



# **BAKALÁŘSKÁ PRÁCE**

Problematika osobních a blízkých vztahů a jejich začlenění do výuky na 2. stupni ZŠ a gymnáziích

Problems of Personal and Close Relationships and Their Integration into Teaching at the 2nd Stage of Primary and Grammar Schools

## **STUDIJNÍ PROGRAM**

Specializace v pedagogice

## **STUDIJNÍ OBOR**

Učitelství praktického vyučování a obd. výcviku

## **VEDOUCÍ PRÁCE**

PhDr. Lenka Mynaříková, PhD.


## I. OSOBNÍ A STUDIJNÍ ÚDAJE

Příjmení:	Foltrková	Jméno:	Květa	Osobní číslo:	478762
Fakulta/ústav:	Masarykův ústav vyšších studií (MÚVS)				
Zadávatel/katedra/ústav:	Oddělení pedagogických a psychologických studií				
Studijní program:	Specializace v pedagogice				
Studijní obor:	Učitelství praktického vyučování a odborného vyučování				

## II. ÚDAJE K BAKALÁŘSKÉ PRÁCI

Název bakalářské práce	Problematika osobních a blízkých vztahů a jejich zařazení do výuky na 2. stupni ZŠ a gymnáziích		
Název bakalářské práce anglicky:	Problems of Personal and Close Relationships and Their Integration into Teaching at the 2nd Stage of Primary and Grammar Schools		
Pokyny pro vypracování:	<p>Cíl práce: Analyzovat výuku o osobních a blízkých vztazích a empiricky ji ověřit. Práce má charakter teoreticko - empirický</p> <ol style="list-style-type: none"><li>1. Úvod - co je předmětem práce</li><li>2. Teoretická část - osobní vztahy, afilace, atraktivita, láska, výběr partnera</li><li>3. Empirická část - stanovení hypotéz za využití metody kvantitativního šetření pomocí dotazníků (pro učitelky a žáky) a zhodnocení výzkumného šetření</li><li>4. Závěr - shrnutí a vytvoření návrhu pro zlepšení současných přístupů nebo úplně nový návrh včetně návrhu aktivit</li></ol>		
Seznam doporučené literatury:	VÝROST, Jozef, SLAMĚNÍK, Ivan, NOVOTNÁ, Anna Sociální psychologie. Praha: Grada Publishing, 2008. ISBN 978-80-247-1425-8 HELUS, Zdeněk Sociální psychologie pro pedagogy. Praha: Grada, 2010. ISBN 978-80-247-1168-3 HAYESOVÁ, Nicky Základy sociální psychologie. Praha: Portál, 1996. ISBN: 80-7178-195-3 ŠMOLKA, Petr Muž a žena - návod k použití. Praha: Portál, 2004. ISBN: 978-80-7178-911-8		
Jméno a pracoviště vedoucí(ho) bakalářské práce	PhDr. Lenka Mynaříková, PhD., Oddělení pedagogických a psychologických studií		
Jméno a pracoviště konzultantky bakalářské práce			
Datum zadání bakalářské práce	12.12.2019	Termín odevzdání bakalářské práce:	30.04.2020
Platnost zadání bakalářské práce	23.09.2021		
 Podpis vedoucí(ho) práce	 Podpis vedoucí(ho) ústavu/katedry	 Podpis děkana(ky)	

## III. PŘEVZETÍ ZADÁNÍ

<u>31.1.20</u> Datum převzetí zadání	 Podpis studenta(ky)
---	--

Fojtíčková, Květa. Problematika osobních a blízkých vztahů a jejich začlenění do výuky na 2. stupni ZŠ a gymnáziích. Praha: ČVUT 2020. Bakalářská práce. České vysoké učení technické v Praze, Masarykův ústav vyšších studií.



**MASARYKŮV ÚSTAV  
VYŠŠÍCH STUDIÍ  
ČVUT V PRAZE**

## Prohlášení

Prohlašuji, že jsem svou bakalářskou práci vypracovala samostatně. Dále prohlašuji, že jsem všechny použité zdroje správně a úplně citovala a uvádím je v přiloženém seznamu použité literatury.

Nemám závažný důvod proti zpřístupnění této závěrečné práce v souladu se zákonem č. 121/2000 Sb., o právu autorském, o právech souvisejících s právem autorským a o změně některých zákonů (autorský zákon) v platném znění.

Ve Varnsdorfu dne: 05. 05. 2020

Podpis: .....

## **Poděkování**

Velmi děkuji mé vedoucí práce, paní PhDr. Lence Mynaříkové, PhD., za vstřícnou pomoc, podporu a pochopení při realizaci této práce, jakožto i mému oponentovi PhDr. Petru Nesvadbovi, CSc.

# Abstrakt

Cílem práce je analyzovat výuku o osobních a blízkých vztazích na 2. stupni ZŠ a gymnázia a empiricky ověřit, zda se témata jako afiliace, atraktivita, láska a výběr partnera vyučují, jak dlouho, jakou formou a v jakých třídách. Na základě výzkumného šetření směruje tato práce k návrhu ke zlepšení současných přístupů ve vyučovací hodině. Práce má charakter teoreticko – empirický. V teoretické části jsou rozebrány osobní a blízké vztahy, afiliace, atraktivita, láska a výběr partnera. V praktické (empirické) části je pak představeno výzkumné šetření za využití metody kvalitativního šetření pomocí dotazníku (pro kantory), které byly předány do dvou škol ve Varnsdorfu – ZŠ Varnsdorf, náměstí E. Beneše a Biskupské Gymnázium Varnsdorf. Dotazník je řešen formou 8 otázek, každá má další podotázky s možností výběru. Dotazníky obdrželi ti učitelé, kterých se dané téma týká. Dále je v praktické části zhodnocení výzkumného šetření na základě 3 výzkumných otázek, které jsou analyzovány a vyobrazeny pomocí grafů. V závěru je práce doplněna o shrnutí a vytvoření návrhu pro zlepšení současných přístupů dané vyučovací hodiny.

## Klíčová slova

osobní a blízké vztahy, afiliace, atraktivita, láska, intimita, vášeň, formování dojmů, stereotypizace

# Abstract

The aim of this bachelor thesis is to analyze teaching about personal and close relationships at the 2nd Stage of Primary and Grammar Schools and to empirically verify whether topics such as affiliation, attractiveness, love and partner choice are taught, for how long, in what form and in which classes. Based on a research survey, this work aims to propose to improve current approaches in the classroom. The bachelor thesis has a theoretical - empirical character. The theoretical part discusses personal and close relationships, affiliation, attractiveness, love and partner selection. The practical (empirical) part presents a research survey using the method of qualitative survey using a questionnaire (for cantors), which were handed over to two schools in Varnsdorf - Varnsdorf Elementary School, E. Beneš Square and Varnsdorf Bishop's Gymnasium. The questionnaire is solved in the form of 8 questions, each with additional sub-questions with a choice. Questionnaires were received by the teachers concerned. In the practical part of the evaluation of the research survey based on 3 research questions, which are analyzed and plotted using graphs. In the

end, the work is supplemented by a summary and creation of a proposal for improving the current approaches of the lesson.

## **Key words**

personal and close relationships, affiliation, attractiveness, love, intimacy, passion, forming impressions, stereotyping



# Obsah

Úvod .....	5
<b>1 Osobní a blízké vztahy.....</b>	<b>7</b>
1.1 Afiliace .....	7
1.2 Atraktivita .....	8
1.3 Láska .....	10
1.3.1 Druhy lásky .....	12
<b>2 Partnerství.....</b>	<b>14</b>
2.1 Výběr partnera.....	14
2.2 Osobní poznávání .....	15
2.3 Partnerský vztah .....	17
2.3.1 Navazování vztahu.....	18
2.3.2 Průběh vztahu .....	19
2.3.3 Ukončení vztahu.....	21
<b>3 EMPIRICKÉ ŠETŘENÍ .....</b>	<b>23</b>
3.1 Cíl a výzkumné otázky.....	23
3.2 Respondenti.....	23
3.2.1 Metoda sběru dat.....	24
3.3 Analýza a výsledky šetření .....	26
3.3.1 ZŠ Varnsdorf .....	26
3.3.2 BG Varnsdorf .....	29
3.4 Vyhodnocení výzkumných otázek.....	31
<b>4 Návrhy a doporučení.....</b>	<b>35</b>
<b>Závěr .....</b>	<b>37</b>
<b>Seznam použité literatury .....</b>	<b>38</b>
<b>Seznam obrázků.....</b>	<b>39</b>
<b>Seznam tabulek .....</b>	<b>40</b>
<b>Seznam grafů.....</b>	<b>41</b>

# Úvod

Tématem této bakalářské práce jsem si zvolila osobní a blízké vztahy, jelikož neustále v našem životě, všude kolem nás jsou a vždy budou vztahy lidí, a to na úrovni osobních či blízkých. Proto je vhodné toto téma jednak začlenit již do vyučování 2.stupně základních škol či gymnázií a tím dát do povědomí žáků představu, co je v jejich budoucím životě může/nemusí potkat, ale také z důvodu, že tzv. ve vyšším gymnáziu budou mít opět tato témata v sociologii, právu a psychologii. V druhé řadě i z toho důvodu, neboť celkově se vztahy ve společnosti v mnohém změnily, např. je větší rozvodovost a vztahy mezi lidmi nejsou někdy až tak dobré nebo takové, jaké by měly být. Je jen na nás, jak vychováme naše děti a ty dále předají tzv. "štafetu" další generaci a jaké vztahy mezi námi budou.

Vztahy ovlivňují naše chování, zaměstnání, chod rodiny neboli celý náš život. Tudíž je velmi důležité se o vztazích zajímat dříve, než se nám nějaký rozpadne. Jedná se např. o vztahy mezi nejrozličnějšími skupinami lidí-v rodině, mezi přáteli, spolupracovníky, sousedy a i tzv. vztahy širší veřejnosti (kontakt mezi lidmi v dopravě, obchodě či na ulici), kde se vzájemně potkáváme, reagujeme na sebe, oslovujeme atd.

Nedílnou součástí vztahů jsou další aspekty (komunikace, tolerance), které se nemohou opomíjet, jelikož by bez nich jakýkoliv vztah nemohl vzniknout a ani pokračovat. Aby došlo k vytvoření vztahu, záleží na mnoha okolnostech (zájem, atraktivita) a zároveň hlavně na nás samotných, jací jsme (osobnost, temperament, vlastnosti, schopnosti) a i v jakém prostředí žijeme, jakou kvalitu tím vztah dostane.

Obsahem této práce je v teoretické části objasnit osobní a blízké vztahy, jakožto afiliaci, atraktivitu, lásku a partnerství, v praktické části pomocí výzkumného šetření skrze dotazník poté analyzovat výuku těchto témat ve vtipovaných školách a cílem je navrhnout zlepšení současných přístupů v dané vyučovací hodině.

Text a z něj vycházející návrhy na zlepšení současných přístupů jsou určeny pro kantory 2.stupně ZŠ a gymnázií. Záměrem je vytvoření textu, který srozumitelně a jasně popisuje osobní a blízké vztahy lidí bez rozdílu věku.

Jednotlivé kapitoly jsou členěny tak, aby čtenář textu porozuměl a plně pochopil jeho obsah. Zároveň by po jeho nastudování nemělo docházet k nepřesným a nejednotným poznámkám, a to hlavně proto, že chybné informace mohou vést k nepochopení celého návrhu.

# TEORETICKÁ ČÁST

# 1 Osobní a blízké vztahy

Pojmenování *osobní vztahy* se používá pro souhrnné označení individuálně významných vztahů jedince k jemu nejbližším osobám. Toto terminologické vyjádření se objevilo v práci H. H. Kelleyho *Personal Relationships* (1979). Zde vysvětluje, že pokud tento jedinec často/silně ovlivňuje v různých sférách činnosti jiné osoby, a to relativně dlouhou dobu, jedná se pak o *blízké vztahy*. Na vytvoření a udržování blízkých vztahů se podílejí fenomény, jako intimita, prožívání, závazky, fyzikální a sociální kontext.

Dále dle teorie personálních vztahů chápeme teorii vzájemné závislosti jakožto interakci mezi partnery jako nejpodstatnější znak všech forem blízkých vztahů. V interakci přináší jedinci účast pozitivní (např. vztah k jiné osobě, což je míra uspokojení potřeb) i negativní (např. negativní emoce, ztráty).

Dle J. Výrosta a I. Slaměníka (2008) lze toto vyjádřit vymezením čtyř základních vztahových charakteristik:

„1. *Stupeň závislosti – je to rozsah, v jakém je individuální prospěch, resp. zisk, závislý na partnerovi a na společných aktivitách.*

2. *Vzájemná závislost – je to míra souladu závislosti na partnerovi, která může, ale nemusí, být pro oba partnery stejná.*

3. *Totožnost žádoucích výsledků – je to míra souladu v preferování stejných, společně dosažených, zisků.*

4. *Báze závislosti – stupeň vzájemné kontroly partnerů a jejich chování“.*

(Výrost, Slaměnik, 2008, s. 234)

Vzájemnou závislost tedy vyjadřuje předpoklad, že v blízkých vztazích partnery ovlivňují nejen úrovně vnějších projevů chování, ale i samotné prožívání. Oba partneři vnímají a hodnotí vztah určitým způsobem a tím teorie rozlišuje dvě úrovně – úroveň spokojenosti a úroveň závislosti. „První, tj. úroveň spokojenosti, se týká pozitivního hodnocení vztahu; víry, že vztah k dané osobě uspokojuje moje potřeby. Úroveň závislosti vyjadřuje, v jaké míře je dosahování pozitivních výsledků a uspokojování potřeb závislé na partnerovi.“ (Výrost, Slaměnik, 2008, s. 234)

## 1.1 Afiliace

*Afiliace* je považována za základní lidskou potřebu a vyjadřuje v nějaké míře u každého člověka touhu vyhledávat/navazovat kontakty a vztahy s jinými lidmi, tzv. chtění být s někým druhým neboli být spolu. Každý z nás se s tímto jevem rodíme, ale u každého je jiný. Někdo má vysokou potřebu být s tím druhým, a naopak jiný člověk má tuto potřebu velmi nízkou. Míra afiliace se může projevovat v různých situacích a může být vyvolána různými pobídkami, ale většinou se projevuje v touze po navazování těsných a dlouhodobějších vztahů.

