

UNIVERZITA PALACKÉHO V OLOMOUCI

Katedra psychologie Filozofické fakulty

**ASPEKTY OVLIVŇUJÍCÍ ŽIVOTNÍ SPOKOJENOST SINGLES**

(Aspects which affect life satisfaction of singles)



**Diplomová práce**

Autor: Veronika Očenášková

Vedoucí práce: doc. PhDr. Irena Sobotková, CSc.

Olomouc

**2009**

Prohlašuji, že jsem písemnou práci vypracovala samostatně a všechny použité prameny řádně citovala a uvedla.

V Olomouci dne 4. listopadu 2009

.....

Děkuji doc. PhDr. Ireně Sobotkové, CSc. jak za vstřícný přístup, trpělivost a odborné vedení mé diplomové práce, tak především za mnoho podnětných myšlenek a připomínek. Děkuji také Mgr. Marcelu Tomáškoví za poskytnutí studijních materiálů, odbornou pomoc a inspiraci. Dále děkuji všem dotazovaným, kteří souhlasili s poskytnutím rozhovoru a podělili se se mnou o své životní osudy, čímž mi velmi pomohli s realizací výzkumu této diplomové práce.

# OBSAH

<b>I.</b>	<b>ÚVOD</b> .....	<b>5</b>
<b>II.</b>	<b>TEORETICKÁ ČÁST</b> .....	<b>6</b>
<b>1</b>	<b>Životní spokojenost</b> .....	<b>6</b>
1.1	Zařazení pojmu životní spokojenost.....	6
1.2	Pojetí z hlediska časových os.....	6
1.3	Kvalita života.....	7
1.4	Vývoj pojmu životní spokojenost jako součásti kvality života.....	7
<b>2</b>	<b>Pojem well – being</b> .....	<b>8</b>
2.1	Definice osobní pohody.....	9
2.2	Dimenze osobní pohody.....	10
2.2.1	Šestidimenzionální model – Ryffová, Keyesová.....	10
2.3	Teorie „well-being“.....	11
2.3.1	„Top down“ a „bottom up“ koncepce.....	11
2.3.2	Teorie osobní pohody determinované osobnostními proměnnými.....	11
2.3.3	Účelová (telická) koncepce.....	12
2.3.4	Teorie diskrepancí.....	12
2.3.5	Koncepce zabývající se radostí a štěstím.....	13
<b>3</b>	<b>Faktory ovlivňující osobní pohodu</b> .....	<b>14</b>
3.1	Osobnostní charakteristiky.....	15
3.1.1	Temperament.....	15
3.1.2	Sebehodnocení.....	16
3.1.3	Hodnoty.....	16
3.1.4	Stres a copingové strategie.....	17
3.2	Faktory týkající se interakce člověka s prostředím.....	18
4.2.1	Mezilidské vztahy a sociální interakce.....	18
4.2.2	Životní události.....	18
3.3	Biologické faktory.....	18
4.3.1	Zdraví.....	18
3.4	Sociodemografické faktory.....	19
3.4.1	Věk.....	19
3.4.2	Pohlaví.....	19
3.4.3	Zaměstnání.....	20
3.4.4	Příjem.....	20
3.4.5	Vzdělání.....	21
3.4.6	Politická orientace a kultura.....	21
3.4.7	Rodinný stav.....	22
<b>4</b>	<b>Singles</b> .....	<b>24</b>
4.1	Definice a vymezení singles.....	24
4.2	Typologie singles.....	25
4.3	Faktory přispívající k rozvoji singlovství.....	27
4.3.1	Demografický vývoj v ČR po roce 1989.....	27
4.3.2	Další společenské skutečnosti.....	29
4.3.3	Očekávání a postoje singles k manželství.....	31
4.3.4	Postoje společnosti k fenoménu singles.....	32
4.4	Proces individualizace.....	34
4.4.1	Teorie soukromého života podle F. de Singlyho.....	34
4.4.2	Teorie podle U. Becka a E. Beck – Gernsheim.....	34
4.5	Postadolescence.....	35
4.6	Charakteristiky singles.....	36

4.6.1	Svoboda vs. osamělost a způsoby vypořádávání se s ní .....	36
4.6.2	Hodnoty .....	37
4.6.3	Copingové strategie .....	38
4.6.4	Zdraví .....	38
4.6.5	Genderové rozdíly .....	38
4.6.6	Vzdělání .....	39
4.6.7	Zaměstnání a finanční situace .....	40
4.7	Způsoby bydlení singles .....	41
4.7.1	Samostatné bydlení .....	41
4.7.2	Bydlení u rodičů .....	42
4.7.3	Sdílené bydlení .....	43
4.8	Vztahy singles .....	43
<b>5</b>	<b>Životní spokojenost singles .....</b>	<b>45</b>
5.1	Faktory spokojenosti u singles podle Simenauera a Carrola .....	45
5.2	Srovnání životní spokojenosti v rámci rodinného stavu .....	46
5.3	Srovnání životní spokojenosti v rámci pohlaví .....	47
5.4	Sociální podpora a životní spokojenost .....	48
<b>III.</b>	<b><u>VÝZKUMNÁ ČÁST</u> .....</b>	<b>49</b>
<b>6</b>	<b>Cíle výzkumu a výzkumné otázky .....</b>	<b>49</b>
<b>7</b>	<b>Metodologie výzkumu .....</b>	<b>50</b>
7.1	Plán výzkumu .....	50
7.2	Výzkumný soubor .....	51
7.2.1	Výběr výzkumného souboru .....	51
7.2.2	Popis výzkumného souboru .....	51
7.3	Metody získávání dat .....	55
7.3.1	SEIQoL – Program hodnocení individuálně chápané kvality života .....	55
7.3.2	Polostrukturované interview .....	56
7.4	Procedúra sběru dat .....	57
7.5	Způsob zpracování dat .....	58
<b>8</b>	<b>Výsledky analýzy .....</b>	<b>59</b>
8.1	SEIQoL .....	59
8.1.1	Důležitost jednotlivých oblastí života .....	59
8.1.2	Spokojenost se zvolenými oblastmi života .....	62
8.1.3	Celková životní spokojenost .....	66
8.2	Výsledky analýzy rozhovorů .....	67
8.2.1	Subjektivní životní spokojenost singles a její faktory .....	67
8.2.2	Životní spokojenost v oblasti mezilidských vztahů .....	92
8.2.3	Spokojenost s vnímaným nastavením společnosti k singles .....	136
8.3	Společné kategorie na základě vykazované životní spokojenosti .....	147
<b>9</b>	<b>Diskuze .....</b>	<b>150</b>
9.1	Aspekty subjektivní životní spokojenosti singles .....	151
9.2	Spokojenost v mezilidských vztazích .....	154
9.3	Spokojenost s vnímaným nastavením společností k singles .....	156
<b>IV.</b>	<b><u>ZÁVĚR</u> .....</b>	<b>157</b>
<b>V.</b>	<b><u>SOUHRN</u> .....</b>	<b>158</b>
<b>VI.</b>	<b><u>POUŽITÁ LITERATURA</u> .....</b>	<b>161</b>
	<b><u>ZADÁNÍ DIPLOMOVÉ PRÁCE</u></b>	
	<b><u>ABSTRAKT</u></b>	
	<b><u>PŘÍLOHY</u></b>	

# I. ÚVOD

S fenoménem singles se nepřímo setkáváme prakticky denně. Díváme se na seriály o singles, kupujeme si balené jídlo určené pro jednoho a na každém větším serveru nás poutá odkaz na internetovou seznamku. Nastala doba možností, která v žebříčku hodnot mnohých mladých lidí dočasně posunuje vzdělání, kariéru, či poznávání daleko před hodnotu manželství a založení rodiny. Zároveň si dnešní dvacátníci a třicátníci uvědomují i psychickou a ekonomickou nepřipravenost na takto důležitý krok. Většina z nás touží po partnerovi a potažmo i po dětech, avšak v různorodosti možností a rychlém tempu doby se mnozí z nás ztrácejí a nalézt partnera se kratší či delší čas nedaří. Prakticky téměř každý mladý člověk žije životem adolescenta ještě hluboko do dospělosti, kdy dětství má za sebou, ale ještě není tak úplně dospělý. Singles se stali tématem porevoluční doby, o kterém se hodně mluví, ale už méně se o něm ví. V posledních letech jsme svědky rostoucího počtu studií sociologů a demografů, zatímco na poli psychologie tato nová etapa života stále nedosahuje pozornosti, které by si bezesporu zaslouhovala, což je dáno i složitostí a heterogenitou tohoto tématu.

Víme, kdo jsou to singles, máme představu, jak je lze definovat a podle čeho je lze dělit, a jsou také nám známy některé příčiny toho, proč mladí lidé zůstávají déle bez partnera, než tomu bylo před dvaceti lety. Já se však ptám, jak mladí lidé bez partnera tuto životní etapu prožívají, co je naplňuje, co jim schází a zda jsou se svým statutem spokojeni či nikoliv. Jak vidí svoji úspěšnost, dosavadní vztahy a zda jim v jejich stylu života nechybí opora, či důvěra, kterou s sebou trvalé partnerské vztahy nesou, či by nést měly. A v neposlední řadě, kde si tuto základní lidskou potřebu vynahrazují. Zjištění životní spokojenosti nám tak může v konečném důsledku naznačit, zda si mladí lidé tento způsob života volí dobrovolně, nebo je k této volbě vedou spíše okolnosti.

To vše obsahuje tato kvalitativní studie, která je postavena na teoretické koncepci, jež spojuje spokojenost v jednotlivých aspektech života se singlovstvím tak, jak ho dosavadní celosvětové výzkumy popisují. Vlastní výzkum je realizovaný prostřednictvím polostrukturovaných rozhovorů a metody SEIQoL. Jsem si vědoma obsáhlosti své diplomové práce. Vzhledem k nedostatečnému výzkumu tohoto tématu, obzvláště na poli psychologie, se však domnívám, že větším zestručněním by práce utrpěla jednak na svém přínosu, a současně by byla ochuzena o mnohé vzájemné souvislosti.

## **II. TEORETICKÁ ČÁST**

### **1 Životní spokojenost**

#### **1.1 Zařazení pojmu životní spokojenost**

Grob (1998) definuje subjektivní životní spokojenost jako „*komplexní pojem, zahrnující na jedné straně nízké sebehodnocení, malé uspokojení nebo negativní stránky života, na druhé štěstí a spokojenost se životem, sebou samým a pozitivní stránky života*“ (in Lašek, 2004, str.215).

Životní spokojenost je složka, do níž se promítá vnímání vlastního zdravotního stavu a kvality života (Kožený a kol., 2007). Lze jí také chápat jako kognitivní komponentu osobní pohody, tedy vědomé globální hodnocení vlastního života. Životní spokojenost podle Dienera a jeho spolupracovníků (1999, in Blatný a kol., 2005) velmi úzce souvisí s dalšími kognitivními složkami osobní pohody a to sebehodnocením a spokojeností v subjektivně významných oblastech života, jako je rodina přátelé, zaměstnání, sociální postavení a ekonomický status.

Životní spokojenost má jako jednotný konstrukt k pojmu osobní pohoda nejbližše, čehož důkazem jsou výzkumné operacionalizace osobní pohody prostřednictvím životní spokojenosti. De Neveová a Cooper (in Blatný a kol., 2005) provedli meta-analýzu 146 výzkumných studií, kde byly posuzovány vztahy mezi osobní pohodou a osobnostními charakteristikami. Dospěli k závěru, že ve 102 případech je osobní pohodou myšlena životní spokojenost.

#### **1.2 Pojetí z hlediska časových os**

Americký psycholog Seligman ve spolupráci s Csikszentmihalyim (2000, in Kebza, 2005) rozlišil pojmy z hlediska časových os. Psychologie se na subjektivní úrovni věnuje třem oblastem zkoumání: ve vztahu k minulosti hovoří o pocitech subjektivní pohody a zdraví („*well-being*“) a o spokojenosti s dosavadním životem (*contentment, satisfaction*); ve vztahu k současnosti se zabývá pocity štěstí (*happiness*) a vrcholného zážitku („*flow*“), ve vztahu k budoucnosti pak nadějí („*hope*“) a optimismem. Toto rozlišení však není zcela přesné, neboť například spokojenost ze životem je spjata nejen s minulostí, ale také se současnými a budoucími psychickými stavy, náladami a aspiracemi.

### **1.3 Kvalita života**

V odborné literatuře bývá životní spokojenost chápána jako součást kvality života (Levin, Chatters, in Kebza, 2005). Koncept kvality života má dvě roviny. Jedna je subjektivní a zahrnuje lidskou emocionalitu a také celkovou spokojenost se životem. Objektivní dimenzí je míněno naplnění požadavků týkajících se sociálních a materiálních podmínek života, sociálního statusu a fyzického zdraví (Hnilicová, 2005).

Světová zdravotnická organizace WHO (1997) definuje kvalitou života to, „*jak člověk vnímá svoje postavení v životě v kontextu kultury, ve které žije, a ve vztahu ke svým cílům, očekáváním, životnímu stylu a zájmům*“ (in Kováč, 2004, str.460). Někdy bývá tento pojem spojován s konkrétní nemocí, může však vyjadřovat „jen“ souhrn prožitků zdraví, úrovně osobní pohody, životní spokojenosti a někdy také určitého postavení v sociálním rozvrstvení (Kebza, 2005).

S psychologického hlediska je kvalita života dávana do souvislosti s bio-psycho-sociálně-spirituálním modelem (např. Honzák). Jedinec spatřuje kvalitu života v těch oblastech, které jsou pro něj důležité (in Baštecká, Goldmann, 2001).

### **1.4 Vývoj pojmu životní spokojenost jako součásti kvality života**

Životní spokojenost se v souvislosti s termínem kvalita života objevil už ve 20. letech minulého století. Tehdy se však vztahoval spíše k ekonomickému vývoji a materiální úrovni společnosti. Teprve později se ukázalo, že soustavný ekonomický růst nevede ke zlepšení životní spokojenosti, ale paradoxně ji snižuje, neboť dochází ke zvyšování požadavků, kterým není možné za reálných podmínek dostát. Pro subjektivní kvalitu života je rozhodující kognitivní hodnocení a emoční prožívání vlastního života, které se socioekonomickou situací, a dokonce ani s biologickým zdravím nemusí přímo souviset. (Campbell, 1976; Hnilicová, 2005).

Výrazným mezníkem v historii pojmu bylo jeho zakotvení jako významné charakteristiky zdraví Světovou zdravotnickou organizací (WHO) v roce 1948. Ta definuje pojem zdraví jako „*stav úplné tělesné, duševní a sociální pohody a není to pouze nepřítomnost nemoci a slabosti*“ (in Kebza, 2005, str.21). Existuje významná souvislost této definice s hnutím pozitivní psychologie, jehož zásluhou došlo k nárůstu zájmu o pozitivní stránky člověka jako jednotlivce i skupiny. V posledních letech vzrostl zájem o životní spokojenost, osobní pohodu a o kvalitu života vůbec. Pojem se výrazně



individualizoval a zaměřil se spíše na subjektivní vnímání a hodnocení vlastního života (Hamplová, 2006).

## 2 Pojem well – being

Jak jsem již uvedla výše, životní spokojenost je nejčastěji spojována s pojmem well-being, který bývá do češtiny překládán jako osobní pohoda (např. Křivohlavý, 2004). Osobní pohodu můžeme považovat za pojem životní spokojenosti nadřazený.

Kromě životní spokojenosti bývá také asociován s pojmy „*welfare*“ (blaho), „*pleasure*“ (radost), „*prosperity*“ (úspěšnost) či pojmem „*happiness*“ (štěstí), nebo také ve vztahu ke zdraví jako „*health*“ nebo „*state of being healthy*“. Pojmy „štěstí“ a „radost“ doplňují i přes svou jednoduchost pojem well-being o široce pojatou prožitkovou komponentu. Tato obsahová blízkost vede často k jejich nesprávnému ztotožňování a zaměňování (Kebza, Šolcová, 2003; Blatný a kol., 2005).

Andrew a Withey zjistili, že existují tři hlavní komponenty subjektivní osobní pohody: *životní spokojenost a pozitivní a negativní afekt* (in Diener, 1984). Tyto složky se k sobě vztahují, empiricky jsou ale oddělené a musí být studovány zvlášť, aby mohl být zachycen kompletní obraz celkové subjektivní osobní pohody (Diener, Lucas, 1999).

- *Kognitivní složku* tvoří vědomé hodnocení vlastního života, které označujeme jako životní spokojenost (Blatný, 2001). Lidé porovnávají aktuální stav s očekávanou, ideální situací. Tento rozdíl je stanoven indexem SWB. Spokojenost je určena výsledným rozhodováním mezi sebepercepční a percepční druhými, mezi sebepercepční a ideálním Já, mezi zobecněnými sebepercepčními a aktuálním stavem (Michalos, in Lašek, 2004). Kognitivním aspektem se zabýval například Cantril (in Campbell, 1976).

- *Emoční složka* zahrnuje nálady, emoce a afekty, a to příjemné i nepříjemné, protože lidé prožívají určitou míru spokojenosti, aniž by o ní vědomě přemýšleli (Blatný 2001). Běžné zážitky jsou vyhodnocovány jako emočně pozitivní, či negativní. Pozitivní a negativní afekt se navzájem ovlivňují co do intenzity (navzájem se potlačují) i do frekvence výskytu (někteří lidé jsou nastaveni prožívat spíše kladné emoce, jiní záporné) (Diener, 1984). Emoční komponentou i štěstím se podrobněji zabýval ve svých studiích Bradburn (in Campbell, 1976).

Další významnou emoční komponentou je *štěstí*, které vyjadřuje hodnocení prožitkové stránky života člověka. Argyle ho definuje jako: „*převahu pozitivních emocí nad negativními, je to stav protikladný depresi*“ (in Blatný a kol., 2005, str. 85).

Obě složky jsou těsně propojeny: úroveň duševní pohody vyjádřená vědomým hodnocením vlastního života těsně koreluje s úrovní prožívaných emocí (in Blatný, 2001). Kebza (2005) se navíc zmiňuje i o složce postojové, která zahrnuje průběžně se odehrávající hodnotící vztahy.

Prožitek osobní pohody je záležitostí dnů, týdnů, někdy i celého života, a to i za předpokladu, že obsahuje proměnlivé charakteristiky, které se váží k aktuálnímu psychickému stavu, změnám nálad a podnětů vnitřního a vnějšího prostředí (Kebza, 2005). Stabilita SWB je dána především poměrně malým vlivem vnějších proměnných a silnou genetickou determinací (Diener, Lucas, 1999).

Dle Laška (2004) je pro nás osobní pohoda důležitá ze tří důvodů:

- pro sebedefinici v každodenním životě
- jako obecná identifikace psychologického zdraví jedince
- je motivační komponentou racionálního chování: pokud se lidé cítí špatně, motivuje je to tento stav změnit, pokud je jim dobře, chtějí si tento stav uchovat.

## **2.1 Definice osobní pohody**

„Subjektivní osobní pohoda je rozsáhlá kategorie fenoménů zahrnující emocionální reakce, spokojenost v jednotlivých oblastech a globální hodnocení životní spokojenosti“ (Diener a kol, 1999, str.277). V návaznosti předešlých poznatků je osobní pohoda definována jako „dlouhodobý emoční stav, ve kterém je reflektována jedincova spokojenost se jeho životem“ (Blatný a kol., 2005, str.70). Nebo také podle Dienera, Lucase a Oishiho - „kognitivní a emocionální vyhodnocení vlastního života“ (in Křivohlavý, 2004, str.181). Křivohlavý (2004) dodává, že je to i přístup člověka ke svým plánům, očekáváním a jejich realizaci.

Carp a Carpová (1980) jí definují jako „subjektivní spokojenost, která je dosahována díky uspokojování existenciálních potřeb a potřeb vyššího řádu“ (in Džuka, Dalbert, 1997, str.390). Přičemž mezi spokojeností a spokojováním potřeb není bezprostřední vztah, ale spokojenost může být ovlivněna moderujícími proměnnými (např.subjektivně percipovanou kontrolou, stylem vyrovnávání se - copingem, postoji k vlastnímu zdraví, konkrétními životními událostmi aj.).

Costa a McCrae jí definují jako „pozitivní citový stav“ (Džuka, Dalbert, 1997, str.390). V jejich modelu má na osobní pohodu rozhodující vliv extraverte a neuroticismus (viz. dále).

## 2.2 Dimenze osobní pohody

Dimenze osobní pohody se ve shodě s kvalitou života dělí na subjektivní osobní pohodu a objektivní osobní pohodu.

- Subjektivní osobní pohoda má čtyři komponenty – *psychickou pohodu*, *sebeúctu* (self-esteem), *sebeuplatnění* (self-efficacy) a *osobní zvládnání* (personal control, mastery). Psychická osobní pohoda je tvořena kognitivními i emočními složkami, kam řadíme pozitivní i negativní afektivitu, štěstí, životní spokojenost, schodu mezi očekávanými a dosaženými cíli, náladu a psychosomatické symptomy.
- Objektivní osobní pohoda zahrnuje funkční kapacitu organismu, zdravotní stav a socioekonomický status (Kebza, Šolcová, 2003).

### 2.2.1 Šestidimenzionální model – Ryffová, Keyesová

*Sebepřijetí (self-acceptance)* – pozitivní postoj k sobě samému, spokojenost se sebou samým, akceptování dobrých i špatných aspektů sebe, srozumění s vlastní minulostí

*Pozitivní vztahy s druhými lidmi* – vřelé vztahy s druhými a zájem o jejich blaho, schopnost empatie

*Zvládnání životního prostředí (environmental mastery) a začlenění do života* – kompetentnost při zvládnání každodenních nároků a touha po zdokonalení se, přehled o okolním dění, schopnost vidět příležitosti a jejich využití pro vlastní cíle a potřeby

*Autonomie* – nezávislost na hodnocení a očekávání druhých, sebeurčení, schopnost nepodléhat konformitě, orientace podle vlastních hodnot

*Smysl života (purpose in life)* – zaměření k určitému cíli, pocit že dosavadní život má smysl

*Osobní rozvoj (personál growth)* – otevřenost novým možnostem, trvalé rozšiřování vlastního já, nepřipouštění si pocitu nudy a stagnace (1995, in Kebza, 2005).

Tyto psychické dimenze Křivohlavý (2004) dále doplňuje o dimenze sociální pohody:

*Sociální přijetí (akceptance)* - kladé vztahy s druhými lidmi, uznání a úcta k nim

*Sociální aktualizace* – vnímání společnosti jak dobré, kladné a schopné vývoje a růstu

*Spoluúčast na společenském dění* – přispívat ke „společnému dílu“brát to na vědomí a vážít si vlastní činnosti, být si vědom toho, že je z svou činnost oceněn společností

*Sociální soudržnost* – přesvědčení o uspořádanosti sociálního života a spoluúčast na společenském dění.

*Sociální integrace* – cítit se jako prvek společnosti, cítit se jí podporován a sdílet s jejími členy to, co je mu společné.

## **2.3 Teorie „well-being“**

Klasifikací jednotlivých teorií přistupujících k osobní pohodě se zabývalo několik autorů. DeNaveová a Cooper (in Blatný a kol., 2005) uvedli třídění teorií vztahujících se k osobní pohodě z hlediska její determinace osobnostními proměnnými.

Diener (1984) se zase podrobně zabýval jednotlivými koncepcemi, které objasňují lidské štěstí. Jde mu především o vědecké objasnění a vymezení pojmu, určení jeho vnitřní struktury a jeho psychometrické měření a definování.

### **2.3.1 „Top down“ a „bottom up“ koncepce**

„*Top down*“ koncepce předpokládají, že existuje sklon prožívat situace pozitivně (či negativně). Toto prožívání má vliv na interakce, které má jedinec se světem. Osobní pohoda v této teorii tedy představuje osobnostní rys.

Naproti tomu „*bottom up*“ teorie chápe štěstí jako sérii drobných pozitivních událostí. Převažují-li u jedince příjemné momenty nad nepříjemnými, může říct, že je šťastný. (Diener, 1984). Tyto teorie jsou založeny na myšlence, že člověk má určité základní a univerzální potřeby, a pokud mu to okolnosti dovolí, může je uspokojit a být šťastný (Blížkovská, 2003).

### **2.3.2 Teorie osobní pohody determinované osobnostními proměnnými**

Nejpodstatnějším prediktorem osobní pohody je osobnost, to znamená, že nejvíce teorií vysvětluje SWB prostřednictvím osobnostních charakteristik (Diener a kol., 1999). McCrae a Costa (in Blatný a kol., 2005) ve své teorii vychází z toho, že osobnostní rysy (extroverze, neuroticismus) představuje přetrvávající dispozice, které určují prožitek osobní pohody. Ostatní osobnostní charakteristiky (přívětivost a svědomitost) mají nepřímý instrumentální vliv na osobní pohodu zapříčiněný tím, že vedou jedince k tomu, aby se stětoval se specifickými životními situacemi, které tuto pohodu ovlivňují.

*Neurofyziologická behaviorální koncepce aktivace a útlumu* nabízí psychobiologické vysvětlení vlivu osobnosti na určité afektivní stavy. Gray (in Blatný a kol., 2005), který je otcem této koncepce, uvádí, že extroverze nebo pozitivní afektivita souvisí s aktivací, zatímco neuroticismus a negativní afektivita s inhibicí.

### ***Beckerův model ekvilibria***

Becker (1991, in Diener, Lucas, 1999; Kebza, Šolcová 2003) do svého konstruktů well-beingu zahrnuje tři navzájem související a ovlivňující se dimenze: *stav (state)*, *rys*

(*trait*) a *proces*. Stav je charakterizován náladou (mood), která může být hodnocena na dvou úrovních:

- *kvalitativní* tedy jako dobrá, nebo špatná nálada
- *kvantitativní (dynamické)* – prostřednictvím míry intenzity nebo aktivity

Dimenze *rysu* jako složky well-beingu je postavena na nejčastěji se vyskytující se charakteristice nálad, kterou jedinec prožívá. Jedná se tedy o habituální složku nálad.

*Procesuálním* (aktuální) aspektem well-beingu je míněna proměnlivost nálad v průběhu času. Jde o to, jak se jedinec cítí v daném okamžiku psychicky či fyzicky.

Tento model předpokládá, že úrovně jak pozitivních, tak i negativních emocí se udržují v důsledku determinace osobnosti, zejména extravertizací, neuroticismem a otevřeností novým zkušenostem. Události člověka na určitou dobu vychýlí od jeho osobnostního základu (kladným i záporným směrem), po určité časové prodlevě se ale navrácí ke svým původním charakteristikám.

### 2.3.3 Účelová (telická) koncepce

Podle tohoto přístupu dosáhne člověk pocitu pohody, když se snaží o dosažení určitého účelu nebo cíle (popř. hodnoty či potřeby, která není tolik vědomá). Jednotlivé koncepce se však neshodují v tom, zda prožitek štěstí vrcholí na cestě k cíli, nebo jeho dosažením a úplnou integrací jednotlivých konkrétních cílů, protože některé z cílů mohou být rozporu (Diener, 1984; Kebza, 2005).

P. Schmuck a K.M. Sheldon (2001) sledovali vliv životních cílů na osobní pohodu jedinců a zjistili, že dlouhodobější cíle jsou ze osobní pohodou těsněji spjaty než cíle krátkodobé. Sheldon definoval konstrukt *soulad sám se sebou (self-concordance)*, který vyjadřuje soulad cílů jedince s jeho implicitními hodnotami a zájmy. Z hlediska obsahu cílů více přispívají k osobní pohodě sebe-přesahující cíle, jako jsou ty, které se zaměřují na zdokonalení skupiny (group-enhancing) či společnosti (global goals), než cíle sebe-zdokonalující (self-enhancing) (in Kebza, 2005).

### 2.3.4 Teorie diskrepancí

S předchozí teorií souvisí i teorie diskrepancí, kterou Michalos, Campbell a další navázali na myšlenky starověkého Řecka (in Diener, 1999). Diskrepance (nesrovnalosti) a následný růst negativních emocí nastává, když dojde k odchylkám od plánovaného postupu k cíli. Největší vliv na subjektivní pocit pohody má diskrepance mezi tím, jak člověk

subjektivně vnímá realitu a jaká je jeho ideální představa světa a jeho postavení v něm (Blatný a kol, 2005). Teorie diskrepancí je uplatňovaná například prostřednictvím sociálního srovnávání, aspirací a cílů (Diener a kol, 1999)

### **2.3.5 Koncepce zabývající se radostí a štěstím**

Prožitek radosti můžeme znázornit jako kontinuum jeho intenzity, kdy na jednom pólu spatřujeme absenci radosti, tedy stavy smutku, neštěstí a zármutku, ze stoupající intenzitou se přes životní spokojenost dostáváme na opačný pól tohoto kontinua, jímž je prožitek maximální radosti, kdy hovoříme o štěstí. Přičemž krátkodobý prožitek intenzivních pozitivních emocí klasifikujeme jako radost, zatímco déle trvající a stabilnější pozitivní afekty nazýváme spíše štěstím (Kebza, 2005).

#### ***Teorie radosti a bolesti***

Ve své klasifikaci jednotlivých přístupů k osobní pohodě Diener (1984) zmiňuje *koncept propojující pocity radosti a bolesti* jako příčiny štěstí a radosti. Radost a bolest jsou dva opačné póly, jejichž vzájemná prožitková propojenost směřuje ke štěstí. Podle Houstona (in Diener, 1984) jsme geneticky předurčeni být nejvíce šťastní, když prožíváme potřebu založenou na deprivaci a můžeme ji uspokojit. Lidé, kteří jsou schopni intenzivně prožívat radost, o to intenzivněji prožívají i negativní emoce.

#### ***Teorie aktivity***

Jiná koncepce, kterou Diener (1984) uvádí, zase uvažuje o štěstí jako o vedlejším produktu lidské činnosti, která je uspokojivější než samotný cíl a přichází samoučelně. Za modifikaci této koncepce lze považovat Csikszentmihalyiho teorii plynulosti (proudu, toku, přiměřenosti) – *theory of flow*. Aktivity jsou příjemné tehdy, když kladou na jedince přiměřené požadavky. Pokud je ale činnost jednoduchá a stereotypní, jedinec se nudí, je-li ale obtížná navozuje úzkost. Dovednosti člověka a požadavky úkolu musí být ve shodě.

#### ***Asocianistická teorie***

Jedná se kognitivní pohled na fenomén štěstí, který předpokládá existenci asociativní sítě v paměti. Vyvolané vzpomínky jsou kongruentní s aktuálním emočním stavem. Tato vlastnost velmi úzce souvisí s temperamentem, neboť člověk je určitým způsobem predisponovaný k tomu, aby byl šťastný. Lidé mající převážně pozitivní síť asociací, budou na většinu událostí reagovat pozitivně (Diener, 1984).

### 3 Faktory ovlivňující osobní pohodu

Podle Džuky a Dalbertové (1997) strukturální komponenty ovlivňují proměnné, které se dělí dvou základních skupin:

1. *proměnné prostředí* – situačně specifické (fyzikální a sociální proměnné s dimenzemi intenzity, trvání, početnosti a předvídatelnosti) a kulturně specifické (kulturně podmíněné definice, očekávané styly reakcí a chování atd.)
2. *proměnné osoby*- psychofyziologické (fyziologické aktivační vzorce) a psychické (sebeobraz, sebehodnocení atd.)

Poukazuje i na vliv *moderujících proměnných*, které působí v interakci s jinými proměnnými) a *mediátorových proměnných*, které vliv jiných činitelů zprostředkovávají různými vnitřními transformačními procesy v organismu. Abelová (in Džuka, Dalbertová, 1997) uvádí, že jestliže předpokládáme dynamickou interakci mezi osobní pohodou a příslušným efektem v myšlení a chování, působí tři typy mediátorů :

1. všeobecné aktuální mediátory – například vliv dobré nálady na fyziologickou psychologickou aktivaci
2. specifické aktuální mediátory – záměrné myšlenkové procesy a úkony
3. mediátory s dlouhodobým účinkem- sebesílení a reciprocita

Blížkovská (2003) dělí jednotlivé faktory do dvou základních skupin – na *objektivní faktory štěstí* (dobře placená práce, stabilní manželství, děti apod.) a *subjektivní faktory štěstí*, které mají zásadnější význam, neboť vyhodnocení situace závisí na osobních charakteristikách, očekáváních, cílech, normách, srovnávání s ostatními a na předešlých zkušenostech. Tyto faktory podle Campbella, Converse a Rodgerse ovlivňují SWB méně jak z 20%, u jiných autorů je toto procento ještě menší (in Diener a kol. 1999). Faktory vnějšího prostředí ovlivňují zejména pozitivní emoce, negativní afekt je v různých situacích konzistentní a je ovlivňován více biologickými faktory (Diener, Lucas, 1999).

Prediktory osobní spokojenosti můžeme vyvodit i z Wilsonovy definice šťastného člověka, kterého charakterizuje jako toho, „*kdo je mladý, v dobrém zdravotním stavu, dostalo se mu kvalitního vzdělání a výchovy, je dobře finančně hodnocený, extravertovaný, optimistický, bezstarostný, věřící, ženatý či vdaná, s vysokým sebehodnocením a kvalitním sebezpojetím a sebeúctou, vospělou pracovní morálkou, přiměřenou aspirační úrovní a širokou inteligencí*“ (in Diener, 1984, str.542).

### 3.1 Osobnostní charakteristiky

Podle Dienera (1999) jsou osobnostní predispozice nejsilnějším a nejsoudržnějším prediktorem subjektivní osobní pohody.

#### 3.1.1 Temperament

Jedná se o osobnostní dispozice spojené s prožíváním. Temperament jako určitá biologické přednastavení předurčuje jedince k determinaci emočních reakcí ke stimulu a schopnosti brát si z okolí odměny, které přispějí k většímu prožitku štěstí (Diener, Lucas, 1999).

Tellegen a kol. (in Diener, 1999) na základě studia dvojčat zjistili, že aktuální SWB je geneticky podmíněna ze 40% u pozitivních emocí a 55% v rámci negativních emocí a dlouhodobě (přibližně 10let) z 80%.

De Neveová a Cooper (1998, in Blatný a kol., 2005) v rámci meta analýzy 146 studií věnovaným vztahům mezi osobní pohodou a osobnostními charakteristikami, seskupili celkem 137 charakteristik do 5 širokých rysů, jenž odpovídají dimenzím pěti-faktorového modelu os. Těmito rysy jsou *extroverze*, *emoční stabilita*, *svědomitost*, *přátelskost a otevřenost novým zkušenostem (zážitkům)*. Nejblíže vztah osobní pohody byl prokázán k emoční stabilitě a svědomitosti, pak následovala extroverze a přátelskost a nejméně se vztahovala k otevřenosti novým zkušenostem.

Nejčastěji se ale uvádí, že extroverti a emočně stabilní osoby jsou více spokojenější ze životem než introverti a osoby emočně nevyrovnané. Costa a McCrae (in Diener, 1999) navrhli model, ve kterém *extroverze* přináší vyšší frekvenci pozitivních emocí (tzv. pozitivní afektivita) a *neuroticismus* souvisí s tendencí prožívat ve větší míře negativní emoce (negativní afektivita). Toto vyšší prožívání pozitivních emocí je podle *Grayovy teorie citlivosti* dáno tím, že jsou extroverti vnímavější k pozitivním odměnám (in Diener, Lucas, 1999). Podle Argyla (1992) se extroverze dělí na sociabilní a impulzivní komponentu. Právě sociální komponenta způsobuje pocity štěstí v rámci sociální interakce. Diener a kol. (1992, in Lašek 2004) obdobně prokázal, že extroverti jsou šťastnější, i když netráví více času s druhými lidmi než introverti. *Stabilita* osobnosti se pak projevuje jen malými rozdíly v aktuální psychice vzhledem k prožívané situaci.

Blatný a Osecká (1998) ve svém výzkumu zjistili, že se na predikci životní spokojenosti podílí tři základní dimenze temperamentu: *emotivita* – která je zde míněna jako citlivost na podněty, které aktivizují psychiku; *primarita* – koncipovaná podobně jako



extroverze, označuje tedy impulzivitu, pohyblivost, veselost; *aktivita* – schopnost organizovat svou psychickou energii a účelně ji vydávat.

Dospěli tedy k názoru, že „*adolescenti, kteří jsou spokojeni se životem, jsou primární, aktivní a neemotivní, jsou také poněkud egocentričtí a prakticky orientovaní. Temperamentové charakteristiky odpovídají rysu aktivního sangvinika včetně praktického zaměření*“ (Blatný a kol., 1998, str.17).

### 3.1.2 Sebehodnocení

Sebehodnocení je nejsilněji působícím prediktorem životní spokojenosti ze všech osobnostních charakteristik (Mohapl, 1992). Variabilita mezi nimi je společná nejvíce z 50%. Skutečnost, že člověk je spokojen se sebou a nikoliv se svým životem a naopak, může být dána jednak různými okolnostmi, ale zároveň i odlišnými stránkami osobnosti (Blatný, Osecká, 1998).

Životní spokojenost a sebehodnocení výrazně korelovaly (0,56-0,62) v tzv. individualistických společnostech, typických pro euro-americkou kulturu (Diener 1999). Podle Blatného (2005) a kol. je v západním světě kladné hodnocení vlastního života spjato s rozvíjením vlastního ega, autonomii, sebeprosazováním a úspěchem.

Jak jsem již zmínila výše, McCrea a Costa (1991, in Hnilica, 2005) rozlišují mezi přímými vlivy temperamentu na výskyt emocí (u neuroticismu) a nepřímými (zprostředkovanými), kterými je například myšlena inklinace ke způsobu percepce, hodnocení událostí aj. Můžeme tedy říct, že temperamentové vlastnosti, jako například stabilita a extraverte, kladně korelují i se sebehodnocením. Ovlivňují navíc i způsob, kterým je emoční vztah k sobě prezentován. (Blatný, Osecká, 1998).

### 3.1.3 Hodnoty

Na hodnoty působí kulturní prostředí i rozdíly v osobnostní struktuře lidí. Důležité je, aby se lidé zabývali činnostmi, které jsou ve shodě s jejich hodnotami (Blížkovská, 2003).

Hnilica (2005) hovoří o tzv. konfliktu hodnot, který vysvětluje na základě dvou modelů hodnot – hierarchickém a kruhovém (Schwartzově). Ke konfliktu hodnot tedy dojde buď tak, že vylučující se hodnoty získají prioritní místo v hierarchii, nebo stojí v kruhu oproti sobě. K jejich aktivizaci může dojít situačně, ale také dlouhodobým řazením inkongruentních hodnot na přední místa v hierarchii. Tímto konfliktem dochází ke specifické emocionální, motivační a behaviorální „nepohodě“, při dlouhodobém působení i

k možnosti vzniku psychosomatických problémů. Konflikt vzniká nejčastěji, jsou-li na prvních dvou místech hodnotového žebříčku *láska* (vzájemnost, závislost, intimita, odpovědnost, péče, nutnost přizpůsobit se) a *sebeurčení* (svoboda, nezávislost, samostatnost a autentičnost). Velmi pravděpodobně nastává nejčastěji v mladém věku, kdy se utváří profesní identita a zároveň se uzavírají trvalé partnerské vztahy.

Podle Ingleharta probíhá od konce 60. let „tichá revoluce“, kdy dochází k obratu k postmaterialistickým hodnotám (rozvoj osobnosti, ochrana životního prostředí, komunikace, mír, participace, dále obrat k pospolitosti, kohezi, citlivosti vůči přírodě, toleranci). Podle Zygmunda Baumana je důležité nebýt nikde „moc hluboko zasazen“, pohotově se přizpůsobit změnám a nelpět na identitě, neboť soudobá tzv. „tekutá společnost“ přeje spíše nestálosti, tuláctví a turismu (in Křížová, 2005).

Jsou-li v důležitých místech hierarchií jedinců *individualistické hodnoty* (budování sociálního postavení, prestiž, svoboda, bohatství, úspěch), tím více tyto osoby věří, že bohatství a úspěch jsou pro dosažení jejich štěstí nezbytné. Jejich celkový vliv na spokojenost je nízký a nespolehlivý (Hnilica a kol., 2006).

### **3.1.4 Stres a copingové strategie**

Podle studie Hruby a kol. (1995) české ženy stejně jako Američanky prožívají vyšší míru distresu než muži. Uvádějí větší sklon k depresi, úzkosti a somatizaci. V USA bylo prokázáno, že ženy stres internalizují (deprese, anxieta, somatizace) a muži externalizují do hostility, což u české populace nebylo zcela prokázáno.

Ženy jsou v zaměstnání stresovány zrovna tak jako muži, možná snad ještě o něco více, na rozdíl od výsledků zjištěných v USA. Stejná vyrovnanost byla patrná i v oblasti sociální. Sebeovládání a sociální podpora snižují hostilitu u žen zejména v rodinných problémech, u mužů tlumí problémy v zaměstnání a depresi. Tyto zjištění dávají autoři do souvislosti právě s procesem transformace po roce 1989 (viz.níže), kdy byl výzkum prováděn.

Blatný a Osecká (1998) zjistili, že lidé spokojenější upřednostňují zejména dvě příklonové, na problém zaměřené strategie – *řešení problémů a kognitivní restrukturuaci*, naopak nepoužívají strategie odklonové (*sociální izolace, sebeobviňování*). Osoby nespokojené se životem nejčastěji volí *únik do fantazie*.

## **3.2 Faktory týkající se interakce člověka s prostředím**

### **3.2.1 Mezilidské vztahy a sociální interakce**

Osamělost a sociální izolace se s prožitkem osobní pohody neslučují. Nejšťastnější lidé mají pevné sociální vztahy. Navazování a udržování vztahů patří mezi primární biologické potřeby. Důležitá potřeba, která je ve vztazích uspokojována, je sdílení volnočasových aktivit, sdílení potřeb druhých, dělaní věcí pro druhé. Neméně důležitá je také kooperativní interakce. Argyle a Furnham zjistili tři faktory přispívající k osobní pohodě v rámci vztahů: *hmotná a instrumentální pomoc, sociální a emocionální opora a běžné zájmy* (in Argyle, 1992).

Mohapl (1992) soudí, že existence milostného vztahu je významným prediktorem subjektivní pohody podobně jako spokojenost s intimním životem. Existence osoby jako zdroje sociální opory úzce koreluje s „trvalým partnerským vztahem“, přičemž vnímání tohoto partnerství jako zdroje sociální opory je silnější v mladém věku (do 30let) a vyšším věku (nad 51 let), zvláště u mladých žen, jež vnímají svého partnera jako blízkou osobu, na niž se mohou spolehnout. Ve středním věku tuto roli přebírají především děti (Křížová, 2005).

### **3.2.2 Životní události**

Příjemné události vedou k prožitkům kladných emocí, negativní události doprovází záporné pocity. Ovšem i pozitivně laděné události mohou vést ke zhoršení prožitku osobní pohody, pokud dojde k pocitu nedostatku kontroly (Diener, 1984).

Suh, Diener a Fujita (1996, in Blatný a kol., 2005) zjistili, že úroveň pohody ovlivňují pouze ty události, které se udály v posledních třech měsících. Ženy jsou více otevřené novým zážitkům, což může být v případě negativních událostí příčinou větší zranitelnosti a deprese. Pokud jsou jejich zážitky trvaleji dobré, tendují k nárůstu subjektivní pohody ve větší míře jako muži (Lašek, 2004).

## **3.3 Biologické faktory**

### **3.3.1 Zdraví**

Vliv zdraví na životní spokojenost je nezpochybnitelný. Průměrná korelace mezi zdravím a životní spokojeností je však nízká – 0,32 (Diener, 1984). Objektivní zdraví determinuje osobní pohodu méně než subjektivní, ale stále je tato korelace signifikantní (Argyle, 1992). Lepší subjektivní zdraví vykazují ženatí muži a vdané ženy, ovdovělí, či

svobodní jedinci než rozvedené osoby, také lidé s vyšším a středním vzděláním než jedinci s nižším stupněm vzdělání a také osoby s vyššími příjmy (Hnilica, 2006).

### **3.4 Sociodemografické faktory**

#### **3.4.1 Věk**

V této otázce jsou výsledky studií nejednoznačné. Podle Argyla (2002) jsou starší lidé spokojenější než mladí. Vysvětluje to tím, že naše ambice a očekávání s věkem klesají, zatímco se zvyšuje počet dosažených úspěchů. Klesá i intenzita emocí a pravděpodobnost nových událostí, což na jednu stranu znamená pokles negativních zážitků, zároveň ale i pozitivně laděných zážitků. Zhoršuje se také zdraví, což spokojenost naopak snižuje (Argyle, 2002). Podle Dienera (1984) mladší lidé vykazují vyšší hladinu negativního i pozitivního prožívání, zatímco starší lidé sdělují větší míru celkové osobní pohody. Campbell a kol. (1976) zjistili, že index celkové osobní pohody pozitivně koreluje s věkem, zatímco aktuální prožitek štěstí s věkem klesá. Zároveň dochází k závěru, že starší lidé jsou spokojenější ve všech oblastech vyjma zdraví. Kebza (2005) ve své knize zmiňuje, že s narůstajícím věkem přibývá u obou pohlaví kladného hodnocení zvládnutí prostředí, zatímco hodnocení smyslu života a osobního rozvoje s věkem klesá.

#### **3.4.2 Pohlaví**

Rozdíly mezi pohlavími nejsou velké, objevují se však určité interakce s věkem. Mladší ženy jsou o něco šťastnější než stejně staří muži. A naopak starší muži jsou spokojenější než starší ženy. Podle McCuloughanda a Laurenceau je spokojenost do padesáti let neměnná a pak se náhle zhoršuje. Muži se cítí nejvíce unaveni v padesáti letech, avšak mezi 60 – 70 lety opět disponují pocitem vitality a síly. Ženy dosahují maxima ve 40 letech, poté zaznamenávají pozvolný pokles vitality a po 60. roce je úbytek vitality prudký, dokonce výrazněji než u mužů. To se projevuje i na životní spokojenosti.

Ženy pociťují emoce, pozitivní tak i negativní ve větší intenzitě. Jsou dvakrát více depresivní jako muži, somatizují své problémy, ale zároveň i o něco šťastnější. Tyto primární studie ovšem pocházeli z USA (Mookherjeeová, Woodová, Rhodesová a Whelanová) (in Hnilica, 2005).

Ženy přenášejí ekonomické nedostatky, stejně jako skutečnost léčby, do spokojenosti více než muži. Muži více profitují z vyššího stupně vzdělání a partnerského vztahu (Křížová, 2005).

### 3.4.3 Zaměstnání

Spokojenost s prací a celkovou životní spokojeností má poměrně nízkou korelaci 0.37 (Diener, 1984). Hnilica (2005) shledává největší pracovní spokojenost u vědeckých a odborných pracovníků, jejichž pracovní aktivita je charakterizovaná autonomií, komplexností úkolů a minimální mírou stereotypu a rutiny. Pracovníci ve službách a obchodu a pomocné nekvalifikované síly vykazují střední míru spokojenosti a frekvenci zdravotních problémů. Na opačném pólu se nacházejí řemeslníci, obsluha strojů a zařízení, jejichž práce je rutinou – ti jsou nejméně spokojeni a nejvíce si stěžují na zdravotní problémy. Rutinizace práce přispívá ke zmírnění stresu u povolání, které jsou velmi náročná (například zdravotníci), u méně náročných povolání může být jeho hlavním zdrojem.

Americká studie prokázala, že muži jsou v práci více nespokojeni. Ženy zase postrádají bližší sociální vztahy na pracovišti, ale v práci jsou celkově šťastnější jak muži. Obě pohlaví jsou ale šťastnější v důchodu (Argyle, 1999). Evidentně devastující vliv na celkový pocit osobní pohody má nezaměstnanost (Diener, 1984).

### 3.4.4 Příjem

Jestliže dáváme do souvislosti příjem s životní spokojeností je důležité kontrolovat i jiné faktory, jako je třeba vzdělání (Diener, 1984). Vztah mezi štěstím a penězi je nejednoznačný, více se však uplatňoval v chudých zemích. Platí však pravidlo, že se lidé cítí v pohodě, když mají zajištěny aspoň základní životní potřeby (Blatný a kol., 2005). Je tedy významný po dosažení určité hranice. Jestliže je jí dosaženo, ztrácí sice svou naléhavost, ale vyvstávají nové faktory, jenž ovlivňují životní spokojenost: společenský status, moc a implikuje i sociální srovnávání (Mohapl, 1992).

Obecně však platí, že spokojenost roste s vyšší ekonomickou úrovní, přičemž zvýšení ekonomické úrovně ve společnosti nevede k nárůstu počtu spokojenějších lidí (Diener a kol., 1999, Hnilica a kol., 2006). Mnohé studie prokázaly, že na životní spokojenost nemá vliv pouze kupní síla a velikost příjmu, ale i celková distribuce peněz, tedy, jak často jsou příjmy vypláceny a zda jsou stejné, či kolísají (Diener, 1984).

### 3.4.5 Vzdělání

Zdraví ale i osobní pohoda pozitivně koreluje s rostoucím stupněm vzdělání a vyšší příjmů. Spokojenost se životem klesá s rostoucím stupněm vzdělání jen výjimečně přesto, že rostou naše nároky, které nemohou být nikdy úplně uspokojeny ve světě omezujících příležitostí a omezených zdrojů, což může vést k frustraci a nižší životní spokojenosti. Příkladem této nespokojenosti může být americký výzkum, jenž prokázal, že zatímco se životní spokojenost v souvislosti se vzděláním u bílé populace lineárně zvyšovala, u hispánské populace klesala, neboť vlivem sociálních stereotypů i přes snahu věnovanou studiu nedocházelo k posunu ve společenském žebříčku (Křížová, 2005). Může také dojít k tomu, že čím vyššího vzdělání jedinec dosáhl, tím méně může být při stejných příjmech spokojen (Hnilica, 2006).

Křížová (2005) ve svém výzkumu zjistila, že vzdělání má na životní spokojenost vliv spíše zprostředkovaný přes jiné proměnné (příjem, výhodnější zaměstnání). Vyšší vzdělání snižuje riziko působení takových faktorů jako je osamělost, ekonomická krize, zdravotní potíže, zklamání způsobené druhým člověkem. Tento protektivní vliv je patrný především u mužské populace. U žen se výše vzdělání promítla i do oblastí zvládnání prostředí, vztahy s druhými a sebezpřijetí.

V naší zemi může mít aspekt vzdělání větší vliv jak příjmy, což je zapříčiněno nerovností v přístupu ke vzdělání u starší a střední generace. (Hnilica, 2006). V české společnosti byla v dobách socialismu souvislost mezi vzděláním a příjmem nulová, protože rozdíl mezi jednotlivými příjmovými skupinami byl minimální. V druhé polovině devadesátých let se tato korelace zvedla až na 0.65 (Kebza, 2005). V současné době vzdělání zvyšuje u české populace téměř jeden a půl krát pocit osobní pohody ve srovnání se základním vzděláním. Životní spokojenost učňů a vyučených se zakládá na jiných faktorech než u středoškoláků, protože u nich nekoreluje se sebevědomím (Kebza, Šolcová, 2005).

### 3.4.6 Politická orientace a kultura

Meadows posuzoval osobní pohodu z hlediska vlivu dvou druhů kultur: individualistické- nezávislé („západní“) a kolektivistické – vzájemně závislé („východní“). Podle Dienera vykazují větší spokojenost lidé v individualistických společnostech. Na druhou stranu se hovoří o „epidemii deprese“, kdy došlo ke snížení pocitu pospolitosti a ztrátě vyššího smyslu na úkor maximalizace „self“ (in Myers, 1999).

Velmi důležitý a pro naši společenskou situaci specifický je vliv procesu transformace na osobní pohodu obyvatel ČR. Křížová (2005) vyzorovala vliv politické orientace u české populace pouze prostřednictvím pozitivního hodnocení společenské změny. Pravicově orientované osoby vyjadřovaly spokojenost se současnou situací oproti roku 1989. Pozitivně se ke změně staví mladé osoby od 25 do 30 let, zvláště s vyšším vzděláním. Nejnižší míru spokojenosti ve srovnání s životem před r. 1989 udávaly ženy středního věku s nižším stupněm vzdělání. V současnosti však lze předpokládat, že se model české společnosti bude stále více blížit modelu západních společností. (Hraba a kol., 1995).

### **3.4.7 Rodinný stav**

Podle Dienera je mezi spokojeností a rodinným životem a standardem bydlení vysoká korelace, a proto je jedním z nejdůležitějších faktorů majících vliv na životní spokojenost. Glenn a Weaver podotýkají, že manželství je silnějším prediktorem pokud jsou kontrolovány i takové proměnné jako je vzdělání, příjem a zaměstnání (in Diener, 1984).

Manželství způsobuje poměrně velkou míru spokojenosti (u žen 41,5%, u mužů 35%), neboť poskytuje podstatnou psychickou podporu, jež vede k lepšímu zdraví a delšímu životu. Lidé se o sebe více starají, zdravěji se chovají (přítomnost partnera v domácnosti má preventivní účinek proti špatným návykům), mají svého intimního důvěrníka a tráví spolu svůj volný čas. Singles vykazovali střední míru spokojenosti (muži 18,5%, ženy 25,5%), nejméně byli spokojeni rozvedení muži (18,5%) a ženy (15,5%) (Argyle, 1992). Jiní američtí autoři zase zdokumentovali, že v USA jsou na tom nejlépe kohabituující dvojice, následně za nimi manželé a nejhůře ti, co žijí sami. Výsledky však nelze generalizovat na ostatní společnosti, neboť je tomu jinak v individualistické kultuře a jinak v kolektivisticky řízeném státě (Hamplová, 2006; Diener a kol., 1999).

Campbell, Converse a Rodgers zjistili, že spokojenost se životem je závislá na interakci pohlaví a rodinného stavu. Rozvedené ženy vykazují v některých ukazatelích horší spokojenost s kvalitou života než rozvedení muži. A naopak vdané ženy vykazují lepší spokojenost než ženatí muži (Hnilica, 2005). Muži i ženy mají tedy stejný prospěch z manželství, liší se ale v jednotlivých oblastech – muže chrání manželství před alkoholismem, ženy před depresemi. Podle Argyla (1999) manželství přispívá u žen více k prožitku štěstí, zatímco u mužů se více odráží v jejich psychickém i fyzickém zdraví. Pro obě pohlaví je manželství spíše zdrojem spokojenosti, jak radosti.

Vezmeme-li v úvahu věk, tak je manželství větším zdrojem pozitivních emocí, když jsou partneři mladí a zamilovaní. Šťastnější jsou manželství středních tříd.

Hamplová (2006) zmiňuje tzv. *teorii selekce*. Ta říká, že lidé nejsou šťastní proto, že žijí v manželství, ale proto, že se vyznačují určitými vlastnostmi, jež je k tomu predisponují. Tato teorie je však zpochybňována, neboť nebyl ve většině studií žádný takový efekt nalezen a dalším z důkazů je, že svobodní umírají častěji na nemoci způsobené rozdílným životním stylem a nikoliv na genetické choroby.

Co se týče rodičovství byl zaznamenán prakticky zanedbatelný vliv na celkovou životní spokojenost (Mohapl, 1992).

V současné době se objevují studie, které zvažují vzájemnou bilanci či disbalanci časových nároků rodinného a pracovního života, tedy dvou dominantních oblastí života většiny dospělých lidí (např. Grópel). Tento vztah je zprostředkován potřebou afiliace a výkonu. Jednostranná preference jedné oblasti vede k zanedbávání druhé oblasti, což má jednoznačný dopad na spokojenost se životem (Grópel, 2006).



