

Univerzita Palackého v Olomouci

Filozofická fakulta

Katedra psychologie

**VLIV PRIMÁRNÍCH JAZYKŮ LÁSKY NA
SPOKOJENOST V PARTNERSKÉM VZTAHU**

The influence of the primary languages of love on satisfaction
in a relationship



Magisterská diplomová práce

Autor: Bc. Aneta Dudová

Vedoucí práce: PhDr. Marek Kolařík, Ph.D.

Olomouc

2019

Prohlášení

Místopřísežně prohlašuji, že jsem magisterskou diplomovou práci na téma: „Vliv primárních jazyků lásky na spokojenost v partnerském vztahu“ vypracovala samostatně pod odborným dohledem vedoucího diplomové práce a uvedla jsem všechny použité podklady a literaturu.

V Olomouci dne

Podpis

Poděkování

Na tomto místě bych ráda poděkovala především svému vedoucímu práce PhDr. Marku Kolaříkovi, Ph.D. za jeho cenné rady, vstřícnost a ochotu podílet se na zvoleném tématu. Dále bych chtěla velmi poděkovat PhDr. Danielu Dostálovi, Ph.D. za pomoc se statistickým zpracováním dat. Mé díky patří samozřejmě respondentům, díky jejichž ochotě mohl být proveden výzkum, bez kterého by má práce nebyla kompletní. Na závěr bych chtěla poděkovat své rodině za důvěru a podporu nejen při psaní této práce, ale i během celého mého studia. Obzvláště pak děkuji mému partnerovi Jakubu Galuszkovi za jeho angažovanost při hledání respondentů, bezmeznou trpělivost a podporu.

Obsah

| | |
|---|-----------|
| Úvod..... | 5 |
| TEORETICKÁ ČÁST | 6 |
| 1. Láska | 7 |
| 1.1. Vymezení pojmu láska | 7 |
| 1.2. Druhy lásky..... | 7 |
| 1.3. Triangulární teorie lásky..... | 9 |
| 1.4. Koncept lásky v teorii Niklase Luhmanna..... | 11 |
| 2. Chapmanův profil Pěti jazyků lásky | 13 |
| 2.1. Výzkumy týkající se Chapmanova modelu..... | 15 |
| 2.1.1. Výzkum Egbertové a Polkové (2006)..... | 16 |
| 2.1.2. Výzkum Goffa, Goddarda, Pointerové a Jacksona (2007)..... | 17 |
| 2.1.3. Výzkum Lacinové, Michalčákové a Bouši (2009)..... | 17 |
| 2.1.4. Studie Petersona, Beuse, Jeppesena a Andersona (2008)..... | 18 |
| 3. Charakteristika partnerských vztahů | 19 |
| 3.1. Specifika partnerského vztahu v období mladé dospělosti..... | 20 |
| 3.2. Fáze partnerského vztahu..... | 22 |
| 3.3. Komunikace v partnerském vztahu..... | 24 |
| 4. Spokojenost v partnerském vztahu | 27 |
| 4.1. Model partnerské spokojenosti Williamse a Barnese..... | 30 |
| 4.2. Metody měření spokojenosti v partnerském vztahu..... | 30 |
| 4.3. Partnerská očekávání a jejich vliv na spokojenost ve vztahu..... | 32 |
| VÝZKUMNÁ ČÁST | 35 |
| 5. Výzkumný problém, cíle práce a hypotézy výzkumu | 36 |
| 6. Výzkumný design | 38 |
| 6.1. Popis zvoleného metodologického rámce a metod..... | 38 |
| 6.1.1. Sociodemografický dotazník..... | 38 |
| 6.1.2. Profil jazyka lásky..... | 38 |
| 6.1.3. Test dyadického přizpůsobení..... | 39 |
| 6.2. Strategie sběru dat..... | 40 |
| 6.3. Metody analýzy dat..... | 41 |
| 6.4. Etická stránka výzkumu..... | 42 |
| 7. Charakteristika výzkumného souboru | 43 |
| 8. Analýza a interpretace výsledků | 44 |
| 8.1. Výsledky deskriptivní statistiky..... | 44 |
| 8.2. Výsledky a vyjádření k platnosti hypotéz..... | 47 |
| 8.2.1. Výsledky pro cíl 1 | 47 |
| 8.2.2. Výsledky pro cíl 2..... | 48 |
| 8.2.3. Výsledky pro cíl 3..... | 49 |
| 8.2.4. Výsledky pro cíl 4..... | 50 |

| | |
|--|-----------|
| 8.2.5. Výsledky pro cíl 5..... | 51 |
| 8.2.6. Výsledky pro cíl 6..... | 53 |
| 9. Diskuze..... | 54 |
| 10. Závěr..... | 59 |
| Souhrn..... | 60 |
| Seznam použitých zdrojů..... | 63 |
| Seznam tabulek..... | 68 |
| Seznam grafů..... | 69 |
| Seznam obrázků..... | 70 |
| Seznam příloh..... | 71 |
| Příloha 1: Abstrakt diplomové práce v českém i anglickém jazyce..... | 72 |
| Příloha 2: Dotazníková baterie..... | 74 |

Úvod

Nejspíš se všichni shodneme na tom, že láska je středem našich životů. Jak se říká, láska hýbe celým světem. Pro lásku zdoláme hory, přeplaveme oceány a vydržíme všelijaká trápení. Každý z nás chce najít svou lásku na celý život. Skoro všechny populární časopisy mají v každém svém vydání minimálně jeden článek na téma „jak v partnerském nebo manželském vztahu udržet žhnoucí lásku“. Není se tedy čemu divit, jak velice populární je tento námět a kolik odborných, ale i populárně naučných knih je o lásce napsáno. Jednou z nich je bestseller *Pět jazyků lásky aneb naučte se hovořit jazykem lásky toho druhého* (Chapman, 2002). Tato kniha, jejímž autorem je americký psychoterapeut Gary Chapman, srozumitelně a lidsky přibližuje partnerským a manželským dvojicím, jak přijímat a dávat lásku svému partnerovi. Pomáhá lidem pochopit, jak si prostřednictvím jazyků lásky plně porozumí, a tím i zlepší kvalitu svého vztahu. Právě tato kniha se také stala východiskem pro vznik této diplomové práce.

Jak z výše uvedeného vyplývá, partnerské vztahy patří k těm nejvíc důležitým vztahům, které ve svém životě vytváříme. Jedním z nejčastěji zkoumaných znaků partnerských vztahů je partnerská spokojenost, která má vliv na spoustu oblastí našeho života, především však na naše psychické i fyzické zdraví. Přírozeností téměř každého člověka je najít si k sobě adekvátního partnera a mít spokojený partnerský vztah. Proč však některé dvojice spokojené jsou, zatímco jiné ne? Je právě rozpoznání primárního jazyka lásky svého partnera klíčem k dlouhotrvajícímu a láskyplnému partnerskému vztahu?

Cílem této práce je prozkoumat vliv primárních jazyků lásky na spokojenost v partnerském vztahu. Hlavní otázkou je, zda shoda primárních jazyků lásky mezi partnery má vliv na větší spokojenost v partnerském vztahu a zda ty páry, u kterých se jejich primární jazyky liší, hodnotí svůj vztah jako nespokojený. V této práci se věnujeme zmapování dosavadních výzkumů provedených v této oblasti.

TEORETICKÁ ČÁST

1. Láska

Kolem lásky se točí celý náš svět. Čteme o ní v knihách, sledujeme romantické filmy, posloucháme zamilované písničky. Domnívám se, že se nemýlím, když zde uvedu, že po lásce touží každý. Co ale láska doopravdy je? Známe nějakou teorii, která lásku dokáže vysvětlit?

1.1. Vymezení pojmu láska

Vzhledem k tomu, že láska má mnoho podob, je obtížné najít její platnou definici. V této diplomové práci se omezíme jen na pojem partnerská či manželská láska, která vzniká zpravidla z důvěrného vztahu klíčícího z dlouhodobého přátelství (Myslíková, 2012). Willi (2006) vnímá lásku jako nejdůležitější motiv pro setrvání v partnerském vztahu. Láska se obecně považuje za hluboký a kladný cit (Kratochvíl, 2000). Dle Maslowa (2014) existuje láska B (being) jakožto nesobecký vztah k druhému a láska D (deficiency) neboli sobecká láska, ve které se jedná především o uspokojení vlastních potřeb. Rubin (1970) lásku definuje jako stanovisko zaujímané jednou osobou vůči druhé osobě, které zahrnuje tendenci myslet a chovat se k tomuto člověku určitým způsobem. V neposlední řadě lásku definuje také Fromm (1966), a to jako umění, cit a akt vůle. Milovat je potřeba se naučit. Zralá láska je jednou z nejdůležitějších emocí lidstva, je aktivní silou. Charakterizuje se péčí o druhého, odpovědností, úctou a znalostí osoby, kterou milujeme.

1.2. Druhy lásky

Mezi nejznámější druhy lásky řadíme **lásku vášnivou** (romantickou) a **lásku přátelskou** neboli manželskou (Slaměník, 2008). Vášnivá láska je typická pro počátek vztahu a vyznačuje se jako vzrušený emoční stav, který je charakterizován jako silná touha po splynutí s jinou osobou (Hatfield & Rapson, 1996). Hooperová (2006) upozorňuje na velký počet transmitterů, které se pomocí zamilovanosti uvolňují a ovlivňují tak tělesné pocity. Největší vliv mají feromony (líbivý pach), které mají za následek působení vzájemné přitažlivosti. Jestliže je vášnivá láska vzájemná, je spojena s naplněním až extází. Maritain (2005) charakterizuje tuto lásku jako přelud, jelikož žije ze lži a iluze. Myslí si, že je věčná, ale přitom je velice nestálá a pomíjívá. Pro romantickou lásku je charakteristický sklon k iluzím a tendence k idealizaci partnera (Slaměník, 2008).

Neopětovaná se pojí s prázdnotou, úzkostí a beznadějí. Častokrát v ní dochází ke střídání radosti a utrpení, rozkoše a bolesti. Pokud i přesto vztah vytrvá, promění se na lásku přátelskou (Výrost & Slaměník, 1997).

Oproti tomu přátelská láska často vzniká z vášnivé lásky poté, co se zmírní její žár. Bývá označována jako klidná láska. Kamarádká láska je emoce s nižším nábojem, a proto může být trvalejší. Je to přátelství a zároveň oddanost. Zahrnuje zájem, péči, angažovanost, sdílení a připravenost pomoci (Kratochvíl, 2009). Johnson (2003) tuto lásku nazývá láskou lidskou, představující vůli sdílet obyčejný lidský život a nalézt jeho smysl v jednoduchých a neromantických úkolech. Plzák (2002) tuto lásku definuje jako lásku manželskou, jejímž základem by měly být tzv. „3S“: starost, soucit a stesk, které reprezentují silné vazby páru.

Na předchozí dělení navázal Lee (1976) se svou **multidimenzionální teorií**, jež přirovnává lásku k paletě barev. Lee uvádí, že popsat kombinaci barev po libovolném smíchání je stejně složité jako popsat lásku. Lásku rozlišuje do šesti rovnocenných stylů, které rozděluje na primární (Erós, Storge a Ludus) a sekundární (Manie, Pragma a Agapé). **Erós** (barva červená) je založen na fyzické, sexuální přitažlivosti. **Ludus** (barva žlutá) je hravý, založený na sexuální aktivitě bez závazků. **Storge** (modrá barva) vzniká z přátelství a vyvíjí se pomalu. Jejich kombinací pak vznikají sekundární typy. Kombinací Erósu a Ludusu vzniká **Mania** (oranžová barva) - emočně labilní, žárlivá a majetnická. Oproti tomu **Pragma** (barva zelená) je výsledkem kombinací Storgi a Ludusu a je charakteristická svou zdrženlivostí, rozhodováním se na základě faktů a kladením důrazu na uspokojení svých vlastních potřeb. **Agape** (fialová barva) vznikla ze Storgi a Erósu a definuje se jako nesobecká, altruistická, mateřská láska, která věří v nepodmínečnou lásku (Regan, 2003).

Jako další přichází s dělením lásky Plzák (1989) na **lásku kanibalskou, sentimentální romantickou a manželskou**. Kanibalská láska je jinak nazývána jako láska hysterická, jelikož hysterický jedinec nedokáže obvykle milovat jinak než formou citového požívání. Tato forma lásky je projevem poruchy buďto osobní, nebo je produktem takzvané kalamitní situace, tedy poruchy ve vztahu a formě soužití. Jeden z partnerů v ní představuje kořist, na které jsou projevy lásky neustále vynucovány. Později může být vydírána pláčem, útekem nebo výhrůžkou sebevraždy. Sentimentálně romantická láska je něžná a vyznačuje se velkou touhou dvojice být spolu, poznáváním dotykem a konečně i pohlavním soužitím. Partner se nestává kořistí, nýbrž objektem touhy.

Manželská láska je vrcholem citové kázně, pro kterou je charakteristické tzv. citové neutrální, tedy že partneri si lásku ke druhému neuvědomují. Vzniká v klidném soužití a současně klidné soužití rovněž plodí. Znakem manželské lásky je absolutní důvěra (Plzák, 1989).

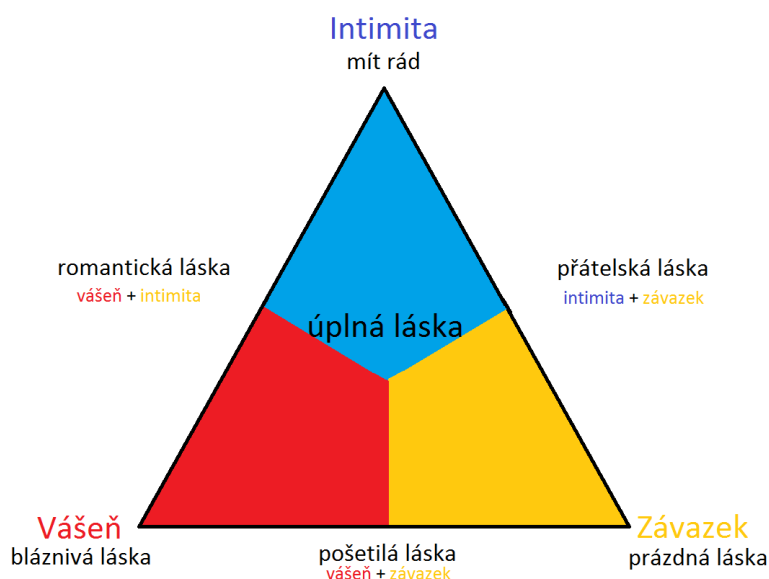
Lee (1976) se domnívá, že se styly lásky mohou v průběhu lidského života měnit. Stejný názor má rovněž Sternberg (1988), jehož triangulární teorie lásky je jedna z nejvíce známých teorií, a z toho důvodu jí bude věnována následující samostatná kapitola.

1.3. Triangulární teorie lásky

Autorem této nejznámější triangulární (trojúhelníkové) teorie lásky je, jak už bylo zmíněno výše, R. J. Sternberg (1986), který hledal odpověď na otázky, jestli má láska vždy stejnou podobu a čím to je, že některá láska vydrží, zatímco jiná časem zanikne. Dle této teorie se láska skládá ze tří komponent - intimity, vášně a rozhodnutí/závazku.

Intimita se vyznačuje pocitem blízkosti, souzněním a poskytováním emoční podpory. Součástí je rovněž snaha si všestranně pomáhat a oceňovat význam partnera ve svém životě (Slaměník, 2008). **Vášeň** je typickou motivační složkou na počátku vztahu, která zahrnuje jak fyzické, tak psychické vzrušení. Je to silný emoční stav, jenž je doprovázen silnou fyziologickou aktivací a zahrnuje v sobě také naplnění sebeúcty, dominance či submise a sebeaktualizace. Ze všech tří komponent je nejméně stabilní a vůlí nekontrolována. Nástup je nejčastěji velice rychlý, její vývoj nepředvídatelný s klesající tendencí (Sternberg, 1988). Poslední komponentou lásky je **závazek/oddanost**, ke kterému se váže rozhodnutí milovat a odhodlání tuto lásku udržet a být angažován ve vztahu k němu. Oddanost skýtá dva aspekty - krátkodobý a dlouhodobý. Krátkodobá oddanost souvisí s rozhodnutím partnera milovat, z hlediska dlouhodobé oddanosti je rozhodnutím tuto lásku udržet (Kratochvíl, 2000).

Obrázek č. 1: Schéma Sternbergovy Triangulární teorie lásky



Každá složka lásky má ve vývoji vztahu odlišný průběh. Zatímco vášeň rychle vzniká a poté rychle slábne a zřejmě už se nikdy nevrátí na svou původní úroveň, intimita má postupný vývoj, její tempo je pomalé a po určité době se zastaví na ustálené úrovni. Závazek oproti tomu na začátku vztahu vůbec neexistuje a teprve s časem narůstá (Sternberg, 1986). U harmonických vztahů následně zůstává na vysoké úrovni (Výrost & Slaměník, 2008). Absence, vysoká, nebo nízká míra jednotlivých komponent vytváří dynamiku, díky níž vznikají jednotlivé typy lásky (Sternberg, 1986).

První typ je **láska přátelská** (liking love), ve které je zastoupena pouze intimita. Tento druh lásky se velmi podobá blízkému a vřelému přátelskému vztahu. Je typická pro dlouhodobé a spokojené vztahy. Druhým typem je **zaslepená láska** (infatuation love), která je charakteristická vysokou mírou vášně a úplně chybí závazek a intimita. Často se jedná o lásku na první pohled, pro kterou je typické, že rychle vzplane, ale i ochladne. **Prázdная láska** se vyznačuje vysokou mírou závazku, avšak vášeň a intimita se ve vztahu nevyskytují. Je typická pro pozdější fázi vztahu, kdy vyhasla intimita i vášeň, nebo naopak pro počáteční fázi vztahu v případě domluvených sňatků. **Romantickou lásku** (romantic love) tvoří vysoká míra intimity a vášně, ale velmi nízký závazek. Jde o lásku silnou, avšak s nejistou budoucností. Příkladem mohou být krátkodobé letní lásky. Tento druh lásky je typický u adolescentních vztahů. Dalším druhem je klidná **partnerská láska** (companionate love), součástí které je příznačná vysoká míra intimity a závazku, ale vášeň je buďto na nízké úrovni, nebo se nevyskytuje vůbec.

Příkladem tohoto druhu může být dlouhodobé manželství. Dalším typem je **osudová láska** (fatuuous love), ve které je přítomna vášeň i závazek, ale chybí intimita. Jako příklad zde poslouží předčasně uzavřené sňatky charakteristické zbrklým rozhodnutím na základě vášně. Jako ideální typ se jeví **láska úplná** (consummate love), kde jsou vyváženy všechny tři komponenty lásky. Poslední druh lásky bývá v literatuře často vynecháván, jelikož v podstatě o lásku ani nejde. Sám Sternberg (1988) ji označil jako **nelásku** (nonlove) a nevyskytuje se v ní ani jedna komponenta. Jedinci tento typ lásky obvykle udržují ze strachu, že nenajdou někoho lepšího, přičemž na partnera nemají žádné vazby.

Lidé se liší v tom, jakým druhem lásky se milují, a stejně tak se mohou typy lásky postupně v čase měnit. Tyto komponenty se vyskytují u různých lidí v odlišné míře, a proto existuje velmi mnoho vzájemných interakcí komponent a úrovní. Z toho důvodu se jednotlivé druhy lásky ve své „čisté“ podobě tak, jak je definoval Sternberg (1988), nevyskytují.

1.4. Koncept lásky v teorii Niklase Luhmanna

Dalším autorem zabývajícím se láskou je Niklas Luhmann. Luhmann ve své knize *Láska jako vášeň* (2002) nechápe lásku jako cit, ale pokládá ji za symbolický kód komunikace, s jehož pomocí si lidé osvojují příslušné pocity a návody na komunikaci v oblastech lásky a intimních vztahů. Láska se odvíjí od místa a času. Komunikační systémy jsou toky informací, které pomáhají pochopit lásku a zareagovat na ni. V milostném vztahu jsou oba partneři pozorovatelem i aktérem současně.

Po celý čas vztahu oba sledují jednání svého partnera, dešifrují jeho chování a porovnávají jej s ideou opravdové lásky, kterou mají vštípenou z minulosti. Jestliže je jednání neustále čitelné a nezištné, jedinec se cítí být milován. Konflikt přichází tehdy, pokud se milující nechá ovlivnit vnější situací, které ale milovaný nepřikládá váhu, a tak se jeho očekávání může dostat do rozporu s realitou. Podstatnou roli hraje v lásce neverbální komunikace neboli nepřímá komunikace pomocí reakcí těla. Sexualitu lze chápat jako doplňující řeč lásky. Prostřednictvím vzájemné touhy a blízkosti lze sdělit informace, jež jsou řečí nevyslovitelné. Komunikace v intimních vztazích je individuální, a proto nelze odhadovat partnerova očekávání. To vyvolává v milovaném velkou nejistotu, se kterou mu pomáhají již zmiňované návody z literatury. Tato teorie je postavena především na popisu změn komunikačního kódu (Luhmann, 2002).

