



Pedagogická
fakulta
Faculty
of Education

Jihočeská univerzita
v Českých Budějovicích
University of South Bohemia
in České Budějovice

Jihočeská univerzita v Českých Budějovicích
Pedagogická fakulta
Katedra pedagogiky a psychologie

Bakalářská práce

Prožívání rozchodu rodičů adolescentními dětmi

Vypracoval: Iveta Filipová
Vedoucí práce: Mgr. Jana Kouřilová, Ph.D.
České Budějovice 2021

Prohlášení

Prohlašuji, že svoji bakalářskou práci jsem vypracovala samostatně pouze s použitím pramenů a literatury uvedených v seznamu citované literatury.

Prohlašuji, že v souladu s § 47b zákona č. 111/1998 Sb. v platném znění souhlasím se zveřejněním své bakalářské, a to v nezkrácené podobě - v úpravě vzniklé vypuštěním vyznačených částí archivovaných ... fakultou elektronickou cestou ve veřejně přístupné části databáze STAG provozované Jihočeskou univerzitou v Českých Budějovicích na jejích internetových stránkách, a to se zachováním mého autorského práva k odevzdanému textu této kvalifikační práce. Souhlasím dále s tím, aby toutéž elektronickou cestou byly v souladu s uvedeným ustanovením zákona č. 111/1998 Sb. zveřejněny posudky školitele a oponentů práce i záznam o průběhu a výsledku obhajoby kvalifikační práce. Rovněž souhlasím s porovnáním textu mé kvalifikační práce s databází kvalifikačních prací Theses.cz provozovanou Národním registrem vysokoškolských kvalifikačních prací a systémem na odhalování plagiátů.

V Českých Budějovicích dne 21. 4. 2020

.....

Iveta Filipová

Poděkování

Na tomto místě bych chtěla poděkovat vedoucí mé bakalářské práce Mgr. Janě Kouřilové, Ph.D. za trpělivost, ochotu, odborné vedení a poskytování cenných rad a podnětů při zpracování mé práce. Dále děkuji všem respondentům, kteří se účastnili mého výzkumného šetření, za jejich ochotu podělit se se mnou o své zkušenosti a za čas, který mi věnovali. V neposlední řadě bych chtěla poděkovat své rodině a kamarádům, kteří mi byli při psaní mé bakalářské práce velkou oporou.

Abstrakt

Název práce: Prožívání rozchodu rodičů adolescentními dětmi

Autor práce: Iveta Filipová

Vedoucí práce: Mgr. Jana Kouřilová, Ph.D.

Počet stran: 66

Bakalářská práce se zabývá prožíváním rozchodu rodičů adolescentními dětmi. Teoretická část se věnuje popisu rodiny, charakteristickým rysům pro období adolescence, partnerskými vztahy, a především rozpadem rodiny z hlediska možných dopadů na dospívajícího. Praktická část je založena na kvalitativním výzkumu, kdy za použití metody polostrukturovaného interview bylo osloveno šest respondentů, kteří prožili rozchod rodičů v období adolescence. Cílem výzkumu je zachytit prožívání adolescentů v průběhu procesu rozpadu rodiny v důsledku rozchodu rodičů. Zmapovat především prožívání dospívajících, změny vztahu k rodičům, zjistit, co jim v těžkých chvílích pomáhalo, jaký je jejich pohled na partnerské vztahy a jak celou situaci okolo rozchodu hodnotí dnes. Data byla zpracována za použití obsahové analýzy. Ze získaných výsledků bylo zjištěno, že dospívající prožívali rozchod rodičů ve většině případů negativně. Prožití této náročné životní situace s sebou přineslo změny ve formě narušení vztahů k rodičům, které jsou podle některých respondentů už nevratné, jiný pohled na partnerské vztahy a celkově na život. K přiblížení a porozumění okolností kolem rozvodu rodičů byla zvolena případová studie.

Klíčová slova: rodina, dospívání, rozpad rodiny, partnerské vztahy

Abstract

Title: Experiencing parents' divorce by adolescent children

Author: Iveta Filipová

Supervisor: Mgr. Jana Kouřilová, Ph.D.

Number of pages: 66

This bachelor thesis is concerned with experiencing parents' divorce by adolescent children. The theoretical part deals with description of a family, typical attributes of adolescence period, partner relationship, and primarily with disintegration of a family from the point of view of possible impact on an adolescent. The practical part is based on qualitative survey in which six responders, who have experienced the family decomposition as a result of divorce, were spoken to using the method of half-structured interview. The aim of the survey was to catch the adolescents' experiencing the course of family disintegration and to chart mainly the changes of their relationship with parents. The aim was also to discover what has helped the adolescents in hard moments, what their perspective of partner relationship is and how they evaluate the whole situation now. The data was processed using the content analysis. From the gained knowledge it was discovered that the adolescents have experienced the parents' divorce negative in most cases. Going through this hard situation of life brought the changes such as disruption of the relationship with parents which is irreversible according some of the responders, a different point of view of partner relationship and of life in general. The case study was used for clarification divorce circumstances.

Key words: family, maturing, family decomposition, partner relationship

Obsah

Úvod	8
1 Rodina	10
1.1 Vztahy v rodině	10
1.2 Role matky	12
1.3 Role otce	13
1.4 Hodnota dítěte pro rodinu	13
2 Adolescence	15
2.1 Vymezení adolescence	15
2.2 Základní charakteristika adolescence	15
2.3 Emocionální vývoj	16
2.4 Vývoj identity	18
2.5 Vztahy adolescentů k druhým	19
2.5.1 Vztah adolescenta k rodičům	20
2.5.2 Sourozenecké vztahy v adolescenci	21
2.5.3 Vztah adolescenta k vrstevníkům	21
2.6 Rizikové a problémové chování v adolescenci	22
3 Partnerské vztahy	24
4 Rozpad rodiny	25
4.1 Příčiny rozchodů	25
4.2 Dopady rozchodu na dítě	27
4.2.1 Obecné dopady rozchodu na dítě	28
4.2.2 Emoční dopady	30
4.2.3 Rozdíly prožívání rozchodu podle pohlaví	31
4.2.4 Vliv rozvodu rodičů na partnerské vztahy dětí	31
5 Výzkumný problém a cíl	34

5.1	Výzkumný problém	34
5.2	Výzkumný cíl	34
5.3	Výzkumné otázky	34
6	Metodika výzkumu	36
6.1	Typ výzkumu	36
6.2	Výzkumný soubor	36
6.3	Metoda získávání dat	37
6.4	Metody zpracování a analýzy údajů	39
6.5	Etika výzkumu	40
7	Případové studie	41
8	Výsledky	57
9	Diskuse	63
	Závěr	66
	Seznam použitých zdrojů a literatury	67
	Seznam tabulek	72
	Seznam příloh	73

Úvod

Rozchody rodičů jsou v dnešní době čím dál tím více aktuálním tématem. Jedná se o těžkou životní situaci, kterou posléze dospělí popisují jako zlomovou událost ve svém životě. Často je rozvod psychology přirovnáván k úmrtí, kdy dochází k velké ztrátě ať už životního partnera nebo rodiče dětí.

Tato bakalářská práce se zabývá tématem prožíváním rozchodu rodičů adolescentními dětmi.

Mým východiskem pro volbu tématu byla myšlenka, že mnoho výzkumných studií zabírajících se rozchodem rodičů zkoumá možné negativní dopady především na malé děti. Cílem bylo právě zaměřením se na děti v období dospívání, které dle mého názoru bývají v této problematice opomíjenou skupinou. Velmi často jsou adolescenti považováni již za dospělé osoby, nicméně zvládnout toto nelehké období může být pro ně mnohdy hodně obtížné. Nehledě na to, že právě období adolescence je považováno za nejkritičtější období vývoje, kdy daný jedinec prochází velkou transformací ať po stránce psychické, fyzické či sociální.

V teoretické části se věnuji vzájemným vztahům v rodině, charakteristice období adolescence, která má sloužit k pochopení toho, jak se dospívající vyvíjí a čemu všemu v tomto období plně změn musí čelit. Zmíněna je i kapitola o partnerských vztazích a samozřejmě pochopení problematiky rozpadu rodiny a její možné důsledky na život dospívajícího.

Cílem výzkumného šetření je zachytit, jak adolescenti prožívali rozchod svých rodičů. Zejména zmapovat prožitky před, během a po rozchodu. Jak se proměnily jejich vztahy k rodičům. Co jim v této nelehké situaci pomohlo a zjistit, jak nahlíží na své budoucí partnerské vztahy na základě zkušenosti svých rodičů. Polostrukturované rozhovory jsou vedeny retrospektivně, tudíž bylo možné získat i zjištění, jak respondenti hodnotí celou situaci kolem rozchodu dnes.

Teoretická část

1 Rodina

Abychom porozuměli chování a prožívání adolescenta během rozchodu rodičů, je třeba zmapovat prostředí, ve kterém žije. Mnoho psychologů se shodne na tom, že k pochopení jedince neodmyslitelně patří i rodina, která představuje hlavní kontext lidské zkušenosti od narození až do konce života (Sobotková, 2001).

Vymezení rodiny není úplně jednoznačné, respektive každý obor na rodinu nahlíží z jiného úhlu pohledu a definuje ji po svém. Avšak v psychologii je definována jako společenská skupina spojená manželstvím nebo pokrevními vztahy, odpovědností a vzájemnou pomocí (Hartl & Hartlová, 2000). Matoušek (2003) popisuje rodinu jako místo, kde si lidé k sobě nutně musejí vytvářet vztahy a nutně musejí komunikovat. Vnímá ji jako základní jednotku každé společnosti, která je důležitá pro zachování lidstva. Na rodinu lze také nahlížet jako na strukturovaný celek. Hlavním smyslem, účelem i náplní tohoto celku je utvářet relativně bezpečný a neměnný prostor pro sdílení, reprodukci a produkci života lidí (Plaňava, 2000).

S další možností, jak nahlížet na rodinu, přichází i Výrost a Slaměník (1998, s. 304) ve své knize, kde citují definici Langmeiera a Kňourové (1984, s. 62). Rodina je „institucionalizovaná biosociální skupina, vytvořená přinejmenším ze dvou členů odlišného pohlaví, mezi nimiž neexistuje pokrevní pouto, a z jejich dětí.“

Jak je vidět, každá definice se trochu liší, avšak poměrně často se v několika prvcích shoduje.

1.1 Vztahy v rodině

Rodinu lze rozdělovat podle různých kritérií, avšak nás bude zajímat rodina jako systém. Chceme-li pochopit fungování rodiny, nesmíme se zaměřit pouze na samotné prvky, respektive členy rodiny, ale na vzájemnou interakci mezi nimi. Hovoří se o tzv. vztahové síti. Celý systém je ještě členěn na subsystemy, které jsou dány například pohlavím, specifickými povahovými rysy, generační příslušností. Subsystem může tvořit matka s dcerou, otec se synem nebo matka s postiženým dítětem apod. Zde je třeba zmínit fakt, který byl empiricky a vědecky ověřený, a sice jak dojde k narušení v jednom prvku, v jedné části, v jednom subsystemu, přichází následek ve formě narušení funkce celku, respektive celé rodiny (Matějček, 1992).

Důležitou roli v rodině sehraává vztah mezi rodiči, který se na základě interakcí promítá do chování jejich dětí. V terapeutické praxi se hovoří o tzv. sociální děloze. „Tak jako je placenta orgánem zprostředkujícím látkovou výměnu mezi mateřským organismem (tedy vnějším prostředím) a plodem, tak je interakční prostředí mezi rodiči zdrojem „sociální výživy“ pro dítě“ (Trapková & Chvála, 2009, s. 99).

Sobotková (2001) ve své knize uvádí, že nejpodstatnější je manželský (partnerský) subsystém, protože zaujímá hlavní roli ve všech vývojových fázích životního cyklu rodiny. Zda bude rodina fungovat nebo ne, závisí do jisté míry na schopnosti ženy a muže a jejich vztahu, který spolu budují. Protože právě způsob, jakým manželé dělají společné rozhodnutí, jak si vzájemně pomáhají, zvládají těžké životní situace apod., následně ovlivňuje i vývoj jejich dětí.

Podobně je to i se subsystémem rodič-dítě. Jakmile nastanou jakékoliv problémy v tomto subsystému, dochází k narušení celého rodinného systému. Stejně tak je tomu v sourozeneckých vztazích, kdy jakákoliv nehoda mezi sourozenci má jasný vliv na fungování celé rodiny, avšak tento vliv je popisován jako reciproční, to znamená, že subsystémy se mohou vzájemně ovlivňovat (Sobotková, 2001).

Zásadní změnou rodinný systém prochází i v období, kdy jejich dítě začne dospívat. Adolescent začíná postupně rodinu opouštět. Dochází k častým konfliktům a změnám v rodinných vztazích ve formě napětí a podrážděnosti stejně jako tomu bylo v děloze na konci těhotenství (Trapková & Chvála, 2009).

Chápeme-li rodinu jako subsystém, kde chování jednoho jedince ovlivňuje ostatní členy rodiny, je třeba se ještě zaměřit na změny, které tuto strukturu mohou narušit. Tyto změny mohou být dvojího typu. Matějček (1992) je ve své knize rozděluje na kontinuální a diskontinuální změny. Kontinuální změny jsou označovány jako pozvolné a dějí se v průběhu našeho vývoje. Hlavní komponentou je zde čas, kdy členové rodiny prochází určitým vývojem, dospíváním, stárnutím a tyto „změny“ pak ovlivňují i celý rodinný systém. Například jinak se bude chovat rodina a s malým miminkem, jinak se školákem apod. Oproti tomu diskontinuální změny nám přichází do života náhle. Mluvíme o tzv. událostech, které mají zásadní vliv na normální fungování rodiny. Jedná se o události jako například narození dítěte, rozvod rodičů, nový sňatek jednoho z nich apod. Ty jsou také často uváděny jako tzv. kritické události, protože přinášejí určité zátěže, nároky, stresy, s kterými se musí členové

rodiny potýkat. Nicméně důležitým prvkem dokonalých systémů, čímž je myšlena i rodina jako společenství, mají zabudovanou schopnost sebezáchovy a sebeopravy. Ve skutečnosti to tedy znamená, že i když se rodina musí potýkat s kritickou událostí, má tendenci se znovu stabilizovat, začít opět normálně fungovat, přesněji řečeno poradit si a vyrovnat se s danou nepříznivou událostí, což je velmi pozitivní zpráva zejména pro budoucí fungování rodiny.

1.2 Role matky

Každý člen rodiny zaujímá jistou pozici a má svoji úlohu v již zmíněném rodinném systému a není možné jej nikým jiným nahradit.

Zaměříme-li se na roli matky, zjistíme, že základním úkolem je bezpodmínečné přijetí svého dítěte. Vyskytují se případy, kdy matky mají problém přijmout své dítě hned, nicméně důležité je, aby si nakonec cestu k němu našly, protože právě již zmíněné přijetí má velký vliv na dobrý osobnostní vývoj dítěte. (Špaňhelová, 2010).

Vágnerová (2000) uvádí, že už v kojeneckém věku je dítě schopno svoji matku napodobovat, přijímat její názory, o kterých často ani nepřemýšlí. Metaforicky řečeno, matka je pro dítě jakýmsi zrcadlem, prostřednictvím něhož mu poskytuje zpětnou vazbu. Úkolem matky je schopnost rozeznat potřeby svého dítěte a správným přístupem je dokázat uspokojit.

Matka sehrává i důležitou roli v chování vůči svému partnerovi, protože právě na základě pozorování si pak dítě následně tyto vzory chování přejímá a promítá je v pozdějších vlastních budoucích partnerských vztazích. Dalšími aspekty, které matka přináší do svého vztahu s dítětem, je bezpodmínečná láska, jistota, pocit bezpečí a vzájemná komunikace. Důležité je také zmínit, že role matky představuje jakýsi model pro dítě. Tedy přesněji řečeno, je-li dítětem děvče, je tento model vzorem pro její budoucí chování. I když dívka něco z této role přijmout nechtěla, i tak se tento model do jejího chování promítá. U chlapců je to trochu jiné v tom, že na základě přijatého modelu chování své matky si pak hledají svou budoucí partnerku (Špaňhelová, 2010).

1.3 Role otce

Role otce je v některých prvcích trochu odlišná od role matky. Úkolem otce je především věnovat dítěti dostatek času. Na základě společně strávených chvil má dítě možnost svého otce dostatečně poznat a prožít s ním různé události a situace, ve kterých ho nikdo jiný nemůže nahradit. Jde tedy o aktivně strávený společný čas. Stejně jako matka, tak i otec jde svému dítěti příkladem a měl by mu poskytnout pocit bezpečí. Z hlediska komunikace má otec za úkol dítěti vysvětlit zejména věci technického rázu, ve kterých se žena většinou tolik neorientuje. Dále by pak měl být oporou pro matku a dítě by mělo vidět, že je otec schopen se s matkou společně dohodnout, podpořit ji v jejím názoru apod. Role otce vyžaduje tedy určité budování přiměřených vztahů jak s dítětem, tak i s matkou (Špaňhelová, 2010). Jak uvádí Matějček: „To nejlepší, co může otec udělat pro své dítě, je starat se o to, aby jeho matka byla šťastná.“ (in Novák, Šmolka, 2006, s. 68).

1.4 Hodnota dítěte pro rodinu

Jakou hodnotu má dítě pro rodinu? Odpověď nám nabízí výsledek šetření, které bylo provedeno v rámci jednoho velkého výzkumu. Bylo osloveno 440 respondentů, respektive rodin s dětmi školního věku. Matkám byla položena otázka: „Jaký je podle vašeho názoru hlavní důvod, proč lidé chtějí mít děti?“ Odpovědi byly následující: náplň života (34%), uspokojení citových potřeb (22%), náplň a pouto manželství (19%), zábava a radost dítěte (25%) (Dytrych, Matějček, Schüller, 1975). Z toho je zřejmé, že dítě pro partnery představuje jisté uspokojení jejich duševních potřeb. I když je tento výzkum poměrně starý, ukazuje se, že je stále platný. Novější sociologické studie přichází s téměř totožnými výsledky. Na otázku „Proč chceme děti?“ převažovaly důvody jako láska k dítěti, radost z něj a emocionální uspokojení (Pakosta, 2009).

Rabušič (2001) přichází s jakousi podobou altruismu, kterou děti poskytují svým rodičům. Na základě této hodnoty jsou rodiče motivováni k rozhodnutí si dítě pořídit.

Tento přístup ovšem lidé zaujmají pouze za předpokladu, že je rodina na určité ekonomické úrovni. Matějček (1992, s. 41) to své knize vysvětluje takto: „Teprve tam, kde neprobíhá denní zápas o přežití, přestává být dítě zátěží. Matka se uvolňuje od biologicky podmíněných a víceméně instinktivních forem chování vůči dítěti

a dospívá k citům vyšším, k zájmu o jeho blaho.“ Tedy až na téhle úrovni je matka schopna vytvořit vhodné prostředí pro své dítě a poskytnout mu vše, co potřebuje. Rodiče pak na dítě nahlíží jako na nositele nových poznatků, zkušeností a přinášejí mu jistou stimulaci.

Novák (2006) hodnotu dítěte popisuje jako zhmotnění smyslu manželství. Dítě je podle něj hestickým faktorem, tedy bohem rodinného krbu.

2 Adolescence

2.1 Vymezení adolescence

Slovo „adolescence“ vzniklo z latinského slovesa „adolescere“, což v překladu znamená dorůstat, dospívat, mohutnět (Macek, 2003). Hovoří se o přechodovém stádiu mezi dětstvím a dospíváním počínajícím v jedenácti letech a je završeno dosažením dospělosti kolem 20. roku života. Vágnerová (2000) rozděluje adolescenci do dvou fází, a sice na ranou (11-15let) a pozdní (15-20let) adolescenci. Macek (2003) období dospívání rozděluje do tří fází: časná adolescence: 10 (11)-13 let, střední adolescence: 14-16 let, pozdní adolescence: 17-20 let. Setkáváme se i s jiným vymezením, kdy od 10-15 let se hovoří o tzv. pubescenci neboli čas první lásky a na něj teprve navazuje období adolescence neboli vrchol mládí, které končí mezi 20. a 22. rokem života dospívajícího (Říčan, 2004).

Jak je zřejmé, přístupů, jak diferencovat adolescenci je mnoho, avšak v této bakalářské práci bude na období adolescence nahlíženo jako na celou dekádu, tedy od 10-20/22let. Jak se ukazuje, Za poslední století se samotný tělesný i duševní vývoj urychluje, avšak dochází i k prodloužení doby dospívání. Respektive období dětství je kratší než kdysi, ale příchod dospělosti se oddaluje. Tedy narážíme na předem zmíněná fakta, že samotné období adolescence se začíná čím dál tím více prodlužovat. Tento proces je označován termínem „sekulární akcelerace,“ což znamená celkové urychlení růstu a vývoje (Langmeier & Krejčířová, 2006).

2.2 Základní charakteristika adolescence

Jedná se tedy o období, ve kterém dochází k přeměně dítěte v dospělého jedince. Tato životní etapa je významná jak z hlediska biologického, kdy dochází k pohlavní zralosti a ukončení růstu, tak i z pohledu psychosociálního. Adolescent se v tomto období musí potýkat s řadou psychosociálních změn, které často přinášejí do jeho života nejistotu a jisté pochybnosti. Jde především o nové sociální zařazení ve společnosti a požadavky, které na něj okolí klade. Dospívající jedinec se pak velmi často může chovat jinak, než se od něj očekává (Langmeier & Krejčířová, 2006).

Na období dospívání je obecně nahlíženo jako na období plné krizí a častých konfliktů s rodiči. Nicméně ne vždy tomu tak musí být.

Výzkumy však potvrzují, že problematické chování těchto dospívajících může proběhnout a převážně probíhá bez větších chaosů tehdy, jestliže dosavadní výchova a jejich vývojové zkušenosti nezaznamenaly vážnější konflikty, kdy přístup rodičů byl vstřícný a akceptující jejich individuálnost, nebyli ponižováni a nezažívali pocity méněcennosti (Šimíčková - Čížková a kol., 2010, s. 119 – 120).

Z toho tedy vyplývá, že důležitou roli zde zaujímají rodiče a jejich reakce na adolescentovo chování, které bývá často emočně nestabilní se značnými projevy nálad (Šimíčková - Čížková a kol., 2010). Dalšími charakteristikami pro toto období je nová úroveň sebeuvědomování, kdy už si jedinec dokáže uvědomovat intenzitu svého prožívání a reflektovat to, jak myslí a komunikuje s okolím (Macek, 2003). Dochází k vývoji vlastní identity, která se formuje na základě hledání a přehodnocování vlastních názorů. Dospívající prochází komplexní proměnou osobnosti, a to jak na úrovni somatické, psychické, tak i sociální (Vágnerová, 2005).

2.3 Emocionální vývoj

Období adolescence s sebou přináší mnoho vývojových změn, avšak pro nás velice důležitá je oblast změny v prožívání adolescenta, kdy dochází k rozdělení citových zážitků a přibývání vyšších citů. Adolescent se na základě těchto změn postupně začleňuje do společnosti a tím dochází k rozvoji jeho osobnosti (Švancara, 1973 in Macek, 2003).

Na základě výrazných hormonálních změn, které jsou pro toto období charakteristické, dochází k proměnlivosti emočního ladění, větší lability a ke sklonu reagovat přecitlivěle i na běžné podněty. Citovou jistotu a stabilitu, na kterou byl adolescent doposud zvyklý, střídá naopak nejistota, která zapříčiňuje větší podrážděnost a napětí. Adolescent často nerozumí svým pocitům, náladám a prožitkům, které jsou pro něj nepříjemné, a reaguje na ně negativně ve smyslu zhoršení nálady a chování, které je málokdy sociálním prostředím akceptovatelné (Vágnerová, 2000).

Nicméně vzhledem k tomu, že je adolescence z hlediska emocionálního vývoje poměrně dlouhým obdobím, dochází zde k častým změnám a výkyvům v prožívání daného jedince. Avšak za nejvíce kritické období se považuje zejména časná adolescence, charakteristická zvýšenou emoční labilitou, respektive dochází k častým změnám nálad, období krizí a nepředpokládaných zvrátů v životě dospívajícího (Příhoda, 1967 in Macek, 2003).

Ne vždy je však správné nahlížet na adolescenci jako na dramatické období plné bouřlivých změn, jak již bylo zmíněno výše, ale je třeba brát v potaz i další individuálně typologické rozdíly, které jsou ve většině případů mnohem zásadnější než pouze věk dospívajícího (Kon, 1968 in Macek, 2003).

