

Univerzita Palackého v Olomouci

Filozofická fakulta

Katedra psychologie

DOPAD PRAKTIKOVÁNÍ BDSM NA KVALITU
PARTNERSKÝCH VZTAHŮ A OBECNÉ POSTOJE
VEŘEJNOSTI K NĚMU

THE IMPACT OF BDSM PRACTICE ON THE QUALITY OF
PARTNERSHIPS AND GENERAL PUBLIC ATTITUDES TOWARDS IT



Bakalářská diplomová práce

Autor: Zuzana Hošková

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

Olomouc

2022

Prohlášení

Místopřísežně prohlašuji, že jsem bakalářskou diplomovou prací na téma: „Dopad praktikování BDSM na kvalitu partnerských vztahů a obecné postoje veřejnosti k němu“ vypracovala samostatně pod odborným dohledem vedoucího diplomové práce a uvedla jsem všechny použité podklady a literaturu.

V Olomouci dne 29. 3. 2022

Podpis

Poděkování

Na tomto místě bych ráda poděkovala PhDr. Marku Kolaříkovi, Ph.D. za odborné vedení práce, vstřícný přístup a cenné rady, které mi v průběhu tvorby poskytl. Zároveň děkuji celé své rodině, z které se po dobu psaní stal můj osobní konzultační tým, který dbal na udržení srozumitelnosti předkládaných poznatků a byli tu vždy pro mě. Trpělivost se mnou měly i mé tři úžasné spolubydlící, kterým tímto děkuji za toleranci a veškerou péči, kterou mi věnovaly. Velké díky patří také člověku, který mi po celou tu dobu byl oporou, motivací a neustálou podporou ve všech fázích mé práce. A na konec mé poděkování patří rovněž všem respondentům, bez kterých by tato práce nevznikla a jejichž ochoty si nesmírně vážím.

ÚVOD	5
TEORETICKÁ ČÁST.....	6
1 BDSM.....	7
1. 1 POJEM BDSM.....	7
1. 2 PARTNERSKÝ SANDOMASOCHISMUS	8
1. 3 ZÁKLADNÍ PRAKTIKY	9
1. 4 JEDNOTLIVÉ ROLE V BDSM	13
1. 5 BEZPEČNOST V BDSM	15
1. 5. 1 Bezpečnostní pravidla.....	15
1. 5. 2 Safeword	17
1. 5. 3 Další možnosti prevence vzniku nebezpečí.....	17
2 PARTNERSKÉ VZTAHY.....	20
2. 1 KVALITA PARTNERSKÉHO VZTAHU.....	20
2. 2 SEXUÁLNÍ SPOKOJENOST	21
2. 3 BDSM V KONTEXTU PARTNERSKÝCH VZTAHŮ	23
3 BDSM JAKO TABU	25
3. 1 OBECNÉ POVĚDOMÍ VEŘEJNOSTI A OTEVŘENOST K PRAKTIKÁM	25
3. 2 POSTOJE VEŘEJNOSTI K LIDEM PRAKTIKUJÍCÍM BDSM	27
PRAKTICKÁ ČÁST.....	29
4 VÝZKUMNÝ PROBLÉM A CÍLE PRÁCE	30
4. 1 HYPOTÉZY A VÝZKUMNÉ OTÁZKY	31
5 TYP VÝZKUMU A POUŽITÉ METODY	32
5. 1 TESTOVÉ METODY	32
6 SBĚR DAT A VÝZKUMNÝ SOUBOR	35
6. 1 POPIS DÍLČÍHO VÝZKUMNÉHO SOUBORU.....	38
6. 1 ETICKÁ HLEDISKA	41
7 PRÁCE S DATY A JEJÍ VÝSLEDKY	42
8 DISKUZE.....	51
ZÁVĚR.....	57
SOUHRN	58
SEZNAM POUŽITÝCH ZDROJŮ A LITERATURY	60
PŘÍLOHY BAKALÁŘSKÉ PRÁCE.....	65

Úvod

Sexualita a vše s ní spojené je nedílnou součástí našich životů. Postupem času se vyvíjí a každý z nás ji objevuje svou vlastní jedinečnou cestou. Představuje tak velmi širokou oblast, která je individuálně variabilní a souvisí s celým bio-psycho-sociálně-spirituálním systémem člověka. Svou rozmanitostí nám nabízí nepřehledné množství variant, kterým se lze věnovat a jednou z nich může být právě oblast BDSM. Tu si můžeme představit jako velmi pestrou škálu aktivit, které jsou prováděné bezpečným způsobem se souhlasem všech zúčastněných. Jejich cílem je uspokojení potřeb partnerů a získání jedincova potěšení. Zkratka BDSM je složena z prvních písmen jednotlivých oblastí, kterým se lze věnovat. Jedná se o bondage & disciplínu, dominanci & submisi a sadismus & masochismus. Těm se podrobněji budeme věnovat na následujících stránkách. Předmětem našeho zájmu budou taktéž jednotlivé praktiky či role, do kterých se daní jedinci mohou stavět a rovněž si uvedeme i bezpečnost a základní pravidla, která souvisejí s praktikami BDSM a kterými by se jedinci po čas realizace těchto činností měli řídit.

Svoji pozornost zároveň zaměříme na partnerské vztahy a jejich dynamiku. Ve výzkumné části se pokusíme zjistit, zda praktiky BDSM přispívají k vyšší partnerské spokojenosti či nikoli a případně jaké dopady na vztah s sebou tyto praktiky přinášejí. Bude nás zajímat, jak funkční tyto vztahy jsou a jakou mají dynamiku i v případě, že se BDSM věnuje pouze jeden z partnerů. Proto v těchto vztazích budeme kromě úrovně individuální spokojenosti jedinců porovnávat taktéž míru vzájemného sdílení partnerů v oblasti intimního života a uvidíme, zda se naše domněnky potvrdí či se zde neukáže žádný signifikantní rozdíl. V neposlední řadě se budeme zabývat obecným povědomím veřejnosti a pohledem na BDSM aktivity, které ve společnosti stále vyvolávají jistý rozruch a pohoršení. K těmto předsudkům často přispívá právě nedostatečná znalost významu, obsahu a smyslu těchto činností. Pokusíme se tedy zmapovat, jak na tuto oblast pohlíží jedinci z obecné populace a zda je zde patrný nějaký vývoj.

Tato práce si klade za cíl srozumitelně představit oblast BDSM i laické veřejnosti a přispět tak k odtabuizování těchto aktivit. Čtenáři bude poskytnut prostor pro vytvoření si vlastních názorů a myšlenek, které nebudou založeny pouze na mnohdy mylných představách, jež v naší společnosti neustále přetrvávají, ale bude mu nabídnut jednoduchý přehled a informace podložené taktéž zahraničními výzkumy a studiemi.

TEORETICKÁ ČÁST

1 BDSM

„Erotika jiné úrovně“

– anonymní respondent

Lidská sexualita je přirozenou a nedílnou součástí našeho života. Představuje velmi širokou oblast, která je u každého individuálně variabilní a souvisí s celou bio-psycho-sociálně-spirituální rovinou člověka. Můžeme si ji představit jako malířskou paletu s jednotlivými barvami. Dalo by se říci, že každý z nás je tak trochu umělec a v průběhu života objevuje jednotlivé barvy a možnosti, jakými se s nimi dá tvořit. Výsledné dílo je tedy odrazem toho, jak moc dobře znáte vlastní paletu barev, co všechno jste z nich schopni namíchat a jaké okolní faktory na vás působí. Záleží také na tom, zdali se k vaší tvorbě připojí i někdo jiný a přinese s sebou svoji škálu barev, ukáže vám možná i úplně nové, ze kterých společně můžete vytvořit něco neuvěřitelného. Klíčovou roli zde hraje kreativita a důvěra. A ačkoliv jste dobrovolně souhlasili se spoluprací s jinou osobou, je zde možnost nebezpečí, že protějšek neodhadne správný odstín barvy či se mine s vaším záměrem a na vás bude ho zastavit a ukázat mu svoje hranice. Tohle vše je společné i pro BDSM aktivity a jedince, kteří se jim věnují a kteří si na svých paletách dokázali namíchat trochu odlišný odstín barev než většina populace.

1. 1 Pojem BDSM

BDSM můžeme vysvětlit jako široké a ne zcela jasně ohraničené spektrum aktivit, které jsou realizovány bezpečným, konsensuálním způsobem, tedy se souhlasem všech zúčastněných, jejichž cílem je erotické vzrušení a / nebo osobní rozvoj (Pospíšilová, 2020b). Jedná se o akronym, tedy zastřešující zkratku složenou z počátečních písmen jednotlivých oblastí, jež spadají do BDSM: bondage & disciplína, dominance & submise, sadismus & masochismus.

Weiss (2015) vysvětluje BDSM jako konsensuální akt předání moci za účelem potěšení, což lze chápat spíše jako dobrovolné přenechání kontroly výměnou za nějaký požitek či slast. Samozřejmě po překladu do českého jazyka toto tvrzení ztrácí svou obecnou platnost pro celé pole BDSM aktivit a dá se aplikovat spíše jen na konkrétní příklady.

Triáda zkratk, ze kterých je pojem BDSM složen, je jednotlivě specifická a zároveň vzájemně propojená. B&D je charakteristická pro bondage – svazování lidského těla či

znehybňování, ale i svázanost ve smyslu poddanosti / otroctví a disciplínu – neboli též výcvik, který představuje „nucenou“ poslušnost, příkazy a jejich uposlechnutí. D/s ilustruje protikladnou sílu těchto rolí tedy dominance a submise. SM označuje sadismus – sexuální vzrušení ze způsobování bolesti či jiných silných fyzických podnětů a masochismus – sexuální vzrušení z přijímání bolesti či těchto podnětů.

BDSM tedy skrývá opravdu mnoho možností a není omezeno jen na jednu oblast. Proto i zaměňování za pojem sadomasochismu je nepřesné, jelikož se jedná jen o jednu podskupinu a pouze o konsensuální formu sadomasochismu (nejedná se o anonymní oběť bez souhlasu) (Weiss, 2017). Tomu se budeme věnovat v následujících řádcích a společně si vymezíme rozdíly, kterými se odlišuje od patologických projevů takového chování.

1. 2 Partnerský sadomasochismus

Podle stávající 10. revize Mezinárodní klasifikace nemocí (v zahraničí ICD) platné v České republice se sadismus a masochismus řadí do kategorie Poruchy sexuální preference (F65), která spadá do Poruch osobnosti a chování u dospělých (F00-F69). Můžeme je najít pod kódem F65.5 Sadomasochismus. Definuje se jako „*Preference sexuální aktivity, která zahrnuje působení bolesti, ponížení nebo omezování osobní svobody. Jestliže subjekt raději takovou stimulaci přijímá, jde o masochismus, jestliže jí sám provádí, pak jde o sadismus. Subjekt často pociťuje sexuální vzrušení jak ze sadistických, tak masochistických aktivit.*“ (World Health Organization, 2016).

Nerozlišuje se zde, o jakou formu sadismu či masochismu se jedná a jsou považovány za nemoc (Urbancová, 2020). Výjimku nemá ani konsensuální chování, kdy s realizací souhlasí všechny zúčastněné osoby. Ve správném pojetí by však toto označení mělo být použito pouze tehdy, pokud je sadomasochistická aktivita nejdůležitějším zdrojem sexuální stimulace a /nebo je nemožné bez její realizace dosáhnout sexuálního uspokojení.

Můžeme se také setkat s termínem partnerský sadomasochismus, který Weiss (2017, s. 83) považuje za nejčastěji se vyskytující formu sadomasochismu u heterosexuálně i homosexuálně orientovaných osob a který definuje jako takový: „*kde jsou potřeby partnerů komplementární, odehrávají se za vzájemného souhlasu a bez pocitů studu či viny.*“ Partneri si tedy ve svém vztahu vycházejí vstříc a realizují své sexuální preference konsensuální formou. Jak jsme již výše zmínili, v tomto případě se nejedná o anonymní oběť bez souhlasu,

a proto není splněna podmínka pro diagnózu. Partnerský sadomasochismus je také jedinou sexuální preferencí, která umožňuje partnerskou komplementaritu (Řezníčková, 2017).

Pro dosažení sexuálního uspokojení používají jedinci velmi různorodé aktivity, které mohou obsahovat fyzickou bolest, ale její přítomnost není podmínkou. Dalo by se říct, že bolest zde nefiguruje jako cíl, ale převážně je spíše cestou v oblasti sexuálních aktivit. Je důležité rozlišovat i bolest vzhledem k dané situaci, masochista si ji totiž vychutná jen v sexuálním kontextu. K oblíbenému rčení patří věta, že masochista si návštěvu u zubaře neužívá o nic více než kdokoliv jiný.

V nejbližší době můžeme očekávat, že s vydáním překladu 11. revize Mezinárodní klasifikace nemocí v ČR bude konsenzuální sadomasochismus vyjmut z Poruch sexuální preference (F65), tak jako je tomu například již v Dánsku, Norsku, Švédsku či Finsku (Otmarová, 2021). Nepochybně se jedná o důležitý milník v přístupu ke konsenzuálně prováděným aktivitám, který může změnit pohled na jedince, kteří se jim věnují a odstranit z nich nálepku poruchy či diagnózy. Zároveň tak dojde k jasnému odlišení BDSM aktivit od pojmů jako zneužívání, násilí či psychopatologie (Dunkley & Brotto, 2019).

1. 3 Základní praktiky

„Some people need to be tied up to feel free“

- neznámý autor

Po obecných definicích a ukotvení pojmu BDSM se můžeme přesunout k možnostem, kterými se dají tyto praktiky realizovat a přiblížit si ty základní, díky kterým si uděláme lepší představu o tom, co všechno sem spadá. Věnovat se budeme praktikám, které Řezníčková (2011) považuje za základní. Jsou jimi bondage, spanking, smyslová deprivace, ponižování, hry se svorkami, hry s ohněm a voskem, klinik, roztahování tělesných otvorů, dirty games, jehly, dočasný piercing a řezání, elektrostimulace, ponižování a roleplay.

Jednou z nejrozšířenějších a nejoblíbenějších praktik BDSM je nepochybně *bondage*. Její hlavní podstatou je omezení pohybu prostřednictvím spoutání či svázání, které u jedince vyvolává příjemné pocity. K tomu můžeme použít nespočet materiálů jako například policejní pouta, kožená pouta, provazy (syntetické, bavlněné, lněné, jutové, kokosové), lepicí pásku, potravinářskou fólii a další. Bondage může být prováděna dvěma způsoby, a to buď jako funkční bondage, kde jde primárně o znehybnění jedince nebo jako

estetická bondage, u které je kladen důraz především na vizuální stránku (Hegerová, 2017). Důležité je podotknout, že bondage nemusí nutně souviset s jinou sexuální praktikou či být zakončena pohlavním stykem. Celý akt samozřejmě musí probíhat se souhlasem obou partnerů a určitě se zde vyplatí vzájemně znát své hranice a limity (nebo je naopak lze společně objevovat). Jedinec nemusí svazovat jen druhé osoby, ale může svázat i sám sebe tzv. selfbondage (Řezníčková, 2011). Vždy je důležité mít na paměti bezpečnost a neohrožení zdraví jak sebe, tak druhých (viz kapitola 1. 5). Proto i rigger neboli ten, co váže, by měl nejdříve něco vědět o této technice a při komplikovanějším vázání napřed věnovat čas vzdělání například ve formě workshopů. Vázání je velmi intimní praktikou, při které jsou partneři vzájemně propojeni prostřednictvím použitého materiálu a při které je žádoucí vnímat sebe i ty sebemenší signály, které partner vysílá.

Spanking je praktika, kdy je dosahováno sexuálního vzrušení prostřednictvím výprasku, který je udělován masochistické / submisivní osobě sadistickým / dominantním jedincem (Vraiová, 2017). Realizovat ho lze rukou, bičikem, rákoskou, důtkami atd. Výprask může být prováděn jako samostatná aktivita bez nutnosti pohlavního styku či může být součástí sexuální předehry. V jakékoliv formě je opět nutné dbát na dodržování pravidel a nepřekračovat limity.

Jako další praktiku můžeme zmínit *smyslovou deprivaci*, kterou lze považovat za vhodnou například pro začátečníky, kteří si teprve osvojují tyto praktiky. Spočívá v omezení či ztížení vnímání jedním či více smysly a je součástí BDSM hry mezi partnery. K použití se využívá například maska přes oči, sluchátka s hudbou či špunty do uší, roubík do úst aj. U daného jedince tak dochází k dočasnému vynechání některého z jeho běžně používaných smyslů a jeho pozornost je více zaměřena na daný okamžik. Větší soustředěnost na své tělo může jedinci poskytnout intenzivnější prožitky a v případě rozdělení rolí také zvýraznit postavení dotyčných jedinců.

Při *hře se svorkami* se používá různých předmětů, kterými dojde ke sevření menší či větší části kůže, vaziva nebo svalstva (Seiler, 2010). Častými pomůckami bývají kolíčky na prádlo, pinetky, kancelářské svorky, krokosvorky nebo speciální svorky a skřipce vyrobené přímo pro BDSM aktivity. Mohou být na základě jedincových preferencí využívány jako forma odměny či trestu nebo být jen běžnou součástí daných aktivit.

Hra s ohněm a voskem již názvem napovídá, že jde o hraní se svíčkami, které lze střídat se studeným ledem při kombinaci odlišných teplot. Tuto praktiku lze využít jako trest či odměnu (podle tolerance jedince k bolesti), kdy necháváme ze svíčky skapávat horký vosk, který dopadá na tělo partnera. Různé svíčky se liší bodem tání a tím i teplotou tekutého

vosku, který je lepší vyzkoušet zprvu pouze několika kapkami z větší vzdálenosti. Dále sem patří například pálení cigaretami či zápalkami, které je již krajně nebezpečné. Do této kategorie spadá i tzv. *branding* neboli cejchování představující trvale vypálenou značku, způsob skarifikace (Řezníčková, 2011).

S tématem lékařského prostředí se pojí praktika zvaná *klunik* a s trochou nadsázky lze říct, že je pro ty, kteří si nikdy nepřestali hrát na doktora. Jde o navození atmosféry a vžití se do rolí lékař a pacient či sestra a nemocný. K nejčastějším patří provádění lékařské prohlídky, vyšetření, cévkování, klystýr, měření teploty, pomůcky jako jednorázové rukavice, sterilní jehly, lékařský plášť a další (Korzetka, 2014).

Roztahování tělesných otvorů se týká všeho, co souvisí s mechanickým rozšiřováním, ať už pomocí penisu, ruky nebo jiného vhodného předmětu, jako jsou dilda, okurky, rukojeť biče, svíčky atd (Seiler, 2010). Zasunované objekty by neměly mít ostré okraje a je zde kladený důraz na maximální hygienu.

V rámci tzv. *dirty games* dochází ke styku s močí či výkaly. Pokud sexuální uspokojení spočívá v močení na partnera, jedná se o pissing, zatímco rimming označuje stimulaci řitního otvoru jazykem (Řezníčková, 2011).

Mnoho sadomasochistických jedinců se věnuje aktivitám spojenými s *propichováním a bodáním jehel, vytvářením dočasných piercingů* či s *nařezáváním kůže*. Mezi oblíbené části patří prsa, stydké pysky, předkožka a šourek (Seiler, 2010). V případě těchto aktivit je nutné následné ošetření, a to po fyzické i psychické stránce.

Elektrostimulace způsobuje intenzivnější prokrvení a zcitlivění například v oblasti ženského genitálu, prsou a zejména pak bradavek. Tuto praktiku tedy lze použít i jako velmi specifickou formu přede hry (Weiss, 2017).

Dalším prostředkem, kterým můžeme docílit zvýraznění dominantní a submisivní role jedinců je *ponížení*. Tato praktika na rozdíl od ostatních většinou nezahrnuje žádnou bolest a míří spíše na emocionální stránku jedince. Může probíhat jak slovně, tak i prostřednictvím vykonávání specifické činnosti, která zdůrazňuje jedincovo podřízení.