Jedná se o navazování trvalejších a těsnějších vztahů, neboť existují i situačně podmíněné interakce (např. v situaci nouze), kdy se člověk z nějakého důvodu obrací k přítomné osobě či osobám, aby se podělili (vyměnili) o prožitky ze situace.

*„Potřeba blízké osoby plní více funkcí. Vztahy založené na intimitě a sebeodhalování poskytují člověku oporu a pomoc, možnost projevit nejintimnější pocity ve chvílích radostných i smutných, porozumění založené na stejných či podobných názorech, poskytují bezpečí, protože v případě nouze lze osoby blízké s jistou samozřejmostí požádat o pomoc. Podstatnou složku uspokojení tvoří celkově pozitivní emoce.“* (Výrost, Slaměník, 2008, s. 249)

Naopak někdy přichází člověk do stavu, kdy volí samotu. Je to většinou v případech, kdy potřebuje např. přemýšlet o svém životě, vyrovnat se s prožitými událostmi (rozchod, úmrtí aj.), najít řešení životní či pracovní situace, načerpat „novou“ sílu pro práci atp. V těchto situacích samota pozitivně přispívá k psychické vyrovnanosti člověka. Bohužel naopak sociální izolace (převážně nucená) vyvolává značné psychické potíže, proto se jí většina lidí snaží vyhnout. *„Ve vězení bývá trest samotkou považován za jeden z nejtěžších. Opuštění lidé potřebují čas od času vyjít ven z bytu, chodit po ulici, jít něco koupit, navštívit restauraci – mnohdy jen z toho důvodu, aby zakoušeli, že jsou alespoň nějak mezi lidmi. Výzkumy prokazují, že dlouhodobá odloučenost od lidí (sociální izolace) vede k poruchám osobnosti – např. depresím, halucinacím, panickým úzkostem, sebepoškozovacím, či dokonce sebevražedným sklonům. Stejně tak ale neustálou přítomnost druhých někteří lidé obtížně snášejí, nabývají pocitu, že nemohou být sami sebou.“* (Helus, 2007, s. 16)

Spolupráce nebo společně vykonávaná činnost může být také podnětem k navazování vztahů, kdy uspokojení přináší samotný fakt společných aktivit a jejich výsledků (hra na hudební nástroj, společenská hra aj.), ale také možnost získat ocenění a uznání.

Na druhé straně značná potřeba afiliace vzniká v situacích nejistoty, strachu, ohrožení, obav. S. Schachter (1959) provedl experiment, ve kterém se pokusné osoby měly podrobit silnému elektrickému šoku. Pokusné osoby mohly čekat na experiment osamoceně, nebo společně s jinými lidmi. Výsledky prokázaly, že v kontrolní skupině, která měla podstoupit jen slabý šok, tudíž byl strach z této situace nepatrný, volily pokusné osoby možnost čekání o samotě. Ale lidé, pokud jsou vystaveni nebo v situacích strachu a obav (větších) - dávají přednost možnosti být s jinými lidmi. Přítomnost jiných redukuje negativní pocity, protože vytváří možnost pro vzájemnou útěchu a uklidnění. Jde o možnost srovnávat vlastní pocity s prožíváním jiných, být cizích lidí, výrazně snižuje zátěž těchto situací. Zároveň lidé vyhledávají přítomnost jiných lidí stejně nebo podobně ohrožených za účelem předávání informací, jak situaci zvládnout/vyrovnat, jak ji řešit (např. přírodní katastrofy, hospitalizace a čekání na operaci).

## 1.2 Atraktivita

Atraktivitu (přitažlivost) můžeme rozdělit do tří forem:

- fyzická atraktivita
- psychická atraktivita
- osobní atraktivita

Při seznamování či výběru partnera hraje velkou roli *atraktivita*, která je základem při navázání vztahu, ale také se podílí na jeho utváření, trvání a i kvalitě. Jako prvního si všimneme vzhledu, tváře, postavy či účesu (fyzická atraktivita) a okamžitě si vytvoříme první dojem, který ale může být mnoha faktory ovlivňován. Jsou to ty, které nás v životě potkaly a nebo návyky, se kterými jsme byli vychovávaní atd. Osoba nám fyzicky atraktivní je většinou přibližně stejná, jako my sami a jejich přítomnost nás odměňuje. Pohled na fyzickou krásu uspokojuje naše estetické potřeby (nutnost seberealizace). Vzájemně si podobní lidé vyvolávají kladné pocity a odlišní lidé záporné pocity jak o sobě samých, tak i o svém pohlížení na svět. Dále i pochvala či uznání druhého jsou chápány jako ocenění provázené kladnou emoční odezvou a tím posilují atraktivitu druhého, a naopak negativní projev vede až k vyhýbání se druhému.

*„Výzkum formování dojmů (impression formation) se zabývá tím, jak si tvoříme představy o jiném člověku. V procesu tvoření dojmu o druhém hraje úlohu větší počet faktorů. Patří k nim zvláště následující:*

- *Často užíváme implicitní teorie o osobnostních rysech a o tom, které rysy se vyskytují současně.*
- *Vytváříme si vlastní osobní teorie o druhých – osobní konstrukty.*
- *Je důležité, jak získáváme první informace o druhých lidech – a první dojmy mohou ovlivnit chování.*
- *Kategorizujeme druhé a při jejich posuzování užíváme stereotypy.“* (Hayesová, 1998, s. 69)
- 

Ke snížení atraktivity u dvou vzájemně se přitahujících lidí (fyzickými i osobnostními vlastnostmi) může nastat ve chvíli, pakliže vznikne nerovnovážený stav neboli neshoda v důležitém názoru jejich vztahu k dalšímu objektu (názory, cíle, lidé atp.).

Chceme věřit prvnímu dojmu a nepřemýšlíme nad tím, že fyzicky atraktivní (hezcí) lidé nemusí být vždy hodní, veselí, inteligentní, úspěšní atd. Mají vyšší sebevědomí díky tomu, že se jim dostává většího sociálního ocenění. Ale naopak jsou často nejistí, neboť nevědí, zda okolí oceňuje jen jejich krásu nebo zda vnímá i osobnostní kvality.

*„Obliba a pozitivní hodnocení fyzicky atraktivních jedinců se objevuje už v předškolním období a trvá až do stáří. Tito lidé snadněji navazují interpersonální vztahy, ale pro jejich utváření a trvání má větší roli osobní atraktivita. Teprve až další setkání ukáží, nakolik jsou přitažlivé osobnostní vlastnosti, postoje, názory, přesvědčení, hodnoty, zájmy, potřeby, víra, způsob života i socioekonomický status. Hlubší, vzájemné poznání může způsobit zklamání u vysoce fyzicky atraktivních lidí, naopak u méně atraktivních mohou být objeveny vysoce žádané a ceněné vlastnosti.“* (Výrost, Slaměnik, 2008, s. 254)

Za hlavního činitele v utváření a trvání interpersonálních vztahů se považuje osobní atraktivita. Jedná se zde o shodnost nebo podobnost vlastností, zájmů, hodnot, postojů, názorů a i charakteru.

Jsou to jevy, kterých si na začátku jakéhokoliv vztahu nemůže ihned všimnout, ale jsou velmi důležité ve funkčnosti a udržení vztahů.

Interpersonální atraktivita na internetu je novým fenoménem. „I zde platí určitá hlediska pro výběr partnera ke komunikaci, přičemž není k dispozici dojem z fyzického vzhledu a informace prezentované jedincem o sobě samém mohou být klamné. Na druhé straně anonymita tohoto prostředí může vést k vyšší míře sebeodhalení. Téma společného zájmu a k němu projevované blízké postoje či názory zvyšují atraktivitu účastníků komunikace po internetu. Mezi činitele snižující atraktivitu patří např. nepřiměřený exhibicionismus či projevy agrese.“ (Výrost, Slaměník, 2008, s. 254)

### 1.3 Láska

Láska je založena na silné citové vazbě interpersonálního vztahu. Ale na otázku, co přesně láska je, jednoznačnou odpověď nemáme. I když byla ztvárněna ve všech možných podobách a stylech skrze básníky, spisovatele, hudební textaře nebo divadelní dramatiky i filmové scénáristy. Lásku můžeme rozdělit do dvou hlavních druhů: na vášnivou (vzrušení, intenzita citů, interpersonální atraktivita, obava z odmítnutí, soupeření) a na kamarádkou, přátelskou (pocit bezpečí a důvěry, spolupráce). Avšak existují další druhy lásky-neopětovaná (bolestivá, obě strany se cítí být obětí) nebo tajná (silná vášeň partnerů není dáována najevo okolí). Každý z nás poznal lásku v jakémkoliv podobě, např. k hudbě, přírodě, a hlavně k lidské bytosti. Člověk by se měl tzv. rodit z lásky, toužit po lásce a třeba i pro ni umírat.

*„Ještě do roku 1990 se u nás mimo manželství rodilo zhruba 8 % dětí, dnes již okolo 20 %. Pokud jste z toho vyvodili, že za poslední roky nějak dramaticky přibýlo osamělých matek, pak jste zřejmě na špatné stopě. Přibýlo jen dvojic, které se rozhodly pro alternativní způsob soužití. Někdy se hovoří o tzv. faktických manželstvích, jindy o „nesezdaných soužitích“, také o „láskách bez prstýnků“ či méně poeticky o „psích knížkách“. Někdejší Československo patřilo navíc mezi země s vůbec nejvyšší sňatečností na světě. Pouze 5,4 % mužů se nikdy neoženilo a 3,7 % žen neprovdalo.“* (Šmolka, 2004, s. 35)

Na přelomu 60. a 70. let minulého století byla heterosexuální láska předmětem sociálněpsychologického zkoumání a tím pro vědecká zkoumání přestala láska být jakýmsi tabu. Většinou se bádalo a bádá nad tím, čím se láska liší od vztahu mít rád, neboť je pravděpodobné, že vztah důvěrného přátelství či vztah mít rád může přejít právě v onu lásku. Dále i citový stav mít rád a milovat je velmi těsný a nemůžeme je považovat za dvě modifikace téhož stavu. Na druhé straně i velmi intenzivní vztah mít rád nemůžeme považovat za lásku, neboť neobsahuje některé prvky typické pro lásku.

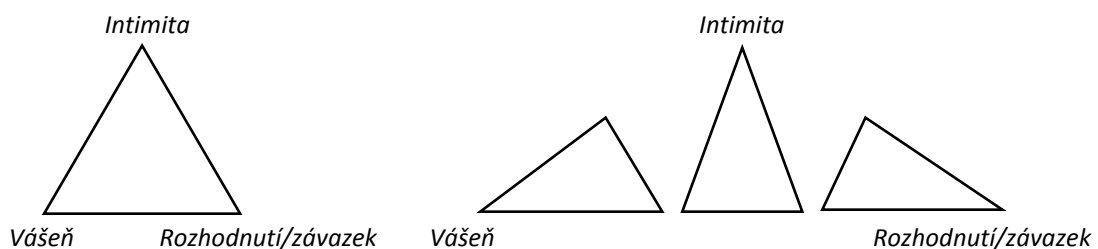
*„Pro všechny vztahy lásky je charakteristické vzájemné porozumění, poskytování a přijímání podpory, pozitivní oceňování a těšení se na přítomnost druhého. Nicméně je zřejmé, že jejich míra*

*závisí na druhu vztahu a že např. pro stav počáteční zamilovanosti bude spíše důležitější intenzivní okouzlení jedinečností druhého.*“ (Výrost, Slaměník, 2008, s. 257)

Trojúhelníková teorie lásky dle R. J. Sternberga (1986, 1988) má tři komponenty, které se určitým způsobem vyvíjejí v průběhu vztahu, lze je uspořádat do trojúhelníkového modelu (velikost lásky je vyjádřena plochou trojúhelníku; vyváženost jeho tvaru):

1. intimita („hřejivá“ komponenta; pocit blízkosti, spojení, prožívání štěstí s milovanou osobou, vzájemné porozumění, intimní komunikace) – především je na počátku vztahu, poté mírně klesá
2. vášeň („horká“ komponenta; spojeno s motivací, výraz vysoké psychické aktivity, fyzická atraktivita a sexuální touha, pomoc, výchova; úzce spojeno s intimitou) – nejsilnější na počátku vztahu, později výrazně klesá (v některých typech lásky zcela chybí)
3. rozhodnutí/závazek („chladná“ komponenta; utváření společných zájmů, přátel, majetku, založení rodiny; dva aspekty – krátkodobý (rozhodnutí, že jedna osoba miluje druhou) a dlouhodobý (závazek tuto lásku zachovat); kognitivní charakter (rozhodnutí nemusí nutně znamenat závazek a naopak; překonat těžké a vracet se k tzv. lepším časům) - v průběhu vztahu se zvyšuje a u úspěšných vztahů pak dlouhodobě setrvává na relativně vysoké úrovni

**Obr. 1** - Podoby trojúhelníku v závislosti na převažující komponentě lásky

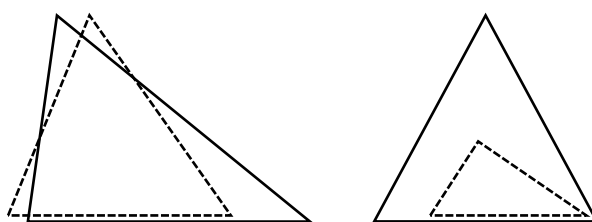


Zdroj: Výrost, Slaměník, 2008, s. 259

*“Například trojúhelník sešikmený na levou stranu vyjadřuje vztah, ve kterém převažuje vášeň nad ostatními komponenty lásky.”* (Výrost, Slaměník, 2008, s. 259)



**Obr. 2** - Příklady mírných a významných rozdílů účasti partnerů na vztahu lásky



Zdroj: Výrost, Slaměník, 2008, s. 259

„Dva trojúhelníky nakreslené „přes sebe“ mohou zobrazovat různé relace. Z pohledu jedince to může být vyjádření mezi skutečností a ideální představou lásky. Ideální představa se částečně utváří na základě minulé zkušenosti za vztahu stejného typu, částečně jako očekávání od stávajícího vztahu. Rozsah překrývajících se ploch trojúhelníků představuje míru uspokojení ve vztahu. Podobně lze vyjádřit relaci „já – druhý“. Partneři se mohou ve vztahu lásky účastnit stejným, ale častěji rozdílným vkladem. „Posunutí“ trojúhelníků znázorňuje míru odlišných vkladů; např. mírné a výrazné rozdíly“. (Výrost, Slaměník, 2008, s. 259)

