

NÁRODNÍ TÝDEN MANŽELSTVÍ 2011



Středočeský kraj

NÁRODNÍ TÝDEN MANŽELSTVÍ 2011

Obsah	
„Věrnost není slabost“	2
Úvodní slovo k Národnímu	3
týdnu manželství 2011	3
Národní týden manželství – proč a jak.....	5
Národní týden manželství je	5
Cílem NTM je	5
Manželství potřebuje podporu, protože	5
Myšlenka NTM se rychle šíří	6
NTM pravidelně zahajujeme tiskovou konferenci	6
Každý ročník má své motto	8
Partneři 2010	9
Příklady akcí 2010.....	9
Manželské vztahy	10
Manželská setkání	11
Stavitelé domova.....	11
Manželské večery.....	12
Výzva NTM.....	15
Kontakt.....	15
Dlouhověká manželství	16
Problematika nevěry řešená v poradně.....	22
Věkové složení klientely	26
se zaměřením na seniory	26
Domácí násilí na seniorech	28
– a nejen na nich	28
Věrnost není slabost?	33
Manželství a závislost.....	36
Sezdané a nesezdané páry	
z hlediska manželského poradce	40
MANŽELÉ (bez „smíšených“)... ..	40
„SMÍŠENÁ MANŽELSTVÍ“	41
Nesezdané páry:.....	42
Společné charakteristiky všech skupin:	44
Průzkum názorů na věrnost	49
S nevěrou je práce	56

Konference v rámci Národního týdne manželství s mottem:

„Věrnost není slabost“

pod záštitou **Mgr. Zuzany Jentschke Stöcklové, radní pro sociální oblast**
Dne 15. 2. 2011 od 10.00 hodin v Zasedací místnosti č. 1096 Zastupitelstva Středočeského kraje, Zborovská 11, 150 21 Praha 5

Program:

- 10.00–10.10 **PhDr. Marcela Škábová** – Zahájení
 10.10–10.30 **Mgr. Zuzana Jentschke Stöcklová**, radní pro sociální oblast – Úvodní slovo
 10.30–10.40 **Mgr. Jana Nožářová** – Odbor sociálních věcí KÚ SK
 10.40–11.30 **RNDr. Jan Frolík, CSc.** – Tiskový mluvčí NTM „Národního týdne manželství–proč a jak?“
 11.30–11.45 **PhDr. Marcela Škábová** – RP Rakovník
 „Transformace rodinných poraden k 1.1.2011“
 „Dlouhověková manželství“ – výstupy z dotazníkového šetření
 11.45–12.00 Přestávka
 12.00–12.15 **Mgr. Josef Neckař** – RP Kutná Hora
 „Problematika nevěry řešená v poradně“
 12.15–12.30 **PhDr. Zdeněk Kut'ák** – RP Praha Z, V
 „Věkové složení klientely se zaměřením na seniory“
 12.30–12.45 **Mgr. Urbánková** – RP Nymburk „Tématika násilí na seniorech“
 12.45–13.00 **Mgr. Ivana Lenerová** – RP Příbram „Věrnost není slabost–úvaha na téma“
 13.00–13.15 **Jana Slavíková**, SPONTE Králův Dvůr „Problematika závislosti v rodinách, zapojení seniorů“
 13.15–13.30 **PhDr. Zdeňka Horáčková**, RP Mladá Boleslav „Sezdané a nesezdané páry z pohledu manželského poradce“
 13.30–13.45 **PhDr. Lenka Hervertová**, RP Kolín „Průzkum názorů na věrnost“
 13.45–14.00 **Mgr. Olga Scheinpflugová** – RP ZSI Kladno – „S nevěrami je spousta práce“
 14.00–14.30 Diskuze

Moderovala PhDr. Marcela Škábová ml. – moderátorka TV Barrandov

*PhDr. Marcela Škábová, ředitelka
 Žižkovo nám. 168/I, 269 01 Rakovník
 tel.: 313 512 657, 604 501 144, r.poradna@quick.cz*

Úvodní slovo k Národnímu

týdnu manželství 2011

Každý rok v týdnu Valentýna (14. 2.) je Národní týden manželství příležitostí pro všechny páry zaměřit se na svůj vztah. Valentýn je synonymem romantiky a týden manželství se jí určitě vyhýbat nebude, stejně jako přátelství, komunikaci, odpuštění a radosti, které by v manželství neměly chybět.

Dobré partnerské vztahy jsou jedním ze základních předpokladů pro kvalitní život jednotlivců i společnosti. Stěžejní role manželství v naší společnosti spočívá mimo jiné v tom, že poskytuje stabilní a láskyplné prostředí k výchově dětí a jako takové potřebuje podporu.

Národní týden manželství vytváří prostor, kde si můžeme připomenout, že spokojené manželství není samozřejmost, ale vztah, který bychom měli rozvíjet. Cílem NTM je snaha posílit vztahy v manželství a zvýraznit potřebu zabývat se otázkou vztahových dovedností jako předpokladů dobrého manželství. Dále motivovat laickou a odbornou veřejnost, média i veřejně známé osobnosti, aby alespoň jednou za rok podpořili důležitost manželství a propagovat programy i iniciativy zaměřené na rozvoj manželských vztahů v České republice.

Pátý Národní týden manželství v ČR byl zahájen 14. 2. 2011 tiskovou konferencí v budově Úřadu vlády ČR pod záštitou premiéra Petra Nečase, který ve svém poselství napsal mj. „Manželství je optimálním předpokladem vytvoření rodinného zázemí a je nejvhodnějším prostředím pro výchovu dětí. To platí pro všechny členy rodiny a všechny generační vrstvy.“

Poselstvím předsedy vlády ČR Petra Nečase k iniciativě NTM byl také jeho projev, kde uvedl: „Dobře fungující rodina je základním a nezastupitelným kamínkem v mozaice dobře fungující společnosti. Proto s radostí vyjadřuji opakovaně podporu iniciativě Národní týden manželství. Přestože v manželství žije většina z nás, není to dnes v dynamicky se rozvíjející společnosti cosi samozřejmého. Manželství se už nefandí tolik jako dřív. Je to ale velká škoda. Podpora rodiny neznamená „jen“ tradiční konzervativní pohled na svět. V rodině založené na manželství je totiž každý její člen denně konfrontován s odpovědností. Institut manželství nelze lidem vnucovat, lze ale apelovat na jeho pozitivní stránky. Rodinné zázemí nelze

ničím zcela adekvátně nahradit. Manželství je optimálním předpokladem vytvoření rodinného zázemí a je nejvhodnějším prostředím pro výchovu dětí. To platí pro všechny členy rodiny a všechny generační vrstvy.

Poradna pro rodinu, manželství mezilidské vztahy Rakovník a její detašovaná pracoviště pořádaly pod záštitou Mgr. Zuzany Jentschke Stöcklová – radní pro sociální oblast, konferenci s mottem: „Věrnost není slabost“ na Krajském úřadě Středočeského kraje. Konference byla přístupna odborníkům v sociálních službách i jiných oblastí a veřejnosti. Konferenci zahájila PhDr. Marcela Škábová – ředitelka poradny a úvodního slova se ujala Mgr. Zuzana Jenschke Stöcklová – radní pro sociální oblast, poté pokračoval RNDr. Jan Frolík, CSc. – tiskový mluvčí NTM na téma „Národní týden manželství – proč a jak?“. O program se postarali pracovníci jednotlivých detašovaných pracovišť, kteří vystoupili se svými příspěvky, ty jsou také uvedené v tomto sborníku.

Poradna Rakovník se účastnila v letošním roce Národního týdne manželství již popáté, během těchto let proběhly dny otevřených dveří, přednášky pro veřejnost i školy a interdisciplinární konference. Společně se Středočeským krajem už druhý rok pořádala konferenci v rámci Národního týdne manželství, pro odborníky v sociálních službách i jiných oborů a veřejnost na půdě krajského úřadu.

Mgr. Zuzana Jentschke Stöcklová

Národní týden manželství – proč a jak

RNDr. Jan Frolík, CSc.

Národní týden manželství je

- týden, ve kterém má svátek Valentýn, letos od pondělí 14. do neděle 20. února,
- iniciativa otevřená všem, kdo si myslí, že manželství je dobrá věc,
- připomenutí manželským párům, aby aspoň jednou za rok věnovaly více pozornosti svému vztahu,
- volný soubor nejrozličnějších akcí na podporu manželství po celé ČR,
- volný proto, že zdaleka ne všechny akce, které se po celé republice pořádají, se objeví na webu NTM, protože se o nich nedovíme. Ale to vůbec nevadí, důležité je, že jsou.

Cílem NTM je

- vytvořit prostor (alespoň jeden týden v roce), kde bychom si připomněli, že spokojené manželství není samozřejmost, ale vztah, který bychom měli rozvíjet,
- motivovat laickou a odbornou veřejnost, média i veřejně známé osobnosti, aby alespoň jednou za rok podpořili důležitost manželství,
- posílit vztahy v manželství a zvýraznit potřebu systematického přístupu k rozvoji vztahových dovedností jako předpokladů dobrého manželství,
- propagovat programy zaměřené na rozvoj manželských vztahů v České republice

Není v našich silách ani finančních možnostech, abychom nějaké konkrétní akce sami pořádali. Jde především o to, připomenout jak manželským párům, tak nejrozličnějším institucím, aby nezapomněli na budování vztahů v manželství.

Manželství potřebuje podporu, protože

- je nesmírně důležitou jednotkou naší společnosti, pro mnoho dvojic je zdrojem hlubokého osobního štěstí,
- je dobrým prostředím pro kvalitní partnerské vztahy zajišťující kvalitní život jednotlivců i společnosti,
- poskytuje nejlepší stabilní a láskyplné prostředí k výchově dětí,

Přesto, že tohle všechno je notoricky známo, tak

- v současné době v ČR více než 50 % prvorodiček a cca 40 % všech rodiček jsou svobodné matky

S ohledem na to, ke komu mluvím, si odpustím další podrobné statistiky dokládající žalostný vývoj prostředí, ve kterém vyrůstají děti, a potvrzující důležitost manželství jak pro děti, tak pro rodiče i pro bezdětné partnery. Znáte je určitě lépe než já.

Myšlenka NTM se rychle šíří

- „Máte-li to štěstí, že žijete v manželství, měli byste se o ně starat – a tady jsou nějaké rady jak zlepšit váš vztah, a nějaké náznaky pro organizace, které vám mohou pomoci změnit dobré manželství na skvělé.“ Těmito slovy zahájil Richard Kane v roce 1997 první NTM ve Velké Británii.
- Také v ČR začal NTM jako iniciativa jednoho člověka, předsedy o.s. Generace dr. Petra Činčaly, který se inspiroval ve Velké Británii, přizval ke spolupráci několik dobrovolníků a s nimi uskutečnil v roce 2007 první NTM v ČR.
- Do dnešního dne se kromě ČR k iniciativě NTM připojily další země: Austrálie, Belgie, Irská republika, Maďarsko, Německo, Nizozemí, Rumunsko, Slovensko, Severní Irsko, Švýcarsko a USA.

NTM pravidelně zahajujeme tiskovou konferencí

- 2007: v Senátu pod záštitou senátora Martina Mejstříka
- 2008: v poslanecké sněmovně pod záštitou poslance Tomáše Kvapila, předsedy Stálé komise pro rodinu PSP ČR
- 2009: na MPSV pod záštitou ministra Petra Nečase
- 2010: v Senátu pod záštitou místopředsedy Senátu Petra Pitharta
- 2011: na Úřadu vlády ČR pod záštitou premiéra Petra Nečase

Záštitu a podpora

- Záštitu nad NTM opakovaně převzala Stálá komise pro rodinu PSP ČR
- Podporu iniciativě NTM opakovaně vyjádřila Česká evangelikální aliance a Ekumenická rada církví

Taková iniciativa, jako je NTM, má tím větší naději, že si jí lidé všimnou, čím více známých osob ji podpoří. Od prvního ročníku jsem záviděl Angličanům, že jejich týden manželství opakovaně podpořil premiér Tony

Blair. Snažili jsme se, abychom i u nás získali podporu vrcholných politiků. Pan Paroubek na náš dopis v roce 2007 neodpověděl. Panu Topolánkovi jsme ani nepsali. Teprve vloni jsme se dočkali.

- Podporu iniciativě NTM 2010 vyjádřil **premiér Jan Fischer**
Napsal mj.:

„Při slově manželství se mi vybaví hned několik dalších slov, která k němu patří – rodina a děti, což s sebou přináší ohromnou zodpovědnost, ale i radost. Žijeme v hektické době, valí se na nás mnoho informací, ovlivňuje nás dopad globalizace, mění se společenské hodnoty, mění se vnější, i vnitřní podmínky fungování rodiny.

Naštěstí fungující rodina stále zůstává jedinou institucí, kde si člověk může užívat pocitu sounáležitosti, lásky, bezpečí, lidské i mezigenerační solidarity bez ohledu na skutečnost, zda je zrovna nahoře či dole.

K tomu musí svým dílem přispět i další důležitá instituce, kterou je stát. Ten pak musí vytvářet podmínky pro snadné fungování rodiny. To však nejsou primárně jen všechny zákonem dané dávky, či daňové slevy. Především jde o přijímání legislativních opatření, která dostatečně flexibilně budou reagovat na stále se vyvíjející a měnící potřeby rodiny a jejích členů a umožní jim tak skloubit osobní, rodinný a profesní život.

Osobně mám silný vztah k rodině, beru ji jako nejzákladnější věc. Když ji ztratíme, tak se můžeme jít klouzat. Což říkám i přesto, že jsem se jednou rozvedl. Vztahy nejsou jednoduché, není to čítanka/nejsou dopředu jasné dané, vždycky se dostanete do krizí, ale tím spíše si uvědomíte, jaká hodnota je ta zásadní. A tou je pro mě rodina.“

- Podporu iniciativě NTM 2011 vyjádřil **premiér Petr Nečas**
Ve svém poselství iniciativě NTM uvedl:

„Dobře fungující rodina je základním a nezastupitelným kamínkem v mozaice dobře fungující společnosti. Proto s radostí vyjadřuji opakovaně podporu iniciativě Národní týden manželství.

