

Průvodce partnerským vztahem

Martina Venglářová



psychologie pro každého

**O ČEM ŽENY SNÍ A MUŽI PŘEMÝŠLEJÍ
ZÁVAŽNÉ PROBLÉMY VE VZTAHU
KDE HLEDAT POMOC**

Upozornění pro čtenáře a uživatele této knihy

Všechna práva vyhrazena. Žádná část této tištěné či elektronické knihy nesmí být reprodukována a šířena v papírové, elektronické či jiné podobě bez předchozího písemného souhlasu nakladatele. Neoprávněné užití této knihy bude **trestně stíháno**.

Používání elektronické verze knihy je umožněno jen osobě, která ji legálně nabyla a jen pro její osobní a vnitřní potřeby v rozsahu stanoveném autorským zákonem. Elektronická kniha je datový soubor, který lze užívat pouze v takové formě, v jaké jej lze stáhnout s portálu. Jakékoliv neoprávněné užití elektronické knihy nebo její části, spočívající např. v kopírování, úpravách, prodeji, pronajímání, půjčování, sdělování veřejnosti nebo jakémkoliv druhu obchodování nebo neobchodního šíření je zakázáno! Zejména je zakázána jakákoliv konverze datového souboru nebo extrakce části nebo celého textu, umisťování textu na servery, ze kterých je možno tento soubor dále stahovat, přitom není rozhodující, kdo takovéto sdílení umožnil. Je zakázáno sdělování údajů o uživatelském účtu jiným osobám, zasahování do technických prostředků, které chrání elektronickou knihu, případně omezují rozsah jejího užití. Uživatel také není oprávněn jakkoliv testovat, zkoušet či obcházet technické zabezpečení elektronické knihy.



Poděkování

Průvodce partnerským vztahem věnuji svému manželovi Jiřímu.

Za to, že jsem si při psaní textu mnohokrát mohla říct:

„Díky bohu, tohle neznám...“

Děkuji panu Josefovi Střelákovi za laskavé a trefné kresby, které doplňují text.

Také děkuji autorům krásných publikací, které mi byly inspirací.

Zejména P. Šmolkovi, T. Novákovi a M. Plzákovi.

A na závěr, velmi si cením všech párů i jednotlivců, kteří s velkou odvahou bojují za svůj vztah i s nepřízní osudu i lidí kolem. A s řadou z nich se setkávám v poradenské praxi a rozhovory s nimi mi pomohly utvářet tuto publikaci.

PhDr. Martina Venglářová
Průvodce partnerským vztahem

Kapitolu *Pastorační práce s partnery* zpracovala
Mgr. Jindřiška Krpálková, vikářka a později farářka ČCE.
Dlouhodobě se zabývá církevní sociální prací a pastorcí.

Recenzoval **PhDr. Petr Šmolka**

Vydala Grada Publishing, a.s.
U Průhonu 22, 170 00 Praha 7
tel.: +420 220 386 401, fax: +420 220 386 400
www.grada.cz
jako svou 3295. publikaci

Odpovědná redaktorka Mgr. Olga Kopalová
Sazba a zlom Antonín Plicka
Ilustrace Josef Střelák
Počet stran 128
Vydání 1., 2008

Vytiskly Tiskárny Havlíčkův Brod, a. s.
Husova ulice 1881, Havlíčkův Brod

© Grada Publishing, a.s., 2008
Cover Photo © profimedia.cz

ISBN 978-80-247-2054-8 (tištěná verze)
ISBN 978-80-247-6106-0 (elektronická verze ve formátu PDF)
© Grada Publishing, a.s. 2011



OBSAH

ÚVOD	7
PARTNERSTVÍ	9
Dávno před začátkem společného vztahu	9
Typologie osobnosti	10
Orientační test typologie	10
Výběr partnera	14
Sedá vrána k vráně?	15
Čas setkání	17
Očekávání – očekáváme, že to bude fajn...	19
O čem sní ženy a o čem muži přemýšlejí?	21
Spokojené dětství	24
Odlišnosti v kulturním původu manželů	30
Vývoj partnerského vztahu	32
Fáze vztahu	32
Nástrahy zamilovanosti	34
Pro dobrý průběh partnerského vztahu	35
Bydlení	35
Hospodaření s penězi – společná kasa, nebo vlastní účet?	43
Rozdělení domácích povinností	45
Trávení volného času	48
Vliv rodičů a příbuzných	50
Výchova dětí	51
Sexuální život	54
Sexuální vývoj	56
Odlišností je mnoho... Sexuální život nevymýváje.	
Homosexuální orientace	58
Rozdíly a zase rozdíly	60
Sexuální akt	60
Poruchy sexuálního soužití, partnerský nesoulad	65