Rozhodujícím vlivem je diferenciací chytí milovat/nemilovat a lásku pociťovat/nepociťovat. Jestliže se milující chová dle očekávání milovaného, vzniká důvěra a partnerský vztah se tímto prohlubuje. Naopak pokud dojde ke zklamání, může osoba komunikaci ukončit - a tím ukončit i celý vztah (Luhmann, 2002).

2. Chapmanův profil Pět jazyků lásky

Americký vztahový poradce Gary Chapman vydal roku 1992 knihu, která nese název *The five love languages*. Tato oblíbená kniha se záhy stala světovým bestsellerem v oblasti partnerských vztahů. V České republice byla kniha vydána pod názvem *Pět jazyků lásky aneb naučte se hovořit jazykem lásky toho druhého* (Chapman, 2002). Tato všeobecně známá a akceptovaná koncepce se zakládá na jeho vlastní zkušenosti s prací s klienty.

V úvodu popisu svého konceptu se Champan (2002) věnuje definici pojmu láska a zmiňuje se o rozdílech mezi láskou a zamilovaností. Zamilovanost, kterou vnímá jako emocionální posedlost, definuje jako iluzi, euforii a dočasné emocionální vzplanutí. Dokonce nemá strach přirovnat zamilovanost k šílenství. Až zamilovanost vyprchá (zhruba za dva roky), mohou partneři společně budovat svou lásku. Pravá, skutečná láska pojí cit s rozumem a její nedílnou součástí je vědomé rozhodnutí druhého milovat. Toto vědomé rozhodnutí vyžaduje úsilí, disciplínu a vynaložení energie. Potřebu člověka být milován autor připodobňuje k „citové nádrži“, kterou připisuje Rossu Campbellovi, dětskému psychiatrovi. Ten mluví o skryté citové nádrži dětí, jež existuje z toho důvodu, aby mohla být naplněna láskou. Až se tato citová nádrž naplní, bude vývoj dítěte postupovat normálně. Chapman ale dodává, že potřeba člověka být milován provází lidstvo celým životem, a tudíž i dospělí mají své citové nádrže. Plná citová nádrž je proto pro partnerský i manželský vztah stejně důležitá a je klíčem k fungujícímu vztahu. Pokud lidé cítí od svého partnera lásku a přijetí, je zde větší šance, že mu budou vycházet vstříc a jeho lásku budou opěťovat.

Champan (2002) rozděluje způsoby vyjadřování lásky do pěti kategorií nazývaných též jako „jazyky lásky“. Mezi tyto jazyky lásky řadí: *slova ujištění, soustředěnou pozornost, dárky, skutky služby a fyzický kontakt*. Dle jeho teorie vyjadřuje každý jedinec svému protějšku lásku všemi těmito pěti jazyky, ale jeden způsob využívá nejčastěji - tzv. primární jazyk lásky. Každý člověk má dle jeho konceptu jeden nebo i dva primární jazyky lásky, kterým nejlépe rozumí a ve kterých lásku vyjadřuje, ale také lásku přijímá.

1. **Slova ujištění** - tento jazyk lásky je založen na slovním vyjadřování lásky, kam řadíme slovní ocenění, povzbuzení, pochvaly, slova, která dodávají sebeúctu, a v neposlední řadě komplimenty. Lidé s tímto druhem primárního jazyka lásky potřebují slovní ujištění, že je s nimi partner spokojen a že jsou milováni (Chapman, 2002).

2. **Soustředěná pozornost** - jinak řečeno dávání plné pozornosti partnerovi. Jde o plné věnování se jeden druhému, trávení společného času a zájímání se o partnera. Lidé, pro které je soustředěná pozornost primárním jazykem, potřebují se svým partnerem mluvit tváří v tvář, cítit, že je vnímá, a sdílet s ním své pocity. Vyjadřování lásky znamená v tomto případě být spolu (Chapman, 2002).
3. **Dárky** - dle Chapmana (2002) je dávání dárků univerzální výraz lásky. Pro lidi s tímto primárním jazykem je nejdůležitější dostávat dárky, ať už k různým významným příležitostem (výročí, narozeniny), nebo bez vnější pohnutky. Nemusí se jednat o velké a drahé dary, stačí darovat malé pozornosti, jež partnera přesvědčí o lásce. Někteří lidé mohou mít výhrady k vyjadřování lásky materiálně, ale do této kategorie řadíme také dávání sebe, dávání blízkosti, tedy aby byl člověk tam, kde jej partner zrovna nejvíce potřebuje, což je dle autora to nejcennější.
4. **Skutky služby** - pro tuto kategorii je výstižný citát, že činy jsou víc než slova. Člověku s tímto jazykem lásky lze vyjádřit lásku jakoukoliv činností, která mu udělá radost (domácí práce, podpora a pomoc atd.). Tyto činnosti se však musí dělat láskyplně, aby se doopravdy jednalo o projevy lásky (Chapman, 2002).
5. **Fyzický kontakt** - člověk, pro kterého je primárním jazykem lásky fyzický kontakt, ze všeho nejvíce upřednostňuje doteky, pohledy do očí, hlazení, držení se za ruce, líbání, objetí, mazlení, sexuální intimitu a nejrůznější něžnosti. Je však důležité znát, které doteky jsou partnerovi příjemné, a právě těmi mu lásku vyjadřovat (Chapman, 2002).

Chapman (2002) zdůrazňuje, že lidé přirozeně projevují lásku ve svém primárním jazyce, ale mnohem důležitější je lásku vyjadřovat v jazyce, který je neblíží pro jejich partnera, jelikož tento způsob ho o lásce k němu přesvědčí víc než jakýkoliv jiný.

Chapman rovněž vytvořil nástroj, který slouží k určení primárního jazyka lásky, tzv. Profil jazyka lásky (*Love Language Profile*). Tento profil je složen z 30 párů tvrzení. Úkolem je vybrat vždy jen jedno tvrzení, které více vyjadřuje chování nebo takové aktivity, které by ideálně měl jejich partner dělat. Chapmanův profil obsahuje kupříkladu dvojici tvrzení: „Rád/a slyším pochvalné poznámky“ a „Mám rád/a, když mě někdo obejmě.“ Lidé mají vybrat jen jedno tvrzení, se kterým souhlasí více (Veale, 2006).

2.1. Výzkumy týkající se Chapmanova modelu

Autoři Lacinová, Michalčáková a Bouša (2009) se domnívají, že Chapman popisuje v populární rovině princip tzv. strategie vztahové údržby. Definice vztahové údržby není jednoznačná. Můžeme ji vymezit jako proces vedoucí k zachování vztahu, proces péče o vztah nebo také proces vedoucí k nápravě vztahu. Od 80. let 20. století vznikala řada typologií strategií vztahové údržby.

Staffordová a Canary (1992) vytvořili seznam strategií chování, které partneři používají k tomu, aby byli ve svém partnerském vztahu spokojeni. Faktorovou analýzou bylo zjištěno pět strategií vztahové údržby: *pozitivita*, *otevřenost*, *ujištění*, *sít'* (trávení času se společnými přáteli) a *sdílení úkolů* neboli společná práce v domácnosti. Oba modely tedy obsahují pět kategorií a rovněž jejich charakteristiky jsou obdobné. *Ujištění*, které poskytuje partnerovi informace o jeho výjimečnosti a vyzdvihuje závazek vztahu (Canary & Stafford, 1992), a Chapmanův jazyk lásky *slova ujištění*, jsou si podobné. *Pozitivní chování* je charakterizováno jako snaha o příjemné interakce s partnerem, tedy například budování sebevědomí prostřednictvím komplimentů (Canary & Stafford, 1992), stejně tak i Chapman (2002) zdůrazňuje potřebu pozitivních komentářů. Kategorie *otevřenost* je určena k otevřené komunikaci o očekáváních ve vztahu a potřebách obou partnerů (Canary & Stafford, 1992). Chapman (2002) popisuje důležitost používání přání místo požadavků. *Sdílení úkolů* můžeme charakterizovat jako vykonávání různorodých aktivit rovným přístupem (Canary & Stafford, 1992), Chapman (2002) zase vyzdvihuje nezbytnost překonávat stereotypní role k tomu, aby spolu partneři mohli sdílet úkoly. Posledním prvkem je *sociální sít'*, jež odkazuje na sdílení přátel a potřebu zahrnovat do aktivit i jiné lidi, kupříkladu členy rodiny. Chapman (2002) zmiňuje, že jednou z možností, jak spolu páry mohou trávit volný čas, je hraní her s rodinou.

Lemieux (1996) zmiňuje obdobný názor jako Chapman, a to ten, že aby se určité chování dalo považovat za projev lásky, musí být nejprve rozpoznáno a obě strany jej tak musí vnímat. Tudíž se nemůže za výraz lásky považovat chování, které jedna strana jako takové nerozpoznává, nebo pokud člověk takové chování nevykonává, aby vyjádřil lásku. Chapman (2002) to vysvětluje tak, že existují dva faktory, které lidem častokrát způsobují problémy v rozpoznávání chování jakožto vyjádření lásky. Prvním z nich je skutečnost, že lidé nejčastěji vyjadřují svou lásku takovým způsobem, kterému oni sami dostatečně rozumí.

Druhým faktorem je, že partneři mají většinou rozličné primární jazyky lásky a jsou z toho důvodu zmateni, pokud jejich protějšek nechápe, co chtějí svým chováním vyjádřit. Proto pokud partneři mají jiný primární jazyk lásky, může mezi nimi častěji docházet k neporozumění.

Chapman (2002) je názoru, že zaměření se na vyjadřování lásky způsobem, kterému partner nejlépe rozumí, zvýší spokojenost v partnerství/manželství. Vysoce kvalitní vztahy se vyznačují tím, že si partneři navzájem pomáhají, tráví spolu svůj volný čas a jsou si vědomi partnerových potřeb (Clark & Monin, 2006). Daintonová (2000) svým výzkumem podpořila Chapmanovo tvrzení o vztahu mezi jazyky lásky a spokojeností v partnerském vztahu. Dle autorky existuje pozitivní vztah mezi očekáváním údržbového chování od partnera a partnerskou spokojeností, a naopak selhání ve vykonávání určitého chování může být důvodem, proč se partner necítí milován.

2.1.1. Výzkum Egbertové a Polkové (2006)

Tyto autorky se zaměřily na zjištění empirické validity pěti jazyků lásky. Vytvořily škálu 20 dotazníkových položek, které odpovídaly jednotlivým jazykům lásky. Faktorovou analýzou získaných dat se prokázalo, že pětifaktorový model odpovídá datům lépe než jednodimenzionální, třífaktorový nebo čtyřfaktorový model, ale ani jeden z modelů nevystihuje data ideálně. Konstruktovou validitu ověřovaly prostřednictvím korelací získaných faktorů s dimenzemi dotazníku na měření strategií vztahové údržby Staffordové et al. (2000), kteří k již zmiňovaným pěti strategiím přidávají další dvě, a to *radý* a *snaha o zvládnutí konfliktů*. Zjištěné výsledky Egbertová a Polková (2006, in Lacinová et al., 2009) interpretují tak, že Chapmanovy „jazyky lásky“ jsou nástrojem k naplňování cíle.

Polková a Egbertová (2013) později navázaly na svou předchozí studii a snažily se najít empirickou podporu pro část z Chapmanových tvrzení, která se týkají jeho modelu pěti jazyků lásky. Autorky se zaměřily na oba partnery a rozdělily dvojice do 12 typů podle toho, jak moc byly jejich jazyky lásky ve shodě, částečně ve shodě, nebo se vůbec neshodovaly. Výsledky tímto podpořily tvrzení, že si partneři častokrát nevyjadřují lásku preferovaným jazykem, a proto mezi nimi dochází k miskomunikaci lásky (Chapman, 2002). Tímto výzkumem bylo zjištěno, že 73 % párů mělo částečnou, nebo celkovou neshodu jejich jazyků lásky. Dále bylo zjištěno, že páry, které vykazovaly neshody v jazycích lásky, vyjadřovaly lásku tak, jak ji cítily, což je přímo v souvislosti s Chapmanovým (2002)

tvrzením, že lidé mají sklon vyjadřovat lásku ve svém primárním jazyce. Polkovou a Egbertovou (2013) rovněž zajímalo, zda a jakým způsobem je posouzení kvality vztahu ovlivněno typem vztahu (shodující, částečně se shodující, neshodující). Ovšem ve výzkumu i ty páry, které neměly své jazyky lásky ve shodě, označovaly kvalitu svého vztahu jako vysokou.

2.1.2. Výzkum Goffa, Goddarda, Pointerové a Jacksona (2007)

Autoři této studie se pokusili navrhnout škálu pro Chapmanův model vyjadřování a přijímání lásky. Respondenti měli ohodnotit, jak jsou pro ně jednotlivé způsoby vyjadřování lásky důležité, tedy jak moc je pro ně podstatné, aby jim jejich partner vyjadřoval lásku daným způsobem. Faktorovou analýzou bylo nalezeno 6 faktorů. Čtyři faktory (*soustředěná pozornost, dárky, slova ujištění a fyzický kontakt*) odpovídají Chapmanově popisu. Pátý faktor - *skutky služby* – byl rozdělen na dva faktory, které autoři pojmenovali jako *domácí práce a manuální práce*. Účastníci výzkumu vnímali odlišnost mezi domácími každodenními a opakujícími se činnostmi (vaření, uklízení) a jednorázovými venkovními pracemi (práce na zahradě). Tento rozdíl je možné vysvětlit genderově rozličným rozdělením rolí v domácnosti (Goff et al., 2007).

2.1.3. Výzkum Lacinové, Michalčákové a Bouši (2009)

Cílem jejich studie bylo navázat na předchozí výzkumy. Výzkum těchto autorů byl oproti ostatním výzkumům obohacen o manželské páry. Studie je zaměřena na rozdíly mezi pohlavími a na významné prediktory v užívání vztahového údržbového chování, jako například stav nebo délka vztahu. Informace byly získány pomocí volných výpovědí respondentů na jednu položenou otázku („Co děláte, když chcete svému partnerovi vyjádřit, že jej skutečně milujete?“). Odpovědi respondentů byly následně roztríděny do pěti kategorií (jazyků lásky) a následně vznikly další kategorie pro takové odpovědi, které byly příliš obecné nebo zcela neodpovídaly zadání - kategorie „*obecné vyjádření*“ a „*partnerovi lásku nevyjadřuji*“. Z výzkumu bylo zjištěno, že probandi nejvíce preferovali *fyzický kontakt* jakožto způsob vyjádření lásky, přičemž rozdíl mezi mužským a ženským pohlavím byl bezvýznamný. Jako významný prediktor pro užívání této kategorie se prokázala délka vztahu. Dále se ukázal větší sklon mužů projevovat lásku obdarováním své partnerky. Pro kategorii *soustředěná pozornost* se jako významným ukazatelem objevilo pohlaví a také to, zda jsou respondenti v manželském vztahu, nebo ne. U nesezdaných jedinců je

pravděpodobnější, že budou projevovat lásku tímto způsobem. Ze studie rovněž vyplývá, že více žen než mužů projevuje lásku skrze kategorii nazývanou *soustředěná pozornost*. Zajímavý je také prediktor stav, jenž se prokázal jako významný pro kategorii *soustředěná pozornost* a *skutky služby*, což může potvrzovat důležitost manželského svazku pro partnerský vztah, přestože se v dnešní době jeho význam zlehčuje (Lacinová et al., 2009).

2.1.4. Studie Petersona, Beuse, Jeppesena a Andersona (2008)

Tato studie studentů z Weber State University vycházela z předpokladu, že jestliže oba partneři znají svůj primární jazyk lásky a budou se snažit v něm lásku vyjadřovat, jejich partnerská spokojenost se zvýší. Autoři této studie navázali na výzkum Goffa et al. (2007) a pro měření primárního jazyka lásky použili jimi vytvořenou škálu. K ní přidali další část pro zjištění skutečně vykonávaného chování a jeho vlivu na partnerskou spokojenost. Studie bohužel nemá moc velký rozsah na to, aby podpořila Chapmanův model, avšak zdá se, že pokud se láska vyjadřuje a přijímá preferovaným způsobem, vztah mezi dvojicemi partnerů se zlepšuje. Nicméně ve studii bylo rovněž zjištěno, že partnerská spokojenost může růst také pokud se jedinci dostává komunikace, kterou vyjadřuje jiný jazyk lásky než ten preferovaný. Tedy i úsilí v nesprávném směru je z tohoto úhlu pohledu úsilí dobré. Tento fakt oslabuje Chapmanův předpoklad a jazyky lásky nejspíš mají vliv na spokojenost více celostně, než samotný Chapman předpokládal. K vytvoření obecně platných závěrů však musí být provedeno větší množství studií (Petersen et al., 2008).

3. Charakteristika partnerských vztahů

Blízké osobní vztahy (Close relationships) jsou podstatnou oblastí lidských vztahů a rovněž nedílnou součástí lidské společnosti. Harold H. Kelly (1979, in Výrost & Slaměník, 2008) definoval jako blízké vztahy takové osobní vztahy, skrze které osoba často a silně ovlivňuje jiné osoby, a to v různých činnostech a v relativně delším časovém úseku. Blízké osobní vztahy mají různé podoby a různé formy. Jejich speciální oblastí jsou partnerské vztahy.

Partnerský vztah můžeme definovat jako vztah oboustranně a dlouhodoběji zaangažovaných jedinců. Tento vztah je odlišný od milostných experimentů jistou kvalitou. Partnerský vztah je nejvýznamnější variantou intimního vztahu, ve kterém se člověk dovede vzdát části své samostatné identity (Vágnerová, 2007). Partnerský vztah může být chápán jako oboustranná nabídka společné cesty životem (Klimeš, 2005). Partnerství je víc než individuální identita a také víc než pouhé soužití dvou jedinců. Lidé vstupují do partnerství proto, aby naplnili své potřeby - potřebu intimního a emočního soužití a potřebu mít děti (Langmeier & Krejčířová, 2006).

Teorií o vzniku personálních vztahů je hned několik. Kelly a Thibaut (1978, in Výrost & Slaměník, 2008) definovali teorii vzájemné závislosti, která je považována za nejlépe rozvinutý model fungování dyád, a proto si ji zde stručně představíme. Základem partnerských vztahů je interakce mezi partnery a účast v ní přináší svá pozitiva i negativa, respektive zisk a cenu, která je placena za účelem udržení vztahu. Zisk představuje míru uspokojení potřeb, pozitivní emocionální prožívání a prospěch, kterému se jedinci ve vztahu dostávají. Cenou je míra vynaloženého úsilí, negativní emoce a intrapsychické konflikty a ztráty, což je to, co jedinec vkládá a investuje do vztahu za účelem jeho udržení (Výrost & Slaměník, 2008). Teorie vzájemné závislosti objasňuje, proč s některými jedinci vstupujeme do interakcí raději. Může jít jen o vlastní primitivní popud něco získat a uspokojit své potřeby. To by ale nevysvětlovalo fungování dlouhodobých vztahů, jelikož zde jsou partneři ochotni investovat do vztahu hodně a nechávají druhého, aby z toho těžil, aniž by očekávali vlastní zisk. To, jaké interakce si vybíráme, ovlivňují totiž i širší souvislosti, které mohou způsobit transformaci motivace. Ta může vypadat jako změna z „investuji, abych získal“ na „investuji, aby druhý mohl získat“. To vysvětluje fungování dlouhodobých vztahů (Rusbult & Buunk, 1993).

3.1. Specifika partnerského vztahu v období mladé dospělosti

Vzhledem k tomu, že cílovou skupinou našeho výzkumu jsou lidé v období mladé dospělosti, nesmíme zde opomenout stručnou charakteristiku tohoto období spolu s určitými specifiky partnerského vztahu.

Mladou dospělost, jakožto jedno období vývoje člověka, je relativně náročné ohraničit konkrétním věkem. Oproti předešlému vývoji, kde jsou mezníky zřetelnější (např. počátek školní docházky pro školní věk), není pro mladou dospělost žádný jednoduše stanovitelný počáteční mezník. Jelikož je přechod z dospívání do dospělosti velmi rozdílnou zkušeností, kterou ovlivňuje celá řada faktorů, tak i věkové rozmezí, do které tento přechod bývá zasazen, je relativně volně stanovené. Většinou jde o rozhraní mezi druhou a třetí dekadou života (Macek & Dalajka, 2005). Mezi autory se však neseťkáváme s přesnou shodou ve věkovém rozmezí. O období mladé dospělosti hovoří např. Erikson (1968) jako o období mezi 20. až 40. rokem. Říčan (2004) zase mezi 20. a 30. rokem a např. Thorová (2015) určuje toto období lety 20 až 35. My se budeme držet vymezení Vágnerové (2007), která pro období mladé dospělosti uvádí věk od 20 do 35 let.

