

Univerzita Hradec Králové

Pedagogická fakulta

Ústav sociálních studií

Faktory utváření zdravé komunikace v rodinném prostředí

Bakalářská práce

| | |
|-------------------|---------------------------------|
| Autor: | Kateřina Krejčí |
| Studijní program: | B7507 Specializace v pedagogice |
| Studijní obor: | Sociální patologie a prevence |
| Vedoucí práce: | PhDr. Josef Kasal, MBA, Ph.D. |
| Oponent práce: | PhDr. Kamila Růžičková, Ph.D. |



Zadání bakalářské práce

Autor: Kateřina Krejčí
Studium: P20P0507
Studijní program: B7507 Specializace v pedagogice
Studijní obor: Sociální patologie a prevence

Název bakalářské práce: **Faktory utváření zdravé komunikace v rodinném prostředí**

Název bakalářské práce Factors of Forming Healthy Communication in a Family Environment
AJ:

Cíl, metody, literatura, předpoklady:

Bakalářská práce se zabývá zdravou komunikací a vztahy mezi rodinnými příslušníky. Teoretická část analyzuje odbornou literaturu v historickém kontextu. Popisuje přístupy k praktikování zdravé komunikace. Blíže specifikuje především PCA terapii Carla R. Rogerse a psychoterapeutický směr Transakční analýza Erika Berneho. Dále vymezuje komunikační techniky užívané ve výchovném procesu i v mezilidských vztazích. Výzkumné šetření se zaměřuje zkušeností a subjektivním pohledem rodičů na zdravou komunikaci v rodinném prostředí.

BERNÉ, Eric. *Jak si lidé hrají*. Vyd. 1. Praha: Portál, 2011. 198 s. ISBN 978-80-7367-992-7.

GAVORA, Peter. *Úvod do pedagogického výzkumu*. Brno: Paido, 2000. 207 s. ISBN 80-85931-79-6.

NYKL, Ladislav. *Carl Ransom Rogers a jeho teorie: přístup zaměřený na člověka*. Vyd. 1. Praha: Grada, 2012. 183 s. ISBN 978-80-247-4055-3.

VYBÍRAL, Zbyněk. *Psychologie komunikace*. Vyd. 2. Praha: Portál, 2009. 319 s. ISBN 978-80-7367-387-1.

WRÓBEL, Alina. *Výchova a manipulace: podstata manipulace, mechanismy a proces, vynucování a násilí, propaganda*. Vyd. 1. Praha: Grada, 2008. 199 s. ISBN 978-80-247-2337-2.

Zadávací pracoviště: Ústav sociálních studií,
Pedagogická fakulta
Vedoucí práce: PhDr. Josef Kasal, MBA, Ph.D.
Oponent: PhDr. Kamila Růžičková, Ph.D.
Datum zadání závěrečné práce: 1.2.2022

Prohlášení

Prohlašuji, že jsem bakalářskou práci *Faktory utváření zdravé komunikace v rodinném prostředí* vypracovala pod vedením vedoucího práce PhDr. Josefa Kasala, MBA, Ph.D., samostatně a uvedla jsem všechny použité prameny a literaturu.

V Hradci Králové dne 24. 4. 2023

Kateřina Krejčí

Poděkování

Ráda bych na tomto místě poděkovala vedoucímu práce PhDr. Josefu Kasalovi, MBA, Ph.D., za odborné vedení, vstřícný přístup, podnětné diskuze a inspirativní myšlenky. Dále mé poděkování patří PaedDr. Martinu Knytlovi, MCS., za poskytnuté konzultace k realizaci výzkumného šetření. Na závěr bych ráda poděkovala všem respondentům za sdílení cenných dat.

Anotace

KREJČÍ, Kateřina. *Faktory utváření zdravé komunikace v rodinném prostředí*. Hradec Králové: Pedagogická fakulta Univerzity Hradec Králové, 2023. 51 s. Bakalářská práce.

Bakalářská práce se zabývá zdravou komunikací a vztahy mezi rodinnými příslušníky. Teoretická část analyzuje odbornou literaturu v historickém kontextu. Charakterizuje zdravou komunikaci v souvislosti s naplněním potřeby sociálního kontaktu. Věnuje se podobě současné rodiny, naplnění rodičovské role a významu komunikace v socializačním procesu dítěte. Popisuje přístupy vhodné k uvedení zdravé komunikace do rodinného prostředí. Zaměřuje se na psychoterapeutický směr Carla R. Rogerse *Přístup zaměřený na člověka* a jeho aplikovatelnost ve vztahu rodiče a dítěte. Dále se práce zabývá konceptem rodinné resilience jako nástroje primární prevence zdravého rodinného fungování. Výzkumné šetření se zaměřuje zkušeností a subjektivním pohledem současné dospělé populace na kvalitu faktorů rodinné resilience.

Klíčová slova: zdravá komunikace, rodinné prostředí, PCA terapie, rodinná resilience

Annotation

KREJČÍ, Kateřina. *Factors of Forming Healthy Communication in a Family Environment*. Hradec Králové: Faculty of Education, University of Hradec Králové, 2023. 51 pp. Bachelor Thesis.

The bachelor thesis deals with healthy communication and relationships between family members. The theoretical part analyses professional literature in a historical context. It characterizes healthy communication in connection with fulfilling the need for social contact. It focuses on the form of the contemporary family, the fulfillment of the paternal role and the importance of communication in the child's socialization process. It describes approaches suitable for introducing healthy communication into the family environment. It focuses on the psychotherapeutic direction of Carl R. Rogers *Person Centered Approach* and its applicability in the parent-child relationship. The work deals with the concept of family resilience as a tool for primary prevention of healthy family functioning. The research investigation focuses on the experience and subjective view of the current adult population on the quality of family resilience factors.

Keywords: healthy communication, family environment, PCA therapy, family resilience

Prohlášení

Prohlašuji, že bakalářská práce je uložena v souladu s rektorským výnosem č. 13/2022 (Řád pro nakládání s bakalářskými, diplomovými, rigorózními, disertačními a habilitačními pracemi na UHK).

Datum:

Podpis studenta:

Obsah

| | |
|--|-----------|
| Úvod | 9 |
| 1 Zdravá komunikace..... | 11 |
| 1.1 Vymezení pojmu | 11 |
| 1.2 Zdravá komunikace v kontextu mezilidských vztahů..... | 13 |
| 1.3 Mezilidské vztahy jako základní lidská potřeba | 14 |
| 2 Rodinné prostředí..... | 16 |
| 2.1 Pojetí současné rodiny..... | 16 |
| 2.2 Vymezení rodičovské role..... | 19 |
| 2.3 Význam komunikace ve vztahu rodiče a dítěte..... | 20 |
| 3 Praktikování Přístupu zaměřeného na člověka v rodinném prostředí..... | 22 |
| 3.1 PCA terapie z pohledu humanistické psychologie..... | 22 |
| 3.2 Uplatnění PCA terapie v rodičovství | 23 |
| 4 Rodinná resilience a prevence zdravého rodinného fungování..... | 27 |
| 4.1 Vymezení rodinné resilience..... | 27 |
| 4.2 Protektivní faktory rodinné resilience v kontextu prevence zdravého rodinného fungování | 29 |
| 5 Výzkumné šetření zaměřené na subjektivní vnímání kvality faktorů rodinné resilience z pohledu současných dospělých..... | 32 |
| 5.1 Výzkumný problém a hypotézy | 32 |
| 5.2 Sběr dat a výzkumný vzorek | 33 |
| 5.3 Výsledky výzkumného šetření | 36 |
| 5.4 Shrnutí výzkumného šetření..... | 40 |
| Závěr | 43 |
| Seznam použitých zdrojů | 45 |
| Seznam tabulek | 51 |
| Přílohy | |

Úvod

Potřeba sociální interakce vychází z lidské přirozenosti, kterou lze podložit Aristotelovým termínem *zoon politikon* označujícím člověka za tvora společenského. V souvislosti s evolučním vývojem se navazování kvalitních vztahů a jejich následné upevňování stalo součástí života každého jedince a vytvořilo představu o naplnění podstaty lidské existence.

Podoba dnešní společnosti pro mezilidské vztahy představuje prostor zatížený velkým množstvím negativních jevů. Stále se zvyšující nároky na výkon a orientace na konzumní způsob života lidí podmiňuje k nedostatečné emoční ukotvenosti. Z komunikačního procesu se vytrácí vzájemné porozumění a schopnost vcítění se do druhé osoby. V rodinném prostředí dochází čím dál více k atomizaci a dezintegraci sociálních vazeb přispívajících k selhávání jednotlivých členů ve výkonu svých rolí. Narušení rodinné resilience zasahuje zejména do vztahové linie rodič – dítě v rámci plnohodnotného dosažení socializačního procesu. Způsob, jakým spolu lidé dnes komunikují, tak pomalu začíná reflektovat nastupující fenomén individualizace, v kterém se vlastní zájem jedince dostává na první místo v žebříčku hodnot.

Cílem práce je vytvořit souhrnnou reflexi tématu v dostupných zdrojích obohacenou o subjektivní vyjádření cílové skupiny reprezentující výzkumné šetření.

Motivem pro vypracování tématu *Faktory utváření zdravé komunikace v rodinném prostředí* je zaujetí interpersonální komunikací a jejího vlivu na kvalitu mezilidských vztahů. Zvolené zaměření práce představuje možnost rozšíření odborných znalostí a jejich následné uvedení do praxe.

Cílem teoretické části práce je zpracovat přehled vybrané literatury, která se váže k tématu a výstižně popsat stěžejní odborné pojmy. První kapitola se zabývá zdravou komunikací, jejím vymezením a funkcemi. V širším kontextu s ní pracuje jako s možným nástrojem pozitivně ovlivňujícím kvalitu života a hledání jeho smyslu. Další kapitola se věnuje charakteristice rodinného prostředí. Představuje podobu současné rodiny se zaměřením na výkon rodičovské role odpovídající za výchovu dítěte. Třetí kapitola prezentuje přístupy vhodné k uvedení zdravé komunikace do praxe. Přes stručný vhled do základních znaků humanistické psychologie se zaměřuje na psychoterapeutický směr Carla R. Rogerse *Přístup zaměřený na člověka*. Poslední teoretická část se zabývá konceptem rodinné resilience v kontextu primární prevence zdravého rodinného

fungování. Současně popisuje význam zdravé komunikace jako jednoho z protektivních faktorů rodinné resilience.

Empirická část práce si klade za cíl seznámit se se subjektivním vnímáním kvality faktorů rodinné resilience z pohledu současné dospělé populace představující cílovou skupinu. Pro výzkumné šetření je zvolena kvantitativní strategie v podobě dotazníku, na základě jeho vyhodnocení probíhá přijímání či zamítnutí čtyř stanovených hypotéz. Výsledky výzkumného šetření jsou vizualizovány prostřednictvím tabulek.

Záměrem bakalářské práce je vytvořit edukativní dokument uplatnitelný v rozsahu široké veřejnosti zpřístupněním základního vhledu do problematiky zdravé komunikace, která je významná pro kvalitu mezilidských vztahů, ale také pro oblast rodinné politiky či sociální práce podílející se na intervenční činnosti s rodinou.

1 Zdravá komunikace

První kapitola se věnuje analýze pojmu *zdravá komunikace*. Jelikož se jedná o diskutabilní slovní spojení s nejednotným obsahovým výkladem a zároveň problematiku vstupující do různých vědních oborů, probíhá jeho obecné definování napříč dostupnou odbornou literaturou. Kapitola současně popisuje základní charakteristiky a možné formy úspěšného procesu sdělování informací. Druhá část kapitoly zdravou komunikaci prezentuje jako protektivní faktor v různých podobách zasahující do kvality mezilidských vztahů.

1.1 Vymezení pojmu

Ačkoliv jedny z prvních psaných zmínek dotýkající se základů vedení výpovědně hodnotného ústního sdělení se objevují již v díle Marca Aurelia Claudia *Hovory k sobě*, problematika zdravé komunikace se do popředí zájmu české odborné literatury dostává až v posledních desetiletích (Vybíral, 2009, s. 225–226).

Interpretace zdravé komunikace může mít mnoho podob. Z hlediska terminologie je označována za komunikaci funkční neboli efektivní a kvalitní. Na základě tohoto tvrzení lze za hlavní kritéria zdravé komunikace považovat absenci dysfunkce a výskytu poruch narušujících komunikační vztah. Jedná se o způsob jednání dosahující míry kvality, která přispívá k naplněnosti a smysluplnosti života jedince (Vybíral, 2009, s. 226).

Zvýšenou pozornost o hledání účinně se jevícího komunikačního přístupu Plamínek vysvětluje jako reakci na zahlcenost knižního trhu literaturou zabývajících se manipulativním chováním navádějícím k povrchnosti a přetvářce. Proto za stěžejní u zdravě vyznívajícího jednání považuje návrat k opravdovosti a upřímnosti. Z tohoto pohledu úloha zdravé komunikace tkví v nastolení harmonie mezi vyřknutým sdělením a aktuálně vnímanými pocity a myšlenkami (Plamínek, 2008, s. 67–68).

V užším pojetí je zdravá komunikace často vnímána za ekvivalent slova *naslouchat*. Tento přístup vidí zdravou komunikační výměnu v empatii naplněném rozhovoru vedeném ve snaze přiblížit se druhé osobě skrze pochopení a porozumění. Michael P. Nicholson jeho podobu popisuje slovy: „*Pocítujeme při něm svobodu mluvit o věcech, na kterých nám opravdu záleží, máme dostatek zájmu (a zároveň bezpečí), abychom mohli naslouchat, porozumět a vyjádřit se k myšlenkám toho druhého*“ (Nicholson, 2005, s. 9). Podobným způsobem na danou problematiku nahlíží

Marshall B. Rosenberg a jeho koncept nenásilné komunikace zakládající se na schopnosti vzájemného vcítění, které je rozvíjeno zacílením pozornosti na své pocity a potřeby (Rosenberg, 2008, s. 17). Za výchozí bod terminologického, teoretického i praktického uchopení zdravé komunikace lze označit teorii Carla R. Rogerse *Na člověka zaměřený přístup* (viz kapitola 3 Praktikování Přístupu zaměřeného na člověka v rodinném prostředí).

