

UNIVERZITA TOMÁŠE BATI VE ZLÍNĚ
FAKULTA HUMANITNÍCH STUDIÍ
Institut mezioborových studií Brno

Zátěž mužů v současné rodině

BAKALÁŘSKÁ PRÁCE

Vedoucí bakalářské práce:

PhDr. Hana Jůzlová

Vypracoval:

Miloš Nesvačil

BRNO 2012

Prohlášení

Prohlašuji, že jsem bakalářskou práci na téma „Zátěž mužů v současné rodině“ zpracoval samostatně a použil jsem literaturu uvedenou v seznamu použitých pramenů a literatury, který je součástí této bakalářské práce.

Elektronická a tištěná verze bakalářská práce jsou totožné.

V Brně 18.4.2012

.....
Miloš Nesvačil

Poděkování

Děkuji paní PhDr. Haně Jůzové za velmi užitečnou metodickou pomoc, kterou mi poskytla při zpracování mé bakalářské práce.

Také bych chtěl poděkovat své partnerce a nejbližší rodině za morální podporu a pomoc, kterou mi poskytli při zpracování mé bakalářské práce, a které si nesmírně vážím.

Miloš Nesvačil

OBSAH

ÚVOD	2
1. Rozbor zátěže mužů v průběhu historie	4
1.1. Období starého Řecka, Říma a středověku	4
1.2. Období osvícenství	6
1.3. Období 19. století a 20. století	8
1.4. Postavení muže a jeho úloha v současné rodině	10
2. Reakce mužů na zátěž a druhy zátěží	12
2.1. Konflikty a problémy	12
2.2. Stres, frustrace, deprivace a trauma	15
2.3. Zátěž z materiální a funkcionální ztráty	18
2.4. Vztahové ztráty	20
3. Zátěž vyvolávající rozpad vztahu	23
3.1. Rozvodovost, důvody rozvodu a zátěž při rozvodovém řízení	23
3.2. Problémy s výchovou dětí po rozpadu manželství	28
3.3. Střídavá péče rodičů o dítě	31
3.4. Závislosti	36
3.5. Vlastní manželská a rozvodová zkušenost	39
3.6. Dílčí závěr	43
4. Výzkum	47
4.1. Úvod do výzkumu	47
4.2. Cíl výzkumu, charakteristika výzkumného vzorku	48
4.3. Metoda a organizace výzkumu	50
4.4. Zpracování a vyhodnocení dat z dotazníku	51
4.5. Vyhodnocení stanovených hypotéz	70
Závěr	72
Resumé	74
Anotace	76
Seznam použité literatury	78
Seznam příloh	80

ÚVOD

Důvodů, které mě vedly k tomu, že jsem pro svoji bakalářskou práci vybral téma „Zátěž mužů v současné rodině“, je hned několik. Jsem muž, který je delší čas rozvedený, a proto mám osobní zkušenost s rozpadem vztahu a rodiny. Dalším důvodem je to, že hlavní náplň mého zaměstnání je práce s lidmi. Často se setkávám s konflikty týkajícími se nevyřešených osobních pří, sporů a konfliktů stávajících a bývalých partnerů, sporů o děti a dalších problémů. K volbě daného tématu mě tedy vedla závažnost problematiky a také moje osobní zkušenost.

Nepovažuji se za zapáleného a bojovného radikála, kterému se rozpadlo manželství a tak hlásá, že doba je zlá a všechny ženy jsou špatné. Patřím k mužům, kteří se dokáží „*prát se životem*“ a jít si za svým cílem. Proto jsem po rozpadu svého manželství dlouho hledal partnerku, se kterou bych si měl co říci, sdílel společné postoje, hodnoty a životní cíle. Muž a žena tvoří pár, který je základem rodiny. Dobrá rodina by podle mne měla být stále základem dobré společnosti a potažmo státu. Z tohoto dobrého vztahu by měli vzejít potomci, kteří by opět měli založit rodinu a v tomto duchu dobrých rodinných tradic pokračovat. Kvalitní a dobré rodinné vztahy tvoří nejdůležitější článek ve výchově dítěte a dále působí při formování osobnosti dítěte. Tak tomu vždy bylo a bude.

Toto téma mne zaujalo svojí hloubkou, ale hlavně tím, že jako rozvedený muž mohu aspoň trochu „*objektivně*“ vyjádřit svoje názory na toto téma. Nároky kladené na rodinu a potažmo břemena kladená na bedra mužů jsou stále vyšší a vyšší. Ne každá rodina a ne každý muž musí tyto nároky kladené dnešní globální a materiální společností unést a v rodinném svazku setrvat. Pak dochází k rozpadu vztahu (rodiny nebo partnerského svazku), kdy tímto rozpadem trpí jak oba dva partneři, tak i jejich potomci. Minimálně u jednoho z dospělých členů rodiny vždy dochází ke vzniku stresových a zátěžových situací (muž, žena).

Bakalářskou práci jsem rozdělil na část teoretickou a část praktickou. Teoretická část obsahuje tři kapitoly, které se dělí na další podkapitoly. V této části se snažím

nejprve popsat zátěž u muže z hlediska historie, kdy naváží na potřeby kladené na mužské pokolení v posledních letech a s ním spojený vznik rizikových situací pro muže samotného a posléze i rodinu. Dále se zde snažím vysvětlit určité příčiny a důvody chování lidských jedinců s dopadem na jejich psychiku, zdraví a další životní postoje. Zabývám se zde také problémem výchovy dětí u rozvedených nebo rozpadlých partnerských svazků. V teoretické části práce zejména využiji obsahovou analýzu nastudované literatury, znalosti z přednášek vysoké školy, zároveň propojím vlastní zkušenosti s popisovaným tématem.

Cílem teoretické části je stručně nastínit dané téma a přiblížit problematiku narušených sociálních interakcí hlavně výkladem souvisejících pojmů, jako je stres, frustrace, konflikt, zátěž, závislosti apod.

Praktická část, jak už její název napovídá, se zabývá konkrétním výzkumem daného problému formou dotazníku, který by měl odpovědět na klíčové otázky celého výzkumu. Jsem přesvědčen, a to na základě vlastní zkušenosti i na základě odpovědí rozvedených kolegů a přátel, o tom, že rozpad vztahu představuje vždy trauma a psychickou zátěž, což ve svém důsledku vede ke snížení sebehodnocení a sebedůvěry, které má za následek problémy s navázáním nového vztahu. Dále jsem přesvědčen o tom, že ne-li všichni, tedy aspoň většina rozvedených otců by uvítala střídavou péči o děti po rozvodu. V praktické části použiji kvantitativní metody výzkumu za pomoci strukturovaného dotazníku, s využitím polozavřených otázek. Vyhodnocení dotazníku následně potvrdí nebo vyvrátí moje hypotézy.

Tato práce si nestanovuje za cíl objasnit nebo popisovat něco nového a převratného, něco, „*co tu ještě nebylo*“. Cílem této práce je na základě teoretického studia dostupných pramenů proniknout do problému, pochopit ho v dějinných, kulturních a sociálních souvislostech a ve spojení s dotazníkem, respektive s vyhodnocenými výsledky dotazníku zjistit, zda tlak kladený na dnešní muže, kteří se potýkají s nebývalými nároky doby, kariéry a rodiny, je skutečně tak závažný, že je hlavním důvodem rozpadu tradičních hodnot a rozpadu rodiny, a jak jsem uvedl výše, zjistit, jakou měrou se chtějí muži po rozvodu podílet na výchově svých dětí (střídavá péče).

1. Rozbor zátěže mužů v průběhu historie

1.1. Období starého Řecka, Říma a středověku

U většiny primitivních národů vedli muži mnohem pestřejší život než ženy. Ty měly více či méně omezený přístup ke společenskému a duchovnímu životu. Velké změny vývojových fází se dotýkaly výlučně mužů a probíhaly mezi muži. V průběhu přechodu od opic k lidem tedy evoluce, zvýhodnila ty změny, které prospívaly rodinným vazbám. Monogamii nestanovil zákon, existovala dávno před právní kodifikací. Byla vítězstvím v boji o přežití.

Pro porozumění modernímu otci musíme věnovat pozornost antickému Řecku.

Předsudek mužské nadřazenosti započal právě zde a po staletí se udržoval v západní kultuře. Kultura v Řecku se rozvíjela nevídaným tempem, a jen otcové ji mohli tvořit, zatímco matky uvězněné v začarovaném kruhu se nesměly účastnit společenského a kulturního života. Patriarchální vědomí, které utvářelo kulturu, pokračovalo ve zjednodušování ženství obecně a mateřství zvláště – žena je skvělou matkou.¹

Postupem doby vliv Řecka slábl. Dřívější řecké impérium dobyl mocný rival, a to Řím. V římských rodinách otec rozhodoval o životě a smrti svých dětí, a to nejen do chvíle osamostatnění, ale po celý jejich život. Tato dalekosáhlá pravomoc trvala až do otcovy smrti. V římském světě dosáhla otcovská autorita nad dětmi (nezbytně i nad manželkou) svého vrcholu.

Římský otec měl dominantní postavení v rodině, neboť byl zároveň učitelem svých dětí.

¹ ZOJA, L., *Soumrak otců*, 1. vyd. Praha: Prostor, 2003

Byzantský císař Justinián ve snaze chránit legitimní rodinu zavedl kanonické právo prevence nemanželských zrození: ženatí muži byli automaticky považováni za otce dětí svých manželek. Rodina tak získala větší ekonomickou stabilitu a lepší ochranu vůči excesům sexuální volnosti.

Mýtus o výlučně otcovském plození a autoritě, opřený o Aristotelovu filozofii, se v Evropě udržel po celý středověk a částečně přetrval až do začátku osvícenství.²

² ZOJA, L., *Soumrak otců*, 1. vyd. Praha: Prostor, 2003

1.2. Období osvícenství

Od začátku novověku probíhala ve Francii radikální proměna společnosti. Vzdělané a ekonomicky dobře situované ženy v Paříži 18. století usilovaly o emancipaci a začaly se účastnit intelektuálního dění. Osvícenství později proniklo z elit do širších vrstev společnosti. Pro otce to znamenalo další zlom.

Jako u většiny profesí se ženám spolu s postupným zlepšováním životních podmínek posléze otevřel také přístup k vyšším stupňům vzdělávacího systému.

Manželství se stalo soukromou a světskou smlouvou. K řešení problémů byl zaveden rozvod: smlouvy lze přece změnit a nově dojednat. Otec sice zůstal hlavou rodiny, ale matka nyní získala, přinejmenším teoreticky, horizontální mobilitu, protože se mohla znovu vdát. Zde šla Anglie příkladem. Francie sice zavedla rozvody jako první, ale myšlenka vypověditelnosti dohod pochází od Johna Locka.

Základem evropských společností, v podstatě zemědělských, byla aristokratická horní vrstva a nepočtená střední vrstva. I přes státní a školské limity byl otec ve všech sociálních vrstvách nadále považován za vzor. Aby mohl sloužit jako vzor, musel zůstat dětem na očích, tedy vykonávat práci, která by jej neodváděla z domova.³

V tomto období otec téměř vždy pracoval v dosahu dětí. Volna na zábavu příliš nezbyvalo a vztahy mezi vrstevníky byly kvalitativně i kvantitativně omezené. Na venkově bylo v sezoně mnoho práce, ale v zimě minimálně. Děti tedy trávily hodně času doma a naslouchaly vyprávění rodičů a prarodičů, kteří uchovávali paměť rodiny a světa, neboť knihy byly vzácné a jen nemnozí uměli číst a psát. Tento tichý, pilný způsob života udržoval otcovskou autoritu více než zákony tehdejší doby.

Průmyslová revoluce tento řád narušila a zničila sociální vztahy a přinesla nejtemnější hodinu pro status otcovství. V této době postupně začíná docházet k destabilizaci rodinných vazeb. Převrat začal v nejchudších sociálních vrstvách. Otec

³ ZOJA, L., *Soumrak otců*, 1. vyd. Praha: Prostor, 2003

se ocitl v neznámu, neměl žádnou představu o nových povoláních, neuměl si tedy představit ani sebe jako dělníka.

Továrny, především anglické textilky, zpočátku přednostně zaměstnávaly ženy a děti, protože byly nejlevnější pracovní silou. Pracovaly za naprosto zničujících podmínek. Nové poměry podryvaly soudržnost rodiny, kterou otec považoval za trvalou, neboť toto přesvědčení tvořilo součást jeho vlastní identity.

1.3. Období 19. století a 20. století

V průběhu 19. století se otcové v důsledku průmyslové revoluce stále více vzdalovali od domova.

V uplynulých sto letech došlo v západní kultuře k největší proměně profesí v historii. Úpadek řemesel a zemědělství vedl k zániku tradičních zaměstnání. Změna činnosti vzdálila děti od rodičů, a zvláště od otců.

Tento vývoj pokračuje stále rychleji. Z USA se rozšířil i do dalších zemí světa. Otec má pro své děti čím dál více peněz, a tím méně času. Penězi platí život svých dětí, ale v jejich životech je sám málo platný. Američtí otcové věnují svým dětem průměrně sedm minut denně. Z výzkumů však plyne, že se otcové vždycky věnovali dětem mnohem méně než matky.

V rozvinutých západních zemích těchto pár minut představuje život dítěte s otcem. Mnoha dětem se ale nedostává ani toho. Kolik dětí vyrůstá bez otce?

Nová generace otců v Evropě a v Americe po druhé světové válce napřela všechny síly ke zlepšení profesních možností svých dětí. Celé generace dělníků si doslova odtrhávala chleba od úst, aby jejich děti mohly studovat na univerzitě.⁴

Otec chce děti sociálně „*pozvednout*“ na vyšší stupeň a dělá všechno pro to, aby žily lépe než on. Materiální blaho dítěte by nemělo dostatečně opravňovat otce, aby se přestal věnovat rodině, nebo zcela minimálně. Tím by se dalo říci, že materiálně bohatneme, ale psychicky chudneme.

Nikdo však nepředvídal, že materiální vzestup nezřídka rozbije pouto mezi generacemi. Syn s univerzitním diplomem se stydí za svého nevzdělaného otce - dělníka. Mladík hovořící spisovným jazykem kritizuje otce, jenž se vyjadřuje

⁴ ZOJA, L., *Soumrak otců*, 1. vyd. Praha: Prostor, 2003

dialektem. Syn, který ovládá cizí řeči, se cítí trapně, když jeho otec nedokáže promluvit s cizincem atd.

Převážnou úlohou otce ve 20. století už není zprostředkování hodnot, ale vydělávání prostředků na živobytí. Otec už není učitelem svých dětí, ale lovcem výdělku.

Kdysi otec provázel dítě především obecně ustanovenými stupni přechodu k dospělosti, dnes má více individualizovanou funkci: podporuje jedinečnost dítěte. Tento obtížný úkol bohužel mnohé muže odrazuje od otcovství.

1.4. Postavení muže a jeho úloha v současné rodině

„Rodina je charakterizována z hlediska psychologie jako společenská skupina spojená manželstvím nebo pokrevními vztahy a odpovědností a vzájemnou pomocí.“⁵

Dřívější tradiční model rodiny tvořil muž (živitel) a žena (pečovatelka). Muž v dřívějších dobách převážně zajišťoval hmotné statky, finance a byl orientovaný na sféru placené práce. Žena přebírala povinnosti spojené s chodem domácnosti, péčí o členy rodiny, její zájem byl směřován na sféru soukromou.

V současné společnosti se u mužů předpokládá schopnost sebezprosažení, výkonnosti a odolnosti vůči stresu. Dnešní hektická doba klade na muže nové požadavky a nároky. Ne všichni muži jsou schopni tyto nároky přijmout a vyrovnat se s nimi. Jeden z důvodů je ten, že finanční podíl ženské poloviny páru nemá v českých poměrech charakter doplňkového příjmu do rodinného rozpočtu. Tento příjem je nutnou součástí celkového příjmu rodiny, ale zároveň umožňuje dosáhnout a udržet přijatelnou a průměrnou životní úroveň celé rodiny, a tudíž její rozvoj. Muž již není jediným, ba v některých rodinách ani hlavním živitelem. Stává se z něj spoluživitel, neboť se o toto své postavení i roli ve většině rodin dělí se svou ženou.

Postavení muže se postupem doby vyvíjí tak jako celá historie lidstva a stále se mění. Dnešní muž se nemůže jen soustředit na vydělávání finančních prostředků. Musí se také podílet na chodu domácnosti společně se svojí ženou - partnerkou. Jedná se o spoluúčast na domácích pracích, starost o dítě a zabezpečení celkového chodu domácnosti. Toto je velice nesnadný úkol a ne každý muž ho dokáže bez problémů zvládnout.

Do postavení dnešního muže zasáhly politické změny – polistopadová revoluce. Trendem i nutností moderní společnosti se stalo budování profesní kariéry jak u žen, tak i u mužů a důsledkem tohoto je dost častý vznik krize rodiny. V této primární sociální

⁵ ŠPAŇHELOVÁ, I., *Dítě a rozvod rodičů*, 1. vydání, Praha: Grada Publishing, 2010, s. 11

skupině se lidé dost často vzájemně odcizují a v mnoha případech volí samostatný život bez závazků, odpovědnosti a starostí - tzv. „*singles*“.

Současná rodina prošla řadou změn, které se týkají obou partnerů. Pokud se na ni podívám ze současného hlediska, konstatuji, že současná rodina se vyznačuje určitým znaky :

- zvýšilo se celkové procento délky stráveného času v zaměstnání jak u mužů, tak i u žen
- rodiče stráví v zaměstnání daleko více času než tomu bylo dříve
- zvýšil se podíl vzdělanosti žen
- v současné době dochází ke stírání rozdílů mezi mužskou a ženskou rolí
- omezení časového prostoru kontaktů rodičů s jejich dětmi – děti nejsou tak často s rodiči, mnohé zodpovědnosti rodičů zastávají babičky a dědečkové. Též se také stává, že děti jsou v tom ponechány samy (chození na kroužky, vyzvedávání ze školy)
- činnosti, které dříve dělala a vykonávala rodina, se posunují do společenských služeb (čistírna, prádelna, mandlovna, jídelna, školní družiny, jesle, mateřské školy...)
- omezení vícegeneračních vztahů – v dnešní době nežijí tak jako dřív rodiny pospolu s prarodiči, děti tedy nevidí, jak se jejich rodiče starají o prarodiče, nemají zkušenosti s těmito vztahy nebo jen omezeně
- migrace obyvatel z venkova do měst nebo do satelitních městeček ⁶

⁶ ŠPAŇHELOVÁ, I., *Dítě a rozvod rodičů*, 1. vydání, Praha: Grada Publishing, 2010

2. Reakce mužů na zátěž a druhy zátěží

2.1. Konflikty a problémy

V každém partnerském soužití mezi dvěma lidmi dochází k občasným slovním přestřelkám nebo by se dalo říci názorovým střetům, hádkám apod. Žádný dlouhodobý vztah, dle mého názoru, tohoto občasného jiskření není ušetřen. Občasné slovní rozepře mezi partnery jsou vždy to nejmenší zlo, které se může mezi partnery vyskytnout. Proč a jak k těmto občasným slovním výpadům z jedné nebo druhé strany vlastně dochází? Obvykle se jeden druhému snaží sdělit, že nastal nějaký problém. Nebo jde jen o nedorozumění mezi partnery a špatné pochopení se, případně o jiný úhel pohledu na stejnou věc. Když se člověk dostane do slovní rozepře s partnerem, měl by si položit otázku, jak tento problém co nejlépe vyřešit bez zbytečných stresů a pokračujících hádek.

Pokud se schyluje k hádce, měli bychom si uvědomit, že ne každá chvíle je vhodná k řešení problému. Konflikty bychom neměli řešit, když jsme rozčilení, unavení, nervózní, nedočkaví.

Nikdy bychom neměli zapomenout na to, že hlavním a jediným cílem rozhovoru v situaci konfliktu je hlouběji poznat toho druhého, jeho vnímání a chápání situace, poznání jeho důvodů pro konkrétní postoj, který je odlišný od našeho. Proč tuto konkrétní věc vidí jinak. Co ho vede k tomu postoji, který zaujal. Při jednání s partnerem v těchto situacích je nezbytná trpělivost, umění naslouchat, umění říkat pravdu a osvobození se od egocentrismu a egoismu.

