

Pražská vysoká škola psychosociálních studií



**Vnímání vlivu výcvikové skupiny na rozhodování v
partnerských vztazích**

Bc. Karolína Klárová

Diplomová práce

Studijní obor: Psychologie, prezenční forma studia

vedoucí práce: Mgr. Jakub Zlámaný, PhD.

Praha 2018

Prague college of psychosocial studies



**Perception of the influence of the training group on
decision making in the relationships**

Bc. Karolína Klárová

The Diploma Thesis

The Diploma Thesis Work Supervisor: Mgr. Jakub Zlámaný, PhD.

Praha 2018

Prohlašuji, že jsem tuto diplomovou práci vypracovala samostatně, že jsem řádně citovala všechny použité prameny a literaturu.

V Praze, dne 23. 7. 2018

.....

Poděkování:

Především bych velmi ráda poděkovala panu Mgr. Jakobovi Zlámanému, PhD. za odbornou pomoc, vstřícnost, trpělivost, podporu a optimismus při vedení této práce. Dále bych chtěla poděkovat všem participantům za jejich otevřený přístup a za účast v mém výzkumu.

Anotace

Diplomová práce pojednává o tom, jak vnímají účastníci psychoterapeutického výcviku na PVŠPS vliv skupiny na jejich rozhodování v partnerských vztazích.

V teoretické části autorka píše o psychoterapeutickém výcviku v komunitně skupinové psychoterapii. Součástí je také kapitola o sociálním vlivu ve skupinách včetně kapitoly o rozhodování. V následující kapitole autorka popisuje konkrétní informace o psychoterapeutickém výcviku na Pražské vysoké škole psychosociálních studií. Další kapitola pojednává o vzniku partnerských vztahů až po jejich ukončení.

V rámci výzkumné části autorka využívá kvalitativního přístupu. Pro zvýšení validity výsledků zvolila triangulaci, která je kombinací různých metod, v této práci konkrétně, ohniskové skupiny, bilančních prací a polostrukturovaných rozhovorů.

Ke zpracování dat a interpretaci výsledků autorka využila interpretativní fenomenologické analýzy.

Klíčová slova: psychoterapeutický výcvik, vliv skupiny, rozhodování, partnerské vztahy, triangulace dat, IPA

Abstract

The diploma thesis deals with how the participants of psychotherapeutic training (at the PVŠPS) perceive the influence of the group on their decision making in partnership relations.

In the theoretical part, the author writes about psychotherapeutic training in community group psychotherapy. It also contains a chapter on social influence in groups, including a chapter on decision making. In the next chapter the author describes specific information about psychotherapeutic training at the Prague College of Psychosocial Studies. The next chapter deals with the relationships from their initiation until their termination.

Within the research section, the author uses a qualitative approach. To increase the validity of the results, it has chosen triangulation of data, which is a combination of different methods, in this work specifically focus groups, balance works and semi-structured interviews.

The author uses interpretative phenomenological analysis to process data and interpret the results.

Key words: psychotherapeutic training, the influence of the group, decision making, partnerships, triangulation of data, IPA

Obsah

ÚVOD	8
1 Vymezení pojmů	9
1.1 Komunitně skupinový výcvik	9
1.2 Malá a velká skupina.....	9
2 PSYCHOTERAPEUTICKÝ VÝCVIK V KOMUNITNĚ – SKUPINOVÉ PSYCHOTERAPII	12
2.1 Vymezení psychoterapie.....	12
2.2 Historie komunitně skupinových výcviků u nás.....	14
2.3 Skupinová psychoterapie.....	15
2.3.1 Výcviková skupina	17
2.3.2 Sociální vliv ve skupinách	20
3 Psychoterapeutický výcvik na PVŠPS	26
3.1 Podmínky k přijetí.....	27
3.2 Psychoterapeutická komunita	28
3.3 Psychoterapeutická skupina	29
4 Partnerské vztahy	30
4.1 Vztah a jeho fáze.....	31
4.2 Výběr partnera.....	32
4.3 Partnerský konflikt.....	34
4.4 Rozchod	36
5 Výzkum	40
5.1 Cíl výzkumu	40
5.2 Design výzkumu	40
5.3 Zkoumaný soubor	41
5.4 Metody sběru dat a jeho zpracování	42
5.4.1 Ohnisková skupina.....	42
5.4.2 Polostrukturované rozhovory.....	44
5.4.3 Bilanční práce	46
5.5 Analýza dat	47
5.6 Výsledky výzkumu.....	50
5.6.1 Podpora	51
5.6.2 Spiknutí proti nepřítomnému.....	54
5.6.3 Pár v komunitně skupinovém výcviku	56
5.6.4 Tabu, nemožnost mluvit o problému	57
5.6.5 Důvěra ke skupině	59
5.6.6 Jak sami účastníci výcviku na PVŠPS vnímají vliv skupiny na jejich rozhodování v partnerském vztahu?.....	61
5.6.7 Negativní vliv partnerského vztahu ve výcviku	62
5.7 Přínos výzkumu.....	63
5.8 Shrnutí výsledků	64
5.9 Diskuse.....	65
Závěr	68
Literatura	70
Přílohy	73

ÚVOD

Téma této diplomové práce se týká psychoterapeutického výcviku na Pražské vysoké škole (PVŠPS), konkrétně vnímání vlivu skupiny na rozhodování v partnerských vztazích. Toto téma jsem si vybrala proto, že výzkumů na účinnost psychoterapeutického výcviku na PVŠPS zatím není mnoho. Mým cílem je více porozumět tomu, jak sami účastníci výcviku vnímají vliv skupiny na jejich rozhodování v partnerských vztazích.

V rámci první kapitoly „Vymezení pojmů“ popisuji komunitně skupinový výcvik a charakteristiku malé a velké skupiny a rozdíl mezi nimi.

V druhé kapitole považuji za důležité zmínit se o psychoterapeutickém výcviku v komunitně skupinové psychoterapii. V rámci této kapitoly se zaměřuji na sociální vliv ve skupinách, konkrétně na konformitu a vliv skupiny na rozhodování jedince.

V další části mé diplomové práce se zaměřuji na psychoterapeutický výcvik na PVŠPS, která obsahuje podmínky k přijetí do psychoterapeutického výcviku a také charakteristiku psychoterapeutické komunity a skupiny.

V rámci teoretické části se zabývám partnerskými vztahy, které jsou součástí tématu mé diplomové práce.

V empirické části nejprve představuji cíl výzkumu, zkoumaný soubor a metody sběru dat a jeho zpracování. Pro zvýšení validity výsledků a pro podrobnější zkoumání subjektivního vnímání vlivu psychoterapeutického výcviku na PVŠPS v této práci využívám triangulace, která je kombinací různých metod, v mém výzkumu konkrétně, ohniskové skupiny, bilančních prací a polostrukturovaných rozhovorů. Ve výzkumné části podrobně popisuji výsledky, které interpretuji pomocí interpretativní fenomenologické analýzy.

Tato diplomová práce je součástí výzkumu psychoterapeutických výcviků na PVŠPS.

1 Vymezení pojmů

1.1 Komunitně skupinový výcvik

Komunita je dle Hartla, Hartlové (2015, s. 267) přirozené společenství v dané lokalitě, například skupina lidí sdílející společné zájmy, termín pro lidské společenství. Komunitní výcvik ve skupinové psychoterapii se většinou skládá ze tří výcvikových skupin, které dohromady tvoří jednu výcvikovou komunitu (Zlámaný, 2013).

Králíčková (2002, s. 14) vysvětluje komunitu jako: *„společenství lidí, kteří se setkávají během trvání výcviku a vzájemně se mezi sebou znají a na sebe působí. Tvoří jí členové jednoho výcviku, kteří jsou rozdělení do skupin.“*

Komunita by dle Růžičky (2011, s. 95) měla zajišťovat rovnost příležitostí, umožňovat sebeuplatnění a poskytovat společenský život. Výcviková komunita je zaměřená na sebezpoznávání, na nácvik komunikačních dovedností a postojů budoucích terapeutů ke klientům (Hartl, 1997, s. 37). Výcvik probíhá několik let formou zážitku na sobě. Účastníci se mohou projevat svým osobitým způsobem, reflektovat, zkoumat své prožívání a chování ve skupinách i v komunitě (Kožnar, 1982).

1.2 Malá a velká skupina

Již od narození patříme alespoň do jedné skupiny. Jsme zařazováni do skupin, které jsou součástí našeho života a často ho rozhodujícím způsobem ovlivňují (Výrost a Slaměník, 2008).

Skupina se skládá z určitého počtu lidí, kteří mají něco společného. Důležité je, zda jedinci vytváří funkčně i vnitřně propojený celek. Pro členy sociálních skupin je typický současný výskyt na jednom místě nebo shodná charakteristika (Výrost a Slaměník, 2008).

Definice pojmu „malá skupina“ existuje mnoho. Shaw (cit. dle Kožnara 1982, s. 11) určil šest základních typů definic na základě aspektů skupinových jevů, které jsou při vymezení malých skupin v popředí:

1. Sounáležitost členů skupiny
2. Motivace a potřeby
3. Cíle jedinců a skupin
4. Organizace skupin
5. Vzájemná závislost členů skupin

6. Interakce ve skupině

Dle Nakonečného (2009) je malá skupina tvořena osobami, které se znají, navzájem spolu komunikují a mají společný cíl. Malé skupiny umožňují člověku uspokojovat jeho sociální potřeby a začlenit se v pracovních skupinách, což je přirozenou životní situací. Díky skupině se jejím členům dostává určitých uspokojení, ale také mají možnost srovnat své postoje a jednání a utvářet představu o sociální realitě a jejich sociálních rolích.

Pro utváření a fungování malých skupin jsou velmi důležité skupinové normy. Ve formálních skupinách, kterými jsou například školní třídy, jsou normy a role určeny. V neformálních skupinách, které se vytvářejí na základě interakcí jejich členů, se normy určují v průběhu společných aktivit. Tyto normy nemají psané požadavky na chování a postoje členů skupiny (Nakonečný, 2009).

Dělení skupin na malé a velké je v první řadě dáno způsobem komunikace. Členové velkých skupin mají také společné normy, názory, zájmy nebo původ. Za velké společenské skupiny považujeme především národy, státy, etnické a rasové skupiny (Šimíčková – Čížková, 2004).

Terapeutická skupina může být ze tří nebo také ze třiceti členů. Malá terapeutická skupina je do deseti osob, střední od jedenácti do dvaceti osob a velká je od jedenadvaceti osob do třiceti. V praxi se často setkáváme se skupinami s osmi až dvanácti členy, což je hranice mezi malou a střední skupinou. V sociální psychologii se malé společenské skupiny označují počtem třiceti až čtyřiceti osob, které se vzájemně znají, mají společné cíle a vytvářejí společenské normy. V tomto případě je každá terapeutická skupina malou společenskou skupinou (Nakonečný, 2009).

Velká skupina umožňuje mnoho zpětných vazeb, členové mají možnost slyšet mnohem více názorů než v malé skupině na problematiku každého jedince ve skupině. Ve velké skupině je větší pravděpodobnost, že člověk najde osobu, která má stejný pohled na jeho problematiku, což mu může poskytnout více osob, které se do něj dokáží vcítit. Také se jedinci může dostat i více nesouhlasných, kritických postojů, které mohou být někdy přínosnější než ty pozitivní (Kratochvíl, 2005).

Nevýhodou velkých skupin je nedostatek času na každého člena skupiny. Dále se do nevýhod zařazuje nerovnoměrné rozdělení aktivity mezi členy. Někteří lidé ve skupině jsou hovornější, v komunikaci průbojnější, mluví častěji a ti, kteří jsou pasivnější, mají někdy problém prosadit se a sdělit to, co by chtěli. Terapeuti by si této nevýhody měli

být vědomi a měli by využít technik, které podpoří pasivní členy v aktivitě. Jednou z technik může být například organizace diskuse po kruhu (Kratochvíl, 2005, s. 210).

2 PSYCHOTERAPEUTICKÝ VÝCVIK V KOMUNITNĚ – SKUPINOVÉ PSYCHOTERAPII

Psychoterapeutický výcvik přispívá k rozvoji osobnosti, harmonizuje, a zvyšuje kapacitu člověka pro úspěšnou práci s lidmi. Díky výcviku si lidé osvojují nové, lepší postoje a formy chování, zlepšují se interpersonální schopnosti a dovednosti a také přispívá k růstu sebepoznání (Kožnar, 1982, s. 6).

2.1 Vymezení psychoterapie

Psychoterapie je dle Vymětala (1992, s. 9) zvláštní psychologická péče poskytovaná potřebným lidem. Je to samostatný obor s teoretickou i aplikační stránkou. V psychoterapii se psychoterapeut zajímá o duševní život člověka, jeho chování a projevy, které se s klientovým přáním a souhlasem snaží společně měnit pomocí vědomě užitých metod psychologické povahy (Vymětal, 1992).

Existuje velké množství definic psychoterapie. Kratochvíl (2006, s.12) řadí psychoterapii pod dva odlišné nadřazené pojmy, obor a činnost. Uvádí, že je to obor interdisciplinární, protože se týká oblastí psychologie, ale i medicíny. V současné době má několik uznávaných přístupů, kdy každý z nich se řídí svou ucelenou teorií osobnosti.

Kratochvíl také uvádí (2006, s. 13), že „*psychoterapie je léčebná činnost, léčebné působení, specializovaná metoda léčení nebo soubor léčebných metod, záměrné ovlivňování, proces sociální interakce.*“ Popisuje pět směrů, ve kterých lze najít specifický rozdíl, který odlišuje tuto činnost od činností jiných:

- a) Čím působí: psychologickými prostředky, ke kterým patří např. slova, rozhovor, neverbální chování, podněcování emocí atd.
- b) Na co působí: na nemoc poruchu nebo anomálii. Záměrně upravuje narušené činnosti organismu, které se mohou týkat psychických nebo somatických procesů.
- c) Čeho má dosáhnout: má odstranit, zmírnit potíže a pokud je to možné, tak odstranit i jejich příčiny.
- d) Co se při ní děje: dochází ke změnám v chování a prožívání pacienta. Snaha učít se chybějící sociální dovednosti a celkově zkoušení a nácvik nového chování.

- e) Kdo působí: psychoterapii provádí kvalifikovaná osoba s ukončeným lékařským nebo psychologickým vzděláním. Navíc je k odborné a systematické terapii nutné mít speciální výcvik.

Dále zmiňují definici psychoterapie od pana docenta Skály, který uvádí, že „*psychoterapie je přátelské utkání, při kterém má bodovat terapeut, ale vyhrát pacient.*“ (Vymětal, 1992, s. 12)

Ve všech druzích psychoterapií hraje roli vztah. Nástrojem terapeuta je léčba vztahem. Psychoterapeutický vztah tvoří chování a jednání terapeuta, kterými reaguje na pacientovy projevy. Terapeutovo chování může být:

- a) technické, neosobní či dominantní pro vytvoření většího odstupu mezi terapeutem a pacientem,

- b) na úrovni setkání několika jedinců v prostředí lidské blízkosti a vzájemnosti.

Nezbytnou charakteristikou psychoterapeutického vztahu je také principiální rovnost mezi účastníky terapie (Vymětal, 2004, s. 23).

Významná je také osobnost terapeuta, který by měl mít přiměřenou empatii, lidskou kongruenci, spíše pečující nastavení, vstřícnost až vřelost, autentičnost a nesoudící přijímání klienta. Mezi schopnosti terapeuta patří facilitace změny v životě klienta a jeho povzbuzení k přijetí a pozměnění svých dosavadních prožitků, myšlenek a chování i v době mezi sezeními. Dle psychoterapeutů různých zaměření je třeba přistupovat ke klientovi a jednat s ním jako s plnohodnotnou lidskou bytostí na rozdíl od dvacátého století, ve kterém bylo mnoho mocenských přístupů, chápajících klienta jako objekt, na který byly aplikovány techniky (Vybíral, Roubal, eds., 2010, s. 35-38). Vymětal (2004, s. 20) také uvádí, že: „*Psychoterapie je především léčbou (sekundární prevencí), ale i profylaxí (primární prevencí) a rehabilitací (terciární prevencí) poruch zdraví, která se uskutečňuje výhradně psychologickými prostředky, tedy prostředky komunikační a vztahové povahy.*“

Cílem profylaxe je zabránit vzniku a rozvoji nežádoucích psychických a somatických stavů, jejichž důsledkem jsou poruchy zdraví (Vymětal, 2004, s. 23).

Psychoterapií se zvyšuje kvalita pacientova života, snaží se zabránit jeho nežádoucím psychosomatickým stavům například pomocí relaxačních cvičení nebo biologické zpětné vazby, které působí proti chronickým bolestem, úzkostem či strachům (Vymětal, 2004).

Dle Watkinse (cit. dle Kožnara, 1982, s. 27) existují čtyři různá pojetí psychoterapie:

1. pojetí psychoterapie jako formy léčby problémů emocionální povahy
2. jako akcelerátor růstu lidské bytosti coby individuality
3. jako prostředek ke zdokonalování mezilidských vztahů
4. jako pomoci jedincům při adaptaci společnosti a kultuře

Psychoterapie má mnoho směrů, jejichž většina dle Kaliny (2013, s. 23) vychází z fenomenologického paradigmatu: to, co je pro člověka podstatné a co je pro něj také jedinou přímo zjevnou skutečností, je jeho osobní zkušenost o sobě, druhých a světě.

2.2 Historie komunitně skupinových výcviků u nás

Ke studiu psychoterapie jsou nutné nejen knihy a přednášky, ale také praktický výcvik formou zážitku na sobě, aby se terapeut vyznal ve svých vlastních postojích, motivacích a reakcích, aby byl schopen pracovat s tím, co si do něj pacient promítá, aby chápal to, co si sám promítá do pacienta (Kratochvíl, 2006, s. 288).

Od roku 1967 se u nás v rámci psychoterapeutické komise začaly organizovat výcvikové skupiny a výcvikové komunity. V tomto roce byl uskutečněn týdenní praktický zážitkový výcvik v dynamické skupinové terapii, ve kterém se využil systém lobečské komunity, započatý Knoblochem. Roku 1968 byla zahájena první zážitkově orientovaná výcviková komunita se třemi skupinami. Organizátory této komunity byl Doc. Jaroslav Skála CSc., PhDr. Eduard Urban CSc., MUDr. Jaromír Rubeš. Týdenní soustředění komunity probíhá jednou za rok. Během tohoto soustředění je denně i několik skupinových sezení, ve kterých účastníci mluví o svých výjimečných vztazích ze soukromého života, ale i o vztazích, které vznikají ve skupině. Mimo komunitní setkání se několikrát do roka scházejí samostatně i jednotlivé skupiny. V tomto případě je doba trvání výcviku pět let. Tento výcvikový systém nese název SUR podle svých zakladatelů (Kratochvíl, 2006).

Dle Plaňavy a Kožnara (cit. dle Kratochvíla, 2006, s. 289) vznikly i další výcvikové komunity a skupiny, které jsou mimo rámec systému SUR. Pro příklad „výcviková komunita pro pracovníky s obtížně vychovatelnou mládeží, skupina pro výcvik středně zdravotnických pracovníků a skupiny i komunity pro manželské poradce.

V dnešní době existují mimo komunitní výcviky také školení s mnoha speciálními zaměřeními. Tradiční je například týdenní praktický výcvik v technikách hypnózy (Kratochvíl, 2006).

2.3 Skupinová psychoterapie

Dle Kratochvíla (2006, s. 220) je skupinová psychoterapie postup, který využívá k léčebným účelům skupinovou dynamiku, to jsou vztahy a interakce mezi členy skupiny. Významnými směry pro skupinovou psychoterapii byly Morenův psychodramatický směr a Slavsonův analytický směr.

Jacob L. Moreno (1892–1974) vystudoval ve Vídni medicínu a psychiatrii. V roce 1922 otevřel divadlo, také ve Vídni, ve kterém hra spočívala v improvizaci a zapojeni byli i diváci. Nejdříve vnímá hry v divadle jako umělecké, později si všímá i možností terapeutických. V roce 1952 zakládá Morenův institut s terapeutickou metodou psychodramatu. Skupinová terapie je pro Morena překonáním psychoanalýzy. Chtěl poukázat na existenci tvořivosti, spontánnosti, náhody (Kratochvíl, 2006).

Samuel R. Slavson patřil mezi hlavní osobnosti analytické skupinové terapie v USA. Od roku 1934 začal pracovat s dětmi. Jejich problémy interpretoval pomocí psychoanalytických pojmů. V jeho skupinové terapii pro děti terapeut dětem nic nezakazuje ani neschvaluje a snaží se o to, aby děti pochopily, že jsou akceptovány za jakékoli jejich chování. Skupinová terapie má pro ně být prostředím lásky, díky kterému by se měly tvořit podmínky pro uspokojení a posílení ega (Kratochvíl, 2006). Slavsonova skupinová terapie je zaměřena na jednotlivce. Skupinovou dynamiku považuje za negativní a brání se vzniku norem, hodnot a cílů ve skupině (Kratochvíl, 2006, s. 226).

Skupinová psychoterapie pomáhá při osobním rozvoji nejen jedincům, kteří mají určité zdravotní a emocionální obtíže. Může napomáhat výzkumně i aplikačně např. psychoterapii, sociální psychologii a dalším společenským vědám, které se zajímají o skupinovou dynamiku (Kožnar, 1982).

Skupinová psychoterapie není jen léčba ve skupině, ale i léčba skupinou. Je to zároveň i psychoterapie pro jednotlivé členy skupiny. Člověk získává zkušenosti na základě skupinových procesů, vztahů, komunikace s členy skupiny. Velkou roli ve skupinách hraje také atmosféra, koheze, tenze a mnoho dalších faktorů, se kterými se členové skupinové psychoterapie setkávají. Psychoterapie může pomoci při odstraňování chorobných symptomů, ustálení psychického života, při osobnostním růstu, seberealizaci či sociálním učení (Kožnar, 1982; Rieger, 2007).

Skupinová psychoterapie má účinné faktory, které jsou léčebné, a díky nim můžeme dosáhnout změn, které jsou žádoucí. Deset těchto faktorů popsal na základě literatury i svých zkušeností Kratochvíl (2005, s. 158):

1. členství ve skupině
2. emoční podpora
3. pomáhání jiným
4. sebeexplorace a sebeprojevení
5. odreagování
6. zpětná vazba, konfrontace
7. náhled
8. korektivní emoční zkušenost
9. zkoušení a nácvik nového chování
10. získání nových informací a sociálních dovedností.

Další, kdo se zabýval terapeutickými faktory, byl Yalom (1999, s. 21), který určil soubor jedenácti účinných faktorů skupinové psychoterapie:

1. dodávání naděje
2. univerzalita
3. předání informací
4. altruismus
5. korektivní rekapitulace primární rodiny
6. rozvoj socializace (komunikace)
7. napodobující chování
8. interpersonální učení
9. skupinová soudržnost
10. katarze
11. existenciální faktory

Účinné faktory těchto dvou známých autorů se sice v názvech liší, ale mají mezi sebou určitou podobnost a souvislost. Tyto faktory nejsou neměnné. Velmi záleží na tom, jak

probíhá skupinová terapie a jak se jedinec ve skupině i v komunitě vyvíjí (Kalina, 2008).

2.3.1 Výcviková skupina

Dle Kratochvíla (2005) působí terapeuticky už jen to, že má člověk možnost být členem nějaké skupiny. Členů může být ve skupině tři až třicet. Při vytváření skupiny je důležité myslet na to, aby počet členů umožnil dostačující počet vzájemných interakcí. V případě tří až čtyř členů je interakcí málo, nad dvanáct počet interakcí velmi roste, tudíž by se všechny nemohly uskutečnit. S velkým počtem členů by každý nemusel získat svůj čas a pozornost, protože by si je mohl vzít člen, který je ve skupině aktivnější nebo agresivnější. Ve skupině by měl být takový počet lidí, který umožní každému členovi uplatnit se.

Skupinové sezení trvá obvykle 90 minut. V případě delšího trvání sezení se snižuje pozornost členů skupiny. Kdyby naopak skupina trvala kratší dobu, nemusel by být dostatečný prostor pro využití diskuse. Existují i sezení, které mohou k terapii využívat pohybové činnosti, psychodrama, výtvarné projektivní techniky apod. Ty mohou trvat až dvě hodiny, ale zpravidla se snaží dodržet již zmíněných 90 minut. Co se týče celkového trvání skupinové psychoterapie, velmi záleží, na co je zaměřená, jaké má pacienty a jak často se její účastníci schází (Kratochvíl, 2005).

Kratochvíl (2005, s. 15) popisuje několik cílů terapeutických skupin u odlišných druhů onemocnění. Prvním cílem je pochopit problematiku jedinců a pomoci jim k pochopení jejich problémů a ke změně nesprávných postojů. Dalším cílem je změnit nežádoucí vzorce chování tak, aby byly v souladu se společenskými normami. Terapeutická skupina má také za cíl poskytnout členům znalosti o pravidlech interpersonálních a skupinových procesů, aby bylo jejich jednání s lidmi harmoničtější a efektivnější. Následujícím cílem je podpořit zrání osobnosti, konkrétně rozvinout vlastní potenciál a dosáhnout optimální výkonnosti a pocitu štěstí. Posledním cílem je odstranit chorobné příznaky klienta vyřešením interpersonálních nebo intrapsychických konfliktů, kterými byly vyvolány nebo udržovány.

Je několik typů skupin, kterými jsou například genderové skupiny, ve kterých je snaha o lepší porozumění vlastní i druhé genderové identitě. V hodnotících skupinách se mluví o každém členovi a zpravidla je absolvuje celá komunita. Návčikové skupiny se zabývají osobnostním rozvojem a skupiny vzdělávací se zaměřují na výklad aspektů

určité psychické poruchy nebo teoretických či metodologických témat (Růžička, 2011, s. 54).

Každá skupina má své normy, podle kterých by se měli řídit všichni členové. V případě, že někdo normy nechce respektovat, stává se skupinovým deviantem. Takový člověk na sebe připoutává pozornost ostatních, kteří ho nutí ke konformitě a pokud se jim to nedaří, vyloučí ho a spojí se proti němu. Mezi terapeutické normy se řadí např. projevování emocí, svěřování se s problémy, přijímání a tolerování druhých, aktivita ve skupinové diskusi, poskytování zpětné vazby apod. (Kratochvíl, 2005, s. 16).

Ve skupinách jsou role, které jsou popisovány mnoha autory. Dle morenovské sociometrie jsou ve skupině dvě role vůdcovské a jedna role černé ovce. Člověk v roli vůdce by měl být inteligentní, schopný, racionální, pracovitý, spolehlivý, obětavý, aktivní. Lidé, kteří se volí na roli vůdce, jsou většinou společenšší, veselí, nekonfliktní a srdeční. Černou ovci je ten, který je pro ostatní nesympatický, odtažitý, nekomunikativní a lhostejný (Kratochvíl, 2005, s. 16).

Další, kdo popsal skupinové role byl R. Schindler (cit. dle Kratochvíla, 2005, s. 17). Pojmenoval je podle názvů písmen řecké abecedy, alfa jako vůdce, beta jako expert, gama jsou většinou pasivní a přizpůsobivý členové, omega jsou členové, kteří zaostávají za skupinou například kvůli své odlišnosti. Poslední rolí je protivník P, který symbolicky reprezentuje nepřátelskou skupinu. Další názvy rolí, se kterými se můžeme setkat, jsou monopolista, který se na sebe snaží upoutat pozornost, trpítel požaduje pomoc od ostatních, ale zároveň ji odmítá, kvaziterapeut, který poskytuje rady a jedná podle svých představ o ideálním chování terapeuta, moralista, který má pokaždé pravdu, miláček, který vzbuzuje něžné vztahy a ochránářské postoje nebo člen v roli obětního beránka, na kterém si ostatní členové vybíjejí potlačovanou agresi. V terapeutické skupině jde také o rozšiřování repertoáru rolí, což znamená, že se členové učí jinému chování, aby byli schopni přijmout i jiné role, než do kterých se dosud dostávali. Zda své nové chování v budoucnu použijí, je na jejich rozhodnutí. Svobodně rozhodovat se však mohou až tehdy, když své nové role umí ovládat (Kratochvíl, 2005, s. 17).

