených s hnevom a potom môže lepšie riešiť dané problémy v tejto oblasti. Na čo sa viaže aj veta z rozhovoru s partnerkou „*jo někdy prostě to přeroste, tak že prostě některé věci se řeknou později než by měly*“, čo nasvedčuje **separačnému štýlu** riešenia. *Fungovanie domácnosti*, *Osobné alebo partnerove zvyky*, *Sex* a *Organizácia času* sú oblasti v ktorých sa obaja partneri

zhodujú na **kompromisnom štýle** riešenia konfliktov. V oblastiach *Robenie rozhodnutí* a *Financie* obaja partneri vnímajú, že partnerka je tá, čo v konflikte preberá kontrolu a presadí si svoj názor aj napriek nesúhlasu partnera, ktorý teda ďalej nerozvíja daný problém, ale necháva to tak. Partnerka teda popisuje **dominantný štýl**, ktorý podporuje **submisívny štýl** riešenia konfliktu, ktorý popisuje partner v rozhovore. V tejto oblasti vnímam znak úzkostného typu väzby, kedy partnerka javí znaky väčšieho centrovania na vlastnú osobu a je pre ňu náročnejšie načúvať partnerovým ťažkostiam a potrebám. Partneri sa zhodujú, že v oblastiach *Spoločný čas*, *Očakávanie rolí*, *Screen-time* a *Rodičovstvo* nevnímajú prítomnosť nejakých konfliktov.

### **Pár 9:**

Jedná sa o **homosexuálny pár**, u ktorého sme identifikovali, na základe dotazníka, **vyššiu mieru väzbovej istoty** u prvej partnerky a kategorizovali sme štýl vzťahovej väzby, ako **istý**. U druhej partnerky sme identifikovali **vyššiu mieru väzbovej úzkostnosti** a **vyššiu mieru väzbovej vyhýbavosti**, ktorú sme kategorizovali ako **bojazlivo vyhýbavý typ vzťahovej väzby**. Obe partnerky na mňa pôsobili veľmi milo a otvorene a vzbudzovali dojem istého štýlu väzby. Pri odpovediach som vnímala úprimnosť a obe partnerky rozvádzali témy prirodzene aj bez výrazného dopytovania.

Tab. č. 12: Štýly riešenia konfliktu Páru 9

Oblasť konfliktu	Prvá partnerka	Druhá partnerka
Komunikácia	Nerelevantné	Nerelevantné
Fungovanie domácnosti:	Nerelevantné	Kompromisný
Robenie rozhodnutí:	Kompromisný	Kompromisný
Spoločný čas:	Nerelevantné	Nerelevantné
Financie:	Kompromisný	Kompromisný
Osobné alebo part. zvyky:	Vyhýbavý	Vyhýbavý
Očakávanie rolí:	Nerelevantné	Nerelevantné
Screen-time:	Kompromisný	Nerelevantné
Rodičovstvo:	Vyhýbavý	Vyhýbavý
Sex:	Nerelevantné	Kompromisný
Organizácia času:	Kompromisný	Kompromisný

### **Dyadický pohľad:**

Partnerky majú vzťah postavený na vzájomnej komunikácii a spoločnom riešení problémov, naznačuje to aj častokrát vnímaný **kompromisný štýl** u oboch partneriek v oblastiach *Robenie rozhodnutí*, *Financie*, *Screen-time* a *Organizácia času*. Veľkú váhu v oblasti



*Osobných a partnerových zvykov* nevnímajú obidve partnerky, čo môžeme prisudzovať tomu, že ich vzťah trvá krátko, viac ako rok a neprikladajú konfliktom v tejto oblasti veľkú váhu. *Rodičovstvo* je jediná oblasť, kde sa partnerky v názoroch rozhadávajú v značnej miere. Prvá partnerka vyslovila iniciatívu založiť si rodinu aj s potomkami, druhá partnerka, vplyvom možno aj strachuplného typu väzby nie je príliš otvorená otázke rodičovstva a tejto téme sa viac vyhýba. Neberie ju momentálne za prioritnú oblasť, takže nevníma význam momentálneho riešenia tejto témy. Obe partnerky preto popísali **vyhýbavý štýl** riešenia konfliktu v danej oblasti. *Komunikácia, Spoločný čas, Očakávanie rolí* a *Sex* sú oblasti, v ktorých ani jedna respondentka nevníma prítomnosť konfliktu. Prvá partnerka nevníma konflikt v oblasti *Fungovanie domácnosti*, kde druhá partnerka popisuje, že majú rôzne štýly ako fungovať v domácnosti, ale cieľ majú vždy rovnaký, takže sa nakoniec zhodnú, preto vnímame u druhej partnerky **kompromisný štýl**.

### **Pár 10:**

Jedná sa o **heterosexuálny pár**, u ktorého sme identifikovali, na základe dotazníka, **vyššiu mieru väzbovej úzkostnosti a nižšiu mieru väzbovej vyhýbavosti** u partnera a kategorizovali sme typ vzťahovej väzby, ako **úzkostný**. U partnerky sme identifikovali **nižšiu mieru väzbovej úzkostnosti a vyššiu mieru väzbovej vyhýbavosti**, ktorú sme kategorizovali ako **distančný typ vzťahovej väzby**. Partnerka na mňa pôsobila veľmi príjemne, otvorene a rozvíjajúco odpovedala na otázky. Počas rozhovoru som vnímala viac znaky úzkostného typu vzťahovej väzby. Partner pôsobil značne pasívne, bol veľmi stručný v odpovediach a nevnímala som pocit veľkej úprimnosti pri jeho odpovediach na rozdiel od partnerky.

Tab. č. 13: Štýly riešenia konfliktu Páru 10

Oblasť konfliktu	Partnerka	Partner
Komunikácia	Vyhýbavý	Vyhýbavý
Fungovanie domácnosti:	Separáčny	Nerelevantné
Robenie rozhodnutí:	Nerelevantné	Nerelevantné
Spoločný čas:	Vyhýbavý	Nerelevantné
Financie:	Dominantný	Nerelevantné
Osobné alebo part. zvyky:	Vzájomne reaktívny	Submisívny
Očakávanie rolí:	Nerelevantné	Nerelevantné
Screen-time:	Vyhýbavý	Dominantný
Rodičovstvo:	Nerelevantné	Nerelevantné
Sex:	Vyhýbavý	Nerelevantné
Organizácia času:	Kompromisný	Nerelevantné

### Dyadický pohľad:

Partnerka vníma, že v množstve oblastí je iniciatíva riešiť konflikt na jej strane avšak vo veľa oblastiach, ak nastane stret rozdielnych názorov tak už nevidí význam v ich riešení s partnerom. Značný vplyv môže mať množstvo rokov, koľko sú partneri už spoločne v aktuálnom vzťahu. Prejavuje sa to predovšetkým v oblastiach *Komunikácia*, kde obaja partneri vnímajú, že sa radšej riešeniu daného problému nevenujú, ak majú v nej každý rozdielny názor čo vedie k **vyhýbavému štýlu** riešenia. Ten je znakom distančného typu väzby, ktorý ma partnerka a objavuje sa pomerne často. Vyhýbavý štýl respondentka vníma aj v oblasti *Spoločného času* a *Sex*, kde partner naopak žiadny konflikt nevníma. Konflikt respondent vníma v oblasti *Screen-time*, kedy si ale viac trvá na svojom názore a aj sa mu prikloní, zo strany partnera preto pozorujeme v tejto oblasti dominantný štýl riešenia zatiaľ čo partnerka opäť inklinuje aj v tejto oblasti k vyhýbavému štýlu. **Dominantný štýl** respondentka volí v oblasti *Financií*, kedy vníma, že túto oblasť zastrešuje hlavne ona preto má právo mať v ňom hlavné slovo, v tejto oblasti respondent opätovne nevníma žiadny konflikt. *Osobné alebo partnerove zvyky* je oblasť, v ktorej partnerka často pociťuje pocity hnevu, vníma, že sa to deje opakovane a volí ako prvotnú reakciu zvýšenia hlasu na daný **vzájomne reaktívny štýl** partner reaguje **submisívnym štýlom** a prikloní sa k potrebám partnerky, aby sa vyhol konfliktu. **Submisívny štýl** naopak popisuje partnerka v oblasti *Fungovanie domácnosti*, v ktorej partner opäť žiadny konflikt nevníma. V oblasti *Organizácie času* partner opäť nevníma prítomnosť rozdielnych názor, ale respondentka áno a popisuje, že sa snaží v tejto oblasti dosiahnuť s partnerom kompromis, pretože je to

nevyhnutné a dôležité, pre ich fungovanie. *Sex* je oblasť, v ktorej pozorujeme rozdielne ponímanie u jednotlivých typov väzby partnerov. Viacej sa v nej iniciuje partner, u ktorého predpokladáme na základe väzby, že sa jedná o prostriedok k zníženiu neistoty a dosiahnutia blízkosti s partnerom, preto v nej partner nevníma žiadny konflikt. Na druhú stranu partnerka v tejto oblasti popisuje opäť **vyhýbavý štýl** riešenia, z dôvodu nie potreby intímnych aktivít s partnerom. Taktiež je táto oblasť pre ňu značne náročná na riešenie. Odpovedal v nej len veľmi stručne. Obaja partneri sa zhodujú v neprítomnosti konfliktu u oblastí *Robenie rozhodnutí, Očakávanie rolí a Rodičovstvo* kedy majú nastavené dlhodobé fungovanie ktoré vyhovuje obidvom stranám.

### 7.3 Odpovede na výskumné otázky

Pri odpovediach na výskumné otázky sme sa odrážali od kódov, ktoré boli vytvárané respondentmi na základe popisov konfliktných situácií v rôznych oblastiach. Ku každému štýlu riešenia konfliktov bolo pridelené **1 – 3 kódy**, ktoré nás viedli k lepšej identifikácii daných štýlov.

**Tab. č. 14:** Kódy priradené k jednotlivým štýlom riešenia konfliktu

Kompromisný štýl	spolupráca na riešení
	spoločná dohoda
	vzájomná komunikácia
Vyhýbavý štýl	pasivita
Separáčny štýl	cooling-off
Submisívny štýl	odovzdanie kontroly
	uprednostnenie názoru partnera
Dominantný štýl	prevzatie kontroly
	uprednostnenie vlastného názoru
Vzájomne reaktívny štýl	prudká reakcia

**Spolupráca na riešení**, bola vyjadrovaná, ako spoločná angažovanosť a snaha oboch partnerov vo zvládaní a riešení konfliktu v jednotlivých oblastiach. „(...) *tak viem s tým určitým spôsobom pomôcť, usmerniť ju a ona mi zase hovorí svoje myšlienky čo sa týka, ako by ona skúsila robiť niektoré veci.*“ (Pár 3, partner).

**Spoločná dohoda**, označuje popisné situácie jedincov, v ktorých sa snažili obaja respondenti dôjsť od vzniku konfliktu až po koniec k spoločnému riešeniu, ktoré by vyhovovalo obidvom stranám. „(...) *jeden se trochu smíří s tým, že holt to bude nějak, že mu*

*to trochu vadí, druhý se trochu snaží, aby to nebylo úplně, úplně tolik a nějak se nakonec jako potkáme a vyjdeme si vstříc, ...“ (Pár 8, partner).*

**Vzájomná komunikácia**, obsahuje znaky z oboch predchádzajúcich kódov, ale doplňuje aj prvok samotnej komunikácie medzi obidvomi partnermi o problémoch v jednotlivých oblastiach ako aj o samotných oblastiach. *„Tak čo ja viem, určite to riešime zase nie sme žeby sme sa nejak ja neviem len tak ľahostajne ignorovali, že jedného niečo trápi a druhý nad tým kývne rukou hej, čiže normálne sa porozprávame o tom hlavne, ...“ (Pár 1, partner).*  
*„Tam začalo to, že sme sa potom začali viac rozprávať už potom o tom.“ (Pár 6, partnerka).*

**Pasivita**, je kód, ktorý označoval situáciu v ktorej respondenti daný problém neriešili, nezverili sa partnerovi o ňom alebo situácia, v ktorej jeden z partnerov vyjadril názor, ale po strete s opačným názorom partnera nechcel ďalej rozvíjať riešenie konfliktu. *„Ja to potom neriešim a načo.“ (Pár 10, partnerka).* *“Že to príjmem a že to nejako neriešim až tak.“ (Pár 1, partnerka).*

**Cooling-off** je kód vyjadrujúci to, čo je typické pre separačný štýl. Jedná sa o stratégiu vychladnutia, ktorá vznikala, keď jeden alebo obaja respondenti pri vzniku konfliktu ho na istý čas odložili a vrátia sa k jeho riešeniu po určitom čase. *„(...) hm tak pre mňa je niekedy ťažké vyjadriť svoje city a dávať si nie že dávať si poz... no môžem povedať, že dávať si pozor akým štýlom to poviem, ako to vlastne vyjadrím hm, ale odstupom času už to neni pre mňa až taký problém, že viem že mu to môžem povedať čo mu vadí ...“ (Pár 7, partnerka).*

**Odobzdanie kontroly** sa vyznačuje predovšetkým situáciou menšej angažovanosti jedného z respondentov v konflikte a predanie hlavného slova v ňom druhému partnerovi. *„(...) on je skôr taký ten vlastne taký iniciátor toho že okej tak pod'me to teraz vyriešiť a myslím si že on to takým spôsobom viac vie riadiť ako ja.“ (Pár 7, partnerka).*

**Uprednostnenie názoru partnera nastáva**, keď sa v situácii objaví, že jeden respondent sa prikloní skôr k názoru svojho partnera, aby zabránil rozvíjaniu konfliktu. *„Niekedy ustúpim, aby bol pokoj v rodine, ...“ (Pár 2, druhý partner).*

Protipólovými kódmi sú **prevzatie kontroly**, kedy jedinec sa naopak angažuje viacej ako druhý partner v konflikte a preberá v ňom taktiež hlavné slovo. *„(...) tak vždy sa tam snažím ja spraviť to finálne rozhodnutie.“ (Pár 7, partner).*

Ďalším takým kódom je **uprednostnenie vlastného názoru**, kedy respondent trvá na svojom názore za každú cenu. „ (...) že som presvedčená o nejakej svojej pravde a občas trvám, aby pravdu prijal ... “ (Pár 5, partnerka).

**Prudká reakcia** je kód, ktorý sa objavuje, ak v situácii jeden alebo obaja respondenti prvotne reagovali negatívnym prejavom (krik, hrubé slová, násilie,...). „ (...) ma to vytáča, keď telefón nedvíha, že neodpisuje, ale človek je taký ja tiež nemôžem jej rozvrhy vedieť naspamäť a všetko kedy sa jej dá a kedy nedá už potom je toho telefonovania dosť, však aj ja robím s ľuďmi veľa takže. “ (Pár 4, partner).

### **VO.1: Aká je voľba stratégie zvládania konfliktov v jednotlivých oblastiach konfliktných situácií, ak má jedinec istý štýl vzťahovej väzby?**

**Istý štýl vzťahovej väzby** bol na základe dotazníka kategorizovaný 11 respondentom.

Pre popisanie konštruktívnej stratégie riešenia konfliktov, do ktorej patrí **kompromisný štýl**, ktorí volili respondenti v jednotlivých oblastiach nasledujúce kódy:

Kód **spolupráca na riešení** sa **najčastejšie** sa vyskytoval v oblastiach *Robenie rozhodnutí, Financie, Sex, Komunikácia, Spoločný čas, Screen-time a Organizácia času*. **Najmenej** sa objavoval v oblastiach *Fungovanie domácnosti, Osobné alebo partnerove zvyky, Očakávanie rolí* a **vôbec** v oblasti *Rodičovstvo*.

Kód **spoločná dohoda** sa **najčastejšie** vyskytoval v oblastiach *Sex, Spoločný čas, Financie* a *Organizácia času*. **Najmenej** v oblastiach *Fungovanie domácnosti, Komunikácia*. **Vôbec** sa neobjavil v oblastiach *Osobné alebo partnerove zvyky, Očakávanie rolí* a *Rodičovstvo*.

Kód **vzájomná komunikácia** sa **najčastejšie** objavuje v oblasti *Robenie rozhodnutí, Organizácia času, Komunikácia, Sex, Financie* a *Spoločný čas*. **Najmenej** sa objavovala v oblasti *Fungovaní domácnosti, Osobné alebo partnerove zvyky, Očakávanie rolí* a *Rodičovstvo*.

Na základe daných kódov boli vytvorené zistenia, že **kompromisný štýl** u respondentov s istým štýlom väzby sa **najčastejšie** vyskytuje v oblastiach *Sex, Organizácia času* a *Financie*. **Často** sa objavuje taktiež v oblastiach *Screen-time, Robenie rozhodnutí, Spoločný čas* a *Komunikácia*. **Najmenej** sa vyskytuje v oblastiach *Fungovanie domácnosti, Osobné alebo partnerove zvyky, Očakávanie rolí* a **vôbec** v oblasti *Rodičovstvo*.

Tab. č. 15: Početné zastúpenie kódov kompromisného štýlu v jednotlivých oblastiach konfliktu

Oblasti konfliktov	Početnosť		
	Spolupráca na riešení	Spoločná dohoda	Vzájomná komunikácia
Komunikácia	5	3	7
Fungovanie domácnosti:	3	2	3
Robenie rozhodnutí:	6	5	8
Spoločný čas:	5	6	5
Financie:	7	6	6
Osobné alebo part. zvyky:	2	0	3
Očakávanie rolí:	1	0	1
Screen-time:	5	4	4
Rodičovstvo:	0	0	1
Sex:	7	7	6
Organizácia času:	6	6	7

Do oblasti **deštruktívnych stratégií** riešenia konfliktov patrí **dominantný** a **vzájomne reaktívny štýl**. V rámci, ktorých volili respondenti v jednotlivých oblastiach nasledujúce kódy:

Pod **dominantný štýl** patrí kód **prevzatie kontroly** sa pri respondentoch s istým štýlom väzby vyskytoval v oblastiach *Fungovanie domácnosti*, *Robenie rozhodnutí* a *Sex*. **Uprednostnenie vlastného názoru** je kód, ktorý sa objavuje v oblastiach *Spoločný čas*, *Robenie rozhodnutí* a *Screen-time*. V jednotlivých oblastiach sa dané kódy vyskytli vždy iba **1x** a v ostatných oblastiach sa jednotlivé kódy **nevyskytujú** u respondentov s istým štýlom.

Kód **prudká reakcia**, ktorý patrí pod **vzájomne reaktívny štýl** a vyskytuje sa jedine v dvoch oblastiach. V oblasti *Komunikácia 1x* a *2x* v oblasti *Screen-time*.

Ostatné štýly nie sú zaradené do kategórie deštruktívnych ani konštruktívnych stratégií. Patrí tam **submisívny štýl**, **separačný štýl** a **vyhýbavý štýl**.

