

Řešíme partnerské problémy

Erika Matějková



psychologie pro každého

NEVĚRA A ŽÁRLIVOST
SEXUÁLNÍ NESOULAD
VYSOKÝ VĚKOVÝ ROZDÍL
TÝRÁNÍ A ZÁVISLOSTI

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.





Copyright © Grada Publishing, a.s.

MUDr. Erika Matějková

ŘEŠÍME PARTNERSKÉ PROBLÉMY

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 3625. publikaci

Odpovědný redaktor Jan Čadil
Sazba a zlom Milan Vokál
Počet stran 144
Vydání 1., 2009

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

© Grada Publishing, a.s., 2009
Cover Photo © profimedia.cz

ISBN 978-80-247-2338-9

OBSAH

10	O AUTORCE	
11	ÚVOD	
12	NEVĚRA	
13	Nevěra vyplývající ze sexuální potřeby	
14	Nevěra spojená s mimosexuální motivací	
18	Nejčastější chyby, které děláme při odhalení nevěry	
21	Co s odhalenou nevěrou?	
21	Jsem podváděný/á...	
22	Podvídám partnera...	
30	CHATOVÁNÍ A VIRTUÁLNÍ NEVĚRA	
31	Čím je chatování tak okouzlující?	
33	Jde tedy o nevěru?	
34	Chatování může i pomoci	
35	Jak reagovat na virtuální nevěru?	
35	Chatuje partner...	
35	Chatuji...	
37	SEXUÁLNÍ NESOULAD	
37	Sexuální nesoulad v začátku vztahu	
37	Kamarádský vztah	
38	Sex mě nebaví	
40	Nutkové vyhledávání sexuálního vzrušení	
44	Sexuální nesoulad po několika letech	
48	Jaké jsou důvody?	

49 Jaká řešení jsou obvyklá?

51 Co tedy dělat?

53

ŽÁRLIVOST

53 Situační žárlivost

54 Žárlivecká osobnost

55 Co dělat, když je partner žárlivý?

55 Co dělat, když jsem právě já žárlivý?

57

VYSOKÝ VĚKOVÝ ROZDÍL MEZI PARTNERY

58 Co je vlastně velký věkový rozdíl mezi partnery?

58 Nejčastější předsudky a mýty o věkově rozdílných partnerech

58 Bere si ho jenom pro peníze

59 Má ho jako otce

59 Starou vyměnil za novou

60 Bojí se stáří

60 Má ji jen na sex

61 Jaká jsou rizika vztahu se starším partnerem?

61 Stárnutí

61 Psychická a ekonomická závislost staršího partnera

62 Fyzická averze a podrážděnost

62 Jaká jsou rizika vztahu s mladší partnerkou?

62 Podrží mě, když to budu potřebovat?

63 Nemá pochopení pro mé vzpomínky

63 Opustí mě a zůstanu ke stáru sám?

64 Děti mě zavrhnou

64 Na co si dát pozor?

66

**ROZDÍLY V MAJETKU, VZDĚLÁNÍ
A SPOLEČENSKÉ VRSTVĚ**

- 68 Kde obvykle chybujeme v roli úspěšných?
 - 68 Vyzdvihování svých úspěchů
 - 69 Vše dělám nejlépe
 - 69 Syndrom královny či krále
 - 69 Budeme se dělit o naše povinnosti
 - 70 Kde obvykle chybujeme v roli méně úspěšných?
 - 70 Vnitřní nejistota a nedůvěra ve svoji hodnotu
 - 70 Přílišné přizpůsobení se
 - 71 Nemám co nabídnout
-

72

PARTNER JE CIZINEC

- 72 Jaká jsou úskalí partnerského vztahu s cizincem?
 - 72 Rozdílnost jazyka
 - 74 Neklid a vyčerpání v běžném životě
 - 75 Kulturní rozdílnost
 - 75 Ztráta domova
 - 76 Pozor na ghetto
 - 76 Národní přecitlivělost
 - 77 Nepřijetí rodinou
-