V této napjaté, vyhrocené situaci by každý z účastníků měl „*zůstat pánem svého jazyka*“. Rozumím tím uvědomění si toho, že někdy je lepší mlčet a nepřilévat oleje do ohně než něco říci.

Střetnutí vnitřních (interpersonálních) zájmů tvoří nezávažnější skupinu mezilidských konfliktů. Zde se vytvářejí ohniska největších těžkostí v mezilidských vztazích. Konflikty zájmů mají nejtěžší důsledky pro zdraví jedinců, taktéž i skupin.⁷

Dojde-li ke střetu zájmů dvou lidí, pak se můžeme oprávněně zeptat: Oč jde mému partnerovi? Kde se naše zájmy střetávají, vylučují a shodují? V čem je vlastně problém?

Z toho, co zde bylo uvedeno, vysvítá nezbytnost rozhovoru mezi lidmi. Nejde ale jen o to, aby se mluvilo. Musí se objektivně a konstruktivně hovořit k věci. V tomto rozhovoru – debatě musí být znát náš zájem o tvořivé řešení konfliktu. Jde o opravdový, ne o hraný zájem. K tomu patří mimo jiné i určitá dávka tolerance.

Jak máme řešit takové konflikty? V první řadě je třeba si uvědomit, že v situaci emocionálně nabitě jsou lidé daleko citlivější ke všem zdrojům emocionálních signálů než v situacích citově neutrálních.

Pokud chceme věc vyřešit pouze v dobrém, tak při tomto způsobu komunikace musíme věc prosazovat jen dobrými způsoby, nikoliv nějakou hrozbou nebo nátlakem. V jakémkoliv vztahu, a to hlavně partnerském, bychom měli předcházet tomuto vyhrocení konfliktů do beznadějných nebo patových situací. Tvořivě formovat vzájemný vztah, dokud je k tomu ještě vhodný čas. Existence dobrých vzájemných vztahů mezi lidmi, vzájemná důvěra, přátelství a láska – to jsou hodnoty, které stojí za to, aby pro ně člověk něco udělal. Tuto práci a námahu nemůže nikdo udělat za nás.⁸

V případě, že se partneři budou stavět ke komunikaci lhostejně, apaticky nebo jakkoli ignorovat snahy o vyřešení konfliktní situace, může dojít k trvalému a nevratnému poškození vztahu. Každý pokus o tvořivé řešení mezilidských konfliktů je signálem naděje. A bez naděje není života.

⁷ KŘIVOHLAVÝ, J., *Konflikty mezi lidmi*, 1. vyd. Praha: AVICENUM, 1973

⁸ KŘIVOHLAVÝ, J., *Konflikty mezi lidmi*, 1. vyd. Praha: AVICENUM, 1973

V případě, že se tyto slovní výpady v partnerském vztahu stanou denním chlebem, nastává skutečný problém. Dochází ke krizi vztahu. Každý jedinec v partnerském soužití na tuto krizi reaguje jinak.

Nelze očekávat, že každý muž na krizi vztahu bude reagovat stejně. Člověk je jedinečná bytost, proto každý ve stejné situaci bude reagovat jinak. Někteří se budou protějšku vyhýbat a odmítnou jakoukoliv komunikaci v nějaké marné snaze zabránit tomu nejhoršímu – rozvodu nebo rozpadu vztahu. Jiní upřednostní zájmy, koníčky, případně profesní kariéru. Další jedinci si mohou nalézt nový protějšek jako kompenzaci vztahových problémů. U všech těchto mužů však dochází k partnerské krizi, i když si ji zatím odmítají přiznat nebo připustit, protože ve skrytu duše doufají, že se to samo nějak vyřeší.

Postupem času u každého člověka dojde k určitým negativním jevům, a to stresům, frustracím nebo ještě možná hůře, k traumatům. Mnohými psychologickými studiemi bylo prokázáno, že těžké životní události mají negativní vliv jak na fyzický, tak i na psychický stav všech těch, kterých se dotkly.

2.2. Stres, frustrace, deprivace a trauma

V průběhu partnerského života dochází ve vztahu k těžkým životním situacím. Kdo je nepozná? Komu se vyhnuly? Kdo si může být jist tím, že se s nimi v další fázi života nesetká? Tyto obtížné situace obvykle mívají různou podobu a obvykle nás zasáhnou v době, kdy to nejméně čekáme a potřebujeme.

Mnoha psychologickými studii bylo dokázáno, že tyto náročné životní situace mají negativní vliv jak na fyzický, tak i na psychický stav člověka. K událostem, které mají nejvíce negativní vliv na lidské pokolení, patří zejména otázky vzájemných vztahů mezi lidmi, otázky zaměstnání, sexuálního soužití, výchovy dětí, výdělků a jiné.

„V roce 1973 na velké mezinárodní konferenci o vlivu změn v životě na zdravotní stav populace T. S. Langner a J. C. Gersten ukázali, že to nejsou jen velké změny v životě, co má negativní vliv na zdraví, ale i samo jejich očekávání (například očekávání rozvodu, nejen rozvod sám).“⁹

Za stresem většiny lidí se dost často skrývají falešná očekávání, protože špatně vyhodnotili situaci. Tyto cíle, jichž nelze dosáhnout, nedostatek osobní zodpovědnosti, stojí za problémy v našem životě. Stres většinou lze zvládnout za pomoci velké dávky zdravého rozumu a schopnosti vidět věci takové, jaké ve skutečnosti jsou. Je také na místě použít humor, který vám pomůže se vrátit zpět do reality, když se vám situace vymkne z rukou.

Pokud většina z nás uslyší slovo stres, myslí si, že je to něco negativního, škodlivého, hrozného. Stres je však negativní i pozitivní. Existuje mnoho věcí, které jsou důležité a k nimž nás přiměje právě stres.

Důležité je, abychom se pokusili tento stres ze sebe setřást, anebo ho přijmout. Musíme si uvědomit, že určité věci nelze změnit, a ty, které můžeme změnit, změňme.

⁹ KŘIVOHLAVÝ, J., *Jak zvládat stres*, 1. vyd. Praha: Grada Avicenum, 1994, s. 25

Ve vztahu, který je delší čas nefunkční a který prochází dlouhodobě zátěžovými situacemi, vznikají zúčastněným osobám stresové situace. Pokud nedojde ke zlepšení vztahu nebo nápravě, dochází většinou k přetransformování do dalšího, horšího vývojového stádia – frustrace, deprivace, případně traumatu.

Pojmem frustrace se rozumí neuspokojení určité potřeby. Například hledá-li žíznící člověk na poušti marně vodu. Pro někoho je frustrující přestávka před písemným testem, pro jiného čekání na tyto výsledky. Frustrace je stav závažného neuskutečnění našich potřeb, které jsou pro každého individuální, tedy každého může frustrovat něco jiného. Neuspokojena může být jakákoli potřeba. Protože soubor našich potřeb je skutečně mimořádně široký, je zřejmé, že uspokojení jedné potřeby ještě neznamená odstranění frustrace.

Dalším faktorem je frustrační tolerance, která je daná mírou psychické odolnosti jedince. Ač je dvěma lidem stejná situace skutečně nepříjemná, ten s vyšší mírou frustrační tolerance ji snáší nepochybně lépe. Pokud tomuto stavu čelíme častěji, frustrační tolerance se zvyšuje. Postupně začneme rozdělovat věci na podstatné (velké), na nichž nám skutečně záleží, a na nepodstatné (malé), kvůli nimž nemá smysl se rozčilovat.

Pokud po rozpadu vztahu jedinec ztratí smysl života, jedná se o existenciální frustraci. V krajním případě tato existenciální frustrace může vést až k pokusu o sebevraždu.¹⁰

V případě, že frustrace trvá delší dobu, může se z ní stát deprivace, laicky řečeno strádání, což je už závažný psychický stav, který může negativně poznamenat další vývoj jedince. V psychologii se deprivací rozumí odebrání něčeho, co určitou potřebu daného člověka uspokojovalo. Je možno si představit dítě, které potřebuje matku, ale je od ní odděleno. V takovém případě jde o sociální deprivaci.

¹⁰ www.wikipedia.cz

V praxi je známo mnoho případů, kdy manželka odmítla opakovaně, i přes nařízení soudu, umožnit styk s dětmi bývalému manželovi. Zhrzené manželky toto svoje jednání vysvětlují tím, že „*odešel ode mne a rodiny, tak nikdy nedostane a neuvidí svoje děti*“. Pokud má muž o děti zájem a miluje je, je takové dlouhodobé jednání ze strany bývalé manželky pro něho opravdu deprimující. Naschvály tohoto typu ze strany bývalého partnera postupem času mohou u jedince přerůst až v psychické trauma.

Psychické (nebo též duševní trauma) vzniká v důsledku zážitků, jež mají záporný a dlouhodobý dopad na člověka. Trauma vzniká tehdy, je-li člověk vystaven extrémní psychické zátěži. Nemůže s tím nic udělat a cítí se sám, přemožen, bezmocný a zranitelný. Možných příčin psychického traumatu je mnoho. Může se jednat o špatnosti, které jsou záměrně působeny člověku člověkem, např. záměrné neumožnění kontaktu s dětmi. Části traumat se lze zbavit. Jiná trvají někdy až do smrti. Některá z traumat si uvědomujeme. Jiná, záluďnější, lze potlačit tak, že o nich jakoby ani nevíme. To ovšem neznamená, že na nás nepůsobí. Některé události, které mohou u někoho vyvolat trauma, se jinému mohou zdát nesmyslné, protože každý má svůj úhel pohledu na to, co je traumatizující, a co ne.

Velice často se stává, že člověk pod tíhou negativních zátěžových situací, které nedokáže zvládnout, musí vyhledat odbornou pomoc. Většinou se jedná o psychologa, psychiatra a jiné odborníky.

I zde platí pravidlo, že všechno zlé je k něčemu dobré. „*Když nemusíte trpět, tak netrpte! Po světě chodí hodně neštěstí a všichni dostáváme svůj díl*“.¹¹

¹¹ LaROCHE, L., *Jak zvládat stres*, 1. vyd. Praha: MOTTO, 2000, s. 25

2.3. Zátěž z materiální a funkcionální ztráty

V nefungujícím vztahu, nebo ve vztahu, který je na hranici rozpadu, vyvstává pro obě zúčastněné strany celá řada otázek. Pochopitelně nejčastější z nich jsou – mám tento vztah ukončit a rozvést se, nebo to mám vydržet kvůli dětem, majetku apod.? Má takový vztah smysl a budoucnost? Pokud si v tomto neutěšeném období již delší čas člověk pohrává s myšlenkou rozvodu, potom je už jenom krůček k tomu, aby to bylo uskutečněno.

V této fázi člověku vyvstane na mysl celá řada otázek. Jelikož dnešní společnost je výhradně konzumní, jedná se v první řadě o otázku materiální povahy. Jak několikrát uvedl doktor Plzák, „rozvádějí se většinou ti, kteří na to mají“.¹²

V posledních letech jsme byli vedeni k tomu, abychom si mysleli, že když nashromáždíme dostatek materiálních statků, dosáhneme určitého stupně spokojenosti. Ale jakmile jednou máte oblečení, auto, dům nebo vysněný účes, svádí vás to k úvahám, že za rohem se určitě skrývá něco lepšího, co vy byste měli mít.

Při rozpadu vztahu většinou jeden z partnerů trpí zátěží z materiální a funkcionální ztráty, ale častěji trpí touto ztrátou trpí oba. Co se tím myslí?

Zátěží z materiální ztráty by se mohlo rozumět snížení životního standardu jedince, protože tento se musí starat sám o sebe, děti, nebo také o všechno. Vybudovat a zařídit si nový život nese obrovské finanční vypětí a nároky, např. nové bydlení, nové vozidlo a jiné. Ne každému jedinci se do těchto nových obtíží chce zabřednout.

Dalším aspektem může také být věk partnerů. Po padesátce se začíná stavět nové hnízdo hůře než ve třiceti letech. Proto dost lidí volí cestu společného soužití s partnerem, kterého nemiluje a nic k němu necítí. Pro nikoho to není dobré a hlavně se to podepisuje na psychickém životě člověka. Nejvíce však v tomto svazku trpí děti, které vidí a tuší, že něco není v pořádku.

¹² PRŮCHOVÁ, B., NOVÁK, T., *Jak přežít rozvodové peklo*, Brno: JOTA, 2004, s. 13

Při a po rozpadu vztahu si nemálo mužů klade různé otázky. Proč se tak stalo? Kde se stala chyba, která zapříčinila rozpad vztahu? Pokud je člověk aspoň trochu charakterní, sám sobě položí otázku, zda nezklamal jako partner, manžel či rodič. Důvodem těchto otázek je fakt, že tento partnerský vztah byl založen s předpokladem, aby vydržel a ustál veškeré životní nástrahy a nesnáze. Tím se myslí, že vztah bude životaschopný, trvalý a každý z partnerů se bude snažit o udržení a budování společného soužití.

Jelikož je člověk tvor společenský a ve dvou se život lépe táhne, ve většině případů si člověk po rozpadu vztahu po určitém čase najde nového partnera. Při založení nového svazku se morální člověk snaží vyvarovat chyb, které, dle svého názoru udělal v předešlém soužití. Vytane mu na mysli, aby opět nezklamal jako manžel, partner a rodič.

Má-li se člověk rozhodovat o ukončení vztahu, měl by nutně vědět, kam jít dál. Musí si ujasnit priority a cíle. Má-li jasný cíl, může být jeho jednání účelné a nachází i smysl toho, co dělá a co chce dělat. Nachází-li smysl svého snažení a své činnosti (svého jednání), odráží se to i v jeho míře uspokojení, v míře jeho radosti ze života a naději.

Cílů by si měl člověk stanovit několik. Pokud se jeden cíl stane nedostupným, zůstává mu druhý cíl, kdy tento může převzít dominantní roli a cele daného člověka zaměstnat a dát mu smysl života.¹³

¹³ KŘIVOHLAVÝ, J., *Pozitivní psychologie*, 1. vyd. Praha: Portál, 2004

2.4. Vztahové ztráty

Přežití lidstva záleží na zdravých mezilidských vztazích. Složitý, postupující proces vzájemného mezilidského působení vyžaduje porozumění, laskavost, takt a ocenění. To všechno patří k dobrým způsobům.

Vztah mezi dvěma lidmi od samého počátku prochází určitými vývojovými fázemi. V počátku je to první kontakt, vzájemné kontakty očí, nesmělé oslovení, které postupně přechází v nezávazný rozhovor. Později se u obou jedinců začne pomalu rodit vzájemná sympatie, pozornost a náklonnost. V tomto vyvíjejícím se vztahu dochází k pomalému sblížení a postupem doby i ke společnému soužití. Ve vzájemném životě se tvoří jádro vztahu, kdy tento vztah se nadále utváří a formuje. Pokud nastanou nepřekonatelné problémy, dochází v lepším případě k rozloučení a ukončení vztahu. V horším případě k rozvodu, boji o majetek a o děti.

V dobrém partnerském soužití by oba dva jedinci měli být k sobě vzájemně laskaví a ohleduplní. Vzájemně se nekritizovat. Vydát ze sebe navzájem to nejlepší. Zapomenout na podceňování svého druhu. Zrušit potřebu mít za každou cenu pravdu. Nekomplikovat jeden druhému život. Vystříhat se v rozhovorech slov, která by druhému mohla způsobit bolest. Zejména by se měli zaměřit na to, aby spolu byli tak často, jak jen to je možné. Podporovat partnera v tom, aby byl tím, čím je, a ne tím, čím ho chci mít. Je dobré a vhodné začít každý nový den nějakou laskavostí, např. polibkem po probuzení s přáním hezkého dne. Je to nejlepší způsob, jak partnerovi vyjádřit svoji lásku a náklonnost.¹⁴

Prvořadou podmínkou fungujícího soužití je dobrá znalost partnera, jeho názorů, postojů, hodnot, ideálů a hlavně chování ve všech možných situacích, nejlépe těch zátěžových. Tato dobrá znalost protějšku je důležitá pro růst důvěry a vzájemné spokojené a bezkonfliktní soužití. Je samozřejmé, že úroveň spolupráce ve vztahu bude vždy vyšší, když oba účastníci znají své i partnerovy hodnoty.

¹⁴ LaROCHE, L., *Jak zvládat stres*, 1. vyd. Praha: MOTTO, 2000

Pokud ve vztahu upadá nebo začíná chybět komunikace, může toto omezení komunikace vyvrcholit v nejhorší – partnerskou krizi a následné vzájemné odcizení partnerů.

Pokud dojde k této negativní situaci ve společném soužití, dost často si uvědomíme, že ten, komu jsme důvěřovali, zklamal naši důvěru. Krize pochopitelně nemusí vždy být zapříčiněna zklamáním důvěry, avšak tato situace je velice častá.

Krize v mezilidských vztazích – v soužití s druhými lidmi, typu, o němž zde hovořím (kdy dojde k ukřivdění, zklamání důvěry, urážce, podvodu), může být takovouto příležitostí k uvědomění si toho, že tak, jak to doposud šlo, to dále nepůjde. Jiným příkladem radikální změny může být situace, kdy někdo požádá o rozvod. Kolikrát je tomu jako v bajce o velbloudu, kterému jeho majitel nakládal na hřbet stále těžší a těžší náklad. Potom stačilo jedno jediné stéblo slámy a velbloud klesl.¹⁵

Očekává-li někdo něco jen od toho druhého a k sobě nemá žádné požadavky, pak v tom již není možno vidět důvěru, ale určitý druh nemoci vzájemných mezilidských vztahů. Totální moc nad partnerem je zde kombinována s naprostou bezmocí nad vlastním osudem.

Je propastný rozdíl mezi škádlením milenců, partnerů, manželů a vzájemně nenávislým postojem dvou jedinců, kteří se v průběhu společného života stali nepřáteli. I když nám jako pozorovatelům mohou některé projevy obou těchto dvojic připadat zvnějšku stejné, přece jen je mezi nimi rozdíl.

Ti první znají cestu zpět. Jsou připraveni kdykoliv ustoupit a přestat druhého trápit. Partner přitom ví, že to trápení není myšleno vážně, že je to jen tak jako.... Proto drží a trpí – jako bernardýn, kterého dítě bije či tahá za ocas. Ví, že to není myšleno vážně.

Nepřátelé to ale vážně myslí. Nejsou připraveni ustoupit, nikdy nedají najevo, že by na to kdy pomysleli. Znají jen jednu cestu: vpřed. V tom je ta tragédie.

¹⁵ KRÍVOHLAVÝ, J., *Pozitivní psychologie*, 1. vyd. Praha: Portál, 2004

„John Gottman z Psychologického ústavu Washingtonské univerzity provedl svého času poměrně rozsáhlý soubor rozhovorů (v průběhu 25 let) s více jak dvěma tisíci manželskými páry, které se rozváděly. Zajímalo ho, co se dělo v době před rozhodnutím rozvést se. Zjistil, že po poměrně dlouhou dobu se vztah mezi manželi zhoršoval. Ti ale zůstávali stále spolu. Kdy došlo ke změně (obratu)? John Gottman uvedl své pojetí v matematické formě. Říká, že k obratu došlo ve chvíli, kdy poměr mezi kladnými a zápornými projevy druhé strany klesl pod pět kladných projevů partnera či partnerky k jednomu zápornému. Když se objevil poměr např. 4 : 1, bylo rozhodnuto: Rozvedu se!“¹⁶

¹⁶ KŘIVOHLAVÝ, J., *Pozitivní psychologie*, 1. vyd. Praha: Portál, 2004, s. 130

3. Zátěž vyvolávající rozpad vztahu

3.1. Rozvodovost, důvody rozvodu a zátěž při rozvodovém řízení

Neexistuje na světě žádné literární dílo, příručka či publikace, která by sama o sobě zajistila, aby manželé ve společném soužití žili jako dvě hrdličky. V případě nefunkčnosti manželství, kdy se už vztah nedá zachránit a manželé se musí rozvést či rozejít, je vhodné, aby tento důležitý krok byl učiněn kultivovaně a korektně, bez zbytečných výdajů a skřípění zubů. Oběma stranám to může pomoci, a především dětem.

