

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

BAKALÁŘSKÁ PRÁCE

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

Zátěž mužů v současné rodině

BAKALÁŘSKÁ PRÁCE

Vedoucí bakalářské práce:

doc. PhDr. Zlatica Bakošová, PhD.

Vypracoval:

Jaroslav Hrbáček

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, které jsou součástí této bakalářské práce.

Elektronická a tištěná verze bakalářské práce jsou totožné.

V Poniklé dne 26. 11. 2012

.....
Jaroslav Hrbáček

Poděkování

Děkuji vážené paní doc. PhDr. Bakošové, CSc za velmi užitečnou a metodologickou pomoc, kterou mi věnovala při zpracování mé bakalářské práce.

Jaroslav Hrbáček

OBSAH

I. ÚVOD	7
II. TEORETICKÁ ČÁST	9
1 Teoretická východiska	10
1.1 Charakteristika pojmů použitých v bakalářské práci	10
1.2 Přehled problematiky v literatuře	13
2 Faktory ovlivňující zátěž mužů a možnosti interakce mužů v sociálním prostředí	16
2.1 Vnější faktory ovlivňující zátěž mužů	16
2.1.1 Sociální interakce mužů v rodinném prostředí (role manžela, role otce, očekávání partnerů a reálné možnosti)	16
2.1.2 Pracovní prostředí mužů jako zdroj zátěže	31
2.1.3 Jiné faktory vnějšího prostředí ovlivňující zátěž mužů	33
2.2 Faktory vyplývající z osobnosti a jejich vliv na zátěž mužů	36
3 Možnosti eliminace (řešení) zátěže mužů	40
3.1 Poznání teorie sociální pedagogiky, sociální psychologie, teorie rodinného práva a jejich využití pro sebevýchovu	40
3.2 Inštituční možnosti pomoci zvládnání zátěže (výcviky, poradenství, skupinové terapie)	46
3.3 Možnosti sladění pracovních, manželských a rodičovských povinností	56
3.4 Státní forma pomoci mladým rodinám	62

III. EMPIRICKÁ ČÁST	67
Cíl průzkumu a jeho hypotézy	67
Výběrový soubor	67
Použité metody	67
Výsledky průzkumu a jejich analýza	68
Závěr pro vybraný vzorek	78
IV. ZÁVĚR	79
V. RESUMÉ	81
VI. ANOTACE	82
VII. KLÍČOVÁ SLOVA	82
VIII. SEZNAM POUŽITÉ LITERATURY	83
IX. PŘÍLOHY	86

„Výchovávání je věc rodinná. Z rodiny vychází a do ní se zpravidla vrací.“

Johann Friedrich Herbart

ÚVOD

Práce je zaměřena na roli a zátěž muže v rodině. Všímá si toho, jakým způsobem je muž-otec ovlivněn z vnějšího prostředí a nakolik rodinným prostředím.

V tradiční rodině byl otec chápán jako výhradní živitel rodiny a matka jako pečovatelka. V současných rodinách se čím dál více uplatňují demokratické principy, pozice muže a ženy se snaží o rovnocennost a jejich rodičovské role se prolínají. Dochází k flexibilitě a kooperaci v oblasti dělby práce v rodině. Ačkoliv se stále více rodin přiklání k tomuto modelu, v realitě se podle toho nemusejí chovat a setrvávají u tradičního uspořádání rodiny, kdy prvořadou úlohou otce je hmotné zabezpečení rodiny a prioritou ženy je výchova dětí. Pokud rodině tradiční naplňování rodinných rolí vyhovuje, je třeba to respektovat.

Otcovství by však mohlo znamenat inspirující alternativu pro život současné rodiny. Znamená totiž pozitivní přínos nejen pro dítě, ale i pro rodinu jako celek. Otcové se podílejí na péči o děti významným způsobem a považují se za plnohodnotné partnery matek při výchově. Specifikem těchto otců je, že na sebe nepřebírají výhradní zodpovědnost za výchovu dítěte, ale o tuto zodpovědnost se dělí spolu s partnerkou. V rodině s otcem tedy fungují oba rodiče (často oba i jako živitelé), přičemž ani jeden z nich nemá převahu nad tím druhým, co se týče výchovného působení na dítě. Výchova je zde chápána jako společný proces a úkol obou rodičů. Takový postoj posiluje nejen blízkost a důvěru mezi partnery, ale i vzájemné vztahy uvnitř celé rodiny.

Cílem bakalářské práce v teoretické rovině je, na základě nejnovějších poznatků psychologických, pedagogických a sociologických, charakterizovat problémy mužů v roli pracovní, mužů v roli rodičovské. Poukázat na zátěže a možnosti řešení partnerských a rodičovských problémů, s jakými se muži se specifickým zaměstnáním (přesněji policisté speciální pořádkové jednotky) a pracovní dobou (systém služeb čtyři dny ve službě a čtyři dny volna), nejčastěji potýkají v dnešní době. Analyzovat nejčastější interakce mužů s vnějším sociálním prostředím a vnitřním rodinným prostředím. Charakterizovat nejčastější a nejvýznamnější zátěže na muže otce se specifickým zaměstnáním ze strany vnějšího sociálního prostředí a vnitřního rodinného prostředí. Zároveň je cílem nabídnout a poukázat na možnosti využití sociální pedagogiky a jejích příbuzných věd, zejména sociální psychologie a jejích teorií, nacházet možnosti na eliminaci zátěže mužů a udržovat jejich

psychické zdraví, dobré vztahy v rodině i v práci a zvládnutí role otce právě „poznáním“ a využitím ve všech vztazích a prostředích.

Práce je rozdělena do čtyř kapitol. V první kapitole se zaměřuji na vysvětlení pojmů použitých v práci a významu použité literatury. V druhé kapitole jsou popsány některé faktory ovlivňující zátěž mužů a možnosti interakce v sociálním prostředí. Ve třetí kapitole se zabývám možnostmi eliminace zátěže mužů. Cílem empirické části bakalářské práce je v souladu s metodologií pedagogického průzkumu ověřit skutečnosti, jakým způsobem se muži specifického zaměstnání vyrovnávají s psychickou zátěží na pracovišti a v rodině; jsou-li muži ochotni řešit své rodinné či pracovní problémy s psychologem nebo jinou psychologickou, poradenskou institucí; a dále ověřit, jsou-li odloučené rodiny mužů (sloužících v systému služeb 4 dny v práci a 4 dny volna) schopny řešit problémy samostatně. Na závěr této kapitoly jsou shrnuty výsledky a výše zmíněné hypotézy budou verifikovány či falzifikovány.

I. TEORETICKÁ ČÁST

1. Teoretická východiska – pojmy použité v bakalářské práci

1.1. Charakteristika pojmů použitých v bakalářské práci:

Rodina dle Z. Bakošové „je právní, legislativní a partnerský vztah mezi manželi a mezi rodiči a dětmi. Rodina je malá sociální skupina, která plní důležité funkce: biologicko-reprodukční, která zabezpečuje pokračování potomků, ekonomickou, jejímž cílem je ekonomické zabezpečení členů rodiny, socializačně výchovnou, která pomáhá dětem při začleňování se do společnosti, vytváří návyky, postoje, zručnost a dává základy výchovy pro život. Rodina zároveň vytváří prostor, kde člověk uspokojuje svoje potřeby: jistoty, bezpečí, lásky, seberealizace.“ (Bakošová, 2011, s. 80)

V pedagogickém slovníku se definuje pojem **rodina** jako nejstarší společenská instituce, která plní socializační, ekonomické, sexuálně-regulační, reprodukční a další funkce. Vytváří určité emocionální klima, formuje interpersonální vztahy, hodnoty a postoje, základy etiky a životního stylu. Z hlediska sociologického je formou začlenění jedince do sociální struktury. Nejběžnějším modelem rodiny je tzv. nukleární rodina, kterou tvoří nejbližší příbuzní, tj. oba rodiče a děti. V posledních desetiletích se model rodiny, který je historicky flexibilní, významně proměňuje. Zvyšuje se variabilita rodinných typů, zahrnujících nejen rodinu vlastní a úplnou, ale také rodinu neúplnou, nevlastní a náhradní. Současné pojetí směřuje k chápání rodiny jako sociální skupiny nebo společenství žijícího ve vlastním prostoru – domově, uspokojujícího potřeby, poskytujícího péči a základní jistoty dětem. (Průcha, Walterová, Mareš, 1995, s. 189-190)

Dle J. Výrosta a I. Slaměníka se jedná o primární, obvykle malou skupinu, existující delší dobu, jejichž členové jsou v bezprostředním kontaktu, vztahy mezi nimi jsou intimní, jejich vnitřní život charakterizuje emocionalita a kooperace. (Výrost, Slaměník (ed.), 2008, s. 326)

Funkční rodina – rodina nenarušená, schopná zabezpečit dítěti dobrý vývoj a prosperitu. (Průcha (ed.), 2009, s. 491)

Dle Mühlpachra je definována „schopností členů rodiny efektivně spolu komunikovat, řešit běžné i výjimečné problémy, udržovat si doplňkové role, přiměřeně emočně reagovat a určovat meze dovoleného chování“. (Mühlpachr, 2009, s. 158)

Funkce rodiny - Rodina plní celou řadu funkcí, například v ní dochází k biologické

obnově obyvatelstva, rodina zajišťuje výživu (je jednotkou společného konzumu, někdy ne zrovna zdravého), zajišťuje oblečení, bydlení, zdravotní a výchovnou péči o děti, působí jako usměrňovatel tzv. "emocionální bilance" svých členů, zajišťuje uspokojení potřeb manželů, pečuje o nemocné a staré příbuzné, poskytuje jim sociální oporu, rodina předává kulturní dědictví a komunikační tradice.

Rodina jako jedna ze základních, primárních, malých sociálních skupin má významnou úlohu při socializaci osobnosti dítěte. Při socializaci je modifikovaná, kultivovaná, rozvíjená i potlačovaná "přírodní" biogenní podstata osobnosti. (Kohoutek, R., 2009)

Problémová rodina je charakterizována jako rodina s výskytem poruch některých funkcí, které však vážněji neohrožují rodinný systém a vývoj dítěte v něm, rodina je schopna řešit tyto problémy sama nebo s pomocí jiných. (Průcha (ed.), 2009, s. 491)

Dysfunkční rodina je rodina s výskytem vážnějších poruch některých nebo všech rodinných funkcí, které bezprostředně ohrožují rodinu jako celek a především vývoj dítěte, tato rodina potřebuje soustavnou pomoc ze strany odborníků. (Průcha (ed.), 2009, s. 491)

Afunkční rodina je popsána jako rodina s poruchami takového rozsahu a kvality, že rodina přestává plnit svůj základní účel; dítěti závažným způsobem škodí, nebo dokonce ohrožuje jeho existenci; řešením je umístění dítěte v náhradní rodinné výchově. (Průcha (ed.), 2009, s. 491)

Gender neboli mužská resp. ženská identita jedince, jeho vnitřní pocit mužství nebo ženství. Zásadní roli při jejím vytváření hrají dospělí, zejména rodiče a sourozenci, ale i učitelé, dnes i hrdinové – v masmédiích, se kterými se dítě identifikuje. Utváří se v průběhu socializace, asi od 2 až 3 let, kdy si děti uvědomují příslušnost ke svému pohlaví a mají vytvořená příslušná schémata (gender schéma). Asi ve věku 7 let se podle Kohlberga vědomí příslušnosti k svému pohlaví stabilizuje a dítě ji chápe jako konstantu svého bytí; dětské skupiny se velmi výrazně segregují podle pohlaví. Gender identita dozrává spolu s osvojováním rodičovských rolí ve středním školním věku. Pro ranou adolescenci jsou ještě typické velké skupiny (party) příslušníků stejného pohlaví, ovšem postupně je zastiňuje rostoucí význam heterosexuálních vztahů. (Průcha, Walterová, Mareš, 1995, s. 72)

Maslowova pyramida lidských hodnot jsou potřeby popsány jako základní a dle Abrahama H. Maslowa uspořádané do hierarchizované struktury, která vychází od nižších,

převážně pudových potřeb zaměřených na *zajištění biologické existence*, přes obecnější vymezenou potřebu *bezpečí* (bezpečného, uspořádaného a predikovatelného světa) k vyšší *potřebě lásky a sounáležitosti* (někam patřit a být akceptován a milován, překonat pocit odcizení a osamělosti) a *potřebě ocenění a respektu* (zde diferencuje potřebu získat úctu druhých od sebeúcty vyplývající z vědomí vlastní zdatnosti a zvládnání životních nároků). Na dalším stupni je *potřeba seberealizace* (= naplnění vlastního života), již nemusí dosáhnout každý člověk a která je podmíněná uspokojením níže postavených potřeb. Vrchol hierarchie představuje potřeba transcendence – *sebepřesahu* spojeného s existenciálním prožitkem sebe sama jako součástí většího celku (lidstva, světa, vesmíru atd.). (Vágnerová, 2010, s. 274-275)

Stres dle Průchy, Walterové, Mareše vzniká vzájemným působením vnějších zátěžových vlivů a schopnosti člověka odolávat této zátěži. Výsledkem je vnitřní stav člověka, který je buď přímo něčím ohrožován, nebo takové ohrožení očekává a přitom se domnívá, že jeho obrana proti nepříznivým vlivům není dostatečně silná. (Průcha, Walterová, Mareš, 1995, s. 98)

Frustrace neboli psychický stav, který vzniká tehdy, je-li jedinci znemožněno: 1. dosáhnout cíle, na němž mu záleží, protože se mu do cesty postaví překážka; 2. uspokojit důležité potřeby; 3. uspokojovat své zájmy; 4. rozhodovat samotnému o svých záležitostech. Zdroj obtíží může být vůči jedinci vnější (fyzická překážka, velká vzdálenost, rozhodnutí jiných lidí apod.) nebo vnitřní (plachost, úzkostnost, nedůvěra ve vlastní síly, tělesný či smyslový handicap, nemoc apod.). (Průcha, Walterová, Mareš, 1995, s. 70)

Sociální komunikace dle Výrosta a Slaměníka je specifickou formou spojení mezi lidmi, a to prostřednictvím předávání a přijímání významů. Souvisí s jinými formami spojení mezi lidmi, jako jsou společná činnost – kooperace, vzájemné působení – interakce, a společenské vztahy. Prostřednictvím komunikace se uskutečňuje jak determinační vliv společné činnosti, vzájemného působení a společenských vztahů na lidskou psychiku a vědomí, tak i regulační funkce psychiky a vědomí ve společné činnosti, vzájemném působení a společenských vztazích, v jejichž rámci se realizuje. V důsledku této závislosti má sama komunikace některé rysy, které lze charakterizovat jako činnostní, interakční a vztahové. (Výrost, Slaměník (ed.), 2008, s. 94)

Kooperativní chování můžeme nazvat „společnou cestou ke společnému cíli. Při této formě společné činnosti nejsou individuální činnosti jedinců jen sladění, nýbrž jsou

integrovány do jednoho celku – do společné sociální aktivity. Při dosažení společného cíle dochází současně i k dosažení individuálních cílů jedinců a k uspokojení jejich potřeb“.
(Vízdal, 2010, s. 60)

Kooperace nebo také „společná cesta ke společnému cíli. Individuální činnosti dvou nebo více lidí nejsou jen vzájemně sladěny (koordinovány), nýbrž jsou i integrovány (zceleny), tzn., že tvoří společnou sociální aktivitu, která se nazývá kooperace. Předpokladem dosažení společného cíle je spolupráce dvou i více jedinců, protože cíle nemůže samostatně dosáhnout ani jeden z nich. Např. tzv. kolektivní sporty se nemohou bez spolupráce hráčů obejít. Výhra mužstva je možná jen tehdy, když jsou hráči sešraní a efektivně spolupracují. Avšak při dosahování společného cíle musí být i prostor pro to, aby při jeho dosahování docházelo i k dosažení individuálních cílů každého spolupracujícího jedince, resp. k uspokojení jeho individuálních potřeb. Jinými slovy řečeno: spolupráce se musí vyplácet všem spolupracujícím jedincům; musí být výhodnou pro všechny zúčastněné a uspokojovat také jejich individuální potřeby“.
(Vízdal, 2010, s. 78)

Copingové strategie jsou aktivity, které slouží ke zvládnání situací prožívaných jako stresující. Smyslem copingové aktivity je zlepšení celkové bilance, ať už k ní dojde v důsledku změny situace nebo změny postoje. Coping dělíme buď na coping zaměřený na řešení problému, který je příčinou stresu, nebo na coping zaměřený na udržení, resp. zlepšení emočního ladění.
(Vágnerová, 2010, s. 355-356)

Copingové strategie dle Vágnerové (2010) dělíme do pěti subškál dle zvládnání zátěží:

- a) Strategie, které slouží k zvládnání zátěží prostřednictvím emocí
- b) Strategie zaměřená na řešení problému
- c) Strategie zaměřená na pouhé přizpůsobení se problému
- d) Strategie neřešení problému s převahou vyhýbavých tendencí
- e) Strategie neřešení problému, která se projevuje ulpíváním na neúčelném sebeobviňování a neustálým připomínáním neřešených potíží

1.2. Přehled problematiky v literatuře

V současné době vychází poměrně velké množství literatury, která se věnuje tématům týkajících se výchovy k manželství, rodičovství, sexuálním vztahům a jiných rad, návodů

určených nejen pro ženy, ale i pro muže. Při zajišťování literatury zabývajících se rolí mužů v manželství, partnerství a výchově dětí, jsem nacházel zajímavou a podnětnou literaturu pro praktický život v rodině a o partnerských vztazích. Literatura zabývajících se a popisujících genderovou problematiku se snaží být neutrální, ale i přesto inklinuje, dle mého názoru a z historického hlediska vývoje rodiny možná i oprávněně, spíše k znevýhodnění a zatížení žen. Informace o zátěži a stresu současných mužů, ovlivňujících jejich osobnost a následně i nejbližší okolí, jejich rolích v rodině, jsou ovšem kusé a roztroušené v dílčích pracích.

Bakošová Z.: Teórie sociálnej pedagogiky, 2011

Kniha slovenské autorky působící i v České republice a zabývajících se sociální pedagogikou, popisuje využití teorie sociální pedagogiky a jejich poznatků na vytváření edukačních, sociálních a komunikačních schopností pedagogů především v komunitě sociálních pedagogů, vychovatelů pomáhajících v profesi andragogiky, sociální práce, léčebným a speciálním pedagogům, kteří se v praktickém životě setkávají s dětmi, mládeží, učiteli, rodiči, a řeší problémy, které mají původ ve výchově, v sociálních vztazích a komunikaci.

Význam knihy pro téma „zátěž mužů v současné rodině“ spatřuji v kapitolách zabývajících se rolí muže - otce v rodině, faktory vnějšího prostředí ovlivňujících zátěž mužů a významem využití sociální pedagogiky pro sebevýchovu.

Biddulph S.: Kniha o mužství, 2011

Australský rodinný terapeut se v této knize zabývá radikální proměnou mužské mentality, která se projevuje v posledních desetiletích. Shrnuje své nejnovější názory a předkládá témata, která jsou podle něj stále více aktuální: jak hledat mužskou podobu smyslu života; jak by měla vypadat opravdová vášeň pro život; jak prožívat vydařenou sexualitu; v čem spočívá práce na vytváření lepšího světa; co znamená žít naplno a jak naplnit život radostnou nadějí.

Spisovatel ze své praxe rodinného terapeuta přibližuje způsob mužského myšlení při komunikaci s rodinou a dává určité vysvětlení na otázky, proč se muži chovají tak jak se chovají. Toto téma má význam pro kapitolu „Instituční možnosti pomoci zvládnání zátěže“.

Chorvát F.: Byť dobrým otcem - povinnost' či túžba, 1986

Kniha se zabývá úvahami o úloze otce v rodině, zejména při výchově dětí a o tom, jak by si měl každý otec uvědomovat podstatu, smysl a úlohu svého otcovství a nejen se zaměřením na děti a jejich matku, ale i s ohledem na sebe.

Tato kniha se vztahuje k části této práce „Sociální interakce mužů v rodinném prostředí“,

konkrétně k roli otce.

Kraus B.: Základy sociální pedagogiky, 2008

Publikace podává komplexní pohled na historii i současnost sociální pedagogiky u nás i v zahraničí. Seznamuje s jejími metodologickými východisky a charakterizuje ji jako vědní disciplínu i jako frekventovaný studijní obor. Dále se věnuje problematice sociálního prostředí, škole a výchovných institucím z pohledu sociální pedagogiky, sociálně pedagogické komunikaci, aktuálním možnostem multikulturního soužití a celé šíří sociálně-výchovného působení v terénu.

V této práci má publikace vztah k části „Poznání teorie sociální pedagogiky“ a k přiblížení významu sociální pedagogiky pro muže.

Maříková Hana (ed.): Proměny současné české rodiny – rodina, gender, stratifikace, 2000

Tato studie kombinuje sociologický a ekonomický pohled na českou rodinu s genderovým přístupem, což umožňuje zachytit některé její vnitřní proměny v průběhu posledního desetiletí z jiných zorných úhlů, než bývá obvyklé. Objektem analýzy jsou úplné rodiny, neboť ty jsou převažujícím typem domácností, a ekonomicky aktivní muži a ženy. V úplných rodinných domácnostech jsou sledovány změny v ekonomickém postavení rodiny – především pak v její životní úrovni – a vnímání těchto změn i očekávání do budoucna. To umožňuje postihnout sociální diferenciaci v materiální sféře života rodin v závislosti na socioprofesioním postavení obou partnerů i sociální podmíněnost vnímání perspektiv rodiny v této oblasti.

V knize je dále provedeno srovnání sociálního postavení ekonomicky aktivních mužů a žen podle jejich souhrnného statusu i statusů parciálních z počátku a konce devadesátých let, speciální pozornost je věnována genderovým nerovnostem uvnitř rodiny i dvoukariérového svazku, který může sehrát podstatnou roli nositele změn v uspořádání vztahů mezi mužem a ženou v současné české rodině.

Tato kniha je významná pro tuto bakalářskou práci tím, že přibližuje historický vývoj a význam muže v jeho roli otce.

Matoušek O.: Rodina jako instituce a vztahová síť, 1993

Tento psycholog, zabývající se skupinou psychoterapií, etiologií neuróz, rodinou terapií, manželským poradenstvím a programy pro rizikovou mládež, v knize podává přehled kulturní historie rodiny jako instituce, výklad psychologického pojmosloví a metod sloužících k popisu dnešní rodiny, v závěrečné části pak přehled rodinných problémů, s nimiž se setkává

praktik působící v oblasti sociální práce či ve sféře zdravotnické, pedagogické, psychologické apod.

Tato kniha, zabývající se rodinou, má pro tuto práci význam v oblasti institučních možností zvládnání zátěže, v předpokladech mužů k otcovství, v očekávání ve vztazích muže a ženy.

2. Faktory ovlivňující zátěž mužů a možnosti interakce v sociálním prostředí

2.1. Vnější faktory ovlivňující zátěž mužů

Osobnost je ovlivněna celou řadou faktorů: vnějších, vnitřních. Vnější faktory jsou ty, které přicházejí zvnějšku. Jsou to všechny typy vztahů, především v rodinném a pracovním prostředí. Za vnitřní faktory ovlivňující zátěž mužů se považují faktory vycházející z osobnosti a dědičnosti.

2.1.1. Sociální interakce mužů v rodinném prostředí (role manžela, role otce, očekávání partnerů a reálné možnosti)

Aby bylo možné pochopit vztahy v rodinném prostředí, je v první řadě třeba přiblížit si problematiku gender a pochopit strukturu rolí a vzájemnou interakci muže, ženy a dětí v rodině.

Základní struktura rolí v nukleární rodině a jejich integrace do společnosti

Bales (1955) při svých výzkumech malých sociálních skupin rozlišil dva druhy sociálního vůdcovství: *expresivní* a *instrumentální*. Jen zcela výjimečně spojuje schopnost obou druhů vůdcovství v jedné osobě (to pak jsou velcí historičtí vůdové). Normálně je instrumentální vůdcovství, jež koordinuje činnost skupiny vzhledem k zvoleným cílům, vlastní mužům a expresivní vůdcovství, jež je vlastní ženám, zajišťuje citové klima ve skupině.

	<i>Instrumentální priorita</i>	<i>Expresivní priorita</i>
<i>nadřazený</i>	Otec (manžel)	Matka (manželka)
<i>podřazený</i>	Syn (bratr)	Dcera (sestra)

Pramen: Možný I. 1999, s. 45

„Všeobecně rozšířená skutečnost, že ženy jsou intimněji spojeny s ranou péčí o dítě (v čemž kojení hraje základní úlohu), je primární příčinou toho, proč ženská role v rodině i mimo ní jeví tendenci k větší expresivitě nežli role mužská“, píše Parsons. (1954, in: Možný I. Sociologie rodiny, 1999, s. 45)

Nejpodstatněji odpověděl Parsons vysvětlením způsobu integrace rodiny do společnosti. Kládl důraz na to, že nukleární rodina je relativně uzavřený systém s omezenými a nevýznamnými styky mezi příbuznými v širší rodině – na rozdíl od tradiční rodiny, jak ji uchovával idealizovaný obraz minulosti v krásné literatuře i v sociologické paměti teorií rodiny z devatenáctého století.