### 1.3.1 Druhy lásky

Na základě trojúhelníkové teorie lásky R. J. Sternberg (1986, s. 123) dospěl k osmi druhům lásky:

1. vztah bez lásky (nonlove) – žádná komponenta lásky
2. mít rád (liking) – jen komponenta intimity; pro přátelství
3. bláznivá láska (infatuated) – jen komponenta vášně
4. prázdná láska (empty love) – jen komponenta rozhodnutí
5. romantická láska (romantic love) – komponenty intimity a vášně
6. přátelská láska (companionate love) – vytracení komp. vášně, zůstává intimita a rozhodnutí/závazek u dlouhodobých vztahů
7. pošetilá láska (fatuous love) – komponenta vášně a rozhodnutí/závazek
8. úplná láska (consummate love) – komponenty intimity, vášně a rozhodnutí/závazek

**Tab. 1** - Druhy lásky podle R. J. Sternberga (+ komponenta přítomna, - komponenta nepřítomna)

Druhy lásky	Součásti		
	Intimita	Vášně	Rozhodnutí/závazek
vztah bez lásky	-	-	-
mít rád	+	-	-
bláznivá láska	-	+	-
prázdná láska	-	-	+
romantická láska	+	+	-
přátelská láska	+	-	+
pošetilá láska	-	+	+
úplná láska	+	+	+

Zdroj: Výrost, Slaměník, 2008, s. 260

Láska, přátelství či dlouhodobé vztahy procházejí čtyřmi stádii:

- 1.) vybíráním – zjišťování odměn a ztrát; experimentování s různými vztahy
- 2.) vyjednáváním – experimentování na počátku
- 3.) zavázáním se – větší zájem; vyšší míra intimity a závazku
- 4.) institucionalizací – upevňování pomocí norem, pravidel aj.; rovnováha ve vztahu

## 2 Partnerství

Slovo partner se odvozuje od slova *partnerství* (z angl. partner, společník, spoluhráč, nebo také druh/družka), které znamená neboli vzniklo v oblasti obchodu a podnikání. Nastává zde vztah mezi partnery, stranami či skupinami, kteří většinou vzájemně spolupracují v přesně dané oblasti, měli by si býti rovni, a především mít vzájemné uznání. Jedná se o dobrovolný a vzájemný vztah spojení a spolupráce, který se zakládá na dlouhodobé bázi. Dále tímto vznikala partnerství politická, mezi státy, sociální, ale taktéž tímto pojmem nazýváme i partnerství osobní (mezi mužem a ženou, příp. mezi osobami stejného pohlaví).

V knize *Partnerské vztahy 33* a jeden způsob jak žít ve dvou (Peseschkian, 1995, s. 38) autor objasňuje, že břímě, které když se rozdělí na více beder, je lehčí, tudíž se člověk potřebuje s někým spojit. Spojenectví (obraně a útočné) nám dodává vnitřní oporu, jistotu a smysluplným se stává tehdy, pokud se obrátíme proti tzv. třetímu (abychom se nejprve mohli cítit jako “my”) a to celé ke škodě protivníka.

Dále ve své knize rozděluje partnerství např. jako aliance, divadlo, generační povinnost, hledání rovnováhy, majetek, nouzové řešení, (p)akt věrnosti, pouto, trest, za každou cenu atd. Tudíž je na každém z nás, jak partnerský vztah budeme brát, pečovat o něj, co budeme očekávat a do něho vkládat.

Životní partner znamená již něco jiného – osoba opačného/stejného pohlaví by pro nás měla být partnerem na celý život a tím bude i naše rozhodnutí jedním z nejobtížnějších, nejdůležitějších neboli závazných.

Dle P. Šmolky (2004) je s podivem, kolika úskalími a různými cestami lze dojít k našemu seznámení a poté i k “slučitelnosti”. *“Partneři by si měli být natolik podobní, aby si mohli porozumět, a natolik odlišní, aby se mohli milovat”*. (Šmolka, 2004, s. 11)

### 2.1 Výběr partnera

Při výběru partnera nás ve většině případů ovlivní i to, v jakém rozpoložení se právě nalézáme, kolik nám je, co nám do vínku dal sám osud, čím si kdo v životě prošel (i předchozí nevydařený vztah může být varováním před dalším) a kde/jak byl vychovávan. Zjednodušeně řečeno velmi důležitou roli při hledání partnera hraje vzájemná přitažlivost, při které může být jedno, zda je mezi těma dvěma jazyková, věková či geografická bariéra. Každý vztah, pokud pokračuje dál, se samozřejmě postupně vytváří, prochází určitými fázemi, a pak i čas (délka, ale i čas spolu strávený) ukáže, zda ti dva mají být spolu či nikoliv.

Někteří muži (dokonce někdy i ženy) se při výběru partnera stávají „lovci“ (neutuchající vašeň lov), jiní třeba jen sledují honbu za sexuálním uspokojením a jiní hledají partnerku na celý život, což vyjadřuje ve své knize L. Janáčková (2014).

*„V populaci je zhruba 10-15 % mužů a žen pro trvalejší vztah zcela nevhodných. Pokud se dokážeme alespoň některým z nich včas vyhnout, neudělali jsme pro své budoucí štěstíčko zas až tak málo. Jako první by z kola měli letět žárlivci, lidé závislí (na alkoholu, drogách, hracích automatech atp.) a pochopitelně také bytosti příliš ovanuté hysterií. Hned za nimi sobci, pedanti, prvotní mentoři a podobná havěť.“ (Šmolka, 2004, s. 12)*

Dále nemůžeme opomenout upřímnost (bez které jakýkoliv vztah nemůže dlouho fungovat), kterou bychom měli mít hlavně sami k sobě, ale i k našemu protějšku. A to i v případě, jak nám s dotyčným/-ou je, když jsme spolu, ale jak se i chováme. Tento fakt nám víc jak napoví, jaký můžeme mít postoj/vztah vůči druhému v budoucnu. Pokud se nám poštěstí a vkročíme do vztahu, kde nebudeme ihned uvažovat o životním partnerovi, i tak nespěchejme a dejme tomu opět již zmiňovaný čas a i nebojácnost. Neboť bát se, že toho pravého/-ou už nenajdeme, jelikož to trvá tak dlouho, může být začátkem konce. Jednoduše neopomíjeme vnímat své tělo (signály, které nám vysílá) a použít tzv. selský rozum.

*„Heterogamní výběr je založen na principu vzájemného doplňování. Nic proti, leč ani s odlišnostmi bychom to neměli přehánět. Ona zdánlivá výhoda navzájem se přitahujících protikladů by se nám pak mohla totiž vymknout. Možná platí pro některé osobnostní rysy, především pro ty, které nějak souvisí s rozhodováním v páru. Ještě je o něco výhodnější, sejít se ve vztahu s někým, kdo je ochotný ustoupit, jsme-li sami dominantní. Případně s někým, komu rozhodování nedělá potíže, pokud pro nás samotné představuje téměř nepřekonatelné dilema i volba, zda si nejprve obujeme levou a pak pravou botu či naopak. Ne vždy bývá podobná snaha nahradit vlastní deficit prostřednictvím toho druhého zrovna nejlepší cestou ke štěstí.“ (Šmolka, 2005, s. 12)*

Do výběru partnera mohou samozřejmě zasahovat také jiné aspekty, a to třeba i různé patologické mechanismy, např. vztahy žen, které „milují přespříliš“. *„Nutkavě volí duševně nevyrovnané a nemilující partnery nebo nedokáží ukončit vztah, který jim působí převážně trápení. Přitahuje je role zachránce muže nevhodného pro manželství. Nabízejí nebo vnucují mu svou péči a pokoušejí se jeho životní problémy řešit za něj. Podléhají iluzi, že když ho budou dostatečně milovat a pečovat o něj, on se kvůli nim změní tak, že jeho nevhodné vlastnosti a chování zmizí. Muži vstřícní, laskaví, stabilní a spolehliví je nepřitahují, jsou pro ně nudní a nezajímaví.“ (Kratochvíl, 1992, s. 114)*

## 2.2 Osobní poznávání

V případě zájmu, odebíráme se a postupujeme k poznávání po stránce osobní (názory, hodnoty, osobnostní vlastnosti a zájmy). V průběhu poznávání získáváme o partnerovi/-ce další důležité

informace jakožto vzdělání, životní styl, ale také jakého je náboženství, a pokud se vztah prohlubuje, i sexuální orientaci.

Během tzv. tvorby dojmů o druhém (taktéž všeobecně u lidí) může také dojít ke *stereotypizaci* (klasifikace podle předem daných kritérií na základě povrchných charakteristik – např. barva pleti či sexuální orientace), která není totožná s implicitní teorií osobnosti, neboť tato je nástrojem ku pomoci dotvořit si obraz o osobnosti člověka, o kterém u něco víme. *“K vlastnostem, o kterých víme, si doplňujeme vlastnosti, které se s nimi obvykle vyskytují pospolu. Ale při stereotypizaci nebereme vůbec ohled na to, jaký člověk ve skutečnosti je. Jednoduše si ho zařadíme do předem daných “šuplíků”.*” (Hayesová, 1998, s. 74)

Předpokladem je, že pouze ve shodě těchto vlastností bude fungující a harmonický vztah. Opak je pravdou-stává se, že i v takových případech jsou partneři spokojeni a stále spolu. Je důležité podotknout, že bychom velmi dobře měli znát sami sebe. Upřímně si přiznat, co nám jde/nejde, co máme/nemáme rádi, co od života očekáváme a co i od svého partnera. Pokud se člověk zná a má se rád takový jaký je, je předpoklad, že nás stejně (i víc) bude mít rád náš partner.

*“V průběhu interakcí a komunikací se také rozvíjí vzájemné statusové postavení – vyjasňuje se, kdo bude koho ovlivňovat a kdo bude kým ovlivňován, kdo koho povede a kdo bude kým veden; vyjasňují se citové vazby (láska a nenávisť, sympatie a antipatie, opora a ignorování).”* (Helus, 2007, s. 16)

Dále při výběru partnera hraje velkou roli chemie a jde o skutečnost, jak a zda nám protějšek sám o sobě voní či nikoliv. Jedná se o tzv. feromony a v žádném případě nejde o vůni parfému či jakoukoliv toaletní vodu či sprej. Tato skutečnost se nedá nijak obejít neboli přírodu nelze obelstít a neměli bychom tento jev brát na lehkou váhu. Hlavní roli zde hrají receptory čichu (pokud nám protějšek nevoní na počátku, co pak v budoucnu např. při běhu do vrchu, fyzické práci či třídění prádla?). Je geneticky dáno, že si protějšek hledáme takový, který může dát našemu potomkovi zdraví a sílu v podobě imunity.

Jedna z dalších důležitých věcí, jestliže se chceme v určitých věcech, které nedokážeme rozpoznat, se cosi dozvědět, musíme se zeptat. Opatrní bychom měli být i vůči tzv. výrokům „ptáčků lapání“. *“Výběr partnera aneb “Když ptáčka lapají” údajně mu hezky zpívají. Občas se sice vloudí nějaká falešná nota, kdo by ji ale – okouzlen akutní zamilovaností – postřehl?”* (Šmolka, 2006, s. 8)

Vůči tomu, co nám potenciální partner říká, bychom si tedy měli uchovat jistou míru zdravé skepse. Dalším poznáním toho druhého je to, jak se ten druhý chová, neboť své chování míváme přeci jen méně pod kontrolou než verbální projev. Jakmile se začne chování výrazně vymykat, odlišovat se od očekávaného, lze je naopak vnímat jako osobitý projev odrážející některé další charakteristiky svého nositele. Ten člověk se prostě chová jinak, než bychom v dané situaci očekávali. Dalším aspektem je to, jak ten druhý vypadá a to, jak se ten druhý upravuje (taktéž viz fyzická a osobní atraktivita). Dalším faktem v pořadí je oční kontakt, případně intonace hlasu, ale i doteky,

vzdálenost a orientace mohou také mnohé napovídat. Patrná snaha zmenšovat prostorový odstup, spojená s náznakem letmých doteků, je nepochybně výrazem zájmu.

## 2.3 Partnerský vztah

Vztah je definován jako obecná vlastnost konkrétního objektu či subjektu, která se tzv. váže k jinému objektu/subjektu. Taktéž tomu je u mezilidských/partnerských vztahů. Stejně tak u vztahů tato vazba nabývá různých podob a záleží na dalších okolnostech a podmínkách své existence. Vztahy můžeme rozdělit na negativní (špatné vztahy), neutrální (nedefinovatelné), pozitivní (velmi dobré) nebo i jednostranné (platonická láska) a oboustranné (partnerství, manželství). Stejně jako lidé se vztah ve svém průběhu mění, upevňuje či prohlubuje. Jelikož jsme ale každý jiný (úplná shoda neexistuje), bohužel i každý z nás za nejdůležitější charakteristiku vztahu považuje něco jiného.

*„S. W. Duck (1973) tvrdí, že podobnost osobních konstruktů, postojů a názorů má velký význam, má-li krátkodobá vzájemná přitažlivost přerůst v dlouhodobý vztah. Duck považuje za nutné odlišit u vztahů sociální přitažlivost a mezilidskou přitažlivost. Když se s někým potkáme poprvé, máme sklon reagovat na něj podle toho, co v nás vyvolává (podnětový objekt-„rozesmává mne“). Jakmile jej však lépe poznáme, náš vztah se proměňuje a my k němu přistupujeme více jako k člověku. Právě taková osobní přitažlivost, na rozdíl od povrchnější sociální přitažlivosti, která existuje na začátku vztahu, tvoří základ dlouhodobého vztahu“.* (Hayesová, 1998, s. 88)

Podle S. Kratochvíla (1992) v profilech vztahů, kde k problémovým kombinacím patří např. kombinace dvou partnerů rodičovských (řád pečuje o druhého partnera; vyhovuje, když druhý je v „dětské“ pozici), dvou partnerů dětských (získává moc nad druhým dětským způsobem, tj. projevováním své bezmocnosti/bezradnosti), nebo i rodičovský nebo dětský s rovnoprávným (očekává stejná práva/povinnosti) a nezávislým (vyžaduje ve vztahu určitou distanci) atd. *“Romantický partner (očekává duševní porozumění; chce těsný vztah lásky) s romantickým představují svazek sice intenzivní, ale málo stabilní, protože romantických prvků v déletrvajícím manželství přirozeně ubývá a oba mohou mít tendenci hledat je znovu v jiném vztahu“.* (Kratochvíl, 1992, s. 129)

Jednu z významných složek emocionální závislosti partnerů na vztahu vidí M. Plzák (1973) v atraktivnosti partnera. U ženy její krásu, půvab, něhu a u muže duchaplnost, osobní kouzlo, vtip, statečnost. Problémy vznikají, pakliže u jednoho (debaklový vztah) nebo obou (kalamitní vztah) je závislost nepřiměřeně vysoká; závislý vynucuje od druhého projevy lásky, žárlí, nařizuje, vyčítá, pláče, vyhrožuje a tím je protějšku nepříjemný a “ztrácí na ceně”.