Rozvod je společností tolerovaný, ale měl by mít reálné zdůvodnění. Pokud se pro něj člověk rozhodne, musí mít opravdu vážné důvody. Před rozvodem je pochopitelně lepší se pokusit s partnerem najít aspoň nějakou malou společnou řeč, aby vztah byl zachován. Pokud veškeré snahy selhaly a člověk se opakovaně přesvědčil, že další život s protějškem nemá cenu, pochopitelně musí dojít k nejhoršímu – rozvodu.

Rozvod spíše sníží počet přátel a známých než naopak. Někteří se přikloní na naši stranu, druzí se přikloní k bývalému partnerovi. Jestliže máme dost dobrých přátel, zcela určitě najdeme někoho, kdo nám rád poradí a poskytne určitou emoční podporu. Otázkou je kvalita této pomoci. Ženy s ženami a muži s muži mívají na této laické úrovni sklon „držet basu“. Ukázat druhému (nemožnému) pohlaví, zač je toho loket.¹⁷

Rozpad rodiny a s tím spojený rozvod manželství představují jedno z nejtěžších období. Tato negativní událost se dotýká nejenom přímých účastníků rozvodu (rodiče, děti), ale také nejbližší rodiny. Mám na mysli rodiče manželů, kterým zcela určitě není jedno, že se jejich děti rozvádějí. Rozvod se dotýká zúčastněných stran ve všech sférách života, především v oblasti sociální, etické, právní, emoční, a především ve sféře psychologické. Rozvod není v naší zemi ojedinělým jevem, ba naopak, Česká republika patří k zemím s největší rozvodovostí v Evropě. Toto rozvodové období je

¹⁷ PRŮCHOVÁ, B., NOVÁK, T., *Jak přežít rozvodové peklo*, Brno: JOTA, 2004

naplněné stresem a frustrací důležitých lidských potřeb. Je to období, jehož negativní důsledky mohou ovlivňovat účastníky rozvodu po celý další život.

Někteří sociologové a rodinní poradci řadí rozvod mezi projevy tzv. sociální patologie. Rozvod má četné rozporné charakteristiky, proto může být považován za určité základní společenské sanační opatření, které má zamezit nesouladu v manželském životě a těžkým konfliktům mezi manželi. Má skončit problematické spolužití a umožnit další životní perspektivy. Tyto základní předpoklady, pro které je rozvod obecně akceptován, se však ne vždy naplňují a očekávané pozitivní změny se neobjeví, naopak dochází k dalším frustracím, stresu a konfliktům i v době po rozvodu.¹⁸

Z teoretického hlediska je správné hovořit o třech vývojových stádiích krize vztahu.

Manželský (rodinný) nesoulad – vzniká z více či méně podstatných rozporů, ve kterých se ukazuje snížená schopnost partnerů spolu vzájemně komunikovat. V problematických situacích nenalézají mezi sebou vhodné kompromisy pro řešení vzniklých problémů. Tento manželský nesoulad, který je poměrně běžný, obvykle nebývá nikým diagnostikován a postupem času většinou přechází v další vývojovou fázi, a to v manželský (rodinný) rozvrat.

Manželský (rodinný) rozvrat – v tomto stádiu jde již o závažnější postižení některé ze základních rodinných funkcí (emoční, ekonomické, výchovné). Tento rodinný rozvrat může být akutní nebo dlouhodobý. V případech, kdy se situace ve vztahu nelepší, postupně se přetvoří v další vývojový stupeň, a to rozvod. V období dlouhodobého manželského rozvratu dost často muži tuto vzniklou situaci řeší například tím, že odcházejí pryč ze společné domácnosti a bydlí po kamarádech, známých, případně u rodičů. Další častý postup je ten, že manželce začnou dávat pouze nezbytně nutné prostředky na udržení chodu domácnosti. Tento stav je alarmující a měl by druhého partnera přimět se zamyslet nad touto vyhrocenou situací.

¹⁸ MATĚJČEK, Z., DYTRYCH, Z., *Krizové situace v rodině očima dítěte*, 1. vyd. Praha: Grada Publishing, 2002

Rozvod – je formálně právním ukončením manželského vztahu dvou jedinců. Je krajním řešením v procesu rozvratu manželství, rozvod na rozdíl od rozvratu manželství je deklarován tím, že je podán návrh na rozvod a proběhne rozvodové řízení.¹⁹

Po provedeném rozvodovém řízení všichni předpokládají, že dojde k zásadnímu obratu v situaci, která zapříčinila rozvod. Obecně se očekává, že dojde k permanentnímu uklidnění, obnovení duševní rovnováhy a zlepšení podmínek psychického zdraví celé rodiny.

„Rozvodová praxe však ukazuje, že v naprosté většině manželství pokračuje atmosféra plná napětí a stresu, která se formálně projevuje v často nekonečně opakovaných soudních řízeních o určení styku s dítětem, v soudních sporech o výživné, o majetek aj. Dítě se opakovaně dostává na vyšetření k soudním znalcům, je těžce frustrováno, má-li se vyjadřovat, ke komu projevuje větší příchylnost, koho z rodičů si více váží, s kým by chtělo žít. Je obecně známo, že dítě je jakýmsi prostředníkem, přes kterého si rodiče vyřizují své účty.“²⁰

Gerald Caplan působí v Izraeli jako dětský psychiatr. Pracuje v rodinném centru v Jeruzalémě, mimo jiné i jako soudní znalec. Pasáž o rozvodovém poradenství zpřístupnil odborné veřejnosti časopis Konfrontace s podporou Asociace manželských a rodinných poradců ČR.

Prvním poznatkem, patrným již z úvodního přehledu výzkumů, je zjištění – rozvod drtí účastníky bez ohledu na to, zda jsou z Aše nebo z Jeruzaléma, velice podobně. Vyplývá to ostatně i z přehledu desítky nejpodstatnějších psycho-sociálních rizik rozchodu rodičů. Vznikl rozbořem situace 152 párů s 338 dětmi. Všichni měli v souvislosti s rozvodem co do činění s rabínskými i civilními soudy. Shrnutí jejich trápení dopadlo následovně:

¹⁹ MATĚJČEK, Z., DYTRYCH, Z., *Krizové situace v rodině očima dítěte*, 1. vyd. Praha: Grada Publishing, 2002

²⁰ MATĚJČEK, Z., DYTRYCH, Z., *Krizové situace v rodině očima dítěte*, 1. vyd. Praha: Grada Publishing, 2002, s. 43

„Hádky. Začínají ze zklamání v manželství, pokračují v „bojové“ rozvodové situaci a mohou přetrvat i potom. Ani prostorové oddělení (v Izraeli není problém dostat byt) neskýtá záruku klidu. Vtažením dítěte do sporu se rodičům do jisté míry uleví. Ovšem za jakou cenu...

***Zájemové konflikty mezi rodiči a dětmi.** Dítě chce zachovat i problematickou rodinu, alespoň jeden rodič chce rozvod. Prohrává dítě a mnohdy si pak připadá jako pasivní oběť.*

***Problém sdělení.** Není lehké hovořit s dítětem o rozvodu. Jednodušší je postavit potomka před hotovou věc. Tím ovšem u něho vzniká masivní psychická zátěž, sebeobviňování (co jsem udělal, že to takhle dopadlo), neklid, úzkost.*

***Opuštění.** Někdy to vypadá jako msta, jindy snad ze žalu, často jako útek před sebou samotným. Tímto a podobným způsobem přestávají po rozvodu někteří rodiče projevovat zájem o své děti. Někteří rodiče rezignují pod tlakem událostí – když jeden z partnerů realizuje hrozbu „Jdi si, ale dítě už nevidíš!“*

***Nížší příjem.** Stručně řečeno – na rozvodu se nezbohatne, spíše naopak. Navíc může vést ke společenskému sestupu a zhoršovat šance na uplatnění dětí, včetně jejich vyššího vzdělání.*

***Změna bydliště.** Pro nás na vlastní kůži teprve krátce poznávající slasti a strasti tržního hospodářství stojí za to citovat: „Rodina, která si sociálně pohorší, je často nucena opakovaně se stěhovat, než matka získá dosažitelné zaměstnání nebo levnější byt...“ Náročnost změn, přerušování vazeb a obtížnost přivykání je nabíledni.*

***Stigmatizace.** Děti se těžko vyrovnávají s odlišnostmi. Když od vrstevníků slyší: „Ty nemáš tatínka, odešel od vás...“, není to pro ně rozhodně nic příjemného.“²¹*

K hlavním důvodům vysoké rozvodovosti v České republice patří rozdílnost povah a zájmů partnerů, nevěra a alkoholismus. Sociologickými průzkumy bylo zjištěno, že manželé v rodinách neumějí komunikovat a společně řešit problémy. Partneři spolu téměř vůbec nemluví a nemají na sebe čas. Rozvod se pak jeví jako snadnější cesta k vyřešení problémů než společné hledání východiska z partnerských konfliktů. V posledních letech není manželský svazek brán jako spojení rovnocenných jedinců. Partner je někdy považován za zboží – když zrezne, je třeba jej vyměnit za nový model.

²¹ PRŮCHOVÁ, B., *Slušný rozvod*, 1.vyd. Brno: ERA, 2002, s. 6,7,8

„Při práci s manželskými páry v hluboké krizi obvykle zaznamenávám sníženou schopnost vidět svět očima partnera a nevelký zájem se to učit. Někdy lidé očekávají od partnera, že jim dá to, co mu sami neumí zajistit či dát,“ říká psycholožka Radana Štěpánková.²²

„V roce 2008 bylo podle Českého statistického úřadu schváleno 31 300 návrhů na rozvod. V těchto manželstvích žilo 27 034 dětí. V 65 % rozvodů byly iniciátorem rozvodu ženy. V 72 % to byl první rozvod u obou manželů. Průměrná délka trvání manželství při rozvodu byla 12,3 let. Obecný důvod rozchodu byl rozdílnost povah, zájmů. Konkrétní důvod byla nevěra (1 442 ze strany mužů a 921 ze strany žen), alkoholismus ze strany mužů a nezájem o rodinu ze strany žen.“²³

„Pro srovnání v roce 1930 se v celém tehdeším Československu, tzn. včetně Podkarpatské Rusi, rozvedlo 5 609 párů, což bylo 4,3 % z počtu manželství uzavřených tamtéž v daném roce. Zároveň šlo o jisté varování. Rozvodovost rostla. V Rakousku-Uhersku nikdy nepřekročila 3 % z počtu sňatků v daném roce.“²⁴

V současnosti ubývá rozvodů velmi mladých manželství do tří let trvání. Naopak roste počet zralých párů směřujících do soudní síně za účelem znovuzískání svobody.

Kolem padesátky se rozvádí 13 % z celkového počtu rozvádějících se. Je to čas, kdy děti vyrostly a příjem na hlavu bývá relativně vysoký. Do jisté míry to potvrzuje obecné tvrzení – rozvádí se, kdo na to má.

„Politické a ekonomické změny proměnily mnohé, ale jedno zůstalo stejné. V 70 % podává návrh na rozvod žena. Bývá tedy v manželství méně spokojena než muž. Ženy mají v ČR nižší výdělek než muži. Typický rozvádějící se pár jsou dva středoškoláci s dítětem. Ženě je 36 let, muž je o dva tři roky starší. Rozvádějí se poprvé po zhruba tuctu společných let.“²⁵

²² www.novinky.cz

²³ ŠPAŇHELOVÁ, I., *Dítě a rozvod rodičů*, 1. vydání, Praha: Grada Publishing, 2010, s. 131

²⁴ PRŮCHOVÁ, B., NOVÁK, T., *Jak přežít rozvodové peklo*, Brno: JOTA, 2004, s. 13

²⁵ PRŮCHOVÁ, B., NOVÁK, T., *Jak přežít rozvodové peklo*, Brno: JOTA, 2004, s. 13

3.2. Problémy s výchovou dětí po rozpadu manželství

Velice často se při rozvodovém řízení vyplývá mnoho energie jenom na to, aby druhý partner byl ze styku s dítětem zcela vyloučen, případně aby mu byl styk zakázán. Daleko hodnotnější mezi bývalými partnery je zaměřit všechno úsilí k vypracování optimálních podmínek pro dobré vzájemné porozvodové styky.

Vhodný věk dítěte, v němž by mu rozvod rodičů neměl vadit, neexistuje. Rozvody rodičů mají dost často negativní dopad i na dospělé děti. Často komplikují život i generaci vnuků.²⁶

Tuto skutečnost potvrzují i půl století staré závěry: „*Nejvíce trpí rozvodem děti ovlivňované proti některému z rodičů, ty, jež nemají v okolí žádnou oporu, které po rozvodu rodičů žijí s oběma vzájemně se nenávidějícími rodiči v jednom, byť rozděleném bytě. Dále ty, které jsou svědky násilí mezi rodiči...*“²⁷

Rozvod mezi manželi je pro děti nejméně vhodný v období puberty. Muži (chlapci) v tomto věku na tuto událost často reagují neuroticky nebo různými poruchami chování. Ženy (dívky) v tomto věkovém období se snaží proti rozvodu nějak, v rámci svých omezených možností bojovat. Častěji rodiče zatajují rozvodový fakt před chlapci než před děvčaty. Provedené výzkumy v této oblasti uvádějí, že takřka polovina dětí z neúplných rodin se s otcem vůbec nestýká. Polovina rozvedených matek tvrdí, že děti mají k otci buď neutrální, nebo dokonce nepřátelský vztah. Třetina dětí uvádí, že by se nechtěla s tatínkem vidět častěji. Rapidní většina rozvedených žen uvádí, že styk bývalého partnera s dětmi je i tak dost dlouhý, a rozhodně si nepřejí jeho rozšíření.

Někdy se může stát, ale nebývá to obvyklé, že jeden z rodičů se ještě před rozvodem snaží získat dítě na svou stranu. Toto ovlivňování se může dít různými způsoby – kupováním si dítěte a navozováním strachu z druhého

²⁶ PRŮCHOVÁ, B., NOVÁK, T., *Jak přežít rozvodové peklo*, Brno: JOTA, 2004

²⁷ PRŮCHOVÁ, B., NOVÁK, T., *Jak přežít rozvodové peklo*, Brno: JOTA, 2004, s. 14

rodiče, přesvědčováním dítěte, že je jedinou oporou, a podsouváním nepravdivých prožitků (však si vzpomínáš, že nám maminka nevařila, tenkrát na dovolené).

Můžeme říci, že oba rodiče se mohou i po rozvodu dítěti maximálně věnovat a podílet se na jeho výchově. To jistě mohou – v optimálním případě. Při běžném poměrně rozsáhlém styku v rozsahu poloviny školních prázdnin a každý druhý víkend zastává druhý z rodičů víceméně sváteční post. Starosti a náročná péče o potomka ve všedních dnech jej mívá. Handicap je to velký. Navíc vyvolává hořkost u druhého rodiče. To nejčastěji a dobře vystihuje věta: „*Já doma vařím, peru, žehlím a on jde s dítětem do kina a cukrárny a nemá přitom žádné starosti s péčí o dítě.*“ I po slušném rozvodu zůstávají lidově řečeno „nějaké drobné“, zbytky tenze.²⁸

Plyne z toho určité poučení:

- neproblémový styk s dítětem po rozvodu je malý zázrak
- nastane-li výše uvedený zázračný stav, je třeba velké obezřetnosti a opatrnosti, aby nedošlo ke zhoršení situace
- cokoliv (v roli rodiče) učiníte, může být později použito proti vám

Poměrně dost často se stává, že jeden z bývalých manželů (obvykle je to ten, který se stará o dítě), zahalí svoji nechuť umožnit styk s dítětem druhému z rodičů do slušivě demokratického kabátku. Jednoduše řekne: „*Nechám to na dítěti, když bude za tebou chtít jít, ať jde, když nebude chtít, nemohu je přece nutit.*“

Málokdo si totiž uvědomuje, že dítě je psychicky i hormonálně propojeno s tím z rodičů, s nímž žije. Velmi citlivě vnímá jeho postoje, aniž by třeba byly vyřčeny. „*Jinak řečeno – v tomto směru se dítě chová obvykle tak, jak si dominantní rodič přeje.*“²⁹

„*Při jednom rozsáhlejší výzkumu z roku 1987 se ukázalo, že dítě z rozvedené rodiny je hodnoceno nejen učitelkami, ale i svými matkami jako méně citlivé a méně svědomité, více citlivé až přecitlivělé, více dráždivé a nervózní a méně oblíbené*

²⁸ PRŮCHOVÁ, B., NOVÁK, T., *Jak přežít rozvodové peklo*, Brno: JOTA, 2004

²⁹ PRŮCHOVÁ, B., NOVÁK, T., *Jak přežít rozvodové peklo*, Brno: JOTA, 2004, s. 79

ve školním kolektivu. Jde tedy z klinického hlediska o obraz dítěte s neurotickými symptomy, které mohou postupně vymizet úpravou rodinných poměrů, ale které mohou také manifestně či latentně růst až v klinicky vyjádřený obraz některých z dětských psychických poruch.³⁰

V porozvodové výchově dětí bychom si měli vzít příklad z Anglie. Bylo to za 2. světové války. Německá luftwaffe útočila na většinu velkých anglických měst, v nejčastějším případě na Londýn. Vládě šlo zejména o to, aby ochránila malé děti. Velké množství dětí (uvádí se až tři čtvrtě milionu) bylo vystěhováno do bezpečnějších míst, především na venkov, kde děti žily v pěstounských rodinách nebo ve zvláštních táborech. Tady bylo o ně v mezích válečných možností velmi dobře materiálně postaráno – a rozhodně nijak navenek nestrádaly. Opuštění rodiny a přestěhování se do nového prostředí však mělo vliv na psychický vývoj těchto dětí. Na rozdíl od dětí, které zůstaly se svými rodiči v Londýně, kde prožívaly hrůzy a útrapy války.

Strádaly nedostatkem potravin a hygienických prostředků, byly svědky těžkostí a nesnází svých blízkých atd. Srovnávací psychologická šetření, prováděná s dětmi jedné i druhé skupiny, ukázala zcela zjevné rozdíly.

Děti vystěhované, které byly relativně v bezpečí, byly na tom psychicky hůře než děti, které zůstaly doma s rodiči a prožívaly útrapy války. Neurotické příznaky vykazovalo 52 % vystěhovaných dětí „v bezpečí“, ale jen 20 % dětí doma „v nebezpečí“. Předškolní děti samozřejmě snášely odloučení od rodiny hůře než děti školní. Jistota, kterou dítěti dává přítomnost rodičů a známé prostředí, vyváží zřejmě do značné míry otřesné válečné prožitky.

K velmi podobným závěrům dospěli rovněž psychologové, kteří sledovali vystěhované děti ze za války obsazeného Norska do neutrálního Švédska.³¹

³⁰ MATĚJČEK, Z., DYTRYCH, Z., *Krizové situace v rodině očima dítěte*, 1. vyd. Praha: Grada Publishing, 2002, s. 44

³¹ MATĚJČEK, Z., DYTRYCH, Z., *Krizové situace v rodině očima dítěte*, 1. vyd. Praha: Grada Publishing, 2002

3.3. Střídavá péče rodičů o dítě

Jak jsem již dříve v textu uvedl, ve většině případů soud po rozvodu svěří dítě do péče z jednoho rodičů a druhý rodič má lidově řečeno dítě jenom na víkendy.

Soudy by nemusely nijak zasahovat a všichni účastníci rozvodového martyria by byli ušetřeni mnoha nepříjemností a napětí, kdyby bylo využito dnešní možnosti tzv. střídavé péče, pro niž je takováto maximálně vstřícná dohoda základní podmínkou.

V posledních letech, a to zejména s velkou novelou zákona o rodině, byla zavedena možnost střídavá péče rodičů o děti.

*„Střídavá péče není v České republice příliš rozšířená. V roce 2008 bylo rozhodnutí o svěření dětí do střídavé péče uplatněno dle Českého statistického úřadu v 5,7 %. Tak jak to vyplývá z jejího názvu, znamená to, že se rodiče střídají – rovnoměrně dle času – ve výchově o dítě. Spíše je to tak, že dítě dochází k jednomu i druhému rodiči, střídá tedy rodiče i prostředí“.*³²

Z pohledu dítěte bychom mohli říci, že se vlastně rodiče ani nemuseli rozvádět. Obrazně a velice zjednodušeně řečeno, všechno je dítěti zachováno, kromě společné domácnosti rodičů. Z psychologického hlediska můžeme vznést jednu, ale zato velice závažnou námitku. Dítě od dvou let věku si vytváří pojem „domova“, k němuž patří nejen stálost „jeho lidí“, ale i stálost místa a prostředí. Takže pravidelné a zdánlivě zcela „spravedlivé“ střídání rodičovské péče může ono vědomí domova (a psychické jistoty s ním spojené) u některých dětí oslabovat.