Pokud k posílení sexuálních fantazií partneri využívají hraní rolí, jedná se o sexuální praktiku zvanou *roleplay*. Může jít o různě promyšlenou a propracovanou hru od jednoduchých symbolů až po kostýmy se scénářem. Témata se často týkají oblastí jako je například učitel – žák, šéf – zaměstnanec, policista – zločinec, pán – otrok a další (Marks, 2019). Do této kategorie můžeme zařadit i *animal roleplay*, při kterých se minimálně jeden z účastníků ztotožňuje s představou, že je příslušníkem zvířecí říše (Řezníčková, 2011). Tento jinak velice široký pojem můžeme dále dělit podle typu přeměny jedince – v psa

(dogplay), kočku (kittyplay), koně (ponyplay) či domácího mazlíčka (petplay). Jedinci se kromě zvířecí přeměny mohou díky hraní rolí stylizovat do jiného věkového období, než ve kterém se aktuálně nacházejí (obvykle do mladšího). Tato hra s věkem neboli ageplay nemá nic společného s pedofilií, ačkoliv je za ni často chybně zaměňovaná. V případě BDSM se však jedná o dospělé jedince (nikoli děti) a pohlavní styk nemusí být nutně součástí těchto aktivit (Lewis, 2011). Nejčastěji preferovanými bývají období kojenecké, batolecí a dospívání. Jedinci díky věkové regresi mohou zažívat pocit uvolnění, přenechání kontroly a zároveň to pro ně může být možnost, jak se na chvíli zastavit a opustit svět dospělého se všemi povinnostmi a činnostmi, které se s tímto věkem pojí. Součástí bývá i charakteristické oblečení, vystupování a chování dané věkové skupiny (Lewis, 2011).

V souvislosti s BDSM se můžeme dále setkat s tzv. *edgeplay* neboli her na hraně. Mezi ně bychom mohli zařadit činnosti, které již hraničí s možností vzniku fyzického či psychického rizika a ohrožují zdraví jedince (Schori et al., 2021). Příkladem by mohla být erotická asfyxie neboli hra s dechem, kdy dochází k záměrně kontrolovanému přerušování či omezení přívodu vzduchu do plic. Při regulaci příjmu vzduchu dochází u dotyčného jedince k intenzivnějšímu sexuálnímu vzrušení a prožitku, které je způsobené změněným stavem vědomí. Breathplay však patří k mimořádně nebezpečným praktikám, které mohou způsobit i smrt dotyčného jedince (Schori et al., 2021).

Tímto jsme si představili základní praktiky, které spadají do BDSM. U všech je samozřejmě několik způsobů provedení a ani název dané aktivity vám o jeho uživateli nevypráví vše. Nedílnou součástí je vždy bezpečná a konsensuální realizace daných praktik.

1. 4 Jednotlivé role v BDSM

Jak jsme si již mohli povšimnout, v BDSM se objevuje několik označení pro jednotlivé role, které mohou jedinci zastávat. Jedná se o předem domluvené role, které se nemusejí shodovat s postavením jedince ve skutečném životě, častokrát bývají jeho pravým opakem (DiClaudio, 2010). Takovým případem může být například žena vysokého postavení, která je v zaměstnání považovaná za velmi tvrdou a nekompromisní, avšak během sexuálních aktivit může upřednostňovat jednoznačně submisivní podřízenou pozici, která ji poskytne příjemnou pauzu od jinak hektického života (Orel, 2015). To byl ale jen jeden možný příklad, který nemusí být a rozhodně ani není pravidlem. Dokud nám nad hlavami nebudou svítit tabule s informacemi o našich sexuálních preferencích, jen těžko je budeme odhadovat z chování jedince v běžném životě.

V BDSM můžeme rozlišovat hned několik rolí:

Top / bottom (vršek / spodek) – označují, zda daný jedinec poskytuje či přijímá stimuly od svého protějšku, tedy jestli je během prováděné činnosti aktivní nebo pasivní (Cutler et al., 2020). Tyto role bývají často zaměňované jako synonyma s pojmy dominance a submise. Navzájem se sice nevyklučují, jen spolu automaticky nemusejí souviset. Člověk v submisivní roli může být na přání dominantního partnera i v aktivní roli. Naopak bottom nemusí plnit příkazy a top jej za to následně nemůže potrestat, rozdíl je zde v rovném postavení obou partnerů.

Dominantní / submisivní – jak bylo již výše naznačeno, zde se jedná o nadřízeného jedince, který požaduje podřízení a poslušnost druhého. Můžeme se setkat s označením jako dom, dominant, domina či sub, subík, subinka. Hovoříme spíše o psychologických termínech na rozdíl od předchozích rolí, které můžeme rozlišit pouhým okem na základě fyzické aktivity (Cutler et al., 2020). S výměnou moci přichází i odpovědnost výše postaveného jedince za svého partnera, který se mu odevzdá. To s sebou nese i potřebu být po celou dobu pozorný a soustředěný a mít na paměti množství vložené důvěry od protějšku. A ačkoliv se na první pohled může zdát, že dominantní jedinec přebírá veškerou kontrolu a moc, ve skutečnosti je to právě submisivní partner, který si dopředu určil své hranice a limity. Nerovnost partnerů je zde založena na vzájemném souhlasu, důvěře a respektu. V kontextu těchto rolí se můžeme setkat s pojmem jako jsou změněné stavy vědomí, které mohou být rovněž silnou motivací k realizaci BDSM aktivit. Dominantní role je spojena se stavem flow, který se vyznačuje svým zaměřením pozornosti na daný okamžik a přispívá

tak k bezpečnější realizaci aktivit (Řezníčková, 2016). Submisivní role se pojí se stavem tzv. přechodné hyperfrontality. Jedinec v tomto stavu prožívá pocit rozplynutí se v okamžiku a dochází u něho k útlumu kognitivních funkcí a zkresleného vnímání času. Pokud se však jedinec neztotožňuje striktně s dominantní či submisivní rolí, střídá je a cítí se dobře na obou protilehlých koncích, označuje se jako **switch**.

Pán/Paní – otrok/otrokyně – tyto role jsou velmi podobné těm předchozím, avšak můžeme zde vnímat jisté odlišnosti. Pozice otroka s sebou nese souhlas s naprostým odevzdáním se do rukou partnera. Vztah by se dal přirovnat k jakési výchově a dosahování určitých cílů pomocí jasně daných pravidel. Pokud dojde k jejich porušení, následuje trest. Otroci se zavazují k plnění veškerých přání a rozkazů svého Pána, mimo nařizené činnosti musí o jiné aktivity nejprve požádat a zároveň podle Čičmance (2009) nemá prakticky žádná práva. Dříve než se partneři rozhodnou pro tyto pozice, měli by se vzájemně dobře znát a vědět, komu se tímto vydají na milost a nemilost. Uzavírání těchto vztahů bývá (ale nemusí být) často formální a spojené s podepisováním smlouvy (více viz kapitola 1. 5. 3).

Rigger / model – tato označení se používají u aktivit zvaných bondage (svazování). Mezi partnery je potřeba předchozí domluvy o tom, který z nich bude ten vázající a který ten, co se nechá vázat (Hegerová, 2017). Toto rozdělení může často souviset s dominancí a submisivitou partnerů. Je ale důležité zmínit, že dominantní role automaticky neznamena pozici riggera a vylučuje tak možnost stavět se do role modela. I takový jedinec se může nechat svázat od svého partnera a na jeho obvyklé dominanci to nebude nic měnit. Podle Hegerové (2017) rigger většinou pociťuje nad model nadvládu, kterou doprovázejí pocity sexuálního vzrušení a spojení mezi partnery. Tato role s sebou také nese zodpovědnost za svazovaného jedince a jeho zdraví, o čemž si blíže povíme v následující kapitole.

Sadista / masochista – součástí těchto rolí je bolest či jiné silné fyzické podněty, které jedinec masochista rád pociťuje a sadista naopak vyvolává. Ačkoliv bolestivé stimuly ve většině případů jasně převažují, může se jednat i o nebolestivé podněty jako jsou lechtání, omezování dechu, ponižování a jiné (Drozenová, 2017). V kontextu BDSM se však jedná pouze o konsensuálně prováděné aktivity, které jedincům přinášejí sexuální uspokojení.

Vanilka – slouží jako označení pro jedince nepraktikující BDSM. Je odvozeno od vanilkové zmrzliny, která je taktéž nejrozšířenější a zároveň nejzákladnější příchutí.

Ačkoliv jsme si vymezili jednotlivá postavení, nesmíme zapomínat na pestrost a individuální variabilitu, kterou nám nabízejí. Proto nezáleží na užívání správné terminologie, ale především na výsledné spokojenosti a potěšení z daných aktivit, kterým se jedinci věnují.

1. 5 Bezpečnost v BDSM

Bezpečí a pohodlí vás a vašeho partnera. To je to, co DiClaudio (2010) považuje za alfu a omegu úspěchu při všech typech BDSM. Je důležité mít na paměti, že ačkoliv tyto praktiky mohou působit temně a nebezpečně, jedná se především o hru se souhlasem všech zúčastněných, kteří se vzájemně respektují. BDSM rozhodně nevznikne tam, kde se rozhodnete týrat svého partnera a dopouštíte se na něm jakékoliv formy násilí. V takovém případě se jedná o trestný čin a nikoli o aktivity, které mají primárně sloužit k potěšení. Během BDSM her se samozřejmě mohou objevit i různá fyzická poranění jako modřiny v důsledku výprasku, různé oděrky, otlačení a poranění kůže, poškození nervů, ke kterému může dojít během svazování, popáleniny následkem horkého vosku, v reakci na silnou bolest ke ztrátě vědomí, při propichování ke krví přenosnému onemocnění či k emočnímu vypětí po náročnější scéně (Schori et al., 2021). Proto se vyplatí snížit tato rizika na minimum pomocí jednotlivých bezpečnostních pravidel.

1. 5. 1 Bezpečnostní pravidla

V rámci BDSM aktivit se uplatňuje hned několik pravidel a většina z nich se objevuje ve formě zkratk, které je výstižně kombinují. Pro lepší orientaci si všechny nejprve vyjmenujeme a následně se budeme věnovat jejich širšímu vysvětlení.

- **SSC (safe, sane, consensual)** = bezpečně, rozumně a se souhlasem
- **RACK (risk-aware consensual kink)** = vědomé riziko dohodnutého kinku
- **PRICK (personal responsibility, informed, consensual kink)** = osobní zodpovědnost, informovanost, konsenzuální kink
- **CCC (comitted compassionate consensual)** = závazek k soucítění a konsensu
- **4Cs (caring, communication, consent, caution)** = péče, komunikace, souhlas, opatrnost

K těm nejzákladnějším patří zkratka SSC, kterou můžeme volně přeložit jako bezpečně, rozumně a se souhlasem. Z hlediska bezpečnosti je nutné dbát na to, aby nedošlo k duševní ani fyzické újmě na zdraví žádného z jedinců. Během aktivit bychom tedy měli o sebe vzájemně pečovat a sledovat, zda se u partnera neobjevil signál pro ukončení nebo zda mi sami nepocítujeme jakýkoliv problém. Zároveň bychom měli mít čistou hlavu a být schopni rozlišit, co si v rámci svých i partnerových limitů můžeme dovolit a co již nikoli.

I proto by se lidé během těchto aktivit měli zdržet konzumace alkoholu a nebýt pod vlivem ani jiných omamných látek, které by snižovaly jejich ostražitost a míru zdravého rozumu (Pospíšil, 2013). Poslední a klíčovou složkou této zkratky je konsensus neboli dobrovolný souhlas všech zúčastněných.

Jelikož je v kontextu BDSM aktivit obtížné rozlišit, co je ještě rozumné, co spadá do bezpečnosti a co již způsobuje, přestože chtěnou, újmu, došlo k vytvoření spojení RACK (Nielsen, 2010). Risk-aware jednoduše značí to, že jste si plně vědomi možného rizika. V ideálním případě byste měli být schopni umět uvedená rizika pojmenovat a vědět, jak jim předcházet. Nedílnou součástí je opět souhlas s tím, že se i přes možná nebezpečí chcete aktivit účastnit. Povšimnout si zde můžeme i dosud nezmiňovaného pojmu kink. Ten je označením pro nekonvenční sexuální praktiky, pojetí a fantazie, do kterého mimo jiné spadá i BDSM.

Rozšířením předchozí zkratky vzniklo pravidlo PRICK, které klade větší důraz na osobní zodpovědnost každého z jedinců a schopnost nést případné důsledky svých činů. Informovanost v tomto případě znamená, že rozumíte tomu, co se bude dít a víte i o možném riziku dané aktivity, s jejíž realizací souhlasíte. Pro mnohé toto pravidlo neneso větší význam a lze to pozorovat i na jeho nevelkém rozšíření a používání (Malisio s.r.o., 2021).

CCC nepatří k již tolik známým ani jakkoliv specificky definovaným pravidlům. Svě největší uplatnění nalezne nejspíše v D/s vztazích, kde by dominant neměl zapomínat na zavázání se k soucítění a konsensu se svým submisivním partnerem (Lupine, 2020). V těchto vztazích jde totiž o předání kontroly druhému v páru, a to buď jen po dobu trvání aktivity či po celou dobu v případě vztahu 24/7 (24 hodin denně / 7 dní v týdnu).

Zatímco pravidla SSC a RACK byly postaveny především na dvou základních konceptech (souhlas a povědomí o bezpečnosti / riziku aktivit), přístup 4Cs je taktéž zachovává a navíc propojuje s potřebou péče a komunikace (Williams et al., 2014). A právě tyto dvě nové oblasti jsou nedílnou součástí zdravých vztahů. V případě komunikace je interakce s partnerem vhodná před, během i po skončení aktivit (Špráchalová Křivánková, 2021). Poslední C (caution) vyjadřuje jakousi opatrnost, se kterou je nutné přistupovat ke všem zúčastněným. A jako všude i zde je nedílnou součástí souhlas, který je pojítkem všech pravidel týkajících se BDSM aktivit. Podobně jako ostatní pojmy je i 4Cs velmi jednoduché na zapamatování a v jeho případě se jedná zatím o nejnovější pojetí pravidel v oblasti BDSM, jež se snaží pokrýt veškeré okolnosti, na které si dát pozor.

1. 5. 2 Safeword

Safeword neboli stopka představuje předem domluvené slovo či gesto, při jehož vyslovení Váš protějšek okamžitě skončí s veškerou aktivitou, kterou doposud vykonával. Důvodem pro zastavení může být cokoli, díky čemu se aktivita stává nepříjemnou a jedinec pociťuje psychické a / nebo fyzické nepohodlí. Většinou se volí neobvyklé, avšak snadně zapamatovatelné slovo, které není běžně užíváno pro odpor či odmítnutí. V takovém případě by totiž mohlo být náročné rozlišit, jaký nesouhlas (jaké NE) je ještě součástí hry a který už značí reálnou touhu po ukončení. Její použití není nikterak omezeno a je platná jak pro submisivní, tak pro dominantní roli.

Běžně se užívá i princip semaforu (zelená – oranžová – červená), který nabízí širší škálu pro vyjádření daného rozpoložení jedince během aktivity. Zelená symbolizuje, že je vše v pořádku a protějšek může nadále pokračovat, avšak když už budete chtít jeho konání trochu zmírnit a dát vědět, že už se blížíte ke svým hranicím použijete oranžovou a pro úplné zastavení slouží červená (Schori et al., 2021).

V případě, kdy je jedinec neschopný se během dané aktivity verbálně projevat (např. mu brání roubík v ústech), lze stopku signalizovat předem dohodnutým gestem. Tím může být například upuštění klíče či jiného předmětu, který má jedinec po dobu trvání aktivit v ruce nebo cokoli jiného, na čem se všichni zúčastnění shodnou.

Stopka je velmi důležitým prostředkem i v případech, že se partneři na všem dopředu shodli a se vším souhlasili. Může se totiž stát, že reálný zážitek je jiný, než očekávali nebo se může ukázat, že se s partnerem jednoduše nepochopili. Jistotu bezpečí zaručuje i nováčkům, kteří nemají ještě tolik zkušeností a dopředu nedokážou odhadnout své hranice či je v průběhu dodržet. Neméně důležitá je ale i v případě dlouhodobých partnerských vztahů. A dle mého názoru stejně tak i u lidí nepraktikujících BDSM. Vždy se může stát něco nečekaného a je dobré být na takovou situaci připraven.

1. 5. 3 Další možnosti prevence vzniku nebezpečí

V souvislosti s BDSM se můžeme setkat s termínem otrocká smlouva. Hned na začátku bychom měli zmínit, že z právního hlediska se nejedná o jakkoli formální závazek, který by mohl být právně vymahatelný (Řezníčková & Zdych, 2016). V kontextu BDSM aktivit se jedná o jednu z možností, kterou lze docílit zvýraznění práv a povinností mezi

dominantním a submisivním partnerem. Jasně tak vynikne rozdělení moci a rolí partnerů. Jedná se tedy spíše o akt intimity, nikoli práva.

Nicméně i tak může tento dokument zastávat funkci prevence vzniku možného nebezpečí. V jeho obsahu často nacházíme seznam BDSM praktik, ke kterým se jednotlivé strany uvolují. A právě díky jejich vyplnění o sobě partneři získávají tolik potřebné informace nutné pro stanovení hranic a limitů, které nechtějí překročit. S vývojem vztahu samozřejmě může docházet ke změně názorů na jednotlivé praktiky a zároveň i k aktualizaci smlouvy po určitém období. Uzavírání či aktualizace smlouvy se přímo nabízí jako jakási forma rituálu mezi partnery, který se může stát součástí jejich aktivit.

Otrocká smlouva dle mého názoru nepředstavuje primární volbu pro zajištění bezpečnosti během BDSM aktivit. Vždy by jí měl být nadřazen konsensus a možnost ukončení činnosti pomocí stopky. Její potenciál můžeme spatřit především v její informativní funkci a vyzdvihnutí specifik daného vztahu. Partneři díky ní navíc mohou jednodušeji přejít k debatě o vlastních preferencích, představách a přáních a mít tak alespoň základní povědomí o sobě navzájem i ve vztahu, který je teprve v začátcích.

Jako mnohem důležitější forma prevence se dá označit připravenost. V průběhu BDSM se může udát opravdu cokoli a cílem je tyto události eliminovat. Kromě již tedy zmíněných opatření by jedinci měli mít po ruce také prostředky, pomocí nichž by se s případnou komplikací lépe vypořádali. Daný případ nejlépe popíšeme pomocí následujícího příkladu. Představme si situaci, kdy jsou partneři plně ponořeni do své aktivity – v tomto úryvku například do svazování. Oba s danou praktikou i průběhem souhlasili, mají jasně stanovenou stopku a vzájemný jedinec je druhým navíc ještě utvrzován, že je vše v pořádku. Avšak i přes dodržení veškerých opatření si partner v roli riggera po nějaké chvíli všimne, že se jeho protějšku nejspíše správně nedokrvují dlaně, které má již téměř úplně ledové a kterých si díky své prožívané euforii ani sám nevšiml. V takový moment je důležité neztrácet čas složitým rozvazováním, ale mít po ruce bezpečnostní nůžky (speciálně určené pro bondage, schopné přestříhnout provaz a opatřené zaoblenou špičkou), pomocí nichž svého partnera snadno dostane z provazů. Obdobná situace může pochopitelně nastat i u jiných praktik. U všech by však partneři měli být připraveni na maximum a nic nepodcenit.

1. 5. 4 Aftercare

Jako poslední si představíme aftercare, u které bychom mohli použít překlad jako tzv. péče po. Jedná se o vzájemné psychické i fyzické opečovávání po intenzivních pocitech a zážitcích souvisejících s aktivitami BDSM. Jejich průběh může být značně vyčerpávající, a proto je důležité se po jejich ukončení vrátit zpět do reality a celkové pohody. Někteří jedinci vyžadují „po akci“ projevení emocionální podpory, ujištění, pohodlí a / nebo fyzickou něhu. Příkladem může být objímání, líbání, hlazení po vlasech, zachumlání se do deky, mazlení, slova chvály a vděčnosti nebo obecné potvrzení citového pouta mezi partnery. Následná péče může rovněž zahrnovat diskutování a zhodnocení pocitů ze zážitků a sloužit jako zpětná vazba pro partnera (Braithwaite, 2021).