Nukleární rodina integrovala otce do společnosti dvojí rolí. Vedle toho, že plnil funkci instrumentálního vůdce, byl nutně angažován i ve světě mimo rodinu. Svou zaměstnaneckou rolí totiž nejen opatroval rodině chléb, ale svým úsilím o dosažení co nejvyšší příčky na stratifikačním žebříčku zařazoval celou rodinu do určité sociální vrstvy. Jeho kariéra byla i kariérou rodiny a jeho neúspěch byl i neúspěchem rodiny. Na jeho úspěchu se ovšem podílela i manželka/matka, která jako emocionální vůdce rodiny vytvářela v rodině bezpečné zázemí a příznivé citové klima, dávající otci odpočinout v neúprosném zápase o úspěch v širší společnosti. Tato přísná dělba rolí měla pozitivní vliv i na vztah mezi vůdčím párem v rodině.

Parsons opakovaně formuloval názor, že *„To, že počet rolí určujících status je v manželském páru omezen na jednu, eliminuje v rodině konkurenci a soutěž v úsilí o dosažení co největšího statu. Je to důležité zejména pro vztah mezi mužem a ženou, protože soutěživost mezi nimi by způsobila zvláště zhoubně na solidaritu v rodině. Pokud jsou linie úspěchu muže a ženy segregovány a nedají se přímo srovnávat, je tu méně prostoru pro rozvoj žárlení, pocitů méněcennosti, závidi.“* (Parsons, 1954, 1955, in Možný I., 1999, s. 47)

Role otce

Dle Kohoutka (1998) matka bývá modelem ženskosti, vzorem lásky a něžnosti. Otec pak představuje vzor mužnosti, organizačních schopností a dovedností.

Dle Chorváta (1986), pokud mluvíme o roli otcovství jako rodičovský vztah mezi jedincem mužského pohlaví a jeho potomky, měli bychom brát v úvahu vícero hledisek. Na prvním místě se nabízí hledisko biologické, následuje stránka sociálního otcovství a rodičovství. Sociální stránka otcovství zahrnuje vztahy morální, právní a jiné. Sociální stránka

otcovství, podobně jako všechny specifické jevy v lidské společnosti, se vyznačuje tím, že je zakotvena v psychice společnosti. Příslušné otcovské vlastnosti získává muž vlivem působení určitých společenských výchovných činitelů na jeho osobnost. Proto známe tolik rozmanitých variant otcovského vztahu v průběhu vývoje lidské společnosti, proto se různé společnosti vyznačují rozdílnými požadavky na otce i v rámci každé jednotlivé společnosti, dokonce i v rámci každé společenské třídy a vrstvy.

Dle Maříkové (1999) nalézt odpovídající definici „angažovaného otcovství“ je obtížné, neboť pro otce podílející se na výchově užívá odborná literatura rozličná adjektiva, která vycházejí z toho, jakou měrou se otec účastní výchovy a jak intenzivně se identifikuje se svou otcovskou rolí.

Otec podílející se na výchově se dostal do centra odborné pozornosti v 70. letech 20. století, kdy nastal významný posun v chápání otcovské role. Přejíždí se od tradičního pojetí muže – výhradního živitele rodiny, který se angažuje především v práci, k tzv. aktivnímu a angažovanému otci. Muž je v tomto novém konceptu otcovství považován za stejně schopného a kompetentního pečovatele a vychovatele jako žena. Otec již není tím, kdo primárně zajišťuje rodinu ekonomicky, ale někdo, kdo má své místo v přímé péči o děti. Odborná literatura té doby definovala pojem „nový otec“. Je to otec, který je zainteresovaný na péči o dítě. Termín „new fatherhood“ pak vyjadřuje skutečnost, že současná generace otců je jiná, odlišná od předchozích generací mužů.

Kubíčková (2004) uvádí, že američtí sociologové May a Strikwerda zavádí pojem „otcovské pečovatelsví“ (nurturance). Toto pečovatelsví se liší od prostého pečování (caring), neboť pečování postrádá rozměr mužské sebeidentifikace jako plně pečujícího subjektu.

Muže, kteří zodpovědnost v oblasti péče o děti přebírají na sebe a „suplují“ roli matek, označuje Kubíčková termínem „pečující otcové“. Tento termín je však problematický, neboť neexistuje jasná hranice mezi pečujícím a nepečujícím otcem, popřípadě málo pečujícím otcem. Pečujícím otcem nemusí být nutně otec, který je oficiálně na rodičovské dovolené. A naopak, může jím být i otec, který chodí do zaměstnání s flexibilní pracovní dobou. „Primárním požadavkem na takového tatínka je, aby se svou rolí pečovatele plně ztotožnil.“ (Kubíčková, 2004, s. 21, in Rotreklová 2005)

Šmídová zavádí termín „matkové“. Jsou to podle ní muži, kteří pečují o své děti

každodenně a permanentně a jsou schopni nést také plnou odpovědnost za chod domácnosti. Tito muži jsou ochotni dát přednost péči o dítě před kariérou a zůstat s dětmi na rodičovské dovolené. (Šmídová, 2008)

Oproti tradičnímu pojetí otcovské role, kdy byl muž chápán jen jako živitel rodiny, jsou nové formy otcovství velkou změnou. Tato změna však ve společnosti nastává jen pozvolna. V současné době zůstává chápání otcovské role někde „uprostřed“ mezi tradičním a moderním pojetím. Pečující otcové, respektive „matkové“, kteří dobrovolně přebírají péči o děti výhradně na svá bedra, jsou zatím spíše výjimkou. Podle Šmídové se matkové většinou rekrutují ze středních vrstev obyvatel, které nemají tak konzervativní postoje k vymezení genderových rolí. (Kubíčková, 2004). Pro záměnu rolí v rodině se také častěji vyslovují páry žijící ve velkoměstech, lidé s vyšším vzděláním, svobodní a rozvedení a lidé nižších věkových ročníků. (Maříková, 1999)

Názory české populace naznačují, že muže vedou k tomu, aby zůstali na rodičovské dovolené místo matky, především ekonomické důvody – nezaměstnanost muže či lépe placená práce partnerky. (Šmídová, 2003). Otcové na rodičovské dovolené tvořili v roce 2004 jen 2% z celkového počtu pečujících rodičů. (Kubíčková, 2004, s. 21, in Rotreklová, 2005)

Reálně se větší podíl na péči o děti a domácnost očekává stále ještě více od ženy. Od muže se čeká hlavně finanční zabezpečení rodiny a k tomu pomoc při výchově dětí.

Otcové jsou dle mého názoru někde „na půli cesty“ od tradičního pojetí otce k novému modernímu otcovství. Tito otcové dále plní úlohu živitele rodiny (spolu s partnerkou), současně se však považují za rovnocenné partnery matek při výchově dětí a na péči o ně se zásadním způsobem podílejí.

Blízký vztah s dítětem přináší mnoha otcům naplnění života, radost a potěšení. Zároveň však klade na muže zvýšené nároky. Model angažovaného otcovství totiž není pro dnešní mladé muže běžný, neboť v něm nebyli vychováváni a musí se ho tedy sami učit. Od současného otce se očekává nejen to, že bude zodpovědný, spolehlivý, schopný finančně zajistit rodinu, ale také to, že bude naslouchat a rozumět své ženě a dětem a bude s nimi v blízkém kontaktu. To pro současné otce znamená více úkolů a psychických závazků. (Matějček, 2003)

Podle mého názoru je současný otec pečující, citlivý vychovatel, který se zajímá o své dítě a nechce si nechat ujít svůj podíl péče na výchově. Moderní otcové jsou ti, kteří aktivně

realizují svoji rodičovskou roli. Jsou to otcové, kteří se podílejí na povinnostech spojených s péčí o děti, účastní se jejich výchovy, zajímají se o ně a „jsou tu pro ně“, když je jejich děti potřebují. Současní otcové se snaží být svým dětem blízko – emocionálně i fyzicky. Tito otcové však nepřebírají úlohu matek ve výchově, „pouze“ se na výchově dětí podílejí a to často a významným způsobem. Otcové tedy neberou na sebe celou zodpovědnost za výchovu dítěte, ale o tuto zodpovědnost se dělí s partnerkou.

Nelze vynechat a není nic neobvyklého, když muž začne realizovat novou roli, a to roli jako nevlastní rodič – nevlastní otec. Průběh vystihuje Bakošová (2008, s. 107):

Doplněná rodina vzniká, když se v rodině objeví nový otec. Tato skutečnost může přinést do rodiny mnoho násilných prvků. Jak vypadá typický příchod nového otce? Nejprve se objevují „strýčkové“. Matky nekriticky vyzdvihují „přednosti“ partnera, porovnávají ho s otcem dětí. Když žije nový partner několik měsíců v bytě s dětmi, nastává proces adaptace spojený s konflikty. Mnohé ženy přinášejí domů často několik partnerů, než najdou toho pravého. Dítě je tak vystaveno dlouhodobému stresu, přestává věřit své matce, cítí se opuštěné. Příchod nového partnera – vychovatele přináší i vážný zásah do rodinného systému. „Budoucí otec“ žádá přerušení kontaktu dítěte s biologickým otcem. U dítěte vzniká problém: biologický, či nevlastní otec? Někteří noví otcové dělají ze začátku všechno, aby si dítě získali. Když se tento ideální otec začne časem měnit, nastane zklamání. Vyskytují se časté chyby partnerů – nerealistické představy o nové rodině, snaha vyhýbat se tomu, co se dělalo v předchozím manželství. V doplněné rodině vládne často „erotická“ atmosféra, z čehož bývají děti šokované. Otec se stává rivalem pro syna, pro dospívající děvče je nový partner často aktérem sexuálního zneužívání. Reakce matek bývají velmi nezdravé: žertují, přehlíží, chrání partnera, obviňují např. dceru. V doplněné rodině se může vyskytnout i spolužití dětí z obou předchozích manželství, případně s dětmi, které se narodí v doplněné rodině. Tady bývají často některé z dětí odstrkované, zanedbávané, nespravedlivě trestané.

Prognóza rodiny

Rodina je nejmenší sociální skupina, spojovací článek mezi jednotlivci a společností. Moderní představa rodiny a manželství neodpovídá žádné formě, kterou ve vývoji rodiny zaznamenala historie. Pro společnost naší kultury je charakteristická přirozená, převládající forma rodiny – párová, monogamní rodina, tedy rodina tvořená párem muž – žena a děti. (Bakošová, 2008, s. 108)

Dle Matouška (in. Bakošová, 2008, s. 109) většina prognóz dvou radikálních amerických děl nevyznívá pro rodinu příznivě. Vyskytují se v nich dvě vize:

- První předpokládá slábnoucí rodinná pouta. Podle něj budou manželé spolu jen krátce, budou celkem rovnoprávní, budou udržovat svoje vlastní osobní zájmy, které nebudou společně sdílet s nikým z rodiny. Rodina se stane otevřenou sociální strukturou. Lidé se budou více orientovat na osobní blahobyt a sféra rodinných vztahů pro ně bude podružná. Stát bude více přebírat funkce, které plnila tradiční rodina.
- Druhý typ počítá s **klesajícím významem mužské role v rodině**. Předpokládá se, že ženy už nebudou chtít kopírovat muže, ale budou se chtít od mužů lišit a distancovat, což by mohlo nukleární rodinu úplně zničit. Instituce manželství by úplně ztratila smysl. Plození dětí by mohlo být transakcí mezi zdravotním zařízením a ženou, která chce být těhotná. Kdo je otcem, by matce ani dítěti nemuselo být známé. Muž by měl v rodinné interakci význam jen jako genetický dárc.

Závěrem těchto krajně extrémistických úvah Matoušek uvádí optimistický pohled na rodinu. Plyne z přesvědčení, že hodnotná lidská osobnost potřebuje domov. Všechny pokusy nahradit rodinu ztroskotaly, proto je třeba podporovat ty formy rodiny, které budou vznikat.

Při značné diferenciaci sociálních skupin, preferenci hodnot či životních stylů se Bakošová domnívá, že v budoucnosti bude převládat rozmanitost rodinných struktur. Budou existovat rodiny nukleární, široké, multigenerační, rozvedené, znovu sezdané. (Bakošová, 2008, s. 109)

Kvalita vztahu mezi otcem a jeho dítětem je zásadně podmíněna psychickou vyspělostí muže - otce, jeho zralostí, připraveností mít dítě a rovněž rodičovskými postoji získanými v jeho dětství. O dalších specifických předpokladech k otcovství pojednává následující kapitola.

Specifické předpoklady muže k otcovství

Někteří muži se stávají aktivními rodiči díky hlubokému osobnímu zájmu. Jiní napodobují chování svých rodičů, neboť jsou s ním vnitřně ztotožnění a jsou přesvědčeni o jeho správnosti. Někdy se naopak stává, že se muži-otcové snaží pod dojmem negativních a traumatizujících zážitků z vlastního dětství úplně změnit styl výchovy vlastních dětí.

Dle Vodákové (2002) jsou významnými determinanty otcovského působení osobnostní rysy muže a jeho vnitřní předpoklady k péči o dítě. Tyto předpoklady jsou individuální, neboť vycházejí z mužovy psychické zralosti a vyspělosti, souvisí s jeho životními zkušenostmi a

hodnotovým žebříčkem. Důležitou podmínkou pro efektivní působení otce na dítě je zejména aktivní prožívání otcovství. Pokud otcové přijímají své rodičovství a bytostně se v něm realizují, předávají svým dětem jedinečné a hodnotné vzory jednání. Rovněž tím dávají svým dětem pocítit, že otec je milující a odpovědný člověk, na kterého se mohou spolehnout.

„Základem přípravy na otcovství je sebezdokonalování muže, což zahrnuje upevňování dobrých charakterových vlastností, vůle a vnitřní síly“. (Vodáková, 2002, s. 17, in Rotreklová, 2005). K otcovství je rovněž třeba osvojení si potřebných poznatků a dovedností. Vzhledem k tomu, že muži jsou vybaveni stejnými rodičovskými schopnostmi jako ženy (vnímání potřeb dítěte, umění porozumět signálům dítěte aj.), je hlavně otázkou jejich motivace a přesvědčení o důležitosti otcovské role, jestli se do výchovy aktivně zapojí.

Přístup otců může být ovlivněn jejich zručností a sebevědomím. Burgessová cituje Jamese Levina, amerického psychologa, který otce studoval a zkoumal více než 20 let. Ten prohlašuje, že „když jsou otcové údajně zaneprázdněni nebo nemají zájem, často se ve skutečnosti cítí trapně nebo v rozpacích“. (Burgessová, 2004, s. 142). Zdravé sebevědomí muže a jeho důvěra ve vlastní schopnosti mají významný podíl na tom, nakolik se muž rozhodne do péče o dítě zapojit.

„Více autorů (např. Kimmel 1987 a Hochschild 1990) dospělo k závěru, že pokud si je muž dostatečně jistý svojí identitou a nemá pocit, že ji musí dokazovat, může upustit od některých typicky mužských vzorců chování a stát se „ženštějším“. (Šmídová, 2003, s. 163). Právě mezi těmito muži můžeme najít moderní otce.

Otcovství z pohledu historie

Sociologové zdůrazňují, že funkce otce se v průběhu posledních desetiletí změnila podstatně více než funkce matky. Pohled na otcovství se měnil v souvislosti s vývojem společnosti a s celkovou kulturní, politickou a ekonomickou situací ve světě. V zaujetí mateřstvím bylo otcovství dlouhou dobu na okraji zájmu. Přínos matky pro dítě byl podrobně zkoumán a popisován, ale málokdo se zajímal, jak být dobrým otcem. Význam otce pro výchovu dětí byl nejen snižován, ale často naprosto zanedbáván. V tradičním typu rodiny byl totiž muž považován za výhradního živitele, který má být dominantní a autoritativní a učit děti disciplíně. Tradiční otec byl dětem vzdálený, bylo těžké ho blíže poznat. Žena v tradičním modelu byla naproti tomu „zakomponována v soukromé instituci rodiny“ (Maříková, 1999,

s. 14) a její doménou byla péče o děti a domácnost.

Se silnými stereotypy sexuálních rolí se společně vyvinula dělba práce, jejímž výsledkem byl model rodiny, kterou tvořila matka v domácnosti a zaměstnaný otec, vydělávající na živobytí. (Rotreklová, 2008)

Postoj společnosti k otcovství se měnil postupně, větší změny nastaly až v průběhu minulých dvou století. Zásadní zlom ve vývoji mužských a ženských rolí přinesl nástup kapitalismu. Moderní průmyslová společnost začala fungovat na předpokladu, že lidé obou pohlaví jsou uzpůsobeni pro tutéž práci a mají tytéž potřeby. To znamenalo obrovskou změnu v chápání tehdejšího světa. „Většina sociálních rolí se stala pohlavně univerzální“. (Možný, 1990, s. 103)

Prostory dříve uzavřené příslušníkům mužského či ženského rodu se otevřely lidem obou pohlaví. Změny ve vnitřním prostoru rodiny však nastávaly jen pozvolna a tento prostor zůstával dlouho nezměněn ve smyslu tradičního rozdělení rolí.

Postupně však ve společnosti dochází ke změně, kterou bychom mohli označit za projev demokratizace společnosti. Proces demokratizace byl ve vztahu k rodině vymezen jako proces projevující se (Maříková, 1999, s. 10):

- I. sblížením sociální pozice muže a ženy v rodině
- II. reflektováním možnosti zastupitelnosti rolí muže a ženy uvnitř rodiny
- III. v realizaci „flexibilní“ dělby práce mezi mužem a ženou v rodině

Proces demokratizace uvnitř rodiny přispěl ke ztrátě dřívějšího výsadního mocenského postavení muže v rodině. Došlo k postupnému prolínání rodinných rolí a „univerzalita pronikla i do vnitřního světa rodiny – muži se začali podílet na péči o děti a domácnost, ženy zase na ekonomickém zajištění rodiny“. (Možný, 1990, s. 103)

Otcovství v pravém slova smyslu se však prosazovalo jen pozvolna. Důvodem byl nedůvěřivý postoj společnosti k otcovským instinktům a snižování jeho rodičovské kompetence. Veřejnost, podporovaná prohlášeními předních psychologů a psychiatrů, věřila, že vzhledem k „přirozenému instinktu“ se k výchově dětí a s ní spojeným domácím povinnostem nejlépe hodí ženy. Žena nosí dítě v břiše, rodí a má fyzické předpoklady je kojit, takže bylo logické se domnívat, že ženy mají vrozené „mateřské“ nadání. Vodáková mluví o „kultu mateřství, který s sebou nesl nekritickou víru v mateřské instinkty a podceňování

otcovské role“ (Možný, 2002, s. 11)

Až psychologické výzkumy v 70. letech 20. století si začaly všimnout otcovské kompetentnosti pro výchovu dítěte. Začal být zkoumán přínos otce pro dítě a důsledky zanedbané otcovské výchovy.

Průkopníky angažovaného otcovství byly skandinávské země. Ve Švédsku se v 70. letech 20. století vynořila idea o zastoupení matky v domácnosti otcem. Tato idea byla podporována i institucionálně a umožňovala rozložit péči o dítě na oba rodiče. Otec mohl převzít i hlavní část péče o dítě a uvolnit matce možnost návratu do zaměstnání. Skandinávský model kladl důraz na to, aby mateřské dávky byly nahrazeny dávkami rodičovskými, které může pobírat i otec a byly tak vysoké, aby kompenzovaly alespoň minimální mzdu. (Možný, 1999)

Burgessová (2004) se zmiňuje o výzkumu, který byl proveden v Austrálii v letech 1987-1992. Z výsledků vyplývá, že čas, který otcové týdně stráví péčí o dítě, se za oněch pět let prodloužil o dvě hodiny. Z výzkumu rovněž vyšlo najevo, že dnešní otcové se starají o podstatně menší děti než dříve. Zdá se, že už s aktivním rodičovstvím nechtějí čekat do doby, než dítě více odroste.

Současní otcové se stávají mateřštějšími a citlivějšími. Badinter mluví v této souvislosti o „revoluci otců, která podněcuje zrod nové, diferencovanější a jemnější mužskosti“ (Kubíčková, 2004, s. 21). Mění se muži v sobě objevují ženské vlastnosti, jsou schopni altruismu, trpělivosti a lásky. Šmídová tvrdí, že změna v pojetí maskulinity je nutná: „Podle vědců v oborech sociologie rodiny je změna mužů žádoucí, podle psychologů, psychoanalytiků a psychoanalytiků je posun směrem k novým mužstvím nezbytným, a to nejen pro zachování mužského rodu, ale lidské civilizace vůbec“ (Šmídová, 2003, s. 163, in Rotreklová, 2005)

Dnešní společnost uznává, že otcové se mohou chovat stejně citlivě a pečovatelsky jako matky, a přesto si uchovat svou mužskou identitu. V procesu změny od tradičního otce k angažovanému vidí řada otců možnost osobního naplnění. Rostoucí počet otců si libuje v roli aktivních tatínků. Pozitivní prožívání otcovství může napomoci mužům k pocitu životního naplnění a přinášet jim pocity uspokojení a potěšení.

Tato kapitola se snažila nastínit představu o mužích-otcích v souvislosti s různými podobami otcovství v minulosti i v současnosti. Současný otec je „na půli cesty“ mezi otcem

tradičním a moderním. Zapojuje se do výchovy dítěte a povinností spojených s péčí o ně, aktivně realizuje své rodičovství a starost o děti mu přináší obohacení a potěšení. Otec na sebe nepřebírá úlohu matky, ale spolu s ní se na péči o dítě podílí. Přitom ale plní stále funkci živitele rodiny, nikoliv však už výhradního, jak tomu bylo v tradiční rodině.

Rozvoj otcovství souvisí s procesem demokratizace v rodině, který se vyznačuje sbližováním a prolínáním mužské a ženské role v rodině. Dochází také ke změně pojetí muže v dnešní společnosti a nástupu nových forem mužství, které jsou oproti tradičním jemnější a ženštější.

Domnívám se, že v současné době počet moderních otců narůstá. Po letech dochází k většímu začlenění otců do péče o děti a do jejich výchovy. Mění se obsah otcovství. Otec už není brán jako vůdce rodiny, ale snaží se fungovat jako partner svých manželek a dětí.

Role muže-manžela v současných rodinách

Rodiny v západních státech v některých ohledech vývoje směřují k rovnoprávnému chápání pracovní kariéry a seberealizace, včetně fungující dělby práce v domácnosti. Například skandinávské země mají otázku péče o děti genderově spravedlivě kodifikovanou v zákonech. Některé z těchto zemí (Island, Švédsko, Norsko) mají dokonce legislativně ustavenou kvótu pro dobu, kterou musí otec strávit na rodičovské dovolené. (Rotreklová, 2005)

Současné české rodiny jsou oproti tomu někde napůl cesty k nové organizaci genderových rolí v rodině. V české rodině jsou individuální zájmy žen realizovány stále ještě s ohledem na rodinné role ženy. Model moderního soužití partnerů česká společnost zatím nemá. V realitě funguje tzv. model smíšený, který obsahuje prvky tradičního i moderního modelu. Pro tento model je charakteristické, že oba partneři pracují, pro oba má práce svou důležitou hodnotu s tím, že pro muže bývá práce důležitější než pro ženu a je to on, kdo se případně věnuje pracovní kariéře. (Maříková, 1999)

Vzdělání a vysoká zaměstnanost žen snižují jejich závislost na partnerovi a zvyšují nároky na sladění rodinných a profesních zájmů. Často se mluví o tzv. „ženském handicapu“, kdy se od ženy vyžaduje zvládnutí rodiny i zaměstnání. Společnost tuto dvojí zátěž žen akceptuje a klade při tom větší důraz na její mateřskou roli. Jak uvádí Národní zpráva o rodině, pokud české ženy nacházejí cesty zvládnutí svých rolí v rodině a zaměstnání, bývá to formou

„přerušované“ pracovní kariéry, někdy i za cenu feminizace některých povolání spojené s nerovnostmi v odměňování. V rodinách žen zaměstnaných v takových oborech jsou příjmy rodin závislé na výdělku mužských partnerů, případně v nich hrají významnou roli sociální dávky.