Co je důležité pro to, aby rodiče vůbec začali uvažovat o střídavé péči?

Při úvaze o střídavé péči o děti, musí být zcela evidentně mezi bývalými partnery znát jasná chuť komunikace a vzájemné domluvy. Znamená to přenést se přes dřívější zklamání a boly (což bývá obvykle dosti těžké) a zaměřit se na to, co by bylo

³² ŠPAŇHELOVÁ, I., *Dítě a rozvod rodičů*, 1. vydání, Praha: Grada Publishing, 2010, s. 138,139

dobré a vhodné pro dítě. Nic by si neměli vyčítat a nevracet se k tomu, co jeden druhému zlého učinili.

Domluvu by bylo vhodné omezit pouze na to, co se týká života a výchovy dítěte a s tím spojenými nároky. Je tedy zcela zřejmé, že mezi bývalými partnery musí fungovat dobrá komunikace, která platí.

To, co dítě čeká (střídavá péče), musí nutně sdělit dítěti jeho rodiče. Dítě by se ke střídavé péči mělo vyjádřit a také s touto výchovou souhlasit. Mělo by vědět, co ho čeká, a umět si to aspoň trochu představit. Psychologové nedoporučují střídavou péči pro děti mladší tří let.³³

Při střídavé péči musí být zcela jednoznačně vymezeno, kdo je za co odpovědný. Mezi rodiči by mělo být pravidlo, že pokud je dítě v péči otce, je on zodpovědný za vše. Například, co nachystá dítěti na svačinu, zda má úkol na další den, nebo zda má řešit konflikt mezi ním a učitelem. Čili ve dnech, kdy je dítě u jednoho z rodičů, věci řeší a domlouvá konkrétní rodič a naopak. Musí zde být jasná odpovědnost ve vztahu k dítěti a také pro něj podobný náhled na jeho výchovu. Je to pro něj velmi důležité, aby nebylo mateno a nechtělo pak využívat a zneužívat postoj jednoho z rodičů (protože mu to u něho snadněji projde).

U této formy výchovy je potřeba určitá míra flexibility dítěte. Musí být schopné žít několik dnů u jednoho a několik dnů u druhého rodiče. Dítě je jednoznačně schopno vnímat, že má stabilní zázemí v jednom i druhém prostředí. Cítí se tam skutečně jako doma. Má tam svůj pokoj a zázemí, který si i za pomoci rodiče zařídilo. K oběma rodičům se musí dítě především těšit a chtít být s oběma.

Další důležitý fakt je ten, že by neměla být velká vzdálenost bydliště mezi oběma bývalými manželi. Dítě by mělo správně navštěvovat jedno školní či předškolní zařízení, které mu umožní snadnější začlenění do kolektivu. Toto školní zařízení by mělo navštěvovat s oběma rodiči.

³³ ŠPAŇHELOVÁ, I., *Dítě a rozvod rodičů*, 1. vydání, Praha: Grada Publishing, 2010

Důležitá je i domluva na mimoškolních aktivitách – zájmové kroužky a zařízení. Oba rodiče musí souhlasit s tím, že dítě bude přihlášeno na určité konkrétní mimoškolní aktivity. Je vhodné, aby dítě do těchto kroužků vodili nebo zajistit někoho jiného, aby tam dítě vodil (pokud je to nezbytné vzhledem k věku dítěte).

Důležité jsou též finanční nároky potomka – rodiče se dělí o kapesné, platbu za kroužky, telefon pro dítě...³⁴

Obecná doporučení:

Ve věci střídavé péče je pro dítě zapotřebí v mnoha směrech postupovat velice opatrně a pomalu. Zkoušet s ním změny, mluvit s ním o tom, jak dané situace prožívá, kdo mu co říkal, aby se některé situace nekupily uvnitř v něm a aby mělo možnost je ventilovat.

Je důležité vybrat vhodné místo a čas předání dítěte od jednoho rodiče k druhému. Dalo by se říci, že nejvhodnějším místem bude rodinné prostředí, v některých případech to tak ale není. Většinou se stává, že si to nepřeje jeden z rodičů. Proto je vhodné k tomuto předání dítěte využít neutrální prostředí cukrárny, parku... Předávání má probíhat v konkrétním čase, který je dítěti oznámen a je jasně daný (tedy ne tak, aby dítě čekalo před vchodem hodinu a narůstal u něj pocit neklidu).

Je důležité, aby si rodiče řekli nejdůležitější informace o pobytu u daného rodiče. Druhý rodič musí vědět, že je dítě například nazlobené proto, že něco chtělo a nebylo mu to koupeno. Dostalo ve škole nějakou známku, na kterou se reagovalo určitým způsobem... Je vhodné, aby druhý rodič věděl, v jakém rozpoložení si dítě přebírá a proč se například chová tak či onak.³⁵

Při střídavé péči se rodiče budou moci plně věnovat jak dítěti (např. jeden týden), tak i sami sobě, své práci či zájmům (druhý týden). Většina dětí si přeje zůstat

³⁴ ŠPAŇHELOVÁ, I., *Dítě a rozvod rodičů*, 1. vydání, Praha: Grada Publishing, 2010

³⁵ ŠPAŇHELOVÁ, I., *Dítě a rozvod rodičů*, 1. vydání, Praha: Grada Publishing, 2010

i v rozvodové situaci s oběma rodiči. Střídání to do jisté míry umožňuje. Dítě nelze rozdělit, péči o ně ano.

Každá matka ví, jak náročné je se starat o potomstvo. Tímto tuto náročnost pozná také otec. Nebude to tak, že unavená, a tudíž podrážděná matka o víkendu vaří, uklízí a pere, zatímco báječný a odpočatý rozvedený tatínek si vezme dítě na víkend, kde ho jenom rozmazluje a vše mu dovolí. Dítěti mohou jak otec, tak i matka dát to nelepší.

Při střídavé péči je mimo jiné nutné vyřešit celou řadu dalších otázek a problémů s dítětem spojených. Jedna z otázek je ta, že bývalí partneři se musí dohodnout, kde bude mít dítě evidováno trvalé bydliště. Který z rodičů bude pobírat příspěvek na dítě a kdo bude v rámci svých příjmů uplatňovat tzv. odpočitatelnou položku na vyživované dítě apod.

Plusy střídavé péče:

„Dítě žije u obou rodičů, vnímá, jaké mají vlastnosti, dovednosti, zájmy, záliby, a vnímá je se vším všudy rovnoměrně v rámci času, není tedy o jednu roli – mateřskou nebo otcovskou – ochuzeno.

Dítě čerpá od obou rodičů, může se zeptat každého na to, co ho zajímá a na co má rodič schopnost mu odpovědět.

Dítě poznává přístup každého rodiče k životním situacím, vnímá, jak se staví k řešení problému.

Rodič si může své povinnosti nebo záliby více rozvrstvit – ve dnech, kdy není s dítětem, může zůstat v práci delší dobu, ve dnech, kdy s ním je, může pracovat například kratší dobu.“³⁶

Minusy střídavé péče:

„Ve většině případů je to tak, že hlavně začátky jsou náročné. Především maminky si těžko připouštějí – a je to naprosto v normě, že by se ti tatínek mohl o jejich dítě dobře postarat. Jakýmsi způsobem se tomu v některých situacích brání nebo jsou v tomto podporovány ze strany prarodičů.

³⁶ ŠPAŇHELOVÁ, I., *Dítě a rozvod rodičů*, 1. vydání, Praha: Grada Publishing, 2010, s. 141

Mnohdy je to malá flexibilita dítěte nebo jeho větší únava při přemístění. Je zapotřebí zvážit, pokud by se pro střídavou péči rodiče rozhodovali, jak to nejvíce sobě i dítěti ulehčit.

V některých případech se projevuje „zmatek“ u pedagogických osob. Mám na mysli to, že učitelka v mateřské škole nebo základní škole něco řekne dítěti nebo rodiči a ten si neuvědomí, že v ten den, kdy mají děti něco přinést, je dítě s druhým rodičem, a zapomene mu to sdělit.“³⁷

Na závěr bych chtěl dodat, že „Mnozí dnešní otcové jsou dokonalými specialisty v péči o dítě a mohou konkurovat nejzručnější matce“.³⁸

³⁷ ŠPAŇHELOVÁ, I., *Dítě a rozvod rodičů*, 1. vydání, Praha: Grada Publishing, 2010, s. 142

³⁸ PRŮCHOVÁ, B., NOVÁK, T., *Jak přežít rozvodové peklo*, Brno: JOTA, 2004, s. 15

3.4. Závislosti

Po rozvodu nebo v průběhu složitého rozvodového řízení nemusí každý jedinec toto období plné emocí, frustrace a stresu ustát. Aby toto složité období zvládl a posílil se, může sklouznout k užívání látek, které mu toto sebevědomí nebo sebedůvěru dodají. Obecně se jim říká návykové látky.

Při užívání takových látek se postupem doby na nich člověk stává závislý. Rozumí se tím takový vztah člověka k dané látce, kdy jeho normální funkce není možná bez příjmu určitého množství této látky. Příjem těchto látek se neustále zvyšuje, aby bylo dosaženo stejného zážitku.

Závislost znamená být něčím tak posedlý, že to člověka zotročí, zbaví vnitřní svobody a nakonec třeba i osobní bezúhonnosti. Bez zápasu o překonání této závislosti čeká takového člověka zkáza. Závislost tak znamená být lapen, chycen, zajat a pak pomalu i zničen.³⁹

K závislosti na alkoholu či cigaretách se přidávají drogy a nejrůznější substance, ale čím dál častěji se objevují i závislosti nelátkového typu, např. hrací automaty. Začátek závislosti není příliš dramatický. Je jím např. první sklenka, první cigaretka, první dávka drogy.⁴⁰

Závislost je určitá činnost, které člověk věnuje příliš mnoho času, což omezuje jeho normální fungování, zeslabuje sociální kontakty, přináší zdravotní problémy a jiné. Důsledky jakékoliv závislosti působí doslova patologicky a destruktivně na celkový život, protože u každého závislého dochází k postupnému rozpadu sociálních, pracovních i kamarádkých kontaktů.

Dalo by se říci, že nejmenším zlem (nejslabší návyková látka) je kouření. Mnoha odbornými studiemi bylo dokázáno, že kouření je do určité míry vhodným mediátorem

³⁹ KŘIVOHLAVÝ, J., *Psychologie zdraví*, 3. vyd. Praha: Portál, 2009

⁴⁰ KŘIVOHLAVÝ, J., *Psychologie zdraví*, 3. vyd. Praha: Portál, 2009

(prostředníkem) mezi stresem a jeho zvládnutím. Stresů je v tomto vypjatém období obzvláště mnoho. Není tedy divu, že člověk podlehne a začne kouřit. V případě kladného vlivu na momentální řešení zátěžových situací se kouření opakuje.

Ukazuje se, že kouření přitahuje zvláště lidi nejisté, se zvýšenou mírou pocitů méněcennosti, lidi žijící v relativní sociální izolaci a ty, kteří snadno podléhají sugestivnímu působení druhých lidí a napodobování jejich chování.

Alkoholismus patří k nejčastějším závislostem. Tato relativně velká rozšířenost je způsobena zejména snadnou dostupností alkoholu, vysokou mírou tolerance společnosti vůči této droze a také častým zlehčováním jeho účinku. Je proto někdy těžké odlišit, kdy pijáctví překlene pomyslnou hranici mezi příležitostnou konzumací alkoholu a kdy už se jedná o alkoholismus.

Obecně platí, že závislým na alkoholu se stává člověk ve chvíli, kdy pokračuje v jeho nadměrné a příliš časté konzumaci, i když to vede k negativním důsledkům v oblasti jeho zdraví, osobního a sociálního života, pociťuje příznaky fyzické a psychické závislosti a není schopný alkoholu odolat i v nevhodných situacích.

Alkoholismus a jeho příznaky jsou někdy obtížně rozpoznatelné také proto, že si člověk, který se stal závislým na alkoholu, uvědomuje, že něco není v pořádku a snaží se pít tajně. Alkoholismu má navíc mnoho forem a stádií.

*„Experimentálně bylo prokázáno, že malé dávky alkoholu mají stimulační účinek (např. zvyšují srdeční tep). Z pozorování toho, jak se alkoholici chovají, se usuzovalo, že jedním z důvodů, proč lidé pijí alkohol, může být právě tento moment – stimulace aktivity, která umožní lepší zvládnání stresu (konfliktu apod.) a zlepšení nálady. Tak tomu může být u nižších dávek alkoholu“.*⁴¹

Užíváním drog při stresových situacích je člověk nadšen. Každodenní stres s rozvodem není tak těžký, vše mu jde najednou lehce, s nadhledem, nic mu nedělá

⁴¹ KŘIVOHLAVÝ, J., *Psychologie zdraví*, 3. vyd. Praha: Portál, 2009, s. 199

starosti. V této fázi ještě není těžké utajit před okolím, že člověk bere drogu. Je to poznat jen náznakově - časté střídání nálad, euforie, laxní přístup k problémům. Droga taky v této době ještě nedá najevo žádné negativní účinky, člověk tedy může být přesvědčený, že výroky o škodlivosti drog jsou jen výmysl na odstrašení. Člověk také v této době ještě nepocítí takovou finanční zátěž, jelikož mu stačí k uspokojení malé dávky drogy.

Přestože je v této fázi ještě relativně lehké přestat (nevytvořila se ještě fyzická závislost), většina lidí v této fázi nepřestane, jelikož vnímají jen pozitiva, která jim droga přináší. V případě, že člověk v tomto období přestane, je u něj velmi důležitá příprava na nejrůznější složité situace, které jej později v životě čekají.

Proč jsou drogy tak nebezpečné? Hlavní důvod je ten, že se na nich vytváří snadno a rychle závislost. Z chytrého člověka dokáží během krátké doby učinit trosku. Po pár měsících permanentního užívání se z člověka stává stroj, který je ochoten udělat cokoli pro získání této látky. Mnozí lidé si neuvědomují, že když utíkají z reality všedních dnů před problémy a dají si nějakou drogu, díky které pocítí úlevu, problémy stejně vždy vrátí, třeba i ve větší míře.

3.5. Vlastní manželská a rozvodová zkušenost

Jako většina mužů i já jsem vstoupil do stavu manželského. Tento svazek jsem nezakládal jako zcela mladý a nezkušený muž. Byl jsem v té době již 4 roky v pracovním procesu a se svojí partnerkou jsem „chodil“ 3,5 roku. Tuto ženu jsem znal již dlouhý čas, byli jsme totiž spolužáci na základní škole a navíc jsme bydleli ve stejné čtvrti. Naše cesty se rozešly ve středoškolském období, kdy po ukončení tohoto období jsme se řízením osudu opět sešli.

V tomto předmanželském období se již u nás u obou projevovaly rozdílnosti povah a názorů. Toto pochopitelně přecházelo v partnerský nesoulad a hádky. Po jednom takovém názorovém střetu jsme se od sebe na nějaký čas odloučili.

V té době jsem několikrát zaslechl přísloví, že „*slepovaný hrnec nadrží*“, ale i přes toto jsme přibližně do měsíce obnovili náš vztah. Musím přiznat, že mi rodiče několikrát říkali, že se k sobě nehodíme. Já jsem ale jejich názor nerespektoval.

Později došlo ke svatbě. Byl jsem šťastný a věřil jsem, že nám náš manželský život vydrží na celý život, jako mým rodičům (ti se do dnešní doby nerozvedli a stále spolu ve spokojeném manželství žijí). Doufal jsem, že i moje manželka má tentýž postoj. Navíc v den svatby nám přšelo a jedno přísloví říká, že když manželům v den svatby prší, prší jim štěstí. Já tomu věřil a považoval jsem to za dobré znamení.

Jako většina novomanželů i my jsme se potýkali s otázkou bydlení. Problém byl brzy vyřešen. Začali jsme společně bydlet u manželčiny babičky, protože ta měla velký dům, ve kterém byly dvě bytové jednotky. Oba jsme věděli, že toto bydlení je pouze dočasné, a společně jsme hledali místo, kde bychom zapustili kořeny natrvalo.

První rok společného života byl bez jediného mráčku a já byl šťasten. Problémové situace se však začaly vynořovat postupně a stále častěji. První se objevila po prvním společném roce života. Jednoho dne večer mi manželka sdělila, že nám její rodiče koupili dům. Kdybych řekl, že jsem byl překvapen, je to velmi slabé slovo. Také mi

sdělila, že nemám být naštvaný, že mám být jejím rodičům vděčný, vždyť budeme mít po dostavbě nový dům.

A zde se započal náš manželský nesoulad, který se projevil hned v několika bodech. Za prvé, chtěli jsme si přece najít svoje „*hnízdečko*“ sami, a ne prostřednictvím někoho jiného. Za druhé, chtěli jsme si toto „*hnízdečko*“ vybudovat sami, svými silami a ze svých prostředků. Teď jsem se cítil svázán doživotní vděčností, o kterou jsem vůbec nestál a byla mi proti srsti. A v neposlední řadě jsem byl zklamán z postupu v rozhodování mé bývalé manželky. Neproběhl společný dialog na téma našeho společného bydlení a to otřáslou mojí důvěrou v tuto ženu.

Postupně se tento manželský nesoulad stále stupňoval. Hádky se v našem vztahu stávaly postupně častějšími a ostřejšími. I přes toto jsem ji miloval a stále jsem bláhově doufal, že až se odstěhujeme do nového domu, vše se obrátí k lepšímu a náš manželský život bude fungovat bez problémů.

Ovšem za dobu, než jsme se do nového domu nastěhovali, jsem kvůli zvyšujícímu se stresu a frustraci z hádek přistoupil dvakrát k výhružce rozvodem. Má bývalá žena tyto hrozby nebrala vážně. Jak jistě vytušíte, naše soužití se nezlepšilo ani díky změně bydlení ani dostavbou domu. V tomto období jsem se potýkal s několika faktory, které mě utvrdily v tom, že rozvod je nezbytný.

Vinou arogance, egoismu, panovačnosti a celkového ignorantství mé bývalé ženy vůči mé osobě a díky stálému vlivu tchýně na náš společný život jsem se odstěhoval ze společného obydlí na ubytovnu, kterou mi poskytl zaměstnavatel. V co nejkratší době jsem požádal o rozvod. Na tomto místě chci zdůraznit, že jsem se svojí bývalou manželkou neměl žádné děti, tudíž mé rozhodování o rozvodu bylo jednodušší. Rozhodoval jsem se jenom sám za sebe.

V prosinci týden před Vánocemi přišlo vyrozumění od soudu ve věci rozvodu. Téhož dne jsem se natrvalo odstěhoval ze společné domácnosti a začal jsem opět bydlet u rodičů, kteří mne „*vzali na milost*“.

A tímto začala nová kapitola rozvodového řízení, která byla naplněna neustálým napětím a stresem.

Moje bývalá manželka mne neustále chodila navštěvovat k mým rodičům a vyhledávala kontakt se mnou. Ve svém jednání byla velice dotěrná a neodbytná. Při tomto kontaktu jsem jí vždy vysvětlil, že je našemu vztahu konec. Rozhovory z její strany byly plné výčitek a vyhrožování. Neustále ataky ze strany méj ženy byly pro mne velice stresující a frustrující.

Další kapitolou plnou negativních událostí byla bitva o majetek. Zátěž na moji psychiku byla pro mne v této době již stěžejí únosná.

Zcela jednoznačně tento životní úsek byl pro mne plný bolesti a psychického vyčerpání. Byl jsem skoro zničen stresujícími a frustrujícími situacemi, které ještě hodně dlouho po rozvodu nebraly konec. Dnes mohu v klidu konstatovat, že jsem balancoval na hraně psychického zhroucení. Tyto stresující situace se u mne projevovaly tak, že jsem byl ke svému okolí apatický, o nic jsem nejevil zájem, lidově řečeno jsem chodil jako tělo bez duše. Nevyhledával jsem vůbec žádný kontakt s druhými lidmi, pouze jsem byl schopen chodit do zaměstnání a komunikovat s rodiči.