Aftercare je taktéž nejlepší prevencí dropu neboli nepříjemného emočního stavu, který se může projevit po BDSM aktivitách u jedince v dominantní i submisivní roli. Tyto projevy jsou velmi individuální a jejich výskyt je mnohem pravděpodobnější, pokud dané aktivity byly jedincem vnímány jako velmi intenzivní a emočně vypjaté. Často mohou zahrnovat pocity smutku, podrážděnosti, plačtivost, úzkostnost, rozržitost, vyčerpání a další. Mohou se stát velmi matoucími, když tyto pocity prožíváte namísto očekávaného pocitu uspokojení a klidu po hezkém, vzrušujícím a intenzivním zážitku. Proto je dobré tento stav znát a vědět co s ním. Do podobné situace se ovšem mohou dostat i lidé nepraktikující BDSM, pro které je využívání aftercare stejně tak užitečné.

2 Partnerské vztahy

„Když si mě ochočíš, budeme potřebovat jeden druhého. Budeš pro mě jediný na světě a já zase pro tebe jedinou na světě.“

- Antoine de Saint-Exupéry

Podobně jako lidská sexualita a vše s ní spojené jsou i vztahy a jejich navazování nedílnou součástí našich životů. Dalo by se říct, že nás ovlivňují prakticky denně a jsme neustále vystavováni jejich působení. K jejich navazování a udržení existuje nespočet možných cest prostřednictvím nichž jich můžeme dosáhnout. Je jen na nás najít si tu, která nám bude vyhovovat a zároveň i fungovat. Hon za univerzálním návodem na šťastné a spokojené partnerství je v tomto případě více než nemístný. Nesmíme zapomínat na to, že každý jedinec je naprosto unikátní bytostí. Od ostatních lidí se lišíme v mnoha ohledech a tím pádem se liší i naše vztahy. Ty mohou nabývat velmi různorodých podob a nikdo by neměl určovat, které z nich jsou správné a které nikoli. Na partnerský vztah bychom proto měli nahlížet jako na jedinečnou entitu, kterou nelze generalizovat ani jakkoliv stereotypizovat (Vojtko, 2020). Nechme se raději překvapit strukturou a dynamikou každého vztahu a jeho pestrostí, kterou nám může nabídnout a zapomeňme na obecné návody a definice. Každý vztah je jedinečný stejně tak jako jeho partneři v něm.

2. 1 Kvalita partnerského vztahu

Partnerské vztahy rozhodně nezůstávají stále stejné, ale čelí mnoha vnějším i vnitřním vlivům, které na ně působí. V průběhu času se postupně vyvíjejí a formují stejně tak jako partneři. A právě ti jsou tou nejdůležitější složkou pro kvalitu partnerského vztahu. Jejich sebeuvědomění, seberegulace, motivace, úroveň empatie a sociální dovednosti (Vojtko, 2020). Ty nelze podceňovat a s věděním toho, kdo (ne)jsme, co (ne)chceme a kam (ne)míříme se nám bude mnohem lépe vytvářet spojení s dalším člověkem. Zároveň s naším vývojem se přirozeně mění i kvalita vztahu, na kterou zde budeme pohlížet zejména z hlediska partnerské spokojenosti daného jedince, kterou osobně považují za nejrelevantnější vzhledem k problematice měřitelnosti kvality.

Partnerskou spokojenost bychom mohli popsat jako soubor proměnných, díky kterým vztahy fungují a přetrvávají. Nelze pro ni však najít jednotnou definici, jelikož jde

o subjektivní hodnocení vztahu jedním z partnerů a nejedná se tedy čistě jen o vlastnost vztahu, nýbrž o individuální názor a zážitek, který se může u partnerů lišit (Kalousová & Štětovská, 2020). Pro představu můžeme jmenovat faktory jako jsou osobní charakteristika, pohlaví, věk, vzájemná interakce, otevřenost, trávení volného času, konflikty a jejich řešení, láska, sexuální život, děti a mnoho dalších, které mohou mít vliv na spokojenost partnerů. Jejich dalšímu podrobnému rozboru se nebudeme věnovat a zaměříme naši pozornost především na spokojenost v sexuální oblasti, kterou Plopa (2019) považuje za hlavní složku celkové kvality života, fyzické a duševní pohody a kvality vazby s partnerem.

2. 2 Sexuální spokojenost

Sex a sexualitu tedy lze považovat za hlavní složku partnerských vztahů, ve kterých dochází ke spojení sexuálních zkušeností, očekávání a preferencí daných jedinců. Podstatnou roli zde tak hraje partnerský soulad a vzájemné vycházení vstříc potřebám druhého (Orel, 2020). To může mnohdy vést ke zlepšení naslouchání si mezi partnery a zlepšení jejich vzájemné interakce. Naopak pokud dojde k jistým rozporům mezi partnery, mohou tyto odlišnosti vyústit v napětí ve vztahu a v potíže s udržení spojení a touhy mezi partnery. Nesmíme samozřejmě opominout ani významnost vztahové a psychické roviny, které se do fungování, kvality a kvantity prožívání a realizace sexu silně promítají (Orel, 2020). Neznamená totiž, že pokud mezi partnery dojde k dočasnému snížení libida (např. v důsledku náročného období, pracovní vytíženosti, narození potomka atd.), že vztah automaticky ztrácí na kvalitě, která je spíše dlouhodobého charakteru. Dokonce i pouhé očekávání budoucí spokojenosti se vztahem souvisí dle Baker et al. (2017) se závazkem a stabilitou. Avšak abychom nejprve zjistili, jak moc se s partnerem shodujeme, je zapotřebí se mu otevřít.

Ačkoliv žijeme v době, kdy je sex doslova všude okolo nás, je pro většinu lidí často těžké otevřít toto téma a mluvit o svých erotických fantaziích a snech. A svěření se partnerovi bývá možná paradoxně tím nejtěžším. V takový moment odhalujeme své nitro a stáváme se tak zranitelnějšími. Strach a nejistota z případného nepochopení, odmítnutí či potencionální ztráta nejbližší osoby, na které nám záleží, může doprovázet naše rozhodování a soupeřit na druhé straně s touhou o svěření se a pochopení. Pokud se necháme paralyzovat těmito obavami ještě dříve než se vůbec o něco pokusíme, můžeme na tomto bodu zcela zamrznout a začít své úmysly racionalizovat a bagatelizovat (Pospíšilová, 2020a). Je dobré

si ale uvědomit, že nikdo z nás nevidí tomu druhému do hlavy a pokud něco chceme, je nutné si o to říct. Reakce mohou být opravdu jakékoli povahy, od úplného odmítnutí až po situace, kdy druhý partner touží po témže, pouze se bál otevřít diskuzi na toto téma (Pospíšilová, 2020a). Samozřejmě lze zvolit i variantu, kdy zůstaneme v bezpečí a zbytečně neriskujeme, avšak je dobré promyslet důsledky této volby a zda za to opravdu stojí. S tím souvisí také to, jak vysoko máme sexualitu na svém žebříčku hodnot a jak moc je pro každého z nás podstatná. Protože pro někoho je právě sexuální soulad s partnerem tím klíčovým faktorem, bez kterého s ním nedokáže nadále žít a pro někoho může sexuální život představovat naopak mnohem nižší hodnotu. Tak jako tak podle Pavla Rataje se bez intimity zákonitě neobejde žádný partnerský vztah (Sládková, 2021).

Pokud jsou partneři ochotní riskovat možné odmítnutí a určitý diskomfort při diskuzi o sexuálních aspektech jejich vztahu, dle Montesi et al. (2010) zde existuje vysoký potenciál pro získání odměny v podobě lepší sexuální komunikace a s ní spojené sexuální spokojenosti. Také zmiňuje, že odhalení svých sexuálních fantazií, preferencí i obav je v intimních vztazích zvláště důležité a pomůže k většímu sblížení se s partnerem. Proto je zde podstatná nejen iniciativa rozhovoru na jedné straně, ale také naslouchání a respekt na straně druhé (Wang, 2016).

Avšak ne všichni dokážeme zahájit takový rozhovor, a proto se nemusí jednat pouze o něj. Zkusme si představit, že jsme se například ocitli v cizí zemi s neznámou řečí, ale nutně se potřebujeme domluvit. Co v takový moment většina z nás použije? Ruce. Tak proč je nepoužít i při obavách, že by nám partner nemusel rozumět. Partnera můžeme během sexuálních aktivit nasměrovat a pomalu ukazovat, co a jak se nám líbí. To vše lze zvládnout beze slov a následné diskutování se zhodnocením pocitů z dané situace se může rozvinout samo od sebe. Své touhy také můžeme sdílet s partnerem pomocí oblíbeného videa, filmu, knížky či povídky a pozastavit se společně nad oblíbenými pasážemi a třeba se jimi nechat i inspirovat (Pospíšilová, 2020a). Existuje mnoho variant, jak svá přání sdělit partnerovi a jak se říká, kdo chce, cestu si vždycky najde, tak nezapomínejme hledat tu svou.

Souvislost sexuální a vztahové spokojenosti vyplývá již z výše uvedeného. Sprecher (2002) ve svém výzkumu dokonce poukazuje na pozitivní korelaci s partnerskou spokojeností, láskou a závazkem ve vztahu pro muže i ženy. A naopak poruchy v sexuální oblasti jsou často spojovány s problémy partnerského soužití a naopak (Heiman, 2002). Nagoski (2019) navíc dodává, že mezi dvě nejčastější charakteristiky dlouhotrvajících vztahů patří přátelství a vzájemná důvěra mezi partnery a chápání sexu jako priority. Dále vyzdvihuje, že nejlepším předpokladem pro partnerskou a sexuální spokojenost ve vztahu

není jaký sex, jak často nebo místo, kde ho partneři mají, ale zda se po něm následně hýčkají a pečují o sebe navzájem. Tato myšlenka hezky podtrhuje užitečnost aftercare nejen pro jedince, kteří se věnují BDSM aktivitám, o kterých jsme se zmiňovali již dříve, ale pro kohokoliv, kdo žije sexuálním životem a rád by podpořil spokojenost ve vztahu.

2. 3 BDSM v kontextu partnerských vztahů

„Víme, že si můžeme věřit, náš vztah je mnohem hlubší.“

- anonymní respondent

V této kapitole se opět vrátíme k BDSM aktivitám a jejich možnostem v rámci partnerských vztahů. Zaměříme se na jejich podobu, dynamiku a fungování i situace, které mohou ve vztahu nastat. Ne každý přichází do vztahu s tím, že zná partnerovy preference, a naopak. Preference každého jedince se mohou totiž vynořit až postupem času a nemusí být známé hned na začátku a být třeba i důvodem jeho seznámení se s druhým jedincem. Na každém člověku je, aby sám objevil a rozpoznal, jaká tajná přání v sobě nosí a jak by je mohl dát poznat jeho partnerovi, který mu v tomto objevování může být nápomocný. Kubík (2010) zmiňuje tři předpoklady pro fungující vztah. Jsou jimi otevřenost, trpělivost a znalost. Podle něho by oba partneři měli alespoň tušit, čím jsou přitahováni v sexuální oblasti a co je vzrušuje. Trpělivost by měli uplatňovat především ve fázi, kdy se navzájem přizpůsobují a sladují. A jako poslední důležitou vlastnost zmiňuje otevřenost, se kterou by partneři měli přistupovat ke svým přáním. Osobně bych ještě dodala vzájemný respekt, který by k sobě partneři měli chovat, a to za jakékoli situace.

Jak jsme již zmiňovali, ne vždy se sejdou hned na začátku kompatibilní partneři. Jednou z variant ve vztahu může být, že jeden z partnerů se věnuje BDSM praktikám a druhý nikoli (je označován jako tzv. vanilka). A jak u tohoto vztahu dosáhnout jeho udržitelnosti, funkčnosti, spokojenosti obou partnerů a zároveň nalézt určité přínosy těchto aktivit pro vztah? Této problematice se ve své studii věnují například Meyer & Chen (2019), kteří zkoumali 6 manželských párů, ve kterých se jeden partner identifikoval s BDSM a druhý nikoli. Jedinci uváděli, že při odhalení svých preferencí se nejčastěji potýkali s předsudky a mylnými představami těch, kterým se svěřili, a dokonce i s formou diskriminace například v jejich zaměstnání. V důsledku toho většina z nich i nejdříve čekala, než se ve vztahu více poznají a jejich partneři je budou natolik znát, že se nenechají ovlivnit obecnou tendencí

společnosti k patologizaci těchto sexuálních preferencí. Naopak vanilkoví partneři popisovali počáteční pocity zmatku, úzkosti a nejistoty, které je však často dovedly k následné komunikaci s partnerem. Častá byla i jejich obava, že nebudou svému partnerovi stačit, že po nich jejich partneři budou požadovat více a že nebudou moct být spolu. Autoři zde popisují také několik faktorů, které pozitivně ovlivňují takovýto vztah. Partneři, kteří se neidentifikovali s BDSM se pokusili dozvědět něco více o těchto aktivitách, vyrazili společně se svým partnerem na tematické akce a workshopy, byli otevření experimentování v sexuální oblasti se svým partnerem a někteří využili terapie, která jim pomohla s lepší orientací a pochopením (Meyer & Chen, 2019) .

Na dlouhodobé BDSM vztahy, jejich dynamiku a fungování se zaměřili ve své studii také Cutler et al. (2020). Power exchange neboli výměna moci se ukázala prospěšná nejen pro sexuální spokojenost, ale také pro ulehčení partnerského sblížení a zajištění pocitu bezpečí. Mezi klíčové hodnoty vztahu, které se objevovaly napříč páry, patřil závazek ke komunikaci a transparentnosti, vysoká míra důvěry, zaměření se na partnerovo štěstí a společné budování vztahu, které uspokojuje potřeby obou partnerů. Tato studie také uvádí, že v období, kdy si partneři procházejí náročnou situací, jim pomáhá právě používání smlouvy, rituálů a aktivit s nimi spojenými, které dokážou obnovit jejich pouto a pomoci vyřešit současné obtíže. Právě díky nim daní jedinci získávají (možná bezpečnější) prostor pro vyřešení konfliktu, aniž by utrpěl jejich vztah. Výsledky výzkumu jasně ukazují, že dlouhodobé BDSM vztahy existují a že mohou být vysoce funkční a prospěšné.

I přes to, jak široké spektrum aktivit BDSM představuje, nemusí oslovit každého. A ani to není cílem těchto praktik, které by neměly být nikomu vnucovány. Znovu si připomeňme, že klíčový je zde souhlas všech zúčastněných a že každý má právo na svoji volbu. Někdo má prostě nejraději tu vanilkovou.

V souvislosti s tím se můžeme setkat i s možnostmi nemonogamních vztahů, ve kterých sexualita s dalšími lidmi není tabu. Je nutné si uvědomit, že monogamie je volbou, ne podmínkou a nutností (Vojtko, 2020). Pro kvalitu vztahu je nejdůležitější spokojenost partnerů a některým ji zajistí právě společně dohodnutá pravidla pro otevřený vztah. V kontextu rozdílných sexuálních preferencí ve vztahu se může jednat například o možnost plnit si své sexuální touhy s jinými lidmi, jelikož s partnerem to není možné (Meyer & Chen, 2019). Tato rozhodnutí a pravidla jsou specifická pro každý vztah, ale zároveň nejsou pro každý vztah vhodná. Proto je také dobré si s partnerem nejdříve ujasnit, jak je na tom váš aktuální vztah, po čem toužíte, koho hledáte, zda a případně z čeho máte obavy a společně si domluvit hranice, které budete dodržovat (Pospíšilová, 2022).

3 BDSM jako tabu

„Jako první se mi vybaví nepochopení od nezasvěcených lidí nebo pokrytectví.“

- anonymní respondent

Jak jsme již několikrát zmiňovali, lidská sexualita by měla být něčím, co naše životy obohacuje a přispívá k větší spokojenosti ve vztahu. Avšak do té doby, než se ji naučíme přijímat se všemi jejími oblastmi, které k ní neodmyslitelně patří, a budeme některé její části nadále tabuizovat, budou se zde přirozeně objevovat problémy, kterým bychom jinak mohli snadno předejít. K těmto oblastem můžeme zařadit právě i BDSM aktivity, které ve společnosti stále vyvolávají jistý rozruch a pohoršení. K jejich předsudkům jednoznačně přispívá nedostatečná znalost významu, obsahu a smyslu. Tyto praktiky se setkávají s častým zaměňováním s násilím, u kterého bychom jen těžko hledali souhlas všech stran, či se ztotožňováním s poruchou daného jedince a jeho sexuálních preferencí, která je taktéž chybná. V současné době si sice můžeme všimnout patrných změn v definicích sexuální normy, která se ve společnosti stále mění a určité popularizace témat spojených s BDSM, ale jako všude, tak i zde hrozí jisté nebezpečí. To tkví především v chybné interpretaci a nesprávném pochopení, které může ve finále přispívat k přetrvávání negativních stereotypů o lidech, kteří se věnují BDSM aktivitám a k jejich stigmatizaci jako osob potenciálně nebezpečných pro společnost. A proto čím více se nám podaří oblast BDSM a obecně celé sexuality očistit od mýtů a tabu, tím krásnější budou moct tyto aktivity být.

3.1 Obecné povědomí veřejnosti a otevřenost k praktikám

V dnešní době se setkáváme s nárůstem popularity mediálního zobrazení alternativních sexuálních a vztahových preferencí i se vzrůstajícím zájmem o BDSM a kink aktivity, které nespádají do konvenčních sexuálních činností (Wright, 2018). Vzrůstající povědomí o těchto praktikách může napomáhat jedincům s odvahou objevovat své sexuální preference, zajímat se o BDSM a třeba i se svěřením se svému partnerovi. Zároveň se tímto tématem začalo zabývat více odborníků, jejichž budoucí poznatky a výzkumy mohou znamenat zásadní změnu v chápání těchto aktivit. Jednou z nejnovějších studií je například popis biologických procesů během provozování BDSM aktivit u submisivních i dominantních jedinců (Wuyts & Morrens, 2021). Jejich poznání tak může přispět k lepšímu

porozumění, proč se lidé věnují BDSM a co se během těchto aktivit odehrává nejen mezi všemi zúčastněnými osobami, ale také uvnitř v jejich těle. Díky takovýmto poznatkům podložených vědou, se nám bude lépe dařit potlačit stigmatizování těchto jedinců.

Ne všechna média však zobrazují oblast BDSM správně a někdy naopak napomáhají k vytváření a udržování mýtů ve společnosti. K již zmiňovaným patří například nesprávné zaměňování pojmu za sadomasochismus či domácí násilí, jejichž výskyt současně s BDSM aktivitami není vyloučen, ale rozhodně nejsou jeho přímou součástí (Jozífková, 2013). Často se setkáváme také se spojitostí s traumatem, sexuálním zneužíváním v dětství či duševní poruchou u daných jedinců, které se opět mohou objevit, avšak jejich výskytem není automaticky podmíněná preference BDSM aktivit (Wismeijer & van Assen, 2013). Proto bych ještě jednou ráda vyzdvihla fakt, že jedinci, kteří se věnují BDSM aktivitám nejsou výhradně lidé s negativními zážitky z dětství či traumatickými zkušenostmi. Tito lidé se zároveň nijak psychicky ani fyzicky výrazně neliší od zbytku společnosti a zcela normálně v ní fungují (Špráchalová Křivánková, 2021).

BDSM se potýká se stigmatizací nejen ze strany široké veřejnosti, ale také ze stran zdravotnických pracovníků a odborníků (Schuerwegen et al., 2020). Výsledky výzkumu na 175 osobách praktikujících BDSM ukázaly, že jedna třetina respondentů se rozhodla nesevřovat se se svými zájmy a sexuálními praktikami svému terapeutovi kvůli obavám z nežádoucích reakcí, nepochopení a odsouzení (Kolmes et al., 2006). Totéž může platit i v případech, kdy se jedinci během BDSM aktivit například poraní a stydí se jít k lékaři. Tito jedinci se pak mohou setkávat nejen s nepochopením, možnými obtížemi ve vztazích, rodině, zaměstnání, ale i s diskriminací, stát se terčem násilí či se setkat s pokusy o diskreditaci při rozvodovém řízení, otázkách dědictví či svěření dětí do péče (Wright, 2018).