Každá skupina se vyvíjí a prochází určitými fázemi. Novotná (2010, s. 49) považuje rovnovážný stav neboli homeostázu za ideální stav pro činnost skupiny. Kolem homeostázy kolísá různě silné sociální napětí. Po první fázi vzniku skupiny, kdy

členové hledají smysl, jsou váhaví, dožadují se struktury činností, stanovení cíle a plánů, chtějí slyšet řešení svých problémů a potíží, nastává druhá fáze konfliktů a protestů. V druhém stadiu se bojuje o roli vůdce. Projevují se dominantnější jedinci, každý člen se snaží získat moc. Kratochvíl (2005, s. 28) popisuje třetí fázi jako vývoj koheze a kooperace. Ve skupině se snižuje napětí, hlavním tématem jsou členové skupiny, jejich pocity a názory. Poslední fází je cílevědomá činnost, kde skupina funguje sjednoceně. Lidé ve skupině se povzbuzují, ale i kritizují. Společně se zamýšlí nad tématy, podávají zpětné vazby. Skupina je soudržná, ale jedinci nepotlačují své negativní emoce, naopak jsou schopni vyjádřit svou nespokojenost.

Dalším autorem popisujícím etapy vývoje skupiny je Rieger (1999, s. 57–150), který k pojmenování sedmi stádií využil metafory „Lod' skupiny“. Členové jsou posádka, která se musí nalodit a dát se na cestu. Plavba začíná krizí na jednom břehu a měla by skončit katarzí na břehu druhém. Vývoj začíná u rozhodování, pokračuje orientací, sdružováním, podléháním, konfrontací, objevováním a končí uvolněním.

Skupina také plní různé úkoly, což může mít své výhody i nevýhody. Někdy se může stát, že je jednotlivce při práci rušen nebo ovlivňován přítomností ostatních, jindy se společnou prací může mnohé získat. Hewstone a Stroebe (2006, s. 495) se ve své knize zabývají třemi konkrétními kolektivními činnostmi při plnění úkolu. Jsou jimi: generování myšlenek, sběr informací a rozhodování, o kterém budu psát v dané kapitole.

Díky výcvikové skupině může člověk nabýt takových osobních zkušeností, kterých se mu jinde nedostane. Lidé poznávají, jak důležité je být skupinou přijímán. Učí se mluvit o svých myšlenkách a fantaziích, vnímat své silné i slabé stránky a nestydět se za ně. Zásluhou výcviku se učí věřit sám sobě a učí se mít sám sebe rád (Yalom, 1999). Výcvikové skupiny jsou dle Yaloma (1999, s. 618) nejčastěji složeny ze studentů a jsou to například T-skupiny, podpůrné skupiny, zážitkové výcvikové skupiny, skupiny zaměřené na proces apod. Jejich délka trvání může být okolo dvanácti sezení nebo může probíhat o víkendech. Yalom (1999) však preferuje skupinu zaměřenou na proces, která probíhá po celý rok.

Skupiny, jejichž členové byli lékaři, kteří studovali psychologii a psychiatrii, hodnotili skupinu jako nejlepší zkušenost z celé výuky. Zda si studenti odnesou ze skupinového výcviku pozitivní či negativní dojmy záleží samozřejmě na tom, zdali je skupina vedena správně a odpovědně (Yalom, 1999, s. 619).

2.3.2 Sociální vliv ve skupinách

Skupina může ovlivnit jedince v jeho názorech, rozhodnutích, v myšlení. Lidé jsou schopni podřídít se většině a přistoupit na něco, s čím úplně nesouhlasí. Velký vliv na lidi mohou mít autority, kvůli kterým dokáže člověk ublížit nevinnému člověku (Hewstone, Stroebe, 2006).

De Montmollin (cit. dle Hewstone a Stroebe, 2006, s. 454) píše, že sociální vliv znamená změnu v úsudcích, názorech a postojích jedince v důsledku setkání s úsudky, názory a postoji dalších osob.

2.3.2.1 Konformita, vliv většiny

Konformita nebo také vliv většiny je tlak vyvíjený na jedince. Již ve třicátých letech zkoumal konformismus M. Sherif (cit. dle Hewstone a Stroebe, 2006, s. 455; Šimíčková – Čížková, 2004), který zkoumaným osobám promítal v zatemněné místnosti nehybné světlo. V tomto výzkumu působí autokinetický efekt, díky kterému se zdá, že se světlo hýbe. Probandi dostali za úkol odhadnout, jak moc se světlo pohybuje, aniž by o autokinetickém efektu věděli. Polovina účastníků plnila zpočátku úkol samostatně. Po třech dnech plnili úkol ve dvou nebo tříčlenné skupině. U druhé poloviny účastníků výzkumu byl postup obrácený. Díky tomuto výzkumu bylo zjištěno, že si lidé vytváří své individuální hodnotící stupnice, ale jakmile mají přístup k odlišným názorům ostatních, stávají se jejich hodnotící stupnice souběžnými. Souběžnost byla větší v případě účastníků, kteří poprvé odhadovali rozsah pohybu světla ve dvou nebo tříčlenné skupině.

Podřizování se v názorech většině, když si nejsou lidé ve svém úsudku úplně jistí, je vcelku normálním a adaptivním chováním.

Krech, Crutchfield a Ballachey (cit. dle Šimíčkové – Čížkové, 2004, s. 133) charakterizují konformitu šesti body:

1. Členové skupiny často podléhají tlaku i v případě, že názor skupiny je nesprávný.
2. Lidé mohou podlehnout tlaku, který pro ně má osobní význam.
3. Více jedinec podléhá skupinovému tlaku u složitějších problémů než u jednoduchých.

4. Konformismus projevuje značné rozdíly mezi lidmi. Jsou jedinci téměř absolutně konformní a jedinci téměř absolutně nekonformní.
5. Stejně tak jsou rozdíly v průběhu času. Většina jedinců tlaku skupiny podléhá okamžitě, jiní jsou naopak stále více nekonformní.
6. Někteří jedinci se mimo skupinu vrací ke svým názorům, někteří zůstávají konformními i mimo skupinu.

U konformity záleží na mnoha faktorech. Záleží, zda je jedinec v přátelské nebo nepřátelské atmosféře. Když je mezi nepřáteli, podléhá tlaku jednodušeji. Také hraje velkou roli celkový kontext situace, je důležité, jak problém souvisí s cíli jedince či skupiny. Neméně důležitá je v tomto ohledu pro člověka také atraktivnost skupiny (Šimíčková – Čížková, 2004).

Důvody, proč jsou lidé konformní, jsou podle Hewstona a Stroebeho (2006) dva. Lidem jde často o to, aby měli pravdu a aby udělali na druhé dobrý dojem.

Nekonformní jedinci jsou tolerováni různě. Záleží, jakou mají ve skupině pozici, roli a jaký má jejich nekonformnost význam pro činnost skupiny. Nekonformní jedinec je více odmítán ve skupině, která je jednotná.

Jsou dva vlivy, které mohou na jedince ve skupině působit. Člověk dochází ke konformitě buď na základě informačního vlivu, což znamená, že věří více názorům členů skupiny než svým nebo touží po tom, aby byl oblíbený, a v takovém případě působí vliv normativní (Hewston a Stroebe, 2006).

Dle Deutsche a Gerarda (cit. dle Hewstone a Stroebe, 2006, s. 460) jsou informační a normativní vliv hlavní obecné mechanismy, kterými je člen ve skupině ovlivňován. Samozřejmě ani jeden z těchto vlivů nepůsobí pokaždé stejně. Záleží na situaci, na člověku... Pokud bude člověk ovlivněn spíše normativním vlivem, změní své vnější chování, ale v sobě si uchová své původní přesvědčení. V případě, že zapůsobí informativní vliv, změní i své vnitřní mínění. V důsledku toho rozlišujeme mezi vyhověním jinak také vnější konformitou a konverzí neboli vnitřní konformitou.

O konformitě ve své knize píše také Výrost a Slaměník (2008, s. 339), podle kterých je konformita změna chování nebo názoru, která vzniká jako výsledek skutečného nebo domnělého tlaku jiného jedince, skupiny nebo společnosti. S konformitou se můžeme často setkat i v našem běžném životě, když se ocitneme v pro nás nejisté situaci. Například se může stát, že nevíme některé historické, zeměpisné či jiné údaje,

v tomto případě si tyto informace můžeme, obzvlášť v dnešní době, velmi rychle vyhledat. Jindy se ale může stát, že si nejsme jisti, jak se máme chovat v určité společnosti, ve které se ocitneme, nevíme, jak se máme obléknout, jaký máme mít názor na politickou situaci apod. V této chvíli nám může pomoci chování druhých lidí, se kterými jsme konformní, protože jsou vodítkem pro naše chování. Z nejistoty a nedostatku informací se chováme jako ostatní s tím, že jsme přesvědčeni, že ví, jaké mají zvolit jednání či způsob chování.

Zda je člověk konformní záleží také na tom, kolik proti sobě má lidí. Dle Asche (cit. dle Výrosty a Slaměníka, 2008, s. 344) podléhá člověk častěji už v případě, když má proti sobě dvě osoby. Konformita se výrazně zvyšuje při nátlaku tří až pěti lidí, ovšem při ještě větším počtu lidí už žádné podstatné vlivy na podléhání většině zaznamenány nejsou.

Důležitým činitelem, který ovlivňuje konformitu, je skupinová koheze neboli soudržnost. Čím je soudržnost skupiny vyšší, tím větší má na její členy vliv. Člověk, který je ve vysoce kohezní skupině snadněji podlehně názorům a chování skupiny, protože ji respektuje nebo může mít naopak strach, aby nebyl skupinou odmítnut (Výrost a Slaměník, 2008).

2.3.2.2 Rozhodování ve skupinách

Hartl a Hartlová (2015, s. 514) uvádí, že rozhodování je vědomá volba z možností. Je to kognitivní proces, který obecně za složitější situace nabízí několik alternativ a vyžaduje vzít v úvahu více faktorů. Slouží výběru cílů a prostředků k jejich dosažení. Dále je ovlivněno rozhodující se osobou, jejími emocemi, předsudky, neznalostí či minulou zkušeností apod. Také může být ovlivněno situací, např. tlakem instituce, předpisy atd. Rozhodování je možné dělit na živelné, konvenční, stereotypní, rutinní, plánovité a další. Když ve skupině nastane diskuse na nějaké téma, většinou není rozhodnutí o výsledku kompromisem, který by byl průměrem jednotlivých názorů členů skupiny, ale bude to obvykle shoda na extrémnějším názoru, než zmíněný průměr (Hewstone a Stroebe, 2006). S rozhodováním ve skupině mají souvislost rozhodovací procesy, u kterých záleží na způsobu vedení a komunikaci a na účasti členů skupiny. Rozhodnutí může zasahovat jak do celé skupiny, tak do soukromého života jednotlivců. Můžeme se setkat s afektogenními či impulzivními rozhodnutími, které jsou považovány za nebezpečné, protože neberou ohledy na možné důsledky.

Další riziko nesou rozhodnutí, na základě, kterých se určuje odpovědnost. Riziko se snižuje v případě vysoce kohezivní skupiny, z důvodu nesoucí odpovědnosti všech členů ve skupině. V procesu rozhodování je velmi důležité, aby byl dostatečně jasný, aby měli všichni možnost účastnit se diskuse a vyjádřit své názory. Nemělo by se zapomínat na možné alternativy, které by se měly brát v úvahu. V rozhodování je i po společné diskusi ve skupině možné, že závěrečné rozhodnutí učiní autorita (Sader, cit. dle Nakonečného, 2009, s. 423).

Dle Koukolíka (2016, s. 7, 21) je rozhodování evoluční dědictví. Rozhodujeme se během celého života, ať už v každodenních situacích nebo v těch, které mohou být nad naše síly.

Rozhodování se v životě nevyhneme. Rozhodujeme se nad běžnými věcmi, ale také nad nelehkými, na které je třeba použít složité a strategické rozhodnutí sociální, ekonomické, morální, právní, politické, filosofické, religiózní či spirituální.

Z nesprávného rozhodnutí může vzniknout mnoho problémů jak pro jedince, tak pro skupinu. Špatně se rozhodneme například v případě, kdy nemáme dostatek informací o věci, nad kterou se rozhodujeme nebo nemáme dostatek znalostí, inteligence. Důsledkem poškozeného rozhodování může být i porucha osobnosti nebo různá neuropsychiatrická onemocnění (Koukolík, 2016, s. 21).

U uváženého rozhodnutí se předpokládá, že je člověk schopen vyhodnotit možné výsledky, které jeho rozhodnutí „přinese“. J. Bentham aj. S. Mill prováděli výzkum, který byl zaměřený na veličiny ovlivňující rozhodnutí, zároveň s tím sledovali, nejčastěji funkční magnetickou rezonancí, činnost mozku. Proměnné veličiny, které mají vliv na rozhodnutí, jsou pocit hodnoty, míra nejistoty a sociální interakce (Koukolík, 2016, s. 22).

Pocit hodnoty je tvořen centrálním systémem odměny. Hlavní nervový přenašeč je zde dopamin, jehož uvolňování a zpracovávání doprovází pocit slasti. V nejistotě figurují dva pojmy, kterými jsou riziko a dvojznačnost. Riziko se může stát součástí rozhodování, pokud nejistota odpovídá určitým známým pravděpodobnostem. V experimentech si účastníci musí zvolit mezi rozhodnutími, které mají rozdílné důsledky v míře pravděpodobnosti odměny. Druhým důležitým termínem je dvojznačnost, což je rozhodování, u kterého jsou pravděpodobnosti neznámé. Pro příklad jsou dvě nádoby, v každé nádobě je sto barevných míčků. V levé nádobě je 50 míčků červených a 50 míčků modrých. Vpravo počet míčků neznáme. Když předem

řekneme, jaký vytáhneme míček, a povede se nám to, získáme peníze. Většina lidí si vybere levou nádobu. Díky experimentu, který využil magnetické resonance, se zjistilo, že riziko a dvojznačnost zpracovává jiná síť. Mnoho lidí dvojznačnost nemá rádo. Dvojznačnost zpracovává očnicová kůra spodní plochy čelních laloků, pokud je jeden z uzlů sítě poškozený, lidem nechutí ke dvojznačnosti klesá (Koukolík, 2016, s. 25-26).

Nejistotu je možné také vyvolat v případě, že prodlužujeme dobu, po které přijde odměna. Lidé si na základě toho vybírají raději menší odměnu, kterou dostanou ihned nebo v krátké době než větší odměnu, na kterou musí čekat. Typické je to především u dětí (Koukolík, 2016).

Třetí proměnnou veličinou, která ovlivňuje rozhodování, jsou sociální interakce. V běžném životě se nerozhodujeme pouze za předpokladu, jak velkou odměnu dostaneme a jaká rizika a nejistoty jsou společné s jejím ziskem. V rozhodování pro nás hrají roli informace o druhých lidech, zejména to, jak vypadají. Pro lidi je v sociální interakci velmi důležité sledovat tvář druhého člověka, protože jak uvádí ve své knize Koukolík (2016, s. 27), přitažlivé tváře probouzejí činnost některých částí systému odměny.

Každý člověk je individuální, a proto se také odlišuje v tom, jak zvládá nejistotu, jak moc velkou nechutí má vůči ztrátě nebo nerovnosti, v trpělivosti, kterou potřebuje k tomu, aby snesl odložení odměny (Koukolík, 2016, s. 27).

Rozhodujeme se, protože chceme, někdy i proto, že nechceme, ale musíme. Někdy si naše rozhodnutí nemusíme uvědomit, a to například z důvodu, že za nás rozhodl někdo jiný a rozhodnutí jsme přijali, aniž bychom si toho všimli (Koukolík, 2016, s. 7).

2.3.2.3 Skupinová dynamika

Dle Kratochvíla (2005, s. 15) je skupinová dynamika souhrn skupinového dění a skupinových interakcí. Je tvořena interpersonálními vztahy a interakcemi osobností členů skupiny zároveň s existencí a činností skupiny a silami z vnějšího prostředí.

Kratochvíl (2005, s. 15) uvádí, že do skupinové dynamiky patří cíle a normy skupiny, koheze a tenze, vůdcovství, projekce minulých zkušeností a vztahů do aktuálních interakcí, vytváření podskupin, vztahy jedinců a skupiny a také vývoj skupiny v čase.

Do skupinové dynamiky patří vše, co se ve skupině děje. Jedinci se setkávají s názory a postoji všech členů skupiny a na základě toho mění názory a postoje své (Hewstone a Stroebe, 2006).

Jedinec a skupina se vzájemně ovlivňují v několika oblastech: konformita, změna názoru vlivem většiny, inovace, změna názoru vlivem menšiny, skupinová polarizace, změna názoru po skupinové diskusi. Ve skupinové polarizaci hrozí riziko skupinového myšlení, ve kterém jde jednotlivcům o shodu v názorech s celou skupinou, což může vést k podpoření nesprávných někdy i nebezpečných rozhodnutí. Poslední oblastí je poslušnost, splnění úkolů zadaných autoritou (Hewstone a Stroebe, 2006).

3 Psychoterapeutický výcvik na PVŠPS

Na Pražské vysoké škole psychosociálních studií (PVŠPS) studenti získávají nejen teoretické znalosti, ale vzdělávají se i díky předmětu seberozvoje a sebepoznání v rámci psychoterapeutického výcviku, který probíhá již na bakalářském studiu (PVŠPS, 2017).

O Pražské psychoterapeutické fakultě se mluvilo již v roce 1991, kdy byla pronesena první oficiální řeč k jejímu založení. Řádnou vysokou školou se stala až v roce 1999, kdy její založení umožnil vysokoškolský zákon. V dnešní době má tato škola akreditaci k výuce tří oborů, zdravotně sociální péči, sociální práci a psychologii (PVŠPS, 2017).

Na Pražské vysoké škole psychosociálních studií je možné absolvovat *daseinsanalytický*, *psychodynamický* nebo *na osobu orientovaný* psychoterapeutický výcvik (PVŠPS, 2017).

Zakladatelé *daseinsanalýzy* vycházeli z Heideggerovské filosofie, která se zabývá lidským bytím a lidstvím obecně. Tento výcvik se zaměřuje na rozvíjení možnosti každého účastníka být takovým, jaký je a neztratit druhé, být autenticky s druhými a zároveň neztratit sám sebe. Základem *daseinsanalytického výcviku* je nechat všechno být tak, jak to je, nic neměnit, nepřibírat ani neubírat. Základem je smysl, porozumění a výklad toho, co nás potkává během našeho života. Rozhovory a události ve skupině probíhají přirozeným způsobem a ponechávají se jejich původní a jedinečné významy. Přesto, že vedení rozhovorů ve skupině není nijak direktivní, dotýkají se všech témat lidského života, a to včetně svobody a odpovědnosti každého člověka (PVŠPS, 2017). *Daseinsanalýza* využívá fenomenologicky hermeneutického přístupu, který se zaměřuje na jedinečnost každého člověka. Před psychoterapeutickými technikami má v tomto výcviku přednost přirozenost vztahů a dialogu ve skupině. Díky snaze vyhnout se všemu mechanickému a manipulativnímu, mají účastníci možnost být tvořiví a otevření vůči všem životním příběhům účastníků ve skupině, což je velmi dobrou osobní zkušeností pro budoucí psychoterapeuty, kteří se budou dříve nebo později setkávat s životními příběhy svých klientů (PVŠPS, 2017).

Psychodynamický výcvik se zaměřuje na dynamiku komunity a skupinových dějů jak přítomných, tak i těch, které souvisejí s dětstvím, dospíváním či významnými životními událostmi (PVŠPS, 2017). Účastníci tohoto výcviku hledají a snaží se vyznat v příčinách svých problémů, které v sobě mohou mít zakořeněné již od dětství.

Psychodynamická terapie pracuje s nevědomím, obrannými mechanismy, přenosy a protipřenosy, což jsou jevy, které jsou spojovány především s psychoanalýzou. K pochopení různých životních situací jedinců se využívá rozborů snů, fantazií a minulých či současných konfliktů a vztahů (Vybíral a Roubal, 2010).

Třetím psychoterapeutickým výcvikem, který je možný absolvovat na Pražské vysoké škole psychosociálních studií je *na osobu orientovaný výcvik* nebo také *rogersovská psychoterapie*, jejímž zakladatelem byl americký psycholog a psychoterapeut, jeden z nejvýznamnějších představitelů humanistické psychologie Carle Rogers. Dle Vymětala (1992, s. 33) má každý člověk tendenci se po celý svůj život osobnostně rozvíjet. K osobnostnímu růstu by měli pomoci terapeuti, kteří mají být vůči klientům plně empatictí, akceptující a autentictí. Ve *výcviku orientovaném na osobu* by účastníci měli být postupně schopni co nejupřímněji a podrobně mluvit o svém prožívání a myšlenkách, které jim momentálně „běží hlavou“. Členové výcviku by měli být otevřeni sami sobě a měli by hledat souvislosti a vyrovnávat se s postoji a zkušenostmi mezi sebou samým a vlastním životem (Vymětal, 1992).

Účastníci si mohou díky výcviku zvyšovat důvěru v jedinečnost sebe samých i v jedinečnost ostatních. Mohou rozvíjet své vztahy na základě spolupráce s dalšími účastníky a terapeuty ve skupině (PVŠPS, 2017).

Psychoterapeutické výcviky se skládají ze čtyř částí: ze sebezkušenostní části, teorie, praxe a supervize. K získání úplného psychoterapeutického vzdělání je nutné úspěšně absolvovat všechny čtyři části. K možnosti vykonávat psychoterapii je ještě kromě absolvování výše zmíněných částí nezbytné získat magisterské vzdělání v některé pomáhající profesi jako je například psychologie, sociální práce, medicína apod. (PVŠPS, 2017).

3.1 Podmínky k přijetí

Podmínky přijetí do každého z výše uvedených výcviků jsou stejné. K nástupu do výcviku je požadován minimální věk 23 let. Dále je vyžadováno alespoň středoškolské vzdělání zakončené maturitou. Uchazeč nesmí mít zdravotní potíže a osobnostní rysy, kvůli kterým by nemohl absolvovat podmínky psychoterapeutického vzdělávání. Dalším důležitým bodem je úspěšně projít výběrovým pohovorem, vedeným dvěma výcvikovými terapeuty, kteří uchazečům pokládají několik otázek týkajících se životopisu. Na základě životopisu se zaměřují na osobnostní předpoklady a motivaci

pro práci psychoterapeuta a na to, jak by byli uchazeči schopní využít získané dovednosti a vědomosti v praxi (PVŠPS, 2017).

3.2 Psychoterapeutická komunita

Pojem komunita se užívá pro různé typy lidského společenství. Základní podmínkou pro vznik a rozvoj komunity je společný prostor, dohoda na určitých pravidlech, která jsou svobodně dodržována. Vrcholem je dosažení vzájemnosti a společenství duchovního, duševního i hmotného majetku. Výcvikovou komunitu můžeme považovat za přechodný stupeň mezi realitou a psychoterapií, mezi skutečností a přáním, kde je nutné dojít k cíli vlastním úsilím, zvolit správnou cestu k úspěšnému dosažení cíle nebo se něčeho vzdát apod. (Růžička, 2011).

Komunita poskytuje mnoho reálných zážitků a problémů, které souvisí se skupinovým životem, který je do určité míry zmenšeným modelem skutečného života. V komunitě je vhodné dodržovat obvyklé společenské normy chování, jako například slušnost a vzájemný respekt. Z porušování společenských norem může vyplynout téma pro skupinovou práci. Několik skupin, které tvoří komunitu, dávají možnost konfrontace mezi pocitem někam patřit, zároveň se setkávat se skupinou, která má jinou historii, atmosféru a jiné hodnoty (Růžička, 2011).

Ve výcvikových komunitách by se měla pěstovat a podporovat odolnost vůči „syndromu sektářství“, které zpravidla ohrožuje každé společenství (Růžička, 2011, s. 89).

V komunitě nerozhodují prvky rodinných vztahových forem. Komunita je sestavena ze stejně postavených členů komunity, z vedoucích skupin a z vedoucího komunity stojícím v čele. V komunitě je nejvíce hodnocena efektivnost a výkonnost členů komunity a jejich společenská úspěšnost (Růžička, 2011, s. 95).

Ke komunitnímu setkávání patří ranní komunitní sezení a večerní kluby, na kterých se členové komunity sbližují například díky společenským hrám. K podstatným hodnotám komunity patří otevřenost, přijetí sebe i druhých, čest a tolerance, péče o důstojnost. Cílem komunity je získat a osvojit si vědomí i praxi lidské vzájemnosti (PVŠPS, 2017).

3.3 Psychoterapeutická skupina

Skupiny tvoří malý počet členů. Probírají se na ní velmi intimní, osobní věci a pro ostatní členy, kteří tvoří celou komunitu, jsou uzavřené. Skupiny se řídí postupy na základě směru, ve kterém psychoterapeutický výcvik probíhá, ale je možné využít i jiných směrů, kterými jsou například rodinná terapie, arteterapie nebo gestaltterapie (PVŠPS, 2017).

Cílem sebezkušenostních skupin je sebezpoznání, náhled a vhled do struktury osobního i rodinného vývoje včetně jeho potenci i patologie, měla by podpořit zrání a osobní růst, posílit vlastní „já“. Díky sebezkušenosti by si lidé ve výcviku měli zlepšit komunikační dovednosti, naučit se lépe zvládat sociální zátěže, konfrontovat se s vlastními symptomy a poruchami či pochopit případné psychosomatické souvislosti. Skupina by měla pomoci či umožnit člověku otevřít se jeho možnostem smysluplného života, jít vstříc novým vztahům v komunitních i skupinových setkáváních (PVŠPS, 2017).

Mezi cíle psychoterapeutické skupiny patří samozřejmě živá účast a porozumění lidským společenstvím, které tvoří různé horizonty vztahů a vazeb. Poznáváním a prohlubováním vztahů ve skupině, ale i v komunitě, se mohou vyskytnout mezi členy rozdílné názory či chování. Na základě toho mohou vzniknout konflikty a různé interakce mezi členy, které přinášejí nepříjemnosti, ale zároveň člověka rozvíjí jak v jeho možnostech, tak ve schopnostech prosadit si vlastní názor, přistoupit k různým změnám a zakládat předpoklady k pravdivému vedení vnitřního života i soužití s druhými lidmi (PVŠPS, 2017).

4 Partnerské vztahy

Pro budování partnerských vztahů ať heterosexuálních či homosexuálních je typický stav zamilovanosti nebo také vášnivá láska. Jedinec ve stavu zamilovanosti myslí velmi intenzivně na druhého, touží ho co nejvíce poznat a zároveň si přeje, být poznán jím. Člověka, do kterého jsme zamilováni si často idealizujeme (Hatfield, cit. dle Hewstone a Stroebe, 2006, s. 437).

V rozvoji mileneckého vztahu jsou důležité stejné faktory jako při rozvoji přátelství. Mezi tyto faktory patří například blízkost jedinců, podobnost jejich postojů či tělesná přitažlivost (Hewston a Stroebe, 2006, s. 438).

Za velmi důležitou je považována v partnerských vztazích tělesná přitažlivost. Dle Feingolda (1992) působí na základě vlivu pozitivního stereotypu, což znamená, že pokud se nám zdá někdo krásný, vidíme na něm automaticky i další pozitivní vlastnosti.

Partnerský vztah může být spokojený a stabilní, ale také konfliktní a problémový. Pro šťastný pár je velmi důležitý vysoký stupeň intimity. Intimita je stav ve vztahu mezi lidmi, který se vyznačuje sdílením pocitů, pečováním, porozuměním a vzájemnou úctou (Hewstone a Stroebe, 2006, s. 442). Dle Reise a Patricka existují tři podmínky, které se musí naplnit, aby ve vztahu vznikla intimita. První podmínkou je pečování, což je pocit, že o nás jeví někdo zájem a má nás rád. Tato složka patří mezi nejdůležitější i přes to, že mnoho lidí má problém „otevřít se člověku“, od kterého necítí zájem o pečování. Druhou podmínkou je porozumění, které Reis a Patrick vysvětlují tak, že „*chceme vědět, že nás druhý zná, že ví, co si přejeme, co prožíváme a po čem toužíme*“ (Reis a Patrick, cit. dle Hewstone a Stroebe, 2006, s. 442). Třetí podmínkou je vzájemná úcta, která se vyznačuje podporou názorů druhého, jeho přijetím a uznáním. V rozdílech mezi spokojenými a nespokojenými páry hraje velkou roli míra projevení úcty při vzájemné komunikaci. Ve spokojenějším vztahu si partneři dávají najevo, že vnímají a rozumí pocitům druhého, projevují druhému citovou náklonnost a porozumění. Nespokojenost ve vztahu může vzniknout například na základě vyhýbání se řešení konfliktních situací, ignorování konfliktních témat, předstírání, že ve vztahu žádné problémy nejsou apod. (Noller a Fitzpatrick, 1990; Schaap, Buunk a Kerkstra, cit. dle Hewstone a Stroebe, 2006, s. 442). Jedinci ve spokojeném partnerství vnímají svůj vztah a partnera ve srovnání s ostatními partnerskými vztahy v mnohem pozitivnějším světle (Hewstone a Stroebe, 2006).