K **submisívnemu štýlu** boli pridelený kód **odovzdanie kontroly**, ktorý sa vyskytol v oblastiach *Komunikácia* a *Robenie rozhodnutí* vždy **1x** a kód **uprednostnenie názoru partnera** v oblastiach *Fungovanie domácnosti*, *Robenie rozhodnutí* a *Financie* taktiež u každej oblasti **1x**.

**Separáčny štýl** bol určovaný na základe kódu, **cooling-off** a objavil sa len u jedného respondenta s istým štýlom v oblasti *Komunikácie*.

Kód **pasivita** bol určený, na základe popisu respondentov, pre **vyhýbavý štýl**. Tento kód sa najčastejšie vyskytoval v oblasti *Osobné alebo partnerove zvyky*, konkrétne **6x** ale taktiež **1x** v oblastiach *Organizácia času*, *Komunikácia*, *Fungovanie domácnosti* a **3x** v oblasti *Screen-time*.

Na základe daných informácií môžeme vidieť, že **najčastejšie** sa u jedincov vyskytoval **kompromisný štýl** riešenia a to predovšetkým v oblastiach *Robenie rozhodnutí*, *Financie*, *Sex* a *Organizácia času*. Taktiež veľmi častým bol **vyhýbavý štýl**, ktorý sa vyskytoval najviac v oblasti *Osobné alebo partnerove zvyky*. Ostatné štýly sa vyskytovali len zriedka oproti kompromisnému štýlu. **10** respondentov považovalo za **nekonfliktné** oblasti *Očakávanie rolí* a *Rodičovstvo*.

**Tab. č. 16:** Zastúpenie konfliktných štýlov v jednotlivých oblastiach konfliktu u jedincov s istým štýlom väzby

Oblasti konfliktov	kompromisný štýl	Vyhýbavý štýl	Separáčny štýl	Submisívny štýl	Dominantný štýl	Vzájomne reaktívny štýl
<b>Komunikácia</b>	5	1	1	1	1	1
<b>Fungovanie domácnosti:</b>	1	1	0	1	1	0
<b>Robenie rozhodnutí:</b>	7	0	0	2	2	0
<b>Spoločný čas:</b>	5	0	0	0	1	0
<b>Financie:</b>	8	0	0	1	0	0
<b>Osobné alebo part. zvyky:</b>	2	7	0	0	0	0
<b>Očakávanie rolí:</b>	1	0	0	0	0	0
<b>Screen-time:</b>	5	2	0	0	1	1
<b>Rodičovstvo:</b>	0	1	0	0	0	0
<b>Sex:</b>	8	0	0	0	1	0
<b>Organizácia času:</b>	8	1	0	0	1	0

**VO.2: Aká je voľba stratégie zvládania konfliktov v jednotlivých oblastiach konfliktných situácií, ak má jedinec neistý štýl vzťahovej väzby?**

**Neistý štýl vzťahovej väzby** bol na základe dotazníka kategorizovaný **9** respondentom. Na základe miery dimenzií vzťahovej väzby, bol kategorizovaný respondentom **dištančný typ, úzkostný typ a bojzливо vyhýbavý typ** väzby.

**Dištančný typ** vzťahovej väzby bol kategorizovaný **5** respondentom.

V rámci konštruktívnej stratégie, teda **kompromisného štýlu** respondenti volili v jednotlivých oblastiach nasledujúce kódy:

Kód, **spolupráca na riešení** bola respondentmi volená v každej oblasti **1x** a jednalo sa o oblasti *Spoločný čas, Robenie rozhodnutí a Komunikácia*. **Spoločná dohoda** je kód, ktorý bol respondentom pridelený v oblastiach *Spoločný čas* **2x** a v oblastiach *Robenie rozhodnutí, Screen-time, Sex a Organizácia času* **1x**. Posledným kódom v rámci kompromisného štýlu bola **vzájomná komunikácia**, ktorá sa objavila **2x** v oblasti *Komunikácia* a **1x** v oblasti *Sex*.

Do oblasti **deštruktívnych stratégií** riešenia konfliktov patrí **dominantný a vzájomne reaktívny štýl**. V rámci, ktorých volili respondenti v jednotlivých oblastiach nasledujúce kódy:

V rámci **dominantného štýlu** sa kód **uprednostnenie vlastného názoru** objavoval **1x** v oblastiach *Fungovanie domácnosti, Robenie rozhodnutí a Financie*. Kód **prevzatie kontroly** sa objavoval taktiež **1x** v oblastiach *Komunikácia a Organizácia času*. Pod vzájomne reaktívny štýl bol zaradený kód **prudká reakcia**, ktorý sa vyskytoval **3x** v oblasti *Osobné alebo partnerove zvyky*, **2x** v oblastiach *Robenie rozhodnutí* a **1x** v oblasti *Organizácie času*.

Kód **cooling-off**, ktorý bol zaradený pod **separačný štýl** sa objavoval len u jedného respondenta v oblasti *Fungovania domácnosti*.

**Vyhýbavý štýl** bol identifikovaný podľa kódu **pasivita** **2x** v oblasti *Spoločný čas, Financie a Sex* a **1x** v oblastiach *Komunikácia, Screen-time, Osobné alebo partnerove zvyky a Rodičovstvo*.

**Najčastejšie** sa objavoval **kompromisný a vyhýbavý štýl** a to v oblastiach *Organizácia času, Komunikácia, Robenie rozhodnutí a Spoločný čas a Financie*. Početne bol zastúpený, ale aj **vzájomne reaktívny štýl**, ktorý sa objavoval najčastejšie v oblastiach *Robenie rozhodnutí a Osobné alebo partnerove zvyky*. **Dominantný štýl** sa objavil najviac u oblasti *Robenie rozhodnutí*. Iba **1x** sa vyskytoval **separačný štýl** oblasti *Fungovania*



domácnosti a **submisívny štýl** sa neobjavil ani u jedného respondenta. **4** respondenti nevnímali ako konfliktné oblasti *Rodičovstva* a všetkých **5** respondentov, ktorým bol kategorizovaný distančný typ vzťahovej väzby, nevnímalo ako konfliktnú oblasť *Očakávanie rolí*.

**Tab. č. 17:** Zastúpenie konfliktných štýlov v jednotlivých oblastiach konfliktu u jedincov s distančným typom väzby

Oblasti konfliktov	kompromisný štýl	Vyhýbavý štýl	Separáčny štýl	Submisívny štýl	Dominantný štýl	Vzájomne reaktívny štýl
Komunikácia	2	1	0	0	1	1
Fungovanie domácnosti:		0	1	0	1	0
Robenie rozhodnutí:	1	0	0	0	2	2
Spoločný čas:	2	2	0	0	0	0
Financie:	1	2	0	0	1	0
Osobné alebo part. zvyky:	0	0	0	0	0	3
Očakávanie rolí:	0	0	0	0	0	0
Screen-time:	1	1	0	0	0	0
Rodičovstvo:	0	1	0	0	0	0
Sex:	1	2	0	0	0	0
Organizácia času:	4	0	0	0	0	1

**Úzkostný typ** vzťahovej väzby bol kategorizovaný **3** respondentom.

V rámci konštruktívnej stratégie, teda **kompromisného štýlu** respondenti volili v jednotlivých oblastiach nasledujúce kódy:

Kód, **spolupráca na riešení** bola respondentmi volená **1x** v oblastiach *Fungovanie domácnosti*, *Spoločný čas*, *Screen-time*, *Osobné alebo partnerove zvyky* a **2x** v oblasti *Organizácia času*. **Spoločná dohoda** je kód, ktorý bol respondentom pridelený v oblastiach *Screen-time* **2x** a v oblastiach *Fungovanie domácnosti* a *Organizácia času* **1x**. Posledným kódom v rámci kompromisného štýlu bola **vzájomná komunikácia**, ktorá sa objavila **2x** v oblasti *Sex* a **1x** v oblasti *Fungovanie domácnosti*.

Kód **cooling-off**, ktorý bol zaradený pod **separačný štýl** sa objavoval len u jedného respondenta v oblastiach *Komunikácia* a *Robenie rozhodnutí*.

**Vyhýbavý štýl** bol identifikovaný podľa kódu **pasivita** u jedného respondenta v oblasti *Komunikácia*.

K **submisívnemu štýlu** boli pridelený kód **odovzдание kontroly**, ktorý sa vyskytol v oblasti *Osobné alebo partnerove zvyky 2x* a kód **uprednostnenie názoru partnera** nebol zastúpený. V rámci **dominantného štýlu** patrí kód **uprednostnenie svojho názoru**, ktorý sa vyskytol **2x** v oblasti *Financie* a **1x** v oblasti *Screen-time*. Kód **prevzatie kontroly** nebol, zastúpený.

**Najčastejšie** sa u respondentov kategorizovaných s úzkostným typom väzby vyskytoval **kompromisný štýl** riešenia a to v oblastiach *Sex* a taktiež sa objavil v oblastiach *Fungovanie domácnosti*, *Osobné alebo partnerove zvyky*, *Screen-time* a *Organizácia času*. **Častejšie** sa vyskytoval taktiež **separačný štýl** v oblastiach *Komunikácia* a **dominantný štýl** v oblastiach *Robenie rozhodnutí*, *Financie* a *Screen-time*. Zriedka sa vyskytol aj **vyhýbavý štýl** v oblasti *Komunikácia* rovnako ako **submisívny štýl** v *Osobných alebo partnerových zvykov*. **Vôbec** sa nevyskytol **vzájomne reaktívny štýl** riešenia. Všetci **3** respondenti s kategorizovaným úzkostným typom vzťahovej väzby, nevnímali ako konfliktné oblasti *Očakávanie rolí* a *Rodičovstvo*.

Tab. č. 18: Zastúpenie konfliktných štýlov v jednotlivých oblastiach konfliktu u jedincov s úzkostným typom väzby

Oblasti konfliktov	kompromisný štýl	Vyhýbavý štýl	Separáčny štýl	Submisívny štýl	Dominantný štýl	Vzájomne reaktívny štýl
Komunikácia	0	1	1	0	0	0
Fungovanie domácnosti:	1	0	0	0	0	0
Robenie rozhodnutí:	0	0	1	0	1	0
Spoločný čas:	1	0	0	0	0	0
Financie:	0	0	0	0	1	0
Osobné alebo part. zvyky:	1	0	0	2	0	0
Očakávanie rolí:	0	0	0	0	0	0
Screen-time:	1	0	0	0	1	0
Rodičovstvo:	0	0	0	0	0	0
Sex:	2	0	0	0	0	0
Organizácia času:	1	0	0	0	0	0

**Bojazlivo vyhýbavý typ** vzťahovej väzby bol kategorizovaný **1** respondentovi.

V rámci konštruktívnej stratégie, teda **kompromisného štýlu** respondenti volili v jednotlivých oblastiach nasledujúce kódy:

Kód, **spolupráca na riešení** bola respondentmi volená **4x** v oblastiach *Robenie rozhodnutí*, *Organizácia času*, *Financie* a *Fungovanie domácnosti*. **Spoločná dohoda** je kód, ktorý sa objavil **2x** v oblastiach *Robenie rozhodnutí* a *Fungovanie domácnosti*. Posledným kódom v rámci kompromisného štýlu bola **vzájomná komunikácia**, ktorá sa objavila **2x** v oblasti *Sex* a *Financie*.

**Vyhýbavý štýl** bol identifikovaný podľa kódu **pasivita** u daného respondenta v oblasti *Rodičovstvo* a *Osobné alebo partnerove zvyky*.

**Najčastejšie** sa vyskytoval u danej respondentky **kompromisný štýl** v oblastiach *Fungovanie domácnosti*, *Robenie rozhodnutí*, *Financie*, *Sex* a *Organizácia času*. Objavil sa aj **vyhýbavý štýl** riešenia v oblasti *Rodičovstvo*. Daná respondentka nevnímala ako konfliktné oblasti *Očakávanie rolí*, ale taktiež oblasť *Komunikácia* a *Screen-time*.

**VO.3: Aká je voľba stratégie zvládania konfliktov v jednotlivých oblastiach konfliktných situácií, ak má jeden s partnerov neistý a druhý partner istý štýl vzťahovej väzby?**

Páry, v ktorých jeden z partnerov mal istý štýl a druhý neistý štýl vzťahovej väzby na seba navzájom vplývali. Ako sme si už predstavili v prvej výskumnej otázke, respondenti s istým štýlom siahajú častejšie po konštruktívnej stratégii riešenia konfliktov, kompromisnom štýle. Ten vedie rovnako respondentov s neistým štýlom, aby postupne v priebehu partnerstva prehodnotili svoje štýly riešenia a do väčšej miery siahali taktiež po konštruktívnom spôsobe riešenia konfliktov. **Na podloženie daného tvrdenia vnímame niekoľko výrokov respondentov:**

„ (...) priateľka to rieši tak, že ona počká chvíľku a potom to rieši alebo teda možno na druhý deň, neviem, ja som taký, že ja to musím riešiť hneď, ... (Pár 7, partner) –

**Komunikácia**

„Na začiatku to bolo iné, teraz keď už sme dlhšie spolu tak už vychádzame podľa mňa, keď niekomu niečo vadí, tak si to povieme.“ (Pár 6, partnerka) – **Komunikácia**

„ (...) na začiatku sme to riešili asi skôr, tak nejaký nie komunikáciou, ale bolo to skôr také také výbušné alebo nerozprávanie hm proste je to všetko o tej komunikácii a myslím, že zo začiatku to celkom zlyhávalo, ale už postupom času sme si nejakým spôsobom ani nie že zvykli, ale vieme, čo očakávať jeden od druhého a ak dôjde tam nejakému ja neviem, čo sa mi neľúbi nejaký teda ten zlozvyk, tak si to vieme určite odkomunikovať a a tak.“ (Pár 7, partnerka) – **Komunikácia**

„ (...) niekedy má, mal také divné vyjadrovanie za surové,... Ale teraz sa zmenil, už taký nie je“ (Pár 6, partnerka) – **Robenie rozhodnutí**

„ (...) ale fakt stávalo sa to často, teraz je to už fakt také na lepšej ceste.“ (Pár 4, partnerka) – **Osobné alebo partnerove zvyky**

„hm tak možno spočiatku áno, ale tak teda ja som si uvedomila, že to no zase je to o komunikácii aj ja som si zase uvedomila, že trávime čas spolu, a teda nie na tých sociálnych sieťach v nejakej virtuálnej dimenzii“ (Pár 7, partnerka) – **Screen-time**

„ (...) že keď som bola ako ešte slobodná alebo ako to povedať, som si išla tak voľné, nemala som tak organizovaný čas, ale ako som s ním tak je to tak organizované čas kus

*podľa neho, a ja som ten článok, že buď súhlasí a keď nesúhlasí, tak je tam tá nezhoda a nejaký ten výbuch a potom nejaký kompromis.“ (Pár 5, partnerka). – **Organizácia času***

Na základe daných príkladov z rozhovorov s respondentmi, sa tak **najčastejšie** vplyv istého štýlu vzťahovej väzby odrážal v oblasti *Komunikácia*.

Danú skutočnosť potvrdzuje aj zistenie, že vo vzťahu jedinca s neistým štýlom väzby a jedinca s istou väzbou, je najčastejšie využívaným štýlom pri riešení konfliktov u oboch partnerov kompromisný štýl.

#### **VO.4: Aká je voľba stratégie zvládania konfliktov v jednotlivých oblastiach konfliktných situácií, ak majú obaja partneri neistý a istý štýl vzťahovej väzby?**

V rámci **Páru 10**, bol obidvom partnerom pridelený neistý štýl vzťahovej väzby. Partnerke bol na základe výsledkov z dotazníka kategorizovaný **distančný typ** vzťahovej väzby a partnerovi bol kategorizovaný **úzkostný typ** vzťahovej väzby. Oproti párom, v ktorých mal aspoň jeden z partnerov istý štýl vzťahovej väzby, volili partneri len veľmi málo konštruktívne stratégie a viac sa uchýľovali k deštruktívnym alebo nešpecifickým stratégiám.

**Partnerka** najčastejšie popisovala **vyhýbavý štýl** riešenia konfliktov a to v oblastiach *Komunikácia, Spoločný čas, Screen-time* a *Sex*. Objavil sa taktiež **1x separačný štýl** v oblasti *Fungovanie domácnosti*, **1x dominantný štýl** v oblasti *Financie*, **1x vzájomne reaktívny štýl** v oblasti *Osobné alebo partnerove zvyky* a **1x kompromisný štýl** v oblasti *Organizácia času*.

**Partner** popisuje v rozhovore **1x vyhýbavý štýl** v oblasti *Komunikácia*, **1x submisívny štýl** v oblasti *Osobné alebo partnerove zvyky* a **1x dominantný štýl** v oblasti *Screen-time*.

V rámci **páru 1** a **páru 2** sa u oboch respondentov kategorizoval istý štýl vzťahovej väzby. Obidva páry najčastejšie inklinovali ku **konštruktívnej stratégii** riešenia konfliktov a to v oblastiach *Komunikácia, Robenie rozhodnutí, Spoločný čas, Financie, Sex* a *Organizácia času*. **Nešpecifické** a **deštruktívne stratégie** všetci **4** respondenti volili v oblastiach *Osobných alebo partnerových zvykov* a *Screen-time*. Špecificky sa jedná o **vyhýbavý, vzájomne reaktívny** a **dominantný štýl** riešenia konfliktov. V oblastiach *Komunikácia* a *Fungovanie domácnosti* sa taktiež vyskytol aj **submisívny** a **dominantný štýl** u dvoch respondentov. Opäť ani jeden z párov nevnímal ako konfliktné oblasti *Očakávanie rolí* a *Rodičovstvo*.

### **VO.5: Aké je vnímanie jednotlivých oblastí konfliktnej situácie u všetkých respondentov?**

**Komunikácia** je oblasť, ktorú častokrát respondenti vnímali, ako veľmi dôležitú a ako neodmysliteľnú súčasť fungovania v partnerstve. Častokrát sa jedná o základňu, na ktorej páry stavajú svoj vzťah a určite je prepojená aj s ďalšími oblasťami riešenia konfliktov nielen v rámci samostatnej oblasti. „ (...) *od začiatku zakladáme na tej komunikácii a vždy si vlastne vravíme, že si to musíme vykomunikovať, takže ja si myslím, že tam je dosť silný základ, čo sa týka tejto komunikácii*“ (Pár 7, partnerka), „ (...) *komunikácia u nás je silný základ*“ (Pár 3, partner). Napriek k tomu boli v nej volené u **4** respondentov **deštruktívne**, u **6** respondentov **nešpecifické stratégie** a **konštruktívna stratégia** bola volená **7** respondentmi. **3** respondenti nevnímajú konflikty v tejto oblasti. V danej oblasti volili **ženy** aj **muži** najčastejšie **kompromisný štýl** riešenia konfliktov.