Z výše uvedených názorů vyplývá, že vymezení zdravé komunikace nespočívá v pevně ohraničeném tvrzení, nýbrž v definování jednotlivých znaků vytvářejících její podstatu. Vybíral (2009) základní charakteristiky formuluje následovně:

- Bezprostřednost reakce – neodkládání odpovědí na pozdější dobu, zamezení nečitelnosti a možného vzniku poruch v momentálním kontaktu i samotném vztahu.
- Kognitivní přizpůsobování – přizpůsobování se stanoviskům či mimoslovnímu vyjádření druhé osoby, vytvoření otevřeného prostoru pro vyjádření vstřícnosti, ochoty a přívětivosti.
- Zájem o druhého – projevení zájmu o druhou osobu v obsahové i vztahové rovině komunikace (naslouchání, trpělivost, povzbuzení, kontakt z očí do očí, sdílení emocí).
- Reciprocita – synchronie jako základ zdravě vyváženého dialogu, vědomí obou osob o možnosti aktivní účasti na tvorbě komunikace.
- Humor – užívání humoru se záměrem nastolení uvolněnější atmosféry a snížení napětí v komunikaci s ohledem na danou situaci a rozpoložení druhé osoby.
- Tříkrát ne – střídme zacházení s vyjadřováním požadavků, kritiky a zklamání vůči druhé osobě, reagování odpovídající vzniklé situaci.
- Podpora vývoje a flexibility – vyjádření dostatečné podpory v oblasti osobnostního rozvoje, vedení otevřeného rozhovoru nezatěžkaného zásadami a dogmatickými výroky.
- Konzistence interakce – přirozená snaha o dodržení směru a pokračování v nastoleném pojetí, zachování konzistentního názoru.
- Uvolnění – dosažení pomyslné katarze v závěru komunikačního procesu, urovnání konfliktu (Vybíral, 2009, s. 227–231).

I když se jedná o mnohoznačný pojem s širokou možností uplatnění, jeho obsah by měl v první řadě vždy prezentovat komunikaci podporující duševní zdraví a rozvoj mezilidských vztahů.

1.2 Zdravá komunikace v kontextu mezilidských vztahů

„*Na počátku bylo Slovo.*“ Úvodní verš Janova evangelia pracuje se symbolikou *slova* jako s obrazem aktu stvoření odkazujícího na kázání a činy Ježíše Krista. V přeneseném významu komunikace v Písmu svatém ztělesňuje ústní sdělení ale také činnost vedoucí k naplněnosti lidského bytí.

Etymologický výklad slova komunikace odkazuje na jednu z primárních psychologických potřeb člověka. Překlad latinského výrazu *communicare* zní „*sdílet*“ nebo také „*stýkat se*“ (Rejzek, 2015, s. 322). Zdravá komunikace se výrazně podílí na utváření mezilidských vztahů a do značné míry podmiňuje jejich kvalitu. Psycholožka Nancy Van Pelt specializující se na rodinný život uvádí: „*Schopnost dobře komunikovat je jedním ze základních pilířů v mezilidských vztazích. Šťěstí páru je přímo závislé na stupni vzájemné komunikace, kterého společně dosáhli*“ (Van Pelt, 2001, s. 15).

Janoušek zdůrazňuje sociální vliv komunikace vymezením verbální interakce jako specifické formy spojení mezi lidmi neomezující se pouze na mluvené slovo ale probíhající i prostřednictvím sdílení vlastní přítomnosti (Janoušek, 2015, s. 10).

Nelze opomenout významovou rovinu symbolické komunikace překračující hranici rozumové uchopitelnosti a svou transcendentní povahou významně ovlivňující podobu přijímaného sdělení v komunikačním procesu (Jung, 2017, s. 16–17). Symboly mají pojící charakter zprostředkovávající koexistenci vědomé a nevědomé části lidské bytosti. Rozšířený stav vědomí o symbolické prvky umožňuje člověku vystoupit z lineární úrovně myšlení a vnímat věci v souvislostech (Pjér la Šé'z, 2020, online video).

Za předpoklad naplnění funkce verbální komunikace v rámci širšího společenského kontextu je považováno její uplatnění jako prostředku k dorozumění a porozumění mezi lidmi, které zároveň představuje i prostředek její udržitelnosti. Janoušek primární funkci komunikace v souvislosti s interakcí člověka vystihuje slovním spojením *poselství lidskosti* (Janoušek, 2015, s. 323–326). Významným příspěvkem pro komplexní sociální pojetí komunikace přispěla publikace *Pragmatika lidské komunikace* pojímající komunikaci za veškeré chování, které je založeno na faktu absence axiomu a nemožnosti nekomunikovat (Watzlawick, Bavelas, Jackson, 2011, s. 51).

Na základě zjevné závislosti a determinujícího postavení zdravé komunikace vůči mezilidským vztahům lze význam efektivně vedené komunikace vysvětlit na podstatě sociálního chování v podobě utváření sociálních vazeb, jakožto naplňování základní lidské potřeby.

1.3 Mezilidské vztahy jako základní lidská potřeba

Teorie Abrahama Maslowa, vycházející z hierarchie potřeb, přistupuje k potřebám souvisejícím se vztahy k jiným lidem jako k úrovni závislé na uspokojení základních fyziologických potřeb a pocitu bezpečí, jejichž naplnění zároveň umožňuje jedinci postoupení na další stupeň v hierarchii, který zahrnuje potřeby uznání, úspěchu a přijetí (Nolen-Hoeksema et al., 2012, s. 565).

Stavění vztahů do středobodu lidských životů vychází ze vzájemné závislosti a přitažlivosti mezi jednotlivými jedinci. Sociální psychologie mluví o potřebě sounáležitosti. „*Touha vytvářet pouto ve vztahu s druhými, které poskytuje trvalou kladnou vzájemnou komunikaci*“ (Myers, 2016, s. 350). Anglický psychoanalytik John Bowlby a jeho *teorie attachmentu* potřebu sounáležitosti vymezuje jako sklon dítěte k vyhledávání blízkosti určitých lidí a pocitu bezpečí a jistoty v jejich přítomnosti. Schopnost citového přilnutí k primárním pečujícím osobám představuje vzorový model určující podobu a zejména kvalitu všech dalších vztahů, který jedinec ve svém životě naváže (Nolen-Hoeksema et al., 2012, s. 118–119).

Potřeba sounáležitosti se promítá i do výzkumné činnosti psychologů Roy Baumeister a Mark Leary. Jejich teorie *The Need to Belong* potřebu vytvářet a udržovat mezilidské vztahy považuje za vrozenou vlastnost s evolučním základem. Být součástí skupiny je označeno za motivaci přirozenou lidskému druhu odkazující na kmenový způsob života, který využívá společného soužití k zajištění ochrany, obživy ale také péče o potomstvo. Autoři uspokojení potřeby sounáležitosti determinují v četnosti pozitivně přijímaných interakcí ale zároveň jejich stabilitou a dobou trvání (Baumeister, Leary, 1995, s. 497–501).

Vyjádřit plnou šíři podstaty naplněných a hodnotných sociálních vazeb pro uspokojení osobní roviny člověka lze skrze pojem *afiliace*, který značí obecně platnou touhu člověka po navazování těsných a dlouhodobých vztahů. I když se síla této potřeby může v závislosti na situovanosti lišit, v určité míře se projevuje u každého člověka. Slaměnik dosažení funkce potřeby blízké osoby uzavírá na předání pozitivní emoce

(Slaměník, 2019, s. 189–190). „*Vztahy založené na intimitě a sebeodhalování poskytují člověku oporu a pomoc, možnost projevit nejintimnější pocity ve chvílích radostných i smutných, porozumění založené na stejných či podobných názorech, poskytují bezpečí, protože v případě nouze lze osoby blízké s jistou samozřejmostí požádat o pomoc*“ (Slaměník, 2019, s. 190).

Na základě zmíněných studijních teorií nelze zpochybnit význam sociálního chování pro přežití lidského druhu. Je ale důležité zmínit, že potřeba sociálního kontaktu v životě jedince není omezena pouze na pudovou vlastnost. Člověk je tvor společenský a pro život ve společnosti předurčen. Potřebuje někam patřit a směřovat. Mezilidské vztahy se často stávají stěžejním bodem na cestě k hledání smyslu života. Chápání lidských vztahů v spirituálním rozměru lze doložit a konkretizovat na některých obecně uznávaných tvrzeních.

Spirituální povaha mezilidských vztahů je vysvětlena na základě totožných kvalit charakteristických pro pojem *nenáboženská spiritualita*. Ten představuje prožití skutečné extáze skrze vrcholnou zkušenost, ke které lze dojít i v milostných vztazích (Říčan, 2007, s. 61). „*Slovo spiritualita asociuje něco nového, spontánního, neformálního, tvořivého, autentickou vnitřní zkušenost, svobodu individuálního vyjádření, duchovní hledání, případné dobrodružné experimentování*“ (Říčan, 2007, s. 50). Všechny uvedené znaky plně vystihují transcendentní přesah přítomný během utváření lidských pout. Říčan o sociální dimenzi uvažuje také v souvislosti s úctou k druhému člověku, která v sobě nese svrchovanost něčeho důležitého a cenného. Za přesahující zkušenost, spojovanou s pocitem vrcholného štěstí nabývající až na extatické intenzitě, považuje intimitu jako extrémní blízkost ve vztahu lásky (Říčan, 2007, s. 61–62).

Další odborné pojetí pojednávající o mezilidských vztazích praktikovaných na té nejvyšší úrovni představuje dílo Ericha Fromma *Umění milovat*, které na různých formách lásky prezentuje její tvořivou sílu a aktivní charakter v podobě péče, odpovědnosti, úctě k životu a jeho poznání. Více se práce dané publikaci věnuje v souvislosti s tématem podoby lásky mezi rodičem a dítětem (viz podkapitola 2.3 Význam komunikace ve vztahu rodiče a dítěte) (Fromm, 2008, s. 32).

Společně s vývojem lidského druhu se vyvíjí i mezilidské vztahy, které kromě základního předpokladu k přežití lidské bytosti představují významný protektivní faktor v otázce hledání všeobecného pocitu štěstí a životní spokojenosti a stávají se hlavním hodnotícím kritériem kvality života.

2 Rodinné prostředí

Druhá kapitola reflektuje vývoj rodinného prostředí v závislosti na společenských podmínkách a hodnotách. Definuje rodinu prostřednictvím charakteristik vybraných soudobých sociologických teorií a odborné literatury zabývající se její proměnou v kontextu vzniku postmoderní společnosti. V dalších podkapitolách se věnuje vymezení rodičovské role a naplnění její podstaty jako hlavního socializačně-výchovného činitele v životě dítěte. Filozofickým pohledem popisuje křehkost vztahu mezi rodičem a dítětem na bezpodmínečné lásce s přesahem do duchovní roviny.

2.1 Pojetí současné rodiny

Rodina ztělesňuje uzavřený prostor založený na intimních vztazích, ale také sociální instituci podmiňující fungování společenského systému. Jedná se o nezbytný stabilizační prvek pro život jedince i státního aparátu. S ohledem na zásah rodiny do soukromé i veřejné sféry vlivu a nejednotné interpretace napříč dostupnou literaturou, probíhá její definování na pozadí dění dnešní doby.

Podoba současné rodiny představuje neustále se vyvíjející proces reagující na změny společenských a ekonomických podmínek. Šulová (2011) na základě sociologických a demografických údajů charakterizuje rodinu následujícími znaky:

- Mění se očekávání trvalosti vztahu – jednatel nechtě riskovat, do popředí staví svobodné rozhodnutí před zájmy rodiny, vytváření alternativních forem soužití s formálně nezakotvenými vztahy.
- Nízká stabilita rodiny – vysoká rozvodovost se promítá do složení rodin a domácností, vznik často neúplných rodin, efekt nesezdaného soužití.
- Odklad uzavření prvního manželství do vyššího věku – viditelný pokles uzavírání sňatků ve věku do 30 let.
- Odsouvání rodičovství na pozdější období – snižování porodnosti, nedostatek ochoty změnit přijatý životní styl, budování kariéry, výskyt zdravotních komplikací spojených s vyšším věkem.
- Předmanželská zkušenost v oblasti sexu – všeobecně přijímaná norma stěžejní pro intimní soužití manželů.
- Zralost partnerů – nedostatečná psychosociální zralost při prvních intimních zkušenostech v důsledku existence disproporčního vývoje v porovnání s fyzickým zráním.

- Intimní vztah a trvalé partnerství bez vazby – absence nahlížení na intimního partnera v roli rodiče, možnost užívání antikoncepce (Šulová, 2011, s. 106–108).

Pro získání uceleného vhledu a pochopení současné podoby rodiny je vhodné přistupovat k dané problematice co nejkomplesněji a zabývat se příčinami její proměny.

Autoři věnující se historii rodiny shodně zaznamenávají zahájení transformace jejího uspořádání v 60. letech 20. století. Singly za stěžejní považuje nové přijímání hodnotového systému vyzdvihujícího individuální autonomii, která je patrná v odmítání instituce manželství a kritikou dělby práce mezi pohlavími. Lidé se chtějí stát tvůrci sociálních rolí, získat kontrolu nad ovládáním vlastního osudu a docílit snížení významu závislosti člověka na institucích (Singly, 1999, s. 89–91). Nadčasový portrét vystihující situovanost současné rodiny zformuloval již na konci 19. století Émile Durkheim: „*Během našeho století se rodina stává čím dál tím více prostorem, ve kterém si jednotlivci chrání svou individualitu (vystupující jako zvláštní hodnota), a zároveň se stává „pomocným nástrojem státu“, který kontroluje, podporuje a reguluje vztahy mezi členy rodiny*“ (Singly, 1999, s. 9).

Díla teoretizující o soudobých společnostech často na podobu současné rodiny nahlíží v souvislosti se začátkem postmoderny. Toto označení sociokulturních změn, i přes pluralitnost názorů v sociologickém diskurzu, představuje důležitý faktor vstupující do života každého člověka včetně fungování rodinného systému.

Pojetí postmoderní společnosti Lipovetského se zakládá na procesu personalizace, jehož transformační tendence jsou vystavěné na psychologizaci podmínek socializace. Zesílením možnosti volby a stavěním do popředí práva na svobodu, dochází k novému způsobu řízení lidského chování, které se projevuje lhostejností a prázdnotou osobnosti jedince (Lipovetsky, 1998, s. 12–17). Autor individualistický projev procesu označuje za narcismus, který popisuje následovně: „*Vyjádřování čehokoli, přednost komunikace jakožto činnosti před povahou sdělení, lhostejnost k obsahu, hravé pohlcování smyslu, komunikace bez účelu a bez publika, jejímž hlavním příjemcem je sám mluvčí*“ (Lipovetsky, 1998, s. 20). Vyjádření charakteru nové životní epochy z pohledu Baumana probíhá na metafoře tekutosti vztahů, které stejně jako kapalina nedokážou udržet svůj tvar (Šubrt, 2008, s. 20). Ve svém esejistickém díle *Tekutá láska* kritizuje konzumní způsob života výrazně vstupujícího do zakládání rodiny, které čím dál více připomíná obchod uzavřený na medicínském trhu (Bauman, 2013, s. 50–53). „*Spotřební předměty slouží k uspokojování potřeb, tužeb či přání spotřebitele; a děti zrovna tak. Bývají počaty*

proto, aby rodičům přinášely rodičovské radosti a potěšení – tj. pocity štěstí, které žádný jiný spotřební předmět, jakkoli důmyslný a sofistikovaný, nabídnout nedokáže“ (Bauman, 2013, s. 51).