Další změnou v oblasti prožívání jsou známky zvýšené impulzivity a nedostatek sebeovládání, které je způsobeno nízkou frustrační tolerancí, přecitlivělostí a proměnlivostí nálad. V důsledku toho však často adolescent získává negativní odezvy ze svého blízkého okolí a jeho pocit nejistoty se tímto umocňuje. Dále pak dochází ke zvýšení uzavřenosti, respektive adolescent nesdílí své pocity s kýmkoli jako dříve, ale považuje je za intimní část své osobnosti. Zamýšlí se více nad tím, co cítí a prožívá, v důsledku toho se stává více introvertovaným, tzn., že neprojevuje svoje pocity navenek jako dříve, protože jim často nerozumí, nedokáže je správně pojmenovat a obává se negativní odezvy zvenčí. S tímto je častá provázanost ve výkyvech sebehodnocení dospívajícího. Jedinec reaguje často přecitlivěle na reakce ostatních v důsledku pocitu nejistoty a obavy ze zranění své sebeúcty, které je pro toto období typické. Se zmíněným pocitem nejistoty je úzce spojena tzv. pubertální vztahovačnost, kdy dochází k hlavní proměně adolescentovy identity. Na základě svého okolí, ve kterém žije, získává dospívající zpětnou vazbu o tom, jaké chování se ve společnosti akceptuje a jaké je naopak nevhodné. Na základě toho se mění jeho subjektivní pohled na dění kolem něj, touto změnou se umocňuje i nejistota, na kterou adolescent reaguje obrannými reakcemi, jako je například tzv. mechanismus kyvadla, kdy dochází k regresi na nižší vývojové stádium. Další často užívaná obranná reakce je i únik do fantazie, díky které dochází k odpoutání se od reality a možnosti snadněji čelit situacím, které jsou pro dospívajícího v tomto období zátěžové (Vágnerová, 2000).

Nicméně zaměříme-li se na střední a pozdní adolescenci, zde už dochází k postupné odezvě náladovosti a vysoké lability. Na základě longitudinálních výzkumů Kona je pro toto vývojové období typická větší extravertovanost, menší impulzivnost, emocionální dráždivost a vyšší stálost (Kon, 1986 in Macek, 2003). Avšak zásadní změny se dějí v emočním prožívání v erotické oblasti, estetice a mravním citění. Dochází k tzv. prvnímu vystřízlivění, kdy jedinec postupně opouští své sny a ideály a začíná čelit realitě (Macek, 2003).

2.4 Vývoj identity

Období adolescence je význačné zejména i pro utváření vlastní identity dospívajícího. Úkolem je získání jasného a stabilního pocitu vlastní identity. Adolescent se snaží hledat odpovědi na řadu otázek týkajících se životního směru, poslání nebo ujasnění si vlastní hodnoty. Z toho je zřejmé, že si musí uvědomit své možnosti, ale i meze. Musí být schopen akceptovat svoji jedinečnost, zároveň ale přijmout i některá svá omezení a nedostatky, které jsou jeho součástí (Langmeier & Krejčířová, 2006).

Macek (2003) diferencuje identitu na aspekt osobní, který vychází především z intimní sebereflexe a sebehodnocení dospívajícího, a aspekt sociální, kdy důležitou roli sehraává pocit začlenění, spolupatříčnosti a kontinuity ve vztazích s ostatními.

Podle Josselsonové (1980) pokračuje dospívající v procesu osamostatňování a v rozvoji identity. Nejprve prochází fází postupné stabilizace, kdy je schopen se osamostatnit, vyznačuje se zralejším způsobem chování, buduje si novou představu o svém životě. I když si ještě nemusí být zcela jistý v ohledu na vztah k rodičům, nakonec dojde k nalezení vhodného způsobu, jak být samostatný, ale zároveň s rodiči dobře vycházet. Druhou fází je pak tzv. fáze psychického osamostatnění, kdy adolescent dosahuje úplné samostatnosti a vytváří si identitu, která potvrzuje jeho jedinečnost a už bývá téměř odpovídající realitě (Josselsonová, 1980 in Vágnerová, 2000).

Pro utváření vlastní identity je klíčové adolescentovo sebepoznání. Vychází zejména z introspekce, která je ovlivněna aktuálním emočním laděním, avšak často objektivní sebepoznání zkresluje. Důležitým nástrojem k samotnému sebepoznání je sebehodnocení, které se zvyšuje kolem 16. roku, především na základě schopnosti dospívajícího posuzovat se podle reakcí druhých lidí (Langmeier & Krejčířová, 2006).

Vágnerová (2000) uvádí, že právě ke správnému sebepoznání je důležité i hodnocení ostatních, které poskytuje dospívajícímu zpětnou vazbu. Proč jsou názory druhých lidí pro adolescenta tak důležité, vysvětluje stále figurující nejistotou doprovázenou pochybnostmi o jeho vlastní hodnotě. Dokonce popisuje i fakt, že dospívající jsou více zranitelnější než děti, které vnímají informace od okolí jako něco, co je striktně

dané, avšak adolescent už ví, že se nabízí i mnoho dalších různých možností, které by bylo možné obdržet k získání lepšího ocenění.

Sebepojetí je třeba odlišovat i na základě pohlaví. Dívky bývají v tomto období samy se sebou méně spokojeny než chlapci. Zaměřují se především na své vlastní projevy a často si myslí, že je třeba svou vlastní hodnotu několikrát opakovat. Oproti tomu chlapci nad sebou tolik neuvažují. Neberou tak velký ohled na to, co si o nich lidé v okolí myslí (Vágnerová, 2000; Janošová, 2008).

Jak již bylo zmíněno, neodmyslitelnou součástí při vytváření identity v období adolescence je i vztah k ostatním lidem. Na jeho základě dochází k vymezení dospívajícího, ať už pozitivně, kdy se jedinec identifikuje se svým okolím, nebo negativně, kdy dochází k tzv. deidentifikaci (Vágnerová, 2000).

Základním předpokladem pro vybudování identity je mj. nalézání vlastní jedinečnosti, tedy schopnosti odlišit se jasně od druhých. S tím je úzce spojena snaha stát se více samostatnějším, nezávislým na rodičích a dokázat se prosadit ve společnosti. Často se vyskytující konfliktní jednání s rodiči se děje právě na základě nejistoty ze strany dospívajícího. Jedinec potřebuje získat odezvu od okolí a tím se ujistit o vlastní hodnotě. Hlavním úkolem rodičů je zaujmout správný přístup k těmto negativním projevům svého dítěte a schopnost dát mu správnou zpětnou odezvu (Langmeier & Krejčířová, 2006).

2.5 Vztahy adolescentů k druhým

Mezi základní psychosociální charakteristiky v období adolescence neodmyslitelně patří i změna v oblasti interpersonálních vztahů. Období dospívání je význačné pro převzetí pozdějších rolí ať už partnerských, rodinných, přátelských či profesních (Langmeier, 1983 in Macek, 2003). Aby v tomto úkolu adolescent obstál, musí prokázat adekvátní způsobilost v oblasti komunikace, a tedy umět vyjádřit svůj vlastní názor, umět naslouchat ostatním lidem, dokázat zformulovat a vyjádřit své přání, umět přijmout pochvalu apod. Tyto zmíněné aspekty pak vedou k větší jistotě a uvědomění si vlastní hodnoty v životě dospívajícího (Lloyd, 1985 in Macek, 2003).

Vztahy můžeme diferencovat na základě jejich významu, tzn. že jiný vztah má adolescent k rodičům, tedy autoritám, kdy hlavní roli sehrává úsilí

o tzv. „zrovnoprávnění“ vlastní pozice, a jiný vztah zaujímá ke svým vrstevníkům, kde převažuje snaha o vlastní „zhodnocení“ (Macek, 2003).

2.5.1 Vztah adolescenta k rodičům

Vztah adolescenta k rodičům se v průběhu dospívání mění. Již v rané fázi adolescence dochází ke změně rodinného postavení a k postupnému odpoutání se dospívajícího od rodičů. Úkolem adolescenta je schopnost se osamostatnit, udržet pozitivní vztah ke svým rodičům, avšak na jiné úrovni, než tomu bylo doposud. Dochází ke změně v rodinných vztazích. Vágnerová (2000) hovoří o tom, že „rodiče představují pro adolescenta model určitého způsobu života a dospělosti, který by je měl čekat v budoucnosti, resp. je jednou z možností.“ Dospívající o nich přemýšlí a zvažuje, co je pro něj přijatelné a s čím naopak nesouhlasí. Na základě toho si pak buduje novou představu o svém životě a vytváří si tím i svoji identitu.

Dříve byl konflikt mezi rodičem a adolescentem považován za normální, ba dokonce i nutný, avšak nové studie prokazují, že tomu tak není. A. Petersonová (1988) provedla několik výzkumů týkajících se této problematiky a zjistila, že k největším konfliktům dochází pouze u adolescentů, kteří projevují známky tzv. rizikového chování (Petersonová, 1988 in Macek, 2003). Dokonce se potvrzuje, že konflikty nečiní velký problém, když rodiče umožní svému dítěti svobodně vyjadřovat své názory a berou na ně ohled. Rodiče sehrávají důležitou roli v životě dospívajícího i ve smyslu toho, že si jejich dítě osvojuje stejné hodnoty, které oni preferují (Macek, 2003).

Gecková et al. (2000) hovoří o tom, že:

Nejdůležitějším zdrojem sociální opory zůstávají pro dospívající jejich rodiče; v případě emočních problémů nebo vztahových konfliktů se i v tomto věku nejčastěji o radu na svou matku a teprve na druhém místě uvádějí jako zdroj emoční opory své přátele nebo spolužáky (Gecková et al., 2000 in Langmeier, Krejčířová, 2006, s. 154).

Nicméně období adolescence by mělo být završeno separací od rodičů. Jestliže v tomto procesu nedojde ke zvládnutí potřebné emancipace, může dojít k různým problémům, které si pak jedinec přináší do svého života. Ty se projevují ve formě odchodu z rodiny, setrváním v infantilní roli, zkratkové uzavření manželství, neschopnost se sám osamostatnit apod. (Vágnerová, 2000).

2.5.2 Sourozenecké vztahy v adolescenci

V období dospívání sourozenecké vztahy nabývají hodnotného významu. Jestliže věkový rozdíl mezi sourozenci není tak velký jsou pro ně důležití zejména ve dvou aspektech. Představují příslušníka stejné generace, tzn., že sdílí podobné postoje a zájmy; dále se pak aktivně podílejí na rodinné socializaci ve smyslu vzájemného ovlivňování s ohledem na pozici v rodině (Macek, 2003).

Mnoho studií, zabývajících se sourozeneckými vztahy, prokazuje protektivní a stabilizační faktor, tedy jde o to, že kvalita vazby mezi sestrami a bratry může v těžkých životních situacích poskytovat zdroj podpory a útěchy (Luthar, Cicchetti & Becker, 2000; McElwain & Volling, 2005; Pike, Coldwell & Dunn, 2005; Richmond, Stocker & Rienks, 2005). Velký význam toto zjištění představuje hlavně v období, kdy je narušen rodinný systém, například rozvodem rodičů, s onemocněním nebo se ztrátou zaměstnání jednoho z členů rodiny (Waite, Shanahan, Calkins, Keane & O'Brien, 2011). Kvalitní sourozenecký vztah založený na vřelosti a pozitivitě pak právě může představovat ochranu před těmito zvnitřněnými symptomy (Gass, Jenkins & Dunn, 2007).

2.5.3 Vztah adolescenta k vrstevníkům

Vztahy adolescenta k vrstevníkům sehrávají důležitou roli v procesu odtržení se od rodičů a schopnosti postupně se osamostatnit. Na základě interakce s ostatními dochází k uspokojení i některých základních psychických potřeb jako např. potřeba stimulace, orientace a smysluplného učení, potřeba citové jistoty, bezpečí apod. (Vágnerová, 2000).

Hamacheka (1980) hovoří o tom, že vrstevnická skupina „doplňuje či někdy nahrazuje rodičovskou podporu. Rovněž stabilizuje a zakotvuje dospívajícího v procesu vlastních fyzických, psychických a sociálních změn, adolescenti si uvědomují, že podobné změny prožívají i jejich vrstevníci“ (Hamacheka, 1980 in Macek, 2003, str. 58).

Samotné rozšiřování vztahů s vrstevníky se děje postupně, avšak ne vždy se u všech adolescentů udává ve stejné době a ve stejném pořadí. Občas se stává, že se jednotlivá období navzájem překrývají a následnost se může měnit i na základě společenského uspořádání. První fáze je označována jako tzv. skupinová izosexuální fáze, která je charakteristická pro období puberty. Dospívající mají společné zájmy, uspokojí zde

svoji potřebu sdružovat se, získávají obdiv a dostávají možnost napodobovat své vrstevníky. Jedná se o skupiny, kde je zastoupeno pouze jedno pohlaví, respektive chlapci jsou spolu a odmítají přijmout do skupiny děvčata a naopak. Další fáze je označována jako individuální inosexuální fáze, kde je důležitá potřeba intimního párového přátelství. Adolescent potřebuje mít ve svém životě někoho, komu se může svěřit, říct, jak se cítí, co prožívá apod. Pak se hovoří o tzv. přechodové etapě, kdy přichází první známky zájmu o druhé pohlaví, na něž navazuje již heterosexuální fáze neboli období „první lásky.“ Jedná se již o skutečné vztahy chlapců a dívek, avšak ještě velmi často proměnlivé a nestálé. Až poté nastává samotná etapa zamilovanosti, charakteristická hlubokou vázaností, porozuměním a oddaností, která za správných předpokladů končí v trvalém manželském vztahem a vybudováním vlastní rodiny (Langmeier & Krejčířová, 2006).

2.6 Rizikové a problémové chování v adolescenci

Ačkoliv adolescence už není charakterizována jako základní období plné konfliktů, zvratů krizí, jako tomu bylo v minulosti, stále zde zůstává skutečnost, že je to velice senzitivní období pro výskyt tzv. rizikového a problémového chování. To se diferencuje na dvě skupiny, a sice na chování, kdy dochází k sebepoškozování ze strany adolescenta, ať už tělesného nebo duševního, a chování spojené s ohrožením společnosti ve smyslu negativního vlivu a způsobení újmy ostatním (Durkin, 1995; Schulenberg, Maggs & Hurrelmann, 1997 in Macek, 2003).

Výzkumy potvrzují, že až polovina dospívajících se v období adolescence zapojí alespoň do jedné z forem rizikového chování. Na základě toho je na něj nahlíženo jako na normativní součást vývoje (Dryfoos, 1990; Smart a kol., 2004 in Sobotková a kol., 2014).

Zda dospívající bude projevovat známky problémového nebo rizikového chování je možné předvídat na základě rodinného klimatu, názorů, přesvědčení a postojů jeho rodičů. Důležitou roli zde sehrává i celkové sebehodnocení, přesvědčení o vlivu na vlastní život, respektive locus of control, pocit odcizení a kritičnost adolescenta ve vztahu k okolí (Macek, 2003).

Výskyt externalizujícího chování u dospívajících je úzce provázán s negativními vztahy k rodičům, sourozencům nebo vrstevníkům (Buist et al., 2013; Sturaro et

al. 2011). To může mít za následek problém ve vývoji adolescentovy identity a v navazování mezilidských vztahů (Oyserman & Destin, 2010).

Z vývojového hlediska dochází často k rozporu mezi charakterem citových vztahů v rodině a vnější společností, což znamená, že adolescent se už neřídí tak striktně normami a hodnotami svých rodičů, ale naopak je častokrát kritizuje. Nicméně i přesto je na svých rodičích v mnoha ohledech závislý. Aby došlo k úspěšnému zvládnutí tohoto náročného a občas konfliktního období, je třeba zvolit správný výchovný přístup. Ten se vyznačuje zejména trpělivostí, tolerancí a podporou ze strany rodičů. Měli by se snažit o to, aby svému dítěti porozuměli a podpořili ho v hledání základních hodnot a ve vytvoření zralého sebepojetí. (Langmeier & Krejčířová, 2006).

3 Partnerské vztahy

Partnerský vztah má důležitý význam ve fungování celé rodiny. Cowan a Cowanová (2003) přirovnávají partnerský vztah k termostatu, který buď vyrovnává, nebo naopak zapříčiní disharmonii v rodinném prostředí (Cowan, Cowanová, 2003 in Výrost, Slaměník, Sollárová, 2019). Tuto skutečnost potvrzuje i studie Kitzmanna (2000), kde bylo prokázáno, že neshody mezi partnery se pak promítají do vztahu k dětem, respektive dochází k narušení klidné rodinné atmosféry (Kitzmann, 2000).

Dr. Prekopová popisuje, že:

„usměrňovací silou v životním stylu rodiny je bezvýhradná láska mezi otcem a matkou dítěte, která pak otevírá brány pro osobní svobodu dítěte i dospělého. Z mých zkušeností je důležité si uvědomit, že dítě se učí z této lásky rodičů příkladem a napodobováním.“ (Prekopová in Špaňhelová, 2010, s. 15).

Základním atributem fungujícího partnerského vztahu je respekt. Dále pak je třeba umět přistoupit na kompromis, rozdělit si nepříjemné povinnosti mezi sebou a umět patřičně ocenit snahu druhého (Venglářová, 2008).

Stejně jako děti, tak i dospělí potřebují mít vedle sebe blízkého člověka a právě partner/ka má druhého ve vztahu podporovat, doplňovat a zároveň korigovat (Matoušek, 2015).

Spokojenost v partnerském vztahu je úzce provázána i s životním stylem a hodnotami partnerů. Když se v těchto postojích příliš liší a nemají dostatek tolerance, představují tyto dva faktory nejčastější příčinu hádek a rozchodů (Matějková, 2007).

Do partnerských vztahů se promítají i naše zkušenosti z dětství. Ať chceme nebo ne, každý z nás si do vztahů přejímá model partnerského soužití od svých rodičů. To, jaké vztahy a role jsme v dětství zažili, pak opakujeme ve svých partnerských vztazích. Z toho je tedy zřejmé, že stejně jako se chová manžel ke své ženě, pravděpodobně stejně se bude chovat jejich syn ke své partnerce a stejně je tomu tak i u opačného pohlaví. Toto chování se i promítá do volby partnera, kdy je zde tendence hledat si stejného partnera, jako byl u dívek jejich otec a u chlapců jejich matka. Zde je tedy vidět, že rodina, respektive soužití našich rodičů může mít do jisté míry vliv na budoucí vztahy jejich dětí (Venglářová, 2008; Matějková, 2007).

4 Rozpad rodiny

Rozpad rodiny přichází v důsledku rozchodu rodičů. Jelikož se stále častěji setkáváme s tím, že lidé neuzavírají sňatek, avšak mají rodinu, hovoříme o tzv. nesezdaném soužití. Ať už partneři sňatek uzavřeli, či nikoliv, příčiny rozchodů jsou si v obou případech velice podobné. Z tohoto důvodu bude na rozchod rodičů nahlíženo komplexně a nebude v této práci diferencováno, zda rodiče byli v manželství, nebo ne.

Samotný rozchod rodičů je v naší společnosti považován jako jedna z nejnáročnějších životních situací, se kterou se jedinec může ve svém životě setkat. Často se hovoří o tom, že rozchod je mnohem horší událostí než úmrtí partnera, kdy dochází ke ztrátě blízkého člověka. Navíc jestliže byly v partnerství děti, je třeba být s bývalým partnerem stále v kontaktu. To ve většině případů není příjemné, protože prostřednictvím této komunikace si stále daný jedinec připomíná tuto těžkou událost jako své životní zklamání a selhání. Díky tomu pak může dojít k neovladatelnému vzteku, touze po pomstě nebo k sebevražedným sklonům ze strany opuštěného partnera (Matoušek, 2015).

Proč je rozchod tak náročnou situací, do jisté míry vysvětluje Bowlbyho teorie vazby, která hovoří o tzv. attachmentu neboli přimknutí, kdy jeden člověk poskytuje pocit bezpečí tomu druhému. Dojde-li k narušení této vazby, v našem případě k rozchodu partnerů, přichází extrémní stres, kdy opuštěný jedinec zažívá úzkost – ambivalentní vazbu a druhý partner, který chce vztah opustit, je v tzv. inhibici neboli vyhýbavé vazbě (Bowlby, 2010 in Matoušek, 2015).

4.1 Příčiny rozchodů

Podle demografických statistik se již několik let ukazuje, že mezi nejčastější příčiny rozchodů, respektive rozvodů¹ patří „rozdílnost povah, názorů a zájmů“ před ostatními konkrétně specifikovanými důvody. V soudním řízení se pak jako konkrétní příčina uvádí nevěra, častěji ze strany mužů. Dále pak je to alkoholismus nebo nezájem o rodinu (www.czso.cz/rozvodovost, 8. leden 2013).

¹ statistiky jsou uvedeny pouze na rozvod

Udává se, že ze dvou třetin přichází s žádostí o rozvod ženy. Proč tomu tak je, je možné vysvětlit citovým vztahem ženy k muži, kdy dochází k úplnému přilnutí, avšak když se vztah začne jevit jako nefunkční, nemá žena problém muže opustit a najít si jiného partnera. Muži to mají trochu odlišné. Ke své partnerce přilnou tak, že i když udržují ještě vztah k jiné ženě, je pro ně těžké se od své manželky odpoutat (Klimeš in Derzsiová, 2009).

Důležitou roli v tom může sehrávat i jistý vliv společnosti, kde se změnilo postavení žen ve společnosti. Tato změna s sebou přinesla touhu žen po citovém uspokojení, větší rovnoprávnosti ve vztazích apod. (Smith, 2004). Ženy se začaly více prosazovat na trhu práce, což vede k tomu, že se dokážou samy zajistit a nepotřebují tak podporu muže nebo široké rodiny (Matoušek a kol., 2015).

Matoušek (2015) diferencuje rozvodovost na dva typy, a sice na obecné příčiny a na rovinu osobního prožitku manželů. Mezi hlavní důvody, které nutí partnery k rozchodu, jsou kulturní vlivy, které často kladou důraz na osobní seberealizaci, úspěch a štěstí. Jeden z partnerů pak může mít pocit, že je v rodině omezován. Dále pak je to již zmiňované jiné postavení žen ve společnosti; prodloužení délky života, který přináší změny v rodinném chování v důsledku více času; snadná dostupnost antikoncepce, kdy žena získává možnost o tom, určovat si, kolik chce mít dětí; změna pohledu na rozvod, jehož tolerance ve společnosti dokonce i v církvích stále stoupá apod. Co se týče rozvodů partnerů z hlediska osobního prožívání, jde vždy o změnu zvyklých postojů. Stává se, že partner už není pro druhého dostatečně uspokojivý. Dále pak je možné, že jeden z páru potká nového partnera, který se pro něj stane atraktivnějším a dostupnějším nebo je pro jednoho z partnerů lepší variantou ze vztahu odejít než pokračovat.

Příčinou rozchodu mohou být i emoční problémy z dětství, které jeden z partnerů přináší do vztahu. Jedná se zejména o zkušenosti, opakující se navyklé modely nebo naopak snahu vzepřít se těmto zvyklostem, dále pak touha naplnění potřeb, kterých v dětství nebylo dosaženo (Smith, 2004).

Podle zahraničních výzkumů uvádí Možný (2006) nejčastější ukazatele rozvodu. To, jestli spolu partneři zůstanou či nikoliv je možné předvídat na základě socioekonomického statusu, kdy je prokázán vztah mezi zaměstnaností žen a náchylností k rozvodovosti, stabilitou výše příjmů jednoho partnerů nebo jejich

dosažené vzdělání. Dále pak je zjištěno, že určitou roli sehrává i věk při vstupu do manželství. Podle statistik velmi často dochází k rozvodu u partnerů, kteří uzavřeli sňatek před 19. rokem svého života. Počet dětí v manželství naopak rozvodovost snižuje. Když mají partneři spolu 3 a více dětí, jejich soužití bývá stabilnější, zatímco u soužití bez dětí je rozvodovost častější. Zmiňuje se i doba trvání manželství, které nejčastěji prochází krizí mezi třetím a pátým rokem, pak po desátém a dvanáctém roce. V tomto období dochází nejčastěji k ukončení svazku. Mezi další prediktory rozvodovosti je řazena i dědičnost, náboženské přesvědčení, pořadí manželství, nebo zda manželé bydlí ve městě či na vesnici.

4.2 Dopady rozchodu na dítě

Je možné setkat se s řadou studií, jejichž hlavním cílem je zjistit dopad rozvodu na dítě. Nicméně se ve většině případů zabírají krátkodobými dopady a nesledují další možné následky, které mohou u dítěte v budoucnu nastat. A když se taková studie objeví, zabývá se spíše malými dětmi než adolescenty, kteří rozvod svých rodičů také prožívají.

I když je skupina mladých dospívajících často opomíjena, je dokázáno, že i na ni má rozvodová situace rodičů značný vliv. Stejně jak děti, tak i dospívající zažívají pocit ztráty důvěry v rodině, s kterým se těžko vyrovnává i dospělý jedinec, natož adolescent (Novák, 2000).