Ke spokojenosti v partnerském vztahu je také velmi důležitá rovnováha toho, co partneři do vztahu vnesou a co z něj získají. Nejspokojenější jedinci jsou ti, kteří jsou ve vztahu, kde vládne spravedlnost (Sprecher a Schwartz, cit. dle Hewstone a Stroebe, 2006, s. 444).

4.1 Vztah a jeho fáze

Matějková (2007) uvádí tři fáze vztahu. První fází je zamilovanost, která trvá nejvíce tři roky. Může mít ale i kratší trvání v podobě dvou či šesti měsíců. V období zamilovanosti převládá dobrá nálada, bezstarostnost, věci, které by se nám jindy zdály složité, řešíme s lehkostí a nadhledem. Jsme komunikativnější, plní pozitivního přístupu. Za tyto pozitivní aspekty zodpovídá hormon fenylethylamin (PEA), který v této fázi vylučuje mozek. U zamilovaných lidí se také objevuje zvýšená hladina serotoninu, který je hormonem štěstí.

V prvních třech měsících procházíme obdobím zjišťování. Navzájem se poznáváme, hodně o sobě vyprávíme, jsme okouzleni z nového přátelství a z blízkosti toho druhého. V tomto období panuje velmi silná sexuální přitažlivost. Často se od partnera dozvíme velmi intimní informace. Jsou lidé, kteří jsou v tomto období více otevření než v dalších obdobích. Svého partnera vnímáme pozitivně. Všechna jeho sdělení si upravujeme tak, abychom je byli schopni přijímat a chápat. Prohlubujeme tak pocit sblížení (Matějková, 2007).

Vztah se podle Matějkové (2007) stává vážným po třech a více měsících. V této fázi poznáváme partnerovo prostředí, rodinu, přátele, seznamujeme se s jeho zvyky, hodnotíme, zda si rozumíme v životních návycích, protože to je důležité pro budoucnost partnerského soužití.

Po šesti měsících se vztah označuje jako dlouhodobý. Uvědomujeme si odlišnosti partnera, ale stále je vnímáme pozitivně. Více přemýšlíme nad tím, zda jsme schopní se s partnerem doplňovat. Začínáme se oproti němu vyhraňovat, dokonce mohou vznikat i první konflikty (Matějková, 2007).

Když odezní fáze zamilovanosti, přichází láska, která je trvalým citem, díky kterému pocítujeme a zároveň i poskytujeme přijetí a bezpečí (Matějková, 2007).

Erich Fromm říká: „že láska je postoj orientace charakteru, určující spřízněnost se světem jako celkem, a nikoli s jedním „objektem“ lásky“ (Fromm, 2008, s. 48).

Po odeznění zamilovanosti si můžeme všimnout úbytku vášně a maximálního okouzlení partnerem. Partneri se těší ze své blízkosti, ale už si nepotřebují tak povídat a navzájem se „za každou cenu“ ohromit. Tato fáze je klidnější a tišší, proto mohou někteří lidé ve vztahu pociťovat určitý stereotyp. Klidnějším se stává i sexuální život, který je naplňován více přes pocity blízkosti a souznění (Matějková, 2007).

Poslední fází je dle Matějkové (2007) přátelství neboli přátelská láska. Nastává asi po osmnácti až dvaceti letech. Partneri si důvěřují, ví o svých odlišnostech, respektují se, nepotřebují se ubezpečovat o vzájemném citu.

Zamilování a lásku lidé chápou a vysvětlují si různě. Například psychoanalytici nepotřebují jasnou definici těchto slov, sledují, v jakém smyslu tato slova lidé používají a co jimi doopravdy myslí. Dále uvažují analytici o tom, co mohlo člověka vést k jeho specifickému pojetí lásky a zamilování. V pojetí lásky a zamilování hraje velkou roli vývoj člověka. Lidé, kteří kolem sebe měli v dětství mnoho pečujících osob, neměli možnost se k nějakému člověku bezpečně připoutat. To může vést k tomu, že se člověk svého vztahu usilovně drží, což by mohlo být pro jeho partnera nepříjemné. Tito lidé mohou být stále připraveni na to, že je někdo opustí a rozchod mohou zvládat bez velkých problémů. Takoví jedinci jsou již od malička zvyklí, že je blízké osoby často opouštějí a mění se, proto jsou schopni najít si rychle někoho, kdo jim ztracenou osobu nahradí. Mohou své partnery snadněji nahradit, avšak ve vztahu mají problém najít pocit bezpečí a důvěry (Titl, 2014).

4.2 Výběr partnera

Dle Šmolky (2005) si vybíráme partnera na základě principů. Jako první uvádí výběr na principu podobnosti neboli homogamie. Někteří lidé si hledají partnera podle toho, jak se jim podobá v jejich zájmech, aktivitách, základních hodnotách, životních cílech či životním stylu. Při výběru partnera se zaměřujeme na věkovou, vzdělanostní a možná i sociální homogamii. Většinou se sbližujeme a bereme si své vrstevníky, ale samozřejmě existují i vztahy s velkým věkovým rozdílem.

Volbou partnera se například zabýval i B. I. Murstein (cit. dle Kratochvíla, 2009, s. 102), který říká, že při volbě partnera procházíme třemi fázemi se třemi přitažlivými silami, kterými jsou podnět, hodnoty a role. O podobnost jde ve druhé fázi. V případě, že partneri zjistí, že se k sobě nehodí, rozejdou se, pokud nejsou jejich nedostatky v podobnosti vykompenzovány.

Druhým principem, o kterém Šmolka (2005) píše, je princip odlišnosti neboli heterogamie. Tento princip je založen na vzájemném doplňování, kdy se partneři doplňují na základě podobných rysů a potřeb nebo v opačném případě na komplementární protikladnosti (Murstein, cit. dle Kratochvíla, 2009, s. 102).

Matějková (2007, s. 31) ve své knize uvádí šest teorií volby partnera. První je duplikační teorie rodičovského principu (Budy) jejíž základ je v psychoanalýze. Když si vybíráme partnera, je třeba se vzdát rodiče opačného pohlaví jako sexuálního partnera, což se, bohužel, nepovede pokaždé. V tom případě si k sobě hledáme partnera jako je náš rodič. Například když bude mít muž, který žije s přísnou, o všem rozhodující matkou, bude nešťastný se ženou, která je submisivní a bude se svému muži přizpůsobovat. Druhou teorií je duplikační sourozenecký princip Tomana, který se řídí podle pořadí narození sourozenců. Při výběru partnera máme sklon k opakování vztahů z dětství. Žena, která je nejstarší ze svých sourozenců, bude šťastnější s mužem, který je druhorozený a má starší sestru než s mužem, který je také prvorozený. Takový muž je také zvyklý nést zodpovědnost a o všem rozhodovat, což by mohlo vést mezi partnery k více konfliktním situacím. Dále Matějková (2007) uvádí Teorii komplementarity potřeb (Winch), podle které si k sobě člověk hledá protiklad. Dominantní jedinec si bude hledat partnera, který je naopak submisivní. Čtvrtou teorií je teorie výměny, ve které se volba partnera odvíjí od osobních plusů a minusů. Partneři si k sobě hledají člověka, u kterého obdivují jeho vlastnosti, díky kterým přispívá do jejich vztahu.

Posledními dvěma teoriemi jsou teorie návratu domů (De Angelis) a teorie dokončování neuzavřených emocionálních situací z dětství (De Angelis). V teorii návratu domů se vracíme do dětství k zážitkům, které pro nás byly emocionálně silné, ať ve smyslu pozitivním či negativním. Například pokud jsme žili s rodičem, který byl alkoholik, nejspíš to pro nás nebylo příjemné prostředí, přesto máme při výběru partnera tendenci hledat člověka, se kterým se nám může těžko žít kvůli jeho problémům, které se mohou podobat těm, se kterými jsme se setkávali v dětství. Podle teorie dokončování neuzavřených emocionálních situací z dětství se podvědomě snažíme ukončit zkušenosti tím, že si najdeme partnera, se kterým budeme prožívat stejné nebo podobné situace, které jsme zažívali v dětství. Například když jsme žili s rodiči, kteří nám nedávali dostatek lásky a pozornosti, hledáme si partnera, od kterého také nepocítíme dostatečné přijetí. Měli bychom z takového vztahu odejít,

místo toho, se neustále snažíme být lepšími, abychom si u partnera pozornost zasloužili (Matějková, 2007, s. 32).

4.3 Partnerský konflikt

Konflikt je dle Hartla, Hartlové (2015, s. 268) rozpor, spor, současné střetávání protichůdných tendencí.

Křivohlavý (2008, s. 17) ve své knize píše, že konflikt je latinského původu *conflictus* a znamená, střetnutí dvou nebo více zcela nebo do určité míry navzájem se vylučujících či protichůdných snah, sil a tendencí.

Matějková uvádí (2007, s. 119), že konflikt je mezi lidmi nevyhnutelný, přirozený a lidé se ho nemusí bát. V konfliktu se střetávají zájmy, postoje, pocity, potřeby, cíle, hodnoty, ideály atd. Konflikty nám pomáhají k uvědomění si našich hodnot, postojů či očekávání. Mohou přispět k posílení naší identity i vlastního sebevědomí.

V konstruktivním konfliktu se partneři nezesměšňují, nehodnotí osobnost druhého, snaží se sdělit rozdíly ve svých postojích, cílech a potřebách. V negativním konfliktu „hrají velkou roli“ emoce. Partneři znevažují osobnost druhého, hodnotí ho a zesměšňují (Matějková, 2007, s. 119).

Vývoj konfliktu je rozdělen do šesti fází. V první fázi, signály, pocít'ují partneři napětí, odlišnost názorů a postojů. Zatím je to ale jen domněnka. Neví o žádném konkrétním problému. I když se zdá, že si s partneři přestávají rozumět a mohl by vzniknout nějaký konflikt, stále vůči sobě zachovávají slušné jednání. V druhé fázi, odlišnosti, se partneři snaží vysvětlit, jak daný problém vnímají. Doufají v to, že partner uzná svůj chybný názor a přistoupí na názor toho druhého. Pokud partner nechce názor přijmout, snaží se druhý svůj postoj formulovat výstižněji. Tyto nesrovnalosti jsou zatím vnímány jako drobné odlišnosti, které se vysvětlí. Partneři zatím žijí v domnění, že se sobě navzájem z lásky přizpůsobí a svého partnera si převychovají. Ve třetí fázi, polaritě, dochází k výraznějšímu vnímání rozdílných názorů mezi partnery. Partneři se již navzájem neposlouchají, každý z nich stále více prosazuje své postoje, aniž by brali ohled na reakci druhého. V konfliktu v tomto stádiu už není komunikace tak klidná, může se objevit i křik. Ve čtvrté fázi, separaci, roste napětí, které už může být neúnosné a někdy vede až k rozchodu partnerů. V následující fázi destrukce konflikt vrcholí. Partneři jsou na sebe sprostí, někdy dochází i na fyzické útoky, pomluvy, soudní spory či přetahování se o děti. Poslední, šestou fází je vyčerpání. Oba partneři

jsou již z hádek unavení. Komunikace mezi nimi je klidnější, mluví o věcných problémech, které je nutné řešit. Konec této fáze nemusí být jen negativní. Z partnerů se mohou stát přátelé, jejichž vztah může fungovat na základě nových hodnot a životních postojů (Matějková, 2007).

Řešení konfliktů je velmi individuální. Naše reakce na konfliktní situace jsou ovlivněny mnoha faktory. Záleží na tom, jak jsme byli vychováváni, jaké máme životní zkušenosti nebo jak jsme ovlivněni kulturními zvyklostmi. Někteří lidé se konfliktům vyhýbají. Pokud partneři cítí, že je mezi nimi nějaké téma, kvůli kterému by se hádali, ignorují ho a odmítají se o daném tématu bavit. Takoví lidé se bojí ohrožení vztahů. Mají strach, že by mohli být odmítnuti partnerem v případě vyjádření jejich názoru (Matějková 2007).

Dalším stylem řešení konfliktu je přizpůsobení se. Takoví lidé nejdou proti svému partnerovi, souhlasí s jeho názory, mění své postoje, aby dosáhli shody s partnerem. Nejdůležitější je pro ně zachovat jejich vztah, proto se plně přizpůsobují partnerovi a odmítají s ním vstupovat do konfliktů. Tito lidé mohou druhým připadat jako nudní, jejich partneři si jich někdy přestanou vážit, kvůli jejich neschopnosti stát si za svými názory a neustálému přizpůsobování se. Tento styl řešení konfliktů může vznikat na základě strachu z odmítnutí nebo zavrhnutí partnerem (Matějková, 2007).

Konflikty se někdy řeší i soupeřením. Nikdo ve vztahu nechce být ten poražený, proto se každý snaží prosadit své názory. Ani kompromis zde není výhrou. Objevuje se agrese vůči druhému, zesměšňování, moralizování, útočí na sebevědomí druhého, znehodnocují jeho úspěchy. Takoví lidé jsou často neurotičtí, bojí se dalších konfliktů, nedá se s nimi nic řešit. Ve výsledku se stává, že za nějaký čas přijdou za partnerem, že se rozhodli pro to, co navrhoval partner, ale stojí si za tím, že názor to byl jejich. Jedinci, kteří chtějí zachovat dobré vztahy, ale zároveň dosáhnout svých nejdůležitějších cílů, se snaží o kompromisy. Svého partnera chápou a vědí, že pro spokojenost ve vztahu budou muset některé své cíle a přání opustit. Tvrdí, že žádný vztah není ideální a jestliže chce ze vztahu něco dostat, je třeba do něj také něco dát. Kvůli kompromisům mohou mít lidé ve vztahu pocit, že nedostali to, co si tolik přáli a nedosáhli takového uspokojení, jakého by potřebovali. Styl řešení konfliktu, který většinou nezpůsobuje velké napětí je řešení problému. V tomto případě si partneři naslouchají, snaží se zachovat dobré vztahy, používají jen věcné argumenty, neútočí

na druhého. Jsou schopni ustoupit, protože vědí, že příště ustoupí partner. Záleží jim na jejich i partnerovy spokojenosti (Matějková, 2007, s. 128).

4.4 Rozchod

Rozchody jsou různé, ale spojuje je předchozí období, ve kterém partneři zkoušejí, zda jim to spolu bude fungovat (Klimeš, 2013, s. 11). Rozpady vztahů mají vnitřní i vnější příčiny. Vnější příčiny ovlivníme mnohem složitěji než vnitřní, i když ani ty nejsou lehce ovlivnitelné. V případě, že se partneři snaží vztah zachránit, stává se, že svým urputným snažením spíše napáchají škody, které rozpad vztahu naopak urychlí. Když partneři žádnou aktivitu pro záchranu vztahu nevyvíjí, může to být proto, že považují svoje snažení za bezvysledné a už nevědí, co mají dělat dál (Klimeš, 2013, s. 12).

Dle Klimeše (2013) se lidé během rozchodu nejčastěji ptají, zda mohou vztah zachránit, jestli je nutné se rozejít a zda mohou zůstat přáteli. Zralejší osobnosti nemají takovou potřebu se rozcházet. Snaží se najít nějaký společný způsob žití. V případě, že se jim nepodaří vztah udržet, jsou k sobě při rozchodu slušní, nehádají se o děti či majetek. Usilují o to, aby rozchod nebyl nijak dramatický, aby proběhl rychle a bez velkých hádek. Čím méně zralé osobnosti, tím těžší je pro ně vztah vytvořit, ale i ukončit.

Klimeš (2013, s. 13) ve své knize popisuje nejčastější znaky nezralého rozchodu:

1. **Asymetrie rozhodnutí.** Partneři se dělí na navrhovatele rozchodu a na obránce vztahu. Rozchod většinou není rozhodnutím obou partnerů.
2. **Manipulace.** Objevuje se u vzniku i ukončování vztahu. Rozchod navozuje problémové situace, jako jsou například hádky o společné věci. Před rozchodem stačilo partnerům vše jednou, o vše byli schopni se podělit. Během rozchodu by najednou bylo třeba mít vše dvakrát, protože se stává, že je velký problém rozdělit, co komu patří.
3. **Podcenění přitažlivých sil.** Ten, který přijde s návrhem ukončit vztah, čeká, že se zbaví toho, co mu ve vztahu nevyhovuje. Nedochozí mu, že vztah a partner mu také mnoho dává a je velmi těžké se po rozchodu odpoutat od všech přitažlivých sil, které ve vztahu bral jako samozřejmost a teprve po ukončení vztahu mu dochází, že pro něj byly důležité.

Dle Klimeše (2013, s. 14) existují fáze rozchodu, kterými prochází lidé s mnoha různými osobnostními nezralostmi, například neschopnost definitivně se rozhodnout, sebenenávist, potřeba symbiotického vztahu, které mohou přinést komplikace jak do vztahu, tak do rozchodu.

První fází je fáze latentní. Rozcházení má dvě roviny, fyzickou a psychickou. Ve fyzické rovině musí partneři omezit osobní setkávání, psychická rovina znamená neshody, nedorozumění nebo například rozdílné názory či očekávání. Důsledkem rozhodů bývají také somatické až psychické nemoci (Klimeš, 2013).

Existuje teorie připoutání, která říká, že i když se partneři nenávidí a konflikt mezi nimi je vyhrocený, i přes to mezi nimi vzniká emoční pouto, které nelze jen tak zrušit, i když by oba chtěli. Lidé po rozchodu často zjišťují, že na svého partnera neustále myslí, přemýšlí nad tím, kde jejich bývalý partner je a co dělá a převládá v nich pocit, že se z rozchodu nikdy nevzpamatují (Ganon a Coleman, Kitson, cit. dle Hewstone a Stroebe, 2006, s. 446).

V latentní fázi se v člověku objevuje vnitřní pocit rozcházení, který si uvědomuje jeden z partnerů a druhý ho většinou přehlíží či podceňuje. Latentní fáze může trvat i několik let a během ní se mohou partneři navzájem velmi vzdálit. Tato fáze je partnery vnímána odlišně. Ten, který přemýšlí o rozchodu je v napětí a subjektivní čas mu ubíhá mnohem rychleji. Partner, který rozchod nezamýšlí, je takzvaným obráncem vztahu, žádné napětí nepocituje a v budoucnu bude říkat, že si ve vztahu nevšiml ničeho neobvyklého. O této fázi většinou mluví hlavně navrhovatel rozchodu. Na obránce to často působí tak, že partner mluví pouze o negativních věcech v jejich vztahu, jako kdyby spolu neprožili nikdy nic hezkého. V tomto období je velká šance vztah zachránit, ale zároveň je k záchraně nejméně příležitostí, protože partneři spolu o rozchodu zatím nekomunikují a nehledají žádnou odbornou pomoc, která by v tu chvíli mohla být velmi prospěšná (Klimeš, 2013).

Ve fázi spouštěcí je oznámen rozchod, který je většinou nečekaný. Od iniciátora rozchodu přichází důrazný požadavek na jeho partnera: „*Pokud se nezměníš, rozejdeme se!*“ V této fázi jednájí lidé často ukvapeně. Udělají si nebo řeknou věci, kterých třeba později litují. Pro pomoc, radu nebo jen potřebu sdílet s někým těžkou situaci, se obvykle obrací na své přátele, kteří nemusí být úplně nejlepší volbou, protože zpravidla hodnotí a vyjadřují se k situaci na základě svých zkušeností a zásad a nereflektují momentální stav a fázi svého přítele. V této fázi terapeuti doporučují

nedělat velká ukvapená gesta, které se bohužel ve vztahu většinou dělají (Klimeš, 2013).

Klimeš (2013, s. 25-26) ve své knize uvádí tři hlediska, podle kterých terapeut analyzuje vztah, aby mohl dát partnerům doporučení, která by měla zabránit rozpadu vztahu:

1. pozitivní a přitažlivé síly – patří sem důvody, pro které se mají rádi oba partneři
2. negativní a destruktivní síly nevyhovující jednomu nebo oběma partnerům
3. obranné reakce na aktuální události, které jsou obvykle chaotické a spíše škodí, než pomáhají.

V další fázi, kterou je asymetrické rozhodnutí, se navrhovatel ztotožňuje se svým rozhodnutím, že se chce se svým partnerem rozejít a odmítá jakékoliv možnosti k zachování vztahu. Druhý si pevně stojí za tím, že chce vztah udržet (Klimeš, 2013). Dále se lidé dostávají do stadia fyzického odloučení a fantazijní fáze. Tato fáze má dle Klimeše (2013, s. 42) čtyři rysy, které ji charakterizují:

1. fyzická separace
2. dočasné zakonzervování posledního statu quo
3. převaha fantazijních interakcí nad reálnými
4. převaha přitažlivých sil nad odpudivými

V tomto období jsou již partneři od sebe, mají rozdělené věci, stýkají se pouze v případě, že je to nutné. Reálné setkávání nahrazují fantazie. Mízí agresivní, manipulativní reakce na partnera. Oba by měli být psychicky stabilnější a neměli by být omezení v jejich běžném životě (Klimeš, 2013).

Na fyzické odloučení a fantazijní fázi navazuje fáze paradoxní, ve které dojde u obránce ke smíření s definitivním koncem vztahu. Fázi se říká paradoxní, protože místo obránce vztahu, který dříve vyjadřoval přitažlivé síly, je nyní začíná vyjadřovat vůči partnerovi navrhovatel rozchodu. V předchozích fázích usiloval navrhovatel o změnu, přál si rozchod, fyzické odloučení. Obránce v tu dobu bránil rozchodu, jak jen to bylo možné. V této fázi už mu došly síly na jakékoliv snažení zachránit vztah.

Veškerou svou snahu vzdává a bývalý vztah se pro něj stává lhostejným. Navrhovatel nevnímá ze strany obránce žádnou změnu. Až později si začne uvědomovat, že se obránce přestal snažit o záchranu jejich vztahu a teprve v tu chvíli začne přemýšlet o svých pravých pocitech a vlastní potřebě sblížení. Obránce má tato témata již vyřešená a tímto „předbíhá“ navrhovatele v ukončování vztahu (Klimeš, 2013).

Paradoxní fáze někdy vůbec nenastane. V tomto případě záleží na míře nezralosti partnerů. Můžeme se setkat s tím, že se obránce ani navrhovatel nedokáží definitivně rozhodnout. Svá rozhodnutí mění po krátkých intervalech, nejsou schopní být spolu, ale ani bez sebe. Další situací, kdy se paradoxní fáze nedostaví je, když je iniciátor od začátku pevně rozhodnutý o rozchodu a je si vědom toho, co na základě svého rozhodnutí ztratí a získá. Nepřekvapí ho přitažlivé síly, které se zpravidla u iniciátora objeví právě v paradoxní fázi. Tato fáze dává vztahu šanci v jeho obnovení (Klimeš, 2013).

Partneři, kteří za sebou mají klidný rozchod, si v budoucnu nemusí vyčítat, jak se chovali, co bývalému partnerovi řekli. Nemusí se za sebe a své chování stydět před ostatními ani před sebou. Mohou se ubezpečit o svých hodnotách a vážit si sami sebe. Tato pozitiva bohužel většinou nezažívají ti, kteří mají za sebou rozchod plný hádek, vzájemného očerňování, ubližování a chaosu (Klimeš, 2013).

5 Výzkum

5.1 Cíl výzkumu

Cílem tohoto výzkumu je zjistit, jak sami účastníci výcviku na PVŠPS vnímají vliv skupiny na jejich rozhodování v partnerském vztahu. Tento výzkum je pilotní studií, jehož výsledky by mohly být přínosné pro další, rozsáhlejší kvantitativní výzkum, který by mohl přinést nové poznatky týkající se psychoterapeutického výcviku.

Výzkumná otázka:

- 1) Jak sami účastníci výcviku na PVŠPS vnímají vliv skupiny na jejich rozhodování v partnerském vztahu?

5.2 Design výzkumu

Pro svou diplomovou práci jsem zvolila kvalitativní přístup, který je dle Dismana (cit. dle Miovského, 2006, s. 16) „*nenumerickým šetřením a interpretací sociální reality*“. Cílem tohoto přístupu je odkrývat význam, který je podkládaný sdělovanými informacemi. Jedním z hlavních rozdílů, kterým odlišuje kvalitativní přístup od kvantitativního, jsou výsledky výzkumné činnosti, které nachází ve vytváření nových hypotéz, nového porozumění a vytváření teorie.

Kvalitativní přístup lze obecně charakterizovat, jak ve své knize uvádí Miovský (2006, s. 17), „*jako přístup, který pro popis, analýzu a interpretaci nekvantifikovaných či nekvantifikovatelných vlastností zkoumaných fenoménů naší vnitřní a vnější reality využívá kvalitativních metod*“. Pro konkrétnější definici vysvětluje klíčové pojmy kvalitativního přístupu, kterými jsou **jedinečnost** a **neopakovatelnost**.

Dalšími významnými pojmy jsou **procesuálnost** a **dynamika**. Zkoumané jevy jsou v určitém procesu vzniku, rozvoje a zániku, který by neměl být opomíjený. Respektování přirozené povahy dějů nám usnadňuje proces jejich poznávání. Na základě zkoumání dynamiky procesů, které jsou kolem nás, zjišťujeme, jak určité faktory ovlivňují daný proces a především, jaké kvality tyto vlivy získávají (Miovský, 2006, s. 18).

Neméně důležitým termínem v charakteristice kvalitativního přístupu je **reflexivita**. V kvalitativním přístupu se výzkumník přímo či nepřímo účastní na procesech, které zkoumá a z toho vyplývá, že je nějakým způsobem ovlivňuje a je jimi ovlivňován i on (Denzin, cit. dle Miovského, 2006, s. 18). Tomuto ovlivňování se snažíme porozumět

a popsat změny, které mohou touto interakcí nastat. Také tím poukážeme na to, že jev, který zkoumáme, není pasivní, ale vzájemně na sebe působí s výzkumníkem a výzkumnými nástroji a přizpůsobuje se novým podmínkám (Miovský, 2006).

Pro zvýšení validity výsledků a pro podrobnější zkoumání subjektivního vnímání vlivu psychoterapeutického výcviku na PVŠPS jsem v mé diplomové práci využila triangulace dat.

Triangulace je kombinací různých metod, výzkumníků, zkoumaných skupin nebo osob, různých lokálních a časových okolností a teoretických perspektiv, které se používají při zkoumání určitého jevu (Hendl, 2005, s. 149). Miovský (2006, s. 264) uvádí, že triangulace je velmi účinným kontrolním nástrojem, který integruje různé zdroje dat a přístupy k jejich získávání a analýze. Cílem triangulace metod získávání dat je rozvoj a aplikace různých postupů, kterými je možné minimalizovat různá zkreslení, vznikající při procesu získávání kvalitativních údajů. U metod, kterými výzkumník získává kvalitativní data, velmi záleží na jeho znalostech, schopnostech a dovednostech. Triangulace ve fázi získávání dat má tři cíle, kterými jsou zjištění, zda (Miovský, 2006, s. 265):

- by důvodem zkreslení nemohlo být chybné nebo nedostatečné zvládnutí metody, která byla pro získávání dat zvolena
- zda by výzkumník nebyl schopen získat jinou metodou, která by mu například více vyhovovala, kvalitnější data
- zda a jaký je rozdíl mezi údaji získanými různými metodami.

Ke sběru dat jsem využila metody ohniskové skupiny, polostrukturovaných rozhovorů a bilančních prací absolventů psychoterapeutického výcviku na PVŠPS.

5.3 Zkoumaný soubor

Zkoumaným souborem pro tento výzkum jsou absolventi pětiletého psychoterapeutického výcviku pořádaným Pražskou vysokou školou psychosociálních studií. Tento soubor jsem zvolila vzhledem k mému tématu diplomové práce, které se týká subjektivního vnímání vlivu skupiny na rozhodování účastníků výcviku v partnerských vztazích.

5.4 Metody sběru dat a jeho zpracování

5.4.1 Ohnisková skupina

Morgan (1996) uvádí tři možnosti využití ohniskových skupin. Mohou se použít jako samostatná metoda ve studiích, kde jsou hlavním zdrojem údajů, dále mohou být jen doplňkovým zdrojem nebo se mohou kombinovat s více metodami sběru dat. V mé diplomové práci jsem využila ohniskovou skupinu především z důvodu doplnění údajů, které jsem shromažďovala také prostřednictvím polostrukturovaných rozhovorů a bilančních prací.