78

MŮJ PARTNER NEUMÍ BÝT ŠŤASTNÝ

- 78 Má deprese?
- 79 Co přispívá ke štěstí a spokojenosti?
- 79 Co je normální smutek a co je deprese?
- 80 Jak se deprese projevuje?
- 81 Jak se k partnerovi chovat?
- 82 Čemu se raději s depresivním partnerem vyhnout?
 - 83 Co se svým životem vedle depresivního či jinak duševně nemocného partnera?
- 84 Když se nemáme rádi a nejsme šťastní

- 85 Jak zařadit pozitivní myšlení do běžného života?
86 Jak se mít rád a být šťastnější?
-

88

MŮJ PARTNER JE PODIVÍN

- 89 Má to vrozené, či je takto naučený životem?
90 Jednotlivé typy poruch osobnosti
90 Budižkničemu neboli vyhýbavý typ osobnosti
92 Samotář neboli schizoidní typ osobnosti
93 Perfekcionista aneb Obsedantně kompulzivní (anankastický) typ osobnosti
95 Dokonalý neboli narcistický typ osobnosti
97 Přílepka aneb Závislý typ osobnosti
101 Podezřívavý aneb Paranoidní typ osobnosti
102 Nespolehlivý aneb Pasivně agresivní typ osobnosti
106 Hysterik aneb Histriónský typ osobnosti
108 Bezohledný neboli dissociální typ osobnosti
110 Člověk nestabilní neboli hraniční typ osobnosti
112 Co dělat, když má můj partner poruchu osobnosti?
-

114

PONIŽOVÁNÍ, NAPADÁNÍ A TÝRÁNÍ...

- 115 Co se to se mnou děje?
115 Sebevědomí
116 Pocity viny
117 Pocity studu
117 Strach z postoje rodiny a okolí
118 Strach ze ztráty lásky a z osamocení
118 Strach z finanční tíže
119 Strach z ohrožení
119 Co se mnou může týráním udělat?
119 Tělesné týráním
120 Psychické a emocionální týráním
120 Sexuální zneužívání



125

**ALKOHOL, DROGY A PATOLOGICKÉ
HRÁČSTVÍ**

- 125 Partner je alkoholik
 - 126 Partner je na drogách
 - 128 Partner je patologický hráč
 - 128 Stadia vývoje této nemoci
 - 129 Hráčská přesvědčení
 - 130 Nefunkční vztahy
 - 132 Rozhodl jsem se se svou slabostí bojovat
 - 132 Čemu musíte čelit?
 - 136 Jak čelit nabídkám alkoholu, drog či výzám ke hře?
 - 139 Problém má můj partner
 - 140 Nejčastější chyby, kterých se ve vztahu dopouštíme
-

144

SEZNAM LITERATURY

O AUTORCE

MUDr. Mgr. Erika Matějková

Vystudovala FF UK, obor psychologie, a 1. LF UK – atestace v oboru praktický lékař pro dospělé. Absolvovala daseinsanalytický výcvik i supervizi. Od roku 1998 se věnuje psychoterapii ve vlastní soukromé poradně. Zaměřuje se na oblast partnerských problémů, pocitů osobního selhání, úzkostí a poruch příjmu potravy.