Nejčastějším důvodem stigmatizace tedy bývá právě neznalost dané problematiky a strach z neznáma. BDSM samo o sobě vzbuzuje tajemno a podle Bezreh et al. (2012) by za vznikem zkreslujících představ mohla stát skutečnost, že se v BDSM spojuje sexualita s aspekty, které si společnost může chybně interpretovat. Projevy moci, ponižování, hraní rolí, působení bolesti a další se totiž neztotožňují se společenskou normou (tj. obecným pojetím sexuality jako projevu romantiky, náklonnosti a něhy), ačkoliv jsou realizovány se souhlasem všech zúčastněných (Schuerwegen et al., 2020). A tak je BDSM často špatně vykládáno jako „vše týkající se bolesti“, přestože jsou tyto aktivity mnohem více o hrách a výměně moci / kontroly mezi partnery. Bolest tedy vůbec nemusí být zahrnuta do těchto

aktivit a nebo naopak může sloužit jako cesta k dosažení rozkoše či být vítaným prvkem daných aktivit (Wismeijer & van Assen, 2013).

Tento zkreslený pohled a vyobrazení osob praktikující BDSM jako „nebezpečných a nemocných“ lidí, mohou mít výrazný dopad především na jedince, kteří své preference teprve objevují. Vzniklé obavy a strach ze stigmatizace mohou vést k potlačování vlastních přání a potřeb, což z dlouhodobého hlediska není dobré. Mohou rovněž přispívat ke zvýšení pocitů beznaděje, úzkosti, sociálního odmítnutí či k emoční dysregulaci (Schuerwegen et al., 2020).

Nicméně výsledky některých studií potvrzují existenci vysokého zájmu o BDSM i mezi širokou veřejností. Ty podporuje například výzkum Holvoet et al. (2017), ve kterém téměř polovina z celkového počtu respondentů potvrdila zkušenost s BDSM aktivitami. Dalších 22 % dotázaných uvedlo, že o těchto praktikách mělo či má fantazie. Zajímavá je i skutečnost, že tito jedinci kolikrát běžně realizovali BDSM aktivity, aniž by jim tak říkali či se považovali za součást BDSM subkultury. Jsou tedy tyto praktiky ve společnosti běžné a rozšířenější více než si doposud myslíme? A pokud by tomu opravdu tak bylo, nebylo by toto tvrzení ve značném rozporu s mírou stigmatizace, se kterou se neustále setkáváme?

3. 2 Postoje veřejnosti k lidem praktikujícím BDSM

Na zjišťování přítomnosti stigmatizujících postojů a přesvědčení vůči jedincům praktikujícím BDSM v běžné populaci se ve svém výzkumu zaměřili Schuerwegen et al. (2020). Navzdory nedostatku předchozích výzkumů, se kterými by bylo možné výsledky porovnávat, se jim podařilo zjistit, že míra prevalence stigmatizujících postojů a přesvědčení vůči lidem věnujícím se BDSM aktivitám je ve společnosti poměrně vysoká.

Svých výsledků dosáhli díky speciálně upravenému dotazníku, pomocí něhož identifikovali tři hlavní oblasti těchto postojů – diskriminace, neporozumění a předsudky. Celkově okolo 86 % dotázaných uvedlo, že souhlasí alespoň s jedním stigmatizujícím postojem, zatímco pouhých 14 % nesouhlasilo s žádným z nich. Nejčastěji se lidé přikláněli k diskriminaci a nejméně vybírali oblast neporozumění, kterou tvořilo přibližně 44 % odpovědí. Tyto výsledky tak ukazují, že přibližně polovině lidí z obecné populace není jasná motivace a atraktivita BDSM aktivit, kterou praktikující jedinci pociťují. A právě díky nepochopení si ji zdůvodňují pomocí přisuzování nezdravých pohnutek a patologického chování daným jedincům. Ještě více se přiklánějí k diskriminaci, kde bylo nejčastěji voleným výrokem, že by nechtěli mít ve své blízkosti nebo ve svém osobním životě jedince

s BDSM zájmy. Tyto výsledky tak podporují hypotézy, že jedinci, kteří patří ke skupině sexuálních menšin, se častěji potýkají se stigmatizací díky svým sexuálním preferencím. Poslední oblast byla tvořena předsudky, u kterých autoři zkoumali zejména předpoklady jejich vzniku. Celkově bylo zjištěno, že prediktory stigmatizace ve společnosti jsou věk a osobnostní charakteristiky jako svědomitost, otevřenost a přívětivost. Tendence ke stigmatizujícím projevům a postojům vůči jedincům praktikujícím BDSM byly tedy pozorovány konkrétně u starších lidí (zejména u žen), kteří vykazovali vyšší skóre na škále svědomitosti a byli méně otevření novým zkušenostem.

Právě i tyto faktory přispívají k obavám a strachu ze sdílení. Značný počet jedinců se stále necítí komfortně jak při odhalování se svému partnerovi v intimním životě tak obecně komukoli mimo BDSM komunitu (Schuerwegen et al., 2020). Častokrát své zájmy ani nerealizují se svým aktuálním partnerem, což samozřejmě nemusí být jen důsledkem stigmatizace, ale například i důvodem partnerského nesouladu či limitů. Wright (2006) ve svém výzkumu přidává zjištění, že jedinci věnující se převážně oblasti SM (tedy sadismu-masochismu) zažívají stigmatizaci a diskriminaci hned v několika aspektech svého života. Kromě toho poukazuje na možné pocity hanby a výčitky během nebo i po realizaci BDSM aktivit, což můžeme označit jako případ sebestigmatizace u dotyčných jedinců.

Způsob, jakým bychom mohli těmto situacím předcházet, můžeme spatřovat především v přesném informování jednotlivců široké veřejnosti a šíření znalostí a poznatků, které o BDSM již máme. Ačkoliv celá společnost ještě nemusí být připravena na tak razantní změny, prvním krokem by mohla být volba odlišného přístupu ve vzdělávání. V rámci sexuální výchovy mají pedagogové podle Weiss (2006) na výběr, zda budou představovat a vyzdvihovat konkrétně BDSM aktivity či nabídnou obecný přehled sexuálních variací. Zdůrazněním rozmanitostí lidské sexuality a fantazií tak mohou jednotlivcům nabídnout možnost, aby se sami našli v prezentovaných informacích. Touto metodou by se jedinci mohli naučit, že existují i jiné alternativní varianty konsenzuální sexuality a nikoli jen jediný (a mnohdy i mylný) obraz vytvořený a uznávaný normou společnosti. Díky tomu bychom mohli dosáhnout snížení stigmatizace a patologizace sexuálních menšin a postupem času možná až jejímu úplnému vymezení.

Doufejme, že díky dalším vědeckým poznatkům se povede oblast BDSM a obecně celé sexuality zbavit mylných představ a tabu a zajistíme tak bezpečný prostor i těm, jejichž volbou nebyla právě ta vanilková.

PRAKTICKÁ ČÁST

4 Výzkumný problém a cíle práce

Jak jsme již zmiňovali v teoretické části této práce, termín BDSM představuje velmi širokou a pestrou škálu možností, kterým se lze věnovat. Všechny z těchto aktivit jsou prováděné konsensuální formou a zejména v partnerských vztazích vyžadují značnou dávku vzájemné důvěry a otevřenosti mezi partnery. V současné době si můžeme povšimnout vzrůstajícího zájmu o oblast BDSM a zároveň toho, že jsou tyto aktivity v široké veřejnosti zastoupené možná více než si většina z nás donedávna myslela. Což dokazují například i zahraniční výzkumy na belgické a finské populaci (Holvoet et al., 2017; Paarnio et al., 2022).

Nicméně jsou tyto praktiky i nadále opředené řadou mylných představ a ve společnosti převážně tabuizované. Otázkou tedy zůstává, jakou podobu má oblast BDSM v očích české populace a jaký postoj k ní zaujímá. Co se jednotlivcům vybaví jako první při této zkratce? Domnívají se, že česká společnost považuje tyto aktivity za tabu? Těmto a dalším otázkám se budeme věnovat a pokusíme se na ně najít odpověď.

Mimo to bude našim hlavním cílem celého zkoumání, zjistit, jak se praktikování BDSM odráží na kvalitě partnerských vztahů a zda se míra partnerské spokojenosti liší od vztahů, které se těmto praktikám nevěnují. Na základě toho budeme porovnávat dvě skupiny. První budou tvořit praktikující jedinci v partnerském vztahu a ve druhé (kontrolní) skupině budou zahrnuti lidé se stejnými kritérii a nevěnující se BDSM aktivitám. Partnerský vztah bude u všech aktuálně trvající po dobu minimálně 6 měsíců.

Otázky, zda BDSM zlepšuje sexuální spokojenost či nikoli, zodpověděla ve svém nedávném výzkumu již Strizzi et al. (2021). Rozsáhlý výzkum na respondentech z Norska ukázal, že sexuální spokojenost pozitivně koreluje s BDSM aktivitami. Mé úvahy se však přiklánějí k možnosti, že nikoli samotné praktiky, nýbrž přístup k nim (zahrnující hlubší důvěru a nutnost komunikace mezi partnery), bude pozitivně ovlivňovat celkovou spokojenost partnerů. BDSM aktivity totiž nemusejí nutně souviset jen se sexualitou, někteří jedinci je popisují jako celkový životní styl či prostředek k posílení jejich sebevědomí, sebepoznání a seberozvoje (Špráchalová Křivánková, 2021). Řezníčková (2018) navíc poukazuje na fakt, že tyto aktivity mohou pomoci vypořádat se s každodenním stresem a uvolnit se – navození prožitků tady a teď. Stejně jako Plopa (2019) považuje spokojenost v sexuální oblasti za hlavní složku celkové kvality života a vazby s partnerem i já si stojím za názorem, že je neoddělitelnou součástí našeho a stejně tak partnerského života. Dokáže však praktikování BDSM v partnerském vztahu ovlivnit celkovou kvalitu a spokojenost

natolik, že by se tato partnerství lišila od jiných? A bude sexuální spokojenost pozitivně korelovat s praktikováním BDSM i u české populace?

Cílem této práce je tak zjistit, zda jsou jedinci ve vztahu praktikující BDSM spokojenější ve srovnání s jedinci, kteří se těmito praktikám nevěnují. Výsledkem by zároveň mělo být poskytnutí stručného přehledu jak pozitivních, tak negativních dopadů praktikování BDSM na partnerské vztahy z pohledu respondentů a také zmapování zájmu a názorů obecné veřejnosti na oblast BDSM.

4. 1 Hypotézy a výzkumné otázky

Na základě předchozích studií (Cutler et al., 2020; Rogak & Connor, 2017; Strizzi et al., 2021) jsme definovali hypotézy pro náš výzkum a dále nás zajímalo zodpovězení následujících dílčích otázek, které jsme si kladli:

H1: Lidé ve vztahu praktikující BDSM skórují výše na škále celkové spokojenosti s partnerským vztahem než lidé, kteří BDSM nepraktikují.

H2: Lidé ve vztahu praktikující BDSM dosahují vyššího skóre u vzájemného sdílení v oblasti sexuálního života na rozdíl od lidí, kteří BDSM nepraktikují.

H3: Lidé praktikující BDSM skórují výše na škále nekonvenčních vzrušujících podnětů (bolest, strach, ponížení...) ve srovnání s lidmi, kteří BDSM nepraktikují.

VO1: Jaké jsou pozitivní / negativní dopady praktikování BDSM na partnerský vztah?

VO2: Co se lidem vybaví jako první při zkratce BDSM?

VO3: Jaký postoj zaujímají lidé k jednotlivým praktikám?

VO4: Jaký pohled na BDSM mají lidé z české společnosti?

5 Typ výzkumu a použité metody

Po úvahách, jaký typ výzkumu zvolit, jsem se rozhodla pro kvantitativní formu – konkrétně pro korelační studii. Pomocí ní jsme tak mohli porovnávat jedince v partnerském vztahu, kteří praktikovali BDSM vůči těm, kteří se těmito aktivitám nevěnovali. Zároveň nám umožnila sledovat souvislost mezi jednotlivými proměnnými. Ty byly respondentům prezentovány ve formě online dotazníkového šetření. Vycházela jsem z předpokladu, že pro respondenty bude mnohem příjemnější svěřovat se spíše moderní technice nežli cizí osobě při rozhovoru. Přeci jen se jednalo o osobní téma a ne každý se cítí komfortně při konverzaci o svém intimním životě. Online prostředí tak společně s anonymizací příslušných odpovědí předcházelo možné dekompenzaci respondentů a vyšší pravděpodobnosti zatajení dílčích informací. Zároveň jsme tak zajistili proveditelnost daného výzkumu, neboť v době jeho realizace jsme si nemohli být jisti mírou vládních opatření vzhledem ke Covid-19 situaci.

5.1 Testové metody

Ve výzkumu byl použit dotazník vlastní konstrukce, který byl vytvořen prostřednictvím Google Forms. Jeho plné znění lze najít na následujícím odkazu <https://forms.gle/xNDpjr4v1E13kcRT9>, který je volně přístupný.

Dotazník nám tak umožnil zaměřit se přímo na zkoumaná témata. Nejdříve jsme se věnovali sociodemografickým otázkám, které pokryly základní informace o daném respondentovi. Jednalo se o základní údaje jako je pohlaví, věk, nejvyšší dosažené vzdělání, rodinný stav, počet dětí, bydliště, náboženské vyznání a sexuální orientace. Poslední otázka „*Máte nyní stálého partnera/partnerku?*“ sloužila jako rozřazovací a rozdělila tak respondenty do dvou různých skupin. První byla určena pro jedince, kteří jsou v současnosti v partnerském vztahu. Ti zodpovídali otázky týkající se vztahu a jejich spokojenosti s ním. Informace o délce trvání příslušného vztahu později posloužily k vyfiltrování pouze těch, co trvaly 6 měsíců a déle. Toto kritérium bylo zahrnuto z důvodu možného zkreslení výsledků odpověďmi jedinců, kteří se nacházeli v počátečním stádiu zamilovanosti. Poté následovala řada 16 otázek pro zachycení individuální spokojenosti respondenta ve vztahu. Odpovědi byly voleny pomocí pětistupňové Likertovy škály s možností neutrální odpovědi (rozhodně ano – spíše ano – nevím – spíše ne – rozhodně ne) s přidělenými hodnotami 1–5.

Jednotlivé otázky byly sestaveny na základě již existujícího standardizovaného testu pro měření partnerské spokojenosti a upravené pro účely výzkumu. Položky byly vyselektovány z Dyadic Adjustment Scale (DAS) neboli Spanierova dotazníku partnerské přizpůsobivosti, který v plném znění představuje 32 otázek spadajících do 4 kategorií – shoda v partnerském vztahu, partnerská spokojenost, partnerská soudržnost a vyjadřování emocí (Spanier, 1976). Tato metoda je i v dnešní době používána jako „zlatý standard“ pro vývoj testů, které měří kvalitu a spokojenost partnerských vztahů (Kalousová & Štětovská, 2020). Odpovědi jsou tu však zaznamenávány pomocí možností používajících výrazy občas, často, zřídka apod., které považuji za nepřesné a těžko definovatelné. Proto byly nahrazeny 5bodovou škálou s jasným označením a sčítány stejně jako v originální verzi, kdy čím vyšší počet značil i vyšší míru spokojenosti.

Jako další následovala sekce věnující se sexuálním preferencím, která byla s předchozí částí společná pro jedince ve vztahu, u nichž byly BDSM aktivity součástí aktuálního sexuálního života i pro ty, u kterých nikoli. Zde byla pozornost zaměřena především na komunikaci a spokojenost v rámci intimního života. Součástí bylo i ověření znalosti pojmu BDSM a co se při něm respondentům vybaví jako první. Tato část obsahovala také škálu nekonvenčních vzrušujících podnětů, u kterých respondenti volili jejich přitažlivost. Škála obsahovala položky jako něha, násilí, nebezpečí, strach, bolest, ponížení a bezmoc, u nichž respondenti měli na 5bodové škále (rozhodně ano – spíše ano – nevím – spíše ne – rozhodně ne) uvést, jak moc je sexuálně vzrušují. Kromě dvou prvních byly ostatní možnosti vždy uvedeny jako vlastní a cizí. Například tedy „Uved'te na škále, jak moc Vás *sexuálně vzrušuje*:“ vlastní bolest vs. cizí bolest atd. Rozřazovací pro tuto sekci byla otázka „*Je BDSM součástí Vašeho aktuálního života?*“, která opět rozdělila respondenty do dvou skupin. Jedinci věnující se těmto aktivitám nám tak později přiblížili svou BDSM orientaci, odhalení preferencí partnerovi a posoudili pozitivní a negativní aspekty, které jim tyto praktiky ve vztahu přinesly.

Jedinců, kteří nebyli aktuálně ve vzájemném soužití s jinou osobou, jsme se dotázali na informace týkající se jejich průměrné délky minulých vztahů a zda bylo BDSM jejich součástí. Stejně tak i na aspekty, které jim praktikování BDSM přineslo, pokud bylo součástí minulých vztahů. Všichni respondenti se na konci znovu sloučili do sekce pohled a otevřenost k praktikám. Zde vybírali z možností, jaké sexuální praktiky patří mezi jejich oblíbené a které by je lákaly k vyzkoušení. Tato oblast měla za úkol zmapovat přitažlivost jednotlivých činností i pro respondenty, kteří uvedli, že s BDSM nemají žádné zkušenosti.

Poslední část obsahovala pět otázek týkajících se pohledu na oblast BDSM, kdy poslední z nich se lišila pro praktikující jedince a ostatní respondenty. Konkrétně se jednalo o tyto otázky:

1. *Domníváte se, že v naší společnosti je pohlíženo na BDSM jako na tabu?*
2. *Připadá Vám, že pro lidi praktikující BDSM je obtížnější najít si partnera?*
3. *Myslíte si, že lidé věnující se BDSM mají bohatší/ živější sexuální fantazie?*
4. *Domníváte se, že praktikování BDSM ovlivňuje partnerský vztah?*
5. *Dokážete si představit svůj život bez BDSM? – otázka pro praktikující jedince*
5. *Změnil by se Váš pohled na člověka, o kterém byste se dozvěděli, že praktikuje BDSM? – otázka pro všechny ostatní*

Ty byly vybrány a přeloženy z již existujícího dotazníku BDSM/ Sex Research, který vytvořil Trevor Jacques (1998) pro svůj výzkum. V plném znění však obsahuje 244 položek a je velmi detailní, což pro účely našeho výzkumu bylo zbytečné.

Na konci dotazníku bylo možné mi cokoliv anonymně vzkázat a respondenti měli navíc možnost mě v případě jakýchkoliv nejasností či otázek kontaktovat prostřednictvím přiložené emailové adresy, která byla pro účely tohoto výzkumu založena – vyzkumbdsm@email.cz.

6 Sběr dat a výzkumný soubor

Sběr dat probíhal od 28. září 2021 do 28. ledna 2022 formou dotazníkového šetření pomocí Google Forms. Dotazník byl administrován v elektronické podobě a před jeho samotným spuštěním byla provedena pilotní studie. Ta spočívala především v ověření funkčnosti jednotlivých variant větvičího se dotazníku, zjištění časové náročnosti a doplnění nabízených možností, které v některých případech požadovaly přidání odpovědi „jiné“. Pilotní dotazník byl proveden třikrát a následně konzultován s vedoucím práce. Testovací verze se celkově zúčastnilo 10 respondentů, kteří nebyli do celkového souboru zařazeni.

Konečná verze dotazníku byla šířena metodou samovýběru, kdy byl zveřejněn na facebookových a webových stránkách se svolením jejich správců. Následně jsem oslovila i BDSM diskuzní fóra, komunity v Brně a Praze, avšak uspět se mi povedlo pouze u pražského klubu, který se řadí k těm největším a nejznámějším. Po domluvě s provozovateli mi bylo umožněno umístit dotazník do jejich skupiny na sociálních sítích. Sběr dat tak současně probíhal metodou sněhové koule. Respondenti byli zároveň žádáni o další případné šíření dotazníku mezi své příbuzné a známé. Zapojení do výzkumu bylo dobrovolné a bez nároků na jakoukoli finanční či hmotnou odměnu.