Obecným předpokladem je, že rozvod rodičů má na dítě velmi negativní dopad, avšak tento předpoklad je možné vyvrátit tím, že takové důsledky nejsou nevyhnutelné. Důležitou podmínkou je zde přístup rodičů, respektive to, jak jsou schopni se s rozchodem vypořádat. To se pak promítá i do vztahu k jejich dítěti (Smith, 2004).

Rogalewiczová (2019) ve své knize popisuje, že není možné předem předvídat, jaký vliv rozchod na dítě bude mít, protože je třeba vždy brát v potaz faktory, jako jsou věk, zdravotní stav, míra citlivosti nebo povaha dítěte, které možné důsledky značně ovlivňují. Zmiňuje také, že záleží i na rodičích, jak k rozchodu přistupují a jsou schopni se s ním vypořádat.

Na základě výzkumných studií provedených Emery, Otto a O'Donohue (2005) bylo zjištěno, že děti nejlépe prožívají konflikt rodičů, když nejsou do sporu zataženy

a rodiče ho řeší jen mezi sebou. Dále pak, když konflikt se nevyznačuje silnými emocemi nebo násilím. Dítě nesmí ve sporu figurovat jako svědek, prostředník nebo oběť.

Avšak je třeba zmínit, že i když se rodiče snaží, aby byl rozchod co nejkolidnější a jejich konflikt nezasahoval do prožívání jejich dětí, vždy má rozpad rodiny bolestivé důsledky, a to nejen pro rodiče, ale i pro děti (Gravillon & Berger, 2011).

Podle Matějčka a Dytrycha (2002) konflikty v manželství a rozpad rodiny výrazně ohrožuje zdravý vývoj osobnosti dítěte. Z výsledků mnoho výzkumů uvádí, že: „Neexistuje věk, ve kterém by dítě rodinným rozvratem netrpělo. Jde pouze o to, že reakce dítěte v určitých obdobích vývoje jeho osobnosti je různá podle věku a také podle pohlaví“ (Matějček & Dytrych, 2002, s. 40).

Stejně jako pro malé děti, tak i pro adolescenty působí konflikt rodičů jako stresor. Navíc dospívající se potýká s různými psychickými zátěžemi, a právě neshody rodičů negativně přispívají ke zvládnutí těchto zátěží. Mnoho empirických studií potvrzuje, že konflikty mezi rodiči jsou úzce spjaty s maladaptací dítěte (Amato & Keith, 1991; Fincham, Grych & Osborne, 1994). V období adolescence může dojít ze strany dospívajícího k pocitům úzkosti a depresivní symptomatologie. Z těch vnějších projevů je to pak hostilita, agresivita nebo rizikové chování (Lacinová & Michalčáková in Tyrlik, 2012).

Z výzkumu bylo také prokázáno, že dospívající, kteří vyrůstali v prostředí neúplné rodiny, vykazují častěji známky internalizačního a externalizačního problémového chování než adolescenti, kteří rozvod rodičů neprožili (VanderValk, Spruijt, de Goede, a kol., 2005).

4.2.1 Obecné dopady rozchodu na dítě

Na základě provedených výzkumů je zřejmé, že děti z rozvedených rodin musí čelit mnohem větším psychologickým, behaviorálním, sociálním a školním problémům než děti z rodin úplných (Amato, Loomis, & Booth, 1995).

Dopady rozchodu rodičů na adolescenta mohou být různé. Někteří se snaží co nejrychleji osamostatnit, respektive vymanit se z nepříjemné rodinné atmosféry a zaměřit se na sebe a na svoji budoucnost. Odmítají se zabývat problémy svých rodičů a v některých případech dochází i k tomu, že považují rozchod rodičů jako

nutnost, protože vnímají jejich společné soužití jako nesmyslné. (Teyber, 2007; Špaňhelová, 2010). Jiní mají naopak z odchodu od rodiny strach. Mají pocit, že by se měli přidat na stranu jednoho z rodičů, nejčastěji toho, který trpí rozchodem nejvíce a snažit se mu být oporou. Přejímání odpovědnosti za mladšího sourozence, starost o domácnost nebo opora pro nešťastného rodiče může být pro dospívajícího velice vyčerpávající a náročná (Colorosová, 2008).

Po rozchodu rodičů může dojít i k tzv. parentifikaci neboli zrodičovštění, kdy dochází k narušení hranic mezi dospělým a dítětem. Často se to stává právě s odchodem jednoho z rodičů. Děti zastupují povinnosti dospělých, snaží se poskytnout rodiči podporu a může dojít k úplné výměně rolí. Zprvu dospívající může mít pocit důležitosti, avšak postupem času tato záměna přináší výčitky v dospělosti, že mu rodič vzal kus dětství. Dalším důsledkem pak může být i nepřiměřená péče a starost o druhé, která právě vznikla na základě přijetí této role již v dětství. Určitý dopad to může mít i v partnerských vztazích, kdy přichází pocit strachu a nejistoty. Bojí se vzdát kontroly a zároveň tak umožnit druhému, aby mu projevil svoji lásku a podporu (Teyber, 2007).

Adolescent od rodičů očekává, že mu vyjdou vstříc, budou ochotni ho vyslechnout, poradí mu, pomůžou, když bude potřeba apod. Je pro něj tedy těžké přijmout fakt, že „potřebný“ je naopak rodič (Novák & Průchová, 2007).

Stává se, že dospívající nahlíží na rozchod jako na velkou zradu ze strany rodičů. Rodiče tak dostávají své děti do situace, kdy se cítí odlišní od svých kamarádů, kteří žijí v rodinách, kde jsou rodiče spolu. Často mívají pocit, že nikam nepatří. I když mají touhu se v pozdější adolescenci osamostatnit, vnímají rozpad rodiny jako ztrátu zázemí, na které byli zvyklí (Smith, 2004; Špaňhelová, 2010).

Prožívaný dlouhodobý stres a úzkost, dlouhodobé setrvání v konfliktním prostředí apod. mohou u dětí způsobit i zdravotní problémy. Bohužel se v praxi psychologové setkávají i s případy, kdy dítě situaci nezvládá a začne se sebepoškozovat, držet hladovku nebo vymýšlí jiné způsoby protestu, které mohou mít vážný dopad na jeho zdraví (Rogalewiczová, 2019; Smith, 2004). Dalšími negativními dopady jsou i deprese, uchýlení se k užívání drog nebo alkoholu. Pocit touhy někam patřit častokrát vede i k přidání se k nevhodným společenským skupinám, jako jsou pouliční gangy, náboženské sekty aj. Výjimkou nejsou ani střety se zákonem

(Colorosová, 2008). Nicméně únik z nepříznivé rodinné situace nemusí být vždy jen negativní. Dospívající může utéct od problémů ke svým zájmům jako třeba sportu nebo hudbě (Poupětová, 2009).

Rozchod rodičů se může promítnout do školního prospěchu adolescenta. Proč tomu tak je, může souviset s absencí rodičovské podpory. V období rozchodu jsou rodiče často soustředěni na svoje problémy a to může zapříčinit nedostatek času na své děti (Storksen, Roysamb, Homen, & Tambs, 2006). Smith (2004) přichází s tím, že to může souviset s problémem soustředit se. Dítě musí myslet na to, že se mu rozpadá rodina a nedokáže se plně věnovat školním povinnostem.

Na základě výzkumu bylo také zjištěno, že rozvod rodičů může mít dopad i na fyzickou stránku dítěte. Byly vybrány děti, které ve věku 9-11 let prožívaly rozpad rodiny. Ukázal se u nich větší nárůst BMI společně s vyšším rizikem nadváhy a obezity oproti dětem z rodin úplných (Goisis, Özcan & Van Kerm, 2019).

4.2.2 Emoční dopady

Z hlediska prožívání rozchodu rodičů dospívající nejčastěji cítí smutek nebo hněv. Avšak je nutné zmínit, že reakce a projev emocí je u každého značně individuální. Především děti v období adolescence představují velmi zranitelnou skupinu z toho důvodu, že prožívají zármutek stejně jako děti, ale už postupně začínají chápat svět dospělých, za které se sami považují (Smith, 2004). Colorosová (2008) charakterizuje emoční prožívání adolescentů takto: „Představte si všechny možné reakce mladistvých, znásobte je rozumovými schopnostmi dospělého a nestálým emocionálním stavem teenagera a máte normální chování dospívajícího, který se musí vyrovnat s rozvodem rodičů“ (s. 114).

Mladí dospívající tak prožívají tzv. disharmonii. Často prokazují známky citového rozkolísání projevujícího se smíchem a ve chvíli náhlou změnou nálady, kdy začnou brečet, obviňovat sebe nebo rodiče (Špaňhelová, 2010). Další dopadem může být i agresivita, a to buď otevřená nebo skrytá. Objevuje se pocit úzkosti, nejistoty, zklamání nebo deprese (Novák & Průchová, 2007). Jak je vidno, dopad na dospívající nabývá dvou podob, a sice změnou chování ve smyslu zamlklosti, sklíčenosti, stažení se do sebe anebo naopak potřebou na sebe za každou cenu upozornit (Rogalewiczová, 2019). Právě vztek je další reakcí, kterou se adolescent často snaží na sebe upoutat

pozornost rodičů, nicméně častokrát může skrývat jen zoufalství a smutek, který dospívající prožívá (Smith, 2004).

4.2.3 Rozdíly prožívání rozchodu podle pohlaví

Ukazuje se, že dopad rozchodu na dítě je do značné míry závislý nejen na věku, ale i na pohlaví. Chlapci nejčastěji pocítují smutek, vyskytují se u nich neurotické projevy nebo jiné poruchy chování. Je pro ně těžké přijmout budoucího partnera matky, což může být vysvětleno i tím, že chlapci trpí spíše po rozvodu než během něj. (Matějček in Novák & Průchová, 2007; Novák, 2000). Podle provedených studií bylo také zjištěno, že chlapci, kteří na základě rozchodu rodičů přišli o svého otce a žijí pouze v péči matky, projevují známky agresivního chování, neposlušnosti, obtížně vycházejí s vrstevníky a zhoršují se i jejich školní prospěch. Navíc chlapci ztrácejí osobu, se kterou se do rozvodu identifikovali. Se ztrátou autority pak může docházet k větším problémům než u dívek (Teyber, 2007).

Dívky jsou oproti chlapcům naopak nejvíce emočně zasaženy před a během rozchodu (Novák, 2000). Typické jsou bohužel i pocity úzkosti a deprese. (Storksens, Roysamb, Homen, & Tambs, 2006). Z tohoto pohledu jsou jejich projevy chování vcelku klidnější. Občas může dojít k tomu, že nabudou pocitu odmítnutí ze strany otce a s tím přichází i nenávisť vůči mužskému pohlaví. Ne zřídka se tento jejich postoj promítá do budoucích milostných vztahů. (Smith, 2004; Teyber, 2007). Zejména u dívek se vyskytuje úzká provázanost mezi nedostatečnou blízkostí mezi rodiči, která se pak následně může promítat do negativního očekávání v jejich partnerských vztazích. Respektive snaží se najít tento vztah jinde, avšak často do něj vstupují s obavou, že si ve vztahu se svým partnerem nebudou rozumět (Downey et al., 1999 in Steinberg, Davila & Fincham, 2006).

4.2.4 Vliv rozvodu rodičů na partnerské vztahy dětí

Dopadem rozchodu na dospívající je i značná obava ze strachu o navázání svých budoucích partnerských vztahů. Bojí se, zda budou mít někdy šťastné manželství, zda budou moct druhému věřit, co budou dělat, když je někdo zradí aj. (Teyber, 2007; Smith, 2004).

Gardner (1991) uvádí, že „dětí rozvedených rodičů vnímají lidské vztahy jako nestabilní.“ (s. 30). Tento předpoklad potvrzuje i Smith (2004), který zmiňuje

vyskytující se strach o svoji budoucnost. „Pokud mají více rozvedených příbuzných, mohou dojít k přesvědčení, že rozvod je rodinným vzorcem, který v příslušnou dobu potká i je.“ (Smith, 2004, s. 57). Na základě toho může dojít k rezignaci nebo k takovému postoji, že oni sami se nikdy vdávat nebo ženit nebudou. (Smith, 2004).

Na základě provedených výzkumů bylo zjištěno, že děti z rozvedených rodin mají tendenci opouštět svůj partnerský vztah díky zkušenosti převzaté od svých rodičů. Respektive mohou mít v hlavě zakódováno, že nic netrvá věčně a ze vztahu snáz odejdou (Amato & DeBoer, 2001).

Empirická část

5 Výzkumný problém a cíl

5.1 Výzkumný problém

Prožívání rozchodu rodičů dětmi je stále diskutované téma, avšak jak prožívají tuto těžkou životní situaci adolescenti, nebývá tak často zmiňováno. Z tohoto důvodu je tato bakalářská práce cílená právě na často „opomíjenou“ skupinu, a sice děti v období dospívání. Adolescenti bývají v tomto případě považováni za téměř dospělé osoby, ale jak je zmíněno v teoretické části této práce, v prožívání rozchodu svých rodičů mohou být stále dětmi.

Nejen výzkumy provedené u nás Matějčkem, ale i v zahraničí zrealizované Wallersteinem dokazují, že dítě v období adolescence se s rozchodem rodičů vyrovnává hůře než děti mladšího školního věku (Novák, Průchová, 2007).

Z hlediska dopadu rozchodu rodičů je z literatury zřejmé, že dospívající je do jisté míry touto zátěžovou situací, kterou si musel projít, do budoucna ovlivněný. Vyplývá to i z výzkumu provedeným Bahbouhem, který prokazuje, že lidé radí rozvod svých rodičů mezi přední zlomové události ve svém životě (Novák, Průchová, 2007).

5.2 Výzkumný cíl

Hlavním cílem této bakalářské práce je zachytit prožívání adolescentů v průběhu procesu rozpadu rodiny v důsledku rozchodu rodičů. Teoretická část mapuje vymezení rodiny, charakterizuje období adolescence, partnerské vztahy, rozpad rodiny a jejich možné dopady na dospívajícího. Cílem výzkumné studie je zachytit prožívání adolescentů v průběhu procesu rozpadu rodiny, jejich vnímání rodičovského konfliktu, adolescenty vnímané proměny vztahů s rodiči v době rozchodu a po rozchodu a představy adolescentů o partnerských vztazích a očekávání od nich.

5.3 Výzkumné otázky

Pro potřeby výzkumného šetření byla stanovena základní výzkumná otázka, které byla vytvořena na základě stanovených výzkumných cílů. Hlavní výzkumnou otázkou bakalářské práce bylo zjistit, jak lidé mladé dospělosti vnímají situaci rozchodu svých rodičů.

Další otázky pak byly rozděleny do pěti tematických okruhů mapujících především prožívání adolescentů v období rozpadu rodiny, jejich vztahy k rodičům a co jim pomáhalo v těžkých chvílích tuto situaci zvládnout, souvislost s jejich partnerskými vztahy a jak na celou situaci rozchodu svých rodičů nahlíží dnes.

Na základě těchto vytyčených okruhů pak byly stanoveny dílčí otázky, které byly kladeny respondentům během výzkumného šetření (viz. příloha č:1).

VO: Jak lidé v mladém dospělosti vnímají situaci okolo rozchodu svých rodičů?

VO1: Jak lidé v mladém dospělosti prožívají rozchod rodičů?

VO2: Jak se rozchod promítl do vztahu k rodičům?

VO3: Co jim pomohlo tyto těžké chvíle zvládnout?

VO4: Jak se vyvíjejí jejich partnerské vztahy?

VO5: Jak adolescenti hodnotí rozchod svých rodičů dnes?

6 Metodika výzkumu

6.1 Typ výzkumu

Na základě stanoveného výzkumného problému a cíle byl pro tuto práci zvolen kvalitativní přístup. Termín „kvalita“ je ve slovníku cizích slov vysvětlován jako „jakost, hodnota nebo souhrn vlastností, z nichž se dozvídáme něco o tom, co a jaký je předmět našeho zájmu.“ (Klimeš, 1981, s. 416 in Miovský, 2006, s. 13). Výhodou tohoto přístupu je možnost získání detailních informací o dané problematice s ohledem na kontext, prostředí a podmínky (Hendl, 2005).

Díky tomuto zvolenému přístupu jsem získala podrobný popis o problematice rozchodu rodičů z pohledu respondenta. Díky navázání bližšího vztahu s účastníkem výzkumu jsem získala citlivá data, která jsou kvantitativním výzkumem velmi často nedosažitelná. Naopak nevýhodou pro tuto metodu spatřuji v tom, že získané výsledky jsou platné především pro mnou vybraný výzkumný soubor, avšak nemusí být vždy zobecnitelné na populaci nebo do jiného prostředí.

6.2 Výzkumný soubor

Výzkumný soubor v této bakalářské práci byl tvořen respondenty, kteří měli zkušenost s rozchodem svých rodičů v období adolescence, respektive ve věku od 10-20 let. Období celé této dekády jsem zvolila záměrně, aby bylo možné zmapovat nejen prožívání dospívajících v tomto období, ale zároveň i možné odlišnosti v prožívání rozchodu rodičů v tomto poměrně velkém časovém úseku. Výzkum byl proveden retrospektivně, tedy respondenti, kteří byli do výzkumu vybráni, se nacházeli v období mladé dospělosti ve věku 20-25 let. Další kritériem byl i časový odstup, minimálně 2 roky od rozvodu rodičů z toho důvodu, aby měl respondent dostatek času se s touto často náročnou životní situací vyrovnat, získal na ni náhled a dokázal ji tak i reflektovat. Do výzkumu byli přednostně vybráni ti, kteří mají v současné době už partnerský vztah, a jsou tedy schopni popsat, jestli má nějaký vliv rozchod jejich rodičů na jejich partnerství.

Pro výběr respondentů byla zvolena **metoda prostého záměrného výběru a metoda sněhové koule**. Jednalo se o především o osoby z mého okolí nebo pak známé mých kamarádů.

Celkem jsem oslovila 7 respondentů, ale nakonec bylo zrealizováno pouze 6 polostrukturovaných rozhovorů z toho důvodu, že jedna respondentka nakonec rozhovor odmítla. Výzkumný soubor je tedy tvořen 4 ženami a 2 muži. Jak bylo zmíněno v teoretické části, prožívání rozchodu rodičů může být odlišné v závislosti na pohlaví respondenta. Z tohoto důvodu jsem se snažila oslovit i muže, kteří ale velmi často neradi o svých vzpomínkách na rozchod rodičů mluví.

Respondenti byli hned na začátku rozhovoru ubezpečeni, že veškeré informace, které mi poskytnou, budou sloužit pouze zpracování této bakalářské práce a bude zaručena anonymita těchto dat. Poté následoval ústní informovaný souhlas s účastí ve výzkumu.

Tabulka č. 1: Popis výzkumného souboru

KÓD RESPONDETNĀ	VĚK V DOBĚ ROZCHODU RODIČŮ	VĚK	PARTNERSKÉ VZTAHY RESPONDENTŮ V SOUČASNOSTI
NIKOLA	12-15	23	ano
PATRIK	18	22	ano
MATĚJ	14-15	22	ne
EMA	10-15	23	ano
JANA	12	20	ne
EVA	10	20	ne

6.3 Metoda získávání dat

Pro získání potřebných dat pro výzkumnou část této bakalářské práce byla zvolena nejčastější typická výzkumná metoda užívaná pro kvalitativní šetření, a sice metoda **polostrukturované interview**. Na základě předem vytvořeného schématu jsem respondentům pokládala otázky, které pokrývaly stanovená témata. Výhodou této metody oproti plně strukturovanému rozhovoru je možnost záměny pořadí

jednotlivých otázek. Díky tomu jsem docílila větší autentičnosti a možnosti získat tak co nejvíce informací ze strany respondenta. (Miovský, 2006).

Volbou této metody jsem chtěla zachytit především prožitek a pocity respondentů během rozvodu jejich rodičů, proniknout hlouběji do dané problematiky a získat informace v jejich přirozené podobě.

Některé dílčí otázky jsem vynechala, protože nebyly pro daný rozhovor vhodné, anebo jsem je modifikovala do podoby, která byla pro daný typ respondenta přijatelnější a srozumitelnější. Naopak díky této metodě mi bylo umožněno doptávat se prostřednictvím dalších otázek, které nebyly striktně stanoveny, pro získání více nových z mého pohledu zajímavých informací.

Pro získání kvality sběru dat a zvýšení validity mého výzkumu jsem provedla jeden tzv. pilotní rozhovor, na jehož základě jsem získala zkušenosti a zároveň jsem si ověřila vhodnost formulací otázek.

Na samotném počátku proběhlo seznámení se s respondentem a volná společenská konverzace, ve které mu bylo poskytnuto několik informací o mé osobě, aby věděl, s kým vlastně hovoří. Zároveň jsem se tím snažila vytvořit příjemnější atmosféru, kterou považuji za velice důležitou k otevření se dotazovaného, a poskytnutí tak, kolikrát pro něj, dost nepříjemných pocitů a zážitků z rozchodu jeho rodičů. Poté následovalo obeznámení s průběhem rozhovoru a ústní informovaný souhlas ze strany respondenta, kde mu byla mj. slíbena absolutní anonymita a možnost, kdykoliv rozhovor ukončit.

Každý rozhovor začínal tím, že si budeme povídat o prožitcích týkajících se rozchodu rodičů. Většinou byli respondenti ochotni hovořit spontánně o tom, jak rozchod svých rodičů prožívali. Někteří však nebyli tak otevření a bylo je potřeba podpořit mými připravenými otázkami. Poté jsme přešli k samotnému jádru rozhovoru, které zahrnovalo všechny okruhy témat, důležitých k získání potřebných dat k následné analýze a zároveň ke splnění výzkumného cíle. Na závěr jsem účastníkům poděkovala za jejich čas a ochotu poskytnout informace do mého výzkumu. Někteří dokonce projevíli zájem si tuto práci přečíst, s čím jsem samozřejmě souhlasila a celá bakalářská práce jim bude prostřednictvím mailu zaslána.

Vzhledem k období covidové pandemie a vyhlášeným opatřením jsem nemohla zrealizovat rozhovory osobně, ale byla jsem nucena spojit se s respondenty

prostřednictvím Microsoft Teams, kde jsme se viděli pouze přes kameru a kde byl rozhovor zároveň nahráván, s čímž byli účastníci hned na začátku obeznámeni a zároveň mi byl k nahrávání udělen jejich souhlas. Zde sledávám nevýhodu online prostředí oproti osobnímu kontaktu. I když většina respondentů měla zapnutou kameru a já se je zároveň během jejich vyprávění snažila pozorovat, abych získala důležité postřehy, informace a zároveň zpětnou vazbu, bylo pro mě v některých chvílích obtížné rozpoznat, jak se dotazovaný tváří. Nepříjemné to bylo hlavně v těch chvílích, kdy se respondent svěřoval se svými tíživými pocity během rozchodu rodičů a v tu chvíli došlo k technickým problémům. Nicméně i přes tato úskalí si myslím, že se podařilo zachytit mnoho důležitých informací a respondenti byli v tomto ohledu shovívaví. Délka rozhovoru se pohybovala v rozmezí 30-60 minut v závislosti na komunikativnosti a ochotě sdělení respondenta.

6.4 Metody zpracování a analýzy údajů

Všechna sebraná data byla převedena z audiozáznamů do textové elektronické podoby. Použila jsem techniku doslovné transkripce, která je sice časově náročná, ale pro analýzu obdržených údajů podmínkou (Hendl, 2012). Dále jsem pak postupovala podle daných kritérií, aby nedošlo ke ztrátě dat, která jsou pro výzkum velice cenná. Pro přehlednost jsou položené otázky vyznačeny tučně a odpovědi respondenta pak oddělené řádkem a psané běžným písmem. Data byla očištěna o slova, která nemají žádný význam a jsou k získání důležitých informací zbytečná. Jedná se o tzv. slovní vatu, kterou respondenti používali hlavně ve chvíli, kdy nad svojí výpovědí přemýšleli, nebyli si úplně jistí, váhali apod. Pak došlo ke změně údajů, které by mohly jakkoliv účastníka výzkumu identifikovat, a nakonec k opětovnému přehrání audiozáznamů a zpětné kontrole.

Pro zpracování a následnou analýzu dat byla pro tuto práci zvolena **případová studie**. Jedná se o nejrozšířenější typ výzkumu užívaný v kvalitativním přístupu. Jak už název napovídá, tento typ designu se zabývá případem. „Případem rozumíme objekt našeho výzkumného zájmu, kterým může být osoba, skupina, organizace atd.“ (Miovský, 2006, s. 94). Důležitou charakteristikou je především detailní zkoumání jednoho nebo několika málo případů, na jejichž základě jsme pak schopni porozumět jiným podobným případům (Hendl, 2012). Stake (in Hendl, 2012, s. 103) případovou studii popisuje jako „úsilí o porozumění určitému sociálnímu objektu v jeho

jedinečnosti a komplexitě.“ V tomto výzkumném šetření se jedná o mnohonásobnou případovou studii, kdy bylo zrealizováno šest rozhovorů s respondenty, díky nimž jsem získala detailní množství údajů o dané problematice. Tento typ případové studie se používá zejména v komparativním výzkumu nebo když se snažíme navrhnout novou teorii (Yin, 1994 in Hendl, 2012).