ÚVOD

Dostává se vám do ruky pokračování knihy *Jak řešit konflikty a problémy v partnerských vztazích*. Tentokrát se zaměřuji na nejčastější konfliktní témata v partnerském vztahu, jako je nevěra, stále aktuálnější chatování, žárlivost, vztah s cizincem, rozdíly v majetku a ve společenském postavení, rozdíly ve věku partnerů. Svoji kapitolu zde mají i partneři podivíni, partneři, kteří ponižují a týrají, depresivní partneři a partneři alkoholici a hráči. Vybírám témata, se kterými lidé nejčastěji přicházejí do psychologické poradny. Snažím se popsat důvody konfliktů, mylné interpretace i iluze, ve kterých žijeme. Na konci kapitoly se snažím přinést podněty k zamyšlení a rady, jak si sám v dané situaci pomoci. Záměrem této knihy není poučit čtenáře, jak na svého partnera vyvrát či jak se ho s pomocí knihy pokusit změnit. Změna v chování a prožívání vašeho partnera se může dařit v péči psychoterapeuta. V manželství převýchova partnera vede pouze k jeho ponížení, potlačení jeho osobnosti či k vzbouření partnera a nakonec k rozvodu. Tato kniha si klade za cíl pomoci porozumět skrytým významům konfliktů; tomu, co nám partner svým – pro nás tak rozčilujícím – chováním chce sdělit. Tím jsme blíže tomu, abychom nevnímali požadavky našeho partnera jako útok proti sobě, ale jako prosbu o změnu ve společném soužití. Zároveň nás naučí jasněji vnímat, kdy už jsou nároky partnera neoprávněné a kdy je na místě hájit si svoji autonomii tak, abychom stálým vycházením vstříc partnerovi nepotlačili svoji osobnost.

Záměrně se snažím vyhnout se používání odborných výrazů. Domnívám se, že pro běžné čtenáře jsou příliš zatěžující, nic jim neříkají a pouze ztěžují četbu.

NEVĚRA

Odhalení nevěry partnera je vždy bolestné a zraňující. Podvedený partner nevěru prožívá jako podvod, ztrátu důvěry či konec manželství. Má pocit, že po této životní ráně se již nikdy nebude moci vzpamatovat. Nikdy již partnera nebude mít tak rád, jak míval. Manželství již bude plné nedůvěry. Při odhalení nevěry je podvedený partner zprvu paralyzovaný. Připadá mu, že nic jiného v životě než skutečnost nevěry není tak důležité. Odhalení, že váš partner sdílí svoji tělesnou i duševní intimitu s někým cizím, je velmi bolestné. Většina z nás podléhá mylnému závěru „je mi nevěrný = nemá mě rád, nechce se mnou žít“. Přitom ale pravděpodobnost, že nám partner bude alespoň jednou za život nevěrný, je vysoká. V České republice prováděli v 90. letech anonymní výzkum sexuologové Weiss a Zvěřina. Ze 707 ženatých mužů a 732 vdaných žen 65 % mužů a 46 % žen uvedlo, že měli alespoň jednu epizodu nevěry za trvání manželství. U mužů byly mimomanželské vztahy spíše jednorázové, ženy měly tendenci spíše k trvalejším mimomanželským vztahům.

Proč mi je nevěrný/nevěrná?

Nevěra provází ruku v ruce partnerský vztah. Mnohdy žijeme v iluzi, že pokud odhalíme její příčinu, partner nám nevěrný být přestane. To ale platí opravdu jen ve velmi omezených případech. Pro někoho je nevěra výsledkem nespokojenosti ve vztahu. Nespokojenost může plynout jak ze sexuálního nesouladu, tak i z duševního nesouznění. Zrovna tak ale motivem nevěry může být touha po dobrodružství, touha zbavit se určitého životního stereotypu či zvědavost. Podívejme se tedy, jaké příčiny nevěry jsou nejčastější.

Gapik (1985, in Kratochvíl, Manželská terapie, 2000) rozděluje nevěru do dvou skupin. První vychází ze sexuální potřeby, druhá spíše z mimosexuální motivace.

NEVĚRA VYPLÝVAJÍCÍ ZE SEXUÁLNÍ POTŘEBY

Nedostatečné přijetí normy věrnosti

Partneři neuznávají požadavek manželské věrnosti jako závazný. Takovýto partner tvrdí: „Mám manželku, se kterou chci žít a mít děti, ale má rodina mi nebude omezovat moji svobodu. Mohu si přece dělat, co chci. Mít jednoho sexuálního partnera na celý život není přirozené.“ Naskytne-li se tomuto typu lidí příležitost k pohlavnímu styku s jiným partnerem, nevidí kromě potřebné opatrnosti týkající se prozrazení, sexuální nákazy či nechtěné gravidity závažný důvod, aby tuto výzvu nevyužili. Někteří odborníci pojmenovávají tento typ nevěry jako rekreační či sportovní sex. Běžně tento typ nevěry můžeme vidět v době nepřítomnosti partnera při pobytu v lázních, na služební cestě či na dovolené.