## 4 Singles

Singles jako skupina lidí, která rezignovala na partnerský život, anebo o něj neměla z nějakého důvodu zájem, existovala takřka vždy. Motivace zůstat svobodný měla v minulosti různé příčiny: jednalo se o stav oceňovaný církví, tento stav umožňoval zachovat celistvý majetek, ale byl i charakteristikou chudobných, kteří neměli prostředky k zabezpečení rodiny. V devatenáctém století byl tento životní styl propagován muži jako znak svobodné mysli a libertinismu, zatímco u žen byl spíše zatracovaný. V současnosti se však setkáváme se singles doslova jako s fenoménem dnešní doby. Ve velkoměstech USA a západní Evropy se o tomto způsobu života začalo uvažovat jako o alternativním životním stylu, který je podpořen nabídkami speciálních bytů, balených potravin pro jednoho, prádelen, či zájezdů pro jednu osobu (in Drotován, Bleha, 2008).

### 4.1 Definice a vymezení singles

Singles lze také vymežit jednoduše jako osoby, žijící osamotě (bez partnera). Tato definice tedy vylučuje všechny jedince žijící v jakémkoliv partnerském vztahu. Důležitou roli hraje také temporální aspekt, zda se jedná pouze o přechodný, dočasný stav mezi jednotlivými romantickými vztahy, či zda jde o permanentní stav, a tudíž i formu života (viz. níže) (in Drotován, Bleha, 2008).

Současná společnost chápe singles jako osoby žijící programově samy ve smyslu promyšlené volby životního stylu. Podobně pojímá kategorii singles i Mareš. Definuje singles nejen jako „osoby programově žijící osamoceně či odděleně, ale i rezignující na to mít děti, a nemající tedy žádné reprodukční strategie“ (Mareš, 2003, str. 78). Tomášek (in Mareš, Potočný, 2003, str. 226) označuje fenomén singles za „nejzřetelnější a nejvyhraněnější projev individualizace ve sféře rodinného a partnerského života“. Kvalitativní studie, kterou uvedený autor vypracoval na základě 37 rozhovorů, představu singles jako „kategorii individuí se záměrnou a poměrně sofistikovanou motivací bezprostředně se vážící s explicitním odmítnutím partnerského života vzhledem k prioritnímu postavení profesní seberealizace“ však nepotvrdila.

Cargan a Melko (1982, str.23) definují singles jako „jedince, kteří nejsou schopni uzavřít manželský svazek bez ohledu na důvod“. Jedná se tedy o jedince nikdy nežijící v manželském svazku, ale i o rozvedené a ovdovělé. Podobně i Tomášek, který se tímto fenoménem u nás hlouběji zabýval, upozorňuje na to, že v 60., 70. a 80. letech byli označováni jako singles i ti, co dlouhodobě žili v nesezdaném soužití (viz. Staplesova a

Steinova typologie singles níže) a v současnosti tento fenomén může zahrnovat jedince praktikující různé formy otevřených vztahů. Z toho vyplývá, že se hranice pojmu neustále posunují.

O užší chápání sociální skupiny singles se pokouší také Geißler (2002, in Drotován, Bleha, 2008, str. 64): „*Jedná se o osamotě žijící v mladším, resp. středním věku, kteří nemají žádného stálého partnera a z vlastní vůle delší dobu žijí raději sami*“. Hovoří o tzv. „tvrdém jádře“ singles, které však oficiální statistická data nepotvrzují.

Velmi rozporuplnou otázkou i nadále zůstává, zda do této kategorie řadit i ty jedince, kteří jsou nedobrovolně sami, ať už se jedná o jakkoliv znevýhodněné osoby, nebo tzv. oběti konzumní společnosti, jenž v nynější uspěchané době a nastavených podmínkách nejsou schopni najít si odpovídajícího partnera, ačkoliv si to přejí.

Nevyhraněnost pojmu pak v konečném důsledku znamená, že do této kategorie jednou řadíme jen osoby trvale svobodné, jindy však máme namysli i osoby rozvedené, či ovdovělé (Tomášek, 2003).

## **4.2 Typologie singles**

Také Mareš (2003) považuje kategorii singles za velice obtížně určitelnou, neboť v řadě typologií je zřejmé, že se k nim počítají i různé formy kohabítace. Tomášek (2003) uvádí více alternativ typologizací samostatně žijících osob určených na základě různorodých kritérií:

- existence či neexistence partnerského vztahu, respektive stupeň jeho otevřenosti
- dobrovolnost či nedobrovolnost dané situace singles
- otázka, zda je situace dočasná či trvalá
- motivace a důvody pro nepřítomnost partnera

V případě České republiky je obzvláště důležité určit, zda se jedná o plánovanou strategii nebo pouze nezáměrnou a příležitostnou či improvizovanou reakci na rychle se měnící transformační kontext a pouhé čekání na vhodný partnerský a rodinný vztah.

S mírou otevřenosti vztahů operuje typologie vytvořená **Staplesem** (1981), která vyšla z výzkumu Afro-američanů:

1. *free-floating unattached* – bez závazků, náhodné schůzky, jedná se o nejčastější typ
2. *open – coupled relationship* – otevřený vztah – relativně stálý vztah, ale může zahrnovat i další sexuální a romantické vztahy

3. *close-coupled relationship* – uzavřený vztah – vzájemné uspokojování romantických a sexuálních potřeb
4. *singles v jedné domácnosti* – jedinci zasnoubení nebo dohodnutí na společném žití
5. *accomodationalist* – dočasný nebo permanentní život solitéra – zahrnuje často starší osoby (in Tomášek, 2003)

Nejnámější a nejčastěji uváděnou typologií je rozdělení singles **podle Steina** (1981). Tu tvoří bipolární dimenze sestavená ze dvou kritérií dobrovolnosti - nedobrovolnosti a dočasnosti či stability statusu singles.

1. *dobrovolně dočasní* – mladí, doposud nesezdaní a rozvedení, kteří odkládají uzavření nebo znovuuzavření sňatku (jsou otevření možnosti sňatku, ale staví hledání partnera na nižší pořadí v žebříčku hodnot jako ostatní aktivity, tedy vzdělání, kariéru, politiku a seberealizaci).
2. *dobrovolní stabilní* – tato kategorie zahrnuje ty, kteří jsou spokojeni se svým nesezdaným stavem, nechtějí se znovu ženit ani vdávat a kohabitují bez záměru manželského sňatku. Patří sem i skupiny, jejichž styl života vylučuje manželství (kněží, členové a členky náboženských řádů). Také sem řadíme svobodné rodiče – jak svobodné, tak i rozvedené, kteří nehledají partnery a vychovávají své děti sami, nebo s pomocí příbuzných a známých.
3. *nedobrovolní dočasní*- singles, kteří by rádi vstoupili do manželství a očekávají to. Patří sem tedy mladí, doposud nesezdaní, aktivně hledající partnera, ale také starší, nikdy nesezdaní, kteří začali hledat.
4. *nedobrovolní stabilní*- starší, rozvedení, ovdovělí, doposud nesezdaní, kteří chtěli manželský svazek, ale nenašli partnera a přizpůsobili se tomu jako možné životní situaci. Do této skupiny řadíme singles, kteří trpí fyzickou či psychickou ujmu, která je znevýhodňuje na sňatkovém trhu.

Pozice osoby se může podle Benokraitise v těchto kategoriích během času změnit. Pro některé lidi je ale „singlovství“ neměnné proto, že je jejich vlastní volbou nebo proto, že se jedinci na sňatkovém trhu jen málo uplatňují (in Benokraitis, 2002).

Jenom jedna třetina dotazovaných mužů a jedna pětina žen byli singles proto, že si to přejí, či se nechtějí vázat. Většina však uvádí důvod, že si doposud nenašli vyhovujícího partnera a dvě třetiny singles považují manželství za vytoužený stav, z čehož lze usuzovat, že většina lidí, kteří žijí jako singles, jsou v této situaci nedobrovolně. Zároveň je tato generace jedna z prvních, jež není tlačena do manželství, ale je všeobecně upřednostňována kvalita života a možnost svobodné volby na základě vlastních potřeb

jedince, nikoliv společenských tlaků. Být singles tedy nemusí nutně znamenat, že je člověk v této situaci nedobrovolně (Simenauer, Carroll, 1982).

Ze zmíněných typologií je zřejmé, že kohabitace je na přelomu 70. a 80. let chápána jako dobrovolná a stabilní forma singlovského způsobu života, zatímco v současnosti ji bereme jako alternativu nahrazující či předcházející manželství (Tomášek, 2003).

**Tomášek a Radimská** na základě sčítání lidu prováděného v roce 2001 vymezili univerzální kategorie specifické pro český kontext:

1. *dosud nesezdání*, kam spadají i svobodné matky a otcové s dětmi
2. *rozvedení, v separaci, ovdovělí*
3. *vyloučeni s manželských svazků*- gayové, lesbičky, členové a členky náboženských řádů, duchovní a vyloučení ze zdravotních důvodů- psychicky nemocní atd. (Tomášek, 2003).

### **4.3 Faktory přispívající k rozvoji singlovství**

Člověk je stavěn mezi protichůdné tlaky, které na jedné straně „brání“ manželství, těmi jsou ekonomická jistota, kulturní tlak a touha po rodině, na druhé straně jsou faktory, jenž obhajují singlovství – osvobození od omezení, které s sebou nese vztah, samostatnost, větší příležitost geografické mobility a podpůrná síť přátel (Cargan, Melko, 1991).

Benokraitis (2002) uvádí další možné zisky, které plynou ze statusu singles: soukromí, méně omezení a nezávislost; větší pestrost sexuálního života; bezprostřední, proměnlivý životní styl; setkávání se s novými přáteli s rozličnými zájmy; ekonomická samostatnost; žádná zodpovědnost pečovat o manžela a děti; základní potřeba nezávislosti. Vágnerová (2000) dodává ještě možnost zaměřit se na preferovaný cíl a dosahovat lepších výsledků.

Jako největší nevýhody toho být sám bez partnera jsou podle pořadí uváděny tyto skutečnosti: osamocenost a sociální izolace; zafixování takových osobnostních vlastností a strategií chování, které jsou pro jakékoliv další soužití rušivé; návyk na určitý životní styl a neochota ho změnit a riziko ztráty určitých životních příležitostí (Vágnerová, 2000).

#### **4.3.1 Demografický vývoj v ČR po roce 1989**

V předrevolučních letech uzavírali lidé manželství na samém počátku své životní dráhy, tedy většinou ihned po dokončení středoškolských studií, či vyučení (vysokou školu absolvovala přibližně jedna desetina z nastupující mladé generace). Pravidelný příjem,

stávající systém sociální péče a přidělování bytů vedlo k vysoké prestiži instituce manželství. Velký vliv se připisuje autorka i nízké úrovni antikoncepce, která měla za následek zvyšující se počet nechtěných těhotenství. Preference porodu před interrupcí a snaha o to, aby se dítě narodilo až v manželství, vedla k nárůstu sňatečnosti (Fialová, 2006).

Během 90. let se snížil počet sňatků na polovinu (Sirovátka, in Mareš, Potočný, 2003). Jejich počet strmě klesá od roku 1991, ze 70 tisíc na zhruba 55 tisíc sňatků ročně. Od počátku 90.let je také patrné odkládání sňatků do vyššího věku a u části populace odmítání vstupu do manželství vůbec. Procento svobodných vzrostlo zejména u věkové kategorie 25-29 let, a to u mužů z 27,6% v roce 1991 na 53,2% v roce 2001 a u žen z 10,9% v roce 1991 na 31,5% v roce 2001. V populaci byl zaznamenán také růst podílu osob, kteří vědomě odmítají navazování jakýchkoliv partnerských svazků, tedy singles (Fialová, 2006).

Možný (in Mareš, Potočný, 2003) uvádí několik demografických změn, které vedou k odkládání sňatků:

1. „westernizace“ české společnosti v oblasti rodiny a hodnot
2. transformační rizika, které omezují lidem realizaci jejich nových životních šancí
3. nedostatečnost rodinné politiky, zejména pak pro ženy je obtížné sloučit pracovní uplatnění na jedné straně a rodičovské aspirace.

Důsledkem pohybu v hodnotové orientaci mladé generace, ale také obtížným skloubením zaměstnání a péčí o dítě, je u nás změna rodinného chování, která v takové míře nebyla zaznamenána nikde jinde v Evropě (Sirovátka, in Mareš, 2003).

Posun k singlovskému stylu života je tedy nejčastěji spojován především s transformací ze socialistického společenského uskupení do zcela odlišného volně tržně-demokratického systému, může se však jednat spíše o návrat k původním trendům počátku 20. století (zejména u mužů), kdy docházelo k uzavírání sňatků v pozdějším věku nebo k neuzavření sňatku vůbec z důvodu problematičnosti ekonomického zajištění rodiny (Tomášek, 2003). Tento fakt dokazuje i studie Fialové (2006), která rozděluje 20. století do 3 dekád. Na počátku století zůstávalo 10% žen a 6% mužů trvale svobodných. Dobová norma vstupu do manželství odpovídala u žen 25 roků, zatímco muži vstupovali do manželství nejčastěji až ve věku nad 25 let. V podmínkách státního socialismu se průměrný věk vstupu do manželství posunoval u obou pohlaví až k 20. letům a v současnosti opět zaznamenáváme přesun tentokrát až do 28. až 29. roku věku u mužů a do věku 25 – 27 let u žen (Mareš, 2003). Zvyšování průměrného věku, kdy vstupují lidé do prvního manželství, způsobuje

takřka ve všech zemích Evropy nárůst počtu singles jako dočasného stavu ve věkové kategorii 20 – 29 let ( Drotován, Bleha, 2008).

Podle Tomáška je zvláště v rámci české společnosti důležitá otázka motivace, racionalizace a charakteru životních strategie singles, tedy „do jaké míry se u těchto aktérů jedná o plánovanou životní strategii a do jakého stupně se jedná pouze o nezáměrnou a příležitostnou situaci či improvizovanou reakci na rychle se měnící český transformační kontext (vč. vstupu do EU) a pouhé čekání na vhodný okamžik pro tradiční partnerský a rodinný vztah“ (Tomášek, 2003, str. 228). Tomášek ve své studii (2003) zaznamenal, že mladí singles reflektují změny po roce 1989 a mnozí z nich si uvědomují, že kdyby nedošlo k těmto událostem a poměry ve společnosti by zůstaly stejné, zřejmě by se podrobili tlakům a vstoupili by do manželství podstatně dříve. Tuto změnu v osobním životě chápou vesměs všichni pozitivně, i když si zároveň uvědomují nezamýšlené důsledky, které tato změna zanechala v jejich soukromém životě.

Tomášek dále poukazuje i na to, že prudký nárůst singles v posledních letech může být i následkem jiných charakteristik než je modernizace české společnosti, tedy například vysoké rozvodovosti. V souvislosti s tím zmiňuje i výchovu a socializaci v rodinách těchto jedinců, která u stále většího segmentu populace už v éře socialismu podněcovala prosazování norem singlovského života, respektive života svobodného rodiče (Tomášek, 2006).

#### **4.3.2 Další společenské skutečnosti**

Podle Lamanny a Riedmanna (2003) stojí za zvyšováním prestiže singlovství tři faktory:

- dlouhodobý model pozdního manželství na sklonku století
- důsledek nízkého koeficientu pohlaví („sex ratio“) a ekonomických nevýhod, které zamezují části populace brát v úvahu sňatek
- rozdílné názory na manželství a singlovství, také vyšší tendence ke kohabitaci a rozvodům a nové možnosti rodičovství (např. umělé oplodnění).

#### ***Demografické příčiny***

Mezi nejčastěji uváděné důvody, které mají za následek skutečnost nárůstu počtu svobodných jedinců ve společnosti, jsou důvody *demografické*. Cargan a Melko (1991) uvádí, že nízká sňatečnost, jež úzce souvisí se zvyšujícím se průměrným věkem prvního manželství, v poměru s největší rozvodovostí v historii vede k tomu, že je v Americe 58 milionů svobodných lidí starších 18 let.

Mezi *demografické* faktory řadíme i tzv. „*sex ratio*“ – poměr mužů a žen v dané společnosti, kdy přebytek osob jednoho pohlaví vede ke snížení sňatečnosti vlivem nedostatku vhodných partnerů a v konečném důsledku třeba i k růstu porodů mimo manželství (Benokraitis, 2002). Podle některých autorů je růst počtu singles dán přebytkem žen ve společnosti (Mareš, 2003).

Austrom (1984) považuje za příčinu poklesu počtu manželství kulturní procesy a sociobiologické strategie vyhledávání partnera. Ve společnosti je udržovaná homogamie, neboť obě pohlaví mají tendenci hledat si partnera v podobném sociálním prostředí. Tato homogamie je však narušovaná snahou žen vzít si muže, který je nepatrně „nad nimi“ v takových faktorech jako je věk, vzdělání, profese a příjem, což vede k heterogamii, v níž jsou znevýhodněny v těchto oblastech superiorní ženy a inferiorní muži.

### ***Faktory osobní volby v současné společnosti***

Mezi *faktory osobní volby* patří například skutečnost, že vzdělané ženy posunují manželství stále více do období dospělosti, nebo se nikdy nevdatí (Benokraitis, 2002). V souladu s touto myšlenkou je i *fenomén emancipace žen*, jehož důsledkem je otevření pro ženy dosud nedostupné oblasti společenského života (zpřístupnila jim role a životní dráhy, které jsou alternativami nebo doslova konkurencí mateřské role), či se jedná o důsledek rekonstrukce tradičního mateřství spolu se změnami hodnoty dítěte, jež zpochybnily prioritu mateřské role a oslabily její ideologickou podporu (Mareš, 2003).

Feministka Barbara Ehrenreich zavádí pojem *vzpoura živelů*, jenž vede k odklonu od chápání maskulinity jako symbolu zvládnutí a zajišťování rodiny a také uplatnění žen na pracovním trhu, čímž značně klesl výdělečný potenciál mužů. Manželství se proto stalo pro muže a ženy méně atraktivní (Lamanna, Riedmann, 2003, Tomášek, in Mareš, Potočný, 2003).

Mapování amerických sociologů Axinna a Barbera (in Lamanna, Riedmann, 2003) ukázalo, že stále větší počet dvacetiletých (45% mladých mužů a 39% žen) odchází z domova nikoliv za účelem sňatku a založení rodiny, ale za získáním a uplatněním své nezávislosti. Požadavkem dospělosti je tedy nezávislost a dobré uplatnění, nikoliv uzavření manželství, jak tomu bylo v minulosti.

Mladým lidem se výrazně zvýšily možnosti studovat, cestovat, zvolit si povolání a využít příležitosti uplatnit se v něm, zvláště v oblasti finančního ohodnocení. To má dopad na úbytek sňatků, či jejich posunování do vyššího věku (Sirovátka, in Mareš, 2003). Současně rozšířené možnosti vzdělání a budování kariéry mají za následek to, že finanční

závazek placené práce dává ženám finanční nezávislost. Jeden z důsledků je ten, že ženy uvažují, zda se mají stát matkami, aniž by se vdaly (Lamanna, Riedmann, 2003).

Rozvoj v technikách antikoncepce a asistované reprodukce v současné době umožňuje jednak vyhnout se plození dětí, ale také pořídit si dítě bez nutnosti vázat se na konkrétního partnera (Mareš, 2003).

Důvody singlovství však mohou být i čistě praktické. Stále častěji můžeme spatřit, jak se fenomén singles promítá do oblasti trhu a konzumu rozvojem řady produktů a prodejních strategií speciálně určených svobodným lidem, a tímto způsobem jim umožňuje stále více naplňovat své potřeby mimo manželství. Ať už máme na mysli „fastfoody“, mražená jídla pro jednoho, nemačkové materiály, rozvoj prádelen, malé auta, zájezdy pro jednu osobu, a nebo na západě dokonce bary a kluby pro singles, to vše přispívá k jejich pohodlí a představuje další podnět pro jedince zůstat sám/a (Health, Cleaver, 2003).

#### **4.3.3 Očekávání a postoje singles k manželství**

Ti, co pochází ze stabilních rodin, věří ve šťastná manželství a sami by chtěli mít takové manželství, jaké měli jejich rodiče, zatímco mladí lidé z rozvedených rodin pohlíží na manželství s odstupem (Health, Cleaver, 2003).

South analyzoval v rámci výzkumu nazvaném *National Survey of Families and Household (NSFH)* představy o své budoucnosti u vzorku 2073 nekohabituujících jedinců ve věku 19- 35 let a zjistil, že většina z dotazovaných by chtěla v budoucnu manželství uzavřít, jen 17% zúčastněných odpovědělo že ne, nebo nevědělo jistě (Lamanna, Riedmann, 2003).

Cargan a Melko (1982) v souladu s tímto výzkumem uvádí, že většina singles považuje manželství za předpokládanou součást budoucnosti a většina z nich očekává vstup do manželství během 5 let.

Výše uvedená nabytá svoboda, která umožňuje získávání zkušeností v zahraničí, vnitřní obohacování, či kariérní růst, pak v lidech může probouzet větší očekávání ohledně partnera. Většina lidí není ochotná slevit ze svých požadavků. Hraje zde velkou roli i věk, který stěžuje „romantickou zamilovanost“ jako východisko pro vztah, a postupná ztráta schopnosti bydlení s partnerem a přizpůsobení se druhému člověku (Tomášek, 2006).

V souladu s předchozí myšlenkou zvýšeného očekávání jsou i výsledky zjištěné v americké studii Oropesem (1994, in Benokraitis, 2002), která byla zaměřena na ženy mladší 29 let. Ženy, které byly zaměstnány a měly vyšší příjmy, měly větší příležitost



potkat vhodného partnera, zároveň ale byla jejich očekávání vyhovujícího partnera větší, což mělo za důsledek delší dobu hledání.

Lze říci, že ačkoliv počet singles v Evropě roste, výzkumy potvrzují stále vysokou hodnotu manželství. Druhý evropský výzkum možných výsledků populační politiky ČR 2001 zjistil, že pouze 18,6% respondentů plánuje jiný způsob partnerského soužití než manželství či kohabitaci s budoucí vyhlídkou sňatku. Podobné jsou i výsledky projektu Hamplové (2000) Mladá generace 1997, ve kterém pouze 2,2 % dotazovaných uvedlo preferenci života bez stálého partnera (in Drotován, Bleha, 2008).

#### **4.3.4 Postoje společnosti k fenoménu singles**

Změny postojů společnosti k singles nám názorně ukazují příklady z USA. V 50. letech byli jedinci praktikující tento styl života chápáni jako neurotičtí, amorální a neatraktivní (Lamanna, Riedmann, 2003; Gordon, 1994). Ještě v 60. letech bylo toto téma vědci ignorované a považované za „nemoderní“. Být sám představovalo záporný protipól pozitivně vnímaného manželství vedoucí ke stereotypům, zaujatosti a diskriminaci. Stále převládal negativní předsudek singles jako bezstarostných, nežádoucích, deviantních, neschopných, osamělých a nevyzrálých jedinců, často označovaných jako staří mládenci a staré panny. Generalizace pojmu (pod označením singles byly myšleny a zobecněny i jiné kategorie než jenom „nikdy nesezdaní“, jako třeba rozvedení, nebo vdovy) v konečném důsledku znamenala zanedbávání jejich konkrétních potřeb a diskriminaci.

S aktuálností problematiky v 70. letech se však měnil i názor veřejnosti. Vyšla řada článků, která brala životní styl singles jako samozřejmý a nabízela praktické informace týkající se problému singlovství (Cargan, Melko, 1991). Podle šetření Yenkeloviche už v roce 1978 považovalo singles 75% populace za normální. Jak se status singles stával z pohledu veřejnosti stále více akceptovaný a méně deviantní, měnila se i životní spokojenost a jistota stát si za svým rozhodnutím u těch, co se pro tento životní styl rozhodli (in Austrom, 1984).

Výzkumy ze začátku 80. let potvrdily, že se singles v oblastech vzdělání, profese, příjmu a náchylnosti k patologii v ničem neliší od běžné populace a začíná se hovořit o tzv. „odkládající generaci“, která kroky spojené s navazováním a udržením si partnerství posunuje za hranici třiceti let (Austrom, 1984). V Americe od roku 1960 vzrostl a proporce singles z 25% v roce 1960 na 39% v roce 1995. Lidé se mj. odmítají znovu ženit a vdávat (Myers, 1999).

Německá studie Hertelové – Schützové et al. (2005), která se zabývala antagonistickým vztahem mezi ženatými a svobodnými, prokázala, že věkově starší svobodní lidé jsou vnímáni více negativněji než svobodní do 30 let. Přitom sledované skupiny svobodných i sezdaných mladšího (do 35 let) i staršího věku považovaly svobodné osoby za více nešťastné a osamělé než osoby v manželském svazku. To podle De Singlyho (1999) znamená, že být singles je stále chápáno jako určitý handicap, neboť člověk žijící bez partnera může být v očích druhých viděn jako sociálně neschopný navázat partnerský vztah, anebo jako příliš silně zaměřený na společenský úspěch ( in Drotován, Bleha, 2008).

V České republice bylo v rámci studie Kuchařové *Některé obsahové změny postojů k manželství a rodičovství* (in Mareš, 2003) zaznamenáno navýšení z let 1996 do roku 2001 o 2 % (tedy z 3% na 5%) pro možnost žít sám bez stálého partnera u vzorku ve věku 18-60 let a u vzorku 18-29 let o 3 % (z 2% na 5%). Nejmladší generace zahrnutá do výzkumu připisuje srovnatelný význam manželství s alternativními formami manželství. Lamanna a Riedmann (2003) citují již výše uvedené sociology Axinna a Barbera, podle nichž rozšiřující se nesezdané soužití s sebou nese více pozitivních postojů k singlovství.

Vezmeme-li v úvahu reakce nejbližšího okolí (rodiny, přátel apod.) na lidí žijící jako singles, větší polovina singles se cítí být tlačena do manželství. Ženy sdělují o něco větší tlak jako muži, který ale připisují spíše vlastnímu pocitu nutnosti manželství. Muži ho zase cítí dvakrát více ze strany přátel, či partnerky v případě kohabitace (Simenauer, Carroll, 1982). Projevy lítosti nejbližšího okolí jsou mnohdy zdrojem podráždění. Nejlépe jsou přijímány nedobrovolnými singles, jenž je vnímají jako určitou starost a péči o jejich osobu (Gordon, 1994).

## **4.4 Proces individualizace**

*„Individualizace přináší většímu množství mužů a žen nevídanou svobodu experimentovat, přináší však také neslýchaný úkol vyrovnat se s jejími důsledky“* (Bauman, 2004, str. 65).

Individualismus, podle Vágnerové (2000), klade důraz na uspokojení potřeb jednotlivce, na rozvoj jeho osobnosti a uplatnění. Společnost se stává více tolerantní ke všem projevům individua a rodina je v tomto smyslu chápána spíše jako omezení než jako zkušenost.

### **4.4.1 Teorie soukromého života podle F. de Singlyho**

Podle Singlyho je současná společnost oproti dobám minulým stále více individualizovaná. Člověk má žít ve shodě sám se sebou a zároveň uplatňovat vlastní autonomii, jejíž pilířem je nezávislost, zejména ekonomická. Dochází k tzv. psychologizaci společnosti. Člověk je zároveň vázaný na blízké lidi kolem něho, kteří se podílí na formování jeho identity. Paradoxem dnešní doby se tak stává fakt, že se každý z nás touží stát nezávislým a soběstačným a zároveň ke svému životu potřebuje lásku ostatních, která ho utváří. Citové vztahy jsou tedy pro člověka velmi důležité, nesmí však ohrozit možnosti jedince. Můžeme se domnívat, že se sociální vazby zeslabují, ve skutečnosti se však multiplikují. Stávají se křehčími pro svoji volitelnost a zrušitelnost.

Individualizace se dříve týkala jen mužů, zatímco pro ženy byla citová závislost synonymem závislosti ekonomické i sociální, což znamenalo realizovat se prostřednictvím manžela. Podle Singlyho se situace změnila v 60. letech, kdy se ženy vstupem do zaměstnání staly finančně nezávislé, vybudovaly si profesní identitu a své zájmy již nepodřizují zájmům rodiny. Úkolem dnešní společnosti je podle Singlyho najít způsob, jak být „společně svobodní“ (in Radimská, 2003).

### **4.4.2 Teorie podle U. Becka a E. Beck – Gernsheim**

Proces individualizace má podle autorů dvě opačná hlediska, které můžeme definovat jako pozitivní a negativní. Bezesporu kladným aspektem tohoto procesu je vzestup nezávislosti jedince, která s sebou nese jeho vymanění z předem daných norem a možnost volby. Záporný pól představuje narušení pozice a vnitřní stability jedince vlivem velkého břemena zodpovědnosti, protože jedinec musí neustále rozhodovat a zvažovat mezi mnoha možnostmi. Ideálním zaměstnancem je ambiciózní, flexibilní a soutěživý jedinec, který opomíjí svůj soukromý život, proto požadavky trhu práce zásadním způsobem narušují

rodinné a partnerské vztahy. V takto nastavených podmínkách pak jedinec nemůže nikdy dostat úplné individualizace a naprosté osobní svobody. Postupná individualizace má za následek vytváření blízkých partnerských vztahů jako protiváhu neosobních vztahů ve společnosti, zároveň je však příčinou jejich selhávání (Beck, U.; Beck-Gernsheim, E., 1995).

#### **4.5 Postadolescence**

Podle European Group for Integrated Social Research se postadolescencí rozumí nejednoznačný stav, který je doprovázený neochotou jedinců ztotožnit se s dospělou identitou skrze nerozhodnost volit mezi dospělými a mladistvými složkami osobnosti mladých mužů a žen. Tento konflikt je určen třemi faktory, které mohou mladí prožívat:

- *rozdělené bytí* – mohou se cítit současně mladí i dospělí
- *nerozhodné bytí* – mladí lidé nejsou úplně ztotožnění sami se sebou jako s mladým, či dospělým člověkem
- *kolísavé bytí* – vědomé střídání charakterových rysů a chování, které se váží k mládí, či dospělosti, např. lpění dvacátníků i třicátníků na subkulturách spojených s hudbou (techno aj.).

Tato nová fáze v životě dnešních dvacátníků a třicátníků se vyznačuje absencí znaků, které jsou spojovány s dospělostí, jako jsou například dosažení nezávislosti, zodpovědnosti a závazků v rámci několika oblastí. Termín postadolescence bývá označována i jako mladá dospělost, či pozdní adolescence. Jedná se o fázi života, která posunuje mládí hluboko do dospělosti a ukusuje tu část života, která pro většinu populace před pár lety znamenala „být dospělý“. Du Bois-Reymond (in Heath, Cleaver, 2003) spojuje tento fenomén s nárůstem kulturní elity dobře vzdělaných, s vysokými aspiracemi mladých dospělých obou pohlaví, s rozmachem možností vzdělávání v druhé polovině dvacátého století a s vlivem druhé vlny feminismu.

„Dospělé“ chování a postoje spojené s představou zodpovědnosti, stagnace, rutiny a úbytku spontaneity jsou vnímány jako protiklad postadolescence. Postadolescence je spojována s důkladnějším plánováním budoucnosti a potřebou adaptovat se na měnící se okolnosti. Ženy jsou podle Wilkinsona a Mulgana (in Heath, Cleaver, 2003) nejen více maskulinní – více riskují, vyznávají hédonistické hodnoty a žijí na okraji, ale jsou více svolné k tomu použít násilí, aby dosáhly toho, co chtějí. Mladí muži nechtějí opustit svůj

mládeňský styl života a usadit se. Psychické zdraví postadolescentů se v důsledku těchto změn se posledních 12 let zhoršuje, obzvláště u mladých žen (Heath, Cleaver, 2003).

## **4.6 Charakteristiky singles**

### **4.6.1 Svoboda vs. osamělost a způsoby vypořádávání se s ní**

„Osamělost je cena, kterou singles platí za svoji svobodu“ (Simenauer, Carroll, 1982, str. 347). Osamělost není jen samota, jedná se hlavně o absenci vztahu, nebo vztahů, který dotyčný potřebuje. Je to nedostatek intimního vztahu, přátelství, či vztahu s rodinou a tento nedostatek zapříčiňuje u osamělých osob jednak touhu po těchto vztazích, ale i odlišné sebepojetí, emocionální izolaci a jiné definování vztahu k ostatním, než je tomu u osob, co se sami necítí.

Bylo zjištěno, že manželský stav má větší vliv na samotu než pohlaví, která v tomto aspektu postihuje častěji ženy. 27% žen a 23% mužů, kteří nikdy neuzavřeli manželský svazek, se cítilo velmi osamoceně oproti 10% žen a 6% mužům, kteří žili v manželství (Weiss, in Stein, 1981). Podle Simenauera a Carrola se nejvíce osamělí cítí muži s nízkými platy, vysokou školou a pracující jako úředníci. Ženy, jež nejvíce trpí samotou, jsou středoškolsky vzdělané, mají nízký plat a pracují v dělnických profesích, přičemž čím déle jsou samy, tím méně tuto samotu vnímají (Simenauer, Carroll, 1982). O potřebě emocionální podpory svědčí i výsledky studie Browna a Harrise zaměřené na stresující události, které ukázaly, že 10% zkoumaných osob, jež mělo podporujícího partnera, bylo depresivních, zatímco u osob bez žádoucí podpory 41% respondentů mělo depresi (Argyle, 1999).

Není však pravda, že by lidé, jenž žijí samostatně, byli sociálně izolovaní. Jsou sice více izolovaní od svých příbuzných, ale nikoliv od „ne – příbuzných“ (Austrom, 1984).

Aby se lidé necítili být tak sami, nalézají celou řadu zástupných činností, které partnerské vztahy kompenzují. Specificky se projevují například v uměleckých oblastech, či únikem z privátní sféry do oblasti pracovní (Tomášek, 2006). Lamanna a Riedmann (2003) hovoří o tzv. *kompenzačním fenoménu*. Singles v Americe se často upínají k náboženství, politické a také humanitární dobrovolnické práci. Bylo prokázáno, že singles udržují hlubší vztahy s přáteli a známými než ti, co žijí s partnerem, přesto častěji sdělují pocity osamění.

Ti, co se nikdy neoženili, se v pozdějším věku necítí tak sami jako třeba rozvedení nebo ovdovělí. Navíc se tito lidé vyhnou zármutku ze ztráty po smrti partnera (Benokraitis, 2002).

#### 4.6.2 Hodnoty

Singles oproti vdaným ženám či ženatým mužům lpí více na individualistických hodnotách než rodinných. Singles, kteří zdůrazňují své individualistické postoje, zůstávají déle bez partnera (Lamanna, Riedmann, 2003). Výzkum organizace RSW ve spolupráci s agenturou ACNielsen z listopadu 2004 potvrdil určitou preferenci individuality egocentrismu u lidí žijících bez trvalého partnera (in Drotován, Bleha, 2008).

U dobrovolných singles je zcela jistě největší hodnotou již zmiňovaná svoboda, tedy možnost samostatně se rozhodnout a být zbaven zodpovědnosti k partnerovi a dětem. Na druhou stranu asi polovina svobodných žen bez partnera vyjádřila touhu po dítěti a zároveň i po partnerovi, a to zejména jako zdroji financí, praktické pomoci, emocionální podpory a také jeho potřebnosti pro dítě. Pro ženy nad 35 let je nepřítomnost dítěte, jako vysoce ceněné hodnoty, velkým zdrojem bolesti (Gordon, 1994). Odpověď na otázku, zda přichází v životě singles moment, kdy je priorita svobody a nezávislosti vystřídána touhou tuto vydobytou svobodu obětovat, je nejednoznačná a individuálně daná (Tomášek, 2003). Benokraitis (2002) uvádí, že svobodní muži a svobodné ženy začínají po třicítce pociťovat, jako by jim něco chybělo a mnozí připouští, že by svou autonomii a soukromí byli ochotni vyměnit za manželství, či partnerství, jež skýtá naplnění citových potřeb. V určité shodě s tímto poznatkem jsou i závěry výzkumu Simenauera a Carrola (1982), že u mužů i žen je za největší výhodu singlovství považována svoboda a mobilita, jejich význam však po třicítce klesá.

Mladí, dosud nesezdaní singles obecně více tendují k nezávaznému způsobu lásky a méně k oddané a obětavé lásce. Zatímco lidé žijící v manželství považují manželství, děti a lásku (63% u manželů ku 45% u singles) za vysoce ceněnou hodnotu, singles výše hodnotí přátelství (56% u singles ku 35% u lidí v manželství), úspěch (36% u singles ku 30% u lidí žijících v manželství) a osobní růst (56% ku 47%). Nelze však zobecnit jednotný postoj k manželství u všech singles. Stein na základě rozhovorů se svobodnými ženami a muži ve věkovém rozpětí 25 – 45 let analyzoval silnou potřebu těchto lidí mít důvěrný a vzájemný přátelský vztah, který je jakousi náhradou za tradiční rodinu a který jim poskytuje základní spokojenost v oblasti důvěry, sdílení a kontinuity.

### 4.6.3 Copingové strategie

Margaret Adams na základě své studie cituje tři faktory, které jsou zodpovědné za úspěšné přizpůsobení se životu o samotě: ekonomická nezávislost, sociální a psychická samostatnost a dobrovolná volba žít jako single.

Schostak určil šest hlavních copingových strategií, které singles používají. Tři z nich jsou tradiční: *permisivní sociální postoje, přátelství stejného pohlaví a negativní postoje k manželství*, zbylé tři byly objeveny nedávno: *asertivní sociální postoje, plánovaný systém opory a „prosinglovské“ názory* (in Cargan, Melko, 1991).

### 4.6.4 Zdraví

Verbrugge (1979, in Cargan, Melko, 1991) konstatuje, že jsou na tom v rámci singles zdravotně nejhůř rozvedení a separovaní, následně pak ovdovělí a ti, co sňatek zatím neuzavřeli. Pozitivní faktor je v těchto případech sociální opora jako jsou přátelé, rodina, či spolubydlíci (Cargan, Melko, 1991). Sociální opora se podílí na větší funkčnosti imunitního systému. U lidí, jenž prožili traumatizující událost a nemají osobu, které by mohli své pocity sdělit, dochází k tenzi, která následně vede k oslabení imunitního systému (Myers, 1999).

Austrom (1984) uvádí, že fyzické zdraví ve smyslu nepřítomnosti chronicity, či omezení činností je ve věkovém rozmezí 17 až 44 let u ženatých mužů a svobodných stejné, ale nad 45 let je výrazně lepší u ženatých mužů. Celkově se však zdraví svobodných mužů zlepšilo, což je připisováno rostoucímu socioekonomickému statusu svobodných mužů. Na základě svého výzkumu také zjistil, že se sdělovaná fyzická zdatnost singles postupně zvyšuje.

Z Verbruggerových závěrů plyne, že svobodní muži vykazují větší mortalitu, ne však morbiditu. Ženy trpí více akutními onemocněními, častěji navštěvují lékaře, vícekrát zůstávají kvůli nemoci doma a to samé platí i pro psychické nemoci (obzvláště deprese a maniodeprese) (1979, in Austrom, 1984).

### 4.6.5 Genderové rozdíly

V anglické longitudinální studii z let 1971, 1981, 1991 a 2001 byl zjištěn nárůst singles předdůchodového věku, který byl zobrazen na celou Evropu. Častěji žijí sami muži. Ženy, které žijí samy, zase vykazují vyšší tendenci, aby zůstaly samy i nadále.

Rozdíl mezi pohlavími je dán tím, že ženy po skončení vztahu zůstávají častěji s dětmi než muži. Muži, jenž žijí samostatně mají rozdílné charakteristiky od žen, ty jsou většinou

mladší a nikdy nežily v manželství. Pro muže – singles je více typické, že se nacházejí na nižších stupních společenského žebříčku, zatímco u žen je singlovství úzce spojováno spíše s vyšším profesním postavením (Chandler, at al, 2004). Z tohoto pohledu líčí typickou moderní ženu – singles i Gordonová: „*je to městská, vysokoškolsky vzdělaná, poměrně mladá, ambiciózní, svobodně smýšlející, odhodlaná, aktivní žena - kariéristka, která se odmítnutím manželství a mateřství dobrovolně rozhodla být „single“, je nezávislá a svobodná*“ (Gordon, 1994, str. 131). Tento fakt rozdílného postavení mužů a žen v rámci singles lze částečně vysvětlit tím, že muži s vyšší pracovní úspěšností se žení mnohem častěji než je tomu u úspěšných žen. Toto všechno se promítá i do životní spokojenosti, která je u svobodných mužů přibližně dvakrát menší než je tomu u svobodných žen (Austrom, 1984).

Simenauer a Carroll (1982) zase zjistili, že se muži (90%) i ženy (80%) shodují na tom, že být singles je mnohem těžší pro ženu než pro muže. Uvádí šest faktorů, které tuto hypotézu potvrzují: *muži mají stále větší sexuální i společenskou svobodu, na rozvedené matky nejčastěji připadne břímě starat se o rodinu, ženy jsou náchylnější k fyzickému násilí, více podléhají věku, vydělávají méně, trpí diskriminací v zaměstnání a menšími profesními možnostmi a jako poslední uvádějí menší sociální mobilitu (pro ženu těžší cestovat sama, chodit sama do restaurací a žít sama)*. Hlavní nevýhodou mužů je větší sociální a emocionální izolace.

Ženy jsou na tzv. sňatkovém (či sexuálním, nebo vztahovém) trhu stále více znevýhodňovány se zvyšujícím věkem, protože muži starší čtyřiceti let si hledají o pět až osm let mladší partnerky (Laumann, at al., 2004).

Mezi muži a ženami jsou dramatické rozdíly v jejich počtu hlavně po překročení určité věkové hranice. Bylo zjištěno, že 75% mužů starších 65 let žije v manželství, zatímco 14% jsou vdovci. U žen v té samé věkové kategorii žije v manželství pouze 37% a 52% ovdovělo (Cargan, Melko, 1991).

#### **4.6.6 Vzdělání**

Souvislost mezi vzděláním a vstupem do partnerského svazku lze najít u mužů i u žen. Rozdíly lze vysvětlit různě dlouhou dobou studia. Vzdělanější lidé sice vstupují do manželství s nižší intenzitou než jejich méně vzdělaní vrstevníci, jestliže však do tohoto zahrneme i školní docházku vzdělanostní rozdíly zmizí. Analýzy tak naznačují, že vzorce vstupu do manželství, respektive nesezdaného soužití jsou v české společnosti v jednotlivých vzdělanostních skupinách podobné (Hamplová, 2003).



Výzkum prováděný na americké půdě v 80. letech prokázal, že si vysokoškolsky vzdělané ženy hledají obtížněji partnera než ženy se středním vzděláním. 45% vysokoškolsky vzdělaných žen uvedlo, že nenašlo stále vhodného partnera oproti 29% žen se středním vzděláním (Simenauer, Carroll, 1982).

#### **4.6.7 Zaměstnání a finanční situace**

Lamanna a Riedmann (2003) popisují finanční situaci singles v Americe jako neuspokojivou. Manželské dvojice mají podstatně vyšší příjem jako singles, a to i když pracuje jen jeden z manželů. Navíc sociolog Peter Stein shledává singles jako mírně diskriminované na pracovišti v tom smyslu, že jsou považováni za ty, co mají více volného času, a proto jsou prvními kandidáty na práci přesčas apod.

Muži, kteří mají vysoké platy, se žení v průměru čtyřikrát častěji jako muži s nízkými výdělky. U starších žen bylo zjištěno, že za hlavní nevýhodu singlovství považují nedostatek financí. Existuje i souvislost mezi seznamováním se s partnery a druhem zaměstnání. Bylo prokázáno, že ženy v dělnických profesích se hůře seznamují s muži než ženy v podnikatelských a úřednických profesích (Simenauer, Carroll, 1982).

Cargan a Melko (1982) hovoří o schopnostech a pozici singles v zaměstnání pozitivně. Fakt, že nejsou zatíženi rodinnými povinnostmi, výrazně ovlivňuje jejich vyšší postavení v práci. Stein (1991, in Cargan, Melko, 1991) uvádí, že zaměstnání je pro singles rozhodujícím zdrojem identity, ve smyslu síly, prestiže a privilegii, které daná práce zahrnuje, ale také formuje pocit vlastní hodnoty. Jak je již uvedeno výše singles často kladou své profesní cíle před zájmy o rodinu. Tráví více času v zaměstnání a mnozí pociťují, že právě spolupracovníci jsou jejich největší citovou podporou .

Kvalitativní studie Tomáška (2003) ukázala, že jeden z hlavních důvodů současného trendu singlovství v České republice je pociťovaná finanční nedostatečnost, která způsobuje, že mladí lidé, obzvláště muži, se necítí natolik zodpovědnými, aby zajistili rodině akceptovatelný životní standart, což má za následek oddalování uzavření manželství a vytvoření rodiny.

Situace singles je také ovlivňována pracovním uplatněním a kariérním růstem, které jsou pro mladé lidi překážkou uskutečnění a také často důvodem rozpadu partnerských vztahů. Současný pracovní trh zdůrazňuje flexibilitu pracovní síly, práci na zkrácený úvazek, či na zavolání, na časově omezený úsek apod. Mladí lidé jsou tedy často stavěni do pozice, zda si zvolit maximální profesní nasazení na úkor partnerských vztahů, či naopak.

Tuto životní etapu plného pracovního nasazení však singles považují za dočasnou. Překvapivě však vzhledem k obvyklému chápání pohnutek singles jako výměny partnerských vztahů za úspěšné profesní uplatnění vyzněly v uvedeném výzkumu jednotlivé názory, které považovaly stabilní partnerský a rodinný život za předpoklad úspěšné kariéry.

## **4.7 Způsoby bydlení singles**

Jedno z možných kritérií, jak lze singles rozlišit, je způsob a místo bydlení. Někteří žijí sami, jiní s rodiči, někteří žijí ve skupinách či komunitách, jiní kohabituji s partnerem, stejného nebo opačného pohlaví, máme-li na mysli singles podle klasického Steinova rozdělení. Heath a Cleaver (2003) poukázaly, že současným trendem mladých lidí ve Velké Británii, zvláště absolventů/absolventek univerzit, je život bez partnera, který směřuje k bydlení v různě uspořádaných, nezávislých domácnostech.

Uvedené autorky hovoří o tzv. oddálené transformaci, což znamená, že kdyby nebylo omezujících faktorů, tak by většina mladých dospělých upřednostnila život s partnerem než sami či s přáteli.

### **4.7.1 Samostatné bydlení**

V Americe rapidně vzrostl počet jednočlenných domácností z původních 8% na celou ¼ (Lamanna, Riedmann, 2003). Obecně platí, že lidé, kteří se odstěhují od rodičů jako velmi mladí, mají větší tendenci odkládat manželství (Benokraitis, 2002). To může být zapříčiněno ztrátou návyků a neschopností se dělit o své soukromí a pohodlí (Tomášek, 2005).

Cargan a Melko (1991) uvádí, že šest z deseti jednočlenných domácností je vedeno ženou. Tento způsob bydlení je vznikajícím stylem mladé populace i v Evropě. Největším trendem se samostatné bydlení stalo zvláště v Anglii a v severní Evropě (především Dánsko). V Anglii byl zaznamenán nárůst z 6% samostatných domácností v roce 1971 na 15% v roce 2001, přičemž se jedná především o populaci předdůchodového věku, z nichž největší skupinu tvoří dvacátníci a třicátníci: v Anglii žilo v roce 1991 11% mužů a 6,5% žen ve věku 25-29 (Chandler, at al., 2004). V Americe, pro srovnání, jsou tato čísla podobná – 12% mužů a 8% žen v tom samém věku (Heath, Cleaver, 2003). Ke stejnému závěru dochází i Fialová: „...zvýšuje se podíl domácností jednotlivců – a to ve všech věkových skupinách, nejvíce ale v mladém věku. Zatímco dříve bylo zvykem, že mladí lidé

*odcházel z rodiny svých rodičů po dosažení dospělosti před sňatkem jen výjimečně, nyní se jejich podíl zvyšuje. Část z těch, kteří odešli z domova svých rodičů, žije ale v neformálních svazcích, část žije jednotlivě (i v České republice se začíná vytvářet typ LAT- living apart together)“ (Fialová, 2005, str. 13).*

Tomášek a Radimská (in Tomášek, 2003) uvádějí skutečnost zjištěnou při sčítání lidu v roce 2001, že 12% obyvatelstva žije v samostatných domácnostech. Toto číslo zahrnuje i ovdovělé důchodce, ovšem na druhou stranu opomíjí například svobodné matky, či mladé singles, kteří dosud žijí v mnohačetných domácnostech. Ale také registruje páry, které žijí odděleně. Přesto bylo shledáno, že došlo k nárůstu počtu jedinců v dané kategorii (v roce 1961 žilo samostatně pouze 5,6% osob a v roce 2001 to bylo již 15,7% osob mladších 29 let).

#### **4.7.2 Bydlení u rodičů**

Procento mladých dospělých bydlících u rodičů vzrůstalo od roku 1960. V roce 2000 už více jak polovina mladých lidí ve věku 18-24 (57% mužů a 47% žen) bydlela u svých rodičů. Průměrně tedy bydlí u rodičů více mužů jako žen. Jedním z důvodů tohoto nepoměru může být větší limitování svobody dcery, než je tomu u synů. Odkládání manželství logicky znamená delší období singlovství. Bydlení v městských částech je natolik drahé, že singles nemohou vydržovat vlastní byty. (Lamanna, Riedmann, 2003).

Podobný trend zůstat v době rodičů po delší dobu, obvykle až do pozdních „dvaceti“, popisují i Heathová a Cleaverová (2003). V roce 1999 žilo v Anglii 56% mužů a 38% žen ve věku 20 – 24 let stále u rodičů (ve srovnání s rokem 1978, kdy žilo s rodiči 52% mužů a 31% žen). Ve třiceti tak činilo v roce 1991 15% mužů a 6% žen (10% mužů a 4% žen v roce 1981). Nárůst je možné pozorovat i u zbytku Evropy.

Bydlením u rodičů dochází k narůstání zpravidla tří druhů problémů: nelibost vůči vnímané závislosti na rodičích, problémy vycházející z nesmyslného chování na straně rodičů z pohledu daného jedince (upřednostňování mladšího sourozence) a tlak pocíťovaný při vyjednávání o vlastním prostoru a svobodě v domě rodičů. Tito jednotlivci pak opouštějí domov na základě negativních pohnutek, než by tak činili v rámci pozitivního kroku vpřed. Mladí lidé často zažívají zlepšení vztahů a silnější pouto k rodině po opuštění rodného domova.

### 4.7.3 Sdílené bydlení

Zahraniční literatura se často zmiňuje o tzv. sdíleném bydlení (ne v rámci rodiny), které se i u nás stává trendem. Stále méně mladých lidí poprvé opouští domov za účelem sňatku, či kohabitace. Důvodem je nejčastěji vyšší vzdělání, což lze aplikovat i na českou společnost. Mladí lidé se stěhují na studentské koleje, nebo do sdílených studentských bytů, jenž představují jejich první útočiště po opuštění domova rodičů. (Heath, Cleaver, 2003).

Sdílené bydlení se týká především mladších věkových kategorií, i když výzkumy prokázaly, že se často stává záležitostí i pozdějšího, již rodičovského období. Tento způsob bydlení může představovat záchranou síť v případě rozpadu vztahu, či usnadnění života bez partnera (Cargan, 1991).

Základní charakteristikou tohoto způsobu života je bourání hranic mezi veřejným a soukromým prostorem spolubydlících, což s sebou nese své výhody i nevýhody. Kromě již zmíněných výhod napomáhá lidem jednak ve sdílení společného zážitku prvního opuštění domova a snahy žít „na vlastní pěst“, společného trávení času, hlavně představuje emocionální podporu, možnost mobility a přispívá k udržení si nezávislosti od rodičů, popřípadě partnerů, ale na druhou stranu může být i zdrojem konfliktů, často v případě potřeby soukromí (Heath, Cleaver, 2003).

## 4.8 Vztahy singles

Současná společnost se podrobuje změnám v oblasti sexuálních postojů a chování, což se projevuje rostoucí akceptací sexuálních vztahů mimo manželství. To má svoje výhody v podobě osobního obohacování, přístupu k různým myšlenkám a příležitostem, které jsou v souladu s jedincovými potřebami a cíli, ale také své nevýhody, jakými jsou hodnotové vzdalování ideje manželství, stres z konfliktních vztahů, nejistota týkající se vztahu k druhým a nejasná role (Cargan, Melko, 1991).

Heathová a Cleaverová (2003) zmiňují, že pro mladé lidi, kteří se označují jako singles, není sexuální poměr synonymem partnerství v pravém slova smyslu. Vyhovuje jim, protože necítí citovou vazbu a závazky k jiné osobě, a proto ho ani za partnerství nepovažují. Člověk, který žije jako singles, má průměrně více partnerů než člověk, jenž žije v manželství. 24% singles má 2 – 3 partnery oproti 19% těm, co žijí v manželství, 4 – 10 partnerů má 23% singles a 16% lidí v manželství a více jako 11 partnerů má rozhodujících 19% singles oproti 6% populace žijící v manželství.

Tomášek ve svém výzkumu singles, které vymezil na základě kritéria ekonomicky samostatný a bez partnera, zjistil, že tito lidé přesto udržují nějakou formu pravidelného a dlouhodobějšího vztahu, přestože se označují jako single. Tento vztah pro ně ale není klasickým vztahem a zároveň základem pro případné založení rodiny (10 z 25 respondentu), představuje přátelský či sexuální formu vztahu, která se může vyskytovat i kombinovaně. Jedná se tedy o jakési alternativní formy vztahů k manželství a kohabitaci, které jedincům umožňují vytváření vysoké profesní mobility, kariéry a poskytují jistou autonomii. V literatuře bývají označovány jako „*living apart together*“ – to je „*spolu, ale odděleně*.“ Tyto vztahy vymezil a charakterizoval dle českého kontextu:

- *Ženatí milenci a vdané milenky* – jedná se často o vztahy nestabilní, zároveň ale nevyklučují ani dlouhodobost.
- *Víkendové manželství* – nejvíce se z těchto alternativních forem vztahů přibližuje dlouhodobé formě vztahu.
- *Vztahy na dálku a „nárazovky“* – („*long – distance relationships*“ a „*one night stands*“), jedná se o dvě odlišné formy vztahu, které se ale v praxi velmi často kombinují. Vztahy na dálku se odlišují od „víkendového manželství“ prodlužováním romantické fáze vztahu, která s sebou často nese určitou otevřenost vztahu.
- *Otevřené vztahy* – autor je dále rozlišuje na ty, které získávají charakter otevřenosti během vývoje klasického dlouhodobého vztahu, a ty, které jsou oboustranně otevřené od počátku.
- „*Přítel/kyně do nepohody*“ – dlouhodobé vztahy výrazně soustředěné na sexuální oblast, které jsou charakterizovány jako „nevztahové“
- „*Hra na dokazování si*“ – dokazování si vlastní žádoucnosti; způsob, kterým si někteří singles dokazují vlastní hodnotu, kterou si lidé žijící s partnerem dokazují ve vztahu.
- *Rozvíjení vztahů s příbuznými* (Tomášek, 2004).