Ani právní systém příliš nepodporuje změnu v tradičních výchovných rolích. Muži mají sice právo od 1. 1. 2001 nastoupit rodičovskou dovolenou. Na mateřskou dovolenou a s ní spojené peněžité dávky (dávka nemocenského pojištění ve výši 69% mzdy) má však nárok pouze žena. Otec může čerpat pouze rodičovskou dovolenou, kde výše rodičovského příspěvku je nižší než výše příspěvku v mateřství. Otec dítěte může pobírat peněžitý příspěvek odpovídající příspěvku v mateřství pouze v případě, kdy se matka z objektivních důvodů o dítě nemůže starat, a nikoli v těch případech, kdy se matka dobrovolně rozhodne ukončit mateřskou dovolenou a péči o dítě převzme na základě dohody rodičů otec. To znamená, že pokud si rodiče vymění tzv. tradiční role, má otec nárok pouze na rodičovský příspěvek a ne na peněžitou pomoc v mateřství, která se odvíjí od výše mzdy. V praxi to znamená, že na mateřskou dovolenou nastupuje matka, neboť otcovou rodičovskou dovolenou by se výrazně zhoršila ekonomická situace rodiny. Pokud otec chce nastoupit rodičovskou dovolenou, činí tak většinou později, až uběhne zákonem vymezená doba ženiny mateřské dovolené (28 resp. 37 týdnů). (MPSV, Sociální reforma – sociální příspěvek, 2012)

Interakce otce a dětí v rodině

Co se týká vztahů mezi českými otci a jejich dětmi, byla na toto téma provedena řada výzkumů. Např. sociolog I. Možný na základě studia české velkoměstské rodiny zjistil, že děti mají mnohem volnějším vztah k otci než k matce, otec se méně zajímá o jejich školu, mnohem méně si s dětmi vypráví o svém zaměstnání. Tím, že má muž-otec v rodině volnějším vztah k dětem nežli matka, formuje se už v dětském věku recipročně jiný, volnějším vztah dětí k němu, který přetrvává i do doby, kdy se z dětí stávají rodiče a z rodičů prarodiče. (Možný, 1990)

Obecně se dá říci, že otcové mají k dětem jiný vztah než ženy, jejich participace na výchově se však oproti minulosti zvýšila. „Žena kombinuje práci s rodinou, ale muž již nestojí stranou, nýbrž je vtažen do víru nově organizované rodinné struktury“. (Maříková, 1999, s. 98). Dnes je otcovo působení zaměřeno mnohem více dovnitř rodiny než mimo ni. Změnil se obsah otcovství, a to ve směru od tzv. „institucionálního“ ke „vztahovému“. To znamená, že se změnilo postavení otce jako vůdce a hlavy rodiny v otce, který se považuje za

partnera svých dětí. (Matoušek, 1997)

Také děti se více podílejí na organizaci rodinného života. Vztah mezi rodičem a dítětem se již nerozvíjí v rovině autority a podřízenosti, ale v rovině přátelství. Současní mladí rodiče se snaží o akceptování autonomie osobnosti dítěte. Autoritativní rozhodování je nahrazeno diskusí, na níž se podílejí všichni členové rodiny.

V oblasti péče o dítě a jeho výchovy došlo tedy v české rodině ke značným změnám a pokroku. Dělbba práce v domácnosti však vykazuje přes relativně rostoucí participaci mužů na domácích pracích stále ještě rysy nerovnosti. „Ženy věnují domácnosti přibližně třikrát tolik času než muži. Muž zastává spíše roli pomocníka, nikoliv partnera v dělbě práce v domácnosti“. (Maříková, 1999, s. 23). Charakter dělby práce v rodině je ovlivněn zejména strukturou rodiny a také fází rodinného cyklu. Zásadním faktorem je narození dětí, které mění dělbu domácích prací i redistribuci příjmů v domácnosti.

Výzkumy na téma podílu mužů na domácích pracích zjišťují, jaký je vztah mezi participací mužů na domácích pracích a zaměstnaností žen, povoláním mužů, jejich vzděláním apod. „Někteří američtí badatelé (Juster, Pleck aj) tvrdí, že pravděpodobnost, že muž bude participovat na domácích pracích, vzrůstá, když jeho žena pracuje, když muž vykonává profesi s pružnou pracovní dobou a když se jeho otec podílel na domácích pracích“. (Maříková, 1999, s. 22)

„Podle Rapoport (Rapoport, 1976) muži neparticipují na domácích pracích hlavně ze dvou důvodů: pro muže je těžké dělat něco, co je v dané kultuře nadefinováno jako „ženské“, a ženám zase obvykle činí problém „svěřit“ mužům výkon těchto činností“. (Maříková, 1999, s. 23)

Maříková upozorňuje na kulturní stereotyp, který je v české společnosti silně zakořeněn, a to i mezi vysokoškolsky vzdělanými muži. Ten vymezuje místo ženě v první řadě v domácnosti, kde má vykonávat domácí práce a starat se o děti. Tento kulturní vzorec vede ke skutečnosti, že v retrospektivním dlouhodobém pohledu se sice dělba práce v rodině změnila, k zásadním změnám však nedochází. Mnozí lidé ve svých názorech uznávají zastupitelnost rolí a flexibilitu rodičovských funkcí, ale v realitě se podle toho nemusejí chovat a setrvávají u tradičního rozdělení rolí.

Ideálem by bylo, kdyby nově vzniklé modely soužití reflektovaly rovinu rolí v rodinném

životě a také individuální osobnost partnerů. Obecně se dá říci, že „prostá výměna rolí situaci neřeší“. (Šmídová, 2003, s. 165)

Funkce otce se během posledních let změnila podstatně více než funkce matky. Otec v minulosti byl zaměřen spíše směrem ven z rodiny – staral se o finanční zabezpečení, vztahy s okolím aj. Vlivem změn, které nastaly ve společnosti a zejména ve vnitřních rodinných vztazích, došlo k tomu, že jsou dnešní otcové zaměřeni více dovnitř rodiny, více se zajímají o své děti i o dění v rodině. K tomu přispívá i fakt, že většina dnešních mladých žen se touží realizovat i v profesní sféře, nejen v mateřství, a rodiče se tedy musí v péči o děti podělit. Obecně se dá říci, že otcové se více angažují v rodinách zaměstnaných žen, v rodinách, které nemají k dispozici prarodiče a jejich pomoc a také tam, kde mají muži flexibilní pracovní dobu.

Významný podíl na míře otcovského působení mají ženy-matky. Na nich velmi záleží, jestli bude otec ve výchově dítěte aktivní. Ženy často mají problém vnímat muže jako rovnocenné partnery ve výchově a zpochybňují jejich kompetence. To má za následek, že muž se do péče o dítě zapojí jen jako „pomocník“ a je přesvědčen, že není dost obratný a zručný, aby se staral o dítě.

Situace v soudobé rodině je značně specifická. Sice dochází k prolínání rodičovských rolí, otcové se v péči o dítě zapojují více než dříve, ale co se týče dělby práce v rodině, přetrvává většinou stále tradiční rozdělení domácích prací na „ženské“ a „mužské“. (Rotreklová, 2005)

Rodina jako kontext pro výkon otcovské role

Otcovství se uskutečňuje v rodině. V současnosti dochází k poměrně rychlým změnám ve struktuře a postavení rodiny. Vnitřní vztahy v rodině se mění pod vlivem sociálních a ekonomických podmínek, kulturních změn a také pod vlivem demografických procesů. Také podstata otcovství není neměnná a nevyhnutelná, ale vyznačuje se přizpůsobivostí a proměnlivostí vzhledem k aktuální situaci. Rychlé změny ve struktuře a postavení členů rodiny, ke kterým v současné společnosti dochází, mohou zvyšovat nejistotu mladých rodičů, neboť ti mají menší možnost orientovat se podle osvědčených vzorů. Nové modely soužití mohou také přinášet neočekávané riziko, protože jsou neznámé a dosud neověřené.

Očekávání partnerů a reálné možnosti

Matoušek uvádí s nadsázkou typická očekávání žen a mužů. „Naprostě tím nechce tvrdit,

že by se měla stát nějakou společenskou normou pro vztahy v současných manželstvích. Zejména u popsání očekávání mužů by to bylo v rozporu s demokratickými principy prosazujícími plnou rovnoprávnost obou pohlaví. Něco jiného je žádoucí vývoj společnosti a něco jiného je spokojenost individuálního páru.“ (Matoušek, 1993, s. 51-52)

Matoušek dále píše, že při výběru partnera hraje roli soubor očekávání, který by mohl být dotazen až do konkrétní představy o ideálním protějšku. Nejstručnější formulace uvědomovaných očekávání se dají najít v seznamovacích rubrikách časopisů. Ne všechna tato očekávání se však při faktické volbě partnera uplatní. Rozbor inzercí a skutečných seznámení v našem seznamovacím systému ukázal, že například jen nepatrné procento žen připouští, aby měl jejich partner v době seznamování méně vlasů, ve skutečnosti mají vlasatí i nevlasatí muži stejnou naději na to, že si je žena jako protějšek zvolí. Na druhé straně jen málo mužů předem souhlasí s tím, že by jejich partnerka mohla být rozvedená a mohla mít ve své péči nezletilé děti. Toto očekávání předvídá úspěšnost skutečných seznámení, bezdětné a svobodné ženy mají významně větší naději se seznámit.

Transkulturální studie očekávání určujících volbu partnera ukazují, že muži kladou ve všech kulturách vzhled a mládí partnerky mezi hodnoty nejdůležitější. Také ženy téměř bez výjimky očekávají, že muž bude o něco starší a že bude schopen rodinu ekonomicky zajišťovat. Na vcelku nevelké rozdíly mezi jednotlivými zeměmi má větší vliv kulturní tradice než současná ekonomická úroveň. Výsledky těchto šetření není těžké interpretovat – muži i ženy mají zájem na prosperitě a stabilitě rodiny, kterou chtějí spolu založit. Přitažlivá a mladá žena dává naději na zdravé potomstvo a starší, ekonomicky zdatný muž zase umožňuje rodině získání potřebných materiálních statků pro přežití.

Je známo, že se berou lidé podobní v sociálních a psychologických charakteristikách. Při volbě partnera se dává přednost člověku stejné rasy, stejné sociální vrstvy, stejného náboženství. Sňatky z tohoto hlediska homogenní jsou statisticky úspěšnější. Když si vezme žid protestantku, rozvedou se s větší pravděpodobností než svazek žid – ateistka, a ten je zase méně trvalý než svazek žid – židovka.

Krom vědomých očekávání si lidé do partnerského vztahu přinášejí i očekávání nevědomá. V nich může figurovat především rodič – jako pozitivní model i jako odstrašující příklad, nebo jako postava napovrch respektovaná, na jiné úrovni obávaná až nenáviděná. (Mimořádně: Souhlas rodičů se sňatkem dítěte je dobrým prediktorem harmoničnosti jeho manželství; kde chybí, stoupá pravděpodobnost rozvodu.)

Neuvědomovaná očekávání partnerů se mohou spojovat v jakési „neoficiální dohodě“, která začne prosvítat až delší dobu po sňatku, obvykle v situaci, kdy pod tlakem okolností

jeden z partnerů dohodu přestává dodržovat. V takové tajné dohodě se má partner stát náhražkou, případně lepším vydáním jiné významné osoby. Ne vždycky rodiče, někdy i sourozence, prarodiče apod. Když se partner od takto přisouzené úlohy odchýlí, může se stát i zcela nepřijatelným. Žádné manželství není zcela prosté prvků tajné dohody; rozhodující pro manželskou spokojenost jsou intenzita zmíněných substitučních očekávání a jejich plasticita. (Matoušek, 1993, s. 51-52)

Dle Matouška (1993, s. 52) „při výběru partnera v našem kulturním okruhu a v naší době je hlavní podmínkou partnerská zamilovanost, tedy zvláštní stav vědomí, v němž jsme partnerem fascinováni a idealizujeme si ho. Vzniká zvláštní raport, „vyladění na stejnou vlnu“. Vnímání je vysoce projektivní a výběrové, vnímáme jen to, co chceme vnímat. Stav intenzivní zamilovanosti trvá několik málo měsíců; u mužů rychleji než u žen přechází do stavu střízlivějšího vědomí, v němž je možné partnera hodnotit realisticky. Stav intenzivní zamilovanosti usnadňuje sblížení, usnadňuje i rozhodování o sňatku. Určitá zaslepenost, již přináší, je vysoce funkční. Patrně nikdo se nemůže racionálně rozhodnout v tak závažné záležitosti – buď poslechne přání svého rodiče, nebo poslechne „hlas svého srdce, v obou případech je zdárný výsledek jistěn silnou emocí“.

Dále podle Matouška (1993) se obecně očekává, že stav zamilovanosti by mohl trvat celé manželství, proto se do tohoto stavu lidé vemlouvají, i když v něm již nejsou. Jinak by totiž ohrozili iluzi, na níž moderní manželství spočívá.

Očekávání našich současníků vůči manželskému partnerovi se pokusili vystihnout manželé Kratochvílovi (Kratochvíl, 1992). Jejich přehled se netýká všech manželských očekávání, ale jen těch, na které se nejčastěji naráží v manželské terapii. Nejsou to očekávání nepřiměřená, všechna jsou přirozená a oprávněná. Přesto, když se vymknou kontrole, mohou manželství a rodinu zničit.

Očekávání žen dle manželů Kratochvílových jsou tato (in Matoušek, 1993):

- Posedět a popovídat si. Žena čeká, že muž bude poslouchat její běžné starosti. Případně, že i on jí bude vypravovat svoje běžné starosti.
- Duševní porozumění. Žena chce s mužem sdílet i své niterné pocity bez obav, že budou zlehčovány nebo ironizovány. Chce se svěřit s výjimečně pěknými zážitky i s omyly. V hraničním případě chce vést s mužem „bytočný rozhovor“ týkající se hodnot, zásadních názorů na život.

- Vycítit, co žena potřebuje. Žena chce, aby muž vycítil její potřeby a spontánně na ně reagoval. Chce, aby muž oceňoval, co žena pro něj a pro rodinu dělá. Týká se to i sexuality.
- Vyjadřovat lásku celým svým životem. Toto očekávání představuje rozprostření předchozích požadavků do delšího časového intervalu. Žena čeká trvalé důkazy toho, že je milována.

Analogicky vypadají očekávání mužů:

- Uvařeno, uklizeno. Muž čeká, že domácnost bude v dobrém stavu, že mu žena vytvoří příjemný domov, ve kterém budou uspokojeny jeho základní potřeby.
- Neobtěžovat s problémy. Muž čeká, že provoz rodiny bude běžet pod vedením ženy, případně s účastí dětí, ale že on bude jen minimálně obtěžován jejich těžkostmi.
- Sex kdykoli se mi zachce. Muž se cítí být pánem v sexuální sféře, nepředpokládá, že by měl ženu k sexuálnímu aktu vyladřovat, nepočítá s tím, že by mohl být odmítnut.
- Obdiv stále. Muž čeká, že žena bude obdivovat jak jeho výkon v zaměstnání, tak to, co udělal pro rodinu. (Matoušek, 2003, s. 52)

2.1.2. Pracovní prostředí mužů jako zdroj zátěže

Pracovní prostředí je jedním z nejčastějších zátěží mimo rodinu. Na muže je zde vyvíjen tlak nejen zvenčí (zaměstnání, zaměstnavatel, prostředí, v kterém pracuje, kontakt a komunikace se spolupracovníky, či podřízenými, s klienty), ale také z vnějšku, kupříkladu jeho vnitřní motivací zabezpečit rodinu, zajistit prostředky ke svým koníčkům, pracovat na své kariéře pro své uspokojení a zvyšováním sociální role nejen pro sebe, ale i pro rodinu. Blíže problematiku interakce a zátěž pracovního prostředí na muže, jeho rodinu a okolí popisuje Štikar (2003).

Štikarův model má pomyslné hranice, které oddělují pracovní svět od ostatního světa. Tato hranice ale není neprostupná. Vnější záležitosti ovlivňují pracovní záležitosti a naopak. Některé z faktorů mající vliv na subjektivní pociťování pracovní zátěže budou následně přiblíženy. Při hodnocení zátěže je dle Štikara (2003, s. 74) třeba popsat tři kategorie jevů:

- požadavky kladené na činnost (současně i podmínky, za nichž je činnost realizována),
- chování jedince při činnosti, jež se projevuje ve vnější (objektivní) i ve vnitřní (prožitkové) sféře,

- nároky, jež kladou tyto požadavky a podmínky na vlastnosti jedince.

„Zátěž tedy vzniká v důsledku nesouladu mezi požadavky a podmínkami na jedné straně, vlastnostmi a stavem člověka na straně druhé. Je to jev, který se týká vždy určitého jedince, zatímco požadavky, podmínky a nároky lze charakterizovat obecně. V tomto smyslu má zátěž značnou interindividuální variabilitu, ale i intraindividuální variabilitu, neboť reakce jednotlivce je vždy odpovědí na požadavky a podmínky, odpovědí, která je vázána na jeho činnostní kapacitu a připravenost.“ (Štikar J., 2003, s. 74)

Faktory ovlivňující pracovní stres

Ukázalo se, dle Křivohlavého (2001, s. 174), že jako jedna z hlavních příčin pracovního distresu je nedostatek možnosti řídit nějakým způsobem průběh dění, což potvrzuje vyšší zmíněná kontrola z Warrova modelu stresu. Další studie vyvrátily myšlenku, že velikost pracovního stresu roste přímo úměrně s výškou postavení v práci, a dospělo se k závěru, že naopak nejvíc pracovním stresem trpí právě pracovníci střední společenské vrstvy jako např. vedoucí na dílně, mistři apod.

Vyplývá to především z postavení „ve středu“, to znamená, že musí čelit požadavkům „shora“ – od nadřízených, a také musí řešit problémy, které se vyskytnou mezi jejich podřízenými, tedy problémy „zdola.“

Nadřízení se často dopouštějí při svém vedení chyb. Příkladem může být nedostatečná objektivita a nespravedlivost při hodnocení práce podřízených, nevšímavost k iniciativě kolegů, minimální anebo žádné ocenění úsilí spolupracovníků, nedůslednost, netaktnost, panovačnost, nejednoznačné vymezení úloh, nepřiměřené požadavky na podřízené atd. (Kulíšek, 2004, in Křivohlavý, 2001)

Dalším komplikátorem duševní a fyzické pohody v rámci práce jsou vztahy mezi lidmi. Konkrétně se jedná o vztahy mezi zaměstnanci anebo rodinné vztahy, kde většinou konflikt vychází z neslučitelnosti požadavků na práci a na rodinu.

Pokud zaměstnanec práce baví a naplňuje ho, je méně zatížený stresem, než když je tomu naopak.

Negativní projevy jako donášení, mobbing, závist kolegů mohou působit deprimálně a

stresogenně a snižovat tak i pracovní výkonnost a způsobovat zdravotní problémy. Mobbing – psychoteror, anebo válka na pracovišti, se projevuje nenápadným popichováním, ironickými poznámkami, nevhodnou komunikací, zpochybňováním pracovních úloh, schováváním podkladů a zpráv, zatajením důležitých informací, úmyslným pozměněním údajů v počítači apod. (Pec, 2004, in Křivohlavý, 2001)

Dalšími významnými faktory působícími na pracovní stres jsou: přetížení množstvím práce, časový stres, neúměrně velká zodpovědnost, nevyjasněné pravomoci, vysilující snaha o kariéru, problémy se spánkem, zlé fyzikální pracovní podmínky (hluk, teplota, osvětlení atd.). Dále působí na pracovišti stresogenně například nedostatečná komunikace, popírání existujících problémů, očekávání, že budou lidé pracovat nepřiměřeně dlouho anebo více, neproporcionální rozdělení práce apod. Repetti (1993, in. Křivohlavý, 2001, s.174) prokázal existenci vyšší míry negativních nálad v dnech, kdy na pracovišti byly mezi pracovníky napjaté vztahy. Napětí není v zaměstnání ojedinělou záležitostí. K pracovní pohodě nepřispívá nepřívětivé pracovní prostředí, agrese mezi zaměstnanci navzájem, přenos negativních nálad mezi spolupracovníky, nároky plynoucí z teamové práce a mezilidských problémů. (Křivohlavý, 2001, s. 174-175)

Co se týká mimopracovních, partnerských či rodinných vztahů, v ideálním případě by vedoucí zaměstnanec měl mít zájem poznat situaci zaměstnance v rodinných a přátelských vztazích a v případě osobní krize či hrozícího pracovního selhání by mohl včas reagovat a poskytnout jedinci potřebnou pomoc a podporu

2.1.3. Jiné faktory vnějšího prostředí ovlivňující zátěž mužů

Faktory

Podle Bakošové (2011, s. 71) zdraví, a tudíž i zátěž člověka, ovlivňují různé faktory. Jedná se o **faktory osobnostní, životního stylu, životního prostředí a sociální**.

Z **osobnostních** faktorů jde o biologické, psychologické, sociální a duchovní. **Biologické** faktory vyplývají z biologických funkcí organismu. Jsou získané anebo vrozené. Vrozené (dědičné) si člověk přináší geneticky. Získané biologické faktory člověk získává během svého života.

O faktorech osobnostních se blíže zmiňuji v kapitole „faktory vyplývající z osobnosti“.

Faktory **životního prostředí** působí zvenku a jde o přírodní faktory (fyzikální, chemické,

biologické). **Fyzikální** faktory (teplota, vlhkost, proudění vzduchu, sluneční záření, vysílání televize, rádia, komunikačních prostředků), **chemické** faktory působí na organismus prostřednictvím vzduchu, vody, potravin a **biologické** faktory představují působení živých organismů, které se vyskytují v životním prostředí.

Sociální faktory podle Clarka (1992, in: Bakošová, 2011, s. 71) je možno rozdělit na ekonomické, politické, kulturní a religiózní.

„Vytvářením zdravého životního stylu je dlouhodobý proces a začíná v rodině postojem k sobě, ke svému zdraví, k respektování preventivních opatření. Klasická medicína přistupuje k léčbě podle typu onemocnění. Léčí jednotlivé orgány, ale přístup k člověku jako celku vynechává.“ (Bakošová, 2011, s. 71)

Dalšími faktory ovlivňující míru zátěže muže je **volný čas, záliby a přátelé**. Ač se zdají být tyto faktory spíše odpočinkové, relaxační nebo seberealizační, v určité míře a fázích tomu může být právě naopak. (Cibulec, 1984)

Volný čas v manželství charakterizuje Cibulec (1984) jako tu část z celkového soužití manželů, která není věnovaná činností spojeným s udržováním manželské instituce a je jí tedy možno použít pro vlastní spotřebu. Není zde započítávána doba věnovaná pracovní činnosti pro obživu a doba věnovaná spánku a osobní hygieně. Z teoretického hlediska plní volný čas základní tři funkce naplnění, a to odpočinkovou činností, kulturně společenskou činností a činností spojené s rozvojem osobnosti partnerů.

Úlohou volného času v manželství je především sloužit k zpříjemnění manželského soužití tak, že bude splňovat vzájemnou vyváženost jeho konzumace oběma partnery, přispívat k jeho hodnotnějšímu prožití, stane se zdrojem nové síly a energie, která umožní prožívání manželství jako záležitosti optimistické, úsměvné, příjemné pro oba partnery.

Volný čas je také v úzké souvislosti s potřebami každého partnera v manželství. Jedná se o potřebu uskutečňovat osobní cíle, umožnit poznávání světa i sebe, nebo potřebu sociálního styku a společenského uznání a prestiže, nebo potřebu činnosti jako takové.

Vnímání volného času a jeho náplně v manželství u každého partnera probíhá jinak. Je třeba, aby manželé v pojetí volného času našli určitý soulad a rovnoměrnost. Dochází-li k disproporcím, signalizuje to jednak špatnou organizaci manželských povinností, tj. domácích prací, výchovy a péče o děti apod., jednak se dostavuje rozmrzelost, konflikty a nespokojenost partnera, který je disproporčně poškozen.

„Na první pohled by se mohlo zdát, že jde o nedorozumění. Ve skutečnosti představuje

volný čas velký problém a mnohdy stojí v pozadí rozvodových řízení mezi partnery nebo vytváří vážné konflikty mezi nimi.“ (Cibulec, 1984, s. 263-265)

Záliby (koníčky, zájmová činnost) dle Cibulce (1984) lze vymezit jako činnost vykonávanou jedním nebo oběma partnery, která má sloužit k obohacování, zpříjemnění i ukrácení volného času a neměla by se stát vyvolavatelem konfliktních situací v manželství.

Mezi prospěšnost záliby patří potřeby poznávání (touha po hledání zákonitostí života, společnosti, vesmíru a v neposlední řadě i zákonitostí manželského soužití), seberealizace a sebeuplatnění, to jest jedny z nejvyšších potřeb člověka dle Maslowovy hierarchie potřeb. Dále se jedná o potřebu uskutečňování, realizování svých vytyčených cílů. Člověk, který je schopen tyto cíle naplňovat kvalitně, má větší šanci i pro kvalitní naplňování soužití s partnerem. Muž si je vědom toho, co znamená neplnění povinností, slabá vůle, lajdáctví, vzdávání se před překážkou, obcházení plnění úkolů apod., neboť všechny tyto vlastnosti a rysy se mohou negativně promítat i v manželství.

„Potřeby spojené se společenským uznáním, s prestiží, se sociálním stykem obohacují člověka o společenský rozhled, vedou ho k lepšímu chápání druhého člověka, k vytváření lepších intrapersonálních vztahů, mají vliv na jednání s lidmi, a takové prvky jsou v manželském soužití nejen vítané, ale i nezbytně nutné.“ (Cibulec, 1984, s. 261-275)

Pod pojmem přátelé v manželství Cibulec (1984) označuje ty osoby, které svým působením a vztahem k nám prokazují vůči našemu manželství nezištnou pomoc, solidaritu a znamenají pro nás zdroj příjemného společenského kontaktu.

V následujícím odstavci, bych se rád zaměřil na pozitivní a negativní vliv přátel na manželské soužití.