Projev sexuálního nespokojení

Nevěra se může vyskytovat v manželstvích, kde partneři cítí sexuální nesoulad. Dlouhodobý nesoulad a nespokojení jednoho z partnerů vede k tendenci nacházet si vedlejší mimopartnerské styky. Nejčastěji tito partneři svoje manželství popisují jako klidné, přátelské, ale bez vášně. Jejich partner je sice jejich nejlepší životní kamarád, ale cítí spolu prázdnotu. Rozvést se nechtějí, protože si svého partnera váží, ale dožít v takovémto nenaplněném vztahu též nechtějí. Pokud ale nevěrný partner má silnou morální odpovědnost ke svému partnerovi, může cítit vnitřní konflikt a pocit viny. Tento typ nevěry může vést k rozvodu.

Pokus o léčení sexuální poruchy

V tomto případě nevěru vyhledávají partneři sexuálně nespokojení. Může se jednat o ženy, které dlouhodobě nezažívají se svým partnerem orgasmus, o muže, kteří mají se svojí partnerkou poruchy erekce. Též se tato nevěra vyskytuje u partnerů, kteří v průběhu manželství zjistí, že je více sexuálně vzrušují sadomasochistické hry, převlékání do různých obleků či touží po milování ve třech či více lidech. Často se i svému partnerovi svěří, ten ale o tento druh sexu nemá zájem. Někdy dojde k ráznému odmítnutí

a zesměšnění takto orientovaného partnera. Tento druh nevěry často provází silný pocit viny a studu. Běžně takováto nevěra bývá dlouhodobá a opakovaná, obvykle ale nevede k rozpadu manželství.

Libor žije se svou ženou již patnáct let. Mají spolu dvě dcery. Mají krásnou vilu, manželka má vysoké postavení ve farmaceutické firmě. Libor vlastní propagační firmu. Poslední roky ale je Libor nespokojený, proto také přišel za psychologem. Zjistil, že běžný sex ho neuspokojuje. K tomu, aby měl pocit sexuálního naplnění, by potřeboval, aby k němu manželka nebyla při sexu tak něžná. Přesněji, potřeboval by, aby ho občas plácla přes zadek či ho spoutala. To ale ona odmítá. Jednou to zkusila, ale necítila se při tom dobře. Libor se zase necítí dobře, když mu při sexu říká, jak ho miluje. Je mu to naopak čím dál víc nepříjemné. Zpočátku ho uspokojovaly pouze fantazie, ale to mu již nestačí. Začal se sexu s ní vyhýbat. Našel si v asi 200 km vzdáleném městě dvojici, která tyto předsudky nemá. Oba jsou keramici, umělci. Říká, že s nimi poznává úplně jiný svět. Nejen v sexu, ale i v otevřenosti a svobodě. Návštěva spojená se sexem ho sexuálně uspokojí tak na 2 měsíce. Manželce se vyhýbá, několikrát jí i řekl, co by potřeboval, ale ona ho nechápe. Chce zůstat se svou ženou kvůli dětem, ale neví, jak to dlouho vydrží. Má přece též právo na své sexuální i partnerské naplnění.

Důsledek svedení

Tento typ nevěry je nejméně nebezpečný. Nevzniká ze sexuálního nespokojení či duševního nesouladu mezi partnery. Nejčastěji k němu dochází při požití alkoholu nebo je tento typ nevěry podpořen sváděním partnera. V tomto případě převládne silná sexuální touha. Nevěra je provázena pocitem provinění. Tento typ nevěry bývá obvykle jednorázový a nevede k dlouhodobému mimopartnerskému vztahu.