Pro mnoho singles je sexuální experimentování součástí jejich „singlesovské“ identity, může představovat i jakousi etapu, jež směřuje k manželství, nebo nalezení sexuálního partnera. Autoři zmiňují dva odlišné styly tohoto experimentování. První z nich je *příležitostný sex*, který je jak praktikován především svobodnými muži, zatímco ženy se drží spíše tradičního pojetí ideálu lásky a jejich volbou je častěji tzv. *vztahová sexualita*, která může mít monogamní, ale i „experimentální“ formu. Touha po změně je pak v tomto případě řešena jiným partnerstvím, jako tzv. seriálová monogamie (Cargan, Melko, 1991).

## 5 Životní spokojenost singles

V otázce životní spokojenosti singles hraje důležitou, ne-li hlavní úlohu to, zda je tento stav dobrovolný či nikoliv. Singles, kteří cítí, že je jejich situace způsobena vlivem okolností, jež nemohou nijak ovlivnit, či nedostatkem příležitostí, jsou signifikantně méně spokojeni se svými přátelskými vztahy (s jejich počtem, typem i obecně), se svou partnerskou situací a volným časem, než ti, co jsou sami úmyslně. Míra celkové životní spokojenosti klesá s věkem. Dvacátníci a třicátníci vnímají svůj svobodný stav jako dočasný, zatímco starší singles jsou podstatně pesimističtější (Austrom, 1984).

### 5.1 Faktory spokojenosti u singles podle Simenauera a Carrola

- *Dobré zdraví* – devět z deseti mužů a ženy, kteří žili sami, odpovědělo, že je pro ně zdraví velmi důležité
- *Zamilovanost* – dvě třetiny mužů a čtyři pětiny žen je zamilovanost velmi důležitá pro jejich spokojenost se životem. To platí zejména pro ženy, které mají nižší příjem, než průměrný a vyšší (v poměru 60% ku 40%).
- *Osobní růst* – největším zdrojem naplnění jsou pro singles osobní schopnosti, hodnoty, myšlenky a potenciál. 75% mužů a 84% ženy považuje osobní růst za velmi důležitý. U žen v tomto případě rozhoduje vzdělání. Podle autorů se stále více žen uplatňuje mimo rodinu, věnuje se svým osobním a profesním zájmům a je naplňováno prostřednictvím tohoto aspektu.
- *Zaměstnání a kariéra* – 72% svobodných mužů popisuje svou kariéru jako hlavní zdroj spokojenosti a pocitu štěstí, to samé činí 75% žen. Polovina mužů s vysokými výdělky připisují této oblasti velkou důležitost, to samé činí pouze jedna třetina mužů s průměrnými výdělky. Pro ženy je profesní růst důležitý na začátku mladé dospělosti, ve třiceti a čtyřiceti jeho význam klesá. Singles obvykle do této oblasti investují energii, která by jinak patřila manželství.
- *Spokojený sexuální život* – muži jsou velmi spokojeni z 50%, ženy ze 40%. Pro muže je tento faktor důležitější až po třicítce, pro ženy je nejvíce důležitý mezi 25 – 45 lety, a to zejména pro ženy s nižším vzděláním
- *Finanční jistota* – finanční spokojenost u singles je 72% u mužů a 83% u žen
- *Sociální a rodinný život* – 70% u mužů a 83% u žen se prohlašuje za spokojené. U žen je důležitější spíše ve věku nad 45 let.

Co se týká *spokojenosti singles se singlovstvím* obecně, větší polovina (60% mužů a 50% žen) byla se svým stavem spokojena (jednalo se většinou o mladé, vysokoškolsky vzdělané lidi s vysokým příjmem, kteří nikdy nežili v manželství), druhá polovina by uvítala změnu a nebyla spokojená. Nejednoznačnost se tedy projevuje i v životní spokojenosti. Spokojenost singles s jejich situací postupně s věkem klesá, což koreluje i klesajícím významem svobody (Simenauer, Carroll, 1982).

V rámci již výše uvedeného výzkumu organizace RSW z listopadu 2004 (viz. kapitola Hodnoty) považují singles za pozitivní vyšší preferenci individuality a egocentrizmu, nejméně jsou spokojeni s nedostatkem sexuálních příležitostí. Tuto možnost označilo jako nejvíce negativní aspekt singlovství 50% respondentů (60% mužů a 40% žen), přičemž pouze 8% singles považuje za negativní stránku osamělost. Toto zjištění ovšem vyvrací výsledky organizace Parship, která se ve svém výzkumu v rámci Evropy zaměřila přímo na životní styl singles. Zde považují singles za největší negativum právě osamělost. Za nejvíce osamělé se považují Britové, jenž byli také nejpesimističtější v otázce budoucnosti a nejčastěji tráví čas sami. Naopak nejlépe hodnotí svůj status single Španělé, rychle navazují známosti a tráví nejvíce času ve společnosti (in Drotován, Bleha, 2008).

## **5.2 Srovnání životní spokojenosti v rámci rodinného stavu**

Jak jsem již předeslala výše, řada studií dokazuje, že manželé jsou spokojenější než ostatní kategorie nesezdaných (kohabituji, nikdy nesezdaní, ovdovělí, rozvedení). (Argyle, 1999).

Existují dva hlavní důvody, proč jsou lidé v manželství spokojenější:

1. Manželství nabízí roli partnera a rodiče, které poskytují další zdroj sebeúcty.
2. Manželé mají všeobecně tolerantní, podpůrný a důvěrný vztah a méně zažívají samotu. Manželství, ale i blízké přátelství zahrnuje sebeodhalení, tedy vzájemné sdílení předností i záporů, snů i starostí, dobrých i špatných momentů (Myers, 1999).

Americký výzkum životní spokojenosti dospělé populace z roku 1970 prokázal, že singles – muži i ženy – byli se svým životem méně spokojeni než tomu bylo u lidí žijících v manželství, zároveň se dožívali průměrně nižšího věku a méně navštěvovali zdravotní zařízení. Byl ale také prokázán postupný pokles pozitivní korelace mezi manželstvím a vykazovanou životní spokojeností, kterou autoři přisuzují zejména nárůstu počtu jedinců v manželství, kteří mají za sebou více rozvodů, a počtu nikdy nesezdaných jedinců, kteří kohabituji. V roce 1972 tvrdilo pouze 15% singles, že jsou „velmi šťastní“, to samé tvrdilo

40% manželů. Do roku 1986 se procento „velmi šťastných“ singles takřka zdvojnásobilo, až téměř na 30%. Kromě toho počet lidí žijících v manželství, kteří byli velmi šťastní, klesl na něco přes 30% (Glenn a Weaver, 1988, in Lamanna, Riedmann, 2003). Už Austrom (1984) potvrzoval, že životní spokojenost singles je srovnatelná s lidmi v manželství, kteří dříve vykazovali mnohem větší spokojenost.

Singles více pociťují depresi, když jsou sami (24% ku 15% u populace v manželství), častěji cítí, že nemají nikoho, kdo by s nimi sdílel jejich problémy (71% ku 44%) a kdo by s nimi byl ochotný o nich hovořit (66% ku 49%). Co se týká psychického zdraví, jsou úzkostnější (25% ku 17%), více se obviňují (21% ku 11%), jsou více melancholičtí (18% ku 10%) a častěji trpí pocity méněcennosti (19% ku 10%). Svoje problémy řeší nejčastěji dvěma způsoby: pijí alkohol jednou a vícekrát týdně (21% ku 7%) a užívají povzbudivé látky (49% ku 11%). Singles také častěji přemýšlí o smrti a pokoušejí se o sebevraždu (55% ku 35%), z nich nejvíce rozvedení (20%) a následně lidé, kteří nikdy do manželství nevstoupili (10%). Pro srovnání, u osob v manželství je to 7% (Cargan, Melko, 1991).

Největším zdrojem životní spokojenosti je pro singles práce, přesto jsou průměrně méně spokojeni se svým zaměstnáním než sezdaní jedinci. Podobné je to i v případě finanční situace, životního standardu, sousedských vztahů a místa bydliště (které manželé častěji popisují jako „svůj domov“). Jsou-li singles celkově spokojeni se svým životem, zvyšuje se spokojenost i těchto jednotlivých oblastech (Austrom, 1984).

Pearlin a Johnson ve své studii (1981) ve své studii zkoumali tři faktory, vůči nimž jsou singles více zranitelní. Jsou jimi ekonomické strádání, sociální izolace a ztížené rodičovské povinnosti. Působení těchto faktorů je však jen částečným vysvětlením, neboť teprve interakce tohoto distresu a napětí se samotou, izolací a vystavení rodičovským povinnostem, jenž jsou v případě svobodných rodičů komplikovanější, způsobuje závažnou depresi. Symptomy deprese sdělovali nejvíce dříve ženatí, či vdané (ovdovělí, rozvedení, jinak separovaní), následně singles a nejméně depresivní byli ženatí muži a vdané ženy.

### **5.3 Srovnání životní spokojenosti v rámci pohlaví**

Americké výzkumy dokazují, že u kategorie mužů jsou lehce větší rozdíly mezi ženatými muži a muži – singles, než je tomu u žen (Myers, 1999). Nejmenší míru osobní pohody vykazují svobodní muži, čehož důkazem je jejich větší míra úmrtnosti v nižším věku a větší výskyt alkoholismu, sebevražd a psychických problémů (Coombs; Rowe a



Kahn, in Cargan, Melko, 1991). Riziko sebevraždy je u svobodných mužů až dvakrát větší. Vědci často spatřují příčinu této patologie v rodině; buď v chudých interpersonálních vztazích s rodiči a sourozenci (Spreitzer a Riley), nebo je přisuzována stresujícím podmínkám v dětství, které byly zjištěny u velké části nikdy neženatých mužů (Knupfer, Clark a Room). Oproti svobodným ženám mají muži také víc problémů s adaptací na nečekané životní situace (in Austrom, 1984).

Svobodné ženy, jež žijí osamoceně, jsou zase častěji vystavovány rizikovým faktorům jako je znásilnění, přepadení a krádeže, neboť jsou více zranitelné. Studie starších žen ale poukázala na to, že ženy, které se nikdy nevdaly, mají nejlepší fyzické i psychické zdraví a lépe čelí problémům. K jejich lepší osobní pohodě přispívá i fakt, že mají většinou lepší postavení ve společnosti než svobodní muži a jejich přátelské vazby jsou trvalejší, důvěrnější, hlubší, i když jich mají méně než muži. Samostatný život jich naučil vyšší nezávislosti, autonomii a měl pozitivní efekt na zvládání jejich problémů (Cargan, Melko, 1991).

#### **5.4 Sociální podpora a životní spokojenost**

Manželství je pro většinu lidí největším zdrojem sociální opory, větší než přátelé a příbuzní. Austrom (1984) uvádí, že osobní pohoda není striktně dána rodinným stavem, tedy aspektem manželství či singlovství, ale spíše sociální podporou a otázkou důvěry vs. izolace. V praxi to znamená, že singles, kteří mají alternativní zdroje podpory a harmonické interpersonální vztahy, vykazují podobnou životní spokojenost a cítí se být šťastní než lidé žijící v manželství.

V oblasti přátelství podle výzkumu Austroma jsou překvapivě spokojenější manželé, kteří také disponují větším počtem přátel, a to i přesto, že tyto vztahy nejsou tak důvěrné jako u singles. Životní spokojenost singles je v této oblasti individuální v závislosti na počtu přátel, hloubce přátelství, frekvenci sociálních kontaktů s přáteli a na tom, zda jsou tato přátelská pouta trvalá.

Také Lamanna a Riedmann dávají do souvislosti prožívanou životní spokojenost u singles s rozvinutou sociální sítí. „*Udržení důvěrného vztahu s rodiči, sourozenci a přáteli je spojováno s pozitivním nastavením a spokojeností singles*“ (Lamanna, Riedmann, 2003, str.212). Sociální opora je důležitá především u kategorie nedobrovolných singles. Kritickou částí této sítě jsou sexuální vztahy, od nichž se cítí více izolováni muži.

### **III. VÝZKUMNÁ ČÁST**

#### **6 Cíle výzkumu a výzkumné otázky**

Zdá se, že míra pozornosti odborné veřejnosti, zvláště pak demografické a sociologické, k danému tématu rok od roku narůstá. Co chybí u nás, ale i ve světě, je dle mého názoru psychologický pohled na tento fenomén. Jak už jsem zmínila v úvodu, víme, kdo jsou to singles, jak je lze dělit a vlivem kterých socio-ekonomických souvislostí k tomuto fenoménu dochází, nevíme však, jak svůj život bez partnera prožívají, jaké jsou jejich přání, co se jim daří a v kterých oblastech svého života spatřují největší deficity.

Můj výzkum se proto soustředí na úroveň životní spokojenosti mladých lidí žijících jako singles. Zajímají mě různé aspekty jejich života, které tuto spokojenost určují a ovlivňují. Dalšími, nikoliv vedlejšími zájmy bude zmapování spokojenosti se statutem singles, s mezilidskými vztahy a s životem v současné společnosti.

Stanovila jsem si tyto cíle výzkumu:

1. Zjistit subjektivní životní spokojenost singles a určit faktory, které k ní přispívají
2. Zmapovat životní spokojenost singles v oblasti mezilidských vztahů, včetně „singlovství“
3. Zjistit životní spokojenost s vnímaným nastavením společnosti k singles

Na základě těchto cílů jsem zformulovala následující výzkumné otázky:

1. V čem spočívá životní spokojenost singles s jejich současným životem?
2. Jaká je životní spokojenost singles v oblasti mezilidských vztahů a co ovlivňuje spokojenost se singlovstvím?
3. Jaká je spokojenost s vnímaným nastavením současné společnosti k singles ?

## 7 Metodologie výzkumu

### 7.1 Plán výzkumu

V důsledku nejednotné specifikace kategorie singles a charakterové rozmanitosti výzkumného souboru (individualita zúčastněných participantů) jsem zamítla dotazníkové metody výzkumu životní spokojenosti a zvolila *kvalitativní variantu výzkumu*, která mi umožní hlubší a detailnější analýzu získaných odpovědí.

Kvalitativní přístup umožňuje hloubkový popis jednotlivých případů v jejich každodenní interakci, nabízí integrovaný pohled na skutečnost a možnost generovat a rozvíjet teorie o fenoménech světa. Informuje nás o názorech účastníků výzkumu a jejich pochopení toho, co se děje, proč jednají určitým způsobem a podle čeho organizují své všednodenní aktivity a interakce. Probíhá v přirozených podmínkách sociálního prostředí a výzkumník se přímo či nepřímo podílí na zkoumaných procesech. Plán výzkumu má pružný charakter, dovoluje tedy výzkumníkovi přizpůsobovat další výzkumné kroky podle okolností a dosud získaných výsledků (Hendl, 2008).

Kvalitativní výzkum se zabývá fenomény, které jsou jedinečné a neopakovatelné a které lidé vnímají v různých kvalitách a na různých úrovních. Množství těchto fenoménů je dáno určitým kontextem, například konstelací určitých osobnostních vlastností, či podmínkami místa a času. Tyto fenomény vznikají, rozvíjejí se a zanikají a řídí se různou dynamikou v návaznosti na působení různých faktorů. Výzkumník je svou přítomností ovlivňuje (Miovský, 2006).

Vzhledem k obtížnosti vymezení pojmu singles, rozdílné osobnosti respondentů a nízkému počtu dotazovaných není možné výzkumný vzorek považovat za dostatečně reprezentativní, proto nelze výsledky výzkumu generalizovat. Jedná se spíše o případovou studii, která nám poskytne ucelenější pohled a sondu do psychiky dotazovaných jednotlivců. Případová studie umožňuje dle Hendla (2008) zachycení složitosti případu a popis vzájemných vztahů několika případů, na základě čehož je možné lépe porozumět podobným případům.

## **7.2 Výzkumný soubor**

### **7.2.1 Výběr výzkumného souboru**

Výběr participantů byl proveden *metodou záměrného (účelového) výběru*. Využila jsem tedy postup výběru, v němž cíleně vyhledávám účastníky výzkumu dle předem stanovených kritérií (Miovský, 2006). V důsledku nejednotné definice a obtížného vymezení fenoménu singles bylo nejprve nutné blíže specifikovat a charakterizovat respondenty, kteří budou tvořit výzkumný soubor a určit jejich počet. *Rozhodla jsem se do výzkumu zapojit celkem 22 participantů (11 mužů a 11 žen) ve věkovém rozpětí 25 – 35 let, kterými jsou nekohabituující, na rodičích finančně nezávislí jedinci, jenž žijí nejméně tři roky bez trvalého partnera a kteří nikdy nežili v manželském svazku.*

Při výběru jsem se snažila o získání různorodého vzorku a rovnoměrného zastoupení participantů podle pohlaví. Pro každé pohlaví jsem volila stejný počet zástupců. Tímto způsobem jsem chtěla dosáhnout větší reprezentativnosti vzorku. Postupovala jsem na základě *prostého záměrného výběru*. Do výzkumu byli zapojeni pouze ti oslovení, jenž výše uvedené kritérium splňovali a současně ochotně souhlasili se zapojením do výzkumu (Miovský, 2006). Při výběru jsem zohledňovala pohlaví a věk. Dále jsem si všímala dosaženého vzdělání, zaměstnání, současného studia (do výzkumu byli zahrnuti pouze ti, co studovali distančně při zaměstnání, aby bylo zajištěno splnění podmínky finanční nezávislosti participantů), velikosti místa bydliště, způsobu bydlení (s rodiči, přáteli, či sami). Zajímala mě tedy ta tvrdá data, která jsou dobře kontrolovatelná.

Jelikož jsme metodou záměrného výběru nezískali požadovaný počet participantů, využila jsem dále výběr vzorku *metodou sněhové koule*. Požádala jsem tedy o další kontakty již zapojené účastníky výzkumu prostřednictvím osobního setkání při rozhovoru (Miovský, 2006). V první fázi výběru jsem použila opět metodu prostého záměrného výběru na základě věku, pohlaví, vzdělání a bydliště jako u předchozí metody.

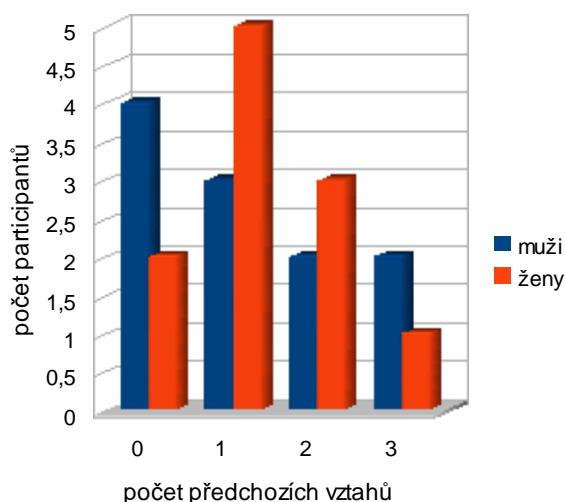
### **7.2.2 Popis výzkumného souboru**

Úvodní screening byl zaměřen na věk, délku života bez partnera, vzdělání, současné povolání, způsob a charakteristiku místa bydlení. Bohužel se nepodařilo získat rovnoměrné věkové zastoupení, neboť participantů se ve větší míře nacházeli při dolní věkové hranici

25 let. Věkový průměr činil u mužů 28 let a 1 měsíc a u žen 27 let a 3 měsíce. Celkový věkový průměr participantů byl tedy 27 let a 9 měsíců.

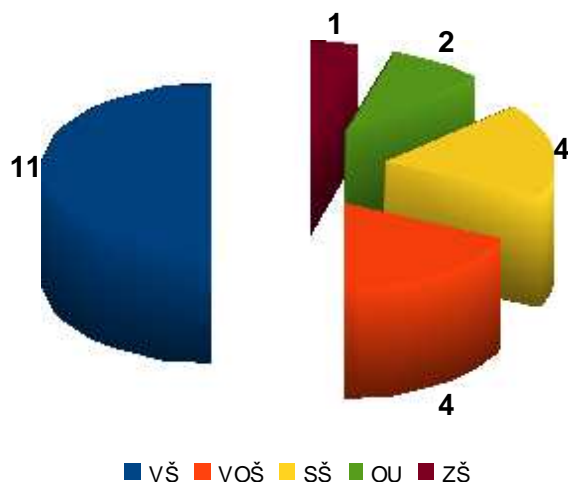
Kritérium minimální délky života bez partnera bylo stanoveno na 3 roky. Ukázalo se, že v souboru mužů čtyři muži nikdy dlouhodobou partnerku neměli. Zbýlých sedm mužů udávalo, že měli v minulosti 1 – 3 dlouhodobé vztahy (průměrně 1,74). Ve výzkumném souboru žen pouze dvě ženy nevedly žádný dlouhodobý předchozí vztah. Devět z jedenácti dotazovaných žen předchozí dlouhodobé vztahy uvádí. Průměrný počet těchto vztahů je však o něco málo nižší než u vzorku mužů (1,5). Nejvíce žen (5) uvádí jeden předchozí vztah. (srov. graf 1).

**Graf 1.** Závislost počtu předchozích vztahů k počtu participantů



Celá jedna polovina participantů (11) má vysokoškolské vzdělání, čtyři respondenti mají vyšší odborné vzdělání a stejný podíl participantů má střední odborné vzdělání. Dva dotazovaní muži absolvovali odborné učiliště a jedna participantka má základní vzdělání. Podíl žen s vysokoškolským vzděláním (7) je větší, než-li podíl vysokoškolsky vzdělaných mužů (4). Naopak vyšší odborné vzdělání je častější u mužů (3), než je tomu u žen (1). Středoškolské vzdělání je u obou pohlaví zastoupeno rovnoměrně (2 muži, 2 ženy).

**Graf 2. Vzdělání participantů**



Celkem deset participantů (5 mužů, 5 žen) se dále vzdělává. Ve většině případů (8) se jedná o distanční formu studia vysoké školy. Jedna participantka dokončuje studium na konzervatoři (VOŠ) a jeden participant v rámci profesní nutnosti stávajícího zaměstnání absolvuje střední školu odborného zaměření. Všichni současně se studiem pracují.

Profese mužů i žen ve výzkumném souboru mají rozmanitý charakter. Mezi dotazovanými se nacházejí pedagogové, lékařka, herečka, výzkumní pracovníci, zaměstnanci sociálních služeb, úředníci, řemeslníci a také manuální profese (květinářka, pekař aj.). Tři z jedenácti dotazovaných mužů byli v dané době nezaměstnaní.

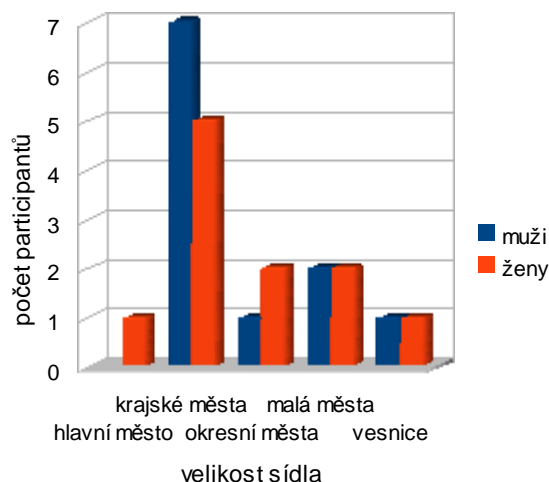
**Graf 3. Zaměstnanost**



Participantů reprezentují různě velká sídla a odlišné regiony, většina respondentů (celkem 12) však pobývá ve městech. Lze sem zařadit i ty participanty, jenž žijí střídavě

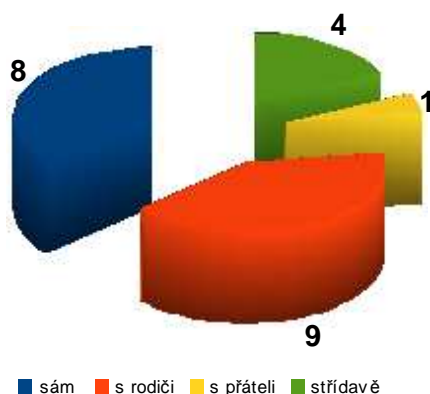
rodičů (ve všech případech se jedná o vesnici) a samostatně (ve městech), neboť zde tráví většinu svého času a v místě trvalého bydliště se zdržují jen o víkendech.<sup>1</sup>

**Graf 4.** Charakter místa bydlení



Čtyři respondenti mají dvě různá bydliště, z nichž jedno je vždy u rodičů a druhé je s přáteli nebo samostatně. Ve všech případech je tomu tak proto, že jsou zaměstnáni, popřípadě současně se zaměstnáním studují ve vzdálenějším městě od místa trvalého pobytu. Kromě toho osm participantů žije samostatně, devět participantů žije s rodiči nebo s prarodiči (z toho dva pouze s matkou či s otcem) a jedna dotazovaná žena žije s přáteli. Zastoupení jedinců obou pohlaví v rámci způsobu bydlení je rovnoměrné.

**Graf 5.** Způsob bydlení



<sup>1</sup> Rozdělení sídel dle [http://cs.wikipedia.org/wiki/Seznam\\_měst\\_v\\_Česku\\_podle\\_počtu\\_obyvatel](http://cs.wikipedia.org/wiki/Seznam_měst_v_Česku_podle_počtu_obyvatel)

### **7.3 Metody získávání dat**

K získání kvalitativních dat jsem použila dvě různé metody. Nejprve jsem účastníkům výzkumu předložila metodu SEIQoL, která se zároveň jevila jako vhodná pro navázání bližšího kontaktu s dotazovanými. Metoda, podle mého názoru, pomohla participantům v utřídění vlastních priorit a vytvoření lepšího náhledu na subjektivně prožívanou spokojenost v jednotlivých oblastech jejich života, čehož bylo dále využito v rozhovoru.

#### **7.3.1 SEIQoL – Program hodnocení individuálně chápané kvality života**

Metoda vznikla na lékařské fakultě v Dublině v Irsku. Souborný přehled o této práci podává O'Boyle, McGee a Joyce, (1994, in Křivohlavý, 2001). Metoda našla široké uplatnění zejména ve zdravotnictví, kde mapuje subjektivně prožívanou kvalitu života pacientů s různými diagnózami. SEIQoL má však širší záběr. Kvalita života je určována na základě celkové míry spokojenosti dané osoby s těmi dimenzemi života, které mají z jedinceva pohledu pro něho mimořádnou cenu. V úvahu se bere míra spokojenosti s tím, jak se mu daří realizovat záměry, jenž si v životě předsevzal.

SEIQoL pojímá kvalitu života jako individuální a závislou na vlastním systému hodnot dotazovaného člověka. Přistupuje ke kvalitě života tak, jak ji vidí a chápe ten, kdo je dotazovaný. Hodnocené aspekty života jsou v dané chvíli svobodně určovány a hodnoceny danou osobou jako závažné a mohou se v průběhu jednotlivých etap života měnit. Ty aspekty života daného člověka, které jsou pro něho kriticky závažné, se metoda SEIQoL snaží poznat v rozhovoru (interviewu) s touto osobou.

Dotazovaný je ve strukturovaném rozhovoru požádán, aby uvedl pět svých životních cílů ( „cues“ ). Aspekty života jsou nejdříve zachyceny heslovitě, obecnou formou. Poté zjišťujeme hlubší význam a interpretace aspektu dotazovaným pomocí rozhovoru. U každého z pěti životních cílů se uvádí míra uspokojení dané osoby s dosahováním daného podnětu v procentech (0% nespokojenost, 100% maximální spokojenost). Třetím krokem je vyjádření důležitosti daného životního cíle v rámci souboru všech životních cílů (Rozdělení 100% do pěti oblastí v rámci důležitosti). Celkovou životní spokojenost se rovná součtu součinů důležitosti a spokojenosti pro všech pět řádek, kdy je výsledná hodnota vydělena 100. Součet se dělí číslem sto, aby se výsledný údaj pohyboval v rozmezí od 0 (nejnižší možné hodnoty) do 100 (nejvyšší možné hodnoty). Posledním úkolem je grafické znázornění subjektivní spokojenosti na přímce (Křivohlavý, 2001).



### 7.3.2 Polostrukturované interview

Jako nejvhodnější metoda pro získávání kvalitativních dat v mnou vymezené cílové skupině participantů se mi jevila metoda polostrukturovaného interview.

Jedná se o nejčastěji používanou formu metody interview, neboť řeší nevýhody plně strukturovaného i nestrukturovaného rozhovoru a zároveň nese všechny výhody těchto dvou metod. U polostrukturovaného interview si vytváříme tzv. jádro interview, tedy minimální okruh otázek, na které je třeba se ptát, přičemž je možné pořadí probíraných témat upravovat tak, abychom tím zvýšili výtěžnost interview. K tomuto základnímu jádru interview klademe různé množství doplňujících otázek, které se nám v dané chvíli jeví jako smysluplné a vhodně rozšiřující původní zadání (Miovský, 2006).

Na základě cílů výzkumu a výzkumných otázek jsem rozdělila interview do třech základních oblastí, které jsou dále specifikovány do jednotlivých konkrétních otázek. Vzniklo schéma interview o třinácti otevřených otázkách:

#### **Klíčové oblasti a aspekty životní spokojenosti**

1. S jakou oblastí svého života jste doposud nejvíce spokojen(á)? (Mám na mysli oblast rodiny, práce, volnočasové aktivity apod.)
2. Dá se říct, že jste v této oblasti vyloženě šťastný? (Či by jste si přál něco zlepšit?)
3. Co je pro Vás v životě nejdůležitější?
4. Co Vám v životě nejvíce chybí nebo vadí?
5. Co považujete za svůj největší životní úspěch a čeho naopak litujete?
6. Čeho by jste chtěl(a) v životě dosáhnout a co všechno jste pro to ochotný(á) udělat?

#### **Vztahy, případné problémy ve vztazích, jejich příčiny a kompenzace**

7. Které kladné a záporné vlastnosti či osobnostní charakteristiky ovlivňují, nebo si myslíte, že mohou ovlivňovat vaše mezilidské vztahy?
8. Jak hodnotíte své předešlé vztahy? (partnerské, přátelské, popř. jiné)
9. V čem spatřujete výhody a nevýhody toho, že žijete osamotě?
10. Chtěl(a) by jste v budoucnu tuto situaci změnit?

#### **Vnímané nastavení společnosti k singles**

11. Jak hodnotíte současné nastavení podmínek ve společnosti? – větší možnosti, potřeba vzdělání, uplatnění, úspěchu atd.
12. Ovlivňuje Vás to v něčem?
13. Jaké jsou reakce na Váš způsob života?

## 7.4 *Procedura sběru dat*

Proces získávání kontaktů, oslovování vhodných kandidátů a sběru kvalitativních dat probíhal od jara 2008 do jara 2009, tedy po dobu jednoho roku. Současně s tím se získaný materiál organizoval a analyzoval.

**Kontakt** byl proveden prostřednictvím e-mailu. Oslovovala jsem osoby z mého blízkého okolí, o nichž jsme se domnívala sama či na základě doporučení, že některá mnou vymezená kritéria splňují. Osoby byly informované o cílech výzkumu a byla jim zaručena anonymita. Dále jsem telefonicky oslovila ty, co s poskytnutím rozhovoru souhlasili, a následně jsem provedla screening k získání tvrdých dat. Všichni kandidáti mnou stanovená kritéria splňovali. Domluvili jsme si místo a čas provedení rozhovoru. Tímto způsobem jsem získala celkem 13 participantů. Zbylých 7 osob jsem oslovila stejným způsobem na základě doporučení již získaných participantů.

**Rozhovory** probíhaly jednak v domácnostech participantů, ale také v restauračních zařízeních. Vždy tam, kde to dotazovaným nejvíce vyhovovalo. Doba, kdy byly prováděny rozhovory, se řídila potřebami účastníků výzkumu. Jednalo se ve většině případů o odpoledne či podvečer. Před samotným rozhovorem jsem participanta vždy seznámila s průběhem rozhovoru, znovu jsem ho ubezpečila o **anonymitě výzkumu**, nabídla jsem jim možnost změnit křestní jméno, které bude užíváno při transkripci i následné analýze dat a pod nimž budou jejich výpovědi ve výzkumu uvedeny, a požádala jsem je o udělení souhlasu k použití získaných údajů v diplomové práci. Participant byl vždy motivovaný odměnou a zároveň mu byla nabídnuta možnost zaslání diplomové práce k nahlédnutí.

Rozhovory byly po souhlasu dotazovaného zaznamenány na **diktafon**. Tento způsob získávání dat představuje velikou podporu a pomoc pro výzkumníka. Nemusí si dělat poznámky, aby zaznamenal obsah, ale dělá si poznámky pro své potřeby. Zachycuje i veškeré kvality mluveného slova a je autentický (Miovský, 2006, str. 197). Průměrná délka rozhovoru byla 45 minut. Rozhovory byly vždy po přepsání vymazány, aby nedošlo k jejich zneužití.

## 7.5 Způsob zpracování dat

Získaná data jsou zpracována na základě **kvalitativní analýzy**, tedy prostřednictvím kódování. Jedná se o „*systematické prohledávání dat s cílem nalézt pravidelnosti a klasifikovat jejich jednotlivé části. Na tuto fázi vždy navazuje snaha výsledky této analýzy interpretovat jako celek, aby bylo možné o nich vyprávět určitý příběh.*“ (Hendl, 2008, s. 226).

Nejdříve bylo nutné mluvený projev z rozhovoru transkribovat do písemné podoby. Aby byla data podrobná, použila jsem **doslovné transkripce**.

Následně jsem přešla k vlastnímu **kódování**. Kód (neboli symbol) je přiřazen k úseku dat tak, že ho kategorizuje vzhledem k tématu a výzkumným otázkám. Takto vzniklé subkategorie byly dále dávány do vzájemných vztahů a souvislostí a seskupovány do kategorií druhé úrovně. Postupnou modifikací, rozšiřováním a zamítáním témat jsem docílila systému kategorií a subkategorií. Jednotlivé případové studie byly mezi sebou vzájemně porovnávány na základě konfigurací, pravidelností, asociací, příčin a následků uvnitř případů (Hendl, 2008).

Jako kontrola validity analýzy a interpretace kvalitativních dat byla použita *metoda vytváření trsů*, kdy jsou vytvářeny obecnější kategorie na základě opakujících se podobností mezi identifikovanými jednotkami, také *metoda zachycení vzorců (gestaltů)*, podle níž v datech vyhledáváme opakující se vzorce a témata a ty zaznamenáváme do koherentních „příběhů“, a dále *metoda kontrastů a srovnávání*, jež nás upozorňuje na rozdíly mezi dvěma identifikovanými kategoriemi, které mají zároveň mnoho společného (Miovský, 2006).

## 8 Výsledky analýzy

### 8.1 SEIQoL

Metoda SEIQoL mi umožnila jednak získat hodnotu celkové životní spokojenosti, ale také načrtnout osnovu toho, čemu se budu dále věnovat v analýze rozhovorů. Upozornila mě na důležité hodnoty participantů a poodhalila pocíťovanou spokojenost s těmito oblastmi, čímž se mi přiblížil vnitřní svět participantů, jehož další obzory budou poodhaleny v rámci polostrukturovaných rozhovorů. Obecná témata (rodina, zaměstnání, zdraví aj.) rozvádím do konkrétnějších významových jednotek, které u jednotlivých participantů tyto oblasti reprezentují.

Výsledky, ke kterým jsem dospěla touto metodou, uvádím z hlediska důležitosti dané oblasti v životě participanta, z hlediska míry jejího naplnění a celkové spokojenosti se životem. Všímám si podobností v odpovědích participantů, frekvence, pořadí i procentuálního zastoupení shodných odpovědí, stejně tak i rozdílů, přičemž poukazuji jak na individuální rozdíly, tak i na některá genderová specifika u mužů i žen.

#### 8.1.1 Důležitost jednotlivých oblastí života

Tab.1 Důležitost životních cílů

životní cíl	MUŽI		ŽENY	
	četnost	průměr	četnost	průměr
zaměstnání	9	21,00%	10	23,00%
zdraví	6	19,20%	7	28,60%
pův.rodina	2(3)	20,00%(27%)	8	22,50%
vzdělání	6	25,00%	5	15,00%
volný čas	7	19,30%	3	13,30%
přátelství	1(2)	20,00%(30%)	7	17,50%
založení rodiny	2(4)	45,00%(38%)	0(1)	0,00% (30%)
partnerství	2(3)	17,50%(25%)	5	25,00%
bydlení	3	2,50%	1	30,00%
osamostatnění	2	15,00%	1	20,00%
dítě	0	0,00%	2(3)	30,00%(30%)
poznání	1	30,00%	1	5,00%
nezávislost	1	20,00%	1	10,00%
kariéra	1	5,00%	1	10,00%
šťěstí	2	25,00%	0	0,00%
vyrovnanost	1	5,00%	0	0,00%
vztahy	1	40,00%	0	0,00%
spokojenost	1	40,00%	0	0,00%
víra	1	30,00%	0	0,00%
sebeodkaz	1	20,00%	0	0,00%
duch.zázemí	1	20,00%	0	0,00%
rozhled	0	0,00%	1	10,00%
společnost	0	0,00%	1	10,00%

\* Hodnoty v závorkách uvádí participantovu bližší specifikaci obecného cíle.

Nejčastěji uváděným cílem u obou pohlaví bylo **zaměstnání**. Přibližně v polovině případů (9) byla přikládána důležitost odpovídajícímu finančnímu ohodnocení a finanční motivaci k práci. Všichni dotazovaní považovali za důležité naplnění a uspokojení z práce. V jednom případě byl významný dokonce i fakt, že jejich práce má určitý, jasně zřetelný smysl („*baví mě na tom to, že dokážu kluky naučit řemeslu a předat jim zkušenosti, že je to se mnou baví a jde jim to...*“). Většina mužů považovala za důležité pohodu a dobrý pracovní kolektiv a prostředí. Dva muži uváděli jako nejvyšší cíl profesní růst v rámci své stávající pozice. Pro zbylých sedm mužů byla aktuálním cílem práce, která je uživí a nezabere příliš mnoho času, ve dvou případech ovšem s perspektivou budoucího povýšení v souvislosti s většími finančními nároky v případě založení rodiny („*Chci mít práci, která mě uživí, ne žádné velké cíle, ale aby mě to především bavilo a uživilo. Velmi důležité je pro mě, aby mi práce nezabírala až tolik času. Ale to se moc nedaří...*“). Ženy často hovořily o hledání, či udržení dobré a stabilní práce. Velkou míru důležitosti přikládaly sebeuplatnění, svobodě rozhodovat, potřebě zpětné vazby a jistotě mít zaměstnání. Vysoce hodnotily radost z práce a dobré vztahy s kolegy.

Velký význam měla také hodnota **zdraví**. Ženy (ve 3 případech) hovoří o zdraví jako o důležité podmínce pro naplnění všeho ostatního. Muži také hovoří o udržování kondice sportem.

Velice širokou oblastí hodnocení je téma **rodiny**. Většina participantů (10) s velkou převahou žen hovoří o své **původní, primární rodině**. Někteří (2) však mají na mysli **založení vlastní rodiny**, případně vyjadřují přímo touhu po **dítěti** (2). Případně participantů tuto možnost chápání rodiny zmiňují dodatečně při rozhovoru (údaje v závorkách – viz. Tab.1). Jeden dotazovaný zase zmiňuje **vztahy** jako nadřazený pojem pro vztahy v původní rodině, založení vlastní rodiny i vztahy přátelské. Dané kategorie jsem proto tímto způsobem pro přehlednost vymezila a do závorek uvedla hodnoty všech tématicky souvisejících odpovědí, tedy i těch, jež byly participanty uvedeny až dodatečně v souvislosti s konkretizací obecnějšího tématu (př. Vztahy → původní rodina, založení rodiny, přátelé)(viz. Tab.1). Pro všechny participanty bez ohledu na pohlaví představovala **původní rodina** pocit jistoty a bezpečí a přání její spokojenosti a zdraví. Za velmi důležité jsou považovány dobré vztahy v rodině a odpovídající komunikace s rodiči a sourozenci. Ženy ve dvou případech hovoří o lásce, vzájemné podpoře a vzájemném dobrém vycházení v širším rodinném kruhu. Pro jednu participantku je důležitá osobní svoboda v rodině a

neomezování. **Založení vlastní rodiny** (5) je v několika případech přirozeně spjata s oblastí **partnerství** (3x), či, jak už jsem výše uvedla, s možností stát se **rodičem** (celkem 3x). U obou pohlaví tento cíl představuje záměr najít si partnera na plnohodnotný a trvalý vztah (u žen „*nikoliv jen sexuální*“, u mužů „*s partnerkou, s kterou se dá žít a založit rodina*“), usadit se, uzavřít sňatek a mít děti. V pěti případech (jeden muž, čtyři ženy) je vyjádřeno přání najít si partnera, aniž by byla uváděna další perspektiva založení rodiny.

Záměr založit vlastní rodinu ve dvou případech úzce souvisí s cílem **osamostatnit se** a odpoutat se od rodičů. Jedna participantka uvádí partnerství jako největší motivaci k samostatnému bydlení, které by vedlo k vytvoření společného zázemí.

Přátelské vztahy tvoří vysokou hodnotu zejména u žen (viz. Tab.1). V pěti případech znamená pro participantky oporu v životě bez partnera („*Jsou jako moje nová rodina*“). Obě pohlaví mají přátelství provázáno s **trávením volného času** a zábavou. Přátelství má u obou pohlaví spíše izosexuální charakter. Dvě ženy uvádí, že je pro ně důležité zachovat hodnotné vztahy a vytvořit nové.

**Volný čas** pojmají obě pohlaví odlišně. Zatímco u žen je zmiňován řídkěji a je spojen většinou s relaxací a odreagováním, či s trávením času s přáteli, u mužů nacházíme prakticky ve všech případech široké spektrum zájmů. Muži hledají ve svých zálibách možnost seberealizace. V souvislosti se zálibami uvádí i finance a množství volného času.

Již zmíněnou potřebu **samostatnosti, soběstačnosti a neomezování** přímo uvádí jedna žena, ve svých odpovědích ji však v rámci rodinných či přátelských a partnerských vztahů vykazují ženy tři. V rámci mužského vzorku lze hovořit pouze o jednom případě, u něhož se jedná spíše o možnost rozhodovat sám za sebe.

Velmi důležitým cílem je pro participanty obou pohlaví **vzdělání**, které úzce souvisí se zaměstnáním, konkrétně s možností vykonávat zajímavější profesi, než-li je profese stávající, či zdokonalení ve stávající profesi a zlepšení dosavadního postavení. Zde je na místě uvést, že poměrně velká část participantů (10) si při zaměstnání dokončuje vysokoškolské či středoškolské vzdělání, a proto je zřejmé, že pro tyto dotazované je důležitým cílem toto vzdělání dokončit. Kromě tohoto faktu bylo vzdělání uváděno jako uspokojení z vědění, či zdokonalování cizích jazyků.

Další získané odpovědi mají již nižší četnost zastoupení. Jedná se o **kariéru a úspěch**, která je velmi úzce spjata s **materiálním zázemím a financemi**. Pro jednoho participanta představují peníze „nositele bezstarostnosti“. Participant, který zmiňuje kariérní růst, však

podotýká, že se jedná o potřebu přežití, nikoliv však o smysl života. Jinou odpovědí je oblast **poznání**, která se v jednom případě váže k zájmům („*chci cestovat a poznat přírodu, různé kraje, kultury a lidi*“). V jiném případě je poznání chápáno ve smyslu duchovní moudrosti. Velmi podobný je i cíl s názvem **rozhled** („*chci získat přehled životních možností a podle toho se řídit a rozhodovat*“).

Při bližším zkoumání odpovědí je patrné, že odpovědi mužů jsou více konkrétní, než je tomu u žen, a to zejména ve spojitosti s tématem trávení volného času (psaní knih, jízda na motorce aj.), či například v oblasti materiálního zázemí („*chtěl bych si koupit auto*“ „*mým cílem je splatit motorku*“ aj.). Lze také říci, že muži se častěji zamýšlejí nad abstraktními a duchovními tématy („*chci mít možnost zanechat po sobě odkaz*“ „*mým životním cílem je dosáhnout vyrovnanosti v myšlení*“)(viz. Tab.1). Je však důležité brát ve zřetel možnost, že se může jednat spíše o individuální rozdíly, než-li rozdíly mezi pohlavími, neboť se tento druh odpovědí objevoval pouze ve 4 z 11 případů.

### 8.1.2 Spokojenost se zvolenými oblastmi života

Tab.2 Spokojenost se zvolenými oblastmi života

životní cíl	MUŽI		ŽENY	
	četnost	průměr	četnost	průměr
zaměstnání	9	62,80%	10	58,00%
zdraví	6	78,00%	7	82,10%
pův.rodina	2(3)	75,00%(70%)	8	86,90%
vzdělání	6	45,80%	5	73,00%
volný čas	7	80,00%	3	56,70%
přátelství	1(2)	90,00%(75%)	7	81,40%
založení rodiny	2(4)	10,00%(25%)	0(1)	0,00% (10%)
partnerství	2(3)	35,00%(43%)	5	29,00%
bydlení	3	26,70%	1	70,00%
osamostatnění	2	72,50%	1	50,00%
dítě	0	0,00%	2(3)	0,00% (3%)
poznání	1	30,00%	1	30,00%
nezávislost	1	100,00%	1	90,00%
kariéra	1	20,00%	1	50,00%
šťěstí	2	85,00%	0	0,00%
vyrovnanost	2	42,50%	0	0,00%
vztahy	1	60,00%	0	0,00%
spokojenost	1	40,00%	0	0,00%
víra	1	50,00%	0	0,00%
sebeodkaz	1	40,00%	0	0,00%
duch.zázemí	1	60,00%	0	0,00%
rozhled	0	0,00%	1	60,00%
společnost	0	0,00%	1	80,00%

Nejvíce spokojeni jsou podle metody SEIQoL účastníci s **přátelstvím**. Poskytuje jim radost, zábavu, náplň volného času a společnost k vykonávání různých sportovních nebo kulturních aktivit. Účastníci velmi kladně hodnotí oporu, jež kromě původní rodiny mají dotazovaní právě v přátelích. Určitá negativa vidí účastníci spíše v okolních vlivech, které jim nedovolují střídat se s přáteli tak často, jak by si sami přáli (velká vzdálenost, nedostatek volného času), než-li v samotném přátelství.

Častěji uváděnými oblastmi, i když s o něco málo nižší vykazovanou spokojeností jsou kategorie **zdraví** a **původní rodina**. Žádný z účastníků nezmiňoval vážnější nemoc, či úraz, který by mu zabraňoval v plnohodnotném a spokojeném životě. Jako nepříjemné byli ve dvou případech popisovány „náchylnosti“ k určitému onemocnění a v jednom případě nespokojenost s kondicí a s vlastním tělem. Tento fakt dále souvisel s nespokojeností s malým odhodláním začít sportovat a také s časovým nedostatkem k těmto aktivitám. Ve třech případech byla projevována nespokojenost se špatným stylem života, zejména pak s kouřením a se subjektivně vnímaným nadměrným požíváním alkoholu.

Spokojenost s **původní rodinou** spočívala většinou ve velmi dobrých vztazích s rodiči, se sourozenci, ale i se širší rodinou, stejně tak i v dobré vzájemné komunikaci a již zmíněné opoře. Spokojenost účastníků je ve dvou případech zaručena dobrým zdravotním stavem rodinných příslušníků a prožívané osobní pohody v rodinném kruhu. Spokojenost se také ve čtyřech případech u žen zvyšovala v souvislosti s malými dětmi v rodině, s nimiž trávily volný čas. Naprostá většina žen (8) uvádí, že je pro ně matka zároveň i dobrou přítelkyní, na kterou se lze vždy spolehnout. Jedna žena však byla se situací v původní rodině natolik nespokojená (špatné vztahy, malá finanční podpora), že se rozhodla kontakty s ní minimalizovat a finančně se osamostatnit. Ti, co dosud žili s rodiči, projevíli občasnou nespokojenost s nedostatečným pocitem soukromí, v malé možnosti jednat po svém, dělat věci po svém a s vměšováním se rodičů do jejich záležitostí („*To je pořád: Kdy se konečně oženíš. Měl by sis aspoň občas uklidit. Občas si připadám jako malé dítě.*“). Účastníci, kteří bydleli sami, či nebydleli v domácnosti s rodiči po většinu týdne, tento problém neuváděli. Naopak jako velká výhoda života s rodiči byla uváděná péče a finanční výhody ve smyslu nižšího nájemného, nižších výdajů za stravu aj. Nespokojenost v souvislosti s bydlením s rodiči se také promítala do dalších oblastí – **bydlení a osamostatnění se**, které spolu velmi úzce souvisí. Nemožnost osamostatnění a vytvoření vlastního materiálního zázemí měla opět finanční charakter.



Muži projevovali vysokou spokojenost v oblasti **volnočasových aktivit a zájmů**. Záliby, jak už jsem uvedla výše, jim umožňují nejen způsob, jak trávit volný čas, ale i možnost určité seberealizace. Určitá výhoda „singlovství“ zde byla spatřována ve svobodě rozhodnout, jak sami chtějí trávit svůj volný čas bez ohledu na názory partnera, ke kterým by v případě jeho existence byli nuceni přihlížet. Nejde zde pouze o způsob trávení volného času, tedy o konkrétní zájmy (motorka, myslivost, hraní v kapele aj.), ale také o to, s kým mohou tento čas trávit. Pokud by žili v partnerství, byli by nuceni omezit čas strávený s přáteli. Jedna žena také poměrně podrobně popisuje svoji zálibu, konkrétně zájem o tanec, který ji poskytuje naplnění jak duchovní, tak i časové (*„Tanec mi zabere veškerý volný čas, pokud se mu chci věnovat na plno. Kdybych měla partnera, musela bych ho dát jemu a to v současnosti nechci.“*). Úplné spokojenosti v oblasti trávení volného času brání určitá finanční omezení (zejména v souvislosti s cestováním)(3x), která se však ve všech případech spíše minimalizují. Druhým výraznějším negativem jsou omezení časová a to jak u mužů, tak i u žen. U dvou mužů množství zálib a pracovní vytíženost nedovoluje dostatečné oddání se zájmům jiným, pro ně podstatnějším (*„Mé široké spektrum koníčků – zpívání se sborem, v němž chci být platným členem, divadlo, které navíc hraju v jiné obci, rocková kapela – a taky práce způsobuje moji obrovskou časovou vytíženost. Jsem roztržitý a nemůžu nic dělat tak, jak bych sám chtěl. Mým takovým snem je všechno dokonale skloubit.“*). Velmi pozitivně jsou hodnoceny pohybové aktivity a to zejména u žen (tanec, fotbal, aktivní turistika).

Ačkoliv většinu participantů jejich **zaměstnání** baví, je pro ně zároveň i velmi důležitou oblastí života a taky v něm tráví nejvíce času, nejvíce negativ a připomínek směřuje právě sem. Tři participanté pociťují finanční nedoceněnost a uvítali by zlepšení perspektivy platu. Jeden muž by si přál, kdyby mu práce zabírala méně času. Dva participanté by chtěli získat práci, která je bude naplňovat a bude dostatečně finančně ohodnocena. Dva participanté by si přáli současnou pracovní pozici udržet. Dva participanté by byli více spokojeni, pokud by profesně povýšili, či pracovali v plném pracovním poměru. Jedna participantka (v současnosti v armádě jako lékařka) má obavu ohledně budoucího uplatnění „v terénu“ a prožívá období zvažování a nejistoty. Jedna participantka by uvítala lepší pracovní podmínky (větší prostory) a více prostředků pro práci. Dvě ženy jsou ve svém zaměstnání nespokojené, čehož příčinou je především osobní nenaplnění a pocit vlastní „nedoceněnosti“. Naopak absolutní spokojenost prezentují dva

participanti. Tři participanti jsou spokojeni s pohodou na pracovišti a dobrým pracovním kolektivem.

U poloviny participantů ovlivňuje celkovou spokojenost spokojenost se **vzděláním**. Jedná se především o ty, jak už jsem předeslala výše, co si dokončují vyšší vzdělání, či se v rámci své profese absolvují vzdělávací programy. Spokojenost se vzděláním je podstatně vyšší u žen (viz. Tab.2). Ženy v dalším vzdělávání nacházejí určitou míru naplnění a seberealizace, podobně jako je tomu u vzorku mužů v oblasti volnočasových aktivit. Ženy se rozhodují pro studium, aby si rozšířily budoucí rozhledy a umožnily si lepší profesní uplatnění, neboť to současné se jim jeví jako nedostačující. Dva participanti ve spojitosti se vzděláním hovoří o samostatném tématu **kariéry**. U obou pohlaví se promítá do celkové spokojenosti určitá míra znepokojení nad dokončením vzdělání (5). K menší spokojenosti také přispívá finanční omezení a u mužů časová vyčerpání.

Další, pro singles však podstatné téma, je oblast **založení rodiny, partnerství a potažmo dětí**. Tato témata se vyskytovala v odpovědích přibližně poloviny participantů (5 mužů, 7 žen). Lze říct, že se u většiny participantů, kteří tyto odpovědi uvedly a považují rodinné a partnerské hodnoty za důležité, se jedná především o nespokojenost se statutem singles (viz. nízké hodnoty v Tab.2.). Nespokojenost zapříčiňuje citová prázdnota, nedostatek sociální opory, lásky a intimity. V některých případech tyto hodnoty jsou sice důležité, nejsou však tolik akutní, proto jsou hodnoceny 50% v jednom případě u muže a 40% a 60 % u žen. Velkou nespokojenost (0%) způsobuje velká důležitost a zároveň absence mateřství u dvou žen. Jedna participantka uvádí doslova nutnost mít alespoň jedno dítě, a to i v případě, že by se stala svobodnou matkou. V odpovědích jednotlivých participantů je zřejmé, že důležitost těchto témat a následná nespokojenost z jejich nenaplnění hraje důležitou roli u jedinců se spíše kolektivní hodnotovou orientací (dále často uváděli hodnoty přátelství, vztahů v rodině). Naopak ti jedinci, pro něž je důležitá svoboda rozhodovat, dále pocit nebýt omezován, potřeba něco po sobě zanechat a vybudovat kariéru potřebu žít s někým a pro někoho nepociťovali. Ke spokojenosti ve vztazích jim plně postačovala původní rodina a přátelé. Velmi se také angažovali v oblasti volnočasových aktivit, či v zaměstnání. Je však třeba dodat, že potřeba vzdělávat se a mít naplňující zaměstnání zde žádnou významnější roli nehrála a byla podobně důležitá takřka pro všechny zúčastněné participanty.

Ostatní, méně často uváděná témata, nabývají v některých případech poměrně vysokých hodnot. Jedná se například o **nezávislost, štěstí, či společenský život**. Jiná témata, jenž takto vysokých hodnot nedosahují, by se dala nazvat spíše vizemi a celoživotními cíly, které jsou pro participanty důležité. Jedná se povětšinou o dlouhodobé úkoly, v nichž dotazovaní stojí na začátku jejich plnění. Jsou jimi **poznání, rozhled životních možností, víra, sebeodkaz, potřeba někam patřit a vyrovnanost**. Velmi obecnou a obtížně uchopitelnou kategorií je pak **spokojenost**.

### 8.1.3 Celková životní spokojenost

Průměrná celková životní spokojenost získaná výpočtem (viz. výše) činí **62,33%**. Přičemž ženy vykazovaly větší průměrnou spokojenost (**66,63%**) než tomu bylo u mužů (**58,03%**). Nejnižší zjištěná celková spokojenost u žen je 39,5% a u mužů 16%. Naopak nejvyšší celková spokojenost u žen je 90% a u mužů 87,5%. U mužů jsou patrné velké individuální rozdíly, projevující se většími výkyvy v rámci jednotlivých výsledků. Zatímco u žen se hodnoty celkové životní spokojenosti tolik neliší a pohybují se v podobných číselných relacích, poměrně blízko průměru.