### 2.3.1 Navazování vztahu

Při navazování vztahů používá každý z nás velké množství neverbálních signálů, které si mnohdy ani neuvědomujeme, abychom naznačili náš zájem o druhé. Vytváříme si tím tzv. jistotu svých signálů, abychom se případně vyhnuli riziku odmítnutí, jelikož nikdo z nás se neodhodlá a přímo se nezeptá, zda se protějšku taktéž zamlouváme/líbíme. Pakliže navazujeme vztah, je pro nás velmi důležité zjistit, zda je zájem oboustranný. Jedná se o tzv. flirt, který lze dle R. Bönnera (1993, s. 15) rozdělit na základní typy:

- flirt za určitým cílem (vysílání, aby se dosáhlo cíle-příslib naznačuje, že partner svolil k flirtu)
- flirt jako pozornost (úsměv na ulici, pár povzbudivých slov k sousedovi)
- příležitostné flirty (náhodná setkání, nějaký pokyn, narychlo pronesené věty)
- vědomé flirty (záměrné vytváření příležitosti k flirtu)

Skrze flirt tzv. prožíváme štěstí spojené se seznamováním. Flirt znamená víc než vítaný únik z rutiny všedního dne, aniž by z toho člověk měl špatné svědomí a je pouze na nás, zda budeme flirt opětovat. Flirty nejsou taktéž žádná malá tajemství, jimiž by se člověk měl mstít svému partnerovi. Můžeme konstatovat, že flirtování povznáší, dodává sebedůvěru, a také přispívá k dobré náladě. *„Flirt je skutečným darem náhody, přichází bez předchozího varování, opovrhne spolehlivostí, závazností. Jsou dny, které nabízejí tisíce možností k flirtu, a někdy zase týdny bez šance na něčí úsměv či povzbudivý pohled.“* (Bönner, 1993, s. 15)

Ne každý ale umí flirtovat. Celá věc je založená na tom, jací v podstatě jsme (jak se vnímáme a jsme k sobě upřímní), v jaké momentální náladě se nalzáme, v jaké psychické rovnováze a zda vůbec flirtovat umíme.

Oční kontakt je dalším důležitým signálem, který řekne mnohé a téměř jej nedokážeme ignorovat. *„Může znamenat jak zájem, tak nepřátelství. Zírat můžeme na někoho, koho máme rádi, stejně jako na toho, koho rádi nemáme, ale díky kontextu je většinou jasné, kterou emoci pohled vyjadřuje. I signál sám se liší: dlouhý pohled na člověka, který je nám sympatický, je provázen odlišným výrazem obličeje a jinak velkým svalovým napětím než pohled nepřátelský.“* (Hayesová, 1998, s. 85).

Rozšíření (dilatace; mimovolná reakce, kterou nijak nemůžeme ovlivnit) zornic znamená zájem (pohled na něco či někoho, kdo se nám líbí). Také úsměv, držení těla indikuje pocity vůči druhému pohlaví. Je to tzv. signál postojů, kde je nejzajímavějším posturální echo (z angl. postural echo) - při rozhovoru s přítelem či někomu velmi pozorně nasloucháme, se nevědomky postavíme do stejné polohy jako on. I osobní prostor (vzdálenost při rozhovoru) je dalším indikátorem zájmu, kde lidé, kteří jsou si emocionálně blízcí (milenci, členové rodiny, velmi dobří přátelé) se většinou v těsné blízkosti cítí dobře. Naopak je to u cizích a nám nesympatických lidí.

*“Jednou z důležitých podmínek navazování těsných vztahů je fyzická blízkost. Žijeme, pracujeme a bydlíme v blízkosti jiných lidí. Naprostá většina důvěrných přátelství a uzavřených*

*manželství vzniká mezi lidmi, kteří se na počátku nacházeli ve fyzické blízkosti. Školní třída, ročník na vysoké škole, vojenská služba, pracoviště, internát či kolej, okolí bydliště, vytvářejí příležitost pro navazování kontaktů s těmi, kteří jsou nejbližší.“ (Výrost, Slaměník, 2008, s. 250)*

V současné době můžeme být vděční, že ve většině případů si partnera/-ku můžeme vybrat/hledat sami. V minulosti, ale i nyní u některých kmenů jsou a byly sňatky uzavírány z politických důvodů nebo kvůli dynastickým zájmům. Tudíž ohledy na osobní panovníkovy preference při výběru partnerky hrály jen minimální roli. Zde bohužel nebyla žádná řeč o fyzické či osobní atraktivitě atd. V 60. letech minulého století bylo zvykem se vdávat do 20. roku věku a ženit během vojny (+/- 19let). Pokud tak dívka neučinila a, nebo po svatbě nečekali potomka, zdála se divná. O tom, zda si ti dva rozumějí či nikoliv nebo se dostatečně dobře poznali, aby mohli spolu žít do konce svého života, nebyla moc řeč. V případech, kdy ke sňatku muselo dojít (očekávání potomka), bohužel až poté v průběhu manželství měli možnost se více poznávat a zjišťovat, jaký ten druhý vlastně je.

Bohužel i v dnešní době jsou nadále vztahy a poté i tím tzv. *sňatky z rozumu*. Např. partnerka je „na peníze“ a dokáže přehlížet fakt, že si s partnerem nijak nerozumí a i jí „nevoní“ nebo dokonce ani není pro ni až tak moc fyzicky atraktivní. I tak se pouští do vážného vztahu, neboť jí postačí, že je partner pro okolí hezký a velmi dobře finančně zajištěn. V tomto případě to ve vztahu pak nejvíce odnášejí jejich děti, které musí v takovémto svazku vyrůstat a žít. Nepoznají lásku mezi rodiči, jak a proč si vážít toho druhého, jak se k sobě chovat atd. Dokážeme si zajisté představit, co z těchto dětí vyrostou a jak si nejspíš budou hledat partnera/-ku.

### **2.3.2 Průběh vztahu**

Na počátku vztahu se většinou každý z nás snažíme vyhnout odmítnutí a to např. tím, že se ukazujeme ze své „lepší stránky“ (zdvořilost, dobrá nálada, naslouchání, okamžitá pomoc) nebo se snažíme o druhém co nejvíce dozvědět (zjišťování u druhých). Po odmítnutí navázat nový vztah je dle J. Mandžukové (2006) o něco složitější, když už je žena déle sama (bez partnerského vztahu)-o to více si nevěří a připadá si neatraktivní, nudná, tlustá, nezajímavá atd.

Teorie rovnosti je tzv. „férovost“ toho, co se děje ve vztahu mezi partnery. Tato teorie klade důraz na rovnováhu, kterou by si měl vztah vytvořit, má-li nějakou dobu přežít. Shrnutí do čtyř principů:

- *„Lidé se ve vztahu snaží maximalizovat odměny a minimalizovat nepříjemné zkušenosti – uplatnění tohoto principu lze spatřit třeba v tom, že lidé si vybírají partnery s podobnými názory.*
- *Odměny lze rozdělovat různým způsobem a skupina či pár si může vytvořit svůj vlastní „férový“ systém. Mnoho párů si například vytvoří kompenzační strategie, které umožní, aby se jeden partner dále věnoval svému koníčku či sportu, ale jindy to kompenzuje větší účastí na chodu domácnosti. Podobné uspořádání často slouží k zajištění rovnováhy ve vztahu.*



- Nerovné („neférové“) vztahy jsou příčinou stresu. Pro „ztrátovou“ stranu je stres tím vyšší, čím větší je nevyváženost vztahu. Mnoho z nás má zkušenost s tím, jakou zátěží může být nerovný vztah. Podobné pocity vztah ještě dále komplikují.
- Osoba v nerovném vztahu se bude snažit obnovit vyvážený stav, přičemž velikost jejího úsilí bude přímo úměrná stupni nevyváženosti vztahu. Mnoho vztahů dělá dojem velké nevyváženosti, a „ztrátová“ strana se přesto velice snaží si partnera udržet. Tento stav však může trvat jen tak dlouho, dokud si tento partner myslí, že existuje naděje, že se ve vztahu obnoví rovnováha.“ (Hayesová, 1998, s. 89)

Ve vztahu záleží, co je jeho obsahem, rozmanitostí, kvalitou, frekvencí a organizací, reciprocitou a komplementaritou, intimitou, interpersonální percepcí a závazkem. Tím se dá poznat či rozlišit, jaké můžeme mít vztahy k různým lidem a jak se třeba rodinné vztahy liší od vztahů přátelských.

Nejčastěji na začátku, ale také v průběhu vztahu jeden nebo oba mají potřebu nebo získají v druhém velkou důvěru, že se svěří s věcmi, které jen tak někomu nesdělí. Je to jedna z důležitých součástí v upevňování vztahu. Vzniká zde důvěra. Naopak se ale někdy může stát, že toto velké odhalování ten druhý neunes a ze vztahu tzv. vystoupí nebo v nejhorších případech někdy použije proti druhému. V tomto případě nejde o vztah nebo o tzv. negativní, který dřív nebo později nejspíš skončí.

Důležitým základem k vytvoření dobrého/vážného vztahu je postojová blízkost, ale současně je klíčová i významnost podobných postojů (nejedná se o shodu v oblíbenosti stejného herce/filmu nebo barvy, ale podstatnější je podobnost v hodnotovém žebříčku nebo životních ideálech), rozsah postojů, v nichž se oba shodují (čím větší rozsah postojů bude shodný, tím stabilnější vztah se vytvoří). Naopak v případě rozdílných postojů může vážný/hluboký vztah vést i k tomu, že jeden z partnerů své postoje a názory změní, aby se přiblížil milované osobě (v průběhu vztahu jeden pochopí určité souvislosti a myšlenkové zdroje, které byly dříve neznámé-povedou k novému pohledu a skutečnému přijetí nového postoje).

*„Lidé, kteří se spolu cítili šťastní, se rozcházejí, a jiní, jejichž vztah je dlouhodobě plný konfliktů a napětí, zůstávají spolu. Podstatu teorie tvoří myšlenka, že závislost na partnerovi je subjektivně prožívaná jako závazek. Je to psychický stav, který globálně reprezentuje zkušenost závislosti v blízkém vztahu. Závazek představuje dlouhodobou orientaci respektující zájem partnera, stejně jako zájmy zachování pozitivního vztahu k němu. Jediní s intenzivním prožíváním závazku mají silnou potřebu udržení blízkého vztahu k partnerovi. Jsou identifikovány tři zdroje:*

1. *Ovlivnění úrovně uspokojení vlastních potřeb (prožíváním závazku vůči partnerovi); pokud blízký vztah k jiné osobě saturuje naše potřeby lépe než jeho absence, je to pádný důvod pro jeho zachování*
2. *Objevení atraktivnějšího partnera; obecně platí, že když se vnější bariéry problémového blízkého vztahu sníží, vnímaná kvalita nabízejících se alternativ stoupá a v závislosti na tom klesá i míra závazku*
3. *Míra investic; některé z těchto investic vstupují do vztahu přímo. Týká se to především času a emocionálního vkladu (přímé investice: oběti, např. přijmeme méně přitažlivé zaměstnání jen proto, abychom mohli zůstat partnerovi nablízku; nepřímé investice: společní přátelé, vzpomínky na zážitky jednoho z partnerů např. z dětství apod.).“*

(Výrost, Slaměnik, 2008, s. 238)

### 2.3.3 Ukončení vztahu

Ukončení čehosi, co je krásné, jedinečné a neopakovatelné, je velmi těžké, a tak je to i u skončení partnerského vztahu (jakéhokoliv). Má to svůj důvod a je opět na nás, zda to budeme chtít řešit a uděláme pro to maximum, abychom vztah zachránili nebo se rozejdeme, půjdeme “dál” a z této zkušenosti budeme těžit. Existuje mnoho párů, které vyhledali odbornou pomoc, krizi přečkali a na pořad zůstali spolu. Pokud by to nefungovalo, dřív nebo později by se to samo ukázalo.

Některé vztahy skončí neboli „zamrznou“ na samém počátku. Můžeme konstatovat, že to je vlastně dobře, než zjistit po několikaletém vztahu/manželství, ve kterém jsou i děti, že společné soužití nemá smysl a všichni se v něm jen trápí.

V knize Muž a žena – návod k použití (Šmolka, 2004) autor humorně popisuje rozchod – slovo na šest písmen, které v různém spojení může vyznít jinak, a zároveň být tak silné, těžké a nepřekonatelné. *“Z úst velitele roty či pošetilého tělocvikáře po několika hodinách opravdových cvičení může znít jako rajská hudba. Pokud nás jím však počastuje bytost srdci nejbližší, mění se ona rajská hudba snadno ve “zborčené harfy tón”. Opravdu jen těžko bychom hledali někoho, kdo její pochmurný hlas nikdy alespoň zdálky nezaslechl”.* (Šmolka, 2004, s. 29)

Je mnoho aspektů, které ukončí vztah a jedním z nich může být i hádka. Pokud se jedná o vztah, ve kterém mají oba partneři stejnou váhu a rozhodovací pravomoc, nabízí se pak volba kompromisu. Jenže problém je v tom, kdo rozhodne, že zrovna je ten správný kompromis? Zde se nabízí velký prostor pro diskusi, která se bezpochyby převede v hádku. *“Protože v rovnoprávném vztahu nebude nikoho, kdo by jasně rozhodl, kdo pravdu má a kdo ne, může ryze teoreticky nastat situace charakterizovaná lehce modifikovaným výrokem známých z pohádek: “Jestli neumřeli, hádají se do dnes”.*” (Novák, 2007, s. 12)

Podle N. Peseschkiana (1995) i schopnost rozloučení se musí trénovat a to rekapitulací, která umožní každému, aby se na svůj partnerský vztah podíval “pod lupou”: *“Víte, které aktuální schopnosti a sféry života ničí váš partnerský vztah? Umíte rozlišovat mezi sexem, sexualitou a láskou? Jaké plány do života máte pro dobu po rozchodu a po rozvodu? Co znamená rozchod a rozvod pro vás, partnera, pro děti, rodiny, okolí, jak ovlivní budoucnost? aj.”* (Peseschkian, 1995, s. 12)

# EMPIRICKÁ ČÁST

## 3 EMPIRICKÉ ŠETŘENÍ

### 3.1 Cíl a výzkumné otázky

Empirické šetření této bakalářské práce je zaměřeno na výuku 2.stupně ZŠ a gymnázia, respektive na průběh výuky, zda jsou do ní zahrnuta témata jako afiliace, atraktivita, láska nebo výběr partnera a to proto, že se jedná o stále aktuální témata, která se bohužel „nenápadně“ vytrácejí z naší společnosti. Témat je samozřejmě mnohem víc, ale v této práci jsem se rozhodla zpracovávat pouze tato.