Charakteristikou ohniskových skupin je dle Morgana (2001, s. 13-14) „*explicitní užívání skupinové interakce k získání údajů a vhledů, které by bez interakce, již nacházíme ve skupině, byly těžko přístupné.*“

Ohniskové skupiny patří mezi oblíbené kvalitativní metody. Tvoří ji tři a více účastníků (Miovský, 2006). K mému výzkumu byla utvořena ohnisková skupina, která se skládala z deseti absolventů pětiletého psychoterapeutického výcviku na PVŠPS.

Zaměření neboli ohnisko diskuse určuje badatel na základě cílů jeho výzkumu a výzkumných otázek. Data poté získává prostřednictvím skupinové interakce. Je důležité, aby bylo ohnisko jasné a srozumitelné všem účastníkům diskuse (Miovský, 2006).

Pro výzkum v mé diplomové práci jsem využila polostrukturované ohniskové skupiny, ve které jsou dané základní tematické okruhy společně s připravenými okruhy modelových otázek (k nahlédnutí v příloze č. II). Výzkumník může pořadí i znění otázek měnit na základě vývoje diskuse. Je na uvážení badatele, zda je vhodné do diskuse vstoupit s další otázkou či v určité chvíli do průběhu skupiny raději nezasahovat.

Touto metodou jsem získala prvotní data týkající se mého tématu a na základě toho jsem pak tvořila tematické otázky pro polostrukturované rozhovory (viz příloha č. III). Účastníci byli již na začátku skupiny obeznámeni s hlavním tématem a základním časovým plánem. Diskuse by měla probíhat co nejvíce přirozeně a v příjemném prostředí pro všechny zúčastněné (Miovský, 2006).

5.4.1.1 Výběr a charakteristika souboru

Členy ohniskové skupiny jsem vzhledem k tématu výzkumu vybírala z absolventů stejného psychoterapeutického výcviku, jakým jsem prošla i já, tudíž jsem se s těmito

lidmi osobně znala a předpokládala jsem jejich ochotu se zúčastnit. Dále jsem spoléhala na jejich otevřenost a upřímnost vůči ohnisku, se kterým jsem účastníky hned na začátku skupiny seznámila. Také pro mě bylo bezpečnější být v pozici moderátora před lidmi, které znám osobně již několik let. Předpokládala jsem, že i pro účastníky bude příjemnější diskutovat na osobní téma s lidmi, které znají.

Pro výběr zkoumaného souboru jsem se řídila mnou určenými kritérii, kterými jsou souhlas s účastí na ohniskové skupině, souhlas s diskusí o osobním tématu a absolvování psychoterapeutického výcviku na PVŠPS.

Ohnisková skupina se skládala z deseti participantů, z toho byli tři muži a sedm žen. Jejich věk se pohyboval v rozmezí 24 až 29 let. Pro větší přehled přikládám tabulku se stručnou charakteristikou zkoumaného souboru.

Tabulka č. 1- Stručná charakteristika zkoumaného souboru ohniskové skupiny

Počet participantů celkem	10
Počet mužů	3
Počet žen	7
Rozmezí věku participantů	24-29

5.4.1.2 Příprava a průběh ohniskové skupiny

Poté, co jsem od všech participantů dostala potvrzení, že se mého výzkumu zúčastní, museli jsme se domluvit na termínu, kdy bude ohnisková skupina probíhat. K domlouvání jsem využila hromadné konverzace na jedné ze sociálních sítí.

Po domluvě termínu jsem se snažila vymyslet prostor, kde bychom se mohli setkat. Myslela jsem především na to, aby se na místě cítili všichni příjemně a aby bylo všem dobře přístupné. Dále jsem vyžadovala, abychom byli v klidném prostředí, ve kterém se budeme moci všichni soustředit. Klidné místo bylo potřeba i pro kvalitní nahrávku ohniskové skupiny.

Vybrala jsem prostor, který se nachází na Praze 1 a splňoval všechny mé výše uvedené požadavky. Zeptala jsem se všech účastníků, jestli s vybraným místem souhlasí a po jejich potvrzení o souhlasu jsem jim sdělila přesnou adresu místa našeho setkání.

Pro pohodlí a navození příjemné atmosféry jsem ještě před příchodem všech participantů připravila něco dobrého k jídlu a pití.

Když jsme se na určeném místě sešli, všechny jsem poprosila, aby si vybrali pohodlné místo k sezení, popřípadě si připravili vše, co potřebují, abychom mohli začít.

Já jsem si připravila diktafon, kterým jsem diskusi nahrávala a papír s tužkou pro případné poznámky, které bych si potřebovala zapsat.

V rámci úvodu ohniskové skupiny účastníci souhlasili s pořizováním audionahrávky a s jejím doslovným přepisem. Dále jsem je informovala o anonymitě jejich účasti v tomto výzkumu a o použití pseudonymů v přepisech i v analýze dat.

Ohnisková skupina trvala 58 minut.

5.4.2 Polostrukturované rozhovory

Rozhovor představuje dle Ferjenčíka (2000, s. 171) „*zprostředkovaný a vysoce interaktivní proces získávání dat.*“

Miovský (2006, s. 159) uvádí, že polostrukturovaný rozhovor je nejrozšířenější podobou metody interview. Na rozdíl od nestrukturovaného rozhovoru potřebuje polostrukturovaný rozhovor náročnější technickou přípravu. Tazatel si k rozhovoru připravuje danou strukturu otázek, jejichž pořadí může měnit. Drobné změny se mohou objevit i ve znění a stylu pokládání otázek.

U polostrukturovaných rozhovorů si tazatel nechává dovysvětlit odpovědi participantů. Ověřuje si, zda odpověď správně pochopil a interpretoval, popřípadě pokládá doplňující otázky, které jsou pro něj na základě cílů výzkumu zajímavé a důležité. V případě, že participant stále odpovídá smysluplnými a pro výzkum vhodnými odpověďmi nebo pokud ještě neuplynul čas, který je pro rozhovor stanovený, pokračuje v daném interview dál (Miovský, 2006).

Výhodou polostrukturovaného rozhovoru je, že dokáže vyloučit nevýhody nestrukturovaného a plně strukturovaného rozhovoru a zároveň získat co nejvíce jejich výhod (Miovský, 2006).

5.4.2.1 Výběr a charakteristika souboru

Zkoumaný soubor pro rozhovory jsem vybírala opět z absolventů vlastního daseinsanalytického psychoterapeutického výcviku na PVŠPS. Někteří z nich se účastnili také ohniskové skupiny.

Při výběru participantů jsem se opět řídila mnou určenými kritérii, kterými jsou ochota účastnit se rozhovorů, absolvování pětiletého psychoterapeutického výcviku na PVŠPS a souhlas otevřeně mluvit o mnou daném tématu.

Bývalé partnerské vztahy všech frekventantů rozhovoru, o kterých jsme mluvili, trvaly minimálně rok.

Výhodou opět bylo, že jsem se s participanty znala. Bez jakýchkoliv rozmyslů souhlasili s poskytnutím rozhovoru, a tedy i s účastí na mém výzkumu. Jejich odpovědi byly velmi otevřené a upřímné. Všichni participanté zmínili, že je zvláštní vracet se k minulosti a rozebírat rozchody s jejich bývalými partnery, ale nepociťovali tento fakt jako negativní. Na všechny otázky ochotně a bez problémů odpovídali.

Rozhovory jsem vedla s šesti lidmi, z toho se čtyřmi ženami a dvěma muži. Věk účastníků se pohyboval v rozmezí 25 až 33 let. Opět přikládám stručnou charakteristickou tabulku.

Tabulka č. 2- Stručná charakteristika zkoumaného souboru polostrukturovaných rozhovorů

Počet participantů celkem	6
Počet mužů	2
Počet žen	4
Rozmezí věku participantů	25-33

5.4.2.2 Příprava a průběh rozhovorů

Rozhovory jsem vedla s každým participantem individuálně. Na termínu a místě, kde rozhovor probíhal, jsem se s každým domluvila postupně. Záleželo mi na tom, aby na domluveném místě nebylo příliš hluku kvůli kvalitě nahrávky a soustředění se na průběh rozhovoru. Vybranými místy setkání byly tiché kavárenské prostory.

Také jsem trvala na tom, aby blízko nás nebylo mnoho cizích lidí, ze kterých bychom mohli mít s frekventantem výzkumu pocit, že nás poslouchají. Vyžadovala jsem bezpečí a pocit jistoty pro participanta i pro mě. Vzhledem k tomu, že se se všemi účastníky znám osobně a mám s nimi přátelský vztah, nebyl v domluvě s nimi žádný problém.

Před začátkem rozhovoru jsem s každým vedla volnou konverzaci pro navození příjemné atmosféry a pro „naladění se“ na rozhovor. V rámci této konverzace jsme vždy provedli i zkoušku kvality rozhovoru.

Pro tuto metodu sběru dat jsem si připravila tematické otázky, jejichž pořadí jsem měnila podle odpovědí dotazovaného. Jejich podoba se také někdy lišila, ale význam otázek zůstal stejný.

První otázkou v rozhovoru byl dotaz, zda účastník souhlasí s pořizováním audionahrávky a s jejím doslovným přepisem. Všechny frekventanty jsem vždy seznámila s tím, že se celého výzkumu účastní anonymně s použitím pseudonymů, které si sami vybrali.

V případě, že nebylo participantům cokoliv jasné, měli samozřejmě možnost se vždy podle své potřeby doptat.

Rozhovory trvaly nejdéle 30 minut. Rozsáhlost odpovědí se odvíjela od otevřenosti participantů a od podrobnosti či stručnosti jejich vyjádření.

5.4.3 Bilanční práce

Jako další metodu sběru dat pro výzkum jsem zvolila bilanční práce, které obsahují zhodnocení celých pěti let psychoterapeutického výcviku na PVŠPS. Tyto práce psali absolventi tohoto výcviku.

Bilanční práce obsahují názory absolventů na výcvik, popis průběhu skupin a komunit, písemné vyjádření ke vztahům s ostatními členy skupiny i s lektory výcviku. Dále v nich absolventi popisují, jaké u sebe pociťují změny na základě sebezkušenosti nebo píšou o tom, co jim výcvik dal nebo naopak vzal. Prostřednictvím některých bilančních prací můžeme mimo jiné nahlédnout i do vztahů absolventů a jejich rodinných příslušníků. Dalším tématem, které se v závěrečných pracích objevuje, jsou partnerské vztahy, na což jsem se na základě cíle mého výzkumu zaměřovala nejvíce.

Bilanční práce mi byly poskytnuty jedním z vedoucích lektorů výcviku. Všechny práce jsou anonymní.

5.4.3.1 Výběr a charakteristika souboru

Jak už jsem psala výše, zkoumaným souborem jsou opět absolventi pětiletého psychoterapeutického výcviku na PVŠPS. Oproti participantům z ohniskové skupiny

a polostrukturovaných rozhovorů, nejsou tito absolventi ze stejného výcviku, který jsem absolvovala i já.

Ke sběru dat jsem měla k dispozici 17 bilančních prací. Z celkového počtu jsem použila 9 prací, protože zbylé bilance neobsahovaly data potřebná pro můj výzkum.

V tomto případě jsem měla určená dvě kritéria, která museli autoři závěrečných prací splňovat. Prvním kritériem je informovaný souhlas participantů se zpracováním bilančních prací pro výzkum. Druhým kritériem je absolvování pětiletého sebezkušenostního psychoterapeutického výcviku na PVŠPS.

Z důvodu anonymity bilančních prací je možné určit pouze celkový počet a pohlaví participantů. Pro lepší přehled přikládám stručnou charakteristickou tabulku.

Tabulka č. 3 Stručná charakteristika zkoumaného souboru bilančních prací

Počet participantů celkem	9
Počet mužů	2
Počet žen	7

5.5 Analýza dat

Ke zpracování dat jsem zvolila interpretativní fenomenologickou analýzu, dále jen IPA, která je nedávno vyvinutým kvalitativním přístupem, který se od svého počátku velmi rychle stal jedním z nejznámějších a nejvíce užívaných kvalitativních metod v psychologii (Smith, 2011)¹. IPA se zabývá prožitou zkušeností a uznává, že zkušenosti, pocity či myšlenky participantů, kteří se účastní výzkumu, nemohou být dostatečně jasně interpretovány, proto spíše vyžaduje proces zaujetí a interpretace ze strany výzkumníka. IPA je ovlivněna třemi primárními teoretickými kritérii, kterými jsou fenomenologie, hermeneutika a idiografie (Shinebourne, 2011)².

Dle Smithe, Flowerse a Larkina (cit. dle Řiháčka, Čermáka a Hytycha, 2013, s. 15) je důležité, aby výzkumník sbíral data způsobem, kterým získá bohatý a detailní popis participantovy zkušenosti.

Analytický postup IPA je dle Smithe, Flowerse a Larkina (cit. dle Řiháčka, Čermáka a Hytycha, 2013, s. 16-21) následující:

¹ Vlastní překlad autorky

² Vlastní překlad autorky

- **Reflexe výzkumníkovy zkušenosti s tématem výzkumu.** Výzkumník by měl uvážit, jaký vztah má k tématu a jaká je jeho motivace s tímto tématem pracovat. Existuje mnoho způsobů, jak takovou reflexi provést. Jedním z nich je například vedení vnitřního dialogu sama se sebou, kterého jsem využila pro svůj výzkum já. Hlavní body sebereflexe jsem si poznamenala pro případnou potřebu jejich využití.
- **Čtení a opakované čtení.** Výzkumník by měl mít o téma svého výzkumu přiměřený zájem. Svou pozornost by měl zaměřit především na respondenta. Měl by se do respondenta snažit vcítit a nahlédnout na svět jeho očima. Přepis rozhovoru je vhodné číst opakovaně. Stejně tak se doporučuje poslechnout si nejednou nahrávku rozhovoru, protože u prvního poslechu je velmi těžké vstřebat všechny informace, které by mohly být pro výzkum velice důležité.
- **Počáteční poznámky a komentáře.** Tato část analýzy patří mezi nejdetailnější. Výzkumník se snaží poznamenat vše, co je v textu důležité a zajímavé. Badatel musí zvážit, jaký typ kódování je pro výzkum nejlepší. Měl by se zaměřit na různá slova, významy, podobnosti či rozdíly v textech, shody v názorech respondentů, hledat propojenosti ve zkušenostech respondentů. Měl by si zaznamenat vše, co je podle jeho uvážení pro výzkum užitečné.
- **Rozvíjení vznikajících témat.** V této části je důležitá organizace a interpretace dat. Výzkumník pracuje spíše s vlastními poznámkami a komentáři než s prvotním přepisem textu. Využívá se zde princip hermeneutického kruhu, což znamená, že z jednoho celku se postupem analýzy staly části a na konci se opět stanou jedním, novým celkem. Cílem je hledání výstižných témat pro počáteční poznámky výzkumníka.
- **Hledání souvislostí napříč tématy.** V této části jsou již témata zformulovaná a hledá se, jaký k sobě mají vztah. Výzkumník se vrací na začátek analýzy z důvodu možnosti vidět téma v novém světle na základě kontextu analýzy, kterou provedl již na začátku. Badatel nemusí nutně využít všech témat. Ty, které se například nevztahují k výzkumné otázce, může vyloučit. V této fázi vznikají nadřazená témata s podtématy podle toho, do jaké oblasti spadají. Oblasti si určuje sám výzkumník (Smith, cit. dle Řiháčka, Čermáka a Hytycha, 2013, s. 20).

- **Analýza dalšího případu.** Opakování fází čtení a opakované čtení až hledání souvislosti napříč tématy.
- **Hledání vzorců napříč případy.** V této fázi dochází k propojení jednotlivých analýz. Výzkumník si například pokládá otázku: Jak mezi sebou souvisí zkušenosti respondentů? Jaké téma se jeví jako nejsilnější? V kontextu všech případů si může všimnout dalších souvislostí a různých znaků významných pro jeho výzkum, které předtím nezaznamenal. Získané výsledky mohou být znázorněny například pomocí grafů či tabulek.

Těchto sedm doporučených postupů jsem ve své diplomové práci dodržela.

Na základě výše popsaného analytického postupu jsem si z ohniskové skupiny, rozhovorů a bilančních prací postupně určila centrální kategorie a pod ně spadající podkategorie.

Tyto kategorie jsem určovala například podle četnosti výskytu v textu. Dále jsem kategorie tvořila na základě témat, která mě zaujala a zdála se mi neobvyklá a pro výsledky mého výzkumu zajímavá. Hledala jsem shodná, ale i rozdílná témata napříč všemi třemi metodami.

V hledání témat a určování kategorií jsem si potřebovala nastavit určitý systém.

Prvním analyzovaným textem byl doslovný přepis ohniskové skupiny. Již v rámci prvního čtení jsem si všimla informací zajímavých pro můj výzkum. Po opakovaném čtení jsem se zaměřila na různá slova, významy, podobnosti, rozdíly, shody názorů, zkušeností apod. Vše důležité jsem si poznamenávala vedle nebo podtrhávala v textu. Na základě těchto znaků jsem si vytvořila první kategorie, které jsem si vypsala zvlášť. Pro lepší orientaci jsem si každou kategorii označila určitou barvou, kterou jsem pak podtrhávala témata, která jsem v textu objevovala.

Dalším krokem v mé diplomové práci byla analýza bilančních prací. Tyto práce jsem četla opakovaně a velmi pozorně. V bilancích jsem již hledala různé vzorce napříč všemi bilančními pracemi a doslovným přepisem ohniskové skupiny.

Nalezená témata jsem řadila do předem určených kategorií. V případě potřeby a uvážení jsem na základě témat objevujících se v textech, přidala další kategorii.

Posledními analyzovanými texty byly přepisy rozhovorů s šesti absolventy výcviku. V rozhovorech jsem opět hledala různá slova, témata, shody, rozdílnosti, které by souvisely s mým výzkumem.

Po analýze všech jednotlivých textů jsem se znovu zaměřila na kategorie. Cílem bylo pojmenovat a utřídit centrální kategorie a podkategorie na základě výstižných témat ze všech analyzovaných textů. Stanovila jsem si pět centrálních kategorií a k nim tři až čtyři podkategorie. Všechny tyto centrální kategorie a podkategorie představuje následující tabulka:

Tabulka č. 4 Popis jednotlivých centrálních kategorií a jejich podkategorií

Centrální kategorie	Podkategorie
Podpora	Síla k rozchodu
	Potvrzení, že se rozhodl/a dobře
	Orientace na člena skupiny
	Urychlení rozhodnutí
Spiknutí proti nepřítomnému	Stěžování si
	Identifikace s přítomným člověkem
	Náhled na problém jen ze strany přítomného
Pár v komunitně skupinovém výcviku	Pocit ohrožení
	Respekt vůči partnerovi
	Vzájemná ochrana
Tabu, nemožnost mluvit o problémech	Ovlivnění skupiny neřešením problému
	Nevyřešený konflikt mezi členy
	Ohled vůči přítomným partnerům
Důvěra ke skupině	Sdílení soukromí se skupinou
	Ohrožení kvůli absolvování výcviku se spolužáky
	Narušení důvěry vynášením informací ze skupiny

5.6 Výsledky výzkumu

Analýza dat přinesla významná témata, která jsem zařadila do určitých kategorií a podkategorií. V této kapitole se ke každé kategorii vyjádřím zvlášť. Pro interpretaci výsledků a hlubší porozumění tématům, využiji doslovné citace ze všech tří kvalitativních metod, které jsem ve své práci použila.

5.6.1 Podpora

Prvním významným tématem je subjektivní vnímání **podpory** účastníka skupiny od ostatních členů ve skupině. Pro všechny participanty je podpora od skupiny velmi důležitá. Mezi participanty není nikdo, kdo by podporu nezmínil a nedal na její význam důraz.

„...cejtím, že v průběhu výcviku jsme měli strašně silnou skupinu a hodně jsme se podporovali...“ (Alonso)

„Já si myslím, že vždycky, když jsem na skupině řešila moje vztahy, tak jsem věděla, že ta skupina mě podpoří maximálně.“ (Simona)

„...že podporovali to, že já jsem se takhle rozhodla.“ (Veronika)

„To byly opravdové velké potíže, kdy jsem nás cítila jako skupinu, kdy jsme makali a podporovali M, aby to nějak dokázala zvládnout.“ (Tereza)

„...já se mohla bezpečně vykřičet a sprostě zanádat, tenkrát mě skupina nadmíru podpořila a mně se neuvěřitelně ulevilo.“ (Lucie)

V rámci tématu partnerských vztahů podporovala skupina členy v **síle k rozchodu**. Rozchod samozřejmě nepatřil mezi jednoduchá témata skupiny. Většina participantů se skupině svěřila s tím, že se chtějí rozejít s partnerem a k tomu potřebovali odvahu. Díky podpoře skupiny sílu k rozchodu získali. Tato podpora je frekventantky vnímána jako pozitivní.

„...a jenom jsem prostě nedostala odvahu se s ním rozejít a ta skupina mě v tom hodně podporovala.“ (Veronika)

„Asi možná trochu jo, protože bez té skupiny bych neměla tu odvahu to udělat.“ (Simona)

„Pokud ta skupina cejtí, že ten člověk potřebuje trochu odvahy v tom udělat nějaký rozhodnutí, ať už se to týká rozchodu nebo něčeho v tom vztahu, tak to tam dodává.“ (Alonso)

„Skupina mě velmi silně podpořila v rozchodu, a i když jsem chtěla slyšet něco jiného, neuměla jsem přijít na lepší řešení.“ (Tereza)

Členové skupiny si také přejí podpořit v tom, že **udělali dobré rozhodnutí**. Většina z nich mluvila o tom, že když se na skupině svěřili s tím, že se rozešli se svým partnerem, chtěli od skupiny potvrdit, že se rozhodli dobře. Díky tomu, že je skupina

v rozhodnutí podpořila, cítili v sobě větší klid a vyrovnání se s jejich nepříjemnou životní situací.

„Spíš u mě jsem se asi potřeboval ujistit v té skupině, jestli jsem udělal správný rozhodnutí...“ (Alonso)

„No hlavně pro mě bylo důležité, jak jsem se v tu chvíli cítila a když mi potom skupina řekla, že jsem udělala dobře, tak mě to ještě vnitřně uklidnilo, že vlastně to moje rozhodnutí bylo správný.“ (Simona)

„Já si myslím, že třeba skupina je dobrá, když tam takhle něco řešíš vztahovýho, tak že oni ti potvrdí, že třeba děláš dobře nebo dokážou tě nějak podpořit v tom tvym rozhodnutí...“ (Petra)

Podporu frekventanti také vnímali v **orientaci na ně** pokaždé, když se na skupině s něčím svěřovali. Cítili zájem od členů skupiny a snahu o pochopení a vcítění se do jejich osobního příběhu.

„Jako bylo to orientované hodně jako na mě. Jako jak já se cítím, jak mi je, jak to vnímám, co já bych v tom potřeboval... že tam byla v jiný skupině ona a fakt to bylo na mě prostě.“ (Karel)

„Já si myslím, že vždycky když jsem na skupině řešila moje vztahy, tak jsem měla sto procentní péči.“ (Simona)

„Řešil se ten vztah, ale potom se stejně řešil jako vždycky ten člověk.“ (Marta)

„...a v tom výcviku to strašných let ten vztah třeba jakoby navozuje nějaký téma, ale pak to sklouzává k tomu člověku samému a už se řeší on.“ (Pavel)

Většina participantů u sebe vnímá, že se díky skupině **rychleji rozhoduje**. Tvrdí, že kdyby neměli možnost detailně mluvit o rozchodu na skupině, rozešli by se s dotyčným člověkem o pár měsíců později. To může souviset se **sílou k rozchodu**, kterou jim skupina také dává. Lidé z výcviku se mohou cítit odvážnější, jistější, sebevědomější, a to i právě díky tomu, že cítí od skupiny plnou podporu.

„Takže myslím si, že to, že jsem o tom mluvila na skupině mi ovlivnilo v tom, možná v té rychlosti toho rozchodu. K rozchodu by asi došlo, ale tím, že jsem byla na skupině, tak mi to jako by urychlilo to rozhodnutí.“ (Simona)

Rychlejší rozhodnutí může nastat také díky hlubšímu zabývání se problémy. V běžném životě nemá člověk pokaždé čas přemýšlet a rozebírat každou věc do

detailů. Není častým zvykem hledat příčiny a důvody, proč se konkrétní situace dějí. S tím souvisí výrok jedné z participantek:

„Já si myslím, že to je urychlený tím, jak se tím takhle hluboko zabýváš, že v životě nemáš čas se nad tím pozastavit, ponírat se v tom, ale jsi v koloběhu práce, škola nebo tak a nemáš čas nad tím přemýšlet a tady máš ten luxus nad tím přemýšlet a možná se to tím urychlí.“ (Pavčina)

„Urychlilo mi to ten proces toho rozhodnutí ta skupina.“ (Veronika)

Dle jiné frekventantky je **rozhodování urychlené** změnou člověka vlivem výcviku a dlouhodobým efektem skupiny.

„...a kdybych do toho výcviku nechodila, tak si myslím, že by mi možná to rozhodování trvalo dýl, ale asi to je i tím, že bych byla trošku jiné člověk a řešila bych trošku jinak ty věci, že je to takovej ten dlouhodobej efekt tý skupiny.“ (Monika)

Další z frekventantů vnímá **urychlení rozhodnutí** z důvodu zorientování se v problému. Díky tomu, že mohou ve skupině mluvit, nahlédnout na problém z více stran, slyšet názory a zpětné vazby od ostatních členů, mají možnost rychleji své situaci porozumět a tím i urychlit jejich rozhodnutí.

„Mě k tomu napadá, že ten výcvik tady to rozhodnutí výrazně urychlí, ale ne z důvodu tlaku, ale z důvodu zorientování se v tom problému...“ (Pavel)

Podpora skupiny může být někdy tak silná, že je členy vnímána jako **tlak**, který jim není příjemný. Podle mého názoru je velice důležité respektovat hranice každého člověka, nechat mu v jeho rozhodování prostor a čas, který on sám potřebuje. Myslím si, že není dobré „tlačit“ na něj otázkami, které ho k jeho rozhodnutím nutí. Každý z participantů se svěřil s tím, že jakýkoliv tlak od skupiny vnímali negativně.

„...a oni mě v tom hodně podporovali a od některých členů jsem cejtla, že mě i tlačej a říkaj mi: „Už jsi to rozsekla? Už jsi to vyřešila?“ ...fakt jsem cejtla obzvlášť ke konci hodně silnej tlak tý skupiny.“ (Veronika)

„...že se to rozleželo a že prostě skupina mě dotáhla tam, kde já už jsem nechtěl, už to bylo přes moji hranici, už to bylo mimo...“ (Karel)

Jeden z frekventantů popisoval, že ho **nátlak** skupiny stresoval a nutil řešit situaci dřív, než na to byl sám připravený.

„...že jsem viděl, že se k tomu musím nějak postavit, protože jinak by to stejně bylo cejtit, že se něco děje, tak to mě už vlastně nějakým způsobem stresovalo nebo nutilo nějak se k tomu postavit už v ten moment.“ (Alonso)

5.6.2 Spiknutí proti nepřítomnému

Ve chvíli, kdy participanti mluvili na skupině o jejich partnerském vztahu, konkrétně o rozchodu, svěřovali se i s tím, jaký je jejich partner. Mezi absolventy výcviku, kteří se účastnili mého výzkumu byli ti, kteří měli partnerský vztah v komunitě, ve skupině i mimo psychoterapeutický výcvik. Každý z absolventů mi popisoval, jak skupina na jejich partnera reagovala. Kromě jedné z participantů, která měla partnera ve stejné skupině, mluvili všichni o **negativním vyjadřování se skupiny vůči nepřítomnému partnerovi**. Skupina se vždy snažila podpořit přítomného člověka a stát na „jeho straně“, jak řekl jeden z frekventantů: *„Mám pocit, že už to bylo trochu zaujatý, že ať už v uvozovkách v pozitivním slova smyslu pro mě, že lidi jako chtěli chránit asi v tom mě, cítil jsem, že se asi chtěli stavit na mou stranu, ale já jsem v tom chtěl cítit hrozně i nějakou objektivitu...“ (Alonso)*

Jedna z frekventantek, která měla přítele, s nímž se rozcházela, ve stejné skupině, popsala svou zkušenost s reakcemi členů skupiny na tuto situaci. Nikdo ze skupiny nebyl vůči ani jednomu z partnerů negativní jako tomu bylo vůči partnerovi, který byl z jiné skupiny či ve výcviku vůbec nebyl. Naopak se skupina snažila oba dva partnery podpořit.