Celková životní spokojenost byla zjišťována také grafickou formou. Průměrná celková životní spokojenost, kterou participanti vyjadřovali graficky činí **63,83%**. U žen se opět potvrdila větší spokojenost (**68,8%**) než tomu bylo u mužů (**58,86%**). Individuální rozdíly u mužů byly potvrzeny i u grafického znázornění spokojenosti.

Ačkoliv se průměrné hodnoty celkové životní spokojenosti všech participantů získané výpočtem a graficky od sebe příliš neliší, není tomu tak u některých jednotlivých výsledků. V pěti případech dokonce více jak o 30%.<sup>2</sup> Menší rozdíly lze přičíst grafické nepřesnosti, či špatnému odhadu. Velké nepřesnosti však mohou naznačovat nejednotnost a nepřesnost výpovědí, kdy lze uvažovat nad možností určité stylizace participantů. Důvodem této stylizace může být fakt, že se jedná o citlivá témata, jejichž okamžité odhalení nemusí být pro všechny participanty snadné. Zda-li je tomu ale skutečně tak, nám mohou potvrdit následné rozhovory v tom případě, že se v průběhu rozhovoru objeví další nepřesnosti a paradoxy u těchto jednotlivých participantů. Další možnou variantou důvodu tohoto rozdílu je nepochopení protokolu.

---

<sup>2</sup> V jednom případě byla výpočtem zjištěna hodnota 16%, zatímco graficky 80%.

## 8.2 Výsledky analýzy rozhovorů

Analýzou rozhovorů vznikly jednotlivé kategorie a subkategorie, které jsou doplněny výroky participantů a navazují na zjištění z předchozí metody. Tyto kategorie odpovídají jednotlivým oblastem zkoumání, na němž je postaveno i schéma interview. U mnohých kategorií dochází k vzájemným tématickým překryvům. Mnohé faktory působící na životní spokojenost se v konečném důsledku vzájemně ovlivňují. Aby byl text přehledný a ucelený, poukazují na tyto vzájemné souvislosti v rámci jednotlivých subkategorií.

**Tab.3** Přehled hlavních kategorií vzhledem k výzkumným cílům a otázkám

VÝZKUMNÉ OKRUHY	BLIŽŠÍ ZAŘAZENÍ KATEGORIÍ	KATEGORIE
1. Subjektivní životní spokojenost singles a její aspekty	A. Faktory přispívající k subjektivní životní spokojenosti	hodnotová orientace osobnostní dispozice aspekty prostředí vize spokojené budoucnosti životní strategie
	B. Oblasti životní spokojenosti	pracovní spokojenost spokojenost se vzděláváním spokojenost s bydlením
2. Životní spokojenost v oblasti mezilidských vztahů a se singlovstvím	C. Aspekty spokojenosti v relaci mezilidských vztahů	sebehodnocení aktuální vztahy zkušenosti s partner.vztahy
	D. Míra spokojenosti se singlovstvím a její souvislosti	spokojenost se singlovstvím příčiny singlovství možnosti kompenzace
3. Spokojenost s vnímaným nastavením společnosti	F. Celospolečenské faktory	vnímané nastavení společnosti
	G. Faktory okolí	vnímaný pohled okolí
	H. Strategie zvládání	strategie zvládání vlivů okolí

### 8.2.1 Subjektivní životní spokojenost singles a její faktory

Životní spokojenost se odvíjí jednak od *faktorů*, které přes osobnost participanta ovlivňují v různé míře vykazovanou spokojenost se životem. Jsou to jednak *dispoziční faktory*, jenž působí na spokojenost dlouhodobě a formují chápání, ale také zvládání situace, v nichž se participanta nacházejí. *Situační faktory* jsou ve svém účinku na životní spokojenost krátkodobější a vznikají v interakci s prostředím.

Životní spokojenost lze ale chápat také jako výsledek vzájemného působení a prolínání „*spokojenosti*“ v *jednotlivých oblastech života*. Kromě spokojenosti v oblasti mezilidských vztahů, které je věnovaný celý následující výzkumný okruh, je to *pracovní spokojenost*, s ní související *spokojenost s dosahovaným či již dosažením vzděláním* (viz. Tab.3).

V první části výzkumného okruhu budou popsány kategorie a k nim patřící subkategorie *faktorů, u nichž byl zjištěn vliv na životní spokojenost participantů.*

### **1A: HODNOTOVÁ ORIENTACE A JEJÍ VLIV NA ŽIVOTNÍ SPOKOJENOST**

Tato kategorie ideově souvisí s metodou SEIQoL a dalo by se říci, že na ni i navazuje. Hodnoty, jejich místo v celkové hierarchii hodnot a míra jejich naplnění jsou podstatným aspektem, který přispívá k celkové životní spokojenosti jedince.

Participanty lze na základě uváděných hodnot zjednodušeně rozdělit na ty, co se přiklánějí k „**pro-rodinné hodnotové orientaci**“, a na jedince, kteří vyznávají spíše **hodnoty individualistické** (seberealizace v rámci kariéry). Hranice mezi těmito orientacemi je velmi tenká a ve většině případů se obě orientace vzájemně prolínají. Hodnotová orientace a s ní související vykazovaná spokojenost je u participantů zřetelná při srovnání přístupu k partnerství a k dalším oblastem života, tedy práci, vzdělání a volnočasovým aktivitám. Někteří participanté například momentálně výrazně upřednostňují vzdělávání a práci, při podrobnější analýze je ale patrná jasná vize budoucí vlastní rodiny. Příčiny tohoto „upřednostňování“ jsou opět různorodé. Není to pouze snaha získat vzdělání a praxi pro úspěšný start kariéry, který jedinci pomůže v hmotném zajištění budoucí rodiny, i když je to bezesporu příčina základní. Participant se jednoduše věnuje kariéře, protože se mu v ní narozdíl od partnerských vztahů daří a dokáže ji lépe ovládat vlastním přičiněním. Jiný participant zase podléhá tlaku společnosti, která si žádá úspěšných mladých lidí s vysokoškolským vzděláním, přičemž potlačuje vlastní potřebu sdílení a intimity, zatímco další jedinec považoval tyto hodnoty důležité jen do určité doby a nyní se jeho hierarchie hodnot pozvolna mění na základě příčin, jež mohou opět nabývat různé variability. Důvody jsou mnohé a do jisté míry individuální.

Celkem třináct participantů (6 mužů a 7 žen) udává spíše **pro-rodinné hodnoty**. Jak už jsem ale podotkla výše, často se jedná o různé kombinace z převahou pro-rodinné orientace. Určují ji *hodnoty partnerství a rodiny* při jejich současném nenaplnění, a tudíž i nižší celkové spokojenosti s aktuálním statusem singles. Výraznější **individualisticky směřovanou orientaci** vykazovalo zbylých devět participantů (5 mužů, 4 ženy). Individualistický postoj je charakteristický seberealizací jedinců v oblasti *zájmů, vzdělání a pracovní kariéry*, přičemž je jejich výsledná spokojenost určena naplněním v těchto jmenovaných oblastech.

V následujících subkategoriích jsou uváděny jednotlivé postoje k partnerství a dalším důležitým oblastem života participantů, které jsou velkou měrou určeny právě hodnotovou orientací. Různá potřeba partnerství, možnosti kompenzace absence partnera, ale i další osobnostní charakteristiky mají významný, a dalo by se říci i dominantní vliv na celkovou životní spokojenost singles.

**PRIORITA PARTNERSTVÍ** - v polovině případů (11) je vyjádřena hodnota rodiny ve smyslu partnerství a založení vlastní rodiny. U žen je tato hodnota obzvláště zdůrazňovaná.

**Franta, 33 let:** „*Chybí mi rozhodně ta životní partnerka. Rád bych ji našel, nastěhoval si ji k sobě a založil s ní konečně tu rodinu.*”

**HARMONIE HODNOT**- ačkoliv muži (3) ve velké míře vyjadřovali důležitost založení vlastní rodiny, jejich hodnotová orientace – celkově charakterizovaná spíše jako kolektivistická – nesla častěji prvky individualismu, než tomu bylo v případě žen – participantek. Tyto prvky však byly vyjádřeny umírněnější formou než u mužů výrazně individualisticky orientovaných. Jednalo se o: zdravou cílevědomost („*nejít přes mrtvoly*“), hodnotu věnovat se zálibám – ne však lpění na nich (např. věnovat se sportu pouze rekreačně a nikoliv profesionálně, i v případě sportovního nadání), seberealizace v rámci zaměstnání a zdokonalování se v něm (potřeba vzdělávat se, dotahovat věci do konce) a víra v sebe sama.

Studium a profese, ale také přátelství a další hodnoty, které jsou u daného participanta naplněny, jsou významným nositelem spokojenosti. Partnerství je u těchto participantů také podstatné, i když nemá zatím úplně jasné místo v jejich životě. Občas těmto mužům chybí a postrádají ho. Výhody svobodného života – nezávislost, plné profesní uplatnění a jiné povinnosti a především široké spektrum zájmů a volnočasových aktivit (ve velké míře tvůrčího charakteru) – nijak nepřevyšují jeho nevýhody, ale zároveň nic nebrání participantům, aby těchto výhod využili. Takového participanta lze charakterizovat jako: *typ spokojeného člověka*, nebo frází: *zatím žiju spokojeně*, což je do jisté míry dáno jejich osobnostním nastavením a sociabilitou.

**Tonda, 26 let:** „*Když to tak shrnu, tak jsem spokojený. Teď se věnuju svým zálibám – motorce, myslivosti i přátelům, to mi vždycky dodá energii. Úplně nejlepší by bylo ale najít nějakou holku, s kterou bych si rozuměl a se kterou bych mohl podnikat to, co dělám ve svém volném čase sám.*”

**KONFLIKT HODNOT** - jedná se o subkategorii, která je, stejně jako předešlé stanovisko, zároveň i součástí první subkategorie. Životní prioritou skupiny participantů (4 muži, 4 ženy) jsou vztahy, jednak partnerské, ale také rodinné, které ovšem nevycházejí dle představ participantů. Původní rodina je nefunkční a partnerství se opakovaně nevydařila, nebo k jejich navázání ani nedošlo, a přátelství se v důsledku různých životních etap (studium, práce) mění. Tito participanté prezentují také tendenci k seberealizaci v profesní oblasti. Jedná se tedy o potřebu obojího, s převahou kolektivních hodnot, jež nejsou naplňované. O naplnění hodnoty vzdělání a pracovního uplatnění se dá hovořit jako o hlavním faktoru přispívajícím k celkové spokojenosti jedince. Přesto nespokojenost vzniklou opakovanou zkušeností ztráty blízkých osob a malým duchovním zázemím nelze dostatečně kompenzovat ani výrazným úspěchem v pracovní a studijní oblasti, narozdíl od předchozí kategorie participantů. Zde pokládám za podstatné uvést i ten fakt, že se z hlediska profesního postavení jedná o velmi úspěšné jedince (herečka, vojenská lékařka, VŠ pedagog, historik). Neexistence partnerství se tak stává hlavním faktorem výsledné životní nespokojenosti, která se prohlubuje s rostoucím důrazem na partnerský vztah. Tato kategorie souvisí s *kompencí partnerství*.

**Helena, 26 let:** „Můj profesní život byl vždycky bez problémů. Chtěla bych jen změnit to, že jsem sama. Mně přijde, že jsem hrozně taková ztracená a osamělá. ”

Této subkategorie se týká i další myšlenka jednoho z participantů, který považuje naplnění hodnot v profesní oblasti za snazší, neboť ho může ve větší míře ovládat vlastním úsilím a schopnosti, zatímco navázání partnerského vztahu je výrazněji podmíněno vnějšími situačními faktory – šťastnou náhodou, rozhodnutím druhého člověka, či situačním okolnostem.

**Luboš, 27 let:** „Ve škole a v práci jsem schopný pro úspěch udělat cokoliv. V životě si tak moc jistý nejsem, tam je to o hodně složitější. Tam záleží hodně na tom, jak se to bude vyvíjet. Jako ty si můžeš položit nějaký cíl, ale ten se ti může na základě čehokoliv kdykoliv zborit třeba... ”

**STANOVENÉ PRIORITY** - tři participanté (2 muži a 1 žena) prezentovali, že jejich spokojenost stojí na jasně daných prioritách. Tito participanté se realizují v profesní oblasti,

pokud jsou ovšem pod vlivem různých okolností nuceni volit mezi časem tráveným s blízkými lidmi a povinnostmi, jednoznačně se rozhodují pro hodnoty vztahové.

Osobnostní charakteristikou, která je pro ně typická, je zdravá *cílevědomost* („*Vím, co chci, za tím jsi jdu a jsem tak spokojený/á.* ”). Nespokojenost, či aktuální deficit (např. finanční) je chápán jako výzva a další cíl snažení, což lze považovat za účinnou a „zdravou” copingovou strategii. Podobně i aktuální nezdar v partnerském životě je pojímán jako aktuální problém, jenž se buď vyřeší, nebo se dotyčný dané situaci přizpůsobí. Pokud nastane neúspěch v jedné oblasti, tito tři participanti soustředí pozornost a úsilí do oblasti jiné až do té doby, dokud nenastane změna.

**Klára, 26 let:** „*Co mi chybí je čas, hodně času strávím jednak v práci, to asi každý, dále pak to, že se vzdělávám, to mi taky hodně zabere. Nemůžu ale zase říct, že bych lidi, na kterých mi záleží, zase nějak okrádala, to zase ne. Mám přesně stanovené priority, že jich vždycky upřednostním. Vždycky radši ošidím tu práci a tak no...* ”

**NEJDŘÍVE KARIÉRA, POTOM LÁSKA** - předpoklad neúspěšného soukromého života (viz. subkategorie *Konflikt hodnot*), jenž je obětován práci, je ovšem velmi zjednodušenou a tudíž i nesprávnou úvahou. Ve skutečnosti má hodnota kariéry cirkulárně kauzální vztah vzhledem k absenci partnerství, je tedy zároveň jeho příčinou i důsledkem. Kariéru lze tedy chápat jednak jako kompenzaci, ale současně i jakousi překážku v navazování partnerství. Zde začínají působit další dílčí faktory, které hrají ve prospěch kariéry, jako je nedostatek času, nutnost materiálního a sociálního zázemí a statusu a neochota podřízovat se potřebám druhého člověka, tedy partnera.

**Jana T., 25 let:** „*Opravdu nevím jak bych se zachovala, kdybych ten vztah měla a musela si říct: ‚Fakt je to ohrožený, protože musím pořád zkoušet v divadle, dělám školu a teďka, kdy mi zbyde ten čas na toho kluka?’ Ale to já naštěstí teď řešit nemusím a můžu říct, že jsem v té situaci teďka ráda, že to ani řešit nemusím.* ”

**PARTNERSTVÍ JAKO SPOLEČENSKÁ NORMA** - partnerství je u některých participantek orientovaných spíše individualistickými hodnotami (3) pokládáno spíše za postoj či normu, kterou po nich společnost nebo okolí vyžaduje. Není tedy vnímáno jako vlastní důležitá hodnota, jejíž potřebu je třeba naplnit.



*Petra, 29 let:* „Mně nechybí nic, ale možná, že by člověk měl mít k sobě tu druhou polovičku. Tak to možná chybí člověkově, jako, že by to tak mělo být. ”

**PARTNERSTVÍ JAKO ALTERNATIVA** - participantky, jež se ke klasickým rodinným hodnotám nepřikláněly, často uváděly možnost mít partnera, ale ne „za každou cenu”. Tato subkategorie názorů velmi úzce souvisí s předchozí subkategorií. Participantky, které přemýšlejí o partnerství na základě tlaku okolí, zároveň chápou tuto hodnotu jako určitou variantu spokojeného života, nebo jí přikládají sekundární důležitost. Partner je považován za jednu z možných alternativ života, nikoliv však za nutnost.

*Lucie, 29 let:* „Já nepotřebuju být za každou cenu s někým, já si umím nějak poradit se svým časem... Ale samozřejmě když přijde, tak budu ráda. Člověk si zvykne být sám. To jsem zjistila, že to jde, a nepotřebuju to momentálně, ale chci ho samozřejmě.”

**PARTNERSTVÍ JAKO BUDOUCÍ VIZE** - pět z dotazovaných participantů (3 muži, 3 ženy), kteří v rozhovorech poměrně radikálně zdůrazňovali *hodnotu nezávislosti* a svobody, partnerku sice uvádějí, ale spíše mimoděk, či jako vzdálenou vizi budoucnosti. Potřeba rodiny je u většiny z těchto participantů přítomná, ale posunutá do vzdálenější budoucnosti. V současnosti jsou spokojeni s životem bez partnera a jeho potenciální existenci berou spíše jako ohrožení dosavadních zájmů či dobrého pracovního uplatnění.

*Kuba, 25 let:* „Jsem spokojený tak, jak je to teď. Občas mi ta baba chybí, ale s ní přijdou i další povinnosti, starosti a věci, kterým se já teď nechci a ani nebudu věnovat.”

*Jakub, P, 27 let:* „Já ten partnerskej vztah vnímám jako, že bych se třeba časem chtěl nějak reprodukovat, ale časem no... Teďka to cítím tak, že když mě některá ukecá, tak budou ohroženy veškeré mé plány ...”

Jedna participantka udává, že zásadně jinak by vztah vnímala v případě, že by chtěla založit rodinu.

*Klára, 26 let:* „Pokud bych chtěla zakládat rodinu, tak to беру samozřejmě jinak, tak by pro mě bylo výhodnější s tím partnerem být, protože bych na to nechtěla být sama. Chtěla mít někoho vedle sebe, na kom mi bude záležet. Teďka v tom teda nic nespatřuju.”

**PRIORITA KARIÉRY** - u participantů, pro něž práce a v některých případech i vzdělání představuje vysoko postavenou hodnotu v celkové hodnotové hierarchii, naplňuje jejich

profese nejen potřebu existenciální a vizi profesního vzestupu (i v případě vzdělání), ale také plní funkci určité záliby, duchovního naplnění a seberealizace. Profesní uplatnění zvyšuje kladné sebepojetí jedince, tedy spokojenost se sebou a zlepšuje vlastní představu o sebe sama.

**Veronika, 29 let:** „Nejvíc jsem teďka spokojená s prací. Ta práce mě uspokojuje a baví hrozně moc, dává mi možnost sama sebe nějak realizovat a něco prostě v životě dokázat. Já nemám potřebu mít děti, rodit děti, mít velkou šťastnou rodinu... já prostě vím, že já jsem takový typ člověka, že já musím mít pocit, že jsem se nějak seberealizovala a v něčem jsem úspěšná”

**PRIORITA ZÁJMŮ** - u některých individualisticky, ale i pro-rodinně smýšlejících singles (5) se objevuje i naplnění v zájmech, mimopracovních dovednostech a dalších volnočasových aktivitách. Tato spokojenost se zájmy je buď manifestovaná současně s vykazovanou spokojeností v oblasti práce a vzdělání, nebo samostatně jako dominující oblast spokojenosti. Svým zájmům se participanti plně oddávají a věnují jim téměř veškerý volný čas. Jako hlavní problém udávají *nedostatek času* a *špatné skloubení všech volnočasových aktivit*. Často se nejedná pouze o jednu zálibu, ale rovnou o celé spektrum různorodých zájmů, sportem počínaje tvůrčí aktivitou konče. Podstatným je právě naplnění a radost z jejich konání, nikoliv dosažení výrazných cílů.

**Petra, 29 let:** „Celý život se tomu věnuju. To, že člověk v tanci nedosáhl těch největších met, nebo tak, tak to není důležité, ... důležité je, že to člověk dělá a baví ho to...”

**Petr, 35 let:** „Dělá mi třeba taky radost, když se mi něco podaří udělat a lidem se to líbí. Chtěl bych ty koníčky všechny dokonale skloubit, protože mě všechny moc naplňují, ale toho volného času i díky práci moc není.”

**PRIORITA VZDĚLÁNÍ** - je pozoruhodné, že hodnota vzdělání je umístěna výše v celkové hierarchii hodnot u jedinců, kteří vyznávají *pro – rodinné hodnoty*, ale nedaří se jim je naplňovat, nebo s jejich naplněním čekají na pozdější, příhodnější dobu. Zde hraje vzdělání aktuálně důležitou hodnotu a v jednom případě dokonce příčinu a zároveň i důsledek singlovství, plní tedy kompenzační roli.

**Helena 26 let:** „Nechci budovat žádný takový...kariéra a tak – to není pro mě. Nebo jo, myslela jsem si, že je pro mě nejlepší studovat medicínu, ale nechci to dělat. Už jsem teďka ale daleko v tom, že to musím dělat a tak to i dělám, ale mě to neuspokojuje. ”

Vzdělání není pro „dobrovolné” a *individualisticky* založené singles tak důležité a seberealizace prostřednictvím dosažení co nejvyššího vzdělání není nutnou podmínkou spokojenosti, ačkoliv předpoklad je přesně opačný. Asi u tří žen – participantek, pro něž má práce a kariéra podstatnou důležitost, znamenalo vzdělání nechtěnou nutnost doprovázenou často neúspěchem. Tyto ženy nejsou spokojené buď s úrovní dosaženého vzdělání, nebo s oborem, který vystudovaly.

**Veronika, 29 let:** „Nepodařilo se mi vystudovat střední školu a mám pocit, že doteďka mě to jako tak provází a doteď mě to mrzí a dokonce bych řekla, že se za to stydím, že jsem to tenkrát vzdala a že jsem víc nezábojovala. Práce ale je pro mě vším.”

**HODNOTA NEZÁVISLOSTI** - jedním z typických znaků spokojeného singles je touha *žít život podle sebe, nezávisle* a nemuset se přizpůsobovat druhé osobě. Tato charakteristika se také významně projevuje ve vztahu k partnerství (viz. subkategorie *Partnerství jako budoucí vize*).

**Kuba, 25 let:** „Nechci se na nikoho nevázat, chci mít zkrátka volnější život. Někdy mi to partnerství chybí, ale vícekrát jsem rád, že mám tu volnost, že se nemusím ohlížet na nikoho a že si můžu žít prostě podle svého.”

Tato hodnota se s hodnotou partnerství ale nevyklučuje. Také participanté, kteří by si partnera přáli, udávají požadavek určité míry volnosti, která jedinci umožní zůstat „sám sebou” a být tak ve vztahu s partnerem spokojený.

**Tonda, 26 let:** „Myslím si, že i když třeba přijde nějaký vztah, tak by člověk měl mít určitou svou volnost. Prostě by neměl udělat nějaký velký ústupky, měl by si vždycky za něčím stát, mít priority a neměl by se nechat ovlivnit nějak moc, aby zůstal sám sebou.”

## **1A.OSOBNOSTNÍ DISPOZICE A JEJICH VLIV NA ŽIVOTNÍ SPOKOJENOST**

V této kategorii uvádím dispozice jednotlivců, jejichž vliv na životní spokojenost se během rozhovorů ukázal jako důležitý. Následující subkategorie popisují faktory osobnosti přispívající k vyšší životní spokojenosti participantů a jsou vzájemně propojené.

**OPTIMISMUS** - významným prvkem, jenž se opakoval v jednotlivých rozhovorech participantů, kteří zároveň vykazovali vysokou míru spokojenosti se životem, byl optimismus. Svůj aktuální život hodnotili velmi pozitivně, třebaže se jim příliš nedařilo v oblastech, které považovali za důležité. Důležitou charakteristikou je čerpání spokojenosti z věcí, které jsou v aktuální životní situaci pozitivní.

*Verča T., 26 let: „Já myslím, že už teď to všechno jde tím správným směrem. Vzdělání je už skoro dokončené a teďka jen najít to vhodné místo. Takže štěstí je na dosah.“*

**CÍLEVĚDOMOST A JASNÉ VIZE** - v souvislosti s cílevědomostí je nutné zmínit další dílčí osobnostní charakteristiky, které s touto subkategorií souvisí, jsou jimi: *vůle něco dokázat, trpělivost v cestě za úspěchem, radost ze změny, neúspěch jako výzva* a již dříve zmíněný *životní optimismus*. Ujasnění priorit se ve dvou případech ukázalo jako faktor vedoucí k celkové životní spokojenosti.

*Jana T., 25 let: „Co jsem si zatím v životě předsevzala, to se mi zatím vždycky podařilo. Nebylo to jakože vždycky hned, ale podařilo se to postupně tím, že já jsem si řekla, ano tohleto chci, tak toho dosáhnu a stalo se.“*

**VNITŘNÍ MÍSTO ŘÍZENÍ** - cílevědomost, jasné vize vlastního směřování a jasně daný žebříček hodnot jsou částečně obsaženy i v tomto postoji k životu a společně tvoří ucelenou životní strategii. Tato subkategorie vyjadřuje víru ve vlastní schopnosti a síly, které je v minulosti nezklamaly, jinými slovy *vnitřní místo řízení*.

*Verča T., 26 let: „Teďka záleží hodně na tom, jak se vypracuju a jestli budu dobrá. Ale zatím to všechno jde tak, jak má: jsem sama schopná se nějak uživit, sama stojím na vlastních nohou, odpoutala jsem se od rodiny ... ”*

**DÍLČÍ CÍLE** - cestou ke spokojenosti participantů je postupné přibližování se ke konečnému cíli a spokojenost pramenící z dílčích životních úspěchů. Životní cíle participantů jsou reálné a odpovídají jejich schopnostem. Tyto úspěchy participanty naplňují a působí jako pozitivní motivace k dalšímu snažení. Zároveň způsobují pozitivní očekávání a optimistický postoj k budoucnosti.

**Filip, 26 let:** „Pro mě jsou úspěchem takové ty maličkosti, které přispívají k té celkové spokojenosti. Třeba ve škole zkouška, pochvala šéfa v práci, výhra v turnaji, nebo třeba jen to, že se člověk dobře probudí do nového dne. ”

**AKCEPTACE SKUTEČNOSTI** - jedná se o flexibilitou zvládat nečekané události a akceptovat skutečnost tak, jak přichází. Podle toho jak jedinec danou situaci vyhodnotí, přizpůsobí své další chování.

**Monika, 29 let:** „ Člověk to přehodnotí podle toho, jaká situace nastane. Když se s někým rozejdu, tak pro mě nebude určitě prioritou rychle si najít někoho jiného. Člověk by měl vědět, kdy má od všeho dost. ”

Ve dvou případech jde konkrétně o akceptaci singlovství.

**Petra, 29 let:** „Vždycky může být všechno lepší, ale také horší, takže v pohodě. Beru to tak, jak život přichází...”

**SOULAD SE SEBOU SAMA** - kongruence člověka se sebou samým je vnímána spíše jako určitý životní smysl. Nejedná o konkrétní cíl snažení, ale spíše o *životní filozofii*, v níž je důležitější právě ona cesta a směřování k ní, než-li samotný cíl. Jedná se o celoživotní úkol. U dvou participantů (muž a žena) se soulad sám se sebou projevuje také v rozhodování. Ve svém životě se řídí tím, co považují za správné.

**Filip, 26 let:** „Tak vždycky se snažím dělat to, co v rámci konvencí považuju za správné. Řídím se logickou úvahou podle toho, čemu dávám priority. ”

**POPŘENÍ NEÚSPĚCHU** - tato subkategorie představuje copingovou strategii, se kterou participant (5) vyrovnávají s případnými neúspěchy, jenž jsou pro ně bolestivé, ale také s vlastní nedokonalostí. Tato strategie jim umožňuje zachovat optimální míru spokojenosti se životem.

**Jarek, 25 let:** „To ne, že by se mě v životě něco nepovedlo, já to neberu jako neúspěch, takhle nemůžu uvažovat. Beru to právě jako zkušenost do budoucna. ”

V následující části této kategorie popisují dispoziční faktory, které ovlivňují spokojenost spíše *negativním směrem*.

**NEGATIVNÍ SEBEPOJETÍ** - nízké sebevědomí a negativní pojmání sebe sama se ukázalo být podstatným faktorem vedoucím k nespokojenosti. Jedna participantka v souvislosti s tímto osobním deficitem hovoří o *vnitřní nejistotě*, o *neschopnosti jednat asertivně* a o *obavě s autorit*, která způsobuje, že se ve vztahu k nim chová pokrytecky, zatímco v blízkých rodinných a přátelských vztazích převažuje *vznětlivost* a *urážlivost* (viz. dále). Tento bludný kruh pochyb a obav pak přirozeně způsobuje nízkou spokojenost a malé naplnění ve všech oblastech života.

**Lenka, 26 let:** „*Já tím jak mám nízký sebevědomí, nebo tím, že si sama sebou nejsem jistá, tak se potom dost odráží třeba v tom přístupu k tomu vedení. Já dost se sebou nechám vláčet, orat a bojím se ozvat, bojím si říct a dupnout si, takže to potom vypadá, tak jak to vypadá... Nenaplňuje mě to dostatečně.*”

V jiném případě mělo záporné sebepojetí za důsledek stranění se kolektivu a tudíž i malý počet blízkých (přátelských) vztahů mimo okruh rodiny, s čímž se participantka potýká i v současnosti, kdy se tento negativní náhled na sebe sama částečně kompenzoval.

**Veronika, 29 let:** „*Já jsem si vždycky myslela... (odmlčí se) Myslela jsem si, že jsem tlustá a škaredá a proč bych někam chodila, že se se mnou stejně nebude nikdo bavit. To, že nejsem hezká, jsem si sama sobě namluvila jako takovej názor...nemám proto třeba až tolik přátel kolem sebe, kolik bych třeba chtěla...I když jsem si už dokázala, že umím být i úspěšná.*”

**BEZMOCNOST A VNĚJŠÍ MÍSTO ŘÍZENÍ** - tři participanti projevovali velkou nespokojenost s tím, že jsou stále sami. Jejich snaha aktivně se seznámit není korunována úspěchem. U těchto participantů je přítomné i vnější místo řízení, především připisování viny za tento stav sobě. V úvahu také přichází fakt, že tato nadměrná snaha a do jisté míry i naučená bezmocnost, je při hledání, ale i udržení partnerství kontraproduktivní.

**Helena, 26 let:** „*Mně se většinou stane, že mě má každý rád jako kamarádku, ale nikdo mě nemiluje. Zkrátka už nevím, co dělat víc a říkám si, tak já budu říkat a dělat to, co mi poradí okolí...Já jsem takovej věčnej smolař, já fakt nevím, co dělám špatně, upřímně...*”

## **1A: ASPEKTY PROSTŘEDÍ**

Aspekty prostředí, které ovlivňovaly životní spokojenost participantů, je možné podobně jako dispoziční charakteristiky jedinců, rozdělit na pozitivně působící a negativně působící.

**POZITIVNÍ ŽIVOTNÍ UDÁLOSTI** - jsou u participantů spojené většinou se změnou v zaměstnání, kterou uvádí dvě participantky. Důležité je, že této změny bylo dosaženo vlastním úsilím, což má za následek sebestpotvrzení. Pozitivní životní události mají velký vliv na aktuální životní spokojenost. Pro jednu participantku znamenala lukrativní pracovní nabídka takový úspěch, který způsobil spolu s dalšími dlouhodobými faktory a postupnými úspěchy velkou změnu v sebepojetí a v sebeobrazě a také ve spokojenosti.

*Veronika, 29 let: (minulé hodnocení) „Já jsem se dřív hodně vyhýbala společnosti, protože jsem si vždycky myslela, že nejsem moc atraktivní.“*

*Veronika, 29 let: (současnost) „Teď zrovna jsem hodně poznamenaná tím, že jsem dostala tu nabídku a posledních 14 dní je pro mě jako v jiném snu a je to můj životní úspěch. Před těma čtrnácti dnama mi třeba víc vadilo, že s nikým nechodím, teď ne. Vybral si mě sám majitel firmy s manželkou, protože mě znají z předchozí práce a vědí, že vypadám k světu a taky ví, že jsem zodpovědná a komunikativní. Padla jsem jim do oka.“*

**NEGATIVNÍ ŽIVOTNÍ UDÁLOSTI** - tato subkategorie obsahuje dílčí neúspěchy uváděné participanty. Jedná se o jednorázové negativní události různého charakteru. Pozitivním aspektem těchto událostí je zkušenost. Specifickým příkladem jsou rozchody.

*Lenka, 26 let: „Můj tříměsíční pobyt v Anglii mě na dlouho poznamenal. Nezvládla jsem to, zachovala jsem se jak malá holka a vrátila jsem se domů dřív. Ale zase ty zážitky a ty zkušenosti, co z toho mám, to je zase na tom to pozitivní.“*

**NEÚSPĚCH** - takřka u všech participantů je zřejmé ovlivnění úspěchem, či neúspěchem. V oblastech, kde byl zaznamenán úspěch, jedinci zpravidla setrvali a byli v těchto oblastech spokojeni. Touto hypotézou úspěchu lze vysvětlit i paradox toho, proč mnozí individualisticky orientovaní jedinci vykazovali velkou spokojenost s pracovní kariérou, zatímco se studiem tolik spokojeni nebyli. Jednoduše proto, že se jim v zaměstnání daří, zatímco ve studiu tomu tak nebylo. Stejná situace nastává i v případě partnerství, které bylo v minulosti provázáno spíše neúspěchem, kdežto v pracovní oblasti se jednalo o

úspěšného jedince. Lze se tedy domnívat, že úspěch může být v některých případech faktorem podmiňujícím životní priority a v návaznosti na to i faktorem spokojenosti v těchto oblastech. Pozoruhodné však je, že ačkoliv spokojenost v dané oblasti byla nízká, celkovou spokojenost to příliš neovlivnilo a byla nad očekávání poměrně vysoká.

*Lucie, 29 let:* „Měla bych se třeba se dovzdělat a najít si nějakou líp placenou práci, ale už jsem pak ani nechtěla, protože jsem věděla, že jsem tam nebyla tak dobrá, jak jsem chtěla. Já mám takovou povahu, že když to nedělám dokonale, tak mě to nebaví, že nejsem spokojená se sebou.”

**ČASOVÝ NEDOSTATEK** - výraznou nespokojenost u některých participantů (3) způsoboval faktor času, který byl takřka ve všech případech dělen mezi práci, přátele a velké množství volnočasových aktivit. Čas, který jsou participanti přímo i nepřímo nuceni vkládat do profesního života, je jako negativum také v souvislosti s důvody singlovství. Je tedy jednou z příčin, proč jsou mladí lidé bez partnera ještě hluboko v dospělosti (viz. subkategorie *Upřednostnění kariéry*).

*Petr, 35 let:* „Teď je v práci hodně rozdělaných věcí, které nestíhám. Přál bych si, aby to bylo ve větší pohodě, aby to šlo jako víc samo. S těma koníčkama a prací to mám teď hodně ,na knop’ . V podstatě už teď ani nic jiného nestíhám.”

### **1A: VIZE SPOKOJENÉ BUDOUCNOSTI**

Tato kategorie se týká toho, jak si participanti představují spokojenou budoucnost a kterými směry by se měl jejich život ubírat, aby v něm byli spokojeni. Tyto konkrétní představy spokojené budoucnosti participantů mimo jiné ukazují na základní kategorizaci singles ve smyslu permanentního či dočasného stylu života, jenž předchází běžnému rodinnému životu. V konečném důsledku si z odpovědí participantů lze odvodit, jak sami singles svoje singlovství vzhledem ke své vizi spokojeného života chápou. Tato kategorie se odvíjí od hodnotové orientace participantů, mapuje však budoucí cíle a přání participantů, které se odvíjí od současných „ne-spokojeností”. Důležitým aspekt je, zda jsou cíle participantů vytvořeny na základě realistických úvah. To, zda jsou reálně splnitelné, může mít v budoucnu hypotetický vliv na jejich životní spokojenost a to už v průběhu jejich snažení. Cestou ke spokojené budoucnosti je překonání překážek a to prostřednictvím změny ve stávajícím životě. Tato změna je na časové ose v různě vzdálené



budoucnosti, proto nejdříve uvádím subkategorie bližších životních cílů (viz. subkategorie *Osamostatnění*).

**OSAMOSTATNĚNÍ** - důležitou hodnotou a zároveň i problémem je pro mladé, zvláště pak svobodné jedince bez partnera *proces osamostatňování se*. Jedná se o nejbližše určitelný životní cíl, který dle očekávání participantů, může zvýšit jejich aktuální nespokojenost. Část participantů (7) přikládá rostoucí důležitost hodnotě *finanční nezávislosti*, která je manifestovaná potřebou separovat se od rodičů, a to v důsledku vzrůstajících nevýhod, jež pociťují. Nespokojenost je v tomto případě spojena vždy s bydlením u rodičů, které je již vzhledem k potřebám participantů nevyhovující.

**Jakub P., 27 let:** „*Chtěl bych se samozřejmě osamostatnit a nemuset brát na nikoho ohledy, třeba na tu babičku, a být svým pánem. Ale to je spíše otázka budoucnosti.*”

V souvislosti s potřebou osamostatnění je v jednom případě samostatné bydlení považováno za vytoužený stav, kterého bylo dosaženo odstěhováním se od rodičů.

**Franta, 33 let:** „*Je to šest měsíců, co jsem se od rodičů odstěhoval a dá se říct, že to byl už nejvyšší čas, nebo spíš, že už bylo po dvanácté. Dá se říct, že já jsem teď spokojenej.*”

Naplnění potřeby osamostatnění však zabraňuje několik faktorů. Nejčastějším z nich je „*bud' a nebo*”, který je spjatý s nedostatkem financí, jenž nutí jedince do rozhodnutí, čemu dát přednost (zda to bude vzdělání, financování zájmů, většímu komfortu v domě rodičů, či samostatnému bydlení). Fenomén „*bud' a nebo*” lze pozorovat i v případě nedostatku času a zaneprázdněnosti, kdy je jedinec opět nucen volit (např. subkategorie *Upřednostnění kariéry*). Lze předpokládat, že tato nucená volba může mít negativní dopad na celkovou nespokojenost.

**Luboš, 27 let:** „*Chtěl bych bydlet sám, nebo žít vlastním životem a už o tom přemýšlím docela dlouho, ale dokud současně i studuju, tak to jednoduše zatím nejde.*”

Významnou překážkou při osamostatňování je obava a strach z nového prostředí. Jako faktory bránící osamostatnění jsou uváděny i mnohé výhody, které pro singles bydlení u rodičů bezesporu má: *finanční úspora, společnost jiných osob, pocit zakořenění v místě bydliště, nedostatek odvahy a poskytovaný komfort a péče rodičů*.

**Lenka, 26 let:** „*Pro mě je těžký najít tu odvalu udělat ten krok. Navíc v té práci moc nevydělám, tak o to je to složitější najít to bydlení...a teď nevím, jestli jít do města, najít si*

*tam práci, odejít odsud...Mám tady ty svoje kořeny, proto by bylo možná lepší usadit se tady...V poslední době zjišťuju, že mě to tady drží, ani za tím ale pořádně nevím, co mě tu tak drží...nebo jestli je to ten strach z toho neznáma, nebo z toho, že nenajdu práci, že v ní nebudu dobrá, z toho mám taky strach...z toho kroku do neznáma v té práci, tím pádem i v tom bydlení. Mám tu i kámoš, mám třeba ráda i přírodu a zvířata... já si neumím představit, že bych byla ve městě bez psa.”*

Někteří z dotazovaných spojují separaci od rodičů s existencí partnerství a založením rodiny, které by jim stěhování usnadnilo.

**Lenka, 26 let:** *„Určitě bych se chtěla osamostatnit, je teda ale otázka, jestli to udělám ještě než se mě podaří docílit toho partnerského života, nebo potom až výjde tady toto. Protože to partnerství je pro mě motivace. ”*

**SOULAD ŽIVOTNÍCH CÍLŮ** - tato subkategorie je dána propojením všech důležitých oblastí v životě participanta, včetně zdraví. Jedna nenaplněná oblast naruší celkovou životní spokojenost a částečně i spokojenost v dalších dílčích oblastech, ačkoliv jsou naplněné. Jedná se o harmonickou souhru důležitých oblastí.

**Petra, 29 let:** *„Já bych chtěla být spokojená jednak v tom osobním životě, ale taky být naplněná v práci, že jo, aby se člověk uživil, potom aby měl koníček, kde bude vlastně odpočívat, aby nebyl sám a aby měl kolem sebe lidi, co ho mají rádi a musí být k tomu hlavně zdravěj. Já si myslím prostě, že to jde ruku v ruce, když prostě není jedno, tak se to odrazí i jinde.”*

**NAPLNĚNÍ V PROFESNÍM ŽIVOTĚ** - tato představa spokojeného života je zmíněna u dalších participantů, pro které je důležitá hodnota kariéry, ale i volnočasových aktivit, kterým se věnují s velkým nasazením. Potřeba rodiny je u většiny z těchto participantů přítomná a posunutá do vzdálenější budoucnosti.

**Jana T., 25 let:** *„Ještě chvíli chci jít za tím svým dlouholetým snem. Tak určitě chci být spokojená ve svém kariérním životě, chtěla bych se věnovat té profesi, které jsem se chtěla vždycky věnovat, prostě naplnit tady tu svou touhu.”*

**ŽIVOTNÍ STANDARD** - tato subkategorie je spjata s přáním participantů dosáhnout na takové finanční možnosti, které by jim umožňovaly určitý životní standard. Současná

finanční situace je nutí zvažovat možnosti a v mnohém se omezovat. Splnění tohoto finančního dostatku jim umožní dosáhnout určité společenské pozice, zajištění materiálního zázemí, které je spjato i s reálnou možností založit rodinu a mít děti.

**Verča T., 26 let:** „Chci mít jisté pracovní místo, být finančně zajištěná tak, abych musela živořit, ale zajištěná tak, abych měla určitý životní standard, na který bych byla zvyklá. ”

**„MALÝ SPOKOJENÝ ŽIVOT”**- větší polovina participantů touží, podle svých slov, po malém a obyčejném, ale spokojeném životě. Jeho charakteristikami je *klid, práce*, která uživí, ale hlavně baví, *uspokojivé bydlení, radost ze společného života* a každodenních maličkostí, mít *volný čas* a umět se z něj radovat. Nejpodstatnějším rysem této subkategorie je ale *vznik rodiny a výchova dětí*. Dalším společným rysem je aktivní snaha něčeho dosáhnout, ovšem ne za cenu ztrát a omezování.

**Tonda, 26 let:** „Podle mě je důležitý, aby byl člověk šťastnej, měl kde bydlet, bavila ho práce, uměl si nějak užívat volnýho času, samozřejmě měl nějakou rodinu, nějakou fajn partnerku, měl 2 děti...to je podle mě spokojeněj život. Mně jde v podstatě o to, aby měl člověk kde složit hlavu, nebyl furt zamračeněj a měl co jíst. Nemá smysl se celej život honit za pěnízma, když je potom stejně nemáš s kým utratit a s kým si je užít.”

**Helena, 26 let:** „Já bych chtěla mít hlavně svoji rodinu – spokojenou a šťastnou a chtěla bych si žít svým klidným, malým životem . Nechci budovat kariéru, i když to tak vypadá a i já jsem si to myslela, to není pro mě. ”

**Klára, 26 let:** „Asi bych to chtěla v životě udělat tak, že bych chtěla zajistit sebe nějakým způsobem, pořídit si dítě a trochu zvolnit. To je asi tak všechno, nemám žádné vysoké mety.”

**PARTNERSTVÍ - CESTA KE SPOKOJENOSTI** - někteří z participantů uvádí přání, které je formulováno konkrétněji a umístěno na časové přímce v bližší budoucnosti než předchozí subkategorie. Těmto participantům chybí nejvíce partnerství. Jsou ochotni pro jeho získání mnohé udělat a také dělají (aktivní seznamování aj.). Časové umístění cíle i velikost snahy je individuální.

**Lenka, 27 let:** „Cítím jako obrovskou potřebu a nutnost zároveň najít toho partnera na ten vážný a pevný vztah s tou vizí toho založení rodiny.”

**PARTNERSTVÍ ANO, RODINA JEŠTĚ NE** - jedna dotazovaná žena by chtěla v blízké budoucnosti navázat partnerství, které bylo v nedávné minulosti považováno pouze za možnou alternativu způsobu života. Pro tuto participantku je to cíl poměrně nový a čerstvý. Možná i proto je pro ni momentálně důležité najít si vhodného partnera, s nímž by navázala vztah, zatím však bez vážnějších závazků. Je možné se domnívat, že tyto závazky a akceptace zodpovědnosti, která z nich plyne, se projeví postupně s navázáním partnerského vztahu.

*Verča T., 26 let:* „*Ted'ka aktuálně mi to partnerství chybí, ale byly doby, kdy mě to nechybělo. Jako dříve jsem nikoho vůbec nevyhledávala, ale ted'ka mě to už štve. Jako bydlet bych s nim ještě nechtěla, spíše se tak duševně usadit. Jako být s nim docela často, ale bydlet to určitě ne. Rodinu ještě rozhodně taky neplánuji.*”

**RODIČOVSTVÍ** - Jedna žena a jeden muž hovoří konkrétně o hodnotě rodičovství, jehož důležitost roste, a je zde i předpoklad, že i nadále poroste lineárně s věkem.

*Klára, 26 let:* „*Dítě bych rozhodně chtěla, ale později – pokud by to mělo být plánované – tak kolem 28. - 29. roku, ale ono se to takhle asi nedá říct... Takže asi podle možností, ale dítě bych si chtěla určitě pořídit. Kdybych začínala studovat, tak by to bylo dilema, ale v současné době, kdybych otěhotněla, tak bych si to dítě určitě nechala.*”

Partnerství má pro tuto ženu hodnotu tehdy, pokud se s dotyčným člověkem rozhodne založit rodinu. Neznamená pro ni nutnou podmínku toho, že se stane matkou.

*Klára, 26 let:* „*Hledám toho partnera, se kterým bych skutečně chtěla mít tu rodinu nebo tak... a to, co je mezi tím, tak беру více méně jako zábavu. Člověk ale prostě neví, jak se to vyvine... Může přijít další vztah a další, až dokud nenajdu toho pravého a když ho nenajdu, tak si aspoň pořídím s nějakým hodným člověkem dítě.*”

**„ŽIVOT BEZ DALŠÍCH RAN A ZKLAMÁNÍ”** - tři participantky nevyjadřovaly přání ve smyslu kariéry, či rodiny. Na základě předchozí negativní zkušenosti si přejí, aby je už nic podobného v životě nepotkalo. Jsou ochotny navázat další partnerský vztah, toto riziko a z něj pramenící strach jim v tom však částečně brání. Jedná se spíše o celoživotní přání. Tato subkategorie souvisí s důvody, které participantům znesnadňují navázání partnerského vztahu.

*Nad'a, 29 let: „Co bych si přála? Aby ten život probíhal prostě spokojeně, už bez nějakých velkých ran. Abych si tak pěkně proplula životem. Jako vyloženě nějaké sen to nemám.”*

### **1A: ŽIVOTNÍ STRATEGIE**

Následující subkategorie se věnují konkrétnímu směřování participantů ke svým cílům. Bude tedy popsáno, jaké životní strategie co do kvantity i kvality, jsou participanty využívány k dosažení stavu spokojenosti. Tyto životní strategie podmiňují, zda a kdy jedinec spokojenosti dosáhne, či nikoliv.

**AKTIVNÍ STRATEGIE** - nejaktivnější přístup ke své budoucnosti vykazovali ti, jenž byli ochotni použít veškeré úsilí a snahu, aby svých cílů dosáhli a stali se spokojenějšími. Tato strategie je samozřejmě více aplikovatelná v oblasti zaměstnání, vzdělání, či budování materiálního zázemí, dotýká se však sekundárně i oblasti partnerství a rodiny, pro jejichž vznik a udržení je naplnění těchto oblastí důležité. Neúspěch u jedinců s těmito strategiemi přispívá k nespokojenosti a pocitu bezmoci (viz. subkategorie *Neúspěch*).

*Jana T., 25 let: „V té mé životní situaci, v jaké jsem teď momentálně, myslím studijní, nebo vůbec životní, se ta má snaha asi rovná veškerému času, který věnuju tomu úsilí, zkoušení, zdokonalování, abych vyhověla všem požadavkům, který ten zaměstnavatel na mě má...”*

Specifickým příkladem pro singles je aktivní způsob seznamování jako cesta k partnerství, který pět z dotazovaných participantů jako vlastní zkušenost popisuje. Až na jeden případ ji ale hodnotí negativně. Jedná se především o *internetovou formu „seznamek”*, kde si participanté zakládají své profily, případně i inzertní formu seznamování. Někdy participanty k seznamování přiměje jiná osoba. Schůzky s potencionálními partnery však považují za neúspěšné a na aktivní způsoby seznamování rezignují. Ve všech případech jsou snahy o navázání bližšího vztahu ukončeny právě participanty.

*Lucie, 29 let: „Na pár inzerátech jsem byla, ale byla to tragédie, takže už asi ani ne. Toto spíš za mě hledala sestra, ona to zorganizovala, ale já jsem pak na tu schůzku šla, ale asi jenom třikrát. Ale vždycky to dopadlo tak katastrofálně... Já si myslím, že když to přijde, tak to přijde samo.”*

Jedna z participantek však v tomto seznamování spatřuje i mnohé výhody, ačkoliv se sama hodnotí jako neambiciózní a pasivní typ člověka, zde je, možná i vzhledem k velké potřebě partnera, aktivní. Největší přínos tohoto seznamování vidí právě ve zkušenosti a v

seznamování se s jinými lidmi, konkrétně tedy s druhým pohlavím, což jí umožňuje „rozšíření obzorů“, navázání nových vztahů, zatím však pouze přátelských a zlepšení schopnosti komunikace. Dalším pozitivním aspektem je zvyšování sebevědomí a růst spokojenosti se sebou sama.

**Lenka, 26 let:** „Ty schůzky jsou pro mě velmi ocenitelná životní zkušenost. Už jenom poznávat ty lidi a zvláště když se třeba jedná o nějaký budoucí partnerství. Já se tím třeba strašně zbavuju toho ostychu a těch svých komplexů různých. Určitě mi to dává hodně s každým dalším seznámením s takovým člověkem. V tomhle konkrétně ty kroky fakt podnikám. Tak jak jsem dřív byla neschopná cokoliv, tak teď ne, naopak si myslím, že toho dělám hodně.“

Další způsob aktivního seznamování je v rámci různých *společenských akcí* – plesů, večírků, diskoték a pod. Stejně jako u předchozího způsobu seznamování i v tomto případě většina participantů v aktivním seznamování v důsledku špatné zkušenosti nepokračuje.

**Petra, 29 let:** „, Ted' bych do seznamování nešla vůbec. I dřív jsem jako měla zkušenosti, že když jsem do toho chtěla jít já a ten borec mě nechtěl, tak mě to ponižovalo. Ale třeba teď z toho vycházím jako královna, protože nejdu za tím chlapem, když se nechová dobře, takže bych už do toho nešla.“

**OMEZENÉ AKTIVNÍ STRATEGIE** - další strategii užívanou v cestě za spokojeným životem lze rovněž zařadit mezi aktivní přístupy. Její hlavní charakteristikou je požadavek na brání ohledů na lidi v okolí. To je dáno primární důležitostí blízkých vztahů i hodnoty vztahů obecně, sociabilitou a ohleduplností, která by vždy měla být na vyšším místě v hierarchii hodnot jak úspěch, či touha po penězích. Jedinec by si měl uvědomovat nejen své potřeby, ale také potřeby okolí.

**Klára, 26 let:** „Dokud mám věk a netlačí mě biologické hodiny, tak si budu vydělávat a takhle, ale že bych musela něčeho dosahovat za každou cenu, to ne. Jako pokud to dostanu relativně levně, tak si to seberu, ale pokud by to pro mě mělo znamenat nějaké životní ztráty, nebo ztrátu lidí, na kterých mi záleží, tak to neudělám, to je mi potom už fuk.“

**STRATEGIE PLÁNOVÁNÍ** – jeden participant spatřuje první důležitý krok v plánování a přemýšlení o budoucím životě. Tuto subkategorii lze také charakterizovat jako určitý časový bod, v němž by člověk měl své plány a představy znát a za nimi směřovat.

**Tonda, 26 let:** „Podle mě, když je člověku jako mně 26, tak by měl už přemýšlet, že, ale opravdu. Pro někoho je třeba přednější práce, že jo, pro mě zase ta rodina a pohodovej život. Ale měl by to člověk už zkrátka vědět, co chce, a za tím si taky jít. Nikoliv přes mrtvoly, ale za něčím by si stát měl. ”

**STRATEGIE PŘIZPŮSOBENÍ** - tuto subkategorii lze zařadit na pomezí aktivního a pasivního přístupu k budoucnosti. Jedná se o strategii, jež užívají účastníci ve styku s realitou v každodenních situacích. Stejným způsobem tito účastníci přistupují i k otázce budoucnosti. Svoji budoucnost nijak aktivně neřídí a neovlivňují, pouze vyčkávají na to, jaká situace nastane a té se aktivně přizpůsobí.

**Lucie, 29 let:** „Já jsem to spíš vždycky nechávala tak všechno plynout. Já nerada něco plánuju. Říkám si: ‚člověk plánuje a pak to většinou stejně dopadne jinak.‘ Ale je to asi tím, že jsem nikdy nebyla tak ambiciózní a nešla jsem tvrdě za tím, co by mě třeba bavilo. ”

Zároveň je sem možné také zařadit ty účastníky, kteří si svůj cíl stanoví, jsou však schopni slevit se svých nároků a nové situaci, jež přijde, se přizpůsobí. Oproti první skupině účastníků jsou tito jedinci více aktivní v rámci stanovování svých cílů, zatímco flexibilita a pružnost se přizpůsobit situaci zůstává. Tento přístup k budoucímu životu lze zároveň považovat za velmi účinnou copingovou strategii, která přispívá k zachování životní spokojenosti (viz. subkategorie *Akceptace skutečnosti*).

**Monika, 28 let:** „Člověk si může prostě vytyčit do života nějakou tu hranici, které chce dosáhnout a zkusit to stůj co stůj, co to půjde. Člověk to ale stejně přehodnotí podle toho, jaká ta situace nastane. Když se mi třeba nepodaří najít toho partnera, tak bych se mezitím věnovala něčemu jinému, třeba bych si dokončila studium. ”

**PASIVNÍ ČEKÁNÍ** - pouze jeden z dotazovaných mužů vykazoval výrazně pasivní přístup k budoucnosti, ačkoliv byl se svojí stávající situací spíše nespokojen a toužil po rodině a dítěti. Důvodem strategie tohoto muže je *osobnostní nastavení* (flegmatický temperament, optimistický postoj) a *nedostatek motivace*.

**Aleš, 28 let:** „Ty děti a rodina, to jediný mě fakt chybí. Ale já to spíš nechávám plynout. Zatím se žádná sama neobjevila, kupodivu (smích). Ale to se třeba taky změní, ale můžu věřit, tak akorát. ”

Následující část kapitoly bude věnována *životní spokojenosti singles z hlediska jednotlivých oblastí života*, které participanti během rozhovorů popisovali. Kategorie mapují vnímanou spokojenost v oblasti práce a vzdělání, jež byly nejčastěji prezentovány.