Mezi nejvýznamnější témata, která charakterizují mladou dospělost, patří bezpochyby láska, partnerské vztahy a sexualita. Podle Eriksona (1968) je období mladé dospělosti fází intimity vs. izolace, která je charakteristická tím, že jedinec by měl být schopen přijmout závazek partnerského vztahu. Dle některých autorů lze schopnost mít spokojený intimní vztah považovat za důležitou charakteristiku mladé dospělosti. V rámci partnerského vztahu je utvářena tzv. párová identita, jež má pozitivní vliv na vývoj vztahu i osobnostní rozvoj partnerů. Tento intimní vztah s druhým člověkem se může podílet na pochopení sebe sama, realizaci osobního potenciálu nebo rozvoji intimních oblastí osobnosti. Mladý dospělý si v této životní etapě utváří důvěrný a stabilní vztah, který je pro něj zdrojem citové jistoty a bezpečí a později se stává základem budoucího manželství a rodiny (Vágnerová, 2007).

Partnerský vztah je v mladé dospělosti symetrický i komplementární. Symetrií se myslí rovnost mezi oběma partnery, komplementarita je dána odlišnými rolmi obou partnerů, které se navzájem doplňují. Tato rozdílnost mezi muži a ženami přináší do vztahu určitou míru napětí a vzrušení, což přispívá ke vztahové dynamice (Vágnerová, 2007).

V tomto období dochází k navazování stabilnějších monogamních vztahů. Může se objevovat tzv. seriální monogamie, což je střídání několika za sebou následujících vztahů s jedním partnerem. Stálý, stabilní partnerský vztah je v první polovině mladé dospělosti příznačný především pro ženy, které dříve osobnostně dozrávají (Vágnerová, 2007).

V této fázi lidského života jsou typické dva druhy partnerských vztahů. Jedná se o vášnivý a přátelský vztah. Vášnivý partnerský vztah zahrnuje bouřlivé emoce, majetnickou lásku a v neposlední řadě romantiku. Důležitou roli hraje rovněž sexualita. Tento druh vztahu převládá u 20letých jedinců na počátku mladé dospělosti, ono romantické zamilování však většinou nemá dlouhé trvání a není moc stabilní. Takové vztahy naplňují vývojový úkol raného mládí, tedy fungují jako iniciace a zintenzivnění prožitků souvisejících s partnerstvím. Vášnivé vztahy můžeme tedy chápat jako zdroj zkušeností, které po určité době ztratí na významu a mladí lidé začnou toužit po trvalejším partnerství. Potřeba navazovat krátké nezávazné vztahy většinou klesá po 30. roce života. Oproti tomu přátelský partnerský vztah se vyznačuje především vyšší mírou intimity, vzájemnou soudržností a oporou mezi partnery. Důležitým prvkem je přátelství a jistá úroveň racionality (Vágnerová, 2007).

K tomuto životnímu období se váže rovněž skutečnost, že někteří partneři uzavírají manželství, jehož hlavní funkcí je sociální potvrzení kvality partnerství a jeho výlučnosti. Uzavření manželského sňatku s sebou přináší nové povinnosti i výhody. V současnosti se však počet uzavřených manželství snižuje a sňatek se odkládá do pozdějšího věku. S tím se pojí fakt, že se stále častěji setkáváme s páry, které žijí v nesezdaném soužití. Tento typ soužití se vyznačuje společným bydlením bez uzavření manželství (Vágnerová, 2007). Dle Kohoutové (2014) žije v nesezdaném soužití 26,6 % vysokoškolsky vzdělaných osob ve věku do 35 let. Z výzkumu vyplynulo, že nesezdaní lidé jsou oproti sezdaným ve šťastnějším a spokojenějším vztahu. Je pravděpodobné, že se jejich vztahu, vzájemné komunikaci a sexuálnímu životu více věnují, nebo naopak svého současného partnera nepovažují za velkou osudovou lásku a tolik od něj neočekávají (Willi, 2006).

Výzkumníci dlouho předpokládali, že intimní vztahy působí intenzivněji na mentální zdraví žen než mužů. Výzkumy z nedávných let ale poukazují na to, že v této oblasti nejsou výraznější genderové rozdíly. Míra emoční podpory ze strany partnera a vzájemné napětí v partnerském vztahu ovlivňují příznaky deprese u žen a současně mají vliv na užívání návykových látek u mužů. Autoři Simon a Barrett (2010) zjistili, že přítomnost blízkého

vztahu v období mladé dospělosti souvisí s menší mírou depresivních symptomů. Na druhou stranu je rozpad romantického vztahu spojen s větší mírou prožívané deprese a problémy s návykovými látkami. Ztráta blízkého vztahu negativně působí na vnímání vlastní sociální identity, snižuje pocit sebedůvěry a může narušit také sociální integraci v mladé dospělosti. Tyto faktory potom mohou narušovat duševní pohodu a zdraví mladých lidí.

3.2. Fáze partnerského vztahu

Existuje velké množství vymezení jednotlivých fází vztahu. My v této kapitole zmíníme etapy vztahu podle Matějkové (2007), která rozlišuje tři základní období - **zamilovanost, láska a přátelská láska**.

Zamilovaností se vyznačuje období dvou až tří let vztahu od jeho vzniku. Tato fáze však může trvat i jen několik měsíců. Na samém počátku zamilovanosti dochází k navázání vztahu, vzájemnému poznávání se, povídání si o sobě, svých snech, pocitech. Zamilovanost se vyznačuje pocity štěstí, okouzlení a v neposlední řadě silnou sexuální přitažlivostí (Matějková, 2007). Mezi partnery dochází k idealizaci, kdy je milovaný jedinec hodnocen vlivem prožívaných emocí. Partner je vnímán jako inteligentnější, atraktivnější a zábavnější, než doopravdy je. Zamilovaní mají pocit, že je jejich vztah jedinečný. Na počátku partnerského vztahu je častá tendence k sebestylizaci, která představuje snahu přizpůsobit se představám partnera. Důvodem je udržení partnerovy náklonnosti a obdivu (Vágnerová, 2007). V pozdějších měsících fáze zamilovanosti si jedinec začíná všimnout rozdílů mezi ním a svým partnerem, ale stále ho vnímá převážně pozitivně. Rovněž se začínají vyskytovat první nepochopení týkající se životních plánů. Vztah se tak stává racionálnější a postupně přechází do druhé fáze - fáze lásky (Matějková, 2007).

Stadium **lásky** bývá vymežováno od třetího roku partnerství dále a je to období, kdy je vztah založen na oboustranných pocitech přijetí, bezpečí a pocitu nalezení stability v partnerovi. Dále se vyznačuje odpovědností, vzájemnou úctou a péčí o druhého. Dochází k vytvoření autonomie ve vztahu a rozvíjí se vzájemná tolerance. Partneři si dávají určitý osobní prostor a svobodu. Této fázi se také říká tišší, a to kvůli jejímu klidu, menší tendenci partnerů si povídat a nižší potřebě ohromit partnera svou osobností. Rovněž po sexuální stránce je tato fáze méně bouřlivá (Vágnerová, 2007).

Zralý realistický vztah se podílí na uspokojování většiny psychických potřeb. V rámci partnerství lidé zažívají nové zkušenosti, rozvíjí svoje sociální dovednosti a umění komunikace i kooperace. Díky hodnocení partnera se rozvíjí vlastní sebepoznání (Matějková, 2007). Představa dalšího společně stráveného života uspokojuje potřebu otevřené budoucnosti. Ono společné plánování a představování si budoucího manželství či rodičovství vede k upevnění párové identity a stability vztahu (Vágnerová, 2007). U nezralých párů se může stát, že si tuto fázi vyloží jako jakési ochladnutí lásky a začnou hledat nový a zajímavější vztah (Matějková, 2007).

Třetí a zároveň poslední fází je **přátelská láska**, která přichází zhruba po 20 letech partnerství. Mezi hlavní znaky tohoto období patří důvěra, starostlivost o sebe navzájem, porozumění, bezpečí, oddanost a klidný a trvalý cit (Matějková, 2007).

Samozřejmě zde nesmíme opomenout ani **rozpad partnerství**, ke kterému dochází v situaci, kdy je vztah mezi partnery dysfunkční. Někdy jsou partneři tak rozdílní, že se nedokáží shodnout ani v základních otázkách společného života. Příčinou rozpadu vztahu může být také dysfunkční partner s určitými osobnostními vlastnostmi, které jsou s fungováním vztahu neslučitelné (Vágnerová, 2007).

Autor modelu o průběhu dezintegrace blízkého vztahu, S. W. Duck (1973, in Hayesová, 2003), rozlišuje 4 fáze. Intrapsychická fáze nastává, když se jeden z partnerů začíná ve vztahu cítit nespokojeně a zvažuje plusy a mínusy setrvání v tomto vztahu. Pokud nechce v tomto partnerském vztahu nadále pokračovat, přechází do druhé, dyadické fáze, která je charakteristická zapojením druhého partnera. Ten z partnerů, který chce odejít, mu sdělí svůj úmysl nebo se chová chladně a odtažitě. Když se partneři rozhodnou, že svůj vztah ukončí, následuje třetí fáze. Tzv. sociální fáze se vyznačuje oznámením rozchodu rodině a přátelům. Poslední fází je fáze úpravy hrobu, kdy se bývalí partneři snaží vyrovnat s rozchodem. Po uplynutí různě dlouhého časového období dochází k hledání a vytváření nových vztahů.

Rozpad partnerského vztahu s sebou vždy nese určitou zátěž. Jedná se zejména o negativní pocity, snížení sebehodnocení a sebedůvěry. Ztráta vztahu je vnímána jako ztráta důležité hodnoty, kdy člověk přichází o pocit jistoty a bezpečí a nemůže uspokojit ani další potřeby, které byly ve vztahu zajištěny. Mezi typické reakce na ztrátu vztahu s partnerem patří úzkost, smutek, vztek a pocity viny. Pro vyrovnání se s touto velice zatěžující situací má důležitý význam proces truchlení (Vágnerová, 2007).

3.3. Komunikace v partnerském vztahu

Navazování kontaktů, udržování vztahů, přátelství a bezpochyby také láska - to vše je z velké části založeno na komunikaci. Komunikace je velmi důležitým faktorem pro funkční a spokojený vztah. Mezi nezbytné faktory spokojenosti zařadil komunikaci např. Allendorf (2012). Dle Burlesona, Mettse & Korcha (2000) plní komunikace ve všech mezilidských vztazích tři funkce, a to instrumentální, funkci řízení interakce a funkci vztahové údržby. Instrumentální funkce představuje poskytování souhlasu, odmítání souhlasu, žádosti, poskytování opory a v neposlední řadě pobavení. Způsob, jakým se komunikuje, reflektuje pocity a emoce mluvčího k druhé osobě nebo jejich vztahu. Funkce interakce řízení zahrnuje aktivity, které napomáhají udržovat plynulou a logickou komunikaci. Sem řadíme vytváření informačně adekvátních zpráv, struktury rozhovoru nebo zvládnutí emocí. Funkce komunikace jakožto udržování vztahu se ukazuje jako smysluplná. Kupříkladu Chapman (2002) přímo nazývá vztah komunikací. Duck (1994) pokládá každodenní sdílení a povídání si za základní prvek udržování vztahu, a to hned z několika důvodů: partneři skrze komunikaci sdílí své pocity a potřeby ve vztahu, a komunikace tak poskytuje prostor pro reflexi, případnou změnu v partnerském vztahu nebo v jeho směřování do budoucna. Petersen et al. (2008) podobně zmiňují, že pro nenarušený a šťastný vztah je pozitivní komunikace nejdůležitější. Domluva s partnerem však není vždy jednoduchá. Dallaire (2009) přirovnává mužský jazyk a ženský jazyk k japonštině a čínštině. Oba mají snahu dokázat tomu druhému, že je lepší hovořit jeho jazykem a zvenčí znějí jejich slova stejně.

Funkční komunikace v páru je, jak jsme již výše zmínili, klíčovým prvkem spokojeného partnerského vztahu. Je základní cestou vztahové údržby. Vyjadřování lásky a kvalita vztahu se odvíjí od kvality komunikace v něm (Dindia, 2003). Disponuje-li pár dobrou a funkční komunikací, nabízí se mnohem větší potenciál ve zvládnutí situací, které se mohou zdát jako neřešitelné, ať už se týkají společných plánů, či například nevěry. V případě nefunkční komunikace se může i z drobné záležitosti stát neřešitelný a dlouhotrvající problém, který si poté ponese každý partner sám v sobě. Mimo jiné je fungující komunikace, sdílení zážitků a konstruktivní reflexe mezi partnery možným zdrojem osobnostního růstu obou partnerů (Praško, 2005).

Komunikace v obecném slova smyslu je velice důležitá, ale vynechat nesmíme ani její dílčí složky a komunikační strategie. Logan a Cobb (2016) se ve svém příspěvku zmiňují o tom, že sdílení úspěchů a jejich společné oslavování může přispět k větší spokojenosti v partnerském vztahu. Rovněž Gable, Reis, Impett & Asher (2004) zjistili, že vstřícná a přívětivá reakce jednoho z partnerů na úspěch toho druhého pozitivně koreluje se spokojeností v partnerském vztahu.

Nedílnou součástí funkční komunikace je dle Praška (2005) asertivita, což je upřímné, poctivé a citlivé vyjadřování svých postojů, dojmů a potřeb se zachováním úcty vůči partnerovi. Mezi hlavní výhody asertivní komunikace patří zvyšování pozitivní výměny mezi partnery, která podporuje bezpečí vztahu, hodnotu, sebevědomí obou partnerů, možnost vzájemného pochopení, zvyšování svobody při zachování důvěry, přijímání kritiky a schopnost konstruktivně kritizovat a vytvářet kompromisy. Jako další z nedílných součástí zdravé partnerské komunikace Kratochvíl (2009) rozlišuje autenticitu, v rámci které si partneři sdělují vše otevřeně, bez zamlčování nebo předstírání skutečných pocitů a myšlenek.

Funkční, zdravou komunikací se v literatuře rovněž zabýval Vybíral (2009). Mezi charakteristiky zdravé komunikace řadí bezprostřednost reakce, což znamená, že člověk reaguje hned, tedy neodkládá odpovědi na pozdější dobu. Dále je to kognitivní přizpůsobení, kdy se jedinec přizpůsobuje slovníku, neverbálnímu projevu a stanoviskům druhého. Zájem o druhého dáváme najevo tím, že nasloucháme, jsme trpěliví, přátelští, povzbuzujeme a sdílíme s druhým. Za důležitý je považován kontakt z očí do očí. Dále je to reciprocita, kdy by každý měl mluvit přibližně stejnou dobu, ale není to pravidlem. Humor je rovněž velmi důležitý pro zdravou komunikaci, jelikož umí výborně odlehčit atmosféru. Na paměti bychom měli mít také pravidlo *tříkrát ne* - to znamená nezahrnovat druhého velkým množstvím požadavků, nadměrně nekritizovat a příliš nevyjadřovat pocity zklamání. Dále je důležitá podpora vývoje a flexibility - funkční komunikace je otevřená a podporuje další rozvoj osobnosti obou partnerů. A v neposlední řadě je to konzistence interakcí, kdy by naše komunikace a jednání měly být soudržné.

Existují samozřejmě také komunikační fenomény, které spokojenosti ve vztahu mohou škodit. Praško (2005) mezi tyto neproduktivní a nekonstruktivní fenomény zařazuje především tzv. čtení myšlenek neboli čtení skrytých myšlenek a záměrů tam, kde žádné nejsou. Jedinec vychází z vlastních pocitů a může dojít k destrukci pozitivního, kdy jsou partnerovy pochvaly a ocenění vnímány na základě vlastního filtru negativně.

Dále je to přerušování a skákání do řeči, manipulace, nedostatečná reakce na sdělované informace, nedostatek zpětné vazby a neverbální odmítání, což jsou projevy, které dávají najevo nezáměr, nespokojenost či nesouhlas neverbálními způsoby. Jako příklad můžeme uvést dívání se mimo partnera, děláni různých grimas nebo časté sledování hodinek. Jako další neproduktivní fenomény uvedeme vyjadřování pocitů oklikou, neupřímnost, nejasnost a nekonkrétnost sdělovaných informací, rozpor ve verbálním a neverbálním projevu, únik od tématu, přehnané emoční reakce a v neposlední řadě připisování úmyslu, ke kterému dochází především během konfliktů.

4. Spokojenost v partnerském vztahu

Partnerská spokojenost je považována za hlavní měřítko kvality vztahu. Je prokázáno, že manželství nebo blízký vztah je spojován s vyšší mírou osobní spokojenosti (Diener et al., 1999, in Erol & Orth, 2014). Vysoká míra partnerské spokojenosti se pojí s nízkou úrovní stresu, s pocity životního štěstí a s lepším zvládnutím zátěžových situací (Canel, 2013). Spokojenost v partnerství se vztahuje k naplněným potřebám. V dlouhodobém vztahu se potřeby váží k lásce, intimitě, náklonnosti, přijetí, porozumění, podpoře a pocitu bezpečí. Lidé, kteří ve vztahu naplňují své potřeby jako potřebu lásky, sexuálního uspokojení a potřebu náklonnosti, jsou spokojenější (Rhyne, 1981, in Gallerová & Halama, 2016). Někteří z autorů vnímají spokojenost v partnerském vztahu jako souhrnné ohodnocení blízkého vztahu (např. Fincham & Bradbury, 1987, in Erol & Orth, 2014), jiní se naopak domnívají, že partnerská spokojenost je multidimenzionální a obsahuje zhodnocení všech aspektů vztahu, ať už pozitivních, či negativních (např. Spanier, 1976, in Erol & Orth, 2014).

Spokojenost v partnerském vztahu můžeme definovat jako míru, v jaké je vztah pro jedince potěšující. Spokojenost bývá dávána do souvislosti s teorií rovnosti a teorií citové vazby. Dle studie Canaryho a Staffordové (1992) vypovídají jedinci, kteří svůj vztah vnímají jako rovnocenný, o vyšší míře spokojenosti. Můžeme také říci, že lidé jsou ve vztahu spokojeni, pokud jim tento vztah uděluje vysoké odměny a současně v něm mají nízké náklady (Impett, Brala & Peplau, 2001). Odměny jsou věci, které poskytuje partner nebo vztah (např. sexuální uspokojení), náklady jsou předměty spojené s partnerským vztahem, které jedinec nemá rád, tedy například konflikty (Drigotas, Rusbult & Verette, 1999). Za hlavní charakteristiku vztahu, která souvisí i s jeho setrváním, považují Hazanová a Shaver (1994) důvěru v to, že partner dokáže uspokojit jejich potřeby.

Určité výzkumy se zaměřily na zkoumání vývoje partnerské spokojenosti. Studie uvádí, že křivka partnerské spokojenosti je tvaru písmene U. Na začátku vztahu dochází ke snížení partnerské spokojenosti a později opět k jejímu navýšení (např. Orbuch et al., 1996, in Erol & Orth, 2014). Tuto skutečnost potvrzuje teorie, že spokojenost v partnerském vztahu začíná klesat důsledkem změn rolí a struktury rodiny. Děti jsou závazkem a potřebují rodičův čas a finanční příjem. Následkem toho je zvýšení stresu obou partnerů. Odchod potomků z rodiny pak pro rodiče znamená úlevu z hlediska financí a spokojenost v partnerském vztahu začne opět stoupat (VanLaningham, Johnson & Amato, 2001).

McHale a Huston (1985) ovšem zjistili, že páry s dětmi, ale i páry bezdětné, po prvním roce manželství zažívaly menší nespokojenost, méně kvalitní komunikaci a pociťovaly ve vztahu méně lásky.

Celá řada studií se také zabývala vlivem typu citové vazby na spokojenost v partnerském vztahu a jejich výsledky ukazují, že jedinci s jistou citovou vazbou udávají vyšší stupeň partnerské spokojenosti než lidé s úzkostnou či vyhýbavou vazbou. Pro spokojený partnerský vztah je rovněž velmi důležitá důvěra. Vztahy jsou dle Clarkové a Moninové (2006) šťastnější a spokojenější, jestliže v nich partneři dělají takové činnosti, za které nic neočekávají zpátky, a také pokud si plně uvědomují, že je jejich protějšek miluje. Lidé jsou v partnerském vztahu šťastnější, pokud ve svém partnerovi vidí přednosti, o kterých on sám nemá ani tušení, a také pokud jejich partner vidí to nejlepší v nich samotných. Idealizace partnera je tedy významnou součástí vztahu a vede tak k větší spokojenosti stejně jako spokojenost vede k větší idealizaci (Murray, Holmes & Griffin 1996).

Autoři Erol a Orth (2014) se ve své studii zaměřili na hledání souvislostí mezi sebeúctou a partnerskou spokojeností a zjistili, že počáteční úroveň sebeúcty každého z partnerů ovlivňuje úroveň partnerské spokojenosti u partnera druhého. Podobnost sebeúcty mezi těmito partnery však nemá vliv na vývoj jejich partnerské spokojenosti. Tato studie je důkazem, že to, jak si jedinec sám sebe váží, ovlivňuje také jeho partnera a jeho partnerskou spokojenost. Když si člověk bude vážit sám sebe, váží si jej i jeho partner a přistupuje k němu s větším respektem, což je důležitá charakteristika pro fungování vztahu.