Přehledné znázornění proměny rodiny ve vývoji doby od tradiční až po postmoderní, nabízí následující tabulka (tabulka 1), která vyjmenovává základní charakteristiky rodiny v jednotlivých obdobích a zachycuje změny viditelně zasahující sociální struktury soudobých společností, ale také individuální životy všech jejich členů (Možný, 2008, s. 23).

Tabulka 1 Základní charakteristiky tradiční, moderní a postmoderní rodiny

| | Tradiční | Moderní | Postmoderní |
|----------------------------------|------------------------------------|---|----------------------------------|
| Struktura | široká, vícegenerační | nukleární, manželská | variabilní, individualizovaná |
| Základní kapitál | Ekonomický | ekonomický, sociální, kulturní | sociální, KULTURNÍ |
| Legitimizace | sex, děti | děti | NELEGITIMIZUJE |
| Role | komplementární, hierarchizované | segregované, komplementární | individualizované |
| Funkce | Univerzální | pečovatelské, statusotvorné, citové | CITOVÉ |
| Autorita | Otec | otec-matka, funkčně segregované | individualizovaná, slabá |
| Reprezentace diskurzu | náboženská, církevní | občanská | masmediální |
| Mezigenerační přenos | patrilinéární, autoritativní | demokratický, smíšený | slabý |

Zdroj: Možný, 2008, s. 23

Z vybraných konceptů zachycujících změny společenského vývoje vyplývá, že současná rodina získává postmoderní podobu. I když už ji nelze považovat za morfostatickou instituci, aspirace na založení trvalého vztahu a touha po dětech zůstávají stále pro většinu lidí důležitým stabilizujícím bodem v jejich životě (Možný, 2008, s. 23–24).

2.2 Vymezení rodičovské role

Z hlediska etologie lze rodičovské chování označit za biologicky zakotvené předurčující lidský druh k sociální podmíněnosti. Poskytování ochrany a výživy potomstva stojí na počátku vzniku pospolitostní struktury živočišné říše. Výkonem rodičovské role u člověka dochází k naplňování jeho genetické podstaty (Matoušek, 2003, s. 15). Z pohledu sociologického rodičovství představuje nejvýznamnější přechod v rodinném vývojovém cyklu i v životě jedince. Alice Rossiová jedinečnost formující novou životní fázi shrnuje do čtyř aspektů (Možný, 2008, s. 150).

1. Přechod, k němuž dochází pod silným kulturním tlakem – rozhodnutí stát se rodičem je zatíženo historicky uznávanými normami, i když se v posledních dvou desetiletích stává stále více společensky významnou alternativou volná celoživotní bezdětnost.
2. Přechod, k němuž dochází i mimovolně – početí dítěte zejména prvorozeného může být neplánované.
3. Přechod nerevokovatelný – narození dítěte nelze vzít zpět, člověk se stává rodičem nevratně.
4. Přechod zlomový – narození dítěte na rozdíl od ostatních životních přechodů postrádá jakousi přípravnou periodu, která by dokázala signalizovat nadcházející změny (Možný, 2008, s. 150–154).

Právní vymezení rodičovské role upravuje třetí oddíl rodinného práva ukotvené v občanském zákoníku, podle kterého naplnění rodičovské odpovědnosti spočívá „*v péči o dítě, zahrnující zejména péči o jeho zdraví, jeho tělesný, citový a rozumový a mravní vývoj, v ochraně dítěte, v udržování osobního styku s dítětem, v zajišťování jeho výchovy a vzdělání, v určení místa jeho bydliště, v jeho zastupování a spravování jeho jmění*“ (§ 858 občanského zákoníku). V rámci naplnění své úlohy ve výchovném procesu by rodiče měli být svým jednáním a způsobem života pro své děti všestranným příkladem a sociálním vzorem (§ 884 odst. 1 občanského zákoníku).

Narození prvního potomka představuje nelehký úkol v podobě ztotožnění se s novou životní rolí, která sebou kromě radostného očekávání přináší i nejistotu a obavy z neznámého. Křivohlavý o vytvoření rodinného trojúhelníku a přijetí nové sociální role – otce či matky mluví následovně: „*Možností vychovávat svěřené dítě je nám dána příležitost „realizovat se“ jako člověk*“ (Křivohlavý, 2014, s. 18).

Dítě se pro rodiče stává nevyčerpatelným zdrojem podnětů, prožitků i zkušeností, které se v průběhu jeho vývoje transformují do životní moudrosti. Naplnění rodičovské role sebou přináší i budování citového zázemí a snahu o zakotvení v přístavu jistoty. Dítě dává pečující osobě prostor pro naplnění potřeby společenského uznání a uvědomění si vlastní hodnoty (Matějček, 2017, s. 21–23). Matějček z pozice uznávaného odborníka z oblasti výchovy a péče o dítěte dále uvádí: „*Schopnost plodit děti znamená v tomto smyslu vyrovnat se ostatním ženám a mužům v jedné z nejdůležitějších společenských funkcí, nabytí jistoty sám v sobě, posílit své já*“ (Matějček, 2017, s. 22). Rodičovství lze označit za cestu osobnostního rozvoje vedoucí k poznání sebe sama.

2.3 Význam komunikace ve vztahu rodiče a dítěte

S ohledem na zaměření práce se následující část zabývá významem komunikace v realizaci rodičovské role jako hlavního socializačního činitele. Pro holistické vyjádření daného tématu je vhodné nejdříve věnovat pozornost vymezení socializace v životě dítěte.

Příprava na vstup do praktického života probíhá primárně naplňováním socializačně-výchovné funkce v prostředí rodiny. Proces soustavného působení, zejména rodičů ale i dalších vychovávajících osob, směřuje dítě k učení přizpůsobovat se sociálnímu životu a osvojovat si základní návyky a společensky očekávané způsoby chování (Stašová, 2001, s. 80). Schopnost navazování kontaktů a koexistence s druhými lidmi v člověku upevňují genetickou dispozici, která v sociálním prostředí nabývá formy sociability a předurčuje dítě k zdravému sociálnímu vývoji (Kraus, 2014, s. 81). Sak a Kolesárová sociabilitu chápou jako „*subjektivně přetvořený otisk společnosti ve struktuře osobnosti jedince*“ (Sak, Kolesárová, 2012, s. 18). Sollárová úlohu rodinného systému v socializačním procesu dítěte vystihuje slovy: „*Rodina jako primární nositel kultury poskytuje základ norem a hodnot dané společnosti. Vede dítě ke společenskému životu v prostředí, ve kterém vyrůstá, učí ho orientovat se ve světě symbolů*“ (Sollárová, 2019, s. 53). Vstupování do sociálních vztahů a nacházení konsenzu s druhými lidmi dítě staví do aktivní pozice spolutvůrce socializačního procesu, který narůstá do rozměru formulující jeho autenticitu (Pelikán, 1995; In: Kruas, 2014, s. 81).

Na základě vymezení podstaty socializačního procesu lze komunikaci označit za hlavní socializační nástroj, který rodičům umožňuje navázat s dítětem citovou vazbu a naznačit směr jeho životní cesty.

Americká představitelka humanistické psychologie a rodinná terapeutka Virginia Satir považuje komunikaci společně se sebehodnocením, pravidly a společenskou vazbou za nejdůležitější aspekt rodinného života. Komunikace mezi rodičem a dítětem probíhá od prvního dne narození. Prostřednictvím smyslového sdělení rodiče dítěti předávají své zkušenosti a pomáhají mu vytvářet představu o světě i sobě samém (Satir, 2006, s. 15/55–56).

K povaze a hodnotovému rozměru vzájemného jednání mezi rodičem a dítětem se vyjadřuje i legislativní úprava občanského zákoníku: „*Rodiče a dítě jsou si povinni pomoci, podporou a ohledem na svou důstojnost*“ (§ 883 občanského zákoníku).

Souhrnně lze uvést, že vzájemnost mezi rodičem a dítětem se vyvíjí zejména v osobní rovině komunikačního stylu probíhající v intimní vztahové distanci vyjádřením emocí, které představují prostředek i samotnou cestu uspokojování nejhlubších lidských potřeb (viz podkapitola 1.3 Mezilidské vztahy jako základní lidská potřeba) (Plaňava, 2005, s. 48/71). Sdělování citů do rodinného prostředí mnohdy vstupuje bez verbálních projevů a vytváří prostor pro uvědomění si skrytých významů činů druhých.

Podle Fromma význam symbolického jednání v rodinných vztazích spočívá ve schopnosti vnímání podnětů, které dítě vedou k nabytí zkušenosti *jsem milován* vycházející z podstaty rodičovské lásky. Objevení v sobě mateřského a otcovského principu lásky navzájem od sebe odlišujícím svým výkladem a projevy dítě předurčuje k zdravě vyznívajícimu vývoji citově vyvráté osobnosti (Fromm, 2008, s. 43–48).

Téma bezpodmínečného přijetí v kontextu komunikačního vztahu dále rozvíjí výchozí schéma psychoterapeutického směru *Přístup zaměřený na člověka* (viz podkapitola 3.2 Uplatnění PCA terapie v rodičovství).

Libanonský básník a spisovatel Kahlil Gibran vkládá sílu interakce rodiče a dítěte do potenciálu každé živé bytosti stát se svébytnou, nezávislou a jedinečnou osobností transcendentního rozměru: „*Můžete jim dát svou lásku, ale nedáte jim své myšlenky, neboť oni mají své myšlenky. Můžete vlastnit jejich těla, ale nikoliv jejich duše, neboť jejich duše sídlí v domě zitrků, do něhož nemůžeme vstoupit*“ (Gibran, 2001, s. 22–23).

Efektivně vedená komunikace mezi rodičem a dítětem představuje jediný možný způsob naplňující jejich vztah otevřeností, úctou, důvěrou a láskou. Podobě vhodného komunikačního přístupu v kontextu rodinných vztahů se věnuje následující kapitola.

3 Praktikování Přístupu zaměřeného na člověka v rodinném prostředí

Třetí kapitola v sobě sjednocuje problematiku první a druhé kapitoly. Pracuje s pojmy *zdravá komunikace* a *rodinné prostředí* v kontextu hledání vzájemného propojení v psychoterapeutické praxi. Věnuje se psychoterapeutickému přístupu významně korelujícímu se znaky zdravé komunikace, který má potenciál aplikace v rodinných vztazích. Zabývá se prací Carla R. Rogerse a jeho *Přístupem zaměřeného na člověka*. V kontextu humanistického směru vymezuje hlavní myšlenky PCA terapie a prostřednictvím výchozího teoretického schématu *akceptace – empatie – kongruence* popisuje jeho uplatnění v rodičovství.

3.1 PCA terapie z pohledu humanistické psychologie

Akceptace – empatie – kongruence termíny definující psychoterapeutický směr, jehož možnosti využití přesahují rámec terapie. *Přístup zaměřený na člověka (Person Centered Approach)* amerického psychologa Carla R. Rogerse představuje cestu vedoucí k aktivaci růstového potenciálu každého jedince za podmínky naplnění podstaty empatického porozumění a bezpodmínečného přijetí v důvěrném vztahu (Šiffelová, 2010, s. 15/35).

Rogers šíří pojetí přístupu vystihuje slovy: „*Nehovořím již pouze o psychoterapii, ale o stanovisku, filozofii, přístupu k životu, způsobu bytí, ve které je růst – osobnosti, skupiny či komunity – jedním z cílů*“ (Rogers, 1998, s. 17). *Přístup zaměřený na člověka* nachází uplatnění napříč mezilidskými vztahy včetně rodinného prostředí.

Z hlediska systémového vymezení psychoterapie, PCA terapie vychází z humanistického směru, na jehož stručné charakteristice lze vystihnout hlavní myšlenky práce Carla R. Rogerse.

Humanistická psychologie je označována za „*třetí sílu*“ vymezující se vůči psychoanalytickému a behaviorálnímu přístupu. Jedná se o nedeterministický směr filozofické povahy vyzdvihující pozitivní aspekty lidské přirozenosti. Zaměřuje se na lidské vlastnosti a motivy odlišující člověka od zvířete (Plháková, 2020, s. 253/266). Společnost pro humanistickou psychologii definuje poslání směru čtyřmi principy (Nolen-Hoeksema et al., 2012, s. 562).

1. Humanistická psychologie do předmětu zájmu staví lidské prožívání. Jedinec není pouze studijním objektem. Jeho pochopení probíhá prostřednictvím introspektivního zkoumání vlastních myšlenek.

2. Stěžejními tématy výzkumné oblasti jsou rozhodování, tvořivost a sebeaktualizace. Lidská motivace není řízena jen základními pudy a fyziologickými potřebami.
3. Při zkoumání lidských a sociálních problémů ve výzkumné činnosti je upřednostňována smysluplnost před objektivitou.
4. Humanistická psychologie považuje za nejvyšší hodnotu důstojnost člověka. Cílem není ovládat jeho chování, ale snažit se o jeho pochopení (Nolen-Hoeksema et al., 2012, s. 562).

Základ humanistického portréru osobnosti tvoří schopnost sebeaktualizace ve smyslu tendence k rozvíjení vlastního potenciálu a uspokojení touhy po vnitřním naplněním. Dále osobnost jedince determinuje schopnost sebeuvědomění, možnost svobodné volby a zodpovědnost za učiněná rozhodnutí. Na člověka je zároveň nahlíženo jako na primárně sociální bytost se silnou potřebou někam patřit a najít své místo (Cain, 2006, s. 32–33).

3.2 Uplatnění PCA terapie v rodičovství

Na základě uvedeného vhledu do hodnot humanistického směru (viz podkapitola 3.1 PCA terapie z pohledu humanistické psychologie), lze *Přístup zaměřený na člověka* označit za vhodný nástroj pro posilování vzájemných vztahů. Následující text vysvětluje na výchozím schématu PCA terapie jeho platnost a možnosti aplikování v rodinném prostředí.

Teoretický rámec *Přístupu zaměřeného na člověka* je založen na třech ústředních podmínkách, které v součinnosti vytváří atmosféru podporující růstový potenciál osobností přítomných v psychologickém vztahu (Rogers, 1998, s. 106).