### **1B: MÍRA SPOKOJENOSTI V PRACOVNÍ OBLASTI**

Lidé ve věkovém rozpětí, v kterém se nachází i výzkumný vzorek singles, tráví většinu svého času v zaměstnání a svůj volný čas věnují partnerovi a pokud již založili vlastní rodinu, tak právě jí. Singles, kteří žijí bez závazků k partnerovi a k vlastní rodině, ale tato část života chybí a dle předpokladů se i potvrdilo, že bude do určité míry vynahrazována v zaměstnání. Je na místě uvést, že výrazně nespokojené byly pouze dvě participantky, které tuto nespokojenost přikládaly *osobnímu nenaplnění z práce, vlastní nejistotě a narušenému vztahu k nadřízeným a nekvalifikovanosti profese v druhém případě*.

**Lenka, 26 let:** „*Ta práce mi hodně leží v žaludku a to je hlavně daný tím vztahem k vedení. Určitě by se to třeba dalo vylepšit, ale musela bych na to mít asi dost odvahy a ostrý lokty...*”

Celkem sedm participantů mužů a devět žen hodnotí svoji práci převážně pozitivně. Pracovní spokojenost byla hodnocena jako uspokojivá v souvislosti se spolupůsobením více faktorů, jenž mají pozitivní vliv na pracovní spokojenost. Kromě níže popsaných faktorů, na pracovní spokojenost kladně působila také *flexibilní pracovní doba, vzdálenost od místa bydliště, zkušenosti a praxe a zpětná vazba od lidí, s kterými participanti přicházejí do styku*, což potvrdilo výsledky zjištěné pomocí metody SEIQoL.

**Verča T., 26 let:** „*V práci jsem spokojená, že mám flexibilní pracovní dobu, mám tam takové postavení, že si můžu říkat, co chci a co nechci, potom určitě platové ohodnocení v rámci toho, že to nemám jako stálé zaměstnání. Tak si myslím, že je to docela dobrý, a hlavně tam mám tu zpětnou vazbu, že jde opravdu vidět, jestli jsou ti lidi spokojení, že jsem šikovná a tak.*”

**PRÁCE JAKO FAKTOR ŽIVOTNÍ SPOKOJENOSTI** - práce je zároveň i faktorem dlouhodobé spokojenosti. Jelikož v životě některých participantů hraje mimořádnou důležitost, stává se zároveň i faktorem pro spokojenost v dalších oblastech života.

**Veronika, 29 let:** „*Pro mě je důležité, že jsem v něčem úspěšná a od toho se odvíjí celý můj život..i kdybych měla super partnera a byla nešťastná v práci, tak to partnerství by tím*



*trpělo. Tak když já budu šťastná a spokojená v práci, tak budu spokojená ve všem i v partnerství. Dřív mi to i vadilo, že s nikým nechodím a teď mi to, dá se říct, vyhovuje.”*

**SMYSLUPLNOST PRACOVNÍ ČINNOSTI** - práce by podle participantů měla být především *smysluplná* a člověk by měl za svojí snahou vidět výsledky. Dá se říct, že tento faktor nejvíce ovlivňuje i naplnění participantů v této oblasti (10).

**Monika, 29 let:** *„Mně na té práci baví hlavně to, že má nějaký smysl. Chráníme práva a zájmy dítěte. Je to pěkný pocit, že děláš něco, co druhému pomůže. Navíc když se jedná o děti, které se sami chránit nedovedou. Můžu aspoň něco ovlivnit. To mě připadá, že to je to, co tě popohání dopředu, aby ses pořád vzdělávala, učila a komunikovala s těma lidma.”*

**PRACOVNÍ VZTAHY** - pro participanty, jenž působili jako extravertovaní a sociabilní, měly podstatnou důležitost *vztahy na pracovišti a spokojenost s kolektivem*, které ovlivňovaly jejich pracovní i celkovou spokojenost. Vztahy s kolegy ve většině případů působí na spokojenost pozitivně, některé ženy participantky hovoří dokonce o přátelstvích. Vztahy s nadřízenými však nejsou pokaždé jednoznačně pozitivní a ovlivňují spokojenost oběma směry. Vztahy na pracovišti jsou do jisté míry ovlivněny i osobními dispozicemi participantů.

**Monika, 29 let:** *„Je super, když se z kolegyně v práci stane přítelkyně...Třeba nám to tak v práci funguje daleko víc. Daleko víc si rozumíme, všechno děláme s vtipem a nikdy jsme se nepohádali... Zkrátka si myslím, že v té práci je důležité, aby si kolem sebe měla takovej kolektiv, ktorej tě trochu podpoří a budete si vzájemně důvěřovat, protože to pak nemůže fungovat, když ti někdo podráží lstivě nohy...”*

Participant, který je profesí středoškolský pedagog, pozitivně oceňoval i vztahy se studenty.

**Petr, 35 let:** *„V rámci zaměstnání jsem rád, že máme s děckama pěkný a vzájemný vztah, což považuju taky za úspěch. ”*

**ODPOVÍDAJÍCÍ KVALIFIKACE** - dalším faktorem, který se vyskytoval a měl pozitivní vliv na spokojenost s prací, bylo *kvalifikované pracovní místo v oboru*, jež dotyčný participant vystudoval. Velmi pozitivně byla hodnocena praxe.

**Karel, 26 let:** „*To zaměstnání je dobrý, že je tam odbornost a praxe je tam dobrá. Shoduje se to s tím, co jsem vystudoval a navíc je tam i dobrý uplatnění potom, protože si zvyšuju odbornost, vlastně i kvalifikaci, tak to je na tom dobrý.*”

**ZMĚNA JAKO MOTIVACE** - dvě participantky prožívají významnou změnu, jenž souvisí právě s novým zaměstnáním a působí jako aktuální faktor, který má významný vliv na prožívanou spokojenost (viz. subkategorie *Pozitivní životní události*). Participantky tuto změnu popisují jako nové nadšení do života, zdroj nových podnětů a energie do dalšího života, zvědavost a větší angažovanost. Dalo by se říct, že v obou případech pozitivně ovlivňuje další oblasti života. Jedna participantka považuje změnu zaměstnání dokonce za motivaci k učinění dalších změn ve svém životě.

**Veronika, 29 let:** „*Nyní jsem plná očekávání toho, co bude. Mám teď příležitost dělat v úplně jiném oboru a už se na to strašně těším, protože mě to zase otevře nový a jiný obzory, který jsem doteďka neznala. Jsem jako v jiném snu a připadám si naprosto spokojená. Já jsem se prostě rozhodla, že s tou novou prací přehodnotím celej svůj život a všechny své kamarády.*”

**FINANČNÍ OHODNOCENÍ** - největším faktorem nespokojenosti u mužů (6), ale také u žen (3) je ve shodě s výsledky SEIQoL finanční ohodnocení, které neodpovídá pracovní pozici či kvalifikaci participantů.

**Franta, 33 let:** „*V práci by mohlo být víc peněz, práce je fajn, ale plat se mně zdá nevyhovující, když vezmu v potaz svoji kvalifikaci.*”

**KARIÉRNÍ RŮST** - ve vzorku participantů se významně neprokázala potřeba povýšení, či kariérního růstu. Nespokojenost byla přikládána spíše oboru či druhu práce, která participantovi nevyhovoval. V jednom případě naopak participant obhajoval stávající pracovní pozici na základě jejich výhod oproti vyšším pracovním místům.

**Jakub P., 27 let:** „*Takhle je to docela dost dobrý, protože kdybych chtěl nějak povýšit, tak by ze mě udělali nějakého vedoucího, měl bych sice víc peněz navíc, ale zase bych měl mnohem víc zodpovědnosti za činnost více lidí. A takhle jsem jenom já za sebe. Už jsem si za tu dobu zvyknul, na který věci si mám dát pozor, jak mám vypadat a když si to člověk pohlídá, tak mu vlastně nehrozí relativně žádný nebezpečí.*”

## **1B: SPOKOJENOST V OBLASTI VZDĚLÁNÍ**

Participanty je možné rozdělit na dvě skupiny – na ty, co již vzdělání ukončili a na ty, kteří si vzdělání dokončují distanční formou. Pro první skupinu participantů má hodnotu spíše stupeň dokončeného vzdělání a zejména to, jaký to pro ně má význam v pracovní oblasti. Spokojenost se tedy v tomto případě odvíjí spíše od pracovní spokojenosti, konkrétně od odpovídající pozice, či od výše finančního ohodnocení. Jak už jsem zmínila podstatná část participantů stále studuje a v tomto případě má na celkovou životní spokojenost vliv i spokojenost v oblasti vzdělání. Spíše než jednotlivé faktory přispívající ke spokojenosti v této oblasti, participanty uváděli způsoby, jakými je vzdělání naplňuje.

**ÚČELNÉ VZDĚLÁNÍ** - u jednotlivých participantů, u nichž je vzdělání podstatou každodenního života a hlavním faktorem celkové spokojenosti, byl postoj ke vzdělání vyjádřen dvěma především kvalitativně odlišnými způsoby. Někteří z participantů spatřují ve vzdělání *hlubší smysl a poslání*, jehož zásluhou se posunou dále v profesním i v duchovním životě (viz. subkategorie *Přitorita vzdělání*).

U čtyř participantů mužů však byla vyjádřena „hodnota navíc“ ve smyslu *společenské nutnosti „mít titul“*, přičemž ve dvou z těchto případů tato hodnota výrazně dominovala. Pro potřebu vysokoškolského vzdělání byli tito participanty schopni mnohé obětovat (např. partnerský život) a tuto potřebu partnerství i negovali. U dvou participantů zase byl podstatnější fakt, že je studium daného oboru naplňuje, váží si sebezprekonání, díky němuž se jim dostalo úspěchu a doslova „žijí tím, co studují“. I když v obou případech i proto, že se jim jednoduše v jiných oblastech tolik nedaří. Společenská prestiž spojená s titulem plní druhořadou funkci. Ve vysokoškolském titulu tedy všichni tři spatřují podmínku pro *získání vyššího postavení ve společnosti* a následně i dobrého dojmu pro okolí, na němž si všichni tři – více či méně – zakládají. Lze tedy předpokládat, že případné nenaplnění této hodnoty a potřeby by bylo považováno za neúspěch a vedlo by k určité míře nespokojenosti, opět v závislosti na vnímané důležitosti hodnoty vzdělání.

**Martin, 33 let:** „Škola je pro mě mým velkým, ale taky drahým koníčkem. Postupně jsem si udělal maturitu a dotáhl jsem to až na inženýra. Je to moje posedlost někam dojít, něčím být, něco dokázat a nějak vypadat. Měl jsem různé nabídky od slečen, ale díky té mé posedlosti někam dojít, jsem jí řekl - počkej nebo nic.“

**Filip, 26 let:** „Nejvíc jsem spokojenej tím, že jsem udělal titul, že jsem se přemohl a překonal, jelikož to nebylo úplně bez nesnází. Pro okolí to tak dobře vypadá – mít titul před

*jménem. Na druhou stranu nepopírám, že je to možná i proto, že jsem v jiných oblastech, ať už v rodině nebo v partnerství nedokázal tolik, co v tom vzdělání.”*

**VZDĚLÁNÍ JAKO SEBENAPLNĚNÍ** - vzdělání se ukázalo být významným faktorem přispívajícím ke spokojenosti (5 mužů, 5 žen). Celkem deset participantů považuje vzdělání za životní úspěch, z toho dva jsou spokojeni už jen s tím, že splnili podmínky a mohou studovat. Každý z nich hodnotí studium individuálně. Pro někoho znamenala škola sebezpřekonání, pro jiného bylo studium snazší částí života. Pro každého z participantů patřících do této kategorie bylo či je především zábavou a zdrojem sebenaplnění.

**Helča, 26 let:** *„Spokojená jsem s tím, že jsem tu školu dodělala, to asi je u mě úplně největší úspěch. Ale úspěch byl pro mě i ten, že jsem se vůbec na tak těžkou školu dostala...”*

**VZDĚLÁNÍ JAKO ZADOSTIUCINĚNÍ** - dva participanté jsou se vzděláním spokojeni i proto, že se jedná o nástroj, kterým druhým dokázali svoji schopnost něco v životě dokázat, přestože jim okolí nevěřilo. Vzdělání je satisfakce za tuto křivdu. Vzdělání se pro ně stalo hlavním symbolem úspěchu, na kterém si zakládají.

**Monika, 28 let:** *„Třeba mě tenkrát vzalo, když se všichni divili, že jdu na vysokou, když jsem měla čtverky a nikdo mi nevěřil. Teď jsem jim všem ukázala, že nejsem taková, za jakou mě měli. Myslím si, že škola není jen o chytrosti a vědomostech, i když nějaké nadání tam musí být, ale hlavně je důležitá ta vůle a ta trpělivost a ta chuť a tu já mám.”*

**NEUSPOKOJIVÉ VZDĚLÁNÍ** - nespokojenost se vzděláním je vykazovaná ve čtyřech případech (2 ženy, 2 muži). U dvou participantů je dána nevhodnou volbou školy, u jedné participantky dobrovolným ukončením střední školy a u jednoho participanta nedobrovolným ukončením školy. Pro participanty má tento neúspěch individuální význam a má na jejich spokojenost různý dopad.

**Kuba, 25 let:** *„No nepovedlo se mě, že mě vylili z průmyslovky. Ale všechno zlý je asi k něčemu dobrý, protože jsem tady a baví mě to.”*

## 8.2.2 Životní spokojenost v oblasti mezilidských vztahů

Tento výzkumný okruh má za cíl interpretovat systémy kategorií, které popisují aspekty vstupující do souvislostí s životní spokojeností v oblasti mezilidských vztahů (viz. Tab.3). První část kapitoly je koncipovaná obecněji. Zabývá se *sebehodnocením participantů v relaci mezilidských vztahů*. Tedy, jak jsou participanté spokojeni sami se sebou a co jim naopak překáží při komunikaci s okolím. Participanté *hodnotí své nejbližší aktuální vztahy*. Patří sem především vztahy přátelské, rodinné zázemí, pracovní kolektivy, ale také krátkodobé vztahy s opačným pohlavím („nárazovky“). Životní spokojenost, zejména ve vztahové oblasti s dalšími potencionálními vlivy například na navazování partnerských vztahů a následnou spokojenost v nich, mají *zkušenosti s minulými partnerskými vztahy*. Klíčovou částí tohoto výzkumného okruhu i výzkumu samotného, jež je pro participanty specifická, je pocíťovaná *spokojenost participantů se singlovstvím*. Tato oblast je popisovaná na základě tří druhů kategorií a subkategorií. První z nich mapují *spokojenost se singlovstvím* a to prostřednictvím uváděných výhod a nevýhod. Druhý typ kategorií se zabývá *příčinami singlovství*, které jsou důležité zejména tam, kde je prožívá subjektivní nespokojenost s tímto statutem. Na to navazuje třetí systém kategorií této části výzkumného okruhu, jenž se zabývá možnostmi a způsoby kompenzace tam, kde partnerský vztah chybí.

### 2C: SEBEHODNOCENÍ V RELACI MEZILIDSKÝCH VZTAHŮ

Tato kategorie popisuje osobnostní charakteristiky, které participanté v relaci mezilidských vztahů vnímali jako uspokojivé a které nikoliv. Většina participantů byla *spokojena* se těmi vlastnostmi, které bylo možné charakterizovat jako *pro-sociální* (ochota naslouchat, důvěryhodnost aj.). Někteří participanté jmenovali charakteristiky, které však vliv v relaci mezilidských vztahů míjejí a ovlivňují spíše výkon participanta. S určitou nepravidelností se tyto osobnostní charakteristiky objevovaly i ve výpovědích o nespokojenosti se svou osobou. Jelikož však nesouvisí s výzkumným cílem, nebudou jmenovány.

Osobnostní charakteristiky, které v různé míře a různými směry ovlivňují spokojenost s mezilidskými vztahy, nebudou popisovat jednotlivě, ale budou zařazeny do širších subkategorií podle charakteru jejich vlivu na spokojenost.

**OBECNÉ ASPEKTY SEBEHODNOCENÍ VE VZTAZÍCH** - v souvislosti s kladným sebehodnocením se nejčastěji vyskytovaly faktory, které ovlivňují všechny mezilidské vztahy, tedy *partnerské, rodinné, přátelské i pracovní*. Protože tyto vlastnosti byly vyjádřeny pouhým výčtem, budou pouze vypsány. Frekvence jejich výskytu je uvedena v závorce.

Participantů na sobě nejvíce oceňovali *komunikativnost* (9). Celkem sedmkrát byla vyjádřena *empatie, ochota naslouchat, porozumět a pomoci svým blízkým lidem*, přičemž si této své kvality cenily více ženy (5). Ve stejné míře participantů uvedli *spolehlivost* (7), kterou do vztahu přinášejí, ale v některých případech i vyžadují.

*Jarek, 25 let:* „Dokážu určitě nabídnout velkou míru spolehlivosti, ale v rámci toho, co nabídnou oni mně, no a pak je to hodně individuální a týká se to jednotlivých lidí, co komu dokážu nabídnout. ”

Pět participantů mužského i ženského pohlaví kladně hodnotí *přizpůsobivost a toleranci*. Čtyři participantů jsou vysoce hodnotí vlastní *společenskost*, díky níž sjednocují svůj široký okruh přátel a díky nimž jsou spokojeni.

*Helena, 26 let:* „A taky ta moje společenskost, protože já jsem střediskem všech akcí... Mně třeba přijde, že spojuju strašně moc lidí, kteří by se spolu normálně nebavili, všichni jsou mí přátelé, ale oni by spolu prostě nevyšli nebo tak. ”

Dalším důležitým aspektem, kterého si na sobě participantů obou pohlaví cení je *vtip* a *schopnost rozesmát* druhé, když to potřebují (4). Čtyři participantů jsou spokojeni s tím, že *nevyhledávají konflikty*, což do je do jisté míry dáno flegmatickými rysy a schopností zachovat klid.

Předchozí povahové rysy, kterým participantů přisuzovali kladný vliv na spokojenost se sebou a se svými vztahy, se týkaly obou pohlaví v podobné míře. Následující charakteristiky se vyskytovaly vždy jen u jednoho pohlaví a také s malou četností. Nejdříve budou jmenovány vlastnosti s pozitivním vlivem na spokojenost *u mužů*. Dva participantů mužského pohlaví u sebe oceňovali  *přátelskost*. Zbylé osobnostní charakteristiky kladně hodnotil vždy pouze jeden participant: *bezprostřednost, zodpovědnost, zájem o problémy druhých, čestnost a ochota diskutovat*.

Ženy byly nejčastěji spokojeny s *otevřeností* a *upřímností* (5), kterou oceňovaly i u druhých a to především v partnerských vztazích. Ve dvou případech si kladně hodnotili *schopnost zdravé obětavosti*.

**Helena, 26 let:** „Oceňuju u sebe takovou tu obětavost, že člověk své zájmy podřídí jejich zájmům, ale na druhou stranu si nenechám, jak se říká, dupat na hlavu, že neudělám všechno, co si kdo zmyslí. Prostě když poznám, že ten druhý člověk mi nedává to, co já jemu dávám, tak si to nenechám, nejsem takový to telátko, který s sebou nechá cloumat.”

Další faktory spokojenosti byly vyjadřovány pouze jednou: *důvěryhodnost, srdečnost, extravertze, stálost a pozitivní myšlení*.

**ASPEKTY SEBEHODNOCENÍ V PARTNERSTVÍ** - v otázce hodnocení vlastních kvalit se přímo k partnerským vztahům vyjádřily pouze dvě participantky.

**Lucie, 29 let:** „V partnerském vztahu jsem rozhodně citově věrná a to si myslím, že je tak nejdůležitější, co můžu nabídnout.”

**Klára, 26 let:** „Myslím si, že do toho vztahu umím donést i takové to ženské, že nejsem nějak feministicky založená, že bych odmítala vařit nebo tak. Nejsem rozhodně mrcha, ale ani nějaká domácí puťka, co se zavře doma, to ne. Myslím si, že jsem spíš taková klidná, že jsem pohodářka.”

**ASPEKTY NESPOKOJENOSTI OVLIVŇUJÍCÍ PRVNÍ KONTAKT** - do této subkategorie patří osobnostní rysy, které participantům znesnadňují první kontakt s jinými lidmi a potažmo i seznamování s příslušníky druhého pohlaví (viz. kategorie *Příčiny singlovství*). Participanté těmto faktorům přiřkládají individuální důležitost a v různé míře se pokoušejí tyto své osobnostní deficity kompenzovat. Dalo by se říct, že tento typ faktorů nespokojenosti je do jisté míry genderově specifický. U žen je to ve třech případech *dojem nepřístupnosti či namyšlenosti*. Participantky vyvolávají ve svém okolí a samozřejmě i u mužů pocit, že nemají zájem, nebo že nikoho nepotřebují a vystačí si samy.

**Veronika, 29 let:** „Několik lidí mi třeba i řeklo, že já vyzařuju takový dojem, že nikoho nepotřebuju, s nikým se nepotřebuju bavit a až já budu chtít, tak udělám ten první krok. Někdo má takový obličej, že hned máš potřebu toho člověka oslovit, takový milý a

*příjemný, a když mě normálně neznáš, třeba jdu po městě, tak mám asi takový nepřístupný výraz, což mi pár lidí řeklo a já se snažím víc usmívat a být víc přístupná, protože mi tohle docela hodně ublížilo... ”*

Dalším faktorem nespokojenosti charakterizující spíše ženské pohlaví je **ostýchavost a nedostatek odvahy**, která znemožňuje seznamování. Problém pomine, jakmile tento počáteční krok participantka udělá a překoná ostych.

**Lenka, 26 let:** *„Pro mě je těžký najít tu odvalu udělat ten první krok. Pokud se mi ale podaří navázat kontakt a zbavit se posupně toho ostychu, tak pak už nemám problém.“*

Dvě participantky uvedly příčinu toho, co je jednak problémem v seznamování, ale také důvod užšího okruhu přátel. Jedná se o menší **důvěřivost** a **větší opatrnost** při komunikaci s neznámými lidmi. To znamená, že jim tento faktor sice znemožňuje velkou míru sociability, je ale současně i protektivním prvkem před zklamáním. Tato osobnostní charakteristika může být naučená na základě negativních zkušeností (viz. subkategorie *Klíčový vztah*).

**Petra, 29 let:** *„Prostě neotevřu se každému a nejde to ani zlepšit, takhle si myslím, že jsem taková přímá a otevřená, ale jako přátelé do života, si hned každého nepustím, no... Na jednu stranu to ani nechci zlepšit.“*

**Jana S., 25 let:** *„Nedokážu a neumím rychle komunikovat s nikým cizím. Když toho člověka více poznám tak to jde dobře. Ale hned se každému neotevřu.“*

U mužů je to **lenost, pohodlnost a nedostatek motivace** (která se projevuje i ve výkonu participantů) (dále viz subkategorie *Pasivní čekání*) a **slabé komunikační dovednosti s druhým pohlavím**, které se v jednom případě vyskytují i u ženy – participantky.

**Aleš, 28 let:** *„Problém je, že pro to skoro nic nedělám. Určitě bych měl udělat co nejvíc, ale zatím... Motivace není, není žádný nadšení a asi mi chybí i ta ochota do něčeho jít...“*

**Martin, 33 let:** *„Každej máme na něco vlohy a já zrovna na komunikaci s holkama ne. V těch vztazích se mi dlouhodobě nedaří a připisuju to tomuto nedostatku, co mám.“*

**Verča T., 26 let:** *„Mně to nějak nejde v té komunikaci s opačným pohlavím. Já jsem strašně hrdá a potom toho lituju a nemůžu si pomoci. Já to vždycky jakože tak zkažím, protože jsem hrdá. Neumím se mu přizpůsobit, být na jeho vlně a je to takový... To se mi moc nedaří, tady tohle.“*



**KONFLIKTNOST** - nejčastěji uváděnou charakteristikou osobnosti, která negativně ovlivňuje především blízké vztahy je konfliktnost. Celkově ji uvedlo šest mužů a sedm žen a to prostřednictvím příčin, které ke konfliktům vedou. Ve všech případech byly uvedeny vždy nejvíce dva faktory, jenž se na konfliktech podílí a jenž tímto způsobem narušují spokojenost s průběhem mezilidských vztahů. Některé z faktorů by se zase daly považovat za specificky mužské a jiné za specificky ženské.

Dva muži uvádí, že jejich přátelské i rodinné vztahy nejvíce narušují svým **vyčítáním**.

**Karel, 26 let:** „Já jsem třeba svojí bývalý holce hodně věcí vyčítal, i když jsem na to kolikrát neměl právo a v podstatě ani nijaký zásadní důvod.“

Dalším faktorem nespokojenosti s vlastním chováním v mezilidských vztazích je **poučování**, které popisují také dva participanti – muži.

**Filip, 26 let:** „Občas to přeháním prostě a často lidi poučuju a mám takovou tendenci se i případně pohádat. Já se často nedokážu udržet v tom, že začnu druhým něco vykládat a začnu z toho druhého dělat hloupého prostě, kolikrát do lidí tak rejpu, a to má samozřejmě málokdo rád.“

U dvou uvedených participantů se vyskytuje shoda v tom, že jsou u druhých lidí nespokojeni s tím, co oni sami dělají ostatním. To má je pozitivní v tom, že si tuto svoji vlastnost uvědomují, pokouší se o reparaci a tuto snahu oceňují i u druhých.

**Filip, 26 let:** „A co se týče ostatních, tak prostě nemám rád, když někdo dělá mně to, co já dělám ostatním. To znamená, když do mě někdo rejpe a snaží se se mnou hádat, dělat že je chytřejší. A tak já se snažím hlídat a když se i ten druhý snaží hlídat, tak to mezi náma sice občas zajiskří, ale vážím si toho, že ten druhý je dobrý člověk a že se aspoň o něco snaží. I když to třeba nejde, tak si vážím toho, že ten druhý má snahu aspoň a vyvíjí nějakou vstřícnou aktivitu vůči mně.“

Tři participanti (2 muži, 1 žena) uvádí jako další faktor vedoucí ke konfliktům v blízkých i formálnějších vztazích **náladovost**.

**Jakub P., 27 let:** „Někdy jsem na lidi protivnej, ale to pak zase s nima musím mít nějaký problém. Protože to se pak všechno nakumuluje a pak jim to vpálíš, takže to vypadá tak...“

Dva muži si uvědomují, že nespokojenost ve vztazích vzniklá jejich přičiněním je dána jejich „svěráznou povahou“, která je charakteristická dalšími povahovými rysy, jako je již

zmíněné poučování, názorovou vyhraněností, namyšleností, či ješitností, které často vedou ke konfliktům.

**Filip, 26 let:** „To je to, že jsem takovej dost svůj a mám takový vyhraněný názory na určitý věci, který se dost často neshodují s názory ostatních, a kvůli nimž se taky často hádám. Namyšlenost u mě taky zafunguje. No a lidí, co mě přece jen tak dobře neznají, tak občas dost dobře nechápou, že to nemyslím nijak zle, že mu chci jen říct, co si o tom myslím já a tak občas může dojít ke konfliktu.”

Jeden participant zmiňuje **sobeckost** a **egoismus**, který poznamenal především jeho předchozí partnerské vztahy.

**Petr, 35 let:** „S těch záporných je to někdy sobeckost, třeba i v těch partnerských vztazích. Hodně jsem si prosazoval svou a myslel na sebe, možná i proto vznikali nějaké konflikty. Ale nejsem třeba nějaký výbušný...”

Jeden muž a jedna žena zmiňují **vznětlivost** a **impulzivitu**, která se projevuje v relaci nejbližších, především rodinných vztahů. Podobně jako náladovost vzniká především v důsledku kumulace problému z „vnějšího světa”, tedy z práce.

**Jakub P., 26 let:** „Jsem takovej impulzivní, že se dokážu vytočit a pak jsem sprostěj, ale zase to hodně rychle opadne, že...když jinej člověk něco udělá, co se mi nelíbí, ať se to týká čehokoliv, a potom ke mně ten člověk musí mít taky nějaký vztah, jinak bych nad tím mávl rukou, tak mě to dokáže vytočit a seřvu ho...”

Typicky ženská příčina nedorozumění a konfliktů je **urážlivost**. S přihlédnutím k dalším charakteristikám dvou participantek, které ji uvedly, je velmi pravděpodobné, že vychází částečně z **nejistoty a negativního sebepojetí, respektive sebeobrazu, a perfekcionismu**.

**Jana S., 25 let:** „Jsem taky jako občas urážlivá, hlavně k připomínkám rodičů. To mě zaručeně vytočí.”

Ve dvou případech participantky uváděly **netrpělivost** a **nedočkavost**. Jedna participantka, ačkoliv se považuje za klidnou až flegmatickou v tomto ohled, zmiňuje určitou hranici trpělivosti, za níž vznikají konflikty.

**Nad'a, 29 let:** „Když jsem ještě byla s manželem, tak jsem byla hodně náladová, to vím...”  
A chtěla jsem všechno hned a když to nebylo, tak jsem byla našťvaná. Ale ta našťvanost

trvala třeba 5, 10 minut, já jsem prostě člověk, kterej se neumí moc dlouho zlobit na toho druhého...”

Třetím faktorem, který ve třech případech zmiňovaly pouze ženy, je **tvrdohlavost**.

**Klára, 26 let:** „Nejvíc mě asi vadí, že jsem tvrdohlavá. Někdy se prostě zaseknu a říkám si, že na „just“ ne... a to si myslím, že lidem hodně piju krev.”

Dalším faktorem je **nadměrná otevřenost** a **upřímnost**. Tito participanti (3) odsuzují pokrytectví a přetvářku a proti ní tímto způsobem bojují, což má za následek konflikt. U této kategorie je zajímavé, že ačkoliv tato osobnostní charakteristika narušuje mezilidské vztahy a spokojenost s nim, participanti jsou s ní poměrně spokojeni. To lze přičíst jejich přesvědčení, že se jedná o čin ve prospěch vyšších hodnot, které vyznávají. Hodnota vztahů, které jsou vlivem působení této charakteristiky narušeny, klesá.

**Helena, 26 let:** „Říkám jim, co cítím. A to se jim většinou nelíbí. Ale je pravda, že občas se mi stane, že si nedávám pozor na pusu a někomu něco řeknu, prostě se nedokážu přetvařovat. Když si třeba o někom myslím, že je to blbec, tak to o něm někde i řeknu, pak to na mě někdo nabronzuje, pak s tím člověkem mám konflikt. Já mu to řeknu i do očí klidně, tím pádem mám další konflikt a tak... nebudu se prostě přetvařovat a hrát si s někým na něco, když to tak necítím. Nepujdu za někým, koho nemám ráda, aby mi pomohl, mě to přijde prostě bezpáteří a bezcharakterní. A tyto lidi taky odsuzuju.”

Osobnostní charakteristika, se kterou je jeden participant poměrně nespokojený a která měla vliv na předchozí vztahy, je **negativní myšlení**.

**Karel, 26 let:** „Mým problémem je negativní myšlení, ale nemyslím si, že jsem jako pesimista, spíš realista. Ale právě bývalá přítelkyně jako, že su pesoš, že se mě pořád nic nelíbí a že si stěžuju prostě ...”

**NÁROČNOST** - přátelství jedné participantce nahrazuje především původní rodinu, ale do jisté míry, i když ne zcela, také partnerství. Důsledkem této dvojí kompenzace, kterou participantce přátelé poskytují, jsou i vedlejší negativní dopady, které působí naopak v neprospěch spokojenosti.

Sama participantka občas pociťuje, že své blízké příliš svazuje a vyžaduje od nich až nadměrné časové požadavky, což má negativní dopad na tyto vztahy. Velká potřeba

oddanosti vynucovaná participantkou, která je mnohokrát nenaplněna, způsobuje pocit křivdy a kritiku směřovanou k přátelům.

**Helena, 26 let:** „*Od svých přátel vyžaduju to, co jim dávám sama, což je někdy těžký zřejmě splnit, nebo přijde jim. Je to tím, že se cítím osamělá, tak mají někdy pocit, že je dokážu svazovat. Třeba jednomu kamarádovi dělám to, že on jede domů na víkend a já ne, protože nemám kam, tak ho přemlouvám, aby tam se mnou zůstal a že tam nechci být sama a hraju mu na city jako za svým ziskem. Cítím to jako nějakou křivdu a tak ji to i řeknu a vyčítám jim to a chci, aby se mně omluvili a tak. Dávám najevo své zklamání a to se jim přirozeně nelíbí.*”

Určitou míru náročnosti od blízkých lidí vyžaduje i jeden participant. Stejně jako u participantky je příčina v jeho chování.

**Jarek, 25 let:** „*Někdy od lidí moc vyžaduju a jsem na některý lidi tvrděj, ale to je dáno i tím, že já dokážu být k sobě hodně tvrděj.*”

**NADMĚRNÁ OBĚTAVOST** - ve čtyřech případech je ochota pomoci negativně hodnocená až jako nadměrná obětavost. Jeden participant negativně hodnotí to, že slibuje druhým lidem pomoc i přes časový nedostatek, což má na něj zpětně negativní vliv v tom, že se přizpůsobuje ostatním na úkor svých potřeb a povinností. Tato obětavost nemusí být opětovaná.

**Tonda, 26 let:** „*Nejsem špatnej člověk, akorát někdy je špatný, že někomu něco slíbím, i když na to nemám moc času a pak to delší dobu trvá, ale neměl by být člověk takovej, že prostě pro dobrotu na žebrotu. Že by se opravdu měl někdy na někoho vykašlat, protože si nevází toho, co pro něho druhěj dělá a neopětuje to. Já jsem se v tom zklamal. Vím, že jsem slibotechna a trvá mi vše hodně času, protože mám hromadu jinejch starostí a jinejch povinností a pak je musím odsunout, protože jsem něco slíbil.*”

**NESTABILITA** - tato subkategorie je výjimečná tím, že participant, který o ní hovoří, ji nepovažuje za subjektivně nepříjemnou, ale domnívá se, že jeho nestabilita v minulosti ovlivnila nespokojenost (svoji i partnerky) v partnerských vztazích. Jedná se tedy o jakýsi prekurzor nespokojenosti v partnerském životě.

**Jakub P., 27 let:** „A co je možná negativní, že nedokážu být dlouho na jednom místě. I když mám možnost někam jet na krátkou dobu, tak tam jedu a jsem úplně minimálně doma. Což není moc dobré pro tu babičku, protože na té dědině jsou určitý rituály jako třeba dávat psovi. Ale je to taky důvod, proč dlouho nedokážu být v těch vztazích šťastnej já a potom i ta partnerka.”

**PERFEKCIONISMUS** - jedna participantka je poměrně nespokojená se svým perfekcionismem, který ji brání v týmové práci. To se negativně odráží jednak v mezilidských vztazích, ale také v pracovní spokojenosti.

**Veronika, 29 let:** „Potřebuju být dokonalá a mít vše pod kontrolou...co si neudělám sama, mi přijde vždycky odfliknutý. Na základě těchto tří vlastností mám tendenci tvářit se hodně důležitě a být k lidem až odtažitá. No a taky nikoho nenechám, aby mi pomohl a nikdo mi taky už ani pomáhat nechce, když mě zná. Takže se třeba v té práci musím spoléhat jen sama na sebe, za což si samozřejmě můžu sama. ”

## **2C: SPOKOJENOST S AKTUÁLNÍMI VZTAHY**

Tuto kategorii je možné rozdělit na jednotlivé oblasti hodnocení základních typů nejbližších vztahů, tedy vztahů *přátelských*, *rodinných vztahů* a *pracovních vztahů*. Jedná se o souhrn všech typů mezilidských interakcí participanta s okolím.

Četným typem vztahů jsou vztahy *přátelské*. Výpovědi participantů se do velké míry shodují s výsledky metody SEIQoL. Přátelství bylo uváděno zejména pro svoje hodnoty a výhody, jakými jsou *opora*, *porozumění* a *ochota pomoci*. Největší hodnota přátelství je spatřována v jeho výhodě *stability* a *jistoty*, kterou partnerské vztahy pro participanty postrádají. Zároveň do něj člověk nekládá tolik energie a citu, a proto je zde také menší pravděpodobnost zklamání. Participantů zároveň oceňují přátele jako partnery pro *volnočasové aktivity*. Jsou *příčinou* a *zároveň i důsledkem zájmů*, kdy se participantů s novými lidmi v rámci těchto volnočasových aktivit seznamují a zároveň s nimi svůj čas skrze tyto záliby i tráví. V některých případech zejména tam, kde je partnerství postrádáno, je přátelství částečnou kompenzací partnerského vztahu. V rámci výzkumného souboru lze tedy konstatovat, že je pro singles aspektem, který se podílí na zvyšování životní

spokojenosti v případech, kde partnerství chybí, i když samozřejmě kompenzace chybějícího partnerství nikdy není úplná.

**Petr, 35 let:** „Přes své široké zájmy zase potkávám lidi. Člověk pak má pocit, že opravdu žije ve společnosti a užívá si to. Nacházím vztahy s novými lidmi a udržuju je s těmi staršími přáteli skrze ty koníčky. A skrz tyto přátele se zase udržuju v obraze v tom, co je nového v oblasti těch koníčků.“

**Jana T., 25 let:** „Vztah může být jakýkoliv, ale když ti pomine, tak proti tomu to přátelství..., když je opravdový tak vydrží naprosto všechno. Ty lidi tady jsou pro mě, já jsem tu pro ně a ať se stalo cokoli tak oni mě nikdy nezklamali. Takže ti přátelé, pokud jsou opravdoví, tak jsou tu po celý život. Což je ta hodnota...“

Hodnota přátelství se liší jednak interindividuálně, ale také intraindividuálně, kdy pro participant posuzuje jednotlivá přátelství odděleně a v závislosti na *kvalitách konkrétního přítele*. Přátelské vztahy jsou participanty posuzovány také *kvantitativně*, tedy podle jejich počtu. Obecný pohled participantů na přátelství je možné považovat za pozitivní, a tudíž i zvyšující celkovou životní spokojenost singles. Subkategorie popisují také přínosy i nevýhody současných přátelství, tedy aspekty, jenž v různé míře ovlivňují spokojenost participantů.

**UŽŠÍ TRVALÁ PŘÁTELSTVÍ** - participant by se dali z hlediska počtu a trvání přátelských vztahů rozdělit do dvou skupin. S těmito typy přátelství jsou spokojeni. První z nich (11) upřednostňuje menší počet přátel s důrazem na dlouhodobé trvání těchto přátelství, které zaručuje vzájemnou znalost pocitů a reakcí druhého člověka, tudíž i větší míru porozumění a větší možnosti poskytnutí psychické podpory v případě těžkostí. Někteří participant tyto vztahy volí z důvodu opatrnosti, neboť aspekt dlouhodobého trvání tohoto přátelství zaručuje určitou jistotu, že bude trvat i nadále a že jedinec může druhému člověku důvěřovat bez rizika zklamání. Jiným důvodem je osobnostní nastavení jedince, které ho předurčuje menší sociabilitou a například introverzí k volbě tohoto druhu vztahů.

**Filip, 26 let:** „Co se týká úplně těch nejbližších přátel, tak razím teorii míň ale lepší. Kdykoliv jsem potřeboval pomoci, tak mi pomohli a naopak. Ale nejde jenom o výpomoc, ale i o to, aby sis s tím člověkem nějak porozuměl. Potřebuješ se, že jo, někomu vymluvit,

*aby někdo taky hrál na tvojí vlně, že se někomu líbí stejná hudba, nebo když někdo má rád třeba šachy, nebo někdo uznává stejnej humor jako ty, tak je to osvobozující od okolí, který to třeba nechápe a tak. Já jsem dost svéraznej, tak mě třeba nechápe dosti často, a proto si svých přátel taky hodně cením.”*

**ŠIRŠÍ OKRUH PŘÁTEL** - druhá skupina (8) se logicky vymezuje větším množstvím kvalitních přátelství, která jsou navazována různě v průběhu života od ranných let až takřka do současnosti. Společným rysem těchto participantů je důvěřivost a otevřenost novým kontaktům, které jsou zdrojem spokojenosti. U některých participantů, především žen, je přítomný strach z jejich konce, například v důsledku životních změn (odchod ze školy, či zaměstnání).

*Helena, 26 let: „ Mám kolem sebe strašně moc lidí, protože jsem společenský člověk, mám hodně dobrých kamarádů, což se ani tak moc nevidí, protože člověk má většinou jednoho, dva...já mám asi tak deset. ”*

**INDIVIDUÁLNÍ HODNOTA PŘÁTEL** - dva participanté se přiklání k názoru, že je třeba přátelské vztahy hodnotit individuálně, tedy od člověka k člověku, a nikoliv obecně. Každé přátelství má pro člověka velmi jedinečný a specifický význam a nelze je posuzovat kvantitativně, na základě počtu, či důležitosti.

*Luboš, 27 let: „Co se týče přátelských, tak není přítel jako přítel. Zase s některými přáteli se dá vyjít dobře, s jinými ne...Ale i tak, pro mě je důležitější, co pro mě ten konkrétní člověk znamená, což se odvíjí od toho, co jsme spolu prožili. A to všechno se nedá dost dobře popsat. Je to niterné.”*

**NEDOSTATEK KONTAKTŮ** - mnohá dlouhodobá přátelství, která byla v minulosti hodnocena jako uspokojivá, nyní poznamenala nižší frekvence kontaktů v důsledku změny bydliště, zaměstnání či ukončení školy. To má u participantů individuálně odlišný dopad na vnímání těchto vztahů. V jednom případě je oslabena míra psychické opory, důvěry, ale i porozumění, neboť se na tyto jedince působí jiné vnější vlivy. Jako částečná korekce působí navazování nových přátelských vztahů v rámci pracovního prostředí apod. U jiné

participantky je i přes nedostatečný kontakt spokojenost s přátelstvím zachována, což je ovlivněno oboustrannou aktivitou, která toto přátelství udržuje.

**Jana S., 25 let:** „Asi bych se chtěla více potkávat s přítelem, protože se všichni rozprchli někam pryč a už nejsou doma. Vídám se s nima tak jednou za měsíc, což je, teda aspoň pro mě, málo. Je to teď jedna velká katastrofa. Už se moc nevidáme a tím pádem to i ochabuje. Teď občas někam zajdeme s kolegyní, na kávu a do cukrárny.”

**PŘÁTELE – MOJE NOVÁ RODINA** - v některých případech mají přátelství takřka kompenzační funkci v důsledku absence partnerství (viz. dále). Jedné participantce poskytují přátelé, které získala při studiu na vysoké škole „novou rodinu”, s níž bydlí v sousedství, sdílí s nimi své těžkosti a radosti a tráví s nimi volný čas. Je to dáno zejména tím, že se v důsledku špatných vztahů s původní rodinou přerušila kontakty a osamostatnila se. O negativním aspektu takového přátelství jsem psala v subkategorii *Nadměrná náročnost*.

**Helena, 26 let:** „Přátelství pro mě mnoho znamenají. Jsme spolu neustále v kontaktu, mám v nich novou rodinu, protože moje původní rodina je nefunkční, takže když jednoho z těch kamarádů ztratím, tak to nesu hodně špatně.”

**NEDOSTATEČNÁ KOMPENZACE** – (5 žen) i když je částečná kompenzace nezpochybnitelná. Přátelství nenahrazuje neexistující partnerský vztah zcela a je v mnohých ohledech nedostačující.

**Jana T., 25 let:** „Sice kamarádi jsou zdrojem podpory, ale není to takový, jak když máš toho partnera, to seš najednou pro něj ten druhý svět, mělo by to fungovat, že ať se stane cokoli tak on tady pro tebe je a pomůže Ti, můžeš se mu vyzpovídat, vyplakat, on tě potěší rozesměje.”

**Helena, 26 let:** „Jak už jsem řekla mám hodně kamarádů, ale stejně to prostě není ono. Prostě ti kamarádi nenahradí člověku všechno. Tu moji nefunkční rodinu mi nahradili, ale co mi vadí a velmi chybí, je ten partner. Jsem osamělá a nikoho k sobě nemám.”

**NEUSPOKOJIVÁ PŘÁTELSTVÍ** - dvě participantky uvádí, že jsou v současné době s přátelstvími spíše nespokojené, a není to z důvodů menší frekvence kontaktů, ten je spíše



důsledkem této situace. Kdy z důvodu nespokojenosti s kvalitou těchto vztahů, nepocítují potřebu častého kontaktu. Zdroj problémů spatřují v menším porozumění a jiném pohledu na svět, který dříve nebyl v takové míře odlišný. Vina je také přikládána stereotypu. Obě ženy kritizují *povrchnost, narážky a stěžování*.

**Lenka, 26 let:** „*Co se týče přátelství, tak se to právě v poslední době pokazilo. A narušilo se to právě v poslední době tou prací, tím šíleným stereotypem, scházet se někde každý pátek a v sobotu a bavit se o ničem, to mě už nebaví a když vidíš jak ti nerozumí...*”

Druhou nejčastější oblastí této kategorie mezilidských vztahů je **rodina**. Kvalita vztahů v primární rodině má velký vliv na spokojenost participantů především tam, kde jedinec stále žije v jednom místě s rodiči. Pokud jsou vztahy hodnoceny kladně, participanté jsou s rodiči a soužitím s nimi spokojeni, může to mít za důsledek i to, že necítí tlak k osamostatnění (viz. kategorie *Pocit zakořenění*). U některých participantů je spokojenost s rodinou dána četností kontaktů, které je možné dát opět do souvislosti s přechodným bydlením. Velmi důležití jsou obzvláště pro ženy sourozenci stejného pohlaví, s nimiž mají tyto participantky pozitivní vztahy na přátelské úrovni. V těchto případech jsou stejně jako kvalitní přátelství považována za kompenzaci případné nespokojenosti s neexistencí partnerství (viz. subkategorie *Rodinná kompenzace*).

**DOBŘE ZÁZEMÍ** - sedm z dvanácti participantů, kteří v hodnocení spokojenosti v rámci mezilidských vztahů uvedli i vztahy rodinné, přímo hodnotí tyto vztahy jako velmi dobré. Všichni participanté spadající do této kategorie stále bydlí spolu s rodiči alespoň částečně (tedy přes víkendy). Tato kategorie významně souvisí se subkategorií *Pocit zakořenění*. Kromě těchto participantů nepřímo pozitivně hodnotí rodinné vztahy i dva, kteří již s rodiči nebydlí a dělí je od nich vzdálenost. Participanté oceňují zejména dobré duchovní zázemí, vzájemnou úctu a důvěru. V těchto rodinách se vyskytují „běžné problémy” jako jsou zdravotní problémy, nedostatek času, nadbytek povinností, či hádky na základě maličkostí, debaty nad problémy a také problémy způsobené náladovostí členů rodiny, které ovšem nejsou časté a převládají příjemné rodinné chvíle.

**Monika, 28 let:** „*Rodina je to pro mě stoprocentní zázemí. Můžeš si tím být vždycky jistá, protože si myslím, že z domu tě nevyhodí nikdo jenom tak, aniž bys neprovedla něco hodně*

*závažného. Musí fungovat ta důvěra a úcta vzájemná určitě, ať už od mámy ke mně nebo naopak, ale samozřejmě se stane občas, že to občas nefunguje.”*

**POCIT ZAKOŘENĚNÍ** - ve dvou případech žen – participantek je životní spokojenost určena především původní rodinou a velmi dobrým rodinným zázemím, které mimo jiné souvisí s velmi malou potřebou osamostatnit se.

**Lucka, 29 let:** *„Máme spolu hrozně dobrý vztah, až se mi všichni diví. Mí kamarádi i kamarádky se snažili co nejdříve odejít z domu, protože si většinou nerozuměli s jedním z rodičů. To já mám dobré zázemí, nikdy jsem neměla potřebu utíkat, proto doma jsem a zůstávám.”*

**„SBLIŽUJE NÁS VZDÁLENOST”** - u dvou participantů je vykazovaná vysoká míra spokojenosti v oblasti rodinných vztahů a to i přesto, že je od původní rodiny dělí určitá vzdálenost, která naopak měla pozitivní vliv na stmelení rodiny, a tudíž i na prožívanou životní spokojenost v rámci této oblasti.

**Verča T., 26 let:** *„S těma rodinnýma vztahama jsem moc spokojená. Je to takový méně konfliktní, když tam nejsem tolik, jak když jsem tam častěji, protože na sebe nejsme tak zvyklý, tak se to ale taky projeví. Ale to je normální. Jsme si teď vzácnější.”*

**DVOUGENERAČNÍ ROZPORY** - jedním z faktorů, který přispívá k větší nespokojenosti prožívané v relaci rodinných vztahů, které mohou být hodnoceny i velmi pozitivně, jsou mezigenerační rozdíly v názorech, postojích i hodnotách. Jeden participant se s nimi například aktuálně potýká v souvislosti s nedávnou ztrátou zaměstnání.

**Martin, 33 let:** *„ S rodiči je to těžší teďka, když jsem přišel práci. Protože žijí ve starém světě a když dělali třicet let v jednom podniku, tak nechápou, že já jsem za rok vyměnil zaměstnání, bohužel... ”*

**KOMPLIKOVANÉ VZTAHY** - v rámci mého výzkumu se také vyskytly případy (3), kdy situace v rodině není ideální, čehož příčinou i důsledkem jsou právě vztahy. Participanté tyto situace řeší různě. Buď například úplným osamostatněním od rodiny, nebo

částečnou separací tím, že mají práci daleko od místa původního bydliště, nebo setrvávají s rodiči, například z důvodu finančního nedostatku, a čelí konfliktům.

**Luboš, 27 let:** *Moje rodinné vztahy nejsou zrovna ideální, ale pořád beru rodiče jako moje rodiče a taky je tak respektuju. Nejsm úplně spokojený s tím, že stále žiju s otcem. V současné finanční situaci je ale hloupost se osamostatnit. Až skončím studium, půjdou moje peníze sem. Teď to beru, jak to je. To je život.”*

**SESTRA JAKO PŘÍTELKYNĚ** - dvě participantky si velmi cení výborných vztahů se sestrami. Tyto vztahy postupně s rostoucím věkem dosáhly kvalit přátelských vztahů a jsou v nich tyto potřeby i naplněny. Sestra je v těchto případech zdrojem zábavy, vyplněním volného času, ale také důvěrníkem a psychickou oporou. Sourozenské relace, stejně jako je tomu i u kvalitních přátelství, plní u participantek kompenzační funkci v souvislosti s chybějícím partnerským vztahem (viz.subkategorie *Rodinná kompenzace*). Jejich přítomnost je u obou participantek vyžadovaná pravidelně, což připomíná prvek oddanosti v partnerských vztazích.

**Monika, 28 let:** *„Ségru považuju za svoji druhou půlku. Tím, že už jsem starší, tak si spolu teď rozumíme daleko víc, bereme to sourozenectví takovou přátelskou formou, chodíme spolu nakupovat, na kafe a tak, popovídat, na telku koukat...to je pro mě hodně důležitý. Já prostě vím, že je ségra vedle a já na ni ťuknu a v tu ránu je tady, že to je takový dobrý. A když je u svýho přítele, tak už mi tu chybí a říkam si, kde je, protože se kolikrát bez ní i nudím.”*

Kromě minulých partnerských vztahů, kterým bude věnována celá další kategorie, se část participantů zmiňuje o **současných krátkodobých vztazích**, které však nespĺňují všechna kritéria partnerského vztahu. V těchto případech jsou užívány termíny jako *flirt*, *úlety* či *umělecké lásky*. Tyto vztahy vznikají buď ze sexuální potřeby, nebo jako pokusy o navázání plnohodnotného vztahu, který se nezdaří, což je typické zejména pro ty participanty, jenž mají ve své minulosti nějaký klíčový vztah. Participantí těmto „polo-vztahům” nepřikládají velkou důležitost a dá se říct, že jejich vliv na celkovou životní spokojenost je mizivý. V subkategoriích se zmíním o faktorech nespokojenosti při navazování partnerských vztahů v současnosti.

„**NENÍ TO ONO**” - současné partnerské vztahy jsou participanty hodnoceny jako nedostačivé, nikoliv však aktuálně, ale v relaci budoucího života. To je dáno zejména tím, že jim chybí některý z podstatných charakteristik dlouhodobých partnerských vztahů. Tím nejpodstatnějším, co těmto vztahům chybí, je *láska, důvěra a oddanost*.

**Lenka, 26 let:** „*Bohužel se ale zatím nenašel ten pravý, to je ale taky otázka to hledání...Já neříkám, že jsem sama momentálně, jako jsou chlapi, s kterými se momentálně vídám, ale pořád to není ono. Je to aspoň určitý zadostiučinění.*”

**SNAHA BEZ VÝSLEDKŮ** – jedna participantka popisuje, že se jí dlouhodobě nedaří navázat plnohodnotný partnerský vztah. Negativně hodnotí svůj *výběr partnerů*.

**Helena, 26 let:** „*Já jsem takovej věčnej smolař, většinou už jednu ženskou má, ale v tu chvíli na to zapomněl, takže já jsem to jednou táhla s klukem, který mi po měsíci řekl, že už má tři roky přítelkyni, tak jsem zůstala stát, jestli si ze mě dělá legraci ...*”

Této participantce se daří v oblasti přátelských vztahů, nikoliv však v partnerství. Participantka sama prezentuje svoji velkou snahu po navázání vztahu, které může být v konečném důsledku kontraproduktivní.

**Helena, 26 let:** „*Mně se většinou stane, že mě má každém rád jako kamarádku, ale nikdo mě nemiluje. Jako kámoška dobrý a super, to jim obětuju všechno možný, jdu s nima sportovat a tak... ale většinou to nějak skončí...*”

Nejméně často participanti hodnotí *vztahy pracovní*. Zde jsou velmi oceňovány dobré vztahy na pracovišti, které mnohdy ideálně přerůstají v přátelství a mimo oblast práce. Naopak participanti podrobují kritice nečestné a neupřímné jednání, které výrazně snižuje jejich spokojenost v zaměstnání. Participanti hodnotí, i když velmi řídké, pracovní vztahy z předchozích zaměstnání. Subkategorii, která obsahuje tematiku pracovních vztahů a jejich vlivu na pracovní i celkovou životní spokojenost, jsem již popsala v kategorii *Míra spokojenosti v pracovní oblasti*.

## **2C: ZKUŠENOSTI A SPOKOJENOST S PARTNERSTVÍM**

Ukázalo se, že nejčastěji uváděnými vztahy, o nichž participanti v rámci druhého výzkumného cíle povídali, byly vztahy *partnerské*. Všichni participanti, i ti, co dlouhodobý vztah neprožili, se o partnerských vztazích zmínili. Tato frekvence odpovědí vypovídá o důležitosti, které pro singles partnerství bezesporu má. Sedm mužů a šest žen celkově hodnotí předešlé dlouhodobé vztahy jako *negativní*. U některých jedinců docházelo k tomu, že ačkoliv byl průběh vztahu poměrně uspokojivý, trauma rozchodu způsobilo, že se na tento vztah dívají spíše záporně. Převážně kladně hodnotili předchozí vztahy dva muži a pět žen. Dva muži uvádí, že dlouhodobý vztah, který by splňoval všechna jejich kritéria, ještě neprožili. Někdy jsou předchozí vztahy hodnoceny velmi stručně. To je možné vysvětlit buď malou zkušeností s partnerským životem a to zejména v těch případech, kde tuto skutečnost participant potvrzuje, nebo také špatnými zkušenostmi s předchozími partnery. Už kategorii, která se týká důvodů, jenž lidem brání v navazování dalších vztahů, jsem se zabývala jakýmsi konceptem *klíčového vztahu*, který bude v této kategorii také zcela zřejmý. Týká se totiž jednak velmi pozitivně hodnoceného průběhu předchozího partnerského vztahu, následně náhlého často bezdůvodného rozchodu, který má za následek zklamání a poučení se ze vztahu do dalšího života. Všechny tyto subkategorie lze v následném utřídění najít.