ZÁVAŽNÉ PROBLÉMY VE VZTAHU	69
Nevěra	69
Typ nevěry	70
Reakce na odhalenou nevěru	72
Homosexuální nevěra. Jde o nevěru? A je vážnější?	78
Možnosti odborné pomoci	79
Problémy s alkoholem a jinými závislostmi	79
Závislost na alkoholu	80
Jiné závislosti	86
Místa odborné pomoci pro různé druhy závislostí	89
Násilí v partnerském soužití	90
Co je domácí násilí	90
Existuje charakteristická oběť?	92
Děti v rodině s domácím násilím	95
Možnosti řešení domácího násilí v rodině či v partnerském vztahu	95
Vývojové změny (někdy až krize) v partnerském vztahu	98
Co nás všechno může potkat?	99
Jak krizi řešit?	103
 KDE HLEDAT POMOC (NEBO SI RADĚJI POMOCI SÁM?)	 107
Svépomoc a laická pomoc	108
Pomoz si sám	108
Laická pomoc	109
Manželské a rodinné poradenství	110
Linka důvěry	112
Krizové centrum	114
Sexuologie	115
Občanské poradny	117
Pastorační práce s partnery (<i>Mgr. Jindřiška Krpálková</i>)	119
 ZÁVĚREM	 125
 LITERATURA	 127



ÚVOD

Dnešní doba je jiná než doby minulé. Bohužel se už dávno neřídíme příkladem našich předků, do obyčejných lidských věcí vstupuje věda a výzkumy. Výjimkou není ani partnerský život. Během jediného lidského života zazijeme často několik dlouhodobějších vztahů, mnoho lidí vychovává vlastní i nevlastní děti, dojíždí za prací, má partnera z jiného kulturního prostředí.

V této publikaci se zamýšlíme nad různorodostí partnerství a nad jeho křížovatkami. Přinášíme postřehy z praxe psychoterapeutů, manželských poradců, zkušenosti i názory mnoha odborníků. Cílem publikace je ukázat více možností, jak vidět těžké situace, posílit pochopení pro odlišnost lidských životů. Co velmi úspěšně funguje v rodině Novákových, s tím těžce bojují Procházkovi...

Ve vztazích se někteří z nás ocitnou na rozcestí. Je možná dobré chvíli postát na místě, rozhlédnout se, kam jít dál. Tato publikace se zaměřuje právě na situace, které partnery i jejich okolí přivádějí na ony pomyslné křížovatký.

V první části věnujeme pozornost vývoji partnerství, základům, na kterých vzniká. Nabízíme varování před skutky, které se v budoucnu nemusí vyplatit.

Druhá část je věnována problémům, které partneři řešívají na společné cestě. Kam se můžeme obrátit o radu, pomoc nebo taky „nakopnutí“ v tom dobrém smyslu, ukazuje kapitola třetí.



Symbol knihy označuje místo, kde najdete odkazy na literaturu, která vám umožní získat podrobnější informace.

Technický pokrok nabízí mnoho zdrojů informací. V publikaci najdete také odkazy na internetové stránky.



PARTNERSTVÍ

Dávno před začátkem společného vztahu

Dobrý start vztahu si žádá své. Jedna strana je naše, druhou přináší náš partner. Kdo ví, kde se vzala slovní hříčka „ta lepší polovina“...

Osobnost každého z nás je tvořena společnými silami těchto vlivů: genetika, stav a činnost nervové soustavy, nesmírně mocnou složkou jsou pak vlivy okolí, styl vedení dítěte, péče o jeho zdravé sebevědomí, rozvoj schopnosti řešit problematické situace, vyjít s lidmi. Dítě si všímá všeho kolem sebe. A někdy přes zavilý odpor v momentu krize sklouzne do způsobu reakcí svých rodičů, které mnohokrát proklelo. Situace není ale tak beznadějná, jak by se mohlo zdát. Člověk není jen směsicí dědičných faktorů a vlivu rodiny či školy. Má ještě schopnost samostatného rozvoje a rozhodování, tak říkajíc, má otěže ve svých rukou. Pokud jsou vlivy kolem devastující, jako je tomu například u dětí vyrůstajících v rodinách alkoholiků či agresorů, jen těžko udrží správný směr.