**Fungovanie domácnosti** je oblasťou v ktorej určite mnohokrát zohrávala úlohu, že **2** páry nebývajú spoločne, bolo pre to pre nich náročné posúdiť konflikty v tejto oblasti, čo sa do istej miery odrazilo a **10** respondentov v tejto oblasti **nevnímajú nejaké konflikty**. Častokrát sa objavoval **submisívny** alebo **dominantný štýl** v tejto oblasti, ako výsledok vnímania respondentov, že je v ich partnerstve niekto, kto preberá väčšiu úlohu v tejto oblasti. **Deštruktívne** stratégie boli v danej oblasti volené u **2** respondentov, **nešpecifické stratégie** volili **3** respondenti a **konštruktívna stratégia** bola volená **5** respondentmi. V danej oblasti volili **ženy** najčastejšie **kompromisný štýl** a **muži** rovnomerne volili medzi **kompromisným, submisívnym** a **vyhýbavým štýlom** riešenia konfliktov.

**Robenie rozhodnutí** je oblasťou, ktorá sa týkala, ako spoločných tak rozhodnutí len jedného z partnerov a v ktorej do veľkej miery zavážila u respondentov aj **vážnosť** rozhodnutí, o ktoré sa jedná v konflikte. „ (...) *niekto povie, že preňho je závažná situácia kúpenie auta, že ide kupovať auto, a nie nemáme peniaze, ale to sú také veci, ktoré by bolo treba ďalej rozvíjať hej, že ale také závažné situácie, ktoré by sa mali vyskytnúť, tak si nemyslím, ale vždycky je to na dohode, okrem jeho oblečenia tam sa nezhodneme nikdy pri kúpe, ale to je tiež kapitola sama o sebe.*“ (Pár 2, druhý partner). V danej oblasti boli volené u **6** respondentov **deštruktívne**, u **4** respondentov **nešpecifické stratégie** a **konštruktívna stratégia** bola volená **8** respondentmi. **2** respondenti nevnímajú konflikty v tejto oblasti. V danej oblasti volili **ženy** najčastejšie **kompromisný a dominantný štýl** a **muži** **kompromisný štýl** riešenia konfliktov.

**Spoločný čas.** Napriek tomu, že sa jedná o spoločný čas oboch partnerov vyskytnú sa vo vzťahu podľa popisu respondentov situácie, kedy sa nedá tráviť čas spoločne a každý ide tráviť čas vlastnou aktivitou. „*uhm jasné hej hej alebo keď nie no, tak ja si robím po svojom a on po svojom ako samostatné jednotky, ale bez toho, aby sme ja neviem sa pohádali alebo proste bereme to normálne, že každý máme nejaký svoj život takže aj sa tak k tomu pristupujeme*“ (Pár 2, prvý partner). Tento scenár je taktiež založený na spoločnej dohode a uspokojenie požiadaviek na oboch stranách. Jedná sa o oblasť, v ktorej volilo **1** respondent **deštruktívne**, u **2** respondentov **nešpecifické stratégie** a **konštruktívna stratégia** bola volená **8** respondentmi. **9** respondenti nevnímajú konflikty v tejto oblasti. V danej oblasti volili **ženy** aj **muži** najčastejšie **kompromisný štýl** riešenia konfliktov.

**Financie** sú oblasť, v ktorej taktiež zaväži dôležitosť finančného výdavku, ktorý je predmetom konfliktu, rovnako aj to, že okrem jedného páru majú všetci partneri zatiaľ samostatné účty. „*Tahle oblast neni pro mně důležitá, prostě nehospodaříme spolu, ale do budoucna to bude pro mě docela důležité a no do budoucna to bude asi trochu problém.*“ (Pár 8, partner). Napriek tomu vie viac respondentov nájsť kompromis v názoroch na finančné výdavky. Jedná sa o oblasť, v ktorej volili **3** respondenti **deštruktívne** a **nešpecifické stratégie** a **konštruktívna stratégia** bola volená **10** respondentmi. **5** respondenti nevnímajú konflikty v tejto oblasti. V danej oblasti volili **ženy** aj **muži** najčastejšie **kompromisný štýl** riešenia konfliktov.

**Osobné alebo partnerove zvyky** je oblasť, ktorá sa predovšetkým u dlhodobých partnerstiev, rieši čoraz viac tým, že to partneri nechávajú nedoriešené. Dôvodom môže byť, že je to oblasť, ktorá sa zvykne opakovať pomerne často a jeden z partnerov stále nesmeruje k zmene svojho správania. V tejto oblasti sa preto najčastejšie vyskytujú **nešpecifické stratégie** a to konkrétne **vyhýbavý štýl** u **9** respondentov a taktiež **submisívny štýl** riešenia u **2** respondentov. **Deštruktívne stratégie** sa vyskytli u **3** respondentov, **konštruktívna stratégia** u **3** respondentov a **3** respondenti nevnímajú v tej oblasti konflikty. V danej oblasti volili **ženy** aj **muži** najčastejšie **vyhýbavý štýl** riešenia konfliktov.

**Screen-time** je pomerne novodobá oblasť, v ktorej sa môžu objavovať konflikty, napriek tomu sme pri rozhovore pozorovali len dva scenáre. Prvým bol scenár, že obaja partneri majú k tejto oblasti rovnaký postoj, teda prípadné konflikty sú najčastejšie riešené konštruktívnymi stratégiami a druhý bol, že respondenti nevnímajú žiadne konflikty. “ (...) *a mobility jasné, to je taká naša ehm...taká dobrá téma, keď sú u nás aj kamaráti alebo niekto*

a každý hľadá do toho mobilu,...“ (Pár 2, druhý partner). Jedná sa o oblasť v ktorej volili **3** respondenti **deštruktívne**, **4** respondenti **nešpecifické stratégie** a **konštruktívnu stratégiu** volilo **7** respondentov. **6** respondenti nevnímajú konflikty v tejto oblasti. V danej oblasti volili **ženy** najčastejšie **vyhýbavý štýl** a **muži** **kompromisný štýl** riešenia konfliktov.

**Sex** je veľmi intímna oblasť, ktorá je dôležitou súčasťou vzťahu. Respondenti taktiež vnímajú, že by sa v nej mali angažovať obaja partneri, preto je dôležité spoločné riešenie prípadného konfliktu. „No neviem či to ináč ide, že len jeden sa bude angažovať,...“ (Pár 6, partner). Najčastejšie je preto v tejto oblasti volená **konštruktívna stratégia** a to u **10** respondentov. **Nešpecifické stratégie**, konkrétne **vyhýbavý štýl** popisovali **3** respondenti a **1** respondent popísal **dominantný štýl** riešenia. **5** respondentov nevnímalo v danej oblasti nejaký konflikt. V danej oblasti volili **ženy** aj **muži** najčastejšie **kompromisný štýl** riešenia konfliktov.

**Organizácia času** je veľmi podobná oblasti *Spoločný čas*, kedy rovnako ako si respondenti organizujú čas spoločne tak aj samostatne. „(...)my nie sme takto zviazaní, aby on bol robil vždycky to čo ja chcem alebo opačne, to znamená ak on potrebuje a chce riešiť v danom momente, tak ja mu dám tu slobodu, a ja môžem robiť niečo úplne iné, ak ide o také veci spoločne, ktoré by sa mali riešiť spoločne,...“ (Pár 2, druhý partner). Je prítomná spoločná dohoda, ktorá vyhovuje potrebám oboch partnerov a výsledkom je vzájomná spokojnosť u oboch partnerov. Opätovne sa jedná o oblasť, kde je najčastejšie volená **konštruktívna stratégia** a to u **12** respondentov. **Nešpecifické stratégie** popisovali **2** respondenti a taktiež **2** respondenti popísali **deštruktívne stratégie** riešenia. **4** respondenti nevnímali v danej oblasti nejaký konflikt. V danej oblasti volili **ženy** aj **muži** najčastejšie **kompromisný štýl** riešenia konfliktov.

V oblastiach **Očakávanie rolí** sa najčastejšie nevyskytovali žiadne konflikty a to u **19** respondentov a **1** respondent, muž, popísal **kompromisný štýl** riešenia. Veľmi podobne je to aj v oblasti *Rodičovstvo*, kedy **18** respondentov nevnímalo konflikt v tejto oblasti z čoho predpokladáme, že mala veľký vplyv bezdetnosť všetkých párov, a teda sme sa v tejto téme zaoberali potencionálnym rodičovstvom. **2** respondenti, ženy, v tejto oblasti popísali **vyhýbavý štýl** riešenia.

**VO.6: Pokrýva zvolený model riešenia konfliktu dostatočne situácie, ktoré popisovali respondenti v rozhovore?**



V rozhovore s respondentmi sa vyskytli aj situácie, kedy jedinci popisovali riešenia, ku ktorým nebolo možné prideliť ani jeden z štýlov z využívaného modelu riešenia konfliktov. Jednalo sa o situácie, **kedy sa respondenti zhodli spoločne na tom, že každý z nich ma rozdielne názory a potreby, ďalej sa teda problému nevenovali, a tým obaja partneri dosiahli uspokojenie potrieb.**

*„ (...) my máme takú filozofiu, že keď sa nevieme nejak pri tom konflikte zhodnúť, že niekto tvrdí jednu vec, druhý tvrdí druhú vec tak proste si povieme, že zhodneme sa, že sa nezhodneme a ide sa proste ďalej no,...“ (Pár 5, partnerka).*

*„Tak my máme väčšinou oba dva takový ten názor, že ďalej si čo chceš, ale holencito je to, čo ti ja k tomu řeknu, takže tím pádem když já naposled sem vzala jednu práci, .... tak to bylo takový, že jako se řeklo že já sem ti to říkal, ale ne ni za to na mně vyložene, vyložene jako naštvanej...“ (Pár 8, partnerka).*

*„Že ten kto je s tou situáciou nespokojný, tak tu situáciu sám vyrieši potom.“ (Pár 5, partner).*

*„ (...) že teda ďalej si čo chceš, nevadí mi to, říkám kecám do toho ale nevadí mi to, keď si děla čo chce.“ (Pár 8, partner).*

Na základe daných citácií od obidvoch partnerov predpokladáme, že by bol potrebný taktiež štýl, ktorým by sa dali popísať nasledujúce situácie.

## 8 DISKUSIA

Témou danej bakalárskej práce bolo preskúmanie oblastí stratégií riešenia konfliktov v jednotlivých konfliktných oblastiach a v súvislosti so vzťahovou väzbou. Nemálo štúdií sa zaoberalo skúmaním vzťahovej väzby a jej dopadom na partnerský vzťah aj v kontexte stratégií riešenia konfliktov. Avšak žiadna štúdia sa zatiaľ viacej nezameriavala na konkrétnejšie oblasti potencionálnych konfliktov a taktiež na daydické súvislosti medzi partnermi. V nasledujúcej časti sa budeme bližšie venovať interpretácií výsledkov, ale taktiež aj limitami nášho výskumu.

V rámci výskumu bolo naším hlavným cieľom zmapovať jednotlivé oblasti konfliktných situácií spolužitia partnerov. Odvíjajúc sa od hlavného cieľu výskumu bolo následne vytvorených päť výskumných otázok a zistenia z nich si predstavíme nižšie.

V prvej výskumnej otázke sme sa dopytovali na voľbu stratégie v jednotlivých konfliktných situáciách u jedincov s istým štýlom vzťahovej väzby (nízkou mierou vyhýbavosti a úzkostnosti). Nízka miera vyhýbavosti ako aj úzkostnosti viedla respondenta častejšie ku kompromisnému štýlu riešenia konfliktov vo vzťahu. Tento výsledok nebol prekvapivý, keďže sa jedná o skutočnosť potvrdenú v záveroch viacerých zahraničných aj tuzemských štúdií, od Pietromonacovej a kolektívu (2004), Shiovej (2003), Canna (2010) a Kotrlová a Lacinová (2013), ktorí uvádzali, že jedinci s istým štýlom väzby volia skôr formu kompromisu. Kompromisný štýl riešenia konfliktov respondenti popisovali najčastejšie v oblastiach *Robenie rozhodnutí*, *Financie*, *Sex* a *Organizácia času*.

Respondenti s nízkou mierou úzkostnosti a vyhýbavosti vnímajú pozitívnejšie seba ako aj druhých počas vzájomného konfliktu a majú väčší sklon k hľadaniu takých riešení, ktoré by uspokojilo potreby obojstranne. Vo všeobecnosti sa títo jedinci cítia bezpečne v blízkych vzťahoch, či ich vedie k schopnosti dôverného vzťahu s partnerom. Predpokladáme, že táto skutočnosť sa odráža v procese robenia rozhodnutí, u ktorej sa zistila súvislosť s dôverou a mocou (Beaulieu, Kools, Kennedy, & Humphreys, 2011). Jedinci s istou väzbou majú sklon k dôvere v svojho partnera a netúžia po moci nad ním, domnievam sa, že preto volia v tejto oblasti častejšie kompromisný štýl. Rovnako tak aj oblasť *Financie* je prepojená s mocou v partnerstve (Taibbi, 2009) a môžeme tak predpokladať rovnaký dôvod, prečo aj v tejto oblasti jedinci s istou väzbou volili najčastejšie kompromisný štýl. *Sex* je oblasť, ktorá patrí taktiež k témam kde sa rovnako ako pri financiách, frekventovane vyskytujú konflikty

(Meyer & Sledge, 2022). V sexuálnej oblasti sa potvrdilo, že respondenti s istým štýlom väzby sú otvorení k svojim partnerom a pozorní k ich sexuálnym signálom (Bogaert & Sadava, 2002) a tak volili častejšie konštruktívne spôsoby riešenia. *Organizácia času* je oblasť, v ktorej ak aj dospeje ku konfliktu medzi partnermi jedinci menej, ako pri ostatných oblastiach volia dysfunkčné spôsoby riešenia konfliktu, keďže konflikty v tejto oblasti sa často spájajú s prosbou jedného z partnerov o väčšie množstvo spoločne stráveného času. Jedinci s istým štýlom viacej sa cítia pohodlne v blízkosti svojho partnera a chcú s ním tráviť viac času (Adamová & Halama, 2009). Ďalším najčastejšie voleným štýlom jedincov s istou väzbou bol vyhýbavý štýl riešenia konfliktov a to v oblasti *Osobných alebo partnerových zvykov*. V tejto oblasti je vo všeobecnosti menšia miera využívania konštruktívnych stratégií medzi partnermi (Papp, 2018), čo sa dá vysvetliť tým, že v dlhodobom vzťahu už partneri len ťažko nevenujú pozornosť vzájomným zlozvykom druhého partnera (Meyer & Sledge, 2022).

V rámci druhej výskumnej otázky sme sa dopytovali na voľbu stratégie v jednotlivých konfliktných situáciách u jedincov s neistým štýlom vzťahovej väzby, kde sme sa špecifikovali na tri štýly vzťahovej väzby.

Prvý štýl bol určený nízkou miernou úzkosťou a vysokou mierou vyhýbavosti (distančný typ). Jedinci, ktorým bol kategorizovaný daný typ vzťahovej väzby najčastejšie popisovali kompromisný štýl riešenia štýlov v oblasti *Organizácia času*, napriek tomu, že títo jedinci inklinujú viac k autonómii a nezávislosti na druhých ľuďoch. Druhým najčastejšie voleným štýlom riešenia konfliktov u respondentov s distančným typom väzby bol vyhýbavý štýl riešenia konfliktov, po ktorom jedinci s týmto typom často siahajú, aby sa vyhli prežívaniu emócií a pocitu zraniteľnosti voči partnerovi. Najčastejšie sa objavoval v oblastiach *Spoločný čas*, *Financie* a *Sex*. Pri prvých dvoch oblastiach, ako dôvod môžeme predpokladať zámer zachovania si samostatnosti a potvrdenia sily. Z rovnakého dôvodu môže vyplývať aj vysvetlenie častého dominantného a vzájomne reaktívneho štýlu v oblasti *Robenie rozhodnutí*, kedy táto oblasť, ako je uvádzané vyššie, sa spája s pocitom dôvery a moci. (Bartholomew & Horowitz, 1991; Beaulieu et al, 2011; Lacinová & Michalčáková, 2014). V oblasti *Sex* sa vyhýbavý štýl môže spájať s neinklinovaním k dotykom, bozkom či iným intímnym aktivitám jedinca s partnerom (Gentzler & Kerns, 2004). Respondenti často taktiež popisovali vzájomne reaktívny štýl riešenia v *Osobné alebo partnerove zvyky*, kedy je táto oblasť často zdrojom dysfunkčných spôsobov riešenia konfliktov (Papp, 2018) a vedie na základe popisu týchto jedincov prvočne k prudkej reakcii.

Druhý štýl, bol určený vysokou miernou úzkostnosťou a nízkou mierou vyhýbavosti (úzkostný typ). Jedinci, ktorým bol kategorizovaný daný typ vzťahovej väzby najčastejšie popisovali kompromisný štýl a to v oblasti Sex, ktorá je považovaná za fyzický prejav emocionálnej intimity (Meyer & Sledge, 2022). Táto skutočnosť sa môže spájať s tým, že jedinci s úzkostným štýlom vnímajú danú oblasť ako prostriedok, že si ich partner váži a slúži k dosiahnutiu blízkosti partnera (Schachener & Shaver, 2004). Druhý najčastejším štýlom riešenia konfliktov bol submisívny a konkrétne v oblasti *Osobné alebo partnerove zvyky*. Ktorý ako aj v ostatných typoch vzťahovej väzby môže byť spojený s tým, že pri dlhodobých vzťahoch sa objavuje určitá nespokojnosť so zvykmi u partnerov a neobjavujú sa do veľkej miery konštruktívne spôsoby riešenia (Papp, 2018). Pri jedincoch s úzkostným typom väzby môže táto voľba stratégie v tejto oblasti súvisieť s tým, že ich vlastné vnímanie je závislé na názoroch druhých a strach z odmietnutia vedie týchto jedincov k prispôsobeniu sa partnerovi v tejto oblasti (Bartholomew & Horowitz, 1991).

Posledný štýl je určený, vysokou mierou vyhýbavosti aj úzkostnosťou (bojazlivo vyhýbavý typ), tento štýl bol zastúpený jedným respondentom. Najčastejšie sa u daného respondenta, objavil kompromisný štýl, čo sme neočakávali, ale s opatrnosťou by sme mohli tento jav pripísať pôsobením aktuálnej partnerky s istým štýlom vzťahovej väzby, ktorá taktiež popisovala kompromisný štýl v podobných oblastiach. U bojazlivo vyhýbavého štýlu sa vyskytol aj vyhýbavý štýl riešenia a to ako v Osobných alebo partnerových zvykoch. V tomto kontexte by mohlo mať veľký význam aj to, že romantický vzťah daného respondenta trvá len krátko cez rok a partnerka nevníma veľkú dôležitosť tejto oblasti. Rovnako tak sa vyhýbavý štýl riešenia objavil aj v oblasti Rodičovstva. Daný typ vzťahovej väzby sa vyznačuje traumatickou skúsenosťou v detstve, čo môžeme vnímať ako dôvod, prečo v tejto oblasti respondent popisoval vyhýbavý štýl (Štefánková, 2005).