Na základě zhotovených transkripcí jednotlivých rozhovorů jsem následně přistoupila k **analýze dat**. Ta byla provedena ve vztahu k výzkumným otázkám a zpracované teoretické části. Dále bylo postupováno tak, že jednotlivým částem textu byly přiřazeny kódy a podle společných znaků došlo k přiřazení do obecných kategorií, které představují hlavní okruhy rozhovoru. Hlavními okruhy, jež byly předmětem celé výzkumné studie, jsou:

- 1) Prožitky
- 2) Vztah k rodičům
- 3) Pomoc při zvládnání těžké situace
- 4) Partnerské vztahy
- 5) Pohled na rozchod dnes

6.5 Etika výzkumu

U každého výzkumu je důležité dbát na dodržování etických zásad. Respondenti byli hned na začátku rozhovorů seznámeni s významem a účelem mého výzkumu. Zároveň byli informováni o ochraně jejich soukromí a byla jim zaručena anonymita. Tato skutečnost byla ošetřena ústním informovaným souhlasem, který také obsahoval to, že se respondenti účastní výzkumu dobrovolně, souhlasí s nahráváním rozhovoru a se zpracováním sdělených informací, které budou výhradně použity pouze pro tuto bakalářskou práci.

Na základě Obecného nařízení o ochraně osobních údajů (GDPR) podle zákona č. 101/2000Sb jsem veškeré informace, které by mohly respondenta identifikovat, pozměnila.

7 Případové studie

Na základě vytyčených tematických okruhů jsou níže analyzovány jednotlivé případy mé studie. Každý případ byl jedinečný a pro možnost posouzení analýzy a následné interpretace dat je text obohacen o autentické výpovědi respondentů, které jsou vloženy do uvozovek a psané kurzívou. Cílem bylo vytvořit srozumitelný text, který bude logicky členěn a umožní čtenáři náhled do dané problematiky, jak adolescenti prožívali rozchod svých rodičů.

Nikola

Nikole je 23 let a rozvod svých rodičů prožívala, když jí bylo 12 let. Je studentkou vysoké školy a nyní má partnera. Hlavním důvodem rozvodu byla nevěra ze strany otce.

Prožitky

Nikola prožívala rozvod svých rodičů hodně špatně. Její otec matku několik let podváděl, a když jí bylo 12 let, tak se rodiče rozvedli. *„Do rozvodu jsem o ničem nevěděla. Byly tam před rozvodem ještě byly různé hádky doma. Takže už to dítě nějakým způsobem tuší, že není něco v pořádku.“* Rodiče jí však primárně neřekli, co se vlastně doma děje a kvůli čemu se hádají. Až po rozvodu přišlo sdělení ze strany rodičů, že spolu už dále žít nebudou a jí čeká střídavá péče. Uvádí, že rodiče spolu vůbec nekomunikovali a ona byla v roli prostředníka mezi nimi. *„Byla jsem opravdu jak ten prostředník, který mezi nima pendloval a mezi nima teda pendlovala takhle i ta komunikace. Vyřizovali si to takhle přez mě.“* Často uvádí, že tomu ve svých čtrnácti, patnácti letech vůbec nerozuměla a bohužel se i stávalo, že to přetlumočila špatně, a tak docházelo k dalším zbytečným hádkám mezi rodiči. Navíc byla vystavena negativní odezvě ze strany rodičů na informace, které měla přetlumočit. *„A taky bylo nepříjemný, že ve chvíli, kdy já jsem řekla to, co tlumočím z té jedné strany tomu druhému, tak on se naštvál. Ale ten člověk, který tu zlost schytá, jsem byla já, že jo.“* Popisuje, že toho bylo hrozně moc a kumulovalo se to v ní. Přicházely stavy, kdy měla záchvaty breku. Každou noc probřečela a popisuje, že měla v hlavě spoustu myšlenek. Dokonce došlo i na „sebepoškozování“, respektive toto chování vysvětluje takto: *„S tím jsem měla zkušenosti. Ale já jsem vlastně (smích) měla sebe dost ráda na to, abych se poškozovala...já jsem vlastně opravdu se párkrát takovýto*

*řezání do stehna, do nohy. Ještě v té době na základce hodně frčelo emo, emo style jo, takže to docela ještě podpořilo tuhleto náladu. Ale mě se to nelíbilo. Mě to bolelo (smích).“ Vysvětluje, že bolest, kterou člověk cítí uvnitř, právě ventiluje ven tímto způsobem. Dalším těžkým okamžikem bylo to, kdy si její otec po rozvodu našel novou přítelkyni, která byla trenérkou na koních jak Nikolý, tak i její starší sestry Zuzany, která si dávala rozvod rodičů za vinu. Došlo i k narušení sourozeneckých vztahů, kdy bylo starší sestrou Nikole vyčítáno, že na koních nadále jezdí a stýká se s otcem. Pak ale došlo k druhému rozchodu, kdy její otec opustil i tu trenérku a Nikola celou situaci musela prožívat podruhé. „*Ta Anna (trenérka) taky snášela ten rozchod špatně, tak veškerou tu zlost, kterou ona cítila, že se rozvedli, rozešli, pardon. Tak ona to všechno ventilovala na mě, protože já byla její nejbližší kamarádka.*“ Nicméně udává, že už tento rozchod měl mírnější průběh a jelikož to nebyla její vlastní matka, už k ní neměla takový vztah. Jak již bylo zmíněno, kvůli rozvodu rodičů se sestrou společně nevycházely. „*Opravdu, já jsem sestru nesnášela. Ona nenáviděla mě. Ona na mě byla vždycky hrozně hnusná a já jsem jí nenáviděla.*“*

Vztah k rodičům

S rozvodem byly znatelně narušeny i vztahy k rodičům. Ještě před rozvodem většinu času trávila s mamkou, protože táta byl hodně času v práci. „*Ona mě vozila na krasobruslení, na sporty, na záliby a veškerý čas jsem spíš trávila s mamkou.*“ Bohužel po rozvodu došlo k velkému narušení tohoto vztahu. Dle Nikoliny výpovědi se její matka s rozchodem nemohla vypořádat a to se negativně promítalo do jejich vztahu. „*...ona veškerej ten vztek a zlost přenášela i na mě...jako že se na mě rozčilovala třeba kvůli zbytečností, který já jsem nechápala.*“ Na základě dané střídavé péče navštěvovala pravidelně svého otce, avšak to s sebou přinášelo další problémy. Nikola začala jezdit na tréninky a zároveň se tak vídala i s otcovou novou přítelkyní, která byla její trenérkou. „*Máma tohle nesla hrozně špatně...pokaždý, když jsem se vracela domů, tak byl prostě oheň na střeše, protože ona nedokázala snýst ten pocit, že jsem strávila čas s tátovou novou milenkou.*“ Každý návrat domů z víkendu u táty byl hodně těžký. Matka na ni byla kolikrát hrozně ošklivá. Nikola to vysvětluje tím, že asi měla matka strach, že jí přestane mít ráda. „*A já jsem se jí vždycky, prostě od těch 14tu, já nevím, jak dlouho to trvalo, do 17 ti, 18 ti let*

možná...snažila dát najevo, že...že pro mě je vždycky moje máma, že vždycky bude a že se nemusí ničeho bát.“

Říkala, že byla z toho vždy zmatená a nechápala, proč je ta matka na ni takhle hnusná. Jako nejtěžší věc zmiňuje, že to bylo to, dát právě matce najevo, že ji stále miluje. Ublížovalo jí, když jí matka pokládala větu: *„Jak sis užila den se šťastnou rodinkou?“* Ale pro ni to šťastná rodina nebyla. Za rodinu považovala právě svoji matku.

Vztah s otcem popisuje jako na horské dráze nahoru a dolu. Před rozvodem na ni neměl tolik času, ale potom se jí začal věnovat. Hlavně skrze tréninky na koních, které financoval. Kolem 16 ti, 17 ti let přišel ale zlom. *„Začala puberta a já si začala uvědomovat, jakože ne všechno bylo tak růžový (smích). Jako s tím tátou teda a že jako způsobil hodně bolesti mámě, a tak jsem se od něj jako třeba i snažila distancovat.“* Zároveň se jí nelíbilo, že kvůli těm koním, které jí financoval, byla k němu vlastně přivázána, a tak posléze s tímto koníčkem skončila. On ji často i vyčítal, že jí to všechno sponzoruje, a ona si na něj ani nevzpomene, což ale nebyla pravda. *„Já měla, že jo, střední školu, maturitu jsem dělala, do toho koně, svoje kamarády, nějaký svůj život a teďka ještě pendlování furt mezi tátou a mámou...byla jsem ale strašně vděčná, za to, že mi ty koně platí, že mi umožnil dělat takovejhle sport.“* Bylo to pro ni těžké. Věděla, že ji otec chce mít víc u sebe, ale *„já jsem se nemohla rozpúlit.“* A tak docházelo k častým výčítkám a nepříjemnostem.

Nyní říká, že její vztah k rodičům je v pohodě. *„Na to, jakým peklem jsme si prošli, tak to zpětně teďka беру, že to snad náš vztah jako i otužilo.“* K velkému zlepšení došlo ve chvíli, kdy se s matkou odstěhovaly a změnily prostředí. *„Pak se uklidnila, už byla strídmější. I já v 18 ti letech jsem začala být potom samostatnější, jo tak, dospělejší.“* Nyní teď říká, že jejich vztah funguje skvěle, že je mamka pro ni hrozně důležitý člověk a stejně je tomu i s otcem, který ji už nebere jako malou holčičku, kterou mohl ovlivňovat. *„A tím víc se ten náš vztah prohlubuje a opravdu si rozumíme teďka.“*

Pomoc při zvládnání těžké situace

Když matka Nikolu viděla, že je na tom psychicky špatně, navrhla jí, že navštíví odbornou pomoc, respektive, že zajdou k psychologce. To bohužel velký efekt nemělo. *„Byla jsem jednou u psychologa, ale ten mi vůbec nepomohl, protože já jsem*

vlastně nedokázala ze sebe nebo nějakým způsobem se vyjádřit. Já jsem nedokázala říct, co se všechno dělo a co mi vlastně vadí a co vlastně se stalo, co mi ublížilo.“ Říká, že její očekávání od psychologa bylo, že k němu půjde a všechno mu řekne a budou na tom pracovat, ale to se bohužel nestalo. *„A když k tomuto došlo, tak já jsem najednou neměla slova, protože jsem nevěděla, jak reagovat, protože bych nevěřila tomu, že jako...ted' by mi mohl pomoci ten člověk...nebo já nevím...V těch 15 letech jsem jakoby to nedokázala nějak v těch slovech vyjádřit, co všechno jsem cítila vevnitř.“* Za největšího svého pomocníka, který ji pomáhal celou situaci ohledně rozchodu zvládnout, byl deník, do kterého si zapisovala svoje pocity, a to ji dokázalo zklidnit. Dále pak to byl sport, který jí hodně pomohl. *„Já jsem si sedla na koně a zapoměla jsem na všechno. Jo, prostě jsem byla jenom já a kůň a to mě úplně zrelaxovalo a byla jsem naprosto spokojená.“* A pak to byla ještě kamarádka, které se mohla svěřit, a jak se říká, tzv. vybrečet na rameno.

Partnerské vztahy

Na základě rozchodu svých rodičů považuje v partnerském vztahu důležitou komunikaci, která jejím rodičům chyběla. *„Komunikace je základ.“* Nicméně uvádí, že rozvod rodičů ji neovlivnil v tom, že by se bála mít svůj partnerský vztah, spíše naopak ji to pobídlo k tomu, aby to neřešila. Dlouhodobý vztah pro ni byl nepředstavitelný. Ted' už je tomu jinak. *„Po těch zkušenostech, co jsem měla, jsem se uklidnila. Tak nějak jsem dospěla zase k tomu, že už jako chci mít zase nějaký dlouhodobější vztah. Jo, že už jsem jakoby připravená. I připravená na toho kluka.“* Na rozchod obecně nahlíží jako na normální věc, která je v dnešní době bohužel hodně častá. Člověk se vyvíjí a s tím se mění i náš pohled na vztah a my to nijak neovlivníme. *„...je absolutně normální, že po nějaký době ten člověk toho člověka přestane milovat. Je to prostě život...zase se posune, potřebuje posunout jinam a takhle to prostě běží.“*

Pohled na rozchod dnes

Na celý rozvod rodičů nyní nahlíží jako na období, které ji v životě zase posunulo dál. *„Takže zase člověk si prošel nějakým peklem, ale...já nevím, asi když má dobrou rozum a nějak to zvládne, tak to to třeba jako i posílí do budoucna (smích).“* Cení si toho, čím si prošla a na základě toho si i bere zkušenost do svého vztahu a nechtěla by, aby si její dítě muselo zažít to, co prožívala ona. Jako následek rozvodu považuje

nízký sebevědomí, což bylo způsobené hlavně přístupem táty, který její názory častokrát nepřijímal. „...já nevím, že kdybych si tím neprošla, tak bych třeba měla to sebevědomí vyšší.“ Rodičům přibližně do svých 20 ti let dávala za vinu i to, že jí ukradli kus dětství. Ale nyní už na to má trochu jiný pohled. Považuje to za zkušenost, která jí něco dala a posunula v životě dál. „Jo, potom už záleží, jak se na to ten člověk bude dívat a může se na to dívat opravdu negativně, že se mu posral celý svět, nebo způsobem, tak je to příležitost k tomu se zase odrazit a začít ten život...“

PATRIK

Patrikovi je 22 let. V 18 letech od nich matka odešla a pak se rodiče rozvedli. Je studentem vysoké školy a má roční partnerský vztah.

Prožitky

Patrik říká, že rozchod rodičů prožíval neutrálně. Matka od nich odešla a vše zůstalo na něm. „Jelikož všichni kolem něho to prožívali hodně procítěně, on se musel postavit do role takovýho toho zachránce všech.“ Cítil se v té situaci hodně dospěle a nejtěžší pro ně bylo to, že se jednalo o pomoc příbuzným, kde důležitou roli hrála i emoční stránka. Největší strach měl z toho, že udělá něco špatně. „Snažil jsem se neudělat jedinou chybičku, aby se tam něco nepokazilo. Bohužel odezva rodiny na to nebyla úplně adekvátní. Prarodiče, kteří v rozvodu sehrávali také jistou roli, vnímali chování Patrika tak, že: „Když jsem v pohodě a chci být oporou, takže to není normální a z toho důvodu špeh. Že to pálím na obě strany.“ A to byl ten moment, kdy se Patrik přiznává, že došlo i na slzy. Mrzelo ho, že chtěl rodině pomoci, ale oni ho začali obviňovat. „Jo, že když se všichni zhroutili a oni se taky sesypali a táta se sesypal a brácha se sesypal...i pes se nám skoro sesypal (smích). Takže takový byl stav. Takže tím, že já jsem to neudělal, tak jsem byl považován za nejzlejšího. Za nejhorší považuje hlavně ten začátek, kdy matka od nich utekla a nebyla to plánovaná věc. „A ze dne na den se máma rozhodla, že uteče. Nafingovala úprk.“ To složilo otce tak, že se z něj stal ležák a necelý dva roky vůbec nefungoval a potřeboval pomoc. Jeho mladší bratr v tu dobu z toho na chvíli přišel o zrak a byl nucený postavit se na vlastní nohy.

Vztah k rodičům

Se vztahy s rodiči to bylo hodně složité a bohužel je i dodnes. Do doby před rozvodem se Patrik popisuje jako mamánek. Matka byla pro něj nejbližší osoba, která při něm stála a podporovala ho. Po tom, co od nich odešla, na ni Patrik změnil názor. *„Máma se ukázala jako samolibá osoba a tím pádem to není osoba, která by měla být v mém okolí nějakým způsobem blíž upřednostňovaná.“* Teď se mu snaží psát, ale je to konverzace vždy jen o pár větech, ale říká, že mu to vyhovuje. *„Už mám dost, když to takhle řeknu, rodinného kontaktu.“* Říká, že to bylo její rozhodnutí, ale že ho to někdy při slabé chvílce zamrzí a zasteskne se mu. *„Že vlastně můj rodič je takovýhle sobec.“* U vztahu s otcem to bylo přesně naopak. *„Že před tím to byl jako spíš takovej můj šéf než otec.“* Ke změně došlo právě odchodem matky. *„Až tou prací s ním, když jsem si hrál na pana psychologa, tak se ten náš vztah prohloubil.“* Teď je jejich vztah ve fázi, kdy se otec snaží Patrikovi vynahradit to, co mu kvůli rozvodu nemohl dát. Snaží se to dohánět, ale ze strany Patrika už to není tak vnímané. Říká, že se to mělo dít tak ve 14 letech, a ne až teď. To že se musel o něj a celou domácnost starat, mu nevyčítá, ale uvádí, že: *„...když už je na tom dobře, tak jak moc rychle jako zapomíná...najednou si myslí, že je šéfík zpátky.“* A to se Patrikovi nelíbí, protože už je zvyklý na systém, který nastavil on.

Pomoc při zvládnání těžké situace

Zvládnout toto těžké období mu pomohly záliby a neřesti. *„Alkohol byly prášky na spaní a záliby, ty byly takový to denní načasování prostě, jako když máš volno, tak motorka třeba a tak.“* Spát nemohl právě kvůli tomu, že na něj bylo naloženo moc věcí a hodně o nich přemýšlel. *„...myslel jsem na x desítek, a tak jsem nedocházel k reálným tvrzením toho, jak to vyřešit.“* Důležitou oporou byli hlavně kamarádi. Tím, že sám sebe popisuje jako otevřenou osobu, tak to s nimi sdílel a všichni věděli, co se u nich doma vlastně odehrává.

Partnerské vztahy

Rozvod rodičů Patrika namotivoval k tomu, že si přebral ty chyby, které dělali oni, a snaží se je nedělat. Uvádí, že kvůli útěku matky od rodiny bojoval, a ještě dodnes v menší míře bojuje s nedůvěrou vůči ženám. Má pocit, že je ale spíš takový obrněný a smířený i s tím, že by se to ve vztahu mohlo jednou stát i jemu. Dnešní generaci žen nazývá „hysterkami“, protože říká, že dnes se lidi rozcházejí kvůli hloupostem.

„Tady po tý stránce mám strach, aby moji budoucí manželce nepřelítlo něco přes nos a už jsem se skoro bál jako rozvodu jo.“ Proto se snaží ten svůj vztah utužovat v budování důvěry, komunikací, společnou aktivitou apod. Určitě by jednou chtěl mít uzavřenou předmanželskou smlouvu po zkušenostech se svými rodiči. Stejně nebude chtít bydlet s rodiči na jednom pozemku a snažit se více zajímat o sebe. Bohužel kvůli rozchodu rodičů přišel do jisté míry i o svůj bývalý vztah s přítelkyní, kdy na ni neměl čas a věnoval se právě své rodině.

Pohled na rozchod dnes

Dnes na rozchod nahlíží tak, že ho v životě někam posunul a taky dospěl. *„Otevřel se mi ten svět rodičovství, kdy jako máš osobu, o kterou se prostě musíš starat. Byl jsem takovej táta, máma a syn v jednom.“* Říká, že ani jeden z rodičů se v období rozvodu nezachoval správně. Stejně tak ani nikdo z dospělých kolem něho. Popisuje se, že na tyhle věci není zase úplně citově založená osoba a vnímá to dost razantně. *„Osoby přicházejí a osoby odcházejí. Ať to jsou blízký osoby nebo ať to jsou vzdálenější osoby, to je to ve finále stejný.“* I přestože to jsou už čtyři roky od rozvodu rodičů, tak se to v jejich domácnosti stále řeší a není to striktně zavřená věc, hlavně tedy ze strany prarodičů. *„Stále mají potřebu se o tom bavit a nevěřím tomu, že to někdy skončí.“*

MATĚJ

Matějovi je 22 let a rozchod svých rodičů prožil, když mu bylo 14-15 let. Hlavní příčinou byly už dlouhodobější spory a také alkohol. Studuje vysokou školu a partnerský vztah nyní nemá.

Prožitky

Matěj popisuje, že rozvod rodičů proběhl docela v klidu a rychle. Ale ještě před samotným rozvodem byly mezi rodiči časté spory a hádky. Dlouhou dobu to mezi nimi nefungovalo a důležitou roli zde hrály také opilecké stavy otce. *„Vzhledem k tomu, že mi bylo 15 a byl to takovej ten, řekněme jako pubertální věk, tak je jasný, že člověk vnímá víc nebo si ty věci bere, že je takovej víc citlivej.“* Za hodně nepříjemnou považuje situaci, kdy si měl vybrat, u koho z rodičů bude bydlet. Měl strach z toho, že si táta bude myslet, že když si vybral mámu, že ho tím automaticky odmítá, ale tak to nebylo. Často tyhle věci řešili ve stavu, kdy byl otec opilý a Matěje to mrzelo. *„Já jsem upřímně cítil jako lítost a vlastně i naštvání. Lítost vůči němu,*

ale zároveň lítost i vůči sobě. Protože jsem byl naštvanej, že jsem mu nemohl vysvětlit, že jsem nedostal prostor k tomu vysvětlení, proč se rozhoduju takhle.“ Během rozvodu zažíval pocit smutku z toho, že se rodina, která pro něj představovala bezpečný místo, rozpadá. Ale dodává, že to byl také dost ambivalentní pocit. Na jednu stranu tam byl smutek a lítost, ale na druhou i jistá úleva. *„Pokud člověk žije v prostředí nebo v rodině, kde jsou ty vztahy jako hodně porušený a jsou neustálý hádky a výčitky a věci, tak už člověk má tendence od toho prostě jako utíkat.*“ Také se často stávalo, že byl do konfliktů mezi rodiči zatahován. Snažil se být nestranný a vymezit se proti nim, ale *„když on se člověk může snažit sebevíc se od toho nějakým způsobem distancovat, tak na sto procent to nikdy nepůjde.*“ Popisuje i pocity nejistoty, zklamání, ale nakonec i jisté úlevy. V době rozvodu rodičů došlo k prohloubení vztahu se starší sestrou. *„Řešili jsme to spolu, probírali, co a jak...musím říct, že nás to docela sblížilo.*“ Nicméně sestra už v té době měla přítele a snažila se od toho co nejvíce se distancovat, takže byla často mimo domov.

Vztah k rodičům

Před rozvodem měl k oběma rodičům blízký vztah, ale vzhledem k tomu, že byl v době rozvodu ještě nezletilý, musel si vybrat, ke komu z rodičů půjde. A tak si vybral matku. *„Chtěl jsem mamce pomoc a možná i na chvíli zastoupit tu mužskou roli.*“ Popisuje, že během rozvodu se ty vztahy mezi nimi dost proměňovaly. Hlavně kvůli tomu, že *„člověk má tendenci hledat nějakýho viníka, ale zároveň být nestranej.*“ Zmiňuje, že v 15 letech si už uvědomoval, že to není tak jednoznačné, kdo vlastně nese z rodičů vinu. Střídavě cítil křivdu od obou rodičů. I přesto měl své rodiče rád, ale byly chvíle, kdy si říká, že se opravdu nechovají správně. Ke zlepšení vztahů došlo po rozvodu, kdy se situace ustálila. *„...tak člověk mohl strávit ten čas vždycky s tím jedním rodičem a nějak vlastně pracovat na těch vztazích.*“ Matěj popisuje, že k matce přilnul víc, protože spolu trávili hodně času a s otcem se snažil ten vztah prohlubovat a možná i trošku napravit. *„Jsem se snažil vynahrazovat mu to a ukázat mu, že to, že úředně jsem svěřen do matčiny péče, tak že to neznamená, že jeho nějakým způsobem odsouvám.*“ Nyní má s oběma rodiči dobré vztahy.

Pomoc při zvládnání těžké situace

V těžkých chvílích Matěj uvádí, že nejlepším řešením bylo od všeho utéct. *„Takže takový to chození ven. Odproštění se od toho, dělání věci s kamarádama.*“ Velkou

oporou mu byla sestra a i jeho první přítelkyně, kdy prožíval pocit první zamilovanosti. Uvádí, že mu pomáhalo, když věděl, že má v té těžké chvíli oporu v druhém člověku. „*O tom člověk buď mluvil, anebo zase naopak mlčel. Takže, když jsem o tom mluvil, tak člověku se ulevilo a když jsem mlčel, tak mi pomáhalo takový to, že jsem nechtěl právě...chtěl jsem od toho prostě utíct.*“ Tedy za nejlepší možné řešení bylo podle Matěje se v té době od toho distancovat a čekat, až to přejde, až se to vyřeší samo.