Obecně můžeme říct, že kvalita a spokojenost v partnerském vztahu je vyšší, pokud si jedinec před tímto vztahem prošel fází hledání přátel stejného i opačného pohlaví, zakusil mezilidské konflikty a případně také ztrátu některých přátel. Díky tomu pochopil jedinečnost společného sdílení aktivit a také mohl zažít sdílení svých radostí, starostí, snů, citů atd. Je vysoce pravděpodobné, že člověk s takovými prožitky lépe pochopí křehkost a výjimečnost každého lidského vztahu. Partnerský vztah má pak větší šanci na dlouhé trvání, pokud do něj vstoupí relativně stabilní a vyspělí jedinci s ujasněnými hodnotami (Langmeier & Krejčířová, 2006).

Dle Olsona a Olsonové (2000) je ve vztahu dvou lidí rovněž důležité překonávání rozdílů. Lidé, kteří jsou spokojeni v partnerství, jsou přizpůsobivější a více ochotni ke kompromisům než ti, kteří chtějí partnera ovládat a trvají na svých stanoviscích. Spokojení partneři jsou především dobrými přáteli, důvěrně se znají a jsou si blízcí.

Přátelství mezi partnery se může jevit jako samozřejmé, ale nemusí tomu tak vždy být. Mnohdy se stává, že partner po určité době vyhledává přátele, aby si odpočinul od partnerského vztahu nebo aby mohl sdílet něco, co v partnerském vztahu sdělovat buď nemůže, nebo nechce. Přátelství mezi partnery je tedy charakteristické již zmíněnou důvěrou a autenticitou ve vztahu, která pramení z hlubokého vzájemného poznání a respektu jeden ke druhému (Cibulec, 1974). Přátelství je v dlouhodobém vztahu považováno za stěžejní součást vztahu po tom, co sexuální přitažlivost a vášně přestanou být jedněmi z nejdůležitějších prvků, jak tomu bývá na začátku vztahu (Matějková, 2007).

Výzkumů, které se snažily zjistit, na základě čeho lze predikovat spokojený partnerský vztah, je opravdu mnoho. Benokraitisová (2012) hovoří o partnerské spokojenosti u dlouholetých párů a udává charakteristiky, které tyto dvojice spojují. Těmito charakteristikami jsou: vzájemný respekt, společné cíle, podporující partner, zaměření na zdravou komunikaci a řešení problémů. Dále autorka uvádí, že podle výzkumů jsou spolu šťastnější především lidé s podobnými postoji a hodnotami, kteří navíc pocházejí z podobného sociálního prostředí.

V české odborné literatuře zdůraznil význam podobnosti hodnot a životních postojů především Plaňava (2000), který porovnával skupiny spokojených a nespokojených manželských párů a zkoumal, v čem se od sebe odlišují. Proměnné, které se v jeho výzkumu ukázaly jako významné a které diferencovaly funkční páry od dysfunkčních, jsou: spokojené či nespokojené dětství, dále přítomnost abnormních rysů osobnosti (u jednoho či obou partnerů) a v neposlední řadě skutečnost, kdy ani jeden z partnerů nemá žádný zájem, koníček.

Trávení volného času je obecně pro spokojenost v partnerském vztahu velmi důležitý faktor. Pochopitelně není nutné, aby spolu partneři museli trávit svůj veškerý volný čas, ale často by se spolu měli věnovat věcem, které jim jsou oběma příjemné. Rovněž Plzák (2006) pokládá rozvíjení mimoerotické oblasti vztahu za velmi důležité. Podle něj však není vůbec podstatné, zda jsou tyto zájmy pro partnery společné, ale nejdůležitější je, aby si je partneři navzájem tolerovali.

4.1. Model partnerské spokojenosti Williamse a Barnese

Spokojenost v partnerském vztahu blíže zkoumali Williams a Barnes (1985, in Sternberg, 1988) a popsali model, který se snaží objasnit spokojenost a nespokojenost v partnerském vztahu skrze životní plochy a hranice. Dle tohoto modelu má každý z partnerů svůj vlastní životní prostor a ten si rozděluje na dvě části. Vnitřní část je věnována partnerskému vztahu a vnější část je věnována aktivitám mimo vztah. Dále autoři uvádí tři typy hranic. Hranice, jež oddělují partnery v rámci jejich vnitřního světa, hranice mezi jejich vnějšími životy a hranice, které oddělují vnější a vnitřní svět každého z nich. Tyto hranice mohou být různého typu - nejasné, propustné, pevné. První dimenzí tohoto modelu je *velikost jednotlivých prostor*. Jeden z partnerů může věnovat vztahu větší část své životní plochy, zatímco ten druhý svou životní plochu věnuje především aktivitám mimo partnerský vztah. Druhou dimenzí je *podstata hranic* a třetí dimenzí je pak *symetrie v životních plochách* obou partnerů. Vysoká symetrie nám poukazuje na skutečnost, že partneři mají svůj životní prostor rozdělený podobným způsobem a s největší pravděpodobností nebude docházet k výčitkám. Autoři věří, že ona zmíněná symetrie je velmi důležitá pro spokojenost v partnerském vztahu. Jejich model nám také umožňuje pochopit, z jakého důvodu má v životě některých osob vztah větší význam než v životě ostatních.

4.2. Metody měření spokojenosti v partnerském vztahu

Otázky, které souvisí s fungováním partnerského vztahu, jsou středem zájmu velkého množství zahraničních výzkumů. Za účelem měření jeho funkčnosti a spokojenosti bylo sestrojeno mnoho výzkumných nástrojů. V následující kapitole si představíme některé vybrané metody.

Test manželského přizpůsobení (Marital Adjustment Test) Locka Wallaceho (1959, in Kratochvíl, 2009) obsahuje 15 položek, které podávají informace o tom, jak partneři vnímají či hodnotí svůj vztah. Partneři vyjadřují míru shody, nebo naopak neshody ve vybraných oblastech týkajících se vztahu nebo vybírají, s jakou četností se u nich určitá skutečnost vyskytuje. Skóre může nabývat hodnot od 2 do 158, kdy manželství dosahující hodnoty pod 100 lze považovat za nespokojená.

Dále zde zmíníme Manželský poradenský dotazník (Marital Precounseling Inventory, Stuar, 1973, in Kratochvíl, 2009), který je složen jak z otevřených otázek, tak z položek s pěti bodovými škálami pro výběr odpovědi. Tyto položky se týkají manželského rozhodování a uspokojení v nejrůznějších oblastech, způsobu komunikace, sexuálního vztahu, výchovy dětí a posouzení vzájemné oddanosti.

Index manželské spokojenosti (Index of Marital Satisfaction, Hudson & Glison, 1976, in Kratochvíl, 2009) obsahuje 25 tvrzení začínající určitou frází (např. „Mám pocit, že je náš vztah velmi šťastný“). Respondent u každého tvrzení na pěti bodové škále vyjadřuje míru výskytu takového pocitu.

Ke zhodnocení intimity ve vztahu můžeme použít škálu PAIR (Schaefer & Olson, 1981). Tato škála obsahuje 36 položek, které jsou rozděleny do pěti subškál. Jde o intimitu emoční, sociální, sexuální, intelektuální a rekreační. Emoční intimita pojednává o pocitu blízkosti, schopnosti sdílet pocity a navzájem se podporovat. Sociální intimita zahrnuje přítomnost společných přátel. Sexuální intimita spočívá ve sdílení vzájemné náklonnosti, doteků, blízkosti. Intelektuální intimita představuje sdílení myšlenek a zkušeností týkajících se různých oblastí života a práce. Rekreační intimita pojednává o sdílení zážitků a aktivit. Škálu můžeme použít ve dvou alternativách. Respondenti mohou odpovídat, jaký je jejich nynější vztah, nebo jaký by měl v ideálním případě být. Každá z položek je hodnocena na pětibodové škále.

Nesmíme zde opomenout Škálu dyadického přizpůsobení (DAS, Spanier, 1976), kterou jsme vybrali pro účely vlastního výzkumného šetření. Blíže se jí budeme zabývat v kapitole týkající se popisu výzkumných metod v empirické části této práce.

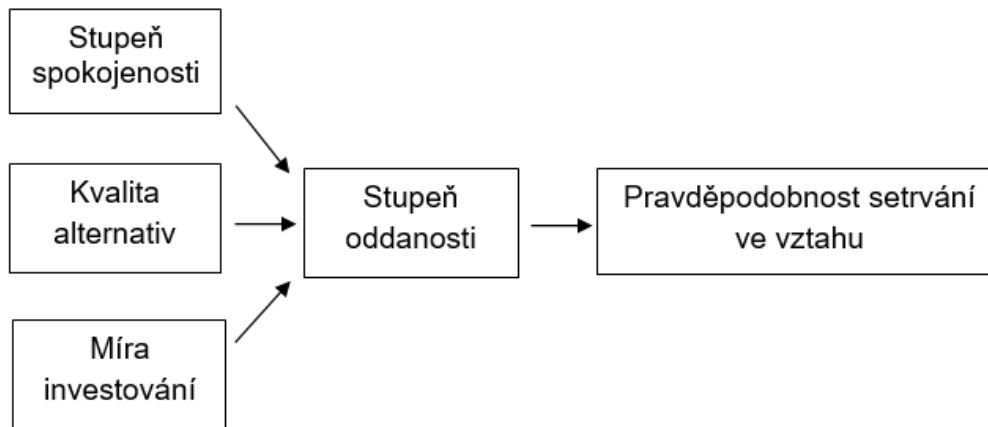
Další metodou je škála Investment Model Scale (Rusbult, Martz & Agnew, 1998), která obsahuje 29 položek měřící čtyři konstrukty vycházející z modelu investování:

1. Stupeň oddanosti
2. Spokojenost ve vztahu
3. Kvalita jiných možností
4. Míra investování

Každou z položek hodnotí respondent na devíti položkové škále. Podle grafu č. 1 je spokojenost ve vztahu dána výsledkem porovnání mezi tím, co vztah člověku přináší, a tím, co od vztahu člověk očekává. Oddanost ke vztahu neovlivňuje pouze její hodnota, ale také

vnímání kvality dalších vztahových alternativ a míra individuálního investování. Oddanost je tím větší, čím je větší míra investování a čím je menší kvalita dalších vztahových alternativ (Rusbult, 1980).

Graf č. 1: Znárodnění modelu investování (Rusbult, 1980, upravila Aneta Dudová)



Poslední metodou k měření partnerského vztahu, kterou si představíme, je škála RDAS, zkrácená verze původní škály DAS (Spanier, 1976). Škála RDAS se skládá ze 14 položek, které jsou rozděleny do tří subškál, které se shodují s verzí DAS. Vynechána je pouze poslední subškála emoční exprese. Tato metoda je vhodná ke zjišťování partnerské spokojenosti jak u takových párů, které zažívají stres, tak i u takových, které závažný stres neprožívají (Busby, Christensen, Crane & Larson, 1995).

4.3. Partnerská očekávání a jejich vliv na spokojenost ve vztahu

Partnerská a manželská spokojenost vyplývá rovněž také z toho, do jaké míry naplňuje vztah očekávání partnerů. Pokud se partneři orientují ve svých i partnerových očekáváních, tak snáze dokáží odhadnout perspektivu budoucnosti vztahu. Rozlišují se očekávání vědomá, která si však partneři navzájem nesdělí, a očekávání nevědomá, která mívají kořeny kdesi hluboko v osobní historii partnerů (Mach & Šmolka, 1999). Kratochvíl (2009) zdůrazňuje odlišnosti mužských a ženských očekávání. Právě kvůli těmto rozdílům mohou vznikat hojná nedorozumění. Určité charakteristiky vztahu jsou však stejně důležité pro oba partnery. Jedná se například o vzájemnou lásku, věrnost, upřímnost, respekt a shodné postoje a hodnoty (Vágnerová, 2007).

Co se týče **očekávání žen**, je stěžejním bodem posedět a popovídat. Žena potřebuje sdílet své zážitky, projevat své pocity, mluvit o nich a získat k tomu pozorného posluchače s kladnou odezvou. Potřeba sdílet je jednou z hlavních očekávání, která se týkají partnerského vztahu. Žena očekává i určitou míru vzájemnosti, tedy že i partner se podělí se svými myšlenkami a tím, co aktuálně ve svém životě prožívá. Když se žena svěřuje svému partnerovi se svými těžkostmi, většinou od něj nepotřebuje žádné rady, ale spíše vyslechnutí a pochopení. Žena rovněž očekává od muže nejen empatické naslouchání a poskytování citové opory, ale také skutečnost, že muž vycítí, co potřebuje a bude rozumět jejímu myšlení a cítění. V neposlední řadě má muž ženě vyjadřovat lásku celým svým životem a ona to má vycítit z jeho projevů a chování. Muž má ženě dávat dostatečně najevo, že je jeho jediná a že by bez ní nemohl žít (Kratochvíl, 2009).

Dle Vágnerové (2007) je pro muže významná především partnerčina fyzická atraktivita. Muži častokrát vnímají jen fyzický vzhled ženy, aniž by si všímali ostatních vlastností. K problémům, které dvojice často řeší v partnerském vztahu, bývají muži méně citliví. Nechtějí mluvit o svých pocitech a neradi řeší konfliktní situace. Nespokojenost své partnerky mohou zlehčovat, jelikož jim její stížnosti připadají banální (Vágnerová, 2007).

Muži očekávají, že bude v domácnosti vždy uklizeno, navařeno a nebudou zatěžováni jinými starostmi. Dále očekávají neustálý obdiv, tedy že jim žena má neustále vyjadřovat uznání, a to nejen doma, ale i v přítomnosti jiných osob. V neposlední řadě očekávají muži snadno dostupné uspokojování sexuálních potřeb (Mlčák, 1996, in Kratochvíl 2000).

Jak již bylo výše zmíněno, tato očekávání je skutečně nutno brát s nadsázkou. Především očekávání mužů by bylo v rozporu s demokratickými principy prosazující plnou rovnoprávnost obou pohlaví (Hauserová, 1998, in Kratochvíl, 2000).

Významnou vinu na utváření těchto mylných představ o lásce má film, tisk a televize, které tvarují naše mínění. Plzák (2006) to nazývá omylem romantické lásky, jenž je způsoben faktem, že film zcela ovládl formování schématu milostné lásky, a z toho důvodu se řada lidí domnívá, že láska dokáže být věčně krásná, vášnivá a romantická. Tato televizí formovaná očekávání tak vedou nevyhnutelně ke zklamání, jelikož to, co se odehrává na filmovém plátně, nelze přenést do reálného světa. V milostných vztazích proto často dochází ke zklamání a výčitkám (Poněšický, 2003). Moore (1998, str. 78) trefně udává, že „manželství po nás žádá zabití původních ideálů a hodnot, jimiž jsme si idealizovali manželství, své partnery i sami sebe“.

V posledních letech se objevují výzkumy, které svými výsledky tyto zažité představy o očekávání mužů a žen nabourávají. Autoři Perrin et al. (2011) se zaměřili na prozkoumávání stereotypů v oblasti projevů mužů a žen v rámci intimních vztahů. Jejich studie se věnuje hledání genderových rozdílů v oblasti požadavků a očekávání ve vztahu. Na základě výsledků byl potvrzen pouze jediný významný rozdíl, a to ten, že ženy mají větší touhu po získávání opory v rámci jejich vztahu. To, co muži a ženy očekávají i získávají v rámci blízkých vztahů, je tedy více podobné než rozličné, což je v rozporu s předpoklady mnoha evolučních teorií.

VÝZKUMNÁ ČÁST

5. Výzkumný problém, cíle práce a hypotézy

Láska a partnerské vztahy jsou součástí každého jedince po celý jeho život. Není se tedy čemu divit, že jde o velice populární téma, ať už v laickém prostředí, tak mezi odborníky různých odvětví vědy. Odborných i populárně naučných knih o vztazích bylo napsáno již opravdu velké množství a některé z nich se dokonce staly návody, jak se o své blízké vztahy starat. Lidé touží po spolehlivém partnerovi a hledají různé rady, jak si jej udržet, buďto u svých známých, v médiích, nebo v již zmiňovaných populárních knihách (Lacinová et al., 2009). Jednou z těchto populárních knih je bestseller *Pět jazyků lásky aneb naučte se hovořit jazykem lásky toho druhého* (2002), jejímž autorem je známý americký psychoterapeut Gary Chapman, který rovněž inspiroval vznik této práce. Partnerské vztahy patří k nejdůležitějším vztahům, které ve svém životě vytváříme. Jednou z nejvíce zkoumaných charakteristik partnerských vztahů je partnerská spokojenost, která významně ovlivňuje různé oblasti lidského života, a proto je jí věnována značná pozornost.

Při formulaci cílů práce a výzkumných hypotéz se opíráme o výzkumy, kterým je věnována samostatná podkapitola v teoretické části. **Výzkumným problémem** této práce je vliv primárních jazyků lásky na spokojenost v partnerském vztahu. Další zkoumanou oblastí je rozdíl mezi muži a ženami ve vyjadřování a přijímání lásky a rovněž rozdíl v primárních jazycích lásky mezi jednotlivými partnerskými nebo manželskými páry. Vedlejší oblastí, na kterou se zaměříme, je kategorie *soustředěná pozornost* v souvislosti s dalšími proměnnými.

Základní cíle práce jsou následující:

1. Prozkoumat, zda existuje souvislost mezi primárními jazyky lásky obou partnerů a vnímanou partnerskou spokojeností.
2. Zjistit, zda mezi muži a ženami existuje signifikantní rozdíl ve vyjadřování a přijímání lásky.
3. Provéřit, zda mezi partnerskými/manželskými páry existuje signifikantní rozdíl ve vyjadřování a přijímání lásky.
4. Prozkoumat, zda je pro kategorii *soustředěná pozornost* signifikantním faktorem druh vztahu - partnerský/manželský.
5. Zjistit, zda ženy častěji vyjadřují lásku pomocí chování, které spadá do kategorie *soustředěná pozornost*.
6. Zjistit, zda muži častěji vyjadřují lásku pomocí chování, které spadá do kategorie *dárky*.

Na základě dosavadních teoretických poznatků a charakteru zkoumaných fenoménů, jsme formulovali **6 výzkumných hypotéz** pro základní cíle.

Hypotéza pro cíl 1:

H1: Existuje souvislost mezi shodou/neshodou primárních jazyků lásky a celkovou partnerskou spokojeností.

Hypotéza pro cíl 2:

H2: Mezi muži a ženami existuje rozdíl v primárním jazyce lásky.

Hypotéza pro cíl 3:

H3: Existuje rozdíl ve vyjadřování a přijímání lásky mezi partnerskými a manželskými páry.

Hypotéza pro cíl 4:

H4: U mužů je pro kategorii *soustředěná pozornost* signifikantním faktorem druh vztahu (partnerský, manželský).

H5: U žen je pro kategorii *soustředěná pozornost* signifikantním faktorem druh vztahu (partnerský, manželský).

Hypotéza pro cíl 5:

H6: Ženy častěji vyjadřují lásku pomocí chování, které spadá do kategorie *soustředěná pozornost*.

Hypotéza pro cíl 6:

H7: Muži častěji vyjadřují lásku pomocí chování, které spadá do kategorie *dárky*.

6. Výzkumný design

6.1. Popis zvoleného metodologického rámce a metod

Pro dosažení zvolených výzkumných cílů práce jsme zvolili kvantitativní přístup. Výzkum byl realizován formou dotazníkového šetření. Dotazníková baterie se skládá ze tří částí. První část dotazníku se týká základních sociodemografických údajů a obecných informací o respondentově partnerském či manželském vztahu. Ve druhé části dotazníkové baterie respondenti vyplňovali Profil jazyka lásky (*Love Language Profile*) podle Chapmana (2002) a třetí část dotazníku byla věnována Testu dyadického přizpůsobení (DAS, Spanier, 1976).

6.1.1. Sociodemografický dotazník

První část naší dotazníkové baterie, sociodemografický dotazník, zjišťuje základní údaje o respondentovi (pohlaví, věk, vzdělání atd.) a jeho partnerském či manželském vztahu. Tyto údaje jsme zjišťovali pomocí otázek zaměřujících se na typ a délku vztahu, spokojenost ve vztahu, bydlení s partnerem. Zajímalo nás také, zda respondenti někdy přemýšleli o rozchodu a zda mají s partnerem dítě. Dotazník je složen z uzavřených otázek a dvou otevřených otázek.