Co ovlivňuje naši osobnost:

- dědičné vlivy,
- vliv prostředí,
- výchova našich „drahých“ rodičů.

Hledání zákonitostí v lidských povahách je staré jako lidstvo. Různí učenci i šarlatáni se snažili najít společné znaky lidí, podle stavby těla, data narození a kdo ví čeho dalšího se určovala (a dodnes určuje) typologie povah. Může být užitečné umět se zorientovat v sobě i v reakcích svého partnera. Proto vám nabízíme možnost zjistit svůj styl reakcí a pomůcku, která vám pomůže promyslet, jak reagují lidé kolem vás. Takový náskok přináší možnost ovládnout své reakce, které vztahu neprospívají, všimnout si,



co prospívá vztahu a co při výběru partnera slouží jako výstražná značka. Chceme s takovým „týpkem“ strávit kus života?

Typologie osobnosti

Žádná typologie není stoprocentní, přesto nám může sloužit jako vodítko, abychom si udělali představu o našich předpokladech pro fungování ve vztahu. Klasickou typologií je Hippokratovo členění typů osobnosti na cholerika, melancholika, flegmatika a sangvinika. Hippokrates (žil asi 460 až 370 př. n. l.) pojmenoval charaktery lidí podle tělesných tekutin, které v jejich těle převládají. Jde spíše o symbolické vyjádření prostřednictvím tekutin, ale dodnes najdeme určité podobnosti s typickými představiteli hippokratovských povah.

Tab. 1 Hippokratova typologie

	Převládající tělesná tekutina
Sangvinik	krev
Flegmatik	sliz, hlen
Melancholik	černá žluč
Cholerik	žluč

Hippokratova typologie byla základem pro mnoho dalších rozdělení lidských povah. Mezi nejznámější patří Jungovo dělení na introverty a extroverty a Eysenckova temperamentová typologie. Pojem typ v podstatě označuje souhrn vlastností. Ty ovlivňují způsob chování člověka. Znalost typu partnera pomáhá předvídat reakce, způsob komunikace, vyjadřování emocí.

Orientační test typologie

Předkládáme vám orientační test ke zjištění typologie vaší osobnosti. Ke každé vlastnosti přiřadte body od 1 do 10 podle toho, jak vás určitá vlastnost charakterizuje. Pamatujte, že test je jen orientační. Pokud budou přiřazené



hodnoty podobné (budete-li často volit zlatou střední cestu), nedočkáte se výrazné odpovědi.

Tab. 2 *Orientační test typologie (podle Eysencka)*

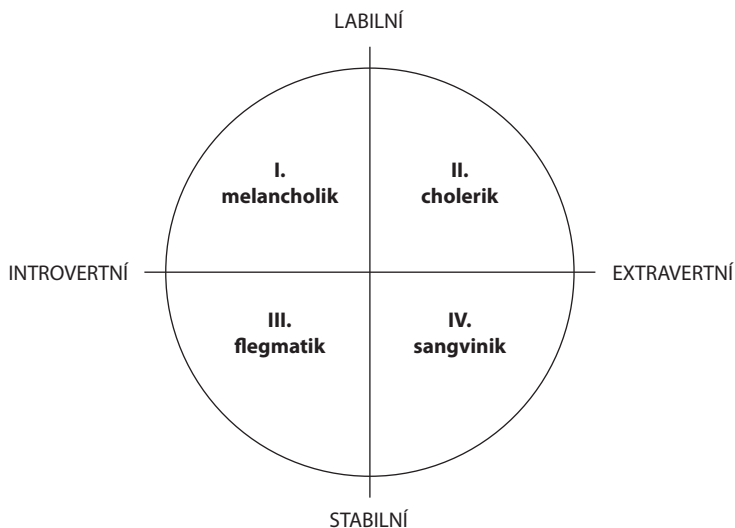
Charakteristika	Hodnota od 0 do 10	Charakteristika	Hodnota od 0 do 10
1. oddaný		1. nepřizpůsobivý	
2. bojovný		2. vzrušivý	
3. reaktivní		3. bezstarostný	
4. nespolečenský		4. samostatný	
1. důkladný		1. pesimistický	
2. netrpělivý		2. proměnlivý	
3. živý		3. „vůdce“	
4. stereotypní		4. hloubavý	
1. vážný		1. rezervovaný	
2. vášnivý		2. impulzivní	
3. společenský		3. rozhodný	
4. pohodlný		4. starostlivý	
1. náladový		1. nespolečenský	
2. nedůtklivý		2. optimistický	
3. přizpůsobivý		3. vnímavý	
4. snášenlivý		4. pasivní	
1. úzkostný		1. ostýchavý	
2. neklidný		2. aktivní	
3. lehkomyšlný		3. rozptýlený	
4. tichý		4. klidný	
1. přecitlivělý		1. uzavřený	
2. agresivní		2. bezprostřední	
3. proměnlivý		3. méně sebekritický	
4. mírný		4. lhostejný	



Nyní sečtěte vždy položky u jedné hodnoty:

1.	
2.	
3.	
4.	