„My jsme měli takovej zásadní konflikt s přítelem, kvůli kterému jsme se vlastně rozešli, tak jsme tam ten konflikt řešili, takže tam byly různé názory na tu situaci... Myslim si, že třeba to bylo i tím, že tam ten partner byl, že si dovedu představit, že kdyby tam nebyl, tak že by možná ta skupina ztratila nějaký zábrany v tom, říct prostě to si nemůžeš takový chování nechat líbit nebo něco na ten způsob. Tak si nevybavuju nějaký jako jednostranný, že prostě se takhle chovat nesmíš nebo ty se chováš špatně nebo on se chová špatně, ale spíš to bylo jakoby o nějaký tý podpoře v tom vztahu.“ (Adéla)

Negativní vůči nepřítomnému, aniž by ho znali, byla skupina například ve chvíli, kdy si člen skupiny na svého partnera **stěžoval**.

„Byla tam jedna holka, která měla problém s přítelem a popisovala ty situace tak, že je prostě hroznej a atmosféra celý tý skupiny byla takhle jakože negativní vůči tomu klukovi, aniž by ho znali. Tam to nebylo moc otočený na tu holku, ale bylo to otočený proti člověku, co tam nebyl.“ (Karel)

„Bylo to spíš negativně vůči němu. Ale já si osobně myslím, že vzhledem k tomu, že já jsem tam ani nic pozitivního nepřinášela, tak to bylo zaměřený tak, jak já jsem to říkala.“ (Veronika)

Dalším z důvodů, proč byla skupina proti člověku, který ve skupině nebyl, byla **identifikace s přítomným člověkem**, ztotožnění se s osobou, kterou znají, ke které mají nějaký vztah.

„...že prostě byli tam pro toho člověka a jako by ten byl ten, kterej je v tom špatnym vztahu a víceméně ten špatnej je ten druhej.“ (Adéla)

„...mluvila jsem tak nějak průběžně od začátku o něm. Takže každej už jako trochu věděl, o koho jde a když jsem naznačila nějakým způsobem, že asi jsem zjistila, že to nebude úplně to ono, tak vlastně všichni už ho znali z toho, co jsem o něm už řekla. ...a pak jsem řekla, že s ním už nejsem tak spokojená, tak mi skupina řekla víceméně, že souhlasí s tím, co já říkám s tím rozchodem a já jsem to vlastně asi chtěla slyšet. Stoprocentně se stavěli na mou stranu a vlastně šli proti tomu partnerovi.“ (Simona)

Ve většině případů se skupina soustředila pouze na to, jak vidí situaci s partnerem člověk, který byl ve skupině přítomen. Jen výjimečně se ve skupině objevil někdo, kdo zmínil, že **z pohledu nepřítomného to může být jinak**, a ne vždy špatně.

„A řekla bych i třeba T., když nám vyprávěla o těch jejich partnerech, tak si neuvědomuju, že bychom někdy se postavili na stranu toho, kdo tam není. Fakt si to neuvědomuju. Možná, že občas tam někdo řekl, že z pohledu toho nepřítomného to může být jinak, to jo, ale vždycky ve finále, když se sečetly všechny reakce, tak si myslím, že to bylo proti němu.“ (Simona)

„Ale jako je pravda, že třeba nikdo se nesnažil ani říct, heleť, tak ho vezmi s sebou nebo já s ním půjdu na kafe nebo na pivo a zjistím, co a jak je a chtěl by si o tom něco poslechnout z té druhý strany. To takhle nikdy nebylo. Vždycky to tam bylo podaný jenom z toho jednoho úhlu pohledu a vždycky jsme pracovali s těma informacema,

který tam přišly z té jedné strany. Vlastně mi nikdo neřekl, ty jo, ty jsi taky pěkná megera.“ (Veronika)

5.6.3 Pár v komunitně skupinovém výcviku

I přes opakovaná doporučení lektorů **nenavazovat ve výcviku partnerské vztahy**, několik párů přeci jen vzniklo. Nejedním účastníkem se zvažovalo, zda má vztah začínat i přes řečená nedoporučení. *„Já jsem měl vztah na skupině tři z pěti let a fakt jsem to hodně zvažoval, jestli do toho vztahu jít.“ (Martin)*

Uvědomovali si, že vztah ve výcviku může mít určitá rizika, která mohou ovlivňovat mnoho věcí. Zvláště nepříjemné situace mohou nastat, když si partneři přestanou rozumět, rozejdou se, ale stále se spolu ve výcviku potkávají.

Prvním negativním faktorem přítomnosti partnera ve výcviku byl **pocit ohrožení účastníka**. Pro lepší porozumění uvádím citace z rozhovorů: *„Tim, že partnerka byla taky ve výcviku a třeba si uvědomuju, že na konci toho vztahu jsem se cejtíl tím jejím výcvikem ohrožený, protože jsem věděl, že se něco děje a vadilo mi, že to neřešíme spolu, ale že to asi pravděpodobně bude řešit ještě v konfliktu s tím, že to jsou lidi ze třídy zároveň a že u toho nejsem, že to neřeší zároveň se mnou. Takže to jsem si teď uvědomil, že jsem se cítil ohrožený tím jejím výcvikem.“ (Karel)*

Účastník pak ještě dodal, že se cítil ohrožený i přes to, že díky osobní zkušenosti velmi dobře věděl, jak výcvik probíhá oproti partnerům, kteří výcvik neabsolvuji, tudíž se mohou cítit ještě více ohrožení.

Zkušenost s **pocitem ohrožení** má i jedna z frekventantek: *„Nemám přímo informace konkrétní, ale vím, že v té druhé skupině toho mého přítele se řešil hodně náš vztah a jako byli dost takoví nepřátelský, kdežto u nás jsme to fakt neřešili a spíš to bylo o tom, že mě to znejišťovalo, protože jsem vlastně nevěděla, co se děje.“ (Adéla)*

Jedinci, kteří měli svého přítele na skupině nebo v komunitě nesdíleli téma rozchodu s partnerem tak otevřeně kvůli **vzájemnému respektu** s přítelem.

„...bývalá přítelkyně byla z jiné skupiny, takže jsme se potkávali ve škole, v komunitě a prostě tam i bylo takový přání z té druhé strany, aby se to vlastně úplně neřešilo... spíš nějak asi sám sebe jsem v tom limitoval, že jsem věděl, že to nechci dělat tomu

druhému, i když teď vidím, že by to bylo možná daleko lepší v něčem to tam řešit.“
(Alonso)

O své zkušenosti se **vzájemným respektem** s přítelem mluvila i participantka, která měla partnera ve stejné skupině.

„My jsme to vlastně i měli hodně s tím přítelem nastavený, že jsme věděli, že jsme v jedné skupině, není to úplně ideální situace vzhledem k tomu, že je rozdíl, když mluvíš o nějakém příteli, kterého zaprvé ta skupina třeba nezná, zadruhý ten člověk nesedí vedle tebe, takže vždycky jsme se i bavili třeba před tou skupinou o tom, co všechno jsme ochotní sdílet, jakou formou, aby vlastně nebyl jakoby pošpiněnej ten druhý, aby to pro něj bylo v pohodě. Jako fakt si myslím, že jsme to měli hodně o tom vzájemným respektu a fakt jsme řešili, že co říct a co ne a do jaký míry, aby to tomu druhému neublížovalo.“ (Adéla)

Partneři ve stejné skupině nebo v komunitě se **navzájem chránili**. Nechtěli si ublížit, rozmýšleli si, co a jak před partnerem sdělí. Nebyli tak otevření a jejich reakce byly jiné, než kdyby byl ve výcviku každý z páru sám.

„Viděla jsem pár ve skupině a myslím si, že je to strašně špatně a oni to oba přiznávají. Víím, že každé zvlášť by reagoval úplně jinak, ale tím, že si nechtěli dělat naschvály nebo na sebe nějak útočit, tak radši mlčeli a pak si to vyříkávali mimo tu skupinu.“
(Veronika)

„Asi na začátku mě to ovlivnilo vztahy, ale ke konci už potom ne a asi je to tím, že jsem si ten vztah hodně chránila před tou skupinou, takže jsem o něm ani nemluvila. Já jsem vlastně se odřízla od té skupiny a bylo to vlastně tím, že jste toho partnera znali.“
(Magdalena)

5.6.4 Tabu, nemožnost mluvit o problému

Na základě analyzovaných textů jsem zjistila, že se ve skupinách vyskytují témata, o kterých členové ve výcviku nemohli nebo nechtěli mluvit. Tato až někdy tabuizovaná témata skupinu velmi ovlivňují.

Participantů má zkušenost, že se ve skupině či komunitě objevila témata týkající se partnerských vztahů, která by v případě, že se o nich bude mluvit na skupině, mohla vyvolat mezi členy konflikt. Z tohoto důvodu nechtěli problém řešit především ti, kterých se týkal.

Jedním z důsledku neřešení problému ve vztahu je **negativní ovlivnění členů skupiny**.

„Hlavně jedna členka to nechtěla vůbec řešit. No, to mi hrozně vadilo. Já jsem na ně byla hrozně naštvaná. Přišlo mi, že je to vůči nám hrozně nefér, protože jsme z nich cítili tu jejich nervozitu, to napětí, ale nikdo jsme do toho nesměl píchnout, protože Eliška si to nenechala. Nechtěla o tom mluvit. Vždycky dala stopku a její přítel třeba chtěl, ale tím, že vlastně Eliška to trochu bojkotovala to mluvit o tom, tak to mě strašně štvalo. A přišlo mi, že to, jak jsme byli silná skupina, tak tohle to strašně nabouralo, to ubralo tý skupině tu sílu, že jsme prostě cítili podprahové, že tam visí něco ve vzduchu a vlastně jsme nikdo z nás to nemohl vyřešit až na ty dva. A přišlo mi to od nich vůči nám nefér, že nás v tom takhle nechali.“ (Simona)

S takovým **negativním vlivem** má zkušenost i další z frekventantek: *„Tak jako, co se týče třeba toho, co se stalo s jednou členkou výcviku, tak to tam viselo furt a jakmile se nějakou oklikou navázalo na to téma, tak prostě okamžitě všichni zmlkli a všichni koukali, jestli jsou s tím v pohodě. Prostě fakt si myslím, že to není dobře. Asi v momentě, když si spolu dva ve skupině něco začnou, tak by měli tu skupinu opustit.“ (Veronika)*

Tabuizovaným tématem byl také **nevyřešený konflikt mezi členy výcviku**, o kterém všichni věděli, ale zároveň předstírali, že se nic neděje. Někteří participanti se svěřili s tím, že nevyřešený konflikt negativně ovlivnil vztahy mezi jednotlivými členy skupiny. Silnou skupinu, fungující jako celek, rozdělil na jednotlivce a narušil hloubku vztahů mezi nimi.

„Cejtím, že to byla naše hlavní slabina nebo to, co jsme nezvládli, byl konflikt. Cejtím, že to bylo hodně společný téma hodně lidí ve skupině, že jsme se nějakým způsobem báli konfliktu nebo nám byl hodně nepříjemnej a tím, že nám i vypadl jeden člen, kterému teda věřím, že ty konflikty taky nedělaly dobře, ale nebál se do nich chodit, tak nám to vzalo tu energii na začátku si ty věci vyřikávat nebo se na sebe i zdravě zlobit. Bohužel pak i cejtím, že ty vztahy dopadly tak, jak dopadly, že se nám ta skupina dost roztránila, protože se to nestihlo vybouřit. Myslím si, že nebylo normální, že jsme ty čtyři roky byli strašně jako když bylo něco špatnýho, tak se dělalo, že se to neděje a neřešilo se to jako celek. Bálo se tam jít do toho konfliktu, a to si myslím, že nám hrozně

uškodilo a zaplatili jsme myslim cenu nejvyšší v tom, že nám spadly i ty vztahy.“
(Alonso)

Někteří participantů nemluvili o všem, co se týkalo jejich rozchodu z důvodu **ohledu vůči jejich přítomnému partnerovi**.

„Takže fakt jsme se dohodli na tom, že prostě když bude něco, co já bych chtěla sdílet, tak se domluvíme na tom, do jaký míry nějakým způsobem, co tam řekneme, abychom s tím byli oba dva v pohodě.“ (Adéla)

„Ne pro mě, protože mně by to nevadilo, že by to tam partnerka takhle říkala, nějak jsem v tom byl tak, že jsem hodně respektoval, že by se nemělo vynášet z té skupiny, ale zase z druhé strany od partnerky to tak bylo, že si nepřála nebo nebylo jí to komfortní asi, že tolik ženských elementů v mé skupině by mělo vědět tolik intimních věcí v našem vztahu.“ (Alonso)

5.6.5 Důvěra ke skupině

Vzhledem k tomu, že se lidé ve výcviku svěřují s velmi osobními, niternými někdy i intimními informacemi a životními zkušenostmi, je pro ně velice podstatné cítit ke skupině plnou **důvěru**.

„...že to mělo velký vlivy do toho výcviku už v nějaký důvěře, jak se to tam musí nastavovat, jak ty lidi, že pochází z jiných skupin, o čem se baví ve volným čase, že tam musí být nějaká důvěra, že si tam ten druhý může říct co chce.“ (Alonso)

Participantů **se svěřují se svým soukromím** skupině podle toho, jak moc jejím členům věří. V případě, že nastane situace, která určitou osobu ve skupině znejistí, nechce se nadále svěřovat tak důvěrně jako dřív.

„...tak už tomu výcviku potom nechceš říkat tolik informací. Už jsi tak jako nebo já jsem si asi víc hlídala to své, když jste mě tam po tom tak naštváli.“ (Monika)

„Důvěru a vztahy jsem ale měla narušené a vedlo mě to k tomu, více přemýšlet o tom, komu se svěřuji a s kým trávím svůj volný čas.“ (Tereza)

Další z frekventantů psal o **pocitu důvěry a svěřování se skupině** ve své bilanční práci: *„Když píšu tyto řádky a vlastně celý tento text uvědomuji si, že tak mohu činit jen proto, že k vám všem cítím bezmezný pocit důvěry. I přes větší, či menší sympatie mi přijde vztah s lidmi ve skupině rovný blízké rodině. Bez důvěry ke všem účastníkům*

výcviku, resp. členům skupiny a lektorům, by výše uvedené nebylo možné psát.“
(Adam)

Důvěru ohrožovalo také to, že spolu absolventi výcviku chodili do stejné třídy. Během roku se vídali téměř každý den i ve škole, což vedlo například k tomu mluvit o věcech, které se staly na výcviku i na denním studiu. Uvádím zde citaci z bilanční práce jedné z absolventek výcviku: „*Jako velkou nevýhodu vidím to, že jsme na výcviku se svými spolužáky ze školy. Plně se otevřít lidem, se kterými se vídáte na denním studiu, je těžké. Ve škole panuje konkurenční prostředí a v posledních letech tam vnímám hodně rivalitu. To se přenáší na výcvik, kde by naopak mělo být velmi bezpečné prostředí a důvěra v to, že nic neunikne ven.*“ (Tereza)

Další frekventantka má podobnou zkušenost, se kterou se svěřila na ohniskové skupině. „*...že jsme měli výcvik, že jsem s těma lidma trávila čas i mimo skupinu a věděla jsem, že ho jako moc nemusí, takže jsem měla jako zpětnou vazbu mimo tu skupinu a tím pádem mi to uzavíralo nějak otevřít tohle téma na tý skupině.*“
(Magdalena)

Uvádím ještě jinou citaci absolventky výcviku, která si stojí za názorem, že by bylo lepší být ve výcviku, který není spojený se spolužáky z denního studia: „*Myslím si, že by mi ten výcvik dal o hodně víc, kdybychom spolu nebyli ve třídě. Kdybychom se potkávali jenom 4x do roka nebo jak často, tak si myslím, že by mi to dalo daleko víc, byla bych v tom daleko otevřenější a cejtla bych se tam líp.*“ (Veronika)

Participantí měli zkušenost s **narušením důvěry kvůli vynášení informací ze skupiny**. To bylo způsobené například tím, když byl v jedné skupině pár, který se o tématech ze skupiny bavil i v soukromí. Jedna z frekventantek se v rozhovoru svěřila, že to pro ni bylo velmi nepříjemné: „*No, jako moc jsem jim nevěřila. Nám se stalo, že jsme zjistili, že tam ty lidi vynášej ze skupiny a v momentě, kdy se to zjistilo, tak to bylo prostě... jo a i tím, že dva členové ve skupině spolu chodili a bavili se spolu o tom v soukromí a věděli jsme to, že se o tom baví, tak to bylo fakt nepříjemný. Já, kdybych měla fakt nějaký problém, třeba fakt nějaký intimní nebo něco, co bych fakt nechtěla, aby někdo věděl, tak bych to nikdy na tý skupině neřekla.*“ (Veronika)

5.6.6 Jak sami účastníci výcviku na PVŠPS vnímají vliv skupiny na jejich rozhodování v partnerském vztahu?

Participantů vnímají vliv skupiny na jejich rozhodování v partnerském vztahu vesměs pozitivně. Díky možnosti sdílení životních situací na skupině, se frekventanti rozhodují rychleji. Participantů mluvili o několika faktorech, které podle jejich subjektivního názoru, rychlost rozhodnutí ovlivnily. Členové výcviku se rychleji rozhodují díky možnosti podrobně mluvit o jejich problémech a životních situacích s ostatními lidmi ve skupině. Dle mého názoru i názoru participantů není v běžném životě oproti výcviku vždy čas, chuť nebo možnost přemýšlet nad každým problémem, hledat příčiny a důvody, proč se určité věci dějí, což může být jeden z důvodů pomalejšího rozhodování.

Jedním z faktorů urychlení rozhodnutí je dle participantů **zorientování se v určitém problému**. Díky členům skupiny získali mnoho jiných názorů a náhledů na dané téma, které jim například pomohli uvědomit si, co opravdu chtějí. Dle jednoho z participantů se rozhodnutí oddaluje kvůli nějaké nevyjasněnosti a skupina je ideální prostor pro možnost těmto nejasnostem porozumět, tudíž se i rychleji rozhodnout.

Frekventanti oceňují také **pocitovou reflexi členů skupiny**, díky které se ve své životní situaci lépe zorientovali a následně i rychleji rozhodli. Pro hlubší porozumění uvádím citaci jedné z frekventantek: „*Přijde mi hrozně dobrý, že ta skupina dává i nějakou pocitovou reflexi, že třeba když tam někdo něco vyprávěl a vyprávěl to tak klidně, tak vyrovnaně, tak jako, že mu to vlastně nevadí, ale ten zbytek cejtíl, že je vlastně hrozně naštvanej na toho člověka jako na toho partnera, tak vlastně je to taky nějaký zrcadlení těch pocitů, a to je vlastně další ta perspektiva. Že si pak člověk může uvědomit vlastně, že je naštvanej.*“ (Laura)

Participantům přináší výcvik **větší sebedůvěru v rozhodování**.

„*V obecné rovině mi výcvik přináší větší sebedůvěru. V rozhodování, v jednání, v tom, jak životní situace snáším, jak se v nich orientuji.*“ (Milan)

Rozhodování je podle participantů také ovlivněno tím, že **se člověk díky výcviku rozvíjí** ve svých schopnostech, možnostech či komunikaci, kdežto jejich partner neměl

možnost dospět k tomuto vývoji tak, jako účastník výcviku. To může být dle některých absolventů výcviku jeden z důvodů rozhodnutí se k rozchodu.

„Mě ovlivnila ta skupina tím, že já jsem se nějakým způsobem vyvíjela a partneři, se kterými jsem chodila, tak vlastně se nevyvíjeli tak jako já. Takže já jsem třeba s jedním začala chodit asi v druháku, byla jsem s ním dva roky a vlastně já jsem za ty dva roky ušla obrovské kus a on byl vlastně pořád jakoby před těma dvěma rukama, ačkoliv byl třeba o dva, tři roky starší než já. Ale to, co jsem říkala, tak vlastně tím, jaký vliv na mě měl ten výcvik, tak to si myslím, že díky tomu jsem pak jako udělala nějaký rozhodnutí k tomu rozchodu.“ (Laura)

Dalším ovlivňujícím faktorem rozhodování je dle účastníků výzkumu **důvěra vůči skupině**. Když si členové skupiny navzájem věří, sdělují o sobě více informací, poslouchají a přijímají názory druhých, berou si příklad z životních zkušeností druhých, mají větší odvahu mluvit o nepříjemných tématech, někteří více vyjadřují své pocity, jsou otevřenější apod. Tyto aspekty participantů vnímají jako jednu z příčin urychlení rozhodnutí.

Žádného z frekventantů výzkumu neovlivnila skupina tak, že by se rozešel s partnerem na základě názorů a reakcí členů skupiny i přes to, že by si rozchodem nebyl jistý. Participantů pokaždé zmínili, že se jim proces rozhodnutí urychlil, ale vždy přišli do skupiny s tímto tématem ve fázi, kdy věděli, že dříve či později chtějí s partnerem vztah ukončit.

5.6.7 Negativní vliv partnerského vztahu ve výcviku

Většina participantů vnímá partnerský vztah ve výcviku jako negativní. Partner ve výcviku i ve skupině ovlivňuje participanty v otevřenosti řešení problému, který se týká jejich vztahu, ve skupině. Participantům se ve skupině těžko mluví o problémech s partnerem, když ví, že ho ostatní členové výcviku znají. Mají snahu přítele chránit i přes to, že na skupině mluví o rozchodu s ním. Účastníci výzkumu mluvili o tom, že je těžké se po ukončení skupiny podívat jejich příteli do očí, když o něm většinu skupiny mluvili negativně. Někteří kvůli partnerovi nemluvili o věcech, které by na skupině sdílet potřebovali, což je dnes mrzí. Říkají, že by již v takové situaci hleděli více na své potřeby než na ty partnerovy.

Omezení v otevřenosti řešit vztahové problémy spatřila jedna z frekventantek také ve chvíli, kdy se se svým partnerem ze stejného výcviku rozešla a jeho novou partnerkou byla členka v její skupině: „...a vlastně pak jsem měla blok kvůli XY, když jsem viděla, že se s mým bývalým partnerem dali dohromady.“ (Monika)

Jak jsem již psala v kapitole Tabu, nemožnost mluvit o problémech, dle participantů skupinu velmi ovlivňovalo, když nebyli partneři ze stejné skupiny schopni mluvit o svém rozchodu. Zmiňovali, že vnímali negativní atmosféru mezi partnery, která jim byla velice nepříjemná a omezovala je v plném soustředění se na jiná, důležitá témata ostatních členů skupiny.

Pár ve skupině vnímali někteří participanté negativně také proto, že partneři rozebírali témata skupiny i v soukromém životě, což v některých účastnících výzkumu vyvolávalo menší důvěru ke skupině. O tomto vlivu píšu podrobněji v předchozí kapitole Důvěra ke skupině.

Pro srovnání uvádím i některá pozitivní vnímání participantů, kterých se týkaly partnerské vztahy ve výcviku či skupině.

Pozitivní na přítomnosti partnera ve výcviku či skupině vidí participanté například to, že jejich partner ví, co je psychoterapeutický výcvik, jak probíhá, o čem se v něm mluví apod. Ti, kteří přítele ve výcviku ani ve skupině neměli, tvrdí, že jejich partnerovi velmi vadilo, že o něm na skupině mluví hlavně z důvodu, že nevěděl, co je psychoterapeutický výcvik a co se v něm odehrává.

Výhodou přítomnosti obou partnerů na skupině by, dle mého názoru, mohlo být zlepšování komunikace mezi nimi či rychlejší vyjasňování si neshod. To je ovšem pouze můj subjektivní názor a v tomto případě by pravděpodobně velmi záleželo na osobnostech obou partnerů, na jejich přístupu, ochotě, odvaze apod. řešit problém před dalšími lidmi ve skupině.

5.7 Přínos výzkumu

Za jeden z přínosů výzkumu v mé diplomové práci považuji zjištění o spiknutí se skupiny proti nepřítomnému partnerovi. Překvapilo mě, že každý z participantů vnímal, že se skupina stavěla proti člověku, který mezi nimi nebyl, nehledě na to, zda ho znají či neznají. V tomto případě se skupina opomněla dívat na problém z více stran a zaměřovala se především na názory přítomného člena.

Na základě analýzy textů se objevilo několik důvodů, kvůli kterým měla skupina vůči nepřítomnému partnerovi negativní postoj. Jedním z těchto důvodů je stěžování si člena skupiny na svého partnera. V případě, že vědí o příteli pouze špatné vlastnosti, je těžké ho vnímat pozitivně. V souvislosti s touto situací vidím výhodu partnerského vztahu ve výcviku, který absolvují spolužáci denního studia na vysoké škole, jako tomu je na PVŠPS, kvůli tomu, že se lidé v tomto výcviku navzájem znají, tudíž mají vlastní názor na oba dva partnery.

Ve spiknutí skupiny proti nepřítomnému může hrát také roli identifikace skupiny s přítomným člověkem. Ve skupině mohou být lidé, kteří mají podobnou negativní zkušenost s partnerem jako člen, který o partnerském vztahu mluví a na základě toho se mohou spíše stavět proti člověku, který ve skupině není.

Jak jsem již psala ve výsledcích výzkumu, za přítomnosti obou partnerů na skupině, se všichni ostatní členové snažili partnery podpořit. Na základě výpovědí participantů se domnívám, že v tomto případě hraje roli odvaha členů říct do očí člověku negativní názor na něj.

Jako přínosný vnímám také fakt, že frekventanti vidí určité nevýhody v tom, že je psychoterapeutický výcvik součástí denního studia na PVŠPS. Participantů mají problém rozlišit hranice mezi běžnou komunikací a komunikací v rámci skupiny. Témata ze skupin tzv. „vynášejí ven“ a mluví o nich mezi sebou i v každodenním životě. Tyto důvody narušují účastníkům důvěru vůči skupině a omezují je v otevřenosti, sdílet se skupinou osobní informace a zkušenosti.

5.8 Shrnutí výsledků

Participantů výzkumu vnímají, že díky skupině, se konkrétně v rozchodech s partnerem, rozhodují rychleji. Tento fakt připisují možnosti podrobně mluvit na skupině o situaci, ve které se chtějí rozhodnout. Díky tomu se v určité životní situaci rychleji a lépe zorientují a následně i rozhodnou.

Dalším důvodem je dle participantů podpora skupiny. Každý z účastníků výcviku byl od skupiny vždy plně podporován, což jim k rozhodnutí rozejít se, dodalo sílu a odvalu.

Většina frekventantů vnímá mnohá omezení ve své otevřenosti vůči skupině z důvodu přítomnosti jejich partnera v komunitě či přímo ve skupině. Například kvůli

respektování, ohledu, přání či ochraně svého partnera nesdílí na skupině vše, co by potřebovali.

Partnerský vztah ve skupině narušuje důvěru některých členů skupiny, jelikož mluví o tématech ze skupiny i v soukromém životě, což někteří účastníci vnímají jako vynášení informací ze skupiny, které je ve výcviku nepřipustné.

Nevýhody vidí frekventanti i v tom, že výcvik na PVŠPS probíhá v rámci denního studia, tudíž účastníci výcviku jsou zároveň svými spolužáky. Větší jistotu, bezpečí a důvěru by ve skupinu i celou komunitu cítili v případě, že by se s členy výcviku viděli pouze několikrát za rok, oproti každodennímu setkávání se ve škole.

Dalším výsledkem mého výzkumu je zjištění, že se skupina vždy postavila proti partnerovi člena skupiny, který ve skupině nebyl přítomen, nezávisle na tom, zda ho znají.

5.9 Diskuse

Ve výzkumu mé diplomové práce jsem se zajímala o to, jak sami účastníci výcviku na PVŠPS vnímají vliv skupiny na jejich rozhodování v partnerských vztazích. Konkrétně jsem se v této práci zaměřila na rozhodování účastníků v rozchodech s jejich partnery. Toto téma jsem si vybrala vzhledem k tomu, že jsem sama absolvovala daseinsanalytický výcvik na PVŠPS a mám osobní zkušenost s řešením partnerského vztahu na skupině. Bylo pro mě zajímavé hlouběji porozumět tomu, jak vnímají účastníci výcviku vliv skupiny na jejich rozhodování v partnerských vztazích. Vzhledem k tomu, že výzkumů na toto téma zatím není mnoho, zhodnotila jsem ho jako pozoruhodné a předpokládala jsem, že by mohlo být v něčem i přínosné.