6.1.2. Profil jazyka lásky

Ke zjištění primárního jazyka lásky byl použit Profil jazyka lásky (Chapman, 2002). Tento profil je složen z 30 párů tvrzení. Respondenti mají vybrat vždy jen jedno tvrzení, které více vystihuje chování nebo aktivity, které by měl jejich partner ideálně vykonávat. Příkladem může být tvrzení „Rád/a slyším pochvalné poznámky“ oproti němuž stojí položka „Mám rád/a, když mě někdo obejmě.“ Aby profil odpovídal správným rodovým variantám, byl vytvořen zvlášť pro muže a zvlášť pro ženy. Chapman ani nikdo jiný však neověřoval psychometrické vlastnosti tohoto nástroje, avšak dosud se jedná o jediný test na měření primárního jazyka lásky.

6.1.3. Test dyadického přizpůsobení

Test dyadického přizpůsobení (Spanier, 1976) je českým překladem tzv. DAS (Dyadic Adjustment Scale) a je určen ke zhodnocení kvality vztahu a spokojenosti v partnerském vztahu sezdaných či nesezdaných párů. Jeho výhodou je kromě dostupnosti také jeho stručnost. V momentě měření se hodnotí aktuální kvalita vztahu, jelikož fungování v partnerském vztahu je v našem výzkumu vnímáno spíše jako vyvíjející se proces než neměnný trvalý stav. Tato metoda tedy zachycuje aktuální kvalitu partnerského vztahu, která se v průběhu času může měnit. Metoda může být použita celá nebo mohou být využity jen jednotlivé subškály, aniž by se narušila reliabilita a validita měření. Respondenti mohou na škále dosáhnout skóre od 0 do 151. Skóre pod 90 svědčí pro narušený vztah (Kratochvíl, 2009). Spanier a Thompson (1982) zhodnotili DAS pomocí faktorové analýzy a byla potvrzena vysoká hodnota reliability pro celou škálu. Výsledky tohoto výzkumu tedy prokazují vhodnost používání škály DAS pro měření partnerské spokojenosti.

Test dyadického přizpůsobení obsahuje 32 položek, které jsou rozděleny do 4 subškál:

1. Partnerská shoda - v této subškále vyjadřuje respondent míru shody se svým partnerem v různých oblastech.
2. Partnerská spokojenost - slouží k měření míry spokojenosti respondenta s jeho partnerem.
3. Partnerská soudržnost - měří míru, v níž se respondent a partner věnují společným aktivitám.
4. Emoční exprese - respondent vyjadřuje míru souladu mezi ním a partnerem v oblasti vyjadřování pocitů.

Míra shody je hodnocena 12 položkami. Zde můžeme uvést např. nakládání s rodinnými příjmy či množství času stráveného spolu. Partnerskou spokojenost měří 10 položek (např. Jak často uvažujete o ukončení vztahu? Důvěřujete svému partnerovi?). Partnerská soudržnost obsahuje 5 položek (např. společně něco plánujete, společně se smějete) a poslední kategorie zvaná emoční exprese zahrnuje 4 položky (projevování citů, zájem o intimitu). Položky této metody jsou měřeny na Likertově škále různého rozsahu. Na dvě položky odpovídá respondent ano - ne. Čím větší je skóre v DAS, tím více je vztah stabilní.

6.2. Strategie sběru dat

Respondentům byla testová baterie, skládající se ze sociodemografického dotazníku, Profilu jazyka lásky a Testu dyadického přizpůsobení, distribuována ve formě tužka - papír. Samozřejmostí bylo informování o anonymitě a o skutečnosti, že mohou z výzkumu kdykoli odstoupit. Základní soubor tvoří partnerské či manželské páry žijící v heterosexuálním vztahu trvajícím minimálně 1 rok. Podmínkou byl rovněž věk respondentů od 20 do 35 let.

Výzkum byl proveden na výběrovém souboru, který vznikl kombinací metod příležitostného výběru a lavinového výběru (tzv. metoda sněhové koule). Metoda příležitostného výběru byla vybrána kvůli své dostupnosti a snadné realizovatelnosti (Ferjenčík, 2000). Autorka výzkumu sama oslovovala své známé ze školního i mimoškolního prostředí. Metoda lavinového výběru byla vybrána pro svou možnost jednotlivých párů informovat o výzkumu další páry, které by se výzkumu mohly zúčastnit. Tato metoda může být mnohdy vzhledem k využívání zprostředkovaných kontaktů příliš zdoluhavá (Ferjenčík, 2000). To ovšem nebyl tento případ a daná metoda se prokázala jako praktická.

Jako věkovou hranici pro tento výzkum jsme zvolili období mladé dospělosti, tedy od 20 do 35 let, jelikož v tomto období již dochází k navazování stabilnějších monogamních vztahů (Vágnerová, 2007).

Dolní hranice trvání partnerského vztahu 1 rok byla stanovena na základě skutečnosti, aby byly ze vzorku vyloučeny páry, které jsou spolu krátkou dobu, a nezkreslovalo se tak výsledné zjištění. Po prvním roce partnerského vztahu již dochází k hlubšímu poznání, sladění životního stylu a seznámení se zvyklostmi druhého (Výrost & Slaměník, 1998).

6.3. Metody analýzy dat

Data z dotazníků byla zanesena do tabulky v programu Microsoft Office Excel. V MS Excel bylo nutné data některých proměnných překódovat ze slovní podoby do podoby číselné, aby mohla být následně analyzována ve statistickém programu Statistica.

Před samotným výběrem statistických metod vhodných pro ověření stanovených hypotéz jsme museli zvážit podmínky jejich použití.

Pro posouzení, zda existuje souvislost mezi shodou/neshodou primárních jazyků lásky obou partnerů a celkovou partnerskou spokojeností, byl použit t-test pro dva nezávislé výběry. Stejně tak použijeme tento zmiňovaný t-test při testování hypotéz, které předpokládají, že je pro primární jazyk lásky zvaný *soustředěná pozornost* významným faktorem druh vztahu (partnerský nebo manželský vztah). Budeme tedy pracovat se dvěma náhodnými výběry, které jsou nezávislé. Kromě nezávislosti má tento druh t-testu několik dalších předpokladů. Jedním z nich je předpoklad, že sledované náhodné veličiny jak v prvním, tak i ve druhém souboru mají normální rozdělení s neznámými středními hodnotami a neznámými rozptyly. T-test pro dva nezávislé výběry můžeme rovněž použít na výběry o libovolně malém rozsahu a tyto soubory, se kterými pracujeme, nemusí být stejně velké (Dostál, 2016).

Jednovýběrovým Hotellingovým testem jsme ověřovali, zda mezi muži a ženami existuje rozdíl v primárním jazyce lásky. Tuto hypotézu bychom mohli řešit sérií pěti jednovýběrových t-testů (pro každý primární jazyk lásky jeden), ale narazili bychom na problém mnohonásobného testování. Tento problém však můžeme vyřešit již zmiňovaným jednovýběrovým Hotellingovým testem. Nalezená p-hodnota nám pak jednoznačně dává odpověď na naši otázku (Dostál, 2016).

Pomocí Hotellingova testu pro dva nezávislé výběry jsme zjišťovali, zda existuje rozdíl ve vyjadřování a přijímání lásky, tedy rozdíl v primárních jazycích lásky, mezi partnerskými a manželskými páry. Touto elegantní metodou se vyvarujeme problému mnohonásobného testování, který by zcela jistě nastal při použití série t-testů pro dva nezávislé výběry (Dostál, 2016).

6.4. Etická stránka výzkumu

Respondenti, kteří se zapojili do výzkumu, zodpovídali velké množství osobních otázek, tudíž bylo nutné zajistit jejich pocit bezpečí. V úvodu dotazníku jsme každého respondenta obeznámili s naprostou anonymitou a s dobrovolnou účastí ve výzkumu. Současně byl respondent informován o skutečnosti, že veškeré získané údaje jsou určeny pouze pro účely této diplomové magisterské práce. Každý účastník dotazníkového šetření měl rovněž možnost od vyplňování kdykoliv odstoupit.

Respondentům byla také nabídnuta možnost kontaktovat autorku práce v případě jakýchkoliv dotazů. S daty bylo zacházeno v souladu se zákonem č. 101/2000 Sb. o ochraně osobních údajů.

7. Charakteristika výzkumného souboru

Do výzkumného šetření byla zahrnuta data od 52 partnerských dvojic v období rané dospělosti. Všechny tyto páry byly heterosexuální. Jednalo se o 52 mužů a 52 žen, tedy celkem 104 respondentů. Z analýzy byly vyloučeny celkem 3 páry, jelikož nevyplnily všechny položky dotazníkové baterie. Věkové rozmezí respondentů se pohybovalo od 21 do 35 let. Průměrný věk dotazovaných byl 26,73 (SD = 3,52).

Tabulka č. 1: Věkové rozložení výzkumného souboru

| | Počet | Minimální věk | Maximální věk | Průměrný věk | Směrodatná odchylka |
|------------|-------|---------------|---------------|--------------|---------------------|
| Věk | 104 | 21 | 35 | 26,73 | 3,52 |

Celkem 86 respondentů (83 %), tedy 43 párů, bylo v partnerském vztahu. Zbývajících 18 respondentů (17 %), tedy 9 párů, bylo ve svazku manželském. Průměrná délka partnerského vztahu respondentů byla téměř 4,5 let (SD = 2,34). Nejkratší vztah respondentů z našeho souboru trval 1 rok, nejdelší vztah 10 let. Veškeré charakteristiky jsou uvedeny v tabulce 2 a 3.

Tabulka č. 2: Rozložení souboru podle druhu vztahu

| Proměnná | Vztah | |
|------------------|-------------------|-----------------------|
| | Absolutní četnost | Relativní četnost (%) |
| Partnerský vztah | 86 | 83 % |
| Manželství | 18 | 17 % |

Tabulka č. 3: Deskriptivní údaje o délce vztahu respondentů

| | Počet | Minimální délka vztahu | Maximální délka vztahu | Průměrná délka vztahu | Směrodatná odchylka |
|---------------------|-------|------------------------|------------------------|-----------------------|---------------------|
| Délka vztahu | 104 | 1 | 10 | 4,45 | 2,34 |

8. Analýza a interpretace výsledků

8.1. Výsledky deskriptivní statistiky

V rámci statistické analýzy budeme postupovat v souladu s pořadím výzkumných hypotéz (H1 - H6). Pro komplexní analýzu dat nejdříve uvedeme doplňující informace o výzkumném souboru.

Více než polovina (56 %) respondentů uvedla střední vzdělání s maturitou, 35 dotazovaných, tedy téměř 34 %, získalo vysokoškolský titul, respondentů s výučním listem bylo 5 (5 %), stejně tak vyšší odborné vzdělání mělo 5 respondentů (5 %). Výsledky vidíme v tabulce č. 4.

Tabulka č. 4: Rozložení výzkumného souboru dle dosaženého vzdělání

| Proměnná | Dosažené vzdělání | |
|--------------------------|-------------------|-----------------------|
| | Absolutní četnost | Relativní četnost (%) |
| Základní | 1 | 1 % |
| Střední s výučním listem | 5 | 5 % |
| Střední s maturitou | 58 | 56 % |
| Vyšší odborné | 5 | 5 % |
| Vysokoškolské | 35 | 34 % |

V tabulce č. 5 vidíme, že téměř $\frac{3}{4}$ respondentů (74 %) byly pracující, 18 dotazovaných (17 %) v době sběru dat studovalo, na mateřské/rodičovské dovolené bylo 9 respondentů (9 %) a nikdo z tohoto výzkumného souboru nebyl nezaměstnaný.

Tabulka č. 5: Rozložení souboru podle stavu respondentů

| Proměnná | Stav | |
|---------------------------------|-------------------|-----------------------|
| | Absolutní četnost | Relativní četnost (%) |
| Studující | 18 | 17 % |
| Pracující | 77 | 74 % |
| Na mateřské/rodičovské dovolené | 9 | 9 % |
| Nezaměstnaný | 0 | 0 % |

Většina (75 %) respondentů se označila za nevěřící, zbylých 25 % bylo věřících. Výsledky můžeme vidět v tabulce č. 6.

Tabulka č. 6: Rozložení souboru podle toho, zda se respondenti řadí mezi věřící nebo nevěřící

| Proměnná | Věra | |
|----------|-------------------|-----------------------|
| | Absolutní četnost | Relativní četnost (%) |
| Věřící | 26 | 25 % |
| Nevěřící | 75 | 75 % |

Tabulka č. 7 ukazuje, že 82 respondentů (79 %) v době sběru dat bydlelo se svým partnerem v jedné domácnosti, 10 respondentů (10 %) naopak se svým partnerem jednu domácnost nesdílelo a 12 respondentů (12 %) se svým partnerem bydlelo v jedné domácnosti přechodně.

Tabulka č. 7: Rozložení souboru podle bydlení respondentů

| Proměnná | Bydlení | |
|------------------------------------|-------------------|-----------------------|
| | Absolutní četnost | Relativní četnost (%) |
| Bydlí v jedné domácnosti | 82 | 79 % |
| Nebydlí v jedné domácnosti | 10 | 10 % |
| Přechodně bydlí v jedné domácnosti | 12 | 12 % |

Co se spokojenosti ve vztahu týče, většina dotazovaných (70 %) uvedla, že jsou ve vztahu se svým partnerem zcela spokojeni. 28 % respondentů z výzkumného souboru bylo spíše spokojeno a pouze 3 jedinci (3 %) nebyli ani spokojeni ani nespokojeni. Nikdo z tohoto souboru nevedl, že je spíše nespokojen nebo zcela nespokojen. Výsledky vidíme v tabulce č. 8.

Tabulka č. 8: Rozložení souboru respondentů podle spokojenosti v partnerském vztahu

| Proměnná | Spokojenost ve vztahu | |
|-----------------------------|-----------------------|-----------------------|
| | Absolutní četnost | Relativní četnost (%) |
| Zcela spokojen | 72 | 69 % |
| Spíše spokojen | 29 | 28 % |
| Ani spokojen ani nespokojen | 3 | 3 % |
| Spíše nespokojen | 0 | 0 % |
| Zcela nespokojen | 0 | 0 % |

Jak se z tabulky č. 9 dozvídáme, většina jedinců (57 %) nikdy neuvažovala o rozchodu se svým nynějším partnerem. 43 % respondentů pak odpovědělo, že o rozchodu někdy uvažovalo.

Tabulka č. 9: Rozložení souboru respondentů podle přemýšlení o rozchodu s partnerem

| Proměnná | Rozchod | |
|----------|-------------------|-----------------------|
| | Absolutní četnost | Relativní četnost (%) |
| Ano | 45 | 43 % |
| Ne | 59 | 57 % |

Z tabulky č. 10 vidíme, že $\frac{3}{4}$ dotazovaných (75 %) se svým současným partnerem dítě neměly, zbývající $\frac{1}{4}$ respondentů (25 %) se svým protějškem dítě měla.

Tabulka č. 10: Rozložení výzkumného souboru podle toho, zda mají dítě

| Proměnná | Dítě | |
|----------|-------------------|-----------------------|
| | Absolutní četnost | Relativní četnost (%) |
| Ano | 26 | 25 % |
| Ne | 78 | 75 % |

8.2. Výsledky a vyjádření k platnosti hypotéz

8.2.1. Výsledky pro cíl 1

Pro zkoumání cíle 1 (zda existuje souvislost mezi primárními jazyky lásky obou partnerů a partnerskou spokojeností) a ověření hypotézy (H1), která z něj vychází, byl proveden t-test pro dva nezávislé výběry.

Ještě před zahájením samotného statistického výpočtu jsme museli vytvořit novou proměnnou nazvanou shoda/neshoda obou lidí v páru v jejich primárním jazyce lásky. Toho jsme dosáhli porovnáním jazyků lásky obou jedinců v páru. Pokud se jejich jazyky lásky shodovaly, skórovali jsme číslem 1, pokud se neshodovaly, pak jsme skórovali číslem 0. Jestliže měl někdo z dvojice dva primární jazyky lásky, stačilo, aby se pár shodoval alespoň v jednom z těchto jazyků lásky. Součtem partnerské spokojenosti muže a partnerské spokojenosti ženy v jednom páru, jsme zjistili hodnotu celkové partnerské spokojenosti, se kterou jsme následně pracovali.

Výsledky, které můžeme vidět v tabulce č. 11, ukázaly, že se souvislost mezi shodou/neshodou primárních jazyků lásky a celkovou partnerskou spokojeností neprokázala, $p = 0,18$ ($p > 0,05$). Na základě tohoto zjištění **nepřijímáme hypotézu H1** na hladině $\alpha = 0,05$.

Tabulka č. 11: Statistická komparace proměnné celková partnerská spokojenost mezi páry se shodou v primárním jazyce lásky a neshodou v primárním jazyce lásky

| Proměnná | Shoda v primárním jazyce lásky (N = 29) | | Neshoda v primárním jazyce lásky (N = 23) | | t | p |
|---------------------------------------|---|-------|---|-------|------|------|
| | M | SD | M | SD | | |
| Celková partnerská spokojenost | 251,66 | 22,26 | 243,26 | 22,26 | 1,35 | 0,18 |

Legenda: M= aritmetický průměr, SD= směrodatná odchylka, t= testová statistika, p= statistická významnost

8.2.2. Výsledky pro cíl 2

Pro zjištění cíle 2, tedy zda je mezi muži a ženami ve vyjadřování a přijímání lásky rozdíl, jsme u každého páru nejdříve museli vypočítat rozdílové položky pro každý z pěti jazyků lásky. Toho jsme dosáhli tak, že jsme u každého jedince zaznamenali počet bodů, který získal v každém z pěti jazyků lásky. Tyto body jsou výsledkem profilu Pět jazyků lásky. Následně jsme odečetli vždy za každý jazyk lásky mužské skóre od ženského. Tím nám vzniklo pět rozdílových položek (pro každý jazyk lásky jedna).

Jednovýběrovým Hotellingovým testem se prokázalo, že mezi muži a ženami neexistuje signifikantní rozdíl ve vyjadřování a přijímání lásky, Hotelling $T^2 = 3,33$; $F(5,47) = 0,61$; $p = 0,69$ ($p > 0,05$). Na základě tohoto zjištění **nepřijímáme hypotézu H2** na hladině $\alpha = 0,05$. Výsledky jsou patrné z tabulky č. 12.

Tabulka č. 12: Jednovýběrový Hotellingův test pro zjištění rozdílu mezi muži a ženami ve vyjadřování a přijímání lásky

| Hotelling $T^2 = 3,33$; $F(5,47) = 0,61$; $p = 0,69$ | | | | | |
|--|--------|------|-------|------|----------------------|
| Proměnná | M | SD | t | p | Referenční konstanta |
| Rozdíl Slovní ujištění | -0,058 | 2,15 | -0,19 | 0,85 | 0 |
| Rozdíl Soustředěná pozornost | -0,46 | 2,33 | -1,43 | 0,16 | 0 |
| Rozdíl Dárky | 0,29 | 2,39 | 0,87 | 0,39 | 0 |
| Rozdíl Skutky služby | 0,38 | 2,70 | 1,03 | 0,31 | 0 |
| Rozdíl Fyzický kontakt | -0,19 | 2,48 | -0,56 | 0,58 | 0 |

Legenda: Hotelling T^2 = hodnota Hotellingova testu, $F(5,47)$ = testová statistika a stupně volnosti, M = průměr, SD = směrodatná odchylka, t = testová hodnota, p = statistická významnost

8.2.3. Výsledky pro cíl 3

Abychom prověřili hypotézu H3 (mezi partnerskými a manželskými páry existuje signifikantní rozdíl ve vyjadřování a přijímání lásky), opět jsme použili Hotellingův test pro dva nezávislé výběry. Před samotným testem jsme však museli vytvořit nové proměnné, a to součty všech pěti primárních jazyků lásky. Skóre z každého jazyka lásky u mužů jsme sečetli se skóre každého jazyka lásky u žen. Tím jsme získali pět součtů pro každý primární jazyk lásky.

Hotellingovým testem pro dva nezávislé výběry jsme zjistili, že neexistuje statisticky významný rozdíl mezi partnerskými a manželskými páry ve vyjadřování a přijímání lásky, Hotelling $T^2 = 5,62$; $F(5,46) = 1,03$; $p = 0,41$ ($p > 0,05$). Ani v tomto případě se tedy nepotvrdila naše **hypotéza H3**, která předpokládala, že mezi partnerskými a manželskými páry bude rozdíl ve vyjadřování a přijímání lásky, tedy v primárních jazycích lásky, a proto ji **nemůžeme** na hladině významnosti $\alpha = 0,05$ **přijmout**.

Přehled výsledků zachycuje tabulka č. 13.