Pakliže se jakékoliv téma vyučuje a z výzkumného šetření víme, při jaké vyučovací hodině i jakým stylem – cílem je vytvořit návrh pro zlepšení současných přístupů k dané vyučovací hodině (více/efektivněji během nebo v průběhu vyučovat výše uvedená témata). V opačném případě by došlo k návrhu na vytvoření úplně nového/samostatného vyučovacího předmětu (vč. návrhu aktivit), kde by se vyučovala pouze daná témata.

K naplnění cíle byly stanoveny tři výzkumné otázky:

**V1** – *Vyučují se v současné době na ZŠ či gymnáziu osobní a blízké vztahy?*

**V2** – *Je na toto téma samostatná vyučovací hodina nebo je téma zařazeno v průběhu jiné výuky?*

**V3** – *Vyučuje se téma dlouhodobě nebo bylo zařazeno nově?*

### 3.2 Respondenti

Z pěti základních škol, které se v mém rodném bydlišti Varnsdorf vyskytují, jsem si vybrala ZŠ Varnsdorf, náměstí E. Beneše, jelikož do ní chodil můj syn a se školou mám (jak s vedením školy, tak i personálem) velmi dobré zkušenosti. Biskupské Gymnázium Varnsdorf jsem také oslovila z velmi dobrých vztahů a i tím, že to je jediné gymnázium ve městě a taktéž proto, že jsem chtěla informace z místa bydliště. Jsem přesvědčena, že obě školy účel mého šetření plnohodnotně splnily.

**ZŠ Varnsdorf, náměstí E. Beneše** – osloveno 7 respondentů

Neboli také *Škola v pohybu, Škola s rozšířenou výukou přírodovědných předmětů* – jak už sám název napovídá, je umístěna na místním náměstí v centru města. Jedná se tzv. o úplnou školu s devíti postupnými ročníky. Dle demografického vývoje jsou otevírány paralelní třídy (na prvním stupni třída s rozšířenou výukou anglického jazyka, na druhém stupni sportovní, resp. třída s rozšířenou výukou ICT a přírodovědných předmětů. Ve skupinách se navazuje na rozšířenou výuku anglického jazyka). Dle zřizovací listiny je maximální kapacita školy stanovena na 420 (optimální stav vzhledem k učebnám kmenovým, specializovaným i k prostorám jako takovým je cca 380). Škola organizuje vlastní projekty, do kterých zapojuje region – Podzimní hry, Atletika pro 1. stupeň ZŠ, Silvestrovské závody, Evropský den.

(<http://www.zs-namesti.eu>)

**Biskupské Gymnázium Varnsdorf** – osloveno 10 respondentů

... *Škola na hranici* (Varnsdorf sousedí ze dvou stran s Německem) - Mnozí lidé bývají často na rozpacích, když se v souvislosti se vzděláním začne mluvit o čase a ceně. Dosáhnout vzdělání znamená obětovat jiné požitky a míra obětování a osobní ctižádosti mnohdy předurčuje náš celoživotní úspěch a spokojenost.

(<http://www.bgv.cz>)

### 3.2.1 Metoda sběru dat

Šetření jsem se rozhodla realizovat kvalitativní výzkumnou metodou, a to formou dotazníku. Dotazník je vytvořen ve Wordu (4 strany) pro tištěnou podobu a je vypracován s tzv. hlavičkou ČVUT – MÚVS s uvedením respondenta do důvodu vytvoření dotazníku, včetně názvu „*Týkájí se dané vyučovací předměty témat afiliace, atraktivity nebo lásky?*“ a prosby o vyplnění odpovědí k 8 otázkám, které jsou dál samostatně členěny.

Dotazník je pomyslně rozdělen na 3 části – první část se týká otázek 1-5, kde se zjišťuje, zda se témata vyučují, jak dlouho, jakou formou, v jakých třídách a kolik cca hodin během školního roku v rámci předmětu. Druhá část se týká otázek 6-7 pro případ, že se daná témata nevyučují a je možnost výběru, zda se vyučuje např. *Sociální souvislosti života člověka* nebo *Sociální komunikace a řešení konfliktů*. Pakliže se v dané škole nevyučuje vůbec žádné z témat, třetí částí je otázka 8 a dává na výběr z 5ti témat, zda by všechna nebo některou z nich škola (jako celek) zvažovala začlenit do výuky.

Dotazník byl doplněn datumem odevzdání, poděkováním za spolupráci a na konci s možností doplnění vlastního komentáře.

Po odsouhlasení ředitelů jednotlivých škol, jsem rozdělené dotazníky rozeslala E-mailem ve formátu PDF domluveným osobám a ty jej pak vytištěné předali učitelům(-kám), kterých se dané téma týká. Pro vypracování/vyplnění měli cca 2 týdny. Otázky jsou směřovány tak, aby podaly co nejbližší přiblížení k danému tématu ve vyučovací hodině. Školám budou výsledky mého výzkumného šetření, potažmo celá tato bakalářská práce po analyzování šetření, poskytnuty. Dotazníky neboli výzkumné šetření jsem prováděla na 2 školách (více o školách v kapitole 3.3 Respondenti).

Dotazník jsem si vypracovala sama na základě témat, o kterých jsem se potřebovala dozvědět podrobněji. Při jeho sestavování jsem vycházela ze zkušeností získaných při studiu v Masarykově ústavu vyšších studií v Praze a také na základě literatury od P. Gavory *Úvod do pedagogického výzkumu* (1996).

Výsledky z dotazníku jsou plně anonymní a nikde žádná jména kantorů nefigurují. Celé výzkumné šetření mi přineslo odpovědi na dané otázky. V analýze výzkumného šetření analyzuji odpovědi z dotazníků. Po vypršení období pro vypracování dotazníků jsem se opět spojila s domluvenými osobami a ty mi vyplněné dotazníky předali.

Otázky dotazníkového šetření:

- 1.) Označte, která z témat jsou ve Vašem vyučování zahrnuta:
  - afiliace
  - atraktivita
  - láska
  - výběr partnera
  
- 2.) Pokud ano, kolik let je již vyučujete?
  - méně jak 2 roky
  - 2-5 let
  - více než 5 let
  
- 3.) Jakou formou jsou vyučovány?
  - teorie bez aktivit žáků
  - teorie, vypracování projektů žáky
  - teorie, diskuse s žáky
  - teorie, vypracování projektů žáky, diskuse s žáky, názorné příklady v podobě animace
  - pokud není výše další varianta, dále i: .....
  - zcela jinak (jak): .....
  
- 4.) V jakých třídách se daná témata vyučují?
  - prima (6.třída)
  - sekunda (7.třída)
  - tercie (8.třída)
  - kvarta (9.třída)
  
- 5.) Kolik cca hodin během školního roku v rámci předmětu věnujete těmto tématům?  
.....
  
- 6.) Pokud jste nevybrali žádné z výše uvedených 4 témat (viz ot. 1), prosím, uveďte, jaké téma z oblasti *Sociální souvislosti života člověka* nebo *Sociální komunikace a řešení konfliktů* ve Vaší škole vyučujete a jakou formou:  
.....
  
- 7.) Kolik let:
  - méně jak 2 roky
  - 2-5 let
  - více než 5 let
  
- 8.) Pokud se ve Vaší škole nevyučuje vůbec žádné z uvedených témat, uvažuje Vaše škola (jako celek) začlenit do výuky:
  - afiliaci
  - atraktivitu

- lásku
- výběr partnera/-ky
- jiné/jaké? .....

### 3.3 Analýza a výsledky šetření

Na základě důsledně vyplněných a vrácených dotazníků byly zjištěny rozdíly mezi jednotlivými školami, a to jak v množství respondentů, tak i v odpovědích. Na ZŠ Varnsdorf bylo osloveno 7 respondentů a na BG Varnsdorf 10 respondentů. Všichni oslovení respondenti odpověděli na otázky 1-5, což znamená na tzv. první část dotazníku.

Vyplněné dotazníky jednak poskytly odpovědi na všechny otázky a tím i směr k vypracování této práce, ale i další vhled do dané školy/ třídy/předmětu, a to pouze za předpokladu, pokud dané školy znám, jsou si pro daný průzkum v určitém směru podobné. Výsledky výzkumného šetření jsou pouze k informaci a porovnání výuky daných témat, neboť se nejedná o dvě zcela stejné školy. Navíc musíme brát v úvahu, že průběh vyučování není pouze a jen na učiteli, ale také na žácích, vedení školy a škole jako takové.

Rozdíl v odpovědích s mými domněnkami není tak velký. Domnívala jsem se, že v rámci jiných vyučovacích hodin se neustále osobní a blízké vztahy vyučují, a také, že ne až tak do hloubky a často.

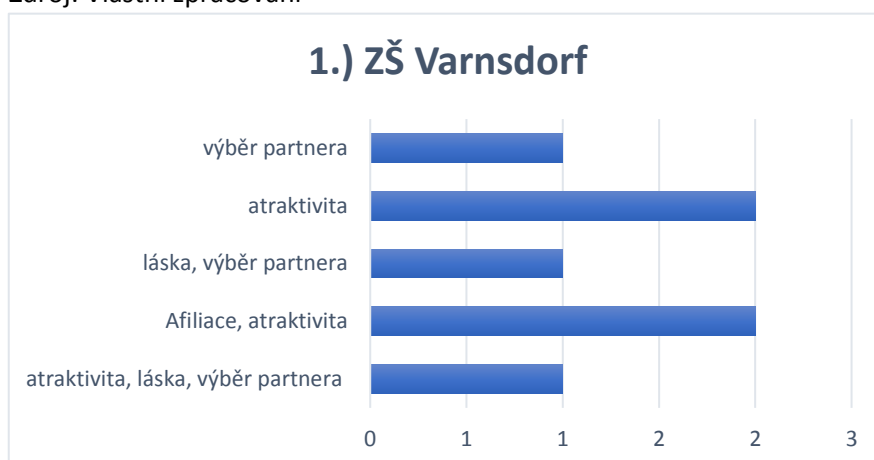
#### 3.3.1 ZŠ Varnsdorf

Grafické znázornění odpovědí z dotazníku otázek 1-5 („pomyslná“ první část dotazníku)

ZŠ Varnsdorf:

**Graf 1** - Grafické znázornění témat (kombinací) vyučovaných témat během vyučování na ZŠ Varnsdorf

Zdroj: Vlastní zpracování

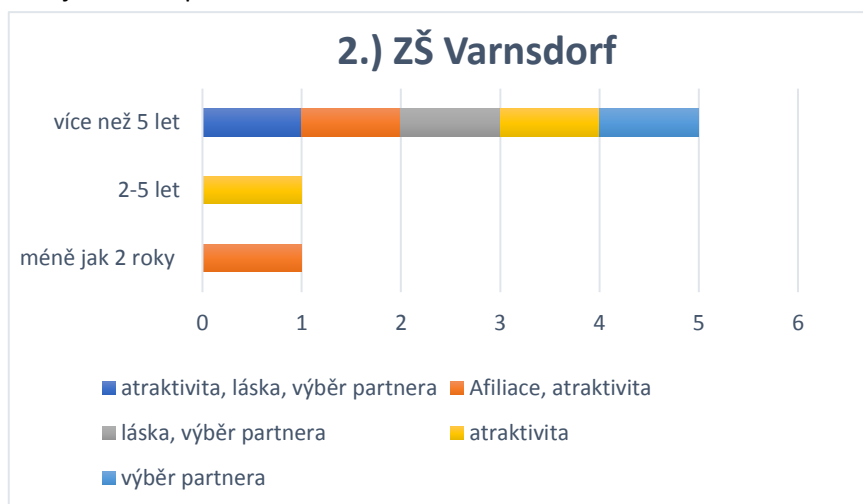


Graf 1 zobrazuje dotazníkovou otázku č. 1 - zda se na ZŠ Varnsdorf během jiné vyučovací hodiny vyučují dotazovaná témata.

Graf znázorňuje učitele, kteří nejčastěji vyučují kombinaci afiliace spolu s atraktivitou (2 učitelé) a taktéž samostatně atraktivitu (2 učitelé); zbývající vyučují atraktivitu s láskou a výběrem partnera (1 učitel); lásku a výběr partnera (1 učitel); výběr partnera (1 učitel).