Přestože v manželství žije většina z nás, není to dnes v dynamicky se rozvíjející společnosti cosi samozřejmého. Manželství se už nefandí tolik jako dřív. Je to ale velká škoda. Podpora rodiny neznamená „jen“ tradiční konzervativní pohled na svět. V rodině založené na manželství je totiž každý její člen denně konfrontován s odpovědností.

Institut manželství nelze lidem vnucovat, lze ale apelovat na jeho pozitivní stránky. Rodinné zázemí nelze ničím zcela adekvátně nahradit. Manželství je optimálním předpokladem vytvoření rodinného zázemí a je nejvhodnějším prostředím pro výchovu dětí. To platí pro všechny členy rodiny

a všechny generační vrstvy.“

Doufám, že teď už budeme mít jenom samé premiéry, kteří NTM podpoří.

Každý ročník má své motto

- 2007: Dobré manželství není samozřejmost Motto prvního ročníku zastřešuje všechny ročníky NTM, protože to je to hlavní, co chceme stále připomínat: Dobré manželství není samozřejmost, musíme na něm pracovat.
- 2008: Láska v dobrém i zlém
- 2009: Sliby nejsou chyby
- 2010: V bohatství i chudobě
- 2011: Věrnost není slabost

O věrnosti se v pozitivním smyslu v české společnosti mluví snad už jen ve vztahu firem či obchodních řetězců k jejich zákazníkům či naopak. Reklamní letáky, věrnostní programy a karty sice hlásají, že věrnost se vyplácí, ale nějak jsme zapomněli, že totéž platí i ve vztazích v manželství. Nevěra má v naprosté většině případů pro manželství nebo vztah ničivé důsledky. Nic na tom nezmění ani pokusy některých psychologů nevěru bagatelizovat a legitimizovat např. pojmem „konstruktivní nevěra“. Například psycholožka Jitka Douchová, která vede poradnu Ona Dnes, tvrdí, že: „Pokud se nevěra udrží jako vztah zaměřený pouze na intimitu a nedojde k velkému zamilování, tak je to nevěra konstruktivní. Může to být něco, co dává lidem dobrou náladu a přináší i pozitivní energii do manželství. Dokonce se díky mimomanželskému sexu výrazně zlepší sex manželský.“ Obávám se, že tento názor většině lidí vydrží jen do chvíle, než se sami stanou jeho obětí.

Lékařka Helena Máslová v anketě pro ČRo 6 vyjádřila svou zkušenost s nevěrou mnohem prozaičtěji: „Je mi čtyřicet a celá moje generační skupina má kolektivní zážitek nevěry. Prakticky každá česká žena má kamarádku, která se zhroutil v kuchyni se slovy „má jinou“. Zažily jsme nevěru vlastního partnera a sami jsme byli nevěrní. Slyšeli jsme to mnohokrát vyprávět, četli jsme o tom, viděli to v nejrůznějších podobách v televizi a v kině. Nevěra se stala nedílnou součástí našich životů ať už přímo nebo zprostředkovaně ve formě strachu či přání. Liší se jen míra a proměňuje se role podváděný – podvádějící. Ta informace žije v našem podvědomí, ovlivňuje naši psychiku, chování i strategii rozhodování. Věrná žena zažívá tíseň nejistoty, věrný muž se lehce může stát vysmívaným.“

Dalším faktorem, který má významný vliv na úspěch NTM,

je jakou pozornost mu věnují **media**. V roce 2010 to byly

- Rádio 7
- Český rozhlas 1 Radiožurnál
- Český rozhlas Region střední Čechy – živé vystoupení
- Český rozhlas Regina
- Český rozhlas 6
- Rádio Proglas
- Rádio City
- Rádio Blaník
- Rádio Petrov
- Česká Televize – živé vystoupení
- O NTM také psala většina celostátních deníků

Těžko bychom se obešli bez partnerů, kteří se k NTM připojili.

Partneři 2010

- ACER — Asociace Center pro rodinu
- Asociace manželských a rodinných poradců
- ACET (Sdružení pro péči, vzdělání a vyučování o AIDS)
- Aperió — Společnost pro zdravé rodičovství
- Českomoravská asociace Klubů dvojčat a vícerečat
- Etické fórum ČR
- Hewer, s.r.o.
- Maranatha o.s.
- město Jablonec nad Nisou
- Nadace Naše dítě
- Nadace Terezy Maxové
- Nadační fond Jiřiny Prekopové
- Nový život, o.p.s.
- Sdružení Salesiánů spolupracovníků
- Síť mateřských center v České republice
- Společnost pro podporu rodiny
- YMCA Setkání YWAM

Příklady akcí 2010

- Síť Mateřských center – 35 akcí napříč republikou
- Síť Center pro rodinu – 29 akcí napříč republikou

- Kurz Manželské večery v Praze 10
- Mateřské centrum Rybička – 3 prožitkové semináře
- Město Jablonec – 19 akcí
- Bohoslužby pro děti v České Třebové
- Tovačov – 4 akce
- Město Cheb – 6 akcí
- Přednáška v Českých Budějovicích
- Praha Brumlovka – 4 přednášky
- Centrum Generace Liberec – 6 akcí
- Středočeská konference Asociace manželských a rodinných poradců
- Beseda v ČCE Praha 4
- Den otevřených dveří v manželské poradně v Rakovníku
- Přednáška v Praze 5
- Večer o manželství v Brně
- Den otevřených dveří v Poradně pro rodinu, manželství a mezilidské vztahy Praha – Západ
- Beseda v Poradně pro rodinu, manželství a mezilidské vztahy v Hradci Králové
- Beseda v Prachaticích 2x
- Školení vedoucích kurzů o manželství v Praze 8
- Valentinský večírek v Liberci
- Pout' snoubenců ke sv. Valentinu na Vyšehradě
- Obnova manželského slibu a přednáška v Liberci
- Setkání manželských párů v Hradci Králové
- Seminář o partnerských vztazích v Liberci
- Kurz Příprava na manželství v Praze 5
- Kurz Manželské večery v Praze 4
- Výtvarná soutěž na téma svatba v Liberci
- Celostátní soutěž o nejromantičtější manželský příběh
- Sleva na knihy o manželství v Praze
- Vidíte, že jsou to nejrůznější akce od jednorázového pobavení až po systematickou péči o vztahy v manželství.

Manželské vztahy

Judith Walerstein, přední světová autorita v oblasti vlivu rozvodů na děti, napsala o svém vlastním více než padesátiletém manželství:

„Budujeme teď manželství stejně, jako když jsme byli mladí, jako když

jsme se vrátili ze svatební cesty a začali společný život. Tisíc a jedna změna v našem vztahu, ve vzájemném vnímání a přizpůsobování se jeden druhému, nejsou dnes o nic jiné než tenkrát. Až na to, že jsme v tom lepší, máme více zkušeností.“

O manželství je třeba pečovat stále, stále rozvíjet dobré návyky a zbavovat se špatných.

Je povzbudivé, že manželským párům, které to chtějí dělat, jsou k dispozici vzdělávací nástroje, které jim s tím mohou pomoci. Podíváme se na tři z nich. Všechny se věnují, zhruba řečeno, stejným otázkám, ale každý k nim přistupuje jinak, a to jak z hlediska celkové doby trvání, tak z hlediska způsobu výuky.

Manželská setkání

- Více než dvacetiletá tradice v ČR
- Víkendové nebo týdenní pobyty (i s dětmi, leckdy dovolená)
- Přednášky, praktická cvičení, skupinové diskuse

Témata:

- Krize v manželství,
- Priority,
- Zdravé sebevědomí,
- Odpuštění,
- Rozdíly mezi mužem a ženou,
- Základy komunikace,
- Vzájemné porozumění,
- Vyjadřování pocitů,
- Naplňování potřeb,
- Pozornost
- Sexualita

Více na www.genea-spr.cz nebo na www.prorodiny.cz/cz/manzelska-setkani/

Stavitel domova

Tento kurz je v ČR nejnovější a pokud je mi známo, jako celek probíhá v současné době poprvé, i když jeho jednotlivé části už byly předmětem několika samostatných seminářů.

Témata:

- Jednota v manželství
- Manželství a komunikace
- Manželství a konflikty
- Manželství a peníze
- Výchova dětí

Ke každému tématu příručka s 5–6 lekcemi, každá lekce vyžaduje domácí studium, potom skupinovou diskusi, celý kurz lze rozložit na delší dobu (třeba 2 roky) a lze jej pojímat jako poměrně důkladné dlouhodobé studium. **Více na** <http://obchod.znateho.cz/katalog/stavitele-domova---sada-pro-vedouci-5-temat-+-prirucka.html>

Manželské večery

Osm večerů, večere v příjemném prostředí, promluvy na téma večera, diskuse jen ve dvou.

Je to jako by si manželské páry vyšly každý týden 8x za sebou na rande, na večeri ve dvou v příjemném prostředí. Po večeri vyslechnou promluvu na téma daného večera a potom jen sami dva spolu dělají k tomu tématu cvičení, která jsou klíčovou částí kurzu, protože při nich si vyjasňují a řeší konkrétní problémy svého manželství.

Témata:

Budování pevných základů

Jde o to, aby se páry naučily

- udělat si pravidelně čas jeden pro druhého, udělat si čas pro manželství,
- a za druhé objevovat potřeby a touhy toho druhého a snažit se je předem vstřícně naplňovat.

Řada manželů tráví mnoho času spolu. Ale čas pro manželství není rozhovor přes okraj rozevřených novin nebo při sledování televize, ale rozhovor, při kterém se jeden druhému díváme do očí, soustředíme se na to, co ten druhý říká, nebo s ním budeme dělat něco, o čem víme, že to má rád a budeme to dělat celým srdcem.

První cvičení, které páry dělají, se jmenovalo Inventura manželství. Každý z manželů sám zhodnotil své manželství ze čtyř hledisek: budování přátelství, budování komunikace, budování tělesného vztahu a budování společné budoucnosti. Potom si navzájem ukáží svá hodnocení, snaží se

pochopit jeden druhého zejména tam, kde se jejich hodnocení významně liší, a každý řekne tomu druhému, v čem by se rád změnil.

Umění komunikace

Má za cíl

- naučit účastníky vyjádřit jejich pocity
- a naučit je naslouchat tomu druhému.

V manželství mohou dva lidé žít ve stejném domě, spát ve stejné posteli a přesto, bez vzájemné komunikace mohou být jeden pro druhého cizincem.

Zvláštní pozornost se věnuje umění naslouchat. Stephen Covey, úspěšný autor v oblasti mezilidské komunikace, řekl: “Kdybych měl shrnout do jedné věty jedinou nejdůležitější zásadu, kterou jsem se naučil v oblasti mezilidských vztahů, bylo by to: **Nejdřív se snažte pochopit, potom být pochopeni.**“

Řešení konfliktů

Spor je nevyhnutelný v každém manželství, protože jsme rozdílní, všichni jsme velmi soběstřední, neumíme správně zvládat hněv.

Často si myslíme, že k vyřešení konfliktu je třeba, aby jeden z nás prohrál, a pochopitelně by to měl být ten druhý.

Když to děláme oba, rozvine se “zákopová válka”. Jeden nebo druhý může výjimečně takovou šarvátku vyhrát, ale ve skutečnosti oba prohráli.

Při společném řešení konfliktu je třeba:

- projevit jeden druhému uznání,
- rozpoznat v čem se lišíme a smířit se se svými rozdílnostmi, ocenit silné stránky toho druhého a pomoci mu v jeho slabostech;
- pojmenovat a projednat konfliktní oblasti;
- neútočit, nekapitulovat, nesmlouvat, nýbrž vyjednávat.

Síla odpuštění

bývá pro některé páry nejtěžší částí kurzu.

Každé ublížení (zranění) naruší důvěrnost v manželství a k její obnově je třeba

- rozpoznat ublížení, které jsem způsobil(a) a převzít za něj odpovědnost,
- omluvit se,

- a požádat o odpuštění.

Odpuštění má jedinečnou moc uzdravit manželství. Ale odpuštění je velice těžké. Je to proto, že odpuštění vždycky něco stojí – stojí něco, pokud jde o naši hrdost a znamená to vzdát se naší sebelitosti, naší touhy po spravedlnosti, znamená to vzdát se našich práv. Každý čin odpuštění nás tedy něco stojí, ať odpouštíme něco velkého nebo něco malého.

Odpuštění má různé stupně obtížnosti. Je velký rozdíl mezi tím, odpustit partnerovi, že se třeba neumí včas vypravit z domova, a mezi tím, odpustit nevěru. Ale odpustit musíme. Odpuštění je především rozhodnutí – ne pocit!

Rodiče a rodiče partnera

V tomto večeru jde hlavně o dvě věci:

Ujasnit si vztah s rodiči, který by se měl vyvíjet od úplné závislosti na nich v dětství k nezávislosti v dospělosti. Neznamená to, že se od rodičů izolujeme, ale náš vztah s nimi se musí stát zralým vztahem s rodiči, chovajícími se k nám jako k páru, ve vztahu vzájemného přátelství a podpory. Ujasnit si, co jsme si do manželství přinesli z prostředí, ve kterém jsme vyrůstali.