- Kongruence – Rogers (1998, s. 106) první předpoklad vyjadřuje jako opravdovost či autentičnost projevující se v otevřenosti prožívání pocitů a postojů. Psychologický slovník termín *kongruence* vztažený do komunikační roviny vykládá jako „*soulad verbální a neverbální komunikace*“ (Hartl, 2004, s. 114). Osoba vystupuje vůči druhému v kompatibilitě svého prožívání, obsahu aktuálního vědomí a samotného sdělení (Rogers, 1998, s. 106). Kongruence ve vztahu umožňuje rodiči a dítěti naučit se vzájemné důvěře i důvěře v sebe sama (Tolan, 2006, s. 65). Její existence zároveň podmiňuje vznik dalších dvou podmínek.

- Akceptace – druhý důležitý aspekt vzájemného vztahu je definován jako akceptace, zájem či důvěra a souhrnně může být formulován pod termínem *bezpodmínečné pozitivní přijetí* (Rogers, 1998, s. 106). Schopnost akceptovat a být akceptován do rodinného prostoru přináší vzájemný respekt a neúčelový zájem vytvářející obsah citového vztahu *mít rád* (Vymětal, 2004, s. 34). Nepřivlastňující přijetí dítěte bez výhrad a soudů, v plném rozsahu jeho existence spočívá v naplnění rodičovské lásky (Junková, 2004, s. 217–218).
- Empatie – třetí podmínku vytvoření atmosféry pro osobnostní růst představuje empatické porozumění (Rogers, 1998, s. 106). Heslovitým výkladem lze daný termín vyjádřit jako „*schopnost vcítit se do pocitů a jednání druhé osoby*“ (Hartl, 2004, s. 59). Rogers empatii povyšuje na zvláštní způsob bytí prostřednictvím kterého jedinec vstupuje do percepčního světa druhé osoby. Jedná se o náročný proces vyžadující dočasné odložení vlastních názorů a hodnot (Rogers, 1998, s. 126–127). Empatické porozumění otevírá rodiči dveře pochopení osobnostního rámce dítěte a prohlubuje citový rozměr jejich vztahu.

Teoretici podstatu modelu PCA terapie vysvětlují na analogii rostliny: „*Rostlinu nikdo nemůže přimět k růstu. Když jí však někdo poskytne správné podmínky – půdu živiny, světlo, vodu, stane se z ní ta nejlepší možná rostlina*“ (Tolan, 2006, s. 21). Přenesením metaforického vyjádření zakládajícího se na síle aktualizací tendence každého jedince do rodinného prostředí, lze do pozice rostliny dosadit dítě, které v rámci socializačního procesu potřebuje vytvoření klimatu respektujícího jeho strukturu self (Tolan, 2006, s. 21). Rogers mluví o zajištění podmínek vycházejících vstříc individuálnímu vývoji, jedině tak lze dosáhnout konstruktivního směřování organismu (Rogers, 1998, s. 110).

Nykl (2012) modifikované podmínky terapeutického procesu vztažené k rovině vztahu rodiče a dítěte formuluje následovně:

1. „*Dvě osoby se nacházejí v kontaktu.*
2. *První osoba, kterou budeme nyní označovat jako dítě, se nalézá ve stavu možného psychického růstu (zone of proximate development).*
3. *Druhá osoba, kterou budeme označovat jako rodič, je kongruentní ve vztahu, vnímá nezkráceně hodnotu vlastních pocitů a potřeb – dokáže je vhodně vyjádřit.*

4. Rodič pocítuje bezpodmínečné pozitivní přijetí vůči dítěti (pozornost, akceptaci).
5. Rodič empaticky rozumí obsahu pocitových hodnot dítěte a obsahu situace.
6. Dítě vnímá alespoň v malé míře podmínky 3 a 4, totiž bezpodmínečné pozitivní přijetí své osoby, empatické porozumění od rodiče“ (Nykl, 2012, s. 142).

Přítomnost pozitivního přijetí, empatického porozumění a vhodného vyjádření pocitů v rodinném prostoru zajišťují zdravý psychický růst. Podněcují k vývoji osvojení regulativních funkcí v podobě organismického procesu hodnocení, které dítě vede k dosažení vyššího stupně psychické vyrovnanosti. Naplnění podstaty facilitujících podmínek pro rodiče zároveň představuje důležitý nástroj pro efektivní porozumění vztahového rámce dítěte (Rogers, 1991; In: Nykl, 2012, s. 143).

Komunikace v PCA terapii je založena na nedirektivním přístupu vymezujícím se proti příkazům, hodnocením a naučeným postojům, které se často promítají do způsobu jednání s dětmi a významně se podílejí na vzniku symptomů psychických poruch a patogenezi v mezilidských vztazích (Nykl, 2012, s. 65). Rogers za centrální aspekt nedirektivního způsobu komunikace považuje schopnost citlivého naslouchání, které do života jedince přináší uspokojení a otevřenost vůči druhým lidem vedoucí k větší svobodě opětování a přijímání lásky (Rogers, 1998, s. 37). Nedirektivní chování opírající se o základní vztahové kvality PCA terapie vytváří mezi rodičem a dítětem vztah založený na nehodnotící péči, důvěře, spolupráci, respektu a bezpečí (Cain, 2006, s. 36).

Následující tabulka (tabulka 2) přehledně znázorňuje kontrast direktivního a nedirektivního jednání v každodenních vztazích (Nykl, 2012, s. 70).

Tabulka 2 Dva modely komunikace v běžném vztahu

| Direktivní styl | Nedirektivní styl |
|--|--|
| I | II |
| Kontakt | Kontakt |
| Hodnotící postoj | Na osobu zaměřený postoj (opravdovost, akceptace, porozumění) |
| Averze | Uvolnění |
| Dokazování/přesvědčování/příkazování | Opravdový vztah |
| Pocit neporozumění (tvoření obranných mechanismů) | Růstová zkušenost (asimilace v self) |

| Direktivní styl | Nedirektivní styl |
|------------------------------------|--|
| Kontrola (nabídka řešení/pomoc) | Sebedůvěra |
| Pomohu ti – přikážu ti (já expert) | Růst |
| Vztah: autorita – podřízenost | Aktivace vlastních dispozic (zrání osobnosti) |
| Rebelantství | Vztah osoby k osobě vytváření nových dispozic |

Zdroj: Nykl, 2012, s. 70

Léčivý vliv a význam rogersovských proměnných pro růst sociální zralosti nejen v terapii ale i ve školství a v encounterových skupinách, za kterou lze označit i rodinu pracující na osobnostním růstu jednotlivých členů, potvrzují rozsáhlé vědecké výzkumy i názory odborníků, kteří zároveň význam flexibilního celku podmínek spatřují v kompenzaci ztraceného instinktivního souladu s vlastním bytím (Nykl, 2012, s. 15).

V kontextu každodenních vztahů rodiče nelze stavět do rolí terapeutů. Situace, kterým musí čelit, neodpovídají terapeutickým sezením a jejich zodpovědnost přesahuje vztahový rámec *terapeut – klient*. Uplatnění Rogersovského přístupu v rodinném prostředí spočívá ve ztotožnění se se základními principy na úrovni každodenního způsobu jednání k ostatním i sobě samému.

Sdílení Rogersovských myšlenek a jejich praktické uvedení do způsobu života upravuje i Písmo svaté ve svém druhém přikázání lásky: „*Miluj svého bližního jako sám sebe!*“ Podobu lásky k bližnímu symbolizuje řecký výraz *agapé* vybízející k vzájemné úctě, dobrosrdečnosti a přijetí s prvotním významem v kruhu rodinném. Vyjádření lásky k druhému lze naplnit formou skutků odpuštění a nesouzení, konkrétní praktické pomoci a kultivací tužeb po moci, majetku a intimitě (Libenští evangelíci, 2021, online video).

Přístup zaměřený na člověka demonstruje základní lidské hodnoty, kterým je potřeba učit se od narození. Rodiče se proto jeví jako ti nejpovolanější k jejich osvojení a následnému začlenění do komunikačního procesu se záměrem posílení vzájemného vztahu rodiče s dítětem a současně i fungování rodinného systému.

4 Rodinná resilience a prevence zdravého rodinného fungování

Čtvrtá kapitola se věnuje vysvětlení konceptu rodinné resilience jako nástroje primární prevence v úspěšném naplnění zdravého rodinného fungování. Zabývá se terminologickým vymezením pojmu a jeho charakteristikou v kontextu systémového přístupu k rodině. Prostřednictvím teoretického modelu Fromy Walsh popisuje protektivní faktory odolnosti rodiny se zaměřením na význam a postavení zdravé komunikace. Součástí kapitoly je uvedení rodinné resilience do roviny prevence zdravého rodinného fungování.

4.1 Vymezení rodinné resilience

Rodinná resilience představuje téma multidimenzionálního rozměru v české odborné literatuře zatím pevně neukotvené, kterému se v posledních letech dostává stále více pozornosti v oblasti výzkumné činnosti (viz kapitola 5 Výzkumné šetření zaměřené na subjektivní vnímání kvality faktorů rodinné resilience z pohledu současných dospělých).

V pojetí současné terminologie samotný termín *resilience* znamená odolnost, pružnost, elasticitou a houževnatou nezdolnost či nezlomnost posilující životní síly (Orosová, 2019, s. 616). Aplikovatelnost pojmu do vztahu s rodinným prostředím rozšiřuje jeho výklad na kompetentnost rodiny udržet si zavedené vzorce fungování v případě konfrontace s rizikovými faktory a schopnost rychlého zotavení z nastalých událostí vyvolávající změny v rodinném fungování (Bělík a kol., 2017, s. 75). Šolcová o rodinné resilienci hovoří jako o „*souhrnném výsledku dynamických procesů vzájemného působení mezi dítětem, rodinou a prostředím v průběhu času*“ (Šolcová, 2009, s. 11).

Teoretický rámec konceptu rodinné resilience vychází ze studií rodinného stresu a z předpokladu znalosti principů rodinného fungování reflektujících vztahové procesy v rodinném prostředí (Sobotková, 2007, s. 71). Pro pochopení významových souvislostí jednotlivých determinant a vystihnutí podstaty rodinné resilience v komplexním pojetí, popisuje následující text danou problematiku z perspektivy systémového přístupu.

Z pohledu cirkulárně kauzálního myšlení rodina představuje vnitřně členitý celek složený ze souboru prvků ve vzájemném působení na základě vytvořených vztahů. Obraz reality rodiny za podmínky jeho akceptace vychází ze sociální interakce jednotlivých členů (Sobotková, 2007, s. 21–23). Kučírek postavení rodiny v systémovém přístupu vystihuje slovy: „*Každá přirozená lidská skupina, a tedy i rodina, v průběhu času*

metamorfozuje v jedinečný systém, řízený jen pro tento systém platnými pravidly. Každé chování představuje komunikaci, vyvolávající odpověď“ (Kučírek, 2014, s. 92). Naplnění aspektů rodinné resilience ve smyslu uspokojivého fungování systému spočívá v existenci protichůdně působících procesů *morfostáze* a *morfogeneze*. Dosažení rovnováhy v polaritě obou sil rodinu determinuje k otevřenému postoji vůči změnám a zároveň ke konzistentnímu udržení stability v průběhu času (Sobotková, 2007, s. 23).

Označením rodiny za živý organismus se stává podmínkou její existence nutnost vlastních hranic, které regulují výměnu informací s okolním světem (Kučírek, 2014, s. 94). Hranice představují pravidla určující osobní pole působnosti jedince. Pro úspěšné naplnění podstaty rodinného systému je důležité vytyčené transakční vzorce přizpůsobovat v závislosti na povaze probíhající životní fázi a proměně potřeb jednotlivých subsystémů členů rodiny (Colapinto, 1984, s. 117).

Odmítnutí lineární kauzálního způsobu myšlení vytváří příležitost pro pochopení rozměru rodinné resilience v dynamickém procesu umožňující rodině koexistovat v kontinuu přirozených systémů (Kučírek, 2014, s. 93–97).

Pro získání celostního vymezení konceptu rodinné resilience se považuje za stěžejní uvedení do kontextu spojení slov *zdravé rodinné fungování*.

Ačkoliv se v odborné literatuře jedná o sousloví vyvolávající diskuzi nad jeho holistickým vyjádřením, autoři se shodují na třech základních principech – *soudržnost*, *adaptabilita* a *komunikace* pozitivně ovlivňujících kvalitu rodinného soužití (viz podkapitola 4.2 Protektivní faktory rodinné resilience v kontextu prevence zdravého rodinného fungování) (Sobotková, 2007, s. 71–72). Sobotková *zdravé rodinné fungování* popisuje jako „*schopnost rodiny zvládat náročné, stresové životní situace a přizpůsobovat se změnám*“ (Sobotková, 2015, s. 38). Zároveň dodává, že funkční rodina nespočívá v absenci problémů, nýbrž v účinném způsobu jejich řešení (Sobotková, 2015, s. 38). Jedná se o nejednotný osobnostně podmíněný soubor faktorů přispívající k rodinné harmonii, spokojenosti a stabilitě v kombinaci s reálně působícími aktuálními vlivy (Šulová, 2011, s. 111–113). Z hlediska naplnění kompetencí Lewis za optimálně integrovanou a funkční rodinu považuje prostor vymezený zjevnými sociálními vzorci rodičovského vedení a otevřeným vyjadřováním pocitů a názorů. Rodina vykazuje vysokou míru koheze a podporuje individualitu každého člena (Lewis, 1978; In: Kučírek, 2014, s. 108).

4.2 Protektivní faktory rodinné resilience v kontextu prevence zdravého rodinného fungování

Rodinná resilience svou ochrannou a regenerační silou nabývá charakteru preventivního nástroje pro zachování psychosociální integrity rodinného prostředí v náročných životních situacích. Vymezením struktury teoretického modelu prostřednictvím protektivních faktorů rodinné resilience následující text reflektuje možné způsoby posílení a aktivizace intervenčního potenciálu každé rodiny.

Modelové uchopení rodinné resilience vychází z procesuální povahy a dynamického aspektu odolnosti rodiny vystupující vůči zvýšené zátěži a stresu. Bezprostřední reakce na krizové situace probíhají ve fázi *adjustace*, jejíž dosažení je podmíněno udržením rovnováhy mezi působícími nároky a možnostmi, kterými rodina disponuje. V případě neúspěchu ve fázi *adaptace* dochází ke komplexnějšímu a dlouhodobějšímu přizpůsobování aktuálnímu stavu krize (Sobotková, 2003, s. 16–17).