Partnerské vztahy

V době rozvodu rodičů zažíval svoji první lásku, kdy si myslel, že spolu budou až do smrti. Ale na druhou stranu pak přišlo vystřízlivění, kdy si začal uvědomovat, že to do konce života být nemusí. „*Na základě toho rozchodu, jak to člověk vidí doma, si i uvědomí, že ne všechno je trvalý.*“ Nebral to úplně špatně, spíš na celou situaci nahlížel tak, že ho to vsunulo do reality. „*Že mi to trošku sundalo ty růžový brýle, že ne všechno musí vydržet.*“ V pubertě to Matěj vnímal tak, že jemu se tohle stát nikdy nesmí. Nyní už to vidí trochu odlišně. Přijímá fakt, že se to stát může. „*Samozřejmě je tam to přání, aby ta partnerka byla jenom jedna a na celý život, ale zase si říkám, když to nevyjde, tak se svět nezboří.*“ Na základě zkušenosti s rodiči ví, že jejich život neskončil, a naopak teď jsou mnohem spokojenější, než byli před tím, a tím se uklidňuje.

Pohled na rozchod dnes

Matěj popisuje, že rozvod rodičů byl na místě, protože jejich vztah už neměl žádnou budoucnost. „*Takže to hodnotím určitě pozitivně.*“ Co si ale během rozvodu vyčítá, je to, že se měl vůči rodičům více vymezit a nenechat se do jejich problémů zatahovat. „*...tenkrát jsem neměl odvalu, protože jsem se asi bál, že někoho zklamou.*“ Říká, že svému mladšímu já by poradil, že je naprosto v pořádku, že to nechtěl řešit a měl to říct. Na rodičích si váží toho, že se dokázali ohledně věcí kolem rozvodu domluvit a chovali se jako dospělí lidé.

EMA

Emě je 23 let. Rozvod rodičů se táhl dlouhou dobu, proto uvádí jako nejhorší období od 10 do 15 let. Rodiče si nerozuměli a proběhla tam i nevěra. Ema studuje vysokou školu a má partnerský vztah.

Prožitky

Ema uvádí, že rodiče spolu žili hodně dlouho a pak se postupem času odcizili. Bohužel se stávalo, že svoje spory řešily přes ni a její straší sestru. Bylo pro ni těžké ve škole vysvětlovat, že má rozvedené rodiče. „*V tu dobu mi bylo nepříjemný někomu vysvětlovat, že mám rozvedený rodiče.*“ Vnímala to tak, že v určitých momentech chtěla být s oběma rodiči a to nešlo. „*Byly časy, kdy jsem chtěla trávit dovolenou s našima. V těhle momentech mě to mrzelo.*“ Po rozvodu si oba rodiče našli nové partnery a s tím přišly další nepříjemné pocity. „*Měla jsem strach z toho, že ten můj rodič začne mít víc rád ty děti toho svého partnera.*“ Popisuje, že se ve svých 13 ti letech musela starat o svoji nevlastní sestru, chodit s ní na pískoviště apod. To jí bylo hodně nepříjemné a nesla to hodně špatně. S rozchodem se zásadně změnila i atmosféra v rodině. „*V tu dobu to bylo strašně divný. Úplně si pamatuju ty pocity, jak tam přišla táty nová přítelkyně a všichni mlčej. To mi bylo dost nepříjemný.*“ Ema byla svěřena do péče matky, avšak ta trávila doma málo času. „*Takže já jsem tady byla v 15 prostě sama. Tak jako bezprizorně.*“ Nejprve si to užívala, ale po nějaké době jí to začalo vadit. Bylo jí smutno. „*Měla jsem pocit, že se tady bojím.*“ Vnímala to tak, že je v obrovském prostoru úplně sama a říkala si: „*Kde je ta mamka, která tady se mnou měla být?*“ Uvádí, že z toho měla depresi a bylo jí to líto. Co se týče sourozeneckých vztahů, tak kvůli rozchodu rodičů se oddálily. Nechtěla být doma, a tak se od toho snažila utéct pryč.

Vztah k rodičům

Ema byla po rozvodu nejprve v péči matky. Měla k ní dobrý vztah a tátu navštěvovala jednou za 14 dní. Kvůli tomu se hodně odcizili. „*Mamka byla ten důvod, proč jsem se s tátkou odcizila.*“ Snažila se Emu ponoukat k tomu, aby k němu nechodila a pomlouvala otcovu novou přítelkyni, že je zlá. „*Při tom to tak vůbec nebylo, ale já jsem si v tu dobu říkala, je to moje máma, prostě jí budu věřit, že jo.*“ Také nastalo období, kdy k ní měla Ema odpor. Nechápala, jak byla máma schopná tátu podvádět a tajit to. Poté co ji nechávala doma dost často samotnou, se Ema rozhodla, že chce do opatrovnictví k tátovi. To matka nesla hodně špatně a do teď se cítí jako dotčená. U soudu spolu dokonce ani nemluvily. „*To bylo takový drama, že jsme spolu vlastně ani nemluvily, protože já jsem byla uražená, že ona se mi vlastně neozvala.*“ Ema popisuje, že jí její matka na nějaký čas vytěsnila. Nyní když o tom

spolu mluví, tak se matka brání tím, že je potřebovala uživit a že na Emu myslela. Vztah k otci se rozvodem také hodně proměnil. „*Všichni říkali, že jsem tatková beruška, holčička...*“ Po rozvodu brala jako povinnost jezdit jednou za 14 dní k otci. Hodně se spolu v té době od sebe odcizili. Otec by pro dcery udělal první poslední a uvádí, že to musel být pro něho velký šok, vidět své děti jen jednou za 14 dní o víkend. Poté si to spolu všechno vysvětlili a Ema šla k němu do péče. „*Úplně mi najednou přijde, že jsem za ty 4 roky vytěšňovala jako co všechno pro mě dělal, když jsem byla menší.*“ K tomuto uvědomení došlo v okamžiku, když se k němu zpátky nastěhovala a začal se o ni starat.

Pomoc při zvládnání těžké situace

Za největší pomoc v těžkých chvílích považuje svoji dobrovolnickou činnost. Psycholožka ji tam nechtěla zpočátku vzít, protože „*tam jsem vlastně proto, abych si ulevila já, ale ne, abych pomohla někomu jinému.*“ Ale nakonec ji i tak doporučila a Ema se v tom našla. Na základě sezení s touto psycholožkou si ujasnila spoustu věcí, v kterých jí nebylo příjemně. Otevíraly spolu různá témata a to Emě pomáhalo s rozvodem rodičů se vyrovnat.

Partnerské vztahy

Na základě rozchodu rodičů přiznává, že má obavu z toho, že by se to samé mohlo stát i jí. Její rodiče si stejně jako ona určitě mysleli, že spolu budou do konce života, ale to se bohužel nestalo. „*Když teď bláhově žiju v tom, že si myslím, že spolu zůstaneme do konce života, tak furt tam mám takový to, ty jo, ale oni si to určitě taky mysleli a nezůstali.*“ Kdyby se rodiče nerozvedli, tak z rozchodu takovou obavu nemá. Uvědomuje si, že „*ten druhý člověk, i když ho miluješ, tak třeba je schopnej tý nevěry jako byla máma prostě schopná to udělat...*“ Za důležitou věc ve vztahu považuje rozhodně komunikaci, která rodičům podle ní chyběla. Když začala s přítelem chodit, hned mu říkala: „*Musíme spolu prostě mluvit. O všem (smích) a když bude nějaký problém, tak ho hned řešit. Protože, když nebudeme, tak potom skončíme jako naši (smích).*“

Pohled na rozchod dnes

Přiznává, že i když už je to 8 let od rozvodu rodičů, tak má pocit, že v některých případech to ještě nevstřebala. Jednou za čas si říká, jak by to bylo všechno fajn,

kdyby to bylo jako dřív. Zmiňuje, že se musela často rodičů doprošovat, aby jí něco koupili. Docházelo k přehazování z jednoho rodiče na druhého. „*Vybuodovala jsem si v sobě takový to, že nerada o něco prosím (smích).*“ Na rodičích si váží toho, že rozchod proběhl poměrně v klidu, ale zároveň jim vyčítá, že ji do jejich rozvodu hodně zatahovali. „*Řešili se mnou alimenty, jestli mám peníze dostávat já nebo máma. Řešili se mnou takovýhle věci a mně peníze třeba byly v tu dobu úplně jako jedno...*“

JANA

Janě je 20 let a rozchod svých rodičů prožila ve 12 letech. Důvod rozvodu uvádí nevěru ze strany otce. Je studentkou vysoké školy a partnerský vztah nyní nemá.

Prožitky

Jana uvádí, že otec matku 4 roky podváděl. Rodiče se nechtěli před nimi hádat, ale jak Jana, tak i její bratr tušili, že se něco děje. Když jim pak oznámili, že se budou rozvádět, vzpomíná, že tenkrát jen pokrčila rameny a řekla: „*Tak jo no, tak dobře.*“ Oproti tomu její starší bratr to vzal hodně špatně. Ten to prožíval mnohem hůř. „*Myslím, že prožíval takovej vnitřní boj.*“ Popisuje, že ona je povahově hodně po otci a musí si v hlavě všechno pořádně přebrat. Přiznává, že během rozvodu v ní převládal pocit naštvanosti a zároveň smutku. Musela se přestěhovat, změnit svůj styl života. „*Bylo to takový zvláštní celkově.*“ Jako nejtěžší okamžik v době rozvodu považuje to, když se chtěla podívat do domu, kde dřív bydlela, zjistila, že tam otec vyměnil zámek. Popisuje, že pro ni bylo těžké i otci odpustit a jezdit za ním. Měla obavy i ze setkání s otcovou novou přítelkyní, kterou nemá ráda dodnes. „*Ta mi vadí pořád.*“ Nicméně uvádí, že „*nejhorší bylo asi jako ten pocit, že byl táta schopnej tu svojí rodinu vyměnit za jinou rodinu.*“ Stávalo se, že občas i brečela a měla pocit, že není pro otce dost dobrá. Pak ale k rozvodu přistupovala i takto: „*Spíš jsem se to snažila vytěsnit, že jako co já se tady s tím budu teďka zaobírat.*“ Jana sama sebe popisuje jako člověka, který v sobě všechno drží, ale když pohár přeteče, tak si pak servítky nebere a ostatní to moc dobře vědí.

Vztah k rodičům

Jana uvádí, že po rozvodu se zhoršil vztah k otci. Měla mu za zlé, že vyměnil tu jejich rodinu za jinou. „*Nemohla jsem mu nějakou dobu přijít na jméno.*“ Nějaký čas se

vůbec nebavili ani spolu nestýkali. To se pak změnilo a začala k němu jezdit na návštěvy. Dříve se bála ho hlavně navštěvovat z důvodu, že tam uvidí jeho novou přítelkyni. „*Tak jsem se dost děsila, že tam bude nějaká cizí ženská v našem baráku.*“ Nyní uvádí, že má k otci skvělý vztah. K matce popisuje svůj vztah před rozvodem jako samozřejmost. Po rozvodu se spolu přestěhovaly do bytu a moc se nějak zvlášť nebavily. „*Prostě jsme se chovaly normálně. Tak jako dřív.*“ Až teď v posledních dvou letech uvádí, že mají k sobě přátelský vztah, říkají si všechno a je ráda za to, že se to mezi nimi zlepšilo. „*Pořídily jsme si psa. A právě když to tak řeknu, tak tady máme spolu takovej náš holčičí boudoir a jsme rádi jo.*“

Pomoc při zvládnání těžké situace

Jana popisuje, že se nikdy asi ani nestalo, že by si sedla, začala brečet a bylo jí to líto. „*A že jsem nad tím ani jako nepřemýšlela, jak je to smutný. A jak můj život končí a nevím co všechno (smích).*“ Ale jako největší oporu zmiňuje svoji rodinu, s kterou tráví hodně času. „*Že jsem mezi těma lidma, o kterých jsem věděla, že mě mají rádi,*“ Dále uvádí, že se s rozchodem rodičů musela vypořádat postupně. „*Jak se říká, čas zahojí všechny rány...nedalo se to uspěchat.*“

Partnerské vztahy

Rok po rozvodu rodičů začala mít Jana vztah, který trval 6 let. Nicméně uvádí, že ji nikdy nenapadlo, že to, co se stalo rodičům, by mohlo potkat ve vztahu i ji. „*Právě, že jsme měli úplně jinej vztah, že jsem dokázala vidět ten rozdíl a že jsem dokázala říct, že proč bych měla být jako moji rodiče...*“ Rozvod rodičů vytěsnila a s jejím vztahem to nemělo nic společného. S přítelem se rozešla, protože „*už to nebylo k tomu.*“ Její otec to s ní hodně rozebíral a ona se musela kousnout do jazyku, aby mu nespálila, že ona nikoho nepodvedla jako on. Rozvod rodičů jí ale ovlivni v tom, že „*třeba teďka já vidím ty vztahy lidí úplně jinak a jsem schopná říct, co se mi líbí, co se mi nelíbí, a nenechat si, když to tak řeknu, srát na hlavu od někoho.*“ Na základě toho, co viděla u rodičů v průběhu rozchodu, se ve svém vztahu chtěla vyhnout obviňování, kdo za co může. Její přítel to věděl a „*tak nějak si z toho vzal a asi jako si řekl, že by mě to mohlo bolet.*“ Za to byla Jana ráda.

Pohled na rozchod dnes

Dodnes nechápe, jak mohl otec s novou přítelkyní podvádět svoje rodiny. „*Nepřijde mi to správný. Přijde mi to naprosto odporný.*“ Dříve to dávala za vinu jen svému otci, ale teď nechápe ani tu přítelkyni. „*A jako i teďka...po osmi letech je to pořád. Se na ni podívám a jako čas od času si řeknu, ty bláho, já bych tě normálně seřezala jak psa (smích).*“ Uvádí, že „*až teďka prostě v poslední době to jakoby je, že si nad tím fakt sednu a zamyslím. Jako ukápne mi nějaká slza, že by to tak nemuselo být, kdyby bylo něco jinak.*“ Říká, že ve 12 ti letech jí to bylo jedno a nezajímalo ji to, ale s odstupem času o tom nyní přemýšlí. Také si uvědomuje, že rozchod rodičů jí dal schopnost se nad určitými věcmi povznést a říct si, s kým se v životě chce bavit a s kým naopak ne. Opět zmiňuje, že všechno chce čas.

EVA

Evě je 20 let a rozvod rodičů zažila, když jí bylo 10 let. Rodiče spolu žili 33 let. Ona je jejich nejmladší dítě a důvodem byly dlouhotrvající problémy zejména v respektu a životním směřování. Eva nyní nemá partnerský vztah.

Prožitky

Eva nevnímá rozchod rodičů jako nějakou traumatickou událost. Myslí si, že to vnímala lépe než ostatní lidi, protože tam byly mezi rodiči dlouhodobé problémy a jejich rozvod tušila. „*A to rozhodnutí, že se budeme stěhovat mě jako nezasáhlo nebo nepřekvapilo.*“ Naopak se těšila na změnu prostředí. Otec jí vysvětlil důvody, proč se rozvádí, a aby to pro ni bylo šetrnější, stěhování probíhalo, když byla Eva na letním táboře. „*A nevnímala jsem to tak, že se něco rozpadá a že něco končí.*“ Za těžké chvíle uvádí až po rozvodu problémy s matkou. S příchodem puberty přicházely problémy a odlišné názory. „*Takže jsem tam pak neměla tu druhou stranu, prostě toho druhého rodiče.*“ Nepříjemné pro ni bylo to, že se rodiče spolu několik let nebavili. Za nejtěžší zlom udává období, kdy opravdu došlo k rozvodu. „*Ten byl jako znatelný a tam si myslím, že jsem z toho byla fakt nešťastná. Tam jsem cítila, že bych to mohla nějak změnit.*“ Měla pocit, že by si s rodiči měla promluvit a všechno si vyjasnit, ale nebylo to v jejich silách. Otec ji dokázal vyslechnout, ale matka s ní šla do sporu. „*To podle mě byl ten začátek, kdy já jsem to začala vnímat nějak hůř.*“

Vztah k rodičům

S otcem se v dětství neviděla, protože byl často v práci. „*Spíš jsem ho měla tak jako za odměnu...o víkendů.*“ Eva popisuje, že dokázal být i jako přísný rodič, ale i tak spíše inklinovala k němu. Popisuje jejich vztah jako silný a je ráda za to, že je s ním schopná otevřeně o všem mluvit. Ale během rozchodu to bylo tak, že „*jsem měla půl roku, kdy jsem se mu vyhýbala...neměli jsme skvělej vztah.*“ Podle Evy má otec specifické vlastnosti a není vždy jednoduché s ním vyjít, nicméně jejich vztah je mnohem bližší než s matkou. Dříve spolu vycházely bez problémů, ale po rozvodu spolu začaly trávit více času a začaly vznikat problémy „*a ty jsou podle mě ještě jako nevyřešený a nejspíš se nikdy nevyřeší.*“ Podle slov Evy mají úplně jiný světonázor a ve fázi dospívání jí začala i vyčítat, že ten rozvod bylo zběsilé rozhodnutí. „*Když teď se jí snažím říct, co mi vadí, proč s ní netrávím tolik času, tak ona většinou není ani ochotná to přijmout, natož změnit.*“ Eva to vysvětluje hlavně tím, že jejím rodičům už je přes 60 let a jsou zajatí v těch jejich kolejí a nechtějí nic měnit. „*Takže je to takový, že si uvědomuju, že jí je to líto. Mně to taky je občas líto, ale prostě...*“ Matka se s rozvodem nemohla vyrovnat. Myslela si, že se k sobě ještě vrátí. Když tahle situace nastala, snažila se Evě omezit kontakt s otcem, ale „*jako podle mě to nebylo realizovatelný nebo nebylo to přiměřený, řekla bych.*“

Pomoc při zvládnání těžké situace

I když rozchod rodičů Eva neprožívala tak špatně, uvádí, že když jí bylo nejhůře „*měla jsem vždycky dobrý vztah k babičce.*“ S ní se o rozvodu rodičů mohla bavit a sdílet to s ní, co se vlastně doma děje. Důležitou oporou pro ni byla i její o hodně starší sestra, kdy Eva vzpomíná, že v době rozchodu se jí z toho snažila vytrhnout. „*Trávily jsme spolu čas, že jsme chodily do ZOO a tak.*“

Partnerské vztahy

V partnerském vztahu považuje za důležité hlavně společné směřování, které právě u rodičů ve vztahu chybělo. „*Myslím si, že v tom vztahu chyběly i nějaký prvky respektu...co já vnímám jako hrozně důležitý.*“ Z těchto věcí si Eva bere ponaučení a ve svém vztahu si na ně chce dávat pozor.

Pohled na rozchod dnes

K rozvodu rodičů má ambivalentní postoj. „*Občas si pořád myslím, že to bylo unáhlený, ale na stranu druhou ten vztah byl neúnosný na tolika rovinách, ...že to absolutně chápu.*“ Následně poté ale dodává, že to asi opravdu byla nevyhnutelná situace. Myslí si, že ten rozvod mohl proběhnout elegantněji. „*Bylo tam docela velký množství dílčích věcí, ve kterých oni se k sobě nezachovali hezky a byly zbytečný a hloupý.*“ Na základě rozchodu rodičů se Eva popisuje jako smířlivější se vším. Samotný rozvod nevnímá jako nějakou překážku v jejím dospívání. „*A nevím to jako super negativní věc, i když tam jako vidím ty problémy, který třeba pak zasely problémy do toho mého vztahu s těma rodičema.*“

8 Výsledky

VO1: Jak prožívají rozchod rodičů adolescentní děti?

Děti v období adolescence prožívaly rozchod svých rodičů různě. U většiny respondentů převažovaly **pocity zlosti, smutku, nenávisti, naštvanosti, lítosti a strachu**. Nicméně ve dvou případech respondenti uvedli, že samotný rozchod prožívali neutrálně nebo ho nepovažovali za traumatickou událost. Avšak nakonec také potvrdili, že to nebylo lehké období a museli se s tím nějak vypořádat. Téměř ve všech rodinách před rozvodem dospívající byli **přítomni u hádek rodičů**. Všichni respondenti uvedli, že vždy byli nějakým způsobem **do rozvodu zavlečeni** až na jednu respondentku, která uvádí, že si cení toho, že ji do toho rodiče nezatahovali. Bohužel téměř ve všech případech spolu rodiče nebyli schopni pořádně komunikovat a **vyřizovali si vzkazy přes dospívající**, kteří tuto roli nesli velmi špatně. Všichni respondenti přiznali, že **kvůli rozvodu rodičů brečeli** ať už přímo v tu dobu nebo posléze i s odstupem času. **Období puberty dost často zvládnutí celé situace komplikovalo**. Respondenti uváděli, že byli více citliví a docházelo **k častým konfliktům s rodiči**, což jak je i uvedeno v teoretické části, k této fázi života to často patří. Přicházely i **pocity nepochopení** ze strany rodičů a adolescenti byli v tu dobu hodně zmatení. Dost často měli odlišné názory než jejich rodiče a to je trápilo. V jednom případě došlo i na tzv. **parentifikaci**, kdy se respondentovi kvůli odchodu matky složila celá rodina a on byl nucen převzít celý chod rodiny na sebe. Objevilo se i **vytěsnění** všech problémů spojených s rozvodem rodičů, avšak za nějaký čas přišlo uvědomění a lítost. Nicméně v jednom případě došlo i na mírné **sebepoškozování**, kdy všechnu tu bolest způsobenou rozvodem rodičů potřebovala respondentka dostat napovrch a tohle považovala za ten jediný způsob. Polovina respondentů uváděla, že měly **v hlavě plno myšlenek**, kterých se nemohli zbavit a měli problémy se spaním. Co se týče sourozeneckých vztahů, tak ty se s rozvodem rodičů buď utužily ve smyslu, že se jako **sourozenci navzájem podporovali**, anebo naopak **úplně oddálily**, kdy se starší sourozenci snažili od celé situace utéct z domu nebo druhému sourozenci vyčítali chování k rodičům.

VO2: Jak se rozchod promítl do vztahu k rodičům?

V této oblasti byl uveden ze strany respondentů negativní dopad rozchodu na vztahy dospívajících k rodičům. Došlo k velkému **narušení**, kdy respondenti uváděli, že se

druhému rodiči na nějaký čas úplně odcizili. **Nekomunikovali** spolu a **vyhýbali se společnému kontaktu**. Ve většině případů se opuštěný rodič nemohl přes celou situaci přenést a veškerou svoji zlobu přenášel na dospívajícího nebo ho **naváděl proti druhému rodiči**. Také vnímali, že překážkou ve vztazích byla i nová partnerka jejich otce nebo nevlastní sourozenci. Dost často se adolescenti nebyli schopni s odchodem jednoho z rodičů vypořádat, cítili k **němu zlobu**, a tudíž došlo k velkému narušení vztahů, které byly před rozvodem dobré. Nebo naopak v případě střídavé péče, tak zde byla **snaha ujistit rodiče**, kterého měli vidět jen jednou za 14 dní, **že ho mají i tak rádi**, a snažili se mu to dokázat. Bohužel polovina respondentů uvedla, že se **vztahy s rodiči narušily do takové míry, že i dodnes spolu tolik nekomunikují a odchod od rodiny jim stále jistým způsobem vyčítá**. Naopak druhá polovina uvádí, že i když jejich vztahy během rozchodu nebyly nejlepší, tak poté přišlo **upevnění těchto vzájemných vztahů** a s rodiči vycházejí bez problémů. Někdy dokonce si všechno vysvětlili, ujasnili a jejich vztah je lepší než před rozvodem.

VO3: Co jim pomohlo tyto těžké chvíle zvládnout?

V těžkých chvílích během ale i po rozchodu rodičů pomáhala dospívajícím **rodina**, nejčastěji **sourozenci nebo prarodiče**. Ve dvou případech došlo k návštěvě **psychologa**, který se snažil respondentům pomoci se s touto těžkou životní situací vyrovnat. V jednom případě bylo psychologické sezení úspěšné, v druhém případě nikoliv. Respondentka věřila, že jí nějaký odborník pomůže, avšak to se nestalo. Nedokázala se jí svěřit se svými problémy a cítila zklamání. Avšak dodnes věří, že určitě existují i dobří psychologové, kteří dokáží dospívajícímu pomoci. Jako účinný pomocník se stal **deník**, do kterého byly zapisovány pocity během rozvodu, a představoval takového imaginárního přítele, kterému bylo možné se svěřit. Dalším řešením byl také **útěk** od rodinných hádek a problémů, respektive snaha o **vytěsnění** těžké situace. V tom sehrávali roli zejména **kamarádi** dospívajících, kterým se mohli svěřit nebo naopak s nimi prožít nějaké zážitky a na nepříjemné pocity spojené s rozchodem rodičů zapomenout. Zmíněné byly i různé **koníčky a záliby** jako jízda na motorce nebo tréninky na koni. V jednom případě byla největším pomocníkem, jak těžkou situaci v rodině překonat, **dobrovolnická činnost**. Pomocí druhým lidem si respondentka zpočátku kompenzovala svoji bolest a ztrátu, kterou během a po rozchodu zažívala. Důležitým faktorem ve vypořádání se s rozvodem rodičů byl

uveden i **čas**. Kdy respondentka vysvětluje, že čas zahojí všechny rány, jak se říká, a nejde to nijak urychlit.