Dobrý sex

- mluvit spolu o vlastních očekáváních,
- nezapomenout na žádný ze šesti prvků dobrého sexu (komunikace, něžnost, vnímavost, romantika, předvídatost, rozmanitost),
- uvědomit si důležitost sexuálního vztahu. Jak napsala Judith Walerstein: *„Mít stabilní sexuální život, ze kterého se můžeme radovat, není jen okrajovou výhodou, ale ústředním cílem našeho manželství. V dobrém manželství od sebe nemůžeme oddělit lásku a sex. Sex má důležitou funkci, udržuje jak kvalitu, tak stabilitu vztahu, doplňuje citovou nádrž, posiluje manželské pouto.“*

Láska v akci

Gary Chapman, ve své knize Pět jazyků lásky ukazuje, že se dá rozlišit pět různých způsobů prokazování lásky:

- Slova ujištění, láskyplná slova – když povzbuzujeme svého partnera slovy: *„Miluju tě“*, *„Jsi úžasná / úžasný“* nebo chválou jako: *„Výpádaš dnes skvěle“* nebo tím, že o něm *„hezky mluvíme před druhými lidmi.“*

- Dárky – často lidé uvádějí květiny, jako způsob prokazování lásky, nebo jiné dárky, mohou být malé, nemusí být příliš drahé.
- Doteky, fyzický kontakt – můžeme vzít našeho partnera za ruku, obejmout ho, políbit ho nebo se s ním milovat.
- Pozornost, společně strávený čas – vyhradíme si čas, kdy soustředíme svou pozornost plně na svého partnera.
- Činy, skutky služby – něco pro toho druhého uděláme, jsme pozorní, posloužíme jeden druhému.

Pro každého z nás je některý z těchto způsobů sdělení lásky důležitější než ostatní způsoby. Když nám náš partner sdělí svou lásku tímto způsobem, cítíme se více milováni než kdyby ji projevil jiným způsobem. Jde tedy o to, naučit se mluvit jazykem lásky toho druhého.

V čem spočívá dobré manželství

Zmíním aspoň jedno: musíme si uvědomit, že jsou některé věci, které na tom druhém prostě nikdy nezměníme.

Více na www.manzelskevecery.cz

Výzva NTM

Víte o lidech ve svém okolí, kterým leží na srdci právě oblast manželských vztahů? Zkuste s nimi o myšlence NTM a možných aktivitách ve svém městě promluvit a zorganizovat třeba i jen něco malého. Během týdne manželství můžete uspořádat besedu, workshop, obnovu manželských slibů nebo vymyslet tisíc jiných nápadů.

Kontakt

email: info@tydenmanzelstvi.cz

web: www.tydenmanzelstvi.cz

Doufám, že iniciativu NTM nebudete považovat za svou konkurenci. Chceme pouze pomoci těm párům, které chtějí své vztahy zlepšovat. Když se nám bude dařit, je možné, že leckterou začínající krizi vyřeší manželé sami bez návštěvy manželské poradny. V žádném případě ale nemáme ambice ani kvalifikaci nahrazovat manželské a rodinné poradenství.

Bylo mi ctí k vám dnes promluvit.

V Praze 15. 2. 2011

Poradna pro rodinu, manželství a mezilidské vztahy Rakovník, Žižkovo nám. 168

PhDr. Marcela Škábová

Dlouhověká manželství

Dámy a pánové,

Dovolte mi, abych Vás seznámila s výsledky dotazníkového průzkumu, který jsme se rozhodli provést v rámci regionu Rakovník a některých regionů Středočeského kraje v průběhu listopadu a prosince roku 2010.

Důvodem, proč jsme se začali zabývat otázkou dlouhověkových manželství, jsou postoje současných lidí k manželství jako instituci, snižování počtu uzavřených sňatků, zvyšování věku, kdy snoubenci vstupují do manželství. Kromě toho se zvyšuje počet osob, které žijí osaměle, zvyšuje se rozvodovost a narůstá počet dětí narozených mimo manželství. Pokud se mladí lidé rozhodnou vstoupit do manželství, často na samém počátku manželství již dopředu počítají s tím, že „když nám to spolu nepůjde, tak se rozvedeme“. Kromě toho narůstá stále počet nesezdaných soužití.

Dalším důvodem, který nás vedl k zamyšlení nad dlouhověkými manželstvími, byl i nárůst počtu klientů ve věku nad 65 let a zvyšující se délka manželství klientů, kteří se obracejí se žádostí o pomoc v posledních letech stále častěji na naši Poradnu pro rodinu, manželství a mezilidské vztahy Rakovník.

Důvody, které přivádějí do poradny klienty starší 65 let, jsou velice často spojeny s problematikou vlastního partnerského vztahu. Dlouholetí manželé často řeší problémy svých dospělých dětí nebo vnoučat v rámci více-generačního soužití, nebo mají obavy o život svých dospělých nezávislých dětí a vnoučat, kteří s nimi nežijí a pouze je navštěvují. Problémy jejich blízkých se pak promítají do jejich partnerského života.

Dále dlouhověcí manželé řeší problémy v komunikaci, řeší ekonomickou situaci, řeší problémy související se změnami chování jednoho nebo obou manželů. Velmi často řeší problémy zdravotní, vlastní nebo druhého manželského partnera.

Dalším častým důvodem, se kterým přicházejí dlouholetí manželé, je změna způsobu života v souvislosti s ukončením profesní kariéry, změnou jejich zdraví, které ovlivňuje jejich schopnost postarat se o sebe.

Nejčastěji se obracejí senioři na poradnu se svou bolestí související se ztrátou životního partnera v souvislosti s úmrtím.

Počet klientů, kteří žijí v dlouhověkém manželství – 40 let a více, se díky úmrtí jednoho z partnerů rychle snižuje. Přesto se nám podařilo získat odpovědi na naše otázky **od 84 osob ve věku od 58 let do 95 let.**

Pojem „aktivní stáří“ v sobě zahrnuje nejen aktivity fyzické, schopnost nezávislého pohybu, schopnost obstarat si naplnění svých životních potřeb, ale i aktivitu duševní a psychickou. Mnoho seniorů zůstává i ve vyšším věku v kontaktu se svou původní profesí, zachovávají si okruh svých zájmových aktivit, někteří je dokonce i mění a rozšiřují a mnoho z nich nerezignují ani na společenský a zejména partnerský život.

Zajímalo nás, jak si muži a ženy, které žijí v dlouholetých manželstvích, vysvětlují, že spolu žijí tolik let.

Dotázali jsme se jich, co podle nich ovlivnilo jejich život a s jakými problémy se museli v průběhu let manželství vypořádat. O spolupráci při sběru dat jsme požádali veřejnost, Pečovatelkou službu v Rakovníku i Domovy pro seniory, které zřizuje Středočeský kraj.

Na dotazník jsme dostali odpověď od 40 mužů a 44 žen.

V některých manželstvích odpovídala na dotazník žena za oba manžele.

62 % respondentů bylo z měst na úrovni okresních měst, 3 % z městů, 28 % respondentů z obcí a 7 % nevedlo typ svého bydliště.

Průměrný věk respondentů byl 76,41 let v rozpětí od 58 let do 95 let.

Průměrná délka manželství byla 57 let v rozpětí od 40 let do 71 let.

Průměrný věk při vstupu do manželství byl 22,67 let.

Doba známosti při uzavření sňatku: 40 % manželských párů mělo před uzavřením sňatku 2 letou známost, 22 % manželských párů mělo 1 letou známost před uzavřením sňatku, 11 % manželských párů mělo známost 10 let, 5 let známosti uvedlo 10 % manželských párů a 10 % manželských párů se znalo méně než 1 rok před uzavřením sňatku. 4 letou známost uvedlo 7 % párů.

Po uzavření sňatku bydlelo 51 % manželských párů společně s rodiči jednoho z nich. 29 % manželských párů bydlelo hned ve vlastním bytě a 13 % manželských párů bydlelo v pronajatém bytě. Další možnosti např.

bydleli jsme u známých, dalších příbuzných, v cizině, nebydleli jsme spolu, s babičkou, v pohraničí napsalo jen 7 % respondentů.

Celkem 65 % manželským párům, kteří odpovídali na náš dotazník, **se narodily 2 děti**, 15 % párů se narodilo 1 dítě, tři a čtyři děti se narodilo po 7 % párech a žádné dítě nemělo 6 % manželských párů.

Jako **nejpozitivnější situaci**, která ovlivnila manželství respondentů bylo bezkonkurenčně pro obě pohlaví **narození, výchova dětí, vnuků a pravnuků** – 43 % osob.

7 % osob vyhodnotilo **lásku** jako nejpozitivnější situaci, která ovlivnila jejich manželství. 6 % osob uvedlo **toleranci** jako nejpozitivnější situaci, která ovlivnila jejich manželství. Stejný počet byl u **společných zálib, dále to byla vlastní domácnost. Společné studium před manželstvím se objevilo ve 4 % manželstvích.** S četností 2 % byly uvedeny **společné oslavy, důvěra, porozumění, žádné, stáli jsme vždy při sobě, výchova rodičů, skromnost.**

S četností 1 % osoby – **společné soužití, první auto, dovolená, spolehlivost partnera, věrnost, respekt, sex, trvanlivost, přátelství, dobré vztahy s nejbližšími příbuznými.**

Na otázku na **nejzápornější situace**, které ovlivnily Vaše manželství, **bylo nejvíc odpovědí žádné – ve 33 % případech. Nemoc manžela/manželky však byla vyhodnocena pak jako nejzápornější situace v 12 % případech. V 10 % případech to byla finanční situace, po 4 % případech u stáří a nemoci a neustálého stěhování po republice.** S četností 3 % osob **to byla nemoc rodičů, nemoc dětí, smrt dítěte, doba komunismu, kvůli dětem, časté odloučení, hodně práce.** S četností 1 % to byla **nevěra, malé neshody, oznámení neplodnosti, chrápání, rodina manželky, odchod do důchodu ze zaměstnání, alkohol, egoismus v pozdějších letech, neposlušnost manželky, starost o rodiče v průběhu II. světové války.**

Existují určité mýty o době trvání manželství, které bývají často vymezeny 7 lety tzv. sedmiletky.

I v matrimoniologii se uvádí nejčastější období, ve kterém se objevuje první manželská vývojová krize okolo 7 let trvání manželství.

Respondenti považovali za **nejnáročnější období – 22 % osob, začátek manželství od 0–7 let trvání.** 22 % osob odpovědělo, že žádnou etapu svého manželství nevnímají jako nejnáročnější. 18 % osob považovalo za nejnáročnější etapu období 7–14 let trvání manželství. Etapu 14–21 let trvání manželství považovalo za nejnáročnější období 16 % osob. Období od 21–28 let trvání manželství považovalo za nejnáročnější období 9 % osob. 6 % osob období od 35–42 let, další etapy již byly obsazeny nízkou četností.

Za nejzávažnější problémy, které manželé řešili během manželství, považovali oba manželé **otázku bydlení (35 % osob).** Na dalším místě to byly **finance (19 % osob) a dějinné události (19 % osob).** Na dalším místě z hlediska závažnosti řešených problémů to byla **výchova dětí (10 % osob) a problémy s rodiči (6 % osob).** Problém nevěry, koníčků a volnočasových aktivit, nemoci dětí, zdraví, zvykání si na nové prostředí označily osoby se stejnou četností 2 %. S četností 1 % pak problém netolerantnosti a alkoholu.

Při řešení problémů, které se v průběhu manželství vyskytovaly, se nejčastěji dotázané osoby radily s rodiči (matka/otec) v 37 % případu. V 20 % případech se neradily osoby s nikým, spoléhaly na vlastní úsudek a vlastní schopnosti. V 11 % případech se radili partneři mezi sebou. Ve 5 % případech se muž či žena dotazoval a radil s lékařem, nebo hledali odpovědi v knihách a časopisech. Teprve potom přišli na řadu kamarádi, přátelé a manželská a předmanželská poradna, řešili jsme to vlastním rozumem. Pak následovala babička, soused/sousedka, sourozenci, kolega/kolegyně z práce. Na posledním místě byly děti.

Nejčastějším způsobem, jakým své problémy v průběhu manželství řešili, byl především prostřednictvím komunikace, vysvětlení si problému – u 48 % osob. Mlčením nejčastěji řešilo problém 16 % osob a 15 % osob uvedlo, že problém řešilo tím, že se problém přešel a neřešil. Na dalším místě byla hádka jako způsob řešení problému u 8 % osob. Jen 4 % osoby uvedly, že problém vyřešil sex, prostředník pomohl řešit problém u 3 % osob. Dohoda byla uvedena jako způsob řešení problému u 2 % osob a 2 % osoby uvedly, že neměli žádné problémy.

Kdo měl/má doma větší váhu v rozhodování?

Celkem 65 % osob uvedlo, že u nich rozhodují OBA, u 18 % osob byla odpověď MUŽ a u 17 % osob byla odpověď ŽENA.

Dotázali jsme se, **zda by dnes dotazované osoby využily služeb poradny pro rodinu, manželství a mezilidské vztahy, pokud by se dostaly do problémů.** 78 % osob uvedlo NE, 16 % osob ANO, 4 % osoby NEVÍM, bez odpovědi zůstala 1 % osoba a 1 % osoba odpověděla „Těžko posoudit, když nemá žádnou právní účinnost“.

Díky čemu se Vám podařilo zůstat v dlouhodobém manželství?

Na tuto otázku odpovědělo 27 % osob, že dle nich je tím nejdůležitějším pojítkem TOLERANCE, 17 % osob, že se jim podařilo zůstat v dlouhodobém manželství díky LÁSCE. POROZUMĚNÍ u 6 % osob. Na dalším místě se stejnou četností 5 %.

Rodinná poradna Kutná Hora, U Lorce 40

Mgr. Josef Neckář

Problematika nevěry řešená v poradně

Pro svůj příspěvek jsem si vybral téma nevěry, jako druhé strany mince věrného manželství.

Začal bych citací. A.Dumas napsal o manželství:

„Manželství je tak těžké, že ho musejí nést dva, často i tři“.

O nevěře můžeme mluvit jistě v situaci, kdy dojde k porušení věrnosti ve vztahu. Může se jednat o manželský svazek, nebo nesezdané páry, ale hovoříme o ní i v úvodních fázích partnerských vztahů, při tzv. „chození“, kde se také předpokládá věrnost.

Vnímat chování partnera jako nevěru bývá rozmanité. Těžko můžeme najít přesnou definici nevěry. Pro někoho je to pouze sexuální kontakt s jiným partnerem, pro jiného i blízký kontakt a výměna důvěrností bez sexu. V každém případě je důležité, že kontakt s jiným partnerem je pro aktuálního partnera emočně zraňující.

Zde jenom podotýkám, že o jiném problému mluvíme v situacích, kdy se jedná o žárlivého partnera, který patologicky vnímá zcela neopodstatněné situace jako zraňující a ohrožující.