Nejvyšší hodnota odpovídá vašim temperamentovým rysům. Nikdo není zcela vyhraněný, můžete mít i část vlastností okolních kvadrantů.



Obr. 1 *Temperamentová typologie*

K jednotlivým typům temperamentu přihlížejte jen orientačně. Pro vztah je důležité, zda si partneři vzájemně „sednou“. Problém mohou dělat krajní formy jednotlivých reakcí, které jsou pro určitý typ charakteristické.

- **Melancholik** (na grafu jako labilní introvert, č. I.)
Pozice v grafu napovídá, že půjde o člověka zvyklého nechávat si věci pro sebe. O všem hodně přemýšlí, je spíše pesimistou. Labilita může vypovídat o sklonu k neurózám, pocitům selhání, k nízkému sebevědo-



mí. V partnerství bude spíše „tím druhým“. Aktivita, organizování života rodiny, to nebudou jeho silné stránky. Může se stát, že jeho aktivnější protějšek jím bude posunovat, nutit ho k větší aktivitě. To melancholik ponese těžce. Naopak ocení přizvání k rozhovorům o společné budoucnosti, zájem a podporu.

- **Cholerik** (na grafu jako labilní extravert, č. II.)
Extraverze spojená s labilitou vede někdy až k překotnému vyjadřování svých pocitů, názorů, potřeb. Cholerik si je jist svou pravdou, domáhá se svého. Nepomáhá přesvědčovat ho, že nemá pravdu. Zkušení partneři choleriků umí vyčkávat, nejit do střetu. Po odeznění rozčilení se i s cholerikem lze domluvit.
- **Flegmatik** (na grafu jako stabilní introvert, č. III.)
Stabilita umožní flegmatikovi dobře ustát i nepříjemné chvíle. Nedává na sobě znát, co se v něm děje. Pro partnera může být problém v nečitelnosti, a tedy i nepochopení. Není příliš náchylný ke změnám a novinkám. Potřebuje vše rozvážit a pak se teprve rozhodne. Ve vztahu bude stabilní, vyjde téměř s každým. Energičtější lidem může vadit jeho pomalost a neochota k velkým změnám.
- **Sangvinik** (na grafu jako stabilní extravert, č. IV.)
Je to optimisticky laděný člověk, který se cítí dobře ve společnosti, dovede leccos hodit za hlavu. Pokud se rozčlíí, brzo to přejde. Bude příjemným společníkem, dokáže bavit společnost, vymýšlet stále nové a nové věci. To je trochu úskalí. Mnoho nových věcí znamená, že některé zůstanou nedokončeny, zapomene se na ně, přestanou být zajímavé. Povrchnost a nestálost mohou vadit partnerovi. Je dobré se sangvinikem věci domlouvat, trvat na jejich dokončení před začátkem dalších.

Všechny typologie poskytují orientační informace. Cennost testů je především ve chvílce zamyšlení, která většinou doprovází zjištění výsledku. Nikdo není zcela „typickým typem“, záleží na situaci, věku, lidech kolem a ještě mnoha jiných faktorech. Přesto nám toto rozdělení může pomoci, pokud se budeme podívat některým rysům nebo opakovaným projevům lidí kolem nás. Typologie neslouží ke kritickému či shovívavému pohledu



na našeho partnera. Také můžeme vidět sebe, své způsoby reakcí. I když je temperament vrozenou součástí osobnosti, mnohé lze změnit a vyladit ve prospěch pěkného soužití. Pokud budou mít oba partneři dobrou vůli, mohou spolu vyjít velmi dobře. Existují však osobnostní rysy, které téměř znemožňují soužití. Těm se budeme věnovat ve druhé kapitole.



Na závěr této podkapitoly uvádíme publikace, kde si každý může ověřit své představy o sobě – pomocí testů pro širokou veřejnost.