V rámci tretej výskumnej otázky, ako sme už naznačili, sme sa venovali voľbe stratégií v konfliktných oblastiach za predpokladu ak má jeden z partnerov istý a druhý neistý štýl vzťahovej väzby. Respondenti s rôznym typom väzby pri retrospektívnom pohľade uvádzajú, že vnímajú zmenu oproti tomu, ako riešili konflikty na začiatku vzťahu a ako ich riešia aktuálne. Hodnotili, že v neskorších fázach vzťahu viac spejú ku kompromisu. Keďže komunikácia je neodmysliteľnou súčasťou všetkých konfliktných oblastí, ako schopnosť dospieť s partnerom k istému rozhodnutiu, najčastejšie sa vyjadrenia o zmene ku kompromisnému štýlu objavovali v tejto oblasti (Papp, 2018).

V štvrtej výskumnej otázke sme sa zaoberali voľbou stratégie pri zvládaní konfliktov u partnerov, ktorí majú obaja istý alebo neistý štýl vzťahovej väzby.

Páry s nižšou mierou väzbovej vyhýbavosti aj úzkostnosti (istý štýl), inklinovali k tomu, že obaja partneri dávajú prednosť viac kompromisnému štýlu riešenia konfliktu.

Pri jedincoch, ktorí obaja majú neistý štýl riešenia konfliktov riešia konflikty menej konštruktívnymi stratégiami. Obidve zistenia potvrdzujú aj štúdie Dominguovej a Mollenovej (2009) a Hartmannovej (2021), ktoré viedli k rovnakým záverom. V prípade istých štýlov väzby sa aj napriek prevahe kompromisného štýlu u obidvoch párov vyskytol vyhýbavý štýl riešenia konfliktov v oblasti *Osobné alebo partnerove zvyky*, čo opäť môže mať za následok voľba dysfunkčných stratégií v tejto oblasti všeobecne (Papp, 2018) a jedná sa o častú oblasť konfliktov. Obidva páry taktiež nevolili konštruktívne stratégie v oblasti *Screen-time*, čo môže byť zapríčinené, že sa jedná o postupne sa vynárajúci problém dnešnej doby a nie všetky páry si museli osvojiť v tejto oblasti konštruktívne stratégie riešenia konfliktov (Meyer & Sledge, 2022).

Piata výskumná otázka sa viac zameriavala na jednotlivé oblasti konfliktných situácií z pohľadu respondentov. Keďže sme sa už venovali tým najčastejšie sa objavujúcim, v nasledujúcej časti si predstavíme oblasti, ktoré neboli do takej miery zastúpené jedným alebo viacerými štýlom riešenia konfliktov.

Oblasť *Komunikácia*, ako sme už spomínali je oblasť prestupujúca všetkými ostatnými konfliktnými oblasťami. Patrí preto k najčastejšie sa objavujúcim témam v koncepte konfliktu čo vedie k väčšej pravdepodobnosti, že sa u nej objaví dysfunkčné správanie počas konfliktu (Meyer & Sledge, 2022). To nás vedie k vysvetleniu prečo aj napriek tomu, že bola oproti ostatným štýlom zastúpená najviac kompromisným štýlom, sa objavovalo aj rozmanité zastúpenie ostatných, dysfunkčných štýlov u respondentov s istým aj neistým štýlom väzby.

S komunikáciou je do veľkej miery prepojená aj oblasť *Screen-time*, ktorá nebola zastúpená veľkým množstvom konfliktov ani u jedného štýlu vzťahovej väzby ale objavovali sa taktiež rôznorodé štýly riešenia konfliktov. Daná oblasť je pomerne novodobá, avšak stáva sa čoraz väčším problémom v dnešnej dobe, ktorý odvádza pozornosť aj od spoločne tráveného času medzi partnermi (Morgan et al, 2017). U respondentov istým štýlom aj napriek tomu v tejto oblasti prevažuje kompromisný štýl riešenia.

*Fungovanie domácnosti* je oblasť v ktorej sa vyskytujú častejšie hádky medzi partnermi a jedná sa o oblasť, v ktorej sa taktiež vyskytovala vysoká rozmanitosť štýlov riešenia konfliktu. To môže rovnako ako pri komunikácii vytvárať široký priestor pre vznik dysfunkčných alebo rôznorodých štýlov riešenia konfliktu (Meyer & Sledge, 2022).

Respondenti s istým aj neistým štýlom mali spoločné to, že sa u nich len v minimálnom množstve vyskytovali konflikty v oblasti *Rodičovstva*, kde môže byť dôvod v tom, že jedno z našich kritérií pre výskumný súbor bola bezdetnosť. Jednotlivé páry teda rozprávali v rozhovore o potencionálnom rodičovstve, ktoré pre nich nebola ešte aktuálna téma alebo už mali v tejto téme jasne stanovené názory, na ktorých sa obaja partneri na začiatku vzťahu dohodli. Ďalšou najmenej zastúpenou témou bola oblasť *Očakávanie rolí*. V tradičnom koncepte boli muži vnímaní ako tí dôležitejší oproti ženám, v modernej dobe tomu už však tak nie je a moderné ideológie sú viac mierené k rovnoprávnosti oboch pohlaví (Neculaesei, 2015). To nám poskytuje odôvodnenie, prečo sa v tejto oblasti nevyskytujú u väčšiny respondentov žiadne konflikty a ak aj sú prítomné, sú riešené konštruktívnou stratégiou.

U skúmaných partnerov sme nezaznamenali rozdiel medzi pohlaviami vo voľbe konfliktného štýlu v jednotlivých oblastiach. Muži aj ženy najčastejšie volili kompromisný štýl riešenia konfliktu v oblastiach *Komunikácia, Robenie rozhodnutí, Spoločný čas, Financie, Sex a Organizácia času. Screen-time* bola avšak oblasť, kde sa viacej u žien vyskytoval vyhýbavý štýl riešenia zatiaľ čo u mužov opäť prevládal kompromisný štýl. Nepatrný rozdiel bol viditeľný taktiež v ostatných oblastiach, kedy viacej mužov volilo kompromisný štýl riešenia ako žien. U žien stále dominoval kompromisný štýl riešenia, ale vyskytovala sa aj vysoká rozmanitosť spôsobov riešenia konfliktov, zatiaľ čo u mužov v jednotlivých oblastiach výrazne dominovala voľba kompromisného štýlu. Možným vysvetlením je, že ak sa mužom vo vzťahu podarilo konflikt viackrát vyriešiť pomocou vzájomnej spolupráce, budú k nej inklinovať aj pri ďalších konfliktoch. U žien to nebolo také jednoznačné, spoluprácu partnerky sprevádzala vidina nejakého zisku (Zacchilli et al, 2009). Dôvodom tejto skutočnosti môže byť aj fakt, že oproti mužom bol viacerým ženám kategorizovaný neistý štýl vzťahovej väzby. Rovnako ako obidva štýly väzby, aj obidve pohlavia popisovali najčastejšie vyhýbavý štýl riešenia konfliktov v oblasti *Osobných alebo partnerových zvykov*. Ženy na rozdiel od mužov videli konflikty v oblasti *Rodičovstvo* a aj v tejto oblasti volili vyhýbavý štýl riešenia konfliktov. Ženy s neistou väzbou volia častejšie vyhýbavý štýl riešenia konfliktu zo strachu, že by prišli o svojho partnera (Creasey, 2002). Vzhľadom na tom, že najviac zastúpenou skupinou boli mladí dospelí, predpokladáme

dôvod týchto výsledkov práve v tom, že táto vývojová skupina odkladá založenie rodiny na neskorší vek, až po 30 roku života (Lacinová et al., 2016). Konflikt sa vyskytol v oblasti *Očakávania rolí*, u jedného mužského respondenta, ktorý v nej popisoval kompromisný štýl riešenia zatiaľ čo žiadna žena vo výskume nevnímala konflikt v tejto oblasti.

V rámci šiestej výskumnej otázky sme sa zaoberali, či je model riešenia konfliktov dostačujúci pre situácie, ktoré popisovali respondenti v rozhovoroch. Zistili sme, že sa objavovali situácie, ktoré nevystihoval ani jeden zo štýlov riešenia konfliktu v rámci modelu riešenia konfliktov. V oboch prípadoch sa jednalo o stret partnerov s istou a neistou vzťahovou väzbou. Jednalo sa o situácie, v ktorých sa jedinci spoločne dohodli, že majú rozdielne názory a ďalej sa tomuto konfliktu nevenovali, napriek tomu bolo tým dosiahnuté uspokojenie potrieb u oboch partnerov. Daný štýl sme sa rozhodli na základe toho pomenovať, ako akceptačne vyhýbavý štýl riešenia konfliktu. Akceptačnou časťou rozumieme časť riešenia konfliktu, v ktorej respondenti vyslovili opačné názory a prijali skutočnosť, že majú s partnerom rozdielne potreby. Vyhýbavá časť reprezentuje druhú časť, kedy sa partneri ďalej nevenovali riešeniu rozdielnych potrieb, napriek tomu došlo k uspokojeniu potrieb u oboch partnerov.

Typ štýlu, akceptačne vyhýbavý, ktorý sme v našom experimente pozorovali ešte nebol presnejšie preskúmaný žiadnymi známymi štúdiami. Nachádzali sme preto na toto téma skôr popularizačné články. Tie sa zhodujú na tom, že sú situácie, kedy je tento štýl často nazývaný ako „zhodneme sa, že sa nezhodneme“, pre partnerov aj ich vzťah prospešný. Jedná sa, ale predovšetkým o konflikty týkajúcich sa tém, ktoré nie sú tak prioritné pre dlhodobé fungovanie vzťahu. Máme na mysli teda oblasti, ktorým partneri neprikladajú veľkú váhu a konflikty v nich nenarušujú celkovú harmóniu vzťahu. Komplikácie môže daný štýl spôsobiť, ak sa vyskytne v dôležitých oblastiach konfliktu. To môže do budúcnosti viesť k vážnym problémom vo vzťahu, ktoré môžu viesť k zníženiu neistoty vo vzťahu alebo až k ukončeniu vzťahu (Abel, 2021; Hyman, 2020). V našich rozhovoroch sme pozorovali výskyt daného štýlu u partnerov, kde aspoň jeden z nich má neistú vzťahovú väzbu. Z nášho uhľá pohľadu teda usudzujeme, že keďže daný štýl sa vyskytuje u spomínaného typu páru, išlo by skôr o deštruktívny spôsob riešenia konfliktu pri vážnych témach, ktorý vytvára medzi partnermi istú priepasť. Avšak v našej práci sme sa na túto problematiku nezameriavali a daná oblasť by podľa nás stála za podrobnejšie preskúmanie.

Limit nášho výskumu vidíme aj vo forme zbierania kvantitatívnych dát, kedy sme sa dopytovali na oblasti jednotlivých oblastí a stratégií riešenia konfliktov, prostredníctvom pološtruktúrovaného interviewu. Každý z respondentov má svoju individuálnu interpretáciu toho, ako daný konflikt a jeho riešenie prebiehalo, preto bolo pomerne náročné na základe popisu respondentov v rozhovore identifikovať jednotlivé stratégie riešenia konfliktov. Výskumník nie je taktiež špeciálne školený na vedenie takéhoto typu rozhovoru ani jeho vyhodnotenie, preto dané výsledky rozhovoru sú skreslené subjektívnym ponímaním toho, ako výskumník vnímal popisy riešenia konfliktov a jednotlivé stratégie.

Keďže bol pre výskum zvolený aj kvantitatívny prístup stáva sa limitom nemožnosť zovšeobecniť výsledky na celú skúmanú populáciu. Avšak k bližšej špecifikácii tak širokej oblasti, ako sú stratégie riešenia konfliktov nám prispelo doplnenie výskumu o kvantitatívneho prístupu. Stále bol však získaný menší počet respondentov ako by si daný výskum vyžadoval, aby sa dal uplatniť na celkovú populáciu. Limitom v oblasti získavania vzoriek je voľba zámerného výberu respondentov, pretože daná výskumná vzorka sa môže vyznačovať špecifickými vlastnosťami, ktoré nemusia byť uplatniteľné na celkovú populáciu.

Pocitovaným limitom bolo určite to, že konflikty v partnerstve sú veľmi citlivá téma a týka sa hlbokej úrovne vzťahu, do ktorej mohlo byť veľa respondentom nepríjemné zújsť v prítomnosti výskumníka, ako neznámej osoby. Z rozhovoru bolo taktiež citeľné, že sa do značnej miery respondenti snažili vykresliť seba a svoj partnerský vzťah v čo najlepšom svetle, a tak nemuseli byť ich odpovede vždy odrazom skutočnosti. Rovnako tak je aj prirodzená ľudská vlastnosť na spomienky časom zabúdať, meniť ich či dopĺňať, a tak si respondenti nemuseli spomenúť na všetky aspekty konfliktov ich partnerskom vzťahu.

Hlavným limitom daného výskumu bol malý výskumný súbor na skúmanie danej problematiky. Vo všeobecnosti sa nachádza v populácii oveľa väčšie zastúpenie bezpečnej vzťahovej väzby, čo síce odrážal aj náš výskumný súbor, ale ostatné typy vzťahovej väzby boli zastúpené len veľmi v malom rozsahu. Pre lepšie preskúmanie tejto oblasti do budúcnosti by bolo potrebné zaradiť do výskumu viacej partnerov, ktorí majú obaja neistý štýl väzby. Daná problematika, by si avšak žiadala do budúcnosti podrobnejšie preskúmanie vo všeobecnosti a vo väčšom rozsahu, ako bol uskutočnený v tejto práci.



## 9 ZÁVER

Z výskumu, na danej vzorke respondentov, vyplynulo, že respondenti s istou alebo neistou vzťahovou väzbou v niektorých oblastiach konfliktných situácií inklinujú k určitým štýlom riešenia konfliktu. Je potrebné si uvedomiť, že aj keď vzťahová väzba sa značne podieľa na tvorbe osobnosti daného jednotlivca, podieľa sa na nej aj množstvo ďalších faktorov, ktoré spoločne môžu vplývať na reakcie jednotlivca počas konfliktnej situácie. Respondenti v konfliktných situáciách taktiež mnohokrát popisovali viacero štýlov riešenia a mnoho faktorov, ktoré závisia od toho ako sa partneri postavia k samotnému konfliktu.

Výskum si kládol za cieľ predovšetkým preskúmať novú oblasť, ktorá doteraz nebola ešte prebádaná, čo by mohlo umožniť zistenie, akým témami v tej oblasti by sa oplatilo ešte zaoberať. Nutné je poznamenať, že zvolený typ výskumu neumožňuje výsledky zovšeobecniť a je potreba dané zistenia overiť aj na väčšom súbore partnerov.

Na základe výsledkov výskumu sme mohli odvodiť nasledujúce zistenia. Respondenti s istým štýlom vzťahovej väzby, najčastejšie siahali po kompromisnom štýle riešenia konfliktu a to v oblastiach *Robenie rozhodnutí*, *Financie*, *Sex* a *Organizácia času*. Respondenti s vysokou mierou vyhýbavosti a nízkou mierou úzkostnosti v oblasti *Robenie rozhodnutí* volili dominantný a vzájomne reaktívny štýl riešenia konfliktov. Respondenti s nízkou mierou vyhýbavosti a vysokou mierou úzkostnosti volili najčastejšie kompromisný štýl riešenia konfliktov v oblasti *Sex*. Respondenti s neistým štýlom väzby, ktorí mali partnera s istým štýlom väzby volili častejšie konštruktívny spôsob riešenia, ako keď mali partnera taktiež s neistým štýlom väzby. Respondenti s neistým štýlom väzby si najčastejšie osvojili kompromisný štýl od partnera s istou väzbou v oblasti *Komunikácia*. Respondenti s istým aj neistým štýlom väzby najčastejšie volia vyhýbavý štýl riešenia konfliktu, predovšetkým v oblasti *Osobných alebo partnerových zvykov*. Jediní s istým aj neistým štýlom väzby najčastejšie nevnímajú konflikty v oblasti *Rodičovstvo* a *Očakávanie rolí*. V oblastiach *Komunikácia* a *Screen-time* volili respondenti s obidvomi typy väzby rozmanité štýly riešenia konfliktov. V oblasti *Screen-time* volili muži viac kompromisný štýl riešenia, zatiaľ čo ženy viac vyhýbavý štýl riešenia konfliktov. Využívaný model riešenia konfliktov nebol úplne dostatočný pre popisovanie všetkých situácií popisovaných respondentmi, a preto sme pre účely nášho výskumu identifikovali nový spôsob riešenia konfliktov, tzv. akceptačne vyhýbavý štýl.

# SÚHRN

Predkladaná bakalárka práca sa zaoberá voľbou stratégie riešenia konfliktov, ktorú partneri volia v určitých oblastiach konfliktných situácií na základe ich vzťahovej väzby.

**TEORETICKÁ ČASŤ** sa skladá z troch kapitol. Jej cieľom je oboznámiť čitateľa s teoretickými poznatkami o vzťahovej väzbe, konfliktoch v partnerstve. Posledná tretia kapitola vyplýva z prvých dvoch a pojednáva o súvislosti medzi vzťahovou väzbou a stratégiami riešenia konfliktov v partnerstve.

**Vzťahová väzba** je koncept, ktorý sa rozvíja v priebehu prvého roku života dieťaťa a zachycuje všeobecnú tendenciu dieťaťa viazať sa na primárnu osobu, ktorá dieťa opatruje, zväčša sa jedná o matku (Brish, 2011). Aktivácia väzbového systému nastáva, keď dieťaťu hrozí odlúčenie od starajúcej osoby alebo iná stresová situácia (Vrtbovská, 2010). Skúsenosti s primárnou osobou z detstva dávajú dieťaťu predpoklad na vytvorenie vnútorných pracovných modelov o sebe a o druhých. (Kulišek, 2000). Dané pracovné modely, ktoré boli vytvorené v detstve sa ďalej prelínajú do ďalších dvoch významných sociálnych vzťahov v živote človeka a to rodičovského a partnerského, v podobe dimenzií vzťahovej väzby. So 4 – kategoriálnym modelom prišli autori Bartholomew a Horowitz (1991), ktorý obsahoval štyri typy väzby – bezpečná, úzkostná, vyhýbavá a ustrašená väzbu. Na základe daných dimenzií ľudia následne volia určité vzorce správania, ktoré sa prelínajú do partnerských vzťahov.