Nejprve trochu statistiky:

Kinsey ve svých zprávách na poli sexuálního chování uvádí, že asi třetina mužů a pětina žen má někdy extramatrimoniální (mimomanželský) sexuální styk, přičemž další výzkumy uvádějí obdobná nebo vyšší čísla.

V českých výzkumech sexuálního chování došli Weiss a Zvěřina ke zjištění, že téměř dvě třetiny ženatých mužů mělo během manželství mimomanželský pohlavní styk (64 % v roce 1993 a 63 % v roce 1998). Z vdaných žen uvedlo mimomanželský pohlavní styk 46 %, resp. 42 % respondentek. Muži uváděli průměrně kolem 6,4 partnerky (asi polovina maximálně 3 partnerky), ženy průměrně kolem 3,9 partnera (více než polovina maximálně 2 partnerky). Ženy přitom mají tendenci spíše k dlouhodobějším mimomanželským vztahům, zatímco muži více k vztahům příležitostným. Autoři usuzují, že vyšší počty nevěrných mužů jsou důsledkem buď jejich větší upřímnosti anebo možnosti, že by mnoho jejich styků proběhlo s ne-

provdanými ženami. Celkově vyšší počty nevěrných oproti zahraničním studiím přisuzují autoři liberálnějším postojům české populace k nevěře. Podle výzkumu z roku 2003 32 % dotázaných považuje mimomanželské sexuální vztahy za špatné vždy a 38 % za špatné téměř vždy. Špatné jen někdy jsou pro 21 % a nikdy špatné pro 4 % dotázaných.

V diskuzích i solidních pojednáních na téma nevěra se autoři snaží o rozlišení různých forem a kategorií nevěry.

Pro ilustraci jsem vybral pět typů.

- Mimomanželský kontakt – jednorázová, primárně sexuální záležitost, často nahodilá, obvykle s nízkou emocionální vazbou
- Erotické dobrodružství – déle trvající sexuální porozumění s vyšší mírou citové angažovanosti, něžností, avšak bez plánů společné budoucnosti
- Mimomanželský vztah – dlouhodobý vztah se silnou citovou vazbou a potenciálním plánováním společné budoucnosti
- Flirt – spíše příslib bez skutečného naplnění nevěry, koketování
- Virtuální nevěra – sdílení sexuálních fantazií bez přímého sexuálního kontaktu

Šmolka dále uvádí též prostituci či swingování. Kratochvíl rozlišuje nevěru souběžnou (nedostatečnost jednoho partnera pro naplnění pestrosti) a následnou (potřeba hledání stále něčeho nového). Plzák dělí nevěru na sexuální a sociální, kterou myslí narušení společné péče o potomky, domácnost a sebe navzájem.

Nevěra v historii

Ve starověku se přístup k nevěře lišil podle společenské třídy. V horní vrstvě platila zásada „Ten, kdo obdaří svou knížecí potenci ženu z lidu, zušlechťuje. Avšak princezna, která se oddá muži nikoli rovnocennému, poškozují vlastní rod.“ Ve střední třídě u muže záleželo na jeho příjmech, zda si mohl dovolit více žen, zato žena byla de facto považována za majetek muže a měla vychovávat jeho děti. V nejnižší vrstvě byla chudoba hlavním faktorem, pro nějž byla polygamie nedostupná. Starořecká společnost nebránila muži ve vydržování více žen v závislosti na jeho prostředcích, doma však měl mít ženu jen jednu. Starověký Řím na věrnosti důsledně netrval a sexuální život považoval za přirozené právo muže stejně jako ženy. Trpěna byla i prostituce.

Křesťanství přišlo s tehdy netradičním důrazem na manželství a jeho nerozlučitelnost. Ve 12. století už nemohla být nevěra důvodem k rozvodu, přesto byla považována za těžký hřích. Zatímco světské společenství znalo jen nevěru ženskou (i s trestem smrti či zmrzačení), křesťanská církev odsuzovala i nevěru mužskou (s požadavkem pokání). Později se v některých oblastech i světské tresty rozšířily také na muže. Až do 16. století byla častým trestem tzv. ulička hanby, z níž bylo později možno se vykoupit. V 15. století docházelo pod vlivem důrazu na manželství i k omezování konkubinátu (nesezdaného soužití).

S nástupem novověku došlo k výrazné tabuizaci sexuality a potlačení veškerých smyslových a erotických projevů. Oficiálně tolerována byla sexualita jen v manželství. Sex svobodných lidí byl trestán vykazáním z města či pokoutou, manželská nevěra pak byla v protestantské Evropě důvodem k rozvodu, v katolických oblastech k rozluce od stolu a lože. I prostitute byla od 17. století stále méně tolerována.

S nástupem průmyslové revoluce vliv církve na sexuální chování slábl. Náboženská doktrína se však přenesla do společenského povědomí, z hříchu se stala nenormálnost. I konec 19. století tak zdůrazňoval uměřenost a normálnost. Výzkumu sexuality se začal věnovat Freud, později Kinsey a další, docházelo tak k liberalizaci.

Významným faktorem byla též probíhající ženská emancipace. Nevěra se stává tolerovanějším jevem (více v Evropě, zejména západní, zatímco v některých státech USA je věrnost dokonce zakotvena v právu, včetně postihů za její nedodržení).

V RP se s problémem nevěry setkáváme relativně často.

Je to jeden z důvodů, kdy se na nás klienti obracejí se žádostí o pomoc. Mohu říci, že se setkáváme se všemi typy nevěry jak u žen, tak u mužů. V posledních letech se objevuje častěji tzv. Virtuální nevěra, probíhající na internetu nebo mobilním telefonem.

Důsledkem je ve všech případech vážné narušení vztahu partnerů. Mnoho z nich končí rozvodem.

V loňském roce jsme se setkali se třemi případy tzv. Virtuální nevěry, kde dva probíhaly na internetu, jeden přes mobilní telefon. V jednom z těchto případů se nejednalo o sdílení sexuálních fantazií, ale pouze o porozumění

a sdílení důvěrnosti.

Ve všech případech šlo o klienty nad 50 let.

Přestože statistická data říkají, že 25 % lidí je ochotno mimomanželské vztahy tolerovat, nebo alespoň někdy tolerovat, tak naše zkušenost je téměř vždy nulová tolerance. Zmíním se o jediném případě, se kterým jsem se setkal, kde partnerka tolerovala milenkku. Byla to manželka úspěšného, movitého podnikatele, která z naprosto racionálních důvodů přistoupila na řešení zachovat rodinu s dvěma malými dětmi, se kterými byla na MD v domácnosti. Od manžela požadovala stejné finanční jistoty pro sebe a pro děti, jako před tím. Do poradny přišla sama se zakázkou pomoci zvládnout nepříjemné emoční stavy a úzkosti.

Opakovaně se objevuje názor, a to především u mužů, že přiznaná nevěra je minimálně polehčující okolností, ne-li důvodem k odpuštění. Podobně se opakuje návrh na řešení nastalé krize od nevěrného partnera nabídkou, že podvedený partner může udělat to samé, tedy najít si také někoho. Neřešitelná situace nastává v případech, kdy nevěrník miluje obě ženy, jak manželku, tak milenkku a nehodlá se ani jedné vzdát. Svoji nerozhodnost omlouvá tím, že nechce ani jedné ublížit.

Pro terapii je základním východiskem racionální rozhodnutí obou partnerů překonat krizi, a bezpodmínečné ukončení mimomanželského vztahu. Na tomto základě můžeme s pomocí začít.

Od obou partnerů to vyžaduje velké odhodlání a trpělivost.

Nejprve se pokoušíme zvládnout negativní emoce a stav stabilizovat.

K minulosti, detailům nevěry, hledání odpovědi na otázku proč se to vše stalo, proč zrovna taková milenkka, která nesahá partnerce ani po kotníky a podobné, se snažíme ventilovat v jednom sezení a více se k nim nevracet. Při nevěře vznikne ve vztahu velká nerovnováha. Dojde mnohdy i k posunu rolí.

Další fází je podpora zdravé komunikace mezi partnery a postupné získávání ztracené důvěry.

Pokud se podaří udržet spolupráci a trpělivost, podvedení partneri se vzdají svého nutkání nevěrníka potrestat, tak se pak mohou těšit ze zvládnuté krize, a mnohdy i pozitivního posílení vztahu.

Poradna pro rodinu, manželství a mezilidské vztahy,

Praha západ – východ, V. Huga 4, Praha 5

PhDr. Zdeněk Kuťák

Věkové složení klientely

se zaměřením na seniory

V r. 2010 prošlo naší poradnou celkem 535 případů. Ve všech věkových kategoriích převažovaly ženy nad muži a to většinou v poměru 1:2 až 1:3. Možnou příčinou toho může být snaha mužů chovat se suverénně a dominantně. Dobře to vyjadřují opakující se výroky různých mužů: nepotřebujeme žádné rady cizích lidí, své problémy si musíme vyřešit sami, do poradny jsem přišel nerad, chtěl jsem jen vyhovět přání své ženy, apod.

Ženy jsou zase oproti mužům sdílnější, emocionálnější, mají větší potřebu se poradit, s někým si o svých problémech popovídat.

Ze všech klientů jsme vybrali klienty v seniorském věku, tedy nad hranicí 60 let. Těchto klientů bylo pouze 22. Nízký počet je patrně dán také vysokou nabídkou různých služeb pro seniory, např. Život 90, Linka pro seniory, Elpida – aktivní sdružení pro seniory apod.

Také v této skupině převažovaly ženy nad muži přibližně v uvedených poměrech. V našem malém vzorku nikdo z klientů nepodal návrh na rozvod manželství. Takový návrh by totiž představoval jistou odvahu k podstatné změně dosavadního života. Víme však, že schopnost adaptivního a nového chování s věkem výrazně klesá. Tento postoj k rozvodu dobře ilustroval výrok jednoho klienta: už to s ní doklepu.

Diagnostický rozptyl u zkoumaných seniorů byl poměrně pestrý.

Z hlediska frekvence se vícekrát objevila žárlivost, a to 4x u žen a 1x u mužů. Za příčinu lze pravděpodobně považovat zvýšení podezřavosti a nedůvěry, které se vyskytují u některých osob v seniorském věku.

Další co do výskytu byla problematika psychického a fyzického násilí: ve 3 případech páchali muži násilí na ženách, v jednom případě se dcera chovala násilně vůči své matce.

Seniory také konzultovali různé problémy s dětmi a vnoučaty:

- 1x šlo o konzultaci o přesného stanovení styku s dcerou, která žije u matky (u otce bývá i několik dnů v týdnu, což ho už zmáhá);
- 1x šlo o konzultaci o vnukovi, který nastoupil školní docházku;
- 1x o přijetí problémového vnuka, suspektně s poruchou osobnosti;

- 1x se seniorka přišla radit o rozvodu své dcery;
- 1x se řešil vztah seniorky k dceři s poruchou osobnosti;
- 1x šlo o přechod syna ve věku 37 let do chráněného bydlení.
- Jedenkrát se objevila závislost na alkoholu u muže, kombinovaná s poruchou osobnosti. Dlouho docházela do poradny dvojice homosexuálů, z nichž jeden byl také závislý na alkoholu.
- Dlouhodobě docházela do poradny seniorka, která žije ve společné domácnosti s paranoidním schizofrenikem, který jí nedává peníze.
- V jednom případě se jednalo o pomoc seniorovi, aby se vyrovnal se smrtí manželky (v důsledku rakoviny prsu).
- Opakovaně docházela do poradny jedna seniorka s problémy osamělosti a potřebou si o sobě popovídat.
- Pouze v jednom případě poradna řešila prožívanou krizi manželského soužití a odcizení seniorů.

Náš zkoumaný vzorek (22 seniorů) byl příliš malý a jeho zobecnitelnost je pouze relativní. Nicméně představuje dílčí malou sondu do problematiky, s kterou senioři navštívili v r. 2010 Poradnu pro manželství, rodinu a mezilidské vztahy okresu Praha západ – východ.

Poradna pro rodinu, manželství a mezilidské vztahy Nymburk, Velké Valy 6

Mgr. Zora Urbánková

Domácí násilí na seniorech

– a nejen na nich

Problematika násilí je patrně stará jako lidstvo samo. Různé projevy násilí závisely na sociálním a kulturním uspořádání společnosti a častokrát nebyly jako násilí vůbec vnímány. V patriarchální společnosti měl hlavní slovo buď nejstarší muž v rodině nebo v rodu nebo i mladší muž stojící v hierarchii na nejvyšším místě a všichni ostatní členové této společnosti mu byli podřízení a povinni ho poslouchat. Podobně fungovala tato mocenská hierarchie i v matriarchálních společnostech, které co do počtu byly v nepoměrné menšině.

Neuposlechnutí pokynů nebo příkazů tohoto „vůdce“ bylo negativně hodnoceno a trestáno různým způsobem: v některých situacích a některých společnostech přímo smrtí nebo uvězněním, fyzickým násilím, omezením osobní svobody, vyloučením ze společenstva a jinými formami psychického nebo ekonomického a jiného omezení (například odejmutím dětí a kontaktů s nimi).

Všechny tyto formy domácího násilí nebo skupinového násilí byly tou kterou společností či rodinou brány jako norma a nebyly proto ani hodnoceny a prožívány jako to, čemu dnes říkáme domácí násilí.

Ve většině dřívějších kultur byl zájem rodiny (rodu, případně tlupy) vysoce nadřazen potřebám a zájmům jednotlivce. Teprve ve 2. polovině 20. století dochází (jako důsledek rozvoje a poznání duševních procesů a stavů – díky poznání S. Freuda a dalších psychologů a psychiatrů) a zveřejňování jejich poznatků k postupnému narůstání práv a respektování potřeb jednotlivců.

Teprve na přelomu 20. a 21. století dochází k tomu, že různé formy násilí mezi členy rodiny, ať nukleární či orientační, dostávají i své obecné pojmenování domácí násilí a od roku 2004 se stávají i trestným činem a od roku 2007 je možno vykázat násilného člena ze společné domácnosti.