- *NOVÁK, T.:* Otestujte si svou duši. Kapitola 5. Sám nebo ve dvojici? Praha, Grada Publishing 1998.
- *NOVÁK, T.:* Testy osobnosti. Praha, Grada Publishing 2004.

Výběr partnera

Vybrat si dobře, to je úkol! Kdekdo má rady a doporučení. Pokud vám radí přítel, který je šťastný se svou pátou manželkou, budiž. Pokud se u vás v rodině všichni seznámili v ZOO, můžete to zkusit. V čem je ale to kouzlo, že někomu vztah vydrží a funguje, zatímco jiným se horko těžko daří zvládat průšvihy?

Chemie se nám snaží vzít poslední iluze. Podle ní není výběr partnera ovlivněn ničím jiným než přitažlivostí vůní. Můžete namítnout, že jsou okamžiky, kdy nevoní nikdo. Ale při bližším kontaktu si všimneme, že nám vůně některých lidí připadá příjemnější. Dámy vybírající parfém mají zkušenost, že na každé z nich voní jinak. Je třeba dobře vybírat. A pro každého je přitažlivé něco jiného. Držme se tedy alespoň základní myšlenky: abych byl nebo byla vybrána, musím svému protějšku vonět. Přiměřeně. Extrémy nepůsobí dobře. Silně a rozmanitě navoněná dívka, která kombinuje ježíškovské parfémy své maminky, nebo chlapec pádící z tréninku do kina, stále ve svém oblíbeném tričku, to není ono! Ale vážně. Jak se vlastně navzájem vybíráme?



Představme si situaci, kterou zažil snad každý. Dvě mladé dívky si vyjdou posedět do kavárny. Ať už jsou nebo nejsou zadané, všimnou si dvou mužů přiměřeného věku, kteří právě vchází. Že to není možné? Muži nechodí do kavárny? Tak se třeba potkají někde jinde. Dívky, když si všimnou atraktivních mužů, začnou předvádět, v tom nejlepším slova smyslu, ženské vábení. Jak to vypadá? Jak se ženy snaží zapůsobit, vypadat atraktivně? Napřímí se, natáčí hlavu stranou. Vypnou prsa. Pijí pomalu a opatrně. Nenápadně se rozhlíží kolem, načechrají vlasy, urovňají sukni. To vše odpovídá mužskému stylu přijímání informací. Muži vybírají spíše očima. Ne vždy je to volba dobrá a trvalá. Ale zaujmou je zrakové podněty. Naopak ženy tolik nedají na pohledy. I neatraktivně vypadající muž má stále šance! Na ženy vydatně působí hlas, šikovný vypravěč zapůsobí na ženské srdce mnohdy lépe než zamklý krasavec. Mnoho dívek má své idoly, ale jen málokterá si takový idol vezme. Většina lidí umí oddělit snění a plány od reality.



Faktory, které ovlivňují výběr partnerů, popisuje ve své knize P. Šmolka. Popisy očekávání a jejich ne vždy radostné konce popisuje formou krátkých příběhů.

- ŠMOLKA, P.: Výběr partnera. Pro nezadané i zadané. Praha, Grada Publishing 2005.

Postup seznámení prostřednictvím „Seznamky“ je vtipně popsán v knize M. Plzáka. V současnosti vedou internetové seznamovací agentury.

- PLZÁK, M., KONRÁD, O.: S kým dál...? Praha, Nakladatelství a vydavatelství seznamovací agentury Grand, 2000.

Sedá vrána k vráně?

Petr Šmolka uvádí dva základní principy výběru partnera. Jeden je založený na principu přitahování se protikladů, druhý na výběru partnera podobného nám samým. Uspěť můžeme v obou variantách. Základem je, že uspět chceme a jsme ochotni pro to něco udělat. Nemyslíme tím držet dietu, spát na natáčkách nebo se strhat v posilovně. Prostě jde o ochotu vidět kvality



a dobré úmysly našeho protějšku. Znamé přísloví říká, že někdo vidí skle-
nici vody poloprázdnou a jiný vidí, že ještě zbývá celá půlka plná.