**Konflikt v partnerstve** vzniká, keď sa stretnú dve protichodné túžby oboch partnerov, ktoré nie sú navzájom zlučiteľné (Kurdek, 1994). Pri konflikte môžeme u každého jedinca pozorovať špecifické metódy riešenia, teda stratégie, ktoré určujú akým smerom sa bude konflikt vyvíjať. Stratégie riešenia konfliktov môžeme rozčleniť do viacerých typov, na základe toho, či sa daná stratégia mení alebo nie počas konfliktu (Krivohlavý, 2002) alebo či sa viac jedinec sústreďuje pri konflikte na svoju osobu alebo na partnera (Dijkstra et al, 2016). Veľmi významnou v tejto oblasti bola práca Zacchillia a kolektívu (2009), ktorí na základe skúmania typov riešenia konfliktov v partnerstve vytvorili nástroj Romantic partner conflict scale (RPCS), ktorý dokáže identifikovať šesť možných typov riešenia. Dôležitý je aj rámec tém, v ktorých sa jednotlivé typy riešení objavujú. Niektoré môžu byť viac náročné ako druhé, a preto na ne jedinca môžu uplatňovať rôzne typy riešení (Bevan et al., 2014).

**Vplyv vzťahovej väzby na riešenie konfliktov** bol skúmaný už viacerými výskumami, keďže bolo potvrdené, že pri konfliktnej situácii dochádza k aktivácii systému vzťahovej väzby. Tá následne pôsobí na štýl riešenia konfliktov, ktorý daný jedinec zvolí (Dijkstra et al., 2016). Jedinci s bezpečným štýlom väzby nevnímajú konflikt ako ohrozenie zatiaľ čo jedinci s neistým štýlom väzby, vnímajú konflikty ako ohrozujúce ich vzťah. Viacero štúdií sa prevažne zaoberalo skúmaním danej súvislosti z pohľadu jedincov samotných avšak postupne vzniká mnoho štúdií, ktoré berú do úvahy vzájomnú reaktivitu oboch partnerov. Berú do úvahy teda dvojdimenzionálny model vzťahovej väzby, ktorý môže ozrejmiť vplyv na voľbu funkčných alebo dysfunkčných štýlov riešenia (Brassard et al., 2009). Napriek tomu, nebol ešte vytvorený presný vzorec popisujúci vzájomné pôsobenie vzťahovej väzby a stratégií riešenia konfliktu.

**VÝSKUMNÁ ČASŤ** práce si kladie za cieľ preskúmanie stratégií riešenia konfliktov v jednotlivých oblastiach konfliktných situácií medzi partnermi v súvislosti so vzťahovou väzbou. Bol zvolený zmiešaný prístup, z dôvodu kategorizácie inak širokej oblasti záujmu. Zameriavali sme sa na skupinu jedincov v období dospelosti, bezdetných, bez manželského statusu, súčasný homosexuálny alebo heterosexuálny vzťah a minimálna dĺžka trvania vzťahu 12 mesiacov. Výskumný súbor bol tvorený 20 respondentmi, presnejšie 10 párami. Dáta boli získané v prvej časti pomocou dotazníku ECR, v druhej časti prostredníctvom pološtruktúrovaného interview a následne analyzované za využitia metódy zakotvenej teórie. Výskum bol počas celej doby realizovaný podľa etických zásad a zákona ochrane osobných údajov č. 110/2019 Sb., v Českej republiky a č. 18/2018 Z.z. v platnom znení v Slovenskej republike .

Na základe hlavného výskumného cieľa boli stanovené nasledujúce špecifickejšie výskumné otázky:

1. Aká je voľba stratégie zvládania konfliktov v jednotlivých oblastiach konfliktných situácií, ak má jedinec istú vzťahovú väzbu?
2. Aká je voľba stratégie zvládania konfliktov v jednotlivých oblastiach konfliktných situácií, ak má jedinec neistú vzťahovú väzbu?
3. Aká je voľba stratégie zvládania konfliktov v jednotlivých oblastiach konfliktných situácií, ak má jeden s partnerov neistú väzbu a druhý partner istú väzbu?
4. Aká je voľba stratégie zvládania konfliktov v jednotlivých oblastiach konfliktných situácií, ak majú obaja partneri neistú väzbu?

5. Aké je vnímanie jednotlivých oblastí konfliktnej situácie u respondentov ?
6. Pokrýva zvolený model riešenia konfliktu dostatočne situácie, ktoré popisovali respondenti v rozhovore?

Z výskumu vyplynulo, že existujú oblasti konfliktných situácií v rámci spolunažívania partnerov, v ktorých volili iné konfliktné stratégie jedinci s istým a jedinci neistým štýlom vzťahovej väzby.

Respondenti, ktorým bol kategorizovaný štýl s nízkou mierou vyhýbavosti aj úzkostnosti volili najčastejšie kompromisný štýl riešenia konfliktu. 8 respondentov z 11, ktorým bol kategorizovaný istý štýl väzby, najčastejšie popisovalo kompromisný štýl riešenia v oblastiach *Financie, Sex a Organizácia času*. 7 z 11 respondentov taktiež popisovalo kompromisný štýl v oblasti *Robenie rozhodnutí* a vyhýbavý štýl v oblasti *Osobných alebo partnerových zvykov*.

Respondenti, ktorým bol kategorizovaný štýl s vysokou mierou vyhýbavosti a nízkou mierou úzkostnosti najčastejšie popisovali taktiež kompromisný štýl riešenia, v oblasti *Organizácia času* a jednalo sa o 4 respondentov z piatich. Druhým najčastejšie sa vyskytujúcim štýlom bol vzájomne reaktívny a ten popisovali 3 z 5 respondentov v oblasti *Osobných alebo partnerových zvykov*.

Respondenti, ktorým bol kategorizovaný štýl s nízkou mierou vyhýbavosti a vysokou mierou úzkostnosti najčastejšie popisovali kompromisný a submisívny štýl riešenia konfliktov. 2 respondenti z 3 s daným štýlom popisovali kompromisný štýl riešenia konfliktov v oblasti *Sex* a submisívny štýl v oblasti *Osobných alebo partnerových zvykov*.

Iba jednému respondentovi bol kategorizovaný štýl s vysokou mierou vyhýbavosti aj úzkostnosti. Daný jedinec najčastejšie popisoval kompromisný štýl riešenia konfliktu v oblastiach *Robenie rozhodnutí, Fungovanie domácnosti, Financie, Sex a Organizácia času*. Druhým štýlom, ktorý popisoval jedinec bol vyhýbavý štýl, v oblastiach *Osobných alebo partnerových zvykov* a v oblasti *Rodičovstvo*.

Páry v ktorých jednému z partnerov bol kategorizovaný istý štýl a druhému partnerovi neistý štýl vzťahovej väzby, sa partner s neistým štýlom väzby vo väčšine prípadov prispôbil štýlom riešenia konfliktných situácií partnerovi s istou väzbou. Volil teda častejšie kompromisné štýly riešenia. Túto skutočnosť respondenti najčastejšie popisovali v oblasti *Komunikácia*.

V prípade, že bol obom partnerom kategorizovaný neistý typ vzťahovej väzby, respondenti volili viac dysfunkčné spôsoby riešenia konfliktov ako tie konštruktívne.

Najmenej boli zastúpené oblasti *Rodičovstvo* a *Očakávanie rolí*, ktoré pre partnerov nepredstavovalo zdroj konfliktov. Dôvodom bolo, že sa respondenti o danej téme ešte nerozprávali do takej hĺbky, aby v nej našli rozporuplné názory alebo v nich ešte nemali pevne stanovené názory, na ktorých by sa zhodli.

V oblastiach *Komunikácia*, *Fungovanie domácnosti* a *Screen-time* sa objavovala u respondentov obidvoch typov vzťahovej väzby vysoká rozmanitosť využívaných štýlov riešenia konfliktu.

U skúmaných partnerov sme nezaznamenali žiadne rozdiely vo voľbe štýlov riešenia konfliktu pri jednotlivých oblastiach konfliktných situácií v spolunažívaní partnerov. Obe pohlavia sa zhodovali vo voľbe štýlu riešenia konfliktu v jednotlivých oblastiach. Nepatrný rozdiel bol viditeľný taktiež v ostatných oblastiach, kedy viacej mužov volilo kompromisný štýl riešenia ako ženy. U žien stále dominoval kompromisný štýl riešenia, ale vyskytovala sa aj vysoká rozmanitosť vo voľbe spôsobu riešenia konfliktov, zatiaľ čo u mužov v jednotlivých oblastiach jasne dominoval kompromisný štýl.

V niektorých situáciách, ktoré respondenti popisovali nám nestačil využívaný model riešenia konfliktov. Zistili sme, že sa objavovali situácie, ktoré nevystihoval ani jeden z štýlov riešenia konfliktu v rámci modelu riešenia konfliktov. Jednalo sa o situácie v ktorých sa jedinci spoločne dohodli, že majú rozdielne názory a ďalej sa tomuto konfliktu nevenovali, napriek tomu bolo tým dosiahnuté uspokojenie potrieb u oboch partnerov.

## LITERATÚRA

Abel, A. (2022, 24. august ). *We can agree to disagree on pineapple pizza, but not my right to an abortion*. Her Campus. <https://www.hercampus.com/wellness/agreeing-to-disagree-work-relationships-experts/>

Adamovová, L. & Halama, P. (2009). *Vzťahová väzba a religiozita*. Bratislava: Slovak Academic Press.

Ainsworth, M. D. S., Blehar, M.C., Waters, E., & Wall, S.(2015). *Patterns of attachment: A psychological study of the strange situation*. New York: Taylor & Francis. Získané 2.3. 2022 z: <https://mindsplain.com/wp-content/uploads/2021/01/Ainsworth-Patterns-of-Attachment.pdf>

Ball, F. L. J., Cowan, P., & Cowan, C. P. (1995). *Who's got the Power? Gender differences in partners's perceptions of influence during marital problem-solving discussion*. *Family Process*, 30, 303-321. <https://doi.org/10.1111/j.1545-5300.1995.00303.x>

Bartholomew, K., & Horowitz, L. (1991). *Attachment styles among young adults: A test of a four-category model*. *Journal of Personality and Social Psychology*, 61, 226–244. <https://doi.org/10.1037/0022-3514.61.2.226>

Beaulieu, R., Kools, S., Kennedy, H., & Humphreys, J. (2011). Young adult couples decision making regarding emergency contraceptive pills. *Journal of Nursing Scholarship*, 43(1), 41–48. <https://doi.org/10.1111/j.1547-5069.2010.01381.x>

Bevan, J. L., Hefner, V., & Love, A. (2014). *An Exploration of Topics, Conflict Styles, and Ruminantion in Romantic Nonserial and Serial Arguments*. *Southern Communication Journal*, 79 (4), 347-360. <https://doi.org/10.1080/1041794X.2014.918645>

Bogaert, A. F., & Sadava, S. (2002). *Adult attachment and sexual behavior*. *Personal Relationships*, 9(2), 191–204. <https://doi.org/10.1111/1475-6811.00012>

Bowlby, J. (2010). *Väzba: teorie kvality ranných vzťahů mezi matkou a dítětem*. Praha: Portál.

Brennan, K., Clark, C., & Shaver, P. (1998). *Self-report measurement of adult attachment*. In J. Simpson (Ed.), *Attachment theory and close relationships* (46–76). New York: The Guilford Press

Bretherton, I. (1992). *The origins of attachment theory: John Bowlby and Mary Ainsworth*. *Developmental Psychology*, 28, 759–775. <https://doi.org/10.1037/0012-1649.28.5.759>

Brumbaugh, C.C. & Fraley, R. C. (2010). *Adult attachment and dating strategies: How do insecure people attract mates?* *Personal Relationships*, 17, 599-614. <https://doi.org/10.1111/j.1475-6811.2010.01304.x>

Brisch, K. H. (2011). *Poruchy vztahové vazby: Od teorie k terapii*. Praha: Portál.

Brisch, K. H. & Mikloško, J. (2011). *Bezpečná vztahová väzba: attachment v tehotenstve a prvých rokoch života : edukačný program pre rodičov SAFE®*. Vydavateľstvo F, - psychiatria, - psychoterapia, - psychosomatika.

Civilotti, C., Dennis J.L., Maran, S.A., & Margola, D. (2021). *When Love Just Ends: An Investigation of the Relationship Between Dysfunctional Behaviors, Attachment Styles, Gender, and Education Shortly After a Relationship Dissolution*. *Frontiers in Psychology*, 12, 1-12. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2021.662237>

Cíger, H., Cvrčková, A., Daňsová, P., Hašto, J., Charvát, M., ... Seitl, M. (2019). *Experience Close Relationship: České verze metod pro měření vazby vycházející z dotazníku ECR*. *E- psychologie*, 13 (4), 57-74. <https://doi.org/10.29364/epsy.359>

Coppola, J., Gangamma, R., Kavar, C., Patton, R., & Ramadoss, K. (2021).. *Adult Romantic Attachment and Relational Ethics: A Dyadic Analysis of Couples in Therapy*. *Contemp Fam Ther* 43, 234–247. <https://doi.org/10.1007/s10591-021-09574-w>

Cramer, D. (2000). Relationship satisfaction and conflict style in romantic relationships. *The Journal of Psychology*, 134(3), 337-41. <https://doi.org/10.1080/00223980009600873>

Creasey, G. (2002). *Associations between working models of attachment and conflict management behavior in romantic couples*. *Journal of Counseling Psychology*, 49(3), 365-375. <https://doi.org/10.1037/0022-0167.49.3.365>

Crowell, J. & Owens, G. (1998). *Manual For The Current Relationship Interview And Scoring System*. Version 4. Získané 20.2. 2022 z: [https://www.researchgate.net/publication/265450366\\_Manual\\_For\\_The\\_Current\\_Relationship\\_Interview\\_And\\_Scoring\\_System](https://www.researchgate.net/publication/265450366_Manual_For_The_Current_Relationship_Interview_And_Scoring_System)

Crowell, J. A., Treboux, D., Gao, Y., Fyffe, C., Pan, H., & Waters, E. (2002). *Assessing secure base behavior in adulthood: Development of a measure, links to adult attachment representations and relations to couples' communication and reports of relationships*. *Developmental Psychology*, 38 (5), 679. <https://doi.org/10.1037/0012-1649.38.5.679>

Dávidová, M., Hardy, M., & Hamarová, M. (2017). *Prežívanie zmysluplnosti a bezpečný typ vzťahovej väzby ako významný spôsob pomoci pre prácu v oblasti pomáhajúcich profesií*. *Acta Missiologica*, 11 (2), 60-82. Získané 18.2. 2022 z: <https://www.vssvalzbety.sk/userfiles/misia/AM22017online1.pdf#page=60>

Davila, J., Steinberg, S.J., Kachdourian, L., Cobb, R., & Fincham, F. (2004). *Romantic involvement and depressive symptoms in early and late adolescence: The role of a preoccupied relational style*. *Personal Relationships*, 11, 161-178. <https://doi.org/10.1111/j.1475-6811.2004.00076.x>

DeVito, J. (2008). *Základy mezilidské komunikace*. Praha: Grada Publishing. Získané 18.2. 2022 z <https://books.google.cz/books?id=r2td9mXNUnkC&printsec=frontcover&hl=cs#v=onepage&q=kurdek&f=false>

Dijkstra, P., Barelds, D.P.H., Ronner, S. & Nauta, A.P. (2016) *Intimate Relationships of the Intellectually Gifted: Attachment Style, Conflict Style, and Relationship Satisfaction Among Members of the Mensa Society*. *Marriage & Family Review*, 53 (3), 262-280. <https://doi.org/10.1080/01494929.2016.1177630>

Dosedlová, J. (2017). *Životní poledne ve střední dospelosti*. Duha: Informace o knihách a knihovnách z Moravy, 31 (3). Získané 1.3. 2021 z <https://duha.mzk.cz/clanky/zivotni-poledne-ve-stredni-dospelosti>

Domingue, R. & Mollen, D. (2009). *Attachment and conflict communication in adult romantic relationships*. *Journal of Social and Personal Relationships*, 26(5), 678-696. <https://doi.org/10.1177/0265407509347932>

Fraley, R. C., & Shaver, P. R. (2000). *Adult romantic attachment: Theoretical developments, emerging controversies, and unanswered questions*. *Review of General Psychology*, 4, 132-154. <https://doi.org/10.1037/1089-2680.4.2.132>

Ferjenčík, J. (2010). *Úvod do metodologie psychologického výzkumu*. Praha: Portál.



Gavora, P. (2006). *Sprievodca metodológiou kvalitatívneho výskumu*. Bratislava: Regent.

Gentzler, A.L. & Kerns, K.A. (2004). *Associations between insecure attachment and sexual experiences*. *Personal Relationships*, 11, 249-265. <https://doi.org/10.1111/j.1475-6811.2004.00081.x>

Hamilton, A. A. (2020). *Attachment Style, Perceptions and Relationship Satisfaction: Does Perceived Similarities Increase Relationship Satisfaction?* (Dizertačná práca). Získané 18.2. 2022 z ProQuest Dissertations and Theses database (2447308721).

Hartmannová, L. (2021). *Souvislost citové vazby a stylů řešení konfliktů v partnerkých vztazích v mladém dospělosti*. (Diplomová práce). Získané 12.3.2022 z <https://library.upol.cz/arl-upol/cs/csg/?repo=upolrepo&key=20249285881>

Hašto, J. (2005). *Vztahová vazba: Ku koreňom lásky a úzkosti*. Vydavateľstvo F

Hašto, J., Kaščáková, N., Fürstová, J., Šolcová, I. P., Vacková, K. A., Heveriová, M., & Tavel, P. (2018). *Dotazník Prožívání blízkých vztahů (ECR-R) a sociodemografické rozdíly vo vztahovej úzkosti a vyhýbavosti*. *ČESKOSLOVENSKÁ*, 56. [https://www.researchgate.net/publication/328364746\\_The\\_Life\\_Stressor\\_Checklist\\_LSC-R\\_The\\_occurrence\\_of\\_stressors\\_in\\_adult\\_Czech\\_population\\_and\\_the\\_association\\_with\\_health#page=58](https://www.researchgate.net/publication/328364746_The_Life_Stressor_Checklist_LSC-R_The_occurrence_of_stressors_in_adult_Czech_population_and_the_association_with_health#page=58)

Hazan, C. & Shaver, P. R. (1994). *Attachment as an Organizational Framework for Research on Close Relationships*. *Psychological Inquiry*, 5(1), 1-22. <https://www.jstor.org/stable/1449075>

Hazan, C. & Shaver, P. (1987). *Romantic love conceptualized as an attachment process*. *Journal of Personality and Social Psychology*, 52, 511–524. <https://doi.org/10.1037/0022-3514.52.3.511>

Hazan, C., & Zeifman, D. (1999). *Pair bonds as attachments*. *Handbook of attachment: Theory, research, and clinical applications*, 336-354. <http://adultattachmentlab.human.cornell.edu/HazanZeifman1999.pdf>

Hendl, J. (2005). *Kvalitativní výzkum*. Praha: Portál.