Všichni účastníci byli hned na úvodu seznámeni s obecnějším důvodem šetření a zároveň i s jediným omezením, kterým byl věk. Dotazník tak byl určený pouze pro osoby starší 18 let. Tato hranice byla zvolena i z důvodu, že právě plnoletost je podmínkou pro přístup na stránky se sexuálním obsahem a účast na srazech a akcích s BDSM tématikou. Pro srovnávání partnerské spokojenosti bylo navíc zvoleno kritérium, že respondenti musí být ve vztahu aktuálně trvajícím 6 měsíců a déle. Díky tomu nám vznikly dvě podskupiny, tedy jedinci ve vztahu praktikující BDSM a druhá kontrolní s jedinci v partnerském vztahu se stejnými kritérii a nevěnující se BDSM aktivitám. Všichni ostatní respondenti, kteří se výzkumu účastnili, byli použiti pouze pro vyhodnocení pohledu na BDSM a otevřenosti k jednotlivým praktikám.

Z původního výzkumného souboru čítajícího 462 respondentů bylo na základě nízkého věku a chybného vyplnění 12 z nich vyřazeno. Do výsledného vyhodnocování pohledu na BDSM a otevřenosti k jednotlivým praktikám tak bylo použito 450 odpovědí. Z toho tvořilo 67 % ženy, 32 % muži a 0,9 % nebinární jedinci. Věk se pohyboval v rozmezí 18 – 82 let s průměrnou hodnotou 32,5 let. Stručný přehled poskytuje následující tabulka.

U rodinného stavu byla více než polovina jedinců svobodná a nejméně zastoupenou skupinou byli jedinci v registrovaném partnerství (viz tabulka 3).

Tab. 3: Frekvenční tabulka z hlediska rodinného stavu

skupina	absolutní četnost	relativní četnost (%)
svobodný/á	269	59,8
ženatý/ vdaná	138	30,7
rozvedený/ á	37	8,2
vdovec/ vdova	4	0,9
registrované partnerství	2	0,4
celkový soubor	450	100

Posledními informacemi, které nám respondenti sdělovali, bylo jejich náboženské vyznání a sexuální orientace. Z výsledných odpovědí můžeme vidět, že téměř 70 % z nich bylo bez náboženského vyznání a necelých 80 % bylo heterosexuální orientace. Pod označením „jiné“ se v tabulce 5 nacházejí asexuální, demisexuální a pansexuální orientace, které v celkovém souboru byly zastoupené nejméně.

Tab. 4: Frekvenční tabulka z hlediska náboženského vyznání

skupina	absolutní četnost	relativní četnost (%)
bez vyznání	307	68,2
věřící bez příslušnosti k církvi	64	14,2
křesťanství	62	13,8
jiné	17	3,8
celkový soubor	450	100

Tab. 5: Frekvenční tabulka z hlediska sexuální orientace

skupina	počet	relativní četnost (%)
heterosexuální	354	78,7
homosexuální	11	2,4
bisexuální	77	17,1
jiné	8	1,8
celkový soubor	450	100

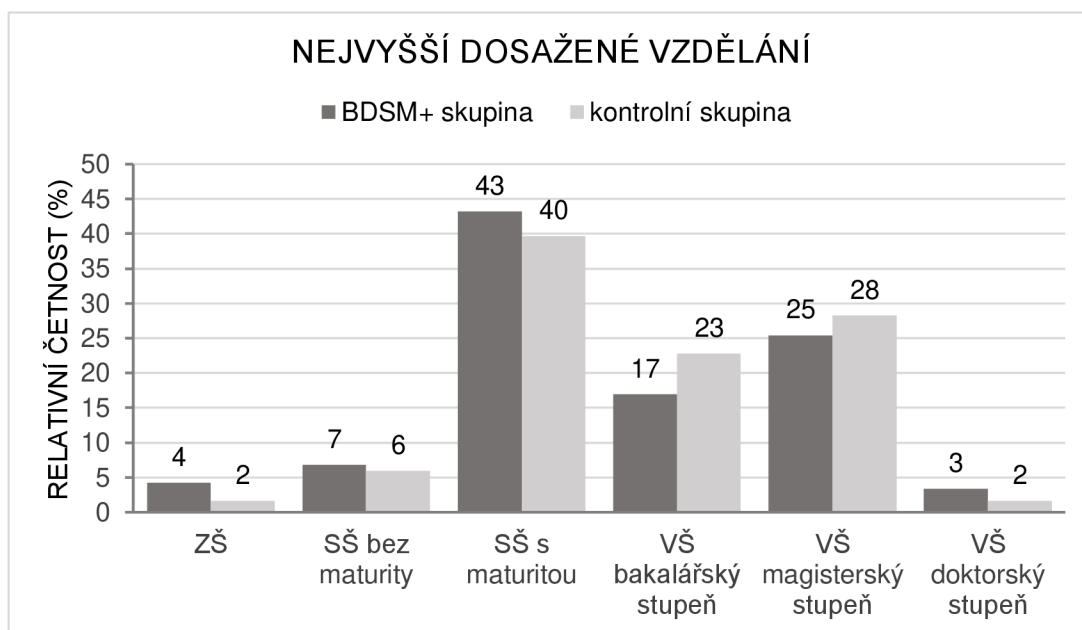
6. 1 Popis dílčího výzkumného souboru

Jak bylo již výše zmíněno, pro náš hlavní účel byly použity pouze odpovědi respondentů ve vztahu, které budu v následujících řádcích blíže popisovat. Jednalo se tedy o jedince starší 18 let, kteří byli nejméně 6 měsíců ve vztahu. Z celkového počtu 450 osob tyto kritéria splňovalo 302 respondentů. Následně tak vznikla skupina jedinců, u nichž je BDSM součástí aktuálního sexuálního života (označované jako BDSM+) a druhá skupina (kontrolní) se stejnými kritérii, avšak bez výskytu BDSM aktivit v jejich intimním životě. V tabulce 6 můžeme vidět, že procentuální rozložení jedinců v obou skupinách je velmi podobné. Věkové rozpětí se zde pohybovalo od 18 – 82 let s průměrnou hodnotou 33,7 let a směrodatnou odchylkou 11,06. Nejčastěji zastoupeným stupněm vzdělání byla střední škola s maturitou, a to jak u skupiny BDSM+ 51 osob (43 %), tak kontrolní skupiny 73 osob (40 %) (viz graf 2).

Tab. 6: Rozložení respondentů ve vztazích trvajících ≥ 6 měsíců

skupina	BDSM+	relativní četnost (%)	kontrolní	relativní četnost (%)
ženy	81	68,6	135	73,4
muži	34	28,8	49	26,6
nebinární	3	2,5	0	0
celkový soubor	118	100	184	100

Graf 2: Procentuální znázornění dosaženého stupně vzdělání v obou skupinách



Jak jsme již zmiňovali, všichni jedinci se nacházeli ve vztahu trvajícím minimálně 6 měsíců. Průměrná délka pak byla 104,4 měsíců (tedy 8,7 let) se směrodatnou odchylkou 97,8. Maximální délkou soužití s partnerem bylo přesně 40 let. Z celkového počtu 302 osob odpovědělo pouze 7 z nich, že tento vztah nepovažují za dlouhodobý (tj. nepokládají ho za perspektivní a neplánují v něm s partnerkou / partnerem společnou budoucnost). V tabulce 7 můžeme vidět, že nejpočetnější skupinou respondentů byli svobodní jedinci a hned za nimi byli jedinci v manželském svazku. Průměrný počet dětí v obou skupinách se nijak výrazně nelišil, počet se pohyboval v intervalu 0 – 5 dětí, přičemž nejčastější odpovědí bylo 0 dětí.

Tab. 7: Frekvenční tabulka z hlediska rodinného stavu

skupina	BDSM+	kontrolní	absolutní četnost	relativní četnost (%)
svobodný/á	63	85	148	49
ženatý/ vdaná	44	90	134	44,4
rozvedený/á	10	7	17	5,6
vdovec/ vdova	0	1	1	0,3
registrované partnerství	1	1	2	0,7
celkový soubor	118	184	302	100

Z hlediska sexuální a náboženské orientace jsme mohli pozorovat, že rozložení v obou skupinách je velmi podobné. Celkem 83 % respondentů mělo heterosexuální orientaci a 69 % z nich bylo bez náboženského vyznání. Jejich jednotlivé zastoupení v obou skupinách můžete vidět v následujících tabulkách 8 a 9.

Tab. 8: Frekvenční tabulka z hlediska sexuální orientace

skupina	BDSM+	kontrolní	absolutní četnost	relativní četnost (%)
heterosexuální	81	169	250	82,8
homosexuální	1	1	2	0,7
bisexuální	33	14	47	15,6
jiné	3	0	3	1
celkový soubor	118	184	302	100

Tab. 9: Frekvenční tabulka z hlediska náboženského vyznání

skupina	BDSM+	kontrolní	absolutní četnost	relativní četnost (%)
bez vyznání	86	123	209	69,2
věřící bez příslušnosti k církvi	17	25	42	13,9
křesťanství	10	35	45	14,9
jiné	5	1	6	2
celkový soubor	118	184	302	100

Obě skupiny tak byly velmi vyrovnané svým rozložením a charakteristikami a nebyl mezi nimi významný rozdíl, který by později mohl zkreslit výsledky u porovnávání partnerské spokojenosti.

V rámci skupiny BDSM+ jsme se respondentů navíc ptali na jejich BDSM orientaci, kde měli na výběr ze třech možností. Submisivní zvolilo 50 respondentů, dominantní 31 a switch (= střídání submisivní a dominantní role) 37.

Tab.10: Procentuální rozložení BDSM orientace vzhledem k pohlaví

skupina	submisivní	dominantní	switch
ženy	36,4	11	21,2
muži	5,1	14,3	9,3
nebinární	0,9	0,9	0,9
celkový soubor	42,4	26,2	31,4

6. 1 Etická hlediska

Jak jsme již zmínili, výzkum probíhal formou online dotazníku, který byl vytvořen prostřednictvím Google Forms. Veškerá poskytnutá data byla naprosto anonymní a účast dobrovolná. Respondenti byli zároveň seznámeni s tím, že svou účast mohou kdykoliv ukončit a odstoupit od vyplňování. V instrukcích bylo dále uvedeno, že dotazník je určen pouze pro osoby starší 18 let z důvodu sexuálního obsahu. Před spuštěním dotazníku následovalo ještě samotné udělení souhlasu, kterým respondenti potvrdili zapojení se do výzkumu a poskytnutí svých odpovědí pro účely bakalářské práce.

Respondenti neznali konkrétní cíl našeho šetření, tedy porovnávání kvality vztahu u jedinců praktikující BDSM a těch, kteří nepraktikují. Důvodem bylo zabránění možnému zkreslení výsledků či záměrně chybnému vyplnění. Proto byl výzkum prezentován obecněji pod názvem Partnerské vztahy, intimita a sexualita s cílem zmapování sexuálních preferencí a postojů u osob starších 18let, které byly či jsou ve vzájemném soužití s jinou osobou.

V dotazníkovém šetření byla také přiložena emailová adresa, na kterou se respondenti v případě jakýchkoliv nejasností či otázek mohli obrátit. V případě sběru dat prostřednictvím sociálních sítí jim bylo umožněno kontaktovat mě i přímo přes můj osobní profil. Tato případná konverzace probíhala přes soukromé zprávy a jejich identita nebyla nijak zveřejňována.

7 Práce s daty a její výsledky

Získaná data byla uložena a následně zpracovaná v programu Microsoft Excel. V případě jednotlivých škál jsme odpovědi zredukovali na jeden z-skór na osobu s předchozím převedením na hrubé skóre. Díky tomu jsme zachovali normální tvar rozdělení původních dat a mohli s nimi dále pracovat. Po jejich úpravě jsme tak získali alternativní a metrickou proměnnou v podobě dvou skupin a hodnot z příslušné škály. Následně byla data přenesena do programu Statistica 13.4, kde byla vyhodnocena pomocí metod deskriptivní statistiky a statistických parametrických testů. Konkrétně se jednalo o t-test pro dva nezávislé výběry, který, jak už sám název napovídá, pracuje s hodnotami, které jsme naměřili na dvou skupinách náhodně vybraných respondentů (Dostál, 2020).

Nyní již můžeme přejít k ověření a prozkoumání našich hypotéz, které jsme si na začátku výzkumu stanovili:

H1: Lidé ve vztahu praktikující BDSM skórují výše na škále celkové spokojenosti s partnerským vztahem než lidé, kteří BDSM nepraktikují.

První testovanou hypotézou jsme zkoumali, zda praktikování BDSM souvisí s vyšší mírou spokojenosti ve vztahu. Z tabulky 11 můžeme vyčíst, že jsme zde našli statisticky významný rozdíl mezi skupinou BDSM+ a jedinci v kontrolní skupině. Respondenti věnující se BDSM aktivitám vykazovali vyšší míru partnerské spokojenosti a v průměru skórovali přibližně o 2 body výše na této škále. Naměřili jsme tak hodnoty $t(300) = -2,49$, $p = 0,013$ a díky odečtení průměrů obou skupin a jejich standardizování pomocí společné směrodatné odchylky jsme vypočítali hodnotu ukazatele míry účinky, jímž je v tomto případě Cohenovo d . Jeho hodnota 0,29 se tak pohybuje na pomezí malého až středního efektu (Dostál, 2020). Na základě $p = 0,013$ s hladinou významnosti $\alpha = 0,05$ zamítáme nulovou hypotézu.

Tab. 11: Výsledky t-testu pro dva nezávislé výběry

proměnná	průměr kontrolní	průměr BDSM+	statistika t	p - hodnota	Cohenovo d
partnerská spokojenost	-0,114	0,177	-2,487	0,013	0,29

H2: Lidé ve vztahu praktikující BDSM dosahují vyššího skóre u vzájemného sdílení v oblasti sexuálního života na rozdíl od lidí, kteří BDSM nepraktikují.

Pomocí druhé testované hypotézy jsme chtěli dokázat, zda lidé věnující se BDSM aktivitám jsou sdílnější se svými vzájemnými touhami, představami a preferencemi ve srovnání s lidmi, kteří jsou rovněž v partnerském vztahu a těmto aktivitám se nevěnují. V následující tabulce 12 můžeme vidět, že výsledky $t(300) = 4,96$ a $p < 0,001$ svědčí o existenci rozdílu a obě skupiny se v průměru lišily o 1 bod na dané sadě otázek. Na základě těchto výsledků tak zamítáme nulovou hypotézu.

Tab. 12: Výsledky t-testu pro dva nezávislé výběry

proměnná	průměr kontrolní	průměr BDSM+	statistika t	p - hodnota	Cohenovo d
vzájemné sdílení	-0,22	0,343	4,963	< 0,001	0,05

H3: Lidé praktikující BDSM skórují výše na škále nekonvenčních vzrušujících podnětů (bolest, strach, ponížení...) ve srovnání s lidmi, kteří BDSM nepraktikují.

Poslední testovanou hypotézou jsme chtěli zjistit, zda existuje signifikantní rozdíl mezi vnímáním netradičních vzrušujících podnětů mezi jedinci, kteří se věnují BDSM aktivitám a těmi, kteří nikoli. Výsledky $t(300) = 13,5$ a $p < 0,001$ nám prozrazují, že zde opravdu existuje statisticky významný rozdíl a respondenti v BDSM+ skupině skórovali na dané sadě podnětů o 5 bodů výše. I v tomto případě tedy nulovou hypotézu zamítáme.

Tab. 13: Výsledky t-testu pro dva nezávislé výběry

proměnná	průměr kontrolní	průměr BDSM+	statistika t	p - hodnota	Cohenovo d
vzrušující podněty	-0,492	0,766	13,502	< 0,001	0,12

VO1: Jaké jsou pozitivní / negativní dopady praktikování BDSM na partnerský vztah?

Pomocí této otázky jsme chtěli zjistit, zda jedinci věnující se BDSM aktivitám pociťují nějaké změny v jejich partnerských vztazích a popřípadě, jakého jsou charakteru. V případě pozitivních aspektů jsme vyzorovali šest nejčastěji se opakujících oblastí, které jsou více rozvedené v tabulce 14. U negativních aspektů převažovala odpověď typu žádné, kterou jsme do celkového shrnutí v tabulce 15 nezařazovali.

Tab. 14: Přehled pozitivních aspektů praktikování BDSM

kategorie	výpovědi respondentů
důvěra	získání / prohloubení důvěry, navzájem si věříme
transparentnost	jasné role, hranice, kdy ano / ne, větší otevřenost v sexu i mimo něj, máme ve vztahu úplně jasno, bezprostřednost, víme, co se druhému líbí
vzrušení	intenzivnější prožitky, uspokojení, rychlejší vyvrcholení, větší sexuální napětí, oživení, zpestření, hravost, zábava, naplnění sexuálních fantazií a tužeb
prohloubení vztahu	sblížení, propojení, porozumění, respekt, tolerance, pochopení, hlubší poznání sebe i partnera, zlepšení komunikace, společné trávení času, lepší fungování vztahu, spokojenost, větší přitažlivost
nové zkušenosti	workshopy, nová přátelství, mnoho možností v sexuálním životě
ostatní	sebevědomí, zmírnění psychických problémů, úleva od celkového napětí, klid

Tab. 15: Přehled negativních aspektů praktikování BDSM

kategorie	výpovědi respondentů
partnerský nesoulad	odlišný přístup k BDSM, prvotní nedorozumění, přehnaná očekávání, rozdílné preference, vzdálení se od sebe, nevěra, ne vždy se sladíme do stejné role (oba jsme switch), přenášení rolí i do běžného života
náročnost	finančně nákladné (drahé hračky), hlasité, někdy nepohodlné, nutnost schovávání pomůcek před dětmi, skrývání stop, řešení otázek bezpečnosti
negativní pocity	netrpělivost, frustrace, zklamání, vztek, spory, výčitky
ostatní	neschopnost mít naplněný vanilkový vztah, klasický sex už není zábava

VO2: Co se lidem vybaví jako první při zkratce BDSM?

Díky této otázce jsme chtěli získat přehled o tom, co přesně si respondenti spojují s termínem BDSM. Z celkového počtu čítajícího 302 osob 91 % z nich uvedlo, že se s touto zkratkou již dříve setkalo a 88 % respondentů nám sdělilo, že ví, jaký je její význam. Ve shromážděných odpovědích jsme opět identifikovali ty nejčastěji se opakující a společně s individuálními výpověďmi respondentů je shrnuli do tabulky 16. Do konečného přehledu nebylo zařazeno 24 osob s odpovědí „nic / nevím“ společně s 3 nesmyslnými odpověďmi.

Těmi nejfrekventovanějšími slovy, která se v různých formách objevila nejméně u 20 osob, byla – dominance / submise, bičik, pouta, bondage (svazování), bolest a násilí.