Kategorií, v nichž participanti hodnotí *průběh předchozích partnerských vztahů* není mnoho. Navíc kromě jedné subkategorie, se jedná spíše o *negativní vzpomínky a zkušenosti*. Mezi následujícími kategoriemi se objeví i ty, které souvisí i se zkušenostmi s navazování partnerských vztahů.

**POZITIVNÍ PRŮBĚH** - jedná se o jedinou subkategorii, která průběh předešlých partnerských vztahů hodnotí pouze pozitivně. Takto hodnocen je až na jednu výjimku vždy jen jeden vztah, který hraje klíčovou roli ve spokojenosti participanta (viz.dále). Tato kategorie se týká čtyř žen a jednoho muže.

*Nad'a, 29 let:* „Hrozně ráda vzpomínám na ten vztah, protože fakt jsme byli úplně naladěni na stejnou vlnu, ve všem asi. I když tam byly nějaký protiklady, co třeba on nemusel a takový... ale doplňovali jsme se a podporovali jsme se v tom. A říkám, důvěra byla na obou stranách, bylo to super.“

**VZTAHY JAKO SINUSOIDA** - v úvodu kapitoly jsem sice uvedla, k jakému hodnocení se účastníci přiklíněli při zpětném posuzování partnerských vztahů, v sedmi případech (4 muži, 3 ženy) však byly přirovnávány k sinusoidě, kdy jednou převládaly spíše klady, jindy záporny. V konečném důsledku jsou spokojeni bez partnera.

*Jana T., 25 let:* „Ty vztahy byly poměrně dlouhé, měly svoje světlé chvíle a taky ty stinné a většinou neskončily příliš dobře. Vzpomínám na půl na to pěkné a na půl na tu hrůzu. Bylo to v podstatě to nejkrásnější, co jsem kdy zažila, a taky bohužel i to nejhorší.”

**„KDYSI COSI BYLO, ALE NEBYLO TO ONO”** - tři muži uvádí, že ačkoliv jejich dlouhodobé vztahy měly mnohé přínosy a klady, chybělo jim něco pro ně podstatného, na co ještě čekají a co je pro životní partnerství důležité. Toto „něco” má u každého jedince individuální povahu. U jednoho účastníka je to oboustranný zájem a vložená energie, jindy se jedná o společné zájmy, psychickou oporu a pocit, že to je „na vždycky”, v některých případech je to natolik těžko uchopitelné, že to účastník nepopisuje.

*Tonda, 26 let:* „Kdysi cosi bylo a prostě nebylo to ono. Říkám, to musí být v obou dvou, jak se říká, Někdo do toho vztahu asi vždycky dává víc a někdo toho využívá. Když se na to tak člověk kouká s odstupem a srovnává to s jinými lidmi... většinou, co vidím je, že jeden tomu dává hodně a druhý toho využívá.”

*Petr, 35 let:* „Co se týče partnerských vztahů, většinou skončily tak, že jsem měl pocit, že to není napořád, že mě to nenaplňuje a že si dotyčnou určitě nevezmu za ženu, že je to jenom prozatím. Nejdřív do toho jdete. Ano, partnerka je příjemná, hezká... a měla by to být i manželka, člověk s tím do toho tak jde a uvažuje o tom. Po čase ale zjistí, že ta fyzická krása a ten dojem z ní není všechno, že člověk potřebuje tu oporu a když to nemá, tak ta krása přestává stačit.”

**„NESTÁLO TO ZA ŘEČ”** - u dvou účastnic, které dlouhodobé vztahy nevedly, se ukázalo, že nějaké blíže nespecifikované vztahy sice proběhly, ale v konečném důsledku na spokojenost účastnic, dle jejich slov, vliv neměly.

*Jana S., 25 let:* „Ty svoje vztahy bych snad radši i zapomněla. To snad ani nestojí za řeč. Asi tak. To spíš vždycky tak proběhlo a vracet se k tomu rozhodně nehodlám.”

**PROTRAHOVANÉ VZTAHY** - tato subkategorie by z hlediska časové osy odpovídala průběhu vztahu i rozchodu. Čtyři participantky popisují, že jeden z jejich vztahů (každá z nich měla shodně dva dlouhodobější vztahy) měl cyklický průběh ve smyslu *rozchod – smíření – rozchod* i v několika cyklech. Vždy se jednalo o subjektivně důležitější vztah. Zajímavá je také shoda u dvou participantek, kdy tento komplikovaný vztah ukončilo teprve manželství s jinou partnerkou.

**Jana T., 25 let:** „*Ten můj druhý vztah je těžký časově limitovat, ale trval několik měsíců a byl dosti zdlouhavý v tom dojezdu. Scházeli jsme se a rozcházeli, až do doby, kdy se oženil.*”

**Helena, 26 let:** „*Ten můj osudový vztah byl taková dlouhá historie, probírali jsme to pak ještě dlouho a bylo to takový komplikovaný a už byl i ženatý tehdy... Nakonec jsme se rozhodli, že to ukončíme, ale bude mě to mrzet do konce života.*”

Další subkategorie se věnuje problematice **rozchodů**. Zejména tomu, jaký byl důvod rozchodu a z čí iniciativy k němu došlo. Rozchody samy o sobě znamenají trauma, s kterým se obtížně vyrovnává. Čím větší množství energie a citu do vztahu investuje, tím hůře snáší jeho konec, zvláště tehdy, pokud jsou náhlé, neobjasněné a nechtěné. Proto zejména rozchody, jenž nevzešly z vlastní iniciativy jedince, mají vliv na důsledky pro jeho další vztahy (pochybnosti, obava, strach ze zklamání) a tedy i na celkovou životní spokojenost. Většina participantů má zkušenost z rozchody jednak z vlastní, ale i z partnerovy iniciativy. Dvě ženy však uvádí, že rozchody vychází vždy z jejich vůle a tři ženy mají zkušenost jen s nechtěným rozchodem.

**ROZCHODY BEZ DŮVODU** – poměrně frekventovanou odpovědí byly rozchody bez důvodu, které proto vymezují zvlášť jako důležitou subkategorii. V případě jedné participantky se objevují rozchody bez důvodů opakvaně, což má logicky za následek větší psychickou újmu. Tato neznalost důvodu způsobila dlouhodobou nejistotu participantů a také obavu z další podobné zkušenosti. Právě nejistota ohledně příčiny rozchodů vede i ke snížené spokojenosti s vlastním Já a také k naučené bezmocnosti v oblasti partnerských vztahů, jež byla popsána v kategorii *Bezmocnost a vnější místo řízení*.

**Helena, 26 let:** „Taky se mi stane, že to kolikrát skončí a já ani nevím proč a oni mi to ani neřeknou a já se to nedozvím. Třeba teďka zrovna ten poslední neúspěch. To zrovna nevím, proč to dopadlo špatně.”

**Karel, 26 let:** „Nejhorší ale bylo, že jsem někdy nevěděl proč, takže jsem ty důvody ani nemohl ovlivnit. Tudíž jsem si připadal trochu jako blbec, bych řekl.”

Ukázalo se, že celkovou životní spokojenost více ovlivňují **důsledky a zkušenosti ze vztahů a rozchodů**, o nichž participanti mluví častěji, než o předchozích oblastech. To, jaký předchozí vztah byl a jak probíhaly rozchody, co bylo jejich příčinou a z čí vznikly iniciativy, má pro participanta nějaký důsledek. Participant si například ze vztahu odnáší nějaké poučení, či zkušenost, která dále ovlivňuje jeho prožívanou spokojenost se vztahy, a tudíž i celkovou životní spokojenost.

**ZKLAMÁNÍ** – (6) hlavním důsledkem především náhlých a nečekaných, nebo také neodůvodněných rozchodů je zklamání. To je také zdrojem obav a strachu z dalších zklamání, které může participanty potkat prostřednictvím budoucích vztahů, kterým se proto vyhýbají. Výroky i téma samotné souvisí se subkategorií *Klíčový vztah*

**Nad'a, 29 let:** „Nepovedl se mi hlavně ten partnerskej život, tak to mě docela mrzí, že jsem do toho vůbec šla. U nás se třeba nic nezměnilo, u nás to bylo ze dne na den, kdy se sbalil a už sem ho neviděla. Z lásky a zamilovanosti mi zbylo jen to zklamání.”

**POZITIVNÍ ZKUŠENOST** - tato subkategorie vychází z průběhu partnerských vztahů. Pozitivní zkušenost se týká především prožitků. Partnerské vztahy participantům umožnily zažít pocit, že vztah bude trvat navždy, což jim umožnilo například plánovat budoucnost. V jiném případě byl pro participanta vztah přínosný pro osvojení schopnosti činit kompromisy, cítit a respektovat potřeby druhého člověka a naučit se žít po jeho boku.

**Filip, 26 let:** „Ty vztahy mi přinesly mnohé pozitiva, třeba zkušenost se soužitím s druhým, protože třeba já jsem jedináček, tak nemám sourozence, nikdy jsem s nikým nebydlel. Tak když je člověk s někým často a musí s ním najít nějaký kompromis, tak se naučí vycházet s tím druhým, protože nemůže mít všechno to, co chce. Začíná poslouchat ostatní. Pokavád si chce toho člověka udržet, tak s ním musí nějak vyjít, začne se učit kompromisům a



*jednání, ustupování, jiným názorům, začne se učit pomáhat druhým. Rozhodně toho nelituji. Něco jsem si odžil. Byly tam jak dobré věci, tak špatný. Ale celkově je díky zkušenostem hodnotím spíše pozitivně. ”*

**Lenka, 26 let:** *„Třeba jak jsem tu zmiňovala ten dvouletý vztah, kdy jsem toho člověka brala jako svého životního partnera a myslela si, že to tak skutečně zůstane a i když se to rozpadlo, tak to bylo dobré v tom, že jsem tu budoucnost třeba mohla vidět. ”*

Ve třech případech vzešla pozitivní zkušenost překvapivě ze zklamání, které účastníci prožili v průběhu vztahu. Jak vypovídá jeden z účastníků, ze vztahů si odnesli „to lepší“, což se pozitivně podepsalo na jejich osobnosti v přístupu k mezilidským vztahům (asertivita, menší žárlivost, větší tolerance aj.).

**Verča T., 26 let:** *„Z toho druhého vztahu právě myslím, že pramení ta moje hrdost a drzost. V tu dobu jsem byla taková hodně zakřiknutá, nízké sebevědomí a nejistá sama sebou. Jako, že jsem se sebou nechávala tak trošku manipulovat a on byl na mě docela i takový škaředý občas. Naučilo mě to zase hodně, hodně mě to dalo, ale hlavně mě to poučilo...”*

**POUČENÍ** - stejně jako u subkategorie *Pozitivní zkušenost* je i tato kategorie založená na zkušenosti, kterou účastníci z předchozích vztahů získali. Poučení ze vztahů má však narozdíl od první kategorie spíše negativní náboj a často vychází z prožitého zklamání. Pro účastníky znamená především *větší obezřetnost, menší důvěřivost a menší schopnost sebeodhalení*, které ve čtyřech případech gradují až ve strach navazovat další partnerské vztahy. Jedna z účastnic popisuje změnu vlastního postoje k partnerství, která byla zapříčiněna zklamáním z rozchodu, jenž vznikl z iniciativy partnera (viz. kategorie *Klíčový vztah*). Prožité zklamání v účastnici vyvolalo strach, který zapříčiňuje sníženou schopnost se zamilovat a vydržet ve vztahu v případě, že se objeví těžkosti. Z následujícího výroku lze vyčíst touhu po snadné zamilovanosti, po „pravém“ partnerovi a pochyby o sebe sama. To všechno hraje v neprospěch v navázání partnerství a tedy i zlepšení spokojenosti v oblasti partnerství

**Petra, 29 let:** *„Už nejsem taková nivka, už se tak nedokážu zamilovat, otevřít se tak...a nedokážu být tak důvěřivá a říkám si, že už to musí být jediné ten pravej. Už mě to prostě hodně zatěžuje a když to prostě nejde úplně volně a přirozeně, tak nevím no... Je ve mně*

*možná spoustu věcí, co třeba dělám špatně nebo tak... No ale už v tom prostě nejsem, když mi v tom není dobře. ”*

Některá poučení, která si participanti ze vztahů odnášejí, nepochází ze zklamání a netýkají se strachu navazovat nové vztahy. Participant v průběhu vztahu může například zjistit, že mu vztahy prozatím neposkytují vhodné podmínky pro seberealizaci a život dle svých představ.

**Jakub P., 27 let:** *„Pro mě je důležitý, že to bylo a že jsem si z toho vzal nějaké zkušenosti, že mě to něčemu naučilo a že mě to v něčem varovalo. Ale zase mě neštve, že žádnéj vztah nepokračuje, protože jsem zjistil, že mi tento styl života, jako ve vztahu, zatím nevyhovuje a štválo mě, že mi to ukrájuje z mého času na koníčky. Takže zkušenosti z toho mám ty, že na to ještě nejsem tak úplně připravenej.”*

**„ÚČELOVÝ KRUNÝŘ”** - pro jednoho z participantů v rámci předešlé subkategorie mělo negativní poučení ze vztahů vyústění takové, že se naučil vztahy, nejen partnerské, ale i přátelské či pracovní, posuzovat „ekonomicky” na základě jejich výnosů, či ztrát. Předchozí sentimentální chápání vztahů přineslo tomuto participantovi zklamání. Tento styl uvažování pro participanta představuje „obrnění před city” a způsob, jak se jasně rozhodovat.

**Jarek, 25 let:** *„Kdybych to rozebíral jinak než logicky, tak mě to akorát naštvá a byl jsem za to hodně vytrestanej. Já jsem se naučil přemýšlet účelově, ne sentimentálně. Účelově znamená přemýšlet nad vztahama ekonomicky, jestli se ti vyplatí, a nebo ne. Protože, když budu přemýšlet sentimentálně, tak vím, že se hodně zlamu. Vesměs ty vztahy беру účelově, a potom individuálně, pokud to za něco třeba stojí, ale to je případ od případu.”*

Druhá část výzkumného okruhu je věnována singlovství. Prostřednictvím kategorií a subkategorií bude popsáno, jak jsou participanti v aktuální situaci spokojeni, kde spatřují nejvíce kladů a v čem spočívá jejich nespokojenost. Zajímalo mě, co je příčinou této nespokojenosti a také to, v čem, či v kom si ji participanti kompenzují.

## **2D: MÍRA SPOKOJENOSTI SE SINGLOVSTVÍM**

Takřka klíčovým tématem zůstává otázka, jak jsou vlastně singles spokojeni se svým životem bez partnera. Klíčovým proto, že chápání a hlavně prožívání této skutečnosti má zásadní význam pro celkovou životní spokojenost singles.

V této kategorii bych se ráda rozepsala o tom, jak participanti popisují a chápou tento svůj stav, jaké mají potřeby a zda jsou vůbec naplňovány. O tom, které faktory osobnostní i situační tuto spokojenost participantů mohou ovlivňovat, jsem popsala v první části této kapitoly. Mohou to být hodnoty, které participanti uznávají a jimiž se řídí, identifikace s kulturními vzorci (viz.dále), osobnostní nastavení jednotlivce, zvládání náročných situací, ale také zkušenosti z předešlých vztahů a prožívání současných vztahů. Spokojenost v životě bez partnera však lze určit také jinak, na základě poměru jedincem vnímaných výhod a nevýhod, které s sebou singlovství nese.

Participanti v průběhu rozhovorů hovořili o tom, co a v jakých životních situacích jim partner nejvíce chybí a jakým způsobem a jak účinně tento nedostatek kompenzují. Zároveň však zmiňovali mnohé nesporné výhody, které jim tento styl života umožňuje. Výslednou spokojenost lze chápat jako rozdíl subjektivně vnímaných výhod a nevýhod singlovství. Podle toho, jaká je bilance – zda kladná či záporná, taková bude i jedincova výsledná spokojenost v této situaci bez partnera. Na základě tohoto poměru výhod a nevýhod lze participanty rozdělit do tří skupin:

- *pro – singlovská orientace*

Do této skupiny lze podle výpovědí zařadit 4 muže a 3 ženy. Největší částí spokojených participantů si sice svůj životní styl nevybrala přímo, ale v zásadě jim vyhovuje a směřují k němu spíše „nepřímo“ tím, jakým způsobem a tempem žijí. U těchto participantů výrazně převažují vnímané výhody. Jsou spokojeni v práci, svůj volný čas věnují širokému spektru zájmů a nebo přátelům. Partner jim aktuálně nijak výrazně nechybí, naopak by mohl zapříčinit ještě větší nedostatek času, kterého je již teď málo a musí mu obětovat mnohé ze svých zálib. V případě existence partnera by nebyl dostatek času ani na nejoblíbenější z

volnočasových aktivit. Tito singles poměrně hodně vnímají výhody singles jako je nezávislost. Nevýhody jsou vnímané pouze zřídka.

**Kuba, 25 let:** „Mě kolikrát štve, že nějakou holku nemám, ale procentuálně převládá, že jsem zase rád, že mám tu volnost, že se nemusím ohlížet na nikoho a že si můžu žít prostě podle svého. Je to asi tak 60:40 a převládá ta svoboda.”

- „singles – proč ne...”

Této „neutrální” skupině názorově odpovídají 3 muži a 3 ženy. Dotazovaní vnímají mnohé nevýhody, jak osobní, tak i společenské, které pro ně tento stav bez „partnera” představuje. Velmi často ve svých odpovědích uvádí, že je trápí chvilková osamělost, které ovšem dokáží čelit. Takřka všichni z nich žijí bez partnera nikoliv proto, že by jim to tak vyhovovalo osobnostně. Buď vhodného partnera ještě nepotkali, nebo se o to ani momentálně nesnaží, neboť se věnují kariéře či vzdělání a na osobní život jim příliš času nezbyvá. Tento „zanepřázdněný” život však nevnímají jako permanentní stav a rádi by svůj čas postupně věnovali partnerovi a později rodině. Výhody singlovství, jakými jsou dostatek času na seberealizaci a zájmy, svobodu a různorodé spektrum možností, využívají. Celková bilance výhod a nevýhod je u těchto participantů poměrně vyrovnaná. Spokojenost či nespokojenost se mění dle aktuálních dispozičních nebo situačních událostí.

**Klára, 26 let:** „Jako není to tak, že bych si v tom nějak libovala, tak to asi ne, že by to byl pro mě nějaký úlevný stav, nebo že by mi něco chybělo, tak to asi taky ne, ale je to asi jiné, než když je člověk v nějakém partnerském vztahu. Prostě má to svoje pro a proti, ale o nějaké vyložené výhodě či nevýhodě nevím.”

- proti – singlovská orientace

Nevýhody, a tedy i nespokojenost v životě bez partnera, je o něco více vnímaná u žen – participantek (5), než je tomu u mužů (4). Tato nespokojenost s absencí partnerství se poměrně silně promítá i do celkové životní spokojenosti dotazovaných. Ačkoliv jsou úspěšní v jiných oblastech života, partnerství jim chybí natolik, že spokojenost se životem hodnotí jako dlouhodobě negativní. Kariéra, vzdělání a především přátelé jsou pro ně alternativou za partnerství, která ovšem nepostačuje. Tito singles často hovoří v termínech osamělosti, nedostatku lásky, intimity a společenské újmy, které na nich singlovství

zanechalo. Tyto participanty lze označit za nedobrovolné singles, jenž jsou na partnerství připraveni, ale kterého se jim nedostává.

**Jana T, 25 let:** „*Po těch letech samoty jsem teďka ve stádiu, kdy už bych to partnerství chtěla. Teď už ty nevýhody převyšují výhody, protože už jsem dlouho sama, a to i přesto, že vůbec nemám čas.*”

V následující části uvedu jednotlivé subkategorie nejdříve *výhod* a toho, co činí singles spokojenějšími, a následně *nevýhod*, které zase poukazují na faktory a vlivy, jenž mohou výrazně ovlivňovat konečnou spokojenost singles se životem. Nakonec zmíním ty subkategorie, které popisují spokojenost se singlovstvím *komplexněji*, nikoliv z pohledu výhod a nevýhod, ale například zmiňují vývoj této spokojenosti se singlovstvím.

Jednotlivé vlastnosti partnerských vztahů a lásky jsou bezesporu podstatným faktorem lidské spokojenosti, zároveň jsou ale zdrojem častých zklamání a psychické bolesti. S počátkem, průběhem i koncem vztahů jsou současně s četnými výhodami spjaty i jejich nevýhody: závislost, žárlivost, připoutání, brání ohledů na druhého člověka, zklamání a nutnost se přizpůsobovat. Přičemž se zdá, že právě současná postmoderní doba poskytuje lidem vhodné podmínky pro striktně individuální život bez závazků. Proto stejně jako partnerské vztahy i singlovství má své mnohé **výhody** pramenící zejména z již zmiňovaných nevýhod partnerství.

**NEOMEZENÁ SVOBODA** - nejčastěji jmenovanou subkategorií (20), a to i u nedobrovolných singles, byla právě tato široká oblast výhod spjata s nezávislostí bez nutnosti se komukoliv přizpůsobovat. Participanti byli spokojeni zejména s volností výběru aktivit pro volný čas, svobodou rozhodovat se, například v rámci finančních investic, chovat se a bavit se pouze na základě svého úsudku a bez omezení. Tato svoboda rozhodování se odráží ve větším spektru možností, ať už pracovních nebo volnočasových. Muži oceňovali i to, že se nemusí přizpůsobovat ženám s výběrem dovolené, restaurace, volnočasové aktivity, večerního programu a jiných aktivit, které se odráží nejen v nutnosti kompromisu s partnerem a v omezování vlastních potřeb, ale také v hospodaření s penězi. Ženy zase pozitivně hodnotily, že mohou volný čas věnovat rodině a přátelům. Míra spokojenosti s touto oblastí závisela na důležitosti hodnoty nezávislosti u konkrétních participantů. U participantů, pro které partnerství nemělo velkou důležitost, se navíc projevila i určitá míra *egocentrismu* (např. Veronika)

**Jakub P., 27 let:** „Výhoda je jednoznačně ta, že jsem svým vlastním pánem a to se týká všeho – času, peněz a pak té následné spokojenosti v těch koníčcích. Protože, když máš vztah, utrácíš zase stejný peníze, musíš se třeba podřídít tomu druhému, nemůžeš třeba spát ve stanu, už musíš vzít ohled na toho druhého, že jemu se to třeba nelíbí. Nebo nemůžeš jít do té nejzaflusanější putiky, ale musíš to řešit nějak jinak. Když seš svého času pánem, tak někdo třeba zavolá a já jdu bez podřizování se druhému člověku...”

**Veronika, 29 let:** „Nemusím se třeba dívat na hokej, jenom proto, abychom dělali něco spolu, nemusím mít výčitky, že jdu nakupovat a že utrácím peníze. Je to o tom, že já se rozhoduju, kdy budu co dělat a nemusím si podle žádného chlapa ani nikoho jiného určovat svůj čas vyhrazený pro sebe a nemusím poslouchat to, že chci být někdy sama a nechci být s ním.”

**MINIMUM ZÁVAZKŮ** - svoboda, zmiňovaná v předchozí subkategorii, s sebou nese i minimální zodpovědnost a povinnosti, kterou mají lidé v partnerství vůči partnerovi. Participantů si nemusí vymezovat čas na partnera a podřizovat se jeho potřebám, aby nezklamali partnerovo očekávání. Tímto jsou také osvobozeni od sankcí a konfliktů, kterým by v případě bezohledného chování v partnerských vztazích byli vystaveni. Tato subkategorie výhod je ve velké míře odvozena od nevýhod a těžkostí dlouhodobých vztahů, kterými participantů sami prošli, nebo tak usuzují na základě zkušenosti ze svého okolí.

**Jarek, 25 let:** „Já jsem teď spokojený, já teď vím, že dojedu domů a nikdo mě nebuzeruje. Nejsem teď zvědavý, aby mi někdo říkal ‚udělej tamto a tamhleto, tam nechod‘ a tak dál‘, takhle si čas zorganizuju podle svého a jak já to potřebuju.”

**Jana T., 25 let:** „ Nemám vůči někomu výčitky a můžu si svůj čas řídit podle toho, jak já chci, aniž bych se musela bát, že tím někoho zklamám nebo urazím, že nebudu tam, kde se to ode mě očekává.”

Jedna z participantek v souvislosti s první subkategorií *Jsem svým pánem* také zmiňuje výhodu, že se nemusí podílet na řešení problémů a na činění rozhodnutí druhého člověka. To je pravděpodobně zapříčiněno výraznou individualistickou orientací této ženy, která se projevuje také v jiných kategoriích majících vliv na životní spokojenost.

**Veronika, 29 let:** „Nevyhovují mi ty povinnosti dlouhodobého vztahu přizpůsobovat se aktivitám druhého člověka a řešit za něj, co má udělat. To kolikrát bylo: ‚Verčo, co si o

*tom myslíš, proč si myslíš, že to tak je...’ Ted’ prostě nemusím poslouchat žádný chlapský řeči a tak mi to i vyhovuje.”*

**SINGLOVSTVÍ JAKO DUŠEVNÍ RŮST** - jedna z participantek chápe singlovství poměrně originálně. Hlavní výhodu singlovství vidí ve větší motivaci. Duševní růst a úspěchy, za které vděčí právě tomu, že je sama, dává do protiváhy lenosti a pohodlnosti, které jsou přirozeně větší v partnerství. Singlovství motivuje člověka být více aktivní, aby mohl být stejně spokojený jako v partnerství. Jakýmsi sekundárním produktem je právě duševní růst a úspěch. Od této úvahy se odvíjí i celý její postoj k hodnotě partnerství, který se projevuje například v jejich aktuálních plánech souvisejících s partnerstvím v nejbližší budoucnosti (viz. subkategorie *Partner/ka jako budoucí vize*). V průběhu rozhovoru je opět výrazná individualistická hodnotová orientace a zaměření na úspěch a seberealizaci, jenž jsou u této participantky hlavním faktorem spokojenosti.

**Petra, 29 let:** *„Určitě mě to strašně posunulo v tom, že kdybych byla pořád ve vztahu, tak bych nedokázala to, co jsem dokázala. Žene tě to dál a máš na to ten prostor. Jako, že když máš partnera, tak jsi v mnoha směrech línější, jako víc odpočíváš, víc sleduješ filmy a takto... Jako trávíš více čas pohodlně a v pohodě, že když jsi sama tak je to namáhavější a žene tě to dál...”*

**SOBĚSTAČNOST** - stejná participantka navazuje další zajímavou myšlenkou o přínosu, který pro ni singlovství má a to – učí člověka *být šťastný sám se sebou*. Tento fenomén obnáší jistou míru sebelásky, sebeporozumění, sebepochopení a smíření se člověka se sebou samým, tedy se svými nedostatky i přednostmi. Podle této participantky jedině tak bude tento člověk schopný být opravdu šťastný i s druhými lidmi. Spokojenost tak, jak ji participantka popisuje, by se dala nazvat *postupnou spokojeností*, kdy se člověk učí být nejdříve šťastný a spokojený sám se sebou a tuto svoji dovednost teprve převádí do vztahu s ostatními. Zamyslíme-li se ale nad touto myšlenkou hlouběji, singlovství zde není nezbytnou podmínkou a jedná se především o přístup člověka k sobě samému nezávisle na tom, zda partnera má či nikoliv. Singlovství poskytuje jedinci více času a prostoru pro toto sebepoznání, na druhou stranu ale nedovoluje člověku v takové míře poznat, jak tuto spokojenost zúročit v relaci partnerských vztahů.

Tato myšlenka ovšem naráží na jinou úvahu, o které se budu zmiňovat později v rámci této kapitoly v subkategorii *Nevýhody individualismu* a kterou také částečně potvrzuje tato participantka. Tato úvaha spočívá v otázce, zda člověk, jenž se zabývá pouze sám sebou a je se sebou příliš spokojený, může být spokojený i v kontaktu s ostatními lidmi.

**Petra, 29 let:** „*Více věcí se jako singles naučíš, ale jako vrchol tohoto všeho, si myslím, je najít sama sebe a být šťastná sama se sebou. Jako spousta lidí se žene ze vztahů do vztahů a hlavně, aby někoho měli a nedokážou být sami se sebou šťastní, což si myslím, že je chyba... Ne chyba, jako ať si dělají, co sami chtějí, je to jejich život a třeba by to nedokázali, ale já si myslím, že je to dobré si to zkusit. Protože jak můžeš být šťastná ve vztahu, když neumíš být šťastná sama se sebou.*”

Partnerský vztah naplňuje přirozenou lidskou potřebu lásky, intimity, důvěry, oddanosti i vášně. Partnerství tedy lidem poskytuje naplnění základních potřeb, které lze v jiných typech vztahů naplnit vždy jen částečně. Možná i proto nejdříve většinu lidí žijících v partnerských vztazích napadnou spíše **nevýhody**, jenž s sebou singlovství nese, než-li jeho výhody. Jednotlivé charakteristiky partnerských vztahů, jenž participantům chybí, jsou vzájemně provázané a nikdy se nevyskytují izolovaně, ale v různých variacích a odměnách v závislosti na tom, jak jsou pro jedince důležité. Přesné vymezení subkategorií proto není jednoznačné a vzájemné odkazy jsou tudíž nutností pro ucelenější přehled komplexního vzájemně provázaného systému nevýhod (viz. následující citace).

**Jana S., 25 let:** „*Jednou z nevýhod a vlastně i tou nejdůležitější je to, že mi chybí důvěra. Nemám se komu svěřit a nemám za kým jít, když je mi těžko. Jsem věčně sama.*”

**POTŘEBA BLÍZKOSTI** - první a opět nejčastěji uváděnou subkategorii je deficit lásky a s ní související nedostatek něhy, důvěry, oddanosti, či potřeby mít někoho pouze pro sebe. Tato kategorie nevýhod byla vnímána i u těch jedinců (18), jenž byli se svojí aktuální situací velmi spokojeni, přikládali velkou míru důležitosti individualistickým hodnotám, a nebo byli po většinu času zaneprázdněni pracovní či volnočasovou činností. Dokonce je na místě i tvrzení, že se jedná o nevýhodu obecně platnou pro všechny zúčastněné participanty.

**Jakub P., 27 let:** „*Tak nevýhody jsou logický, že, co tomu člověku asi tak schází, když je sám...To, že nemá nikoho tak blízko, kdo mu naslouchá, prostě všechny tyhlencty věci. Důvěra, uspokojení, pocit, že máš někoho vedle sebe.*”



**Veronika, 29 let:** „Když tak jednou za čas ležíš v posteli a říkáš si: ‚kdyby tu tak byl někdo, kdo by se ke mně přitulil a pohladil mě...‘.”

**Lucie, 29 let:** „Chybí mi láska, opora v těžkých chvílích a ty hezký chvílky s tím blízkým člověkem.”

**„DÁVAT, PŘIJÍMAT, SDÍLET”** - s předchozí subkategorii také souvisí i tato subkategorie. Předmět a podstata problému, tedy láska a potřeba citu, jsou zcela identické. Jediné, v čem se tato kategorie liší od subkategorie předchozí je ten, že participantů postrádají nejenom potřebu lásku dostávat, ale také jí opěťovat a sdílet. Jinými slovy, předat cit, který uvnitř člověka přirozeně vzniká a hromadí se, dál jinému člověku. Frustrace této potřeby vede k nespokojenosti.

**Filip, 26 let:** „Lidský potřeby jsou jasně daný. Člověk potřebuje mít někoho rád a od někoho tu lásku přijmout. Podělit se s někým o něco. O to, co člověka tak nejvíc tíží, nebo vůbec prostě mít nějaký mezilidský kontakt prostě. Ten vztah není jen v tý fyzický stránce, ale že je tam i ta potřeba nějakého mezilidského porozumění a vůbec něčeho takovýho. Takže je nějaká pudová stránka, tak je i psychická stránka, už prostě jen přijímat nějaký cit, ale prostě i mezilidský porozumění s někým.”

**TÍŽIVÁ SAMOTA** - ti, co tuto nevýhodu v rozhovorech uvádějí, většinou spadají do kategorie participantů s výraznou převahou vnímaných nevýhod. Participantů se v situaci bez partnera, ve které se dlouhodobě nachází, necítí dobře a bilance singlovství je výrazně negativní. Nevýhody partnerství pro jeho velkou potřebu příliš nevnímají. Jejich zkušenosti s partnerskými vztahy nejsou příliš pozitivní, ale navzdory tomu jim partnerství chybí a je velmi pravděpodobné, že se v situaci bez dlouhodobého partnerství ocitli nedobrovolně.

Samota je způsobena z velké části postrádáním sociální opory, kterou měli dříve v partnerovi. Tato subkategorie je určitou podmnožinou nevýhody singlovství, zde popsané v subkategorii *Potřeba blízkosti*, kterou však participantů uvádějí separovaně jako nejpodstatnější z této velké skupiny nevýhod.

**Petr, 35 let:** „Nejvíce mi momentálně chybí partnerský vztah. Nejvíce od té doby, co jsme se rozešli s mojí poslední přítelkyní. Ale ani tak ne v tom smyslu tělesném, ale spíše ve smyslu životní opory. Já tu oporu k sobě potřebuju a teď si člověk připadá tak trochu na všechno sám.”

Pocit osamění však není zmiňován pouze u nedobrovolných singles, ale je to jedna z hlavních nevýhod, která je participanty udávána. Jeho intenzita je opět velice individuální a ovlivněná řadou již v úvodu zmiňovaných faktorů. Tato osamělost může být vnímána jako částečná, nebo střídavá, chvilková, ale také výrazně devastující, která podstatně snižuje životní spokojenost.

**Monika, 28 let:** „*Já mam třeba někdy takový chvilky, kdy se cítím sama, ale třeba dneska mě to nevadí, dneska jsem si už splnila všechny svoje plány, co jsem měla. ... člověk se to tak nějak naučí být sám.*”

**Jana T., 25 let:** „*Všechny ty výhody partnerství já nemám a nikdo tu není jen pro mě, takže jsou chvilky, kdy jsem opuštěná, osamělá a je mi hrozně smutno. Ale protože jsem právě tak zaměstnaná a řeším tolik věcí, najednou tak na to nemám moc času, občas ale zvolním a potom jsou tu ty chvilky, kdy usínám sama v té posteli a je mi smutno.*”

**PARTNER JAKO NÁPOVĚDA** - dvěma participantkám chybí partner ve chvílích, kdy by potřebovaly pomoci s rozhodováním. Nejde zde ani tak o podělení zodpovědnosti za vzniklé rozhodnutí, ale spíše o duchovní podporu v důležitých chvílích jejich života.

**Helča, 26 let:** „*Nevýhoda je, že se musím rozhodnout sama, což je mnohdy těžší... Nikdo mi neporadí, nikdo mi neřekne pojd' za mnou sem, což by mně jako vyhovovalo víc. Udělala bych vše proto, abych tam šla, ale když člověk nemá takovou tu náповědu, tak nikdo nerozhoduje za něj a je hrozně těžký se rozhodovat sám.*”

**NEDOSTATEK MOTIVACE** - dva participanté (muž a žena) uvádí jako hlavní nevýhodu života bez partnera/ky pohodlnost a především minimální motivaci něco vybudovat a posunout se ve svém životě dál. Pracovní a finanční motivace je malá, neboť stávající stav je pro participanty vyhovující a spokojenost v těchto oblastech zabraňuje dalšímu postupu a paradoxně brání růstu celkové životní spokojenosti. Potenciální partner/ka by byla onou pohnutkou, jež by participant pro svůj další rozvoj a následně i větší životní spokojenost uvítal. Jedná se o protipól subkategorie *Singlovství jako duševní růst*, kde je singlovství významnou motivací pro osobnostní růst.

**Petr, 35 let:** „*Nevýhodou je nedostatek motivace, třeba k provádění domácích prací, protože občas se musí pouklízet. Další věc je jednoznačně žádná potřeba nic budovat. Když*

*s někým bydlíš a žiješ, je to motor, abys něco měnil a zlepšoval. Jen tak – bez partnera, nemáš takovou motivaci.”*

**SAMOTA JAKO MÉNĚCENNOST** - singlovství u tří participantů způsobuje poměrně negativní změny v sebepojetí, konkrétně má za následek větší pochybnosti o sobě samém. To je dáno jednak tím, že dotyčný člověk o sobě více a častěji přemýšlí. Zejména tehdy, pokud přikládá hodnotě partnerství podstatnou důležitost a tato potřeba je dlouhodobě frustrována, úsudky člověka o vlastním Já pak nabývají negativních konotací.

**Luboš, 27 let:** *„Možná to trochu ovlivňuje ten způsob myšlení, člověk si řekne: ‚Hm, tak proč jsem asi sám?’ Zkrátka začínám nad tím uvažovat. Ale jinak nějak významně mě to neovlivňuje. ”*

**SEXUÁLNÍ NEDOSTATEK** - mezi další uváděné nevýhody, které nebyly rozváděny do širších významů, patřil například *nedostatek sexu a postrádání fyzického aspektu vztahu*, který uvedly dvě participantky s pro-singlovskou orientací. Důvodem, proč tuto nevýhodu uvedly pouze dvě participantky a nebyla dle očekávání zastoupena v odpovědích častěji, mohl být kromě malé důležitosti tohoto tématu u některých jedinců i ostych o tomto tématu hovořit, zejména u mužů participantů zesílen skutečností, že rozhovory prováděla žena.

**ABSENCE RODINY A DÍTĚTE** - dva participant – muž a žena uvádí nevýhodu nemožnosti mít rodinu (viz.subkategorie *Rodičovství*). Zvláště pro jednoho participanta je důležitější hodnota vlastní rodiny a dítěte dokonce více než nalezení životní partnerky.

**Aleš, 28 let:** *„Ty děti a rodina, to jediný mně fakt chybí”*

**PRAKTICKÉ NEVÝHODY** - tento specifický typ nevýhod zmiňovala pouze jedna participantka. Jedná se typicky mužskou pomoc v domácnosti. Jiné participantky tuto nevýhodu nepocíťovali buď proto že se za dlouhou dobu života bez partnera naučily být v tomto ohledu soběstačné, nebo jim tento praktický deficit nepřipadal tolik důležitý. Tyto nevýhody se však v životní spokojenosti prakticky vůbec neprojevují.

Kromě výroků týkajících se výhod a nevýhod životního stylu singles se také objevovaly jevy a postoje, jenž popisují spokojenost participantů z hlediska *vývoje* a to jak kladným, tak i záporným směrem.

**HRANICE SPOKOJENOSTI** - podstatný fenomén, který se rozhovorech objevoval a v různých relacích opakoval, byla pomyslná hranice, kdy člověk s životním stylem singles přestává být spokojený s tímto statutem a pociťuje, že nastal čas něco změnit a najít si partnera. Tato pomyslná hranice je v některých případech konkrétní a týká 26 - 30 let. Tito singles se shodují v tom, že zpočátku bylo jejich singlovství alespoň zčásti programové a dobrovolné (u každého z participantů v různé míře), i když v některých případech podmíněné partnerskými neúspěchy. Důvod, proč participanti nenavazovali další partnerské vztahy, byl ten, že se necítili dostatečně zralí na tento krok. Zde se s velkou frekvencí opakuje termín „užívat si“.

*Verča T., 26 let:* „Do určitého věku je zábava být singles, tak ty dva tři roky určitě, najednou je ti ale 26 a začíná Ti to vadit, zvnitřníš normy společnosti a přání svých matek a babiček...už nechceš být sama. Je mi už víc a je to už dlouho, to už je čtyři a půl roku, co jsem měla nějaký trvalejší vztah. Už jsem vybouřená a už mě to nebaví. Být singles programově je dočasná záležitost.“

U participantů má na vznik její potřeby partnerství značný vliv tlak okolního prostředí, jak je již u předchozí participantky patrné. Participanti dávají tuto rostoucí potřebu do souvislostí s přibývajícím věkem a také se zvětšujícím se tlakem rodiny. Ztotožnění s tímto tlakem a ovlivnění vnímané spokojenosti je dáno individuálně.

*Filip, 26 let:* „Podle mýho se ten vnitřní tlak najít si partnera zvyšuje s věkem, což je dáno rostoucí potřebou, ale taky tím tvým okolím...že budou všichni zadaní, ženatí a taky ta tvoje rodina bude víc tlačit.“

Objevily se také případy, kdy tato „hranice“ pro partnerství a založení rodiny byla původně stanovena, následně pak, zejména vlivem zkušeností a odkládání podmíněným různými dispozičními i situačními faktory, byla přehodnocena a zamítnuta (srov. *Kompenzovaná nesokojenost*).

*Petra, 29 let:* „To, jak ten život šel, jak jsem se já změnila a že se hlavně společnost změnila a je tolerantnější k singles, tak mě to určitě ovlivnilo v tom, že jsem si dřív říkala, že do

*třiceti let budu vdaná a budu mít dítě nebo tak, ale teď to tak není, tak jsem to přehodnotila a myslím, že, jak to jednou přijde, tak se s tím i smírím.”*

V této subkategorii je možné popsat ještě jinou variantu pojmu „hranice”, která se objevovala, ale s poněkud menší frekvencí. Někteří participanti zmiňují hranici, neboli chvíli, jež přijde a oni si uvědomí, že jsou sami. Rozdíl oproti předchozímu pojetí této hranice je tedy v tom, že ještě nenastala, ale je již předmětem obav. Tato hranice se většinou týká budoucnosti, v níž bude nalezení partnera obtížnější a hrozba života bez partnera bude naléhavější, než je tomu teď.

**Monika, 28 let:** *„Ještě pořád si připadám na té hranici, že je to stále jenom na mě, jestli já se rozhodnu nebo ne, ale tak je to o štěstí na někoho narazit...Co se týče budoucnosti, tak já mam u sebe obavu, že se mě to hodně brzo přelomí a pak si hodně rychle uvědomím, že jsem fakt sama.”*

**KOMPENZOVANÁ NESPOKOJENOST** - u těchto participantů (2 ženy) nastala opačná situace, jako tomu bylo u předchozí skupiny participantů. Tyto ženy nejdříve považovaly fakt, že žijí bez partnera, za deficit. Postupem času se s tímto omezením vyrovnaly a úspěšně se svojí situací přizpůsobily. Nyní svůj život hodnotí jako naplněný. Tyto dvě participantky zároveň odpovídají i subkategorii *Naučená nezávislost*.

**Petra, 29 let:** *„Teď dávám přednost tancování. Dříve bych ten čas dala komukoliv hlavně, abych s někým byla. Ale teď třeba vůbec. Teď jsem úplně jinde, teď už mi to za to nestojí. Upřímně, ani nikoho nechci, teď mi to vyhovuje tak, jak to je.”*

## **2D: PŘÍČINY SINGLOVSTVÍ**

V následující části budou popsány **překážky** a **důvody**, proč participanti setrvávají bez partnera, zda je to jejich vlastní vůle a dobrovolné rozhodnutí. A proč tomu tak je v případech, kdy by si partnera přáli a byl by významným zdrojem jejich spokojenosti.

Některé z těchto důvodů jsou poměrně jednoduché a často se stává, že nemají vliv izolovaně, ale současně spolupůsobí i jiné faktory a vznikají individuální kombinace těchto důvodů. Jedna z participantek například uvedla celou řadu vlastních důvodů, proč je sama. Jednalo se o dojem náročnosti a nadbytek kladů, kterými muže spíše odrazuje („*kluci se mě bojí a náklonnost mi neprojevív*”). K tomu se dále přidává kombinace s vlastními nároky a

požadavky na partnera („*zatím tu nebyl nikdo, kdo by vše splňoval, zároveň mě oceňoval a kdo by se mě nebál, tak aby to všechno dohromady fungovalo*“). Dále je kladen důraz na štěstí („*je to o setkání s tím pravým člověkem*“). Přičemž v pozadí všeho je nedostatek času a zaneprázdněnost v důsledku profesního uplatnění.

Jiné důvody jsou komplexnější a mohou formovat určité „typy“ participantů na základě společných charakteristik, jakými jsou *minulé zkušenosti, současná osobnostní struktura* (postoje, hodnoty, obranné mechanismy aj.) a *důsledky pramenící z těchto společných rysů*. Příkladem těchto komplexnějších důvodů jsou *klíčový vztah, naučená nezávislost, či singlovství jako volba*. Tyto důvody lze také rozdělit podle toho, zda mají spíše *dispoziční charakter* (např. slabé komunikační dovednosti) nebo *situální charakter* (prostředí chudé na kontakty). U některých subkategorií není tato specifikace jednoznačná, a to především u komplexních důvodů, kde působí větší množství faktorů v různém čase.

**DOJEM SOBĚSTAČNOSTI A NÁROČNOSTI** - dvě participantky spatřují jeden z důvodů, proč jsou samy, v tom, že na druhé pohlaví působí dojmem soběstačnosti a náročnosti. To je dáno především jejich dobrým pracovním i sociálním postavením. V důsledku toho často narážely na nedostatečnou sebedůvěru, jež v mužích nevědomě vzbuzovaly. Určitou roli v této subkategorii hraje i sebevědomí participantek, které jedna z nich dokonce označuje za negativum při navazování partnerských vztahů. Podobný význam má i *samostatnost, cílevědomost a schopnost dosahovat v životě vysokých cílů*.

**Helča, 26 let:** „*Možná i vyzařuju takový to, že nepotřebuju nikoho, že nejsem neschopnej člověk, že nepotřebuju nikoho, kdo mě bude tahat za ručičku a právě to se jim nelíbí, že vím co chci, že jsem sebevědomá, nějak se mi to daří, jdu za svým cílem a umím se prostě postarat o spoustu věcí, které normálně za ostatní holky třeba vyřizují jejich partneři.*”

Jiná participantka je přesvědčená o tom, že současně s dojmem soběstačnosti působí i další faktory, jako je pohlednost a inteligence, jejichž vzájemná kombinace vyvolává u zástupců druhého pohlaví pocit nedostačivosti a obavy z odmítnutí. Skutečný důvod singlovství však může být kombinací obojího, jednak nad míru pozitivního dojmu, jenž participantka prezentuje, ale také nadměrného sebevědomí, který může také představovat jistou komplikaci při navazování partnerského vztahu.

**Jana T., 25 let:** „*Já nemám problém se seznámat, ale zároveň i nějak vypadám a vyzařuju nějakou tu, já nevím (povzdech), náročnost. Což já si myslím, že v kombinaci se*

všema těma dalšíma vlastnostma – inteligence, pohlednost a tak, vyvolávají to, že ti kluci se mě bojí. Jednak se mě teda bojí a jednak vůbec nevím o klukách, kterým se líbím, protože oni sami se neprojeví. Oni si myslí, že mám moc těch plusů a kladů, že oni by na mě neměli. ”

**FEMINISTICKÝ POSTOJ** - v tomto případě je přisuzována příčina singlovství postojí, který je určen feministickými názory na postavení žen ve společnosti a rovnoprávností žen. Participantkou na základě tohoto názoru dostává do konfliktů s přáteli opačného pohlaví, kteří ji na tuto příčinu poukazují.

**Lucie, 29 let:** „Já mám na muže a ženy občas takový názory a kolikrát se třeba i střetnu, když to řeknu klukům a oni s tím hrozně nesouhlasí, že s takovou si teda nikdy nikoho nenajdu, když nebudu dělat doma tu putičku, s prominutím. To jsem si všimla, že to občas dělá zlou krev. Já prostě vím, že láska je pěkná, ale nikdy netrvá věčně. Takže určitých hodnot, co mám, což je například rodina, se nikdy nevzdám, protože vím, jak dopadly moje lásky. Prostě láska byla velká a pak skončila, člověk si najde jinou lásku, prostě v tomhle já jsem takovej skeptik, realista.”

**VYSOKÉ NÁROKY** - participanti mají na potenciálního partnera s rostoucím věkem, zkušenostmi, ale třeba i se zvyšujícím se vzděláním a zlepšující se pracovní pozicí větší požadavky. Možné nabídky k navázání vztahu více zvažují a snaží se být ve své volbě opatrnější. Důsledkem tohoto jim spousta nabídek uniká. U individualisticky orientovaných participantů je požadavek směřován na maximální „jednostrannou” toleranci.

**Monika, 28 let:** „Určitě jsem vyspělejší, rozumnější, vím na sto procent, co bych chtěla v životě a o to je to těžší si někoho najít. Čím jsem starší, tím si myslím, že to hledání partnera bude těžší, tedy toho, kdo by mě úplně vyhovoval.”

**Kuba, 25 let:** „A taky bych možná chtěl být s nějakou partnerkou, která by mě hodně tolerovala. Protože si ten život žiju tak hodně podle svého a nechtěl bych, aby mě do toho kecala. Aby to tak nějak vycházelo, ale já se určitě nechcu nějak moc měnit.”

Jedna participantka uvádí požadavek na větší nároky nikoliv snad z vlastní potřeby, ale spíše z hlediska vlastního profesního postavení a z toho důvodu, aby se její partner necítil v jejich vztahu méněcenný, jak se jí již několikrát v minulosti stalo.

**Helena, 26 let:** „Je fakt, že by mi vyhovovalo, kdyby byl ode mě starší, měl už taky za sebou školu, nějakou práci, že by to bylo lepší, že by se aspoň necítil proti mně míň, než jsem já.”

**OPATRNOST** - hlavním předmětem této subkategorie je strach participantů z navázání dalšího vztahu, který by mohl být potencionálním zdrojem dalšího *zklamání* a psychické bolesti, jež participanté zažili v předchozích vztazích. Výsledkem tohoto strachu je větší obezřetnost a nedůvěra k jedincům opačného pohlaví, také změna představ vlastního postoje a chování k budoucím partnerům v průběhu dalších vztahu.

Zajímavou pravidelností zmiňovanou v některých odpovědích participantů je existence předchozího partnerského vztahu, který je možné pojmenovat jako *vztah klíčový*, jehož vliv na nynější postoj k partnerství bude popsán.

**Monika, 28 let:** „Mám taky víc strach zase nějaký vztah navazovat vlivem těch zkušeností, jako že ty rozchody nebyly bez problémů a tak. Vždycky to v tobě nechá nějakou rýhu a už to máš na paměti. Člověk už není tak důvěřivý.”

**PROSTŘEDÍ CHUDÉ NA KONTAKTY** - situačně podmíněným důvodem, proč zůstávají lidé uznávající kolektivní hodnoty a potřebu vztahu, je mimo jiné i prostředí, v němž se participanté nejčastěji pohybují a které je velmi chudé na kontakty s potencionálně vyhovujícími partnery. Jedná se především o pracovní prostředí, kde se mohou dotazovaní singles setkávat s jinými lidmi, neboť jsou většinu času zaneprázdnění a věnují se práci. Jedná se o důvod, o kterém hovořili jak muži, tak i ženy (5).

**Lucie, 29 let:** „Já vím, že jsou prostředí, kde to jde asi líp, například práce. To je úžasný, jenže já jsem v takové práci, kde jsou kolem mě jenom holky... A to samé bylo i ve škole. Byla jsem jenom v dívčí třídě. Takže celej život kolem mě byly jen holky, nikdy kluci. A to si myslím, že je velká chyba, že tam se právě hodně navazují ty kontakty. Na diskotékách je to zabítý samozřejmě.”



**UŘEDNOSTNĚNÍ KARIÉRY** - problémem mnoha mladých lidí v současnosti je již zmiňovaný *časový nedostatek*. Lze také tvrdit, že nedostatku času je v mnoha případech připisován důvod, proč zůstávají mladí lidé (5) sami. A to zejména kvůli popsanému fenoménu *Bud' a nebo* .

**Helena, 26 let:** „ *V dnešní uspěchané době jdou všichni po tom nejjednodušším, dalo by se říct a prostě není nejjednodušší seznámat se s takovou holkou, která nemá čas. Mnohem snáz se bude někdo seznámat s někým, kdo má víc času například...když prostě já nemám tolik času tak to není takový...Mně to tak přijde, i já sama jsem se s tím osobně setkala, že mi mí bývalí partneři vyčítali tu školu a že se jim nevěnuju tak často, jak by chtěli.*”

Na druhé straně se ovšem objevují názory (3), které hovoří o tom, že nedostatek času je charakteristickým rysem a problémem naší doby, který se stal samozřejmostí a našim úkolem je hledat možná řešení, jak se mu přizpůsobit. Označení nedostatku času jako důvodu, proč si lidé nemohou dovolit partnera, je pouhou výmluvou pro jiné, citlivější důvody, proč tomu tak ve skutečnosti je.

**Klára, 26:** „*V dnešní době pracujeme pořád, toho času není moc, uspěchané je to každopádně a rodina nebo partneři vůbec na sebe nemají tolik toho času, jak předtím. Ale to musíme brát, tak to je. Ale nemyslím si, že bych byla sama kvůli nedostatku času. Bud' budu studovat nebo budu pracovat a vždycky je to o tom, že ten čas do toho veřejného života musíš vložit. To už je potom na člověku, jestli si udělá čas a nebo ne. Myslím si, že to není něco na úkor něčeho.*”

Tématu nedostatku volného času jako možnému faktoru nespokojenosti se také budu věnovat v souvislosti se současným nastavením společností v poslední kategorii .

**VNĚJŠÍ PŘÍČINY** - někteří participanti nevidí vinu v sobě a ani ve svých minulých zkušenostech. Svě singlovství pokládají za dočasné a důvod jejich samoty je připisován vnějším okolnostem. Tito singles se domnívají, že ještě nenastal ten správný čas a nedošlo k osudnému setkání s „pravým“ člověkem, které je dáno náhodou. Se svým aktuálním statutem jsou poměrně spokojeni, pokud je to ovšem jejich jediný důvod, proč se domnívají, že jsou bez partnera.

**Monika, 28 let:** „*Je to hlavně o štěstí na někoho narazit... ale bavíme se o tom třeba hodně, ale já si nic takového nepřipouštím, protože se nechci trápit s takovýma věcmi a*

*nechci se s tím zatěžovat, on ten pravej někde je a třeba přijde, třeba nepřijde, to je jedno, ale nebudu si s tím kazit život, protože tím to prostě neovlivním...”*

**NAUČENÁ NEZÁVISLOST** - do této kategorie patří nejen singles, jimž tento životní styl vyhovuje, ale i ti, kteří by nějaký partnerský vztah uvítali (15). Pro druhé z jmenovaných představuje nezávislost a svoboda jedinou a podstatnou výhodu, o kterou by mohli s navázáním partnerského vztahu přijít. Naučená nezávislost se týká volnočasových aktivit, času věnovanému práci, neboť většina s těchto participantů má profesi velmi náročnou na čas, ale také například bydlení, zejména u těch, kteří se již osamostatnili od rodičů. Stávající stav jim poskytuje pohodlí, komfort a minimum povinností vůči potencionálním protějškům. Tito singles se naučili žít sami, mají svůj prostor a čas vymezený pro relaxaci a odpočinek a nový partner by jim tento vyhovující stávající stav narušil a doslova „je vytrhl ze zajetých kolejí“. „Zajeté koleje“, na něž si participantů zvykli, mají jednak význam praktický, ale představují také duchovní zvyklosti, které by bylo nutné s příchodem partnera změnit.