NEVĚRA SPOJENÁ S MIMOSEXUÁLNÍ MOTIVACÍ

Odvěta za nevěru partnera

Pokud se jeden z partnerů dozví o nevěře druhého partnera, převládne pocit msty a zloby. Někdy též k tomu, aby jeden partner mohl nevěru part-

nera přijmout bez pocitu svého ponížení, oplatí partnerovi stejným. Často můžeme slyšet: „Když může on, tak já také, já mu ukážu. Ať vidí, že nese-dím jen v koutě a že o mě mají ostatní též zájem.“

Pavel žije s Evou již 15 let, mají šestiletou dceru. Pavel nikdy nebyl ambiciózní. Má nižší pozici ve státní správě, má rád svůj klid. Někoho vést a mít pod sebou podřízené není pro něho. Eva je právnička, velmi úspěšná advokátka. Eva je stále v práci, vydělává několika-násobně více než Pavel. Pavel byl na rodičovské dovolené, nyní zajišťuje všechny rodin-né povinnosti. Vaří pro dceru, vyzvedává ji ze školy, učí se s ní. S Evou byli dosud velmi šťastní. Občas mu sice Eva vyčetla, že by pro sebe potřebovala dominantnějšího a ambi-cióznějšího partnera, ale to byly vždy jen ojedinělé stesky. Žili si spolu dobře. Pavel ale za-čal chodit na chat. Seznámil se tam s Luckou, se kterou měli mnoho společného. Byli jen kamarádi, ale cítili duševní souznění. Od té doby se vztah Pavla s Evou změnil. Eva zača-la žárlit, vyčítala Pavlovi, že tráví volný čas jen zábavou na internetu a že myslí na jinou. Pavel si měl konečně s kým povídat. Lucku stejně jako jeho zajímala kineziologie a práce s duševní energií. Eva si nakonec po mnoha žárlivých scénách řekla, že si tedy také něko-ho najde. Našla si na chatu úspěšného právníka, se kterým začala prožívat úplně jiný život než dosud. Z platonického vztahu se stal milenecký. Evě začala na Pavlovi stále více vadit jeho pohodlnost a nespolečenskost. Vyčítala mu, že celé rodinné příjmy zajišťuje jen ona a Pavel jí s ničím nepomůže. To už sice Pavel s Luckou kontakt přerušil, Eva ale svůj vztah s právníkem ukončit nechtěla. Konečně v životě našla partnera.

Prostředek k nalezení duševního souznění

Dlouhodobá absence duševního souznění a nenaplnění potřeby přijetí v partnerském vztahu vede k tomuto typu nevěry. Dá se říci, že tato nevěra je jen otázkou času, kdy jeden či druhý partner potká někoho, s kým si bude dobře rozumět a cítit duševní souznění. Potřeba přijetí a blízkosti jsou základní lidské potřeby. Pokud jsou tyto dvě potřeby nenaplněné, při-nášejí v životě silný pocit prázdnoty a osamění. Samotná sexuální potřeba zde nehraje velkou roli. Nejednou takovýto partner říká: „Moje manželka je lepší sexuální partnerkou než moje nová známost, ale nemám si s ní po sexu co říci. Mám po sexuálním styku s manželkou pocit osamění a smut-ku.“ Tento typ nevěry velmi často vede k rozchodu partnerů.

Nichols (1988, in Kratochvíl, Manželská terapie, 2000) přidává další mo-tivy nevěry:

Pokus o oživení ochladlého manželství

V tomto případě partneri cítí, že v manželství není něco v pořádku. Často mají pocit odcizení jeden před druhým. Partnerský život je plný stereotypů, které často ani jednomu z partnerů nevyhovují. Takovýto partner obvykle říká: „Manželku zajímají pouze děti a co uvaří k večeři. Dříve jsme alespoň občas spolu vyšli do společnosti či dělali různé výlety. Nyní jsme stále doma, nemáme si již ani o čem povídat. Každý si žijeme svůj život v osamění. Povídáme si pouze o dětech či o tom, co je třeba zaplatit, koupit, obstarat. Ostatní témata jsou tabu. Celý život takto žít nechci.“ V tomto případě si obvykle nevěrný partner vědomě či nevědomě přeje, aby se podváděný partner o nevěře dozvěděl. Často se nevěrný partner svému partnerovi svěří. Žádá, aby se partner změnil, byl pozornější, vřelejší nebo více sexuálně aktivní. Říká: „Je to tvoje vina, kdybys byla jiná, pozornější, nemusel jsem si nikoho nacházet, alespoň vidíš, kam jsi mě dovedla.“