Násilí na seniorech (i dalších členech rodiny, především ženách a dětech) jsou projevem i obecně sociálních postojů vůči těmto jednotlivým skupinám osob. V mnoha manželstvích i v současné době ještě přetrvává „patriarchát“ (někdy i „matriarchát“), kdy žena (muž) jsou vnímáni jako méně hodnotní vůči mužnebo ženě, mají vymezená pole působnosti a role, které v rodině prezentují (viz. dělení na mužské a ženské práce). Podobně je tomu i u dětí, které v některých rodinách nejsou dostatečně respektovány, jsou jim upírána základní práva a potřeby. Tato situace obecně souvisí s tím, jaké hodnoty tak která společnost vyznává a cení si jich a které naopak podceňuje.

V současné době bohužel dochází k silnému nadhodnocování mládí, vzhledu, fyzických i psychických schopností – aktivity, akčnosti, rychlosti reakcí, být „in“, počítačové gramotnosti a podobně. Díky tomu se určité skupiny osob dostávají do méně výhodné pozice a jsou vnímány jako méně výkonné, méně vzhledné, překážející, ujídající až parazitující na současné společnosti. Častokrát je tato jejich role prezentována i mediálními sdělovacími prostředky, kdy v médiích především v televizi, plakátech a reklamách dochází k tomu, že pokud se tam senioři objeví, tak v rolích více méně je zesměšňujících nebo poukazujících na jejich problémy (zubní protézy, inkontinence) nebo okrajových viz. různé reklamy, volební agitace a podobně. Tím je toto období lidského života silně znehodnocováno a častokrát až paradoxně, protože se jedná o posun 20 – 30 let, kdy dnešní mladí akční a výkonní lidé budou v jejich roli.

Také sami senioři bohužel někdy přispívají k tomuto jejich postavení a to tím, že v době svého rodičovství až nezdravě preferovali své děti a potlačovali své potřeby v jejich prospěch. Toto upřednostňování častokrát pokračuje i u dospělých dětí, kdy je staří rodiče podporují i ekonomicky i pracovní i další léta. Problém pak nastává, když senioři již nemohou poskytovat tyto služby. Děti a posléze mladí lidé pak toto jejich chování přijímají jako „normální“ a očekávají je i nadále.

Důsledkem takového chování (i společenské atmosféry) pak je, že senioři se ve svých rodinách i sociálních situacích stávají obětmi domácího násilí a to v různých formách, kterých dle sdělení organizací v této oblasti pracujících neustále narůstá.







Formy domácího násilí na seniorech mají různou podobu:

- odcizování a vymáhání si finančních prostředků, odebrání důchodu nebo jeho části, návštěva jen v době, kdy senior pobírá důchod, poukazování na nepotřebnost důchodce
- omezování přísunu jídla, pokud senior žije s rodinnými příslušníky v jedné domácnosti
- omezování pohybu seniora, omezování přístupu do jiných částí bytu
- netopení v místnosti, kterou senior obývá
- tyranizování seniora poté, co senior převedl dům na své dospělé děti a vnuky a má v domě doživotní užívání s tím, že rodinný příslušník chce dům prodat a vytvoří seniorovi nesnesitelné podmínky
- nevhodné chování, verbální agresivita vůči seniorovi při společném bydlení
- fyzické napadání seniora až s důsledky vážného poškození a někdy nutnou hospitalizací a podobně.

Tyto formy narůstajícího násilí vůči seniorům je nutno řešit jak na rovině sociální a společenské – senioři „neujídají“ společnosti, sami dlouhá léta pro společnost pracovali a odváděli si na důchod finanční prostředky a také tyto mladé lidi přivedli na svět a vychovali je (podobně společnost podporuje i děti) a na rovině rodinné, ať již nukleární či orientační, že stáří je určité období života, které nikoho nemine, pokud nezemře „včas“ a že staří lidé společnost také obohacují svými životními zkušenostmi, častokrát také mnoho let lidem mladého i středního věku dlouhodobě pomáhají.

Poradna pro rodinu, manželství a mezilidské vztahy Příbram, Žižkova 489

Mgr. Ivana Lenerová

Věrnost není slabost?

Berte prosím tento můj příspěvek jako soukromé zamyšlení nad daným tématem. Je to zároveň i jakési vymezení proti zobecňování resp. proti jakémukoli tvrzení v tématech tak křehkých a individuálních jako jsou mezilidské vztahy.

Nejprve se chci zamyslet nad samotným obsahem pojmu věrnost. Co máme na mysli, když hovoříme o věrnosti, když jiní hovoří o věrnosti, když o ní čteme v knihách či časopisech. Obvykle se to dozvíme, nějak to vyplyne z kontextu, ale jako samotný, vytržený pojem je to poměrně široká veličina a pokud jsme přizváni ve své praxi k intimnímu pozorování vztahů našich klientů, jsme často svědky velmi odlišných individuálních chápání tohoto pojmu, resp. této hodnoty.

Já sama se ve své práci řídím zkušeností, že vztah je vždy individuální záležitostí, že lidé mají právo na své vlastní pocity a normy a tím pádem i vlastní obsah naplňování takových obecných pojmů jako je věrnost, vztah, manželství, láska.

V praxi poradny pro manželství, rodinu a mezilidské vztahy se s věrností, či nevěrností setkávám v mnoha podobách, stejně tak jako má mnoho podob soužití muže a ženy.

Na mysli mně vyvstávají příklady z mé praxe z poradny, s nimiž bych ráda ilustrovala toto mé zamyšlení:

Mladý pár, který se rozešel v 9. měsíci těhotenství partnerky poté, co zjistila jednorázovou fyzickou nevěru partnera. Na mou otázku, proč se rozhodli neuzavřít manželství překvapeně odpověděli, že o tom spolu nikdy nemluvili. Neexistoval mezi nimi žádný koncept, žádný závazek, žádná představa společné budoucnosti.

Jiný pár, resp. individuální terapie mladé silně věřící ženy se dvěma malými dětmi, která se složitě a velmi bolestně vyrovnávala se zjištěním, že její mladší partner se platonicky zamiloval do kolegyně a přestože již vztah

ukončil, tato žena trpěla záchvaty úzkosti a nejistoty. Byla nejvíce raněna zjištěním, že se nemůže spolehnout na křesťanský slib věrnosti.

Další dvojice, naštěstí bezdětný pár, který se rozešel, protože oba partneři od počátku svého manželství investovali svůj čas a zájem do virtuálních vztahů, tzv. „sekond lifes“ a to v takové míře, že to způsobilo jejich nevratné odcizení, v tomto případě bych spíše hovořila o nemožnosti sblížit se.

Dalším párem v tomto výčtu by mohli být manželé se dvěma dospívajícími dětmi, dlouhá léta v symbiotickém spojení, kde muž ve svém dětském věku přistihl svou matku při souložích s milencem a ponížení z tohoto zážitku nyní odehrává při masturbaci v okně jejich bytu tak, aby všem ženám na ulici ukázal, jaký je chlapák. Svoji manželku však kontroluje na každém kroku, protože tomu vnitřně nevěří. Zdravější manželka se chce z tohoto svazku vymanit, ale sama to neudělá, protože ve své původní rodině byla vždy poslušnou dcerou, která se nesměla vymezit. Tito manželé si jsou věrni, žena jedenkrát měsíčně vydrží sex, ale nesnese, aby jí manžel přitom líbal.

Nebo 45letá vdova, jež má i téměř dva roky po manželově smrti pocity viny pokaždé, když ho vnitřně „zrazuje“ a raduje se ze života, a to i přesto, že na vědomé úrovni ví, že by to schválil.

Nevím jak Vy, ale já osobně v takovýchto modelech vztahů cítím věrnost jako požadavek, jako statickou hodnotu, jako projev slabosti nikoli síly, jako vymáhání záruky, předání odpovědnosti na druhé, na institut manželství, na pravidla soužití či desatero.

V těchto případech, zdá se mi, jde většinou o velký strach ze změny, z vlastního i partnerova růstu a tím pádem přirozeně i ze svobody.

V těch druhých, řekněme vývojově zralejších, vztazích se obvykle s mými klienty zabýváme jinými problémy:

Jak jsou naplňovány jejich vzájemné potřeby sdílení, intimity, spolupráce, lásky, společného osudu, při zachování soukromí a vlastní autenticity.

V těchto manželstvích se partneři více zaměřují na to, co se odehrává mezi nimi /nikoli mimo ně/, na přítomnost, eventuálně na minulost či budouc-

nost ve vztahu k přítomnosti, s případnou nevěrou jsou schopni pracovat jako se symptomem jejich vztahu, jako s tématem jejich spolupráce na vztahu.

V těchto zralejších vztazích je věrnost míněna více jako rozhodnutí, přijatá odpovědnost k sobě, partnerovi a jejich společnému vztahu, jako vědomí jedinečnosti a preference partnera, na základě poznání, že právě s tímto partnerem mohou být nejen tím kým jsem, ale také někým lepším, neboť on či ona ve mně tuto mou lepší část vidí. S tím je samozřejmě spojena důvěra, že také on nebo ona se podobně cítí ve vztahu se mnou.

Abych použila dnešní slovník, v takovém partnerství mohou být věrna sama sobě, nemusím se vzdávat svého self.

Takové vztahy jsou dynamické, neustále se vyvíjí, jsou mnohem více ohroženy potenciální nevěrou, ale také jsou mnohem živější a lidé v nich, přes všechna trápení, která spolu zažívají, častěji pociťují uspokojení z vlastního života a ze vztahu s partnerem.

Vážené kolegyně a kolegové, děkuji Vám za pozornost.

SPONTE, náměstí Míru 221, Králův Dvůr

Jana Slavíková

Manželství a závislost

Vyslovíme-li tato dvě slova společně, začne se nabízet řada otázek. Jak na sebe vzájemně působí? Co společně vytváří? Čemu jejich spojení brání či naopak pomáhá?

Pojďme si jen letmo definovat oba pojmy.

Manželství – tvořené je jemným předivem vztahů, jež jsou zdrojem radosti, spokojenosti, naplněnosti stejně jako úzkosti, strachu, smutku a bolesti. Jistá definice praví, že manželství je nejtěsnější možný lidský vztah rostoucí vzájemné závislosti, pro kterou se manželé vždy znovu svobodně rozhodují. Jakkoli je každé jedinečné, základ a podstata je vždy společná.

Závislost – Mezinárodní klasifikace nemocí říká, že při závislosti má pro jedince užívání nějaké látky přednost před jiným jednáním, kterého si dříve cenil. Jinými slovy se jedná o nutkavou naléhavost v jednání, vedoucí k určitému krátkodobému uspokojení i přes často závažné důsledky na zdraví, prosperitu, vztahy a ostatní aspekty života. Na počátku tohoto procesu (závislosti) není člověk toužící skončit na ulici, bez práce, přátel, rodiny a s podlomeným zdravím. Je to důsledek procesu, který se skládá z mnoha postupných kroků, pro toho, koho se to týká, nerozpoznatelných. Pozvolna, nenápadně se dostává do soukolí, které semele všechny pilíře, na kterých stál jeho život.

Člověk je ve své podstatě nevléčitelně závislý, jako každý živý organismus, na dostatku potravy, vody a vzduchu. Je to něco, co máme všichni společné. Danost ignorující kulturní, sociální, historické, národnostní, výchovné, věkové rozdíly.

Můžeme dokonce říct, že je závislost naší přirozeností. Patří sem i vztahy, ve kterých žijeme, které utváříme a které udržujeme. Z hlediska toho, že vztahovost je jednou ze základních potřeb člověka. Prostřednictvím vztahu uskutečňujeme sami sebe.

Je tu však jeden podstatný rozdíl mezi závislostí, která je nám přirozená, týká se potravy, vody a vzduchu a vede k rozvoji, prosperitě, naplňování potenciálu, dosahování možností a zdraví a závislosti tak, jak jí vymezuje

Mezinárodní klasifikace nemocí, závislosti, která často zvolna a zprvu jen nepozorovaně, přesto jasně, neodklonitelně a jistě vede ke ztrátám, zhoubě, rozpadu, zmaru, bolesti a zániku.

Problematika závislosti je velmi obsáhlý problém, který je možno nahlížet z mnoha úhlů, v mnoha souvislostech, zabývat se jejím vznikem, léčbou, příčinami, symptomy, důsledky.

Tady bych se ráda, v souvislosti s tématem dnešního setkání a vzhledem k působnosti rodinných a manželských poraden, zaměřila na důsledky soužití v manželství a rodině s člověkem trpícím závislostí.

Zdaleka nejčastěji se setkáváme s osobami, které žijí v manželství, společné domácnosti, ve vztahu s člověkem závislým a jsou tak ohroženi, často již trpí spoluzávislostí. Ta se vyznačuje pasivním postojem, přehnanou péčí a odmítáním skutečnosti. Společné, dlouhodobé, soužití se závislým je charakteristické zatajováním, překrýváním, nalháváním, zneprůhledněním. Díváme-li se zvenčí na obraz manželství, který vykresluje člověk žijící se závislým, je až nepochopitelné, co všechno jsou blízcí člověka se závislostí ochotni vydržet, odpustit, vytrpět, překonat, nevidět, kolik jsou schopni dát dalších šancí, vidět pokrok tam, kde ho nikdo jiný nevidí a udržet si přes všechna zklamání naději.

V podstatě můžeme říct, že v každém vztahu se závislým, kterého jeho partner naplno nevystaví skutečnosti, ale začne „spolupracovat“ ve smyslu omlouvání, obhajování, zatajování, přehlížení – jinými slovy udržování dojmů, že se nic neděje – se setkáváme se spoluzávislostí. Zatímco jeden je závislý na alkoholu, drogách, hraní, práci, sexu, jeho partner je závislý na něm, na vztahu se svým partnerem. Je závislý na svém obrazu všemocného záchránce.

První fází spoluzávislosti je utajování. Chování spoluzávislého se vyznačuje silnou snahou vytvořit dojem, že se naprosto nic neděje, hledá nejruznější formy omluv, bagatelizuje upozornění, kterého se mu dostává od známých a přátel.