Zdroje pozitivně stimulující fungování rodiny a úspěšné překonání adjustační fáze Šolcová definuje následovně: „*Protektivní faktory jsou charakteristiky, které v interakci s nepřízní či protivenstvím redukují nebo eliminují potenciální negativní účinek rizikových faktorů* (Šolcová, 2009, s. 14). Klasifikace upravující protektivní faktory rodinné resilience v důsledku víceúrovňového rozsahu dané problematiky a závislosti na čase a prostoru existují v různých podobách. Autoři vycházejí zejména z dat získaných longitudinálními studii a zkušeností z poradenské práce s rodinou.

Froma Walsh na základě dostupných výsledků z klinických a společenských výzkumů zabývajících se proměnnými významně přispívajícími k odolnosti rodiny vytváří konceptuální mapu identifikující klíčové rodinné procesy, které následně syntetizuje do třech tematických okruhů – *Belief Systems*, *Organization Patterns* a *Communication/Problem solving* (Walsh, 2003, s. 6–7). Následující tabulka (tabulka 3) nabízí přehledné znázornění teoretického modelu.

Tabulka 3 Model rodinné resilience podle Fromy Walsh

| Systém hodnot, přesvědčení | Organizace chodu rodiny | Komunikace, řešení problémů |
|--|---|--|
| <ul style="list-style-type: none">krize a potíže mají smysl, problém je výzvou | <ul style="list-style-type: none">flexibilita, adaptabilita | <ul style="list-style-type: none">jasná komunikace |

| Systém hodnot, přesvědčení | Organizace chodu rodiny | Komunikace, řešení problémů |
|---|---|---|
| <ul style="list-style-type: none"> • naděje a optimismus, důvěra ve zvládnutí potíží • spiritualita | <ul style="list-style-type: none"> • propojenost, vzájemnost, podpora • vnější zdroje (sít' sociální opory, zabezpečení rodiny aj.) | <ul style="list-style-type: none"> • otevřené vyjadřování pocitů; radost a humor • spolupráce na prevenci a řešení problémů |

Zdroj: Sobotková, 2015, s. 45

S ohledem na zaměření práce následující text více rozvádí oblast komunikace a řešení problémů.

- Jasná komunikace – první zmíněný aspekt spočívá ve srozumitelnosti a souladu předávaných informací vztahujících se ke krizovým situacím a budoucím očekáváním. Vedení diskuze otevírající bolestivá témata přináší do rodinných vztahů blízkost a autenticitu a zamezuje vzájemnému nepochopení a odcizení.
- Otevřené vyjadřování pocitů – další podporující složku rodinné odolnosti tvoří sdílení emocí za předpokladu otevřené komunikace podporované vzájemnou důvěrou, empatií a akceptací druhé osoby (viz podkapitola 3.2 Uplatnění PCA terapie v rodičovství).
- Spolupráce na prevenci a řešení problémů – řešení problémů a zvládnutí konfliktů představuje pro fungování rodiny určující komponent. Překonávání nepřízně osudu rodině vytváří příležitost pro osobnostní růst stanovením konkrétních cílů a následného plnění kroků k jejich dosažení. Zaujetí proaktivního postoje vůči krizové situaci rodinu zároveň posiluje a působí preventivně (Walsh, 2003, s. 12–13).

Sobotková důležitost sociální interakce spatřuje ve stylu komunikace podílející se na vzniku typické rodinné atmosféry odrážející její funkčnost prostřednictvím důvěry, tolerance nebo otevřeného vyjadřování názorů (Sobotková, 2007, s. 202). Definicí komunikačního jednání odpovídajícího profilu resilientní rodiny Kraus formuluje následovně: „*Jasná komunikace se setrváním u tématu, s přiměřeným emocionálním doprovodem, s věrohodným vyjadřováním souhlasu, s přiměřenou mírou svěřování*

a naslouchání“ (Kraus, 2021, s. 24). Přenesení komunikace do rozměru uzdravovacího procesu římskokatolický kněz Josef Suchár podmiňuje setkáním s pravdou. Za nejzávažnější hřích Desatera označuje lež společně s jejími pozemskými deriváty závistí a žárlivostí bránící vzájemné důvěře a sblížení. Myšlenka společného sdílení by podle jeho názoru měla vycházet z podstaty vědomí „*mám tě rád*“ (Suchár, 2023, podcast).

Souhrnně lze výpovědní hodnotu komunikačních procesů v kontextu rodinné resilience vyjádřit jako „*oblast efektivně uskutečňované komunikace, spojené s otevřeným prožíváním emocí, empatií a s efektivním, vzájemně se podporujícím řešením problémů*“ (Walsh, 2002; In: Šolcová, 2009, s. 67).

Způsob a kvalita rodinné interakce reflektuje vývoj dnešní doby. Zaznamenané proměny rodiny v důsledku transformace celé společnosti zasahují do zdravého rodinného fungování na úrovni demografického uspořádání, dezintegraci soužití, sociálně ekonomické diferenciaci, problémů ve výchově či medializaci života (Kraus, 2021, s. 21–26). Z pohledu sociologie se rodina nachází v období krize vedoucí k funkční destabilizaci jejího systému (Sobotková, 2015, s. 34).

Uvedený výčet charakteristik platných pro situaci v současné rodině představuje podnětné zázemí pro vznik sociálně patologických jevů či rizikového chování vyskytující se u dětí.

Zejména od rodičů se očekává včasná aktivizace role prvotních činitelů primární prevence na nesespecifické úrovni směřující do oblasti rodinné výchovy, a to v následující podobě: „*Zvýšený zájem o své dítě, společné trávení jak volného času, tak času spojeného se učením, a času společného při každodenních činnostech – při práci, při řešení každodenních problémů, při diskuzích nad životem, který společně prožívají*“ (Svoboda Hoferková, Bělík, 2019, s. 77).

Na základě teoretického vymezení konceptu rodinné resilience a stručného vhledu do podoby současné rodiny, o které více pojednává jedna z předešlých částí práce (viz podkapitola 2.1 Pojetí současné rodiny), lze poukázat na intervenční potenciál protektivních faktorů rodinné resilience s psychosociální povahou uplatitelný jako prostředek primární prevence v rodinném prostředí ohroženého řadou nežádoucích jevů.

5 Výzkumné šetření zaměřené na subjektivní vnímání kvality faktorů rodinné resilience z pohledu současných dospělých

Empirická část práce je věnovaná výzkumnému šetření, které se zaměřuje na subjektivní vnímání kvality faktorů rodinné resilience. Cílovou skupinu představuje současná dospělá populace. Současně se snaží o integraci východisek zpracovaných v rámci teoretické části práce.

5.1 Výzkumný problém a hypotézy

Výzkumné šetření se zabývá problematikou rodinné resilience, která se u nás do popředí zájmu vědeckého zkoumání ve srovnání se zahraničím dostává až v posledních letech. Za jeden z důvodů poměrně krátké výzkumné historie daného tématu lze označit dlouhodobé neakceptování psychologie rodiny jako samostatného oboru (Sobotková, 2007, s. 13).

Výraznou osobností rodinné resilience zprostředkovávající srozumitelnost svých děl nové poznatky do praxe, je Froma Walsh. Dalšími jmény edukativně působícími jsou Hamilton a Marilyn McCubbin a Joän Patterson (Sobotková, 2015, s. 41). Mezi české autory, jejichž odkaz práce rozvíjí koncept rodinné resilience a uvádí do povědomí odborné i široké veřejnosti, patří například dětský psycholog Zdeněk Matějček, celoživotní přínos Josefa Langmeiera nebo publikační činnost Ireny Sobotkové (Šolcová, 2009, s. 79).

V současné době se jedná o velmi aktuální téma vstupující do souvislostí s narůstajícími problémy v rodinném soužití. Otázky zkoumání se dotýkají zejména okolností, za kterých jsou rodiny schopné snadněji zvládat náročné situace a čelit nadměrnému stresu (Sobotková, 2015, s. 42).

Na základě analýzy historického vývoje rodinné resilience na poli vědy a výzkumu je pro empirickou část práce definován výzkumný problém v podobě: *Subjektivní vnímání kvality faktorů rodinné resilience z pohledu současných dospělých*. Podle Gavory jazyková forma výzkumného problému může být ve tvaru tázacím nebo oznamovacím (Gavora, 2000, s. 29). Výzkumný problém zároveň vymezuje oblast výzkumného šetření a stává se jeho středem (Hendl, 2009, s. 24–25).

Cílem výzkumného šetření je shrnutí vnímání kvality rodinné resilience současnými dospělými. Proměnné, ke kterým se cíl výzkumného šetření vztahuje, představují duchovní založení, pohlaví, věk a nejvyšší dosažené vzdělání respondentů.

V návaznosti na volbu výzkumného problému se za stěžejní úkol považuje formulace hypotéz, které specifikují jeho podobu a určují otázky směřující ke zkoumaným jednotkám (Rabušic, Soukup, Mareš, 2019, s. 41). Hendl hypotézu popisuje jako „*tvrzení o podstatě určité situace ve zkoumané oblasti. Jde o návrh, představu o vztahu mezi uvažovanými výzkumnými proměnnými. Tento návrh se výzkumem zamítá nebo potvrzuje na základě empirické evidenci*“ (Hendl, 2009, s. 25). Pro výzkumné šetření jsou stanoveny čtyři hypotézy v následujícím znění:

- **H1:** Duchovně založení lidé vnímají své rodinné vztahy stabilněji než lidé duchovně nezaložení.
- **H2:** Ženy umí lépe aktivně naslouchat než muži.
- **H3:** Pro lidi z generace Baby boomers a generace X je komunikace prostřednictvím komunikačních technologií obtížnější než pro lidi z generace Y a generace Z.
- **H4:** Stupeň dosaženého vzdělání není rozhodující pro subjektivní vnímání vztahů v rodině.

5.2 Sběr dat a výzkumný vzorek

Z hlediska způsobu zkoumání se jedná o kvantitativně orientované výzkumné šetření. Chráska vymezuje kvantitativní strategii ve vztahu k pedagogice jako „*záměrnou a systematickou činnost, při které se empirickými metodami zkoumají (ověřují, vertifikují, testují) hypotézy o vztazích mezi pedagogickými jevy*“ (Chráska, 2016, s. 11).

Pro výzkumné šetření byla zvolena technika nestandardizovaného dotazníku tvořeného ze dvou částí. První oblast obsahuje předmluvu s potřebnými informacemi a požadavky směřujícími k respondentům a čtyři položky sociodemografického charakteru. Hlavní část dotazníku se skládá z 12 výroků prezentovaných prostřednictvím pětibodové Likertovy škály vyjadřující míru souhlasu či nesouhlasu a jedné otevřené otázky (viz příloha A). Konstrukce výrokové části dotazníku se inspiroje *Škálou rodinného prostředí (ŠRP)*, která představuje jeden z prvních prostředků vyvinutých speciálně pro sebehodnocení rodiny (Sobotková, 2003, s. 41–42).

Likertova škála představuje nástroj používaný k měření postojů a názorů lidí. Možný způsob vyjádření výsledků spočívá v přisouzení jednotlivým hodnotám škál číselné koeficienty, kterými se vynásobí frekvence voleb výroků. Následně se získané násobky sečtou a vydělí počtem respondentů (Gavora, 2000, s. 92–97). Likertova škála

dotazníkového šetření nabízí respondentům standardní pětistupňovou podobu s číselnými koeficienty 1–5, přičemž nejvyšší míře souhlasu náleží číselný koeficient 5 a nejvyšší míře nesouhlasu číselný koeficient 1. Číselný koeficient 3 vyjadřuje neutrální postoj, který respondent zaujímá v případě označení odpovědi *nevím*.

Výzkumné šetření získaná data vyhodnocuje na základě porovnání vypočítaných aritmetických průměrů, které podle Rabušice, Soukupa a Mareše mohou mít určitou deskriptivní hodnotu (Rabušic, Soukup, Mareš, 2019, s. 210). Výsledky výzkumného šetření jsou znázorněny pomocí tabulek.

Distribuce dotazníku se uskutečnila během února a března 2023 v online prostoru za použití nástroje Formuláře Google disponujícího jednoduchou manipulací a přehlednou analýzou odpovědí.

Cílovou skupinu tvoří dospělí jedinci současné populace. Z hlediska právního vymezení je dospělost posuzována na základě zletilosti: „*Plně svéprávným se člověk stává zletilostí. Zletilosti se nabyvá dovršením osmnáctého roku věku*“ (§ 30 odst. 1 občanského zákoníku). Dosažení hranice věku 18 let bylo zároveň stanoveno jako hlavní kritérium pro platnost odpovědí. Záměrem zvolené širší cílové skupiny dotazníkového šetření byla možnost mezigeneračního srovnání.

Výběr respondentů lze označit za záměrný, jelikož o jejich volbě nerozhodovala náhoda (Chráška, 2016, s. 19). Konkrétně byl realizován metodou sněhové koule v anglickém znění *snowball*, jež Disman popisuje následovně: „*“Snowball Technique“ spočívá na výběru jedinců, při kterém nás nějaký původní informátor vede k jiným členům naší cílové skupiny*“ (Disman, 2002, s. 114). Celkově se výzkumného šetření zúčastnilo 417 respondentů. Po provedené kontrole zůstal rozsah výzkumného vzorku neměnný, jelikož žádná ze získaných odpovědí nevykazovala důvody pro její vyřazení.

Na základě odpovědí vizualizovaných v následujících přehledových tabulkách, lze provést charakteristiku výzkumného vzorku z hlediska sociodemografických údajů dotazníku, s kterými se následně pracuje jako s proměnnými v rámci stanovených hypotéz (viz podkapitola 5.3 Výsledky výzkumného šetření). Deskripce cílové skupiny z různých hledisek rozšiřuje možnosti interpretace výsledků výzkumného šetření.

Absolutní četnost udává konkrétní počet osob v jednotlivých kategoriích, zatímco relativní četnost reprezentuje jejich procentuální zastoupení v rámci zkoumaného souboru (Rabušic, Soukup, Mareš, 2019, s. 89).

Tabulka 4 *Struktura respondentů dle pohlaví*

| Pohlaví | Absolutní četnost | Relativní četnost |
|---------|-------------------|-------------------|
| Muži | 69 | 16,5 % |
| Ženy | 348 | 83,5 % |

Dotazníkové šetření je z nadpoloviční většiny tvořeno ženami a to počtem 348 (83,5 %). Zastoupení respondentů mužského pohlaví je výrazně nižší (16,5 %), což potvrzuje všeobecný fakt nižšího zájmu ze strany mužů na účasti dotazníkových šetření v porovnání s ženským pohlavím.