Dle Cibulce (1984) Je třeba se zamyslet nad tím, co pro nás a našeho partnera ve skutečnosti přátelé znamenají. Půjde o vymezení jejich úlohy pro každého z nás. Nejedním konfliktem v manželství vzniká proto, že partneři zaujímají rozdílná stanoviska vůči úloze, kterou přátelé mají v manželství hrát. Jsou partneři, kteří přímo nesnášejí jakékoli přátelství s lidmi mimo rodinný kruh, nepřejí si, abychom se s nimi stýkali, kdežto jiní zase po přátelích touží a nedovedou si manželský život bez nich představit. Úloha přátel pro oba partnery má však více hledisek. Jedním z nich je i to, jak dlouho se s přáteli známe, jakou k nim máme citovou vazbu. Dále jde o to, co nás s nimi pojí, co s nimi máme společného. Jestliže dochází mezi partnery k diametrálně odlišnému pohledu na prospěšnost a vhodnost přátel pro jejich manželské soužití, vznikají mezi nimi častěji konfliktové situace a napětí. Je třeba se zamyslet

nad tím, co vše přátelé pro manželství představují, co zastupují, co nahrazují, kde jsou jejich slabá a silná místa.

Z pozitivního hlediska pro nás mají přátelé význam duševně-hygienický, protože nám mohou sloužit nejen jako „vrby“, ale mohou také usměrňovat naše projevy, mírnit konfliktové situace a napětí mezi partnery.

Nevýhody přátel pozná zpravidla každý na své kůži, hlavně v situaci, ve kterých jde o něco podstatného. Někdy jsou příliš zasvěceni do našeho soukromí a mohou ovlivňovat v negativním směru naše rozhodnutí. Jinou nevýhodou je celkový vliv na naše chování a jednání, zvláště u přátel, ke kterým máme silnější citovou vazbu. Mohou do jisté míry i omezovat náš volný čas a z tohoto pohledu je někdy bereme jako „zátěž“. (Cibulec, 1984)

2.2. Faktory vyplývající z osobnosti a jejich vliv na zátěž mužů

Struktura osobnosti:

Dle psychologického slovníku (Geist, 2000, s. 167) je pojem v psychologickém pojmosloví nejednoznačný, užívaný v různém významu a rozsahu dle zdůraznění nebo zúžení pohledu na jednotlivé složky celku lidské osobnosti, východiska a koncepce, nebo podle jazykových tradic určitých kultur. Obvykle se jím míní člověk ve své specifické jedinečnosti, jako nositel v sobě jednotného svědomého Já, individuální zvláštnosti, jednotný celek všech bezprostředně nebo zprostředkovaně se vyskytujících psychických vlastností a projevů.

Generalizace osobnostních charakteristik dle Vágnerové (2010) většinou odpovídá skutečnosti a může být proto užitečná, i když se chování daného jedince v konkrétních životních situacích může měnit. Žádný člověk se neprojevuje pořád stejně, ani kdyby jeho osobnostní vlastnosti byly hodně vyhraněné. Osobnostní vlastnosti jsou zobecňující charakteristiky, které umožňují vyjádřit osobnost jedince, a tím i jeho rozdílnost od ostatních lidí.

Termín struktura osobnosti je v tomto kontextu užíván k označení souboru základních osobnostních vlastností a jejich uspořádání, jejich vzájemných souvislostí a vztahů. Osobnostní rysy tvoří hierarchickou strukturu, jejíž uspořádání je založeno na rozdílné míře obecnosti jednotlivých dimenzí. Na nejvyšší úrovni jsou obecnější a široce pojaté rysy (např. extroverze), které zahrnují různé dílčí vlastnosti. Jednotlivé rysy osobnosti jsou dost často určitým způsobem zkombinovány, ale vždycky tomu tak být nemusí. Variabilita jejich kombinace může být relativně velká.

Osobnostní rysy lze definovat v několika oblastech:

- Lze je chápat jako předpoklady k určitému způsobu reagování, které ovlivňují prožívání, uvažování a chování.
- Jsou to relativně trvalé a stabilní vlastnosti. To znamená, že se projevují podobně i za různých okolností a zásadním způsobem se nemění ani v průběhu času.
- Osobnostní rysy jsou obvykle vymezeny v bipolárních dimenzích., zahrnující dvě opačné krajní varianty, mezi nimiž je řada různých, méně jednoznačně vyjádřených alternativ (například přátelský – nepřátelský, dominantní – submisivní).
- Základní osobnostní rysy jsou vzájemně relativně nezávislé charakteristiky, jejichž soubor vytváří pro daného jedince typický osobnostní profil. Lidské chování nebývá závislé jen na jednom osobnostním rysu, obvykle je ovlivní větší počet těchto dispozic. Jestliže je nějaký člověk průbojný a má tendenci se prosazovat, je důležité i to, zda je pracovitý a systematický a bude se tak prosazovat spíš svým výkonem, nebo je to vyhraněný extrovert a půjde mu víc o to, aby získal uznání a vliv na ostatní lidi, které dokáže k dosažení svých cílů využívat.
- Stabilní osobnostní rysy ovlivňují rozvoj proměnlivých aspektů osobnosti: názorů, postojů, hodnot a ambicí, ale i způsobu naplnění sociálních rolí a charakter mezilidských vztahů. V tomto směru jsou komplexem, na němž závisí i dynamika osobnosti, nejsou jen popisnými charakteristikami, za něž je někteří psychologové považují. Např. extrovert bude mít větší zájem o různé společenské aktivity, bude k nim více motivován a budou pro něj představovat větší hodnotu než čtení či kutilství.

Osobnostní vlastnosti se projevují konkrétním chováním, které může být modifikováno kontextem, tj. situací. Je důležité vědět, jak a za jakých podmínek se daná osobnost nebo jejich komplex (různé kombinace mohou vést k variabilním projevům) uplatní. Jednotlivé osobnostní rysy se nemusí v rozdílném kontextu projevovat stejně, některé reakce jsou vázány na určité situace, resp. vyvolávající momenty. Důležité je i to, zda jde o standardní podněty či nové a náročnější požadavky. Některé rysy, zejména pokud jsou méně vyhraněné, mohou zůstat skryté a nemusí se za běžných okolností projevit vůbec. Pokud např. bude nějaký člověk jen mírně úzkostný, projeví se tento rys osobnosti jen v náročných situacích, zatímco v každodenním stereotypu nebude nijak nápadný. Vnější vlivy rovněž spoluurčují, které dispozice se rozvinou a do jaké míry.

Pro lepší porozumění je třeba připomenout, že:

- Stablnější (to znamená více vázané na temperamentovou, dispozičně danou složku) a výrazně rozvinuté vlastnosti se projeví ve většině situací. Jestliže je např. určitý člověk výrazným extrovertem, bude se tak projevovat vždycky či téměř vždycky.
- Situace, které jsou pro daného jedince něčím významné, mohou jeho projev ovlivnit ve větší míře než situace subjektivně nedůležité. Méně výrazné vlastnosti osobnosti se za takových okolností nemusí příliš projevovat. Např. člověk, který je průměrně průbojný, se nebude prosazovat v době, kdy je subjektivně stresován vztahovými problémy, protože na to nebude mít dost energie a nejspíš ani motivaci.

Jak již bylo řečeno, osobnostní rysy představují dispozice k určitému reagování, které se za různých okolností nemusí rozvíjet ve stejné míře a nemusí mít ani stejný význam. (Vágnerová, 2010, s. 127-128)

Stabilita osobnosti

Dle Vágnerové (2010) osobnostní rysy jsou relativně stabilní vlastnosti, které se, přinejmenším v průběhu dospělosti, základním způsobem nemění. (Pokud by nebyly přijatelně stabilní a konzistentní, nemělo by jejich vymezení smysl.) Každý člověk má určité osobnostní vlastnosti, jejichž profil obvykle zůstává přibližně stejný, i když se jednotlivé rysy nebo jejich dílčí aspekty v průběhu času rozvíjejí, a tudíž i mění. Jde především o standardní, vývojově podmíněné proměny, a občas i o změny vyplývající z individuálně charakteristického průběhu života či z působení nestandardních vlivů, jako jsou různá traumata a stresy.

Lze tedy říci, že osobnost je plastickou strukturou, která je schopná reagovat na změny životní situace určitou proměnou některých osobnostních rysů, a proto je důležité vědět, kdy a jakým způsobem se tyto vlastnosti mohou měnit, resp. co je může měnit.

Osobnost je ale i relativně stabilní komplexem osobnostních rysů, a proto je užitečné znát, jakým způsobem se udržuje jejich kontinuita a které faktory na ni mají největší vliv.

Stabilitu osobnostních rysů je možné posuzovat z různých hledisek, nejčastěji jde o následující varianty hodnocení:

Skupinová stabilita – je označovaná také jako absolutní stabilita, zachycuje stálost úrovně daného osobnostního rysu v populaci. Hodnotí se podle míry shody populačních průměrů naměřených v různém období. Jestliže je jejich korelace dostatečně vysoká, svědčí to pro stabilitu příslušného rysu osobnosti. Z takového výsledku samozřejmě nevyplývá, že by se nemohly změnit osobnostní vlastnosti jednotlivých lidí, protože jejich případná proměna

nemusí hodnotu průměru zásadně ovlivnit, nárůst u jedněch může být kompenzován snížením u jiných.

Diferenciální stabilita – resp. kontinuita je definována jako míra stability osobnostních rysů jednotlivců, která se projeví relativní stálostí jejich pozice v dané populační skupině. Osobnostní rysy příslušníků určité populační skupiny se mohou rozvíjet podobným způsobem a pak zůstává pozice jednotlivce stejná. Pokud se jejich hodnota změní, pak se pozice jednotlivce s ohledem na průměr skupiny v určitém směru posune. Diferenciální stabilitu lze posoudit s pomocí korelace hodnot naměřených u jednotlivých lidí v různém období jejich života. Korelace hodnot všech pěti základních osobnostních rysů v intervalu 20 let se pohybuje kolem hodnoty $r = 0,6$, což potvrzuje jejich relativně vysokou diferenciační stabilitu. Jestliže má někdo nadprůměrně rozvinutý určitý rys osobnosti, např. je hodnotně extrovertovaný či naopak introvertovaný, je vysoká pravděpodobnost, že tomu tak bude i později. Projevy extroverze se sice mohou vzhledem k přibývajícimu věku měnit, ale takto se budou měnit i u většiny jeho vrstevníků.

Individuální stabilita – „je index, který slouží k hodnocení stálosti osobnostních rysů či osobnostního profilu jednotlivce v průběhu času. Lze ji posuzovat na základě srovnání hodnot naměřených v různém období života. Proměny osobnostních rysů jakéhokoli jedince nemusí být jen vývojově či kohortově podmíněné, ale mohou vznikat na základě různých individuálních životních zkušeností. Míru neuroticismu může např. posílit závažné onemocnění dítěte, ztráta partnera či protahované ekonomické problémy atd.“ (Vágnerová, 2010, s. 127-128)

Dědičný základ osobnosti

Vágnerová (2010) dále píše, že není pochyb o tom, že lidé, kteří jsou spojeni pokrevním příbuzenstvím, mají určité společenské rysy a jsou si vzájemně podobní jak svým vzhledem, tak i psychicky. To se projeví nejenom jejich tendencí reagovat podobným způsobem, ale i klimatem rodiny, které tito lidé společně vytvářejí a podporují tak rozvoj určitých osobnostních vlastností a sklonů. Genetickým základem osobnosti je individuální podoba osobnosti, závisí na působení komplexu vnějších vlivů, na interakci dědičnosti a prostředí. Dědičné dispozice představují informace, které předurčují individuálně specifický program vývoje osobnosti. Projevuje se variabilitou zrání předpokladů k rozvoji různých osobnostních vlastností i jejich koordinovanosti a integrovanosti, jde o program, který funguje jako celek.

Pravděpodobnost vzniku určité kombinace dědičných dispozic je závislá na genotypu rodičů a je tudíž ovlivněna způsobem výběru partnera, který není náhodný. Z genetického

hlediska by bylo nejlepší, aby dítě získalo kvalitní a zároveň dostatečně různorodé dědičné informace, rodiče by si neměli být geneticky podobní. Avšak v praxi se partnerská volba řídí jinými kritérii. Různé psychické, resp. i tělesné vlastnosti neovlivňují tyto preference stejným způsobem. (Borkenau et al., 2001, in Vágnerová 2010)

Genetické dispozice jsou v interakci s vlivy prostředí, jejichž působení mohou různým způsobem modifikovat.

Podněty prostředí nepůsobí na různě disponované jedince stejně, jejich účinnost může být ovlivněna i samotnou dědičnou informací. Závisí na způsobu, jakým lidé podněty, které na ně působí, vnímají, jak je zpracovávají a jaké zkušenosti takto získají. Např. člověk, který je dispozičně dobře laděný a emočně stabilní, bude mít tendenci k pozitivnímu hodnocení čehokoli, na rozdíl od toho, kdo je bazálně úzkostný a bude mít sklon vnímat všechno jako zdroj ohrožení. Tato skutečnost je jednou z příčin zdánlivě nepochopitelných rozdílů mezi sourozenci žijícími s oběma rodiči v jedné rodině. Pro rozvoj různě disponovaných dětí nemusí být určité výchovné působení a míra stimulace stejně přínosné. Např. v náročném a podnětném prostředí se může dobře rozvíjet vyrovnané a alespoň průměrně nadané dítě, zatímco dráždivé, emočně labilní a sotva průměrné dítě by jím mohlo být stresováno. U dospělých platí totéž - co je pro jednoho výzvou, může být pro jiného neúnosným stresem. (Vágnerová, 2010, s. 127-128)

3. Možnosti eliminace (řešení) zátěže mužů

3.1. Poznání teorie sociální pedagogiky, sociální psychologie, teorie rodinného práva a jejich využití pro sebevýchovu

Sociální pedagogika „je v našich podmínkách relativně mladá disciplína, a proto se lze setkat s různým vyjasňováním terminologie, obsahu, předmětu zkoumání, vymežováním vztahu k ostatním disciplínám, zpracováním profesního modelu.“ (Průcha ed., 2009, s. 733)

Lze se setkat s vymezeními užšími, s orientací na skupiny rizikové, sociálně znevýhodněné a ohrožené sociálně-patologickými jevy (viz např. Průcha, Walterová, Mareš. Pedagogický slovník, 2009, s. 733-737):

Širší pojetí je v posledních desetiletích akceptováno i v zahraničí. Například v **Německu** má sociální pedagogika úkoly:

- vytvářet rovnováhu mezi požadavky a motivy jedince a strukturou společenských nároků (K. Mollenhauer)
- pomáhat při zvládnání konfliktů vznikajících v průběhu socializace (H. Giesecki)
- zabývat se pomocí při řešení problémů ve výchově moderní společnosti (H. Marburger)
- jakožto „pozitivní pedagogika“ chápat výchovu jako pomoc všem věkovým kategoriím k rozvoji jejich osobnosti a zlepšení životních i společenských podmínek (J. Schilling)

V Polsku je obor chápán podobně, tj. jako:

- věda zkoumající vztah výchovy a prostředí, v němž se odehrává, tedy jako disciplína, která analyzuje výchovné vlivy prostředí ve směru stimulace hodnotných podnětů a kompenzace nežádoucích (R. Wroczyński)
- část pedagogiky, která se zabývá problematikou výchovy v závislosti na postupujícím procesu industrializace, technizace a rozvoje forem spoluzití i změn společensko-právních norem a všímá si měnícího se prostředí i podmínek výchovy (Lipkowski)

Také slovenští autoři prezentují své širší pojetí sociální pedagogiky, která je charakterizována takto:

- na základě exaktních poznatků řeší vztahy výchovy a společnosti, podílí se na vymezování cílů výchovy, zkoumá výchovné aspekty socializačního procesu a přispívá k rozvoji osobnosti ve výchovně-vzdělávacím procesu v rodině, škole a ve volném čase (O. Baláž)
- jejím předmětem jsou sociální aspekty výchovy a rozvoje osobnosti, intervence do procesu socializace (hlavně u ohrožených a sociálně znevýhodněných skupin), výchova ke svépomoci a snaha o zlepšení společenských podmínek, v nichž člověk žije (J. Hroncová)

Pojem sociální pedagogika nepochybně vyjadřuje spojení celé oblasti výchovy s problematikou fungování společnosti. Sociální pedagogika tedy hledá způsoby ovlivňování lidí (zejména dětí a mládeže) tak, aby byli schopni porozumět své životní situaci a pro celkově dobro řešit své i společenské problémy. V tomto pojetí je – na rozdíl od pojetí

individualistického a psychologického (výchova jako pouhý rozvoj individua ve všech jeho potenciaálních předpokladech) – zřejmý akcent na sociální souvislosti výchovy.

Sociální pedagogika (Kraus, 2008) je specializovanou, aplikovanou disciplinou, v níž jsou pedagogické postupy využívány v situacích, kde běžné způsoby ovlivňování psychosociálního vývoje selhávají a kde je výchovné působení provázáno problémy. Týká se tedy výchovných procesů provázených v dnešní době prakticky v celé populaci.

Kraus (2008) také uvádí, že sociální pedagogika ve vztahu k ostatním vědám má transdisciplinární charakter a je výrazně integrující. Z pohledu praxe soustřeďuje a dále rozvíjí teoretické poznatky pedagogických, společenských a dalších vědních disciplin. Nejblíže má především k sociologii (sociologii města a venkova, rodiny, dětí a mládeže, životního způsobu, případně sociální patologii), ale také k antropologii, k psychologii (sociální psychologii, forenzní psychologii, psychologické diagnostice a poradenství, pedagogické psychologii, vývojové psychologii), politologii, k teologii, právním disciplínám (především právu občanskému, rodinnému, trestnímu a pracovnímu), k medicínským oborům (neurologii, psychiatrii, geriatrii, sociálnímu lékařství), filozofii (filozofii výchovy), etice, ekonomii. Především jde samozřejmě o vazbu na sociologii, která sociální pedagogice poskytuje široké poznání o fungování společnosti, její struktuře a o procesech, jež probíhají. Na tomto základě je pak možné uvažovat o společenských cílech a strategiích v oblasti výchovy a vzdělávání a zohledňovat podmínky na úrovni makroprostředí. Nejblíže ze všech speciálních sociologických disciplín má sociální pedagogika k sociologii výchovy, která bývá chápána jako teoretičtější (sociální pedagogika jako praktičtější), zkoumající výchovu v obecnějších souvislostech a na celospolečenské úrovni. Pokud jde o vlastní pedagogiku, vedle obecné pedagogiky, její historie a metodologických základů má sociální pedagogika blízko k teorii výchovy, k předškolní pedagogice a pedagogické diagnostice. Velmi těsně souvisí a svým způsobem se i prolíná s pedagogikou volného času. Zcela specifický vztah se formuje mezi sociální a speciální pedagogikou.

Podle Bakošové (2011): Význam sociální pedagogiky pro sebevýchovu v teoriích výchovy, pedagogiky a psychologie v nejširším smyslu chápe Pelikán (1995) jako výsledek cílevědomého zdokonalování vlastní osobnosti, kde důležitou úlohu hrají motivy sebezdokonalování. Mimo globálních motivů vycházejících z filozofického pojetí člověka a jeho místě v životě a ve světě jsou tu i individuální motivy: směřování k ideálnímu já. Na individuálních motivech v sebevýchově se podílejí potřeby, vlastní aspirace, získávání zpětné

vazby o svém chování, konání, žití.

Sebevýchova v sociální pedagogice se dotýká: **Oblasti osobnosti** (myšlení, komunikace, řeči, citů, vztahů osobních, partnerských a pracovních; personální oblasti – sebeuvědomění, sebehodnocení, sebeovládání; fyzické oblasti – zdatnosti, manuální zručnosti, koordinace, rovnováhy). **Oblasti výchovy** (úcty k sobě a k jiným, zodpovědnosti, skromnosti, svědomitosti, spolehlivosti). **V sociální oblasti:** hledat své místo v sociálních vztazích, nalézt sociální pozici a rovnováhu ve vztazích. **V oblasti komunikace:** schopnost věcně a efektivně se vyjádřit, dobře naslouchat, dávat zpětnou vazbu, otázky formulovat obsahově i formálně správně.

„V praxi pomáhajících profesí tyto obsahy vyplývají z poznání potřeb dětí a mládeže, rodičů, učitelů a jiných zájemců o sebevýchovu v sociální pedagogice“. (Bakošová, 2011, s. 96-97)

Z vlastní praxe bych vyzdvihl význam sociální pedagogiky pro muže-otce ve využívání jednotlivých (dílčích) oborů sociální pedagogiky. Získání základních psychologických znalostí, znalostí způsobů komunikace, znalostí odlišnosti chování zdravého člověka, jedince se zdravotní odchylkou či postižením, s poznáním sociální struktury společnosti, rozdílu chování jednotlivců a skupin v různých sociálních prostředích nebo seznámení se s ontogenezí osobnosti. Poznání sociální pedagogiky usnadňuje a napomáhá najít optimální východisko pro řešení problémů ve specifických situacích. Dále lze s těmito poznatky u policistů, a nejen u nich, při sociální komunikaci s lidmi vyžadující pomoc (např. drogově závislí, lidé bez domova atd.), poskytnout jim alespoň užitečné informace či rady, které by jim mohly pomoci v jejich nelehké životní situaci a usnadnit jednání při řešení případných problémů.

Využití sociální pedagogiky mužů – otců v rodině, dle mého názoru, napomáhá lépe pochopit partnerku (manželku) a děti, lépe se orientovat v problémech, které mohou nastat a s kterými se nejčastěji setkávají, a hledat soulad při řešení společných konfliktů nebo problémů s jednotlivými členy rodiny popř. vnějším světem mimo rodinu.

Sociální psychologie

Sociální psychologie je definována jako vědecké studium efektu sociálních a kognitivních procesů na způsob, jakým jedinci vnímají jiné lidi. Je to způsob, jakým je ovlivňují a vytvářejí si k nim vztahy. „Sociální psychologie je psychologíí, tedy soustřeďuje se na jedince a jeho

sociální chování, přičemž postihuje toto chování v situačním (tady a teď), kontextovém (v konkrétním vztahu, v určité kultuře, v dané krajině, apod.) a interakčním (nejen působení zvenku dovnitř, sociální na individuální, ale i opačně) rámci“. (Výrost, Slaměník (ed.), 2008, s. 26-27)

Poznáním sociální psychologie dle D. G. Myerse (in. Výrost, Slaměník (ed.), 2008, s. 26-27) lze vidět několik stavebních kamenů. Nazývá je „velké ideje sociální psychologie“. Idejí je podle něj sedm a jsou seskupeny do třech oblastí:

sociální myšlení:

- konstruuje naši sociální realitu
- naše sociální intuice, které jsou často silné, ale občas nebezpečné
- postoje ovlivňující naše chování

sociální vlivy:

- naše chování určují sociální vlivy
- naše chování je pod vlivem našich dispozic

sociální vztahy:

- sociální chování je také biologickým chováním
- city a konání vůči lidem jsou někdy negativní a někdy pozitivní

Sociální psychologie tyto své ideje rozvíjí s cílem praktického uplatnění získaného vědeckého poznání v praxi, v prospěch jedince v zájmu naplnění jeho potencialit a realizace jeho hodnot. (Výrost, Slaměník, 2008)

Pro muže (otce), vidím význam poznání sociální psychologie ve snadnější orientaci v chování lidí ve vnějším prostředí (zaměstnání, v kruhu přátel atd.) a vnitřním prostředím rodiny. Lze snadněji předvídat chování a roli určitých jedinců v konkrétní sociální skupině a zaujmout k nim určitý postoj, či zvolit si způsob jednání a vhodnou komunikaci vůči nim a tudíž předejít nechtěným konfliktům, které nevedou k oboustranně výhodnému výsledku.

Teorie rodinného práva

Rodinné právo je v našem právním řádu pojímáno jako jedna ze základních součástí soukromého práva. Tradičně je zařazováno do soukromého práva a v historickém kontextu bylo upravováno společně s právem občanským. V rodinném právu jsou vztahy mezi subjekty ovládány na principech rovnosti. Je to základní metoda práva v rodinně-právních vztazích

jako v celém soukromém právu.

Základním pramenem práva a také kodexem rodinného práva v ČR je zákon o rodině č. 94/1963 Sb. ve znění pozdějších předpisů. Rodinné právo je právo psané a kodifikované. Základním pramenem rodinného práva je ústavní pořádek, resp. přesněji Listina základních práv a svobod (ústavní zákon č. 2/1993 Sb., ve znění pozdějších předpisů), která v čl. 32 zakotvuje ochranu rodičovství a rodiny, jakož i dětí a mladistvých.

Součástí právního pořádku jsou také ratifikované a vyhlášené smlouvy o lidských právech a základních svobodách. Na tomto místě je především třeba uvést Úmluvu o právech dítěte z r. 1989 (zákon č. 104/1991 Sb.), Úmluvu o přivolení k manželství, nejnižším věku pro uzavírání manželství a registraci manželství z r. 1962 (zákon č. 124/1968 Sb.), Úmluvu o ochraně dětí a spolupráce při mezinárodním osvojení z r. 1993 (mezinárodní smlouva č. 43/2000 Sb.), Úmluvu o osvojení dítěte z r. 1967 (č. 132/2000 Sbírky mezinárodních smluv), Úmluvu o uznání a výkonu rozhodnutí o výchově dětí a obnovení výchovy dětí z r. 1980 (66/2000 Sb. mezinárodních smluv). (Plecitý, Skřejpek, Salač, Šíma, 2009)

Přes značnou příbuznost s občanským právem je třeba vidět v úpravě rodinného práva také odlišnosti. Zákonodárce si v oblasti vztahů rodinně-právních (zejména v otázkách výživného, rodičovské zodpovědnosti) ponechal možnost integrace do těchto vztahů, zejména s ohledem na hlavní zájem sledovaný právní úpravou, tj. o zájem nezletilých dětí. To se také promítá do metody právní regulace, kdy je porušen princip rovnosti subjektů, a do charakteru právních norem.