Způsob, jak snášet neuspokojující manželství

Nevěra tohoto typu nastává tehdy, pokud jeden z partnerů dlouhodobě prožívá pocity neuspokojení. Partnerský vztah obvykle dobře funguje, partneri si rozumějí, cítí blízkost a souznění. V určitém aspektu je ale jejich vztah nenaplněný. Z manželství odejít nechtějí, váží si sebe navzájem. Nevěra je zde východisko, jak uspokojit svoji potřebu a zachovat tak své manželství. Nevěra kompenzuje nedostatek něčeho, co nám partner, i kdyby chtěl, svým typem osobnosti či životním nastavením nikdy poskytnout nemůže. Nevěrný partner si tak doplňuje, co v partnerství chybí. Tyto nevěry jsou dlouhodobé, málokdy přiznané. Nenarušují manželské soužití. To, že si svoji nenaplněnou potřebu jeden z partnerů uspokojuje jinde, často vede i k zlepšení kvality vztahu s druhým partnerem. Slouží jako pomocný prostředek k uchování manželství, které by jinak spělo k rozvodu.

Jana přišla k psychologovi s tím, že neví, co má dělat. Její manželství je skvělé, s Petrem si výborně rozumí. Jsou spolu již 23 let. Mají si stále co povídat, i sex je po tolika letech baví. Bylo sice období odcizení, ale poslední dobou jsou čím dál raději spolu. Jana pracuje na vyšší pozici v bance, Petr vlastní investiční firmu. Jana poslední dobou přibrala, ví, že o sebe tolik nepečuje, je nejrady doma. Petr se stále pohybuje mezi velmi úspěšnými lidmi, točí se okolo něho mnoho krásných mladých a úspěšných žen. Jana se dosud smála

představě, že by se o ně zajímal. Petr je spíše domácí typ. Rád hraje šachy, to je snad jediné, co ho baví. Na sport není, do společnosti také nemusí. Optimální víkend je takový, že jsou spolu doma a hrají šachy. Oba si to vždy užijí. Nedávno ale chtěl Petr půjčit mobil, že si potřebuje napsat SMS, jeho je vybitý. Za 3 dny, když se Jana do svého mobilu podívala, zjistila, že psal své milence. Popisoval jí, jak s Janou tráví volno a jak se na ni těší. Jana postupně zjistila, že Petr má vedle života s ní ještě jeden život. Se svou milenkou si pronajímá další byt, kde spolu též žijí. Baví ho s ní jezdit na kole a do přírody, chodit po horách. Žije způsobem, ve kterém ho vlastně vůbec nepoznává. Jana neví, co má dělat. Manželství funguje, nechce ho narušit tím, že Petrovi o odhalené nevěře řekne. Do té doby, než si přečte SMS, přece žili ve spokojeném manželství.

Šmolka, Capponi, Novák (1995, in Kratochvíl, Manželská terapie, 2000) přidávají ještě další typ nevěry:

Tržní motivace nevěry

V tomto případě motivací k udržování vedlejšího vztahu je získání různých výhod. Výhody mohou být finanční, ale i společenské nebo pracovní. Milenec zde poskytuje to, co partner poskytnout nemůže. Může to být zážitek exotické dovolené, vyšší pozice v práci či pravidelná horská turistika či seksoky padákem. Nemusí vždy jít jen o materiální zabezpečení. Milenec zde nabízí jiný životní styl. Tato nevěra často začíná spontánně tím, že se nevěrný partner zamiluje ne do osobnosti partnera, ale do toho, co nabízí. Poté je již často právě kvůli získaným výhodám udržována vědomě.