Výzkumný soubor byl tvořen z 25 absolventů psychoterapeutického výcviku na PVŠPS. Pro zvýšení objektivity svého výzkumu jsem použila více zdrojů dat. Konkrétně jsem využila ohniskové skupiny, kterou tvořilo 10 participantů, bilančních prací, kterých jsem analyzovala 9 a polostrukturovaných rozhovorů, které jsem vedla s 6 absolventy psychoterapeutického výcviku.

Ohniskové skupiny se účastnili absolventi psychodynamického i daseinsanalytického výcviku na PVŠPS. Absolventi, kteří psali bilanční práce, byli taktéž ze dvou výše zmíněných psychoterapeutických výcviků. Z důvodu kombinace těchto dvou směrů jsem si vědoma možného zkreslení výsledků, proto navrhuji pro případný budoucí

výzkum, vybrat zkoumaný soubor pouze z jednoho směru psychoterapeutického výcviku.

Dále shledávám určitá omezení ve sběru dat z bilančních prací vzhledem k tomu, že tyto práce nebyly psány k tématu tohoto výzkumu, ale za účelem řádného zakončení výcviku.

Jak jsem již psala výše, absolvovala jsem stejný psychoterapeutický výcvik jako většina účastníků mého výzkumu. Mnohé z nich, ze dvou důvodů, velmi dobře osobně znám. Absolvovali výcvik ve stejné skupině jako já a zároveň byli mými spolužáky, neboť psychoterapeutický výcvik byl součástí denního studia na PVŠPS. Tento fakt vnímám jako pozitivní především v ochotě participantů, sdílet se mnou otevřeně jejich zkušenosti. Dále jsem neměla žádný problém v získání frekventantů a v domluvě na setkání s nimi. Díky tomu, že jsem se s participanty znala, cítila jsem menší nervozitu ve vedení ohniskové skupiny a rozhovorů, což mohlo přispět k navození příjemné atmosféry a k pocitu většího bezpečí participantů.

Bližší vztah s participanty mohl ovlivnit výsledky analýzy, například z důvodu jejich záměrné změny odpovědí na otázky, pro vlastní ochranu soukromí.

Výsledky mohou být také ovlivněné heterogenitou zkoumaného souboru. Pro další výzkumy by bylo zajímavé získat data od stejného počtu mužů i žen a jejich výpovědi o subjektivním vnímání vlivu skupiny na rozhodování v partnerských vztazích porovnat.

Výsledky by mohl ovlivnit i rozdílný věk participantů či počet jejich partnerských vztahů za život.

Co se týče vlivu skupiny na rozhodování, z analyzovaných textů je zřejmé, že proces rozhodování byl u každého z participantů urychlen. Toto urychlení může být vlivem skupiny, ale také vztahovou zkušeností participanta. Proto pro další výzkumy doporučuji určení kritérií, týkající se počtu partnerů v životě participantů.

Vzhledem k tomu, že jsem se ve výzkumu zaměřovala především na rozhodování účastníků v rozchodech s jejich partnery, v dalších výzkumech by bylo zajímavé zjistit, zda se urychlení rozhodování týká i rozhodování účastníků výcviku v jiných životních situacích.

Rezervy ve výzkumu vnímám také v osobní zkušenosti s výcvikem a konkrétně i s tématem partnerských vztahů, o kterých jsem na skupině sama mluvila. Interpretace

výsledků mohla být ovlivněna mými subjektivními názory a vlastními prožitky, proto jsem použila i další zdroje dat z **jiných výcviků**.

Možné nedokonalosti v analýze dat mohly být způsobeny mou první zkušeností s interpretativní fenomenologickou analýzou, dále jen IPA. Z toho důvodu jsem se prostřednictvím odborné literatury snažila získat co nejvíce informací o postupech IPA a o této analýze obecně. Velmi užitečných rad jsem dostala také od vedoucího mé diplomové práce.

Jako přínos výzkumu vnímám zjištění, že participanti, kteří mluvili na skupině o rozchodu s jejich partnerem, se vždy setkali s negativními názory ostatních členů skupiny vůči nepřítomnému partnerovi. Roli v tomto negativním postoji nehrál ani fakt, zda partnera přítomného člena znají či ne.

Většina participantů vnímá nevýhody v tom, že psychoterapeutický výcvik na PVŠPS probíhá v rámci denního studia na této škole. Jako nevýhodu například uvádějí, že se jim těžko rozlišuje hranice mezi běžnou komunikací a komunikací v rámci skupiny. Často se tedy stává, že témata ze skupin tzv. „vynášejí ven“ a mluví o nich mezi sebou i v každodenním životě. Pro případné budoucí výzkumy bych doporučila zaměřit se na porovnání výhod a nevýhod výcviku, který se skládá ze studentů stejné třídy a výcviku, jehož skupiny jsou složeny z osob, které nejsou mimo výcvik v denním kontaktu.

Závěr

Cílem této diplomové práce je lépe porozumět subjektivnímu vnímání vlivu skupiny na rozhodování v partnerských vztazích dle samotných účastníků výcviku na PVŠPS. Participanti vnímají, že na základě vlivu skupiny se v partnerském vztahu rychleji rozhodují. K urychlení může docházet na základě podpory skupiny, díky které se účastníci cítí sebevědomější, jistější, odvážnější. Rychleji se rozhodují také z důvodu, že jim skupina poskytuje větší prostor a čas mluvit o problému a jeho příčinách, díky čemuž se ve své životní situaci lépe zorientují a uvědomí si, jaké rozhodnutí je pro ně správné.

Participanti vnímají mnohá omezení a nevýhody v partnerských vztazích v rámci výcviku či skupiny. Přítomnost partnera je omezovala v otevřenosti svěřovat se o problémech s přítelem na skupině. Se skupinou nesdíleli vše o partnerovi kvůli respektování jeho případných přání, neříkat o něm na skupině mnoho informací, což jim například neumožňovalo plně pochopit vlastní pocity či prožitky vztahující se k jejich situaci s partnerem.

Přítomnost obou partnerů na skupině dle názoru participantů narušovala jejich důvěru ke skupině. Partneři se o tématech členů skupiny bavili i v jejich soukromém životě, což v některých participantech vyvolávalo pocity nejistoty. Necítili naprosté bezpečí v tom, že veškeré informace, řečené na skupině, zůstanou pouze mezi jejími členy.

Frekventanti mají zkušenost s rozchodem partnerů z výcviku i ze stejné skupiny. Absolventi výcviku se svěřili s tím, že rozchod skupinu vždy značně ovlivnil. Velmi negativně v případě, kdy partneři ze stejné skupiny nebyli schopní o rozchodu mluvit. Členové skupiny vnímali mezi bývalými partnery špatnou atmosféru, která ovlivňovala průběh všech skupin budoucích. Participanti vnímali neochotu partnerů řešit jejich rozchod na skupině, vůči nim jako sobecké, nezodpovědné a nespravedlivé. Nevyřešený konflikt negativně ovlivnil vztahy mezi jednotlivými členy skupiny a narušil hloubku jejich vztahů.

Participanti vnímali, že se skupina vždy staví proti nepřítomnému partnerovi nehledě na to, zda ho znají či ne.

Vzhledem k tomu, že komunitně skupinový výcvik na PVŠPS probíhá v rámci denního studia na této vysoké škole, jeho účastníci jsou si navzájem také spolužáky, což participanti vnímají jako nevýhodu. I přes to, že byli absolventi výcviku v situaci, kdy na skupině řešili rozchod s přítelem, nechtěli o něm říkat všechny negativní věci

z důvodu, že ho všichni členové skupiny znají a často se s ním vidí i mimo prostředí výcviku.

Psychoterapeutický výcvik v rámci denního studia narušuje u participantů důvěru vůči skupině. Důvodem je, že někteří frekventanti mezi sebou mluví o tématech ze skupiny i v každodenním životě, což je nejedním účastníkem vnímáno jako „vynášení informací ze skupiny“.

Tato diplomová práce je součástí výzkumu účinnosti psychoterapeutického výcviku na PVŠPS a její výsledky mohou být inspirací pro další, rozsáhlejší kvantitativní výzkumy, které by mohly přinést další, nové poznatky, týkající se psychoterapeutických výcviků.

Literatura

- FEINGOLD, Alan. Good-looking people are not what we think. *Psychological Bulletin*. 1992, **111**(2), 304-341. ISSN 0033-2909.
- FERJENČÍK, Ján. *Úvod do metodologie psychologického výzkumu: Jak zkoumat lidskou duši*. Praha: Portál. 2000. ISBN 80-7178-367-6.
- FROMM, Erich. *Umění milovat*. Praha: Český klub, 2008. ISBN 978-80-86922-07-2.
- HARTL, Pavel a Helena HARTLOVÁ. *Psychologický slovník*. 3. aktualiz. vyd. Praha: Portál, 2015, s. 267, 268, 514. ISBN 978-80-262-0873-0.
- HARTL, Pavel. *Komunita občanská a komunita terapeutická*. Praha: SLON, 1997. ISBN 80-85850-45-1.
- HENDL, Jan. *Kvalitativní výzkum: Základní metody a aplikace*. Praha: Portál, 2005. ISBN 80-7367-040-2.
- HEWSTONE, Miles a Wolfgang STROEBE. *Sociální psychologie*. Praha: Portál, 2006. ISBN 80-7367-092-5.
- KALINA, Kamil. *Psychoterapeutické systémy a jejich uplatnění v adiktologii*. Praha: Grada, 2013. ISBN 978-80-247-4361-5.
- KALINA, Kamil. *Terapeutická komunita: Obecný model a jeho aplikace v léčbě závislosti*. Praha: Grada, 2008. ISBN 978-80-247-2449-2.
- KLIMEŠ, Jeroným. *Partneři a rozchody*. 2. vyd. Praha: Portál, 2013. ISBN 978-80-262-0575-3.
- KOLAŘÍK, Marek. *Interakční psychologický výcvik*. Praha: Grada, 2011. ISBN 978-80-247-2941-1.
- KOUKOLÍK, František. *Rozhodování*. Praha: Karolinum, 2016. ISBN 978-80-246-3364-0.
- KOŽNAR, Jan. *Analýza efektů výcviku ve skupinové psychoterapii. Závěrečná resortní zpráva*. Bratislava, 1985. Výskumný ústav detskej psychológie a patopsychológie.
- KRÁLÍČKOVÁ, Tereza. *Analýza efektů komunitně skupinových výcviků*. Oborová práce. Praha, 2002. Pražská vysoká škola psychosociálních studií.
- KRATOCHVÍL, Stanislav. *Manželská a párová terapie*. Praha: Portál, 2009. ISBN 978-80-7367-646-9.
- KRATOCHVÍL, Stanislav. *Skupinová psychoterapie v praxi*. 3. dopl. vyd. Praha: Galén, 2005. ISBN 9788072623471.

- KRATOCHVÍL, Stanislav. *Základy psychoterapie*. 5. aktualiz. vyd. Praha: Portál, 2006. ISBN 80-7367-122-0.
- KŘIVOHLAVÝ, Jaro. *Konflikty mezi lidmi*. 2. vyd. Praha: Portál, 2008. ISBN 978-80-7367-407-6.
- MATĚJKOVÁ, Erika. *Jak řešit konflikty a problémy v partnerských vztazích*. Praha: Grada, 2007. ISBN 978-80-247-1832-3.
- MIOVSKÝ, Michal. *Kvalitativní přístup a metody v psychologickém výzkumu*. Praha: Grada, 2006. ISBN 80-247-1362-4.
- NAKONEČNÝ, Milan. *Sociální psychologie*. Praha: Academia, 2009. ISBN 978-80-200-1679-9.
- NOVOTNÁ, Eliška. *Sociologie sociálních skupin*. Praha: Grada, 2010. ISBN 978-80-247-2957-2.
- RIEGER, Zdeněk. *Lod' skupiny: Inspirace pro současné i budoucí lodivody ve skupinové terapii*. Praha: Portál, 2007. ISBN 978-80-7367-222-5.
- RŮŽIČKA, Jiří. *Komunitní a skupinová psychoterapie v české perspektivě*. Praha: Stanislav Juhaňák - Triton, 2011. ISBN 978-80-7387-467-4.
- ŘIHÁČEK, Tomáš, Ivo ČERMÁK a Roman HYTYCH. *Kvalitativní analýza textů: čtyři přístupy*. Brno: Masarykova univerzita, 2013. ISBN 978-80-210-6382-2.
- SHINEBOURNE, Pnina. The Theoretical Underpinnings of Interpretative Phenomenological Analysis (IPA). *Journal of the Society for Existential Analysis*. 2011, **22**(1), 16–31. ISSN 0958-0476.
- ŠIMÍČKOVÁ-ČÍŽKOVÁ, Jitka. *Přehled sociální psychologie*. 2. vyd. Olomouc: Univerzita Palackého, 2004. ISBN 80-244-0929-1.
- ŠMOLKA, Petr. *Výběr partnera: Pro nezadané i zadané*. Praha: Grada, 2005. EAN 24761800.
- TITL, Slavoj. *Psychoanalytická párová terapie*. Praha: Portál, 2014. ISBN 978-80-262-0701-6.
- VYBÍRAL, Zbyněk a Jan ROUBAL. *Současná psychoterapie*. Praha: Portál, 2010. ISBN 978-80-7367-682-7.
- VYMĚTAL, Jan. *Obecná psychoterapie*. 2. rozš. a přeprac. vyd. Praha: Grada, 2004. ISBN 978-80-247-0723-5.
- VYMĚTAL, Jan. *Úvod do psychoterapie*. Praha: Psychoanalytické nakladatelství, 1992.

VÝROST, Josef a Ivan SLAMĚNÍK. *Sociální psychologie*. 2. rozš. a přeprac. vyd. Praha: Grada, 2008. ISBN 978-80-247-1428-8.

YALOM, Irvin. *Teorie a praxe skupinové psychoterapie*. Hradec Králové: Konfrontace, 1999. ISBN 80-86088-05-7.

ZLÁMANÝ, Jakub. *Teorie SUR – výchovná komunita jako terciální rodina*. Disertační práce. Praha, 2013. Univerzita Karlova. Filosofická fakulta. Katedra psychologie.

Elektronické zdroje:

MORGAN, David L. Focus Groups. *Annual Review of Sociology* [online].

1996, **22**(1), 129-152 [cit. 2018-06-20]. ISSN 0360-0572. Dostupné z:

<http://www.annualreviews.org/doi/10.1146/annurev.soc.22.1.129>

SMITH, Jonathan A. Evaluating the contribution of interpretative phenomenological analysis. *Health Psychology Review* [online]. 2011, **5**(1), 9-27 [cit. 2018-07-24].

ISSN 1743-7199. Dostupné z:

<http://www.tandfonline.com/doi/abs/10.1080/17437199.2010.510659>

Daseinsanalytický výcvik. *Pražská vysoká škola psychosociálních studií* [online]. ©2017, [cit. 2018-05-15]. Dostupné z: <http://www.pvsps.cz/seminare-a-vycviky/daseinsanalyticky-vycvik/>

Motto a charakteristika školy. *Pražská vysoká škola psychosociálních studií* [online]. ©2017, [cit. 2018-05-15]. Dostupné z: <http://www.pvsps.cz/nase-skola/motto-a-charakteristika-skoly/>

Psychodynamický výcvik. *Pražská vysoká škola psychosociálních studií* [online]. ©2017, [cit. 2018-05-15]. Dostupné z: <http://www.pvsps.cz/seminare-a-vycviky/psychodynamicky-vycvik/>

The Client-Centred Psychotherapy. *Pražská vysoká škola psychosociálních studií* [online]. ©2017, [cit. 2018-05-15]. Dostupné z: <http://www.pvsps.cz/seminare-a-vycviky/the-client-centred-psychotherapy/>

Přílohy

Příloha č. I – *Vzor informovaného souhlasu*

Příloha č. II – *Znění otázek pro ohniskovou skupinu*

Příloha č. III – *Znění otázek pro individuální rozhovory*

Příloha č. IV – *Doslovný přepis ohniskové skupiny*

Příloha č. V – *Doslovné přepisy individuálních rozhovorů*

Příloha č. I

Vzor informovaného souhlasu pro účastníky ohniskové skupiny.

Informovaný souhlas s účastí na ohniskové skupině a jejím užitím

V rámci diplomové práce s názvem „Vnímání vlivu výcvikové skupiny na rozhodování v partnerských vztazích“, která je realizována na PVŠPS jste byl/a vybrán/a a požádán/a o spolupráci. Cílem práce je zjistit, jak sami účastníci výcviku vnímají vliv skupiny na jejich rozhodování v partnerských vztazích. Vaše účast na ohniskové skupině je zcela dobrovolná. Není Vaší povinností odpovědět na všechny otázky, naopak je zcela na Vás, jaké informace a zkušenosti na ohniskové skupině sdělíte.

Pro potřeby analýzy se ohnisková skupina s Vámi bude nahrávat. Nahrávání může být na Vaši žádost kdykoliv přerušeno. Celá ohnisková skupina, bude doslovně přepsána do textové podoby.

Veškeré získané údaje budou anonymizovány.

Výsledky výzkumu mohou být anonymně publikovány.

Dále Vás žádám o respektování mlčenlivosti ohledně informací sdělených ostatními členy.

V Praze dne:

.....

Vzor informovaného souhlasu pro účastníky individuálních rozhovorů.

Informovaný souhlas s rozhovorem a jeho užitím

V rámci diplomové práce s názvem „Vnímání vlivu výcvikové skupiny na rozhodování v partnerských vztazích“, která je realizována na PVŠPS jste byl/a vybrán/a a požádán/a o spolupráci. Cílem práce je zjistit, jak sami účastníci výcviku vnímají vliv skupiny na jejich rozhodování v partnerských vztazích. Vaše účast na rozhovoru je zcela dobrovolná. Není Vaší povinností odpovědět na všechny otázky, naopak je zcela na Vás, jaké informace a zkušenosti v rozhovoru sdělíte.

Pro potřeby analýzy se rozhovor s Vámi bude nahrávat. Nahrávání může být na Vaši žádost kdykoliv přerušeno. Celý rozhovor, bude doslovně přepsán do textové podoby. Veškeré získané údaje budou anonymizovány.

Výsledky výzkumu mohou být anonymně publikovány.

V Praze dne:

.....

Příloha č. II

Znění otázek pro ohniskovou skupinu.

- 1) Jak vnímáte vliv skupiny na vaše rozhodování v partnerských vztazích?
- 2) Máte pocit, že skupina ovlivnila vaše rozhodování? Pokud ano, jak?
- 3) Myslíte si, že má skupina tak velkou sílu, že by dokázala někoho přesvědčit například k rozchodu?
- 4) Myslíte si, že vás výcvik ovlivnil v tom, jak vnímáte sami sebe ve vašich partnerských vztazích? Pokud ano, jak?
- 5) Myslíte si, že ve vašem partnerském vztahu došlo k nějaké změně v komunikaci? Pokud ano, k jaké?
- 6) Vnímáte změnu ve vašem rozhodování v partnerském vztahu? Pokud ano, jakou?
- 7) Jaké byly reakce vašeho partnera na výcvik?

Příloha č. III

Znění otázek pro individuální rozhovory.

- 1) Zažil/a jste rozchod v průběhu výcviku?
- 2) Jak dlouho trval váš vztah s partnerem?
- 3) Mluvil/a jste o rozchodu na skupině?
- 4) Když jste o rozchodu mluvil/a na skupině, jak na to reagovali členové skupiny?
- 5) Ovlivnily vás reakce členů skupiny ve vašem rozchodu? Pokud ano, jak?
- 6) Máte pocit, že skupina ovlivnila vaše rozhodování? Pokud ano, jak?
- 7) Pokud jste se rozešel/a během výcviku, máte pocit, že díky skupině proběhlo rozhodnutí rozejít se rychleji, než kdybyste se rozhodoval/a mimo skupinu?
- 8) Myslíte si, že má skupina tak velkou sílu, že by dokázala někoho přesvědčit například k rozchodu?
- 9) Cítila jste ve skupině podporu?
- 10) Jak vnímáte reakce skupiny na vašeho bývalého partnera?
- 11) Myslíte si, že je rozdíl mezi tím, když má člen skupiny partnera ve výcviku a mimo výcvik? Pokud ano, jaký?
- 12) Máte pocit, že se vás skupina snažila někdy k něčemu „dotlačit“?
- 13) Máte pocit, že bylo ve skupině nějaké téma, které takzvaně „viselo“ ve vzduchu?
- 14) Jste rád/a, že jste absolvovala psychoterapeutický výcvik?
- 15) Chybí vám skupina?

Příloha č. IV

Doslovný přepis ohniskové skupiny:

Z důvodu anonymizace jsou jména participantů v doslovném přepisu zaměněná za náhodná písmena.

Moje téma diplomky se týká partnerských vztahů a konkrétně mě zajímá, jak vy vnímáte vliv skupiny na vaše rozhodování v partnerských vztazích.

M: A máme to brát jako když jsme byli v tom výcviku nebo až po výcviku?

No, jestli jste vnímali nějaký vliv skupiny na vaše rozhodnutí?

K: Já, když to vezmu jako obecně jako vliv skupiny na rozhodování, tak si myslím, že tam možná trošku nějaký byl, ale jenom v tom ohledu, jako že mi rozšířili nějaký ten obzor, jakože když člověk třeba řeší něco i vztahovýho nebo jakýkoliv rozhodnutí... Nebo já to u sebe znám, že mam takový jako zúžený vidění trošku jo na ten problém, a že třeba proto tam o něm mluvím, že se v tom třeba nevyznám, takže se to tak jako nakousávalo, ale na ten samotnej akt toho rozhodnutí i obecně i co se týká vztahů, tak nevidím ten vliv tý skupiny. Vůbec.

Myslíš si, že i když jsi o tom mluvil, tak tvoje závěrečný rozhodnutí je podle tebe?

K: Já jsem tam ale neměl ani požadavek na to, aby tam nějaký rozhodnutí z jejich strany jako bylo. Jo, že jsem tam mluvil jako o problému třeba nějakým a řešil jsem prostě ten problém, řešil jsem tam jako hodně to, jak já jsem třeba v tom problému byl nebo tak, ale vlastně nevidím vůbec nějaký rozhodnutí, který bych udělal na základě skupiny.

P: Mně přijde, že já, jak jsem na skupině nikdy neřešila nějaký vztahový věci, tak že mě to jako by neovlivnilo, i když jako bych řešila něco spíš takovýho jako... neřešila jsem tam přímo nic vztahovýho, takže mě to jako ani asi jako nemohlo moc ovlivnit. Ale vim, že jsem tam něco řešila, co se týkalo mýho života a potřebovala jsem k tomu nějakou podporu od přítele a to jako, že mě v tom nějak skupina asi podpořila, tak mně to asi k tomu víc jako pomohlo no, že nevím, jestli bych bez skupiny si k tomu takhle došla, takže asi jako trošku jo, ale tím, jak jsem tam toho moc neřešila, tak mě to asi moc neovlivňovalo no.

K: Ještě mě k tomu napadá třeba můj pohled jako když tam někdo jinej řešil nějaký takovej vztah, takže já jsem třeba během tý jeho skupiny v sobě měl nějaký různé pocity a takj jsem si jako říkal, co by pro něj bylo nejlepší, ale říkal jsem si to jenom

sám pro sebe, ale nahlas jsem to neřekl, třeba, že si myslím, že by bylo nejlepší, kdybyste se rozešli. Tak nějak jsem vnímal nějaký to, že mi to nepřísluší jako členovy tý skupiny. Takže třeba tady v týchle oblasti jsem se jako nestavil, ale vnímal jsem tam nějaký svoje, co si myslím, že by bylo pro toho člověka nejlepší, ale zase já nejsem ten člověk, že jo. A to, co on mi tam říká nebo já pojmám jenom část toho, co to pro něj třeba doopravdy znamená, takže jsem si nedovolil prostě nějakým způsobem ho v tomhle směřovat.

P: A třeba, když jsem se bavila s kamarádkou před školou, před psychologii o svém bejvalym vztahu, kterej skončil těsně před prvákem, tak říkala, taky chodí k nám na školu a měla výcvik už dřív a říkala, hele já prostě si myslím, že když začneš chodit do výcviku, tak se s nim rozejdeš. Jo, ale tím, jak jsem to ukončila už předtím, tak to jako neovlivnilo, ale vim, že u ní to bylo hodně. Že jí to hodně pomáhalo jako nějak posunout se dál a vidět nějaký jiný pohledy na ten její vztah jo, že kdybych furt pokračovala v tom svém bejvalým vztahu, tak asi jako by to určitě tomu nějak pomohlo.

L: Já mam pocit, že třeba mně úplně vyloženě neovlivnili ty lidi ve skupině, ale mě ovlivnila ta skupina tím, že já jsem se nějakým způsobem vyvíjela a jakože partneri, se kterými jsem chodila, tak vlastně oni jako, ale se nevyvíjeli tak jako já. Takže já jsem třeba, s jedním jsem začala chodit asi v druháku, byla jsem s nim dva roky a vlastně já jsem za ty dva roky ušla obrovskej kus a on byl vlastně pořád jakoby před těma dvěma rukama, ačkoliv byl třeba o dva, tři roky starší než já. Já jsem teda taky neřešila žádný vyloženě vztahový problémy. Já vždycky, když jsem se s někým rozešla, tak jsem to pak řekla, ale nepamatuju si, že bych asi vyloženě řešila nějaký vztahový problémy, když ten vztah byl ještě aktuální, ale to, co jsem říkala, tak vlastně tím, jakej vlastně vliv na mě měl ten výcvik, tak to si myslím, že díky tomu jsem pak jako udělala nějaký rozhodnutí k tomu rozchodu nebo tak. Ale samotný lidi jako vyloženě příměj vliv na nějaký moje rozhodnutí neměli, protože jsem tam nic takový moc neřešila.

PA: No, já to vidim taky podobně, že třeba... Jako vnímám to, že mě to ovlivnilo, ale ne, že bych přijala někoho jinýho rozhodnutí. Jakože ten výcvik nebo to, co se dělo na skupině mi jenom ukázalo to, jak to třeba může být jo. Třeba i nějaký techniky. Jakože my jsme jeli hodně techniky a třeba vyměněný židle, že jako pocit jako vcítit se do toho partnera a vlastně i do sebe, jak to jako prožívám pro mě bylo hrozně moc, takže

mě to jako ovlivnilo, ale neřekla bych, že na základě toho, že bych se rozhodla proto, že mi to někdo poradil. Ale nějaký jako rozšíření vědomí nebo dostat se blíž k sobě a zároveň k tomu partnerovi skrze nějakou zpětnou vazbu nebo když tě tam vlastně třeba na skupině nějaké mužské nebo být výcvikář, kterej byl pro mě víc autorita, tak když řekne, hele a nemohl by to mít třeba takhle? Tak nad tím začneš uvažovat, ale stejně mi přijde, že se pak ve finále rozhodneš tak, jak to cejtíš a ne jako... Možná jsi nějakou tou radou ovlivněná, ale nevím, do jaký míry, ale myslím, že do velké ne.

A necejtíš nebo vy všichni ostatní, že skupina má takovej tlak, že to svoje rozhodnutí třeba uděláš dřív, než bys ho udělala bez tý skupiny?

PA: Já si myslím, že to není ani tím tlakem, ale že to je urychlený tím, jak se tím takhle hluboko zabýváš, že v životě nemáš jako čas se nad tím pozastavit, ponírat se v tom, ale jsi v koloběhu práce, škola nebo tak a nemáš čas nad tím přemýšlet a tady máš ten luxus nad tím jako přemýšlet a možná se to tím urychlí.

PA2: Mě k tomu napadá, že ta skupina, že si myslím, že klidně může být, že ten výcvik tady ty rozhodnutí výrazně urychlí, ale ne z důvodu tlaku, ale z důvodu zorientování se v tom problému, protože vlastně podle mýho, že jo většinou zvlášť ve vztazích to rozhodnutí bývá o pocitech nebo u někoho třeba racionálně, ale ten důvod toho odkládání většinou bývá vlastně nějaká nevyjasněnost nebo takový a přesně ten prostor to řešit, ta motivace to řešit a tam je velká nabídka toho, že se člověk v tom dokáže líp asi zorientovat, tak v momentě, kdy se v té situaci zorientuje, tak už to rozhodnutí probíhá jakoby líp, snáz asi. Takže ta skupina asi může i tlačit, ale spíš si myslím, že prostě když se rychlejc zorientuju, tak se samozřejmě třeba rychlejc rozhodnu. Že třeba místo toho abych ten vztah zachraňoval rok, tak prostě po třech měsících se zorientuju v tom, že to nemá smysl a rozejdu se.