Seznámením se s teorií rodinného práva získáme nejen právní znalosti týkající se problematiky rodiny, ale máme možnost vytvořit si představu o současné péči státu o rodinu a přizpůsobivosti (flexibilitě) konání zákonodárných orgánů pomocí doplňujících, pozměňovacích zákonů, novel reflektujících na současný sociální stav a požadavky společnosti v naší republice.

Znalost rodinného práva usnadňuje mužům-otcům lépe využívat možnosti, které toto právo poskytuje, ale také získat přehled o právech a povinnostech důležitých nejen pro vlastní rodinu, či týkajících se jeho osobnosti, ale být schopen poskytnout pomoc lidem v tísnivé situaci, kteří svá práva z rodinného práva nečerpají, potřebují je a bohužel se znalostmi rodinného práva nejsou dostatečně seznámeni. Týká se to například problematických rozvodů, kdy jeden z partnerů vyvolává zbytečné neshody a využívá neznalostí rodinného práva bývalého partnera. Nebo naopak vlastní neznalostí způsobuje konflikty s partnerem a

zbytečně zatěžuje příslušné úřady, místo toho, aby hledal smírnou dohodu, vyhovující oběma stranám, obzvláště pak svým dětem.

3.2 Instituční možnosti pomoci zvládnání zátěže (výcviky, poradenství, skupinové terapie)

Partnerské vztahy, vztahy na pracovištích, komunikační problémy a jiné zátěže provází člověka celý život. Této kapitole se chci věnovat více, jelikož hledání pomoci obnovení, předcházení a řešení nastalých problémů sociální komunikace velmi výrazně sníží psychickou zátěž jedince. Jakou formou řešit různé problémy a konflikty v partnerských vztazích, či pracovních, se zabývají různí psychologové, terapeuti, psychologické poradny, intervenční centra aj.

Biddulph (2011, s. 66) k partnerským komunikacím píše: „Ženy jsou jen lidé. To znamená, že někdy mají pravdu a jindy se úplně mýlí. Vaše partnerka se možná někdy projevuje jako nezralý člověk, možná je velmi tvrdohlavá, ovlivňují ji předsudky, snaží se vám dokázat svou převahu nebo je zlostná; a někdy máte prostě na něco odlišné názory. Ženy často nerozumějí mužům. Ale jak nám mohou rozumět, když jim o sobě nic neřekneme? Pokud si ve všem nerozumíte, neznámá to, že spolu nemůžete zůstat – je jen třeba, abyste se spolu snažili domluvit.“

Při poradenské činnosti psychologové předem zjišťují úroveň spokojenosti jednotlivých členů rodiny v dané rodině, zda dodržují ve vzájemném jednání pravidla slušnosti (etiketu), jak končí jejich spory, zda mají obdobné názory na životní cíle a hodnoty apod.

Konkrétní rada pak vychází z diagnostických zjištění odborníků, např. psychologů, sociálních pedagogů, speciálních pedagogů, psychiatrů, sociálních pracovníků. (Kohoutek, 2009)

Jedním ze způsobů odborné pomoci je krizová intervence.

Krizová intervence

„Krizovou intervencí můžeme vymezit jako ‚specializovanou pomoc osobám, které se ocitly v krizi‘. Tvoří ji různé formy pomoci, které mají za úkol vrátit jedinci jeho psychickou rovnováhu, narušenou kritickou životní událostí. Krizová intervence zahrnuje především pomoc: psychologickou, lékařskou, sociální, právní.“ (Špaténková, 2004, in Ostrovská, 2008)

Dle Vodáčkové: „Krizová intervence je odborná metoda práce s klientem v situaci, kterou osobně prožívá jako zátěžovou, nepříznivou, ohrožující. Krizová intervence pomáhá zpřehlednit a strukturovat klientovo prožívání a zastavit ohrožující či jiné kontraproduktivní tendence v jeho chování. Krizová intervence se zaměřuje jen na ty prvky klientovy minulosti či budoucnosti, které bezprostředně souvisejí s jeho krizovou situací. Krizový pracovník klienta podporuje v jeho kompetenci řešit problém tak, aby dokázal aktivně a konstruktivně zapojit své vlastní síly a schopnosti a využít potenciál přirozených vztahů. Krizová intervence se odehrává v rovině řešení klientova problému a překonávání konkrétních překážek.“ (Vodáčková, 2002, s. 60, in Ostrovská, 2008)

Principy krizové intervence

Za základní principy v krizové intervenci lze považovat:

- Individuální přístup ke klientovi (krize je subjektivní záležitost, proto mohou různí lidé reagovat na stejné krizové situace různými způsoby a za stejných okolností mohou potřebovat jiný typ pomoci).
- Redukci ohrožení, předejití možnému zhoršení stavu (emocionální podpora, zajištění pocitu bezpečí a materiální pomoci).
- Klienta jako součást lidských vztahů (ocitne-li se klient v krizi, může to mít na jedné straně špatný vliv na jeho síť vztahů, na druhé straně i vztahy mohou mít špatný vliv na klienta).
- Koncentrace na historii krizové situace, kdy a jak vznikla.
- Posílení klientových kompetencí, aby svoji krizovou situaci zvládl ve větší míře sám.
- Okamžitou pomoc (odložení pomoci by mohlo prohloubit bezmoc klienta a zvýšit autoagresivní chování).
- Snadno dosažitelnou pomoc (budování sítě krizových center, linek důvěry a následných služeb, stejně tak jejich zviditelnění na veřejnosti).
- Kontinuální péči (v krizové situaci navázání kontaktu s odborníkem a následné pokračování v řešení svého problému prostřednictvím adekvátních odborných služeb).
- Definování minimálních cílů péče (krizová intervence by měla končit tam, kde klient dokáže prožívat a nahlížet svoji situaci a je schopen nalézt řešení a popřípadě vyhledat další odbornou pomoc).
- Aktivní a někdy i direktivní přístup krizového intervenanta (od trpělivého, empatického

naslouchání až po direktivní zásah s jasnými a pevnými postoji).

- Potřebu krizového pracovníka mít zázemí v týmu pro bezpečí jak jeho tak klienta.

(Matoušek, 2003, in Ostrovská 2008)

Je-li rodinná soustava narušená, je žádoucí aplikace *rodinné psychoterapie*. Jde o navození prospěšné změny v narušené rodinné soustavě. Podrobnosti o jednotlivých směrech rodinné psychoterapie (psychodynamickém, behaviorálním, komunikačním apod.) můžeme najít ve specializované odborné literatuře (např. Langmeier, J. - Balcar, K. - Špitz, J.).

Dalším způsobem řešení problémů zvláště v rodině je předmanželské, manželské a rodinné poradenství a terapie.

Předmanželské, manželské a rodinné poradenství dle Baštecké ((ed.), 2009, s. 256) představuje alespoň v našich podmínkách užití metod psychologie a sociální práce při zacházení s problémy v mezilidských vztazích, zejména partnerských, manželských a rodinných. V některých poradenských službách převládají sociálně-právní, medicínské nebo ty, které se opírají o příslušnou náboženskou víru (pastorační poradenství).

Kratochvíl uvádí, že vymezení pojmů manželská (rodinná) terapie a manželské poradenství a jejich vztahu činí potíže. Někteří autoři je užívají jako synonyma a jejich rozlišování považují za zbytečné, jiní pohlížejí na manželské poradenství jako na dílčí formu manželské terapie, kdy poradenství pomáhá řešit aktuální problém a využívá při tom specifických technik, zatímco manželská terapie se snaží o zprostředkování náhledu do složitějších psychodynamických faktorů, včetně neuvědomovaných motivů z minulosti. Jiná dělení pracují s pojmy problém, k jehož zvládnutí slouží poradenství, a porucha, k jejímuž odstranění či zmírňování vede zpravidla vhodně zvolená terapie.

Poradenství využívá ve prospěch klientů poradenský vztah poradenské intervence. Intervencí může být rada či doporučení, vhodně položená otázka či zasvěcené interpretace „příběhů“, které klienti nabízejí, nebo i postup, pro který se vžil termín doprovázení a jehož cílem je pomoci klientům unést tíživou a v dané chvíli nezměnitelnou životní situaci. Do souboru poradenských metod patří **krizová intervence**, charakterizovaná zpravidla větší mírou vlastní aktivity poradce (zvláště tam, kde akutní krize omezuje klienta natolik, že není s to využívat k jejich odstranění vlastní sil). Všechny formy a oblasti poradenství podle potřeby využívají i technik a přístupů, které jsou dnes spojovány s termínem mediace, což značí proces, kdy se dvě či více zúčastněných stran snaží za pomoci třetí osoby (mediátora) dospět k přijatelné dohodě.

Základní tým poradny tvoří zpravidla psychologové a sociální pracovníci, formou externího úvazku s poradnami obvykle spolupracují právníci, lékaři (psychiatr, sexuolog) a někteří další odborníci.

Poradenské služby poskytují i psychologové v některých zdravotnických zařízeních. Další možnou formou je poradenství založené na komerční bázi (vázaná živnost „psychologické poradenství a diagnostika“).

Poradenské služby pro manželství a rodinu jsou zakotveny v zákoně 108/2006 Sb., o sociálních službách.

Klient nepotřebuje žádné doporučení, má právo vystupovat anonymně; dostupnost služeb omezuje jen běžná pracovní doba.

Předmanželské poradenství je zaměřeno na posuzování vzájemné kompatibility partnerů, v širším slova smyslu pomáhá i klientům, kteří mají potíže s navazováním či udržováním partnerských vztahů.

Manželské poradenství nabízí pomoc klientům v situaci manželského konfliktu či krize. Přitom nerozlišuje, zda jde o manželství vzniklá na základě sňatku, nebo o tzv. faktická manželství – soužití bez sňatku, která se však jinak vyznačují všemi atributy běžného manželství (manželství, rodina, partnerství osob stejného pohlaví).

Rozvodové a porozvodové poradenství je nedílnou součástí poradenských služeb při zvládání důsledků rozvodové krize a při hledání podle možností funkčního porozvodového uspořádání – především pak s ohledem na zájmy nezletilých dětí. (Šmolka P., Baštecká, 2009, s. 256)

Rodinná terapie

Ve Sborníku studií Sdružení linky bezpečí (Lovasová, Hanušová, Hellebrandová, 2005) se uvádí:

„Rodina, jejíž fungování je zasaženo, si většinou nedokáže pomoci sama a bez zásahu zvenčí zabředává do svých problémů hlouběji a hlouběji. Osvědčenou cestou, jak ozdravit či znovu obnovit vztahy v rodině, je právě rodinná terapie.

Rodinná terapie vznikla jako reakce na zjištění, že stav mnoha lidí se zlepšil v individuální terapii, když byli mimo svoji rodinu (často v prostředí instituce), ale znovu se zhorší po návratu domů. Je zjevné, že řada těchto lidí pochází z narušeného rodinného prostředí, které samo vyžaduje změnu, aby dosažené výsledky byly trvalé.

Pokud např. dítě trpí psychickou poruchou, je třeba léčit celou rodinu. Základním

předpokladem rodinné terapie je, že problém, který vykazuje daný pacient, je známkou toho, že není něco v pořádku s celou rodinou – rodinný systém správně nefunguje. Protože mohou spočívat v narušené komunikaci mezi rodinnými příslušníky nebo ve spojenectví určitých rodinných příslušníků, které vylučuje ostatní. Například matka, jejíž vztah s manželem není uspokojivý, může zaměřit všechnu svou pozornost na syna. V důsledku toho se manžel a dcera cítí opomíjeni. Syn, který je stresován tím, že ho matka zahlcuje svou péčí a otec a sestra mu dávají najevo svou zášť, začne mít problémy ve škole. Přestože chlapcovy problémy ve škole mohou být důvodem k vyhledání léčby, je zřejmé, že jsou pouze symptomem rodinných problémů.

Při rodinné terapii se rodina setkává pravidelně s jedním nebo dvěma terapeuty (obvykle s mužem a ženou). Terapeut sleduje interakci mezi rodinnými příslušníky a snaží se pomoci každému členu, aby si uvědomil způsob, jakým se chová k ostatním a jak jeho jednání může přispívat k rodinným problémům. Někdy terapeuti přehrávají rodinným příslušníkům videozáznamy, aby si uvědomili, jak se jeden k druhému chovají (tzv. videotrénink interakcí – je to speciální terapeutická metoda uplatňující se jako krátkodobá intenzivní forma pomoci přímo v domácím prostředí rodiny nebo ve škole, tedy přímo tam, kde problém vzniká).

Jindy může terapeut navštívit rodinu doma nebo strávit s ní víkend, aby mohl pozorovat konflikty a verbální komunikaci v přirozeném prostředí. Často je zjevné, že problémové chování posilují rodinní příslušníci svými reakcemi. Například záchvaty vzteku malých dětí nebo problémy s jídlem, které mají dospívající, mohou rodiče neúmyslně posilovat tím, že tomuto chování věnují zvýšenou pozornost. Terapeut proto vede rodiče k tomu, aby se naučili sledovat své chování a chování svých dětí a určili, kterými reakcemi problémová chování posilují, a pak změnili systém posilování. (Lovasová, Hanušová, Hellebrandová, 2006)

Závěrem jsem vybral některé druhy terapií a nácviků, poradenství, s kterými se lze setkat a které používají soukromí terapeuty (např. Mgr. Pinsner P., 2012):

Terapie a nácviky:

Nácvik relaxace:

Progresivní relaxace je metoda založena na střídání svalového napětí a uvolnění v závislosti na nádechu a výdechu respektive na zadržení dechu.

Autogenní trénink - metoda relaxace založená na sugesci a autohypnóze zprostředkující nejprve pocity tíže, tepla, chladu, řízeného dechu a tepu, ve vyšším stupni představy barev, osoby, abstraktních jevů a zážitků.

Relaxace slouží k celkovému uvolnění těla a psychiky od stresu, pomáhají k lepšímu prožitku života. Čas potřebný k zaučení se pohybuje od jednoho sezení až k řádnému zvládnutí, tj. asi pět sezení.

Nácvik dýchání:

Nácvik protistresového dýchání – nácvik zvládnání stresu pomocí dýchání a autosugesce.

Nácvik protiúzkostného dýchání – nácvik zvládnání úzkosti pomocí dechu a autosugesce.

Nácvik celistvého (jogínského) dýchání – nácvik dýchání potřebného pro dobré fungování vnitřních orgánů a pocit životní spokojenosti. Evropané dech podceňují, ale způsob dýchání má velký vliv na psychiku, respektive na pocit životní spokojenosti, rovnováhy.

Energetizační cvičení je cvičení vycházející z čínské celostní medicíny, které uvolňuje pět respektive sedm energetických drah organismu a přispívá k celkovému pocitu pohody a síly. Čas potřebný k základnímu nácviku – dvě až tři setkání.

Trénink kognitivních (poznávacích) funkcí se zabývá nácvikem kognitivních funkcí mozku, jako jsou krátkodobá auditivní a vizuální paměť, vizuomotorická koordinace, psychomotorické tempo, pracovní a dlouhodobá paměť, pozornost, exekutivní funkce apod.

Nácvik asertivity – jedná se v podstatě o nácvik umění odmítat požadavky druhých a neagresivně se prosazovat se svými požadavky. Je vhodný pro osoby, které se neumějí bránit nebo říci si o to, co k životu potřebují. Základní délka nácviku je pět sezení.

Poradenství a mediace:

Rodinné poradenství:

- poradenství zaměřené na hledání příčin problémů a jejich řešení v rodině, ať už mezi rodiči a dětmi, nebo mezi sourozenci či v širší rodině (prarodiče a další příbuzní). Zahrnuje například komunikaci mezi příbuznými, řevnivost, postavení v rodině atd.

Vztahové poradenství:

- poradenství zaměřené na hledání příčin problémů, které má člověk s ostatními, kam může patřit například hledání partnera, velká citová vzdálenost k ostatním, samota, opakované konflikty a nedorozumění apod.

Výchovné poradenství:

- poradenství, které navazuje na diagnostiku výchovných problémů a týká se zejména dětí a rodičů – tedy střetů ve výchově dětí.

Kariérní poradenství:

- poradenství zaměřené na hledání možností rozvoje popřípadě změny profese, může být spojeno s diagnostikou silných a slabých stránek klienta, motivace aj.

Časová náročnost poradenství je úměrná obtížnosti problému, spolupráci klienta a době, po kterou nebyl problém řešen.

Mediace:

Mediace je odborná pomoc v konfliktní situaci zaměřená k nalezení oboustranně přijatelného kompromisu. Děje se tak pomocí vyjednávání konfliktních stran za účasti mediátora. Mediátor je člověk, který hlídá bezpečný prostor jednání před agresivně-manipulativními výpady, který zabezpečuje rovnováhu mezi znesvářenými účastníky, a jenž společně s nimi hledá východisko z nesnadné a někdy až patové situace.

Mediace se často používá v porozvodových vztazích manželů, kdy se například nemohou dohodnout na péči o dítě. Nebo ji lze účinně využít ve střetu mezi zaměstnavatelem a zaměstnancem anebo klientem a institucí či ve sporu mezi dvěma firmami. Mediace může také urovnat vztahy mezi znesvářenými příbuznými či kamarády.

Předpokladem úspěšné mediace je dobrovolná účast obou střetávajících se stran na společném sezení za účasti mediátora. Mediací se lze vyhnout soudnímu projednávání, které je v důsledku dražším řešením. (Pinsner, 2012)

Dalším způsobem psychologické pomoci je **skupinová terapie**.

„Pojem **psychoterapie** je popisován jako léčení duševních chorob a hraničních stavů psychologickými prostředky, tedy slovem, gestem, mimikou, mlčením, popřípadě úpravou prostředků.“ (Hartl, Psychologický slovník, s. 172)

Dle Průchy, Walterové, Mareše (1995, s. 181) se psychoterapie zabývá léčením mentálních, emocionálních behaviorálních poruch, psychosomatických a duševních nemocí psychologickými prostředky. Léčení probíhá individuálně nebo skupinově. Ve své konkrétní podobě vychází z různých psychologických teorií (psychoterapie hlubinná, existenciální, kognitivně-behaviorální, humanistická).

Skupinovou terapii nabízí například mediálně známá Linka důvěry SOS a centrum psychoterapie. Na jejich internetových stránkách se uvádí:

Skupinová terapie nabízí možnost dosáhnout změn v osobní situaci prostřednictvím vztahů na skupině, kterou tvoří terapeut nebo dva terapeuti a další klienti (cca. 8 osob). Klient obvykle nachází úlevu v zážitku, že není sám, koho něco tíží, zažívá podporu skupiny pro probírání svých pocitů, potřeb a přání, učí se najít si své místo ve skupině a v jejích vztazích, které na skupině vznikají (analogicky jako ve svém životě), získává zpětnou vazbu na své chování (může se učit korigovat své jednání, učit se novým formám kontaktu, většímu otevření, apod.), může působit na ostatní (a předávat své názory, emočně podporovat druhé a tím např. posilovat pocit své sebehodnoty), může konstruktivně (a někdy rychleji než v individuální terapii) zpracovávat minulé zážitky a zažité vzorce, může jim lépe porozumět a být na nich více nezávislý. Skupina přispívá k lepšímu sebepoznání sebe ve vztazích, k možnosti pracovat na procesech vlastní identity a vymezení se vůči druhým, ale i možnost, jak zůstat v kontaktu a ve vztahu, i když není ideální. Na skupině se objevují role, které každý v životě hraje, s možností některé role opustit, přepracovat, získat nové. Skupina není pouhým mechanickým součtem jednotlivců, ale má v sobě novou, vlastní kvalitu, nastavuje zrcadlo i poskytuje bezpečí.

Je to jedna z nejvýznamnějších forem psychoterapie, zpravidla bývá rychlejší a intenzivnější. Má velké terapeutické možnosti, kde se využívá skupinové dynamiky, kde si mohou klienti vyzkoušet a nacvičit nové formy chování, lépe se poznají pomocí druhých (dostávají zpětnou vazbu), uvědomují si, že nejsou sami se svými potížemi a problémy. Délka docházky je individuální. Jedná se o tzv. skupiny otevřené, kde se složení klientů mění, někteří odcházejí, někteří zůstávají, jiní přicházejí. Noví klienti jsou vtaženi do fungující skupiny, atmosféra zůstává, přejímají normy a pravidla skupiny.

Docházejí sem klienti muži i ženy, různého věku, s různým vzděláním. Převažují ženy, střední věk, středoškolské vzdělání. V posledním období ale chodí stále více mladých lidí. Při skupinovém sezení sedí v kruhu, aby na sebe všichni viděli. Terapeuti jsou začleněni mezi ně.

Skupinová terapie vychází z pěti základních principů. Jsou to: aktivita členů skupiny, projekce, sebe otevření, zpětná vazba, skupinová soudržnost a skupinové napětí.

Aktivita:

Ve skupinové psychoterapii nejsou klienti pasivními objekty psychoterapeuta. Nečekají, až jim všechno vysvětlí, až jim poradí. Až jim potíže odsugeruje. Ve skupinové psychoterapii každý aktivně pracuje sám na sobě a současně na druhých. Ve skupině je současně klientem a současně terapeutem. Může projevit své těžkosti a získat podněty od druhých. Současně ale věnuje pozornost svým spolučlenům skupiny, pokouší se vcítit se do nich, pozoruje je, zamýšlí se nad nimi a říká jim otevřeně své pocity a připomínky. Ve skupině získává klient

dosud svými potížemi osamocený určitou oporu tím, že je mezi lidmi, kteří mají podobné potíže a problémy. Musí sám spolupracovat na řešení jejich problémů a jejich léčení. Pochopení problému druhých je důležitou složkou jeho vlastní změny. Skupina nutí každého svého člena, aby aktivně pracoval sám na sobě, aby se otevřel se svými problémy. Aby je řešil, aby měnil své postoje a reakce, které jsou součástí jeho neurotického životního stylu.

Princip projekce:

Přijde-li klient do nového prostředí mezi nové lidi, dostává se s nimi do těsnějšího kontaktu, začne uvědoměle do vztahu k nim promítat své vztahy k významnějším osobám z jeho původního prostředí, které mu tito lidé připomínají. V nových vztazích si neuvědoměle opakuje to, co zažil dříve v podobných vztazích (problematické vztahy k autoritám atp.).

K podobnému promítání (projekci) dochází nejen v terapeutické skupině, ale v jakýchkoliv kolektivech, kde dochází k různým vztahům, ale lidé to nevědí, neuvědomují si to. V terapeutické skupině je nutné uplatnit principy skupinové terapie sebe odhalení – zpětná vazba, zajišťující, že se projekce odhalí a že se chování koriguje. Projekce také poskytuje neocenitelnou možnost, aby se vztahem pracovalo jako s modelem vztahu původního.

Sebeotevření:

Ve skupině členové hovoří otevřeně o sobě, o svém životě a svých současných pocitech. S narůstáním důvěry dochází k odstranění zábran a k hlubšímu zkoumání minulých a současných pocitů. Zpočátku mají lidé dojem, že je zbytečné, aby o sobě vyprávěli neodborníkům, kteří jim nemohou ani poradit, protože si nevědí rady sami se sebou. Ve skupinové psychoterapii nejde o moudré rady; spíše o hlubší sebepoznání za pomoci druhých, a sebeotevření je k tomu důležitou podmínkou.

Zpětná vazba:

Klient ve skupině se určitým způsobem chová, ostatní si jeho projevy všimají a poskytují mu informace, jak na ně jeho chování působí. Zpětná vazba může být pozitivní „že se líbí, jak se směješ“ a tato informace působí na klienta ve formě posílení energie. Negativní zpětná vazba zní „dráždí mě, jak se směješ, tvůj smích na mě působí nepříjemně, ironicky“. Klient dostává podnět k zamyšlení, dostává informace od ostatních i navzájem odlišné. Někdo např. řekne: „mně se na tobě líbí, že jsi taková rázná, dokážeš se prosadit“. Druhý ale řekne, „já kdybych byl tvým mužem a ty mě tak komandovala, jako komanduješ tady, tak s tebou nevydržím, stejně jako tvůj manžel“. Aby zpětná vazba byla účinná, musí členové skupiny chtít zpětnou vazbu přijímat. Nesmějí v ní, je-li negativní, vidět útok, něco, co kazí harmonické soužití ve skupině. Nesmějí na kritické připomínky reagovat sebeobranou nebo protiútokem.

Otevřená zpětná vazba nebývá častá v běžném životě. Je zvláštností terapeutické skupiny, V běžném životě nám lidé neříkají otevřeně věci, které jim nejsou na nás sympatické. Tam se setkáváme spíše už s důsledky buď v hádce, nebo v nějakém konkrétním činu pro nás nepříjemným.

Průběh skupinového sezení:

Na začátku každý sdělí, jak prožil týden, co se mu dařilo lépe a co hůře zvládal. Delší čas je věnován tomu, kdo se přihlásí, aby si řešil aktuální problém, nebo si vezme tzv. životopisnou skupinu. Ostatní vyjadřují své pocity a názory, konfrontují, co slyší, s vlastními zkušenostmi.