Porozvodové soukolí mne skutečně drtilo a ničilo. Ani mne nenapadlo, lépe řečeno, nebyl jsem ani schopen vyhledat nějakou pomoc odborníka. Z této krizové situace mne dostali rodiče. Rozebrali se mnou moji situaci a řekli mi, že se musím vzpamatovat.

Po tomto rozhovoru jsem na sobě začal pracovat. Díky fyzické práci, sportu a koníčkům jsem se pomalu začal cítit lépe. Jak jsem již předeslal, tyto činnosti mi vlily do žil novou energii a sílu. Opět jsem začal nalézat krásy a smysl života. Plně jsem se upnul k cíli vybudovat si nové bydlení. Tento nový cíl života mne zcela jednoznačně zachránil a zabránil psychickému zhroucení, případně vzniku nějaké závislosti (alkohol, drogy, automaty).

Do dnešního dne, taktéž i po dny budoucí budu vždy děkovat rodičům za „*psychické nakopnutí*“ ve správnou chvíli.

3.6. Dílčí závěr

Naše současná společnost se dostala do nemocného chimérického stavu, který frustruje všechny. Nerealistická očekávání od mužů produkují chlapy, kteří na jakýkoliv trvalejší vztah, nedej bože manželství a plození dětí, raději rezignují a jejich rozhodnutí zase generuje frustrované ženy, které by chtěly děti a nemají je mít s kým.⁴²

Důležité je, aby si společnost uvědomila, co se děje, a přestal se tu vytvářet ideál muže, který je naprosto mimo realitu. Je důležité vidět muže i ženy jako chybní lidské bytosti s omezenými schopnostmi a neklást na muže, ale ani na ženy nesmyslné nároky.

Situace ve společnosti je dle mého názoru vyhrocená, protože se muži poměrně často ocitají v neřešitelném postavení. Když to trochu přeženu, dnešní ženy by chtěly, aby chlap pracoval tak čtyři hodiny denně, protože by měl být také doma s dětmi, starat se o domácnost, ale zároveň by měl domů nosit padesát tisíc korun. To je samozřejmě nesplnitelné. Zvláště v dnešní době, kdy je běžné trávit v práci deset nebo dvanáct hodin denně. Muž do práce jít musí, protože má stále na sobě roli živitele rodiny, ale zároveň pak přijde domů a začíná mu druhá směna, protože pak musí doma dělat dobrého manžela a rodiče. Nejen že to nestíhá, ale už vůbec nemá čas na své koníčky, ani sám na sebe. Muži se dostávají pod obrovský tlak nesplnitelných očekávání ze strany okolí a nezvládají to.

Chceme po mužích, aby byli dobrými otci, ale zároveň říkáme, že v případě rozvodů nemají taková práva jako matky. Spousta dětí tu vyrůstá se syndromem zavrženého otce, jejich tátové pak po marném snažení rezignují na získání dítěte do vlastní péče a jejich děti tím pádem vyrůstají bez vlastního otce. Je to začarovaný kruh.

Mnoho mužů začalo žít samo. Nejen v důsledku homosexuality, ale třeba i díky osobnímu nastavení a vyhýbání se rodičovské odpovědnosti. Jenže i to přináší

⁴² Magazín Víkend – páteční příloha hospodářských novin číslo 43, ze dne 29. října 2010

problémy. Mnozí muži se obávají své nové role v manželství, a tak zůstávají sami, vyhledávají jen nevázané vztahy a programově se vyhýbají jakýmkoli závazkům. Dlouho pak zůstávají ve své původní rodině, tzv. „*mama hotelu*“, a osamostatňují se až kolem čtyřicítky nebo vůbec ne.

Bylo by vhodné, aby celá společnost přehodnotila svoje priority. Je potřeba ustoupit v materiálních požadavcích a svoje nároky spíše hledat ve společném soužití a ve zlepšení mezilidských vztahů a společné výchově dětí.

Během vývoje lidstva nic nezůstalo neměnné. Proto je potřeba i dnes, vzhledem k měnící se společnosti, přehodnotit svoje nároky. Každý by ze svých postojů měl slevit a přizpůsobit svoje požadavky a činnosti současné době. Ne každý to však dokáže.

Dle mého názoru byla největším novodobým zlomem sametová revoluce, kdy k nám dorazily změny, které se ve svobodném západním světě odehrávaly s dvaceti až třicetiletým předstihem. Rozdíl mezi generacemi mužů, které dospěly před a po roce 1989, je značný. Před dvaceti lety nebylo zvykem, aby šel muž po ulici a tlačil kočárek, nebo si hrál na pískoviště s dítětem. Takový muž se dříve stával terčem posměchu nebo přinejmenším objektem udivených pohledů.

V případě, že muž z lásky uzavře sňatek nebo se vzájemně s partnerkou dohodnou na sňatku, oproti jiným zemím Evropy se naše páry velice často rozvádějí. Statistiky z posledních let uvádějí čísla přibližně okolo necelých 50 % sezdaných párů, které končí rozvodem. Sociologickými průzkumy bylo dokázáno, že třetina mužů v současné době chodí nakupovat, pětina připravuje dětem jídlo, patnáct procent pak dokonce nakupuje dětské oblečení a pečuje o své nemocné děti a skoro třetina vyzvedává děti ze školky. A to vše navzdory svým zaměstnavatelům, kteří ve většině zamrzli v patriarchálním společenském modelu.⁴³

Navzdory tomu, že se spousta dnešních mužů snaží manželce s domácností pomáhat v rámci svých možností, není to zárukou, že tento manželský vztah vydrží.

⁴³ Magazín Víkend – páteční příloha hospodářských novin číslo 43, ze dne 29. října 2010

Nejčastější důvod rozvodu manželů jsou názorové a postoje rozdíly a neschopnost vzájemné komunikace.

Můžeme si položit otázku: „*Jak je možné založit manželství při velké rozdílnosti názorů a zásadních postojů?*“ Odpovědí na tento dotaz může být mnoho. Například jeden partner je velice zamilovaný a druhý, protože ví, že má finanční kapitál, tak s ním velice dobře manipuluje. Další varianta je ta, že se partneři i při relativně dlouhém chození dostatečně dobře nepoznali, a to především v krizových situacích. Další možnost může být, že ona je hezká a chytrá, „*no, skřípe nám to, ale udělám jí dítě, však ono to nějak půjde*“. Existuje celá řada dalších možností. Toto nezodpovědné, případně špatné vyhodnocení chování a postojů partnera nám v budoucnu může přinést velice problémové a stresové situace, plné neštěstí a bolu.

Co se týče nekomunikace s partnerem, i zde vysvítá celá řada možných důvodů. Podle mě nejčastější důvod je ten, že dva jedinci neviděli správnou komunikaci u svých rodičů a po prvním poblouznění dochází pomalu k úpadku i jejich komunikace. Jedna z možností je ta, že jeden z partnerů může spekulovat – „*vzali jsme se, mám ho doma napařádk, proč se s ním bavít*“. Další z variant je, že partner je dobře skrytý sobec a upřednostňuje pouze svoje osobní zájmy (záliby, koníčky, profesní růst) a toho druhého potřebuje jen jako sluhu v domácnosti.

Pokud je muž alespoň částečně zodpovědný, snaží se vyhovět všem nárokům na něj kladeným. Dá se říci, že současná doba přináší pro dnešního muže spoustu nejistot a mnohem více od něj vyžaduje, aby přistupoval ke svému životu aktivně zodpovědně. Tím myslím být úspěšný v zaměstnání, splácet hypotéku, starat se o dítě a ženu. Někdy se však může stát, že muž tyto nároky na něj kladené nezvládne.⁴⁴

Muži většinou pocítují osobní selhání v době nezaměstnanosti a jiných ekonomických neúspěchů. Někteří muži nezvládnou své problémy řešit sami, sklouznou ke kriminalitě, alkoholismu nebo pak k agresivitě či depresím. Muži, kteří nenaplní tradiční normy a též nejsou schopni dostát novým požadavkům, jež na ně okolí často klade, mají pocit osobního selhání a s tím přicházejí psychické problémy. Ti šťastnější

⁴⁴ Magazín Víkend – páteční příloha hospodářských novin číslo 43, ze dne 29. října 2010

chodí na psychoterapii, ti, kteří se za své problém stydí, to nedokáží a končí u alkoholu nebo ještě hůř.

Přiznat sobě a lidem okolo, že nejsem vždy úspěšný, silný, odvážný, zkrátka „king“, že mě někdy nebaví práce, štvou děti, s partnerkou si momentálně nerozumím, propadám cigaretám a rád bych to změnil, to vyžaduje kus odvahy a zdravého sebevědomí. Myslím si, že pokud si muž toto dokáže přiznat a říct nahlas, jedná se o jedince, který má šanci vzít svůj život do vlastních rukou, odolat nepřízni osudu a vytvořit funkční rodinu, které bude otcem s velkým O.

4. Výzkum

4.1. Úvod do výzkumu

Současná doba je plná změn, které neustávají, ba naopak. Značné změny ve společnosti dle mého názoru přinesla listopadová revoluce v roce 1989. Celkově se změnila vnitřní struktura fungování státu, a tím i společnosti.

Každý člověk, který chce být platným členem společnosti, musí tyto změny a pokrok vstřebat, přijmout je a vyrovnat se s nimi. Po listopadové revoluci v roce 1989, kdy jsme se jako stát otevřeli světu, přicházejí tyto změny nejenom na poli vědecko - technického rozvoje, ale též v oblasti mezilidského soužití a v sociální sféře.

Změnilo se nejen postavení ženy v současné společnosti, ale pochopitelně také i postavení muže. Mám především na mysli tradiční změnu role otce a matky. Tyto dvě rodičovské úlohy dostaly s příchodem společenské transformace určitých změn.

V nynější době se poměrně značně překrývají. S rozvojem ženské emancipace a rovnoprávnosti musí novodobý muž bojovat o své místo nejen v zaměstnání, ale i v osobním životě. Většina mužů v dnešní společnosti hledá novou identitu nejen na poli manžel – partner, ale také rodič – otec. Pro většinu z nich to není snadný úkol. Dost často jim chybí potřebný vzor. Můžeme si položit otázku, kde tento vzor najít, pokud ho muž neviděl nebo nenašel u svých rodičů. Toto je nesnadný úkol a dalo by se říci velký problém dnešní doby.

4.2. Cíl výzkumu, charakteristika výzkumného vzorku

Cílem výzkumu bylo pomocí kvantitativního dotazníkového šetření zjistit odpovědi na konkrétní problematické okruhy v mezilidském soužití:

- zda se u respondentů prokázala psychická zátěž při rozpadu manželství
- zda se u respondentů prokázala stresová zátěž při komunikaci s teď již bývalým partnerem v době jejich rozvodu nebo rozchodu
- zda se respondenti názorově přiklánějí nebo nepřiklánějí k možnosti střídavé péče o dítě

V souvislosti s cílem bakalářské práce jsem si určil tyto hypotézy:

Hypotéza č. 1: Předpokládám, že u většiny mužů dochází při rozpadu manželství ke vzniku stresu a stresových situací

Hypotéza č. 2: Předpokládám, že u většiny mužů dochází po rozpadu manželství (nebo dlouhodobého vztahu) ke vzniku stresových situací při komunikaci s bývalým partnerem

Hypotéza č. 3: Předpokládám, že většina mužů se přiklání k možnosti střídavé péče o dítě

Cílovou výzkumnou skupinu tvořili muži ve věku 20 a více roků. Výzkum byl proveden mezi muži z mého okolí. Jednu ze skupin tvořili spolupracovníci a spolužáci, se kterými studuji vysokou školu. Další skupinou byli náhodně dotázaní muži, kteří byli osloveni prostřednictvím mých známých a kamarádů.

Dotazníky vyplnilo celkem 62 respondentů. Skupina těchto dotázaných osob byla různorodá co se týče druhu zaměstnání i místa bydliště. Dotázaní respondenti bydlí různě jak v malé vsi, menším městě, okresním městě, tak i velkoměstě.

V žádném případě se nejedná o rozsáhlý výzkum. Dá se říci, že jde o velmi malou sondu v řadách současných mužů. Úkolem výzkumu je zjistit, v jaké situaci se

nacházeli dnešní muži při a po rozpadu vztahu v rodinném, či partnerském soužití. Taktéž jsem zjišťoval, jaké názory na rozpad manželství nebo vztahu zastávají současní muži a jejich názory na střídavou péči o děti.

4.3. Metoda a organizace výzkumu

Pro mou práci se mi stala zdrojem literatura, internetové odkazy, ale i vlastní životní zkušenost. Výzkum jsem prováděl v období měsíců prosince 2011 až března 2012. Pro získání potřebných údajů jsem použil dotazníkové metody. Tento způsob výzkumu je velmi oblíbený, protože jeho prostřednictvím lze ve velmi krátkém časovém období získat značné množství dat od velké skupiny dotázaných osob.

Další z předností dotazníkové metody je zachování anonymity, diskrétnosti a časové nenáročnosti. Smyslem zachování anonymity je přimět dotazované osoby k upřímným odpovědím. Cílem dotazníku bylo zjistit osobní názory a postoje současných mužů na předmětné téma.

Hlavní předností dotazníkové metody je získání dat, které je možné později kvantifikovat. Tím je myšleno, že tato shromážděná data lze vyčíslit, změřit nebo porovnat.

Dotazník jsem rozdělil na dvě části s celkem šestnácti otázkami. První část dotazníku je určena pro muže, kteří jsou v současné době ženatí, nebo v partnerském vztahu. Druhá část je určena mužům, kteří jsou, nebo byli rozvedeni.

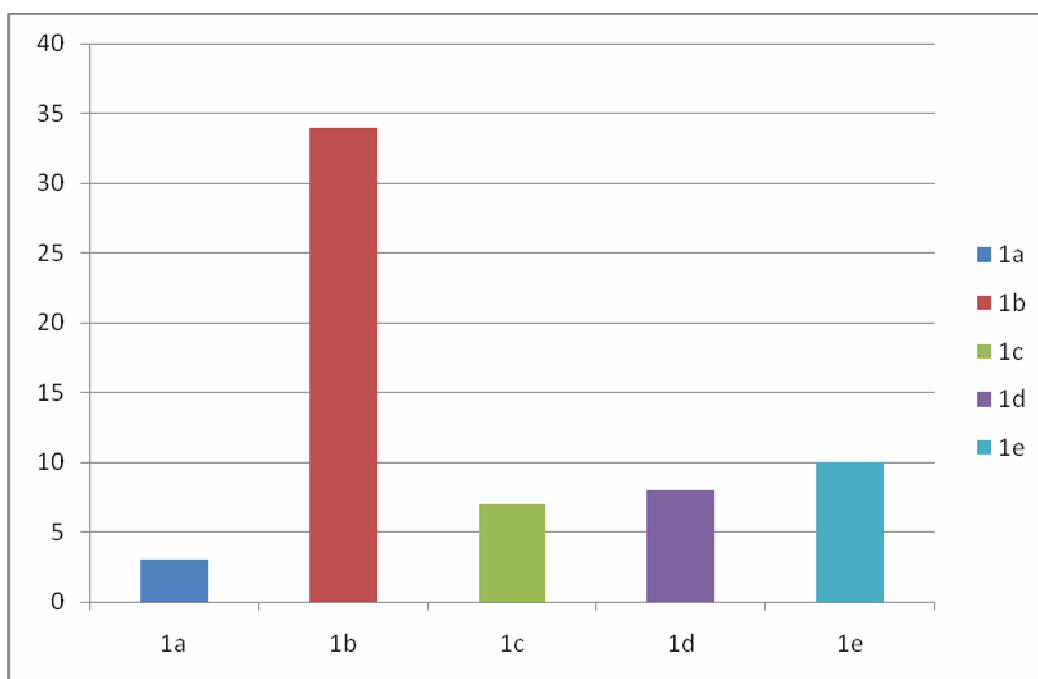
V dotazníku jsem převážně použil uzavřené otázky, kde si respondenti mohli vybrat pouze jednu z nabídnutých možností nebo případně jinak konkrétně specifikovat svoji odpověď.

4.4. Zpracování a vyhodnocení dat z dotazníku

Otázka č. 1) Váš současný stav:

- a) svobodný
- b) ženatý
- c) druh - partner
- d) rozvedený – bez partnera
- e) rozvedený a opět ve vztahu

Graf k otázce č. 1



Zdroj: vlastní

Z celkového počtu 62 respondentů zvolilo:

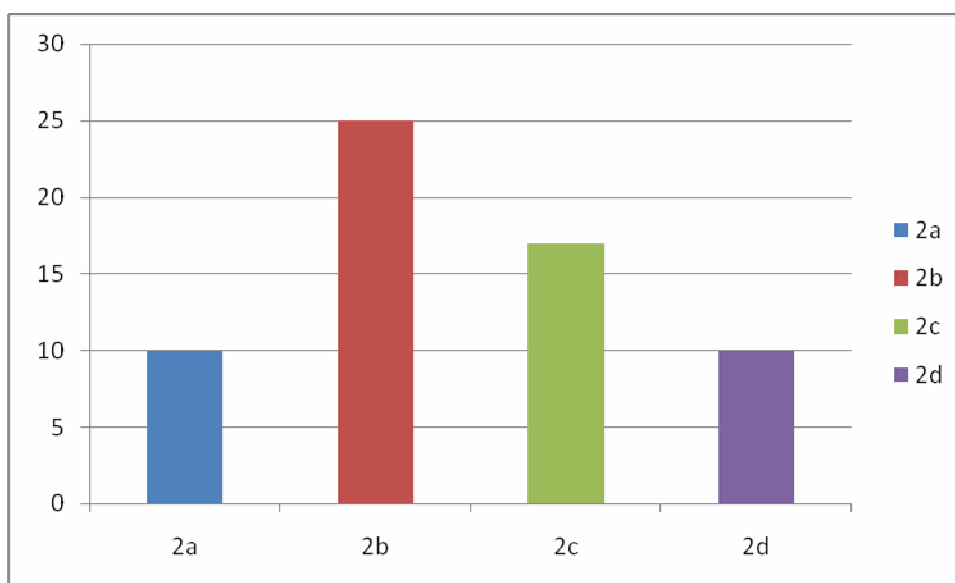
- 34 mužů (54,8 %) možnost b) – ženatý
- 10 mužů (16,1 %) možnost e) – rozvedený a opět ve vztahu
- 8 mužů (12,9 %) možnost d) – rozvedený, bez partnera
- 7 mužů (11,2 %) možnost c) – druh nebo partner
- 3 muži (4,8 %) možnost a) - svobodný

Z tohoto souhrnu vyplývá, že největší procento respondentů jsou ženatí muži.

Otázka č. 2) Věk:

- a) 20 – 30 roků
- b) 31 – 40 roků
- c) 41 – 50 roků
- d) 51 a více roků

Graf k otázce č. 2



Zdroj: vlastní

Z celkového počtu 62 respondentů zvolilo:

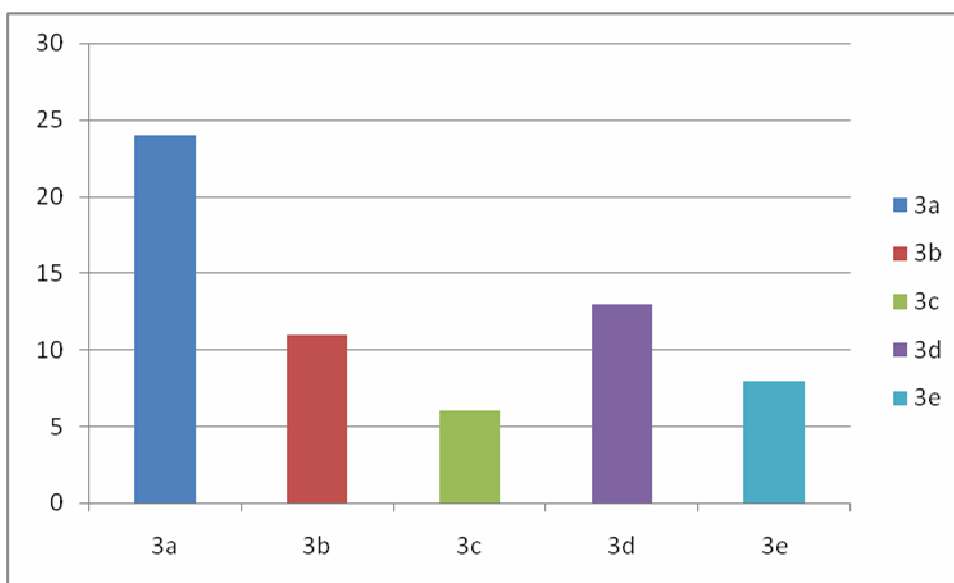
- 25 mužů (40,3 %) možnost b) – věk 31 – 40 roků
- 17 mužů (27,4 %) možnost c) – věk 41 – 50 roků
- 10 mužů (16,1 %) možnost a) – věk 20 – 30 roků
- 10 mužů (16,1 %) možnost d) – věk 51 a více roků

Z tohoto souhrnu vyplývá, že největší procento respondentů bylo ve věku 31 – 40 let.