Tabulka 5 *Struktura respondentů dle generace*

| Generace | Absolutní četnost | Relativní četnost |
|--------------|-------------------|-------------------|
| Baby boomers | 38 | 9,1 % |
| Generace X | 95 | 22,8 % |
| Generace Y | 118 | 28,3 % |
| Generace Z | 166 | 39,8 % |

Výzkumné šetření má z celkového počtu 417 respondentů nejvyšší procentuální zastoupení v generaci Z (39,8 %). Druhou nejpočetněji zastoupenou skupinu tvoří zástupci generace Y (28,3 %), poté následují jedinci narození v časovém vymezení odpovídající generaci X (22,8 %). Nejméně respondentů reprezentuje generace Baby boomers (9,1 %). Na struktuře výzkumného vzorku lze pozorovat, že se vzrůstajícím věkovým rozmezím jednotlivých generací, klesá počet respondentů.

Tabulka 6 *Struktura respondentů dle vzdělání*

| Vzdělání | Absolutní četnost | Relativní četnost |
|--------------------------------|-------------------|-------------------|
| Základní | 11 | 2,6 % |
| Středoškolské s výučním listem | 29 | 7 % |
| Středoškolské s maturitou | 208 | 49,9 % |
| Vyšší odborné | 14 | 3,4 % |
| Vysokoškolské | 155 | 37,2 % |

Z hlediska nejvyššího dosaženého vzdělání je výzkumný vzorek nejvíce zastoupen dospělými se středoškolským vzděláním ukončeném maturitní zkouškou (49,9 %). Druhou nejpočetnější skupinu představují absolventi vysokoškolského studia (37,2 %), poté následují respondenti dosahující středoškolského vzdělání s výučním listem (7 %) a vyššího odborného vzdělání (3,4 %). Nejméně zastoupeni jsou dospělí se základním vzděláním (2,6 %).

Tabulka 7 *Struktura respondentů dle duchovní podstaty*

| Duchovní podstata | Absolutní četnost | Relativní četnost |
|--------------------------|-------------------|-------------------|
| Lidé duchovně založení | 190 | 45,6 % |
| Lidé duchovně nezaložení | 227 | 54,4 % |

Na základě jedné z položek uvedených v dotazníkovém šetření, lze výzkumný soubor strukturovat z hlediska vnímání respondentů své duchovní podstaty. Z celkového počtu 417 dospělých se 190 (45,6 %) považuje za duchovně založené. Více než polovina dotazníkového šetření je reprezentována lidmi, kteří se se svou duchovní podstatou neztotožňují (54,4 %).

5.3 Výsledky výzkumného šetření

Výsledky výzkumného šetření se zaměřují na vnímání kvality faktorů rodinné resilince z pohledu současných dospělých. Empirická část bakalářské práce se snaží o reflektování interpretace reality respondentů.

Vyhodnocování dotazníkového šetření probíhá srovnáváním aritmetických průměrů zachycujících míru souhlasu respondentů s 12 výroky naformulovanými k zodpovězení jednotlivých hypotéz. Ke každé hypotéze náleží tři výroky, jejichž průměrné hodnoty vytváří číselné vyjádření celkového průměru, v tabulkách uvedeném pod zkratkou M_c. Přehled výroků nabízí následující tabulka (tabulka 8).

Tabulka 8 *Seznam výroků*

| Výrok |
|--|
| 1. Na svou rodinu se mohu spolehnout. |
| 2. Při řešení konfliktu s blízkým člověkem vnímám jeho emoční rozpoložení. |
| 3. Komunikační technologie (např. mobilní telefon, sociální sítě) mi rozšiřují možnosti udržení kontaktu se svými nejbližšími. |
| 4. Se členy rodiny vycházím dobře. |
| 5. Členové mé rodiny se navzájem podporují. |
| 6. Při rozhovoru s blízkým člověkem mu věnuji veškerou pozornost. |
| 7. Komunikace prostřednictvím komunikačních technologií (např. mobilní telefon, sociální sítě) mi nečiní problémy. |
| 8. Členové mé rodiny se dokážou postavit jeden za druhého. |
| 9. Má rodina na řešení problémů spolupracuje. |

| Výrok |
|---|
| 10. Při kontaktu s blízkým člověkem se snažím porozumět i jeho pocitům. |
| 11. Používání komunikačních technologií (např. mobilní telefon, sociální sítě) považuji za přirozenou součást svého života. |
| 12. Se svou rodinou mohu mluvit otevřeně ovšem. |

Interpretace výsledků nejdříve probíhá deskriptivním popisem získaných dat společně s výkladem faktického podložení výzkumných hypotéz představující podmínku pro možnost jejich potvrzení či vyvrácení. Následné shrnutí výzkumného šetření pracuje s dostupnými informacemi v širším kontextu jejich výpovědních hodnot.

Tabulka 9 Duchovní podstata a položky dotazníku

| | M ₁ | M ₂ | M ₃ | M _c |
|---------------------|----------------|----------------|----------------|----------------|
| Výrok | č. 1 | č. 5 | č. 9 | |
| Duchovně založený | 4,273684211 | 4,073684211 | 3,8 | 4,049122807 |
| Duchovně nezaložený | 4,440528634 | 4,140969163 | 3,837004405 | 4,139500734 |

Tabulka 9 zobrazuje výsledky vztahující se k hypotéze **H1**.

H1: Duchovně založení lidé vnímají své rodinné vztahy stabilněji než lidé duchovně nezaložení.

Formulace první hypotézy vychází z výzkumné studie spirituality Anette Mahoney, jejímž výsledkům v kontextu spirituality a životní pohody věnuje pozornost pozitivní psychologie. Studie u jedinců náležících do rodin s vyšší spiritualitou prokazuje vyšší míru spokojenosti v rodinných vztazích. Výsledky studie zároveň zmiňují i menší míru konfliktů a jejich účinné řešení (viz výrok č. 9) v rodinách spirituálně založených (Pargament, Mahoney, 2002; In: Křivohlavý, 2010, s. 178). Hypotéza se současně opírá o tvrzení uvedené ve výzkumné studii Slezáčkové a Janštové poukazující na možnou podporu spirituality emocionálních, sociálních a psychických komponentů duševního zdraví, do kterých lze zařadit i vnímání stability v rodinných vztazích (Keyes, 2002; In: Slezáčková, Janštová, 2016, s. 20). Vztah spirituality s kladnými jevy v osobním a sociálním životě dokazuje i řada dalších empirických studií publikovaných v posledních letech (Křivohlavý, 2010, s. 178).

U dospělých duchovně založených i jedinců považujících se za duchovně nezaložené celkový průměr souhlasu překračuje hranici číselného koeficientu 4 (spíše

souhlasím). Vzájemné srovnání hodnot vykazuje vyšší míru souhlasu u respondentů reprezentujících osoby duchovně nezaložené. Z dostupných výsledků lze konstatovat, že hypotéza **H1 se nepotvrzuje**.

V dotazníkovém šetření bylo záměrně užito slovního spojení *duchovně založený* kvůli explicitnímu vnímání výrazu *spiritualita*. Na základě definice Hartla (2004, s. 259) označující spiritualitu za duchovnost lze tyto dva termíny považovat za slova stejného významu.

Tabulka 10 Pohlaví a položky dotazníku

| | M ₁ | M ₂ | M ₃ | M _c |
|-------------|----------------|----------------|----------------|----------------|
| Výrok | č. 2 | č. 6 | č. 10 | |
| Ženy | 4,135057471 | 4,192528736 | 4,281609195 | 4,203065134 |
| Muži | 3,724637681 | 3,710144928 | 3,884057971 | 3,77294686 |

Tabulka 10 zobrazuje výsledky vztahující se k hypotéze **H2**.

H2: Ženy umí lépe aktivně naslouchat než muži.

Druhá hypotéza nachází inspiraci ve výsledcích rozsáhlé studie funkčnosti mozku doktora Daniela Amen publikované v časopise *Journal of Alzheimer's Disease*. Studie vysvětluje tendenci žen k vyšší schopnosti empatie a projevení zájmu vůči druhé osobě na základě zvýšeného průtoku krve v limbických částech mozku ve srovnání s muži (Amen et al., 2017; In: News Staff, 2017, online). Formulace hypotézy zároveň sdílí pohled psychologie na rozdíly komunikačních stylů v závislosti na pohlaví. Ženám je přisuzována větší sociální citlivost včetně schopnosti aktivního naslouchání (Mikuláščík, 2007, s. 130–131).

Na základě zjištěné hodnoty celkového průměru souhlasu zastupující ženské pohlaví 4,203065134, která je významně vyšší oproti výsledkům celkového průměru reprezentující míru souhlasu mužské části respondentů, lze hypotézu **H2 označit za potvrzenou**.

Tabulka 11 Generace a položky dotazníku

| | M ₁ | M ₂ | M ₃ | M _c |
|---------------------|----------------|----------------|----------------|----------------|
| Výrok | č. 3 | č. 7 | č. 11 | |
| Baby boomers | 4,105263158 | 4,342105263 | 4,105263158 | 4,071052632 |

| | M ₁ | M ₂ | M ₃ | M _c |
|-------------------|----------------|----------------|----------------|----------------|
| Výrok | č. 3 | č. 7 | č. 11 | |
| Generace X | 3,821052632 | 4,063157895 | 3,989473684 | 4,071052632 |
| Generace Y | 3,779661017 | 4,06779661 | 3,889830508 | 3,99938738 |
| Generace Z | 4,126506024 | 4,060240964 | 4,072289157 | |

Tabulka 11 zobrazuje výsledky vztahující se k hypotéze **H3**.

H3: Pro lidi z generace Baby boomers a generace X je komunikace prostřednictvím komunikačních technologií obtížnější než pro lidi z generace Y a generace Z.

Třetí hypotéza sdílí výpovědní hodnotu s článkem *Digital Natives, Digital Immigrants* popisující změny v komunikaci i v myšlení napříč generacemi v důsledku digitalizace společnosti. Předpokladem pro stanovení hypotézy se stává rozdělení populace na *digital natives* a *digital immigrants*. *Digital natives* představují jedince narozené po roce 1980 vyrůstající jako první generace v obklopení digitálních technologií. Zástupcům *digital immigrants* digitální technologie vstupují do života až v dospělém věku, z čehož vyplývá obtížnější adaptace na nové komunikační prostředky i způsob zpracovávání informací (Prensky, 2001, s. 1–2).

Z výše celkové hodnoty průměrů sdružující vnímání obtížnosti komunikace prostřednictvím komunikačních technologií generace Baby boomers a generace X lze konstatovat, že **hypotéza H3 se nepotvrzuje**. Lidé řadí se vzhledem ke svému roku narození do Generace Y a generace Z vykazují nižší míru souhlasu ve srovnání s generacemi staršími.

Na základě předpokladu neznalosti všech respondentů pojmenování jednotlivých generací, bylo v dotazníkovém šetření uvedeno jejich časové vymezení dle publikace *The ABC of XYZ: understanding the global generations* a to v následující podobě – Baby boomers (1946–1964), generace X (1965–1979), generace Y (1980–1994) a generace Z (1995–2009) (Mccrindle, 2009, online).

Tabulka 12 *Vzdělání a položky dotazníku*

| | M ₁ | M ₂ | M ₃ | M _c |
|---------------------|----------------|----------------|----------------|----------------|
| Výrok | č. 4 | č. 8 | č. 12 | |
| Základní | 3,545454545 | 3,454545455 | 2,909090909 | 3,303030303 |
| SŠ s výučním listem | 3,620689655 | 3,482758621 | 3,448275862 | 3,517241379 |
| SŠ s maturitou | 4,408653846 | 4,288461538 | 3,817307692 | 4,171474359 |
| Vyšší odborné | 4,285714286 | 4,214285714 | 3,714285714 | 4,071428571 |
| Vysokoškolské | 4,232258065 | 4,025806452 | 3,735483871 | 3,997849462 |

Tabulka 12 zobrazuje výsledky vztahující se k hypotéze **H4**.

H4: Stupeň dosaženého vzdělání není rozhodující pro subjektivní vnímání vztahů v rodině.

Poslední hypotéza reflektuje teorii lidského kapitálu v kontextu vzájemné interakce se sociálním kapitálem. Lidský kapitál znázorňuje soubor znalostí, schopností a praktických činností nabytých vzdělávacím systémem, zatímco sociální kapitál je výsledkem tvorby socializačního procesu. Vytvořením sociálního kapitálu v rámci rodinného prostředí dochází ke vkladu podmiňující vznik lidského kapitálu reprezentující úroveň dosaženého vzdělání. Existence vzájemného poměru mezi oběma složkami představuje předpoklad čtvrté hypotézy (Patta, 2014, online).

Na základě srovnání celkových hodnot průměrů náležících k jednotlivým úrovním vzděláním lze **hypotézu H4 označit za nepotvrzenou**. Získané hodnoty zaznamenávají výsledky dokazující vliv dosaženého vzdělání na subjektivní vnímání vztahů v rodině.

5.4 Shrnutí výzkumného šetření

Dotazníkové šetření reprezentoval výzkumný vzorek čítající 417 respondentů. Cílovou skupinu tvořili dospělí jedinci současné populace. Formulace výzkumného problému byla stanovena v následující podobě: *Subjektivní vnímání kvality faktorů rodinné resilience z pohledu současných dospělých*. Cílem výzkumného šetření bylo shrnutí vnímání kvality faktorů rodinné resilience současnými dospělými, kterého se v rámci dat získaných z odpovědí dotazníkového šetření z pohledu autorky podařilo naplnit. Výzkumné šetření

zaznamenává subjektivní interpretaci reality respondentů ve vztahu ke zvolené problematice.

První hypotéza reflektovala rozdíly vnímání stability rodiny z pohledu lidí duchovně založených ve srovnání s osobami, které v sobě svou spirituální podstatu nenašli. Výsledky u obou skupin respondentů nejmenší míru souhlasu zaznamenaly u výroku č. 9: „*Má rodina na řešení problémů spolupracuje.*“ Lze konstatovat, že dostatečná opora rodiny vyplývající z odpovědí vztahující se k výroky č. 1 a č. 5, rodině plně nezaručuje společné překonávání náročných životních situacích. Pozadí formulace první hypotézy poukazuje na vliv duchovní podstaty v životě jedince v rámci rodinných vztahů dokázaný řadou empirických studií v posledních letech.

Druhá hypotéza ve všech výroky (č. 2, č. 6 a č. 10) dotýkající se projevu empatie a schopnosti aktivního naslouchání v rozhovoru s druhým člověkem zaznamenala vyšší míru souhlasu u žen oproti mužům. Ačkoliv lze formulaci výzkumného předpokladu vnímat za stereotypní z hlediska přisuzování typických vlastností na základě pohlaví, stále se objevují nové studie zejména v oblasti medicíny či antropologie potvrzující rozdílnosti mezi mužem a ženou projevující se i ve způsobu komunikace.