VO4: Jak se vyvíjejí jejich partnerské vztahy?

Rozvod rodičů představoval téměř pro všechny respondenty jistý způsob **ponaučení**. Uváděli, že se chtějí **vyhnout** tomu, co u rodičů pokládali za špatné jednání. Za důležitý prvek ve vztahu často označují **komunikaci**, která dost často rodičům mezi sebou chyběla a způsobila zbytečné hádky a neshody. Docházelo k uvědomění, že **vztah**, který teď mají, **nemusí být do konce života**, jak by si přáli. Na základě rozchodu rodičů došlo k tzv. vystřízlivění, že i je tato nepříjemná situace může v budoucnu potkat. Připouštěli i **strach z nevěry**, která byla častým důvodem rozvodu. Nicméně i přes veškeré obavy z toho, že jejich partnerský vztah nevyjde, někteří zmiňují, že život jde dál. Lidé se vyvíjejí a **není nic neobvyklého, že si spolu přestanou rozumět**, rozvedou se a poté si najdou někoho jiného, s kým budou více šťastní. Avšak za důležité pokládají schopnost vzájemného dorozumění se a vyřešení celé situace jako dospělí lidé, kteří ze svých sporů vynechají děti. Často přicházel názor, že se chtějí **vyvarovat chyb, které dělali jejich rodiče**. Ve vztahu pokládají za důležité **společné směřování, respekt a důvěru**. Jedna respondentka uvedla, že rozvod rodičů **vytěsnila** a s jejím partnerským vztahem to nemělo nic společného, nicméně poté dodává, že se ve svém vztahu snažila **vyvarovat obviňování**, které viděla u rodičů. V jiném případě došlo **na obavu z navázání dlouhodobého vztahu**, který celou pubertu přetrvával a až nyní se to změnilo. Jeden respondent dokonce přiznává, že odchodem matky se u něho vytvořila **nedůvěra k ženám**, která ještě nyní přetrvává. Zároveň převládá i **pocit strachu**, že to samé se může stát jemu.

VO5: Jak adolescenti hodnotí rozchod svých rodičů dnes?

Na rozchod rodičů nahlíží respondenti různě. Dochází jak k pozitivní, tak i negativní odezvě. Za kladné považují určitě to, že i když byl rozchod pro ně psychicky náročný, **posunul je v životě dál a posílil do budoucna**. Přinesl i **schopnost se nad určitými věcmi povznést**. Často docházelo k **rychlejšímu dospívání** ať už samotných respondentů nebo jejich sourozenců. Zmiňují i postoj, že nyní hodnotí **rozchod kladně** v tom směru, že rodiče jsou teď šťastnější, než kdyby ve vztahu zůstali. Na základě zkušeností získaných během rozchodu rodičů jsou schopni se **rozhodnout, s kým se chtějí bavit a být v kontaktu**, a s kým už ne. Také

byl zmíněn názor, že díky prožitým těžkým situacím je člověk pak už **smířlivější** se vším. Za negativní následky rozchodu bylo uvedeno **nízké sebevědomí** způsobené hádkami s otcem nebo vybudování si **nepříjemného pocitu někoho o něco prosit**. Často byl projeven **názor, že se rodiče** v době rozchodu, ale následně i po něm **nezachovali úplně správně**. Dospívající byli do jejich hádek zatahováni a dodnes jim to v některých případech respondenti **vyčítají**. Bohužel i touto těžkou životní situací a postojem rodičů byly **narušeny rodinné vztahy**. V polovině případů tyto **problémy ve vztahu s rodiči přetrvávají dodnes**. Respondenti uvádějí, že narušení vztahů už je nevratné a těžko se to změní. Nicméně převládá z jejich strany rezignující postoj a berou to jako součást života. I když už od rozvodu rodičů uběhlo několik let, ve dvou případech **dochází k lítosti a uvědomění**, jak by to bylo hezké, kdyby se to tenkrát nestalo a rodiče spolu zůstali. Bohužel v jednom případě se rozchod rodičů stále řeší, omílá stále dokola a není pořádně uzavřen, i když soud proběhl před čtyřmi lety. Respondent dodává, že si nemyslí, že by se to někdy vůbec uzavřelo. Byl zmíněn i názor, že si teď zpětně vyčítá, že se měl vůči rodičům **vymezit** a nenechat se do jejich hádek zatahovat. Byl uveden i názor, že kvůli rozchodu rodičů **přišla** dospívající **o kus dětství**.

Tabulka č. 2: Přehled jednotlivých aspektů v prožívání rozchodu rodičů adolescenty

	Pocity během rozchodu	Dopad na vztah s rodiči	Pomoc při zvládnutí těžké situace	Vnímané ovlivnění partnerských vztahů	Pohled na rozchod dnes
Nikola	nenávist, nepochopení, sebepoškozování,	Došlo k velkému narušení ve vztahu k matce. Nyní jsou vztahy k oběma rodičům vyrovnané.	deník, koníčky	důležitá schopnost komunikovat	+ posunutí v životě, posílení do budoucna - nízké sebevědomí, ukradený kus dětství
Patrik	neutralita, lítost, pocit dospělosti	Po odchodu matky došlo k parentifikaci. Narušení vztahu k matce. Upevnění vztahu k otci.	kamarádi, alkohol, motorka	nedůvěra vůči ženám, strach z opuštění	+ posunutí v životě, rychlejší dopívání - rodiče se nezachovali správně, stále se to řeší
Matěj	lítost, naštvanost, smutek	Docházelo k velké změně především ve vztahu k otci. Nyní jsou vztahy k oběma	kamarádi	vystřízlivění, že vztah nemusí být napořád	+ rozvod hodnotí pozitivně - vztah neměl budoucnost - měl se vůči

		rodičům vyrovnané.			rodičům více vymežit
Ema	pocit bezprizornosti, strach	Narušení vztahu k matce. Během rozvodu odcizení se s otcem, poté však došlo k upevnění vztahu.	dobrovolnictví, psycholožka	důležitá komunikace, strach z nevěry	+ žádné klady nezmiňuje - nevstřebala vše, strach někoho o něco prosit
Jana	obavy, pocit odstrčení, vytěsnění	Zhoršení vztahu k otci. Prohloubení vztahu s matkou.	rodina, čas	vyhnout se obviňování, jiný pohled na vztahy	+ schopnost se nad určitými věcmi povznést - nyní pocity lítosti z rozvodu
Eva	nevnímá rozchod jako traumatickou událost, nešťastná	Vyhýbání se nějaký čas otci, poté upevnění vztahu. Narušení vztahu k matce.	rodina	stejně směřování, vzájemný respekt	+ smířlivější se vším - nevyhnutelná situace x unáhlené rozhodnutí, problémy ve vztahu s rodiči

9 Diskuse

Ze získaných výpovědí respondentů je znatelné, že rozchod rodičů byl dlouhodobý proces doprovázený častými hádkami a nepříjemnou atmosférou v rodině. Zjištěné poznatky týkající se prožívání a možných dopadů na život adolescenta se do určité míry shodují s informacemi uvedenými v teoretické části této práce, ale ne vždy tomu tak je. Tuto odlišnost lze vysvětlit tím, že bylo vybráno pouze šest respondentů a ti představují poměrně malý vzorek na to, aby se u nich objevily všechny zmíněné aspekty, které literární zdroje zmiňují.

Vzhledem k vymezeným okruhům v prožívání rozchodu adolescentními dětmi bych ráda zde zmínila několik shod a odlišností s návazností na mnou vybraný vzorek respondentů.

Výsledky výzkumu potvrzují, že i když jsou dospívající velmi často okolím považováni za dospělé, tak je rozvod rodičů do velké míry zasáhl. Toto zjištění potvrzují také Matějček a Dytrych (2002), kteří vysvětlují, že neexistuje bezpečný věk, kdy by rozvod dítě nezasáhl. Jelikož se výzkumného šetření účastnili respondenti, kteří prožili rozchod rodičů ve věku od 10 do 18 let, bylo možné všimnout si odlišného prožívání vzhledem k věku dospívajícího. Čím byl věk respondentů v období rozchodu nižší, tím bylo pro ně snazší se s danou situací vypořádat. Objevil se i fenomén toho, že čím byl dospívající starší, tím na sebe bral jistou odpovědnost, zastupoval roli rodiče, který rodinu opustil, snažil se ostatním členům rodiny pomoci tuto těžkou situaci zvládnout. Nicméně si uvědomuji, že tento zmíněný předpoklad může být ovlivněný výběrem respondentů a nelze tuto možnou hypotézu na tak malém vzorku v kvalitativním šetření potvrdit. K tomu by bylo zapotřebí provést výzkum kvantitativní, v němž by byl zahrnut mnohem větší vzorek respondentů a z těchto výsledků by bylo možné vyvodit obecnější závěry výzkumu.

Mnoho autorů ať už českých nebo zahraničních poukazuje na možné negativní dopady rozchodu rodičů na dítě. Účastníci mého výzkumného šetření tyto negativní důsledky často popisovali, avšak je třeba zmínit, že na rozchodu rodičů našli i pozitivní stránky. Na základě prožití tohoto těžkého období měli pocit, že se v životě posunuli dál a staly se z nich osobnosti, které se dokážou v životě s těžkými situacemi po této zkušenosti lépe vyrovnat. Tento ambivalentní pohled na rozvod je do jisté míry potvrzen i Amatem (2014), který se zabývá možnými dopady rozvodu

na adolescenty. Ve své studii zjistil, že reakce dospívajících na rozvod je velice proměnlivá a především závisí na zdrojích a okolnostech kolem rozvodu.

Autoři Smith (2004) a Teyber (2007) zmiňují možný vliv rozchodu rodičů na partnerské vztahy dospívajících ve smyslu strachu z navázání takového vztahu a obavy, zda rozvod nepotká i je. Tento předpoklad někteří účastníci výzkumu potvrdili, avšak objevily se i takové postoje, kdy respondenti připouštějí, že je rozvod může potkat také, ale nepovažují to za situaci, které by se nějak zvlášť obávali.

Uvědomuji si, že získané výsledky mohou být do určité míry ovlivněny výběrem respondentů. I když byl výzkumný vzorek poměrně malý a všechny získané výpovědi nejsou zobecnitelné na celou populaci, výhodu spatřuji v získání detailních informací o dané problematice. Tedy je nutno brát v potaz také fakt, že výpovědi respondentů jsou subjektivního charakteru, a nemusí vždy odpovídat skutečnosti. Díky homogenitě výzkumného vzorku je možné vidět odlišný pohled na rozvod ať už v samotném prožívání účastníků nebo napříč vývoje v čase.

Provedené rozhovory byly realizovány retrospektivně. Často jsem se setkávala s tím, že si respondenti nemohli vzpomínky přesně vybavit nebo si nebyli úplně jistí, jak to vlastně přesně všechno tenkrát bylo. Proto bych chtěla upozornit na riziko možné nepřesnosti získaných výpovědí právě s ohledem na tento fakt. Vzhledem k rozsahu práce nebyla využita metoda projekce, která by mohla umožnit získání dat týkajících se pocitů, nikoli vzpomínek.

Při pokládání otázek týkajících se prožitků jsem se setkala s tím, že měli respondenti problém popsat, jak se tenkrát vlastně cítili. Možným vysvětlením může být to, že některé myšlenky a pocity není vždy možné vyjádřit pomocí slov nebo zde mohla hrát roli i míra otevřenosti respondentů. Aspektů ovlivňujících množství a kvalitu informací, které mi respondenti poskytli, mohlo být samozřejmě mnoho. S odstupem času lidé hodnotí náročnou životní situaci jinak než v období přímého prožívání. Jak uvádí Kopecká (2015), lidé se vyrovnávají se situační krizí ve čtyřech etapách, a sice v šokové, emoční, fázi zpracování a nové orientace. Ve fázi zpracování krize silné citové reakce spojené s traumatizující vzpomínkou postupně slábnou a ztrácejí na intenzitě.

S tímto je úzce provázána i rekonstrukce vzpomínek na událost. Atkinsonová a Hilgard (in Nolen-Hoeksema, 2012) vysvětlují, že s každou snahou vzpomenout si na nějakou událost dochází určitým způsobem ke změně naší vzpomínky. K této změně může dojít připojením nového úsudku, odebráním námi nedůležitých informací nebo naopak interakcí a zkušenostmi druhých lidí může dojít k doplnění některých informací.

I když si myslím, že se mi s respondenty podařilo navázat dostatečný kontakt a vytvořit bezpečný vztah k získání co nejvíce možných informací k dané problematice, za menší překážku považuji nemožnost sejít se s účastníky osobně.

Nedostatky ve výzkumu mohou spočívat v mé nedostatečné zkušenosti s vedením rozhovoru a vhodné formulaci otázek. Zároveň si uvědomuji, že získané výsledky mohou být ovlivněny i mou osobností.

Vzhledem k rozsahu mé bakalářské práce jsem se zaobírala pouze tím, jak rozchod rodičů vnímali adolescenti. V mé budoucí diplomové práci bych chtěla na toto téma navázat a získat perspektivu rodičů a sourozenců. Myslím si, že by bylo zajímavé zjištění, jak oni vnímali tuto těžkou životní situaci. Získala bych tak ucelený a kompletní názor všech členů rodiny o prožívání rozchodu.

Zpracování a realizace výzkumného šetření pro mě bylo výzvou a přínosem zároveň. Uvědomila jsem si, jak obtížné může být vyrovnání se s rozpadem rodiny a nalezení pomoci tuto náročnou situaci zvládnout. Někteří účastníci si svým přístupem a zvládnutím celé situace zasloužili můj obdiv a jsou pro mě zároveň i inspirací, jak se vypořádat s těžkostmi, které nám do života vstupují.

Za přínos mého výzkumného šetření považuji upozornění na často opomíjenou skupinu dospívajících v prožívání rozchodu rodičů. Uvedené případové studie mohou sloužit jako pomocný materiál rodičům k pochopení a možným dopadům rozchodu na jejich dospívajícího.

Závěr

Tato práce se zabývala prožíváním rozchodu rodičů adolescentními dětmi. Hlavním cílem bylo zachycení prožitků adolescentů v průběhu procesu rozpadu rodiny v důsledku rozchodu rodičů, jejich vnímání rodičovského konfliktu, proměny vztahů s rodiči v době rozchodu a po rozchodu a pohled adolescentů na partnerské vztahy.

Teoretická část mapuje vymezení rodiny, charakterizuje období adolescence, partnerské vztahy a možné dopady rozchodu rodičů na dospívajícího. Výzkumná část byla provedena na základě kvalitativního výzkumu metodou polostrukturovaného interview, kdy bylo osloveno šest respondentů, kteří v období adolescence prožili rozchod svých rodičů. Výzkumné šetření probíhalo retrospektivně za použití případové studie, na jejímž základě došlo k porozumění jednotlivým případům v jejich komplexnosti. Za použití obsahové analýzy pak byly zodpovězeny výzkumné otázky.

Za výstup bakalářské práce můžeme považovat zjištění, že každý respondent prožíval a zvládal náročnou životní situaci kolem rozchodu odlišně, tedy že existuje velká individuální variabilita, ale něco bylo pro všechny stejné či podobné. Nicméně na základě získaných poznatků je zřejmé, že rozpad rodiny je pro dospívající těžkou životní událostí, se kterou se často velmi těžce vyrovnávali nebo ještě vyrovnávají dodnes. Prokázalo se, že období adolescence, které je považováno za nejkritičtější období vývoje, kdy daný jedinec prochází velkou transformací ať po stránce psychické, fyzické či sociální, ke zvládnutí rozchodu nepřispělo, ba naopak. Z výpovědí vyplývá, že s nárůstem věku dospívajícího se objevovala tendence rodičů své dítě do rozvodu zatahovat. V důsledku toho adolescent prožíval rozchod hůře, často docházelo k rychlejšímu dospívání, parentifikaci a výčitkám rodičům za jejich nesprávné chování. V polovině případů došlo k narušení vztahů k rodičům, které někteří účastníci označují jako nevratné. Změnil se i pohled na partnerské vztahy už ve smyslu ponaučení se z chyb svých rodičů nebo strachu, že rozvod potká i je. K pohledu na rozvod rodičů zauímají nyní respondenti ambivalentní postoj. Zmiňují jak negativní, tak i pozitivní dopady do jejich života.

Seznam použitých zdrojů a literatury

- Amato, P., & Keith, B. (1991). Rodičovský rozvod a pohoda dospělých: Metaanalýza. *Časopis manželství a rodiny*, 53(1), 43-58. doi:10.2307/353132
- Amato, P., Loomis, L., & Booth, A. (1995). Parental divorce, marital conflict and offspring well-being during early adulthood. *Social Forces*, 73(3), 895-915
- Amato, P. (2000). Důsledky rozvodu pro dospělé a děti. *Časopis manželství a rodiny*, 62, 1269-1287. Dostupné z: <https://www.semanticscholar.org/paper/The-Consequences-of-Divorce-for-Adults-and-Children-Amato/89c9401b10ad2e644c45e0cb3dad925adf618387>
- Amato, P. (2014). Důsledky rozvodu pro dospělé a děti: Aktualizace. *Drustvena Istrazivanja*, 5-24
- Amato, P., & DeBoer, D. (2001). The Transmission of Marital Instability Across Generations: Relationship Skills or Commitment to Marriage? *Journal of Marriage and the Family*, 63 (4), 1038–1051
- Buist, K. L., Deković, M., & Prinzie, P. (2013). Kvalita vztahu sourozenců a psychopatologie dětí a dospívajících: Metaanalýza. *Hodnocení klinické psychologie*, 33, 97–106
- Coleman, J.C., Hendry, L. (1999). *The nature of adolescence*. London: Routledge.
- Colorosová, B. (2008). *Krizové situace v rodině*. Praha: Ikar.
- Dytrych, Z., Matějček, Z., & Schüller, V. (1975). *Nechtěné děti: Závěrečná zpráva dílčího úkolu st. plánu badatelského výzkumu čís. VII-3-7/2. Část B*. Praha: Výzkum ústavu psychiatrického.
- Emery, R. E., Otto, R. K., & O'Donohue, W. T. (2005). A Critical Assessment of Child Custody Evaluations: Limited Science and a Flawed System. *Psychological Science in the Public Interest*, 6(1), 1–29. <https://doi.org/10.1111/j.1529-1006.2005.00020.x>
- Fincham, F. D., Grych, J. H., & Osborne, L. N. (1994). Does marital conflict cause child maladjustment? Directions and challenges for longitudinal research. *Journal of Family Psychology*, 8(2), 128–140. <https://doi.org/10.1037/0893-3200.8.2.128>
- Gardner, R. A. (1991). *Rozvod - a čo d'alej?* Martin: Osveta.
- Gass, K., Jenkins, J., & Dunn, J. (2007). Are sibling relationships protective? A longitudinal study. *Journal Of Child Psychology*, 48(2), 167-175

- Gerger, M., & Gravillon, I. (2011). *Když se rodiče rozvádějí-Jak pochopit citění dítěte a jak mu pomoci*. Praha: Portál.
- Goisis, A., Özcan, B., & Van Kerm, P. (2019). Nesou děti tíhu rozvodu? *Demografie* 56, 785-811. <http://doi.org/10.1007/s13524-019-00784-4>
- Hartl, P., & Hartlová, H. (2000). *Psychologický slovník*. Praha: Portál.
- Hendl, J. (2016). *Kvalitativní výzkum: základní teorie, metody a aplikace* (Čtvrté, přepracované a rozšířené vydání). Praha: Portál.
- Janošová, P. (2008). *Dívčí a chlapecká identita*. Praha: Grada.
- Kitzmann, K. M. (2000). Effects of marital conflict on subsequent triadic family interactions and parenting. *Developmental Psychology*, 36(1), 3–13. <https://doi.org/10.1037/0012-1649.36.1.3>
- Kopecká, I. (2015). *Psychologie 3. díl: Učebnice pro obor sociální činnost*. Praha: Grada.
- Langmeier, J., & Krejčířová, D. (2006). *Vývojová psychologie*. Praha: Grada.
- Luthar, S. S., Cicchetti, D., & Becker, B. (2000). The Construct of Resilience: A Critical Evaluation and Guidelines for Future Work. *Child Development*, 71(3), 543-562
- Macek, P. (2003). *Adolescence*. Praha: Portál.
- Matějček, Z. (1992). *Dítě a rodina v psychologickém poradenství*. Praha: Státní pedagogické nakladatelství.
- Matějček, Z., & Dytrych, Z. (2002). *Krizové situace v rodině očima dítěte*. Praha: Grada.
- Matějková, E. (2007). *Jak řešit problémy a konflikty v partnerských vztazích*. Praha: Grada.
- Matoušek, O. (2003). *Rodina jako instituce a vztahová síť*. Praha: Sociologické nakladatelství.
- Matoušek, O. (2015). *Děti a rodiče v rozvodu*. Praha: Portál.
- McElwain, N. L., & Volling, B. L. (2005). Preschool Children's Interactions With Friends and Older Siblings: Relationship Specificity and Joint Contributions to Problem Behavior. *Journal Of Family Psychology*, 19(4), 486-496
- Miovský, M. (2006). *Kvalitativní přístup a metody v psychologickém výzkumu*. Praha: Grada.
- Možný, I. (2006). *Rodina a společnost*. Praha: Sociologické nakladatelství.

- Nolen-Hoeksema, S. (2012). *Psychologie Atkinsonové a Hilgarda*. Vyd. 3., přeprac. Praha: Portál.
- Novák, T. (2000). *Rodičovské judo: dítě během rozvodového řízení*. Praha: Grada.
- Novák, T. (2006). *Manželské a rodinné poradenství*. Praha: Grada.
- Novák, T., & Průchová, B. (2007). *Předrozvodové a rozvodové poradenství*. Praha: Grada.
- Novák, T., & Šmolka, P. (2016). *Manželské a rodinné poradenství. 2.*, aktualizované vydání. Praha: Grada.
- Pakosta, P. (2009). Proč chceme děti: hodnota dítěte a preferovaný počet dětí v České republice. *Sociologický časopis / Czech Sociological Review*, 45(5), 899-934. doi: 10.13060/00380288.2009.45.5.02
- Petersen, A. C. (1988). Adolescent development. *Annual Review of Psychology*, 39, 583-607. doi:10.1146/annurev.ps.39.020188.003055
- Pike, A., Coldwell, J., & Dunn, J. F. (2005). Sibling Relationships in Early/Middle Childhood: Links With Individual Adjustment. *Journal Of Family Psychology*, 19(4), 523-532
- Plaňava, I. (2000). *Manželství a rodiny*. Brno: Doplněk.
- Poupětová, Š. (2009). *Netrapte se po rozvodu*. Praha: Grada.
- Rabušič, L. (2001). *Kde ty všechny děti jsou? Porodnost v sociologické perspektivě*. Praha: Sociologické nakladatelství (SLON).
- Richmond, M. K., Stocker, C. M., & Rienks, S. L. (2005). Longitudinal Associations Between Sibling Relationship Quality, Parental Differential Treatment, and Children's Adjustment. *Journal Of Family Psychology*, 19(4), 550-559
- Rogalewiczová, R. (2019). *Dítě v rodičovském konfliktu: Jak zůstat dobrým rodičem i po rozchodu*. Praha: Leges.
- Říčan, P. (2004). *Cesta životem*. Praha: Portál.
- Oyserman, D., & Destin, M. (2010). Motivace založená na identitě: Důsledky pro intervenci. *Poradny Psycholog*, 38, 1001–1043
- Smith, H. (2004). *Děti a rozvod*. Praha: Portál.
- Sobotková, I. (2001). *Psychologie rodiny*. Portál: Praha.
- Sobotková Nielsen, V. a kol. (2014). *Riziková a antisociální chování v adolescenci*. Praha: Grada.