Další typ nevěry nemusí být bezprostředně spojen s neuspokojením v manželství.

Touha po dobrodružství a vášni

Tento typ nevěry je častý. Nevěrný partner opakovaně touží po stavu zamilování, okouzlení a vášni. Hledá krátkodobé vztahy, které se ale poté, co vyprchá období zamilovanosti, opakovaně rozpadají. Tyto vztahy jsou velmi vášnivé a emocionálně nabitě. Poté, co vztah přechází do fáze klidné lásky, nevěrný partner jej sám ukončuje. Doma je často dobrý manžel a rodič, který rodině poskytuje vše, co potřebuje. Má rád svoji ženu, váží si jí a nikdy ji nechce opustit. Bez vedlejších vztahů by se ale nudil a měl pocit životního nenaplnění.

Zvědavost

V tomto případě je nevěra vedena pouze touhou po nových zážitcích a zkušenostech. Partnera, se kterým žijeme, již známe. Víme, co rád snídá, co ho baví, jak se tváří při milování. Máme pocit, že nás již nemá čím překvapit. S novým partnerem poznáme jiný životní styl, jiný druh trávení volného času, odlišné hodnoty i odlišné cíle a touhy. Jiný partner v nás otevře to, co nám náš partner, i kdyby chtěl, dát nemůže. S jedním partnerem jsme odvážní, s druhým více romantičtí, s jiným nás baví sportovat a jiného můžeme ochraňovat. Tento typ nevěry je často opakovaný, nevěrný partner je závislý na nových podnětech, které přicházejí s každým novým partnerem. Často se tento typ nevěry neutají a vede k rozpadu vztahu.

S. Hiteová (1987, in Kratochvíl, Manželská terapie, 2000) provedla ve Spojených státech rozsáhlou studii, ve které 2200 vdaných žen odpovídalo na otázky důvodů mimomanželského vztahu. Celkem 70 % vdaných žen přiznalo mimomanželský sex. V citovaných odpovědích ženy například uvádějí, že mají s manželem klidnou lásku, s milencem lásku vášnivou. Další ženy uvádějí, že styk s jedním partnerem se po čase stává nudným. Většina žen uváděla, že v manželství se cítily odcizené a nepochopené. V mimomanželském vztahu nacházejí sebedotvrzení a vzrušení. Jiná žena uvádí, že jí mimomanželský vztah pomáhá vydržet v chladném a upadajícím manželství. Většina žen udává, že se nechce rozvést. Z žen, které své manželství hodnotí jako velmi dobré, udává 16 % mimomanželský sex. „Milenec po mně touží, sex s ním je lepší, s manželem jsem většinou anorgastická. Manžel je rychle hotov, pak se otočí a usne. V manželství mám zajištěnou stabilitu. Mám ráda svého manžela i milence.“

NEJČASTĚJŠÍ CHYBY, KTERÉ DĚLÁME PŘI ODHALENÍ NEVĚRY

Pojďme se podívat, jaké nejčastější chyby dělají muži i ženy v pozdějších reakcích na nevěru. Jde o dobu, kdy podvádějící partner svoji milenkou či milence opustí a vyjádří touhu a přání zůstat se svým původním partnerem.

Podvedený partner přesto svojí reakcí dělá druhému z partnerského života peklo. Stereotypní myšlenky, které jeden partner před druhým stále opakuje, mohou nakonec vést k samotnému rozpadu vztahu. V konečném důsledku tedy nikoli nevěra, ale vztahové, rodinné či partnerské peklo, napětí, dusno a výčitky jsou tím, co vede k rozpadu vztahu, ve kterém se oběma partnerům obtížně žije. Je charakteristické, že se podvedený partner skrze tyto výčitky staví do pozice trpitele. To je ale první dojem. Cílem bývá odplata za nevěru. Zde jsou nejčastější reakce, které vedou k vlastnímu rozpadu partnerského vztahu, a to i jinak velmi kvalitního. Jejich nevýhodou je, že takové postoje jsou obtížně vyvratitelné.