Otázka č. 3) Délka současného sňatku nebo partnerství:

- a) 0 – 5 let roků
- b) 6 – 10 let roků
- c) 11 – 15 let roků
- d) 16 – 20 roků
- e) 21 a více roků

Graf k otázce č. 3



Zdroj: Vlastní

Z celkového počtu 62 respondentů zvolilo:

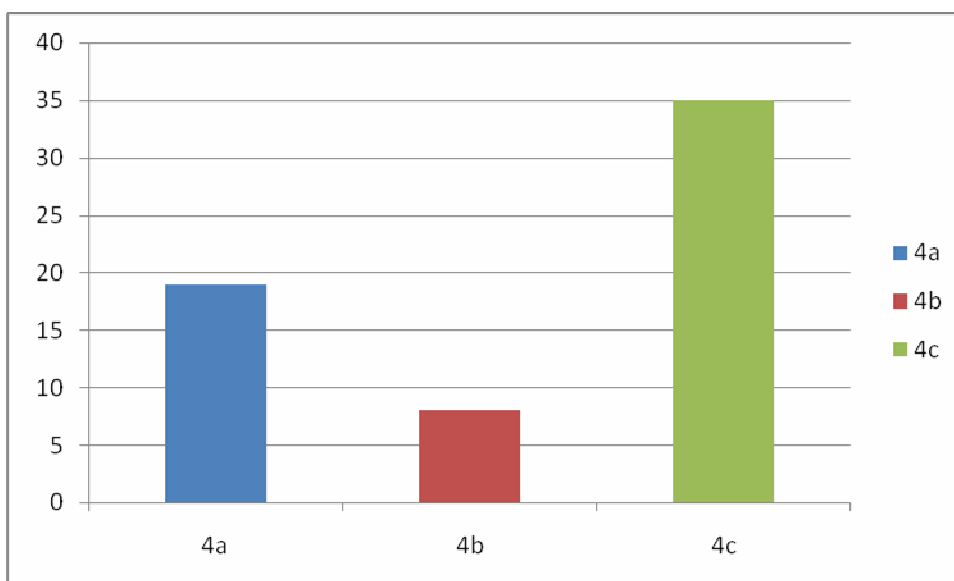
- 24 mužů (38,7 %) možnost a) – 0 – 5 roků
- 13 mužů (20,9 %) možnost d) – 16 – 20 roků
- 11 mužů (17,7 %) možnost b) – 6 – 10 roků
- 8 mužů (12,9 %) možnost e) – 21 a více roků
- 6 mužů (9,7 %) možnost c) – 11 – 15 roků

Z tohoto souhrnu vyplývá, že největší procento respondentů je v délce trvání vztahu 0 – 5 roků.

Otázka č. 4) Počet dětí, o které pečujete – myšleno vlastní i nevlastní:

- a) manželství nebo partnerství je bezdětné
- b) jedno dítě
- c) dvě a více dětí

Graf k otázce č. 4



Zdroj: vlastní

Z celkového počtu 62 respondentů zvolilo:

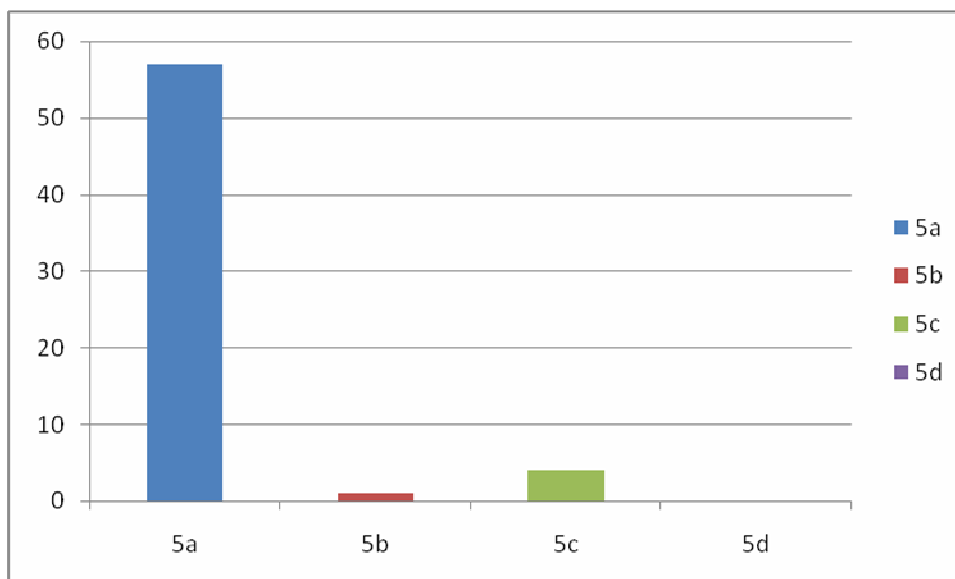
- 35 mužů (56,5 %) možnost c) – dvě a více dětí
- 19 mužů (30,6 %) možnost a) – manželství nebo partnerství je bezdětné
- 8 mužů (12,9 %) možnost b) – jedno dítě

Z tohoto souhrnu vyplývá, že největší procento respondentů v současné době pečuje o 2 více dětí.

Otázka č. 5) Myslíte si, že děti mají právo vyjádřit svůj názor na porozvodovou péči?

- a) ano
- b) ne
- c) nevím
- d) nemám na to názor

Graf k otázce č. 5



Zdroj: vlastní

Z celkového počtu 62 respondentů zvolilo:

- 57 mužů (91,9 %) možnost a) – ANO
- 4 muž (6,5 %) možnost c) – NEVÍM
- 1 muž (1,6 %) možnost b) – NE
- možnost d) – nemám na to názor – nebyla využita

Z tohoto souhrnu vyplývá, že největší procento respondentů si myslí, že děti mají právo vyjádřit svůj názor na porozvodovou péči.

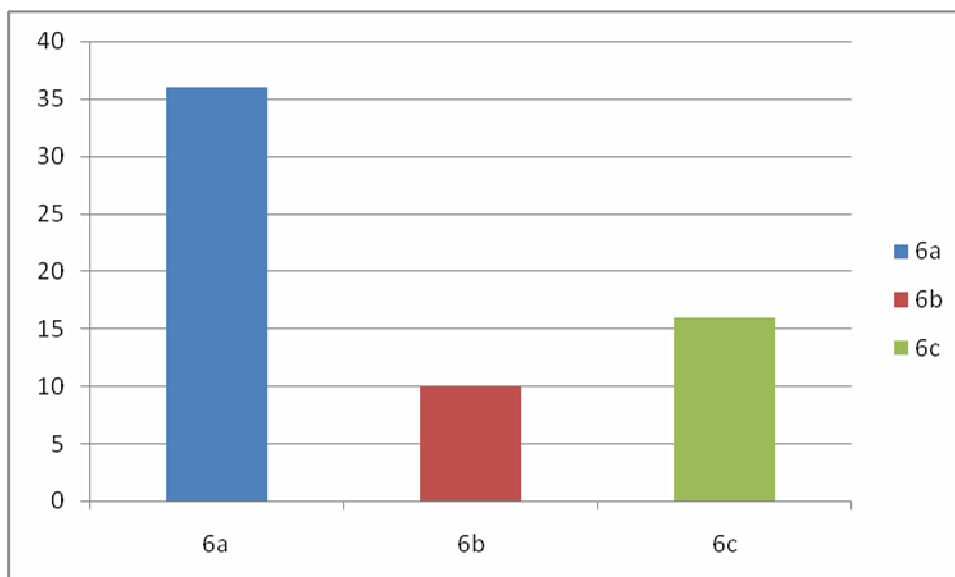
Otázka č. 6) Co si myslíte o možnosti střídavé péče rodičů o dítě?

- a) přikláním se k této možnosti
- b) nepřikláním se k této možnosti
- c) nedokáži se vyjádřit

Pokud se přikláníte, uveďte důvody proč **A N O** :.....

Pokud se nepřikláníte, uveďte důvody proč **N E** :.....

Graf k otázce č. 6



Zdroj: vlastní

Z celkového počtu 62 respondentů zvolilo:

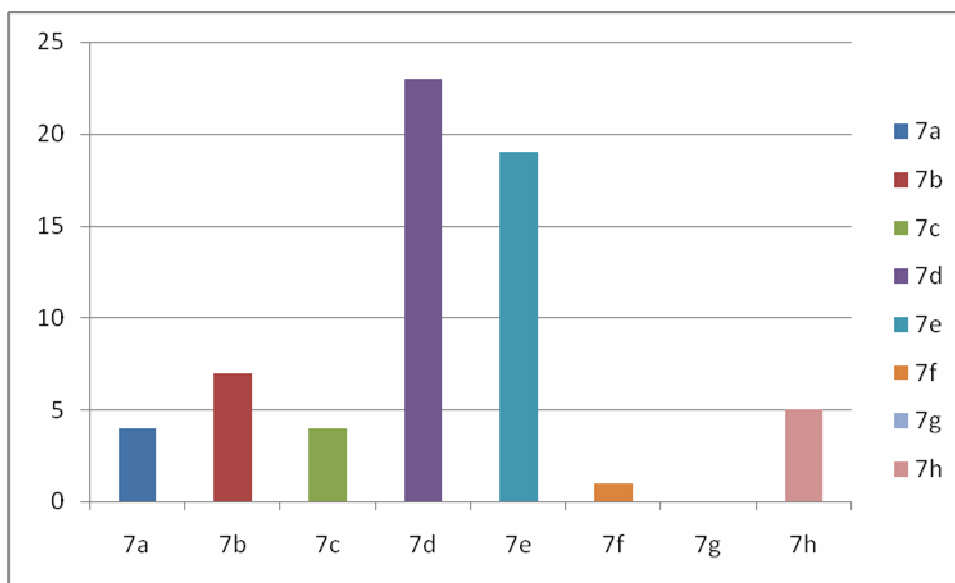
- 36 mužů (58,1 %) možnost a) – přikláním se k této možnosti
- 16 mužů (25,8 %) možnost c) – nedokáži se vyjádřit
- 10 mužů (16,1 %) možnost b) – nepřikláním se k této možnosti

Z tohoto souhrnu vyplývá, že největší procento respondentů se přiklání k možnosti střídavé péče rodičů o dítě.

Otázka č. 7) Co je pro Vás z pohledu muže největším problémem, který by mohl zapříčinit rozpad vašeho vztahu:

- | | |
|---|-------------------------------------|
| a) ztráta zaměstnání | b) nedostatek finančních prostředků |
| c) vícegenerační problémy při vzájemném soužití | d) nevěra |
| e) závislost – drogy, alkohol, automaty | f) závažná změna zdravotního stavu |
| g) postižené dítě | h) jiné (uved'te)..... |

Graf k otázce č. 7



Zdroj: vlastní

Z celkového počtu 62 respondentů zvolilo:

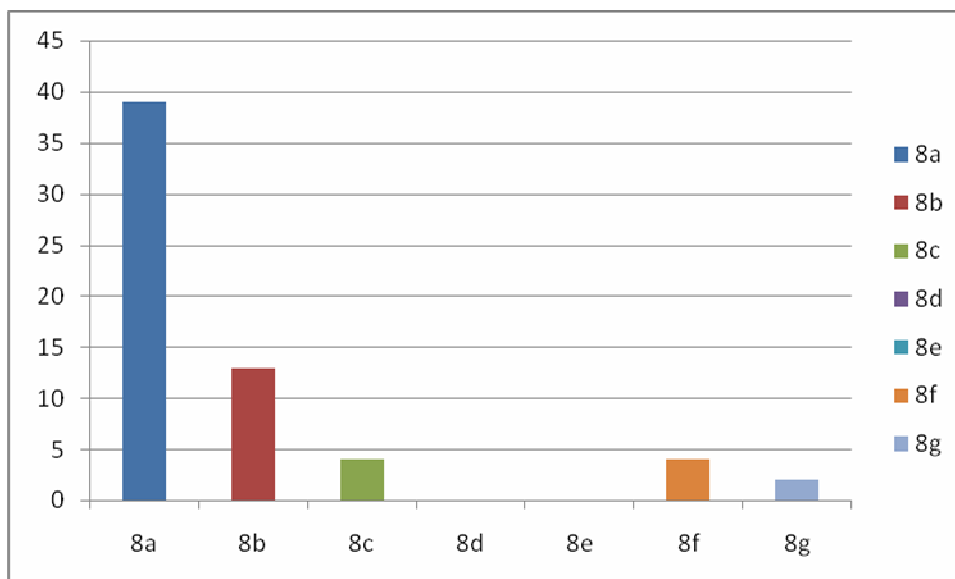
- 25 mužů (40,3 %) možnost d) – nevěra
- 16 mužů (25,8 %) možnost e) – závislost
- 7 mužů (11,3 %) možnost b) – nedostatek finančních prostředků
- 5 mužů (8,0 %) možnost h) – jiné
- 4 muži (6,4 %) možnost a) – ztráta zaměstnání
- 4 muži (6,4 %) možnost c) – vícegenerační problémy
- 1 muž (1,6 %) možnost f) – závažná změna zdravotního stavu
- možnost g) – postižené dítě - nebyla využita

Z tohoto souhrnu vyplývá, že největší procento respondentů shledává jako příčinu rozpadu vztahu nevěru.

Otázka č. 8) Jak řešíte vzniklé problémy ve vztahu s partnerem?

- a) komunikací s partnerem
- b) mlčením (tzv. tichá domácnost)
- c) rozepře, hádka, afekt
- d) alkohol
- e) nevěra
- f) opuštění společných prostor
- g) jiné (uved'te).....

Graf k otázce č. 8



Zdroj: vlastní

Z celkového počtu 62 respondentů zvolilo:

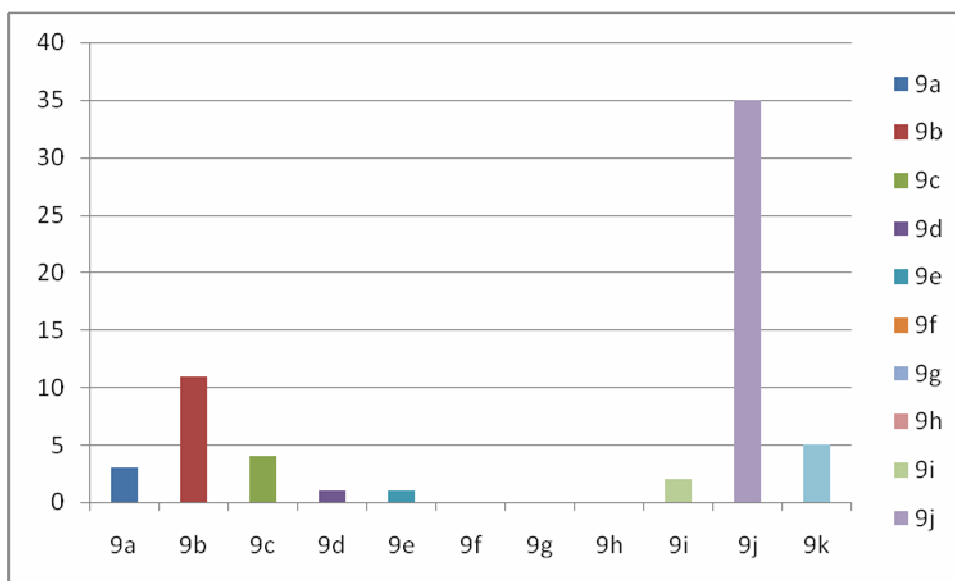
- 39 mužů (62,9 %) možnost a) – komunikace s partnerem
- 13 mužů (21,0 %) možnost b) – mlčení
- 4 muži (6,4 %) možnost c) – rozpře, hádka
- 4 muži (6,4 %) možnost f) – opuštění společných prostor
- 2 muži (3,2 %) možnost g) – jiné
- možnost d) – alkohol - nebyla využita
- možnost e) – nevěra – nebyla využita

Z tohoto souhrnu vyplývá, že největší procento respondentů volí možnost komunikace pro řešení vzniklých problémů ve vztahu s partnerem.

Otázka č. 9) Prochází Váš současný partnerský vztah některými z uvedených obtíží?

- a) partnerský nesoulad
- b) starosti s finančními prostředky
- c) otázka životních hodnot a životního stylu
- d) otázka výchovy dětí
- e) nevhodní kamarádi
- f) zdravotní potíže
- g) nerovnost dosaženého vzdělání partnerů
- h) otázka víry
- i) ztráta zaměstnání
- j) neprochází obtížemi
- k) jiné (uveďte).....

Graf k otázce č. 9



Zdroj: vlastní

Z celkového počtu 62 respondentů zvolilo:

- 35 mužů (56,4 %) možnost j) – jsem spokojen
- 11 mužů (18,2 %) možnost b) – finanční prostředky
- 5 mužů (8,1 %) možnost k) – jiné
- 4 muži (6,4 %) možnost c) – otázka životních hodnot

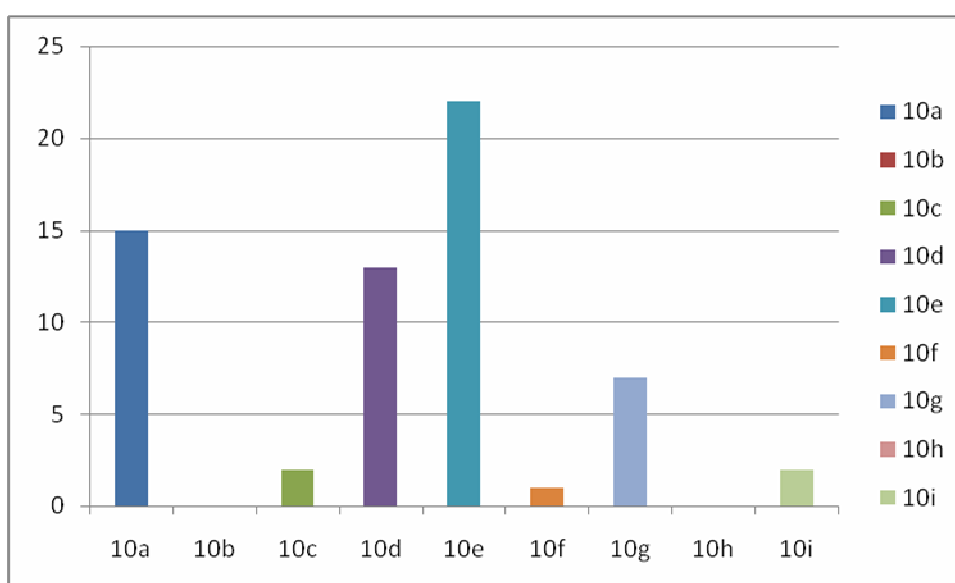
- 3 muži (4,7 %) možnost a) – partnerský nesoulad
- 2 muži (3,2 %) možnost i) – ztráta zaměstnání
- 1 muž (1,6 %) možnost d) – otázka výchovy dětí
- 1 muž (1,6 %) možnost e) – nevhodní kamarádi
- možnosti f), g), h) - nebyly využity

Z tohoto souhrnu vyplývá, že největší procento respondentů je ve svém partnerském vztahu spokojeno.

Otázka č. 10) Jak kompenzujete stresové situace, které se vás dotýkají?