Horney, K. (1945). *Our inner conflicts: A constructive theory of neurosis*. New York: Norton. [tps://archive.org/details/OurInnerConflicts](https://archive.org/details/OurInnerConflicts)

Hyman, S. (2020, 13. júna). *Agreeing to disagree, a path to conflict resolution*. Dr. Stan Hynma. Psychotherapy & coaching. <https://drstanhyman.com/agreeing-to-disagree-a-path-to-conflict-resolution/>

Kaščáková, N., Husárová, D., Hašto, J., Kolarčík, P., Šolcová, I. P., Gecková, A. M., & Tavel, P. (2016). *Validation of a 16-item short form of the Czech version of the Experiences in Close Relationships Revised Questionnaire in a representative sample*. *Psychological Reports, 119* (3), 804-825. <https://doi.org/10.1177/0033294116667725>

Kirkpatrick, L. A., & Davis, K. E. (1994). *Attachment style, gender, and relationship stability: A longitudinal analysis*. *Journal of Personality and Social Psychology, 66* (3), 502–512. DOI: 10.1037/0022-3514.66.3.502

Kohútová, V. & Dědová, M. (2019). *Nerodová cesta do dospelosti: špecifická obdobia vynárajúcej sa dospelosti v kontexte identity, práce a partnerských vzťahov*. *Psychológia a patopsychológia dieťaťa, 53* (2), 89-102. DOI: 10.4149/ppd\_201907

Koontz, A., Norman, L., & Okorie, S. (2019). *Realistic love: Contemporary college women's negotiations of princess culture and the "reality" of romantic relationships*. *Journal of Social and Personal Relationships, 36*(2), 535-555. <https://doi.org/10.1177/0265407517735694>

Kotrlová, H., & Lacinová, L. (2013). *Citová vazba a řešení konfliktů v partnerských vztazích v dospělosti*. *E-psychologie, 4*(7), 1-14. <https://www.infona.pl/resource/bwmeta1.element.efcb1c91-5123-4f42-98fd-2e92d155f77d>

Křivohlavý, J. (2002). *Konflikty mezi lidmi*. Praha: Portál, s.r.o.

Kulíšek, P. (2000). *Problémy teorie raného citového přilnutí (attachment)*. *Československá psychologie, 45* (5), 404–423. <https://kramerius.lib.cas.cz/view/uuid:5cec0735-420f-11e1-1586-001143e3f55c?page=uuid:5cec075f-420f-11e1-1586-001143e3f55c>

Kurdek, L. A. (1994). *Areas of conflict for gay, lesbian, and heterosexual couples: What couples argue about influences relationship satisfaction*. *Journal of Marriage and the Family, 56*(4), 923. <https://doi.org/10.2307/353603>

Lacinová, L. (2015). *Citová vazba v partnerských vztazích: Current Relationship Interview*. *TESTFÓRUM, 4* (6), 39-46

<http://29493.w93.wedos.ws/domains/testforum.cz/index.php/testforum/article/viewFile/84/73>

Lacinová, L. & Michalčáková, R. N. (2014). *Citová vazba a naplňování základních psychických potřeb v partnerských vztazích v období dospělosti*. *Psychologie pro praxi*, 49 (1-2), 99-109.  
[https://www.researchgate.net/publication/275037228\\_Citova\\_vazba\\_a\\_naplnovani\\_zakladnich\\_psychickyh\\_potreb\\_v\\_partnerskych\\_vztazich\\_v\\_obdobi\\_dospelosti](https://www.researchgate.net/publication/275037228_Citova_vazba_a_naplnovani_zakladnich_psychickyh_potreb_v_partnerskych_vztazich_v_obdobi_dospelosti)

Lacinová, L., Ježek, S., & Macek, P. (eds.) (2016). *Cesty do dospělosti: Psychologické a sociální charakteristiky dnešních dvacátníků*. Brno: Masarykova univerzita.  
<https://munispace.muni.cz/library/catalog/view/864/2726/583-1/#preview>

Langmeier, J. & Krejčířová, D. (2006). *Vývojová psychologie*. Praha: Grada

Lečbych, M. & Pospíšilíková, K. (2012). *Česká verze škály Experiences in Close Relationships (ECR): pilotní studie posouzení vztahové vazby v dospělosti*. *Epsychologie*, 6, 1–11.  
[https://www.researchgate.net/profile/Martin-Lecbych/publication/260749078\\_Ceska\\_verze\\_skaly\\_Experiences\\_in\\_Close\\_Relationships\\_ECR\\_Pilotni\\_studie\\_posouzeni\\_vztahove\\_vazby\\_v\\_dospelosti/links/54c8a0290cf22d626a39d03e/Ceska-verze-skaly-Experiences-in-Close-Relationships-ECR-Pilotni-studie-posouzeni-vztahove-vazby-v-dospelosti.pdf](https://www.researchgate.net/profile/Martin-Lecbych/publication/260749078_Ceska_verze_skaly_Experiences_in_Close_Relationships_ECR_Pilotni_studie_posouzeni_vztahove_vazby_v_dospelosti/links/54c8a0290cf22d626a39d03e/Ceska-verze-skaly-Experiences-in-Close-Relationships-ECR-Pilotni-studie-posouzeni-vztahove-vazby-v-dospelosti.pdf)

Li, T. & Chan, D.K.S (2012). *How anxious and avoidant attachment affect romantic relationship quality differently: A meta – analytic review*. *European Journal of Social Psychology*, 42, 406-419. <https://doi.org/10.1002/ejsp.1842>

Li, N., He, J., & Li, T. (2009). *Gender difference of insecure attachment: Universal or culture-specific?* *Behavioral and Brain Sciences*, 32(1), 36-37.  
<https://doi.org/10.1017/S0140525X09000181>

Meyer, D. & Sledge, R. (2022). *The Relationship Between Conflict Topics and Romantic Relationship Dynamics*. *Journal of Family Issues*, 43 (2), 306-323.  
<https://doi.org/10.1177/0192513X21993856>

Mikulincer, M. & Shaver, P. (2007). *Attachment in adulthood: structure, dynamics, and change*. New York: The Guilford Press.

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

Mohr, J. J., Selterman, D., & Fassinger, R. (2013). *Romantic attachment and relationship functioning in same-sex couples*. *Journal of Counseling Psychology*, 60 (1), 72-82. <https://doi.org/10.1037/a0030994>

Morgan, P., Hubler, D., Payne, P., Pomeroy, C., Gregg, D., & Homer, M. (2017). *My partner's media use: A qualitative study exploring perceptions of problems with a partner's media use*. *Marriage & Family Review*, 53(7), 683–695. <https://doi.org/10.1080/01494929.2016.1263589>

Murray, S. L., Holmes, J. G., & Griffin, D. W. (1996). *The self-fulfilling nature of positive illusions in romantic relationships: love is not blind, but prescient*. *Journal of personality and social psychology*, 71(6), 1155. <https://doi.org/10.1037/0022-3514.71.6.1155>

Neculaesei, A. N. (2015). *Culture and gender role differences*. *Cross-Cultural Management Journal*, 17(01), 31-35. [https://www.researchgate.net/publication/278684499\\_CULTURE\\_AND\\_GENDER\\_ROLE\\_DIFFERENCES](https://www.researchgate.net/publication/278684499_CULTURE_AND_GENDER_ROLE_DIFFERENCES)

Obegi, J. H. & Berant, E. (Eds.). (c2009). *Attachment theory and research in clinical work with adults*. Guilford Press.

Overall, N. C. & Simpson, J. A. (2015). *Attachment and dyadic regulation processes*. *Current Opinion in Psychology*, 1, 61-66. <https://doi.org/10.1016/j.copsyc.2014.11.008>

Pearson, J., Cohn, D. A., Cowan, P. A., & Cowan, C. P. (1994). *Earned – and Continuous – security in adult attachment: Relation to depressive symptomatology and parenting style*. *Development and Psychopathology*, 6, 359 – 373. <https://doi.org/10.1017/S0954579400004636>

Papp, L. (2018). *Topics of marital conflict in the everyday lives of empty nest couples and their implications for conflict resolution*. *Journal of Couple & Relationship Therapy*, 17(1), 7–24. <https://doi.org/10.1080/15332691.2017.1302377>

Paulík, K. (2017). *Psychologie lidské odolnosti*. 2., přepracované a doplněné vydání. Praha: Grada.

Pietromonaco, P. R., Greenwood, D., & Barrett, L. F. (2004). *Conflict in adult close relationships: An attachment perspective*. Adult attachment: Theory, research, and clinical implications, 267-299.  
[http://people.umass.edu/~monaco/Pietromonacoetal\\_attachmentandconflict.pdf](http://people.umass.edu/~monaco/Pietromonacoetal_attachmentandconflict.pdf)

Plamínek, J. (2009). *Konflikty a vyjednávání. Umění vyhrávat, aniž by někdo prohrál*. Praha: Grada Publishing, a.s.

Poole, S. & Snarey, J. (2011). Erikson's stages of the life cycle. In S. Goldstein & J. Naglieri (Eds.), *Encyclopedia of Child Behavior and Development*, 2, 599-603. New York: Springer-Verlag. [https://www.researchgate.net/publication/283614987\\_Erik\\_H\\_Erikson](https://www.researchgate.net/publication/283614987_Erik_H_Erikson)

Ramirez, O. M. & Brown, J. (2010). *Attachment style, rules regarding sex and couple satisfaction: A study of gay male couples*. The Australian and New Zealand Journal of family therapy, 31 (2), 202-213. <https://doi.org/10.1375/anft.31.2.202>

Ridge, S. R., & Feeney, J. A. (1998). Relationship history and relationship attitudes in gay males and lesbians: Attachment style and gender differences. *Australian and New Zealand Journal of Psychiatry*, 32(6), 848–859. <https://doi.org/10.3109/00048679809073875>

Řiháček, T., Čermák, I., Hytych, R., Chalupníčková, L., Chrz, V., ... & Zábrodská, K. (2013). *Kvalitativní analýza textů: čtyři přístupy*. Brno: Masarykova univerzita.

Říčan, P. (2021). *Cesta životom*. Praha: Portál.

Seitl, M., Charvát, M., & Lečbych, M. (2016). Psychometrické charakteristiky České verze škály Experiences in Close Relationships (ECR). *Ceskoslovenska Psychologie*, 60(4). [https://www.researchgate.net/profile/Martin-Seitl/publication/307607145\\_Psychometricke\\_charakteristiky\\_ceske\\_verze\\_skaly\\_Experiences\\_in\\_Close\\_Relationships\\_ECR\\_Psychometric\\_characteristics\\_of\\_the\\_Czech\\_version\\_of\\_Experiences\\_in\\_Close\\_Relationships\\_Scale/links/5a1578cf458515005213419a/Psychometricke-charakteristiky-ceske-verze-skaly-Experiences-in-Close-Relationships-ECR-Psychometric-characteristics-of-the-Czech-version-of-Experiences-in-Close-Relationships-Scale.pdf](https://www.researchgate.net/profile/Martin-Seitl/publication/307607145_Psychometricke_charakteristiky_ceske_verze_skaly_Experiences_in_Close_Relationships_ECR_Psychometric_characteristics_of_the_Czech_version_of_Experiences_in_Close_Relationships_Scale/links/5a1578cf458515005213419a/Psychometricke-charakteristiky-ceske-verze-skaly-Experiences-in-Close-Relationships-ECR-Psychometric-characteristics-of-the-Czech-version-of-Experiences-in-Close-Relationships-Scale.pdf)

Ruppert, F. (2011). *Symbióza a autonomie*. Praha: Portál

Schachner, D.A. & Shaver, P.R. (2004) *Attachment dimensions and sexual motives*. *Personal Relationships*, 11, 179-195. <https://doi.org/10.1375/anft.31.2.202>

Shi, L. (1999). *Conflict resolution in romantic relationships: An examination of adult attachment and early attachment experience* ( Publikace číslo 9925666) [Dizertačná práca]. ProQuest Dissertations and Theses database.

Schmit, D.P. & Jonason, P.K. (2015). *Attachment and Sexual Permissiveness: Exploring Differential Associations Across Sexes, Cultures, and Facets of Short-Term Mating*. *Journal of Cross-Cultural Psychology*, 46(1), 119-133. <https://doi.org/10.1177/0022022114551052>

Sierau, S. & Herzberg, P.Y. (2012). *Conflict Resolution as a Dyadic Mediator: Considering the Partner Perspective on Conflict Resolution*. *European Journal of Personality*, 26 (3), 221-232. <https://doi.org/10.1002/per.828>

Sillars, A. L. (1980). *Attributions and communication in roommate conflicts*. *Communications Monographs*, 47(3), 180-200. <https://doi.org/10.1080/03637758009376031>

Simpson, J., Rholes, W., Orina, M., & Grich, J. (2002). *Working models of attachment, support giving, and support seeking in a stressful situation*. *Personality and Social Psychology Bulletin*, 28, 598–608. <https://doi.org/10.1177/0146167202288004>

Strauss, A. & Corbinová (1999). *Základy kvalitatívneho výskumu*. Boskovice: Albert  
file:///C:/Users/Macka/Downloads/STRAUSS\_A\_CORBINOVA\_J-  
Z%C3%A1klady%20kvalitatívneho%20výskumu-1.pdf

Šlosáriková, M. (2021). *Vzťahová väzba v dospelosti, intimita, záväzok, vášeň v súvislosti s partnerskou spokojnosťou*. *Československá psychologie*, 65 (3), 300-308. <https://doi.org/10.51561/cspsych.65.3.300>

Štefánková, Z. (2005). *Citová väzba v detstve a adolescencii ve vzťahu k emocionálnej regulácii*. *Československá psychologie*, 49(5), 432-445. <https://kramerius.lib.cas.cz/view/uuid:5cec0735-420f-11e1-1586-001143e3f55c?page=uuid:5cec0735-420f-11e1-1586-001143e3f55c>

Taibbi, R. (2009). *Doing couple therapy: Craft and creativity in work with intimate partners*. New York, NY: Guilford Press. [https://books.google.cz/books?hl=sk&lr=&id=ov6\\_DgAAQBAJ&oi=fnd&pg=PP1&dq=T](https://books.google.cz/books?hl=sk&lr=&id=ov6_DgAAQBAJ&oi=fnd&pg=PP1&dq=T)

aibbi,+R.+(2009).+Doing+couple+therapy:+Craft+and+creativity+in+work+with+intimate  
+partners.+New+York,+NY:+Guilford+Press&ots=71KTgRkVv0&sig=f1xwX2BAFYKU  
-Uw1n7-V6bBwoOk&redir\_esc=y#v=onepage&q&f=false

Thorová, K. (2014). *Vývojová psychologie*. Praha: Portál.

Van IJzendoorn, M. H. & Bakermans-Kranenburg, M. J. (2010). *Invariance of adult attachment across gender, age, culture, and socioeconomic status?* Journal of social and personal relationships, 27(2), 200-208. <https://doi.org/10.1177/0265407509360908>

Vévodová, Š., Ivanová, K., Jubříčková, L., Klugar, M, Olecká, I., Tučková, D., Vévoda, J. (2015). *Základy metodologie výzkumu pro nelékařské zdravotnické profese*. Olomouc: Univerzita Palackého.

Vrtbovská, P. (2010). *O ztraceném dítěti & cestě do bezpečí: attachment, poruchy attachmentu a léčení*. Tišnov : Sdružení SCAN ; Praha : Natama, 2010.

Ward, T., Hudson, S. M., & Marshall, W. L. (1996). Attachment style in sex offenders: A preliminary study. The Journal of Sex Research, 33(1), 17. <https://doi.org/10.1080/00224499609551811>

Zacchilli, T. L., Hendrick, C., & Hendrick, S. S. (2009). *The romantic partner conflict scale: A new scale to measure relationship conflict*. Journal of Social and Personal Relationships, 26(8), 1073-1096. <https://doi.org/10.1177/0265407509347936>

# PRÍLOHY



## **Zoznam príloh:**

1. Abstrakt BcDP v slovenskom jazyku
2. Abstrakt BcDP v anglickom jazyku
3. Zoznam otázok pokladaný respondentom v rozhovore
4. Sociodemografický dotazník
5. Výsledky použitého dotazníka ECR
6. Príklad rozhovoru s respondentom

## **Príloha č.1: Abstrakt BcDP v slovenskom jazyku**

### **ABSTRAKT DIPLOMOVEJ PRÁCE**

**Názov práce:** Stratégie riešenia partnerských konfliktných situácií v kontexte vzťahovej väzby

**Autor:** Marcela Murínová

**Vedúci práce:** Mgr. Lucia Hartmannová

**Počet strán a znakov:** 103 strán, 178 629 znakov

**Počet príloh:** 6

**Počet titulov použitej literatúry:** 93

#### **Abstrakt:**

Práca sa zaoberá stratégiami riešenia konfliktov partnerov v jednotlivých oblastiach súžitia v súvislosti so vzťahovou väzbou. Cieľom výskumu je mapovať a popísať stratégie zvládania konfliktov, ktoré môžu partneri s istým alebo neistým štýlom väzby voliť v určitých situáciách konfliktu. V teoretickej časti sme si priblížili koncept vzťahovej väzby od narodenia až po dospelosť človeka. Následne sme sa sústredili na priblíženie pojmu konflikt, stratégií riešenia konfliktov a možné konfliktné oblasti v partnerstve. V poslednej časti sme sa venovali prepojeniu dvoch predchádzajúcich častí. Výskumný súbor bol tvorený 20 respondentmi (10 párov) vo veku 20-65 rokov, ktorí sú vo vzťahu aspoň 1 rok. K spracovaniu dát bol zvolený zmiešaný typ výskumu s využitím zakotvenej teórie a dotazníkového šetrenia. Dáta boli získavané pomocou dotazníku ECR a pološtruktúrovaného interview. Analýza dát priniesla zistenie, že sú oblasti v ktorých jedinci s určitým štýlom väzby volia určité štýly riešenia, taktiež sa objavuje menej často aj rozdiel medzi pohlaviami a pármí s rovnakou väzbou. Pre naše účely sme rozšírili model riešenia konfliktu a identifikovali nový, tzv. akceptačne vyhýbavý štýl.