Třetí hypotéza otevřela problematiku digitalizace doby vstupující prostřednictvím komunikačních technologií i do mezilidských vztahů včetně rodinného prostředí. Na základě prostudované literatury navzdory výsledkům výzkumného šetření lze předpokládat, že pro generace zasažené příchodem komunikačních technologií až v pozdějším věku, mohlo být přizpůsobení se novému životnímu stylu náročnější.

Poslední výzkumný předpoklad se věnoval vztahu mezi dosaženým vzděláním a vnímáním rodinných vztahů. Zatímco zdroje podkládající hypotézu nepovažovaly úroveň dosaženého vzdělání pro subjektivní utváření obrazu rodinného soužití za určující, výsledky odpovědí výroky č. 4, č. 8 a č. 12 zaznamenaly mezi jednotlivými skupinami proměnných rozdíly. Jedinci se základním vzděláním a středoškolským vzděláním s výučním listem měli nejnižší míru souhlasu ve srovnání se všemi dalšími možnostmi.

Průměr všech odpovědí vyjadřujících míru souhlasu respondentů dosahuje hodnoty 3,951272, která se na pětibodové Likertově škále nejvíce přibližuje odpovědi *spíše souhlasím*.

Ze čtyř stanovených hypotéz pouze jedna korespondovala s obsahem jejího podložení a bylo možné ji označit za potvrzenou, zbylé tři výzkumné předpoklady pro své potvrzení nesdílely výpovědní hodnotu s nasbíranými daty dotazníkového šetření.

Na základě získaných odpovědí na otevřenou otázku formulovanou nad rámec struktury výzkumného šetření ve znění: „*Jak byste třemi slovy charakterizovali své vztahy k rodině?*“ lze říct, že většina respondentů považuje rodinné vztahy za zdroj pozitivních emocí. Přehled nejčtenějších odpovědí je k nahlédnutí v tabulkovém provedení (viz příloha B).

Za vědomé limity práce autorka považuje široké vymezení výzkumného souboru vedoucí ke snížení kvality výsledků v důsledku nerovnoměrného zastoupení respondentů v jednotlivých skupinách proměnných. Další diskutabilní rozhodnutí představuje zvolení kvantitativní strategie výzkumného šetření. S ohledem na senzitivní povahu sdělení zvoleného tématu by vystavění práce efektivněji korespondovalo s kvalitativně orientovaným způsobem zkoumání realizovaným formou rozhovorů.

Hlavní myšlenka výsledků výzkumného šetření poukazuje na obtížnost metodologického vyjádření tématu zakládajícího se na citlivých informacích, za které otázky týkající se rodinných vztahů lze bezesporu považovat.

Závěr

Bakalářská práce se analýzou odborné literatury a subjektivním pohledem současné dospělé populace zabývala tématem *Faktory utváření zdravé komunikace v rodinném prostředí*. Věnovala se problematice vstupující do odborného diskurzu v kontextu primární prevence rodinného fungování. Cílem práce bylo vytvořit ucelený obsah prezentující význam zdravé komunikace v rodinných vztazích v integraci osobních zkušeností cílové skupiny výzkumného šetření. Hlavní motiv pro zpracování vybraného tématu vycházel z potřeby autorky poukázat na jeho aktuálnost v souvislosti se společnými změnami oslabujícími výkon rodinných funkcí přispívajících ke vzniku sociálně patologických jevů v rodinném prostředí.

Teoretická část práce si kladla za cíl seznámit se se zkoumanou oblastí publikační činností autorů a dalšími dostupnými zdroji a představit si její stěžejní pojmy.

První kapitola vymezila termín *zdravá komunikace*, který se rozsahem své výpovědní hodnoty prolíná do širokého spektra vědních oborů. Zabývala se jeho podstatou v kontextu mezilidských vztahů. Zaměřila se zejména na význam sociálního kontaktu v podobě naplnění potřeby sounáležitosti vycházející z lidské přirozenosti. Důležitost navazování stabilních vazeb generujících pro život jedince pozitivní interakce vyzdvihuje i řada výzkumných studií.

Druhá kapitola poskytla vhled do podoby současné rodiny. Prostřednictvím sociologických teorií popsala její proměnu, kterou v důsledku společenského vývoje prochází. Rodina začíná pomalu reflektovat znaky charakteristické pro postmoderní dobu, jejichž projevy lze pozorovat v atomizaci sociálních vazeb vedoucích k dezintegraci rodinného prostoru. Kapitola dále představila jedinečnost výkonu rodičovské role a uvedla význam komunikace do vztahu rodiče a dítěte v rámci naplnění socializačního procesu.

Předmětem třetí kapitoly bylo uvést způsoby jednání vystavěné na principech zdravé komunikace, které zároveň mají potenciál uplatnění v rodinném prostředí. Od prvotního záměru autorky vytvořit seznam reprezentující vhodné komunikační koncepty bylo nakonec z důvodů obav z nedostatečného vystihnutí ústředních myšlenek na malém prostoru upuštěno. Práce se zaměřila na psychoterapeutický směr Carla R. Rogerse *Na člověka zaměřený přístup* a jeho teoretický rámec *akceptace – empatie – kongruence*, který plně vystihuje význam bezpodmínečné lásky v utváření citové vazby mezi rodičem a dítětem.

Poslední teoretická část podtrhla preventivní potenciál zdravé komunikace jako jednoho z protektivních faktorů rodinné resilience, která se v posledních letech dostává do popředí zájmu vědeckého zkoumání v souvislosti s rodinným fungováním. Dále byl koncept rodinné resilience uveden do kontextu systémového přístupu k rodině ukazující se jako efektivní způsob uvažování při řešení problémů v rodinném prostředí.

Empirickou část práce reprezentovalo výzkumné šetření zaměřující se na vnímání kvality faktorů rodinné resiliencie pohledem současných dospělých. Pod vlivem východisek zpracovaných v teoretické části do pozic proměnných bylo dosazeno duchovní založení, pohlaví, generace a nejvyšší dosažené vzdělání vztahující se k jednotlivým výzkumným předpokladům. Z celkového počtu čtyř hypotéz výsledky výzkumného šetření došly k potvrzení pouze v jednom případě. Na základě výpovědní hodnoty odpovědí otevřené otázky vyjadřující osobní postoj respondentů k rodinným vztahům, lze říct, že výzkumný soubor byl převážně zastoupen lidmi, kteří v rodinném prostoru nacházejí uspokojení základních psychologických potřeb.

Uvedené výsledky poukazují na specifickou výzkumného šetření, v jehož středu pozornosti stojí mezilidské vztahy a je jich subjektivní vyjádření. Citlivost výzkumného tématu přináší řadu rizik, ale v případě úspěšného naplnění výzkumného procesu také hodnotné informace odrážející aktuální společenskou situaci interpretací reality zvolenou cílovou skupinou. Mezilidské vztahy v jakémkoliv uspořádání představují fenomén, který nebude nikdy dostatečně prozkoumán a zároveň vždy přinese nové podněty, kterým by se měla věnovat pozornost.

Autorka vidí potenciál práce ve zpřístupnění tématu široké veřejnosti. Vytvořený vhled významu zdravé komunikace v rodinných vztazích podložený relevantním množstvím zdrojů by současně mohl nabývat rozměru edukativně působícího materiálu pro pracovníky v pomáhajících profesích, kteří přicházejí do kontaktu s rodinami v rámci intervenční činnosti při řešení náročných životních situacích.

Seznam použitých zdrojů

Monografie

BAUMAN, Zygmunt. *Tekutá láska: o křehkosti lidských pout*. Praha: Academia, 2013. 155 s. ISBN 978-80-200-2270-7.

BĚLÍK, Václav a kol. *Slovník sociální patologie*. Praha: Grada, 2017. 120 s. Pedagogika. ISBN 978-80-271-0599-1.

DISMAN, Miroslav. *Jak se vyrábí sociologická znalost: příručka pro uživatele*. 4., nezměněné vydání. Praha: Karolinum, 2011. 372 s. ISBN 978-80-246-1966-8.

FROMM, Erich. *Umění milovat*. Praha: Český klub, 2008. 128 s. ISBN 978-80-86922-07-2.

GAVORA, Peter. *Úvod do pedagogického výzkumu*. Brno: Paido, 2000. 207 s. ISBN 80-85931-79-6.

HARTL, Pavel. *Stručný psychologický slovník*. Praha: Portál, 2004. 311 s. ISBN 80-7178-803-1.

HENDL, Jan. *Přehled statistických metod: analýza a metaanalýza dat*. 3., přeprac. vyd. Praha: Portál, 2009. 695 s. ISBN 978-80-7367-482-3.

CHRÁSKA, Miroslav. *Metody pedagogického výzkumu: základy kvantitativního výzkumu*. 2., aktualizované vydání. Praha: Grada, 2016. 254 s. ISBN 978-80-247-5326-3.

JANOUŠEK, Jaromír. *Psychologické základy verbální komunikace: projevy psychických funkcí ve verbální komunikaci, významová dynamika a struktura komunikačního aktu, komunikace písemná, ženská, mužská, virtuální, vnitřní kooperace a vnitřní řeč ve verbální komunikaci*. Praha: Grada, 2015. 382 s. ISBN 978-80-247-4295-3.

KRAUS, Blahoslav. *Společnost, rodina a sociální deviace*. Hradec Králové: Gaudeamus, 2014. 157 s. Recenzované monografie; 44. ISBN 978-80-7435-411-3.

KŘIVOHLAVÝ, Jaro. *Pozitivní psychologie*. Vyd. 2. Praha: Portál, 2010. 195 s. Psychologie. ISBN 978-80-7367-726-8.

KŘIVOHLAVÝ, Jaro. *O šťastné rodině*. Kostelní Vydří: Karmelitánské nakladatelství, 2014. 94 s. ISBN 978-80-7195-762-1.

LIPOVETSKY, Gilles. *Éra prázdnoty: úvahy o současném individualismu*. Praha: Prostor, 1998. 269 s. ISBN 80-85190-74-5.

- MATĚJČEK, Zdeněk. *Rodiče a děti*. Třetí, upravené vydání (ve Vyšehradu první). Praha: Vyšehrad, 2017. 353 s. ISBN 978-80-7429-797-7.
- MATOUŠEK, Oldřich. *Rodina jako instituce a vztahová síť*. Vyd. 3., rozš. a přeprac. Praha: Sociologické nakladatelství, 2003. 161 s. ISBN 80-86429-19-9.
- MIKULÁŠTÍK, Milan. *Manažerská psychologie*. 2., aktualiz. a rozš. vyd. Praha: Grada, 2007. 380 s. Manažer. Management. ISBN 978-80-247-1349-6.
- MOŽNÝ, Ivo. *Rodina a společnost*. 2., upr. vyd. Praha: Sociologické nakladatelství (SLON), 2008. 323 s. ISBN 978-80-86429-87-8.
- MYERS, David G. *Sociální psychologie*. Brno: Edika, 2016. 536 s. ISBN 978-80-266-0871-4.
- NICHOLS, Michael P. *Zapomenuté umění naslouchat: (proč naslouchání vztahům prospívá)*. Praha: Návrat domů, 2005. 300 s. ISBN 80-7255-106-X.
- NOLEN-HOEKSEMA, Susan et al. *Psychologie Atkinsonové a Hilgarda*. Vyd. 3., přeprac. Praha: Portál, 2012. 884 s. ISBN 978-80-262-0083-3.
- NYKL, Ladislav. *Carl Ransom Rogers a jeho teorie: přístup zaměřený na člověka*. Praha: Grada, 2012. 183 s. ISBN 978-80-247-4055-3.
- PLAMÍNEK, Jiří. *Komunikace a prezentace: umění mluvit, slyšet a rozumět*. 2., dopl. vyd. Praha: Grada, 2012. 198 s. ISBN 978-80-247-4484-1.
- PLAŇAVA, Ivo. *Průvodce mezilidskou komunikací: přístupy, dovednosti, poruchy*. Praha: Grada, 2005. 146 s. ISBN 80-247-0858-2.
- PLHÁKOVÁ, Alena. *Dějiny psychologie*. 2., přepracované a doplněné vydání. Praha: Grada, 2020. 412 s. ISBN 978-80-271-2528-9.
- RABUŠIC, Ladislav, SOUKUP, Petr a MAREŠ, Petr. *Statistická analýza sociálněvědních dat (prostřednictvím SPSS)*. 2., přepracované vydání. Brno: Masarykova univerzita, 2019. 573 s. ISBN 978-80-210-9248-8.
- REJZEK, Jiří. *Český etymologický slovník*. Třetí vydání (druhé přepracované a rozšířené vydání). Praha: Leda, 2015. 823 s. ISBN 978-80-7335-393-3.
- ROSENBERG, Marshall B. *Nenásilná komunikace: řeč života*. Praha: Portál, 2008. 221 s. ISBN 978-80-7367-447-2.
- ŘÍČAN, Pavel. *Psychologie náboženství a spirituality*. Praha: Portál, 2007. 326 s. ISBN 978-80-7367-312-3.
- SAK, Petr a KOLESÁROVÁ, Karolína. *Sociologie stáří a seniorů*. Praha: Grada, 2012. 225 s. ISBN 978-80-247-3850-5.

SATIR, Virginia. *Kniha o rodině: základní dílo psychologie vztahů*. Vyd. 2. Praha: Práh, 2006. 357 s. ISBN 80-7252-150-0.

SINGLY, François de. *Sociologie současné rodiny*. Praha: Portál, 1999. 127 s. ISBN 80-7178-249-1.

SOBOTKOVÁ, Irena. *Pěstounské rodiny: jejich fungování a odolnost*. Praha: Ministerstvo práce a sociálních věcí, 2003. 142 s. ISBN 80-86552-62-4.

SOBOTKOVÁ, Irena. *Psychologie rodiny*. 2., přeprac. vyd. Praha: Portál, 2007. 219 s. ISBN 978-80-7367-250-8.

SVOBODA HOFERKOVÁ, Stanislava a BĚLÍK, Václav. *Rodina v prevenci rizikového chování žáků*. Hradec Králové: Gaudeamus, 2019. 100 s. ISBN 978-80-7435-768-8.

ŠIFFELOVÁ, Daniela. *Rogersovská psychoterapie pro 21. století: vybraná témata z historie a současnosti*. Praha: Grada, 2010. 192 s. ISBN 978-80-247-2938-1.

ŠOLCOVÁ, Iva. *Vývoj resilience v dětství a dospělosti*. Praha: Grada, 2009. 102 s. Psyché. ISBN 978-80-247-2947-3.