**Graf 2** – Grafické znázornění doby (roky) vyučování témat na ZŠ Varnsdorf

Zdroj: Vlastní zpracování

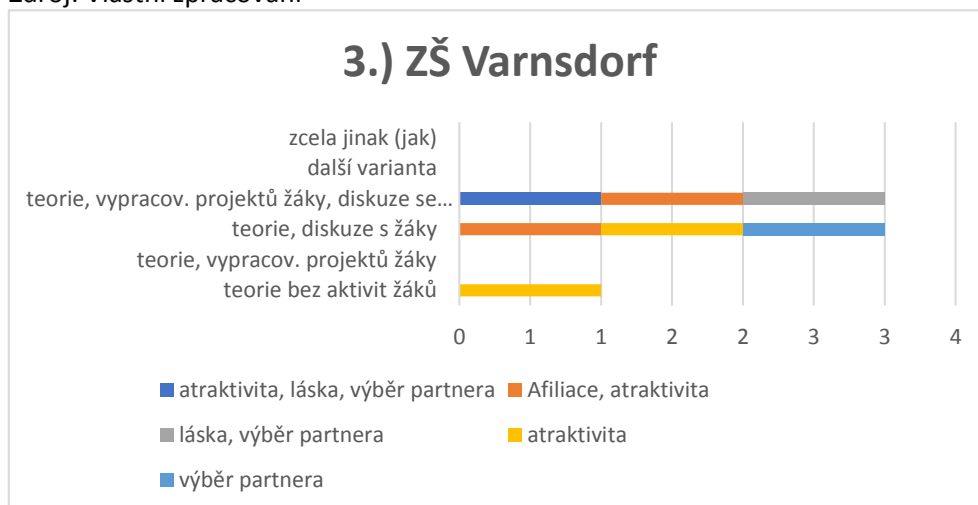


Graf 2 zobrazuje dotazníkovou otázku č. 2 - jak dlouho (kolik let) se na ZŠ Varnsdorf během jiné vyučovací hodiny vyučují dotazovaná témata.

Graf znázorňuje učitele, kteří více než 5 let vyučují atraktivitu s láskou a výběrem partnera (tmavě modrá – 1 učitel), afiliaci s atraktivitou (oranžová – 1 učitel), lásku s výběrem partnera (šedá – 1 učitel), atraktivitu (žlutá – 1 učitel), výběr partnera (světle modrá – 1 učitel); 2-5 let atraktivitu (žlutá – 1 učitel); méně jak 2 roky afiliaci s atraktivitou (oranžová – 1 učitel).

**Graf 3**– Grafické znázornění forem vyučování témat na ZŠ Varnsdorf

Zdroj: Vlastní zpracování



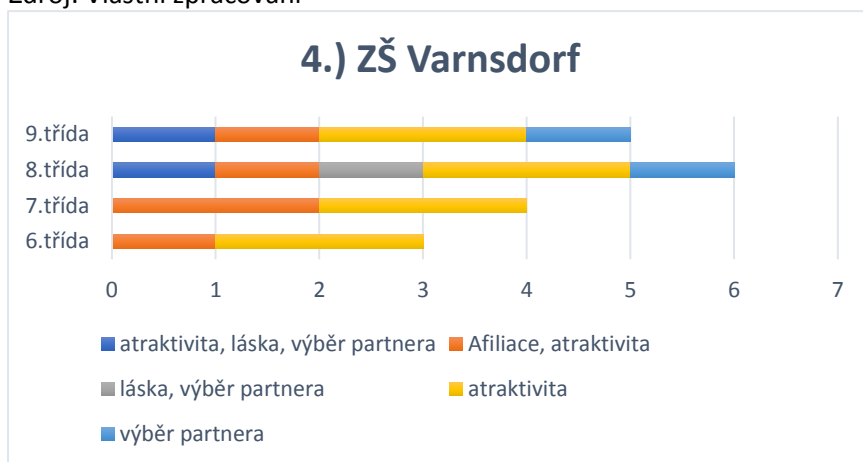
Graf 3 zobrazuje dotazníkovou otázku č. 3 - jakých forem vyučování je používáno na ZŠ Varnsdorf při výuce dotazovaných témat v průběhu jiného vyučovacího předmětu.



Graf znázorňuje učitele, kteří nejčastěji používají forem jako teorii s diskuzí s žáky u afiliace s atraktivitou (oranžová – 1 učitel), u atraktivity (žlutá – 1 učitel) a u výběru partnera (světle modrá – 1 učitel); zároveň většina učitelů nejčastěji používá formy jakožto teorii, vypracování projektů žáky, diskuzi s žáky, názorné příklady v podobě animace u atraktivity s láskou a výběrem partnera (tmavě modrá – 1 učitel), u afiliace a atraktivity (oranžová – 1 učitel) a u lásky a výběru partnera (šedá – 1 učitel); zbývající používá formu teorie bez aktivit žáků u atraktivity (žlutá – 1 učitel).

**Graf 4**– Grafické znázornění tříd, ve kterých se vyučují témata na ZŠ Varnsdorf

Zdroj: Vlastní zpracování

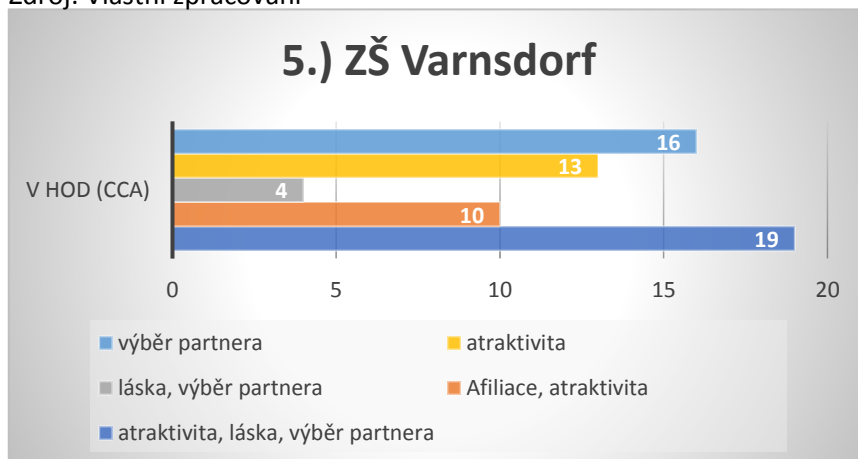


Graf 4 zobrazuje dotazníkovou otázku č. 4 – v jakých třídách se dotazovaná témata na ZŠ Varnsdorf v průběhu jiné vyučovací hodiny vyučují.

Graf znázorňuje učitele, kteří nejčastěji vyučují v 8. třídě atraktivitu s láskou a výběrem partnera (tmavě modrá – 1 učitel), afiliaci s atraktivitou (oranžová – 1 učitel), lásku s výběrem partnera (šedá – 1 učitel), atraktivitu (žlutá – 2 učitelé) a výběr partnera (světle modrá – 1 učitel); dále v 9. třídě atraktivitu s láskou a výběrem partnera (tmavě modrá – 1 učitel), afiliaci s atraktivitou (oranžová – 1 učitel), atraktivitu (žlutá – 2 učitelé) a výběr partnera (světle modrá – 1 učitel); v 7. třídě afiliaci s atraktivitou (oranžová – 2 učitelé), atraktivitu (žlutá – 2 učitelé); v 6. třídě afiliaci s atraktivitou (oranžová – 1 učitel), atraktivitu (žlutá – 2 učitelé).

**Graf 5**– Grafické znázornění vyučování témat v hod (cca) za celý školní rok na ZŠ Varnsdorf

Zdroj: Vlastní zpracování



Graf 5 zobrazuje dotazníkovou otázku č. 5 – kolik hodin (cca) ve školním roce se vyučují dotazovaná témata na ZŠ Varnsdorf v průběhu jiné vyučovací hodiny.

Graf znázorňuje největší počet hodin u atraktivity s láskou a výběrem partnera (tmavě modrá – 19hod); dále výběr partnera (světle modrá – 16hod); atraktivita (žlutá – 13hod); afiliace s atraktivitou (oranžová – 10hod); láska s výběrem partnera (šedá – 4hod).

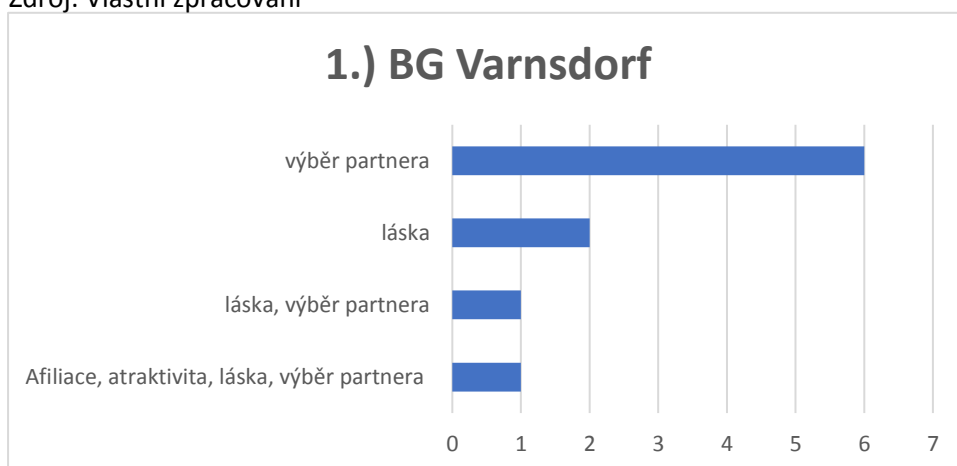
### 3.3.2 BG Varnsdorf

Grafické znázornění odpovědí z dotazníku otázek 1-5 („pomyslná“ první část dotazníku)

**BG Varnsdorf – v procentech:**

**Graf 6 – Grafické znázornění témat (kombinací) vyučovaných témat během vyučování na BG Varnsdorf**

Zdroj: Vlastní zpracování

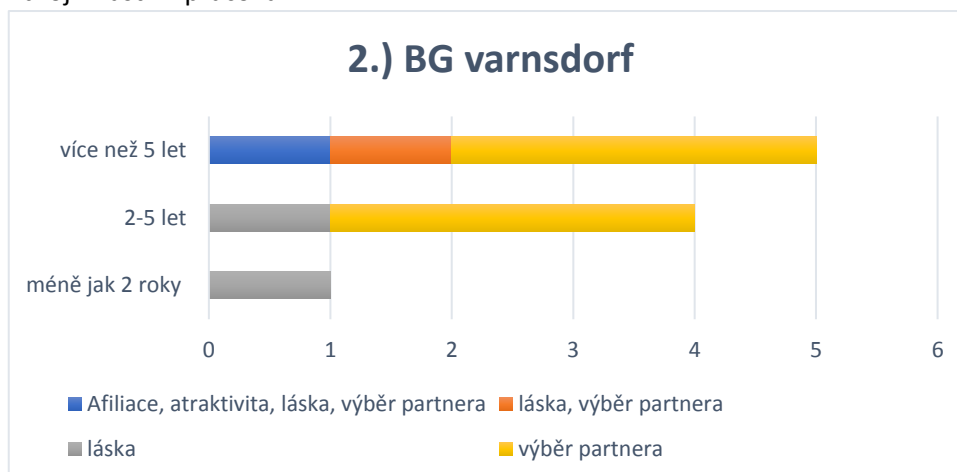


Graf 6 zobrazuje dotazníkovou otázku č. 1 - zda se na BG Varnsdorf během jiné vyučovací hodiny vyučují dotazovaná témata.

Graf znázorňuje učitele, kteří nejčastěji vyučují výběr partnera (6 učitelů); dále lásku (2 učitelé); v kombinaci lásku s výběrem partnera (1 učitel); afiliaci s atraktivitou, láskou a výběr partnera (1 učitel).

**Graf 7 – Grafické znázornění doby (roky) vyučování témat na BG Varnsdorf**

Zdroj: Vlastní zpracování

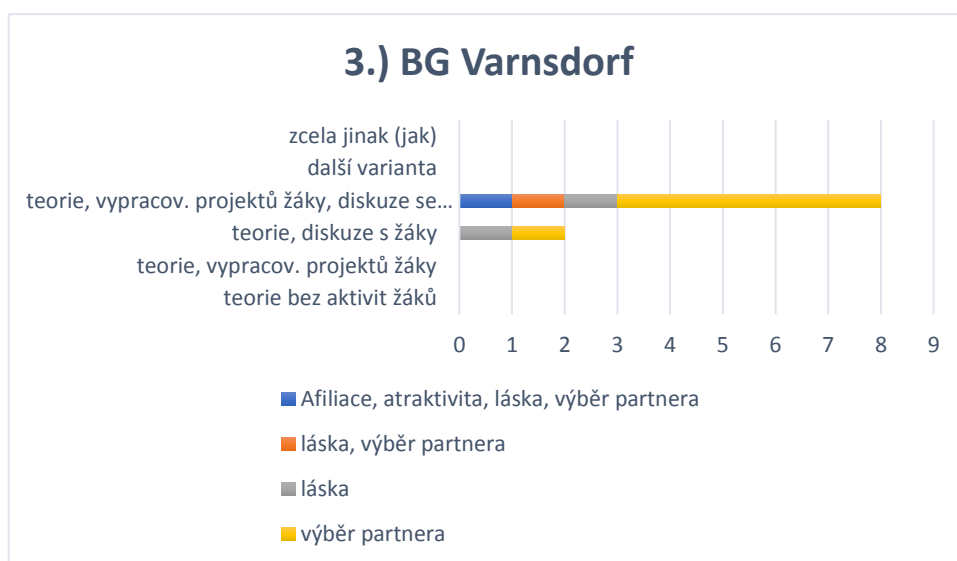


Graf 7 zobrazuje dotazníkovou otázku č. 2 - jak dlouho (kolik let) se na BG Varnsdorf během jiné vyučovací hodiny vyučují dotazovaná témata.

Graf znázorňuje učitele, kteří více než 5 let vyučují afilii s atraktivitou, láskou a výběrem partnera (tmavě modrá – 1 učitel), lásku s výběrem partnera (oranžová – 1 učitel) a samostatně výběr partnera (žlutá – 3 učitelé); 2-5 let lásku (šedá – 1 učitel), výběr partnera (žlutá – 3 učitelé); méně jak 2 roky lásku (šedá – 1 učitel).

### Graf 8 – Grafické znázornění forem vyučování témat na BG Varnsdorf

Zdroj: Vlastní zpracování

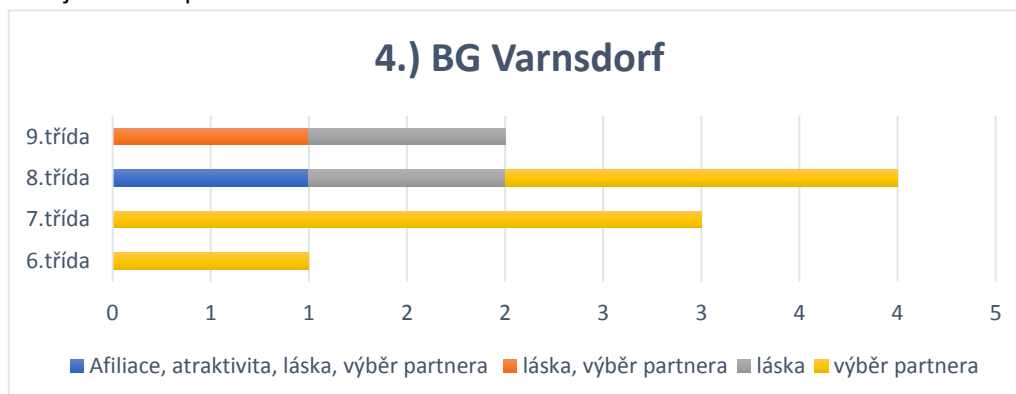


Graf 8 zobrazuje dotazníkovou otázku č. 3 - jakých forem vyučování je používáno na BG Varnsdorf při výuce dotazovaných témat v průběhu jiného vyučovacího předmětu.