Neochota měnit sebe a své stávající návyky plyne jednak z předchozích, většinou negativních zkušeností s partnerstvím, které přes velkou snahu skončilo zklamáním, ale také s přivyknutím si na svobodu a neomezování se kvůli partnerovi. Ve většině případů singles, kteří tento fenomén v různých souvislostech popisovali, se jednalo o vzájemné propojení obou důvodů.

U tohoto fenoménu se opět setkáváme se vzájemným propojováním kategorií. Naučenou nezávislost lze částečně považovat za **příčinu**, proč lidé v mladší dospělosti zůstávají bez partnera a pokud nějakého najdou, udržují si nejdříve distanc od plnohodnotného společenského soužití, které by narušilo stávající situaci, která funguje a vyhovuje.

Na tento fenomén však lze nahlížet i jako na **faktor udržující spokojenost singles**. Lidé se nemusejí měnit a přemýšlet, v kterých oblastech by byli ochotni ustoupit partnerovi a omezit se, ať už finančně nebo časově. Například v kategorii participantů prožívající *konflikt hodnot* potvrzují důležitost hodnoty partnerství a jeho potřebu, současně však dodávají, že jim stávající situace v podstatě vyhovuje, protože jim umožňuje splnění všech nedokončených životních úkolů, které by partnerství brzdilo. Kompromis nutný pro partnerství by jim narušil současné pracovní nasazení.

*Nad'a, 29 let:* „Už bych nešla zpátky k našim. Už bych to neměnila, i když bych si měla najít něco jiného, tak určitě budu sama. Dokonce jsem i přemýšlela, že kdybych si našla nějakého chlapa, tak jestli bych si ho nastěhovala do bytu... Ze začátku vůbec teda a i potom by to asi byl problém. Jako jo, dojde na chvíli, ale běž...”

*Lucie, 29 let:* „ Jako člověk si zvykne, já jsem měla dlouhodobý vztahy a potom, když najednou je člověk sám, tak je to hrozný šok, samozřejmě. A to je samozřejmě najednou hrozný, člověk nemá tu oporu, prostě to chybí, ale za čas si člověk prostě zvykne. Zvykne si být sám a najednou mu to vyhovuje. Já nepotřebuju být za každou cenu s někým, já si umím nějak poradit se svým časem... Já ani nikoho nepotřebuju, jako chci ho, ale budu si zase muset zvykat.”

**KLÍČOVÝ VZTAH** - o existenci klíčového vztahu v minulosti participantů jsem se už zmínila v předchozích subkategoriích, v nichž participantky poznamenané zklamáním z předchozího vztahu vykazovaly větší strach a opatrnost, což jim bránilo k navazování dalších partnerských vztahů i přes důležitost jeho hodnoty ve svém životě, a tedy i v dosahování spokojenosti. Opatrnost a strach je ale součástí širšího mechanismu příčin singlovství pramenících právě z existence klíčového vztahu v minulosti. Z hlediska mého výzkumu se jedná o celou skupinu participantek (a jednoho participanta) se shodnými zkušenostmi z minulosti, stejnými současnými zkušenostmi i postoji k partnerství a příčinami, proč nedochází k jeho navázání, i přes důležitost této potřeby v celkové hierarchii. Proto zde bude popsán komplexnější fenomén a dalo by se říci, že i typ singles – žen, které jsou se svým statutem nespokojeni, zároveň ho ale i přes velké úsilí nemohou změnit.

V průběhu rozhovoru se ukázalo, že pět (5 žen, 1 muž) participantů rámci své minulosti hovoří přímo o jednom důležitém partnerském vztahu. Tato důležitost je potvrzena opakovanými zmínkami o předešlém partnerovi a jeho vlivu na jejich současný život.

Tento klíčový vztah má u všech participantů shodné charakteristiky. Jednalo se o dlouhodobé vztahy (2 roky a víc), které byly dotazovanými jedinci hodnoceny velmi kladně. Participantky do partnera vkládaly množství citů a naděje a považovaly ho za životního partnera. Tento vztah však náhle skončil a to z iniciativy partnera. Častým důvodem byla nevěra. Participantům tento důvod nebyl zcela objasněn a dá se říct, že ani v současnosti není zcela pochopen a zpracován, což participantům mimo jiné také brání v

navazování dalších vztahů. Průběh a konec tohoto vztahu způsobil u participantů jednak již zmíněný pocit zklamání a strachu, což je jednoznačná příčina singlovství, i přes velkou hodnotu partnerství. Tento vztah je navíc participanty do značné míry idealizovaný. Ve výběru partnera se proto neubrání srovnávání nastavenému ideálu předchozího partnera. Kromě těchto důvodů vycházejících z klíčového vztahu se u všech participantů přidávají samozřejmě i jiné důvody pro singlovství, jimiž jsou například větší očekávání a nároky na potencionálního partnera a také již popsany fenomén naučené nezávislosti.

Důsledky, které z této situace plynou jsou ve své podstatě různé. Mohou se částečně lišit individuálně, nebo se vyskytovat u jedné osoby současně. Jedná se především o způsoby vypořádávání se s tímto zklamáním, které ještě nebylo zcela zpracováno. Tyto participantky často vzpomínají a glorifikují tento vztah. Mohou potřebu dalšího vztahu popírat a lidově řečeno „uzavřít se do sebe“. Ve většině případů se i přes strach a obezřetnost snaží navazovat nové vztahy, ty jsou však krátkodobé a nevyhovující. Často se vyskytují hodnocení typu: „není to ono“, „nestálo to za nic“ a pod. Tyto krátkodobé vztahy jsou ukončovány samotnými participantkami, neboť nejsou tak „ideální“, jak by si participantky představovaly.

**Nad'a, 29 let:** „Těch vztahů... dřív takový vztahy ani nebyly vlastně. Tady tento byl takovej nejtrvalejší, prostě asi ten nej, co jsem teda prožila a musím říct, že jsem ho teda prožila úplně na plno od samého začátku a nejenom já, ale myslím si, že i on ... a hodně jsme spolu zažili. Jo , bylo to super. Mně se to líbilo a líbilo se mi to do posledního dne, než teda jednoho dne odešel a už se nevrátil. Teď už je to přes tři roky. Jako jo,... byly tu nějaký chvilkové vztahy, ale to ... nebylo to to pravý. ”

**Monika, 28 let:** „...ty konce to pro mě bylo velký zklamání. Člověk se pak sekne, nakope si zadek a pak už si dává sakra pozor a to je ono. Já už teď všechno to nebezpečí vnímám a už vím dopředu, že kdyby náhodou se mi už fakt hodně líbil, že už si dávám pozor a to se mi zdá hrozný, to už si pak nemůžeš najít nikoho. ”

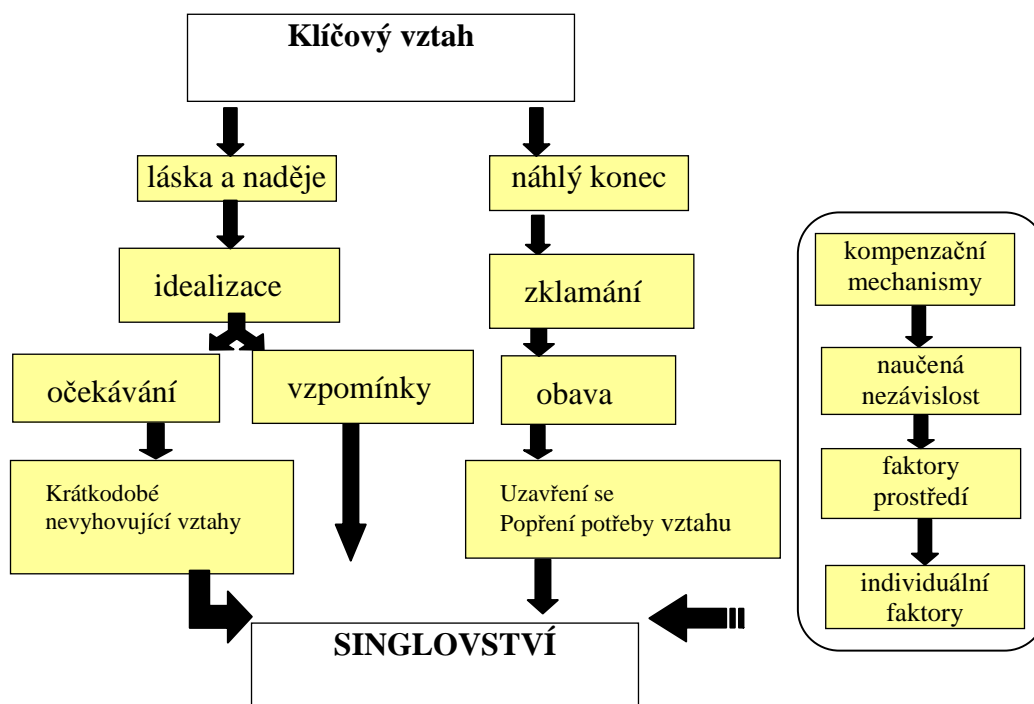
Klíčový vztah v minulosti se vyskytoval také v případě participantky a participanta, u nichž se hodnota partnerství nejdříve nejevila jako důležitá. Dalo by se říct, že byla dokonce popřená. Je proto pravděpodobné, že v důsledku tohoto klíčového vztahu, který byl příčinou zklamání a následné změny pohledu na partnerství a jejího přístupu k němu, jak i participantka přiznává, tuto svoji potřebu popřela a zaměřila se na seberealizaci

prostřednictvím sportu, konkrétně tance, jemuž věnuje v současnosti více času a energie než tomu bylo v minulosti. Stejný mechanismus se zřejmě projevil i u participanta, který se zaměřil na kariéru a vzdělání a racionální způsoby uvažování.

**Petra, 29 let:** „Od osmnácti let mám za sebou dva vztahy a každý byl úplně jinej a ten druhej, ten byl zásadní, jak kdyby mě tak trochu zlomil a od té doby se v tom plácám. Pro konec toho druhého vztahu jsem se já nerozhodla, takže to bylo takový, že mě to straší a už je to dost let, těch 5, 6 let a od té doby je to jako takové k ničemu. I když je tam nějaký vztah, tak buď je krátký, nebo... často to prostě ukončuju. Necítím, že je to ono, že jsou to partneři, nevážím si jich prostě.“

**Martin, 33 let:** „V době mládí jsem ztratil holku, kterou jsem hrozně miloval a to mě v podstatě doposud poznamenalo, že nejsem schopen té velké lásky zatím. Nevím, jestli jsem moc opatrný, nebo mám strach, nebo zastávám názor, že láska je stav pomatení mysli a feromony, zbláznění a hrozně krásný – a to já si už prostě nemůžu dovolit.“

**Vztahový diagram č.1: Klíčový vztah**



**SINGLOVSTVÍ JAKO VOLBA** -osm (4 muži a 4 ženy) z dotazovaných participantů se podle svých slov singlovství jako životní styl zvolili sami a dobrovolně. Důvody jsou u dotazovaných mnohé. Ten nejpodstatnější je ale ten, že jim to tak vyhovuje, neboť jim tato

volba umožňuje plnit pro ně podstatnější úkoly, jež vidí v seberealizaci prostřednictvím pracovního uplatnění. Partnerství, respektive rodina, je pro ně vzdálenou vizí, o které se ani příliš nezmiňují a ani se nechtějí zmiňovat, protože všechnu svoji energii a veškerou podstatu svého aktuálního života směřují do potřeby existenciálně se zajistit a realizovat se prostřednictvím výkonu. V těchto termínech hovoří v souvislosti s minulostí, přítomností i budoucností.

Poměrně silně na tyto participanty působí zvnitřnělé společenské tlaky na úspěch a společenské prosazení. Kromě partnerských vztahů se příliš nevěnují ani vztahům přátelským, na které nezbyvá čas. Jedině úspěch na poli kariéry je činí šťastnými.

**Veronika, 29 let:** „*Je to moje volba, kdybych chtěla s někým chodit, tak s někým chodím, ale nebudu v tom vztahu spokojená a pro mě to jako nemá smysl se do něčeho nutit a trápila tak toho druhého člověka. Kdybych s někým chodila tak to bude tak, že ten druhý mě miluje, má mě rád a chce být se mnou a já bych nechtěla, to znamená, ne přímo, že bych ho ničila, ale dělala bych toho druhého nešťastným. Takže jsem si teď vybrala být sama.*”

Ačkoliv někteří z těchto participantů o vztazích během rozhovoru příliš nehovoří, přece jen v náznacích zmiňují, že důvodem tohoto počínání je zklamání. Společným rysem dvou participantů-mužů je negativní zkušenost se vztahy v minulosti. Nejedná se ale pouze o zkušenost jim vlastní, ale v jednom případě i zástupnou zkušenost rodičů, konkrétně matky, která ji dále předala svému synovi.

**Jarek, 25 let:** „*No máti mě od těch partnerských vztahů spíš odrazuje, ale to je tím, co ona sama možná zažila.. Je to dáno jejími negativními zkušenostmi...*”

Tato špatná zkušenost ve vztahové oblasti způsobila nedůvěřivost, která se promítá také ve výrazné nespokojenosti s okolním světem. Obecná kritika špatných vlastností lidí v blízkém okolí pramenící ze špatné zkušenosti se objevuje pouze v rozhovorech těchto dvou participantů. Vztahy se těmito participantům nevyplácí tak, jako investovaná snaha věnovaná práci či vzdělání. Zdá se také, že tito participanté vlastnosti okolí vnímají poněkud úzkoprofilově, právě na základě těchto přesně vymezených vlastností.

## **2D: KOMPENZAČNÍ MECHANISMY CHYBĚJÍCÍHO PARTNERSTVÍ**

Při analýze rozhovorů bylo zjištěno, že v podstatě u každého participanta funguje určitý způsob kompenzace partnerství. Tato kompenzace je přirozeně nejvíce zřetelná u těch participantů, kteří jsou sami nedobrovolně a jsou s touto svojí situací nespokojeni, protože nedobrovolní singles si kompenzaci chybějícího partnerství uvědomují. Kompenzací mám na mysli jakýkoliv druh činnosti či aktivity, která pokrývá časový úsek, který dříve připadal, nebo by si participant přál, aby připadal na trávení partnerského vztahu.

*Filip, 26 let: „Žádný člověk, podle mě, nedokáže dlouhodobě žít sám. Podle mého chce pro někoho žít asi každé, a pokud to nechce, tak je to jenom tím, že si našel placebo v tom, že se zamiloval do vědy, nebo že žije pro něco jiného, ale drtivá většina lidí, podle mě, žije pro sebe, a když žiju pro sebe, tak chtějí, aby s nima někdo v tom životě byl a mohl se s ním podělit. Já sám nepředpokládám, že bych chtěl být pořád sám bez partnerky.”*

Tyto kompenzační mechanismy nepracují izolovaně, ale u většiny jedinců spolupůsobí, podobně jako další faktory spokojenosti. Například volnočasové aktivity mohou být prováděny spolu s přáteli, proto působí současně.

**KOMPENZACE PŘÁTELSTVÍM** - participantani poměrně široce a otevřeně hovoří o *kompenzační funkci*, kterou pro ně přátelství má, a to zejména pro jeho duchovní hodnoty, jako je důvěra, porozumění, sdílení, možnost sebeodhalení, ocenění a trávení volného času. Je kladen důraz na tyto společné rysy, jenž jsou předpokladem spokojenosti v partnerství.

*Petr, 35 let: „Do jisté míry mně přátelství nahrazuje i ten partnerský vztah, který je ale daleko hlubší. Vztah s kamarádkou je určitě příjemný, akorát není tak blízký. Povídáš si o zájmech a o tom, co Vás baví, to je fajn. Je určitě důležité, aby partnerka byla zároveň i kamarádkou.”*

**RODINNÁ KOMPENZACE** -subkategorie, která je postavena na stejném principu jako předchozí kategorie. Dvě participantky hovoří o přátelském a důvěrném vztahu k mladším sestrám, které jim nejvíce pomáhají překonávat pocit samoty vzniklý na základě chybějícího partnerství.

**PRÁCE JAKO KOMPENZACE** - jak jsem již uvedla, práce je pro participanty velmi důležitá a je jedním z nejpodstatnějších faktorů ovlivňujících životní spokojenost singles.

Významnějším faktorem je v tomto ohledu snad jenom chybějící partnerský vztah. V rámci výzkumu bylo zjištěno, že pracovní aktivita má zvláště u participantek (5) také funkci vedlejší a je mimo jiné i kompenzačním činitelem menší míry spokojenosti v důsledku absence partnerského vztahu.

**Lenka, 27let:** „Momentálně je to spíš práce, co mě naplňuje, ale nevím do jaké míry pozitivně. Hlavně mi zaplňuje čas a nemám už potom tolik času zabývat se třeba tou partnerskou oblastí, to znamená, že nepropadám třeba žádným šíleným stavům, depresím, že nemám toho partnera, ale i přesto mě chybí, to určitě ano.”

**KOMPENZACE CHYBĚJÍCÍHO PARTNERSTVÍ V AKTIVITĚ** - třetím nejdůležitějším „kompenzátozem” jsou volnočasové aktivity a zájmové činnosti.

**Petra, 29 let:** *Mě stoprocentně naplňují jiné aktivity, teda samozřejmě kromě sexu. Je to především to tancování, který mě, dá se říct, zachránilo a kvůli kterému bych teď asi ani partnerství neriskovala.”*

**KOMPENZACE VZDĚLÁVÁNÍM** - čtyři participanté považují za částečnou kompenzaci neexistujícího partnerství vzděláváním. Určitou kompenzaci lze spatřovat v tom, že vzdělání poskytuje participantům možnost seberealizace mimo partnerský vztah a vede tak k pocitu zadostiučinění, a tudíž i k větší spokojenosti, která může být negativně poznamenána chybějícím partnerským vztahem.

**Luboš, 27 let:** „Ten úspěch si myslím, že ještě musí přijít. Hlavně co se týče vztahů ... ten jsem ještě nezažil. Na ten čekám (zamyšlení). Jenom dílčí úspěchy, kterých jsem docílil vzděláním.”



### 8.2.3 Spokojenost s vnímaným nastavením společnosti k singles

Třetí okruh zkoumání má za cíl utřídit zjištěné závěry do kategorií, které se zabývají tím, jak singles vnímají nastavení současné společnosti k nim jako lidem žijícím životním stylem singles a jak jsou s ním spokojeni. První kategorie se zabývá *vnímaným nastavením celé současné společnosti*, druhá kategorie zužuje svůj zájem na *vnímaný pohled nejbližšího okolí k participantům*, tedy především přátel a rodiny. Poslední kategorie popisuje *strategie zvládnání případné nespokojenosti, či způsoby vyhýbání se této nespokojenosti* s nastavením společnosti či reakcemi okolí. Tento výzkumný okruh má za cíl „dokreslit“ zkoumanou tématiku životní spokojenosti do kompaktního celku.

#### **3 F: MÍRA SPOKOJENOSTI V RELACI CELÉ SPOLEČNOSTI**

Nespokojenost se statusem singles může mít kořeny i ve společnosti. Osm mužů a osm žen udává, že společnost má na jejich spokojenost alespoň částečný vliv, z toho dva muži udávají spíše obecné faktory spokojenosti ve společnosti, než-li aspekty, které by je ovlivňovali na základě jejich singlovství. Z výzkumu vyplývá, že participanté uvádějí častěji faktory, které jim v partnerství brání, nebo ty, s kterými jsou ve společnosti nespokojeni. Jen velmi zřídka jmenovali to, co jim jako singles ve společnosti vyhovuje a které společenské změny přispívají k jejich větší spokojenosti.

Nejdříve k aspektům, které *přispívají ke spokojenosti singles ve společnosti*, i když pouze dva muži a dvě ženy z celkového počtu participantů se domnívají, že jim stávající společenská situace *vyhovuje* více, než kdyby žili v jiné době a že tedy lidem žijícím jako singles poskytuje větší možnost spokojeného života („*Naštěstí to už není jako za dob našich maminek a babiček*“). Tři participanté a tři participantky hodnotili nastavení společnosti jako *neutrální* a konkrétní společenské aspekty, které přispívají k jejich spokojenosti, nejmenovali. Lze tedy předpokládat, že na spokojenosti těchto jedinců se společenské aspekty ve velké míře nepodepisují. Přesto ale všech šestnáct participantů, i těch, co vnímali současné nastavení společnosti spíše pozitivně, uváděli některé subkategorie, které přispívají k jejich nespokojenosti. Zdá se však, že participanté spatřují ve společnosti pouze jednu pro ně důležitou výhodu, jež má v těchto případech zásadní vliv na spokojenost participantů a tou je následující subkategorie.

**VYŠŠÍ TOLERANCE SPOLEČNOSTI K SINGLES** - podle těchto jednotlivců (4) se společnost dívá na singlovství jako na jeden z možných způsobů života, aniž by ho nějak negativně hodnotila, či o nich dokonce přemýšlela.

*Petr, 35 let:* „Určitě je teď ale daleko lepší situace pro svobodné, společnost je více tolerantní. Mě ta společnost možná ovlivňuje v tom, že jsem stále svobodný, protože, jak už jsem řekl, je o dost tolerantnější, než tomu bylo dříve klidem svobodným, i když určitý tlak tu jako je, ale člověk může žít relativně spokojeně.”

*Jakub P., 27 let:* „Společnost je teď mnohem zvyklejší, že ženská je v 35 letech sama, zvyklá dělat kariéru a nic neřeší, takže na druhou stranu to zase až tak špatný není. Určitě je to pozitivnější než za komunistů třeba, když naše rodiče v našem věku už měli třeba pětileté děcka.”

Všichni participanti shledali na společnosti minimálně jeden aspekt, s kterým byli **nespokojeni**. Tento aspekt se nejčastěji týkal **faktorů**, které singles podporovaly a umocňovaly v rozhodnutí zůstat bez partnera, nebo je k tomu částečně nutily a ovlivňovaly tak participantovu nespokojenost. Jedná se částečně o rozšíření kategorie *Příčin singlovství* o společensky podmíněné aspekty.

Tyto společenské aspekty ovlivňují spokojenost participantů sekundárně. Participanti jako členové společnosti v různé míře akceptují její hodnoty a normy. Toto přizpůsobování se společnosti se u některých participantů potvrdilo jako negativní. Jiní participanti však, a to je paradox této kategorie, tyto „tlaky” jako negativní nehodnotili, neboť jim umožňují žít relativně spokojený život i bez partnera. Například individualisticky založeným jedincům umožňují věnovat se kariéře, aniž by je za to někdo odsuzoval. Nebo jim současná společnost nabízí dostatečně velkou možnost kompenzace partnerství v podobě možností pracovních, zájmových, či zážitkových. Pokud by tato společnost participantům neposkytovala, byli by se statusem bez partnera nespokojeni ve větší míře než je tomu za těchto okolností. Následující faktory společnosti, které participanti popisují, spolu velmi úzce vzájemně souvisí a mají společný následek – negativní dopad na mezilidské vztahy a spokojenost v nich.

**MATERIÁLNÍ ORIENTACE SPOLEČNOSTI** - dva participanti hovoří o současné společnosti jako o konzumní a materiálně založené, což má velký negativní vliv na

mezilidské vztahy. Společnost tlačí člověka ke konzumnímu způsobu života, v důsledku toho má jedinec sklon k materiálnímu vnímání hodnot, a tudíž i posuzování mezilidských vztahů podle velikosti majetku a finanční úrovně. Zatímco skutečná hodnota člověka v současné společnosti klesá na významu, což je, dle jejich slov, aplikovatelné i na partnerství.

**Filip, 26 let:** „Myslím si, že společnost potlačuje nějaký duchovní citění, sociální vazby a mezilidský vztahy, včetně partnerských vůbec. Všechno se zkrátka odehrává jen na materiální úrovni. A taky je tu ten tlak, že se lidi neposuzují podle toho v co věří, jací jsou duchovně, ale podle toho, kolik vydělávají, jak to prezentují atd. Už je to vyloženo podle tabulek. Já třeba nechci partnerku, která by mě taky tak posuzovala.“

**ORIENTACE NA ÚSPĚCH** – tuto kategorii lze chápat jako příčinu upřednostňování kariéry a vzniku konfliktu hodnot, které, jak už bylo napsáno, jsou faktory nespokojenosti. Současná společnost upřednostňuje úspěšné jedince. To lze nejčastěji aplikovat na kariéru a profesní oblast. Podle participantů (6) je jedinec nucen se tomuto požadavku buď přizpůsobit, nebo se rozhodnout pro partnerství a seberealizovat se pouze částečně. V důsledku této nucené volby dochází k tomu, že lidé především vysokoškolského vzdělání a dobrého sociálního postavení partnerský i rodinný život odkládají.

Moderní člověk se věnuje dlouhou dobu přípravě na zaměstnání, vzdělává se při zaměstnání a v zaměstnání tráví většinu svého času. Pokud chce mít jedinec ve svém zaměstnání úspěch a dobré finanční ohodnocení, musí obětovat pro práci co nejvíc. To znamená musí být ochoten trávit v práci čas navíc, dělat přesčasy, vzdělávat se v oblasti jazyků, či pracovního oboru a to vše nad rámec svých povinností. To vše je přirozeně snadnější pro singles, kteří nemusí věnovat čas partnerovi. Spokojenost se v rámci této kategorie odvíjí převážně od toho, zda se jedná o participanta, který je sám na základě svobodného přesvědčení, nebo zda pociťuje vnější společenské zapříčinění.

Pokud však participant nebudou splňovat kritéria úspěšnosti nastavené společností, společnost tyto jedince selektivně vyloučí. Výsledkem je neustálá obava z neúspěchu, ať už v pracovní oblasti, ve vzdělání, nebo u žen třeba v kráse.

**Jana T., 25 let:** „Mně to ovlivňuje určitě v tom, že žiju uspěchaně a rychle, a jestliže se jedinec, kterej nesplňuje to co by měl, jsi moc pomalá, nebo třeba jen nejsi tak rychlá jak

*ostatní, tak tě okamžitě vymění. To znamená furt takovej ten strach, abys byla dost dobrá, splnila všechny ty kritéria, který ta společnost má...*

**Filip, 26 let:** *„Dneska je úspěch v zaměstnání znak nějakého společenského postoje, nějaký společenský úroveň. Dneska se třeba hodně řeší děti, kdy je mít, protože se lidi radši věnují té kariéře a s tím ty partnerský vztahy a svatby souvisí. A já to tak mám taky.“*

Tato subkategorie je aplikovatelná i na *partnerství a úspěšnost v něm*. Participanti – muži pociťují nespokojenost s požadavkem žen na společenské postavení a majetkové zázemí. Tento společenský faktor považují dva muži za příčinu jejich nechtěného singlovství.

**Filip, 26 let:** *„Myslím si, že bohatství zvyšuje sex appeal. Je to biologické pud žen, že je tato společenská prestiž přitahuje a podle toho i muže posuzují, já to třeba pociťuju...“*

Ženy jsou zase nespokojené s požadavky mužů. Pokud žena nesplňuje ideály krásy má to velký vliv na její úspěšnost v seznamování se s druhým pohlavím. Nesplnění kritéria krásy narušuje i další aspekty spokojenosti, jakými jsou spokojenost se sebeobrazem, sebepojetím, spokojenost v partnerských i mezilidských vztazích a ve výsledku i celkovou spokojenost.

**Monika, 28 let:** *„Mně třeba ve společnosti vadí, jak kluci chtějí jenom modelky a hubený a na tebe se každá dívá tak jako zvrchu, že ty nejseš ta hvězda hubená a přitom ani nezkusí, jaká jsi povahově. Víc jim záleží na tom, co vidí, než to, co je uvnitř.“*

**NEVÝHODY INDIVIDUALISMU** - nadměrný individualismus brání člověku trávit více času s ostatními a negativně ovlivňuje schopnost jedince porozumět druhému člověku. Tato skutečnost ovlivňuje spokojenost v obou směrech. Jednak okolí nemusí být spokojeno s tím, že jedinec nedokáže rozpoznat jeho potřeby a ignoruje je, ale také způsobuje jedincovu nespokojenost s okolím pro ten stejný důvod. Podle tohoto názoru je to zejména společnost a postmoderní doma, ve které žijeme, kvůli níž ztrácí člověk smysl pro kolektivní hodnoty.

**Filip, 26 let:** *„Tak určitě člověk je zaměřený více sám na sebe a nevnímá tolik, že ti ostatní mají také své potřeby. Negativní na tom je, že chybí člověku nějaká zkušenost, nějaká mezilidská relace, která je nutná pro to, aby s ní mohl nějak vyjít. A to není jako jen pro*

*jednotlivce, jakože pro mě, abych uměl vycházet s ostatníma a abych to měl jednoduchý, ale pro mě samotného je nepříjemný, že máš vedle sebe někoho, kdo nechápe tvé potřeby a jasně je ignoruje, protože to nemá zažitý a tak dále. ”*

Pro dva participanty (muž a žena) představuje zaměření sám na sebe určitou hrozbu chápanou v širším kontextu celé společnosti. V subkategorii *Soulad se sebou sama* je popsána tato myšlenka jako charakteristika singlovství, jež má kladný vliv na spokojenost člověka. Není to ale absolutní pravda a je třeba se zamyslet i nad opačným významem, který tento fenomén pro singles má. Je – li člověk nadměru spokojen sám se sebou ve všech oblastech a naučí se být zcela soběstačný, jeho potřeba partnera slábne.

**Petra, 29 let:** *„...ale na druhou stranu, abys nebyla moc šťastná sama se sebou (smích), protože to je právě ten problém, když se to naučíš, tak potom ti už ten chlap nestojí za to, protože, co mi jako dá? Já ho nepotřebuju na trávení volného času, nepotřebuju ho na peníze, nepotřebuju ho na nic. Jen na sex a založení rodiny ho potřebuju.”*

**HEKTIKA DOBY** - důsledkem stylu života, který společnost po úspěšných jedincích vyžaduje, je únava, nedostatek odpočinku a volného času „sám pro sebe”, natož snad pro druhého člověka. Život se za přispění moderní technologie a pracovního tempa zrychlil. Časový nedostatek a únava (viz. subkategorie *Časový nedostatek*) participantům zabraňuje v seznamování se s potencionálními partnery, v setkávání se s přáteli a vůbec s porozuměním druhému člověku apod. Ve zjednodušeném a na čas náročném světě chybí člověku schopnost proniknout k pravé povaze věcí a tuto skutečnou hodnotu ocenit. **Povrchnost, nervozita, uspěchanost, závist, nedůvěřivost, únava, arogance a menší schopnost těšit se ze života** jsou dalšími faktory, které participanti uvádí ve spojitosti s nespokojeností ve vztazích.

**Martin, 33 let:** *„Žijeme jako stroje, protože to má být rozdělené 8 hodin spánek, 8 práce a 8 hodin nějaký žití a když jsem já patnáct hodin v práci, tak pak akorát upadnu do postele, stejně jako ty partnerský vztahy.”*

**NEJISTOTA** - jeden participant vnímá jako největší dopad konzumní a materiálně založené společnosti pociťovanou nejistotu, která je u singles prohloubena ještě s neexistencí partnera. Bez tohoto ‚pevného bodu‘, jak ho sám participant nazývá, nemůže

člověk dostát pocitu zakořenění a nemůže být v současné společnosti, která je odcizená a nejistá, šťastný.

**Filip, 26 let:** „Chybí mi taková ta víra, že se prostě nemá člověk o co opřít a kam se vrátit a je všechno jenom relativní, tak člověk trpí takovým pocitem prázdnoty a tím, že má nekonečně velkou zodpovědnost sám za sebe a necítí nad sebou žádnou tu ochranou ruku, třeba partnera, kterej za ním stojí ,ať v dobrým či ve zlým, jak se říká. Dnešní svět je hodně relativní a postavený na konzumním způsobu žití a mě prostě chybí cokoliv, co člověku dá jistotu a bude vědět, že s tím může počítat, že z toho může vycházet a že se k tomu může vrátet. ”

**SPOLEČENSKÁ DISKRIMINACE SINGLES** - největším faktorem nespokojenosti, který se vztahuje na participanty z toho důvodu, že žijí jako singles, vychází ze společenské normy partnerství. Tato norma se projevuje ve vztahu k bydlení, ke společenskému životu (viz. následující subkategorie), k postoji okolí k nezadaným, v postavení ve společnosti, či k pracovním výhodám. Ve všech těchto oblastech si připadali participanti (ve většině participantky) znevýhodněny ve srovnání se zadanými jedinci. Tuto nevýhodu lze označit jako další faktor nespokojenosti se statutem singles i se společností.

**Petra P., 29 let:** „Co já teď hodně vnímám, a vnímaly to i moje kamarádky, když byly jako já samy, že když si našly partnera, tak někteří ti kolegové je začali lépe brát. Já si myslím, že ta společnost si stále myslí, že jsi sama proto, že jsi moc vybíravá a můžeš si za to sama... zvýšíš si u nich status, když jsi s někým.”

**Helena, 26 let:** Spousta lidí z mé práce a okolí, se domnívá, že nemám stejná práva, jaké mají moje zadané kolegyně. Přestože jsem byla podle určitého bodového hodnocení výš než ostatní a mohla jsem si vybrat místo, kde budu vykonávat službu. Mí nejbližší přátelé mi řekli, že nemám tak silné důvody jít do Prahy, jako má ona, protože ona tam má přítele a já ne, tudíž já jsem na tom bita. To mi vadí, protože už i tak trpím za to, že jsem sama jako vnitřně a ještě trpět tímto způsobem, tak to mě přijde nehorázný. ”

Postoj a chování okolí, které výrazně upřednostňuje zadané jedince může mít vliv i na pocit méněcennosti.

**Helena, 26 let:** „Mrzí mě, že člověk sám není prostě nic, tím spíš, že jsem holka, protože kluci ty holky táhnou za sebou a já musím být dobrá jako kluci, aby mě brali, tak to mi vadí a přijde mi to od nich hloupí, ale co s tím...”

**SPOLEČENSKÁ OMEZENÍ SINGLES** - již v předchozí subkategorii jsou nastíněna společenská omezení a deficity, díky nimž singles nemohou využívat všech společenských možností. Toto omezení se týká společenských akcí, tedy koncertů, plesů, večírků, ale i volnočasových aktivit, například výletů, sportu a dovolených, které jsou přizpůsobené partnerským párům a lidé žijící bez partnera jsou znevýhodňováni. Kromě toho je partner považován za podstatný motivační prvek se těchto akcí účastnit. Singles různé společenské a zábavné akce vynechávají jednoduše proto, že se nemají s kým účastnit. Pokud nechtějí trávit čas individuálně, jsou odkázáni na rodinné příslušníky nebo přátele, kteří většinou žijí v partnerském vztahu.

**Lucie, 29 let:** „Nevýhodou je třeba dovolená. Nemůžu jet s přítelem, maximálně čekat na nějakou kamarádku, která bude sama, nebo se sestrou, ale to mně taky vadí. Občas samozřejmě i ten volnej čas, že se člověk musí spoléhat na ty kamarády. Jako jednou čas mají, zrovna jsou třeba rozešli, tak mají času spoustu, ale když se zase zamilujou, tak tu osobu čtvrt roku nevidím...”

Dvě ženy kromě upřednostňování partnerských párů pocítují také genderovou nevýhodu příslušnosti k ženskému pohlaví. Společenské nastavení preferující zadané páry je hodnoceno jako nespravedlivé. Dvě participantky v této souvislosti hovoří o větším respektu k zadaným ženám, za nimiž stojí jejich partner, v němž mají oporu.

**Lucie, 29 let:** „Nemám takovou tu oporu. Občas mám pocit, třeba v partě, hlavně třeba kluci, že si třeba tak nedovolí na holku, za kterou stojí nějaký kluk - přítel. Oni ho jako respektují, že tam je nějaký chlap, kdežto do té holky samotné... tak to si můžou dělat srandu a strefovat se, protože tam na ně nikdo nezařve. ”

**GENDEROVÉ NEVÝHODY SINGLES ŽEN** - podle některých participantek (3) jsou nevýhody společnosti vázané více na ženské pohlaví, než-li na mužské, jak bylo popsáno i v předcházejících dvou subkategoriích.

*Jana T., 25 let: „Myslím si, že pro tu ženskou je to teď ve společnosti daleko těžší skloubit ty všechny požadavky a být dobrá ve všem... Být úspěšná, stíhat všechny termíny – v práci i ve škole, zůstat dokonalá a krásná, mít spokojený partnerství, v budoucnu se postarat o rodinu a domácnost...je to těžký.”*

Role moderní ženy ve společnosti a biologické danosti ženského pohlaví nedovolují ženám stejné uplatnění jako mužům, neboť role ženy jako matky je časově omezená. Zároveň je na ženy vyvíjen určitý tlak na uplatnění se a emancipaci ve společnosti. Tento časový pres je tedy dvojitý. Před ženami stojí dva těžké životní úkoly: založit rodinu a vybudovat si profesní kariéru. Jsou však současně omezeny biologickými možnostmi mít děti. Ženy nemohou v důsledku této „nespravedlivosti”, většímu množství úkolů, ale také menším možnostem prožívat stejnou míru spokojenosti jako muži, kteří jsou těmto dvěma tlakům ušetřeni. Problematiku *dvojití kariéry* a fenoménu *„tikajících biologických hodin”* některé participantky intenzivně vnímají, znesnadňuje jim pochopení jejich místa ve společnosti, a proto se dá předpokládat určitý dopad na jejich životní spokojenost ve smyslu samostatného života bez partnera.

Dalším negativním aspektem je *menší výběr potencionálních partnerů podobného věku*, kteří by byli vyhovujícími pro založení budoucí rodiny, což opět znesnadňuje možnost mít děti a kariéru v co nejkratším časovém intervalu.

*Lucie, 29 let: „Chlapi mají mnohem víc času než holky, protože nejsou věkově omezení. My nemůžeme mít děti ve stáří, až budeme mít za sebou kariéru. Oni si ve čtyřiceti můžou najít dvacítku. V tomhle máme hroznou nevýhodu. Je spousta vrstevníků našeho věku, kteří chtějí mladší. A pak by nás chtěli nějakí padesátníci, které zase nechceme my. Žena to má těžší v tom, že musí dělat kariéru a pak mít ještě děti a podle mě je to tak hrozně nespravedlivě nastavený. Ženská je vlastně rovnoprávná v tom, že musí dělat všechno co chlap, tím pádem chodit do práce, ale přitom má mnohem víc povinností než on. Vydělat peníze, postarat se o domácnost, vychovat děti. Na tu ženskou je toho mnohem víc než na toho chlapa. ”*

**KULTURNÍ GENDEROVÉ STEREOTYPY** - tato subkategorie je stejně jako ta předešlá vázaná na společenské nevýhody singles vztahující se k ženskému pohlaví. Zde se jedná o konkrétní vliv zažitých genderových stereotypů na seznamování a jsou tedy dalším



z *důvodů singlovství*. Jedna participantka uvádí, že je do jisté míry ovlivněna společenskou konvencí, jež určuje, že iniciativní by měl být vždy muž.

*Veronika, 29 let:* „Myslím, že mě ta společnost ovlivňuje, protože kdyby tady naproti seděl pěkný kluk, tak si nedovolím jít za ním a oslovit ho, protože kdybych to udělala, řekla mu, že se mně líbí a pozvala ho na kávu, tak si o mně bude myslet, že jsem spadla z hrušky. ”

### **3G: FAKTORY SPOKOJENOSTI V NEJBLIŽŠÍM OKOLÍ**

Daší skupinou vlivů a kategorií, které participanti pocítují jsou *faktory nejbližšího okolí*, tedy rodina a přátelé. Na spokojenosti singles se mohou projevit postoje rodiny, či přátel. Tyto postoje mohou být manifestovány ve formě přání rodičů, či dohazovačských tendencí přátel.

Ve výzkumném souboru se reakce okolí na participanty jako na lidi žijící bez partnera neprojevil vzhledem k jejich spokojenosti jako významný. Byl chápán spíše s nadsázkou a humorem. Pouze tam, kde byl tento požadavek zvnitřněn, se prokázal negativní vliv na spokojenost participanta se statutem singles. Toto zvnitřnění se nejčastěji děje cestou komparace participanta s přáteli, či s příbuznými podobného věku. Pokud je nespokojenost se statutem singles dána už osobnostním nastavením (vysoké hodnocení rodinných hodnot, velká potřeba afiliace a pod.) tímto srovnáváním se s okolím se ještě více prohlubuje. Pokud je pro participanta singlovství dobrovolné, vliv okolí je nulový.

*Veronika, 29 let:* „Babička mi řekla takovou hezkou věc, když jsem jí přála k narozeninám, ať je s námi ještě dlouho, jí je 85 roků ,Verunko, musím, já se musím ještě dožít tvojí svatby.’ Nikdo mě to nijak násilně nepředhazuje, i když já jsem jediné vnouče, které s nikým nechodí, nebo které nikoho nemá, ale je to moje volba, kdybych chtěla s někým chodit, tak s někým chodím”

**PŘÁNÍ NEJBLIŽŠÍHO OKOLÍ** - nejčastěji a také v různých nuancích participanty uváděno je přání rodičů, či prarodičů (velmi řídké i přátel) na participanty, aby si začali hledat partnera. Tento „tlak” okolí je ve většině případů (17) vnímaný velmi povzneseně a s nadsázkou. Vyskytuje se s různými odměnami (*kdy budou vnoučata..., kdy bude svatba..., dožiju se ještě vnoučat?,... honem, bude ti třicet!* a pod.). Někdy je formulovaný jako rada do života („Najdi si bohatou a pěknou.”), jindy jako vlastní zkušenost rodičů („Vždycky udělej to, co po tobě ženská chce”). Dalo by se říct, že má jen velmi mizivý vliv na

spokojenost participantů, pokud se s ním participant neidentifikuje. Spíše než tlak je vyjadřován soucit a empatie.

**Lucie, 29 let:** „Samozřejmě mě tlačí na to, abych nebyla sama. Hlavně rodiče, ale spíš máma a taky jsou nespokojení s mojí prací, takže mě hodně hustí do toho, abych si našla něco lepšího, protože pro ně je toto podřadná práce Tak to mně vadí, no.“

Jeden participant, který je zařazen i do předchozí subkategorie, vnímá tlak okolí jako zájem. Tento zájem nejbližšího okolí pak může být v tomto pojetí naopak zdrojem spokojenosti v rámci mezilidských vztahů i spokojenosti celkové.

**Filip, 26 let:** „Ten vliv z mého okolí přichází docela nenásilně. Rodiče se těší na vnoučata a přátelé se ptají, jestli je něco nablízku, ale všichni mě berou jako individuální osobnost a v podstatě ke mně nikoho jiného nepotřebují. Takže to nevnímám nějak extrémně, ale spíš jako zájem než tlak.“

**DOHAZOVAČSKÉ TENDENCE** - ve třech případech byl tlak ze strany přátel a sourozenců vyjadřován formou dohazovačských tendencí, například zprostředkováním setkání, nebo také prostřednictvím seznamky. Tyto snahy hodnotí participanté jako zbytečné a nepříjemné.

**Petr, 35 let:** „Občas pozoruju narážky okolí, člověk je ale bere jako, že jsou a nic si z toho ani nedělá. ‚Ty ses ještě neoženil, nebo tak...‘ , taky často takové ty dohazovačské tendence. Ono to pro chlapa není moc příjemné mluvit o tom partnerství a takové akce podnikat.“

**ZÁSTUPNÁ ZKUŠENOST RODIČŮ** - tato subkategorie se týká dvou participantů a i když ji řadím do vlivu nejbližšího okolí, dala by se určit i jako celkový vliv společnosti na spokojenost singles. Může být opět chápána jako *důvod, proč zůstávají singles sami bez partnera*. Touto příčinou je **rozvodovost** jako fenomén současné společnosti, který se participantů dotýká prostřednictvím manželských krachů a záporných zkušeností jejich rodičů.

**Filip, 26 let:** „Díky tomu, že se naši rozvedli, když jsem vyrůstal, tak jsem si řekl, že se budu ženit pozdějš, jestli vůbec... poměrně se mě to dotklo, ale myslím si, že se to týká celé naší generace.“

*Jarek, 25 let: „máti mě od toho spíš odrazuje, ale to je tím, co ona sama možná zažila.. Je to dáno jejími negativními zkušenostmi. ”*

**ZVNITŘNĚLÝ TLAK SPOLEČNOSTI** - v jednom případě je nepřímo vyjádřen *vnitřní tlak participanta*, který vznikl na základě skutečnosti, že většina jeho přátel již vstoupila do manželství, zatímco on je stále svobodný a bez partnerky. Tento faktor, jak se během rozhovoru ukázalo, přispívá poměrně výrazně k jeho celkové nespokojenosti (pozn. velmi nízký skór spokojenosti určený metodou SEIQoL). Nejbližší přátelé, kteří se žení, či vdávají, jsou zmiňováni i u jiných participantů. V těchto případech jsou však dobře kompenzováni jinými nezadanými přáteli a tento aspekt nemá na jejich míru spokojenosti takový vliv, jako je to v tomto případě.

*Franta, 33 let: „A od kamarádů, co se oženili, tak nepřímo. Že oni už se oženili, že se jim to podařilo, ale mně ještě ne. Já asi nemám to štěstí, co oni, nebo nevím, kde je chyba. ”*

### **3H: STRATEGIE ZVLÁDÁNÍ VLIVŮ OKOLNHO PROSTŘEDÍ**

Někteří z nich se v průběhu rozhovoru zmiňují i o tom, jak se vnějším tlakům z okolí účelně brání a přizpůsobují tak, aby byl dopad těchto vlivů co nejmenší. Při analýze rozhovorů jsem zjistila následující *strategie zvládání vlivů vnějšího prostředí*, jež participantů užívají.

**KONGRUENTNÍ SPOLEČNOST** - jedním ze způsobů, jimž se participantů udržují vůči subjektivně negativním vlivům imunní, je stýkání se s lidmi podobných názorů a postojů, případně s lidmi, kteří jsou také momentálně bez partnera. I když některé normy, či postoje ve společnosti negativně ovlivňují jejich spokojenost, tyto přátelé jim umožňují jejich lepší zvládání a přispívají k jejich spokojenosti.

**PŘIZPŮSOBNÍ ŽIVOTNÍCH CÍLŮ** - jedná se o velmi podobnou strategii jako je *Strategie přizpůsobení* popisovanou v rámci kategorie *Životní strategie*. Participantů zhodnotili stávající situaci a na základě svých aktuálních potřeb své minulé cíle posunuli do budoucnosti.

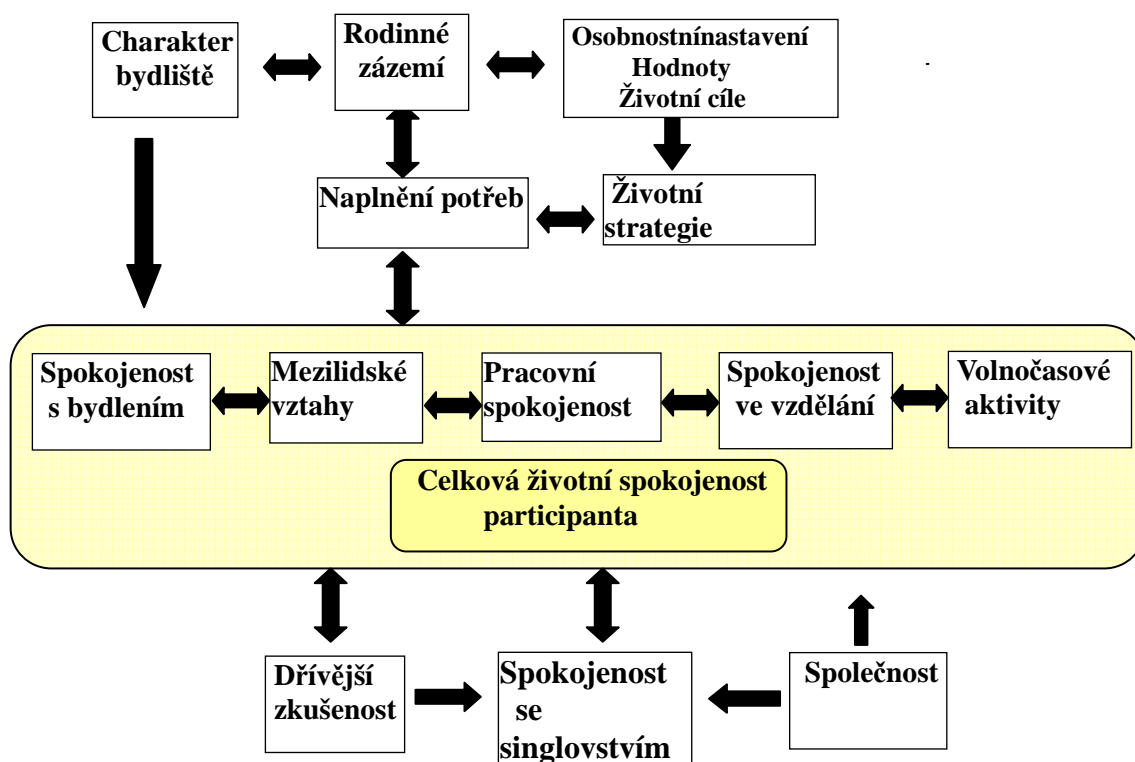
*Petra, 29 let: „Dřív jsem si říkala, že do třiceti let budu vdaná a budu mít dítě nebo tak a není to tak, tak jsem to přehodnotila. ”*

### 8.3 Společné kategorie na základě vykazované životní spokojenosti

V průběhu analýzy bylo zjištěno, že se některé kategorie a subkategorie v různé míře opakují u jedinců, kteří vykazovali podobnou míru spokojenosti zjištěnou na základě metody SEIQoL. V následující tabulce jsou znázorněny tři skupiny participantů rozdělené na základě zjištěné spokojenosti na *nejméně spokojeni* (do 50 %) *středně spokojeni* (do 75%) a *velmi spokojeni* (nad 75%). Protože se ukázalo, že se společné kategorie liší u *mužů* a *žen s podobnou mírou spokojenosti*, můžeme předpokládat, že je spokojenost u participantů a participantek ovlivňována jinými aspekty. V prvním přehledu jsou uvedeny společné subkategorie mužů pro tři pásma spokojenosti. Druhá tabulka je obdobou pro výzkumný soubor žen. Na základě tohoto přehledu je možné zjistit, v kterých pásmech je nejvíce společných kategorií a které skupiny participantů se od sebe naopak nejvíce liší a mají nižší počet společných kategorií.

Na základě zjištěných kategorií a k nim náležících subkategorií je možné odvodit, které aspekty mohou životní spokojenost participantů ovlivňovat.

**Vztahový diagram č. 2:** Aspekty ovlivňující celkovou životní spokojenost singles



**Tab.4** Společné kategorie na základě míry spokojenosti – MUŽI

KATEGORIE	SUBKATEGORIE		
	Do 50% (4)	50 – 75% (4)	Nad 75% (3)
HODNOTOVÁ ORIENTACE A NAPLNĚNÍ HODNOT	Konflikt hodnot	Priorita kariéry (2)* Priorita partnerství(2), Priorita zájmů(3)	Priorita partnerství(2), Hodnotová harmonie, Stanovené priority, Priorita zájmů
OSOBNOSTNÍ DISPOZICE	Dílčí cíle, Popření ne - Úspěchu(2),Skromnost(2)		Optimismus Akceptace skutečnosti
ASPEKTY PROSTŘEDÍ		Časový nedostatek	
VIZE SPOKOJENÉ BUDOUCNOSTI	Změna stávající situace(3), Naplnění v profesním životě	Změna stávající situace(3),	Malý spokojený život Osamostatnění
ŽIVOTNÍ STRATEGIE	Aktivní strategie	Strategie přizpůsobení(3)	Omezené aktivní strategie(2) Strategie přizpůsobení
PRACOVNÍ SPOKOJENOST	Celková pracovní spokojenost(2) Finanční ohodnocení(3)	Finanční ohodnocení(3)	Celková pracovní spokojenost Odpovídající kvalifikace
SPOKOJENOST VE VZDĚLÁNÍ	Účelné vzdělání (3) Vzdělání jako sebenaplnění	Vzdělání jako sebenaplnění(2)* Neuspokojivé vzdělání(2)	
SEBEHODNOCENÍ	Komunikativnost(3), Spolehlivost(2) (2 <i>neuvádí nespokojenost se sebou→popření?</i> )	Nízká schopnost komunikace s 2.pohlavím (2), Konfliktnost(2)	Společenská, Tolerance(2), Nekomplikovanost(2), Vtip, Konfliktnost(2)
AKTUÁLNÍ VZTAHY <sup>1</sup>	Komplikované vztahy Širší okruh přátel(3) Individuální hodnota přátel(2)	Sbližuje nás vzdálenost(3) Užší trvalá přátelství(3)	Dvougenerační rozpory(2) Širší okruh přátel
ZKUŠENOSTI S PARTNER. VZTAHY	Vztahy jako sinusoida(2), Pozitivní zkušenost(2), Poučení(2)	Co si, kdysi bylo, nebylo to ono (2), Zklamání(2)	Vztahy jako sinusoida(2) Zklamání(2)
SPOKOJENOST SE SINGLOVSTVÍM	Potřeba blízkosti(3), Dávat, přijímat a sdílet(2), Samota jako méněcennost(2)	Potřeba blízkosti(3), Minimum závazků, Nedostatek motivace(2), Neomezená svoboda	Potřeba blízkosti, Dávat, přijímat a sdílet, Neomezená svoboda
DŮVODY SINGLOVSTVÍ	Upřednostnění kariéry (2)	Upřednostnění kariéry(2)* Singlovství jako volba(2), Kariéra vs. láska(2)	
KOMPENZACE PARTNERSTVÍ	Vzdělání	Kompensace v aktivitě(3)	Kompensace v aktivitě
SPOKOJENOST S NASTAVENÍM SPOLEČNOSTI <sup>1</sup>	Orientace na úspěch Přání nejbližšího okolí(2) Zástupná zkušenost rodičů(2)	Hektika doby (2) Přání nejbližšího okolí(3)	Nevýhody individualismu(2) Přání nejbližšího okolí

- číslo v závorce uvádí počet participantů, kteří odpovídají dané subkategorii, není-li uvedeno, odpovídají jí všichni

\* Ve skupině se střední mírou spokojenosti se nacházejí dva participanté s pro-rodinnou hodnotovou orientací a dva individualisticky orientovaní participanté

<sup>1</sup> Uvedené subkategorie spadají v rámci dané kategorie do více tématických oblastí (např. do kategorie *Aktuální vztahy* patří rodinné, přátelské, popř. aktuální krátkodobé partnerské vztahy, do kategorie *Spokojenost s nastavením společnosti* se řadí aspekty celospolečenské i nejbližšího okolí.)