Je potřeba dodržovat určitá skupinová pravidla a normy. Nejdůležitější ve skupině je, že se může a má o všem mluvit otevřeně a upřímně, žádné téma není tabu, jednání nesmí nikomu uškodit. Pokud někdo otevřeně vyjádří svůj pocit př. agrese, může se odreagovat na „fackovacím panákoví“, nesmí ale ublížit nikomu, nesmí ničit zařízení, nesmí pít alkohol a navazovat erotické vztahy s ostatními členy skupiny. Dále vše, o čem se na skupině hovoří, podléhá skupinovému tajemství, nesmí se o tom hovořit mimo skupinu.

Pravidelné setkání lidí ve skupině dává možnost, aby se projevíly způsoby chování, kterými každý reaguje i mimo skupinu, ve vztazích s ostatními lidmi. Různorodost kolektivu po stránce pohlaví, věku, inteligence, temperamentu, vzdělání, zaměstnání, je určitým modelem lidské společnosti. Dává možnost, aby se projevíly konflikty generační, konflikt mezi muži a ženami i konflikty mezi různým pojetím života a světa. Konfliktů, které mezi členy skupiny vznikají, se připisuje pozitivní význam, a probírají se ve skupinových sezeních.

Nejde o zjištění, „kdo má pravdu“, ale hlavně o to, aby se na konfliktu jako na modelu objasnilo, jak se každý z účastníků v podobné situaci chová doma, nebo na pracovišti, jaké postoje projevuje a z čeho vyplývají.

V každé skupině po určitou dobu pracuje tzv. *spoluspráva*, která spolupracuje s terapeutem při zajišťování různých aktivit, a tak vzniká další „materiál“ pro sebepoznávání a práci na sobě. Do programu skupinové psychoterapie se zařazují také speciální aktivity a techniky jako je **asertivní chování**, **sociometrie**, **psychodramata** a neverbální techniky jako **psychogymnastika**, **muzikoterapie**, **arteterapie** (projektivní kreslení), ale také různé relaxace jako autogenní trénink, různé hry, zpěv, muzika, tanečky.

Psychogymnastika je technika, která využívá pohybu a mimiky s vyloučením řeči. Řeč totiž slouží k tomu, aby zakryla, co si člověk myslí a co cítí. Je možné lépe poznat, když např. beze

slov vyjadřuje vztah k někomu blízkému (panák), zakázané ovoce, překonávání překážek (židle) atd.

Při **projektivním kreslení (arteterapii)** mají všichni k dispozici pastelky, nebo vodové barvy, kreslí na čtvrtku papíru své představy k zadaným tématům – moje rodina, moje postavení ve skupině, jak se vidím já, jak mě vidí ostatní, atd. Nerozhoduje, kdo umí nebo neumí kreslit.

Při **muzikoterapii** aktivní členové skupiny vyjadřují pomocí hudebních nástrojů, nebo popěvkem, své pocity, svoje nálady, představení se pomocí hudebního nástroje, apod. Receptivní klienti naslouchají hudbě, při níž si nechávají ve fantazii probíhat různé úseky svého života a poté své prožitky sdělují.

Sociometrie poskytuje všem vzájemně zpětnou vazbu, jak kdo koho vnímá, jak v kladném, tak v záporném smyslu, co se mi na kom líbí, či nelíbí. (Nekolová R., 2012)

3.3 Možnosti sladění pracovních, manželských a rodičovských povinností

Dle Křížkové, Pavlici (2004) sladění pracovního a rodinného života vychází u mužů a žen z odlišných podmínek, protože v naší společnosti je práce a rodina silně rodově ovlivněná. Poněvadž rovnováha mezi prací a rodinou se týká dvou základních životních oblastí dospělého člověka, které jsou silně navázané na odlišné sociální očekávání kladené na muže a ženy, je propojení genderu a vztahu mezi prací a osobním a rodinným životem předmětem mnohých studií.

Tradiční rozdělení genderových rolí podle genderového kontraktu, předepisující práci mužům a rodinu ženám, přechází postupnou přeměnou, která však probíhá stále pomalu. Pozvolna se mění společenské stereotypy a uspořádání rolí se mění i v průběhu rodinného cyklu. Existuje však jistá psychologická mezera mezi změnami probíhajícími na makrosociální úrovni ve světě práce a mikrosociálním světě rodiny. Proto je možné předpokládat, že v tak silně genderově ovlivněném prostředí, jakými jsou práce a rodina, budou stále přetrvávat odlišné vzorce mužů a žen. Krom tohoto modelu pracovní-rodinné interference mohou u žen a mužů fungovat odlišné, anebo se u nich mohou uplatňovat samostatné, různící se modely. Na rozdíly mezi muži a ženami v souvislosti s problematikou pracovní-rodinné rovnováhy jako jeden z prvních systematictěji upozornil J. H. Pleck (1977), i když už Talcott Parsons hovořil o teorii mužských a ženských rolí a zdůraznil potřebu studia

rodiny v kontextu širších industriálních vztahů. (Křížková, Pavlica, 2004). Roli definoval jako společenské očekávání vůči chování mužů a žen. Rozlišoval dichotomii instrumentálního (pracovní, ekonomická) a expresivního vedení (vedení domácnosti a výchova dětí). Teorie rolí poukazuje na všeobecně přijímaný předpoklad, že muži se mají specializovat na instrumentalitu, ženy na expresivitu. Tak, jak se v industrializovaném světě stávala práce placená čím dál významnější, status práce v domácnosti klesal. Čím dále, tím více práce v rodinné oblasti mizela z ekonomických modelů, protože byla pojatá jako spotřební než výrobní složka systému. (Rapoport, 2002, in Křížková, Pavlica, 2004)

Podle Plecka (1977, in Křížková, Pavlica, 2004) je rozhraní mezi pracovní a rodinnou sférou u mužů a žen asymetricky permeabilní. Asymetrickou propustností hranic rozumíme nerovné, genderem podmíněné pronikání nároků a požadavků z jedné domény do druhé. Interference pracovních požadavků do rodinného života je intenzivnější u mužů, a rodinně-pracovní interference u žen. To proto, že ženám je tradičně připisovaná role v domácnosti a v rodině a mužům přisuzujeme roli v ekonomické, resp. pracovní oblasti. Předpokladem tohoto tvrzení je, že primárně přisuzovaná role a povinnosti s ní spojené „mají právo“ zasahovat do oblasti, která je podle tradičního pojmána sekundárně. Znamená to, že požadavky související s pracovní rolí častěji zasahují do rodinného prostředí mužů, než požadavky rodinné role zasahující víc do pracovního prostředí žen. Hranice mezi prací a rodinou jsou tedy přípustné asymetricky, nerovně pro obě pohlaví.

Když se na intenzitu konfliktů podíváme optikou množství času, který zaměstnanci dělí mezi obě role, jsou výsledky, podle kterých ženy prožívají intenzivnější konflikt mezi prací a rodinou pochopitelné. Ženy musí uskutečnit více kompromisů mezi pracovními a rodinnými požadavky než muži a existuje u nich větší pravděpodobnost, že reakcí na rodičovskou roli bude redukce pracovní angažovanosti. (Friedman, Greenhaus, 2000). Tento pohled je v souladu s racionálním přístupem k rozdílu v konfliktu mezi prací a rodinou. (Gutek et al., 1991). Tento přístup předpokládá přímý vztah mezi objektivními podmínkami a intenzitou přezívaného pracovní-rodinného konfliktu. Může však být zkreslený vlivem genderových očekávání, která vedou k predikcím o pracovní-rodinném konfliktu, odlišným od racionálního přístupu. Platí, že ač lidé investují nadměrné množství času do pracovních, resp. rodinných činností, tak trpí rolovým přetížením (pokud bereme počet hodin za ukazatel přetíženosti), nemusí to vést nevyhnutelně k přezívání konfliktu, hlavně v době, když je čas strávený v genderovo kompatibilní doméně. Úroveň vnímaného pracovní-rodinného konfliktu závisí jen

od jednoduchého počtu odpracovaných hodin, ale odlišuje se předpověditelným způsobem konzistentním s rolovými očekáváními. Znamená to tedy, že gender ovlivňuje pracovní-rodinný konflikt i nepřímo, jako moderátor vztahu mezi množstvím času a vnímaným konfliktem. Předpokládá se, že množství času, které jedinec stráví navíc ve své genderově specifické doméně, by mělo vyústit do menšího tlaku, než v případě, když musí trávit čas v genderově opačné roli. Řečeno jinak, čas strávený prací v genderově opačné sféře by měl mít větší negativní psychologický dopad na přežívání obou směrů pracovní-rodinného konfliktu, než čas strávený v genderově korespondující oblasti. (Guttek et al., 1991, in Křížková, Pavlica, 2004)

Další z předpokladů vychází z toho, že vliv genderu na vazby mezi pracovní a rodinnou sférou spočívá především v rozdílu, kterým se muži a ženy identifikují s oběma rolmi, tedy v psychologické pozornosti, které jednotlivým rolím věnují. Gender je klíčovým faktorem asociovaným s angažovaností v obou rolích, především pokud jde o čas investovaný do obou oblastí. Ženy všeobecně věnují méně času práci než muži, ale nadále tráví více času plněním rodinných požadavků než muži. I když výzkum všeobecně nepotvrzuje konzistentní rodové rozdíly v psychologické angažovanosti (Friedman, Greenhaus, 2000; Parasuraman et al., 1996) napojený na jednu anebo druhou roli, je možné, že samotná psychologická angažovanost znamená jedno pro muže a něco jiné pro ženy. To má potom odlišný dopad na vnímání samotného konfliktu. Když muž například udává vysokou míru angažovanosti v rodinném životě, může se odvolávat na roli ekonomického zajišťování a svůj podíl v rodinné sféře vnímat skrz množství času stráveného v práci. Čím déle je v práci, tím více pracuje a tím více se stará o rodinu. Ženy zase reflektují roli vychovatelky (Friedman, Greenhaus, 2000) a nepřítomnost v rodině mohou interpretovat jako nedostatek angažovanosti v rodinné oblasti. Podobně, muži vnímají práci jako potvrzení role živitele v společnosti (Loscocco, 1997; Rapoport, 2002), zatímco u žen je preference pracovní role, práce a kariéry vyjádřením potřeby seberealizace a osobního růstu při starostlivosti o rodinu. Tyto rozdíly mohou vysvětlovat, proč muži, kteří tráví v práci extrémní množství času, mohou být spokojeni s rodinným životem a nemusí prožívat intenzivní pracovní-rodinný konflikt. Jestliže se však jedinci silně identifikují s rolí, která jim tradičně nepřísluší, hrozí nárůst pracovní-rodinného konfliktu (Duxbury, Higgins, 1991), protože tlaky sociálních očekávání zpochybňují výkonnost jednotlivce v tradiční roli. Tak například ženy identifikující se s pracovní rolí mohou vnímat pracovní-rodinný konflikt intenzivněji, protože pociťují vinu mající původ v neadekvátnosti výkonu v rodinné roli, analogicky to platí i pro muže. (Křížková, Pavlica,

2004)

Dle Křížkové (2004) angažovanost v rolích není daná navždy. Specifická situace (specifická rolová zkušenost muže a žen) může spustit určité změny v angažovanosti, navíc u obou pohlaví jinak, protože mají odlišné podmínky pro sladění. Tak například narození dítěte může u žen vést k silnějšímu preferování rodinné role, zatímco u mužů k zintenzivnění angažovanosti v pracovní roli.

Bakošová (2008, s. 91) si všímá doporučení Rady Evropy, které říká, že „členské státy mají podporovat zvýšenou účast mužů v péči o děti a jejich výchovu“. To předpokládá přijmout od mužů nové formy profesionální dráhy. Jinak budou ženy neustále nést větší část rodinných povinností a současně napodobovat mužský styl práce, když budou chtít být úspěšné v zaměstnání. Aby to bylo možné dosáhnout, doporučuje se:

- zvyšovat veřejné povědomí o zodpovědnosti mužů za děti,
- zabývat se obavami rodičů, pedagogů a veřejnosti týkající se větší účasti mužů na výchově,
- identifikovat překážky, které brání vyšší účasti mužů na výchově dětí.

Na realizaci těchto cílů je potřebné využít celou škálu opatření:

- vychovávat k rovnoprávnosti v souvislosti s péčí o děti,
- pracovat se současnými i budoucími rodinami včetně programů určených otcům,
- uskutečnit vzdělávání partnerů na regionální i celostátní úrovni,
- realizovat programy v médiích, které by ovlivňovaly veřejné mínění.

Kdo tímto programem získá?

Uplatňování sladění rodinných a pracovních příležitostí přináší pozitivní důsledky ženám, mužům, rodinám, dětem, zaměstnavatelům, obcím, společnosti.

Ženám přináší politika harmonizace podporu rovnosti příležitosti v zaměstnání, vzdělávání, výcviku, rozhodování, zlepšuje jejich ekonomickou pozici, zamezuje stres, přispívá k zlepšení zdraví, přináší větší pohodu, zvýšení kvality práce i kvality sociálního života.

Mužům umožňuje vytvořit lepší vztahy s dětmi, rozvíjí zručnost potřebnou na vykonávání rodinných povinností. Umožní jim zažívat méně stresu, zlepšit kvalitu rodinného a sociálního života.

Rodinám přináší zlepšení příjmů, snížení chudoby a finančních stresů, zlepšení fungování rodiny a rodinných vztahů s obcí, přístup k svépomocným skupinám.

Zaměstnavatelům umožňuje zlepšit image. Podnik se stane zajímavějším pro zájemce o

práci. Přijímání opatření povede k větší stálosti zaměstnanců, k snížení fluktuace a absence, k zlepšení pracovní morálky. Pracovníci budou klientům poskytovat lepší služby a budou schopni přizpůsobovat se změnám. Všeobecně to povede k lepšímu využívání lidských zdrojů.

Obcím umožní, že zaměstnavatelé se mohou zúčastnit na životě obcí (dojde k rozvoji komunity, svépomocných skupin).

Ve společnosti vzroste pochopení a ohodnocení starostlivosti o děti jako práce, nastane zlepšení ekonomického výkonu, zvýšení sociální soudržnosti, zkvalitnění sociální struktury a lepší využívání lidských zdrojů.

Jak se k problematice sladění pracovních a rodičovských rolí vyjadřuje stát, lze nalézt v „Národní koncepci rodinné politiky“, vydané ministerstvem práce a sociálních věcí (2008):

Za závažný problém komplikující slučitelnost rodičovské a profesní role je nutno považovat nízkou míru využívání práce na částečný úvazek, pružné pracovní doby a práce z domova. Zatímco ve většině vyspělých zemí existuje prakticky využitelná možnost postupného přechodu matek malých dětí (v malé míře to platí i pro otce) z rodičovské dovolené do zaměstnání prostřednictvím zkrácených, eventuálně postupně se zvyšujících úvazků, nemohou ženy v ČR z řady důvodů prakticky využít tuto možnost. Tím jsou de facto nuceny absolvovat dlouhou rodičovskou dovolenou a poté nastupovat na plný pracovní úvazek, což přináší problémy jak v rodině, tak v zaměstnání. Zbytečně rigidní je právní úprava rodičovské dovolené. Oproti zemím západní Evropy je tento institut jen sporadicky využíván otci, mimo jiné z důvodu jeho nízké finanční atraktivity. Účast otců na rodičovské dovolené má přitom význam nejen pro udržení profesních kompetencí ženy, ale především psychologický význam pro vztah otce k dítěti a k rodinným hodnotám. (MINISTERSTVO PRÁCE A SOCIÁLNÍCH VĚCÍ ČR, Národní koncepce rodinné politiky. 2005, s. 7)

V souhrnné zprávě o plnění národní koncepce podpory rodin s dětmi (MPSV, 2010, s. 17) se píše následující:

„Z důvodu demografických změn ve smyslu stárnutí populace a poklesu porodnosti je zřejmé, že podpora rodin s dětmi by měla být státem směřována **k vytvoření, případně zlepšení podmínek pro sladění pracovního a rodinného života**, a to rozšířením nabídky místně a finančně dostupných různých typů služeb péče o děti do tří let věku, případně dětí starších tří let, dále podpořením zvýšení kapacity a regionální dostupností mateřských škol, motivováním k zapojení zaměstnavatelských a dalších subjektů do poskytování služeb péče o

děti formou daňových zvýhodnění.

V oblasti finanční podpory rodiny by mělo být **zváženo zohlednění principu solidarity bezdětných párů a osob s rodinami s dětmi a zohlednění počtu dětí. Dále by měla být jasně nastavena jasná filozofie podpory rodiny formou dávek po dobu péče o nejmenší dítě v průběhu mateřské, ale zejména rodičovské dovolené.** (V oblasti dávek státní sociální podpory se v současnosti jeví jako problematická rozvolněnost dávky rodičovského příspěvku a jeho neprovázanost s dalšími opatřeními, zejména službami péče o dítě. Rodičovský příspěvek byl původně koncipován jako dávka určená rodiči, který zajišťuje celodenní osobní péči o dítě. Původně jasně stanovená filozofie dávky se postupem času v rámci transformací vytratila, takže její chápání způsobuje jistou disproporčnost v celém systému.)

V oblasti zvyšování rodičovských kompetencí by bylo vhodné zpracovat ucelenou koncepci podpory státu, včetně návrhu řešení na zajištění informovanosti rodičů o metodách výchovy dětí a o dostupnosti kvalitní odborné pomoci v rámci této problematiky, pokud možno při zajištění stávajících poskytovatelů služeb v oblasti podpory rodiny.

Nutná je rovněž podpora státu v oblasti bytové politiky.

Z důvodu zajištění realizace průřezových opatření rodinné politiky **bude nutné jasně stanovit pravidla meziresortní koordinace.**

Obecně lze poté konstatovat, že **rodinná politika, resp. její opatření, mají-li být účinná, musí splňovat následující kritéria:**

- **jasná formulace východisek,** která by měla přijmout za svá politická a správní reprezentace země;
- **reflexe demografického vývoje, jeho aktuální i dlouhodobé změny;**
- **respekt k autonomii rodiny a k variabilitě životních strategií;** intervence do rodiny pouze v případech jejího ohrožení či ohrožení jejích členů;
- **respekt k sociokulturním specifikům dané společnosti;**
- **komplexnost a systémovost (vzájemná provázanost)** – rodinná politika nemůže respektovat rezortní hranice, musí být ve shodě se všemi dalšími důležitými strategiemi, politikami, správními akty i jednotlivými opatřeními;
- **kontinuita** a (zároveň) **flexibilita** – rodinná politika musí co nejlépe předjímat společenské změny a být koncipována s uvědoměním si dlouhodobých efektů

dnešních činů a zároveň pružně reagovat na proměny vnějších a vnitřních podmínek své realizace; proces tvorby rodinné politiky by měl být tedy uskutečňován nad rámec politických změn;

➤ **dlouhodobá finanční udržitelnost.**

Především s politikou hospodářskou, zaměstnanosti, vzdělávací, bytovou, zdravotní a politikou sociálního zabezpečení a začlenění tak, aby byly posilovány vzájemné synergické pozitivní efekty a omezeny negativní vedlejší efekty jiných politik na rodinu.

Jádrem rodinné politiky musí být přímá i nepřímá pomoc státu (společnosti) rodinám s dětmi, včetně vytváření podmínek pro schopnost rodiny zlepšit příjmovou situaci vlastními silami, a dále **přijímání opatření zaměřených na kvalitu rodičovství.**

Opatření, která budou přijata, musí být finančně pokryta v rámci finančních zdrojů příslušných kapitol státního rozpočtu. (Ministerstvo práce a sociálních věcí, Národní koncepce rodinné politiky, 2012)

Porovnání koncepce z řad minulých a současných lze nalézt v textu na internetových stránkách: <http://www.spov.org/data/files/porovnanikonceptifin.doc>

3.4. Státní forma pomoci mladým rodinám

Stát pomáhá rodinám vytvořením koncepcí rodinné politiky. Tím se jim snaží pomoci v tíživých, popřípadě jiných znevýhodňujících životních situacích. Jakou formou v současnosti rodině stát pomáhá, zmiňuje ve své práci Wildmannová (2005, s. 67):

Základem pomoci rodinám ze strany státu je sociální politika a sociální zabezpečení.

Sociální politiku vymezuje například Ottův naučný slovník jako „praktickou snahu, aby společenský celek byl uspořádán co nejideálněji“.

Základním cílem sociální politiky musí být vytvoření lidsky důstojných podmínek života a zajištění rovných příležitostí všem. Zajištění rovných příležitostí znamená zajistit rovný přístup ke vzdělání a zdravotní péči apod. Tento obecný cíl sociální politiky je dlouhodobý a má svá vývojová stádia, v jehož průběhu se také mění jeho kvalita.

Základními principy, které jsou pro sociální politiku považovány za typické, jsou princip sociální spravedlnosti, sociální solidarity, subsidiarity (respektování) a participace (podíl,

účast).

Nejčastější funkce sociální politiky je funkce ochranná (řeší již vzniklé sociální události, kdy jedinec či sociální skupina je znevýhodněna ve vztahu k ostatním), preventivní (usiluje o předcházení nepříznivých sociálních vlivů a situací – chudoba, nezaměstnanost, zdravotní poškození apod.), stimulační (vyvolávat žádoucí sociální jednání jedinců), homogenizační (poskytování stejných životních šancí a odstraňování nebo zmírňování neodůvodněných rozdílů mezi lidmi), distribuční a redistribuční (rozdělovací a přerozdělovací).

Sociální zabezpečení je považováno za nejdůležitější nástroj, jímž se realizuje sociální politika státu. Sociální zabezpečení je prostředkem k uskutečňování úloh a cílů sociální politiky a pojem sociální zabezpečení znamená soubor právních norem, institutů, institucí a vztahů, jejichž úkolem je předcházet možným sociálním rizikům, odstraňovat nepříznivé následky, které vzniknou jedincům v důsledku stanovených sociálních událostí a vytvářet tak příznivé podmínky pro všestranný sociální rozvoj člověka.

Základními prvky systému sociální podpory pro rodiny jsou:

1. *Životní minimum*, které je společensky uznanou minimální hranicí příjmu, pod níž nastává stav hmotné nouze. Životní minimum je nejčastěji definováno jako práh chudoby, kdy občané nacházející se pod ním nemohou žít způsobem minimálně přijatelným ve státě.
2. *Dávky státní sociální podpory* jsou jednou ze tří částí nově koncipovaného systému sociálního zabezpečení, které organizuje stát.

Zákon č. 117/1995 Sb. O státní podpoře upravuje následující dávky státní sociální podpory:

a) dávky poskytované v závislosti příjmu

- přídavek na dítě
- sociální příplatek
- příspěvek na bydlení

b) dávky sociální podpory, které jsou poskytovány bez závislosti na příjmu

- rodičovský příspěvek
- zaopatřovací příspěvek
- dávky péčovské péče
- pohřebné

3. *Sociální pomoc* je zabezpečení základních životních potřeb občanům, kteří se nacházejí v obtížné sociální situaci a z objektivních nebo subjektivních důvodů si nejsou schopni vlastním přičiněním ani s pomocí rodiny zabezpečit tyto potřeby.

Základními formami sociální pomoci jsou:

- sociálně právní ochrana

- finanční výpomoc
- příspěvek na živobytí
- půjčka na živobytí
- sociální služby

4. *Bytová politika a bydlení* patří mezi nejvýznamnější lidské potřeby a práva, protože vytváří základní podmínky pro celoživotní realizaci každého jedince. Ve sféře bydlení se člověk rodí, formuje a rozvíjí jako sociální a kulturní bytost.

Rozhodujícím prvkem bytových systémů je způsob rozdělování a přerozdělování bytů. Způsob rozdělování se v zásadě může zakládat buď na převaze administrativního přidělování bytů anebo je způsob rozdělování ovlivňován prostřednictvím tržního mechanismu. V praxi vždy jde o kompromis mezi oběma způsoby.

Opatření státu na podporu bydlení můžeme rozdělit do následujících oblastí (stav v roce 2002):

- podpora stavebního spoření
- podpora rozvoje hypotéčních úvěrů
- podpora výstavby nájemních bytů a technické infrastruktury
- podpora výstavby domů s pečovatelskou službou
- podpora oprav bytové panelákové výstavby
- podpora regenerace panelových sídlišť

Podpory poskytované Státním fondem rozvoje bydlení:

- podpora oprav bytových domů postavených panelovou technologií
- podpora modernizace bytového fondu
- podpora výstavby nájemních bytů a domů s pečovatelskou službou
- podpora mladých

Ostatní formy podpory:

- sociální podpora bydlení
- daňové úlevy

S ohledem na téma této práce bych se zaměřil na **rodinnou politiku** zahrnutou v rámci sociální politiky.

Rodinná politika rozvíjející se od padesátých let minulého století byla zaměřena na rozvoj přímé i nepřímé podpory rodin ze strany státu v souvislosti s vnucenou snahou o potlačení ekonomické funkce rodiny i podlomení výchovné a sociální funkce rodiny, jejichž plnění se přesouvalo na školu a jiné instituce.

Nově přijatá koncepce rodinné politiky spočívá v přesunutí rozhodující odpovědnosti na

rodinu. Základní systém pozůstává z kombinace adresných a plošných dávek. V současnosti se státní sociální podpora poskytuje hlavně formou přímé a nepřímé finanční podpory, službami a pomocí naturální.