Druhá fáze se vyznačuje kontrolou. Spoluzávislý chce dostat vše pod svou kontrolu, vše hlídá, na vše chce vidět. Je to však podobné, jako v pohádce „Hrnečku vař“.

Když hlídáte dveře, najde si to cestu oknem, komínem, nějakou škvírou a nedá se to nijak a ničím zadržet. A tak, jako se to nedá už dál zadržet, nedá se to ani zastavit.

Nastává třetí fáze – odmítání. Rodinný příslušník již není schopen udržo-

vat mechanismy kontroly, resp. ještě společně s utajováním.

Toto je velká šance pro závislého, kdy často od partnera slyší „už nemůžu dál, buď a nebo. Velmi často právě v této fázi se se spoluzávislou osobou setkáváme v našich poradnách.

Ne všichni a ne vždy jsou ale schopni, ochotni a rozhodnutí skutečně radikálně změnit svůj postoj, změnit svůj způsob vztahování se k partnerovi a tak mu vytvořit prostor ke změně. Často, když k nám přichází spoluzávislý, je ještě obtížné ho nasměrovat k přijetí toho, aby začal pracovat na zlepšení situace změnou svých postojů, vzorců chování a způsobu vztahování se k partnerovi a tím otevřel prostor pro změnu i u partnera a v manželství. Velmi často, dá se říct vždy, už je ale zcela jasné, jak devastující účinky má závislost na jejich manželství. Obraz, který tyto osoby vykresluje, je obrazem zmaru a zkázy, kde bývá málo co uchráněno a může sloužit jako základ pro nový začátek. Není nikdo, kdo žije společně se závislým, kdo by jeho závislosti netrpěl, nebyl jí utlačován, ohrožován a vystavován úzkosti, strachu, smutku a bolesti. Pro děti vyrůstající v rodině se závislým rodičem je nemalé riziko i v tom, že budou jednou v dospělosti opakovat vzorce a schémata ve kterých vyrostly a stanou se také závislými či spoluzávislými. Opravdu velmi záleží na tom, jestli se změnou začnou ve fázi, kdy je na čem stavět, či kdy se už rozpadu manželství nedá ničím zabránit.

Závislost ve vztahu, v manželství má vždy jedno společné. Vztah partnerů je doformován. Je deformován absencí respektu, úcty a důvěry v sebe sama i druhého, je deformován absencí hranic a pravidel, které vytváří rámec pro pocit bezpečí a jistoty. Je deformován absencí odpovědnosti, skutečné odpovědnosti za své chování, rozhodování. Závislý i spoluzávislý obviňují ze svých problémů a těžkostí vždy někoho jiného, společný je jim hon na viníka, který může za to, že se jim nedaří, že jejich život vypadá tak, jak vypadá, dějí se jim ty věci, které se jim dějí...

I přes to, že v jisté fázi soužití se k nám do poraden dostávají osoby spoluzávislé, neznamená to, že jim můžeme pomoci. Nechtějí abychom je zbavovali možnosti být dokonalými – oni zvládnou i nemožné – ještě je pro ně těžké přijmout fakt, že nemusí všechno zvládnout, všechno unést a neustále pomáhat aby je ostatní lidé milovali, považovali za stejně hodnotné a chtěli s nimi být pro ně samé, ne pro to, jak moc umí pomáhat.

Jednou s definicí závislosti může být přirovnání závislosti k Otesánkovi, který sprovodí ze světa naprosto vše, k čemu se dostane a požívá i ty, kdo

se ho snaží do úmoru svých sil a možností nasytit.
Není možné mít vztah se závislým, v dlouhodobém soužití je možné být jen spoluzávislý.

**Poradna pro rodinu, manželství a mezilidské vztahy Mladá Boleslav,
Kateřiny Militké 55**

PhDr. Zdeňka Horáčková

Sezdané a nesezdané páry z hlediska manželského poradce

Téma jsem zvolila ze dvou důvodů. Prvním bylo to, že jsem se v poslední době opakovaně setkávala s názorem, že soužití v nesezdaném svazku je rovnocennou a v mnohém výhodnější alternativou k soužití v manželství. Druhým důvodem byla zkušenost z poradny, kde se objevovalo mnoho žádostí o konzultace pro partnerské problémy nesezdaných párů. Můj příspěvek by měl být **rozborem a reflexí** mých případů z poradny z let 2009 a 2010, kteří přišli z **důvodu krize ve vztahu** a hledali východisko ze své situace (nešlo tedy o situaci rozvodovou nebo porozvodovou). Jednalo se **celkem o 82 případů** – poradenskou pomoc žádalo 37 párů, 33 žen, 12 mužů (19 VŠ, 39 SŠ a SOU, 4 základní vzdělání). Z těchto případů byli v **61** případě **manželé** – 30 párů, 21 žen, 10 mužů (12 VŠ, 25 SŠ a SOU, 3 ZŠ) a v **21** případě **nesezdaní** (tj. 1/3) – 7 párů, 12 žen, 2 muži (5 VŠ, 15 SŠ a SOU, 1 ZŠ).

Zajímavé bylo pro mne zjištění, že mezi manželi v krizi bylo **21 případů (1/3)**, kdy manželé **měli za sebou různě dlouhou dobu soužití, kdy spolu žili jako nesezdaný pár** (nejméně 4 roky, nejdelší dřívější soužití 12 let) – šlo o 11 párů, 5 žen, 5 mužů (7 VŠ, 14 SŠ, SOU, 1 ZŠ). Pracovně jsem je nazvala „**smíšená manželství**“.

Zajímala mne charakteristika, podobnosti a rozdíly v příčinách a řešení partnerských krizí u těchto skupin klientů:

MANŽELÉ (bez „smíšených“)

– celkem 40, 19 párů, 16 žen, 5 mužů (12 VŠ, 25 SŠ, 3 ZŠ)

Délka soužití:

2–4 roky.....	3
6–9 let	6
10–15 let.....	12
16–19 let.....	10

22–28 let.....6
 31–35 let.....3
 Před tímto manželstvím byli rozvedeni 3, děti z dřívějších manželství měli 3 klienti.

Důvod krize manželství:

nevěra muži – 14, ženy – 10, celkem nevěra – 24 (tj. **60 %**)
špatná komunikace, neschopnost dohodnout se
 a řešit konflikty..... 15 (tj. **33 %**)
nefunkční sex 10 (**25 %**)
 Nerovnoměrná dělba práce..... 8 (**20 %**)
 Citové odcizení partnerů 6
 Nesoulad povah, nezáměr o rodinu, agrese, domácí násilí, alkoholismus

Problémy v původní rodině udávalo spontánně 13 (**32 %**) klientů:

tvrdý otec.....5
 konflikty rodičů.....2
 rozvod rodičů.....1
 dětský domov1
 jiné modely.....3

V manželství fungovalo:

dobré ekonomické zajištění a hospodaření 31 (**77 %**)
 dělba práce v domácnosti 20 (**50 %**)
 výchova dětí 16 (**40 %**)

Jak chtěli manželé řešit svou krizi:

zkusit zavést **nová pravidla** soužití 25 (**63 %**)
rozvod 15 (z toho 8 žen) (**37 %**)

„SMÍŠENÁ MANŽELSTVÍ“

Celková doba soužití:		Nesezdané soužití před manželstvím:	
5 let.....	1	4 roky.....	2
8–9 let.....	7	5–6 let.....	6
10–12 let.....	3	7–8 let.....	6
13–14 let.....	5	8–9 let.....	3
15–17 let.....	5	10–12 let.....	4

Pouze 4 z těchto „smíšených“ manželství“ měla delší dobu manželství než dřívější nesezdané soužití. Manželství **kvůli narození dítěte** uzavřelo 14 tj. **68 %** případů.

Před nesezdaným soužitím bylo **rozvedeno** 7, tj. **33 %** případů.

Důvod krize v manželství:

nevěra muži – 6, ženy – 8, celkem nevěra 14 (tj. **68 %**)
špatná komunikace, neschopnost se domluvit, řešit konflikty 15 (tj. **71 %**)
nezvládnutí nové situace po narození dítěte 11 (**50 %**)
otevření vztahu jen pro M, setrvání v dřívějším způsobu života 11 (**50 %**)
stereotyp ve vztahu 10 (**50 %**)
 nerovnoměrná dělba práce 6 (28 %)
 citové odcizení..... 5 (23 %)
 ztráta zamilovanosti, povahový nesoulad, alkohol, drogy, domácí násilí
 (vždy šlo o „trsy“ důvodů, nikoli pouze o jeden důvod krize)

V manželství fungovalo:

dobré ekonomické zajištění..... 18 (86 %)
 postavili dům 9 (47 %)
 péče o domácnost 5

V manželství nefungovalo (kromě důvodu krize):

citový soulad, pozornost muže vůči ženě, dobré vztahy k rodině partnera
V původní rodině sami klienti udávali tyto **problémy** v souvislosti se svým vztahem (15 případů – **75 %**) – rozvod rodičů, konfliktní soužití, tvrdý otec, matka „generál“, zanedbávání, alkohol, různé modely rodiny F a M, vměšování původní rodiny do jejich vztahu)

Jak chtěli klienti řešit svou krizi:

zkusit zavést **nová pravidla** soužití 10 (**47 %**)
rozvod 8 (7 ženy – radikální stanovisko) (**38 %**)
 formální soužití kvůli dětem 3

Nesezdané páry:

Délka společného soužití:

2 roky..... 3

4–5	3
6–7	6
8–9	4
10–12	3

Společné děti mají... 11 (50 %), často chtěli děti jako lék na „přenošenost“ vztahu
 Děti z dřívějších vztahů..... 7 (33 %) klientů
 Aspoň jeden z partnerů byl dříve rozveden.....9 (43 %)

Důvody krize vztahu (vždy několik):

špatná komunikace, neschopnost se domluvit, řešit konflikty 15 (71 %)
nevěra:muži – 10, ženy – 2, celkem – 12 (57 %)
otevření vztahu pouze pro M..... 7 (33 %)
nezájem o péči o dítě 7 (33 %)
málo citu muže vůči ženě 8 (38 %)
 žárlivost na děti z 1. vztahu, rozdíly povah, alkoholismus, drogy, domácí násilí, jiné zájmy, jiné priority, žárlivost, workoholismus...

Problémy v původní rodině klientů 13 (62 %)
 rozvod rodičů, konflikty, dominantní matka, dominantní otec, rozmazlující, nefunkční, různé modely rodiny M a F

V soužití fungovalo dobře:

ekonomické zajištění 18 (86 %)
dělba práce v domácnosti.....10 (50 %)

Důvody nesezdaného soužití:

láska, bydlení s přítelem, sex
 „dokud se budeme milovat“ (nebo: budeme zamilovaní)
 „dokud nám to bude fungovat“
 „dokud nás to bude bavit“ (zábava!?)
 (nedomluveni na perspektivě rodiny, dítěte – to až po delším soužití, ve směr z iniciativy ženy)

Jak chtěli řešit krizi:

rozchod..... 12 (57 %) – radikálně ho chtěli muži
 zkusit nová pravidla soužití..... -6 (28 %)
 formální spolubydlení kvůli dětem 5 (tlak F, otevření pro M)

Společné charakteristiky všech skupin:

U všech skupin **žádosti o konzultaci** v poradně **iniciovaly převážně ženy** a to i v případech, kdy se konzultace účastnil celý pár (muži často udávali, že přišli, protože si to přála žena)

Poměr účasti párů a jednotlivců na konzultacích

U manželů 50 % párů, 35 % žen
 U nesezdaných..... 33 % párů, 57 % žen
 U smíšených..... 52 % párů. 23 % žen

Doba soužití – nejvíc zastoupené kategorie:

Manželé10–19 let (36 %)
 Nesezdaní6–9 let (50 %)
 Smíšené8–12 (50 %)

Rozvedení před současným vztahem:

Manželé 5 %
 Nesezdaní 43 %
 Smíšené 33 %

Děti z dřívějších manželství (vztahů):

Manželé 5 %
 Nesezdaní 33 %
 Smíšené 33 %

Důvody krize:

Nevěra..... Manželé: 60 % Nesezdaní: 57 % Smíšené: 66 %
Komunikace Manželé: 25 % Nesezdaní: 71 % Smíšené: 72 %

	Manželé:	Nesezdaní:	Smíšené:
Nezvládnutí narození dítěte:	0	33 %	50 %
Otevření vztahu jen pro M:	0	33 %	50 %
Nefunkční sex	25 %	0	9 %
Citové odcizení	9 %	38 %	24 %
Stereotyp vztahu	0	0	50 %

Problémy v původní rodině: Manželé: Nesezdaní: Smíšené:
 32 % 62 % 75 %

(nápodoba, chybění pozitivního modelu, negativní očekávání, obavy)

Fungující oblast:	Manželé:	Nesezdaní:	Smíšené:
Ekon. zajištění, hospodaření:	77 %	86 %	86 %
Dělba práce:	50 %	47 %	28 %

Řešení krize:	Manželé:	Nesezdaní:	Smíšené:
Nové uspořádání:	63 %	28 %	50 %
Rozvod, rozchod:	37 % F	57 % M	F 38 %
Formální soužití:	0	23 %	14 %

(tlak F – D)

Z uvedeného vyplývá, že nesezdané páry se potýkají se stejnými problémy jako páry manželské, že paradoxně mají i problémů více jak ve vztazích, tak především v právních záležitostech v případě rozchodu – ty však nejsou náplní tohoto příspěvku.