- Steinberg, S.J., Davila, J. & Fincham, F. (2006). Adolescent Marital Expectations and Romantic Experiences: Associations With Perceptions About Parental Conflict and Adolescent Attachment Security. *J Youth Adolescence* 35, 314–329.
<https://doi.org/10.1007/s10964-006-9042-9>
- Storksen, I., Roysamb, E., Homen, T., & Tambs, K. (2006). Adolescent adjustment and wellbeing: Effect of parental divorce and distress. *Scandinavian Journal of psychology*, 47, 75-84. doi:10.1111/j.1467-9450.2006.00494.x
- Sturaro, C., van Lier, P. A. C., Cuijpers, P., & Koot, H. M. (2011). Úloha vzájemných vztahů při rozvoji problémů externalizace raného školního věku. *Vývoj dítěte*, 82, 758–765
- Šimíčková-Čížková, J. a kol. (2010). *Přehled vývojové psychologie*. Olomouc: Univerzita Palackého v Olomouci.
- Špaňhelová, I. (2010). *Dítě a rozvod rodičů*. Praha: Grada.
- Teyber, E. (2007). *Děti a rozvod: Jak pomoci dětem vyrovnat se s rozvodem rodičů*. Příbram: Návrat domů.
- Trapková, L., & Chvála, V. (2009). *Rodinná terapie psychosomatických poruch: rodina jako sociální děloha*. Praha: Portál.
- Tyrlík, M. (Ed.). (2012). *Zátěž v adolescenci*. Brno: Masarykova univerzita.
- VanderValk, I., Spruijt, E., de Goede, M. a kol. (2005). Struktura rodiny a problémové chování dospívajících a mladých dospělých: Studie růstové křivky. *J Dospívání mládeže* 34, 533. <https://doi.org/10.1007/s10964-005-8841-8>
- Vágnerová, M. (2000). *Vývojová psychologie: dětství, dospělost, stáří*. Praha: Portál.
- Vágnerová, M. (2005). *Vývojová psychologie I.: dětství a dospívání*. Praha: Karolinum.
- Venglářová, M. (2008). *Průvodce partnerským vztahem*. Praha: Grada.
- Výrost, J., Slaměník, I., & Sollárová, E. (2019). *Sociální psychologie: teorie, metody, aplikace*. Praha: Grada.
- Výrost, J., & Slaměník, I. (1998). *Aplikovaná sociální psychologie*. Praha: Portál.
- Waite, E. B., Shanahan, L., Calkins, S. D., Keane, S. P., & O'Brien, M. (2011). Life Events, Sibling Warmth, and Youths' Adjustment. *Journal Of Marriage*, 73(5), 902-912

Televizní dokument

Růžička, D. (Producent), & Derzsiová, A. (Režisér). (2009). *Partnerské vztahy aneb Návod na přežití: Rozchod a rozvod* [Dokument]. Česká televize. Dostupné z:

<https://www.ceskatelevize.cz/porady/10169534665-partnerske-vztahy-aneb-navod-na-preziti/208572231000013-rozchod-a-rozvod/video/>

Online zdroje

Zákon č. 110/2019 Sb., Zákon o zpracování osobních údajů. (2019).

<https://www.zakonyprolidi.cz/cs/2019-110>

Český statistický úřad. ČR v číslech. Sňatky a rozvody. Dostupné z:

<https://www.czso.cz/csu/stoletistatistiky/snatky-a-rozvody>

Český statistický úřad. Rozvodovost. Dostupné z:

<https://www.czso.cz/csu/redakce.nsf/i/rozvodovost>, 8. leden 2013

Seznam tabulek

Tabulka č. 1: Popis výzkumného souboru

Tabulka č. 2: Přehled jednotlivých aspektů v prožívání rozchodu rodičů adolescenty

Seznam příloh

Příloha č. 1: Osnova rozhovoru

Příloha č. 2: Ukázka kódování

Příloha č. 3: Perspektiva rozvodu a stresové adaptace na něj

Příloha č. 4: Počet sňatků a rozvodů v České republice

Příloha č. 5: Přepis rozhovoru

Příloha č. 1: Osnova rozhovoru

Budeme si povídat o tom, co se dělo, když se tvoji rodiče rozváděli.

- Jak k tomu vlastně došlo, že se rodiče rozešli?
- Co se dělo okolo rozchodu?

Prožitky

Co se s tebou dělo během rozchodu rodičů? Jak si se cítil/a?

Co jsi prožíval/a během rozchodu rodičů?

V čem to pro tebe bylo těžké?

Z čeho jsi měl/a největší strach?

S čím jsi se musel/a potýkat?

Jaký byl v té době tvůj život? Co tě zajímalo? Co jsi dělal? Kam si šel na školu?

Jak na tebe působila atmosféra v rodině během rozchodu rodičů?

Vztah k rodičům

Co se dělo se vztahy k rodičům?

Jak jsi prožíval/a vztah s mámou?

Jak jsi prožíval/a vztah s tátou?

Jak se chovali rodiče před/během a po rozchodu?

Co ti vadilo?

Co bylo nejhorší?

Změnily se vztahy s rodiči po rozchodu? A jak je to teď?

Pomoc při zvládnání těžké situace

Co ti v té době pomáhalo?

Co tě drželo nad vodou?

K čemu si třeba utíkal v těžkých chvílích?

Jak jsi se s rozchodem rodičů vypořádal/a?

Partnerské vztahy

Jaký to bylo v té době s tvými partnerskými vztahy?

Kdyby ses ty jednou rozcházel/a, je něco na co by sis dával pozor, čemu by ses chtěl/a vyhnout?

Máš strach, že by rozchod mohl postihnout i tebe?

Pohled na rozchod dnes

Jak se na celou situaci díváš dnes?

Vyčítáš si něco?

Vyčítáš něco rodičům?

A čeho si naopak ceníš na chování rodičů v době rozchodu?

Co bys vzkázal náctiletým, jejichž rodiče se rozvádějí?

Co si myslíš, že náctiletí, když se jejich rodiče rozcházejí nejvíce potřebují?

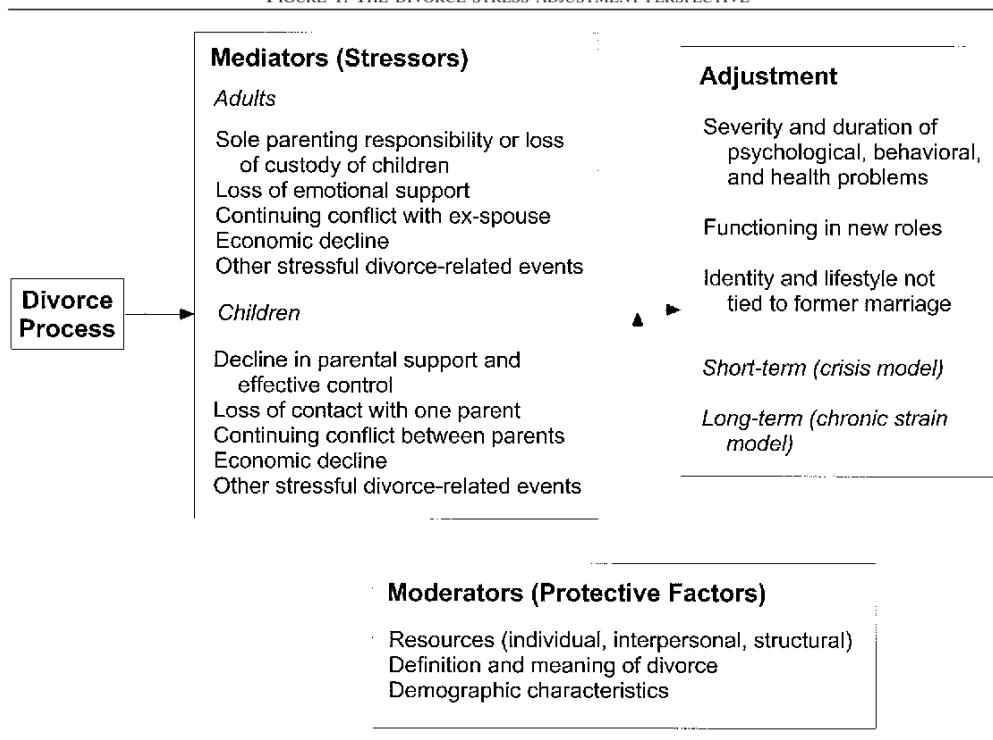
Příloha č. 2: Ukázka kódování

Kategorie	Kód	Citace respondentky
Prožitky	nepříjemné pocity lítost strach pocit bezprizornosti pocit samoty smutek deprese nepochopení hodně těžký období	„A měla jsem pocit, že se tady jako bojím.“ „Jsem měla jako úplně depresi.“ „...já jsem se cítila hrozně nepochopená.“ „V těhle momentech mě to jako mrzelo, že vlastně nejsou spolu.“ „Jo, to bylo hodně těžký a nesla jsem to hodně špatně.“
Vztah k rodičům	v péči matky dobrý vztah s matkou odcizení s tátou utnutí kontaktu s tátou vysvětlení, jak to oba cítíme odchod do péče k tátovi mamka byla důvod proč jsem se s tátou odcizila dobrý vztah s tátou poznání nového táty proměna vztahu s tátou matka je dotčená matka je uražená matka ji vytěsnila	„Tak ten vztah se nám strašně odcizil.“ „Hrozně věci jsme si mezi sebou vysvětlili. Jak prostě...jak to oba dva cítíme, že chceme bydlet spolu.“ „Mamka byla ten důvod, proč jsem se s tátou odcizila, protože ona nebyla úplně korektní jako vůči němu.“ „...protože před rozvodem jsem měla s tátou dobrej vztah a vlastně fakt ten rozvod nás na nějaký jako třeba tři, čtyři roky úplně odcizil.“
Pomoc při zvládnání těžké situace	dobrovolnictví psycholožka pomoc ostatním otevření těžkých témat	„Ta psycholožka na mě měla v tomhle dobrej vliv.“ „Dobrovolnictví mi pomáhala zapomínat na to, co se děje doma.“
Partnerské vztahy	promítání do svého partnerského vztahu zůstat spolu do konce života nechci zažít rozvod nechci se hádat nechci do toho zatahovat děti ovlivňuje mě to žárlivost schopnost nevěry důležitost komunikace řešit problémy	„Když jsem začala s přítelem chodit, tak říkám hnedka, že spolu musíme hlavně mluvit. O všem (smích).“ „Když teď bláhově žiju v tom, že si myslím, že spolu zůstaneme do konce života.“ „...i když ho miluješ, tak třeba je schopnej tý nevěry jako byla máma prostě schopná to udělat...“
Pohled na rozchod dnes	nevstřebání rozvodu	„Myslím si, že jsem to v některých případech ještě nevstřebala.“

	<p>bylo by fajn, kdyby bylo všechno jako dřív rodiče udělali dost věcí špatně výčitky zatahování do rozvodu vybudování strachu o něco prosit doprošování</p>	<p><i>„...aspoň jednou za čas si řeknu, jak by to bylo vlastně fajn, kdyby bylo všechno jako dřív.“</i></p> <p><i>„Vyčítám jim, že mě do toho zatahovali jako hodně.“</i></p> <p><i>„Vybuodovala jsem si v sobě takový to, že nerada o něco prosím.“</i></p> <p><i>„...že jsem se musela doprošovat jako vlastně někoho, aby mi něco koupil.“</i></p>
--	---	---

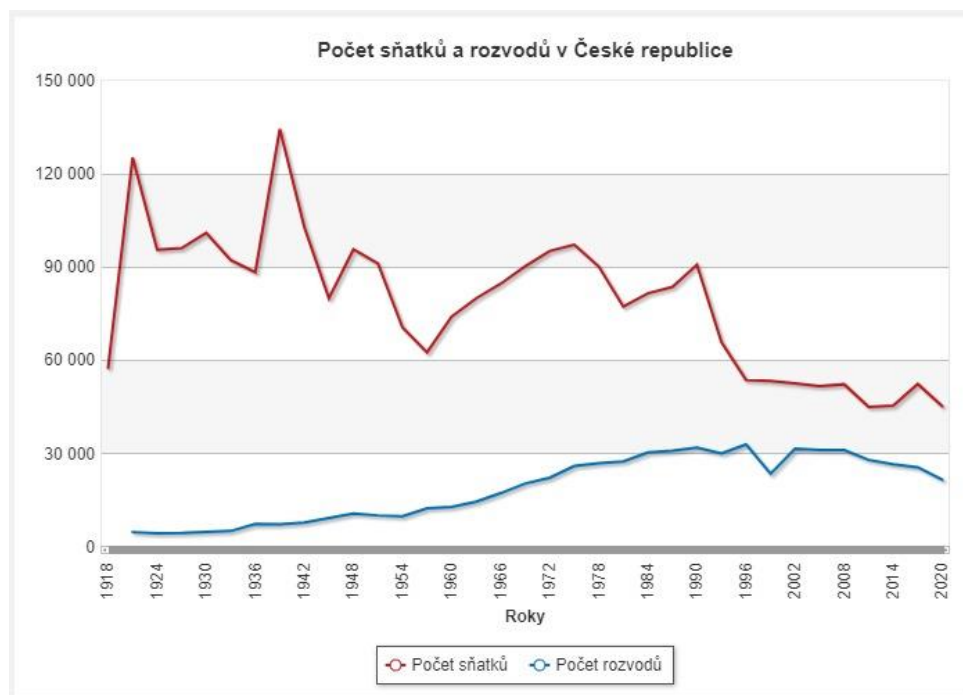
Příloha č. 3: Perspektiva rozvodu a stresové adaptace na něj

FIGURE 1. THE DIVORCE-STRESS-ADJUSTMENT PERSPECTIVE



Zdroj: Amato, P. (2000). Důsledky rozvodu pro dospělé a děti. *Časopis manželství a rodiny*, 62, 1269-1287. Dostupné z: <https://www.semanticscholar.org/paper/The-Consequences-of-Divorce-for-Adults-and-Children-Amato/89c9401b10ad2e644c45e0cb3dad925adf618387>

Příloha č. 4: Počet sňatků a rozvodů v České republice



Zdroj: <https://www.czso.cz/csu/stoletistatistiky/snatky-a-rozvody>

Příloha č. 5: Přepis rozhovoru

Rozhovor – Nikola

trvání rozhovoru: 55 minut

datum rozhovoru: 27. 2. 2021

Jak k tomu vlastně došlo, když se rodiče rozcházel? Co se dělo okolo rozchodu? Jaký byl důvod?

N: Jak se rozvedli? Rozvedli se tak, že táta si našel jinou partnerku. On vlastně podváděl mamku nějakých x let. Vlastně já jsem byla ještě dost malá, když už jí podváděl a kolem těch 12 ti let se opravdu jako rozvedli, že i mamka podala teda oznámení, že se chtějí rozvést. Jo. Jinak teda tohle všechno začalo už dřív, že si našel jinou partnerku, s ní začal, tak nějak to táhl, nevím jak dlouho. Popravdě jo, nevím, kdy na to mamka přišla, ale když mi bylo 12, tak se rozvedli.

A jak si to prožívala před tím? Věděla jsi o tom, že tat'ka někoho má?

Jak ono to bylo? (přemýšlení) Já jsem to do rozvodu nevěděla. Do rozvodu jsem o ničem nevěděla. Byly tam před rozvodem ještě různé hádky doma. Takže už to dítě nějakým způsobem tuší, že není něco v pořádku. Takže jsem teda taky tušila, že jako to úplně nefunguje u nás, takže tam byly velké hádky. Ale jako nevěděla jsem primárně kvůli čemu. Co je důvod těch hádek. Proč to nefunguje. Takže vlastně do toho rozvodu jsem nevěděla, co se děje. Až potom po rozvodu vlastně mi bylo řečeno, že už spolu rodiče nebudou žít, a že bude střídavá péče, a že tátu uvidím jenom párkrát do týdne většinou o víkendech.

Jak ses cítila? S čím si se musela potýkat?

Já jsem to cítila hodně špatně, protože to hodně špatně nesla moje máma a já jsem žila s ní převážně. Jo a ona veškerý ten vztek a zlost vlastně přenášela i na mě. A tak tam byly většinou teda opravdu problémy, že vznikaly i hádky jako i mezi mnou a mojí starší sestrou. Jo, protože já jsem jezdila k tátovi, ona ne, jo a já jsem teda ještě jako furt jsem milovala toho tátu, takže já jsem jako moc nechápala, co se děje a chtěla jsem být s tátou, jenže to ségra a máma nechápaly. Takže...oni to braly trochu jako, jakože jsem tátova holčička, že jo a prostě tam vznikaly už ty hádky jakoby i mezi tou mojí ségrou, mojí mámou. Takže začátky byly jakoby velice kruté, protože vlastně ta mamka tu zlost hodně přenášela na mě. Že byla na mě, jako že se na mě rozčilovala třeba kvůli zbytečným, který já jsem nechápala jo.

A jak to vnímala ségra?

Ségra právě hodně stála na straně mámy. Takhle z mého pohledu, když to takhle беру zpětně, tak ségra stála na straně mámy, za tátou nejezdila, vlastně ho brala jako velkého zrádce. Jo a nechtěla ho ani vidět, a i to právě, že ona ho vlastně brala jako zrádce a já furt jsem za ním jezdila, hodně způsobovalo ty problémy mezi náma, že jsem si vůbec nerozuměly s tou ségrou. Jo, takže vlastně to bylo velice

komplikovaný, když jsem potom byla v domácnosti já s mamkou a se ségrou. Takže ona ho nechtěla vidat.

A čím myslíš, že to bylo?

Ono to hodně bylo tím, že ona ho brala jako zrádce, protože on si začal vlastně s její kamarádkou (smích). Ona vlastně ta její kamarádka, tak to byla její trenérka na koních. Jo, ona jezdila na koni, měla trenérku, skvělou ženskou, byla to i kamarádka a táta, jak ji vozil právě na ty koně, tak se dal do řeči i s tou teda trenérkou no a potom to teda trenérku sbalil, potom jí zbouchnul, že jo a potom s ní měl dítě, takže to ségra brala jako velkou zradu, protože se jakoby i rozešel táta kvůli ní, s tou mámou a takže takhle to prostě je úplně jasný, že to byla pro tu ségru velká zrada. Že vlastně táta opustil prostě mámu kvůli tý trenérce.

Kvůli jejímu koníčku vlastně?

Jo, neměla ráda potom ani tu trenérku. Vůbec jí nechtěla jako ani vidět.

A jak si to měla ty v té době? Také si s tím skončila nebo jste dál jezdili s taťkou?

Ne, ono vlastně to, ty problémy hodně byly ještě, vznikaly i díky tomu, že já jsem začala jezdit vlastně s tou tátovou, s tou trenérkou, se kterou měl táta to dítě. Jo, protože mně bylo v té době těch 14 let a já viděla tu možnost, že budu mít svého poníka, že můžu jezdit na koni, že mi toho bylo hodně naslibováno. Jo, byla to trenérka na koni, takže já měla svého vlastního trenéra. Jo, viděla jsem tam prostě ty krásný časy u koní, takže já jsem právě chtěla jezdit. Táta mi to umožnil. Jo, táta mi řekl tady máš koníka, tady máš trenérku, všechno je krásný, buď teda s náma. Takže já jezdila za tím tátou, já jezdila za tou Andreou. Jezdili jsem takhle právě na ty tréninky. Takže to bylo velice jako krásný časy. Ale pro mámu to krásný časy rozhodně nebyly, že jo. Máma tohle nesla hrozně špatně. Ona to viděla opravdu špatně a pokaždý, když jsem se vracela domů, tak byl prostě oheň na střeše, protože ona prostě to nedokázala snýst ten pocit, že jsem strávila čas s tátovou novou milenkou. Nesměla jsem si vlastně přinést ani žádný dárky, který když jsem slavila narozeniny s tátou a s tou milenkou Annou, tak dárky, co jsem od ní dostala jsem si nesměla přivést domu. To neexistovalo. Jo, to máma prostě neskousla. Takže jsem jako nesměla tohle. To už mi taky působilo většinou jako problémy. Byla jsem z toho smutná, protože domov jsem měla u mámy, ale jako ty dárky, tak když jsou to narozeniny že jo, takže jsem to chtěla mít i doma, ale nechápala jsem to v té době, ve 14 ti letech, že dar od té milenky může ublížit mé mámě, jako psychicky. Takže, to proč se na mě zlobí za to, proč jsem dostala dárek jsem nechápala. A to způsobovalo taky velký nepříjemnosti.

Takže v čem to bylo pro tebe těžký? Kdybychom to shrnuly, tak je to právě tady v tom, že si nerozuměla, co se od tebe očekává?

No já jsem prostě jako nerozuměla tomu vzteku tý mojí mámy. Jo, protože ona byla opravdu na mě hrozně ošklivá, že vlastně kolikrát já jsem se vrátila z víkendu u táty a ona první co, ona co se mě zeptala bylo jízlivou větou: „*Tak jaký jsi měla den se šťastnou rodinkou?*“ A já jsem se jí snažila dát najevo, protože ona asi měla strach, že prostě bude...že jí přestanu mít ráda. A já jsem se jí vždycky od těch 14 ti, já

nevím, jak dlouho to trvalo, do 17 ti, 18 ti let možná i...snažila dát najevo, že pro mě je vždycky moje máma, že vždycky bude a že se nemusí ničeho bát. A to, že mi říkala, jak sis užila šťastný den nebo den se šťastnou rodinkou? Tak mi to hrozně ubližovalo, protože já jsem nebyla jakoby šťastná s nima. To nebyla jakoby šťastná rodina. Protože moje rodina byla moje máma. A ona mi ubližovala tím, že prostě mi takhle...byla jízlivá na mě. A já jsem jako se jí snažila dát najevo, že to...že se nemusí ničeho bát, ale ona byla tak našťvaná na ten svět, že prostě to neviděla, nechápala a měla tu zlobu v sobě, kterou hrozně ventilovala furt ven. A já jsem byla zmatená, proč to nechápe. Proč jako je na mě tak hnusná.

Co pro tebe bylo nejtěžší?

Jo, nejtěžší? No nejtěžší bylo dát najevo tý mámě, že jí prostě furt miluju. Protože ona mi dávala najevo jako kdyby, kdybych jí opovrhovala, což nebyla pravda.

A bavili se třeba jako rodiče mezi sebou, když viděli, že ti to takhle ubližuje?

Ne, vůbec spolu nekomunikovali. Komunikace absolutně nulová. A když už bylo zapotřebí něco si říct, tak veškerá komunikace šla právě přese mě.

Takže si byla ten prostředník mezi nimi?

Jo, byla jsem opravdu jak ten prostředník. Přesně tak, který mezi nima pendloval a mezi nima teda i pendlovala takhle i ta komunikace. A bylo to velice nepříjemný, protože kolikrát přese mě řešili třeba majetkové vztahy jako je třeba ohledně chalupy. Jo a většinou to bylo prostě, řekni tátovi ať s tou chatou udělá něco, něco takového. Když já jsem mu to řekla, tak táta se rozčílil a řekl mi, to snad nemyslí vážně, tak jí laskavě řekni, že takhle to nepůjde. A vyřizovali si to takhle přese mě. Ještě to bylo v těch 14 ti, 15 ti letech, kdy já jsem tomu nerozuměla a většinou jsem třeba i to jakoby špatně přetlumočila. Ten význam. A tak se třeba zbytečně našťvali nebo to třeba zbytečně pochopili jinak. A tím vznikaly další problémy. A taky nepříjemný to bylo vlastně ve chvíli, kdy já jsem řekla to, co tlumočím z té jedné strany tomu druhému, tak on se našťval. Ale ten první člověk, který tu zlost schytá jsem byla já. Ten prostředník tam. Právě jo. Takže ta komunikace tam byla hodně mizerná a fakt špatná a nefungovala a jako dlouho se to neslo s náma.

A měla si v tu dobu někoho, s kým by sis o tom mohla popovídat?

Já jsem měla třeba jako blízkou kamarádku na střední, teda pardon ještě na základce, která totiž se mnou chodila do školy a my jsme...ona bydlela vedle mě hned a většinou... (přemýšlení) jsem jí brečela na rameno. Jo, většinou, když jsem šly spolu do školy, tak jsem jí říkala, co se děje doma. Ale nebyl by to člověk, který by mi nějak podal nějaký rady. Jo, bylo to opravdu jenom, že jsem se vybrečela. Takových kamarádek jsem potom různě měla, že jo během svého života. Na střední škole, potom i na univerzitě, jo ještě v prváku třeba nebo většinou teda na té základce, potom na univerzitě.

A nenapadlo tě třeba vyhledat psychologa?

Byla jsem jednou u psychologa. Ale ten mi vůbec nepomohl, protože já jsem vlastně nedokázala ze sebe, nebo nějakým způsobem se vyjádřit. Já jsem nedokázala říct, co

se všechno dělo a co mi vlastně vadí a co se vlastně stalo, co mi ublížilo. Nedokázala jsem to tý psycholožce říct. To mi bylo myslím 15 let, když jsem byla u psychologa.

A proč myslíš, že jsi jí to tenkrát nedokázala všechno říct? V čem to bylo pro tebe tak těžké?

Že toho bylo prostě hodně. Hrozně moc věcí. Protože jak se to dělo od 13 ti, tak se hrozně moc věcí stalo a kumulovalo se to ve mně. A když jsem to potom...já jsem si totiž v hlavě vždycky představovala, jak k někomu půjdu a všechno mu to takhle řeknu a on si řekne ano, to prostě tohle to...a teďka budeme pracovat na tomhle a na tomhle a pomůže mi.

A realita byla jiná?

Ano. Když k tomuto najednou došlo, tak já jsem najednou neměla slova, protože jsem nevěděla, jak reagovat, protože jako bych nevěřila tomu, že jako....teď by mi mohl pomoci ten člověk nebo já nevím... V těch 15ti letech jsem to nedokázala nějak v těch slovech vyjádřit, co všechno jsem cítila vevnitř.