Tabulka č. 13: Srovnání součtu pěti jazyků lásky se skupinou partnerských a manželských párů

| Hotelling $T^2 = 5,62$; $F(5,46) = 1,03$; $p = 0,41$ | | | | | | |
|--|----------------------------|------|--------------------------|------|-------|------|
| | Partnerský vztah (N=43) | | Manželský vztah (N=9) | | | |
| Proměnná | M | SD | M | SD | t | p |
| Součet Slovní ujištění | 14,39 | 2,99 | 15,11 | 3,14 | -0,65 | 0,52 |
| Součet Soustředěná pozornost | 18,05 | 2,84 | 16,88 | 2,84 | 1,05 | 0,29 |
| Součet Dárky | 5,67 | 3,27 | 6,55 | 3,27 | -0,68 | 0,50 |
| Součet Skutky služby | 10,98 | 2,43 | 12,22 | 2,43 | -1,37 | 0,18 |
| Součet Fyzický kontakt | 10,28 | 3,42 | 8,44 | 3,42 | 1,46 | 0,15 |

Legenda: Hotelling T^2 = hodnota Hotellingova testu, $F(5,46)$ = testová statistika a stupně volnosti, M = průměr, SD = směrodatná odchylka, t = testová hodnota, p = statistická významnost

8.2.4. Výsledky pro cíl 4

Pro tento cíl (zjistit, zda je pro primární jazyk lásky *soustředěná pozornost* významným prediktorem druh vztahu, tedy partnerský vztah nebo manželství) bylo vhodné vytvořit dvě hypotézy (H4 a H5) pro muže a ženy zvlášť.

Hypotézu H4 o tom, že je u mužů pro kategorii *soustředěná pozornost* signifikantním faktorem partnerský vztah nebo manželský vztah, jsme testovali t-testem pro dva nezávislé výběry.

U mužů není pro primární jazyk lásky *soustředěná pozornost* signifikantním faktorem partnerský nebo manželský vztah, $t = 1,42$; $p = 0,16$ ($p > 0,05$). Na hladině významnosti $\alpha = 0,05$ **nepřijímáme hypotézu H4**: Zjištěné hodnoty nesvědčí o skutečnosti, že je pro primární jazyk lásky *soustředěná pozornost* významným faktorem druh vztahu, tedy partnerský nebo manželský vztah. Výsledky můžeme vidět v tabulce č. 14.

Tabulka č. 14: Výsledky t-testu pro dva nezávislé výběry (H4)

| Proměnná | Partnerský vztah (N=43) | | Manželský vztah (N=9) | | t | p |
|-------------------------------------|----------------------------|------|--------------------------|------|------|------|
| | M | SD | M | SD | | |
| Soustředěná pozornost u mužů | 8,86 | 1,74 | 7,89 | 2,42 | 1,42 | 0,16 |

Legenda: M= aritmetický průměr, SD= směrodatná odchylka, t= testová statistika, p= statistická významnost

Pro otestování hypotézy H5, která předpokládá, že je u žen pro primární jazyk lásky *soustředěná pozornost* významným faktorem druh vztahu, tedy partnerský nebo manželský vztah, jsme použili rovněž t-test pro dva nezávislé výběry.

Z výsledků, které můžeme vidět v tabulce č. 15, je patrné, že pro ženské pohlaví není pro primární jazyk lásky *soustředěná pozornost* signifikantním faktorem partnerský nebo manželský vztah, $t = 0,26$; $p = 0,79$ ($p > 0,05$). **Hypotézu H5** z tohoto důvodu **nemůžeme přijmout** na hladině významnosti $\alpha = 0,05$.

Tabulka č. 15: Výsledky t-testu pro dva nezávislé výběry (H5)

| Proměnná | Partnerský vztah (N=43) | | Manželský vztah (N=9) | | t | p |
|------------------------------------|----------------------------|------|--------------------------|------|------|------|
| | M | SD | M | SD | | |
| Soustředěná pozornost u žen | 9,19 | 1,94 | 9,00 | 1,87 | 0,26 | 0,79 |

Legenda: M= aritmetický průměr, SD= směrodatná odchylka, t= testová statistika, p= statistická významnost

8.2.5. Výsledky pro cíl 5

Použitím jednovýběrového t-testu jsme ověřovali hypotézu H6 (ženy častěji vyjadřují lásku pomocí chování, které spadá do kategorie *soustředěná pozornost*). Nepotvrdil se předpoklad, že ženy vyjadřují lásku pomocí chování spadající do kategorie *soustředěná pozornost* častěji než muži, $t = -1,43$; $p = 0,75$ ($p > 0,05$). **Hypotézu H6** na hladině $\alpha = 0,05$ **nepřijímáme**.

Jelikož jsme u všech rozdílových položek pěti jazyků lásky odečítali mužské skóre od ženského, můžeme z tabulky č. 16 vyčíst, že ženy (-0,46) vyjadřují a přijímají lásku pomocí kategorie zvané *soustředěná pozornost* častěji než muži, avšak tento výsledek není statisticky významný.

Tabulka č. 16: Výsledky jednovýběrového t-testu

| Proměnná | M | SD | t | p |
|-------------------------------------|-------|------|-------|------|
| Rozdíl Soustředěná pozornost | -0,46 | 2,33 | -1,43 | 0,16 |

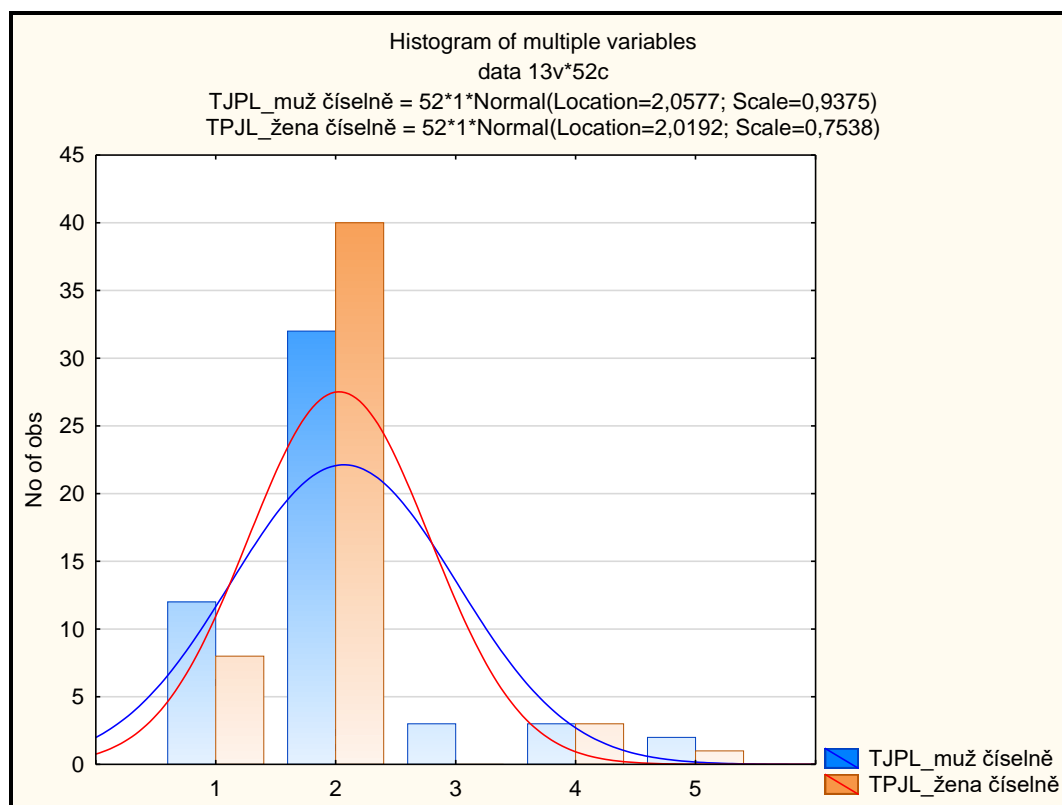
Legenda: M= aritmetický průměr, SD= směrodatná odchylka, t= testová statistika, p= statistická významnost

V tabulce č. 17 a grafu č. 2 můžeme také vidět výsledky deskriptivní statistiky v porovnání primárních jazyků lásky mužů a žen. Tento výsledek však není statisticky významný, proto nemůžeme hypotézu H6 přijmout.

Tabulka č. 17: Rozložení výzkumného souboru podle primárního jazyka lásky

| Proměnná | Primární jazyky lásky mužů | | Primární jazyky lásky žen | |
|-----------------------|----------------------------|-----------------------|---------------------------|-----------------------|
| | Absolutní četnost | Relativní četnost (%) | Absolutní četnost | Relativní četnost (%) |
| Slovní ujištění | 12 | 23 | 8 | 15 % |
| Soustředěná pozornost | 32 | 62 | 40 | 77 % |
| Dárky | 3 | 6 | 0 | 0 % |
| Skutky služby | 3 | 6 | 3 | 6 % |
| Fyzický kontakt | 2 | 4 | 1 | 2 % |

Graf č. 2: Histogram srovnání primárních jazyků lásky mužů a primárních jazyků lásky žen



8.2.6. Výsledky pro cíl 6

Pro ověření hypotézy H7 (muži častěji vyjadřují lásku pomocí chování, které řadíme do kategorie *dárky*) jsme opět použili jednovýběrový t-test. Ani tentokrát se však nepotvrdila hypotéza, že muži častěji než ženy vyjadřují lásku pomocí chování, které spadá do kategorie *dárky*, $t = 0,87$; $p = 0,39$ ($p > 0,05$). Tedy ani tentokrát na hladině významnosti $\alpha = 0,05$ **hypotézu H7 nemůžeme přijmout.**

Tabulka č. 18 nám však zobrazuje, že i když výsledek není signifikantní, muži (0,29) vyjadřují lásku častěji než ženy pomocí chování, které je charakteristické pro kategorii *dárky*.

Údaje z tabulky č. 19 nám tuto skutečnost rovněž dokazují.

Tabulka č. 18: Výsledky jednovýběrového t-testu

| Proměnná | M | SD | t | p |
|---------------------|----------|-----------|----------|----------|
| Rozdíl Dárky | 0,29 | 2,39 | 0,87 | 0,39 |

Legenda: M= aritmetický průměr, SD= směrodatná odchylka, t= testová statistika, p= statistická významnost

Tabulka č. 19: Rozložení výzkumného souboru podle primárního jazyka lásky

| Proměnná | Primární jazyky lásky mužů | | Primární jazyky lásky žen | |
|------------------------------|----------------------------|-----------------------|---------------------------|-----------------------|
| | Absolutní četnost | Relativní četnost (%) | Absolutní četnost | Relativní četnost (%) |
| Slovní ujištění | 12 | 23,08 | 8 | 15 % |
| Soustředěná pozornost | 32 | 61,54 | 40 | 77 % |
| Dárky | 3 | 5,77 | 0 | 0 % |
| Skutky služby | 3 | 5,77 | 3 | 6 % |
| Fyzický kontakt | 2 | 3,85 | 1 | 2 % |

9. Diskuze

Hlavním cílem tohoto výzkumu bylo zjistit, zda existuje vliv primárních jazyků lásky na spokojenost v partnerském vztahu. Dále nás zajímalo, zda existuje rozdíl ve vyjadřování a přijímání lásky mezi muži a ženami, a stejně tak rozdíl ve vyjadřování a přijímání lásky mezi partnerskými a manželskými páry. Dodatečně jsme se rovněž zaměřili na primární jazyk lásky *soustředěná pozornost* a zjišťovali jsme, zda je pro tento primární jazyk lásky významným faktorem druh vztahu (partnerský, manželský) a zda ženy vyjadřují pomocí tohoto jazyka lásky svou náklonnost častěji než muži. Posledním dílčím cílem bylo prověřit, jestli muži častěji než ženy vyjadřují lásku pomocí chování, které spadá do kategorie *dárky*.

Vzhledem k zaměření této diplomové práce a výše zmíněným výzkumným cílům jsme stanovili celkem 7 výzkumných hypotéz.

Pro ověření prvního cíle, tedy zjistit, zda existuje vliv primárních jazyků lásky na partnerskou spokojenost, byla stanovena hypotéza H1. Při formulaci všech našich předpokladů vycházíme především z dostupné literatury a výzkumů, které se tímto tématem zabývají, stejně tak je tomu i u hypotézy H1. Chapman (2002) se domnívá, že pokud mají partneři stejný primární jazyk lásky, jejich partnerský vztah je spokojenější. Stejně tak, pokud má každý z partnerů jiný primární jazyk lásky, může mezi nimi docházet častěji k nepochopení. Stejného názoru je také Lee (1973), který předpokládá, že obtíže ve vztahu můžeme logicky vidět u partnerů, kteří nesdílejí stejný jazyk lásky, a považuje tyto neduhy za důležité činitele v mezilidské dynamice. V našem výzkumu se však tento předpoklad nepotvrdil. Možným vysvětlením se zdá být skutečnost, že se výzkumu zúčastnili pouze páry, které svůj vztah hodnotí pozitivně. Pokud si zrovna partnerský pár prochází krizí, nejspíše se tohoto výzkumného šetření nebude chtít zúčastnit. Tento případ zkreslení je v literatuře znám pod názvem *bias dobrovolníků* (*bias volunteer*), což znamená, že se dobrovolníci mohou lišit ve velkém množství charakteristik od jedinců, jež se studií dobrovolně neúčastní (Šejda, Šmerhovský & Göpfertová, 2005). Jiným vysvětlením by rovněž mohl být fakt, že se výzkumu zúčastnilo o mnoho více partnerských párů než párů sezdáných. Willi (2006) uvádí, že nesezdaní jedinci jsou oproti sezdáným ve šťastnějším a spokojenějším partnerském vztahu. Je možné, že se jejich vztahu, komunikaci a sexuálnímu soužití věnují více, nebo naopak nepovažují svého dosavadního partnera za životní lásku a nemají tak vysoká očekávání.

Ke stejnému výsledku jako my došly ve své studii také autorky Polková a Egbertová (2013). Ukázalo se, že i páry, které se v primárních jazycích lásky neshodovaly, označovaly kvalitu svého partnerského vztahu jako vysokou. Vysvětlením může být známá teorie rovnosti. Ta udává, že i přestože shodnost ve vyjadřování lásky není ideální, je rovnost v partnerství zachována, jelikož ani jednomu partnerovi se nedostává to, co potřebuje. V kontextu teorie rovnosti je tedy částečná shoda mezi partnery daleko horší variantou, jelikož je pak jeden partner podceňovaný a druhý má to, co potřebuje.

Druhá hypotéza H2 předpokládala, že existuje rozdíl ve vyjadřování a přijímání lásky mezi mužským a ženským pohlavím. Tuto hypotézu rovněž nebylo možné přijmout. I přesto, že se muži a ženy v některých primárních jazycích lásky lišili, nemohli jsme tento předpoklad považovat za signifikantní. Autoři Lacinová et al. (2009) ve své studii našli statisticky významné rozdíly mezi muži a ženami v kategoriích *dárky*, *slova ujištění* a *soustředěná pozornost*. Zatímco kategorii *dárky* nejvíce zmiňovali muži, ženy častěji uváděly kategorie *slovní ujištění* a *soustředěná pozornost*.

Další zkoumanou hypotézou H3 byl předpoklad, že mezi partnerskými a manželskými páry existuje rozdíl ve vyjadřování a přijímání lásky, tedy rozdíl v primárních jazycích lásky. Ani tuto hypotézu jsme nemohli přijmout. Tuto hypotézu jsme zkonstruovali na základě výzkumu Lacinové et al. (2009), kde se ukázal prediktor stav (tedy partnerství a manželství) jako významný pro primární jazyk lásky *soustředěná pozornost* a *skutky služby*. Bohužel se nám do našeho výzkumného souboru nepodařilo získat více manželských dvojic (N = 9), z toho důvodu se domníváme, že tento fakt může být důsledkem nepotvrzení hypotézy H3.

Třetím cílem naší práce bylo zjistit, zda je pro primární jazyk lásky *soustředěná pozornost* signifikantním faktorem druh vztahu, tedy partnerský vztah nebo manželství. Pro tento cíl se nám zdálo vhodné vytvořit dvě hypotézy (H4 a H5) zvlášť pro muže a zvlášť pro ženy. Ani tentokrát nepřijímáme hypotézu H4, jelikož námi zjištěné hodnoty nesvědčí o skutečnosti, že je pro kategorii *soustředěná pozornost* významný prediktor druh vztahu. Hypotézu H5 jsme rovněž nemohli přijmout z důvodu nedostačující významnosti faktoru stav. Nemohli jsme tedy potvrdit výsledky výzkumu Lacinové et al. (2009), kteří zjistili významnost prediktoru stav (partnerství, manželství) pro primární jazyk lásky *soustředěná pozornost*. Šance, že jedinec bude ve vztahu vyjadřovat svému protějšku lásku prostřednictvím naslouchání, trávení volného společného času, sdílení koníčků či společné práce, se zvyšuje u nesezdaných jedinců, tedy jedinců v partnerském vztahu.

Možným důvodem je, že páry v manželském svazku již nemusejí společný volný čas vnímat jako vyjadřování lásky, jelikož se uzavřením manželství stává do jisté míry samozřejmostí. Primární jazyk lásky *soustředěná pozornost* bývá ovšem v manželství vnímán zejména ve chvíli, kdy se stává „nedostačující“ a jeden z partnerů tento aspekt prožívá negativně (Birchler & Webb, 1977, in Lacinová et al., 2009). Tento fakt si vysvětlují jako eventuální potvrzení důležitosti manželského svazku pro partnerský vztah, i když se v současné době bagatelizuje jeho význam. Rovněž i v tomto případě se domníváme, že za nepřijetím těchto dvou hypotéz H4 a H5 stojí nedostačující vzorek manželských dvojic.

Další hypotéza H6, která se týkala skutečnosti, že ženy častěji než muži vyjadřují svou lásku pomocí chování, které spadá do primárního jazyka lásky *soustředěná pozornost*, se rovněž nepotvrdila. Důvodem častějšího projevení náklonnosti žen skrze soustředěnou pozornost může být jejich orientace na druhé, na vztahy a emoce, schopnost empatie, naslouchání a schopnost být druhému k dispozici (Adams, 1995). Avšak z výsledků deskriptivní statistiky i jednovýběrového t-testu si můžeme povšimnout, že ženy (N = 40) z našeho výzkumného souboru skórují v této kategorii primárních jazyků lásky výš než muži (N = 32). Z důvodu nedostačující významnosti však nemůžeme tuto hypotézu přijmout.

Naši poslední výzkumnou hypotézou H7 byl předpoklad, že muži častěji vyjadřují lásku pomocí kategorie primárního jazyka lásky *dárky*. Možným vysvětlením tohoto předpokladu je sociobiologické pojetí vztahu, kdy se od partnera očekává schopnost materiálním způsobem zabezpečit ženu i své potomky - hmotný dárek tedy může být symbolem tohoto potenciálu (Buss, 1989, in Lacinová et al., 2009). Dalším eventuálním vysvětlením je pro muže obtížnější vyjadřování svých emocí verbálně, z toho důvodu je pro ně dávání darů snadnějším neverbálním vyjádřením svých citů. Z perspektivy obdarovávaných je dar vnímán jako „věnování sebe“, jako symbolické gesto vyjadřující závazek. Tato skutečnost může přispívat k tomu, že muži, jelikož to od nich ženy očekávají, volí dávání dáreků jako způsob vyjadřování náklonnosti (Areni, Kiecker & Palan, 1998, in Lacinová et al., 2009). Ani tuto výzkumnou hypotézu jsme však nemohli přijmout. Výsledky deskriptivní statistiky i jednovýběrového t-testu opět dokazují, že muži (N = 3) z tohoto výzkumného souboru častěji než ženy (N = 0) z našeho souboru vyjadřují lásku pomocí chování, které spadá do kategorie *dárky*, avšak výsledek není signifikantní. Toto zjištění pokládáme za důsledek nedostatečně velkého souboru respondentů.

Pokládáme za důležité zde uvést nedostatky a omezení, na které jsme v průběhu výzkumného procesu narazili. Limitem práce je již samotný výběr respondentů. Z důvodu použití příležitostného a lavinového výběru není náš výzkumný soubor zaručeně reprezentativní. Jednalo se především o kamarády autorky, tito kamarádi pak případně poskytlí dotazníky zase svým známým. Tím mohlo dojít ke zkreslení elitou, což zahrnuje určitou část populace, která je exkluzivní v jistém hledisku (Miovský, 2006).

Ke zvážení je také věkové rozmezí 20 - 35 let. Vzhledem k charakteru této práce by bylo vhodnější rozšířit vzorek o jedince ve středním věku. Jedním z důvodů je především malé zastoupení manželských párů, které by se díky respondentům ve středním věku mohlo zvýšit.

Ke zkreslení výsledků mohlo dojít také nedostatečným rozsahem vzorku - 104 respondentů, tedy 52 partnerských dvojic. Tento počet respondentů je poměrně malý pro statistickou analýzu a závěry, které z tohoto výzkumu vycházejí, nelze je proto pokládat za obecně platné. Důkazem jsou například výsledky hypotéz H3, H4, H5, H6 i H7. U všech těchto výzkumných hypotéz můžeme předpokládat, že zvýšeným počtem výzkumného souboru by se výsledky mohly prokázat jako signifikantní.

Dalším nedostatkem, který je problémem mnoha dotazníků, je zaměření na „tady a teď“. Získané výsledky mohly být ovlivněny momentálním emocionálním stavem respondentů. Za jiných okolností by se jejich výpovědi mohly lišit a tím by se lišily také výsledky výzkumného šetření.