Dále je možno předpokládat, že na statistikách rozvodovosti se dost významně podílejí páry s dlouhou dobou, kdy žijí jako nesezdaní. Sňatek a dítě byly často řešením jejich stagnujícího vztahu nebo byly tak velkým zásahem do zavedeného způsobu života, že partneri nezvládli novou situaci, hlavně při narození dítěte. Šlo i o rozkolísání modelu soužití, původní rovnoprávný model se pro ženu změnil v „tradiční“, kdy žena při těhotenství a na mateřské dovolené je v závislém postavení vůči partnerovi. Nezávislá žena to vnímá úkorně, muž si posiluje pozici, otevírá si vztah pro sebe, žena přebírá i větší část povinností, které dříve dělal v domácnosti partner. Tento model se muži snaží uchovat i po nástupu partnerky do zaměstnání. Jindy se po narození dítěte muž cítí na okraji zájmu partnerky, ztrácí výlučnou pozici, na kterou byl zvyklý. Obě situace vedou často k nevěře nebo odchodu muže ze vztahu. Zajímavým fenoménem byl věk dítěte 2–2,5 roku (28 %) při vyhocení partnerské krize u nesezdaných a „smíšených“ párů.

U nesezdaných a „smíšených“ párů je také patrné i **chybění předělu** ve vztazích. **Sňatek** se ukazuje jako důležitý prvek trvalého vztahu, tvoří onen předěl od „já“ k „my“ v rovině faktické, symbolické i zážitkové, hlavním momentem je pak **rozhodnutí pro trvalý svazek** s perspektivou rodiny, domova – od tohoto předělu se všechno mění ve prospěch soužití, počítá se s přizpůsobením na obou stranách. **Nesezdaní** tento mezník vesměs nemají, **rozhodnutí je na omezenou dobu**, dočasné („dokud se budeme milovat“, „dokud nám to bude fungovat“, „dokud nás to bude

bavit!“), dlouho žijí 1+1, neadaptují se na velká omezení a přizpůsobení. U nesezdaných se dočasnost stává trvalou charakteristikou, přetrvává i v následném manželství. U **smíšených vztahů** přichází **předěl pozdě**, často v souvislosti s narozením dítěte nebo v době, kdy se ve vztahu objevuje první velká krize (také kombinace obojího).

U sňatků bývá **hlavním důvodem láska** páru s perspektivou trvalého soužití, u nesezdaných také láska (často tak velká, že „nepotřebuje papír“, nepočítá se s krizí), ale také společné bydlení, sex, zkusit si s někým žít, ale podle svých potřeb. U nesezdaných v podtextu bývá i nechuť podřídit se povinností, normám, řádu (to ale rodina vždycky potřebuje), proto jsou zaskočení rodinnou situací. Největším problémem bývá **převzetí zodpovědnosti** muže za ženu a děti, rodinu – nechuť, nedostatek odvahy, chybění fungujícího modelu soužití ze své rodiny. Právě špatná zkušenost s problémy v základní rodině je častou příčinou, proč páry nechtějí sňatek, někdy volné soužití vnímají jako prevenci partnerských krizí („když se nevezmeme, nemůžeme se rozvést“). Manželství je **veřejná smlouva**, slib, rozhodnutí o zodpovědnosti, to u nesezdaných chybí. V období krizí je sezdaný pár stabilnější, soudržnější a hledá konstruktivnější řešení, které je v zájmu rodiny a jejího fungování. Nesezdaní při špatném fungování vztahu nehledají tolik řešení, jak by to mohlo fungovat, ale hledají jiného partnera, s nímž by to mohlo fungovat lépe bez nutnosti změn u sebe. U nesezdaných párů více lpí na udržení vztahu ženy, téměř vždy očekávají v budoucnosti sňatek, dítě, stabilitu, jistotu, mají jinou představu o vývoji vztahu – hlavně jim jde o jistotu v oslabení při těhotenství, porodu, mateřské dovolené.

V **důvodech krizí** u všech jednoznačně vede **nevěra** a **komunikační problémy**. Komunikační problémy převládají u nesezdaných a smíšených párů, nejčastěji jde o soupeřivé postoje a konflikty při rozkolísání rovnoprávnosti v páru. Manželé tyto problémy jako důvod krize uvádějí významně méně, je tu zřejmá patrná i souvislost s délkou soužití a vzájemného vyladění (manželé měli za sebou delší dobu soužití). Pro manželské páry byla důvodem krize hlavně nevěra jednoho z manželů, i když v podtextu nevěry byly také problémy v komunikaci, odcizení citové a sexuální. Celkově nejčastějším důvodem krizí ve vztahu byla **nevěra**. Ta je vždy vnímána jako **zrada** (i u nevěrníků, jsou-li posléze sami podvedeni), **ničí důvěru** v každém vztahu, **rozkolísá základní jistoty**. Někdy je vnímána i existenciálně, jako **ztráta smyslu, hodnoty života**. Nevěra je vždycky **trauma – pro podváděného** a posléze **i pro podvádějícího** (nevěrník ně-

kdy trpí značně, zejména je-li citově zaangažován v původním i novém vztahu). Skoro vždy se u na obou stranách objevují psychosomatické obtíže jako reakce na stresující situaci (hlavně u dlouhodobého stresu) s množstvím zdravotních dopadů, o psychických nemluvě (deprese, neurózy, úvahy o sebevraždě). Sama si často kladu otázku: stojí ta pomíjející krása nového, vzrušujícího a okouzujícího za to?

Vždycky se také ptám klientů při úvahách o rozchodu – „co ztrácíte, co získáváte?“ Jako zisk nejčastěji uvádějí naději na lepší vztah, naději na lepší život, zbavení se dlouhodobých trápení, svobodu, možnost seberealizace. Za ztrátu nejvíc považují ztrátu domova – tj. soužití a vztahy s nejbližšími – zejména s dětmi, bezpečí, zázemí, jistotu, materiální zajištění, historii svou i své rodiny a dětí (moci se ohlédnout bez hořkosti a bez lítosti), také ztrátu sebeúcty.

Nevěra se vyskytovala ve všech dobách a ve všech společnostech, s většími či menšími sankcemi nebo mírou utajování. Co mne ale zarazí v poslední době – přístup k nevěře jako k normálnímu jevu – statisticky (když to dělají skoro všichni, je to žádoucí!?), společensky (když to dělají i ti nejnámější a v moci postavení, je to dobré!?), tj. není to problém (“tebe se to netýká, neřeš to, co z toho děláš problém“ – říkají často nevěrní partneři). Nevěra vždycky byla společenskou otázkou, nejen osobní záležitostí a nesouvisela jen s dodržováním manželské smlouvy nebo milostného vztahu, byla vnímána jakou součástí charakteru (věrnost zásadám, ideálům, slibu, vlasti..), souvisela vždycky s čestností, spolehlivostí, zodpovědností, kvalitou vůle a nedodržování věrnosti bylo selháním. Je otázka postoje k nevěře dopadem společenským nebo generačním? Přejde po nás generace, která se vrátí k párové klasice, kde věrnost bude vnímána zase jako hodnota – ne kvůli nákaze AIDS, ale jako předpoklad i důsledek kvalitního vztahu? Je to vůbec otázka osobního rozhodnutí nebo je to dopad stavu civilizace, kde krize manželství a rodiny je odrazem spotřební společnosti? Vždyť její charakteristiky a rétorika se dostávají i do vztahů:

- tržní zřetel – málo investovat, hodně dostat
- důraz na hotové a jednoduché věci, které jsou nové a fungují, jakmile přestanou fungovat, stanou se složitějšími, neinvestuje se do zlepšení funkce, ale do nového
- tvořivost a budování se orientuje na materiální věci – kariéra, stavba domu, podnikání – ne na vztahy, charakter, nemateriální hodnoty
- relativizace hodnot – hodnotu má to, co chci já právě teď
- důraz na seberealizaci, na „já“, nikoli na „my“ nebo na to, co nás

samé přesahuje

- chybění trvalejších hodnot, pravidel, řádu, práva
- důraz na kvantitu, ne na kvalitu
- důraz na zábavu, ne na náročnost (a fungující vztah je často dřina)

Myslím, že naši klienti si tyhle otázky vesměs nekladou, ale já jako poradce se jim vyhnout nemohu. A když si odpovídám na otázku věrnosti vzhledem k tématu dnešní konference, tak konstatuji, že „věrnost není slabost, to nevěra je slabost naše a naší doby“.

Poradna pro rodinu, manželství a mezilidské vztahy Kolín, Školská 60*PhDr. Lenka Hervertová***Průzkum názorů na věrnost**

Monogamní partnerský vztah je nejmladší formou párového soužití, které bylo poprvé formálně uzákoněno v roce 1000 u Židů. Celá věc vznikla tak, že se jistý rabin Juda zamyslel nad případnými pogromy v Německu a usoudil, že když se prchá v kolektivu, je to složitější než pouze ve dvojici. A tak stanovil zkušební dobu 1000 let, která měla ukázat, jestli je pár schopen spolu vyjít. Po uplynutí lhůty byla tato doba ještě prodloužena. Křesťané zase vycházejí z ochrany otcovství narozených dětí, takže se z povinně monogamních svazků radují od roku 1563.

Víme tedy, jak to vzniklo. On a ona si mají být věrni navzájem až do smrti. Jenže platí to i dnes, když kolem sebe vidíme takzvaná „volná manželství“, ve kterých si oba z partnerů žijí svým vlastním životem?

Věrnost určitě přežitek není a je rozhodně správná. Lidé jen nevědí, jak si udržet kvalitní partnerský vztah, tak o něj nepečují a po letech se diví, že se v něm necítí dobře, a ten dobrý pocit hledají u někoho jiného

Dříve nás ve věrnosti i v manželství držely morální a společenské zásady, do poloviny minulého století mělo manželství i silný ekonomický základ. Kdo byl nevěrný, zhřešil. Z ekonomických důvodů bylo nutné, aby rodina žila pohromadě. Muž byl živitel, žena se starala o děti a o domácnost.

Navíc dnes se občasná nevěra se v médiích podává jako normální sexuální chování. A divákům se vymývají mozky tím, že podvedení se většinou představují jako šeredky nebo surovci, kteří si jen zaslouží, aby od nich partner odešel a zahýbal jim. Sotva existuje nový film, kde se manželská nevěra podává jako něco nenormálního, nesprávného. To časem u diváků vyvolá záměnu hodnot. Dokonce i někteří sexuologové tvrdí, že lidé nejsou prvoplánově nastaveni tak, aby vydrželi v jednom vztahu celý život a zdůvodňují to například počtem vajíček u žen a spermií u mužů.

Když jsme s u nás v poradně zamýšleli nad tématem této konference a přemýšleli o našem příspěvku, napadlo nás, že by mohlo být zajímavé zjistit názory na věrnost nebo nevěru u našich klientů. Vytvořili jsme tedy dotazník, jehož stručné výsledky vám dnes představím.

Nejedná se o žádný velký průzkum nebo výzkum, nemůžeme dovozovat, že takto vypadá situace v celé naší populaci ani brát námi zjištěná fakta

jako validní, nicméně dotazník dává některá zajímavá data, nad kterými je možné přemýšlet.

Dotazníkové šetření probíhalo v naší poradně v průběhu listopadu 2010 až ledna 2011. Klienti poradny dotazník vyplňovali dobrovolně, anonymně.

V dotazníku jsme zjišťovali:

Pohlaví klientů, věk, vzdělání, bydliště (město – obec), délku partnerského vztahu, počet dětí, problémy, které během vztahu řešili, způsoby řešení těchto problémů, názory našich klientů na nevěru.

Dotazníkového šetření se zúčastnilo 45 žen a 20 mužů. Všichni zúčastnění žili buď v partnerském vztahu nebo v manželství. Věkové rozmezí bylo od 18 do 70 let. Nejpočetnější byly u žen i u mužů věkové skupiny od 27 do 30 let a od 40 do 65 let. Pouze 5 klientů bylo bezdětných. Dotazník vyplňovali klienti žijící ve vesnicích i v městech. Nejvíce byli v souboru zastoupeni lidé se středoškolským vzděláním. Délka trvání vztahu byla od 1 do 35 let.

Jako nejzávažnější problémy, které během vztahu řešili, uvedli shodně muži i ženy problémy finanční a dále problémy s výchovou dětí. Problémy s nevěrou řešili muži v 8 případech (což je téměř polovina dotazovaných mužů) a ženy v 10 případech – t.j. přibližně čtvrtina. Ženy ještě dále uváděly další problémy v soužití, téměř čtvrtina řešila problémy s rodiči, 6 žen se ve vztahu setkala s domácím násilím, 7 žen s alkoholismem.

Při řešení svých problémů se ženy i muži nejčastěji radili se svými přáteli, polovina mužů problémy řešila se svými rodiči (u žen asi třetina).

Zajímavé výstupy byly u otázky „Jakým způsobem ve vztahu řešíte problémy?“ Na tuto otázku polovina mužů odpověděla: mlčením. A 5 mužů odpovědělo zároveň mlčením a komunikací. Muži výjimečně odpověděli hádkou (4). Naopak ženy v téměř dvou třetinách případů odpovídaly, že problémy řeší komunikací, jedna čtvrtina hádkou. S kým ženy tedy komunikují, s kým se hádají, když muži většinou mlčí?

Na otázku, zda je nevěra důvod k rozchodu, rozvodu, odpověděli tři čtvrtiny mužů ne, u žen odpověděla ne pouze jedna třetina, dvě třetiny odpověděly ano. Na otázku, zda se má o odhalené nevěře s partnerem /partnerkou mluvit – se téměř všichni muži vyjádřili, že ano (a přitom problémy řeší mlčením), ženy se domnívají že ano pouze ve dvou třetinách.

Muži se domnívají, že ženy jsou zhruba ve stejné míře nevěrné jako muži. Ženy si naopak myslí, že muži jsou nevěrní častěji. Tato odpověď nejvíce dominuje ve věkové skupině žen mezi 27–39 lety. Více než jedna čtvrtina

z dotazovaných mužů netoleruje žádnou nevěru, více než polovina mužů je ochotna tolerovat nevěru sexuální, pouze 2 muži tolerují nevěru emocionální. U žen zhruba třetina netoleruje žádnou nevěru, třetina toleruje nevěru sexuální a třetina emocionální.

Téměř polovina žen se domnívá, že není možné být celý život věrná jednomu člověku, u mužů je to pouze jedna třetina dotazovaných.

Z našeho dotazníkového šetření by se daly vyčíst ještě mnohé další údaje. Z oficiálních statistik víme, že v ČR se každé druhé manželství rozvádí a u nesezdaných vztahů je rozvodovost pravděpodobně ještě vyšší. Nevěra patří mezi jeden z předních důvodů k rozchodu partnerů.