Pokud se partneři k sobě hodí, je to pro start dobré a příjemné. Pokud si rádi zajdou na dobré jídlo, odpočinou nebo naopak slezou nějakou skálu, zažijí tak příjemné chvíle a budou mít pravděpodobně společné kamarády. A na co vzpomínat. Jsou-li však partneři příliš stejní, může to mít i svá negativa. Může se stát, že stejné věci mají rádi a stejné je odpuzují, a budou-li chtít si naplánovat úklid či učení se synem, dojde k litému boji. Tady je pak ve zdánlivé výhodě pár, který má různé zájmy a s nimi přicházející dovednosti. Jednou můžeme vyhovět ženě a jít na procházku Prahou, po druhé na cyklistický výlet s rodinou. Pro děti je výhodné učit se rozmanitým činnostem. Když ne pro zábavu a všestrannost, tak už proto, aby později stačili rozmanitým zájmům svých partnerů. A tak to jde pořád dál...

Paní Janu jsme zastihli ve chvíli, kdy je životem zkroušená. Má dvě malé děti a její manžel je kdoví kde. Přitom to byla taková láska! Seznámili se mezi horolezci, manželovi imponovalo, jak je zdatná, vydržela tolik, co kluci z party. Vlastně je to tak pořád, vydrží hodně. Ale tohle už asi ne.

*Počátek manželství byl fajn. Brali se mladí, na svatbě měli spoustu kama-
rádů. Hned první cesta po svatbě vedla do vysněných hor. Po dokončení školy
přišlo první těhotenství. Oba se moc těšili, jak budou brát děti do skal. Vždyť
dnes se sportuje málo, pro děti je skvělé učit se kázní a mít kolem sebe přátele,
které baví totéž co je. Ale teď nějak přečkat tu dobu, kdy to s dětmi na skálu
ještě není. Tak začaly první neshody. Jana si myslela, že období přečkají spolu,
ona na hory jet nemůže, v těhotenství by to bylo riskantní. A Petr? Ten si myslí,
že není nutné, aby se trápili oba doma, když on lézt může. Najednou nebylo
tak výhodné, že oba chtějí totéž. Začalo to nějak škřípat.*

Základním předpokladem není společný zájem, ale ochota respektovat se. Jako dlouhodobě uspokojivá se jeví ta partnerství, kde dochází ke snaze o kompromis, o rozdělení nepříjemných povinností a kde je patřičně oceňována snaha druhého. Na to společný zájem nestačí.

Neméně důležitá je i představa o fungování v rodině. Tady platí pořekadlo, že chování k mamince je ukázkou toho, jak může v budoucnu vypadat chování k partnerce. A naopak, pro muže platí – dobře se podívej na svou



tchyni, možná vidíš do budoucnosti svého manželství. Rodina, ve které vyrůstáme, nás velmi silně ovlivní. Většina lidí podvědomě přejímá model partnerského soužití, jaký zažívá ve své první rodině. I když se zuby nehty bráníme, je to v nás.

Pokud přicházíme do tradiční rodiny, můžeme vidět klasické rozložení role matky a otce. Bohužel dnešní doba už není nakloněna tradičnímu rozložení rolí a moc často nevidíme matku v domácnosti, jak s radostí vyrábí velikonoční výzdobu a peče domácí chléb. Ale zato vidíme uštvané ženy, které kdesi v sobě mají pocit, že to tak má být. A tak se snaží, co mohou. Horší je to s mužem, který má ve své mamince oddanou pomocnici a podporovatelku. Po krátké době, kdy se může snažit vypadat jako schopný a samostatně fungující dospělý jedinec, se mu zasteskne po 100% servisu. Pak přichází první „ale maminka to dělala jinak“ – „ona to vždycky stihla“ a začínají potíže. Některé téměř svaté ženy chodí k mamince na rady, jakže jejich synáček nejraději štrúdl... Ale uznejte, že to není trvale udržitelný stav.

Tak tedy, mějme oči na stopkách, když začínáme docházet do rodiny a vypadá to vážně.

Co nám může pomoci?

- Podívejme se, jak vypadá tradiční rodinné foto.
- Jak se členové rodiny podílí na chodu domácnosti (aneb co zbude na nás)?
- Kdo a o čem rozhoduje? Hlava rodiny je na globální problémy lidstva a maminka rozhoduje o financích, studiu, dovolené a nákupu auta?
- Kdo vynáší tašky s nákupem?
- Jak je to s péčí o děti? Umí táta něco uvařit a maminka vyměnit žárovku?

Čas setkání

Setkáváme se v různých životních obdobích. U velmi mladých párů může dojít ke chvílím, kdy dospějí a změní se. Pokud jsou oba tolerantní a mají snahu, pak přečkají i obtíže. Někdy dojde k významným změnám, které mohou vztah ohrozit. O některých z nich bude psáno dále.