**Kľúčové slová:** vzťahová väzba, stratégie riešenia konfliktov, oblasti konfliktných situácií

## **Príloha č.2: Abstrakt BcDP v anglickom jazyku**

### **ABSTRAKT OF THESIS**

**Title:** Strategy of resolution partnership conflict situation in context of attachment

**Author:** Marcela Murínová

**Supervisor:** Mgr. Lucia Hartmannová

**Number of pages and characters:** 103 pages, 178 629 characters

**Number of appendices:** 6

**Number of references:** 93

#### **Abstrakt:**

The thesis deals with the conflict resolving strategies of partners in relation to their attachment styles. The aim of the research was to examine and describe the conflict strategies used by partners with secure and insecure attachment styles in certain areas. In the theoretical part of our thesis, we introduced the concept of attachment styles from birth to adulthood. We then focused on explaining the concept of the conflict itself, conflict resolution strategies, and the possible areas of conflict in relationship. In the last part, we discussed the ways in which the two previous parts are linked in. The research file consisted of 20 respondents (10 couples) aged 20–65 years who have been in a relationship for at least 1 year. To process the data, we used the mixed research method with the usage of grounded theory and questionnaire survey. The data was obtained using an ECR questionnaire and a semi-structured interview. The analysis of the data revealed that there are areas in which individuals with a certain bond style choose certain solution styles, and there is also less often a difference between the sexes and couples with the same bond. For our purposes, we have expanded the conflict resolution model and identified a new, so-called acceptably evasive style.

**Keywords:** attachment, conflict's strategies, areas of conflict situation

### **Príloha č.3: Otázky vytvorené pre jednotlivé oblasti konfliktných situácií**

1. Rozprávate sa s vaším partnerom o \_\_\_\_\_?
2. Nachádzate s partnerom rozdielne názory na \_\_\_\_\_?
3. Zvyknete sa vyhýbať nezhodám so svojím partnerom v tejto oblasti?
4. Ak nastane nejaký konflikt v oblasti \_\_\_\_\_ aký postup volíte pri jeho riešení?
5. Zvyknú sa \_\_\_\_\_ opakovane vyskytovať vo vašich prípadných konfliktoch?
6. Pri spore v tejto oblasti sa angažujete obaja rovnakou mierou?
7. Ako dlho zvyknú trvať konflikty tohto typu?
8. Do akej miery Vás zasahujú konflikty týkajúce sa tejto problematiky?
9. Vyskytuje sa vo vašich konfliktov nejaký typ negatívneho správania smerujúce k partnerovi? (násilné prejavy, vulgárne či urážlivé slová)

## Príloha č.4: Sociodemografický dotazník podaný respondentom

### Sociodemografický dotazník

- Pohlavie: žena-muž
- Vek
- Štátna príslušnosť: Česká republika – Slovenská republika – iná (napíšte aká)
- Najvyššie dosiahnuté vzdelanie: základné – vyučený – stredoškolské vzdelanie s maturitou – vyššie odborné vzdelanie – vysokoškolské vzdelanie – iné (napíšte aké)
- Status (možnosť zaškrtnutia viacerých možností): študent – zamestnanec – nezamestnaný – SZČO (osoba samostatne zárobkovo činná) – iné (napíšte aké)
- Náboženské vyznanie: kresťanstvo – judaizmus – hinduizmus – islam – iné neateistické – verím v niečo nad nami, neviem čo – ateizmus – žiadne – iné (napíšte aké)
- Spoločné bývanie: áno – nie
- Dĺžka vzťahu
- Vzťah: homosexuálny – heterosexuálny – iné (napíšte aké)
- Bývam/žijem s partnerom/partnerkou v jednej domácnosti: áno – nie

### Príloha č.5: Výsledky ECR dotazníka

Pár 1:	Vyhýbavosť	Úzkosť
žena	2	2, 889
muž	2,611	1,889
Pár 2:		
muž	2,722	3,889
muž	2,667	4,111
Pár 3:		
žena	<b>3,889</b>	2,556
muž	3,833	4,278
Pár 4:		
žena	<b>3,889</b>	4,778
muž	3,222	3,778
Pár 5:		
žena	<b>4,444</b>	3,278
muž	3,556	3,111
Pár 6:		
žena	2,444	4,444
muž	<b>4,833</b>	3,222
Pár 7:		
žena	3,278	<b>5,667</b>
muž	3,333	4,056
Pár 8:		
žena	3,056	<b>5,056</b>
muž	3,056	2,778
Pár 9:		
žena	2,778	4,556
žena	<b>4,333</b>	<b>5,833</b>
Pár 10:		
žena	<b>4,000</b>	3,889
muž	2,778	<b>5,111</b>

Vyhýbavosť		Úzkosť	
<b>Medián:</b>	3,111	<b>Medián:</b>	3,889
<b>SD:</b>	0,763	<b>SD:</b>	1,019
<b>1 SD</b>	3,874	<b>1 SD</b>	4,907

## Príloha č.6: Ukážka rozhovoru s respondentom

Je v poriadku, že by som tieto údaje, ktoré si teraz vymeníme budú použité v mojej bakalárskej práci, dávaš na to súhlas?

Jasne, Jasne. Som s tým v pohode.

Dobre. Takže rozhovor bude prebiehať tak, že mám niekoľko oblastí, bude ich konkrétne jedenásť, ohľadom ktorých sa budem pýtať rovnakých deväť otázok a choď iba do takých oblastí ako je ti príjemné do ničoho nebudeš tlačný, je len na tebe koľko povieš informácií, všetko bude anonymizované. Ak ti bude čokoľvek nepríjemné alebo budeš chcieť ukončiť rozhovor budem to rešpektovať. Ak nejakej otázke dostatočne neporozumieš alebo nebude povedaná dostatočne zrozumiteľne určite sa neváhaj opýtať. Dobre, všetko zrozumiteľné, nemáš teraz nejaké otázky?

Nie.

Dobre takže môžeme začať?

Môžeme začať.

Dobre. Rozprávate sa s partnerkou vo vašom vzťahu o komunikácii, mám na mysli spôsob komunikácie, štýl komunikácie. Je to trošku podivná otázka, ale ešte to vysvetlím, ak bude treba.

Nie, rozumiem otázke, len sa chcem spýtať, že či treba nejako rozviesť tú odpoveď alebo akým spôsobom.

Áno, taký plynulý rozhovor.

Jasné ja sa snažím mať nemať nejaké tie tajnosti, ja sa snažím vždy povedať všetko. Aj čo sa jej netýka, aj keď niekedy to už hraničí, že ju zaťažujem mojimi starosťami, ale snažím sa akože hovoriť všetko a pokiaľ viem tak aj ona. Akurát ona s tým, že je menej komunikatívna čiže viac menej rozprávam častejšie ja, takže.

Čiže mávate niekedy nazvime to nejaké nezhody, rozdielne názory, v tom spôsobe komunikácie alebo množstve komunikácie ?

Rozdielnosť v názoroch by som to nenazval, ja som si v podstate na to aj zvykol. Ona nie je tak náročná ako ja, ako samozrejme všadiaľ nemyslím iba ohľadom tej komunikácie, ako som hovoril, ona komunikuje menej, ale nemáme problém komunikovať. Ja som taký typ, že si rád vykomunikujem veci takže, ja som skôr taký, že všetko si povedať.

Ako riešite takú situáciu, kedy možno by si si prial, aby partnerka bola taká komunikatívna ako ty, alebo teda menej komunikuje ako ty, vyvoláva to nejaké problémy vo vašom partnerstve, no problémy zrovná nie, nejaké vážnejšie situácie?

Myslím si, že nie, ale keď sa bavíme o tej menšej komunikácii z jej strany, tak sa snažím vždy pýtať a snažím sa dostať na vlastne prameň toho problému. Hej, teda ak sa o tom nevieme porozprávať, tak sa snažím pýtať konkrétne, že čo je problém a takýmto štýlom.

**Povedal by si teda, že v takejto situácii prevezmeš ty nejakú tú kontrolu povedzme v tejto situácii?**

Určite, určite.

**A potom sa snažíte s partnerkou aj napriek tomu, že ty prevezmeš kontrolu nájsť nejaký kompromis alebo máš pocit, že tým že si ju prevzal je vlastne tvojím spôsobom sa nakoniec prikloníte k tvojmu ?**

Jasné, neviem či tá moja odpoveď bude objektívna, lebo samozrejme, že každý si to môže považovať, že teda on je ako by som povedal, že tá jeho odpoveď je v podstate, tá jeho reakcia je proste najlepšia v tej chvíli. Ale teda snažíme sa nájsť ten kompromis, to určite, aj keď je možno pravda, že viac zvyknem, nechcem povedať že po mojom, ja som taký, že ja sa snažím vyriešiť hneď a teda ak nastane nejaký problém, tak ja vlastne ja sa neviem na niekoho dlho hnevať, ja musím hneď si to vykomunikovať, tak možno že aj toto vedie k takým menším, nechcem povedať, že hádkam ale proste keď človek niečo rieši s horúcou hlavou, tak možno niekedy povie také veci, že keď si to premyslí tak by nepovedal. Takže...

**Rozumiem, a je to komunikácia, keď máte napríklad nezhody, je pre teba náročné viesť takú komunikáciu aj s tým, že napríklad ty by si to riešil aktuálne a ona by to radšej odložila, že či je pre teba náročné, vieš taký stred názorov povedzme?**

No toto je úplne presne, nechcem povedať, že náš problém alebo náš prípad, lebo priateľka to rieši tak, že ona počká chvíľku a potom to rieši alebo teda možno na druhý deň, neviem, ja som taký, že ja to musím riešiť hneď a nechcem povedať, že je to nejaký problém alebo tak z mojej strany viesť ten rozhovor, lebo ja to chcem vždy vyriešiť, hlavne neviem si proste ísť bez toho ľahnúť, alebo teda s tým pocitom, že sme pohádaní alebo tak, takže tak.

**Rozumiem a spýtam sa teraz takú otázku, budem sa ju pýtať pri každej, sú prítomné nejaké negatívne prvky, myslím tým, napríklad nadávky alebo krik v nejakých názoroch ohľadom komunikácie?**

To si myslím, že to sa nám v živote nestalo, ja by som na ženu alebo celkovo by som nezvýšil hlas nikdy, no a nadávky to tiež nie, to určite nie, to nie je môj štýl, aby som nadával, takže to nehrozí. A teda aj z druhej strany tiež som to zatiaľ nezažil, dúfam, že ani nezažijem.

**Dobre, teraz ďalšia oblasť, neviem či s partnerkou bývate, ale či sa rozprávate o fungovaní domácnosti, môže byť kľudne iba potenciálnom.**

No nebývame spolu, lebo ona vlastne študuje v Bratislave, je tretiačka na medicíne a ja som vlastne vo Zvolene, takže nebývame spolu, riešime to tak klasický vlastne, že cez víkendy sme spolu, buď sa striedame, raz sme u nás alebo raz u nich, a takto, ale riešime aj takéto veci už dlhodobo riešime o budúcnosti, rodina, zázemie, kde čo a ako, rozprávame sa o tom.

**A tiež by si povedal, že sa zhodujete, máte rovnaké smerovanie v tomto alebo sú situácie, kedy sa rozchádzate v tejto oblasti?**



Zatiaľ sme nič akože také úplne konkrétne neriešili, lebo v podstate, kým ona doštuduje jedno s druhým, tak to niekoľko rokov potrvá, ja budem meniť prácu tak aj od toho veľa závisí, ale zatiaľ sme nejaký závažný rozkol neobjavili, takže myslím si, že sa v tom zhodujeme, to sú naše predstavy.

**Dobre, a teraz sa spýtam na oblasť ako všeobecne či sa rozprávate o rozhodnutiach, či už sú to nejaké bežné, o bežnom fungovaní života alebo nejaké závažné môžem uviesť príklad, nejaká možno do budúca kúpa auta, alebo nejaké také ako podobné myslím.**

Jasné, zrovna to auto sme aj riešili, lebo som nedávno aj kúpil, ale teda nebolo to spoločné auto, ale ja som taký, že ja za každú maličkosť sa poradím, aj keď nežiadam, aby mi niečo prispela, lebo je študentka, nezarába, ale v podstate riešime každú malú maličkosť, dá sa povedať aj nejaké ošatenie napríklad, lebo ja sa o všetkom, na všetko sa spýtam, na názor a ja nie som nejakú módne založený, čiže toto mi rieši ona, takže na všetko sa pýtam, a myslím si, že aj ona, u nej respektíve už je celkovo je tam tá rada trošku taká, že ona sa v podstate menej radí, to je prirodzené, takže ale ja sa radím so všetkým, takže.

**Aj v tejto oblasti nachádzate body, kde sa nezhodujete v robení rozhodnutí?**

Fu no tak ako to teda zhrnúť, poviem to tak, že ja si aj tak poviem po svojom resp. ak sa jedna o také veci, že sú prínosné, alebo teda, že sa to oplatí prijať to rozhodnutie, tak vždy sa tam snažím ja spraviť to finálne rozhodnutie, ale sú veci, pri ktorých mi to vôbec nerobí problém a dám na jej názor, aj keď sa mi to zo začiatku vôbec nepáči, tak sa mi to potom časom zapáči, ale také závažnejšie veci čo riešim tak finálne slovo je moje.

**Čiže je situácia pri ktorej sa prikloníte viacej k tebe a sú situácie, kedy sa ako angažuje priateľka a snažíte sa nájsť nejaký kompromis, alebo ako by si to opísal ty?**

Ja by som to popísal skôr takým v podstate hej, ako si povedala, ale ešte by som dodal takým spôsobom, že ja som v týchto rozhodovaniach taký nechcem povedať „salámista“, ale sú veci, alebo teda aj problémy, kde má to, kde v podstate nechám to rozhodnutie na ňu a je mi jedno ako sa rozhodne, hej. Aby bola ona spokojná takže.

**Dobre, a zvyknú sa často objavovať také spory ohľadom rozhodnutí vo vašom partnerstve ?**

Myslím si, že ohľadom rozhodnutí nie. Možno také menšie hej, ale žeby nejaké extrémne veľké nezhody ohľadom rozhodnutí to myslím, že nie.

**By si povedal, že majú nejaké krátke trvanie alebo by si skôr popísal, že majú dlhé trvanie ?**

Skôr by som išiel do toho, že sú krajšie, ale, no kratšie, také dlhé ani nebolo, bolo by naivné myslieť, keby bol nejaký vzťah bez hádok, takže to podľa mňa už zažil a zažíva takže podľa mňa je to normálna vec, že sú veci, v ktorých sa nezhodneme alebo sa pochyťme. Alebo niečo poviem tak ako sme nechceli a jedno s druhým, takže skôr také kratšie. A to vlastne súvisí aj s tým, že ako som

už spomínal na začiatku, že teda ja sa z toho snažím hneď skôr, čím skôr dať na poriadok, takže asi preto sú to kratšie.

**A keď sa napríklad nezhodnete v takýchto rozhodnutiach, či už vážnejších alebo menších, je to pre teba náročne viesť taký ako neviem vyslovene konflikt by si to nazval, taký stred názorov?**

Tak vlastne celkovo čo sa týka tých rozhodnutí musím priznať aj ja svoju farbu, že ja som taký mne záleží na názore iných a keď sa nezhoduje s mojou predstavou tak sám i to, no nie že mi to, no nie že sa urazím, tak trochu mi to zle padne, lebo už to viac menej tak očakávam, aby boli tie názory alebo, tak v podstate hej ej to naivné z mojej strany, že očakávam, že bude mať vždy na to rovnaký názor, ale akože už som zabudol aká bola otázka hah.

**Do akej miery je to pre teba náročné viesť takéto konflikty, alebo nezhody, v oblasti rozhodnutí ?**

Neviem celkovo na túto otázku, že do akej miery je to náročné, tak podľa mňa pre každého je náročné viesť nejaký ten rozhovor, ktorý mu nie je príjemný, ale ako nejak som to nikdy neriešil proste treba to vyriešiť, tak to treba vyriešiť, nezametiem to pod koberec, alebo ako by som to povedal, takže.

**Dobre a spýtam sa na túto oblasť či sú prítomné nejaké negatívne prvky, alebo podobné časti komunikácie ?**

Negatívnymi prvkami rozumieme čo?

**Vulgarizmy, krik.**

Nie, nie nie to určite nie, to som zatiaľ v živote nestalo.

**Dobre, rozprávate sa s partnerkou o trávení spoločného času alebo o spoločnom čase všeobecne?**

Hej, hej, rozprávame. Tak toho spoločného času je pomenej, každý máme svoje povinnosti, takže viac menej je to také, že pár dní, vlastne jeden deň cez víkend, alebo teda fakt ako je málo toho času, tak sa snažíme vždy dohodnúť, že čo budeme robiť alebo teda, čo by chcel ten druhý robiť, napríklad, takže určite sa dohodneme vždy.

**Čiže stane sa, že máte nejaké rozdielne názory na to trávenie spoločného času v takom menšom rozmedzí ?**

Stáva sa, ale zvykli sme to riešiť tak, že sú veci, ktoré sú pre ňu nie až tak príjemné, ale prispôsobí sa, a ja sa snažím tiež možno trochu oželiť môj názor, môj pohľad na to tiež sa venovať alebo mať tú aktivitu, ktorú vyberie ona, ale musím priznať teraz tiež pravdu, že skôr ona sa skôr prispôsobuje mne. Takže...

**By si povedal, že do väčšej miery sa angažuješ ty v takýchto komunikáciách povedzme. Čo sa týka toho plánovania, tak ja som to zvykol, dovoľm si povedať, že častejšie navrhnúť, že kde by sme mohli ísť, alebo kam by sme mohli ísť na výlet, ale či by to bolo do väčšej miery, ale myslím si, že 60 % na mojej strane.**

**A aj napriek tomu, že teda sa rozprávame o nejakom kratšom čase, čo ste spolu, objavujú sa často nejaké takéto ústrety, alebo rozdielne názory na spoločný čas?**

Neviem či ten koreň toho koreňu spočíva tu, ale ja to tak vnímam, že najväčší problém je v tom, že sme málo spolu, a neviem, ja to vnímam vlastne tak, že pre mňa je to také ťažšie zvládnuteľné, lebo ja by som chcel už aj častejšie a možno aj tá nervozita vplýva alebo teda pochádza z tohto, no a teda neviem či v tom trávení času, lebo v podstate sú dni, alebo víkendy, kedy nerobíme fakt nič, a sme radi, že sme iba spolu, takže...neviem či som otázku zodpovedal?

**Áno, áno. A je pre teba takto náročné, keď sa nezhodnete v tom spoločnom trávení času, ako vravíš, že by si chcel viacej trávenia času, sú pre teba náročné takéto debaty ohľadom tohoto?**

Hm.. nemyslím si, žeby sú tie debaty náročné, celkovo nie sú tie debaty náročné, si myslím, že nie sú zo žiadneho aspektu náročné, ale tak ako som samozrejme naznačil, že teda záleží mi na jej názore, a potom ma niekedy mrzí, keď nemá rovnaký názor ako ja, lebo ja som o tom presvedčený, že je to dobrý nápad no alebo teda, že to bude super, prínosné, oddýchne si, potom ma prekvapí ten názor, žeby mohla byť iná aktivita napríklad.

**A aj v tejto oblasti ohľadom spoločného času je to tak, žeby si tú situáciu vyriešil aktuálne keď je alebo sa stane, žeby si ju odložil ?**

Určite. Neodkladám veci, to určite nie, zo žiadnej témy, alebo problému to si myslím, že z každej oblasti, čo sa týka tak najrýchlejšie.