L: To je fakt, že tam pak můžou nebo když jako nastíním ten problém, tak vlastně se tam může ozvat někdo právě s myšlenkou, co mě nenapadla a tím pádem začnou vlastně, to je vlastně to, co jsi říkal, že začnu přemýšlet v jinym kontextu najednou si řeknu a jo vlastně, co tady dělám?

K: Jak říkáš. Myslím, že jsem nikdy necejtíl, že to mělo povahu rady, ale vždycky jsem to vnímal tak, že je to nějaká nabídka. A když se tam někdo my snažil radit, tak jsem se proti tomu i vymezoval.

L: A ještě mě k tomu napadá, že mi přijde hrozně dobrý, že ta skupina dává i pocitově i nějakou pocitovou reflexi, že třeba když tam někdo něco vyprávěl a vyprávěl to tak

klidně, tak vyrovnaně, tak jako, že mu to vlastně nevadí, ale ten zbytek cejtí, že je vlastně hrozně naštvanej na toho člověka jako na toho partnera, tak vlastně je to taky nějaký zrcadlení těch pocitů, a to je vlastně další ta perspektiva. Že si pak člověk může uvědomit vlastně, že je naštvanej.

Jo, že vlastně nemáš jenom informace jako zpětnou vazbu, ale že tam máš zahrnutý i ty pocity, který ti můžou nějak pomoci.

M: Já jsem to měl vlastně dost specifický. Já jsem měl vztah na skupině tři z pěti let a fakt jsem to hodně zvažoval, jestli do toho vztahu jít, a to na to jsem se upřímně vykašlal, ale fakt jsem to pečlivě zvažoval, takže ta skupina v tom vůbec roli nehrála a potom, když jsme se rozešli, tak jsem to teda vydržel až do konce výcviku, ale vlastně trochu co jsi říkal ty Pavle, že bys vlastně nikdy neřekl, co by ty lidi měli dělat, tak zase tím, že jsem nikdy neslyšel, tak se na to vykašlete nebo se rozejděte, je to fakt hrozný, tak to je taky nějaká informace ta absence toho.

PA2: Mě to zaujalo, jak jsi říkal, že bys to neřekl, tak jasný, že ve výcviku mluví ten, kdo chce, že to něni tak, že tě někdo vytahuje, ale právě mě napadlo, že jsme někdy dělali, že sám ten řečník řekl, že chce názor od toho a toho člověka, tak v tu chvíli by ses jako nestyděl nebo já nevím, jestli to byl stud nebo profesionalita...

K: Já bych řekl třeba, já už bych z toho odešel.

PA2: Jasně, za sebe, ale pak bys to teda narovinu řekl.

K: Ale neřekl bych prostě vypadni z toho, vidím, že je ti z toho špatně, nedělej to.

PA2: Jasně.

K: Neřekl bych to tak. Ani teď bych to tak neřekl, a to jsem už po výcviku a všechno, ale neřekl bych to, i když bych si to třeba myslel.

PA2: Já jako chápu ten rozdíl mezi tím někomu radit a mezi tím říct někomu vlastní názor nebo třeba i to, jak bych se zachoval v jeho situaci. A zase je důležitý, když si uvědomuju, že toho člověka hodně ovlivňuju, tak i říct, jak já bych se zachoval pro něj on to může vzít jako tu radu a podle toho teoreticky řídit své chování, takže je to jako zodpovědnost, ale právě v momentě, kdy to nepodávám jako radu, už se s nim rozejdi, ale já bych se s nim rozešel, tak to vidím ne jako to negativní radění, ale jako tu otevřenost.

K: To vidím podobně jako ty no. Já to třeba, to mám úplně konkrétní zkušenost, že jsme tam třeba měli prostě... byla tam holka, nespokojená ve vztahu, vyprávěla tam o tom vztahu a mně běželo hlavou, jako fakt se na něj vys..., dělá ti to špatně, je to

hrozný a neřikal jsem to. A pak přišel další výcvik a byla to nějaká krizovka tam a od té doby jsou spolu šťastní. A tam jsem si prostě napsal do hlavy vykřičníček, aha jako nemyslet si, že všechno, co se tam na té skupině řekne, tak že si z toho jsem schopnej si udělat obázek o té celé situaci, co tam je. Tak od té doby jsem hodně opatrněj, tak možná proto to tak mám.

P: Já si myslím, že třeba skupina je dobrá, když tam takhle něco řešíš vztahovýho, tak že oni ti potvrdí, že třeba děláš dobře nebo dokážou tě nějak podpořit, v tom tvym rozhodnutí nebo ti prostě daj něco, jak by to dělali oni a že ty se ujistíš v tom, že ty bys to udělala jinak nebo že tohle ti nesedí a že ti to pomáhá objektivně víc, než kdybys to řešila s kámoškou u kafe nějakej problém s chlapem. Že je to tam prostě na jiný rovině.

A bereš to pozitivně?

L: Jo. Pokud si teda ten člověk dokáže nějak uhlídat to svý. Jo, pokud si neřekne, aha, tak čtyři lidi mi tady řekli, ať se s nim rozejdu, tak já se s nim rozejdu, protože já sama jsem nejistá, ale ostatní říkaj, že to mam udělat. Jako doufám, že takovýhle lidi na skupině nejsou, který by dali na názor těch druhých v tomhle, že je to taková důležitá věc.

PA2: Teď mi došlo, že vlastně paradoxně, a to je možná otázka do pléna, ale že jsem si uvědomil, byť vztahy a partnerský vztahy jsou vlastně jako strašně důležitý téma a častokrát pro folkovou veřejnost prostě psychologii to, že se skoro vždycky řeší partnerský vztahy, tak i když je to pro mě důležitý téma, tak jako na tady té rovině takovýho toho, co s partnerem a jaký problémy, tak třeba jsem to tam téměř nikdy neřešil a neměl jsem tu potřebu. A celkově, když se zamýšlím nad naší skupinou, tak to bylo překvapivě nevýrazné téma. Přitom to jako běžně pro lidi bývá pro lidi hodně důležitý, ale nějak si nevzpomínám, že by se to tam nějak hodně řešilo. Úplně v první chvíli, když jsi se zeptala na partnerský vztahy, tak jsem se fakt zamyslel a pak jsem si uvědomil, že na začátku výcviku mi jeden vztah skončil a pak jsem měl jeden v průběhu výcviku, ne ze skupiny, ale z komunity a pak mi ještě třetí začal před koncem výcviku, ale přitom tam to téma skoro nebylo.

Tak to já jsem si třeba říkala, že se to odehrává skoro ve všech skupinách, že je to i takovej věk, že ty partnerský vztahy tam nějak hrajou roli...

MA: To je pravda, že jsme tam vlastně častokrát zamířili úplně na jiný témata.

PA2: Přemýšlím, čím to je.

PA: U nás jsme to teda docela řešili. Já jsem nebyla sama.

MA: Málo no jsme to řešili. Spíš s nějakýma problémama. Člověk to tam nějak tak vyblil, ale potom to vždycky sklouzlo do něčeho jiného a že se vlastně ta prvotní věc, se kterou ten člověk přišel, neřešila. Řešil se ten vztah, ale potom se stejně řešil jako vždycky ten člověk. To jsem tam měla i já.

PA2: To je možná ono no, že běžně se vždycky ty vztahy řešej na takový ty praktický úrovni, co ty, co on, co vy spolu a v tom výcviku to strašných let ten vztah třeba jakoby navozuje nějaký téma, ale pak to sklouzává k tomu člověku samému a už se řeší on. Ale ani si nevzpomínám na situaci, kde by byl jako prostor, že bysme se o tom vztahu bavili stylem, že by na to byla odpověď, tak se rozejdi nebo tak zůstaňte spolu. Že jsme ani nikdy takhle ty vztahy na týchle úrovni nerozebírali. Přišlo mi, že nebyla ta potřeba. Že to nebyl ani stud, ani blok, ale že, známá daseinalistická hláška, zůstaň u sebe.

K: Myslíte si, váš výcvik ovlivnil v tom, jak vnímáte sami sebe ve vašich partnerských vztazích? Pokud ano, jak?

M: Já si myslím, že u mě to ovlivnilo k tomu, že jsem se naučila víc vnímat sebe a nějaký ty dvě roviny. Sebe ve vztahu s tím milovaným člověkem a pak jako sebe jako člověk vlastně a občas to dělalo dost bordel, ale pak jsem se v tom asi nějak naučila chodit nebo nevím a mně se to jako hodně posunulo a jsem za to ráda, protože to je takovej jako... teď jsem v tom našla tu rovnováhu a myslím si, že to je jako jedineč pozitivní a je to jako síla. Dávám si záležet nebo jsem pro sebe důležitá v tom, co si o sobě myslím nebo jak se chovám a co dělám a zároveň to dávám do kontextu v tom, jak jsem právě s tím člověkem jako v tom partnerským vztahu, že je to takový to prolínání těch pohledů. A jak vnímám sama sebe, tak to rozhodně ovlivnilo.

K: Já si myslím, že mě taky a že mi výcvik, že to je taková kombinace, že ten život přináší ty témata do toho výcviku a tím do jakých já situací jsem se dostal, tak mě to tam nějakým způsobem vrhlo a že ten výcvik mi to pomohl nějak zpracovat. Pamatuju si, že jsem fakt jako věděl, že ten výcvik fakt potřebuju, že tam potřebuju jet a že to tam potřebuju fakt řešit. Že je tam přeci jenom to řešení na trošku jiný úrovni, ale potřeboval jsem i ty kamarády, a i takovou tu věc jako ty obecný rady a všechny tady tyhle věci, ty jsou hrozně důležitý. Stejně tak jsem potřeboval prostě to prostředí toho výcviku a byl pro mě třeba hrozně... Já jsem si tyhle věci řešil vždycky jako sám nějak

v sobě a že tam bylo třeba výborný, jak tam byla nastavená ta atmosféra, že se o těch věcech mluví nebo může mluvit, tak že jsem tam o tom mohl mluvit, tak to bylo dobrý.

PA2: Já přemýšlím, jak ti na to jako odpovědět, protože jak jsme se tu před tím bavili o tom, jak výcvik změní sebepojetí, sebehodnotu a sebezpůsobení, tak mi přijde nemožný, aby to neovlivnilo to, jaký máme vztahy. Ale zároveň, když tu otázku takhle položíš jako jestli výcvik nějak ovlivnil to, jak sami sebe vnímáme ve vztazích, tak mám tendenci říct ne, ale změna tam nastala jako obrovská, ale nějak mi to jako od toho nějak nejde oddělit prostě, ale možná tím, jak já nemám tu zkušenost, že bysme řešili vztahy nebo mé vztahy... Výcvik změnil mě a to se v těch vztazích projevilo zákonitě, ale změnilo to moje chování ve vztazích a docela tak jako tam je hodně témat, kterým jsem se otevřel a hodně jsem o tom přemýšlel jako obecně třeba na vztahování se k ženám, ale třeba jsem se tam dozvěděl nějaký věci, který jsou divný a dodnes je nemám nějak vysvětlený. Třeba nejsem téměř schopen žárlit a vždycky jsem to bral jako dobrá vlastnost a pak mi bylo řečeno, že je to tak divný, že je to jako špatný nebo že to musí být špatný, tak to třeba dodnes nemám moc objasněný a vim, že ale třeba mi to ve vztazích změnilo, že se to někdy ve vztazích snažím maskovat, že žárlím, což je trošku paradoxní.

P: Jako, že děláš, že žárlíš?

PA2: No, protože moje nežárlení mi bylo vysvětleno, že to může být jako lhostejnost vlastně, tak abych nevypadal lhostejnej, tak žárlím. Moc mi to nejde.

L: Já to vnímám taky podobně, že vlastně s tím sebepojetím se nějak vnímám i v těch vztazích jinak, ale jinak si myslím, že samotnej výcvik na to, jak se vnímám v těch partnerských vztazích vliv neměl, ale jako spíš jako důsledek toho procesu a potom mě ještě napadlo, že to, jak se vnímám v partnerských vztazích, tak že vlastně na mě má asi vliv partner, že vyloženě jako výcvik mám pocit, že spíš jenom v kontextu toho vývoje.

MA: My se tady smějeme, že nemáme co přinést, protože jsme celou dobu obě dvě single, takže...

M: Pro mě je teda hrozně těžký, to oddělit. Na to bych potřeboval ještě jeden výcvik, ale myslím, že mě to posunulo jako ve smyslu toho, že ten výcvik mě nějak posunul a otevřel nějaký vnímání věci jinak třeba, ale teď asi nedokážu říct, jestli... Jako když do toho začlením to, že jsem tam měl přítelkyni, tak stopro mě to ovlivnilo, ale jinak jako, pokud to mám oddělit, tak to nedokážu oddělit.

MAG: Já si myslím, že mě to taky nějak moc neovlivnilo ke konci toho výcviku. Asi na začátku mě to ovlivnilo vztahy, ale ke konci už potom ne a asi je to tím, že jsem si ten vztah hodně chránila před tou skupinou, takže jsem o něm ani meluvila víceméně vůbec. Já jsem vlastně se odřízla od té skupiny a bylo to vlastně tím, že jste toho partnera znali a asi taky, protože jsem cejtila... nevim no. Prostě jsem si to tak bránila, že jsem to vlastně ani nechtěla slyšet.

K: Co je na tom nebezpečného, že ho znali?

MAG: Že jsme se asi potkávali i mimo skupiny. Že by pro mě asi bylo jednodušší... víš, že jako to, že jsme měli ten výcvik, to, že jsem s těma lidma trávila čas i mimo tu skupinu a věděla jsem, že ho jako moc nemusí, takže jsem měla jako zpětnou vazbu mimo tu skupinu a tím pádem mi to jako uzavíralo nějak otevřít tohle téma na tý skupině.

K: Jo, takže tam ještě hrozilo nějaký zvýraznění toho nepřijetí.

MAG: Jo, takže proto jsem si to jako bránila. Toho jsem se bála.

**Myslíte si, že ve vašem partnerském vztahu došlo k nějaké změně v komunikaci?
Jestli ano k jaké?**

P: Tak naučila jsem se takový to neříkat ty děláš tohle a neděláš tohle, ale říkat: já potřebuju, já se cítím...

PA: Tak já jsem se třeba naučila nenaznačovat, ale říkat si napřímo, co potřebuju.

H: A zlepšilo to ty vztahy?

PA: Kvalitativně ten vztah byl určitě lepší.

M: Já si myslím, že mojí komunikaci prohloubil, že měla větší intenzitu. Že ty rozhovory se zkvalitnily.

L: Ale tak mě přijde, že ten partner musí chtít, protože si pamatuju, že i když jsem chtěla do nějakýho rozhovoru nepříjemnýho jít, tak se mi třeba stalo, že se to obrátilo proti mně, protože ten člověk nebyl schopnej sebereflektovat a bral to jako útok.

M: To si myslím, že tam hraje velkou roli no.

K: Já si myslím, že u mě to tu komunikaci zkvalitnilo, ale že tam ze začátku hlavně třeba ty dva, tři první roky toho výcviku, tak že jsem tam bylo moc v těch vztazích, že jsem hodně psychologizoval. Že to bylo takový něco mezi psychologizováním, pak vím, že mam hodně sklony vychovávat, a ještě jak jsem měl ty nástroje ze školy a z toho výcviku a tak, takže jsem v tom byl ještě silnější, takže jsem si nebo navenek by to vypadalo, že ta komunikace je silná, hluboká, ale přitom to nebylo tak osobní.

Nebo ono to bylo osobní, ale používal jsem k tomu debilní nástroje a blbě jsem se k tomu stavěl, a myslím si, že teď třeba a jak se to vyvíjelo, tak jsem tu komunikaci hodně zjednodušil. Umím říct, co cejtím, umím to i poslechnout a umím tam i udělat nějaký jako rozhodnutí. Že to není takový relativistický: a chápu tvůj pohled a dobře a teď já ti řeknu svůj pohled... Jasně, nemusíš ho poslouchat, no dobře, jo, takže teď potřebuješ ten svůj prostor, no dobře... Jo a mnohem se to jako zjednodušilo a už si umím i říct, co potřebuju, fakt jako doopravdy.

MA: Já jsem se třeba hodně naučil vyjadřovat své pocity a hodně to hned komunikovat, jak se to děje.

A co se týče toho rozhodování, tak máte pocit, že nastala nějaká změna ve vašem rozhodování ve vztahu?

K: Já si myslím, že je to třeba jako v tanci. Když tancuješ s nějakou partnerkou, tak ta potřebuje v tom tanci něco jinýho, než když tancuješ s jinou, takže to neumím nějak objektivně říct. Já vim, že ta moje vlastnost je taková, že když jsem třeba pod tlakem, tak to hodně radikalizuju, a tak jako se tozroduju hodně to..., ale to je moje osobnostní vlastnost. Ale v tom vztahu, tak tam prostě buď vám to nějak tancovat jde nebo... já to nějak neumím přirovnat.

MA: Já si taky myslím, že je to hodně o těch dvou lidech, jak jim to pasuje.

K: A stejně tak teď jsem v období, kdy mi to jde hůř, tak třeba teď ta moje partnerka to víc vede a pak zase je období, kdy prostě je nám oběma hej, tak je to prostě hodně dynamický. Není to nic stálýho.

P: Mně přijde, že jsem měla nějaký vztah, kterej jsem začala hodně mladá a bylo to všechno super a pak jsme šli každej úplně někam jinam nebo on šel možná furt stejně, ale já jsem šla jinam a úplně jsem se proti němu vyhranila, rozešla jsem se a pak jsem asi měla štěstí v tom, že jsem potkala toho kluka, se kterým k sobě úplně pasujeme. Myslím si, že je to o štěstí a o nějakým vývoji. Že už jsem od začátku měla daný, co jo a co ne a zrovna jako si to sedlo a nebylo tam žádný takový, že před rokem jsi chtěla něco jinýho atd. Prostě jsme to měli nějak daný od začátku.

PA2: Mně to tu rozhodnost jako fakt změnilo. Ani to nemám jako tanec. Já to ani nemám jako tanec, ale že mám nějaký osobní nastavení, ale spíš naopak, že bych řekl, že jsem se naučil tolik neválcovat. Na druhou stranu si neumím oddělit jakoby co je výcvik a co je vztahová zkušenost, protože na druhou stranu v rámci výcviku, výcvik zastihl všechny moje tři vztahy, ale zároveň jsme měl za život tři vztahy, takže to, že

jsem se ve třetím vztahu choval jinak, když to bylo na konci výcviku, tak to mohl být výcvik, ale taky to prostě mohla být ta vztahová zkušenost. A myslím si, že to byla spíš ta vztahová zkušenost nebo ruku v ruce no.

K: Jak to říkáš, tak jsem si úplně uvědomil, že vlastně jako že ty vztahy během výcviku a před výcvikem, že když se na to podívám zpětně, tak po každém vztahu, i když byly před výcvikem, byly vztahy i během výcviku, tak po každém vztahu jsem byl v tom dalším vztahu jinej. A taky mě teď napadla ještě jedna věc, když jsem byl v jednom vztahu, co následoval, tak jsem byl pak jako horší, že to nerostlo, že tam jsem se prostě pak choval jak kretén, ale to zas bylo povahou toho vztahu, ale že vždycky došlo k nějaký změně.

A vydržel někomu vztah, který měl už před nástupem do výcviku déle než rok po tom, co jste do výcviku nastoupili?

MA: Po roce.

PA: Asi po 4 měsících.

MAG: 3 měsíce.

PA2: Asi měsíc a výcvik s tím neměl nic společného.

P: My jsme s partnerem začali chodit měsíc před výcvikem.

H: Já po půl roce, ale taky si nemyslím, že by to bylo výcvikem.

H1: Tři čtvrtě roku po začátku výcviku.

K: A u tebe Tomáši na to měl vliv výcvik?

MA: No, protože jsem měl na skupině tu novou partnerku.

K: No, já vim, ale tak to nemusí být vlivem výcviku. To může být proto, že jsi se zamiloval.

MA: Jo no. Těžko říct. Tam je víc věcí. Já na to neodpovídám tak, že to byl vliv výcviku.

L: Mně přijde ještě, že ty kvalitativní změny jako mě, se začaly dít až později. Já jsem se rozešla taky asi do třech měsíců, takže s tím partnerem, se kterým jsem byla před výcvikem. Ale ty změny, který na sobě pozoruju, tak mám pocit, že třeba i v rámci tý komunikace s tím člověkem, tak mám pocit, že to se měnilo až za rok, dva teprve, že byly nějaký změny. Že za tak krátkou dobu, za nějaký půlrok výcviku, taky jsem hodně psychologizovala no, ale jako nic takovýho extra.

PA2: To může být jako spíš... spousta lidí šlo na tu VŠ po střední, takže je to velká změna životního stylu, takže bych spíš ten rozpad vztahů přisuzoval spíš tý životní

změně stylu a nakládání s časem než přímo výcviku. Otázka taky je, jestli se za nějaký tři měsíce ve výcviku vůbec něco stihlo.

A jak vás vnímal váš partner po tom, co jste nastoupili do výcviku? Jaké byly jeho reakce?

PA: Já jsem třeba zažila hodně negativní reakce, ale nedokážu říct přesně, co mu vadilo, ale asi nějak větší náhled nebo jako na to, co se doma děje a že jsem byla nespokojená s tím, jak ten vztah vypadá. Že před tím jsem si to buď nechtěla připustit nebo jsem to neviděla a potom, když jsem se o tom bavila na skupině, tak jsem si přišla na to, že to vlastně takhle ani nechci a tak, takže pak byl hodně naštvanej no.

A sváděl třeba vaše konflikty na výcvik?

PA: Myslim si, že ne. Já jsem se s ním o tom moc nebavila jako co tam probírám, takže... Ale asi ho štvalo, že od toho vztahu chci jako něco víc a tak.

L: Se mnou se bál chodit mezi moje spolužáky. A pak jsem si vzpomněla, že vždycky, když jsem přijela z výcviku, tak jsem byla taková polo šílená. Pro některý to bylo těžký nějak pochopit a zvládnout. Pro mě taky.

K: Jako dalo by se to pojmout i tak, že situace, že jsem se vrátil z výcviku a partnerka si řekne, že jsem jako nějaký jinej. Tak to myslíš?

No, teď to myslim spíš obecně. Že když jsi měl tu partnerku, tak jestli vnímala nějakou změnu, jestli ti třeba říkala, že jsi něčím jinej a přisuzovala ty změny výcviku.

K: Já si myslim, že ty změny, který probíhaly u mě v tom vztahu, tak si nemyslim, že by byly partnerkou přisuzovaný výcviku.

MA: Mně možná trochu jo, ale těžko říct. Tak se vlastně domnívám, co si ten druhý myslí. Už si nepamatuju žádnou reflexi na to, ale řekl bych, že možná nevim, jak to jde oddělit od tý školy samotný, protože očividně to počáteční, tu euforii jsem poměrně měl z tý školy, takže mi bylo dobře. To je jedna věc. Druhá věc je, že zase jsem měl nějaký na těch výcvicích jsem navazoval nějaký hlubší vztahy s členama výcviku a vlastně tý přítelkyni to bylo trochu... Vlastně do toho neviděla. A i když si nemyslim, že by se chovala nějak žárlivě, tak to pocítovala, že speciálně spolužačky no, to je takový divný, tak to myslim, že trošku vnímala, ale nejsem z toho říct, že by viděla nějaký můj vývoj, přeci jenom to bylo půl roku, co to mohla vnímat, protože pak na půl roku odjela, takže ono to jde těžko říct.

M: Já asi nejsem schopná odpovědět na to, co během výcviku, ale slýchávám to teď po tom výcviku a vlastně s tím dalším partnerem. I já vlastně občas sama řeknu no a teď tohle říkám nebo reaguju na to díky výcviku, že mu ukazuju tu změnu, co si myslím, že kvůli tomu výcviku nastala nebo občas dostávám tu zpětnou vazbu, že: tohle je hustý, že takhle děláš, tohle já bych se na tom výcviku chtěl taky naučit nebo něco takovýho.

PA2: To mě taky napadá jako odpověď na tu otázku. Že bych řekl, že tím, že ten partner obecně prostě nemá jakoby potuchy, co se na tom výcviku děje, tak můj názor na to je nebo mám jednu zkušenost a tam je vidět, že ta partnerka, že to jako podceňuje ve smyslu toho, že si není vůbec schopná představit, jak velké změny by ten výcvik mohl dělat, takže jí by v životě nenapadlo ty změny přisoudit tomu výcviku. Že tam třeba probíhají ty změny, ale že v uvozovkách ten výcvik, my jako s tou zkušeností víme, jak moc silný to je, ale člověk, kterej to nezažil, tak ho to ani nenapadne. Jí spíš napadne, že jsem se blbě vyspal, a to změnilo mojí osobnost, než že by to byl ten výcvik.

PA: Tak záleží na empatii toho člověka a na dostupných informacích.

P: Já si myslím, že tohle by měl spíš říct ten druhý člověk. Já si myslím, že on nic nevidí. Já si myslím, že on má i takovou povahu, že to jako necejtí prostě, že by řekl, myslím si, že bulíš stejně na konci jako na začátku.

PA2: To je zajímavý, že mám vlastně tu zkušenost, že partnerka byla taky ve výcviku a byli jsme spolu dva a půl roku a že mě taky v životě nenapadlo, že bych si na jejím chování všimnul nebo že bych jí to někdy předhodil a nevím, jestli to bylo ze vzájemného respektu, že mě nenapadlo použít, to máš z výcviku jako, že mi to přišlo nevhodné, ale zároveň si nepamatuju, že bych si u ní všimnul nějaký zásadní změny, kterou způsobil výcvik.

No, já takovou osobní zkušenost mám, tak proto mě zajímaly odpovědi na tuhle otázku.

L: Mě jediný, co napadlo, tak když jsem se seznámila se svým nynějším přítelem a nějakou dobu už jsme spolu chodili, tak on mi řekl, že ho hrozně fascinuje ta moje introspekce, že nikoho nepotkal, kdo to má, a to přisuzoval tomu výcviku.

K: Tak u mě je to taková specifická zkušenost. Tím, že partnerka byla taky ve výcviku a třeba si uvědomuju, že na konci toho vztahu jsem se cejtil tím jejím výcvikem ohrožený, protože jsem věděl, že se něco děje a vadilo mi, že to neřešíme spolu, ale

že to asi pravděpodobně bude řešit ještě v konfliktu s tím, že to jsou lidi ze třídy zároveň a že u toho nejsem, že to neřeší zároveň se mnou. Takže to jsem si teď uvědomil, že jsem se cítil ohrožen tím její výcvikem. I když jako mám nějakou důvěru v nějaký principy, a ještě to bylo lepší v tom, že vím, jak ty výcviky vypadají, že jsem si nefabuloval něco brutálního prostě, co asi si možná myslí ti partneři, co výcvik vůbec neznají, ale stejně jsem se cítil ohrožen.

PA2: Mně přijde, že tady funguje sladké nevědomí. Jsem snad ještě nezažil člověka, u kterého bych měl pocit, že přeceňuje význam výcviku, ale už jsem viděl spoustu lidí, kteří nebyli vůbec schopní si představit, byť jen tu reálnou úroveň, jak to může být složitý. Ještě se mi nestalo, že by někdo přeháněl v představách o tom, co může výcvik udělat s člověkem.

Příloha č. V

Doslovné přepisy individuálních rozhovorů:

Všechna jména participantů uvedená v přepisech rozhovorů, jsou pseudonymy.

První rozhovor s Karlem:

První rozhovor k mé diplomové práci. Cílem výzkumu je zjistit, jak sami účastníci výcviku vnímají vliv skupiny na jejich rozhodování v partnerských vztazích, konkrétně v rozchodech.

Budeme nahrávat rozhovor, tak se tě zeptám, jestli souhlasíš s nahráváním.

K: Ano.

Zažil jsi rozchod v průběhu výcviku?

K: Ano.

Mluvil jsi o rozchodu na skupině?

K: Já to ještě definuju ten rozchod, jak to vypadalo. Bylo to tak, že my jsme spolu začali i chodit ve výcviku, je to specifické tím, že jsme spolu chodili do výcviku, nebyli jsme teda ve stejné skupině, ale byli jsme spolu ve výcviku a bylo to v půlce prvního roku, jsme spolu začali chodit a rozešli jsme se nějak na konci třetího roku. To bylo těsně před tou bilancí. Myslím si, že výcvik před tou bilancí to byl. Takže jenom prostě aby to bylo nějak zarámovaný.