TOLAN, Janet. *Na osobu zaměřený přístup v poradenství a psychoterapii*. Praha: Portál, 2006. 223 s. ISBN 80-7367-146-8.

VAN PELT, Nancy L. *Umění komunikace: kniha o porozumění v partnerském vztahu*. Praha: Advent-Orion, 2001. 205 s. ISBN 80-7172-564-1.

VYBÍRAL, Zbyněk. *Psychologie komunikace*. Vyd. 2. Praha: Portál, 2009. 319 s. ISBN 978-80-7367-387-1.

WATZLAWICK, Paul, BAVELAS, Janet Beavin a JACKSON, Don D. *Pragmatika lidské komunikace: interakční vzorce, patologie a paradoxy*. 2., rev. vyd., 1. v Newton Books. Brno: Newton Books, 2011. 283 s. ISBN 978-80-87325-00-1.

Kapitola v monografii

CAIN, David J., ed. Základní pojmy, historie a vývoj humanistické psychoterapie. In: CAIN, David J. a SEEMAN, Julius, eds. *Humanistická psychoterapie: příručka pro výzkum a praxi*. Praha: Triton, 2006, s. 31–94. ISBN 80-7254-643-0.

COLAPINTO, Jorge. Structural family therapy. In: HORNE, Arthur and OLSEN, Merle, eds. *Family Counseling and Therapy*. Itasca: F.E. Peacock, 1982, pp. 112–140.

JUNG, Carl Gustav. Sbližování s nevědomím. In: JUNG, Carl Gustav et al. *Člověk a jeho symboly*. Praha: Portál, 2017. 16–97. ISBN 978-80-262-1259-1.

JUNKOVÁ, Vendula. Rogersovská psychoterapie. In: VYMĚTAL, Jan a kol. *Obecná psychoterapie. 2.*, rozš. a přeprac. vyd. Praha: Grada, 2004, s. 207–230. ISBN 80-247-0723-3.

OROSOVÁ, Oľga. Sociální psychologie zvládání a resilience. In: VÝROST, Josef, SLAMĚNÍK, Ivan a SOLLÁROVÁ, Eva, eds. *Sociální psychologie: teorie, metody, aplikace*. Praha: Grada, 2019, s. 612–623. ISBN 978-80-247-5775-9.

SLAMĚNÍK, Ivan. Afiliace, atraktivita, láska. In: VÝROST, Josef, SLAMĚNÍK, Ivan a SOLLÁROVÁ, Eva, eds. *Sociální psychologie: teorie, metody, aplikace*. Praha: Grada, 2019, s. 189–201. ISBN 978-80-247-5775-9.

SOLLÁROVÁ, Eva. Socializace. In: VÝROST, Josef, SLAMĚNÍK, Ivan a SOLLÁROVÁ, Eva, eds. *Sociální psychologie: teorie, metody, aplikace*. Praha: Grada, 2019, s. 47–59. ISBN 978-80-247-5775-9.

STAŠOVÁ, Leona. Rodina jako výchovný a socializační činitel. In: KRAUS, Blahoslav et al. *Člověk – prostředí – výchova: k otázkám sociální pedagogiky*. Brno: Paido, 2001, s. 78–85. ISBN 80-7315-004-2.

ŠUBRT, Jiří. Proměnlivý charakter soudobých společností (namísto předmluvy). In: ŠUBRT a kol. *Soudobá sociologie III. (Diagnózy soudobých společností)*. V Praze: Karolinum, 2008, s. 9–22. ISBN 978-80-246-1486-1.

ŠULOVÁ, Lenka. Současná česká rodina. In: GILLEROVÁ, Ilona a kol. *Psychologické aspekty změn v české společnosti: člověk na přelomu tisíciletí*. Praha: Grada, 2011, s. 106–120. ISBN 978-80-247-2798-1.

VYMĚTAL, Jan. Vymezení oboru psychoterapie. In: VYMĚTAL, Jan a kol. *Obecná psychoterapie. 2.*, rozš. a přeprac. vyd. Praha: Grada, 2004, s. 19–38. ISBN 80-247-0723-3.

Sborníky

KRAUS, Blahoslav. Rizikové chování v životě rodin. In: JEDLIČKOVÁ, Iva, ed. *Acta sociopathologica VI: sociální patologie – sociální komunikace*. Hradec Králové: Gaudeamus, 2021, s. 20–34. ISBN 978-80-7435-821-0.

KUČÍREK, Jiří. Sociální systém rodina: geneze patologie. In: RASZKOVÁ, Tereza, ed. *Acta sociopathologica I*. Hradec Králové: Gaudeamus, 2014, s. 89–112. ISBN 978-80-7435-420-5.

SOBOTKOVÁ, Irena. Rodinné fungování a rodinná resilience: výzkumy pro praxi. In: FRIEDLOVÁ, Martina a LEČBYCH, Martin, eds. *Symposium rodinné resilience: sborník příspěvků*. V Olomouci: Univerzita Palackého, 2015, s. 31–54. ISBN 978-80-244-4601-1.

Periodika

BAUMEISTER, Roy F. and LEARY, Mark R. The need to belong: Desire for interpersonal attachments as a fundamental human motivation. In: *Psychological Bulletin*, Washington: American Psychological Association, 1995, vol. 117, no. 3, pp. 497–529. ISSN 0033-2909.

WALSH, Froma. Family Resilience: A Framework for Clinical Practice. In: *Family Process*, Waldwick, NJ: Family Process, 2003, vol. 42, no 1, pp. 1–18. ISSN 0014-7370.

Legislativa a legislativní dokumenty

Zákon č. 89/2012 Sb., občanský zákoník. In: *Zákony pro lidi* [online]. © AION CS, s.r.o. 2010-2023 [cit. 2023-02-26]. Dostupné z: <https://www.zakonyprolidi.cz/cs/2012-89#cast2>.

Internetové zdroje

LIBENŠTÍ EVANGELÍCI. Bohoslužby v Libni 21. 3. 2021 In: *YouTube* [online video]. 21. 3. 2021 [cit. 2023-03-25]. Dostupné z: <https://www.youtube.com/watch?v=4jQ71YeYxoA&list=PLJ3FnmDRbT8fNnqHPoEpCaHR7K6W-ROoy&index=15>.

MCCRINDLE, Mark. *The ABC of XYZ: understanding the global generations* [online]. Sydney, New South Wales: UNSW Press, 2009. 264 pp. [cit. 2023-04-12]. ISBN 978-1-74224-563-8. Available from: https://www.researchgate.net/publication/328347222_The_ABC_of_XYZ_Understanding_the_Global_Generations.

NEWS STAFF. Study: Women Have More Active Brains than Men. In: *Sci News* [online]. 2017 [cit. 2023-04-14]. Available from: <https://www.sci.news/othersciences/neuroscience/women-men-brains-051111.html>.

PATTA, Ivo. Sociální kapitál – doplněno. In: *Sociologie.netstranky* [online]. 2014 [cit. 2023-04-15]. Dostupné z: <https://sociologie.netstranky.cz/socialni-kapital-doplneno.html>.

PJÉR LA ŠÉ'Z. C. G. Jung: Člověk a jeho symboly. In: *YouTube* [online video]. 29. 1. 2020 [cit. 2023-03-21]. Dostupné z: <https://www.youtube.com/watch?v=8Zdjtfb1wyU&t=3682s>.

PRENSKY, Marc. Digital Natives, Digital Immigrants Part I. In: *On the Horizon* [online]. 2001, vol. 9, no. 5, pp. 1–6. [cit. 2023-04-15]. ISSN 1074-8121. Available from: <https://www.marcprensky.com/writing/Prensky%20-%20Digital%20Natives,%20Digital%20Immigrants%20-%20Part1.pdf>.

SLEZÁČKOVÁ, Alena a JANŠTOVÁ, Eva. Vztah spirituální inteligence a duševního zdraví: význam nalézání osobního smyslu a duchovní praxe. *E-psychologie* [online]. 2016, roč. 10, č. 2, s. 18–33. [cit. 2023-04-14]. ISSN 1802-8853. Dostupné z: <https://e-psycholog.eu/clanek/258>.

SUCHÁR, Josef. Rozhovor. In: *Blízká setkání: Naše doba je poznamenána nejhorsím hříchem desatera a tím je lež, poukazuje kněz Josef Suchár* [podcast]. Moderuje Tereza Kostková. Český rozhlas, 7. 4. 2023. Dostupné z: <https://dvojka.rozhlas.cz/nase-doba-je-poznamenana-nejhorsim-hrichem-desatera-a-tim-je-lez-poukazuje-knez-8966364>.

Seznam tabulek

| | |
|--|----|
| Tabulka 1 Základní charakteristiky tradiční, moderní a postmoderní rodiny | 18 |
| Tabulka 2 Dva modely komunikace v běžném vztahu..... | 25 |
| Tabulka 3 Model rodinné resilience podle Fromy Walsh | 29 |
| Tabulka 4 Struktura respondentů dle pohlaví..... | 35 |
| Tabulka 5 Struktura respondentů dle generace | 35 |
| Tabulka 6 Struktura respondentů dle vzdělání | 35 |
| Tabulka 7 Struktura respondentů dle duchovní podstaty | 36 |
| Tabulka 8 Seznam výroků | 36 |
| Tabulka 9 Duchovní podstata a položky dotazníku | 37 |
| Tabulka 10 Pohlaví a položky dotazníku | 38 |
| Tabulka 11 Generace a položky dotazníku | 38 |
| Tabulka 12 Vzdělání a položky dotazníku | 40 |

Přílohy

Příloha A: Dotazník výzkumného šetření

Dobrý den,

jsm studentkou 3. ročníku oboru Sociální patologie a prevence na Pedagogické fakultě Univerzity Hradec Králové. Ráda bych Vás touto cestou požádala o vyplnění následujícího dotazníkového šetření, které bude využito pro potřeby mé bakalářské práce na téma Faktory utváření zdravé komunikace v rodinném prostředí. Dotazník je určen pro osoby **starší 18 let**. Dotazník je zcela **anonymní**.

Předem děkuji za vyplnění dotazníku.

Kateřina Krejčí

Pohlaví

- a) muž
- b) žena

Rok narození

- a) 1946–1964
- b) 1965–1979
- c) 1980–1994
- d) 1995–2009

Nejvyšší dosažené vzdělání

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

Vnímáte se jako duchovně založený člověk?

- a) ano
- b) ne

.....

Přečtěte si prosím následující výroky a vyjádřením míry souhlasu u každého zvolte jednu z možných odpovědí.

Na svou rodinu se mohu spolehnout.

naprosto nesouhlasím spíše nesouhlasím nevím spíše souhlasím naprosto souhlasím

Při řešení konfliktů s blízkým člověkem

naprosto nesouhlasím spíše nesouhlasím nevím spíše souhlasím naprosto souhlasím

Komunikační technologie (např. mobilní telefon, sociální sítě) mi rozšiřují možnosti udržení kontaktu se svými nejbližšími.

naprosto nesouhlasím spíše nesouhlasím nevím spíše souhlasím naprosto souhlasím

Se členy rodiny vycházím dobře.

naprosto nesouhlasím spíše nesouhlasím nevím spíše souhlasím naprosto souhlasím

Členové mé rodiny se navzájem podporují.

naprosto nesouhlasím spíše nesouhlasím nevím spíše souhlasím naprosto souhlasím

Při rozhovoru s blízkým člověkem mu věnuji veškerou pozornost.

naprosto nesouhlasím spíše nesouhlasím nevím spíše souhlasím naprosto souhlasím

Komunikace prostřednictvím komunikačních technologií (např. mobilní telefon, sociální sítě) mi nečinní problémy.

naprosto nesouhlasím spíše nesouhlasím nevím spíše souhlasím naprosto souhlasím

Členové mé rodiny se dokážou postavit jeden za druhého.

naprosto nesouhlasím spíše nesouhlasím nevím spíše souhlasím naprosto souhlasím

Má rodina na řešení problémů spolupracuje.

naprosto nesouhlasím spíše nesouhlasím nevím spíše souhlasím naprosto souhlasím

Při kontaktu s blízkým člověkem se snažím porozumět i jeho pocitům.

naprosto nesouhlasím spíše nesouhlasím nevím spíše souhlasím naprosto souhlasím
**Používání komunikačních technologií (např. mobilní telefon, sociální sítě) považuji
za přirozenou součást svého života.**

naprosto nesouhlasím spíše nesouhlasím nevím spíše souhlasím naprosto souhlasím

Se svou rodinou mohu mluvit otevřeně ovšem.

naprosto nesouhlasím spíše nesouhlasím nevím spíše souhlasím naprosto souhlasím

Jak byste třemi slovy charakterizovali své vztahy k rodině?

.....

Příloha B: Přehled odpovědí otevřené otázky dotazníkového šetření

| Jak byste třemi slovy charakterizovali své vztahy k rodině? | |
|--|----------|
| Odpověď | N |
| láska, láskyplné, milující | 140 |
| podpora, pomoc, péče, obětavost, ochota | 94 |
| důvěra, jistota, spolehlivost | 88 |
| dobré, pohodové, pozitivní, nekonfliktní, klidné, spokojenost | 60 |
| porozumění, pochopení, empatický, přijetí | 52 |
| upřímnost, přímé, vřelé, nesobeckost | 40 |
| bezpečí, zázemí, domov, ochrana | 38 |
| pevné, stabilní, silné, soudržnost | 36 |
| otevřené | 30 |
| úcta, respekt, ohleduplnost | 28 |
| přátelské | 19 |
| komplikované, složité, náročné, problematické | 18 |
| blízkost | 16 |
| důležité, priorita, smysl života | 14 |
| skvělé, úžasné, perfektní | 14 |
| radost, zábava, humor, smích | 12 |
| solidarita, vzájemné, spolupráce | 11 |
| tolerantní, bez předsudků | 10 |
| vzdálené, odstup, nezájem, anonymní, vlažné | 8 |
| harmonie, souznění | 7 |
| zodpovědnost, odpovědnost | 7 |
| vděčnost | 5 |
| povrchové, nedůvěryhodné, vyšumělé, přetvářka | 4 |
| rozbité, narušené, nesoudržnost, neúplnost | 4 |
| beznaděj, katastrofa, toxicita, chlad | 4 |
| komunikace | 3 |
| nepochopení | 3 |
| stres, chaos | 3 |
| neshody, hádky | 3 |

| Jak byste třemi slovy charakterizovali své vztahy k rodině? | |
|--|----------|
| Odpověď | N |
| volnost | 3 |
| celoživotní | 2 |
| kompromis | 2 |
| strach, obavy | 2 |
| povinnost, závazek | 2 |
| motivace, rozvoj | 2 |