- a) sport
- b) hrací automaty
- c) návykové látky, např. alkohol, drogy, léky
- d) fyzická práce
- e) koníčky, zájmy, záliby
- f) fyzická agrese
- g) preference pobytu o samotě
- h) náhodný mimopartnerský pohlavní styk
- i) jiné (uveďte).....

Graf k otázce č. 10



Zdroj: vlastní

Z celkového počtu 62 respondentů zvolilo:

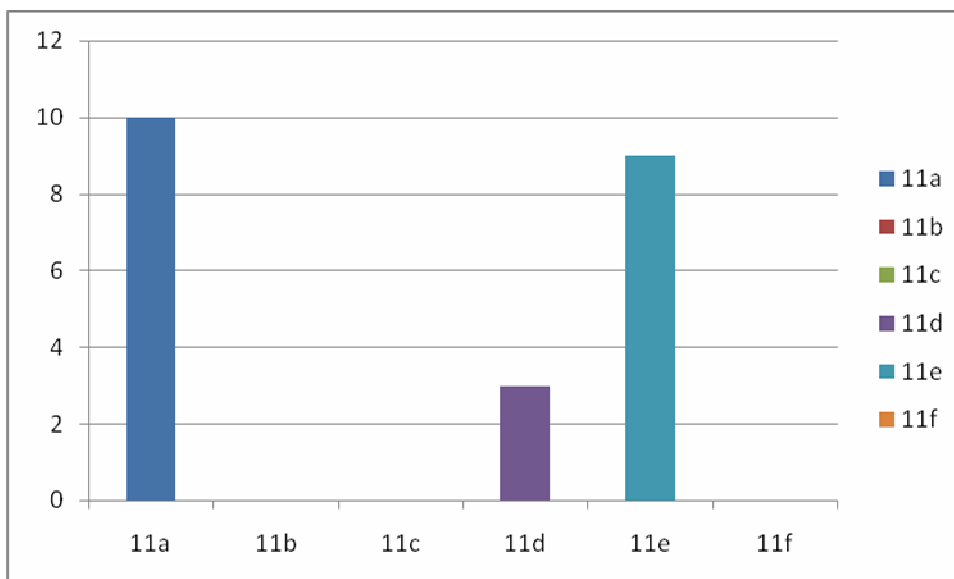
- 22 mužů (35,4 %) možnost e) – koníčky
- 15 mužů (21,0 %) možnost d) – fyzická práce
- 7 mužů (11,2 %) možnost g) – preference pobytu o samotě
- 2 muži (3,2 %) možnost i) – jiné
- 2 muži (3,2 %) možnost c) – návykové látky
- 1 muž (1,6 %) možnost f) – fyzická agrese
- možnosti b), h) – nebyly zvoleny

Z tohoto souhrnu vyplývá, že největší procento respondentů kompenzuje stresové situace koníčky.

Otázka č. 11) Důvod rozvodu:

- a) osobní a názorové neshody
- b) finanční neshody
- c) neshody ve výchově dětí
- d) zásahy cizích osob (rodiče, kamarádi.....)
- e) nevěra
- f) jiné (uveďte).....

Graf k otázce č. 11



Zdroj: vlastní

Z celkového počtu 22 rozvedených respondentů zvolilo:

- 10 mužů (45,5 %) možnost a) – osobní a názorové neshody
- 9 mužů (40,9 %) možnost e) – nevěra
- 3 muži (13,6 %) možnost d) – zásahy cizích osob
- možnosti b), c), f) – nebyly využity

Z tohoto souhrnu vyplývá, že největší procento rozvedených respondentů udává za důvod rozvodu osobní a názorové neshody.

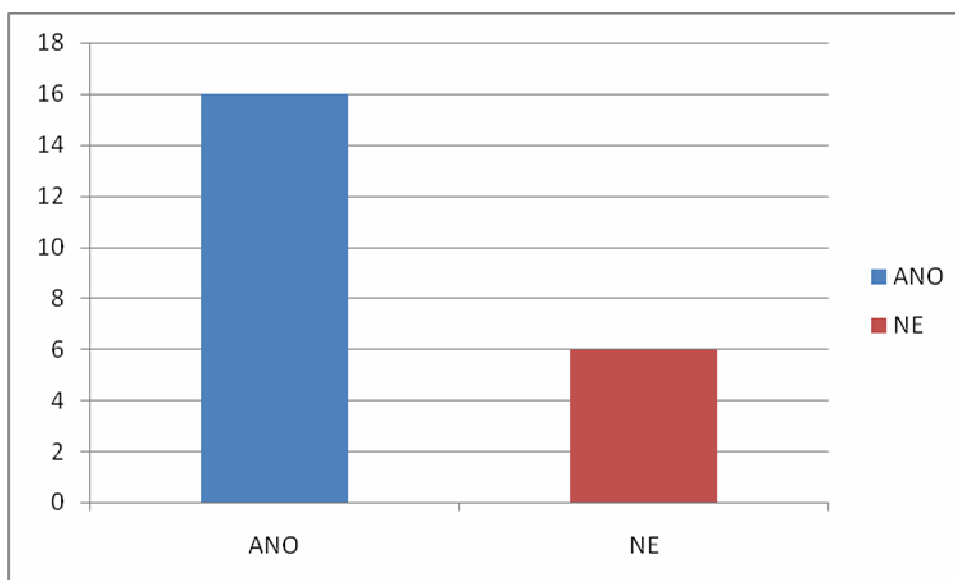
Otázka č. 12) Byl pro Vás rozvod psychicky náročný?

ano – ne

Pokud ano, specifikujte na škále 1 – 5 (č. 1 mírná psychická zátěž, č. 3 střední psychická zátěž, č. 5 velmi vysoká psychická zátěž).

1 2 3 4 5

Graf k otázce č. 12



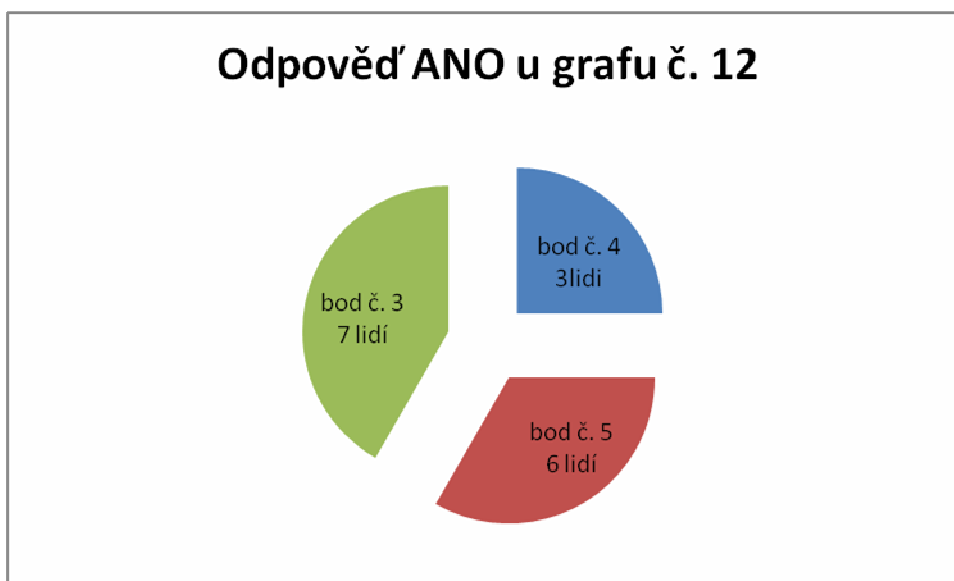
Zdroj: vlastní

Z celkového počtu 22 rozvedených respondentů zvolilo:

- 16 mužů (72,7 %) možnost a) – ANO
- 6 mužů (27,3 %) možnost b) – NE

Z tohoto souhrnu vyplývá, že největší procento rozvedených respondentů zaznamenalo psychickou zátěž při rozvodu.

Vyhodnocení odpovědi ANO k grafu č. 12



Zdroj: vlastní

Psychická náročnost rozvodu byla pro 7 mužů (43,7 %) mužů středně vysoká.

Psychická náročnost rozvodu byla pro 3 muže (18,7 %) značně vysoká.

Psychická náročnost rozvodu byla pro 6 (37,5 %) mužů velmi vysoká.

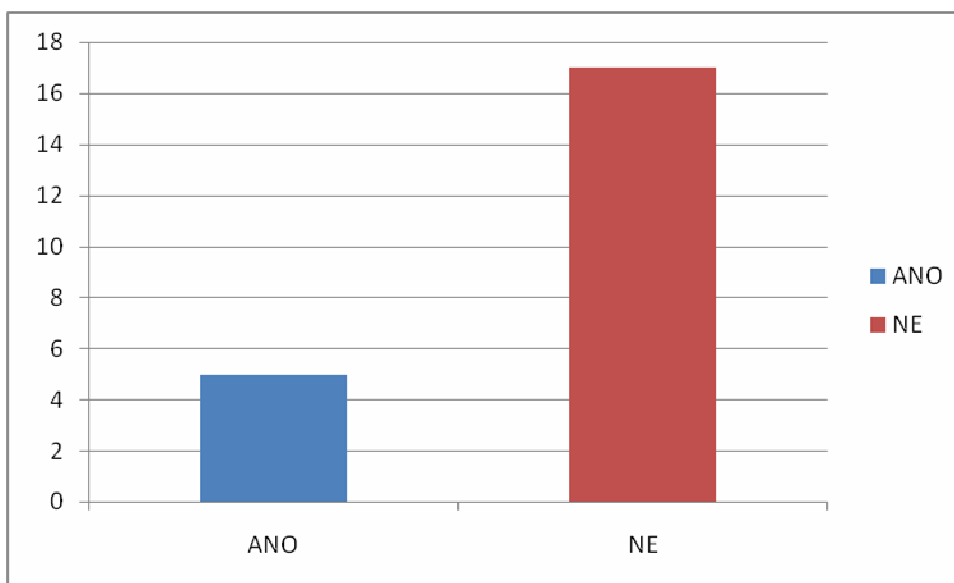
Otázka č. 13) Potřeboval jste v době psychické rozvodové zátěže pomoc odborníka?

ano – ne

Pokud ano, čí pomoc jste vyhledal:

- a) psycholog
- b) psychiatr
- c) manželská poradna
- d) sociální pracovníce
- e) kamarád, rodina
- f) jiné uveďte.....

Graf k otázce č. 13



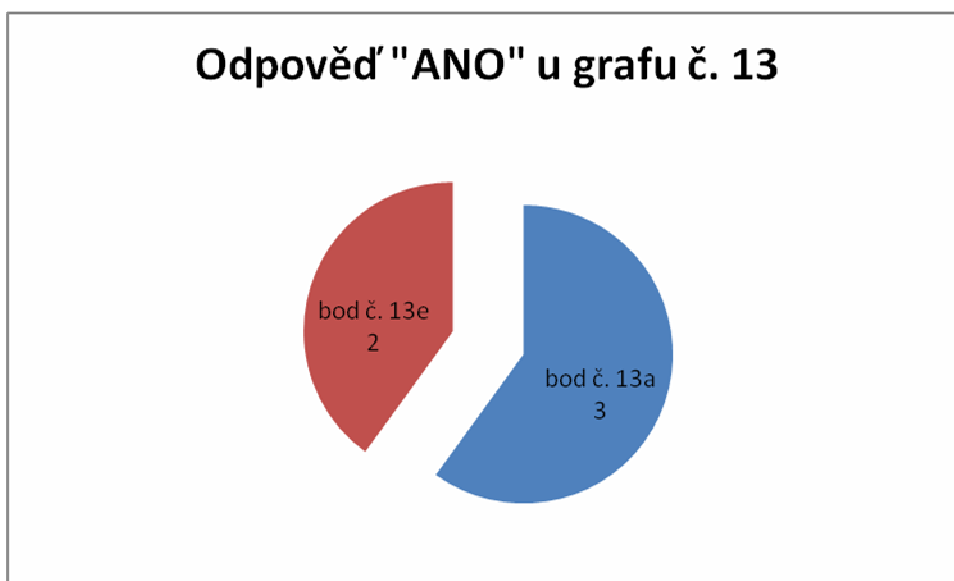
Zdroj: vlastní

Z celkového počtu 22 rozvedených respondentů zvolilo:

- 5 mužů (22,7 %) možnost a) – ANO
- 17 mužů (77,3 %) možnost b) – NE

Z tohoto souhrnu vyplývá, že největší procento rozvedených respondentů nevyhledalo v době rozvodové zátěže pomoc odborníka.

Vyhodnocení odpovědi ANO k grafu č. 13



Zdroj: vlastní

V době psychické rozvodové zátěže vyhledali 3 muži (60 %) pomoc psychologa.

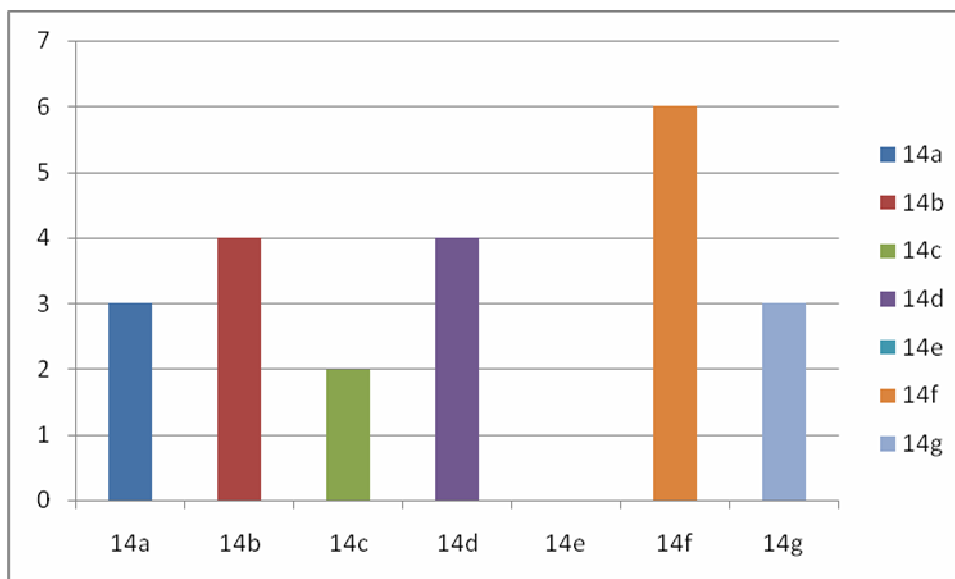
V době psychické rozvodové zátěže vyhledali 2 muži (40 %) pomoc rodiny a kamarádů.

Možnosti b), c), d), f) – nebyly využity.

Otázka č. 14) Objevily se u Vás nějaké příznaky stresu při Vašem rozvodovém řízení?

- a) nespavost
- b) nesoustředěnost
- c) malátnost a únava
- d) zažívací potíže
- e) apatie
- f) bez příznaků
- g) jiné (uveďte).....

Graf k otázce č. 14



Zdroj: vlastní

Z celkového počtu 22 rozvedených respondentů zvolilo:

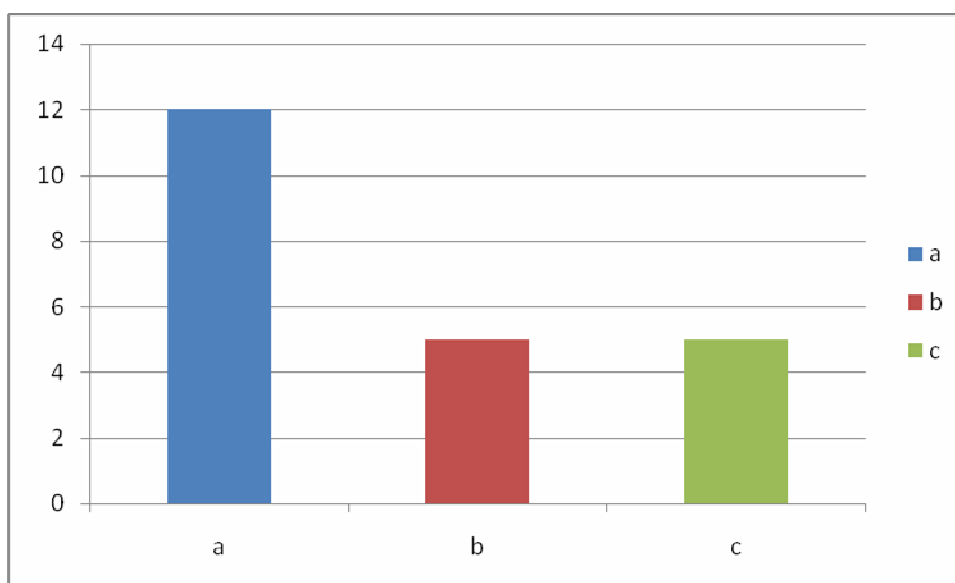
- 6 mužů (27,3 %) možnost f) – bez příznaků
- 4 muži (18,2 %) možnost b) – nesoustředěnost
- 4 muži (18,2 %) možnost d) – zažívací potíže
- 3 muži (13,6 %) možnost a) – nespavost
- 3 muži (13,6 %) možnost g) – jiné

Z tohoto souhrnu vyplývá, že největší procento rozvedených respondentů uvedlo, že při rozvodovém řízení se u nich neprojeví žádné příznaky stresu.

15) Psychická náročnost komunikace s ex partnerem při rozvodu (rozchodu) a po rozvodu (rozchodu):

- a) nízká
- b) vysoká
- c) nefunkční (nemožná)

Graf k otázce č. 15



Zdroj: vlastní

Z celkového počtu 22 rozvedených respondentů zvolilo:

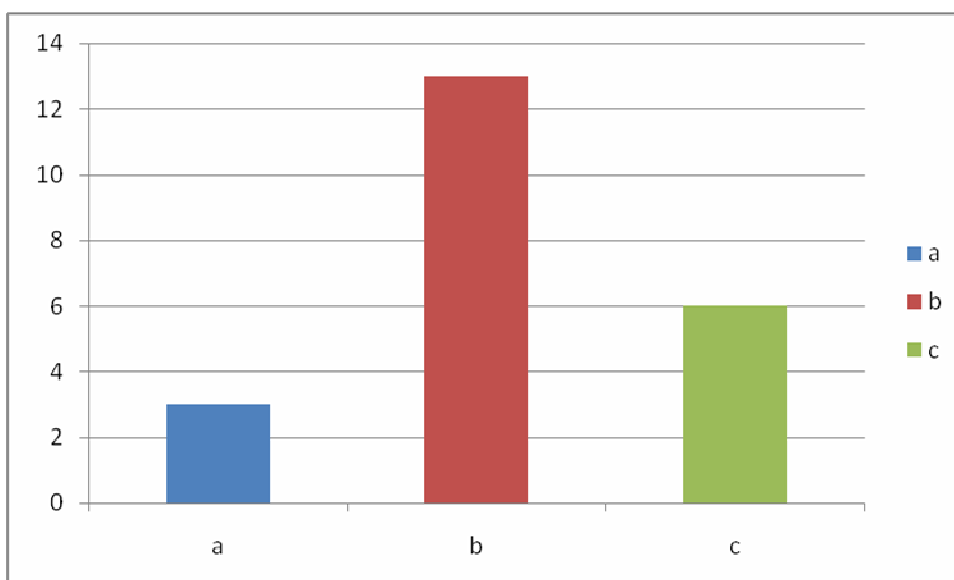
- 12 mužů (54,6 %) možnost a) – nízká
- 5 mužů (22,7 %) možnost b) – vysoká
- 5 mužů (22,7 %) možnost c) – nefunkční, nemožná

Z tohoto souhrnu vyplývá, že největší procento rozvedených respondentů uvedlo psychickou náročnost komunikace s expartnerem za nízkou.

16) Jaká byla Vaše dohoda s expartnerem po rozchodu nebo rozvodu na výchově Vašich dětí?

- a) dohoda s problémy
- b) dohoda bez problémů
- c) musel rozhodnout soud

Graf k otázce č. 16



Zdroj: vlastní

Z celkového počtu 22 rozvedených respondentů zvolilo:

- 14 mužů (63,6 %) možnost b) – dohoda bez problémů
- 5 mužů (22,7 %) možnost c) – musel rozhodnout soud
- 3 muži (13,6 %) možnost a) – dohoda s problémy

Z tohoto souhrnu vyplývá, že největší procento rozvedených respondentů zvládlo dohodu o výchově dětí po rozvodu bez problémů.