Karel byl vždy pravý džentlmen. Z domova byl zvyklý pomáhat, ženy jsou slabá stvoření, na která je třeba brát ohled. S Libuškou se seznámil, když byla po rozchodu s manželem. Hrozně se na ní provinil. Dlouho strádala v nedobřím vztahu a teď má na krku dvě děti, spoustu dluhů a starostí. Karel jí se vším rád pomůže, zaslouží si poznat dobrého muže. Vezme na sebe část úkolů, pomáhá Libušce s domácností. Ta pod jeho péčí začíná rozkvétat.

Nedávno přišla s nápadem zase studovat. No dobře, jak si přeje, Karel zvládne domácnost sám. Je teď ale jak vyměněná. Dříve ho poslouchala, na jeho rady dala a vždy se jí zdály správné. Teď má svou hlavu. Co ji v té škole učí? Karel ztrácí půdu pod nohama. Potřebuje ho vůbec jeho partnerka? Co jí může nabídnout, když jí jde všechno samo? Nebude ho chtít nakonec Libuška opustit?

Lidské role jsou komplementární, pasují do sebe. V době, kdy Libuše bylo ouvej, potřebovala oporu a rozhodný a hodný Karel byl ideální. Vzájemně si vyhovovali. Teď je Libuška z nejhoršího venku. Zvládla těžkou životní situaci, posílilo se její sebevědomí. Mohla by začít rozkvétat. Zvládne její proměnu i její partner? Nebude ho příliš ohrožovat žena, která nepotřebuje ochránce a rádce, ale spíše partáka? Mysleme na to při svých životních změnách. Dejme partnerům dostatečný čas a prostor, aby se mohli těšit z našich úspěchů a růstu. Nechme jim vedle sebe stále místo a nezapomínejme, že úspěch přišel i díky jejich ochotě nás podporovat.

Shrnutí

- Při hledání partnera buďte prozřetelní!
- Všimněte si, odkud partner pochází.
- Návštěva v jeho rodině leccos napoví o uspořádání ve vaší rodině budoucí.
- Jak se na váš výběr tváří vaši kamarádi? Ti to s námi obvykle myslí dobře.
- Je skvělé, že se pro svou lásku chceme změnit k lepšímu. Ale dá se to vůbec vydržet, být z fleku někým jiným?
- Jaké jsou její (jeho) představy o dalších letech? Není podezřelé, že se chystá na zahraniční stáž ještě před svatbou?
- Doba je taková, že se vkrádají úvahy o uspořádání majetku před svatbou. Zvažte, zda za tímto účelem neoslovíte právníka.



A nezapomeňte. Ptejte se sami sebe, co od vztahu očekáváte, co můžete udělat pro jeho hladký průběh. A mluvte spolu. O všem, i když to není vždycky zábava. Ale pomáhá to.



Rodina, její vývoj, vztahy členů, komunikace s okolním světem je zachycena v řadě publikací. Nabízíme možnost nahlédnout do některých z nich:

- *SATIROVÁ, V.:* Kniha o rodině. Praha, Nakladatelství Práh 2006.

Stejně jako v kapitole věnované volbě partnera i zde doporučujeme pomocí testů zmapovat situaci v rodině, schopnost domluvit se s rodinnými příslušníky či řešit problémy společnými silami.

- *ADAMSOVÁ, S.:* Testy rodinné soudržnosti. Praha, Portál 2001.

Očekávání – očekáváme, že to bude fajn...

Lidé hledají partnery z mnoha důvodů. Společný život s blízkým člověkem je stále vysokou hodnotou, i když se představy o formě společného života mění. Historie lidského rodu je dlouhá, zájmy přírody jsou jasné. Někdy se snažíme nevidět a neslyšet, ale volání rodu je silné. A když pozapomeneme my, tak společnost, okolí i naše rodina přispěchají na pomoc. „Už máš kluka?“ Která dospívající dívka nezažila nepříjemné dotazy na rodinných setkáních. Stejně tak je tomu s chlapci. „Která se ti líbí? Nestyď se, ukaž...“ A tak to jde dál. S věkem přibývá důraz. A úkoly. Nejprve stačí, aby se sledovaný chudák zajímal. Někdy následuje ťafka, že se zajímá až moc. A nebo o ty nepravé. „Ona se k našemu Kájovi vůbec nehodí, je taková... však víte!“ Pak nastane čas, kdy by měl nebo měla mít vážnou známost. A když už tu známost je, netrvá moc dlouho? Aby se „nepřechodila“! Proč se nevezmou? Ona asi nemůže mít děti.