Jako limitující můžeme označit rovněž způsob zjišťování primárního jazyka lásky - Profil pěti jazyků lásky od Garyho Chapmana. Tento nástroj a jeho psychometrické vlastnosti nikdo - ani samotný Chapman - neověřoval, tudíž jej nelze pokládat za plnohodnotný měřicí nástroj, avšak je doposud jediným existujícím nástrojem pro tento typ měření. I přesto, že novou škálu pěti jazyků lásky se již pokoušelo vyvinout více autorů (např. Goff et al., 2007; Egbert & Polk, 2007), sami přiznávají, že jejich studie má mnoho limitů.

Co se týče dalšího zkoumání v této oblasti, bylo by jistě užitečné vytvořit plnohodnotný měřicí nástroj ke zjištění primárního jazyka lásky, který by mohl být využit v praxi manželskými poradci. Rovněž považuji za přínosné rozšířit zkoumaný soubor na různorodější populaci ať už věkem, tak sexuální orientací. Dále by bylo vhodné zabývat se otázkou primarity jazyka, tj. zda lidé doopravdy vyjadřují lásku ve svém primárním jazyce a zda skutečnost, že jedinec porozumí partnerovu jazyku, skutečně zvýší celkovou spokojenost v partnerském vztahu.

10. Závěr

Prvním cílem této diplomové práce bylo ověřit, zda existuje vliv primárních jazyků lásky na spokojenost v partnerském vztahu. Na základě statistické analýzy se nepotvrdila existence tohoto vlivu.

Druhý cíl práce zkoumal, zda existuje rozdíl mezi muži a ženami v primárním jazyce lásky, tedy ve vyjadřování a přijímání lásky. Ani v tomto případě se nepotvrdil rozdíl mezi muži a ženami.

Třetím cílem bylo zjistit rozdíl mezi partnerskými a manželskými páry ve vyjadřování a přijímání lásky. Na základě statistického zpracování jsme nedošli k závěru, že bychom tuto skutečnost mohli potvrdit.

Čtvrtý cíl se týkal toho, zda je pro primární jazyk lásky zvaný *soustředěná pozornost* signifikantním faktorem druh vztahu, tedy partnerský vztah nebo manželský svazek. Tento cíl jsme rozdělili zvlášť pro muže i ženy. Avšak ani u mužského ani u ženského pohlaví jsme nezaznamenali významný rozdíl mezi partnerskými vztahy a manželstvími.

Předposledním cílem této práce bylo zjistit, jestli ženy častěji než muži vyjadřují svou lásku pomocí chování, které spadá do primárního jazyka lásky *soustředěná pozornost*. Ani v tomto případě jsme neshledali signifikantní výsledek.

Šestý a zároveň poslední cíl se pojil s otázkou, zda muži častěji než ženy vyjadřují svou lásku a náklonnost pomocí primárního jazyka lásky *dárky*. Opět jsme nenašli souvislost, kterou bychom mohli považovat za významnou.

Souhrn

Tato diplomová práce se zaměřuje na vliv shody/neshody primárních jazyků lásky obou partnerů na spokojenost v partnerském vztahu. Také nás zajímalo, zda mezi muži a ženami existuje rozdíl ve vyjadřování a přijímání lásky a zda existuje ve vyjadřování a přijímání lásky rozdíl mezi partnerskými a manželskými páry. Dodatkově jsme se zajímali také o primární jazyk lásky zvaný *soustředěná pozornost*. Především jsme zkoumali, jestli je pro tento typ primárního jazyka lásky významným faktorem druh vztahu (partnerský vztah nebo manželství). V souvislosti s tímto primárním jazykem lásky jsme také chtěli zjistit, zda jej k vyjadřování a přijímání lásky využívají častěji ženy než muži. Posledním dílčím cílem bylo prozkoumat, zda muži častěji než ženy vyjadřují svou lásku pomocí chování, které spadá do kategorie primárních jazyků lásky *dárky*.

Práce je rozdělena na část teoretickou a výzkumnou. Teoretická část je členěna do čtyř kapitol. První kapitola se zabývá láskou. Uvádíme stručně její definici i nejnámější druhy lásky, ať už dělení od Plzáka (1989), tak Leeovu (1876) multidimenzionální teorii. Dále nesmíme vynechat triangulární teorii lásky. Tuto kapitolu završujeme konceptem lásky Niklase Luhmanna.

Druhá kapitola je věnována Chapmanově modelu Pěti jazyků lásky a je stěžejním bodem této diplomové práce. Seznamujeme čtenáře s pěti jazyky lásky (*slovní ujištění, soustředěná pozornost, dárky, skutky služby a fyzický kontakt*) a samozřejmě s výzkumy, které se Chapmanova modelu týkají.

Třetí kapitola shrnuje poznatky o partnerských vztazích. V úvodu partnerský vztah stručně charakterizujeme a zmiňujeme se o specifikách partnerského vztahu v období mladé dospělosti. Dále popisujeme jednotlivé fáze partnerského vztahu a neopomněli jsme ani na partnerskou komunikaci.

Poslední čtvrtá kapitola se týká spokojenosti v partnerských vztazích. V této kapitole představujeme model partnerské spokojenosti Williamse a Barnese, metody měření partnerské spokojenosti a v neposlední řadě také partnerská očekávání a jejich vliv na spokojenost v partnerském vztahu.

Na teoretickou část navazuje část výzkumná, která vychází ze zahraničních i českých teoretických poznatků a vědeckých studií. Opírali jsme se především o publikaci Garyho Chapmana, která v České republice byla vydána pod názvem *Pět jazyků lásky aneb naučte se hovořit jazykem lásky toho druhého* (Chapman, 2002). Je to doposud jediná existující kniha na téma pěti jazyků lásky. Naše práce vychází rovněž z výzkumů, a to především ze studie autorů Lacinové, Michalčákové a Bouši (2009), studie Egbertové a Polkové (2006, 2013) a výzkumu Goffa, Goddarda, Pointerové a Jacksona (2007). Chapmanova publikace a výše zmíněné výzkumy se staly hlavními východisky pro tuto práci.

Na samém začátku výzkumné části definujeme výzkumný problém a výše zmíněné cíle výzkumu, na základě kterých jsme vytvořili celkem 7 výzkumných hypotéz. Další kapitolu praktické části věnujeme metodice, kde popisujeme design našeho výzkumu, použité metody a postup sběru dat. Respondenty do našeho výzkumného souboru jsme získali prostřednictvím příležitostného výběru a metodou sněhové koule. Pro náš výzkum jsme zvolili kvantitativní přístup. Výzkum jsme realizovali formou dotazníkového šetření. Dotazníková baterie je složena ze tří částí. První část dotazníku se týká základních sociodemografických údajů a obecných informací o respondentově partnerském či manželském vztahu. Ve druhé části dotazníkové baterie respondenti vyplňovali Profil jazyka lásky (*Love Language Profile*) podle Chapmana (2002) pro zjištění primárního jazyka lásky. Spokojenost v partnerském vztahu jsme zjišťovali prostřednictvím Testu dyadického přizpůsobení (DAS, Spanier, 1976). Pomocí těchto dotazníků jsme získali data celkem od 104 respondentů neboli 52 partnerských dvojic. Věkové rozmezí respondentů se pohybovalo od 21 do 35 let. Průměrný věk dotazovaných byl 26,73 (SD = 3,52).

Po této kapitole následuje stěžejní část, která obsahuje odpovědi na naše výzkumné hypotézy. Pomocí výsledků deskriptivní statistiky jsme získali informace o rozložení našeho výzkumného souboru v oblasti věku, dosaženého vzdělání, současného rodinného stavu, délky partnerského vztahu, společného bydlení s partnerem, spokojenosti ve vztahu atd. Dále jsme t-testem pro dva nezávislé výběry zjistili, že nemůžeme potvrdit vliv shody/neshody primárních jazyků lásky na spokojenost v partnerském vztahu, což bylo hlavním cílem našeho výzkumu. U tohoto předpokladu jsme vycházeli z publikace Garyho Chapmana (2002), který předpokládá, že pokud mají partneři stejný primární jazyk lásky, je jejich partnerský vztah spokojenější. Pomocí jednovýběrového Hotellingova testu jsme neprokázali, že mezi muži a ženami existuje signifikantní rozdíl ve vyjadřování a přijímání lásky. Dalším cílem bylo prověřit, zda mezi partnerskými a manželskými páry existuje

významný rozdíl ve vyjadřování a přijímání lásky. Tentokrát jsme použili Hotellingův test pro dva nezávislé výběry. Výsledky opět nepotvrdily existenci rozdílu mezi partnerskými a manželskými páry ve vyjadřování a přijímání lásky. Dále jsme věnovali pozornost primárnímu jazyku lásky *soustředěná pozornost*. Dvěma t-testy pro dva nezávislé výběry, zvláště pro muže a zvláště pro ženy, jsme zjišťovali, zda je pro tento primární jazyk lásky významným faktorem druh vztahu (partnerský vztah, manželský vztah). Nepotvrdilo se nám tvrzení autorů Lacinové et al. (2009), že prediktor stav (partnerský, manželský) je významný pro primární jazyk lásky *soustředěná pozornost*, jelikož ani tentokrát jsme významný rozdíl mezi partnerským vztahem a manželstvím v souvislosti se *soustředěnou pozorností* neprokázali. Dále jsme si dali za cíl zjistit, zda ženy častěji než muži vyjadřují lásku pomocí chování spadající do kategorie primárních jazyků lásky *soustředěná pozornost*. Použitím jednovýběrového t-testu jsme neshledali signifikantní výsledek, proto tuto souvislost nemůžeme potvrdit. Posledním cílem jsme chtěli ověřit, zda muži častěji než ženy vyjadřují lásku chováním, které spadá do kategorie *dárky*. I v tomto případě jsme použili jednovýběrový t-test. Zjištěné hodnoty nnesvědčí o skutečnosti, že by se mezi muži primární jazyk lásky *dárky* vyskytoval významně častěji. Při vytváření těchto posledních dvou cílů jsme vycházeli ze studie Lacinové et al. (2009), v níž se autoři o primárních jazycích lásky *soustředěná pozornost* a *dárky* vyjadřují jako o způsobech, ve kterých se projevují genderové rozdíly, jež je možné chápat v rámci tradičního, genderově stereotypního modelu chování.

Předposlední část naší práce se věnuje diskuzi, ve které se snažíme naše výsledky interpretovat a srovnávat s jinými dostupnými výzkumy. V rámci této kapitoly také nesmí chybět uvedení limitů naší práce. V závěru stručně shrnujeme výsledky, které jsme tímto výzkumem získali.

Seznam použitých zdrojů

1. Adams, S., Juebli, J., Boyle, P. A., & Fivush, R. (1995). *Gender differences in parent-child conversations about past emotions: A longitudinal investigation*. *Sex roles*, 33, 309-323.
2. Allendorf, K. (2012). *Marital Quality from a Rural Indian Context in Comparative Perspective*. *Journal Of Comparative Family Studies*, 43(4), 527-544.
3. Benokraitis, N. J. (2012). *Marriages and families. Changes, choices and constraints* (7th Ed.). Prentice Hall: Pearson Education.
4. Burleson, B. R., Metts, S., & Korch, M. W. (2000). *Communication in Close Relationships*. Thousand Oaks, CA: Sage.
5. Busby, D. M., Christensen, C., Crane, D. R., & Larson, J. H. (1995). *A revision of the Dyadic Adjustment Scale for use with distressed and nondistressed couples: Construct hierarchy and multidimensional scales*. *Journal of Marital and Family Therapy*, 21, 289-308.
6. Canary, D. J. & Stafford, L. (1992). *Relational maintenance strategies and equity in marriage*. *Communication Monographs*.
7. Canel, A. N. (2013). *The Development of the Marital Satisfaction Scale (MMS)*. *Educational Sciences: Theory & Practice*. Získáno dne 12. 2. 2019 z databáze EBSCO.
8. Cibulec, J. (1974). *Láska, partnerství a manželství*. Praha: Práce
9. Clark, M. S. & Monin, J. K. (2006). *Giving and receiving communal responsiveness as love*. CT: Yale University Press.
10. Dainton, M. (2000). *Maintenance behaviors, expectations for maintenance, and satisfaction: Linking comparison levels to relational maintenance strategies*. *Journal of Social and Personal Relationships*, 17, 827–842.
11. Dallaire, Y. (2009). *Láska a sexualita v trvalém vztahu*. Praha: Portál.
12. Dindia, K. (2003). *Definitions and perspectives on relational maintenance communication*. Mahwah, NJ: Lawrence Erlbaum.
13. Dostál, D. (2016). *Statistické metody v psychologii. Studijní opora pro rok 2016/17 k předmětům SMP1B, SMP1D, SMP2B a SMP2D*. Získáno 25. února 2019 z http://www.dostal.vyzkum-psychologie.cz/skripta_statistika.pdf.
14. Drigotas, S. M., Rusbult, C. E., & Verette, J. (1999). *Level of commitment, mutuality of commitment, and couple well-being*. *Personal Relationships*, Vol. 6. 389 - 409. Získáno 27. února 2019 z <http://carylrusbult.com>.

15. Duck, S. (1994). *Steady as (s)he goes: Relational maintenance as a shared meaning system*. San Diego: Academic Press, s. 45–60.
16. Egbert, N., & Polk, D. (2006). *Speaking the language of relational maintenance: A validity test of Chapman's (1992) five love languages*. Communication Research Reports.
17. Erikson, E. (1968). *Identity, youth, and crisis*. New York: Norton.
18. Erol, R. Y., & Orth, U. (2014). *Development of self-esteem and relationship satisfaction in couples: Two longitudinal studies*. Developmental Psychology, 50(9), 2291-2303.
19. Ferjenčík, J. (2000). *Úvod do metodologie psychologického výzkumu*. Praha: Portál.
20. Fromm, E. (1996). *Umění milovat*. Praha: Simon and Simon Publishers.
21. Gable, S. L., Reis, H. T., Impett, E. A., & Asher, E. R. (2004). *What Do You Do When Things Go Right? The Intrapersonal and Interpersonal Benefits of Sharing Positive Events*. Journal of Personality and Social Psychology, 87(2), 228-245.
22. Goff, B. G., Goddard, H. W., Pointer, L., & Jackson, G. B. (2007). *Measures of expressions of love*. Psychological Reports.
23. Hatfield, E., & Rapson, R. (1996). *Love and sex: Cross-cultural perspectives*. New York: Allyn & Bacon.
24. Hazan, C. & Shaver, P. R. (1994). *Attachment as an organizational framework for research on close relationships*. Psychological Inquiry.
25. Hooperová, A. (2006). *Sexopedie: vše, co jste dosud nevěděli*. Praha: Nakladatelství Ikar.
26. Chapman, G. (2002). *Pět jazyků lásky aneb naučte se hovořit jazykem lásky toho druhého*. 1. vyd. Praha: Návrat domů.
27. Impett, E. A., Brala, K. P., & Peplau, L. A. (2001). *Testing the investment model of relationship commitment and stability in a longitudinal study of married couples*. Current Psychology: Developmental, Learning, Personality, Social. Vol. 20 (4), 312–326. Získáno 12. ledna 2019 z <http://www.impettrelationships.com/wpcontent/uploads/downloads/2010/11/2001-Current-Psychology-Impett-et-al.pdf>.
28. Johnson, R. A. (2003). *Věčný příběh romantické lásky*. Praha: Portál.
29. Klimeš, J. (2005). *Partneři a rozchody*. Praha: Portál.
30. Kohoutová, I. (2014). *Socio-demografická homogamie sezdáných a nesezdáných párů*. Český statistický úřad.
31. Kratochvíl, S. (2000). *Manželská terapie. 4. vyd.* Praha: Portál.
32. Kratochvíl, S. (2009). *Manželská a párová terapie*. Praha: Portál.

33. Lacinová, L., Michalčáková, R., & Bouša, O. (2009). *Vyjadřování lásky v intimních vztazích: Příspěvek ke zkoumání užívání strategií vztahové údržby v partnerství a manželství*. *Psychoterapie*, 3–4, 224–234.
34. Langmeier, J., & Krejčířová D. (2006). *Vývojová psychologie*. Praha: Grada.
35. Lee, J. A. (1976). *The colors of love: an exploration of the ways of loving*. Ont.: New Press.
36. Lemieux, R. (1996). *Picnics, flowers, and moonlight strolls: An exploration of routine Love behaviors*. *Psychological reports*.
37. Logan, J. M., & Cobb, R. J. (2016). *Benefits of Capitalization in Newlyweds: Predicting Marital Satisfaction and Depression Symptoms*. *Journal Of Social & Clinical Psychology*, 35(2), 87-106.
38. Luhmann, N. (2002). *Láska jako vášeň: Paradigm lost*. Praha: Prostor.
39. Macek, P., & Dalajka, J. (2005). *Vývoj a utváření osobnosti v sociálních a etnických kontextech*. Brno: Masarykova univerzita.
40. Mach, J., & Šmolka, P. (1999). *Když vás trápí někdo blízký*. Praha: Portál.
41. Maritain, J. (2005). *Láska a přátelství*. Praha: Krystal OP.
42. Maslow, A. H. (2014). *O psychologii bytí*. Praha: Portál.
43. Matějková, E. (2007). *Jak řešit konflikty a problémy v partnerských vztazích*. Praha: Grada.
44. Michalčáková, R., Lacinová, L., Bouša, O., & Schlesingerová, M. (2011). *Strach ze smrti v kontextu citové vazby v období dospívání*. *Sociální studia*, Brno: Fakulta sociálních studií MU v Brně, roč. 8, č. 2, s. 107 – 120.
45. Miovský, M. (2006). *Kvalitativní přístup a metody v psychologickém výzkumu*. Praha: Grada Publishing.
46. Mlčák, Z. (1996). *Vybrané kapitoly z psychologie manželství a rodiny*. Ostrava: Ostravská univerzita.
47. Moore, T. (1998). *Knih o lásce a přátelství*. Praha: Portál.
48. Murray, S. L., Holmes, J. G. & Griffin, D. W. (1996). *The Benefits of Positive Illusions: Idealization and the Construction of Satisfaction in Close Relationships*. New York: Psychology Press.
49. Myslíkovjanová, I. (2012). *Venuše a partnerské vztahy*. Olomouc: ANAG.
50. Olson, D. H., & Olson A. K. (2000). *Empowering couples: Building on your strengths*. Minneapolis: Life Innovations.

51. Perrin, P., Heesacker, M., Tiegs, T., Swan, L., Lawrence, A., Smith, M., & Mejia-Millan, C. (2011). *Aligning Mars and Venus: The Social Construction and Instability of Gender Differences in Romantic Relationships. Sex Roles.*
52. Petersen, B., Beus, M., Jeppesen, K., & Anderson, R. (2008). *She Loves Me, She Loves Me Not: A Study of Chapman's Five Love Languages and Marital Satisfaction. A Study of Chapman's Five Love Languages.* Weber State University. Získáno 12. února 2019 z: <http://bigfatresearchpaper.blogspot.cz/2008/04/she-loves-me-she-lovesme-not.html>.
53. Plzák, M. (1989). *Klíč k výběru partnera pro manželství.* Praha: Avicenum.
54. Plzák, M. (2002). *Manželský svár.* Brno: Era.
55. Plzák, M. (2006). *Klíč k výběru partnera pro manželství.* Praha: Motto.
56. Poněšický, J. (2003). *Fenomén ženství a mužství.* Praha: Triton.
57. Praško, J. (2005). *Asertivita v partnerství.* Praha: Grada.
58. Regan, P. (2003). *General theories of Love. The Mating Game A Primer on Love, Sex, and Marriage.* SAGE Publication.
59. Rubin, Z. (1970). *Measurement of romantic love.* J. Pers. Soc. Psychol.
60. Rusbult, C. E. (1980). *Commitment and satisfaction in romantic associations: A test of the investment model.* Journal of Experimental Social Psychology.
61. Rusbult, C. E., & Buunk, B. P. (1993). *Commitment processes in close relationships: An interdependence analysis.* Journal of Social and Personal Relationships.
62. Rusbult, C. E., Martz, J. M., & Agnew, C. R. (1998). *The Investment Model Scale: Measuring commitment level, satisfaction level, quality of alternatives, and investment size. Personal Relationships Satisfaction. A Study of Chapman's Five Love Languages.* Weber State University. Získáno 20. ledna 2019 z: <http://bigfatresearchpaper.blogspot.cz/2008/04/she-loves-me-she-lovesme-not.html>.
63. Říčan, P. (2004). *Cesta životem.* Praha: Portál.
64. Schaefer, M. T. & Olson, D. H. (1981). *Assessing intimacy: The PAIR Inventory.* Journal of Marital and Family Therapy.
65. Simon, R. W. & Barrett, A. E. (2010). *Nonmarital Romantic Relationships and Mental Health in Early Adulthood: Does the Association Differ for Women and Men?* Journal Of Health & Social Behavior.
66. Slaměnik, I. (2008). *Afiliace, atraktivita, láska.* Praha: Grada Publishing.
67. Spanier, G. B. & Thompson, L. (1982). *A confirmatory factor analysis of the Dyadic Adjustment Scale.* Journal of Marriage and Family, 44, 731-738.