V systému přímé finanční podpory se poskytuje sedm základních dávek sociální podpory, a to:

- dávky v závislosti na výši příjmu – přídavek na dítě, sociální příplatek, příplatek na bydlení, příspěvek na dopravu
- dávky, které jsou poskytovány bez závislosti na příjmu – rodičovský příspěvek, zaopatřovací příspěvek, dávky pěstounské péče, pohřebné.

Nově zavedený systém dávek přímé finanční podpory rodin v porovnání s předchozím systémem mnohem více zohledňuje příjmovou i sociální situaci rodin. Nepřímá podpora rodin se v nové koncepci uskutečňuje systémem odčitatelných položek daně z příjmů fyzických osob, který však neumožňuje realizovat sociální transfery ke všem sociálním skupinám.

Mezi ostatní formy podpory rodiny patří bytová politika, zdravotní a vzdělávací politika. Legislativně bylo upraveno stavební spoření, kde stát poskytuje určitou výši státního příspěvku, opatření v oblasti nájemného bydlení, podpora hypotéčních úvěrů. V oblasti zdravotní politiky úhradu zdravotního pojištění za neopatřené dítě provádí stát. V oblasti vzdělání studium na státních školách je bezplatné. (Wildmanová, 2005)

Považoval jsem za důležité vybrat základní informace z koncepce Ministerstva práce a sociálních věcí, na kterých je stavěna současná politika a vystihující kroky vedoucí k podpoře rodiny. Nejnovější koncepce z roku 2010 a 2012 navazuje na předešlou z roku 2005. Dle mého názoru je sociální politika ovlivněna politickým děním v ČR, Evropské unii a určována vnitřními politickými, ekonomickými a sociálními změnami, které se snaží prosadit vůdčí politické strany určené svým vnitropolitickým směrem.

Závěr teoretické části

Předchozí kapitoly teoretické části byly zaměřeny na teoretické poznání faktorů ovlivňujících zátěž mužů. Možnosti interakce sociálního prostředí rodiny, zaměstnání, vlivu faktorů osobnosti ovlivňující míru psychické zátěže na muže. Také jsem se věnoval problematice genderu a roli mužů v současných rodinách. Dále možnosti eliminace zátěže mužů v rodině a zaměstnání. Nabídl instituční možnosti eliminace psychické zátěže pomocí různých druhů terapií a poradenské činnosti, nejčastěji využívaných na soukromých i státních

klinikách. Na závěr jsem přiblížil koncepci Ministerstva práce a sociálních věcí a sociální politiku, kterou se vláda snaží podpořit mladé rodiny. V praktické části bych blíže specifikoval nejčastější zátěže mužů u Speciální pořádkové jednotky, zvláště pracují-li specifickou pracovní dobou, a to systémem čtyři dny v zaměstnání a čtyři dny volna.

III. EMPIRICKÁ ČÁST

Cíl průzkumu a jeho hypotézy

Vzhledem k tomu, že již patnáct let pracuji u Speciální pořádkové jednotky a setkávám se v určitých časových obdobích s osobními problémy kolegů – příslušníků policie, které ovlivňují jejich činnost v zaměstnání a v rodinném životě. Cílem empirické části bakalářské práce je zjistit nejčastější faktory zátěže mužů, a jakým způsobem se muži vyrovnávají s psychickým zatížením na pracovišti a v rodině. Jsou-li ochotni řešit své rodinné či pracovní problémy s psychologem či jinou psychologickou, poradenskou institucí. Dále zjistit, jsou-li odloučené rodiny příslušníků schopny řešit problémy samostatně.

Pro průzkum jsem zvolil následující hypotézy, kterým se budu věnovat:

H1: Jsou-li muži psychicky přetěžováni ze strany zaměstnání, nadřízených a rodiny, nevyhledávají odbornou pomoc poradenských a psychologických institucí.

H2: Rodiny mužů se specifickým zaměstnáním jsou schopny řešit převážně problémy související s řízením rodiny samostatně.

H3: Nejčastější způsob vyrovnávání se mužů s psychickou zátěží v zaměstnání je sport a koníčky.

Výběrový soubor

Průzkumný vzorek se skládal ze sta respondentů. Jsou to muži ve věku 30 – 50 let, pracující v ozbrojené složce policie ČR ve Speciální pořádkové jednotce, v systému služeb čtyři dny ve službě a čtyři dny volna. Pro zvýšení návratnosti jsem zvolil respondenty, se kterými jsem v osobním kontaktu. Jsou to muži, kteří slouží u policie deset a více let a mají zkušenosti s rodinou.

Použité metody

Průzkum *dotazníkovou metodou* probíhal v září 2012 – říjnu 2012. Potřebná empirická data pro svůj průzkum jsem získal prostřednictvím anonymních dotazníků. Dotazník sestával

z devíti otázek. V dotazníku byly zastoupeny otázky otevřené, polozavřené a uzavřené. Vzorový dotazník je přiložen k této práci v příloze.

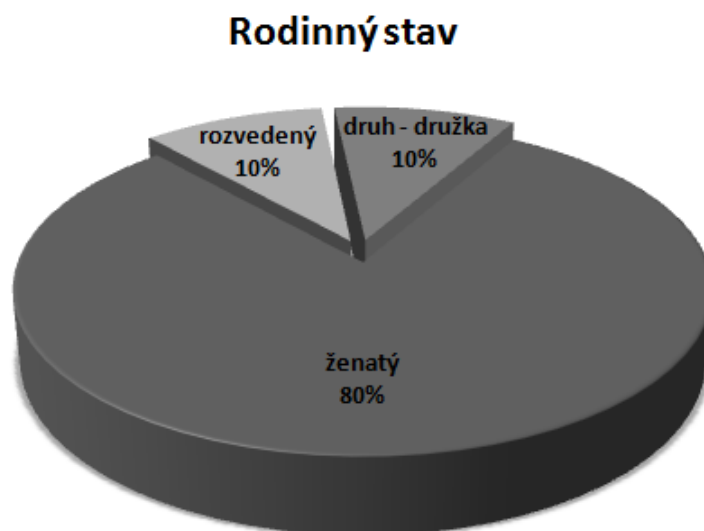
Otázky jsem se snažil formulovat a vybírat dle vlastní patnáctileté zkušenosti s problémy, s kterými se nejčastěji na pracovišti a v rodině s kolegy setkáváme, a zároveň po průběžné konzultaci s jednotlivými muži v minulosti. Průzkum probíhal v době volna příslušníků policie na policejní ubytovně na Praze 4.

Ve výsledcích jsou pak uvedena procenta zaokrouhlená na celá čísla a v závorkách počet respondentů.

Výsledky průzkumu a jejich analýza

Otázka č. 1

Jaký je Váš rodinný stav?

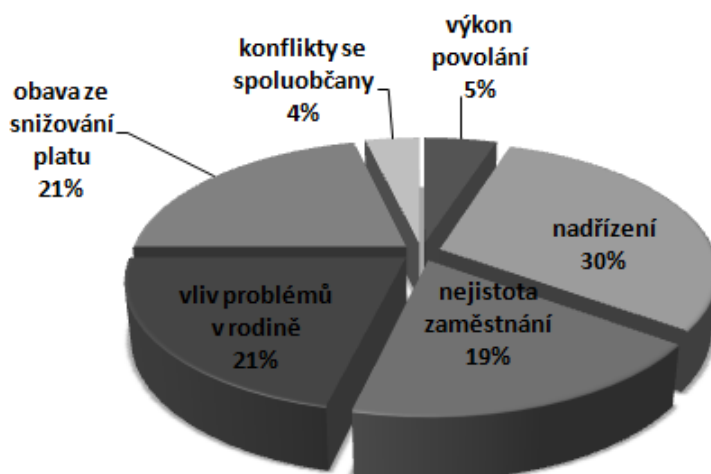


Rodinný stav respondentů byl z **80% (80)** ženatý, z **10% (10)** druh-družka, **10% (10)** rozvedených. Vzorek rozvedených byl vyhodnocován z toho důvodu, že i tito mají již získané zkušenosti v rodinném životě. U poměru druh-družka byla podmínka soužití ve společné domácnosti minimálně půl roku.

Otázka č. 2

Co považujete za hlavní zatěžující faktor v zaměstnání?

Hlavní zátěžový faktor v zaměstnání

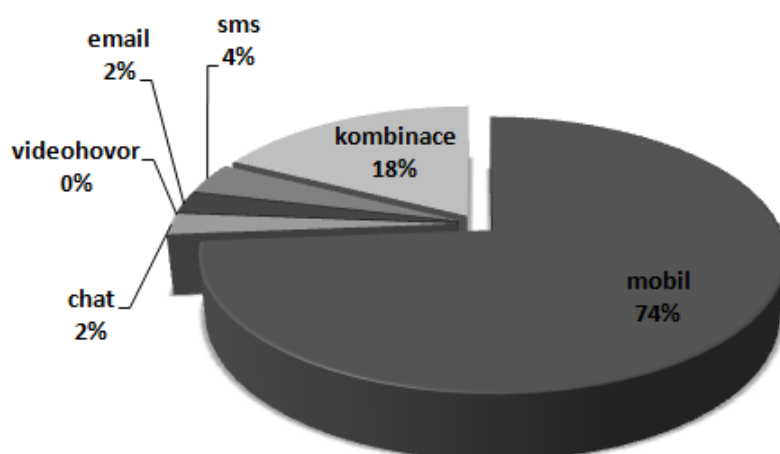


Respondenti označovali za největší zátěžový faktor v zaměstnání své nadřízené v **30% (30)**, následoval vliv problémů v rodině a obava ze snižování platu shodně **21% (21)**, nejistota v zaměstnání **19% (19)** a za nejmenší zátěžový faktor považovali výkon povolání **5% (5)** a konflikt se spoluobčany **4% (4)**.

Otázka č. 3

Jakou formu komunikace na dálku volíte s rodinou?

Forma komunikace s rodinou na dálku

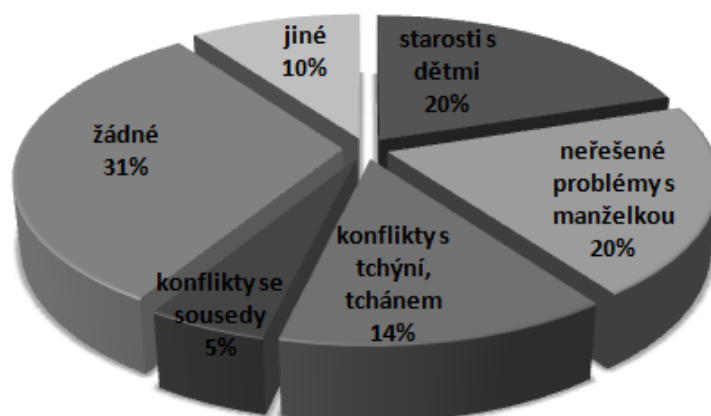


Na dotaz na nejčastější způsob komunikace s rodinou v době, kdy je respondent v zaměstnání, bylo uvedeno využívání mobilního telefonu **74% (74)**, poté kombinace využívání mobilního přístroje a internetu **18% (18)**, nejméně bylo využíváno posílání sms **4% (4)**, využití emailu a chatování po internetu shodně po **2% (2)**.

Otázka č. 4

Jaké jsou Vaše nejčastější problémy ze strany rodiny?

Nejčastější problémy ze strany rodiny

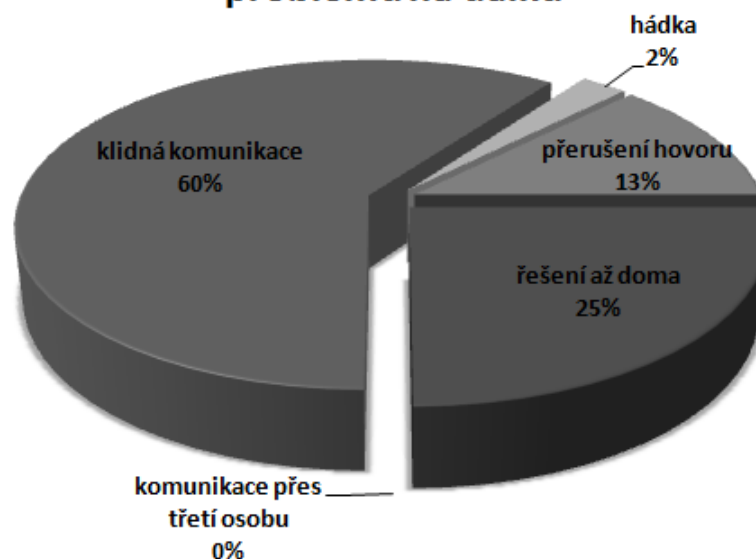


Nejčastější odpovědí na „problémy ze strany rodiny“ byla dopsána odpověď **žádné** v **31% (31)**, následovaly starosti s dětmi v **20% (20)**, neřešené problémy s manželkou **20% (20)**, konflikty s tchýní, tchánem **14% (14)**. Nejmenší problémy způsobovaly konflikty se sousedy **5% (5)**. V **10%** na doplňující odpověď **jiné** dopisovali respondenti v **5% (5)** konflikt s vlastními rodiči a v **5% (5)** konflikt s manželkou a dospívajícími dětmi.

Otázka č. 5

Jakým způsobem komunikace nejčastěji řešíte problém při hovoru s partnerkou, jste-li v zaměstnání?

Nejčastější způsob komunikace při řešení problémů na dálku



Touto otázkou jsem chtěl zjistit způsob sociální komunikace respondentů se svou partnerkou, manželkou při řešení rodinných-partnerských problémů. Nejčastější odpovědí z **60% (60)** bylo označeno „klidná komunikace“. **25% (25)** dotazovaných odkládalo řešení svých problémů na doma. **13% (13)** dotazovaných při komunikaci a následné neshodě přerušovalo hovor vypnutím mobilu. **2% (2)** řešilo komunikaci hádkou. Nikdo z dotazovaných při komunikaci nevyužíval třetí osobu jako prostředníka k řešení rodinných problémů.

Otázka č. 6

Jste ochotni řešit problémy s psychologem, v poradně?

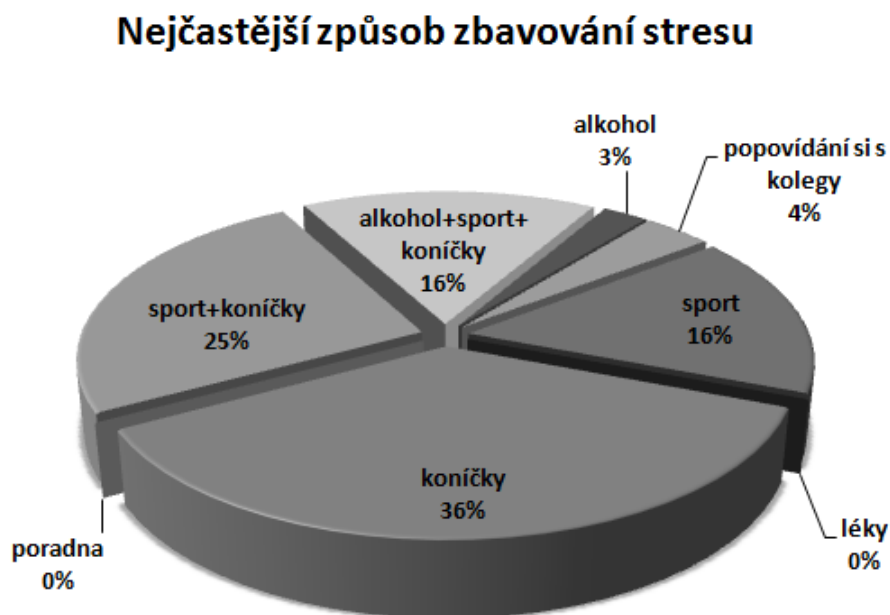
Ochota řešit problémy s odborníkem



Na dotaz, zdali by muži byli ochotni konzultovat své problémy s odborníkem v poradně či psychologem, odpovědělo **50% (50)** záporně, **40% (40)** by pomoc možná vyhledalo, jen **10% (10)** by bylo ochotno své problémy řešit s odborníkem v poradně nebo psychologem.

Otázka č. 7

Jakým způsobem se nejčastěji zbavujete stresu?

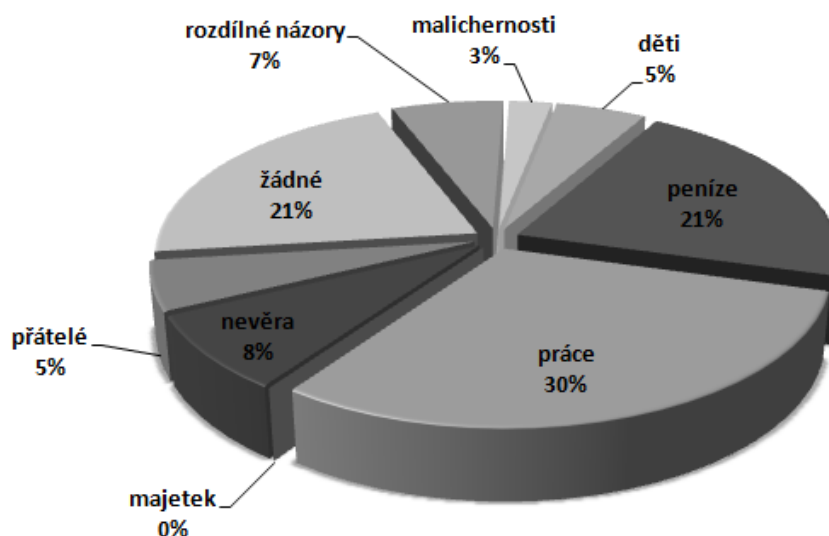


Nejčastějším způsobem zbavování se psychické zátěže mužů u pořádkové jednotky je provozování koníčků v **36% (36)**. V doplňující otázce muži vypisovali v **25% (25)** kombinaci sport s koníčky, v **16% (16)** řeší psychickou zátěž využitím sportu a v dalších **16% (16)** kombinací alkohol, sport, koníčky. **4% (4)** mužů využívá popovídání si s kolegy a jen **3% (3)** používá alkohol. Léky a poradnu nevyužívá nikdo.

Otázka č. 8

Jaké je nejčastější téma sporu v rodině?

Nejčastější téma sporů v rodině

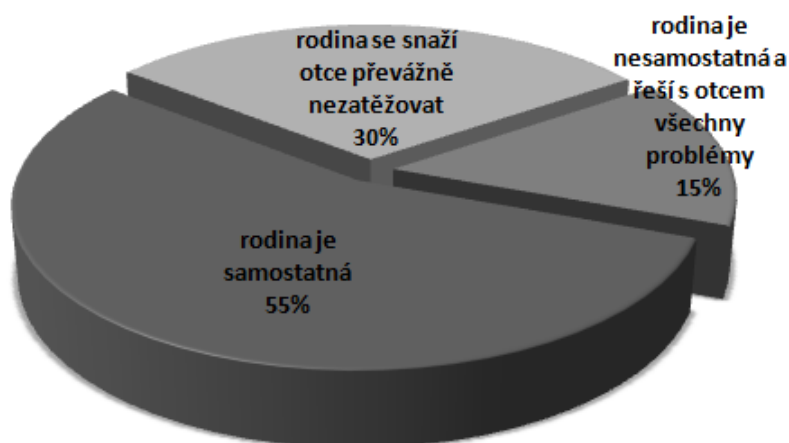


Na otázku „nejčastější téma sporu v rodině“, odpověděli dotazovaní **30% (30)** práce, **21% (21)** peníze. V **21% (21)** muži doplňovali, že problémy nemají žádné. Pak následovaly odpovědi v **8% (8)** nevěra, **7% (7)** rozdílné názory. V **5% (5)** byly důvodem sporu děti a v dalších **5% (5)** přátelé. **3% (3)** mužů doplnilo za téma sporu malichernosti. Majetek neřešil nikdo z dotazovaných, **5 % (5)** neodpovědělo.

Otázka č. 9

Je Vaše rodina schopna řešit problémy v době vaší nepřítomnosti sama?

Schopnost rodiny řešit problémy v nepřítomnosti otce



Poslední otázkou, po konzultaci a podnětem psycholožky speciální pořádkové jednotky, jsem chtěl zjistit samostatnost rodin bez přítomnosti mužů v době, kdy jsou tito muži v zaměstnání. Odpovědi byly následující. Rodina je z **55% (55)** samostatná, z **30% (30)** se snaží muže-otce převážně nezatěžovat a jen **15% (15)** rodin řeší s mužem-otcem všechny problémy, které v rodině nastanou.

Výsledky průzkumu

Jedním z úkolů mé práce bylo potvrzení či vyvrácení stanovených hypotéz.

H1: Jsou-li muži psychicky přetěžováni ze strany zaměstnání, nadřízených a rodiny, nevyhledávají odbornou pomoc poradenských a psychologických institucí.

Tato hypotéza souvisela s dotazem č. 6. Jelikož 50% dotázaných odpovědělo NE k řešení problému s odborníkem, zároveň 40% připustilo, že by možná pomoc vyhledalo a jen 10% otevřeně přiznalo, že by pomoc odborníka či poradny vyhledalo, byla **hypotéza potvrzena**.

H2: Rodiny mužů se specifickým zaměstnáním jsou schopny řešit převážně problémy související s řízením domácnosti samostatně.

K této otázce se vztahuje dotaz č. 9. 55% dotázaných mužů uvedlo, že jejich rodiny jsou samostatné v řešení rodinných problémů. Jen v 30% se rodina snažila muže převážně nezatěžovat a v 15 procentech muži uvedli, že jejich rodiny veškeré problémy řeší společně. Hypotéza tudíž byla **potvrzena**.

H3: Nejčastější způsob vyrovnávání se mužů s psychickou zátěží v zaměstnání je sport a koníčky.

Tato hypotéza souvisí s dotazem č. 7. Jelikož respondenti odpověděli, že nejčastějším způsobem vyrovnávání se se stresem jsou z 36% koníčky, 16% sport a 25% sport a koníčky, popř. 16 % sport, koníčky a alkohol, je tato **hypotéza potvrzena**.

Analýza výsledků

V závěru praktické části bych se rád vrátil k výsledkům průzkumu a pokusil se o jejich krátkou kvalitativní interpretaci.

U dotazu č. 2 (hlavní zátěžový faktor v zaměstnání) byli v 30% označeni nadřízení. Nadřízení mají možnost ovlivňovat a ovlivňují práci zaměstnanců vyžadováním plnění úkolů a povinností, ovlivňují některé části jejich platu odměňováním výkonů (motivování) atd. Je přirozené, že se přímí nadřízení po několika letech působení mění a nový nadřízený sebou přináší inovace ve způsobu vedení, které by podřízeným mohly způsobovat potíže (zátěž) již v zažitém systému. Vzhledem k tomu, že v současné době taková změna u dotazovaných nastává, je jedním ze zátěžových faktorů i tato skutečnost a považuji za důležité na toto upozornit, jelikož v budoucnu by výsledky mohly být odlišné.

Dále byly s nepatrně menšími procenty cca 20% uvedeny odpovědi obava ze snižování platu, nejistota zaměstnání a vliv problémů v rodině. Tyto odpovědi mohly úzce souviset se současným politickým děním v naší republice, šetřením v rozpočtu a v jednotlivých rezortech, snižováním počtu zaměstnanců, a následně se mohly odrazit v dění v rodině. Protože jednou z podmínek působení mužů u speciální pořádkové jednotky je jejich stoprocentní zdraví, odpověď „nejistota zaměstnání“ s tímto požadavkem může také souviset, neboť je tu i jisté riziko zranění s trvalými následky, s čímž se muži nejednou setkali a s narůstajícím věkem se riziko zranění zvětšuje. Dále tyto odpovědi souvisí s finančním zabezpečením rodiny; zabezpečit rodinu po materiální stránce je důležitou funkcí muže. Jelikož většina mužů je vázána hypotékami a půjčkami a výše zadlužení souvisí s výší platu, s kterým pravidelně počítají, odráží se tyto skutečnosti také ve výsledcích průzkumu. Zátěži při výkonu povolání a při konfliktech se spoluobčany, ač je jedním z nejčastěji se vyskytujících faktorů v zaměstnání, nebyl přikládán velký význam. Předpokládám, že muži jsou na tuto zátěž zvyklí a umějí se s ní vyrovnat.

V dotazu č. 3 se zabývám způsobem komunikace s rodinou. Připojení na internet mají v zaměstnání všichni z dotazovaných, přesto 74% volí „tradiční“ komunikaci přes telefon, respektive mobilní zařízení. Je to pochopitelné, vzhledem k dlouhodobé absenci v rodině je to jediný způsob, jak být s rodinou v neustálém kontaktu, a to kdekoliv, i mimo síť internetu. Jen 18% kombinuje jak připojení na internetu a využití komunikačních programů, tak i mobilního telefonu. Předpokládám, že by se s nastupující generací mladých lidí a zdokonalující se technologií mohly tyto výsledky v testu v budoucnu opět měnit. Nastoupila doba „chytrých“

mobilních telefonů a začíná též doba „tabletů“. Mobilní operátoři v naší zemi se snaží přijít na trh s přijatelnou cenou internetu ve výše zmiňovaných technologiích, a tudíž by v budoucnu výsledky týkající se komunikace s rodinou mohly být opět jiné.