4.5. Vyhodnocení stanovených hypotéz

Získaná data z dotazníku byla podrobena analýze s cílem potvrdit či vyvrátit hypotézy, které byly stanoveny na počátku výzkumu.

Hypotéza č. 1: Předpokládám, že u většiny mužů dochází při rozpadu manželství nebo vztahu ke vzniku stresu a stresových situací.

Tato moje hypotéza se **potvrdila**. Jakákoliv stresová situace má negativní dopad na lidské zdraví, a to jak v oblasti psychické, tak fyzické. Z názorů psychologů a ostatních odborníků vyplývá, že největší stresové situace člověk prožívá z důvodu nefungujících mezilidských vztahů. Odborníky byla všeobecně stanovena jako nejzávažnější stresová zátěž, a to pro obě pohlaví, doba manželského rozvodu. Výzkumy v oblasti rozvodové zátěže ukazují, že období rozvodu je pro všechny muže přibližně stejně náročné. Nezáleží na tom, zda muž bydlí v Praze nebo někde v Izraeli. Stres při rozvodu poškozují všechny zúčastněné osoby stejnou měrou.

Hypotéza č. 2: Předpokládám, že pro většinu rozvedených mužů (nebo pro ty, kterým se rozpadl dlouhodobý vztah) je psychicky náročná komunikace s bývalým partnerem.

Tato moje hypotéza se **nepotvrdila**. Při rozpadu dlouholetého vztahu, ze kterého vzešly děti, je mezi bývalými partnery vítaná přiměřená a přínosná komunikace, která zajistí další fungování teď již rozvodem poznamenané rodiny. Hlavní důraz při této komunikaci by oba bývalí partneři měli klást zejména na vyřešení otázek týkajících se další péče o děti. Je tudíž žádoucí, aby oba rodiče našli způsob, jak spolu dále vycházet na úrovni. Opak však bývá pravdou. V mnoha případech se spíše stává, že jeden z partnerů je zasažen rozvodem tak silně, že se cítí zrazený, podvedený, zhrzený a poníženy. Tyto vnitřní pocity jednoho z partnerů mohou tohoto jedince vyprovokovat k vysoce negativnímu postoji v komunikaci, který má za následek například ztížení a nebo znemožnění veškerého kontaktu druhého partnera s vlastními dětmi. Proto je důležitý a nezbytný určitý stupeň zdravé komunikace mezi bývalými manželi.

Hypotéza č. 3: Předpokládám, že většina mužů se přiklání k možnosti střídavé péče o dítě.

Tato moje hypotéza se **potvrdila**. Při rozvodovém řízení manželů vzniká mezi nimi ve většině případů spor o to, komu z nich má být dítě svěřeno do péče. Vždy jeden nebo výjimečně oba rodiče žádají soud o rozhodnutí v této věci, pakliže nejsou schopni se v této důležité otázce shodnout a nebo domluvit sami.

Za předpokladu, že oba rodiče mají zájem mít dítě ve své péči a dítě stojí o to, aby ho i po rozvodu vychovávali oba rodiče, pak by byl vhodné dopřát dítěti sluchu a vzít v úvahu i jeho postoj. Otázka střídavé péče je z mého úhlu pohledu velice složitá, stejně jako je obtížné toto rozhodovat. Jinak se bude chovat a rozhodovat dítě tříleté a jinak dítě čtrnáctileté. A rodiče svému dítěti situaci neulehčí, protože se o něj chtějí oba starat stejnou měrou.

Při dotazování se na tuto otázku byla většina respondentů pro možnost střídavé péče o dítě. Jenom mne napadá, jak by se aktérům po rozvodu líbila varianta, že dítě zůstává ve stejném prostředí (dům, byt) a střídají se u něj jeho rodiče, aby o něj s láskou pečovali. Každý dospělý člověk, který je rodič a žije v manželství nebo v dlouhodobém partnerství, zodpovídá za to, co bude dále s jeho potomkem, pokud se tento statut soužití změní. Proto si myslím, že v otázkách rozvodu by rodiče měli mít především na zřeteli blaho svého dítěte, a ne jen uskutečnění vlastních potřeb. Děti se nás přece neprosí, abychom je přivedli na svět, to my je chceme.

Závěr

Ve své bakalářské práci se zabývám problematikou zátěže mužů v současné rodině. Dnes a denně se setkávám se zvýšenými požadavky a následně zátěží stále častěji kladenou jak na mne, tak na většinu mužů z řad mých známých. Bohužel tato stále narůstající zátěž sebou nese mnohá úskalí, a to zejména v normálním, běžném životě.

U člověka může vyvolat psychické vypětí, duševní strádání, a tím před něj postavit velké množství překážek nejen v profesním, ale zejména v partnerském a rodinném životě.

Pro zpracování tématu jsem si vybral konkrétní zátěž týkající se rozvodu manželství a následných komplikací spojených s vybudováním nového života. Takto zatížený jedinec – muž není schopen všechny pracovní i soukromé úkoly na něj kladené vždy zvládnout bez problémů, s klidem a nadhledem, vyrovnaně, racionálně, energicky a s použitím mužské logiky, jak by je zvládal za jiných okolností, to znamená v době pro něj příznivější, v době „*klidu a pohody*“.

Při dlouhotrvající stresové zátěži se musí zcela zákonitě změnit chování zatěžovaného jedince ve smyslu ztráty důvěry v okolí, snížené adaptability na změny, snížené schopnosti komunikace s okolím, mohou se objevit i prvky vztahovačnosti, nesoustředěnosti a agresivity, a to celé může vyústit do ztráty zájmu o všechno kolem sebe.

Pokud muž po rozvodu do této psychické nestability zabředne, je pro něj důležité mít ve svém okolí pevnou oporu v podobě rodičů a přátel, kteří mohou tento bludný kruh porušit, dotyčnému odejmou část anebo celé jeho břímě a ukázat mu cestu, která ho navrátí do normálního života, kde je i radost, a nejenom starost a potíže. Pokud tato podpora rodiny a okolí nestačí, je na místě návštěva odborníků, za což se nikdo nemusí stydět.

Další úskalí rozvodu, a tudíž s tím související stresová zátěž vzniká při boji o děti. Rodiče mají své děti rádi a chtějí se o ně starat. Avšak většinou ten z rodičů, kterému jsou děti svěřeny do péče (u nás v ČR je to hlavně matka), toho druhého trestá. Tím trestem může být situace, že matka nechce umožnit otci styk s dítětem nebo dítě záměrně navádí proti svému otci. Každému aspoň trochu svědomitému otci opět vzniká stres z neumožnění styku s dítětem. Většina mužů se snaží těmto stresovým situacím ve výchově dětí vyhnout. Proto by byla pro ně přijatelnější možnost střídavé péče o dítě.

Poznatky z mé bakalářské práce by mohly být přínosné pro sociální pedagogiku jako podnět k působení v oblasti (sociálně pedagogická prevence) výchovy a zlepšení mezilidských vztahů. Tím mám na mysli kladné působení na poli komunikace mezi dvěma lidmi (partnery), potom mezi blízkými kamarády a následně ve větším kolektivu - např. spolupracovníků. Mělo by tedy především jít o rozbor negativních aspektů působících v prostředí rodiny, vrstevnických skupin a společenských organizací. Sociálně pedagogická terapie by se měla zaměřit v tomto konkrétním tématu na zlepšení komunikace mezi lidmi a uvědomění si důležitosti morálních pravidel a principů. Tím mám na mysli toleranci, pochopení, důvěru, podporu a odpuštění.

Resumé

Předmětem mé bakalářské práce bylo popsat a charakterizovat mužskou zátěž, která vzniká mužům v dnešní hektické době, kdy se většina tradičních rodinných hodnot a norem téměř vytratila. Mám na mysli změnu tradičního postavení otce (rodiče), jak ve vztahu k manželce (partnerce), tak při výchově svých dětí a v celkovém postavení muže v novodobé společnosti. Ve své práci uvádím, jaké postavení obvykle zastával otec – hlava rodiny v dřívějších historických obdobích až po do současné doby. V této práci není řešen fenomén otcovství, ale poukazuji na postupnou historickou změnu z výhradně patriarchálně autoritativního otce na muže moderního, starostlivého a pečujícího o rodinu. Práce je členěna do čtyř kapitol. První tři kapitoly jsou teoreticky zaměřeny, čtvrtá kapitola je empirického charakteru.

V první kapitole se věnuji rozboru zátěže mužů v průběhu historie. Popisuji zde postavení muže v časové přímce, která se začíná datovat obdobím starého Řecka, pokračuje érou antického Říma, přechází do údobí osvícenství, následuje popis situace v 19. a 20. století a přímka končí současnou hektickou dobou.

V druhé kapitole se věnuji analýze psychické zátěže u mužů a rozebírám jednotlivé druhy psychických zátěží, které v určených podkapitolách přesně definuji a specifikuji. Následně zde zmiňuji, jaké vznikají negativní situace pro muže při rozpadu manželství nebo dlouhodobého partnerství.

Ve třetí kapitole se zabývám problémy, které vznikají mužům při rozpadu dlouhodobého partnerství nebo manželství, problematikou důvodů rozvodu a rozvodu samotného. S rozvodem jsou spojeny komplikace týkající se výchovy dětí po rozpadu manželství a mimo jiné zde uvádím možnost střídavé péče o dítě. Dále se v této kapitole zmiňuji o možnosti vzniku různých druhů závislostí. Jako jednu z podkapitol třetí části jsem uvedl vlastní manželskou a rozvodovou zkušenost.

Čtvrtá kapitola je zaměřená empiricky. Na základě výzkumu metodou dotazníkového šetření jsem získal odpovědi od respondentů na otázky týkající se

partnerského a manželského vztahu. Druhá část dotazníku byla určena pouze rozvedeným mužům a otázky v ní se týkaly rozvodové a porozvodové problematiky.

Anotace

Cílem mé bakalářské práce je poukázat na zátěž u mužů, která vzniká ve většině případů při a po rozpadu manželství, a následně s tímto spojené problémy. Popisovaná zátěž se prolíná celým životem muže, ať už se bude jednat o jeho budoucí život, zdravotní stav, finanční zabezpečení či o hledání si vhodného protějšku pro zbytek života.

Předmětem práce je poukázat na to, jak je v současných zátěžových situacích u mužů složité a zároveň důležité najít si vhodný partnerský protějšek pro společný život. Ve vztahu, který má být životaschopný musí probíhat stálá komunikace, tolerance, pochopení, důvěra, odpuštění a podpora.

Annotation

The goal of my bachelor thesis is to show the load of men that origins in the most cases of divorces and problems related to it. This load goes through man's whole life whether it concenes his future life, his his health financial security or looking for a right life partner for the rest of his life.

The subject of my work is to show how important and complicated is finding the right life partner in contemporary situation. For a relationship which is supposed to survive is needed continual communication, tolerance, trust, understanding, forgiveness and support.

Klíčová slova

Otec, matka, rodina, manželství, rozvod, zátěž při rozvodu, konflikt, problém, stres, frustrace, deprivace, trauma, závislost, komunikace, střídaná péče o dítě, ztráta dlouhodobého vztahu

Key words

Father, mother, family, partner, marriage, divorce, the load related to divorce, conflict, problem, stress, frustration, deprivation, trauma, addiction, communication, alternate care, losing long-term relationship

Seznam použité literatury

1. BENARDOVÁ, CH., SCHLAFFEROVÁ, E., *Matky dělají muže – jak dospívají synové*, 1. vyd.. Praha: Pragma, 1997, s. 234, ISBN 80-7205-435-X.
2. BIDDULPH, S., *Mužství*, Praha: Portál, 2007, ISBN 97-8736-7209-6.
3. BURGESSOVÁ, A., *Návrat otcovství*, 1. vyd., Brno: JOTA, 2004, s. 218, ISBN 80-7217-293-4.
4. EVEREST, C., EVEREST, S. V., *Zdravý rozvod pro rodiče i děti*, Praha: TALPRESS, 2000
5. GAVORA, P., *Úvod do pedagogického výzkumu*, Paido, 2010
6. CHADIM, O., *Jak žít s mužem*, 1. vyd. Praha: ANTHROPOS, 1991, s. 190, ISBN 80-901047-1-1-
7. KŘIVOHLAVÝ, J., *Jak zvládat stres*, 1. vyd. Praha: Grada Avicenum, 1994, s. 192, ISBN 80-7169-121-6.
8. KŘIVOHLAVÝ, J., *Konflikty mezi lidmi*, 1. vyd. Praha: AVICENUM, 1973, s. 304
9. KŘIVOHLAVÝ, J., *Pozitivní psychologie*, 1. vyd. Praha: Portál, 2004, s. 200, ISBN 80-7178-835-X.
10. KŘIVOHLAVÝ, J., *Psychologie zdraví*, 3. vyd. Praha: Portál, 2009, s. 279, ISBN 978-80-7367-568-4
11. LaROCHE, L., *Jak zvládat stres*, 1. vyd. Praha: MOTTO, 2000, s. 181, ISBN 80-7246-051-X.
12. MATĚJČEK, Z., DYTRYCH, Z., *Krizové situace v rodině očima dítěte*, 1. vyd. Praha: Grada Publishing, 2002, s. 128, ISBN 80-247-0332-7.
13. MATOUŠEK, O. a kol., *Metody řízení sociální práce*, Praha: Portál, 2003, ISBN 80-7178-548-2.
14. MATĚJKOVÁ, E., *Jak řešit konflikty a problémy v partnerských vztazích*, Praha: Grada Publishing, 2007
15. NOVÁK, T., PRŮCHOVÁ, B., *Předrozvodové a rozvodové poradenství*, Praha: Grada Publishing, 2007
16. PLZÁK, M., *Tušení o lidské duši*, 1. vyd. Praha: MOTTO, 2005, s. 203, ISBN 80-7246-291-1.
17. PRŮCHOVÁ, B., *Slušný rozvod*, 1.vyd. Brno: ERA, 2002, s. 114, ISBN 80-86517-25-X.

18. PRŮCHOVÁ, B., NOVÁK, T., *Jak přežít rozvodové peklo*, Brno: JOTA, 2004
19. SALOMÉ, J., *Mluv se mnou..... mám ti co říci*, 1. vyd. Praha: Potrál, 1997, s. 160, ISBN 80-7178-128-2.
20. SMITH, H., *Děti a rozvod*, Praha: Portál, 2004
21. ŠPAŇHELOVÁ, I., *Dítě a rozvod rodičů*, 1. vydání, Praha: Grada Publishing, 2010, s. 179, ISBN 978-80-247-3181-0.
22. ŠTĚPÁNKOVÁ, N. a kol., *Krizová intervence pro praxi*, Praha: Grada Publishing, 2004
23. WOLFOVÁ, D., *Když partner odchází...*, Praha: IKAR, 1994
24. ZOJA, L., *Soumrak otců*, 1. vyd. Praha: Prostor, 2003, 308 s, ISBN 80-72-60-145-8.

Noviny a časopisy

1. Magazín Víkend – páteční příloha hospodářských novin číslo 43, ze dne 29. října 2010

Internetové stránky

1. www.wikipedia.cz
2. www.idnes.cz
3. www.novinky.cz

Seznam příloh

Příloha č. 1

Dotazník

Zdroj: autor

Příloha č. 1 - Dotazník

Dobrý den,

jsem studentem vysoké školy s názvem Institut mezioborových studií, kde studuji bakalářský studijní obor s názvem Sociální pedagogika.

Chtěl bych Vás požádat o pravdivé vyplnění anonymního dotazníku, který bude výhradně sloužit k účelům mé bakalářské práce na téma „Zátěž mužů v současné rodině“. Prosím o pravdivost odpovědí, zajímá mne Váš skutečný názor.

Po přečtení dotazníku zatrhněte vždy jen jednu Vámi zvolenou odpověď **a tuto zakroužkujte**. V případě možnosti „jiné“ napište prosím Váš názor. Po vyhodnocení odpovědí bude dotazník skartován.

Děkuji Vám za ochotu a za strávený čas při vyplňování tohoto dotazníku.

Miloš Nesvačil

1) Váš současný stav:

- a) svobodný
- b) ženatý
- c) druh - partner
- d) rozvedený – bez partnera
- e) rozvedený a opět ve vztahu

2) Věk:

- a) 20 – 30
- b) 31 – 40
- c) 41 – 50
- d) 51 a více

3) Délka současného sňatku nebo partnerství:

- a) 0 – 5 let
- b) 6 – 10 let
- c) 11 – 15 let
- d) 16 – 20 let
- e) 21 a více

4) Počet dětí, o které pečujete – myšleno vlastní i nevlastní:

- a) manželství nebo partnerství je bezdětné
- b) jedno dítě
- c) dvě a více dětí

5) Myslíte si, že děti mají právo vyjádřit svůj názor na porozvodovou péči?

- a) ano
- b) ne
- c) nevím
- d) nemám na to názor

6) Co si myslíte o možnosti střídavé péče rodičů o dítě?

- a) přikláním se k této možnosti
- b) nepřikláním se k této možnosti
- c) nedokáží se vyjádřit

Pokud se přikláníte, uveďte důvody proč **A N O** :.....

Pokud se nepřikláníte, uveďte důvody proč **N E** :.....

7) Co je pro Vás z pohledu muže největším problémem, který by mohl zapříčinit rozpad vašeho vztahu:

- a) ztráta zaměstnání
- b) nedostatek finančních prostředků
- c) vícegenerační problémy při vzájemném soužití
- d) nevěra
- e) závislost – drogy, alkohol, automaty
- f) závažná změna zdravotního stavu
- g) postižené dítě
- h) jiné (uveďte).....

8) Jak řešíte vzniklé problémy ve vztahu s partnerem?

- a) komunikací s partnerem
- b) mlčením (tzv. tichá domácnost)
- c) rozepře, hádka, afekt
- d) alkohol
- e) nevěra
- f) opuštění společných prostor
- g) jiné (uveďte).....

9) Prochází Váš současný partnerský vztah některými z uvedených obtíží?

- a) partnerský nesoulad
- b) starosti s finančními prostředky
- c) otázka životních hodnot a životního stylu
- d) otázka výchovy dětí
- e) nevhodní kamarádi
- f) zdravotní potíže
- g) nerovnost dosaženého vzdělání partnerů ve vztahu
- h) otázka víry
- i) ztráta zaměstnání
- j) neprochází obtížemi – jsem spokojen
- k) jiné (uveďte).....

10) Jak kompenzujete stresové situace, které se vás dotýkají?

- a) sport
- b) hrací automaty
- c) návykové látky, např. alkohol, drogy, léky
- d) fyzická práce
- e) koníčky, zájmy, záliby
- f) fyzická agrese
- g) preference pobytu o samotě
- h) náhodný mimopartnerský pohlavní styk
- i) jiné (uveďte).....

Prosím, aby následující dotazy zodpověděli pouze rozvedení respondenti.

11) Důvod rozvodu:

- a) osobní a názorové neshody
- b) finanční neshody
- c) neshody ve výchově dětí
- d) zásahy cizích osob (rodiče, kamarádi.....)
- e) nevěra
- f) jiné (uveďte).....

12) Byl pro Vás rozvod psychicky náročný?

ano – ne

Pokud ano, specifikujte na škále 1 – 5 (č. 1 mírná psychická zátěž, č. 5 velmi vysoká psychická zátěž).

1 2 3 4 5

13) Potřeboval jste v době psychické rozvodové zátěže pomoc odborníka?

ano – ne

Pokud ano, či pomoc jste vyhledal:

- a) psycholog
- b) psychiatr
- c) manželská poradna
- d) sociální pracovnice
- e) kamarád, rodina
- f) jiné uveďte.....

14) Objevily se u Vás nějaké příznaky stresu při Vašem rozvodovém řízení?

- a) nespavost
- b) nesoustředěnost
- c) malátnost a únava
- d) zažívací potíže
- e) apatie
- f) bez příznaků
- g) jiné (uveďte).....

15) Psychická náročnost komunikace s expartnerem při rozvodu (rozchodu)

a po rozvodu (rozchodu):

- a) nízká
- b) vysoká
- c) nefunkční (nemožná)

16) Jaká byla Vaše dohoda s expartnerem po rozchodu nebo rozvodu na výchově Vašich dětí?

- a) dohoda s problémy
- b) dohoda bez problémů
- c) musel rozhodnout soud