Tab. 16: Přehled prvních asociací respondentů s termínem BDSM

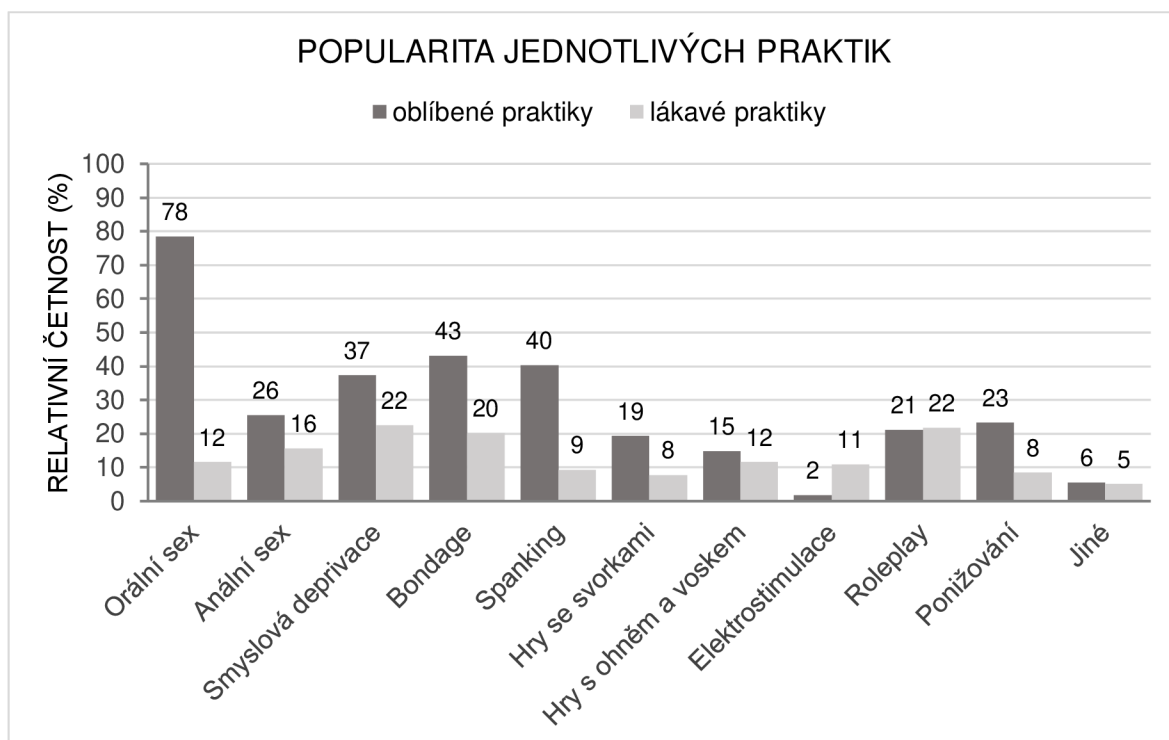
kategorie	výpovědi respondentů
sexualita	sexuální akt, sexuální praktiky, intimita, sexuální uspokojení pomocí bolesti, sex se vzrušující bolestí, erotika jiné úrovně, vzrušení, rozkoš, multiorgasmus, zatraceně dobrý sex, sexuální fantazie
erotické pomůcky	bičik, pouta, provazy, obojek, roubík, důtky, svorky, kukla, vosk, hračky, kožené předměty, latex
jednotlivé praktiky a oblasti	svazování, výprask, hraní rolí, nadřazenost / podřízenost, ponížení, nepoměr sil, shibari, breathplay, dogplay, fetish, hra, dominance, submise, sadismus, masochismus, partnerský sadomasochismus
role	Top/Bottom, Dominant, submisiv, Domina, sub, Pán, otrok
bezpečnost	souhlas, pravidla, bezpečí, SSC, velké důvěra, zodpovědnost, dobrovolnost, nutnost komunikace
násilí	násilí na partnerovi, fyzické násilí, kontrolované násilí, bití, zmlácení, mučení, sexuální akt s násilnostmi, určitá forma násilí ve sjednané míře, dobrovolné přijetí násilí, tvrdý sex, drsnější sex, sadomaso, bolest
BDSM komunita	stránky bdsm.cz, eleferno.cz, Písklata, komunitní akce, srazy, "náš svět"
mediální zobrazení	50 odstínů šedi, pornovidea, píseň Rodinná pouta
tabuizace	úchylárny, nepochopení od nezasvěcených lidí, pokrytectví něco, co nemám v plánu zkusit
ostatní	můj život, neoddělitelná součást, spoustu vzpomínek a zážitků, jiná rovina vzájemnosti, jednodušší a přitom hlubší "svět", zábava pro dva a více lidí, milenec / milenka, černá barva, vtipné rozhovory s kamarády

VO3: Jaký postoj zaujímají lidé k jednotlivým praktikám?

Jak moc jsou jednotlivé praktiky spadající pod BDSM přitažlivé a lákavé pro českou společnost a patří některé z nich třeba i mezi oblíbené? To jsme se pokoušeli zjistit a na následujícím grafu se můžete sami přesvědčit, že některé z nich se těší nemalé oblibě. Z celkového počtu 450 respondentů 43 % z nich řadí mezi své oblíbené praktiky bondage. Na druhém místě je se 40 % spanking a se 37 % se hned za něho řadí smyslová deprivace. Ta zároveň podle výsledků patří společně s roleplay k těm nejlákavějším (22 %).

V grafu není zaznamenaná kategorie žádná, která u oblíbených praktik čítala 21 % a u které respondenti ve 3 % případech navíc dopisovali odpověď jako klasický sex, normální sex apod. U lákavých praktik tato kategorie čítala 33 % odpovědí. Pro srovnání jsme naopak v grafu ponechali orální a anální sex, které sice nepatří k typickým a specifickým praktikám pro oblast BDSM, ale hezky vykreslují rozdíl mezi tím, co je považované společností za tabu a co již nikoli. U kategorie jiné se objevovaly praktiky jako breathplay (= hra s dechem), klinik, jehly, dirty games, trampling (= šlapání, dupání) atd.

Graf 3: Procentuální zastoupení odpovědí na atraktivitu jednotlivých praktik



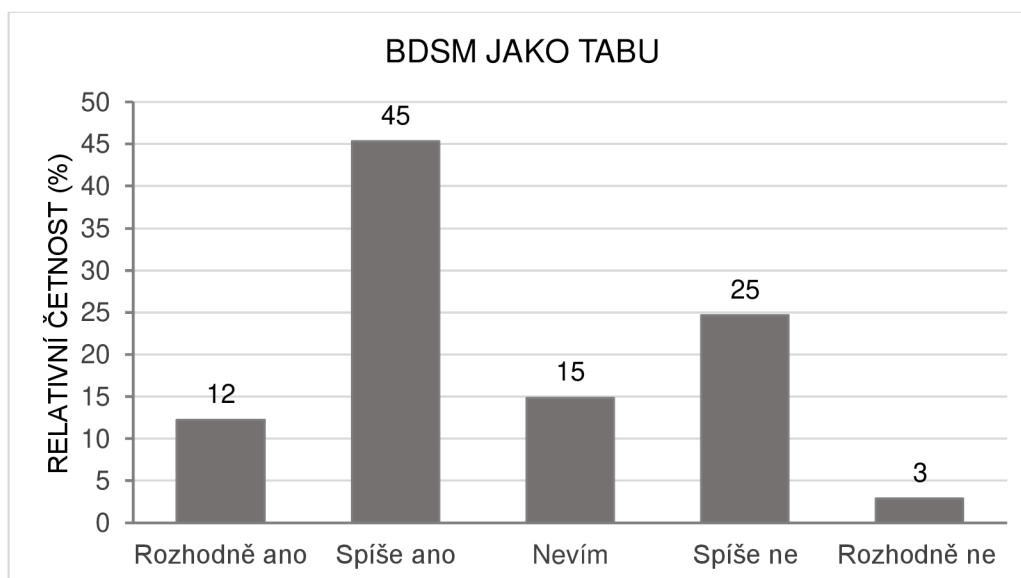
VO4: Jaký pohled na BDSM mají lidé z české společnosti?

Jak jsme již zmiňovali dříve, postoj k oblasti BDSM jsme mapovali pomocí pěti otázek, z nichž se ta poslední lišila pro jedince praktikující BDSM a pro ty, kteří nikoli. Pro lepší orientaci zde znovu uvádíme jejich plné znění:

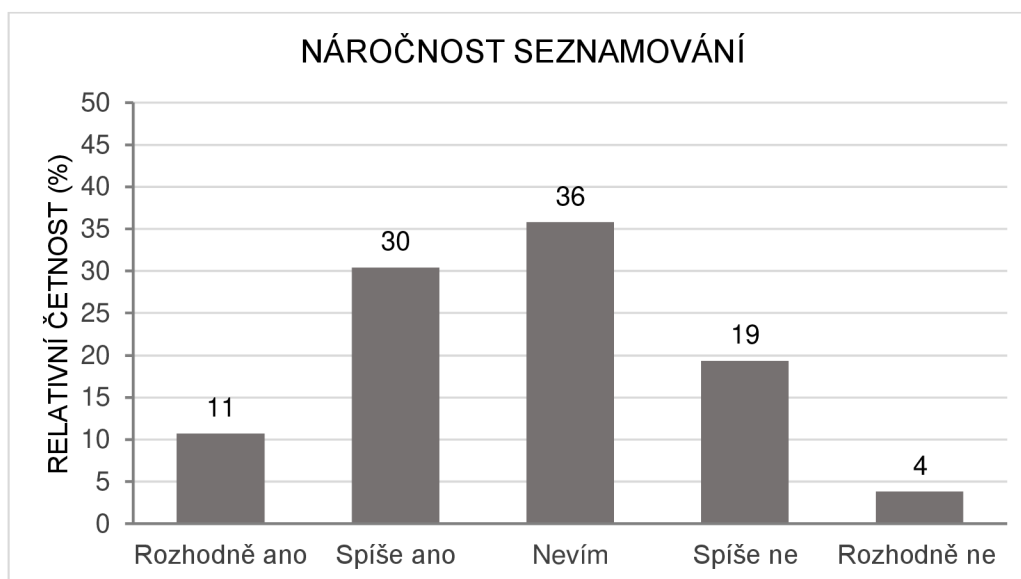
1. *Domníváte se, že v naší společnosti je pohlíženo na BDSM jako na tabu?*
2. *Připadá Vám, že pro lidi praktikující BDSM je obtížnější najít si partnera?*
3. *Myslíte si, že lidé věnující se BDSM mají bohatší / živější sexuální fantazie?*
4. *Domníváte se, že praktikování BDSM ovlivňuje partnerský vztah?*
5. *Dokážete si představit svůj život bez BDSM?* – otázka pro praktikující jedince
6. *Změnil by se Váš pohled na člověka, o kterém byste se dozvěděli, že praktikuje BDSM?* – otázka pro všechny ostatní

Na následujícím grafu číslo 4 můžeme vidět, že 57 % respondentů se domnívá, že oblast BDSM je v naší společnosti tabuizovaná a 28 % vnímá tuto skutečnost odlišně. Respondenti zároveň ve 41 % vnímají hledání partnera u praktikujících osob jako obtížnější, avšak u této otázky byla nejčastější odpovědí možnost nevím, kterou zvolilo 36 % zúčastněných (viz graf 5). Dále můžeme pozorovat, že více než polovina respondentů si myslí, že lidé věnující se BDSM aktivitám mají bohatší sexuální fantazie a pouhých 2 % s tímto tvrzením rozhodně nesouhlasí (viz graf 6).

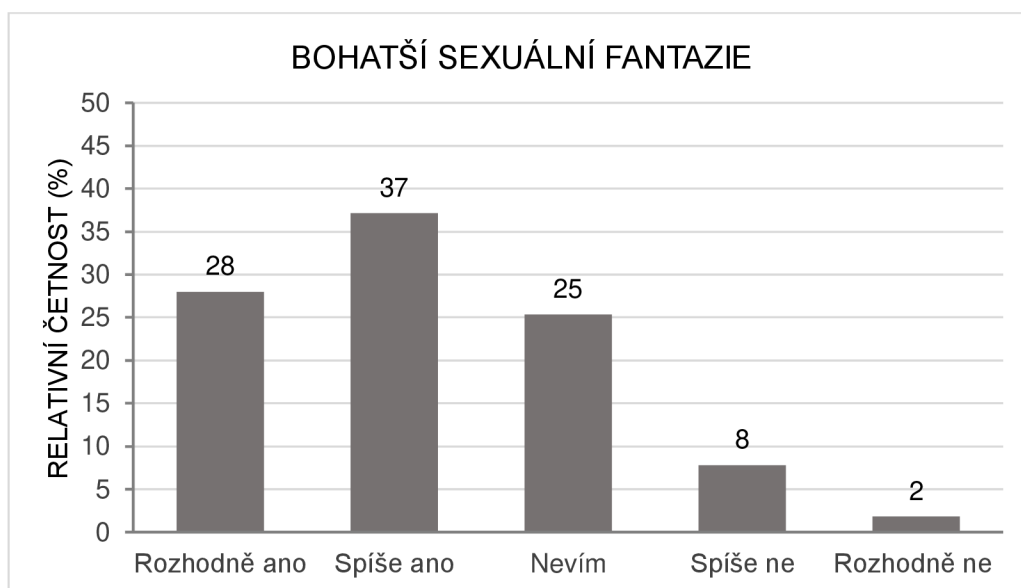
Graf 4: Grafické znázornění vnímání oblasti BDSM jako tabu



Graf 5: Názory respondentů na obtížnost hledání partnera u osob praktikujících BDSM



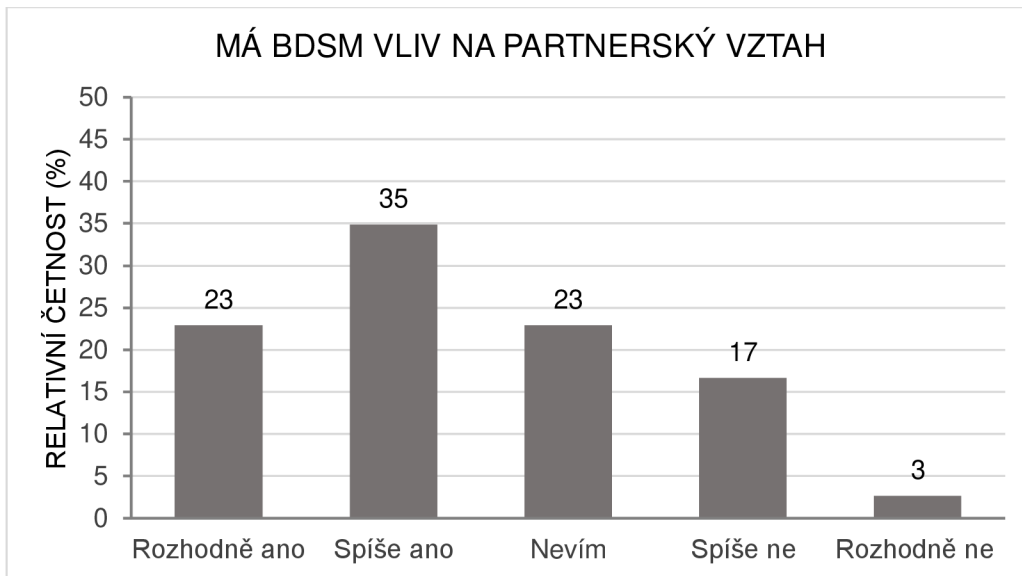
Graf 6: Názory respondentů na živější fantazii u osob praktikujících BDSM



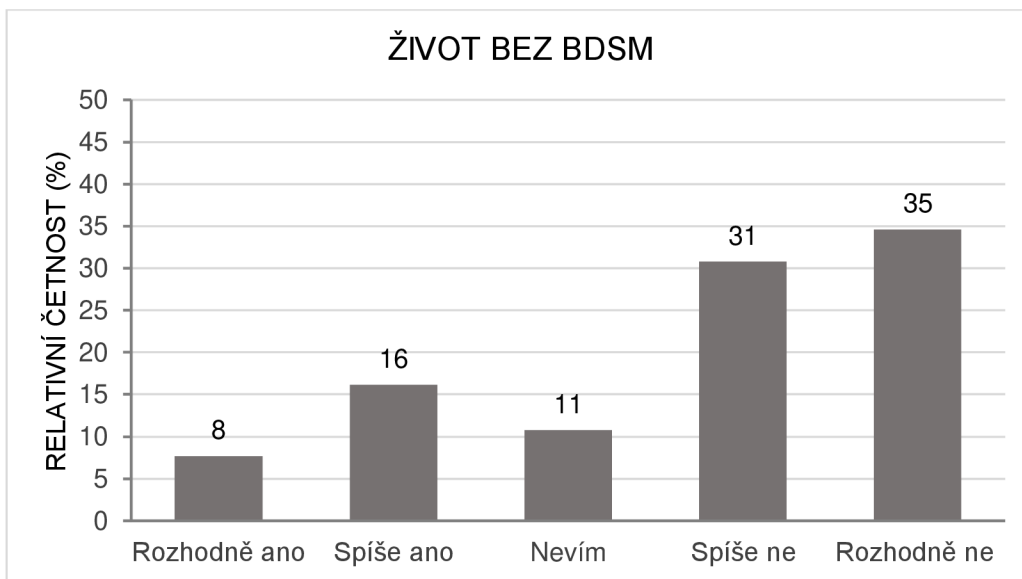
S tvrzením, že praktikování BDSM může mít dopad na partnerský vztah souhlasilo necelých 60 % respondentů (graf 7).

Graf číslo 8 již nepracuje s celkovým souborem čítajícím 450 osob, ale pouze s těmi, kteří se BDSM aktivitám věnují či v minulosti někdy věnovali. Ze 130 odpovědí tak 66 % uvedlo, že si svůj život bez BDSM již nedokážou představit a pro 24 % respondentů byla tato varianta přijatelná. Zbývajících 320 respondentů odpovídalo na otázku, zda by se změnil jejich pohled na člověka praktikujícího BDSM, o kterém to dříve netušili. Nejvíce (32 %) uvedlo, že by se jejich názor spíše nezměnil a 30 %, že rozhodně ne (viz graf 9).

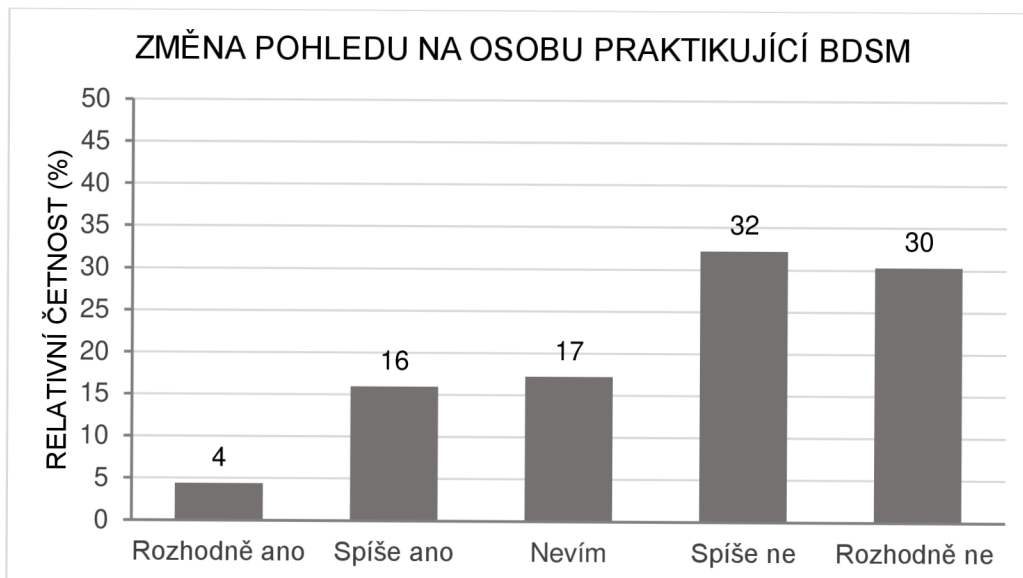
Graf 7: Grafické znázornění posouzení dopadů BDSM na partnerský vztah



Graf 8: Přehled reakcí respondentů při představě života bez BDSM aktivit



Graf 9: Znáznornění odpovědí na změnu pohledu na BDSM+ osobu



8 Diskuze

V této části se zaměříme na podrobnější rozbor výsledků naší práce a zároveň na jejich propojení s již proběhnutými studiemi, kterým jsme se věnovali v teoretické části. Rovněž si představíme i možnosti a doporučení pro potenciální výzkum, který by mohl navazovat na naši práci.

K provedení samotného výzkumu byl použit dotazník vlastní konstrukce, který pobíhal v online prostředí. Jeho tvorba byla založena na výběru a kombinaci položek z již existujících dotazníků - Spanier (1976), Jacques (1998) a studie Schuerwegen et al. (2020). Díky vyselektování otázek a spojení tématu partnerské spokojenosti s oblastí BDSM a jednou z nejnovějších studií jsme tak vytvořili dotazník přímo pro naše účely. Zároveň jsme se tak vyhnuli nepřesným či zavádějícím formulacím, které originální inventáře obsahovaly. Výhodou bylo i zaručení proveditelnosti daného sběru dat, který by byl vzhledem k probíhající covid situaci téměř nemožný v jakékoli jiné podobě.

Naši cílovou skupinou se tak stali jedinci starší 18 let (podmínka plnoletosti byla nutná pro přístup na stránky se sexuálním obsahem a účast na akcích s BDSM tematikou) a pro srovnávání partnerské spokojenosti bylo navíc zvoleno kritérium délky vztahu trvajícím minimálně 6 měsíců. Tato hranice byla zvolena z důvodů možného zkreslení výsledků respondenty, kteří se nacházeli v počátečním stádiu zamilovanosti. Dotazník tak sbíral data od jedinců ve vztahu, kteří se věnovali BDSM aktivitám i zároveň od těch, kteří nikoli a od respondentů, kteří se momentálně nenacházeli ve vztahu, byly použity pouze odpovědi pro pohled na BDSM a otevřenost k jednotlivým praktikám.