Graf znázorňuje učitele, kteří nejčastěji používá forem jako teorii, vypracování projektů žáky, diskusi s žáky, názorné příklady v podobě animace u afilii s atraktivitou, láskou a výběr partnera (tmavě modrá – 1 učitel), i u lásky a výběru partnera (oranžová – 1 učitel), u lásky (šedá – 1 učitel) a u výběru partnera (žlutá – 5 učitelů); formu jakožto teorii s diskuzí s žáky používají u lásky (šedá – 1 učitel), výběr partnera (žlutá – 1 učitel).

### Graf 9 – Grafické znázornění tříd, ve kterých se vyučují témata na BG Varnsdorf

Zdroj: Vlastní zpracování



Graf 9 zobrazuje dotazníkovou otázku č. 4 – v jakých třídách se dotazovaná témata na BG Varnsdorf v průběhu jiné vyučovací hodiny vyučují.

Graf znázorňuje učitele, kteří vyučují nejčastěji v 8.třídě afiliaci s atraktivitou, láskou a výběrem partnera (tmavě modrá – 1 učitel), lásku (šedá – 1 učitel), výběr partnera (žlutá – 2 učitelé); dále v 7.třídě výběr partnera (žlutá- 3 učitelé); v 9.třídě lásku s výběrem partnera (oranžová – 1 učitel), lásku (šedá – 1 učitel); v 6.třídě výběr partnera (žlutá – 1 učitel).

**Graf 10** – Grafické znázornění vyučování témat v hod (cca) za celý školní rok na BG Varnsdorf

Zdroj: Vlastní zpracování



Graf 10 zobrazuje dotazníkovou otázku č. 5 – kolik hodin (cca) ve školním roce se vyučují dotazovaná témata na BG Varnsdorf v průběhu jiné vyučovací hodiny.

Graf znázorňuje největší počet hodin u výběru partnera (žlutá – 14hod); následuje láska (šedá – 8hod); poté afiliace s atraktivitou, láskou a výběr partnera (tmavě modrá – 5hod); láska s výběrem partnera (oranžová – 3hod).

Otázky 6-7 („druhá část“) a otázka 8 („třetí část“) zpracovány/analyzovány nejsou, neboť na ně nikdo z učitelů neodpověděl.

### 3.4 Vyhodnocení výzkumných otázek

#### Rozbor V1

Otázka **V1** – *Vyučují se v současné době na ZŠ či gymnáziu osobní a blízké vztahy?*

Ze 7 dotázaných respondentů ZŠ Varnsdorf odpověděli:

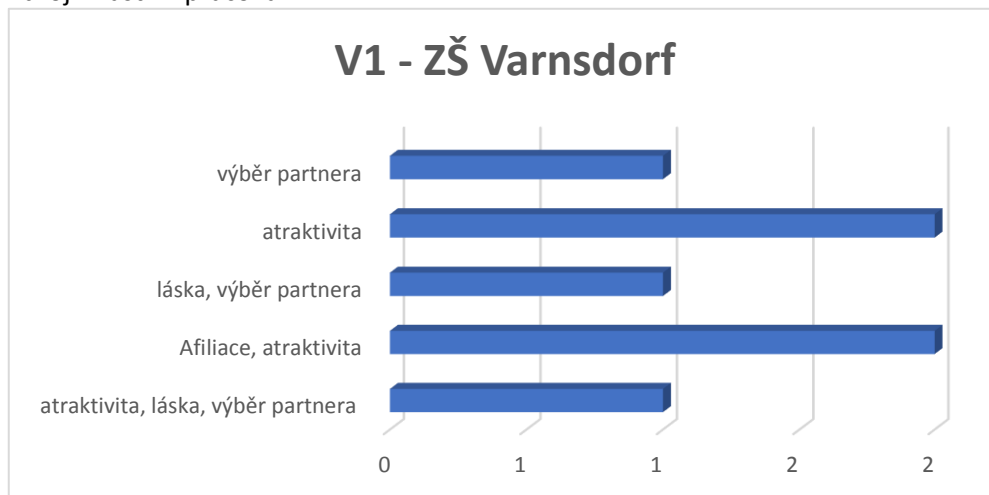
- 1 respondent -> vyučuje 3 témata současně: atraktivita, láska, výběr partnera
- 2 respondenti -> vyučují 2 témata současně: afiliace, atraktivita
- 1 respondent -> vyučuje 2 témata současně: láska, výběr partnera
- 2 respondenti -> vyučují 1 téma: atraktivita

- 1 respondent -> vyučuje 1 téma: výběr partnera

Z toho vyplývá, že na ZŠ Varnsdorf se v současné době vyučují osobní a blízké vztahy - nejčastěji v průběhu vyučování se zaměřuje na témata *afiliace společně s atraktivitou* a i samostatně *atraktivitou*:

**Graf 11** - Grafické znázornění nejčastějších témat během vyučování na ZŠ Varnsdorf (V1)

Zdroj: Vlastní zpracování



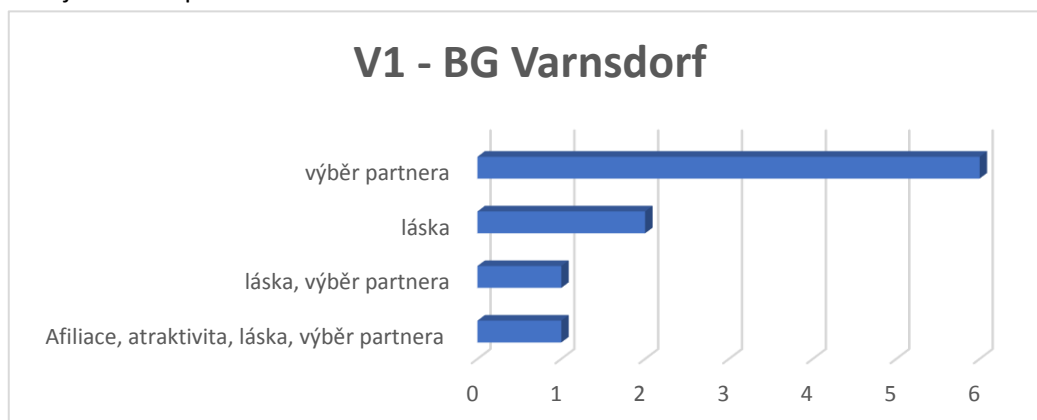
Z 10 dotázaných respondentů BG Varnsdorf odpověděli:

- 1 respondent -> vyučuje 4 témata současně: afiliace, atraktivita, láska, výběr partnera
- 1 respondent -> vyučuje 2 témata současně: láska, výběr partnera
- 2 respondenti -> vyučují 1 téma: láska
- 6 respondentů -> vyučuje 1 téma: výběr partnera

Z toho vyplývá, že na BG Varnsdorf se v současné době vyučují osobní a blízké vztahy - nejčastěji v průběhu vyučování se zaměřuje na téma ohledně *výběr partnera*:

**Graf 12** - Grafické znázornění nejčastějších témat během vyučování na BG Varnsdorf (V1)

Zdroj: Vlastní zpracování



Odpověď k **V1** – Ano, v současné době se na ZŠ a gymnáziu vyučují osobní a blízké vztahy.

## Rozbor V2

Otázka **V2** – *Je na toto téma samostatná vyučovací hodina nebo je téma zařazeno v průběhu jiné výuky?*

Ze 7 dotázaných respondentů ZŠ Varnsdorf odpověděli:

- 7 respondentů -> témata jsou zařazena do průběhu jiné výuky

Z 10 dotázaných respondentů BG Varnsdorf odpověděli:

- 10 respondentů -> témata jsou zařazena do průběhu jiné výuky

Z toho vyplývá, že jak ZŠ Varnsdorf, tak i BG Varnsdorf zařazují témata jen *do průběhu jiného vyučování*.

Odpověď k **V2** – *Ne, na toto téma není samostatná vyučovací hodina, a proto je zařazeno do průběhu jiné vyučovací hodiny.*

## Rozbor V3

Otázka **V3** – *Vyučuje se téma dlouhodobě nebo bylo zařazeno nově?*

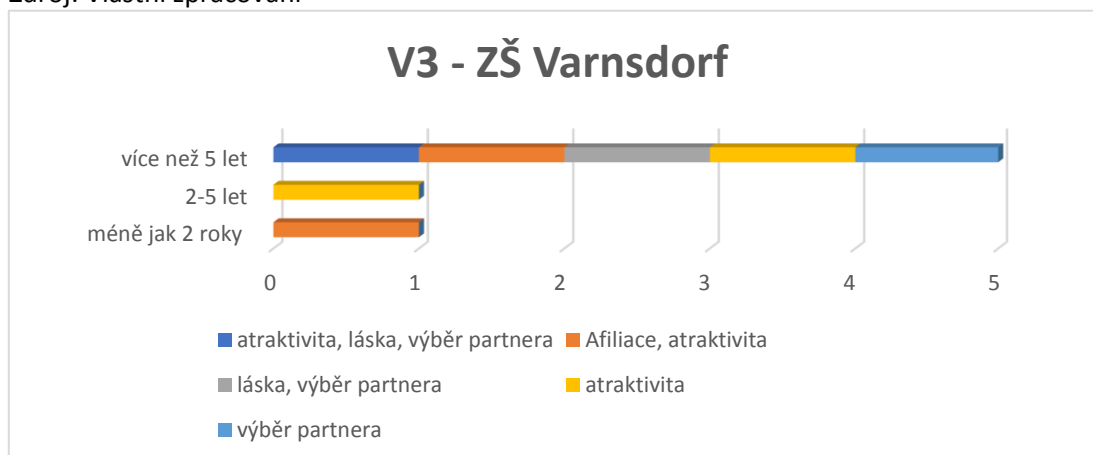
Ze 7 dotázaných respondentů ZŠ Varnsdorf odpověděli:

- 1 respondent -> vyučuje témata (atraktivita, láska, výběr partnera) více než 5 let
- 2 respondenti -> vyučují témata (afiliace, atraktivita) jeden méně jak 2 roky a druhý více než 5 let
- 1 respondent -> vyučuje témata (láska, výběr partnera) více než 5 let
- 2 respondenti -> vyučují téma (atraktivita) jeden 2-5 let a druhý více než 5 let
- 1 respondent -> vyučuje téma (výběr partnera) více než 5 let

Z toho vyplývá, že ZŠ Varnsdorf zařazuje témata do vyučovací hodiny již *dlouhodobě*:

**Graf 13** - Grafické znázornění délky výuky témat u jednotlivých kantorů na ZŠ Varnsdorf (V3)

Zdroj: Vlastní zpracování



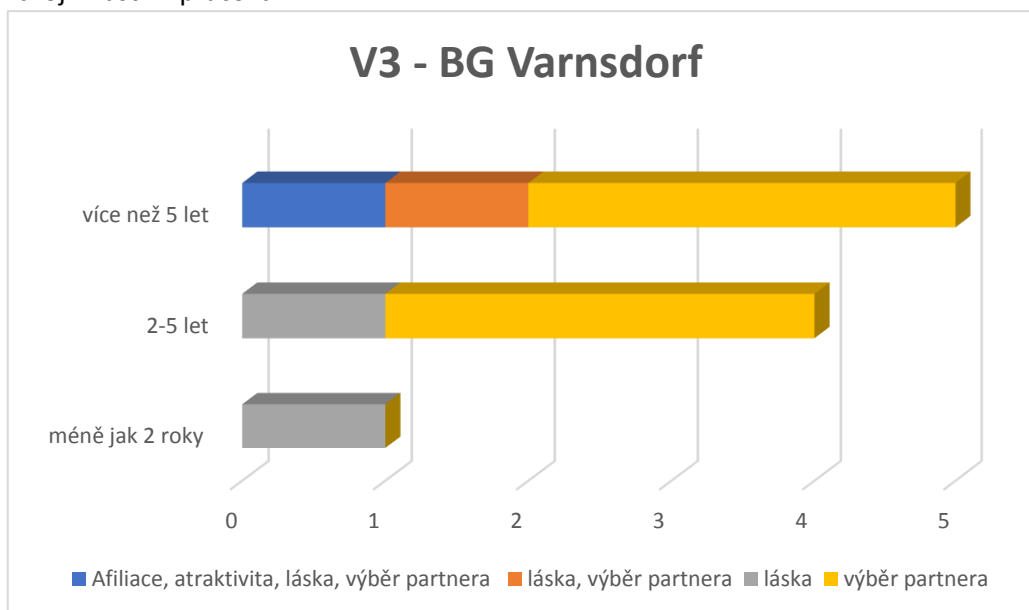
Z 10 dotázaných respondentů BG Varnsdorf odpověděli:

- 1 respondent -> vyučuje témata (afiliace, atraktivita, láska, výběr partnera) více než 5 let
- 1 respondent -> vyučuje témata (láska, výběr partnera) více než 5 let
- 2 respondenti -> vyučují téma (láska) jeden méně jak 2 roky a druhý 2-5 let
- 6 respondentů -> vyučuje téma (výběr partnera) tři 2-5 let a 3 více než 5 let

Z toho vyplývá, že BG Varnsdorf zařazuje témata do vyučovací hodiny již *dlouhodobě*:

**Graf 14** – Grafické znázornění délky výuky témat u jednotlivých kantorů na BG Varnsdorf (V3)

Zdroj: Vlastní zpracování



Odpověď k **V3** – *Téma se vyučuje již dlouhodobě.*

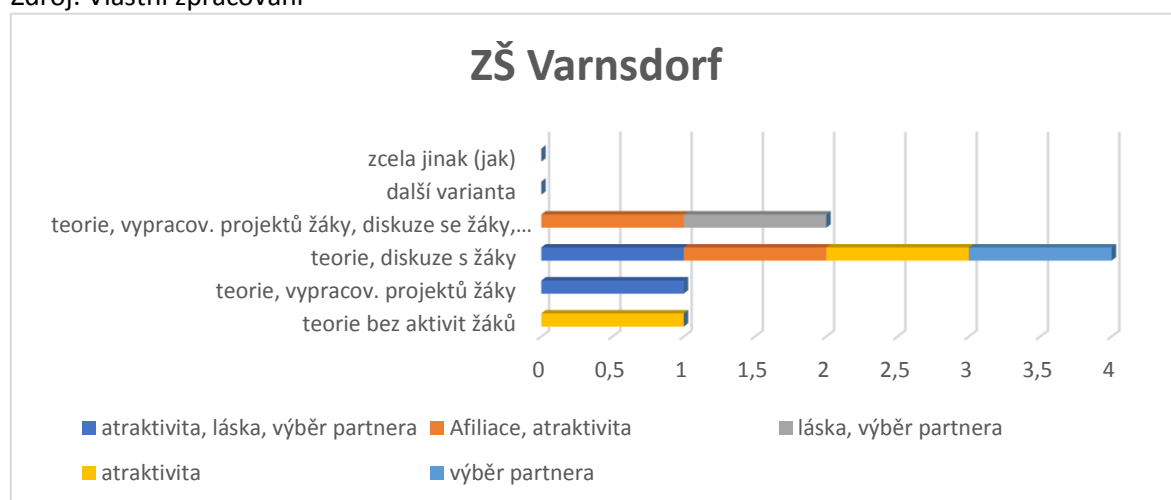
## 4 Návrhy a doporučení

Na základě analýzy všech odevzdaných 17 dotazníků (7 ze ZŠ Varnsdorf, 10 z BG Varnsdorf) vyplývá, že se většinou daná témata nadále vyučují, proto tato práce bude zaměřena na návrh pro zlepšení současných přístupů k dané vyučovací hodině.