**Tab.5** Společné kategorie na základě míry spokojenosti - ŽENY

KATEGORIE	SUBKATEGORIE		
	Do 50% (4)	50 – 75% (3)	Nad 75% (4)
HODNOTOVÁ ORIENTACE A NAPLNĚNÍ HODNOT	Priorita partnerství, Konflikt hodnot	Partnerství jako alternativa	Partnerství jako spol.norma (3),Partner jako budoucí vize
OSOBNOSTNÍ DISPOZICE	Negativní sebepojetí(2), Bezmoc a vněj.místo řízení	Optimismus, Cílevědomost a jasné vize	Cílevědomost(2),Akceptace skutečnosti, Popření ne- úspěchu,Vnitřní místo řízení
ASPEKTY PROSTŘEDÍ	Negativní živ.události		Pozitivní živ. Události
VIZE SPOKOJENÉ BUDOUCNOSTI	Malý spokojený život, Partner jako cesta ke spokojenosti, Život bez dalších ran a zklamání(3)	Naplnění v profesním životě Změna stávající situace(2),	Malý spokojený život(2), Naplnění v profesním životě Životní standart(2)
ŽIVOTNÍ STRATEGIE	Strategie směřující k , partnerství(2)	Strategie přizpůsobení	Aktivní strategie, Strategie přizpůsobení
PRACOVNÍ SPOKOJENOST	Celková pracovní spokojenost(3) Dobré pracovní vztahy	Celková pracovní spokojenost	Celková pracovní spokojenost(3) Změna jako motivace(2)
SPOKOJENOST VE VZDĚLÁNÍ	Účelové vzdělání(2),Vzdělání jako sebenaplnění(3)	Vzdělání jako sebenaplnění	Neuspokojivé vzdělání(2)
SEBEHODNOCENÍ	Společenská(3),Ochota pomoci až obětavost(3), Opatrnost(2),Soběstačnost, Nadměrná otevřenost(2), Dojem nepřístupnosti(2), Konfliktnost	Společenská(2),Spolehli- vost,Ochota pomoci, Tvrdohlavost,Netrpělivost(2)	Komunikativnost(2),Otevře- nost(3),Vtip(3),Ochota pomo- ci(3),Nepřístupnost(3),
AKTUÁLNÍ VZTAHY <sup>1</sup>	Sestra jako přítelkyně(2) Užší trvalá přátelství(3), Nedostatečná kompenzace Není to ono	Dobré zázemí Užší trvalá přátelství Nedostatek kontaktů	Dobré zázemí,Pocit zakořenění
ZKUŠENOSTI S PARTNER. VZTAHY	Pozitivní průběh,Pozitivní zkušenost(3),Zklamání, Poučení,Není to ono	Vztahy jako sinusoida(2) Protrahované vztahy(2)	Vztahy jako sinusoida(3)
SPOKOJENOST SE SINGLOVSTVÍM	Potřeba blízkosti, Dávat, přijímat, sdílet,Tiživá samota Nedostatek motivace(2),	Potřeba blízkosti, Neomezená svoboda	Potřeba blízkosti,Neomezená svoboda,Minimum závazků Nedostatek sexu,Kompenzo- vaná nespokojenost
DŮVODY SINGLOVSTVÍ	Nelze mít vše,Vysoké nároky (2),Větší opatrnost(3),Klíčový vztah(3),Naučená nezávislost	Nelze mít vše(2)	Vysoké nároky,Kariéra vs. láska,Single jako volba, Naučená nezávislost
KOMPENZACE PARTNERSTVÍ	Přátelství,Práce(2),Rodinná(3)	Přátelství(2)	Kompenzace v aktivitě
SPOKOJENOST S NASTA- VENÍM SPOLEČNOST <sup>1</sup>	Orientace na úspěch(3), Hektika doby(3), Nevýhody individualismu Přání nejbližšího okolí (3), Dohazovačské tendence(2)	Společenská omezení singles Přání nejbližšího okolí(2),	Hektika doby Společenská diskriminace Společenská omezení s.(2), Genderové nevýhody s.ž.(2) Přání nejbližšího okolí

## 9 Diskuze

Teoretická koncepce zabývající se vzájemnými souvislostmi tématu životní spokojenosti a fenoménem singloství, kterou jsem zpracovala v rámci ročníkové práce, mi poskytla ideovou základnu pro výzkum realizovaný prostřednictvím semistrukturovaného interview a doplňkové metody SEIQoL na 22 participantech mužského i ženského pohlaví ve věkovém rozsahu 25 – 35 let, jenž nekohabitují, jsou finančně nezávislí na rodičích a žijí nejméně tři roky bez trvalého partnera. V této souvislosti je na místě uvést, že se potvrdily výsledky studií (South, Cargan, Melko), podle nichž drtivá většina singles považuje manželství za součást očekávané budoucnosti a nepovažuje se za stabilní singles. Vlastní definice kandidátů do výzkumného souboru byla nutná zejména z důvodu zmíněné nejednotnosti pojetí singles v odborné literatuře, ale také pro značnou různorodost skupiny lidí žijících bez partnera.

Při samotném výběru participantů se ukázalo jako nejpodstatnější, ale současně i nejsložitější zachovat heterogenitu v rámci definicí omezené skupiny lidí a zároveň získat takové participanty, kteří jsou ochotni autenticky popsat důvěrné a intimní skutečnosti svého života. Tento požadavek se stal zároveň i největším limitem výzkumu. Ukázalo se, že především muži o sobě hovořili nejdříve „s odstupem“, což se projevilo například stylizací, paradoxními výroky a nepřesnostmi (viz. určení celkové spokojenosti u SEIQoL). Domnívám se, že k této počáteční „nepřístupnosti“ přispěl i fakt, že výzkumníkem je žena. Problematika vztahů, obzvláště tehdy pokud tyto vztahy nevychází podle představ jedinců, je velmi osobním tématem, jenž vyžaduje citlivý přístup výzkumníka. Toho jsem se v těchto případech snažila docílit opakovanými schůzkami, které i participantům vyhovovaly. Tím jsem získala větší důvěru a také vyšší validitu odpovědí. Rozmanitost výzkumného vzorku je důležitá především v těch oblastech (věk, počet předchozích vztahů, stupeň dosaženého vzdělání, zaměstnanost), které by mohly ovlivňovat míru vykazované životní spokojenosti

Mnou zjištěné závěry potvrdily některé z dříve realizovaných výzkumů obou teoretických oblastí. Jsou v souladu s jednotlivými teoriemi well-beingu a českými i zahraničními studii o singles. Současně však odhalily další souvislosti a mechanismy mající vliv na životní spokojenost singles. To vše bude popsáno v rámci tří výzkumných cílů, jenž jsem si pro svůj výzkum stanovila.

## 9.1 Aspekty subjektivní životní spokojenosti singles

*Prvním výzkumným cílem* bylo zjistit, jaká je subjektivní spokojenost singles. Předmětem zájmu byla jednak vykazovaná spokojenost v jednotlivých oblastech života, ale také faktory, které k subjektivní životní spokojenosti se životem v různé míře přispívají.

Ve shodě s dřívějšími výzkumy (Myers aj.) se ukázalo, že ženy singles jsou o něco málo spokojenější než muži singles. Mezi participanty – muži se nacházejí i větší individuální rozdíly mezi jednotlivci a to v obou metodách.

Výsledky ukázaly, že životní spokojenost singles je poměrně silně ovlivněná hodnotovou orientací participantů a mírou naplnění důležitých hodnot. Hodnotová orientace participantů vyjadřovaná především hodnotou partnerství a kariéry souvisí i s představami ideálního života, jejíž naplňování ovlivňuje spokojenost podle teorie diskrepancí (Michalos, Campbell). Neexistující partnerství a jeho vysoce vnímaná hodnota je významným faktorem nespokojenosti zejména u žen, zatímco u většiny mužů tak velký vliv na spokojenost nemá, ba dokonce u čtyř participantů – mužů, kteří vykazovali nejvyšší spokojenost, byla partnerství přikládána velká důležitost. Je proto nesprávné tento faktor považovat za absolutní a ponechat ho bez dalších souvislostí. U žen s nízkou mírou celkové životní spokojenosti se zároveň prokázalo, že tuto svoji potřebu silně kompenzují ve vzdělání a zaměstnání, které si vybraly a ve kterém dosahují výborných výsledků. Kariéra je v těchto případech považována za nucenou volbu mezi dvěma pro participantky atraktivními možnostmi a stává se tak příčinou i důsledkem singlovství. Je tedy pravděpodobné, že pro ženy se symbolem dospělosti stalo dobré uplatnění v zaměstnání, neboť současná společnost upřednostňuje tyto individualistické hodnoty, zatímco svoji další hodnotu – partnerství a mateřství – v důsledku dobrého uplatnění v první oblasti popírají. Toto zjištění potvrzuje Hnilicovy výsledky (2005), že konflikt hodnot, jako je láska a sebeurčení negativně koreluje s prožívanou osobní pohodou a zároveň významně souvisí s procesem individualizace v současné společnosti, kdy Baumann (2004) proti sobě staví právě potřebu svobody a potřebu bezpečí. Jako další proměnné se v mém výzkumu ukázaly i věk a pohlaví, které mají vliv na vnímání tohoto konfliktu a tedy i na rostoucí nespokojenost u žen se zvyšujícím se věkem. Konflikt hodnot se s největší pravděpodobností projevuje i u mužů, i když jiným mechanismem, jak se ukázalo srovnáním spokojenosti v jednotlivých oblastech života s celkovou životní spokojenosti.



Protektivní funkce před negativním vlivem konfliktu hodnot se u některých participantů jak mužů, tak i žen, prokázala v osobnostním nastavení (optimismus, vnitřní místo řízení, vysoké sebehodnocení), naplněním v jiných důležitých oblastech (především zájmech) a také v jasném stanovení priorit. Nejvíce spokojené ženy nepřikládají partnerství nejvyšší hodnotu, pokládají ho za společenskou normu, možné ohrožení stávajícího života a vizi vzdálenější budoucnosti, jsou spíše individualisticky a prakticky orientované. Tyto výsledky odpovídají zjištěním Blatného a Osecké (1998), jenž definovali spokojeného adolescenta, a spokojené moderní ženě podle Gordonové (1994), která apeluje na ambicióznost, odhodlanost, dobrovolnost singlovství pro jeho výhody nezávislosti. Nejspokojenější participantky rovněž žijí ve městě. Podmínka vysokoškolského vzdělání se nepotvrdila a byla naopak přítomna u žen s nižší úrovní životní spokojenosti.

Na základě mnou zjištěných *osobnostních faktorů* lze spokojeného člověka žijícího delší čas bez partnera charakterizovat jako optimistu, který důvěřuje ve vlastní síly, jež ho při překonávání dílčích životních překážek nezklamaly, vykazuje se vůlí, soběstačností a trpělivostí v cestě za štěstím, která je pro participanta výzvou. Případný neúspěch si nepřipouští. Životní cíle spokojeného participanta jsou reálné, odpovídají jeho schopnostem a jejich dosažení je silnou pohnutkou k dalšímu snažení. Je flexibilní v řešení každodenních situací a akceptuje skutečnost takovou, jaká je, včetně svého singlovství. Participant je v souladu se sebou, tak jak to popsal Sheldon ve svém konstruktu *self - concordance* (2001). Vysoce hodnotí sám sebe v relaci mezilidských vztahů (viz. další výzkumný cíl). Je vnímavější k pozitivním životním událostem a je přítomna radost ze změny. Jako záporné faktory spokojenosti se dle předpokladu a dříve zjištěných výzkumů prokázalo negativní sebepojetí, bezmocnost (ve výzkumu často spojena se singlovstvím), vnější místo řízení, pesimismus a u některých participantů sklony k depresím, které jsou kompenzovány v zaměstnání. Úzkostlivě je vnímán časový nedostatek a negativní životní události. Participant negativně hodnotí zejména ty dispozice, které jim zabraňují v navazování, či v udržení partnerského vztahu (konfliktnost, egocentrismus, vysoké nároky aj.).

Druhou velkou částí tohoto výzkumného cíle je spokojenost v jednotlivých oblastech života a to i ve srovnání s celkovou životní spokojeností participantů. *Zaměstnání* a dobré uplatnění v něm je pro participanty vysoce ceněnou hodnotou, tráví zde nejvíce času a lze tedy předpokládat, že v případě singles je to právě zaměstnání a kariéra, která nejvíce

ovlivňuje kvalitu jejich života a tedy i spokojenost či nespokojenost v životě bez partnera. Možnosti kompenzace nespokojenosti v zaměstnání jsou v případě singles také daleko užší, než-li u jedinců, kteří žijí v partnerském svazku. V některých případech mužů i žen s nízkou mírou spokojenosti je prokazatelně nižší i spokojenost v pracovní oblasti. Ženy negativně hodnotí vztahy na pracovišti a nedostatečné naplnění a muži jsou nespokojeni s finančním ohodnocením a časovým nedostatkem. Tento vztah platí i v pozitivním smyslu. Muži navíc oceňují kvalifikaci a sebeuplatnění. Byly potvrzeny Tomáškovy závěry (2003), že finanční nedostačivost je jednou z hlavních sdělovaných příčin singlovství u mužů, zároveň však participanti přiznávají nízkou motivaci k získání lépe ohodnocené pracovní pozice a budování materiálních statků v důsledku nepřítomnosti partnerky, což ukazuje na cirkulárně kauzální vztah k této nespokojenosti.

Ženy s vysokou mírou spokojenosti a někteří muži se střední či nižší úrovní spokojenosti vysoce hodnotí buď kariérní postup, nebo jsou velmi spokojeni v oblasti *zájmů* a *volnočasových aktivit*. U některých mužů je zase vysoká důležitost vzdělání. V těchto svých životních cílech nejsou ochotni ustoupit partnerskému vztahu a považují ho za faktor, který by mohl narušit jejich spokojenost. Na základě tohoto výsledku je možné tyto dvě skupiny participantů považovat za *dobrovolné singles*. Z tohoto zjištění však plyne otázka, co je příčinou nižší spokojenosti v mužském výzkumném souboru. Vzhledem k některým paradoxům, které se v odpovědích těchto participantů s nižší životní spokojeností vyskytly, a také s existencí klíčového vztahu k minulosti (o němž bude řeč v rámci následujícího výzkumného cíle) je pravděpodobné, že se, na rozdíl od dobrovolně „svobodných“ žen (ale i některých mužů), v některých případech jedná spíše o jakousi *neuvědomovanou nedobrovolnost*, která má v rámci participantů mužů větší dopad na životní spokojenost, než-li *uvědomělá nedobrovolnost* a *akceptace této skutečnosti* u spokojených participantů. Ve skupině nejvíce spokojených mužů se objevil pouze jeden případ participanta, jenž své singlovství považuje za dobrovolné a vykazuje i další povahové rysy „spokojených“ žen. Domnívám se proto, že výzkumný soubor byl v tomto ohledu nedostatečný, čemuž bylo velmi těžké předejít. Zde spatřuji zajímavý námět dalšího zkoumání – zjistit zda má větší vliv na životní spokojenost akceptace současného stavu bez partnera, či autentická dobrovolnost a do jaké míry se tyto závěry změní, pokud bude rozšířena velikost souboru. Tímto způsobem bude možné získat data platná pro širší populaci singles.

Předpoklad, že singles s vysokou mírou spokojenosti budou vysokoškolsky vzdělaní a budou v této oblasti spokojeni, se až na výjimky nepotvrdil. Spokojenost se vzděláním je přítomna u participantů se střední a nižší mírou spokojenosti. Nízká míra spokojenosti je tedy u obou pohlaví kompenzována v zaměstnání a ve vzdělání, tedy v tom, co současná společnost nabízí a v čem umožňuje participantům prožitek úspěšnosti, kterého se jim v osobním životě nedostává.

## **9.2 Spokojenost v mezilidských vztazích**

*Druhým výzkumným cílem* bylo zjistit, jaká je spokojenost participantů v oblasti mezilidských vztahů. Mezilidské vztahy lze chápat jako oblast, ale současně i situační faktor mající vliv na celkovou spokojenost singles. Největší tématickou oblastí byly partnerské vztahy, které byly v rámci minulosti hodnoceny buď z hlediska svého průběhu, nebo jejich ukončení. Tam, kde byly průběhy vztahů negativní, je větší pravděpodobnost, že o to pozitivněji bude vnímáný současný stav bez partnera. Nejedná se však o pravidlo. Pokud bude nazíráno z jiného úhlu pohledu, je možné, že se v případě negativních výpovědí, jedná pouze o způsob vypořádání se s bolestnou životní zkušeností.

Nejdůležitější otázkou v rámci tohoto cíle je, jak se singles vypořádávají s absencí partnerského života. Tam, kde partnerský vztah chybí dlouhodobě, jsou postrádány především prvky duchovního rázu, který partnerský vztah člověku poskytuje, jakými jsou psychická podpora, porozumění, důvěra, duchovní sdílení, či motivace k dalšímu snažení. Naopak v případě participantů, kteří jsou se statusem singles spokojeni a vyznávají individualistické hodnoty, je postrádán sexuální aspekt partnerského vztahu a výrazně převažují výhody singlovství, jakými je nezávislost, dostatek volného času, nekomplikovanost. Novou a jakousi „neutrální kategorií“ je skupina šesti participantů, u nichž jsou výhody a nevýhody v rovnováze. Účinnou strategií zvládnutí je vnímaná dočasnost aktuálního způsobu života a akceptace skutečnosti tak, jak přichází. Zejména u mužů je v tomto případě vykazována vyšší míra spokojenosti. Některé ženy vnímají subjektivní věkovou hranici, kdy jejich spokojenost se statusem singles klesá, což může být zapříčiněno jejich sociobiologickým omezením, které se projevilo jako důležitý aspekt spokojenosti se společností. Tato hranice může nabývat i opačného významu. Některé ženy, které absenci partnerství nejdříve prožívaly negativně, se kompenzovaly, naučily se být nezávislé a staly se spokojenějšími.

Někteří z participantů se pro singlovství rozhodli dobrovolně. U singles, jenž by si partnera přáli a byl by významným zdrojem spokojenosti, však existují překážky, které jim v dosažení partnerského vztahu brání. Jedná se o celou řadu jednoduchých i komplexních, dispozičních i situačních faktorů, které spolupůsobí v individuálních kombinacích (vysoké nároky, dojem soběstačnosti). Zajímavým fenoménem je *Naučená nezávislost*, kterou popisuje již Tomášek (2006). Týká se jak spokojených, tak i nespokojených singles a to zejména tehdy, pokud se osamostatnili od rodičů. Singles přizpůsobili svůj stávající život bez partnera pouze svým potřebám, disponují časovým i prostorovým komfortem bez závazku plnit požadavky vůči potencionálnímu partnerovi. Neochota měnit tento vyhovující stav samotu kompenzuje, čímž ji současně i udržuje a stává se její příčinou. Je tedy současně faktorem spokojenosti i nespokojenosti.

Z rozhovorů je patrné, že nejintenzivněji je potřeba partnerského vztahu vnímaná u osob, kteří už dlouhodobý vztah v minulosti prožili, ale tento vztah navzdory jejich silným emocím, které do něj vložili, skončil zklamáním. Tento konstrukt, zjednodušeně nazvaný *Klíčový vztah*, se vyznačuje podobnými minulými zkušenostmi a následnými strategiemi participantů (ulpívání v minulosti, náročnost, obava z dalšího zklamání), které spolu s dalšími faktory zapřičiňují nemožnost navazovat a udržet další partnerské vztahy a zabraňuje jim tak v prožití subjektivní spokojenosti.

V životě lidí žijících jako singles prvek partnerství a vlastní rodiny většinou chybí, potřeba mezilidského kontaktu je naplňovaná v původní rodině participanta, v okruhu nejbližších přátel, potažmo i v krátkodobých známostech, které však nesplňují všechny parametry partnerského vztahu („*Není to ono*“). Tématická oblast původního rodiny je velmi úzce spjata se spokojeností s bydlením, obzvláště v případech společného bydlení. Ukázalo se, že s rostoucí celkovou spokojeností roste i spokojenost s rodinnými vztahy a duchovním zázemím a to především u žen, které jsou natolik spokojené, že nemají potřebu osamostatnění. U obou pohlaví s nízkou mírou celkové spokojenosti jsou četnější i komplikované vztahy, které vyvrcholily změnou bydliště, nebo vlivem finančního nedostatku je tato změna nemožná a nespokojenost se ještě více prohlubuje. Nejúčinnějším kompenzátozem je pro participanty právě přátelství, zejména u mužů i cestou společných volnočasových aktivit. Počet i kvalita přátelství je dána individuálně dle osobnostního nastavení participanta.

### **9.3 Spokojenost s vnímaným nastavením společnosti k singles**

Rok 1989 znamenal pro české občany důležitý zlom, se kterým jsou na jedné straně spjaty možnosti cestování, vzdělávání, profesního uplatnění a svobodného projevu, na druhé straně ale znamená zhoršování mezilidských vztahů. Individualizace umožňuje participantům lepší pochopení sebe sama, na druhou stranu však brání vzájemnému poznání a pochopení potřeb druhého člověka, čímž od sebe lidi vzdaluje. Tomu napomáhá a k nespokojenosti participantů přispívá i uspěchanost společnosti, orientace na seberealizaci v rámci profesní kariéry a snaha o dosažení materiálních hodnot, jež se v současné společnosti staly téměř nutností. Společnost je možné přirovnat k pozadí, na němž se odehrává konflikt hodnot tolik zřetelný právě u jedinců žijících jako singles. Všeobecně prožívaná nejistota je u singles ještě více prohloubená neexistencí partnera. Naše společnost na jednu stranu poskytuje více již zmíněných kompenzací a také tolerantnější postoj k těmto lidem, než tomu bylo dříve. Na druhou stranu ale existuje a vždycky i bude existovat norma partnerství nesoucí mnohé společenské výhody (společenské omezení, diskriminace v práci), která staví singles do pozic outsiderů a je pravděpodobný předpoklad, že i přes mnohé pozitivní změny bude vždy výrazněji přispívat k větší nespokojenosti u singles než u lidí žijících v partnerském svazku nespokojenost.

Ženy častěji odkazují na genderové znevýhodnění oproti mužům. V důsledku emancipace mají před sebou více úkolů (kariéra, děti) a zároveň jsou oproti mužům v plnění těchto úkolů časově omezeny. Menší výběr partnerů podobného věku znesnadňuje možnost mít děti a plnohodnotně se této dvojí kariéře věnovat. Spokojenost participantek je ovlivněna větším tlakem získat partnera v omezeném časovém horizontu a s omezenými možnostmi. Dalším faktorem možné nespokojenosti vázané na ženské pohlaví v souvislosti se společností, tentokrát však spjaté spíše s kulturními přežitky, jsou kulturní genderové stereotypy, jež ženám stále brání v iniciativě navazovat vztahy s druhým pohlavím.

Vnímaný pohled nejbližšího okolí se jeví jako málo podstatný, pokud se s ním jedinec neidentifikuje. Participanté se stýkají s osobami podobných názorů, či s nezadanými přáteli. Dříve stanovené cíle pružně mění a přizpůsobují realitě. Pokud jedinec normy okolí zvnitřní, děje se tak většinou na základě komparace sebe sama s okolím, kde se s přibývajícím věkem nachází i více zadaných jedinců. To může mít negativní vliv na spokojenost u jedinců, kteří mají další, především osobnostní predispozice k této nespokojenosti se singovstvím.

## **IV. ZÁVĚR**

Diplomová práce se zabývá aktuálním a pro současnou společenskou situaci u nás i ve světě specifickým fenoménem singlovství, s nímž se setkáváme stále častěji. Kvalitativní výzkum realizovaný s dvaadvaceti participanty ve věkovém rozpětí 25 – 35 let, kteří žijí dlouhodobě bez partnera, se soustředí na subjektivní životní spokojenost, jež zažívají. Jako cíle jsem si stanovila nejprve zmapovat aspekty, tedy jednotlivé oblasti a faktory životní spokojenosti singles, dále jejich prožívání spokojenosti v rámci mezilidských vztahů a měnící se společnosti.

Můj výzkum prokázal, že na spokojenost singles má vliv celá řada dispozičních i situačních individuálně daných a vzájemně působících aspektů, přesto lze vyzorovat některé shodné rysy, jimiž se jedni participanti odlišují od jiných a to vzhledem k podobné celkové životní spokojenosti. Singlovství, ale třeba i nesezdaná soužití, či svobodné rodičovství se stalo pro lidi jednou z možných alternativ, což přispívá ke spokojenosti singles. Ve spokojenosti člověka žijícího tímto, na první dojem svobodným, stylem života se však promítají i jeho osobnostní charakteristiky, životní strategie, hodnoty a míra jejich naplnění, postoje a názory, způsoby chápání sebe sama a okolního světa, včetně náhledu a vnímání aktuálního singlovství, kvalita kompenzace chybějícího partnerského vztahu, genderová i věková specifika, počet a charakter předchozích partnerských vztahů a z nich pramenících zkušeností, rodinného zázemí, přátelských vztahů, hodnocení kariéry, vize budoucího života a možnosti jejich realizace. Všechny tyto aspekty vytváří osobnost single člověka a jejich vzájemná interakce rozhoduje o tom, zda bude člověk šťastný, či nikoliv.

Obecný názor, že se jedná o jedince upřednostňující profesní život na úkor partnerství charakterizuje především ty, co se pro tento styl života rozhodli zcela dobrovolně. Ani dobrovolnost ale nemůže být absolutním nositelem spokojenosti. Za volbou svobody mohou stát komplikované rodinné vztahy, nezpracované negativní zkušenosti, či popřené potřeby, které spolu se psychosociálními nevýhodami singlovství činí člověka nespokojeným. Cesta ke spokojenosti vede skrze akceptaci nedobrovolnosti či autenticky svobodné volby tohoto stylu života, nebo přes takové osobnostní nastavení a potřeby, na jejichž základě je pro tyto jedince singlovství výhodnější, nebo alespoň ne tolik bolestné.

Dospěla jsem k poměrně širokým závěrům ve všech třech oblastech zkoumání, které se vzájemně tématicky prolínají. Největším přínosem práce jsou další nová, především psychologická zjištění, které mohou pomoci k bližšímu pochopení tohoto fenoménu.

## **V. SOUHRN**

Cílem teoretické části mé diplomové práce bylo sloučit a dát do teoretických souvislostí pojmy životní spokojenost a v dnešní společnosti aktuální pojem singles.

Pojetí životní spokojenosti (life satisfaction) lze vysvětlit na základě zařazení pojmu, jednak pod subjektivní dimenzi kvality života, ale především pod pojem osobní pohoda (well-being), v rámci něhož je v mnoha výzkumech operacionalizována. Osobní pohodu blížeji vystihují jednotlivé teorie, jež s termínem osobní pohody, či ostatními příbuznými pojmy, jako je štěstí nebo životní spokojenost, pracují. Životní spokojenost souvisí i s jinými složkami osobnosti. Nejvíce koreluje se sebehodnocením, a to zejména v individualistických společnostech, a spokojeností v subjektivně významných oblastech jedincova života. Aby se člověk cítil spokojený, musí být ve shodě sám se sebou. Dojde-li ke konfliktu hodnot, jedinec se ocitá v „nepohodě“. V mladém dospělosti je pod tlakem stále sílící individualizace nejčastěji řešeným konfliktem láska a partnerství oproti sebeurčení v profesní oblasti. Osobní pohodu člověka ovlivňují také faktory vnějšího prostředí, které je možné rozdělit do tří kategorií: na faktory týkající se interakce člověka s prostředím, biologické faktory (zdraví) a sociodemografické faktory.

Singles je velmi nevyhraněná a obtížně vymežitelná skupina. Velmi složitou se tedy stává i typologizace a zařazení konkrétního jedince do příslušné kategorie. Tento fenomén se u nás plně projevil v devadesátých letech a bývá sociology spojován s transformací v české společnosti, která se zde po roce 1989 odehrála. Jsme svědky vzniku nové etapy v životě mladých lidí a tou je postadolescence a posunování možnosti sňatku do střední dospělosti. Postoje společnosti, jako další faktor přispívající k akceptaci singlovství, se stále větší aktuálností tématu stávají pozitivnějšími. Hlavní nevýhodou a zápornou stránkou singlovství je samota a menší sociální opora, kterou singles kompenzují v rodinných příslušnících, přátelích a zástupných činnostech. Singles většinou lpí na individualistických hodnotách, jako je přátelství, úspěch a osobní růst. Význam svobody a mobility po třicítce v mnoha případech klesá. Zaměstnání je pro singles základním zdrojem identity a taky příležitostí se seznamovat, přesto je sdělován finanční nedostatek, což má vliv i na to, že mnoho svobodných zůstává žít u rodičů. Největší trend, u nás spojený hlavně s délkou studia je sdílené bydlení na studentských kolejích, či privátech. Spokojenost singles s věkem klesá. Nejmenší spokojenost je reflektována u mužů.

Výzkum je realizovaný kvalitativní formou prostřednictvím semistrukturovaného interview a metody SEIQoL na 11 mužích a 11 ženách ve věkovém rozpětí 25 – 35 let, kteří nekohabitují, žijí déle než 3 roky bez trvalého partnera a jsou ekonomicky nezávislí na rodičích. Tato kvalitativní studie se zaměřuje na aspekty, které mají vliv na spokojenost v jednotlivých oblastech života mladých dospělých jednotlivců se životním stylem singles. Celková životní spokojenost singles se jeví jako mírně nadprůměrná, přičemž ženy dosahují vyšších hodnot než muži. Spokojenost v mužském výzkumném souboru je více heterogenní a je popsitelná na základě jiných charakteristik než spokojenost žen. Liší se v hodnotové orientaci, v postoji k singlovství, v představách budoucího života a ve způsobech jejich naplnění. Spokojené ženy ve větší míře než spokojení muži (pouze jeden případ) si své singlovství zvolily dobrovolně, vyznávají individualistické hodnoty, věnují se kariéře, nebo svým volnočasovým aktivitám, tlak na partnerství, pokud existuje, je spíše vnější, zatímco spokojení muži přiznávají kolektivní hodnoty a pro-rodinné životní cíle, disponují velkým počtem přátel, přičemž jim jejich osobnostní nastavení dovoluje čerpat a plně využívat i mnohé z výhod prozatímního singlovství.

Účinek dispozičních i situačních faktorů na spokojenost je s ohledem na pohlaví stejný. Prokazatelně kladný účinek na spokojenost má osobnostní nastavení charakterizované optimismem, vnitřní místo řízení, příklonové copingové strategie (*přizpůsobení aktuální situaci, úkol jako výzva*), radost ze změny, cílevědomost, trpělivost a vůle, ujasnění životních priorit, reálnost životních cílů a soulad člověka se sebou samým. Sklony k nespokojenosti jsou přítomny tam, kde prokazatelné negativní sebepojetí, pasivní přístup k plnění životních úkolů, vnější místo řízení a naučená bezmocnost. Krátkodobější vliv na životní spokojenost mají situační faktory, jakými jsou životní události a časový nedostatek.

Na nespokojenost s absencí partnerství působí i subjektivně vnímaná hodnota a intenzita a délka trvání prožitku osamění, kdy celá polovina participantů percipuje výraznou potřebu partnerství. V některých případech je tato potřeba kompenzována v pracovních a zájmových aktivitách, či jiných mezilidských vztazích, v jiných je čitelná snaha tuto potřebu aktivně naplnit prostřednictvím seznamování. Partnerství je často spojováno i s jinými životními cíli – osamostatněním, větší motivací k perspektivnějšímu zaměstnání či založení vlastní rodiny včetně dětí. U jiných participantů je tato hodnota aktuálně odmítána pro jiné, podstatnější cíle. Naprostá většina participantů ale považuje partnerství a potažmo i rodinu za očekávanou součást vzdálenější budoucnosti.



Aktuální důležitost participanti přikládají zaměstnání. I když je velká část singles s touto oblastí spokojena, některé aspekty stávající pracovní pozice jsou hodnoceny i negativně. Ženy přikládají důraz pracovnímu kolektivu a sebeuplatnění, muži často zmiňují finanční ohodnocení vzhledem k vlastní kvalifikaci a praxi. Vzdělání je považováno za nástroj k získání dobrého pracovního uplatnění a za zdroj sebepotvrzení. Příčinou nespokojenosti obou pohlaví je konflikt hodnot partnerství a kariérního uplatnění, které je dočasně upřednostňováno. Nejvíce nespokojení participanti jsou zároveň i nejvíce profesně úspěšní, což zvyšuje nároky na potenciálního partnera a snižuje možnost seznámení, čímž paradoxně prohlubuje nespokojenost singles.

Jednoznačně pozitivní faktor přispívající ke spokojenosti je kvalitní rodinného zázemí, jenž převážně u žen ovlivňuje také oddalování samostatného bydlení. Nespokojenost je naopak dána komplikovanými vztahy s rodiči, která graduje s nemožností osamostatnění v důsledku finanční nedostačivosti. Spokojenost se životem negativně koreluje se spokojeností s předchozími partnerskými vztahy. Pokud byl průběh vztahů hodnocen negativně, spokojenost singles je vyšší. Singlovství je vůbec nejhůře snášeno tam, kde dříve byly přítomny „osudové lásky“ ukončené zklamáním, které spustily sled psychických obran (zklamání, idealizace, vysoké nároky, popření) zamezujících navázání dalších kvalitních partnerských vztahů. Vedle zaměstnání a koníčků jsou podstatným kompenzačním činitelem užší a trvalá, mnohdy i početná přátelství, u žen obvykle ve formě sourozeneckých aliancí. Jsou zdrojem sociální podpory, empatie, ale i spokojenosti s trávením volného času.

Spokojenost se singlovstvím je možné chápat i jako poměr výhod a nevýhod, které pro člověka tento styl života představuje. Nespornou výhodou je svoboda bez časových, materiálních a jiných závazků k partnerovi. Hlavní nevýhody u dlouhodobě nespokojených singles jsou nedostatečné sdílení duchovních hodnot, samota a společenské omezení. S rostoucím věkem u nadpoloviční většiny klesají i pociťované výhody. Tato hranice se pohybuje v rozmezí 26 – 30 let.

Společnost i přes větší toleranci a bohaté možnosti kompenzace partnerství přispívá spíše k nespokojenosti singles. Tato nespokojenost pramení z náročného tempa současnosti, zároveň však z tzv. „anti-singlovských“, či dokonce genderově podmíněných stereotypů. Reakce nejbližšího okolí, pokud je kvalitně kompenzována a participantem kladně přijímána, k celkové životní spokojenosti participanta významně nepřispívá.

## **VI. POUŽITÁ LITERATURA**

- Argyle, M. (1999). Causes and Correlates of Happiness. In Kahneman, D., Diener, E., & Schwarz, N. (1999). *Well-being. The Foundation of Hedonic Psychology*. New York: Russell Sage Foundation.
- Argyle, M. (1992). *The social psychology of everyday life*. London: Routledge.
- Austrom, D.R. (1984). *The Consequences of Being Single*. New York: Peter Lang Publishing, Inc.
- Bauman, Z. (2004). *Individualizovaná společnost*. Praha: Mladá fronta.
- Baštecká, B., & Goldmann, P. (2001). *Základy klinické psychologie*. Praha: Portál.
- Beck, U., & Beck-Gernsheim, E. (1995). *The Normal Chaos of Love*. Cambridge, Oxford: Polity Press.
- Benokraitis, M.V. (2002). *Marriages and Families – Change, Choices, and Constraints* (4<sup>th</sup> ed.). New Jersey: Prentice Hall, Inc.
- Blatný, M. (1999). *Jasnost sebepojetí jako mediátor vztahu mezi temperamentovými vlastnostmi osobnosti a sebehodnocením a životní spokojeností*. Brno: Psychologický ústav Akademie věd České republiky
- Blatný, M. (1997). *Osobnost a životní spokojenost u chlapců a dívek*. Brno: Psychologický ústav Akademie věd České republiky.
- Blatný, M., Dosedlová, J., Kebza, V., & Šolcová, I. (2005). *Psychosociální souvislosti osobní pohody*. Brno: Masarykova univerzita: MSD.
- Blatný, M. (2001). *Sebepojetí v osobnostním kontextu*. Brno: Masarykova univerzita.
- Blatný, M., Osecká, L., & Macek, P. (1998). Osobnostní předpoklady životní spokojenosti a sebehodnocení: Temperament a zaměřenost. In Svoboda M., & Blatný M. *Sociální procesy a osobnost: sborník příspěvků* (pp. 13-18). Brno: Masarykova univerzita.
- Blížkovská, J. (2003). Objektivní a subjektivní faktory štěstí. In *Sborník prací filozofické fakulty brněnské univerzity*, Brno, 7, 55-61.
- Cargan, L. (1991). *Marriages and Families; Coping with Change*. New Jersey: Prentice Hall, Inc.
- Cargan, L., & Melko, M. (1991). Being Single on Noah's Ark. In Cargan, L. *Marriages and Families; Coping with Change*. New Jersey: Prentice Hall, Inc.
- Cargan, L., & Melko, M. (1982). *Singles: Myths and Realities*. Los Angeles: SAGE Publications, Inc.

- Diener, E., Lucas, R.E. (1999). Personality and Subjective Well-Being. In Kahneman, D., Diener, E., & Schwarz, N. *Well-being. The Foundation of Hedonic Psychology*. New York: Russel Sage Foundation.
- Gordon, T. (1994). *Single women. On the Margins?* New York: Macmillan.
- Hamplová, Dana (2003). *Vstup do manželství a nesezdaného soužití v České republice po roce 1989 v souvislosti se vzděláním*. Praha: Sociologický ústav.
- Heath, S., & Cleaver E. (2003). *Young, Free and Single? Twenty – Somethings and Household Change*. New York: Palgrave Macmillan.
- Hendl, J. (2008). *Kvalitativní výzkum. Základní teorie, metody a aplikace*. Praha: Portál.
- Hnilica, K. (2005). Konflikt hodnot a kvalita života. In Payne, J. a kol. *Kvalita života a zdraví* (pp. 296-317). Praha: Triton.
- Hnilica, K. (2005). Povolání a kvalita života. In Payne, J. a kol. *Kvalita života a zdraví* (pp. 412-438). Praha: Triton.
- Hnilica, K. (2005). Vlivy socializace a osobnosti na genezi konzervativních a liberálních hodnot. In Payne, J. a kol. *Kvalita života a zdraví* (pp. 387-392). Praha: Triton.
- Hnilicová, H. (2005). Dopad společenských změn po roce 1989 na kvalitu života v ČR. In Payne, J. a kol. *Kvalita života a zdraví* (pp. 517). Praha: Triton.
- Hnilicová, H. (2005). Kvalita života a její význam pro medicínu a zdravotnictví. In Payne, J. a kol. *Kvalita života a zdraví* (pp. 205- 213). Praha: Triton.
- Chandler, J., Williams, M., Maconachie, M., Collett, T., & Dodgeon, B.(2004). Living Alone: Its Place in Household Formation and Change. *Sociological Research Online*, 9. Retrieved from <http://www.socresonline.org.uk/9/3/chandler.html>
- Kebza, V. (2005). Psychosociální determinanty zdraví. Praha: Academia.
- Křivohlavý, J. (2004). *Pozitivní psychologie. Radost, naděje, odpouštění, smířování, překonávání negativních emocí*. Praha: Portál.
- Křivohlavý, J. (2001). *Psychologická pojetí a způsoby zjišťování kvality života*. Dostupné z [http://www.volny.cz/j.krivohlavy/clanky/c\\_kvalita.html](http://www.volny.cz/j.krivohlavy/clanky/c_kvalita.html). Citováno dne 26.5.2009, 11:09. Datum poslední aktualizace 14. ledna 2005 22:10.
- Křivohlavý, J. (2001). *Psychologie zdraví*. Praha: Portál.
- Křížová, E. (2005). Kvalita života v kontextu všedního dne. In Payne, J. a kol. *Kvalita života a zdraví* (pp. 217-227). Praha: Triton.

- Křížová, E. (2005). Sociologické podmínky kvality života. In Payne, J. a kol. *Kvalita života a zdraví* (pp. 351-363). Praha: Triton.
- Lamanna, M.A., & Riedmann, A. (2003). *Marriages and Families – Making Choices in a Diverse Society* (8<sup>th</sup> ed.). New Jersey: Prentice Hall, Inc.
- Laumann, E.O., Ellingson, S., Mahay, J., Paik, A., & Youm, Y.(eds.) (2004). *The Sexual Organization of the City*. Chicago, London : The University of Chicago Press.
- Mareš, P. (2003). Sňatkový trh – koncepty a modely: Východisko výzkumů reprodukce rodiny. In Mareš, P., & Potočný, T. *Modernizace a česká rodina: sborník prezentací na sympóziu pořádaném ve dnech 15.-17.října 2003 Fakultou sociálních studií Masarykovy univerzity v Brně* (pp. 225- 230). Brno : Barrister & Principal.
- Mareš, P., & Potočný, T. (2003). *Modernizace a česká rodina: sborník prezentací na sympóziu pořádaném ve dnech 15.-17.října 2003 Fakultou sociálních studií Masarykovy univerzity v Brně*. Brno : Barrister & Principal.
- Miovský, M. (2006). *Kvalitativní přístup a metody v psychologickém výzkumu*. Praha: Grada.
- Mohapl, P. (1992) *Úvod do psychologie nemoci a zdraví*. Olomouc: Vydavatelství Univerzity Palackého.
- Myers, D. G. (1999). Close Relationships and Quality of Life. In Kahneman, D., Diener, E., & Schwarz, N. *Well-being. The Foundation of Hedonic Psychology* (pp. 374- 391). New York: Russel Sage Foundation.
- Payne, J. a kol. (2005). *Kvalita života a zdraví*. Praha: Triton.
- Pearlin, L. I., & Johnson, J. S. (1981). Marital Status, Life Strains, and Depression. In Stein, P.J. *Single Life Unmarried Adults in Social Context*. New York: St. Martin Press.
- Simenauer, J., & Carroll, D. (1982). *Singles: The new Americans*. New York: Simon and Schuster.
- Stein, P.J. (1991). Major Tasks Faced by Single Adult. In Cargan, L. *Marriages and Families; Coping with Change*. New Jersey: Prentice Hall, Inc.
- Stein, P.J. (1981). *Single Life Unmarried Adults in Social Context*. New York: St. Martin Press.
- Tomášek, M. (2003). Singles ve světě měnících se typologií a definic: k aktuálně probíhajícímu výzkumu. In Mareš, P., & Potočný, T. *Modernizace a česká rodina: sborník prezentací na sympóziu pořádaném ve dnech 15.-17.října 2003 Fakultou*

*sociálních studií Masarykovy univerzity v Brně* (pp. 225- 230). Brno : Barrister & Principal.

Vágnerová, M. (2000). *Vývojová psychologie. Dětství, dospělost, stáří*. Praha: Portál.

### **Články:**

Blatný, M. (2001). Osobnostní determinanty sebehodnocení a životní spokojenosti: Mezipohlavní rozdíly. *Československá psychologie*, 45 (5), 385-392.

Blatný, M., & Osecká, L. (1998): Zdroje sebehodnocení a životní spokojenosti: Osobnost a strategie zvládání. *Československá psychologie*, 42 (5), 385-394.

Campbell, A. (1976). Subjective Measures of Well-Being. *American Psychologist*, 31, 117- 124.

Diener, E. (1984). Subjective well- being. *Psychological Bulletin*, 95 (3), 542- 575.

Diener, E., Suh, E.M., Lucas, R.E., & Smith, H.L. (1999). Subjective Well-Being: Three Decades of Progress. *Psychological Bulletin*, 125 (2), 276 – 302.

Drotován, M., & Bleha, B. (2008). Analýza fenoménu singles v Evropě a na Slovensku. *Sociológia*, 40 (1), 62 – 81.

Džuka, J., & Dalbert, C. (1997). Model aktuálnej a habituálnej subjektívnej pohody. *Československá psychologie*, 41 (5), 385 – 398.

Fialová, L. (2005). K některým rysům demografického vývoje v České republice v závěru 20. století. *Gender, rovné příležitosti a výzkum*, 6 (1), 10 – 14.

Fialová, L. (2006). Trendy ve sňatkovém chování obyvatelstva České republiky ve 20. století. *Demografie*, 48 (2), 97-108.

Gröpel, P. (2006). Rovnováha životných oblastí vo vzťahu k naplnenosti potrieb a spokojnosti so životom. *Československá psychologie*, 50 (1), 71 – 83.

Hamplová, D. (2006). Životní spokojenost, štěstí a rodinný stav v 21 evropských zemích. *Sociologický časopis*, 42 (1), str.35-55.

Hnilica, K. (2005). Vlivy materialistické hodnotové orientace na spokojenost se životem. *Československá psychologie*, 49 (5), 385-398.

Hnilica, K. (2005). Vlivy politické orientace, sociálního srovnávání a osobnosti na spokojenost se životem. *Československá psychologie*, 49 (2), 97-114.

Hnilica, K. (2004). Vliv pracovního stresu a životních událostí na spokojenost se životem. *Československá psychologie*, 48 (3), 193-202.

- Hnilica, K. (2006). Vlivy socioekonomického statusu a přírodní katastrofy na zdraví a spokojenost se životem. *Československá psychologie*, 50 (1), 16-35.
- Hnilica, K., Rendlová, M., Bariekzahyová, T., & Hnilica, M. M. (2006). Životní standard, individualistické hodnoty a spokojenost se životem. *Československá psychologie*, 50 (3), 201-217.
- Hraba, J., Lorenz, F., Lee, G., & Pecháčková, Z. (1995). Životní pohoda u mužů a žen v České republice. *Československá psychologie*, 39 (5), 300-314.
- Kebza, V., & Šolcová, I. (2003). Well-being jako psychologický a zároveň mezioborově založený pojem. *Československá psychologie*, 47 (4), 333-345.
- Kebza, V., & Šolcová, I. (2005). Prediktory osobní pohody (well-being) u reprezentativního souboru české populace. *Československá psychologie*, 49 (1), 1-9.
- Kováč, D. (2004). K pojmu – logike kvality života. *Československá psychologie*, 48 (5), 460- 463.
- Kožený, J., Csémy, L., & Tišanská, L. (2007). Strukturální analýza modelu životní spokojenosti adolescentů. *Československá psychologie*, 51 (3), 224 – 237.
- Lašek, J. (2004). Subjektivní životní spokojenost u tří věkových skupin respondentů. *Československá psychologie*, 48 (3), 215-223.
- Radimská, R. (2003). Individuum a rodina: Teorie soukromého života podle Françoise de Singlyho. *Sociologický časopis*, 39 (5), 557 – 685.
- Tomášek, M. (2006) K genderovým zdrojům individualizačního habitu. *Gender, rovné příležitosti a výzkum*, 7 (1), 11-15.
- Tomášek, M. (2004). Sami, ale ne úplně: nové vztahy – vznik alternativních forem k tradičním vztahům v ČR. *Gender, rovné příležitosti a výzkum*, 5 (4), 16-19.
- Tomášek, M. (2005). Singles. *Listy*, 4, 18- 20.
- Tomášek, M. (2006). Singles a jejich vztahy; kvalitativní pohled na nesezdané a nekohabituující jednotlivce v České republice. *Sociologický časopis*, 42 (1), 81- 105.
- Tomášek, M. (2003). Singles v České republice. *Gender, rovné příležitosti a výzkum*, 4 (3-4), 5-7.

**Internetové zdroje:**

[http://cs.wikipedia.org/wiki/Seznam\\_měst\\_v\\_Česku\\_podle\\_počtu\\_obyvatel](http://cs.wikipedia.org/wiki/Seznam_měst_v_Česku_podle_počtu_obyvatel), 20.10.2009, čas: 13:57

Vysoká škola: **Univerzita Palackého v Olomouci**

Fakulta: **filozofická**

Katedra: **psychologie**

Školní rok: **2009/2010**

## **ABSTRAKT**

Jméno ..... **Veronika Očenášková**  
Obor ..... **Psychologie – jednooborová**  
Rok imatrikulace: ..... **2004**  
Vedoucí práce: ..... **doc. PhDr. Irena Sobotková, CSc.**  
Oponent : .....  
Počet stran: ..... **165**  
Název diplomové práce ..... **Aspekty ovlivňující životní spokojenost singles**

### **Abstrakt diplomové práce:**

Cílem této diplomové práce je zjistit a popsat, jaká je subjektivní životní spokojenost mladých lidí se životním stylem singles. Teoretická část práce dává do souvislosti koncept životní spokojenosti s fenoménem singles tak, jak ho popisuje dostupná zahraniční i domácí literatura. Praktická část zkoumá aspekty, které ovlivňují životní spokojenost singles v jednotlivých oblastech života, v mezilidských vztazích a vzhledem k vnímanému nastavení společnosti. Práce se také zabývá vnímanou spokojeností se statutem „bez partnera“. Do výzkumu bylo zařazeno 11 mužů a 11 žen ve věkovém rozpětí 25 – 35 let, kteří jsou ekonomicky nezávislí na rodičích, nekohabitují, jsou déle než 3 roky bez trvalého partnera a nikdy nežili v partnerském svazku. Použitými metodami získávání dat jsou semistrukturované interview a metoda SEIQoL.

### **Klíčová slova:**

životní spokojenost, osobní pohoda, faktory životní spokojenosti, singles, postadolescence, mezilidské vztahy

University: **Palacký University in Olomouc**

Faculty: **of Art**

Department: **psychology**

Academic Year: **2009/2010**

## **ABSTRACT**

Name.....**Veronika Očenášková**  
Field of study ..... **Psychology – single subject**  
Imatriculation year.....**2004**  
Supervisor.....**doc. PhDr. Irena Sobotková, CSc.**  
Opponent : .....  
No. of pages:.....**165**  
Title of the diploma thesis.....**Aspects which affect life satisfaction of singles**

### **Abstract of the diploma thesis:**

The goal of this thesis is to find out and describe what the subjective youth life satisfaction with singles lifestyle is. The theoretical part relates the life satisfaction conception with the phenomenon of singles in a way foreign and domestic literature describes it. The practical part examines aspects influencing life satisfaction of singles in different life factors, in human relations and in regard of society's way of perception. The thesis also investigates the perceived satisfaction of the status "without a partner". The research examines 11 men and 11 women aged between 25 and 35, who are economically independent of their parents, do not cohabit, have been more than 3 years without a partner and have never lived in a partner union. The methods used to obtain data are semi-structured interview and the SEIQoL method.

### **Keywords:**

Life satisfaction, well-being, factors of life satisfaction, singles, post-adolescence, human relations



# PŘÍLOHY

## PŘÍLOHA č.1:

### PROGRAM HODNOCENÍ INDIVIDUÁLNÍ KVALITY ŽIVOTA SEIQoL

<b>Důležitost daného tématu v %</b>	<b>Životní téma – Oč Vám v životě jde především (nejvíce)?</b>	<b>Míra spokojenosti v % (v každé řádce od 0 do 100%)</b>

Míra spokojenosti se životem:

.....

Je to tak špatné,  
jak jen to je možné

Je to tak dobré,  
jak jen to dobré může být

**PŘÍLOHA č.2:** Přehled kategorií a subkategorií vzhledem k výzkumným cílům a otázkám rozhovoru

VÝZK. CÍLE	ZAŘAZENÍ	OTÁZKA*	KATEGORIE	SUBKATEGORIE
Spokojenost se životem a její aspekty	Faktory	1,2,3,4	<b>Hodnotová orientace</b>	Priorita partnerství Harmonie hodnot Konflikt hodnot Stanovené priority Nejdříve kariéra, potom láska Partnerství jako spol.norma Partnerství jako alternativa Partnerství jako budoucí vize Priorita kariéry Priorita zájmů Priorita vzdělání Hodnota nezávislosti
		3,5,6	<b>Osobnostní dispozice</b>	Optimismus Cílevědomost a jasné vize Vnitřní místo řízení Dílčí cíle Akceptace skutečnosti Soulad se sebou sama Popření neúspěchu Negativní sebepojetí Bezmoc a vnější místo řízení
		4,5	<b>Aspekty prostředí</b>	Pozitivní životní události Negativní životní události Neúspěch Časový nedostatek
		6	<b>Vize spokojené budoucnosti</b>	Osamostatnění Soulad životních cílů Naplnění v profesním životě Životní standard „Malý spokojený život“ Partnerství-cesta ke spokojenosti Partnerství ano, rodina ještě ne Rodičovství „Život bez dalším ran a zklamání“
		6	<b>Životní strategie</b>	Aktivní strategie Omezené aktivní strategie Strategie plánování Strategie přizpůsobení Pasivní čekání
Životní oblasti spokojenosti		2,3	<b>Pracovní spokojenost</b>	Práce jako faktor spokojenosti Smysluplnost pracovní činnosti Pracovní vztahy Odpovídající kvalifikace Změna jako motivace Finanční ohodnocení Kariéerní růst

VÝZK. CÍLE	ZAŘAZENÍ	OTÁZKA*	KATEGORIE	SUBKATEGORIE
		2,3	Vzdělání	Účelné vzdělání Vzdělání jako sebenaplnění Vzdělání jako zadostiučinění Neuspokojivé vzdělání
Spokojenost v oblasti mezilidských vztahů a se singlovstvím	Aspekty spokojenosti v relaci mezilidských vztahů	7	Sebe-hodnocení	Aspekty sebehodnocení ve vztazích Aspekty sebehodnocení v partnerství Aspekty nespokojenosti- 1.kontakt Konfliktnost Náročnost Nadměrná obětavost Nestabilita Perfekcionismus
		8	Aktuální vztahy: • přátelské	Užší trvalá přátelství Širší okruh přátel Individuální hodnota přátel Nedostatek kontaktů Přátelé-moje nová rodina Nedostatečná kompenzace Neuspokojivá přátelství
		8	• rodinné	Dobré zázemí Pocit zakořenění „Dělí nás vzdálenost“ Dvougenerační rozpory Komplikované vztahy Sestra jako přítelkyně
		8	• krátkodobé vztahy:	„Není to ono“ Snaha bez výsledků
		8	Zkušenosti s partnerskými vztahy:	Pozitivní průběh Vztahy jako sinusoida „Kdysi cosi bylo, ale nebylo to ono“ „Nestálo to za řeč“ Protrahované vztahy Rozchody bez důvodu
		8,D	• důsledky	Zklamání Pozitivní zkušenost Poučení Účelový krunýř
	Spokojenost se singlovstvím a její souvislosti	9	spokojenost se singlovstvím • výhody • nevýhody	Neomezená svoboda Minimum závazků Singlovství jako duš.růst Soběstačnost Potřeba blízkosti „Dávat, přijímat, sdílet“ Tíživá samota Partner jako nápověda Partner jako motivace Samota jako méněcennost Sexuální nedostatek Absence rodiny a dítěte Praktické nevýhody

VÝZK. CÍLE	ZAŘAZENÍ	OTÁZKA*	KATEGORIE	SUBKATEGORIE
			• vývojové fenomény	Hranice spokojenosti Kompenzovaná nespokojenost
		8,9,10,D	<b>Příčiny singlovství</b>	Dojem soběstačnosti a náročnosti Feministický postoj Vysoké nároky Opatrnost Prostředí chudé na kontakty Upřednostnění kariéry Vnější příčiny Naučená nezávislost Klíčový vztah Singlovství jako volba
		8,9,10,D	<b>Kompenzace</b>	Kompenzace přátelstvím Rodinná kompenzace Práce jako kompenzace Kompenzace v aktivitě Kompenzace vzděláváním
<b>Spokojenost s vnímaným nastavením společnosti</b>	Celo-společenské Faktory spokojenosti	11,12	<b>Vnímané nastavení společnosti</b>	Vyšší tolerance k singles Materiální orientace Orientace na úspěch Nevýhody individualismu Hektika doby Nejistota Společ.diskriminace singles Společ.omezení singles Genderové nevýhody singles žen Kulturní genderové stereotypy
	Faktory spokojenosti v nejbližším okolí	13	<b>Faktory okolí</b>	Přání nejbližšího okolí Dohazovačské tendence Zástupná zkušenost rodičů Zvnitřnělý tlak společnosti
	Strategie zvládání	12	<b>strategie zvládání vlivů okolí</b>	Kongruentní společnost Přizpůsobení živ.cílů

\* číslo uvádí, kterou otázkou byly kategorie a subkategorie zjištěny dle schéma interview str. 56, D=některé odpovědi byly získány doplňkovými otázkami, či samostatnou výpovědí participanta