Počet respondentů, kteří projevíli zájem o účast na výzkumném šetření, byl i po jejich vyselektování více než uspokojivý. Vzhledem k tématu a kritériím, které bylo nutné pro srovnávání partnerské spokojenosti nastavit, jsem měla jisté obavy z nedostatečného výzkumného souboru. Ty přetrvávaly i po několika neúspěšných pokusech, kdy jsem se snažila dostat dotazník mezi členy BDSM komunity a místo toho na oplátku dostala zablokování přístupu na dané stránky. Důvod mi bohužel nebyl sdělen a doteď mi není znám, přestože jsem dodržovala veškerá pravidla. Naštěstí se mi později podařilo uspět a díky vstřícné komunikaci a objasnění výzkumných účelů jsem se do jiné skupiny bez problémů dostala. Zde jsem však vyvolala nemalou diskuzi a bylo zřejmé, že někteří ze členů jsou již na podobné dotazníky mírně alergičtí. Příčinou mohly být i uvedené důvody, že jedinci sice dotazníky vyplňují, ale postrádají následnou zpětnou vazbu od daných autorů a sdělení

finálních výsledků. Tyto reakce tak byly pochopitelné, a i proto jsem se je snažila brát v potaz a vyvarovat se podobným nedorozuměním, jelikož pevně věřím, že i autoři přede mnou nabídli možnost získat výsledky po jejich vyhodnocení stejně jako já. Jistým podnětem k negativním ohlasům mohl být i fakt, že náš výzkum necílil na detailní rozbor všech aktivit a vztahů, které jsou s BDSM spojené, a tak mohl v některých místech nešťastně vyznít jako ofenzivní vůči nemonogamním vztahům či jedincům, kteří nenašli svou možnost v těch nabízených a museli volit odpověď jiné. Převážně jsem se však setkávala s pozitivními ohlasy a obecným zájmem o dané téma a výsledky finální práce.

Podářilo se tak získat dvě skupiny (BDSM+ a kontrolní), které byly velmi vyrovnané svým rozložením a charakteristikami daných respondentů. Jejich případný rozdíl by totiž mohl vyvolat nechtěné zkreslení a interpretaci nevalidních výsledků. Pro porovnávání partnerské spokojenosti jsme tak měli ideálně utvořené skupiny. Všichni zúčastnění byli starší 18 let a v aktuálně trvajícím vztahu minimálně 6 měsíců. Jejich průměrná délka vztahu se pohybovala okolo necelých 9 let, kdy maximální délkou bylo 40 roků. Obě skupiny se shodovaly v průměrném věku respondentů (34 let), nejčastějším stupni vzdělání, kterým byla střední škola s maturitou (42 %) a také nejpočetnějším zastoupením u heterosexuální orientace (83 %) a jedinců bez náboženského vyznání (69 %). V kontrolní skupině bylo jen početnější zastoupení jedinců v manželském svazku, zatímco v BDSM+ skupině převažovali svobodní jedinci. Avšak u tohoto rozdílu nepředpokládám, že by měl nějaký zásadní dopad na výsledky.

Výzkumu partnerské spokojenosti a obecně existenci BDSM vztahů se věnoval například již zmiňovaný Cutler et al. (2020). Podobně jako on či Rogak & Connor (2017) jsem i já ve svém výzkumu předpokládala, že tyto vztahy by mohly být fungující, pevné a plné důvěry. Právě díky partnerské kompatibilitě a sdílené zálibě, kdy se oblast BDSM stává důležitou součástí vztahu jsem očekávala vyšší míru nejen sexuální, ale také partnerské spokojenosti, která by měla být tím hlavním předpokladem pro kvalitu vztahu s partnerem (Plopa, 2019; Sprecher, 2002; Strizzi et al., 2021). A naše domněnky, že lidé ve vztahu praktikující BDSM skórují výše na škále celkové spokojenosti s partnerským vztahem než lidé, kteří BDSM nepraktikují, se nám opravdu potvrdily. Respondenti věnující se BDSM aktivitám vykazovali vyšší míru partnerské spokojenosti, avšak předchozí transformace na z-skór nám neumožňovala na první pohled vidět, jak moc se dané skupiny liší. To jsme vyřešili pomocí zpětné transformace a získali tak skutečný počet bodů. BDSM+ skupina skórovala v průměru o 2 body více než kontrolní. Naměřili jsme hodnoty $t(300) = -2,49$; $p = 0,013$ a $d = 0,29$, které tak představovaly statisticky významný rozdíl mezi skupinami. U

H1 jsme tak zamítli nulovou hypotézu a alternativu přijali. Tyto výsledky tak podporují předchozí studie a zároveň potvrzují existenci vyšší míry spokojenosti u jedinců ve vztahu praktikující BDSM.

U BDSM aktivit je taktéž velmi důležitá komunikace a vzájemné sdílení mezi partnery (Wang, 2016). I ve studii Cutler et al. (2020) se napříč páry objevily klíčové komponenty vztahu mezi které patřil mimo jiné právě závazek ke komunikaci a transparentnosti. Ten ale nemusí být vždy automatický a odlišné sexuální preference mohou naopak vést k jejich potlačování či úplně paralyzaci daného jedince (Pospíšilová, 2020a). Proto jsme se dále zaměřili na ověření předpokladu, jestli lidé ve vztahu praktikující BDSM opravdu dosahují vyššího skóre u vzájemného sdílení v oblasti sexuálního života na rozdíl od lidí, kteří BDSM nepraktikují. V tomto případě nám vyšly hodnoty jako $t(300) = 4,96$; $p < 0,001$ a $d = 0,05$. P-hodnota tak vykazovala velmi vysoce signifikantní výsledek a skupiny se v průměru lišily o 1 bod na dané sadě otázek. Nulovou hypotézu jsme tedy zamítli, avšak Cohenovo d ukazovalo pouze malý pozorovaný efekt, jehož existenci si v praxi nemůžeme být zcela jisti (Dostál, 2020).

Se vzrůstajícím zájmem o oblast BDSM vzrostl i počet odborníků, kteří se tímto tématem začali zabývat. Například Holvoet et al. (2017) ve svém výzkumu zaznamenal vysoký zájem o BDSM aktivity, kdy téměř polovina jeho respondentů uvedla, že mají zkušenost s BDSM a necelá čtvrtina souboru o těchto činnostech snila. Pokud by tedy oblast BDSM představovala tak silnou přitažlivost i pro obecnou veřejnost, aniž by se daní jedinci považovali za součást komunity, neměli by být ve společnosti rozšířeny taktéž netradiční sexuální podněty, které by dané jedince vzrušovali? Proto jsme se rozhodli otestovat platnost tvrzení, zda lidé praktikující BDSM opravdu skórují výše na škále nekonvenčních sexuálních podnětů ve srovnání s lidmi, kteří BDSM nepraktikují. A naše výsledky $t(300) = 13,5$; $p < 0,001$; $d = 0,12$ mluvily jasně. Jedinci v BDSM+ skupině skórovali na dané sadě podnětů v průměru o 5 bodů výše než kontrolní skupina. Což vzhledem k celkovému počtu 12 položek představovalo výrazný rozdíl a i v tomto případě zamítáme nulovou hypotézu a přijímáme alternativní.

Mimo naše hypotézy jsme se dále rozhodli stanovit si 4 výzkumné otázky, na které jsme hledali odpověď. Mnoho studií zmiňuje pozitivní aspekty a přínosy, které s sebou praktikování BDSM přináší (Braithwaite, 2021; Strizzi et al., 2021; Wuyts & Morrens, 2021). Osobně mě však zajímaly konkrétní dopady a subjektivní vnímání praktikujících jedinců. Proto byly do dotazníku zakomponovány i tyto otázky, díky kterým jsme chtěli zjistit, jaké jsou pozitivní / negativní dopady praktikování BDSM na partnerský vztah.

Jelikož se jednalo o otevřené otázky, zvolila jsem postup kódování jednotlivých odpovědí a utváření kategorií z těch nejčastěji se opakujících. Díky tomu jsme tak později získali 6 kategorií u pozitivních a 4 kategorie u negativních aspektů praktikování BDSM. Musím přiznat, že jednotlivé výpovědi respondentů mě mile překvapily. V průběhu pilotní studie jsem totiž buď nedostala žádnou odpověď či jen velmi stručnou a obecnou, která mnohdy ani nesouvisela s danými praktikami. Avšak i přes mírné obavy jsem tyto otázky v dotazníku ponechala a nyní jsem za to vděčná.

Výsledky nám totiž přinesly velmi zajímavou a pestrou škálu odpovědí. Nejčastějším kladným důsledkem praktikování BDSM byla důvěra. Její získání, znovuobnovení či prohloubení se tak stalo hlavním tématem této otázky. Vypozorované kategorie byly velmi podobné těm, které ve své studii uvedl Cutler et al. (2020). Avšak u nás se navíc objevily přínosy ve formě nových zkušeností a benefitů v oblasti psychického zdraví. V případě negativních dopadů náš výzkum odporoval Cutlerovu tvrzení o ulehčení partnerského sblížení. Respondenti naopak uváděli jako záporné vlastnosti BDSM právě počáteční nedorozumění, vzdálení se od sebe apod. Osobně si myslím, že Cutlerovo tvrzení rozhodně není neplatné, ale své platnosti nabývá až po delší době trvání vztahu a nalezení partnerského souladu. Poté BDSM aktivity mohou být jednou z alternativ ke vzájemnému sblížení se partnerů. Ale pokud se druhý partner nevěnuje BDSM aktivitám a neprojevuje zájem o jejich praktikování, pak je zde samozřejmě možnost, že se objeví pocit vzdálení se a odcizení. Celkově se zde ale objevovaly především pozitivní aspekty a u těch negativních respondentů velmi často psali, že žádné nepozorují nebo si jich nejsou vědomi.

Pomocí druhé výzkumné otázky jsme se zaměřili na to, co se lidem vybaví jako první při zkratce BDSM. Již se zadáváním tématu své bakalářské práce jsem se setkávala s různorodými reakcemi, které převážně pramenily z nedostatečné znalosti významu BDSM. A pokud chceme oblast BDSM a obecně celé sexuality odtabuizovat, měli bychom začít právě u samotné podstaty. Proto jsem se z čisté zvědavosti rozhodla zmapovat, co si lidé spojují s těmito aktivitami a jak je vnímají. Výsledky byly opět zpracovány pomocí metody vytváření trsů a přinesly celkem 10 kategorií. Ačkoli se téměř všichni respondenti (91 %) někdy setkali se zkratkou BDSM a 88 % z nich dokonce uvedlo, že znají její význam, realita byla jiná. Mezi časté odpovědi patřilo chybné zaměňování BDSM aktivit za formu násilí či tvrdého sexu. Mezi další nejfrekventovanější slova, která se respondentům asociovala s termínem BDSM, patřila dominance, submise, bičik, pouta, svazování a bolest. Objevovala se zde samozřejmě i jiná, která jsme shrnuli do přehledové tabulky 16 a zařadili je do jednotlivých kategorií. Osobně mě velmi potěšily odpovědi týkající se bezpečnosti a

důležitosti souhlasu od všech, kteří se těchto aktivit účastní. Při dalším šetření bych určitě navíc volila otevřenou otázku pro vysvětlení významu BDSM, která by prověřila skutečnou znalost pojmu a měla větší vypovídající hodnotu oproti té uzavřené. Avšak i přes to bylo mnohdy v odpovědích poznat, zda ji psal člověk, který se orientuje v BDSM oblasti či někdo z obecné veřejnosti.

To, jaký postoj zaujímají lidé k jednotlivým praktikám, jsme se snažili zjistit v naší třetí výzkumné otázce. Zahraniční studie (i navzdory stále přetrvávající stigmatizaci jedinců věnujícím se BDSM) vykazují vysoký zájem o tyto praktiky i mezi jedinci obecné populace (Holvoet et al., 2017; Paarnio et al., 2022). Proto jsme se rozhodli udělat obdobný průzkum i u našich respondentů žijících v České republice. Po zpracování dat se ukázalo, že z celkového počtu 450 respondentů 43 % z nich řadí mezi své oblíbené praktiky bondage (svazování) a 20 % jedinců láká k vyzkoušení. Jako další nejoblíbenější byl spanking (výprask) a smyslová deprivace. Naopak nejméně oblíbenou byla elektrostimulace (2 %), která však lákala 11 % respondentů. 21 % respondentů volilo odpověď žádná, přičemž 3 % z nich dopisovalo možnost jako klasický sex, normální sex apod. U této oblasti by bylo určitě zajímavé dále prozkoumat, co lidé přesně myslí tímto označením a co takový normální sex obnáší. Jedná se čistě jen o pohlavní styk partnerů, je součástí předehra a pokud ano, týká se obou z nich? Toto téma však dále přenecháme svým kolegům a raději ještě zmiňme, že u praktik k vyzkoušení zvolilo 33 % jedinců možnost žádná. Jedno z vysvětlení tak vysokého zastoupení by mohlo být pomocí dopisovaných odpovědí, kdy respondenti uváděli, že již vše vyzkoušeli a teď už jen poznávají jimi oblíbené praktiky více do hloubky. Nebo je jednoduše žádná z nabízených praktik k vyzkoušení nelákaly.

Tím jsme tak pokryli oblast obecného povědomí o BDSM a otevřenost k jednotlivým praktikám. Jako poslední nám však zbývalo zjistit, jaký pohled na BDSM mají lidé z české společnosti. Touto problematikou se zabývala naše poslední z výzkumných otázek. Respondentů jsme se dotazovali, zda vnímají oblast BDSM v naší společnosti jako tabu (kdy více než polovina z nich odpověděla, že ano) a poté následovaly obecné výroky. U nich jsme sledovali, jaký k nim respondenti budou zaujímat názor a postoj. 41 % z nich se domnívalo, že pro jedince praktikující BDSM je obtížnější najít si partnera. Tato obava zazněla i u respondentek v práci Řezníčkové (2011), která se zabývala procesem coming outu u žen věnujících se BDSM aktivitám. Odpověď ano taktéž převažovala u výroku, že lidé praktikující BDSM mají bohatší / živější fantazii oproti ostatním. To, že má praktikování BDSM nějaký vliv na partnerský vztah, se domnívalo necelých 60 % respondentů. A díky naší první výzkumné otázce můžeme potvrdit, že BDSM s sebou opravdu přináší pestrou

škálu ať už pozitivních či negativních aspektů. Zajímavou položkou se stala otázka směřující pouze na praktikující jedince, přičemž 66 % z nich by si nedokázalo představit svůj život bez BDSM.

Poslední otázka se týkala tabuizování a stigmatizace BDSM+ jedinců ve společnosti. Na tu ze 320 respondentů 62 % odpovědělo záporně – tedy že by se jejich pohled na dotyčného jedince nezměnil, pokud by se dozvěděli, že se věnuje BDSM aktivitám. U tohoto výsledku nejspíše může každý z nás polemizovat, zda by tomu tak opravdu bylo i ve skutečnosti či nikoli. Zahraniční výzkumy totiž tvrdí, že jedinci věnující se BDSM stále zažívají jistou formu diskriminace a při dotazování jedinců z obecné veřejnosti 86 % z nich souhlasilo minimálně s jedním stigmatizujícím postojem (Schuerwegen et al., 2020; Wright, 2006). Proto bych pro příští výzkum volila jinou formulaci a hlubší zmapování názorů jedince pomocí více otázek.

Závěr

Náš výzkum se zabýval porovnáváním partnerské spokojenosti u jedinců ve vztahu trvajícím minimálně 6 měsíců, kteří se věnovali BDSM praktikám oproti těm, kteří nikoliv. Výsledky $t(300) = -2,49$; $p = 0,013$; $d = 0,29$ prokázaly vyšší úroveň u praktikujících jedinců, kteří na dané škále skórovali v průměru o 2 body výše. Zároveň skórovali o 1 bod výše také na sadě otázek týkajících se míry vzájemného sdílení v oblasti intimního života partnerů. Zde jsme naměřili hodnoty $t(300) = 4,96$; $p < 0,001$; $d = 0,05$. V případě vzrušivosti nekonvenčními podněty se potvrdil rozdíl mezi jedinci praktikujícími BDSM a nepraktikujícími: $t(300) = 13,5$; $p < 0,001$; $d = 0,12$. Ti v průměru skórovali o 5 bodů níže oproti BDSM+ skupině. U všech tří vytyčených hypotéz se nám tak povedlo zamítnout nulovou hypotézu a všechny z alternativ přijmout.

Dále jsme díky výzkumným otázkám mohli prezentovat pozitivní a negativní dopady praktikování BDSM na vztah. U pozitivních přínosů jsme zaznamenali 6 nejčastěji se opakujících kategorií, do kterých spadala důvěra, transparentnost, vzrušení, prohloubení vztahu, nové zkušenosti a jiné. U negativních aspektů jsme identifikovali 4 kategorie mezi než se řadil partnerský nesoulad, náročnost, negativní pocity a ostatní. Díky zmapování prvotních asociací respondentů s termínem BDSM jsme mohli zaznamenat stále přetrvávající mýty a chybná označení v české společnosti. Byl zde však patrný i posun ve vnímání těchto aktivit a jedinců, kteří se jim věnují. To se potvrdilo i u průzkumu atraktivity jednotlivých praktik. Z celkového souboru čítajícího 450 respondentů 43 % z nich zařadilo mezi své oblíbené praktiky bondage (svazování). Na druhém místě byl se 40 % spanking a hned za ním se 37 % smyslová deprivace. Ta se zároveň s hraním rolí řadila k těm nejlákavějším k vyzkoušení.

U pohledu na BDSM 57 % respondentů vnímalo tuto oblast ve společnosti jako stále tabuizovanou. Zároveň 41 % z nich se shodlo na obtížnějším hledání partnera, pokud se daný jedinec věnoval BDSM aktivitám a 65 % předpokládalo vyšší úroveň sexuální fantazie u těchto jedinců. Na tom, zda praktikování BDSM s sebou přináší nějaké dopady na partnerský vztah, se shodlo 58 % respondentů. V případě, kdy by si praktikující jedinci měli představit svůj život bez BDSM, by to ze 130 dotázaných dokázalo pouhých 24 %. Naopak u nepraktikujících jedinců by se podle jejich mínění u 62 % z nich nezměnil pohled na člověka, o kterém by se dozvěděli, že se věnuje těmto aktivitám, avšak validita těchto výsledků je diskutabilní, jak jsme již zmiňovali v diskuzi.

Souhrn

V naší práci se zabýváme oblastí BDSM, kterou si můžeme představit jako široké, a ne zcela jasně ohraničené spektrum aktivit, které jsou realizovány bezpečným způsobem se souhlasem všech zúčastněných (Pospíšilová, 2020b). Jejich cílem je uspokojení potřeb partnerů a dosažení jedincova potěšení. Triáda zkratk, ze kterých je pojem BDSM složen, je jednotlivě specifická a zároveň vzájemně propojená. B&D je charakteristická pro bondage – svazování lidského těla či znehybňování, ale i svázanost ve smyslu poddanosti / otroctví a disciplínu – neboli též výcvik, který představuje „nucenou“ poslušnost, příkazy a jejich uposlechnutí. D/s ilustruje protikladnou sílu těchto rolí tedy dominance a submise. SM označuje sadismus – sexuální vzrušení ze způsobování bolesti či jiných silných fyzických podnětů a masochismus – sexuální vzrušení z přijímání bolesti či těchto podnětů. Během realizace BDSM se můžeme věnovat praktikám jako je bondage, spanking, smyslová deprivace, ponižování, roleplay a mnoho dalších. V jejich průběhu se jedinci často stylizují do nějaké předem domluvené role, která se však nemusí shodovat s postavením jedince ve skutečném životě a častokrát bývá jeho pravým opakem (DiClaudio, 2010). Důraz je kladen především na konsensus a bezpečnost, kterou pomáhají zajišťovat předem dohodnutá pravidla (SSC, RACK, CCC atd.), signály (safeword, gesta), otevřená komunikace mezi partnery a aftercare, která zároveň slouží jako prevence vzniku nepříjemného emočního stavu u dotyčného jedince. V kontextu partnerských vztahů se však můžeme setkat se strachem z odhalení svých sexuálních preferencí partnerovi, partnerským nesouladem, kdy se jedinci mohou minout svými zájmy či naopak s velmi silnými soužitími, prohloubením partnerských vztahů nebo vznikem konsensuálních nemonogamních vztahů aj. A ačkoli se v dnešní době oblast BDSM těší stále většímu zájmu i popularizaci, ve společnosti nadále přetrvává její tabuizace, diskriminace a patologizace jedinců a aktivit, kterým se věnují.