Otázka č. 4 se zabývá nejčastějšími problémy (zdroji konfliktů) ze strany rodiny. Potěšující jsou výsledky z 31% „žádné“, které respondenti vyplnili, a domnívám se, že v rodině panuje harmonie s nevýraznými problémy. Další zátěž ze strany rodiny již byla dvakrát po 20% neřešené problémy s manželkou a starosti s dětmi. 14% konflikty s tchýní a tchánem, výjimečně pak se svými rodiči, vypovídající o soužití v rodinném prostředí. Někteří dotázaní uvedli konflikty se sousedem. Tuto odpověď jsem uvedl z toho důvodu, jelikož konflikty se sousedy zasahují v některých případech přímo do rodinného dění a někdy i velmi výrazně. U dětí školou povinných měli muži starost se zajišťováním zájmové činnosti (vzhledem k finanční a časové náročnosti podpory dětí v určitých sportech) a školního prospěchu. U dospívajících se jednalo v řešení jejich budoucnosti a konfliktů, které toto období sebou přináší.

Otázku „nejčastější způsob komunikace při řešení problémů na dálku“ (myšleno ze zaměstnání s rodinou) v otázce č. 5, jsem uvedl z důvodu zájmu o způsob sociální komunikace mužů u policie s rodinou. Předpokládal jsem výsledek klidná komunikace a diplomatické řešení doma, jelikož muži u policie jsou profesionálové. Schopnosti úspěšné sociální komunikace získali dlouhodobými zkušenostmi s komunikací s občany a svou přirozenou schopností skvěle komunikovat a vyjednávat. Také předpokládám, že je to jeden z požadavků policejních personalistů a psychologů při přijetí k policii při výběru z uchazečů. Předpoklad klidné komunikace se mi potvrdil. Klidná komunikace, přerušeni hovoru a řešení problémů až doma za osobního působení fyzickou osobou muže a nejen působení hlasem, spolu úzce souvisí. Přerušeni hovoru a hádka vypovídá o stávající situaci v rodině nebo temperamentu jedince při řešení rodinných problémů. Nebo temperamentu spolu žijícího páru. Komunikace přes třetí osobu, kterou měly být osoby blízké nebo poradce, či psycholog, nebyla využita vůbec.

Ochota řešit problémy s odborníkem a většinová odpověď „NE“ v dotazu č. 6 si vysvětluji generací respondentů a souvislostí se způsobem zbavování se psychické zátěže mužů v následujícím výsledku z dotazu č. 7. Domnívám se, že současná generace mužů ve věku 30-50 let, to jest ročníků narození 1960-1980, a zvláště mužů vybraných do speciální policejní jednotky, předpokládá zvýšenou psychickou odolnost a muži jsou zvyklí řešit si své problémy osobně a nezatěžovat tím své okolí. Domnívám se, že považují rodinné problémy za příliš osobní, než aby je řešili s cizí osobou. Uvědomuji si, že se muži při své práci setkávají

s nepříjemnými událostmi, při kterých musí asistovat nebo se jich musí účastnit z titulu svého povolání. Jsou to převážně tragické nebo vysoce vypjaté události. Z osobní zkušenosti si myslím, že pokud již člověk tuto zkušenost zažil a dokázal se s ní samostatně vyrovnat, pomoc odborníka převážně odmítá. Je otázkou, nakolik v tom hrají roli předsudky.

U 40 procent respondentů, kteří pomoc odborníka připustili, předpokládám, že měli možnost se s jeho prací po teoretické stránce seznámit a tudíž v tíživých nebo vysoce zátěžových životních situacích, při kterých by se míra únosnosti převršila a zmizela by schopnost psychickou zátěž zvládnout, by si pomoc dokázali představit.

Jakým způsobem se muži vyrovnávali s psychickou zátěží, je uvedeno v odpovědích na otázku č. 7, kdy muži nejčastěji volili odpověď koníčky; sport; kombinaci sport, koníčky a sport, koníčky, alkohol. Vzhledem k tomu, že muži jsou zaměstnání u speciální pořádkové jednotky, je potěšující spojitost jedné ze součástí jejich výkonu povolání, kterou je fyzická připravenost, se způsobem, jakým se muži vyrovnávají s psychickou zátěží. Uvedl jsem hned na začátku, že průzkumným vzorkem jsou muži mezi 30 – 50 lety. Po konzultacích s některými pedagogy na základních a středních školách a mladšími kolegy policie pod 30 let, že sport není hlavní prioritou mladých lidí, popřípadě nové mladé generace, a mou domněnku mi potvrzuje snižování náročnosti fyzických testů k přijetí u policie v nedávné minulosti. Je tedy možné, že by se výsledky v několika budoucích letech mohly měnit, dle mého mínění ze sportu více na koníčky jako jsou činnosti na počítači, internetu, popřípadě sledování televize atd.

Otázka č. 8 – nejčastější téma sporů v rodině – úzce souvisí s problematikou, kterou muži nejčastěji řeší při komunikaci s partnerkou. Domnívám se, že to jsou i témata, která muže nejvíce psychicky zatěžují v jejich funkci živitele a ochránce rodiny. Je to ve výsledku uváděná práce, peníze v souhrnu 51%. Nemalá část (21% respondentů) uvádělo v možnosti odpovědi jiné „žádné“. Domnívám se, že se tímto částečně potvrzuje předešlá odpověď z dotazu č. 4.

Posledním dotaz č. 9 jsem uvedl po konzultaci s psychologkou speciální pořádkové jednotky kpt. Zbořilovou a s osobním zájmem potvrdit si názor, že rodiny mužů, které navykly na dlouhodobý systém služeb čtyři dny v zaměstnání a čtyři dny volna, popř. sedm dní v zaměstnání a pět dní volna, v jehož systému jsem ještě před několika lety sloužil, si po nějaké době na výše zmiňovaný systém víceméně navyknou a žijí si svým vlastním životem. Výsledek odpovědí 55% pro „rodina je samostatná“ a 30% pro „rodina se snaží otce převážně nezatěžovat“ s mým předpokladem koresponduje.

Závěr pro zkoumaný vzorek

Každodenně se policisté setkávají s mnoha úkoly, které řeší rutinně. Přestože odolnost policistů vůči negativním dopadům stresu je vyšší než u běžných lidí, mohou se někdy setkat s mimořádnou situací, která svou náročností a charakterem přesahuje přirozené schopnosti člověka se s takovou skutečností vyrovnávat. Mezi zátěžové situace v rámci policejní práce patří například ohrožení vlastního života nebo zdraví, ohrožení života kolegů, použití střelné zbraně, pohled na případy kruté smrti a vážná zranění, sebevražda, úmrtí dítěte, hromadné neštěstí a jiné mimořádné události.

Další zátěžovou situací v životě policistů patří úmrtí ve vlastní rodině, partnerské nesoulady, rozvody, nemoci, šikana na pracovišti nebo jiné problémy v pracovních vztazích apod.

Některé tyto situace je mohou zasáhnout hlouběji, než očekávali. V rámci své odbornosti se policisté mnohdy domnívají, že se musí sami vyrovnat se všemi mimořádnými událostmi, které by jinak každého běžného člověka silně zasáhly. V rámci tohoto mýtu „nezlomného policisty“ si někdy neuvědomují, že se v každém člověku negativní zážitky hromadí, a nejsou-li přiměřeně zpracovány, mohou později způsobit problémy.

Následky mimořádné zátěže na psychiku se mohou projevit úzkostí, podrážděností, vztekem, depresí, pocity bezmocnosti, viny či studu, snížením schopnosti prožívat pozitivní emoce, problémy se spánkem, apod.

Všechny tyto problémy mohou policisty překvapit svou intenzitou nebo nezvyklostí. Mohou také negativně ovlivnit jejich rodinné vztahy a pracovní výkon. V extrémním případě pak mohou vyústit v pracovní neschopnost, závislost na alkoholu nebo sebevražedné úvahy.

Domnívám se tedy, že přijmout odbornou pomoc (psychologa) nebo poradenské instituce v tíživých životních situacích, a preventivně se seznámit s dílčími disciplinami sociální pedagogiky, by jistě mohlo napomoci ke zkvalitnění života policistů a snížení dopadů jejich psychického -zatížení.

IV. ZÁVĚR

V teoretické části práce jsem se pokusil přiblížit faktory, které mohou ovlivňovat psychickou zátěž mužů, a nabídnout řešení v podobě instituční možnosti pomoci v krizových situacích, a prevenci při poznání teorií sociální pedagogiky, sociální psychologie a rodinného práva.

V praktické části jsem se snažil zvoleným průzkumem ve formě dotazníku zjistit a následně interpretovat, jaké nejčastější problémy zatěžují muže policie s pracovní dobou čtyři dny v zaměstnání a čtyři dny volna a jakým způsobem řeší svou psychickou zátěž vyplývající z rodinného a pracovního prostředí.

Při hodnocení této práce se domnívám, že v teoretické části se podařilo popsat základní informace o psychické zátěži mužů a její případné eliminaci. Nebylo ovšem možno popsat vyčerpávajícím způsobem veškeré zátěže mužů, jelikož informace uvedené ve zdrojích, z kterých jsem čerpal, byly převážně jen kusé a tudíž je možné, že informací k této problematice by mohli být uvedeny v literatuře, kterou jsem neměl možnost poznat. Také zkušenosti mužů z jiných oborů profese s touto problematikou by mohly být odlišné.

V praktické části jsem provedl průzkum mezi muži policie ČR u Speciální pořádkové jednotky, v určitém časovém období a datu narození cca 1960 až 1980. Průzkum jsem prováděl jen u mužů, s kterými dlouhodobě spolupracuji a s kterými jsem měl možnost konzultovat téma o rodině a psychické zátěži v průběhu minimálně deseti let. Také se domnívám, že tuto osobní znalost, byť jen počtu 100 mužů, považuji za přínosnou pro kvalitativní vyhodnocení. Za pozitivní tedy považuji spolupráci, vstřícnost, pochopení a zájem, s kterou mi byli muži nápomocni při vyplňování dotazníků a uvedením svých soukromých informací o zátěži, s kterou se setkávají nejen v zaměstnání, ale i v rodině. Připouštím ovšem, že výsledky psychické zátěže mužů v zaměstnání v jiném časovém období, a výsledky průzkumu prováděné s nově nastupující generací by mohly být odlišné, a to zvláště ve způsobu komunikace s rodinou, v identifikaci hlavních zátěžových faktorů v zaměstnání a způsobu, jakým by se nová generace vyrovnávala se zátěží.

Domnívám se, že tato práce by mohla mít význam pro policejní psychology, s kterými jsem dané téma předběžně konzultoval, pro samotné policisty a to nejen v Speciální pořádkové jednotce, ale i jiných útvarech, které mají podobnou pracovní dobu. Dále by tato

práce mohla mít význam, či být příkladem jakým způsobem lze eliminovat psychickou zátěž, i pro muže zaměstnané v civilním životě, kteří tak jako někteří policisté, jsou nuceni cestovat za prací a v různých systémech pracovní doby, jsou zaměstnání bez možnosti každodenního osobního kontaktu s rodinou.

Využití své bakalářské práce spatřuji především pro již zmíněné policejní psychology, muže v ozbrojených složkách, muže – otce pracující ve speciálních systémech pracovní doby bez možnosti osobního kontaktu s rodinou.

Jsem přesvědčen, že poznáním zátěžových faktorů mužů ze strany žen, by bylo možné ženami lépe pochopit své partnery a využít těchto znalostí k hledání životních kompromisů, souladů v rodině.

V. RESUMÉ

Tématem bakalářské práce bylo v teoretické rovině, na základě nejnovějších poznatků psychologických, pedagogických a sociologických, charakterizovat problémy mužů v roli pracovní, mužů v roli rodičovské. Poukázat na zátěže a možnosti řešení partnerských a rodičovských problémů, s jakými se muži se specifickým zaměstnáním (přesněji policisté speciální pořádkové jednotky) a pracovní dobou (systém služeb čtyři dny ve službě a čtyři dny volna), nejčastěji potýkají v dnešní době. Analyzovat nejčastější interakce mužů s vnějším sociálním prostředím a vnitřním rodinným prostředím. Zároveň bylo cílem nabídnout a poukázat na možnosti využití sociální pedagogiky a jejich příbuzných věd, zejména sociální psychologie a jejích teorií, nacházet možnosti na eliminaci zátěže mužů a udržovat jejich psychické zdraví, dobré vztahy v rodině i v práci a zvládnutí role otce právě „poznáním“ a využitím ve všech vztazích a prostředích.

Práce je rozdělena do čtyř kapitol. V první kapitole jsem se zaměřil na vysvětlení pojmů použitých v práci a významu použité literatury. V druhé kapitole jsem popsal některé faktory ovlivňující zátěž mužů a možnosti interakce v sociálním prostředí. Ve třetí kapitole jsem se zabýval možnostmi eliminace zátěže mužů.

V praktické části jsem formou dotazníku realizoval průzkum mínění policistů u Speciální pořádkové jednotky hlavního města Prahy. Cílem tohoto průzkumu bylo zjistit, zdali rodiny mužů se specifickým zaměstnáním, sloužících v systému služeb 4 dny v práci a 4 dny volna, s odstupem času navyknou na život bez muže a zvládnou se s nepřítomností muže vyrovnat. Dalším cílem bylo zjistit nejčastější způsob vyrovnávání se mužů s psychickou zátěží v zaměstnání. Posledním cílem bylo zjistit, zdali muži, kteří jsou psychicky přetěžováni ze strany zaměstnání, nadřízených a rodiny, jsou ochotni vyhledat odbornou pomoc poradenských a psychologických institucí.

VI. ANOTACE

Bakalářská práce se v teoretické části zabývá faktory ovlivňující zátěž mužů a možnosti interakce v sociálním prostředí. V jednotlivých kapitolách práce jsou popsány sociální interakce v rodinném a pracovním prostředí. Faktory vyplývající z osobnosti a jejich vliv na zátěž mužů. Poukazuje na možnosti eliminace zátěže mužů poznáním teorií sociální pedagogiky, sociální psychologie a rodinného práva. Dále na řešení pomocí možnosti instituční a poradenské.

Praktická část práce obsahuje průzkum, nakolik policisté jsou ochotni využít poradenské a instituční pomoci, jakým nejčastějším způsobem se vyrovnávají s psychickou zátěží a jaká je schopnost jejich rodin samostatně řešit problémy v nepřítomnosti svých mužů.

ANOTATION

This bachelor thesis in the theoretical part deals with factors, that have influence on the load of men and opportunity of interaction in social environment. There is description of social interaction in family and working environment in every chapter. It deals with factors following from character and its influence on the load of men. It points out to opportunity of elimination of the load of men with help of learning theories of social pedagogy, social psychology and family law. And points out to an institutional and an advisory help too.

The empirical part contains research of willingness of the policemen to use an institutional and an advisory help, what is the most common way of coping with psychical load and what is the ability of their families to look for a solution of problems independently.

VII. KLÍČOVÁ SLOVA

Rodina, funkce rodiny, gender, stres, zátěž mužů

KEYWORDS

Family, function of the family, gender, stress, load of men

VIII. SEZNAM POUŽITÉ LITERATURY

- BAKOŠOVÁ, Z. Sociálna pedagogika ako životná pomoc. 3. vyd. Bratislava: Public promotion, 2008. 251 s. ISBN 978-80-969944-0-3.
- BAKOŠOVÁ, Z. Teórie sociálnej pedagogiky. Bratislava: SAV, 2011. 282 s. ISBN 978-80-970675-0-2.
- BIDDULPH, S. B. *Knihy o mužství*. Praha: Portál, 2011. 280 s.
- BURGESOVÁ, A. Návrat otcovství: Jak se stát moderním otcem. Brno: Jota, 2004. 218 s.
- CIBULEC, J. Manželské praktikum. Praha: Avicenum, 1984. 303 s.
- GEIST, B. Psychologický slovník. 2. Vyd. Praha: Vodnář, 2000. 425 s. ISBN 80-86226-07-7.
- GOODY, J. Proměny rodiny v evropské historii. I. Praha: Lidové noviny, 2006. 229 s.
- GRÉGR, E. Historie rodiny. Praha: Grégr a syn, 1998. 215 s.
- CHORVÁT, F. Byť dobrým otcem - povinnost, či túžba. I. Marin: Osveta, 1986. 192 s.
- KOLDINSKÁ, K. Gender a sociální právo. Praha: C. H. Beck, 2010. 240 s. ISBN 978-80-7040-343-1.
- KRATOCHVÍL, S. Manželská a párová terapie. Praha: Portál, 2009. 280 s. ISBN 978-80-7367-646-9.
- KRATOCHVÍL, S. Psychoterapie. Praha: Avicenum, 1976. 400 s.
- KŘIVOHLAVÝ, J. Psychologie zdraví. Praha: Portál, 2001. 279 s.
- KŘÍŽKOVÁ, A.; PAVLICA, K. Management genderových vztahů. Praha: Management Press, 2004. 156 s. ISBN 80-7261-117-8.
- KUBELKOVÁ-VOLEMANOVÁ, Š.; VEBROVÁ, A.; DERZSIOVÁ, A. Partnerské vztahy aneb návod na přežití. 1. vyd., Praha: Albatros Media, 2010. 246 s. ISBN 978-80-7448-001-0.
- LOVASOVÁ, L.; HANUŠOVÁ, J.; HELLEBRANDOVÁ, K. Děti a jejich problémy. Praha: Sdružení Linka Bezpečí, 2006. 144 s. ISBN 80-239-4482-7.
- MAŘÍKOVÁ, H. Proměny současné české rodiny. I. Praha: Sociologické nakladatelství, 2000. 170 s.
- MATĚJČEK, Z. Co děti nejvíc potřebují: eseje z dětské psychologie. Praha: Portál, 2003. 108 s.
- MATOUŠEK, O. Rodina jako instituce a vztahová síť. Praha: Sociologické nakladatelství Slon, 2003. 165 s. ISBN 80-86429-19-9.
- MOŽNÝ, I. Moderní rodina: mýty a skutečnosti. I. Brno: Blok, 1990. 184 s.

- MOŽNÝ, I. Rodina a společnost. Praha: Slon, 2006. 324 s.
- MOŽNÝ, I. Sociologie rodiny. Praha: Slon, 1999. 251 s. ISBN 80-85850-75-3.
- MÜHLPACHR, P. Sociopatologie. Brno: BonnyPress, 2009. , 194 s.
- PLECITÝ, V.; SKŘEJPEK, M.; ŠÍMA., A. Základy rodinného práva, Plzeň: Nakladatelství Aleš Čeněk, 2009. 140 s. ISBN 978-80-7380-139-7.
- PLZÁK, M. Žena a muž – teorie a praxe manželského soužití, Praha: Motto, 2001. 228 s.
- PRŮCHA, J. (ed.). Pedagogická encyklopedie, Praha: Portál, 2009. 936 s.
- PRŮCHA, J. Přehled pedagogiky, Praha: Portál, 2000. 269 s.
- ŠTIKAR, J., RYMEŠ, M., RIEGEL, K., HOSKOVEC, J. Psychologie ve světě práce. Praha: Karolinum, 2003. 461 s. ISB 80-246-0448-5.
- VÁGNEROVÁ, M. Psychologie osobnosti. Praha: Karolinum, 2010, 467 s.
ISBN 978-80-246-1832-6.
- VÍZDAL, F. Sociální psychologie I., Brno: BonnyPress, 2010, 140 s.
- VÝROST, J., SLAMĚNÍK, I. (ed.) Sociální psychologie, Praha: Grada, 404 s.
ISBN 978-80247-1428-8.
- WILDMANNOVÁ, M., Sociální politika. Brno: Masarykova univerzita v Brně Ekonomicko-správní fakulta 2005, s. 145

Vysokoškolské kvalifikační práce:

- KAŠPÁRKOVÁ, Š. Mýty a iracionální přesvědčení ve vztahu k partnerskému soužití a lásce, Brno: 2006. Diplomová práce. MU FSS. Vedoucí práce doc. PhDr. Ivo Plaňava
- OSTROVSKÁ, E. Telefonické krizové intervence a její význam v kontextu sociální pomoci. Brno, 2008. Diplomová práce. MU PF KSP. Vedoucí práce Mgr. Lenka Gulová, Ph.D.
- ROTREKLOVÁ, K. Rodina a rodičovství očima dnešních matek. Brno, 2008. Diplomová práce. PF MU. Vedoucí práce Mgr. Tomáš Dvořáček, DiS.
- ROTREKLOVÁ, K. Úloha otce při výchově – angažované otcovství. Brno: 2005. Bakalářská práce. PF MU. Vedoucí práce Mgr. Klára Šed'ová

Internetové odkazy:

- MINISTERSTVO PRÁCE A SOCIÁLNÍCH VĚCÍ ČR, Národní koncepce rodinné politiky. 2005 [on-line]. [cit. 2012-09-08] s. 7, Dostupné z WWW:
www.mpsv.cz/files/clanky/2125/koncepce_rodina.pdf

MINISTERSTVO PRÁCE A SOCIÁLNÍCH VĚCÍ, Národní koncepce rodinné politiky, 2012 [on-line]. [cit. 2012-09-10] Dostupné z WWW: <http://www.spoj.org/obnova-rodiny/tema-chatu-17-ledna-2012--narodni-koncepce-rodinne-politiky.aspx>

Soc.cas.cz: Sociologický ústav AV ČR, v.v.i. 2005. [on-line]. [cit. 2012-07-12] Dostupné z WWW: <http://www.soc.cas.cz/info/cz/25059/Ruzne-typy-otcu-po-rozvodu.html>

KOHOUTEK, R. Psychologie v teorii a praxi. Vliv rodiny na osobnost člověka. 2009. [on-line]. [cit. 2012-08-18] Dostupné z WWW: <http://rudolfkohoutek.blog.cz/0912/vliv-rodiny-na-rozvoj-osobnosti-cloveka>

Linka důvěry SOS a Centrum psychoterapie, Nekolová R., [on-line] [cit. 2012-09-08]. Dostupné z WWW: http://lmb.webzdarma.cz/dokumenty/terapie/skupinova_psychoterapie.htm

Rodinnaterapie.cz: Institut rodinné terapie, Gjuríčová Š, Kubička J., Brodová L. 2008. [on-line]. [cit. 2012-10-13]. Dostupné z WWW: http://www.rodinnaterapie.cz/index.php?page=lektori_gjuricova_ukazka1

Sociální reforma.mpsv.cz: Rodičovský příspěvek, [on-line] MPSV ČR [cit. 2012-10-18]. Dostupné z WWW: <http://socialnireforma.mpsv.cz/cs/4>

ŠMÍDOVÁ, Iva (ed.). Pečovatelská otcovství: Zkušenost a genderové vztahy" IVRIS Papers, 2008. [online] [cit. 2012-07-04] Dostupné z WWW: <http://ivris.fss.muni.cz/papers/index.php?page=cislap&id=1>

IX. PŘÍLOHY

Příloha č. 1

Dotazník:

Vážení pánové,
studuji na IMS Brno, UTB Zlín, fakulta humanitních studií, obor sociální pedagogika, a pracuji na bakalářské práci na téma: „Zátěž mužů v současné rodině“. Cílem této práce je zjištění hlavní zátěže mužů v rodině, v zaměstnání, a způsob vyrovnávání se mužů se specifickým povoláním s psychickou zátěží. Proto jsou pro mne důležité zkušenosti, poznatky a názory mužů-otců, které získám metodou dotazníkového šetření. Obracím se na Vás s prosbou o spolupráci formou korektního vyplnění tohoto dotazníku. Vyplňování je velmi jednoduché, stačí zaškrtnout Vaši odpověď u každé otázky. Po vyplnění dotazníku prosím zkontrolujte, zda jste nějakou otázku nevynechal, protože neúplný dotazník není možné použít. Tento dotazník je anonymní a slouží výhradně jako podklad ke zpracování bakalářské práce na výše uvedené téma. Děkuji Vám za ochotu a čas, který jste mi věnovali. Jaroslav Hrbáček

1. Jaký je Váš rodinný stav

- a) ženatý b) rozvedený c) druh – družka

2. Co považujete za hlavní zátěžové faktory v zaměstnání (označte největší zátěž)

- a) výkon povolání b) nadřízení c) nejistota zaměstnání
d) vliv problémů v rodině e) strach ze snižování platu f) konflikty se spoluobčany při výkonu zaměstnání

3. Jakou formu komunikace na dálku volíte s rodinnou

- a) mobil b) chat c) videohovory d) email e) sms g) jiná forma, jaká.....

4. Jaké jsou Vaše nejčastější problémy ze strany rodiny

- a) starosti s dětmi b) neřešené problémy s manželkou c) konflikty s tchýní a tchánem d) konflikty se sousedy
e) jiné, jaké

5. Jakým způsobem komunikace nejčasněji řešíte problém při hovoru s partnerkou (manželkou), jste-li v zaměstnání

- a) klidná komunikace b) hádka c) přerušování hovoru d) řešení až doma
e) komunikace přes třetí osobu (děti, rodiče, přátelé)

6. Jste ochotni řešit problémy s psychologem, v poradně?

- Ano Možná Ne

7. Jakým způsobem se nejčastěji zbavujete stresu

- a) alkohol b) popovídání si s kolegy c) sport d) léky e) koníčky f) poradna
g) jiný, jaký?.....

8. Jaké je nejčastější téma sporů v rodině

a) peníze b) práce c) majetek d) nevěra e) přátelé f) jiné téma, jaké

9. Je vaše rodina schopná řešit problémy v době vaší nepřítomnosti sama?

ANO, je samostatná snaží se mě převážně nezatěžovat NE, řeší se mnou veškeré problémy