Tak bychom našli témata, která okolí stále zajímají. Ukazují, i když trochu pokrouceně, co asi tak lidé od partnerství očekávají. Je to velmi rozmanitá přehlídka motivů a důvodů. Mnohdy ani sám jedinec nemá jasno, ale běda když není po jeho.

Některá očekávání mají zdravé, racionální jádro. Směřují k získání stability a dobrého životního prostoru pro člověka, který vstupuje do vztahu. Některá očekávání jsou ovlivněna modelem soužití rodičů, což nese i svá nebezpečí. A navíc existují lidé s různými deficity ve vztazích. Partnerství je pro ně dobrá půda pro plnění potřeb, které měly být dávno naplněny jinde. Bohužel to přináší do vztahu nerovnováhu a ztěžuje to jeho průběh.

Žena, která vyrůstala v rodině, kde otec rád přenechal vše na rozhodnutí matky a věnoval se plně práci, svým zálibám nebo neřestem, může mít představu, že tak to má být. Ostatně u nich doma to tak fungovalo, v praxi se tento způsob soužití osvědčil. Vstupuje do partnerství s přesvědčením, že manžel jí přenechá vedení domácnosti a bude naslouchat jejím požadavkům. Muži to tak přece dělají. Ale možná je manžel jiný typ člověka, než byl její otec. Ten pak úkorně prožívá její snahu vést domácnost samostatně, označí ji za panovačnou, dominantní, za neochotnou slyšet jiný názor.

Na očekávání se lze podívat z různých úhlů pohledu:

- Všeobecná očekávání mužů a žen, jejich odlišnosti a problémy ve splnění – vyplývají z rozdílných rolí ve společnosti i rodině, z rozdílnosti povah.
- Naše představy odráží naši zkušenost z dětství, z naší primární rodiny.
- Na našich očekáváních se podílí kultura a zvyky prostředí, ve kterém žijeme.

Ať už jsou očekávání jakákoliv, mohou do sebe zapadat a vztah se vyvíjí slibně. Problém nastává ve chvíli, kdy se očekávání partnerů míjí nebo jsou zásadně protichůdná.



O čem sní ženy a o čem muži přemýšlejí?

Připusťme jen na chvíli, že očekávání mají nějakou souvislost s pohlavím toho, kdo je vytváří. Nebudeme zkoumat, zda určité odlišnosti vznikly geneticky či sociální zkušeností jedince. Berme tyto okolnosti v potaz, když hledáme původ obtíží v partnerských vztazích. Naše kultura zná „typicky mužské“ a „typicky ženské“ vlastnosti. Nic neplatí stoprocentně, přesto nám to poskytuje určitou orientaci v propleteném prostředí přání splněných i nesplněných. Existují muži, kteří reagují spíše způsobem vídaným u žen, a naopak. Často jde o neuvědomovaná a především nevyslovená očekávání. A co není vysloveno, je odsouzeno k nenaplnění. Často pak činí problém přijmout fakt, že ani velká láska neumožňuje číst myšlenky. A snad je to tak správně.

Stanislav Kratochvíl (2000) nabízí laskavý a užitečný způsob zmapování očekávání žen a mužů. Je vytvořen s trochou nadsázky a slouží spíše k pobavení, ale zasluhuje i trochu zamyšlení.

Tab. 3 Očekávání žen a očekávání mužů v partnerských vztazích

Očekávání žen	Očekávání mužů
1. Posedět a popovídat	1. Uvařeno, uklizeno
2. Duševní porozumění	2. Sex kdykoliv se zachce
3. Vycítit, co žena potřebuje	3. Obdiv stále
4. Vyjadřovat lásku celým životem	4. Nezatěžovat starostmi

Jak vyplývá z předešlé tabulky, ženy mají obecně větší potřebu mluvit o svých zážitcích, přáních, nehodách a potížích. Při povídání s lidmi kolem si uspořádávají vzniklé situace, přemýšlí o nich nahlas. Ventilují emoce s nimi spojené. Může přijít pláč, je tu i potřeba podělit se o své neúspěchy. Od mužů málokdy očekávají radu či návod na řešení. Více stojí o projevení zájmu, vyjádření podpory, ocenění, co všechno žena pro věc udělala. Bohužel mnoho mužů považuje za projev zájmu udílení rad a nápadů, jak na to.