„Můj život ztratil smysl“

Tato výčitka je charakteristická pro ženy i muže s nízkým sebevědomím. Staví sami sebe do role slabého podvedeného a zlomeného člověka. Jejich partner jim připravil svojí nevěrou v životě utrpení. Nelze již najít cestu zpět a žít tak bezstarostně jako předtím. Partner jim v jejich očích zasadil tvrdou ránu, po které již nikdy nebudou v životě šťastni.

„Nikdy ti neodpustím“

„Udělal jsi největší podvod v mém životě. Toto jsem od tebe nečekala. Vždy jsem ti tak věřila. To již ale není možné. Náš vztah již nebude to co předtím.“ Tyto výčitky používají ženy i muži. V reakci na tuto větu neexistuje řešení. Toto tvrzení nepřináší ani možnost, jakým způsobem by mohl „nemorální“ partner své chování napravit.

„Nikdy tě již nebudu milovat tak jako předtím“

„Tvoje chyba je nevratná. Budeš tedy od nynějška trpět nedostatkem mé lásky. Tvůj život bude utrpení. Sám sis to zavinil. Důvěra a láska jsou pryč.“ Velmi tvrdá reakce na nevěru partnera, která ve svém důsledku vede k rozpadu vztahu a k tomu, že partner opět prchne za někým, kdo ho milovat bude.

„Děti tě odsoudí“

Toto je velmi důmyslná odplata za nevěru partnera, zvláště tehdy, pokud se podvedený partner zároveň uchýlí k tomu, že pomlouvá svého partnera

před dětmi. Tím své děti staví do role svého ochránce. Děti neumějí situaci posoudit, nejsou ještě osobnostně zralé. Téměř vždy toho „nemorálního člověka“, což bývá jejich otec, odsoudí za to, že ubližuje jejich matce. Následky pro děti ale bývají kruté. Bohužel jim to vezme jistotu a pocit bezpečí v rodině. Podvedený partner staví svého „bídneho“ partnera do pasti. Ten se usilovně snaží „sekat dobrotu“ a svoji vinu napravit, ale nepřináší to valné výsledky. Selhal v očích svých dětí. Častěji se k tomuto typu odplaty uchylují ženy. Je to důmyslný způsob vydírání.

„Musíš mi dokázat, že mě máš rád“

Opět jedna z důmyslnějších odplat nevěrnému partnerovi za jeho nevěru. K tomu ještě přináší mnoho výhod. Je totiž obtížně splnitelná a provinilec je tak odsouzen k celoživotnímu naplňování tužeb svého partnera (obvykle své partnerky). Zve ji na drahé dovolené, myje nádobí, uklízí, kupuje briliantové prsteny. Prominutí svého činu se ale nedočká.

„Jsi špinavý a nechutný“

Tato výčitka je častá pro obě pohlaví, častější však pro muže. Vychází z morálních norem minulého století, že do manželství by partner měl přicházet čistý, tedy bez jiných sexuálních zkušeností. Přestože jistě ani jeden z partnerů do vztahu nevstupoval bez zkušeností, toto dogma je použito a trvá se na něm. Partner se může mýt jak chce, chodit opakovaně na venerologické vyšetření, aby dokázal svému partnerovi, že netrpí žádnou sexuální chorobou, přesto mu není odpuštěno. S touto výčitkou se pojí jako odplata odmítání sexuálního styku. Opět to vede pouze k tomu, že „bídny a nemorální“ partner hledá pochopení a sexuální naplnění u jiného partnera a vztah se rozpadá.

„Nikdy ti již nebudu důvěřovat“

Ztráta důvěry je jedna z nejčastějších výčitek následujících po nevěře. Odůvodněná je snad několik prvních měsíců až rok, kdy skutečně podvedeného partnera opakovaně napadají pochybnosti, kde právě svůj volný čas jejich partner tráví. Nemělo by se to ale stát celoživotní výčitkou. Pak to má ráz odplaty a vydírání. Partner se opět snaží vším možným dokázat druhému své čisté úmysly. To ale není nic platné, pokud podvedený proti