A bylo něco, co ti v tu dobu opravdu pomohlo?

Abych pravdu řekla. Jediným opravdu pomocníkem, který mi pomohl potom dostat ty psychické problémy ven, nějak je ventilovat ven byl deník. Takže jsem si psala zápisky. A to byl...dalo by se říct i takový jako můj přítel (smích). Je to takový zvláštní říkat, ale je to tak. Opravdu to, že jsem psala ten deník a tam psala ty svoje pocity. Takhle jsem se dokázala potom i zklidnit. Třeba když jsem měla opravdu nějaký nával tý zlosti.

A na to si přišla sama nebo ti to poradila ta psycholožka?

Na to jsem přišla sama. Vlastně já si z tý psycholožky vlastně tolik nepamatuju. Já si pamatuju ten pocit, že mi to nic nedalo. Ona se mě jenom ptala na milenku tátovu, na mámu, jak jí znám. Šla na mě jako hrozně opatrně a mě to nebavilo. A potom najednou bylo to jenom na třičtvrtě hodiny. Nic mi to nedalo a já už jsem tam nechtěl jít. A...takže mi ta psycholožka prostě nepomohla. A pomohla jsem si sama tím vlastně, že jsem si psala ten svůj deník. (smích)

A k té psycholožce. To bylo tak, že jsi k ní chtěla jít ty nebo s tím přišla mamka s tatškou?

Já myslím, že s tím přišla mamka. Potom co jsem brečela každou noc doma s tím, že jsem měla záchvaty breku. A že mám jako spoustu...Já jsem jí vždycky říkala, že mám spoustu myšlenek v hlavě a nevím, jak to jakoby říct. A brečela jsem u toho. A ona mamka viděla, že to je teda špatný. Tak sama navrhla, že půjdeme k tý psycholožce. Takže to, že k někomu půjdeme byl nápad mamky.

A jak to bylo s tatškou? Co se dělo se vztahy s rodiči? Třeba jestli můžeš přiblížit, jak to bylo před rozvodem, během rozvodu a pak po? Jestli se ten vztah s tatškou nějak proměnil?

Ten byl jak na horský dráze. Nahoru, dolů. Nahoru a dolů (smích). Bylo to tak, že když byli spolu, tak táta byl pořád v práci (úšklebek). A veškeré aktivity se mnou

dělala mamka. Že vlastně s ní jsem se učila. Ona mě vozila na krasobruslení, na sporty, na záliby veškerý a veškerý čas jsem spíš trávila s mamkou. Po rozvodu kolem těch 14t i, 15ti let, kdy jsem si užívala, že mám toho poníka, tak to bylo jako výborný. Protože táta se mi najednou začal věnovat. Protože mě vozil na ty koně. Jo a já jsem strávila jenom víkendy, jak byl rozvod, střídavá péče, takže já jsem byla jenom o víkendech a on měl o víkendech čas. Takže jsem najednou s tátou trávila hodně moc času. Pak přišel věk 16, 17, kterej byl hodně zlomovej. A já jsem si začala...puberta. Za prvý. A já si začala uvědomovat, že ne všechno bylo tak růžový (smích). Jako s tím tátou a že teda jako způsobil hodně bolesti mámě, a tak jsem se od něj snažila distancovat. Ale nemohla jsem, protože jsem furt dělala koně a on mi je financoval. A já jsem věděla, že jsem k němu přivázaná tímhle tím. Takže já jsem na jednu stranu musela dělat, že ho mám jakoby ráda, ale zároveň jsem k němu cítila nenávisť. A potom se ta nenávisť ještě víc prohloubila (smích), protože on se rozešel s tou milenkou a našel si jinou ženu. A nejhorší bylo, že ta trenérka byla teda jako i moje kamarádka, tak jako to dřív bylo se Zuzanou.

A jak ten rozchod snášela ona?

Ta Anna ho taky špatně snášela tenhle ten rozchod, tak veškerou tu zlost, kterou on prostě...ona cítila, že se rozvedli, rozešli, pardon. Tak ona to všechno zase ventilovala na mě, protože já byla její nejbližší kamarádka.

Takže si ten rozchod prožila vlastně dvakrát?

(Smích). Jo dalo by se to tak říct.

A narušil ten rozchod tvůj osobní život?

Potom...to bylo myslím 16 let. Je mi 23, na koních nejezdím 4 roky. (Zamyšlení se). No to bude v takových 16 ti letech, 17 ti se asi rozešli. A takže jsem tohle to, cítila znova, ale tam už ten průběh byl mírnější. Už to netrvalo tak dlouho. Navíc to nebyla moje úplná matka, takže jsem k ní neměla takovej vztah. Tím pádem vlastně ono to hrozně rychle přešlo. I ona vlastně měla jinej průběh toto rozchodu než třeba moje máma. Jo, že ona sice s mým tátou měla dítě, ale nějak chápala, že dobře, je tady střídavá péče. Nebudu tomu dítěti, mýmu bráchovi, dělat peklo. Nebudu na něj hnusná a budu s tím bývalým přítelem, tedy s mým tátou nějakým způsobem spolupracovat. Takže třeba tam, jejich komunikace byla absolutně jako perfektní. Ona to nějak vzala. Nevím, jakým způsobem to dokázala, nicméně to nějak vzala, že se rozešli, ale komunikovali spolu. A byli v pohodě. Tím pádem já jsem v pohodě dál mohla jezdit na koni. Táta mi je financoval. Tak se to uklidnilo, takže já jsem měla trenérku. Ona byla spokojená, že mě mohla trénovat. Táta byl spokojenej, že má klid, že jeho syn neprožívá takový trauma, co já jsem si zažívala. Takže to bylo takový poklidnější.

Takže v tomhle druhém případě to bylo lepší?

Jo, bylo to v tomhle tom lepší, takže já jsem dál jezdila. Už jsem tolik nevnímala teda tohle to, nicméně v těch 18, 19 ti. V 18 ti letech potom jsem už asi skončila s těmi koňmi.

Proč? Bylo to kvůli vztahu s tátou?

Protože mi vadilo, že jsem finančně závislá na tátovi. Protože on mi furt platil ty koně. Koně jsou velkej závazek a většinou docházelo k takovým nepříjemnostem, že já jsem měla, střední školu. Dělala jsem maturitu. Do toho jsem měla koně, svoje kamarády, nějaký svůj život a teďka ještě pendlování furt mezi tátou a mámou. A pak se stávalo, že k tomu tátovi jsem jela míň, ale on mě vozil na závody. A on mi potom začal i vyčítat, že hale já ti tady platím koně, vozím tě na závody a ty si potom na mě ani nevzpomeneš.

A jak si to vnímala ty?

Nebyla to pravda. Já jsem byla strašně vděčná za to, že mi to koně platí, že mi umožnil dělat takovýhle sport. A vždycky jsem na něj byla hodná, na rozdíl třeba od mé ségry, která na něj byla fakt jízlivá kolikrát. Ale on to prostě jako... On mě chtěl mít víc u sebe, ale já jsem se nemohla rozpúlit. Já jsem měla svoji školu, svůj život, svoje kamarády, mámu, koně, a tak docházelo k takovým nepříjemnostem. A už toho bylo hodně. On mi teda tohle to kolikrát i vyčetl, což mě už jako kolikrát i hodně namíchlo, že jsem řekla dost a nechci dělat koně i z tohohle důvodu, že nechci být závislá na tátovi. A taky samozřejmě chci cestovat, studovat to byly jako další důvody jo proč s tím skončit. Ale ohledně teda těch rodinných vztahů to tam hrálo taky roli.

A s mamkou to bylo jak? Pak se to nějak zlepšilo jako v průběhu času?

U mámy se to hodně zlepšilo. To můžu říct přesně, když se odstěhovala do nového baráku.

Když změnila prostředí?

Jo. Změna prostředí, přesně tak. Úplná změna prostředí. Fakt jako a ona se postavila na vlastní nohy. To bylo před 6 ti lety. Kolik mi je 23 mi je (smích). Takže v těch 17 ti letech. V 17 ti letech jsem se odstěhovaly pryč do nového baráku. Ona si splnila svůj sen, že měla svůj barák, měla zahradu, mohla si pořídit pejska. Vzchopila se, začala si budovat svojí práci a opravdu tam došlo k neuvěřitelný změně, že už najednou žila svůj život. Jo byla tam snaha, že zase bude s nějakými dalšími chlapy. Párkrát byla na rande, ale to nevyšlo. Ona si zvykla na svůj život nějakým způsobem a od té doby se to takhle jako změnilo. Pak se uklidnila, už byla střídmější. I já potom jak vlastně v 18 ti letech jsem začala být potom samostatnější, jo tak, dospělejší. Už jsem si o tom dokázaly i popovídat.

Před tím to tak úplně asi nešlo?

Ne, nešlo to, protože za prvý tam furt byla ta zloba jo...a za druhý...já jsem asi i já nevím jak jsem to moc nechápala v těch 15ti, 16ti letech, tak o tom si prostě nešlo popovídat moc.

Kdy myslíš, že přišla ta změna?

Potom asi, že jsem přestala dělat ty koně. Jo, že jsem se začala věnovat studiu. Tak mamka tam viděla to, že jsem se ne odstranila (smích), oddálila od toho táty třeba i osamostatnila. Už mě začala brát třeba víc jako takovou dospělou. A tak i ona se zklidnila. Uvědomila si asi, že opravdu, opravdu neuteču, že jsem její dcera (smích). To vlastně k tomu pomohlo, že s časem to se uklidnilo.

S tím cestováním, jak si říkala, tak bylo to i ten důvod, že třeba chceš cestovat, že chceš od té rodiny pryč, že vlastně si to chceš zkusit sama se sebou, prostě odejít?

Za mě asi úplně ne. Já chci prostě cestovat, protože mě to i láká a myslím, že by mě to lákalo, i kdybych měla spolu rodiče. Ale musím říct, že ségra se odstěhovala do Ameriky kvůli rodičům. Že ta od nich utekla do Ameriky. Že ta nedokázala prostě sníst tu nenávisť, která se tady dělá a aby měla klid, tak utekla pryč do zahraničí.

A ségre bylo kolik, když se vaši rozváděli? Nebo o kolik jste let?

My jsme o 9. Takže když mi, jo mě bylo 12....tak jí bylo 21 (pauza). Jo, jsem přemýšlela, jestli to tak vychází a vychází to tak, že ve 21 letech odjela do Ameriky.

Jak je to teď se vztahem s mamkou, s tatškou?

Jo, teď je to v pohodě. Teď je to dobrý (smích). Na to, jakým peklem jsme si prošli, tak to zpětně teďka beru, že to snad náš vztah i jako otužilo. A že jako s mamkou, musím zaklepat, ale já nevím, i proč, ale opravdu s mamkou to funguje. Vztah funguje skvěle, jo jako...pro mě mamka je úplně důležitý člověk. I já pro ni bych řekla (smích). Rozhodně. Ale jako jo ten vztah tam je. Stejně tak s tátou. Já tátu navštěvuju tak, jak já chci, jak mi to vyjde. Jo, táta už mě taky nebere jako tu holčičku, kterou chtěl mít pořád. Víš, kterou on mohl ovlivňovat, měl na ní vliv. „*Teďka chci, aby si byla se mnou prostě, jo. Ty trávíš se mnou málo času.*“ Ne, už jsem dospělá už si prostě ten svůj čas řídím sama a on to tak bere. A tím pádem je rád, když tam přijedu. A tím víc se ten náš vztah prohlubuje a opravdu si rozumíme teďka.

A jaký je váš vztah se ségrou?

Stejně tak je to se ségrou. Ještě jenom dodám, že vlastně jak my jsme o 9 let starší a nerozuměly jsem si, tak my jsme se nesnášely. Opravdu já jsem sestru nesnášela. Ona nenáviděla mě. Ona na mě byla vždycky hrozně hnusná a já jsem jí nenáviděla. Ale...

A myslíš, že to bylo právě kvůli tomu rozchodu rodičů?

Ano, jo. Rodičů, ano. Bylo to tím, protože vlastně dalo by se říct, že já stála na straně táty. Ona na straně mámy, jo.

Takže dá se to zhodnotit tak, že na úkor vlastně jejich rozchodu se narušily i vaše sourozenecké vztahy?

Hodně.

Že to bylo díky tomu způsobený?

Jo. Na druhou stranu teď. Teď jsme nejlepší ségry. Cestujeme spolu. Opravdu máme se rádi. Jo, já za ní jezdím na návštěvu do Anglie. Podnikáme výlety. Takže náš vztah je teďka úplně miliónovej. Takže zase člověk si prošel nějakým peklem, ale...já nevím, asi když má dobrej rozum a nějak to zvládne, tak ho to potom třeba jako i posílí do budoucna. Nevím. (Smích).

A když se na to podíváš zpětně. Je něco, co těm rodičům vyčítáš? Co udělali podle tebe špatně?

Já bych řekla, že sebevědomí. Že mám nízký sebevědomí v tomhle tom. Obzvlášť, já nevím, třeba je to i spíš i tou náturou mého táty, protože ten z tebe udělá naprostýho debila, i když víš, že máš pravdu. Ale, on tu pravdu nemá. Ale převrátí to tak, že nakonec si budeš říkat, že má pravdu. Jo, když si vezmeš tuhle tu jeho náturu, kdy za každou cenu on má pravdu a ty ne, tak ještě v té době toho rozchodu, tak jakýkoliv nejasnosti, který byly, nedávaly ještě víc smysl. Vůbec jo (smích). A vlastně něco, co já jsem řekla. Třeba kolikrát jsem si stála za svým názorem, tak on mi to tak vyvrátil, že já jsem úplně potom si nevěřila. Absolutně jsem...ono bylo období, kdy já jsem si opravdu nevěřila, protože jsem si říkala: „*Ale co když to tak není. Jo, co když říkám blbost.*“ Můj názor určitě není tak správný. Není určitě správněj. A to mi hodně teda snížilo to sebevědomí, protože já jsem potom měla strach cokoliv říct i na veřejnosti, protože jsem si říkala, teďka mě všichni shoděj, protože mě ukamenujou svými názory, že ty jsou správný a můj není. A to mi zůstalo i dodnes, že nějakým způsobem projevit se mi dělá problémy. Jo, protože mi teda záleží na tom, jaký názor si o mně udělají ostatní a co když jejich názor je prostě pravdivější než ten můj. Takže sebevědomí tam bylo jednu domu fakt mizerný. Jo, a to jsem si kolikrát i říkala, že kdybych si tím neprošla, tak bych třeba měla to sebevědomí vyšší. Jo, že bych si třeba stála za svými názory víc. Jo, dokázala bych se nějak projevit.

A je třeba zase něco, čeho si na nich ceníš?

No vlastně si cením nebo si i vážím toho, čím jsem si prošla, čím jsem teď. Protože já vidím, jak to bylo nepříjemný a nechci, aby se tohle stalo mému dítěti třeba do budoucna.

A na co by sis dávala pozor, kdyby ses jednou rozváděla ty? Čemu by ses chtěla vyhnout?

Ta komunikace. Komunikovat s tím partnerem, že i když se rozvedeme, tak nějakým způsobem. Jo, ať rozhodně nedochází ke komunikaci přes to dítě. To je asi to nejhorší, co prostě může...Nebo já nevím, ne nejhorší, ale jo...Samozřejmě, že ne nejhorší. Je spousta horších věcí, ale není to zrovna to nejlepší, co rodič může udělat svému dítěti (smích). A komunikace je základ. Ať už prostě si ti rodiče udělají cokoliv, tak nějakým způsobem jsou prostě dospělí, berou zodpovědnost a musejí

komunikovat spol Jo, a tohle je pro mě důležitý. Ať to dítě z toho nemá takový trauma jako, ať... Víš, že si ty věci s tím partnerem třeba budou řešit mimo to dítě.

Ted' to popisuješ na základě svoji vlastní zkušenosti?

Ano, přesně tak.

Co by si vzkázala dospívajícím, jejichž rodiče se rozcházejí? Co jim může podle tebe pomoci?

Ten deník. Nějakým způsobem to ze sebe ventilovat. Takže ať už v podobě deníku nebo třeba skládáním písniček, básniček... Nebo si povídáním o tom s kamarádkami, nebo k chozením k psychologce. I to dítě prostě... třeba si najít nějakou dobrou jo, která by to dítě provedla. Nebát se opravdu slovo psychologa (smích). Jo, že to není nic špatného. Já věřím tomu, že je spousta dobrých psychologek, který pomůžou těm dětem z toho ven. Jo, aby neprožívaly takový trauma. Jenom já jsem prostě... Třeba ani ty moji rodiče to tolik nevyhledávaly tu psychologickou pomoc. Já jsem potom řekla, že už nechci víc, tak to víc neřešili. Ale jak říkám ještě. Já bych třeba i doporučila, když už teda... protože najít psychologa, to asi 11 ti letý dítě neudělá, ale jak říkám. Ventilovat to ze sebe v podobě toho deníku nebo jiných způsobů a zabavit se, zabavit mozek třeba sportem.

A bylo ještě něco, co tě v uvozovkách drželo nad vodou? Co ti v těch těžkých chvílích během rozvodu pomáhalo?

Jo, mně hodně pomohl sport. Mně fakt hodně pomohl sport. Protože třeba ty koně. Já jsem si sedla na koně a zapomněla jsem na všechno. Jo byla jsem jenom já a kůň, a to mě úplně zrelaxovalo a byla jsem naprosto spokojená. A sport pro mě jakožto sportovního člověka mi hodně pomohl. Ten, kdo třeba není sportovně založen, ale tak maluje. Tak ať to vymaluje, ať si maluje obrazy, ať to hlavně ventiluje, ať to nedrží v sobě. Jo, to je asi to nejdůležitější. Nějakým způsobem ať to nedrží v sobě, protože to potom vede ke špatnostem, protože pak si to dítě může jenom ubližovat. A bude se zraňovat vevnitř, ale potom to může přejít až napovrch, že dojde k sebepoškozování.

A to se u tebe stalo?

S tím jsem měla zkušenosti. Ale já jsem (smích) měla sebe dost ráda na to, abych se poškozovala. Je to tak, že já jsem opravdu se párkrát takovýto řezání do stehna, do nohy. Ještě v té době na základce hodně frčelo emo, emo style jo. Takže to docela ještě podpořilo tuhle tu náladu. Ale mně se to nelíbilo. Mě to bolelo (smích). Ale jako dokážu si představit právě ty děti, že oni tu bolest, kterou mají vevnitř právě ventilují tím, že se sebepoškozují. Že tu bolest soustředí na tu bolest vnější.

Že to nedokážou vyjádřit slovy, nedokážou pojmenovat ten problém?

Ano, ano. Proto se sebepoškozují ty děti. Takže to chápu. Já... mě to prostě bolelo (smích). Jsem nechtěla. Ale jako zkusila jsem si to taky. Respektive zažila jsem si to taky.

A jak to bylo v té době s tvými partnerskými vztahy? Bála ses, když si viděla, jak to může skončit, když se rodiče rozešli? Měla si třeba strach z navázání vážnějšího vztahu, anebo ne? Jak to vnímáš? A jak si to vnímala před tím?

Asi mě to ovlivnilo stylem, že mi to bylo úplně jedno. A byla jsem právě úplně taková hodně free. A tak jsem nic neřešila. Takže nechci říct střídala kluky jak pantofle jo (smích). Ale neřešila jsem to. Ne, nechci říct, že ten rozvod mě neovlivnil abych se bála vztahu. Nebo pak mě to tak pošťouchlo k tomu, aby...že jsem to neřešila.

Takže to není tak, že by si se přímo bála, ale úplně si se do vážnějšího vztahu nepouštěla?

Jo. Je pravda, že já jsem absolutně nebyla pro žádný dlouhodobý vztah, dlouho. Pro mě dlouhodobý vztah byl absolutně nepředstavitelný, protože já jsem měla svoje zájmy, svůj život. Já jsem byla přednější, než jako bych se uskromňovala ještě na úkor nějakýho kluka. Takže já jsem si užívala nějakou dobu. Když mě to nebavilo nebo když mi to vadilo, tak jsem si s ním skončila a užívala jsem si dál. Takže jako dlouhodobý vztah pro mě nebyl. Nehledala jsem to. Dlouhodobý vztah. To jsem prostě nechtěla.

Měla si svoje aktivity a chtěla jsi si žít jako v uvozovkách ten svůj život a dělat si to podle sebe?

Jo.

Nebo aby ti do toho nikdo nezasahoval?

Ano. Přesně.

A jak je to teď s tvými partnerskými vztahy?

(Smích) Teď, teď už je to mnohem lepší, protože jsem si zažila, to co jsem si zažila, že právě jako že jsem si nějaký ten vztah užila a pak to skončilo. Pak další, pak to skončilo. Tak nějak jsem se vyblblala dalo by se říct. Jsem za to ráda, protože i tak člověk sbírá zkušenosti a jak se takhle jakoby vyblbne, tak potom už si uvědomí a jako už, už mě to tolik nebaví. Už to není takový vzrůšo. Už bych chtěla mít toho kluka. Takže u mě teďka už nastal ten zlom, kdy právě si vážím toho, že mám přítele dlouhodobě. Jo a že mám i tu vidinu být s ním do budoucna. Že už ji tam vidím tu vidinu hlavně. Před tím jsem žádnou vidinu neměla. Před tím mi to bylo jedno. Ale teď po tom všem. Po těch zkušenostech, co jsem měla...jsem se uklidnila. Tak nějak jsem dospěla zase k tomu, že už chci mít zase nějaký dlouhodobější vztah. Že už jsem připravená. I připravená na toho kluka.

A třeba běhá ti hlavou myšlenka, že když si viděla, že se rodiče rozvedli, že se to třeba může stát i tobě? Bojíš se toho?

Za mě. Já to vnímám tak, že jestli se rozejdeme, tak se rozejdeme. A není to na základě...Nebo takhle, já to беру tak, že v dnešní době rozchody jsou naprosto až normální věc. Je to docela smutný, ale bohužel to tak v dnešní době chodí. A nějak to jako úplně neovlivníme. Já bych chtěla mít ten partnerskej vztah takovej ten jako ten zdravěj. To, že se budeme mít opravdu rádi, ale je absolutně normální, že po nějaký době ten člověk, toho člověka přestaneme milovat. Je to život a když budeme

schopný si říct do očí, jako že už zažily jsem si krásný chvíle, ale už to skončilo, už tě prostě nemiluju. Tady v srdci už tě prostě nemiluju. Mám tě ráda, ale prostě nemiluju tě. Tak člověk zase dorostl do nějaký fáze. Zase se posune, potřebuje posunout jinam a takhle to běží. Takhle já to vidím. Takhle to prostě je. Takže bych z toho nedělala nějakou vědu (smích).

A jak hodnotíš tu celou situaci kolem rozchodu dnes? Co ti to dalo? Co myslíš, že nebylo úplně dobrý? Jak vnímáš ten rozchod rodičů teď?

Teď to vnímám jako, že to bylo, jak to říct. Vnímám to, že to byla velice....Mám pocit (smích). Pardon, že jako...Mám pocit, že mi ty rodiče kolikrát ukradli kus dětství. A do těch 20 ti let jsem jim to snad dávala i za vinu. Ale teďka už se na to dívám trochu jinak. Prostě to tak bylo. Ale zase mě to zas nějak posunulo. Zase jsem teďka...Vím, co v životě, v budoucnu nechci, aby se stalo mému dítěti. Takže si z toho беру ponaučení. Takže z každý špatný situace si vezmu ponaučení a s tím budu žít dál no. Že i když těžký situace tě v životě potkaj, tak když si pak dokážeme na ně nahlídnout takhle, tak že nás někam posunuly, něco nám daly, tak že je to hrozně dobře z mého pohledu. Je to opravdu těžký pro ty lidi, ale je to další...krok v tom životě. Opravdu je to nějakým způsobem zase někam posune. Jo, potom už záleží, jak se na to ten člověk bude dívat a může se na to dívat opravdu negativně, že se mu posral celý svět nebo způsobem, tak je to příležitost k tomu se zase odrazit a začít ten život.

S tím úplně souhlasím. Nikolo, moc ti děkuju za tvůj čas. Za to, že si se mi svěřila, takhle si mi to všechno řekla, jak to bylo. Takže ti za to moc děkuju. Jsem fakt ráda, že jsem si takhle mohly popovídat.

Já jsem taky ráda. Bylo to velice příjemný jo.

To ano. A děkuju, že jsme to spolu mohly znovu otevřít. Probrat a podívat se na to, jak to tenkrát vlastně bylo.

Já vlastně o tomhle teďka ani nemám problém mluvit, protože prostě je to životní zkušenost. Spoustu dětí si tím taky prochází a bohužel. Bohužel jo, takže já nevím můžu o tomhle mluvit, tak mi to opravdu nedělá problém a klidně se takhle svěřím.

Tak to už je k mému výzkumu vše. Moc děkuji.