Muži Celkem 20

Věková struktura

18–26	27–39	40–65	nad 66
0	8	10	2

Bydliště

Obec	7
Městys	5
Město	8

Vzdělání

Základní	1
Vyučen	6
Středoškolské	12
Vysokoškolské	1

Délka vztahu

Do 1 roku	1
1–15 let	9
15–30 let	6
Nad 30 let	4

Počet dětí

Bezdětní	1
1 dítě	6
2 děti	10
3 děti	3

Jaké nejzávažnější problémy jste během vztahu řešili?

Finance	15
Nevěra	8
Výchova dětí	12

Radili jste se při řešení problémů s někým?

S rodiči	8
Se sourozenci	7
S přáteli	13
Manž. poradna	8

Jakým způsobem ve vztahu řešíte problémy?

Hádkou	4
Mlčením	9
Komunikací	7
Přejít a neřešit	3
5 dotázaných napsalo současně alternativy komunikací a mlčením	

Kdo má doma větší váhu v rozhodování?

Více muž	5
Více žena	2
Oba	12

Ženy Celkem 45

Věková struktura

18–26	27–39	40–65	nad 66
6	27	12	–

Bydliště

Obec	13
Městys	11

Město21

Vzdělání

Základní 6
 Vyučen12
 Středoškolské17
 Vyšší odborné 7
 Vysokoškolské 3

Délka vztahu

Do 1 roku2
 1–15 let5
 15–30 let31
 Nad 30 let 7

Počet dětí

Bezdětní4
 1 dítě15
 2 děti19
 3 děti 7

Jaké nejzávažnější problémy jste během vztahu řešili?

Finance20
 Nevěra10
 Výchova dětí13
 Domácí násilí6
 Problémy s rodiči10
 Alkoholismus7
 Koníčky5

Radili jste se při řešení problémů s někým?

S rodiči17
 Se sourozenci10
 S přáteli21
 Manž. poradna12

Jakým způsobem ve vztahu řešíte problémy?

Hádkou15

Mlčením4

Komunikací31

Přejít a neřešit 1

Přes SMS 1

Kdo má doma větší váhu v rozhodování?

Více muž5

Více žena5

Oba35

Muži

Je nevěra důvod k rozvodu, rozchodu?

věk	18–26	27–39	40–65	66–
Ne 15	–	6	8	1
Ano 3	–	2	1	–
Nevím 2	–	–	1	1

Má se o odhalené nevěře s partnerem mluvit?

	celkem	18–26	27–39	40–65	66–
ano	17	–	6	10	1
ne	2	–	1	–	1
nevím, někdy	1	–	1	–	–

Kdo je častěji nevěrný

	celkem	18–26	27–39	40–65	66–
Muži	7	–	2	5	2
Ženy	7	–	2	3	–
stejně	6	–	4	2	–

Jakou nevěru jsou schopni spíše tolerovat?

	celkem	18–26	27–39	40–65	66–
sexuální	12	–	5	7	–
emocionální	2	–	–	1	1
žádnou	6	–	3	2	1

Je možné být celý život věrný, věrná jednomu člověku?

	celkem	18–26	27–39	40–65	66–
ano	13	–	8	4	1
ne	7	–	–	6	1

Ženy**Je nevěra důvod k rozvodu, rozchodu?**

věk	18–26	27–39	40–65	66–
Ne 18	6	8	4	–
Ano 24	–	16	8	–
Nevím 3	–	3	–	–

Má se o odhalené nevěře s partnerem mluvit?

	celkem	18–26	27–39	40–65	66–
ano	31	6	18	7	–
ne	13	–	8	5	–
nevím, někdy	1	–	1	–	–

Kdo je častěji nevěrný

	celkem	18–26	27–39	40–65	66–
Muži	31	4	20	7	–
Ženy	8	–	5	3	–
stejně	6	2	2	2	–

Jakou nevěru jsou schopni spíše tolerovat?

	celkem	18–26	27–39	40–65	66–
sexuální	16	1	8	7	–
emocionální	17	3	12	2	–
žádnou	12	2	7	3	–

Je možné být celý život věrný, věrná jednomu člověku?

	celkem	18–26	27–39	40–65	66–
ano	26	4	14	8	–
ne	19	2	13	4	–

Manželská a rodinná poradna Kladno, ZSI Kladno

Mgr. Olga Scheinplflugová

S nevěrou je práce

Na naši poradnu se obracují s problémem nevěry klienti poměrně často. Bývají to muži i ženy, podvádějící i podvedení. Jejich očekávání bývají různá, nejčastěji si přejí vztah zachovat, jindy se potřebují rozhodnout, co dál. Někdy mají nereálná očekávání jako třeba nalézt nebo potrestat viníka. Přicházejí zoufalí, rozčilení, zklamaní někdy s příznaky deprese.

Na krátké kasuistice bych chtěla ilustrovat, jak lze pracovat s párem, který přijde s problémem nevěry.

Obrátili se na nás manželé Marie a Milan, žijí spolu 21 let, mají 18 syna a 21 dceru. Marii je 48 let, pracuje jako zdravotnice a navíc manželovi pomáhá v podnikání – vede účetní agendu. Při prvním kontaktu je hovorná, otevřená. Přes probíhající krizi se k muži chová nekonfliktně, je spolupracující. Opakovaně se ptá muže, zda může mluvit, ve skutečnosti mluví převážně ona.

Milanovi je také 48 let, podniká ve stavebnictví. Je málomluvný, působí provinile, je odevzdaný. Konzultaci si vyžádala žena, on vyhověl. Je zajímavé, že rodina žije poměrně uzavřeně a i dospělá děti mají poměrně málo kontaktů mimo rodinu.

Přicházejí v situaci, kdy má Milan půlroku trvajícím mimomanželským vztah. Marie měla již delší dobu podezření, podívala se mu do mobilu a on se přiznal. Marie trvala na tom, aby Milan vztah hned ukončil. Nato odešel z domu, domů ale stále chodí, v podstatě udržuje dva paralelní vztahy. Marie je zoufalá, neví, kdy bude Milan doma, kdy odejde, bojí se po něm něco chtít. Děti jsou na straně matky, na otce se zlobí. Na dotaz, co je jejich cílem, Marie odpovídá, že chce zachránit manželství, Milan se chce rozhodnout, co udělá. Navrhla jsem jim oddělená sezení. Dále jsem pracovala se ženou na zvládnutí nevěry. Muže jsem předala kolegyni.

Marie absolvovala celkem pět sezení v průběhu čtyř měsíců. V zájmu zachování vztahu se snažila ve všem manželovi vyhovět, například chodil na návštěvy k nim, kdy chtěl, trávil tam libovolné množství času. Marie odchody pokaždé oplakala, bylo to pro ni vyčerpávající. Pracovali jsme na stanovení provizorních hranic a pravidel, i když v krizové situaci. Marie postupně zavedla plán, že se nebudou spolu měsíc vídat, účetní agendu, převezla na neutrální místo. Dále jsem vedla Marii k orientaci na sebe, podporovala jsem rozvoj zálib a kontaktů s přáteli. Sama si zorganizovala program na víkendy, nezávisle na manželovi. Přestala tlačit muže, aby se rozhodl, zda a kdy se vrátí. Je důležité, aby oba partneři měli prostor pro vlastní rozhodnutí a zvládnutí situace. Podvedenému partnerovi doporučujeme minimalizovat rozhovory na téma vztah, nevěra, budoucnost. Mnozí autoři (Plzák, Matoušek) doporučují po dobu krize neutrální odstup.

Mezitím Milan absolvoval samostatnou konzultaci. Vzhledem k tomu, že jeho vztah trval půl roku, byl Milan konfrontován s tím, že situace nemá bezbolestné řešení. V každém případě někomu ublíží. Milanova obvyklá strategie v konfliktních situacích je nechat problémy být, nic neřešit. Proto je pro něj tato situace velice těžká. Pro Milana, stejně jako pro Marii bylo velice důležité v této fázi orientovat se sami na sebe, rozhodnou se sami za sebe, na základě svých potřeb. Z konzultace s Milanem vyplynulo, že nehledal nový vztah, chtěl pouze uniknout z tíživé situace v rodině. V posledních pěti letech doma řešili problémy s finanční kontrolou a vážné onemocnění dcery. Podobně si vzniklou situaci vysvětluje i Marie, doma bylo napětí problémy, manžel to nechtěl řešit, ona neměla energii věnovat se ještě manželovi. Na závěr konzultace spontánně dodává, že by byl nejraději, kdyby se to vše vůbec nestalo. Toto sdělení bylo pro Milana klíčové, vyplynulo z něj, jaké řešení by si vlastně přál. Milan potřeboval podporu a posílení, aby se mohl rozhodnout a aktivně celou situaci řešit. Odpoutání se od milenky a smíření s ukončením vztahu nebylo pro Milana tolik náročné. Nechtěl ve vztahu pokračovat. U některých párů může nastat situace, kdy nevěrný potřebuje delší čas na vnitřní ukončení vztahu. To vyžaduje od druhého neutrální postoj a trpělivost, aby netlačil na obnovení intimity vztahu.

Na třetí sezení přišla Marie s tím, že se staly nové významné události. Milan přišel domů a řekl, že se chce vrátit. Ona tomu příliš nevěřila, připadalo jí to rychlé, ale nakonec souhlasila. Doma vše probíhalo v klidu,

bez konfliktů, chovali se k sobě vlídně, ale s odstupem. Nicméně po třech dnech se Milan opět sbalil, odjel na noc pryč a dva dny se neozýval. Pro Marii nastal zlom. Vyprávěla, že celou noc nespala, zlobila se, cítila se velmi zraněná. Uvědomila si, že možná manžela ztratí. Prožitek možné ztráty jí pomohl udržet si emoční odstup od manžela. Začala se smířovat s možným rozchodem. Dařilo se jí být vůči manželovi jednoznačná. Opačovaně odmítala jeho návrhy, že k nim přijde, pojedou na víkend apod. Jasně sdělila, že s ním nechce být, pokud neukončí vztah s milenkou.

Na dalším sezení Marie přišla s tím, že Milan od přítelkyně odešel, bydlel asi měsíc u matky a potom se vrátil domů. Marie mu pomohla se rozhodnout a rozhodnutí zrealizovat tím, že stanovila jasné podmínky. Opět byla aktivní Marie, jako obvykle, když doma řešili nějaký problém. Pomáhala Milanovi ustát nátlak opuštěné milenky, která ještě nějakou dobu psala Marii i Milanovi SMS. Na posledním pátém sezení se přišla Marie rozloučit, situace doma se zklidnila, obnovili i intimní život. Věnovali jsme ještě tomu, jak pomoci synovi vyrovnat se s celou situací.

U tohoto páru proběhlo zvládnutí nevěry muže velmi dobře. Jejich vztah byl před krizí poměrně harmonický, oba byli nastavení na spolupracující způsob komunikace, což se ukázalo hned na první společné konzultaci. Díky tomu fungovala dobře spolupráce ohledně chodu domácnosti i společné firmy. Otec navzdory tomu, že se děti postavili proti němu, nepřerušil s nimi kontakt, matka jejich vztah podporovala. Oběma pomohl emoční odstup od partnera a prožitek možných ztrát i podpora v samostatném rozhodnutí. Často se však partneři chovají mnohem destruktivněji, ocitají se v kruhu vzájemných útoků a zranění. Situace pak vyžaduje delší práci s klienty, ošetření emocí a trpělivé navození vzájemného naslouchání a vzájemné spolupráce.

Co tedy z uvedeného případu vyplývá? Úspěšné zvládnutí manželské krize provázené nevěrou není samozřejmé. Dají se nalézt určité indicie v chování partnerů, které zvyšují pravděpodobnost zvládnutí nevěry. Pokusím se je shrnout:

Zvládnutí nevěry napomáhá, pokud vztah před krizí je relativně harmonický, partnerská komunikace má charakter spolupráce, partneři dovedou vzájemně naslouchat.

NÁRODNÍ TÝDEN MANŽELSTVÍ 2011

Odpuštění a znovunalezení důvěry pomáhá, pokud partneři nerozvinou destruktivní chování vzájemných útoků a zraňování. Po dobu krize je tedy výhodnější udržovat odstup, komunikovat o věcných záležitostech.

Vztahu také prospívá určitá míra nezávislosti. Pokud partneři připustí a prožijí případnou ztrátu druhého, mohou se svobodněji rozhodnout, zda ve vztahu chtějí setrvat. Přestávají se cítit bezmocní. Mohou tak takovému vědomému rozhodnutí podřídit své chování.

Podpořeno z fondu
hejtmana Středočeského kraje
MUDr. Davida Ratha



Sazba a tisk Lokša PrePress, Rakovník
www.loksaprepress.cz

Organizační změna od 1. 1. 2011

Středočeský kraj zefektivňuje činnost rodinných poraden. Od 1. 1. 2011 se sloučí jednotlivé rodinné poradny zřizované Středočeským krajem pod jednu Poradnu pro rodinu, manželství a mezilidské vztahy Rakovník, která bude ostatním poradnám poskytovat metodické a odborné vedení.

/RP = rodinná poradna/

RP Příbram

Žižkova 489
261 01

Telefon:
318 622 571

Beroun SPONTE

Nám. Míru 221
267 01 Králův Dvůr

Telefon:
311 636 282

RP Praha západ a východ

Viktora Huga 4
150 00

Telefon:
257 325 638

Poradna pro rodinu,
manželství
a mezilidské vztahy

Rakovník

RP Nymburk

Velké Valy 995
288 02

Telefon:
325 513 551

RP Kolín

Školská 60
280 02

Telefon:
321 725 151

RP

Kutná Hora

U Lorce 40
284 01

Telefon:
327 512 452

RP

Mladá Boleslav

Kat. Militké 55
293 01

Telefon:
326 322 915

Klienti rodinných poraden důsledky této strukturální změny nepocítí!
Pracoviště plynule pokračují v poskytování sociálních služeb
odborného poradenství klientům.