68. Spanier, G. B. (1976). *Measuring dyadic adjustment: New scales for assessing the quality of marriage and similar dyads*. *Journal of Marriage and the Family*.
69. Stafford, L., Dainton, M., & Haas, S. (2000). *Measuring routine and strategic relational maintenance: Scale development, sex versus gender roles, and the prediction of relational characteristics*. *Communication Monographs*.
70. Sternberg, R. J. (1986). *A triangular theory of love*. *Psychological Review*, 93, 119-135.
71. Sternberg, R. J., & Barnes, M. L. (1988). *The Psychology of Love*. New Haven: Yale University Press.
72. Šejda, J., Šmerhovský, Z., & Göpfertová, D. (2005). *Výkladový slovník epidemiologické terminologie*. 1. vyd. Praha: Grada Publishing.
73. Thorová, K. (2015). *Vývojová psychologie: Proměny lidské psychiky od početí po smrt*. Praha: Portál.
74. Vágnerová, M. (2007). *Vývojová psychologie 2: dospělost a stáří*. Praha: Karolinum
75. VanLaningham, J., Johnson, D. R., & Amato, P. (2001). *Marital Happiness, Marital Duration and the U-Shaped Curve: Evidence from a Five-Wave Panel Study*. *Social Forces*, 79(4), 1313-1341.
76. Veale, S. L. (2006). *How Do I Love Thee? An Investigation of Chapman's Five Love Languages* (Doctoral dissertation, Capella University. *Dissertation Abstracts International*).
77. Venglářová, M. (2008). *Průvodce partnerským vztahem*. Praha: Grada publishing.
78. Vybíral, Z. (2009). *Psychologie komunikace*. Praha: Portál.
79. Výrost, I. J. & Slaměník, I., ed. (1998). *Aplikovaná sociální psychologie*. Praha: Portál.
80. Výrost, J., & Slaměník, I. (1997). *Sociální psychologie*. Praha: ISV.
81. Výrost, J., & Slaměník, I. (2008). *Sociální psychologie*. Praha: Grada.
82. Willi, J. (2006). *Psychologie lásky: osobní rozvoj cestou partnerského vztahu*. Praha: Portál.

Seznam tabulek

| | |
|--|----|
| Tabulka č. 1: Věkové rozložení výzkumného souboru..... | 43 |
| Tabulka č. 2: Rozložení souboru podle druhu vztahu..... | 43 |
| Tabulka č. 3: Deskriptivní údaje o délce vztahu respondentů..... | 43 |
| Tabulka č. 4: Rozložení výzkumného souboru dle dosaženého vzdělání..... | 44 |
| Tabulka č. 5: Rozložení souboru podle stavu respondentů..... | 44 |
| Tabulka č. 6: Rozložení souboru podle toho, zda se řadí mezi věřící nebo nevěřící..... | 45 |
| Tabulka č. 7: Rozložení souboru podle bydlení respondentů..... | 45 |
| Tabulka č. 8: Rozložení souboru respondentů podle spokojenosti v partnerském vztahu...46 | |
| Tabulka č. 9: Rozložení souboru respondentů podle přemýšlení o rozchodu s partnerem..46 | |
| Tabulka č. 10: Rozložení výzkumného souboru podle toho, zda mají dítě..... | 46 |
| Tabulka č. 11: Statistická komparace proměnné celková partnerská spokojenost mezi páry se shodou v primárním jazyce lásky a neshodou v primárním jazyce lásky..... | 47 |
| Tabulka č. 12: Jednovýběrový Hotellingův test pro zjištění rozdílu mezi muži a ženami ve vyjadřování a přijímání lásky..... | 48 |
| Tabulka č. 13: Srovnání součtu pěti jazyků lásky se skupinou partnerských a manželských párů..... | 49 |
| Tabulka č. 14: Výsledky t-testu pro dva nezávislé výběry (H4)..... | 50 |
| Tabulka č. 15: Výsledky t-testu pro dva nezávislé výběry (H5)..... | 51 |
| Tabulka č. 16: Výsledky jednovýběrového t-testu..... | 51 |
| Tabulka č. 17: Rozložení souboru podle primárního jazyka lásky..... | 52 |
| Tabulka č. 18: Výsledky jednovýběrového t-testu..... | 53 |
| Tabulka č. 19: Rozložení souboru podle primárního jazyka lásky..... | 53 |

Seznam grafů

| | |
|---|----|
| Graf č. 1: Znázornění modelu investování (Rusbult, 1980, upravila Aneta Dudová)..... | 32 |
| Graf č. 2: Histogram srovnání primárních jazyků lásky mužů a primárních jazyků lásky žen..... | 52 |

Seznam obrázků

Obrázek č. 1: Schéma Sternbergovy Triangulární teorie lásky.....10

Seznam příloh

Příloha č. 1: Abstrakt diplomové práce v českém i anglickém jazyce

Příloha č. 2: Dotazníková baterie

Příloha 1: Abstrakt diplomové práce v českém i anglickém jazyce

ABSTRAKT DIPLOMOVÉ PRÁCE

Název práce: Vliv primárních jazyků lásky na spokojenost v partnerském vztahu

Autor práce: Bc. Aneta Dudová

Vedoucí práce: PhDr. Marek Kolařík, Ph.D.

Počet stran a znaků: 67 stran (117 577 znaků)

Počet příloh: 2

Počet titulů použité literatury: 82

Abstrakt:

Tato práce se zabývá vlivem primárních jazyků lásky na spokojenost v partnerském vztahu. Cílem práce bylo zjistit, zda shoda/neshoda primárních jazyků lásky partnerů ovlivňuje spokojenost v partnerském vztahu. Teoretická část práce se věnuje lásce, Chapmanově modelu pěti jazyků lásky, partnerským vztahům a partnerské spokojenosti. Pro realizaci výzkumu byl zvolen kvantitativní design. Použit byl sociodemografický dotazník, Profil pěti jazyků lásky a Test dyadického přizpůsobení. Výběrový vzorek byl sbírán prostřednictvím kombinace metod příležitostného a lavinového výběru. Výzkumu se zúčastnilo 104 respondentů, tedy 52 partnerských párů. Výsledky ukázaly, že shoda nebo neshoda primárních jazyků lásky nemá významný vliv na spokojenost v partnerském vztahu. Nebyl prokázán rozdíl mezi muži a ženami ve vyjadřování a přijímání lásky a ani proměnná *soustředěná pozornost* se neukázala být významným prediktorem zkoumaných proměnných.

Klíčová slova: pět jazyků lásky, Chapmanův model, partnerská spokojenost

ABSTRACT OF THESIS

Title: The influence of the primary languages of love on satisfaction in a relationship

Author: Bc. Aneta Dudová

Supervisor: PhDr. Marek Kolařík, Ph.D.

Number of pages and characters: 67 pages (117 577 characters)

Number of appendices: 2

Number of references: 82

Abstract:

This thesis deals with the influence of primary languages of love on satisfaction in a relationship. The main goal of the master thesis was to find out whether a match or non-conformity of the primary languages of love affects partner satisfaction. Theoretical part of the thesis deals with love, Chapman's model of five love languages, partner relationships and satisfaction in a relationship. The quantitative design was selected for the research. There were used sociodemographic questionnaire, Love language profile, and Dyadic Adjustment Scale. The research sample was collected by combination of occasional choice and snowball method. The survey was attended by 104 respondents, 52 partner couples. The results showed that consensus or disagreement between the primary languages of love does not have a significant effect on satisfaction in the partner relationship. There was no difference between men and women in expressing and accepting love, and even variable focus attention was not a significant predictor of the examined variables.

Key words: five love languages, Chapman's model, partner satisfaction

Příloha 2: Dotazníková baterie

Dobrý den,

Jmenuji se Aneta Dudová a jsem studentkou pátého ročníku oboru Psychologie na Filozofické fakultě Univerzity Palackého v Olomouci. Obracím se na vás, abych vás požádala o vyplnění dotazníku, který je rozdělen do tří částí (základní informace o vás, zjištění vašeho primárního jazyka lásky, spokojenost v partnerském či manželském vztahu).

Dotazník je určen osobám od 20 do 35 let, kteří jsou v současné době alespoň 1 rok v partnerském vztahu či v manželství.

Účast ve výzkumu je dobrovolná. Tento dotazník je zcela anonymní a veškeré získané údaje jsou určeny výhradně pro účely mé diplomové práce. Vyplnění dotazníku by nemělo trvat více než 20 minut.

Velmi děkuji za Váš čas a ochotu. V případě jakýchkoli dotazů týkajících se dotazníku nebo výzkumu se na mě můžete obrátit na e-mail: aneta.dudova23@gmail.com.

Bc. Aneta Dudová

Vaše pohlaví:

- a) žena
- b) muž

Váš věk v letech: _____

Vaše nejvyšší dosažené vzdělání:

- a) základní vzdělání
- b) střední vzdělání s výučním listem
- c) střední vzdělání s maturitou
- d) vyšší odborné vzdělání
- e) vysokoškolské vzdělání

V současné době jste:

- a) studující
- b) pracující
- c) na mateřské/rodičovské dovolené
- d) nezaměstnaný

Řadíte se mezi:

- a) věřící
- b) nevěřící

Žijete v partnerském vztahu, nebo v manželství?

- a) Partnerský vztah
- b) Manželství

Jak dlouho jste ve vztahu s Vaším nynějším partnerem/ partnerkou: _____

S Vaším partnerem/ partnerkou:

- a) bydlíte v jedné domácnosti
- b) nebydlíte v jedné domácnosti
- c) přechodně bydlíte v jedné domácnosti

Ve vztahu jste:

- a) zcela spokojen
- b) spíše spokojen
- c) ani spokojen ani nespokojen
- d) spíše nespokojen
- e) zcela nespokojen

Přemýšlel/a jste někdy o rozchodu se svým partnerem/ partnerkou:

- a) ano
- b) ne

Máte se svým partnerem/partnerkou dítě:

- a) ano, mám
- b) ne, nemám

Test pěti jazyků lásky

Tento dotazník obsahuje třicet dvojic různých výroků. Každou z těchto dvojic si přečtěte a vyberte si výrok, který lépe vyjadřuje to, čemu dáváte přednost. Na konci řádku potom zakroužkujte písmeno, které ke zvolenému výroku patří. V některých případech budete možná chtít označit obě varianty, ale měli byste si vybrat pouze jednu, aby byly výsledky testu co nejpřesnější.

1. Rád/a slyším pochvalné poznámky. **A**
Jsem rád/a, když mě někdo obejmě. **E**
2. Rád/a trávím o samotě čas s člověkem, který je mi blízký. **B**
Když mi někdo s něčím praktickým pomůže, cítím se milován/a. **D**
3. Mám rád/a, když mi lidé dávají dárky. **C**
Mám rád/a neformální návštěvy kamarádů a lidí, které miluji. **B**
4. Když mi lidé s něčím pomohou, mám pocit, že mě mají rádi. **D**
Když se mě někdo dotýká, cítím, že mě má rád. **E**
5. Když mi někdo, koho mám rád/a nebo koho obdivuji, položí ruku kolem ramen, cítím, že mě má rád. **E**
Cítím se milovaný/milovaná, když dostanu dárek od někoho, koho mám rád/a nebo koho obdivuji. **C**
6. Rád/a někam jezdím s přáteli a s lidmi, které mám rád/a. **B**
Rád/a si podávám ruku nebo se držím za ruce s člověkem, který je mi blízký. **E**
7. Viditelné symboly lásky (dárky) jsou pro mě velmi důležité. **C**
Když mě lidé slovně ujišťují, cítím se milován/a. **A**
8. Když někoho rád/a vidím, rád/a mu sedím nablízku. **E**
Jsem rád/a, když mi lidé říkají, že jsem hezká/hezký. **A**

9. Rád/a trávím čas s přáteli a milovanými lidmi. **B**
Rád/a dostávám od přátel a milovaných lidí drobné dárky. **C**
10. Slova přijetí jsou pro mě důležitá. **A**
Že mě má někdo rád, poznám podle toho, že mi pomáhá. **D**
11. Rád/a trávím čas s přáteli a milovanými lidmi, když spolu navíc něco společně děláme. **B**
Jsem rád/a, když se mnou někdo mluví laskavě. **A**
12. Více mě ovlivňuje to, co někdo dělá, než co říká. **A**
Když mě někdo obejmě, mám pocit, že jsme si blízcí a že si mě cení. **E**
13. Cením si pochvaly a snažím se vyhýbat kritice. **A**
Několik malých dárků pro mě znamená víc než jeden velký dar. **C**
14. Když s někým něco společně dělám a přitom si povídáme, cítím se mu blízko. **B**
Když se mě přátelé a lidé, které mám rád/a, často dotýkají, cítím se jim blíž. **E**
15. Mám rád/a, když mě lidé za moje úspěchy pochválí. **A**
Když pro mě někdo udělá něco, co dělá nerad, vím, že mě má rád. **D**
16. Mám rád/a, když se mě přátelé nebo milovaní dotknou, když kolem mě procházejí. **E**
Těší mě, když mi lidé naslouchají a projevují opravdový zájem o to, co říkám. **B**
17. Když mi přátelé a milované osoby pomáhají s povinnostmi a různými úkoly, cítím, že mě milují. **D**
Opravdu rád dostávám od přátel a milovaných lidí dárky. **C**
18. Mám rád/a, když mě lidé pochválí, že mi to sluší. **A**
Když lidé vynaloží čas na to, aby porozuměli mým pocitům, cítím se jimi být milován/a. **B**

19. Když se mě blízký člověk dotýká, mám pocit bezpečí. **E**
Když mi někdo prokazuje skutky služby, cítím se milován/a. **D**
20. Oceňuji všechno, co pro mě blízcí dělají. **D**
Rád/a dostávám dárky, které mi moji blízcí udělají. **C**
21. Opravdu moc mě těší, když mi někdo věnuje soustředěnou pozornost. **B**
Opravdu moc mě těší, když mi někdo prokáže nějakou službu. **D**
22. Když mi někdo dá k narozeninám dárek, cítím, že mě miluje. **C**
Když mi někdo u příležitosti narozenin řekne něco, co pro mě mnoho znamená, cítím, že mě miluje. **A**
23. Když mi někdo dá dárek, vím, že na mě myslí. **C**
Když mi někdo pomůže s mými povinnostmi, cítím se být milován/a. **D**
24. Oceňuji, když mi někdo trpělivě naslouchá a nepřerušuje mě. **B**
Oceňuji, když si na mě někdo ve zvláštní dny vzpomene s dárkem. **C**
25. Jsem rád/a, když vím, že mým milovaným na mně záleží natolik, že mi pomáhají s každodenními povinnostmi. **D**
Moc rád/a podnikám delší výlety s někým, kdo je mi blízký. **B**
26. Rád/a políbím lidi, kteří jsou mi velmi blízcí, a jsem rád/a, když oni políbí mě. **E**
Když dostanu bez zvláštního důvodu „jen tak“ dárek, jsem nadšený/nadšená. **C**
27. Jsem rád/a, když mi někdo řekne, že si mě váží. **A**
Mám rád/a, když se na mě druhý během rozhovoru dívá. **B**
28. Dárky od přítele nebo blízkého člověka pro mě vždy mnoho znamenají. **C**
Když se mě přítel nebo blízký člověk dotkne, je mi dobře. **E**
29. Když někoho o něco požádám a on to s nadšením udělá, cítím, že mě má rád. **D**
Když mi někdo říká, jak si mě velice váží, cítím se milován/a. **A**

30. Jsem rád/a, když se mě každý den někdo dotýká. **E**

Jsem rád/a, když mě každý den někdo slovně povzbudí. **A**

Test dyadického přizpůsobení- DAS

Většina lidí v některých otázkách nesouhlasí se svým partnerem. Zaznamenejte, prosím, u každé následující položky míru souhlasu či nesouhlasu mezi vámi a vaším partnerem.

| | Vždy shoda | Téměř vždy shoda | Občas neshoda | Často neshoda | Téměř vždy neshoda | Vždy neshoda |
|------------------------------------|------------|------------------|---------------|---------------|--------------------|--------------|
| 1. Nakládání s rodinnými příjmy | | | | | | |
| 2. Rekreace | | | | | | |
| 3. Náboženství | | | | | | |
| 4. Projevování citů | | | | | | |
| 5. Přátelé | | | | | | |
| 6. Sex | | | | | | |
| 7. Správné nebo vhodné chování | | | | | | |
| 8. Životní filosofie | | | | | | |
| 9. Jednání s rodiči a příbuznými | | | | | | |
| 10. Cíle a důležité záležitosti | | | | | | |
| 11. Množství času stráveného spolu | | | | | | |
| 12. Důležitá rozhodnutí | | | | | | |

| | | | | | | |
|---------------------------------------|--|--|--|--|--|--|
| 13. Úkoly v domácnosti | | | | | | |
| 14. Volný čas a zájmy | | | | | | |
| 15. Rozhodnutí týkající se zaměstnání | | | | | | |

| | Pořád | Často | Spíše častěji | Občas | Zřídka | Nikdy |
|---|-------|-------|---------------|-------|--------|-------|
| 16. Jak často uvažujete o ukončení vztahu? | | | | | | |
| 17. Jak často vy nebo váš partner po hádce odchází z domu? | | | | | | |
| 18. Jak často vás napadne, že vztah mezi vámi a vaším partnerem je v pořádku? | | | | | | |
| 19. Důvěřujete svému partnerovi? | | | | | | |
| 20. Litujete toho, že žijete společně? | | | | | | |
| 21. Jak často se se svým partnerem hádáte? | | | | | | |
| 22. Jak často si se svým partnerem jdete na nervy? | | | | | | |

Jak často se následující chování vyskytuje mezi vámi a vaším partnerem?

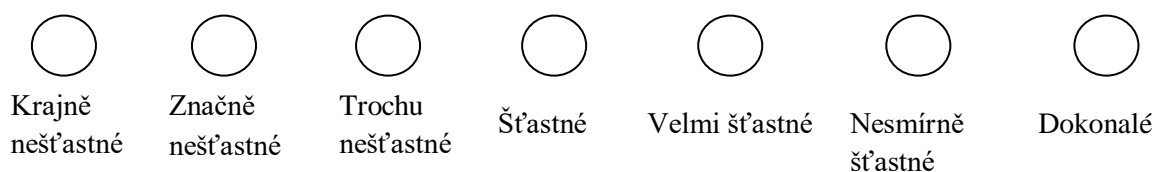
| | Pořád | Často | Spíše častěji | Občas | Zřídka | Nikdy |
|--|-------|-------|------------------|-------|--------|-------|
| 23. Políbíte svého partnera? | | | | | | |
| 24. Chodíte společně za zábavou a koníčky? | | | | | | |

| | Nikdy | Méně než jednou za měsíc | Jednou nebo dvakrát za měsíc | Jednou nebo dvakrát týdně | Jednou denně | Častěji než jednou denně |
|----------------------------------|-------|--------------------------------|------------------------------------|------------------------------------|-----------------|--------------------------------|
| 25. Máte podnětnou výměnu názorů | | | | | | |
| 26. Společně se smějete | | | | | | |
| 27. Klidně o něčem diskutujete | | | | | | |
| 28. Společně něco plánujete | | | | | | |

Dále jsou uvedeny některé momenty, v nichž se páry někdy shodnou a někdy ne. Označte u následujících položek, zda během posledních několika týdnů mezi vámi vznikly rozpory nebo problémy v popsaném chování. (Zaškrtněte kolonku ano, nebo ne)-

| | Ano | Ne |
|-------------------------|-----|----|
| 29. Nezájem o sex | | |
| 30. Neprojevování lásky | | |

31. Jednotlivé body na ose představují různé stupně štěstí ve vztahu. Střední bod „šťastné“ odpovídá stupni spokojenosti, jaký je ve většině vztahů (manželství). Zaškrtněte bod, který nejlépe vystihuje stupeň štěstí ve vašem vztahu.



32. Který z následujících výroků vyjadřuje nejlépe vaše pocity týkající se budoucnosti vašeho vztahu?

- Nesmírně si přeji, aby se náš vztah vydařil a udělal/a bych pro to cokoliv.
- Velmi si přeji, aby se náš vztah vydařil, a udělám vše, co je v mých silách, aby tomu tak bylo.
- Velmi si přeji, aby se náš vztah vydařil, a budu k tomu poctivě přispívat.
- Byl/a bych rád/a, kdyby se náš vztah vydařil, ale sám/a pro to nemohu udělat víc, než dělám.
- Byl/a bych rád/a, kdyby se náš vztah vydařil, ale odmítám pro to udělat víc, než dělám nyní.
- Náš vztah se nemůže vydařit a já pro něj nemohu nic udělat.