Proto jsme se v našem výzkumu rozhodli zaměřit na úroveň partnerské spokojenosti a srovnat její míru u jedinců ve vztahu aktuálně trvajícím minimálně 6 měsíců. K tomu jsme získali dvě dostatečně velké skupiny jedinců, kteří praktikovali BDSM a těch, kteří se těmto aktivitám nevěnují. Následně jsme tyto dvě skupiny mezi sebou porovnávali a zjišťovali, zda mezi nimi existují nějaké rozdíly. Naši pozornost jsme rovněž zaměřili na pozitivní a negativní dopady na vztah, které s sebou praktikování BDSM přináší. Dále jsme mapovali obecné povědomí veřejnosti společně s pohledem na tyto aktivity a otevřeností k jednotlivým praktikám.

Kvantitativní výzkum probíhal formou online dotazníkového šetření. Po celou dobu bylo dbáno na anonymizaci a dobrovolnou účast všech respondentů. K šetření byl použit dotazník vlastní konstrukce, který byl sestaven z již existujících dotazníků (Jacques, 1998; Spanier, 1976) a jedné z nejnovějších studií (Schuerwegen et al., 2020). Celkový soubor čítal po pročištění 450 respondentů, jejichž odpovědi byly převedeny do programu Microsoft Excel. V případě jednotlivých škál jsme odpovědi zredukovali na jeden z-skór na osobu, po předchozím převedení na hrubé skóre. Data byla dále zpracována v programu Statistica 13.4 pomocí t-testu pro dva nezávislé výběry.

Výsledky byly signifikantní na hladině významnosti 0,05 a prokázaly rozdíl mezi BDSM+ a kontrolní skupinou. V případě partnerské spokojenosti jsme zamítli nulovou hypotézu a potvrdil se nám náš předpoklad, že jedinci praktikující BDSM budou skórovat výše na škále celkové spokojenosti oproti jedincům, kteří nepraktikují BDSM. Tato skupina skórovala výše také u míry vzájemného sdílení informací v oblasti intimního života a rovněž i u vzrušivosti nekonvenčními podněty, mezi které spadal například strach, ponížení, bezmoc apod. Dále jsme díky výzkumným otázkám mohli prezentovat pozitivní a negativní dopady praktikování BDSM na vztah. U pozitivních přínosů jsme zaznamenali 6 nejčastěji se opakujících kategorií, do kterých spadala důvěra, transparentnost, vzrušení, prohloubení vztahu, nové zkušenosti a jiné. U negativních aspektů jsme identifikovali 4 kategorie, mezi než se řadil partnerský nesoulad, náročnost, negativní pocity a ostatní. Díky zmapování prvotních asociací respondentů s termínem BDSM jsme mohli zaznamenat stále přetrvávající mýty a chybná označení v české společnosti. Byl zde však patrný i posun ve vnímání těchto aktivit a jedinců, kteří se jim věnují. To se potvrdilo i u průzkumu atraktivity jednotlivých praktik. Respondenti řadili mezi své nejoblíbenější sexuální praktiky bondage (svazování), spanking (výprask) a smyslovou deprivaci. Ta se zároveň s roleplay (hraním rolí) řadila k těm nejlákavějším k vyzkoušení. U pohledu na BDSM však více než polovina respondentů vnímala tuto oblast ve společnosti jako stále tabuizovanou.

Na podrobnější rozbor našich výsledků a jejich propojení s jednotlivými studiemi jsme se zaměřili v diskuzi této práce, kde můžete najít rovněž odůvodnění našich jednotlivých kroků a možná doporučení pro potencionálně navazující výzkum v této oblasti. Důkladnější zaměření na jednotlivé informace obsahuje teoretická část a na ní navazující praktická, které by vám měly zodpovědět na případné otázky, které vám v průběhu čtení souhrnu mohly vyvstat na mysli.

Seznam použitých zdrojů a literatury

- Baker, L. R., McNulty, J. K., & VanderDrift, L. E. (2017). Expectations for future relationship satisfaction: Unique sources and critical implications for commitment. *Journal of Experimental Psychology: General*, 146(5), 700–721. <https://doi.org/10.1037/xge0000299>
- Bezreh, T., Weinberg, T. S., & Edgar, T. (2012). BDSM Disclosure and Stigma Management: Identifying Opportunities for Sex Education. *American Journal of Sexuality Education*, 7(1), 37–61. <https://doi.org/10.1080/15546128.2012.650984>
- Braithwaite, P. (2021, 14. ledna). Aftercare Conversations Might Be the BDSM Practice You Need to Try: It's a game changer (even if you're vanilla). *Self*. <https://www.self.com/story/bdsm-aftercare-conversations>
- Cutler, B., Lee, E., Cutler Tempe, N., & Sagarin, B. (2020). Partner Selection, Power Dynamics, and Mutual Care Giving in Long-Term Self-Defined BDSM Couples. *Journal of Positive Sexuality*, 6(2), 86–114. <https://doi.org/10.51681/1.624>
- Čičmanec, N. (2009). *Sadomasochismus—Sexuální variace, životní styl* [Diplomová práce]. Univerzita Tomáše Bati ve Zlíně.
- DiClaudio, D. (2010). *Úchyliv kapesní průvodce bizarními sexuálními touhami ukrytými v našem podvědomí*. Volvox Globator.
- Dostál, D. (2020). *Statistické metody v psychologii*. Univerzita Palackého v Olomouci. https://www.dostal.vyzkum-psychologie.cz/skripta_statistika.pdf
- Drozenová, A. (2017). *Empatie u lidí praktikující BDSM* [Bakalářská diplomová práce]. Univerzita Palackého v Olomouci.
- Dunkley, C. R., & Brotto, L. A. (2019). The Role of Consent in the Context of BDSM. *Sexual Abuse*, 00(0), 1–22. <https://doi.org/10.1177/1079063219842847>
- Hegerová, H. (2017). *Bondage jako praktika intimity* [Diplomová práce]. Univerzita Palackého v Olomouci.
- Heiman, S. (2002). Sexual dysfunction: Overview of prevalence, etiological factors, and treatments. *The Journal of Sex Research*, 39(1), 73–78. <https://doi.org/10.1080/00224490209552124>
- Holvoet, L., Huys, W., Coppens, V., Seeuws, J., Goethals, K., & Morrens, M. (2017). Fifty Shades of Belgian Gray: The Prevalence of BDSM-Related Fantasies and Activities in the General Population. *Journal of Sexual Medicine*, 14(9), 1152–1159. <https://doi.org/10.1016/j.jsxm.2017.07.003>

- Jacques, T. (1998). *BDSM/ Sex Research*. <https://www.pdfFiller.com/331713723-WebBDSMpdf-bdsm-questionnaire->
- Jozífková, E. (2013). Sadomasochistický sex: Rozdíl mezi „zdravým“ BDSM a násilím v sexu a v partnerském vztahu. *Sexuológia*, 13(2), 29–34.
- Kalousová, Z., & Štětovská, I. (2020). Spokojenost v dlouhodobých partnerských vztazích: Kvalitativní studie českých heterosexuálních párů. *Psychologie pro praxi*, 55(1), 27–35. <https://doi.org/10.14712/23366486.2021.8>
- Kolmes, K., Stock, W., & Moser, C. (2006). Investigating Bias in Psychotherapy with BDSM Clients. *Journal of Homosexuality*, 50(2–3), 301–324. https://doi.org/10.1300/J082v50n02_15
- Korzetka. (2014, 3. září). Klinik. *Korzetka.cz. BDSM magazín & seznamka*. <https://korzetka.cz/klinik/>
- Kubík, J. (2010). *Sexualita bez tabu*. Carpe diem.
- Lewis, A. (2011). Ageplay: An adults only game. *Counselling Australia*, 11(2), 1–9.
- Lupine, E. (2020, 27. listopadu). CCC, *The 4C's and Ethics in Kink*. Youtube. https://www.youtube.com/watch?v=1B5H_7caeO4
- Malisio s.r.o. (2021, 10. března). Svět BDSM: Jak si hrát bezpečně. *Sexio*. <https://www.sexio.cz/magazin/75-svet-bdsm-jak-si-hrat-bezpecne?fbclid=IwAR2h36ADbX5jhBaLMo0LyMFzga5uhdvIJRMI8Fw5mEHD LuVwZTU4VhobGs4>
- Marks, J. (2019, 26. září). BDSM: How Does Role Play Work and What Kinds of Roles Do People Like? *Everydayhealth*. <https://www.everydayhealth.com/sexual-health/bdsm-role-play-how-does-it-work/>
- Meyer, C. G., & Chen, H.-M. (2019). Vanilla and Kink: Power and Communication in Marriages with a BDSM-Identifying Partner. *Sexuality & Culture*, 23(1), 774–792. <https://doi.org/10.1007/s12119-019-09590-x>
- Montesi, J. L., Fauber, R. L., Gordon, E. A., & Heimberg, R. G. (2010). The specific importance of communicating about sex to couples' sexual and overall relationship satisfaction. *Journal of Social and Personal relationships*, 28(5), 591–609. <https://doi.org/10.1177/0265407510386833>
- Nagoski, E. (2019, květen). *How couple can sustain a strong sexual connection for a lifetime*. https://www.ted.com/talks/emily_nagoski_how_couples_can_sustain_a_strong_sexual_connection_for_a_lifetime#t-582297

- Nielsen, M. (2010). Safe, Sane, and Consensual—Consent and the Ethics of BDSM. *The International Journal of Applied Philosophy*, 24(2), 265–288. <https://doi.org/10.5840/ijap201024223>
- Orel, M. (2015). *Na Freuda já nemám čas, doktore*. Portál.
- Orel, M. (2020). *Psychopatologie*. Grada.
- Otmarová, M. (2021, 10. listopadu). *O čem se mlčí: Padesát odstínů šedi zkreslilo představu o BDSM*. Ženy.cz. <https://www.zeny.cz/lifestyle/o-cem-se-mlci-padesat-odstinu-sedi-zkreslilo-predstavu-o-bdsm-8841.html?page=2>
- Paarnio, M., Sandman, N., Källström, M., Johansson, A., & Jern, P. (2022). The Prevalence of BDSM in Finland and the Association between BDSM Interest and Personality Traits. *The Journal of Sex Research*. <https://doi.org/10.1080/00224499.2021.2015745>
- Plopa, M. (2019). Partners' Sexual Satisfaction in Partnership and Marriage: A Study Method. *Journal of Sex & Marital Therapy*, 46(1), 78–98. <https://doi.org/10.1080/0092623X.2019.1654578>
- Pospíšil, M. (2013). *Vnitřní coming out u lidí praktikujících BDSM* [Magisterská diplomová práce]. Univerzita Palackého v Olomouci.
- Pospíšilová, Z. (2020a, 8. července). Jak spolu mluvit o sexu. *Varias*. <http://varias.cz/jak-spolu-mluvit-o-sexu/>
- Pospíšilová, Z. (2020b, 27. dubna). Kink-Aware poradenství aneb bavme se o BDSM. *Varias*. <http://varias.cz/kink-aware-poradenstvi-aneb-bavme-se-o-bdsm/>
- Pospíšilová, Z. (2022, leden 20). *Když chcete být víc, než dva*. Facebook. <https://www.facebook.com/1572772042841164/posts/5081404075311259/>
- Rogak, H. M. E., & Connor, J. J. (2017). Practice of consensual BDSM and relationship satisfaction. *Sexual and Relationship Therapy*, 33(4), 454–469. <https://doi.org/10.1080/14681994.2017.1419560>
- Řezníčková, Z. (2011). *Proces coming outu u žen se zaměřením na BDSM: analýza výpovědí návštěvnic BDSM klubu v Praze* [Bakalářská práce]. Univerzita Karlova v Praze.
- Řezníčková, Z. (2016, 2. června). Proč nás láká podřízená role? *Varias*. <http://varias.cz/proc-nas-laka-podrizen-role/>
- Řezníčková, Z. (2017, 9. června). *Partnerský sadomasochismus vs. Partnerské vztahy*. XVII. ročník mezinárodní vědecké konference O sexualitě a lidských vztazích, Uherské Hradiště. <http://sex.systemic.cz/archive/cze/textbook2017/Reznickova.pdf>

- Řezníčková, Z. (2018). *Vybrané charakteristiky osob, provozujících sadomasochistické aktivity* [Diplomová práce]. Univerzita Karlova v Praze.
- Řezníčková, Z., & Zdych, R. (2016, květen 10). Otrocké smlouvy z pohledu práva. *Varias*. <http://varias.cz/otrocke-smlouvy-z-pohledu-prava/>
- Seiler, E. (2010). *S/M - Kniha pro sadomasochisty a ty, kteří se jimi chtějí stát*. Emil Seiler.
- Schori, A., Jackowski, C., & Schön, C. A. (2021). How safe is BDSM? A literature review on fatal outcome in BDSM play. *International Journal of Legal Medicine*. <https://doi.org/10.1007/s00414-021-02674-0>
- Schuerwegen, A., Zeeuw-Jans, I. de, Huys, W., Henckens, J., Goethals, K., & Morrens, M. (2020). A Survey Study Investigating Stigma Towards BDSM in the General Population and Self-Stigmatization among BDSM Practitioners. *JSM Sexual Med*, 4(7). <https://www.jscimedcentral.com/SexualMedicine/sexualmedicine-4-1055.pdf>
- Sládková, O. (2021, 4. března). Dítě jako začátek konce vztahu? Když se odcizujeme od partnera i od sebe. *Heroine*. <https://www.heroine.cz/vztahy-a-sex/4280-dite-jako-zacatek-konce-vztahu-kdyz-se-odcizujeme-od-partnera-i-od-sebe>
- Spanier, G. B. (1976). Measuring Dyadic Adjustment: New Scales for Assessing the Quality of Marriage and Similar Dyads. *Journal of Marriage and the Family*, 38(1), 15–28. <https://doi.org/10.2307/350547>
- Sprecher, S. (2002). Sexual satisfaction in premarital relationships: Associations with satisfaction, love, commitment, and stability. *The Journal of Sex Research*, 39(3), 190–196. <https://doi.org/10.1080/00224490209552141>
- Strizzi, J. M., Øverup, C. S., Ciprić, A., Hald, G. M., & Træen, B. (2021). BDSM: Does it Hurt or Help Sexual Satisfaction, Relation Satisfaction, and Relationship Closeness. *The Journal of Sex Research*, 1–10. <https://doi.org/10.1080/00224499.2021.1950116>
- Špráchalová Křivánková, L. (2021). *Sex, násilí a společnost. Kosensuální sadomasochismus jako součást kultury*. Aleš Čeněk.
- Urbancová, B. (2020). *Vliv osobnostních rysů na postoje k sadistické sexuální preferenci* [Bakalářská práce, Masarykova Univerzita]. https://is.muni.cz/th/wg7ub/Vliv_osobnostnich_rysu_na_postoje_k_sadisticke_sexuální_preferenci_-_bakalarska_prace.pdf
- Vojtko, J. (2020, 30. srpna). *Vztahy jsou... Fuška*. Neurazitelný.cz. <https://neurazitelný.cz/jan-vojtko-vztahy-jsou-fuska/>

- Vrajová, P. (2017). „Každému, co se mu líbí“ *Etnografie pražské BDSM subkultury* [Bakalářská práce, Univerzita Karlova].
<https://dspace.cuni.cz/bitstream/handle/20.500.11956/91670/130213507.pdf?sequence=1>
- Wang, A. B. (2016). *Predictors of relationship satisfaction in BDSM relationships* [Diplomová práce]. The University of Texas.
- Weiss, M. (2006). Mainstreaming kink: The politics of BDSM representation in U.S. popular media. *Journal of Homosexuality*, 50(2), 103–132.
- Weiss, M. (2015). BDSM (bondage, discipline, domination, submission, sadomasochism). In *The International Encyclopedia of Human Sexuality*. John Wiley & Sons, Inc.
- Weiss, P. (2017). *Poruchy sexuální preference*. Galén.
- Williams, D. J., Thomas, J. N., Prior, E., & Christensen, M. C. (2014). From „SSC“ and „RACK“ to the „4Cs“: Introducing a new Framework fo Negotiating BDSM Participation. *Electronic Journal of Human Sexuality*, 17, 1–10.
- Wismeijer, A. A. J., & van Assen, M. A. L. M. (2013). Psychological Characteristics of BDSM Practicioners. *Journal of Sexual Medicine*, 10(8), 1–10.
<https://doi.org/10.1111/jsm.12192>
- World Health Organization. (2016). *International statistical classification of diseases and related health problems (10. Vydání)*. <https://mkn10.uzis.cz>
- Wright, S. (2006). Discrimination of SM-identified individuals. *Journal of Homosexuality*, 50(2–3), 217–231. https://doi.org/10.1300/J082v50n02_10
- Wright, S. (2018). De-Pathologization of Consensual BDSM. *The Journal of Sexual Medicine*, 15(5), 622–624.
- Wuyts, E., & Morrens, M. (2021). The biology of BDSM: a systematic review. *Journal of Sexual Medicine*, 19, 144–157. <https://doi.org/10.1016/j.jsxm.2021.11.002>

Přílohy bakalářské práce

1. Abstrakt bakalářské diplomové práce v českém jazyce
2. Abstrakt bakalářské diplomové práce v anglickém jazyce

Příloha 1

ABSTRAKT DIPLOMOVÉ PRÁCE

Název práce: Dopad praktikování BDSM na kvalitu partnerských vztahů a obecné postoje veřejnosti k němu

Autor práce: Zuzana Hošková

Vedoucí práce: PhDr. Marek Kolařík, PhD.

Počet stran a znaků: 65 stran, 110 950 znaků

Počet příloh: 2

Počet titulů použité literatury: 62

Abstrakt:

Tato diplomová práce se zabývá stručným představením oblasti BDSM a působením těchto aktivit na kvalitu soužití jedinců v partnerském vztahu. Cílem je prozkoumání úrovně partnerské spokojenosti a nalezení pozitivních i negativních aspektů, které s sebou tyto praktiky přinášejí. Dále se soustředí na zmapování úrovně stigmatizace oblasti BDSM v české společnosti a snaží se přispět k jejímu odtabuizování. Získaná data byla shromážděna pomocí dotazníkového šetření čítajícího 450 respondentů, z nichž část byla rozdělena do experimentální a část do kontrolní skupiny. Společným kritériem pro porovnávání spokojenosti byl aktuálně trvající vztah minimálně 6 měsíců. Mezi skupinami byl zaznamenán signifikantní rozdíl a jedinci ve vztahu praktikující BDSM skórovali výše na škále partnerské spokojenosti oproti jedincům, kteří se těmito praktikám nevěnovali. Výsledky rovněž ukázaly přetrvávající mylné představy a stigmatizaci ve společnosti, ve které byl však patrný posun ve vnímání BDSM aktivit i v jejich atraktivnosti pro obecnou populaci.

Klíčová slova: BDSM, partnerské vztahy, partnerská spokojenost, sexualita, stigma, prevalence

Příloha 2

ABSTRACT OF THESIS

Title: The impact of BDSM practice on the quality of partnerships and general public attitudes towards it

Author: Zuzana Hošková

Supervisor: PhDr. Marek Kolařík, PhD.

Number of pages and characters: 65 pages, 110 950 characters

Number of appendices: 2

Number of references: 62

Abstract:

This thesis presents a concise introduction to the field of BDSM and the impact of these activities on the quality of cohabitation of individuals in relationship. The aim is to research the level of satisfaction in relationships and to identify the positive and negative aspects of practising such activities. Furthermore, the thesis focuses on mapping the level of stigma around BDSM in Czech society and it strives to contribute to removing the taboo of BDSM. Obtained data were collected via a survey completed by 450 respondents – split into experimental and control group. A current relationship lasting at least 6 months was a common criteria for benchmarking the satisfaction levels. Significant differences were identified between the groups. Individuals who were in a relationship practicing BDSM scored higher on a relationship satisfaction scale compared to individuals, who did not engage in these practices. The results also revealed the prevalence of misconception and stigma surrounding BDSM in the society. However, there was a noticeable shift in the perception of BDSM activities and their appeal to the general population.

Key words: BDSM, relationships, relationship satisfaction, sexuality, stigma, prevalence