Dle výsledků z dotazníků se nejčastěji jedná o Občanskou výchovu (dále jen "OV"), do které jsou daná témata průběžně začleňována – buďto různě spolu propojená (např. atraktivita, láska, výběr partnera) nebo některá jen samostatně (např. láska). Z toho vyplývá, že v průběhu OV jsou tato témata průběžně vyučována a na ZŠ Varnsdorf nejčastěji stylem – teorie, diskuse s žáky (v dotazníku otázka č. 3):

**Graf 15** - Grafické znázornění stylů výuky témat na ZŠ Varnsdorf

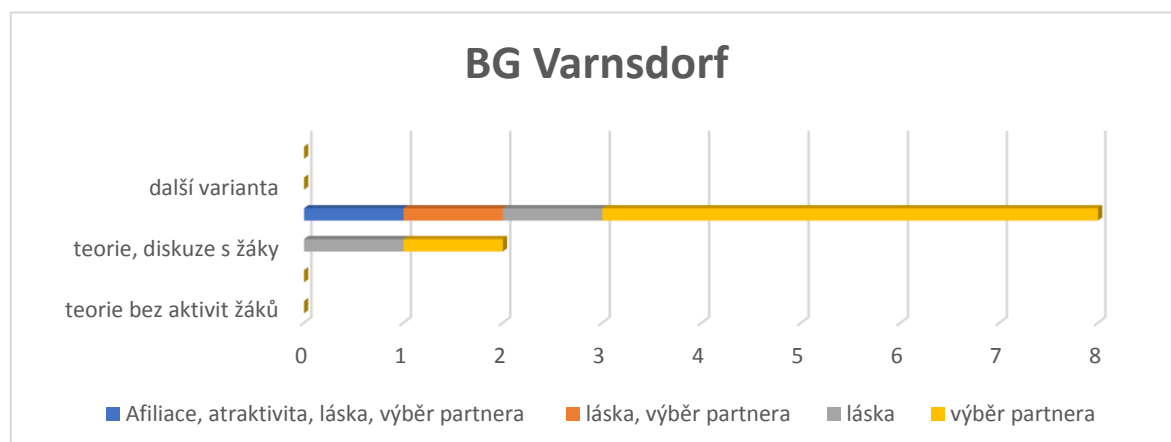
Zdroj: Vlastní zpracování



Na BG Varnsdorf nejčastěji stylem – teorie, vypracování projektů žáky, diskuse s žáky, názorné příklady v podobě animace (v dotazníku otázka č. 3):

**Graf 16** - Grafické znázornění stylů výuky témat na BG Varnsdorf

Zdroj: Vlastní zpracování





Návrhem je, aby se tato témata rozhodně nevytratila z vyučování, byť v průběhu jiné vyučovací hodiny, neboť je to téma, které se vždy bude týkat lidí (stále vysoká rozvodovost, mnoho neúplných rodin) a nejlépe pak se stala samostatnou vyučovací hodinou.

2.stupeň ZŠ či gymnázia můžeme pomyslně rozdělit na dvě části tříd. První část na žáky/-ně 6.-7.třídy a druhou část na žáky/-ně 8.-9.třídy.

Pro první část tříd navrhuji výuku ve škole v průběhu vyučovací hodiny (jak je tomu doposud), ale s tím, aby 2-3 vyučování během školního roku byla jen o těchto tématech.

Dále z dotazníku vyplývá, že nikdo z dotázaných respondentů nevyplnil v otázce č. 3 (Formy vyučování v 6ti variantách) podotázku 5 *další varianta* výuky nebo 6 *zcela jiné* vyučování, což znamená, že se v současnosti jedná pouze o výuku ve škole. Proto doporučuji pro druhou část tříd, aby se výuka těchto témat prolínala/vyučovala např. ještě formou přednášky, exkurze, návštěvy biografu či shlédnutí určité videoprojekce vč. debaty v jiném kulturním zařízení atp.

Formou přednášky např. pozváním sexuologa, gynekologa nebo párového terapeuta do dané školy (přednáška v aule nebo jiném vhodném prostředí školy). Nebo naopak návštěvou přednášky v jiném školském zařízení.

Formou exkurze navštívit např. firmu VULKAN-Medical v Hrádku nad Nisou (kontrola a balení kondomů) – jelikož se jedná o výuku i ve vyšších ročnících, v rámci přiblížení vstupu do aktivního sexuálního života by bylo vhodné tuto firmu navštívit. Dále v rámci možností navštívit např. Dětský domov – aby si žáci uvědomili, jak některé děti z nerozváženosti a lehkovážnosti svých rodičů nebo i z jiných důvodů mohou bohužel dopadnout.

Formou návštěvy místního biografu s cílem shlédnout film, který bude pojednávat o partnerství, osobních vztazích atd. nebo shlédnutí v jiném kulturním zařízení (např. divadlo), kde může následovat debata na dané téma.

## Závěr

Cílem bakalářské práce bylo za pomoci výzkumného šetření zjistit, zda se na 2.stupni ZŠ či gymnáziu nadále vyučují osobní a blízké vztahy, respektive afiliace, atraktivita, láska nebo výběr partnera. Na základě výzkumného šetření směřuje tato práce k návrhu ke zlepšení současných přístupů ve vyučovací hodině. Naopak by práce směřovala k návrhu na vytvoření úplně nového/samostatného vyučovacího předmětu (vč. návrhu aktivit), kde by se vyučovala pouze daná témata.

V teoretické části rozebírám za pomoci studia literatury osobní a blízké vztahy, význam afiliace, atraktivitu fyzickou, psychickou a osobní, dále i trojúhelníkovou teorii lásky, druhy lásky, význam partnerství, druhy vztahů, jejich navazování, průběh a ukončení.

V praktické (empirické) části se věnuji analýze a vyhodnocení výzkumného šetření za využití metody kvalitativního šetření pomocí dotazníku (pro kantory – zcela anonymně), které jsem předala do dvou škol ve Varnsdorfu (ZŠ Varnsdorf, náměstí E. Beneše – 7 respondentů a Biskupské Gymnázium Varnsdorf – 10 respondentů). Na základě odpovědí z dotazníku jsem dále vytvořila 3 výzkumné otázky (V1-V3), kde vyhodnocuji, zda se témata vyučují ve školách (V1), samostatně nebo v průběhu jiného vyučování (V2) a zda dlouhodobě nebo je téma zařazeno krátkodobě (V3).

Výsledky šetření mi přinesly zjištění, že se osobní a blízké vztahy na 2.stupni ZŠ a gymnáziu nadále vyučují, ale jen v průběhu jiného vyučovacího předmětu a dlouhodobě (na obou školách 100 %). V průběhu jiného vyučování se např. atraktivita, láska, výběr partnera vyučují společně (14 % na ZŠ Varnsdorf) a některá jen samostatně např. láska (20 % na BG Varnsdorf).

V závěru je práce doplněna o shrnutí a vytvoření návrhu pro zlepšení současných přístupů dané vyučovací hodiny a to např. přednáškou, exkurzí nebo návštěvou místního biografu s cílem shlédnutí dané videoprojekce.

Přínos práce vidím ve zmapování poznatků průběhu vyučovací hodiny a začlenění témat do jejího průběhu, což může sloužit k zamyšlení a nebo i úpravě průběhu dané vyučovací hodiny na (obou) školách.

Přínosem výzkumného šetření vidím v přiblížení, seznámení a vzhledu do současného vyučování na 2.stupni ZŠ a gymnáziu v závislosti k danému učiteli, byť anonymnímu. Výzkum může být také přínosem pro učitele a školy, které jsem skrze dotazník oslovila, neboť jim výsledky budou poskytnuty. Zároveň mi výzkumné šetření přineslo mnoho nových poznatků a informací.

# Seznam použité literatury

1. **BÖNNEN, Rolf.** *Umíte flirtovat?* Praha: Mladá fronta, 1993. ISBN 80-204-0417-1.
2. **HAYESOVÁ, Nicky.** *Základy sociální psychologie.* Praha: Portál, 1998. ISBN 80-7178-198-3.
3. **HELUS, Zdeněk.** *Sociální psychologie pro pedagogy.* Praha: Grada, 2007. ISBN 978-80-247-1168-3.
4. **JANÁČKOVÁ, Laura.** *Muži chtějí milenky.* Brno: Grifart, 2014. ISBN 978-80-905337-6-9.
5. **KELLEY, Harold H.** *Personal Relationships.* Hillsdale, New Jersey, 1979. Lawrence Erlbaum Associates, Publishers. 79-11609.
6. **KRATOCHVÍL, Stanislav.** *Manželská terapie.* Hradec Králové: Mach, 1992. Tisk a knižní výroba RVZ Seč.
7. **MANDŽUKOVÁ, Jarmila.** *Ženám pro štěstí, úspěch, zdraví, pohodu, krásu.* Benešov: Start, 2006. ISBN 80-86231-28-3.
8. **NOVÁK, Tomáš.** *Hádky v manželství.* Praha: Grada, 2007. ISBN 978-80-247-2037-1.
9. **Peseschkian, Nossrat.** *Partnerské vztahy 33 a jeden způsob jak žít ve dvou.* Lidové noviny: 1995. ISBN 80-7106-115-8.
10. **PLZÁK, Miroslav.** *Poznání a léčba poruch manželského soužití.* Praha: Avicentrum / Zdravotnické nakladatelství, 1973.
11. **SCHACHTER, Stanley.** *The psychology of affiliation.* Stanford, Stanford University Press 1959.
12. **STERNBERG, R. J.** *A triangular theory of love.* Psychological Review, 93, 119-135.
13. **ŠMOLKA, Petr.** *Muž a žena - návod k použití.* Praha: Portál, 2004. ISBN 80-7178-911-9.
14. **ŠMOLKA, Petr.** *Výběr partnera Pro nezadané i zadané.* Praha : Grada, 2005. ISBN 80-247-1080-3.
15. **ŠMOLKA, Petr** *100+1 návodů jak přežít manželství.* Praha: Mladá fronta, 2006. ISBN 80-204-1384-7.
16. **VÝROST, Jozef, SLAMĚNÍK, Ivan.** *Sociální psychologie.* Praha: Grada, 2008. ISBN 978-80-247-1428-8.

## Seznam obrázků

Obrázek 1 - Podoby trojúhelníku v závislosti na převažující komponentě lásky .....	11
Obrázek 2 - Příklady mírných a významných rozdílů účasti partnerů na vztahu lásky .....	11

# Seznam tabulek

Tabulka 1 - Druhy lásky podle R.J.Sternberga .....	12
--	----

## Seznam grafů

Graf 1 - Grafické znázornění témat (kombinací) vyučovaných během vyučování na ZŠ Varnsdorf	26
Graf 2 - Grafické znázornění doby (roky) vyučování témat na ZŠ Varnsdorf .....	27
Graf 3 - Grafické znázornění forem vyučování témat na ZŠ Varnsdorf.....	27
Graf 4 - Grafické znázornění tříd, ve kterých se vyučují témata na ZŠ Varnsdorf.....	28
Graf 5 - Grafické znázornění vyučování témat v hod (cca) za celý školní rok na ZŠ Varnsdorf.....	28
Graf 6 - Grafické znázornění témat (kombinací) vyučovaných během vyučování na BG Varnsdorf	29
Graf 7 - Grafické znázornění doby (roky) vyučování témat na BG Varnsdorf .....	29
Graf 8 - Grafické znázornění forem vyučování témat na BG Varnsdorf.....	30
Graf 9 - Grafické znázornění tříd, ve kterých se vyučují témata na BG Varnsdorf.....	30
Graf 10 - Grafické znázornění vyučování témat v hod (cca) za celý školní rok na BG Varnsdorf.....	31
Graf 11 - Grafické znázornění nejčastějších témat během vyučování na ZŠ Varnsdorf (V1) .....	32
Graf 12 - Grafické znázornění nejčastějších témat během vyučování na BG Varnsdorf (V1) .....	32
Graf 13 - Grafické znázornění délky výuky témat u jednotlivých kantorů na ZŠ Varnsdorf (V3) .....	33
Graf 14 - Grafické znázornění délky výuky témat u jednotlivých kantorů na BG Varnsdorf (V3) .....	34
Graf 15 - Grafické znázornění stylů výuky témat na ZŠ Varnsdorf.....	35
Graf 16 - Grafické znázornění stylů výuky témat na BG Varnsdorf.....	35