**A spýtam sa aj v tejto oblasti či sú v nezhodách prítomné nejaké negatívne prvky? Také isté krik, vulgarizmy?**

Nie.

**Dobre, rozprávate sa s partnerkou o oblasti financií ?**

Áno, je to v podstate, je to teraz, no neviem či to bude objektívne, ona študuje, ona nezarába ešte ale samozrejme sa o tom bavíme, že teda do budúca ako účty a takéto vieš financie, ja mám na to taký názor, že určite chcem mať jeden účet, hej aby sme mali v tom prehľad, takže nechcem povedať, že kontrola alebo takto, aby som, no to by som kontrolou nechcel nazvať, ale aby sme vedeli teda, že taký prehľad, podľa mňa už keď sú dva účty medzi partnermi tak už sa môžeme baviť o tej nezhode, alebo tak, no a v podstate čo sa týka tých financií nehovorím, no snaží sa, samozrejme, že sa snaží, ale proste nedovolím, aby ona míňala peniaze, snažím sa 90 % zatiahnuť ja, aby som ju odbremenil, lebo nemá zárobok, ale to by som krivdil, určite sa snaží len sme si to už viackrát vysvetlili, že budem to hlavne ťahať ja tie väčšie položky, tak si myslím...

**Stane sa, žeby ste sa v tejto oblasti nezhodli ako ty vravíš, žeby si chcel platiť tu väčšiu časť a ona napríklad vyjadrí iný názor, alebo všeobecne žeby sa vám nezišli názory v oblasti financií?**

No tak snažíme sa to vedy riešiť nejakým kompromisom, takže dobre, toto je drahšie zaplatím ja, a toto je lacnejšie tak, ak to chceš veľmi, tak si to zaplat' alebo tak nám to zaplat'. Ale

hovorím, väčšinou sa snažím ja to sme si vyjasnili na úvod hneď, že bude lepšie týmto. Vlastne hneď na úvod vzťahu ja som na brigádu chodieval, takže a celkovo ja mám na to taký názor, že chlap by mal, pokiaľ má tu možnosť nechcem povedať, že pozorovať, ale mal by mať na starosti tie výdavky, proste tak som bol k tomu vedený od malička, tak taký mám na to pohľad.

**Čiže aj napriek tomu keď vediete nejaké debaty vravel si, že sú to kompromisy, tak sa angažujete obaja, ten názor vyjadrite obaja, povieťe?**

Hej, hej. Určite hej.

**A vnímaš to nejak často vo vašom partnerstve nezhody vo financiách?**

Si myslím, že nie, cez túto tému sme už prešli, takže to sme si už tak povedali, možno sú také názory hej, že keď ja si niečo kúpim a nie že by som to robil často, lebo akože nie som ten typ, som skôr taký úsporný typ, ale keď niečo také praktické si kúpim, tak sa pýtam, že či je to potrebné, a takéto, ale nikdy nevyčítam, že nekupuj to, načo, sú to naše peniaze, takže to určite nie, tak to skôr taký taký názor na to, sú to také technické veci, keď niečo riešime auto, alebo na motocykel, lebo napríklad aj ten mám, a na ňom chodíme často na výlety, to bola tiež vec, teraz trochu premostím. To bola vec v podstate, že s tým voľným časom, tak z počiatku sa jej to úplne nepáčilo voziť na motorke, až na koniec, dovoľm tvrdiť, že sa jej to páči a že si to obľúbila, skrz toho, že som možno tlačil k tomu, aby som jej dal šancu takže tak..

**Takže aj v tejto oblasti platí u teba, že sa snažíš tie prípadné nezhody riešiť aktuálne jasné, jasné.**

**Povedzme rýchlejšie...**

Určite hej.

**Dobre, oblasť financií je pre teba niečo ako nejaká dôležitá téma v partnerstve, tieto konflikty je možno pre teba dosť ťažšie znášať alebo nie ťažké znášať, ale máš z toho negatívne pocity, že tvoj partner nemá rovnaké názory na financie?**

Myslím si, že máme rovnaký názor, aspoň čo sa týka toho, že nie sme nejakí, že nejaké extrémne výdavky, alebo nežijeme tak, že nechcem povedať, že preflákame tie peniaze, obidvaja sme takí sporiví takže v tom máme rovnaký názor, vždy si pozrieme, že čo dostanem, za tu cenu, aby to nešlo na úkor kvality, ale na druhej strane, aby to nebolo až moc vysoké tá cena, ale riešim to hneď rozhovorom.

**A nie je to pre teba nejaké problémové riešiť tie financie ako aj tie nezhody, keď sa nejaké vyskytnú ?**

Nie je to náročne, každopádne presadiť takže to je možno taká vec, na ktorej budem trvať vždy.

**Dobre, opäť sa spýtam na nejaké negatívne prvky?**

Nie.

**Rozprávate sa s partnerkou o téme nejakých zlovykov alebo prípadne nejakého problémového správania, ktoré vidíme na sebe navzájom alebo individuálne?**

Teraz na rýchlo, či máme nejaký zlovyk...myslím také drobnosti...myslím, že nie, rozmýšľam, ale myslím, si že neboli žiadne zlovyky, ktoré by vadili, alebo tak „ale to si myslím, že nie.

**A vo všeobecnosti nejaké problémové správanie, ktoré by si spozoroval na partnerke alebo partnerka na tebe ?**

Myslím si, že nie, správa sa dobre, takže, nevšimol som si nič také a nebolo nič také riešiť.

**Takže v tejto oblasti nevnímaš, žeby ste mali nejaké konflikty? Alebo nejaké rozdielne?**

Nie.

**Dobre teraz sa spýtam na oblasť očakávanie rolí, ako upresním ,že aká rola sa u teba očakáva, povedzme ako partnera, manžela, muža v domácnosti alebo v zamestnaní a od nej ako od partnerky, či sa o takýchto rozdeleniach rolí rozprávate ?**

Rozprávame sa, ale akože predpokladám, že je to úplne normálne, čo vyplýva z toho pohľavia, takže žiadne také extra ako, tak poznáme sa, viem, že čo ten druhý robí, alebo teda aký je takže neviem, ale tak ako celkovo dovoľm si tvrdiť, že som zdatný aj čo sa týka techniky, aj to počúvam od začiatku, že to budem mať na starosti ja alebo prípadne ak budú deti, čo dúfam, že budú, viesť ich hlavne k takej technickej výchove, k takýmto veciam, alebo aj celkovo, čo sa týka ja nemám problém so žiadnou rolou v domácnosti, takže nerobí mi problém vyprať, žehliť, variť, takže si myslím, žeby to nebol problém, ako to by bolo fakt najmenej, ja by som bol schopný všetko spraviť. Určite by to bola zase vec dohody v tom konkrétnom momente, určite by sme to neriešili hneď dajako dopredu, že dobre ideme spolu bývať, tak ty ideš žehliť a ty budeš variť príklad, určite by sme to tak nejak doriešili, že neviem, určite keď jeden nebude mať čas, tak to tam nenechá, nech sa to tam nakopí, mne by to vôbec nevadilo a viem, že teda ona je tiež taká, že ona spraví všetko, tiež bez problémov, bez nejakého frflania alebo tak.

**Takže sa v partnerstve alebo v očakávaní rolí zhodnete, máte rovnaký smer, alebo sa stane, žeby ste sa nezhodli ?**

Myslím si, že zatiaľ sme nenarazili na nič také, čo by bolo také protichodné, takže.

**Takže žiadne konflikty?**

Nie. Ani nadávky, ani vulgarizmy.

**Dobre. Ďakujem. Ešte také aktuálnejšia téma, či sa rozprávate koľko trávite pred obrazovkou času, myslím tým mobil, televízor, počítač?**

To je dosť dobrá otázka, má prekvapilo. Tak musím sa priznať, že toto mi trochu tak prekáža, lebo ja som taký typ, že ja teraz robím často v kancelárii, tak som často na notebooku hej, ale tak to v podstate ovplyvniť neviem, ale mám na mysli nejaké sociálne siete, tak ja nie som nejakým zástancom tých sociálnych sieti takže ja tam chodím fakt sporadicky, raz za uhorský rok ako sa hovorí, aj to tak vyslovene, keď musím kvôli niečomu, lebo ja to považujem za stratu času, a ten čas sa dá nejako lepšie využiť z môjho pohľadu, ja mám na to taký pohľad. No a viem, že ona má rada také, že instagram, či tuším, že tak sa to volá a Facebook a takéto, akože na jednej strane ju chápem,

lebo tiež keď som bol na bakalárskom štúdiu, alebo teda na inžinierskom sme riešili školské, študijné veci v rámci skupiny na Facebooku, takže bolo to také nevyhnutné, a viem, že to teraz aj ona rieši, ale neviem, ako hovorím, snažím sa to pochopiť, ale tým, že ja som všetky tieto veci obmedzil na minimum, tak by som bol rád keby aj ona, tiež trochu ubrala z toho, akože vôbec mi to nevádi, keď nie sme spolu, keď si píše s kamarátkami alebo čo len som trochu na to háklivý, keď sme málo spolu, keď sa to musí konkrétne vtedy riešiť, a pritom to nič súrne nie je takže.

**A v takej konkrétnej situácii ako postupujete, keď teda ty by si si prial, žeby ona trávila menej času pred tou obrazovkou ?**

Tak ja som jej už povedal, žeby to mohla trochu obmedziť, keď sme tak, a teda snažil som sa jej povedať, že pokiaľ to nie je nič nevyhnutné tak, že sa to dá obmedziť, lebo tak poviem príklad, mala nejaké to skúškové, posledné, a som jej hovoril, že nech vyskúša i dať mobil proste preč od seba, a potom zistila, že o dosť veľa času získava tým, že neodpisovala na každé jedno cinknutie, takže snažím sa aj môj pohľad na to vniesť. Ale myslím, že ona o tom vie, že mám na to taký názor, ale vyslovene, žeby som búchal po stole, tak to určite nie, nikdy.

**Čiže snažíte sa riešiť tu situáciu opäť asi nejako aktuálne?**

Jasné.

**A povedal by si, že sa angažuješ ty v takýchto ?**

V tomto určite hej. Lebo možno ona fakt párkrát hej možno mi povedala, aby som to teraz neriešil, väčšinou to boli pracovné veci, takže...

**Dobre a snažíte sa povedať, snažíte nájsť kompromis alebo v situáciách ona ustúpi alebo ty ustúpiš?**

Povedal by som, že kompromis, ak viem, že je to niečo dôležité, že si odovzdajú nejaké informácie alebo tak, tak snažím sa to už tak brať, že no tak dobre, že čo, tak snažím sa to brať tak kompromisne.

**Ešte by si povedal objavuje sa to nejako často vo vašom vzťahu alebo nie?**

Nie, nie určite nie.

**A dĺžku trvania by si vedel odhádzať napríklad také stretnutie názorov?**

Ak správne rozumiem, že ako dlho riešime konflikt napríklad?

**Ani.**

Ja neviem, tak napríklad nejakú polhodinu cca, tak samozrejme záleží od toho o aký problém ide, ale vždy na to povieme, že ona povie svoj názor, ja poviem svoj názor, a potom si to skúsime nejako vykomunikovať, čo myslela ona, čo spravila, ja čo som myslel a vždy sa snažíme pochopiť toho druhého takže.

**A vravel si, že trochu sa ty angažuješ, takže je pre teba ako náročne vieš takéto strety názorov s priateľkou, ohľadom toho času trvaného pred obrazovkou?**

Celkom by som to hodil do jedného súdka v podstate, tak samozrejme, že nikto sa nerád háda hej, takže ale nie že by som to nejak vyhľadával, alebo tak ale samozrejme, nie je to príjemné riešiť

konflikty, ale keď sú tak treba vziať celom a čo sa týka na premostenie na túto tému, tak neviem ani tak odpovedať, ale ako som povedal, že ja mám na to taký názor, že ten čas by sa dal využiť ináč hej, že ale myslím si, že túto tému veľmi často neriešili, ona si uvedomila možno ja som nechcel zle, len som povedal svoj názor na vec, takže, ale aby som vyslovene na tom lipol, tak žeby si telefón neniesla, keď ide ku mne alebo tak, tak to zas nie.

**Nejaké negatívne prvky spýtam sa v tejto oblasti ?**

Nie.

**Rozprávate sa s partnerkou aj o oblasti rodičovstva, nejakého potenciálneho alebo?**

Jasné a možno som aj tu otázku trošku načrtol pred nedávnom, takže hej bavíme sa o tom, nemáme s tým žiadny problém, ani sa nevyhýbam tej téme, často tak spontánne, keď vidíme nejaká podnet na ulici, v meste, nechcem povedať, že si tak rypneme do seba, ale určite sa tomu nevyhýbame takže rozprávame sa o tom otvorene, čo by bolo, kto by bol aký, takže bez problémov.

**Aj v tejto oblasti nachádzate s partnerkou nejaké rovnaké smerovanie, rovnaké názory alebo sa stane, žeby ste sa nezhodli v nejakej oblasti?**

Myslím si, že nie, na toto máme predovšetkým na oblasť výchovy máme rovnaký názor takže si myslím, že zatiaľ sa otázka nevynorila.

**Takže žiadne konflikty nevnímaš v tejto oblasti ?**

Nie, ani vulgárne tiež nie.

**Dobre, teraz taká intímna oblasť, znova pripomínam ,že do takej mieri ako ti je príjemné môžeš ísť, či sa rozprávate s partnerkou o intímnej oblasti, oblasti sexu a tak?**

No jasné.

**Aj v tejto oblasti nachádzate rovnaké názory alebo sú prípady kedy sa rozídete v nejakej situácii ?**

Tak snažíme sa, ale samozrejme ten kompromis vždy hľadáme nejakým spôsobom, ale tak v podstate neviem ako by som povedal tak rozumne, tak nebudeme si klamať tým, že sme chlapi hej, podľa mňa je to úplne normálne v tejto oblasti trošku chceme, aby to bolo tak možno dominantne, neviem či je to správne slovo, ale ako snažíme sa o tom baviť alebo tak, túto tému v podstate nemáme tabu, to tiež nepatrí k tomu, tiež sa o tom bezproblémovo bavíme vždy aj počas, úplne bez problémov, takže nejako mi to problém nerobí sa tomu vyhýbať alebo tak. Ale ako je pravda, že častejšie sa prikloníme na môj názor, alebo teda toto je tá vec, ktorú si nenechám tak vziať, alebo rozhodovanie o nej až tak, takže.

**Takže povedal by si ako keď si nájdete nejaký rozdielny názor tak sa angažujete obaja alebo stane sa, žeby ste sa skôr priklonili k tvojmu názoru ?**

Myslím, že hej, teraz musím byť taký sebakritický, ale myslím, že hej. Ale ako doplním ešte, že nie možno z toho hľadiska, žeby som bol sebec, ale hm... tak skôr z toho druhého hľadiska chcem, aby aj ona bola spokojná no, takže a tri bodky...

**A je to nejako často alebo zvyknú sa objavovať rozdielne názory alebo protichodné názory v tejto oblasti?**

Toto sme už riešili častejšie, ale raz to bolo tak, že vážnejšie, že vždy je po tvojom, tak ale a tým po tvojom mám na mysli charakter tej danej činnosti, ale potom v podstate, ako si to vyrozprávali, tak v podstate už fakt iba občas, keď je taká drobnosť, alebo tak, snažíme sa predvídať ten problém a dávame k tomu taký voľný priebeh. Lebo v podstate vždy to bolo tak, no nechcem povedať, že vždy to bolo tak, ale často sme sa dohodli, že to bude tak a tak ale som sa priklonil k tomu, že to nechávame tak plynúť.

**A opäť sa spýtam, či to má nejaké dlhodobé trvanie takýto sled' názorov?**

Nie, nie, a vulgárne tiež nie.

**Dobre, predsa je to taká intímna oblasť a povedal by si nejaké nezhody keď máte alebo rozpolené názory, je pre teba ťažšie zvládnuť taký konflikt ohľadom tejto intímnej oblasti ?**

Nie, myslím si, že nie.

**Dobre, poslednou oblasťou je organizácia času, či je to predmetom vašej komunikácie s partnerkou ?**

hm...

**Či individuálnej alebo spoločnej organizácie.**

Hej, hej, rozumiem, len neviem kde by som začal, každý si to menežujeme samostatne, teda hej ten svoj čas, tak samozrejme ona svoje povinnosti, ja mám svoje povinnosti, do toho si nejakým spôsobom nestupujeme, že teda tie rozhodnutia má ona a von koncom nie kedy stáva, jedno s druhým a tak, tak že to nie, to ona musí vedieť, že čo je pre ňu dobre, alebo teda, ako si to rozdelí, nastaví, takže to nie, a ten spoločný... musím sa priznať, že ja som skôr taký pedant, taký dochvil'ny, ja mám rad veci na poriadku a z toho vyplýva, že ja rád plánujem veci, to je moja taká nevýhoda v niektorých oblasti a v niektorej výhoda. Ale keď sme spolu, tak ja keď si niečo plánujeme tak ja vždy teda si predtým pripravím niečo, že vtedy sadneme, vtedy je toto, alebo tak, príklad, takže tá spoločná organizácia času asi hej je možno z môjho pohľadu taká dominantnejšia, ona má už poznať, že ja som už taký, že si musíme naplánovať.

**Takže tiež v tejto oblasti sa s partnerkou zhodujete alebo sú situácie kedy máte rozdielne názory na organizovanie času?**

Možno by som to tak nazval, že máme rozdielny názor na to, ale možno iba v tom, že ona to chce nechať tak, že možno voľný priebeh iba, veď sa zobudíme, uvidíme, pôjdeme tam, ale ja som taký, že ja chcem z toho dňa vyťažiť čo najviac, a preto mám všetko tak naplánované ale nakoniec sa vždy nejak dohodneme.

**Dospejete k nejakému kompromisu by si povedal?**

Áno.

**A napriek tomu sa angažujete obaja v takej diskusii o organizácii času keď má rozdielne názory?**



Hej, hej to určite hej.

**A zvykne sa to objavovať nejakú často tie rozpoltené názory organizácii času?**

Myslím si, že nie. Myslím si, že nie.

**A tiež je toto oblasť, ktorú riešiť aktuálne, ako náhle vznikne?**

Jasné, určite, bezpochyby.

**A trvaní takýchto konfliktov vnímaš tiež skôr kratšie alebo sú oblasti s dlhším ?**

Tak opäť ten pojem krátky čas alebo dlhý čas je taký subjektívny, takže mne sa to zdá krátko, ale opäť hovorím záleží od toho, že čo, že či je to nejaký problém, ktorý je väčší, alebo či je to fakt maličkosť, ale si myslím, že tak pár minút max, polhodina maximálne.

**Dobre a negatívne prvky?**

Nie.

**Výborne, to je všetko, ďakujem za tvoju ochotu a otvorenosť.**

Nie je začo.