Mluvil jsi o rozchodu na skupině? Jestli jsi to tam nějak řešil, probíral?

K: No, když jsme se rozešli, tak jsem o tom mluvil, ale o tom, že se rozejdeme jsem nemluvil, protože jsem to nevěděl.

Máš pocit, že tě skupina ovlivnila v rozhodování?

K: To je taky zvláštní to, že je ještě důležité vlastně to, že se taky ještě dost často může stát, že ten člověk se kterým se budeš bavit není strůjce toho rozchodu, že to není jeho rozhodnutí se rozejít. Teda u nás to bylo tak, že já jsem se sice s ní rozešel, ale nepovažuju, že by to, byl to takový poslední pokus převzít otěže toho vztahu aspoň, že budu aspoň zodpovědný za to rozhodnutí, se rozejít, ale kdyby jako nebylo jako jejího rozhodnutí, tak bysme se asi nerozešli, že já jsem řekl tak jo, končíme, ale to byl asi ten jediný výkřik toho rozhodnutí, co jsem mohl mít, protože já jsem jako ve skutečnosti v rukou neměl.

No a ty jsi teda pak ve výcviku řešil až vlastně to, když už jste se rozešli.

K: Ano.

A pomohla ti v tom nějak skupina?

K: No u mě to bylo jako takový, že to rozhodnutí nebylo, jakože to bylo takový prostě sebezáchovný, abych si aspoň trochu udržel, prostě mně vadila ta nejistota, co byla v tom vztahu a tohle bylo třeba to, o čem jsem mluvil. Já si myslím, že to není ani tak, že bych nebo zažil jsem, že se na skupině mluvilo o tom, že někdo přemýšlel, jestli se rozejít nebo nerozejít, ale já takhle jsem nepřemýšlel. Já jsem věděl, že je tam nějaký problém a o tom jsem mluvil na skupině a pak uběhlo 3 měsíce a už jsme byli rozejitý. Takže ono jako nemluvil jsem tam o rozchodu a vlastně před tím jsem mluvil jen o tom, že jsou nějaký problémy, pak vlastně se nám stalo, že my jsme ten výcvik neměli, že jo, takže vlastně to bylo, že tam byli všichni nemocní a pak se stalo, že už jsem mluvil o tom, že už jsme se rozešli.

Když jsi mluvil na skupině o tom, že už jste se rozešli, tak jaký máš pocit z reakcí skupiny na tvůj rozchod?

K: Ne, tak tohle jako fungovali úplně stejně jako když řekneš něco, co tě trápí no. Jako bylo to orientované hodně jako na mě. Jako jak já se cítím, jak mi je, vůbec tam vlastně byl ještě kontext blbej, že jo, že tam byla v jiný skupině tam byla ona a fakt to bylo na mě prostě. Netýkalo se to jí, nebylo to nějaké vymezení vůči ní a fakt to bylo jakože o mně.

Řešil ještě někdo jiný rozchod na skupině?

K: No jako bylo to tam, ale nevím, jestli o tom můžu mluvit.

To si myslím, že ne, ale samozřejmě ani nechci žádný konkrétní informace. Jen se tě zeptám, zda máš pocit, že se třeba ten člověk zachoval podle toho, co jste mu řekli?

K: Byla tam jedna holka, která měla problém s přítelem a popisovala ty situace tak, že prostě neschopnej, blbej atd a že si jí neváží a co jí říká atd a vlastně vytvořila takovou atmosféru, že se podle mě na to nedalo ani reagovat jinak, než že jí to potvrdíš, že je blbej a prostě, že se chová jak malej. Neudělali to teda výcvikáři, ti to neřekli, ale byly tam ty reakce a ta atmosféra celý tý skupiny byla takhle jakože negativní vůči tomu klukovi a je normální se na něj takhle zlobit a tohle si o něm myslet. Aniž by ho znali, tak vlastně to bylo takhle. A ona tam jsem právě hrozně bojoval s tím, jestli je důležitý vědět tu druhou část, protože tam se zase nesnažíš dobrat nějaký objektivní pravdy prostě jak to teda je, ale snažíš se podpořit. Ale mně to tam jako z toho vyprávění, co jsme tam slyšel a mám pocit, že jsem tam i zaslechl radu asi ne vyloženě rozejdi se

s ním, ale já bych s ním nebyla nebo já bych s ním být nemohla, že to je mamčin mazánek a tady tohle a že nebude do života a že to je prostě kretén a že tohle si nemůže dovolit a takhle. Jo prostě takový linč. Tam to nebylo moc otočený na tu holku, ale bylo to otočený proti člověku, co tam nebyl.

Takže zajímavý vlastně, že když toho člověka nikdo nezná, tak že jenom z vyprávění ty holky jdou vlastně jakože všichni proti němu, aniž by třeba věděli jeho stranu, názor od něj.

K: No a tam prostě ta atmosféra toho byla nastavená takhle, toho rozhovoru. Že já si myslím, že ona to i takhle nějak chtěla, ale prostě zase jsem se cejtil, že jsme takový jako čubičky, co prostě jdou na ruku tomu člověku. My tam nejsme proto, abychom mu říkali, co chce slyšet, že jo, takže to bylo takový zvláštní a pak ten největší, že pak se stalo to, že přišel druhý výcvik, ježiš on je zlatej, on tady tohle, tady to, no a pak se vzali, že jo. No, a to fakt bylo divný. No a pak přišel další výcvik a jo, on je zlatej a já jsem z toho byl hrozně zmatenej, protože jako, že z toho, co říkala před tím, tak si nedovedu představit, co se stalo, aby se to takhle otočilo.

No a na to třeba reagovala ta skupina jak? I třeba včetně tebe, když jsi viděl takovou změnu.

K: Tohle bylo nějak ze začátku výcviku a já jsem si to nechal pro sebe ten pocit. Jo, protože zase jsem si říkal, co jí tam budu teď říkat, to je jak je teď šťastná, že to není pravda, jo nebo tak. Těžký. A pak se tam řešil ještě jeden vztah a ten byl v rámci přímo skupiny. Tak to je, jako když já se někde rozejdu, tak jako si myslím, že o tom můžu mluvit, nemusím, ale když se rozejde člověk v rámci skupiny, tak si myslím, že bohužel... Ono se to tak stalo, že se z toho stalo skupinový téma, ale jakože na nějaký aspoň povrchový úrovni, že jsme věděli, co se děje, jo a tam to bylo hrozně těžký to řešit prostě chápeš... důvěra, nedůvěra, tohle, tamhleto, koalice.

Jo, tak to musí být těžký vyřikávat si to z očí do očí, ještě před...

K: Oni si to nevyřikávali, oni si to vyřikali spolu a tam to oznámili, že o tom chtěli mluvit, ale pak to prostě udělá to divně.

Tak stejně ty lidi to nějak poznamená ta atmosféra mezi nima, tak to já mam taky zkušenost osobní ve skupině.

K: Ale jakože obecně v těch vztahových věcech tak já jsem to vlastně řešil podle mě jednou, možná dvakrát a celý to bylo o tom nebo já to tak vnímám, jak já se cejtim,

jak to vnímám, co já bych v tom potřeboval a prostě nějaká, ale mně nikdo nerval rady. Zažil jsem tam rvaní rad, ale mně to nikdo nedělal.

A máš pocit, že by ta skupina mohla být pro toho člověka tak silná, konkrétně v těch rozchodech, že by ten, kterého se to týká, tak že by se rozhodnul, že se s tím partnerem rozejde na základě nějakých rad těch členů?

K: Já si myslím, že kdyby se tohle fakt stalo, tak je to... Tak jak já si to představuju, tak kdyby fakt, jakože moje rozhodnutí bylo potlačeno nějakou aktuální silou skupiny a já bych se vezl na tý vlně a na základě toho bych udělal takový rozhodnutí jako se rozejít, tak si myslím, že by to bylo selhání těch výcvikářů. Kdyby k tomu fakt došlo. Jako může se to asi stát, ale myslím si, že kdyby se to nepodchytilo, tak minimálně by to bylo třeba podchytit potom, protože to je věc... Zažil jsem tam několikrát, že prostě člověk něco říkal, pak se to rozjela ta skupina, plamen hoří, že jo a teď najednou ten člověk tam říká něco a tohle a nějak tam reaguje a něco se tam rozjede, pak ta skupina skončí, lidi jdou na cigárko, na oběd a buď ještě ten den a nebo jsem to zažil ještě další výcvik, že se to rozleželo a že prostě skupina mě dotáhla prostě tam, kde já už jsem nechtěl, už to bylo přes mojí hranici, už to bylo mimo jenom jsem se na tý vlně nedokázal jsem si to ohlídat a to si myslím jakože, to je ale věc jako když je to prostě, když se to tam furt řeší a tohle, tak je to dobrá věc, protože to asi bude nějaký téma toho člověka, ale myslím si, že to snad nám říkali i na začátku, že když se vrátíme z výcviku, tak dělat nějaký velký rozhodnutí, že minimálně to promyslet a ten člověk co by to takhle nepromyslel, tak minimálně by si zavařil a když vycházím z toho, že tam nejsme ani jeden jako nějakéj nesvéprávněj a nic takovýho, tak... Jako je blbost za to vynít výcvikáře, ale zase jako kdyby tam byl nějakéj fakt velkej tlak, že třeba rozejdi se s nim, rozejdi se s nim, je strašnej a tady to znám u svý mámy, která se pak taky rozešla a tak a kdyby to byl fakt takhle velkej tlak a ten člověk se jako neochránil vůči tomu, tak si myslím, že by mu mohli ti výcvikáři aspoň pomoci a že kdyby mu nepomohli a přidali se třeba k tomu, tak to už je takovej linč za rozhodnutím a to si myslím, že se asi takhle v tom extrému moc neděje, nezažil jsem to.

Ovlivnila skupina tvoje rozhodování? Jestli ano, jak?

K: Myslím si, že mi pomáhá o věcech přemýšlet a mluvit a jsem rád, prostě když, ale já jsem hodně přemýšlivěj, takže někdy už přemýšlim hodně a začnu se v tom babrat a točit do kola, takže tím, že to říkám a je někdo schopnej mě sledovat a dávat mi tu pozornost, tak mi pomáhá, že mi nastaví takový zrcadlo, takže tohle třeba mi ta skupina

třeba k tomuhle byla. Třeba v tomhle mě stíhal hrozně Mišo, že to tak a on se sem tam zeptal tak blbě, že jsem se nad tím začal přemýšlet jinak. On to sice nepochopil, ale nebál se to prostě zeptat a teď pro mě je to minimálně informace, že jsem nesrozumitelný. A jsem nesrozumitelný občas i sám sobě, jenom jak jsem v tom tak zabrblanej, tak si toho nevšímnu, takže v tomhle je to dobrý a jinak já jsem tu v čem mi pomohla? Já, když už jsem měl skupinu, tak jsem většinu tý skupiny mluvil já.

Jako o sobě nebo?

K: No, jako když už jsem si vzal tu skupinu, tak jsem mluvil já o sobě, že ta aktivita, jakože byla, že jsem si jí prostě vzal. Mně stačilo většinou se vykecat.

A měl jsi pocit, že když už sis ji vzal, že ti to pomohlo?

K: No, teď už se bavíme o efektu tý skupiny. Myslím si, že ani zas tak ne, že já jsem neudělal na výcviku jako během svojí skupiny jsem neudělal žádný rozhodnutí. Možná nějaký jo, nevím. Jednou jsem tam udělal rozhodnutí a to bylo, když byla babička nemocná a já jsem tam prostě nechtěl jezdit za ní, a tak o tom jsem tam mluvil a tam jsem udělal rozhodnutí, že za ní pojedu. To bylo velký rozhodnutí a tam jsem udělal, jakože jsem to řekl nahlas a tam jsem udělal rozhodnutí, že tam pojedu. Ale většina těch rozhodnutí nepadá to na výcviku. Tam pro mě byl užitečnější obecně ten výcvik jako že jsem tam byl a poslouchal a reagoval na ostatní a prostě, že jsem se díval, jak oni to maj. Já jsem si těch skupin zas tolik nevzal. Já jsem za těch pět let měl třeba 5 skupin.

Druhý rozhovor s Alonsem:

Souhlasíš s nahráváním rozhovoru?

A: Ano.

Zažil jsi rozchod v průběhu výcviku?

A: Zažil. Vlastně ve čtvrtáku někdy na konci.

A ten vztah trval jak dlouho?

A: Vlastně od začátku školy od začátku výcviku asi od na konci druhého měsíce od počátku školy a už na druhým výcviku jsme spolu chodili.

Takže to bylo asi tři a půl roku. Řešil jsi ten rozchod na skupině?

A: Jako ne úplně. Vlastně jsem to pak řešil, když už byl skoro konec a myslím si, že to bylo hodně daný tím, že bývalá přítelkyně byla z jiný skupiny, takže jsme se potkávali ve škole, v komunitě a prostě tam i bylo takový přání z té druhé strany, aby se to vlastně úplně neřešilo. Ne, že by to byl zákaz to řešit na skupině. Mám pocit, že zákaz by mě asi ani nezastavil úplně, ale spíš nějak asi sám sebe jsem v tom limitoval, že jsem věděl, že to nechci dělat tomu druhýmu, i když teď vidím, že by to bylo možná daleko lepší v něčem, to tam řešit.

A aspoň trochu ses tam o tom zmínil?

A: Jo, jo. Určitě.

A ještě před tím, co jste se rozešli nebo až potom, co jste se rozešli?

A: Já mám pocit, že jsem to tam začal trochu řešit až v době, kdy už ten vztah šel ke svému konci, že jsem to nezačal řešit v době, kdy už byly nějaký problémy, ale zároveň to ani nebylo takový to, že jsem asi to řešil, jak to udělám nebo takhle. Spíš u mě jsem se asi potřeboval ujistit v té skupině, jestli jsem udělal správný rozhodnutí a bylo pro mě těžký jakoby si stát za tím svým rozhodnutím.

Jaký máš pocit z reakce skupiny na to, když jsi tam přišel s informací, že jsi se rozešel s partnerkou?

A: Tak jako odpověď na tohle je hodně složitá. Nějak mám pocit, že už i ta odpověď a reakce lidí byly zatížení tím jaký panovaly vztahy celkově ve výcviku a jako ve škole. Myslím si, že a to je i to, co mě tam hodně trápilo, ale ukazovalo se mi to všude, tak jsem to potřeboval asi takhle vidět, že si myslím, že XY nebyla nejoblíbenějším člověkem v kolektivu nebo jak to mám říct, takže mám pocit, že jsem vlastně nedostal to, co jsem úplně potřeboval v tomhle. Mám pocit, že už to bylo trochu zaujatý, že ať už v uvozovkách v pozitivním slova smyslu pro mě, že lidi jako chtěli chránit asi v tom

mě, cítil jsem, že se asi chtěli stavit na mou stranu, ale já jsem v tom chtěl cítit hrozně i nějakou objektivitu, ale zároveň si pamatuju, že tím, že jsem tam vlastně neřešil ten vztah na té skupině, tak lidi vůbec neuměli vidět jako do toho, jak to bylo a vlastně to úplně jako nešlo. Takže tím, že jsem to tam neřešil, jsem si pak vlastně trochu zavíral dveře i v tom, že jsem nedostal takovou zpětnou vazbu, jakou jsem si asi přál, co se týkalo toho rozchodu a toho konce v tom vztahu.

Jo, protože ty jsi vlastně neřešil průběh toho vztahu, ale jenom jsi potom oznámil, že jste se rozešli. A od té skupiny jsi tedy měl pocit, že to nebyl úplně objektivní názor?

A: Jako ne, že by to nebylo objektivní v tom, že by nadržovali mně nebo takhle, to ne, ale spíš jako je to takhle fakt těžký to říkat. Myslím, že by to byl už hodně subjektivní pocit, myslím si, že fěr je říct, že opravdu to, co bych dneska udělal jinak je to, že jsem to tam neřešil, tak ty lidi neměli možnost do toho vidět. Proč jsem to tam neřešil bylo z mého pocitu toho, že chci tu druhou stranu trochu chránit a mít tam trochu soukromí, ale to vlastně byl ironicky nejvíc ta věc, která mi ovlivňovala být svobodnej na té skupině v tom, že mám partnerku z výcviku na výcviku a že kdyby to byla partnerka z venku, tak by to bylo jiný, protože bych měl víc pocit, že tohle je moje skupina, tohle je jenom můj prostor a tam můžu říct úplně cokoliv, a to jsem tady takhle neměl.

Myslíš si, že je rozdíl v tom, když máš partnerku ve výcviku a mimo výcvik. Pokud ano, tak v čem?

A: Myslím si, že hodně. Měl jsem i partnerku, která nebyla ze skupiny, byla jenom jako z výcviku, byla v jiný skupině, ale tím, že jsme měli ještě výcvik, kterej spolu chodí do třídy a potkáváme se každěj den, během hodin, máme tam různý ty vztahy, tak si myslím, že tohle byl obrovskej faktor, kterej ovlivňoval ten vztah, ať už mimo výcvik, tak ve výcviku prostě a byl to řekl bych, že to byla další zátěž do toho vztahu. Ale zároveň v tom přiznávám, že tohle mohlo být hodně způsobený i mojí osobností nebo osobností mojí partnerky v tom, že jsme si to takhle nastavili. Že si umim představit, že někdo by si to zase nastavil tak, že si v tom výcviku budou všechno řešit, ale to nemůžu vědět.

Myslíš si, že skupina dokázala člena ovlivnit natolik, že by se rozešel s partnerem i přes to, že by si rozchodem nebyl tak jistý?

A: Tak myslím si, že jako v každým jiným tématu ta skupina má obrovský vliv na každého toho člena a myslím si, že strašně záleží na tom, jaká je ta skupina a myslím

si, že jak to znám i od sebe, že záleží jestli ten člověk tam přinášel pocity z toho vztahu nějakou delší dobu, že si ta skupina uměla osahat jakoby toho druhého partnera, kterej tam není a pak si myslím, že ta skupina je v tom relativně spravedlivá, že se tam ty názory jakoby vyvažují, ale myslím si, že se tam možná jako trochu nevědomky snaží ta skupina dodat člověku to, co tam chybí. Takže pokud tam člověku chybí třeba to, že by měl být drsnější na toho partnera, protože je to potřeba, tak to tam ta skupina začne trochu sama suplovat. Pokud ta skupina cejtí, že ten člověk potřebuje trochu odvahy v tom udělat nějaký rozhodnutí, ať už se to týká rozchodu nebo něčeho v tom vztahu, tak to tam dodává, takže si myslím, že se to ovlivňuje, i když se pak jako říká, že by ten člověk neměl dělat hned to rozhodnutí po skupině nebo po výcviku, že by si na to měl dát čas, tak si myslím, že to záleží hodně na osobnosti toho člověka, ale že ta skupina prostě nějakou váhu bez pochyby má, že to nejde úplně popřít.

Ty jsi vlastně ten rozchod neřešil, ty jsi oznámil jenom to, že jste se rozešli a říkal jsi, že sis chtěl potvrdit to rozhodnutí, jestli jsi to udělal dobře nebo ne, a tak ještě já vím, že už jsi to říkal, ale jestli jsi z té skupiny dostal nějak to, co jsi potřeboval? Ty jsi říkal, že asi úplně ne, ale jestli tam bylo něco takovýho, že jsi byl rád, že jsi vůbec něco takovýho řekl?

A: Můj pocit v tu dobu byl takovej, že neříkám, že všichni, ale obecně jsem z té skupiny cejtí, že si velká část lidí přála je blbý slovo, ale že si myslela, že to tak dopadne s velkou pravděpodobností a že si to tak přála v tom smyslu jako pro mě nebo jako, že měl jsem z toho já takovej dojem. Proto jsem nedostal to, co jsem potřeboval, protože já jsem jako by nepotřeboval, aby mě lidi řekli jo, udělal jsi to dobře, protože pro mě osobně tohle nefunguje. Já spíš potřebuju slyšet objektivní názory v tom, co jsem třeba já udělal špatně, aby to bylo vyvážený. Měl jsem pocit, že ta skupina už byla hodně na té straně té váhy v tom, že jako konečně už se to jako by stalo, nebo něco takovýho, což mně v tu dobu vůbec nepomáhalo, protože takovej pocit jsem měl z více stran ve svém životě, takže jsem nějak potřeboval víc nestranný názor, ale...

Ovlivnila tě skupina v rozhodnutí sdílet s nimi tvůj rozchod?

P: No, jako myslím si, že to bylo i hodně daný tím, což je zase další překážka v tom, že má člověk vztah z výcviku, že logicky, když ten vztah není v něčem dobřej nebo když se člověk měl rozejít, tak je to prostě vidět, protože ty lidi tam spolu jsou a je nějak vidět, jak se k sobě chovaj, takže je člověk nepřímou nuceněj něja se k tomu postavit a něco k tomu říct v moment, kdy na to třeba ještě připraveněj není. Jo, že si

dovedu představit, že když bych se rozcházel s přítelkyní mimo výcvik, tak bych si to mohl říct, jak potřebuju já a ty lidi by do toho vůbec neviděli do toho mého života. Tady prostě to bylo takový trochu veřejná informace o tom, jak se ty lidi spolu mají a myslím si, že jsme se už natolik znali, že jakoby bylo evidentní, že se něco děje, takže jo, normálně kdybych se takhle rozcházel s kýmkoliv jiným, tak bych si to určitě na skupině říct chtěl, ale ironicky tím, jak to bylo jakoby viditelnější a bližší, tak jsem to musel říct dřív než bych to třeba udělal nebo už jenom to, že jsem viděl, že se k tomu musím nějak postavit, protože jinak by to stejně bylo cejtit, že se něco děje, tak to mě už vlastně nějakým způsobem stresovalo nebo nutilo nějak se k tomu postavit už v ten moment.

Co se týče toho rozhodnutí, tak máš pocit, že v rámci výcviku si udělal nějaký velký rozhodnutí, ke kterému ti třeba pomohla ta skupina?

A: No já cejtim, že tohle byla taky ta moje chyba, že tohle jsem řešil víc s lidma jakože ta skupina byla v tu dobu ještě rozskupinkovaná v tom volným čase, takže jsem tyhle věci víc řešil vlastně mimo tu skupinu, což si uvědomuju, že byla taky chyba, protože tam pak právě možná chyběly ty objektivní hlasy lidí, kteří do toho nebyli tak zainteresovaní a jako s tou partnerkou, neměli o tý můj bývalý partnerce tolik utvořenej nějaký svůj osobní názor, takže cejtim, že by se to v tý skupině, ta skupina by nedovolila, jak jsem to viděl víc v minulejch věcech, že by se to úplně převrátilo jenom na jednu stranu. Že by se tam víc jako nadhazovaly různé pohledy, různé názory. Tím, že jsem to řešil s má lidma, kteří v tom byli hodně zainteresovaní, tak mě to možná o to víc ovlivňovalo, ale zase nevím, jestli tím správným směrem.

Napadá tě k rozchodu ještě něco, co bys mi chtěl říct?

A: Nevím. Jenom si uvědomuju, že nám na prvním výcviku bylo řečeno, že se vztahy nedoporučují ve výcviku s lidma ve výcviku, ale že to není zakázaný, což si myslím, že je správný, protože nemyslím si, že se tohle dá zakázat. Zákaz to ještě víc popudí, ale vidím jaký to má úskalí a jako u mě ironicky ta největší potíž byla v tom, že jsem dělal ústupky u sebe pro ten vztah, ale o to víc mi to škodilo. Jako, že kdybych se k tomu stavil víc standardně jako ke vztahu mimo a uměl si tohle ustát, tak si myslím, že by to bylo nakonec mnohem víc v pohodě, ale to zase souviselo se mnou, co já jsem se musel naučit skrz ten výcvik, takže prostě, ale vlastně na mém příkladu je hezky vidět, že i když se ten vztah neřeší na tý skupině, tak stejně ta skupina má obrovskou moc vůči tomu vztahu, což je zajímavý, protože já jsem to tam skoro neřešil a stejně

cejtím, že to mělo velký vlivy do toho výcviku už v nějaký důvěře, jak se to tam musí nastavovat, jak ty lidi, že pochází z jiných skupin, o čem se baví ve volným čase, že musí ctít too..., že tam musí být nějaká důvěra, že si tam ten druhý může říct co chce, že to je prostě jeho právo a ten člověk si musí ustát to, že jiný lidi v té třídě a v tom kolektivu vědí věci velmi intimní, který by asi normální přátelé asi jako neměli vědět, ale prostě tady to je něco jiného a to se mi tam třeba hrozně bouchalo. Ne pro mě, protože mně by to nevadilo, že by to tam partnerka takhle říkala, nějak jsem v tom byl tak, že jsem hodně respektoval, že by se nemělo vynášet z té skupiny, ale zase z druhé strany od partnerky to tak bylo, že si to nepřála nebo nebylo jí to komfortní asi, že tolik ženských elementů v mé skupině by mělo vědět tolik intimních věcí v našem vztahu, takže to bylo si troufám říct obrovským faktorem a nebylo to jenom o tom, že se o tom mluví, ale bylo to jako když zakotvený v tom, jak funguje vztah, jak funguje výcvik, jak fungují skupiny a tak.

Vnímal jsi to jako omezení?

A: Jo, který jsem si ale vlastně já sám přistoupil. Já jsem věděl, že by neměl mít nikdo právo mi to zakázat, ale já jsem k tomu takhle přistoupil no.

Jakej máš pocit z výcviku? Jsi rád, že jsi v něm byl? Co ti to dalo?

A: Jo, určitě. Jsem určitě rád, že jsem byl ve výcviku. Co se týče toho vztahu, tak si myslím, že v hodně věcech by to bylo jednodušší, kdybych ten vztah měl mimo výcvik, zároveň si nemyslím, že konec vztahu způsobil výcvik. To ne. Kdybych šel znova výcvikem, tak vim, že bych byl daleko víc sám sebou, víc jsem byl v té taktice toho, že jsem se hodně snažil to dělat tak jako pro tu skupinu nebo pro tu skupinu, ale cejtím, že se mi to vždycky vrátilo ve špatným, takže mi to ukázalo, že tahle cesta není ideální. Daleko lepší by bylo být v tom upřímněj jak sám k sobě, tak k lidem okolo sebe a prostě i za cenu nějakýho většího konfliktu, a to si myslím, že když na to koukám takhle zpětně, že to nějak cejtím, že to byla naše hlavní slabina nebo to, co jsme nezvládli byl konflikt. Cejtím, že to bylo hodně společný téma hodně lidí ve skupině, že jsme se nějakým způsobem báli konfliktu nebo nám byl hodně nepříjemnej a tím, že nám i vypadl jeden člen, kterému teda věřim, že ty konflikty taky nedělaly dobře, ale nebál se do nich chodit, tak nám to vzalo tu energii na začátku si ty věci vyřikávat nebo se na sebe i zdravě zlobit a začlo se nám to dít až na konci, ale bohužel pak i cejtím, že ty vztahy dopadly tak, jak dopadly, že se nám ta skupina dost roztříštila, protože se to nestihlo vybouřit a myslím, že je to přirozený, že se ty lidi v něčem nemaj

rádi chvíli nebo jsou na sebe naštvaní. Myslím si, že nebylo normální, že jsme ty čtyři roky byli strašně jako když bylo něco špatnýho, tak se dělalo, že se to neděje, ale nebo si to vyřešily vždycky nějaký malinký skupinky v tom, ale neřešilo se to jako celek. Bálo se tam jít do toho konfliktu, a to si myslím, že nám hrozně uškodilo a zaplatili jsme myslím cenu nejvyšší v tom, že nám spadly i ty vztahy. Ale zase cejtím, že v průběhu výcviku jsme měli strašně silnou skupinu a hodně jsme se podporovali, to bylo super, ale myslím si, že tohle je škoda, která už je nenapravitelná.

Myslíš si, že by skupina mohla mít takovou sílu, že by se kvůli ní člověk rozešel s partnerem, aniž by si byl tak jistý, že se s ním chce rozejít?

A: Myslím, že tu sílu rozhodně mít může, že skupina může docílit čehokoli. Myslím, že v hodně tématech je skupina spravedlivá, že když už to jde na jednu stranu moc, tak se tam najednou objeví někdo, kdo to vyvažuje, vždycky to tak bylo. Zároveň pokud je ten člověk, sám o sobě, tam s něčím přichází, že už je sám na té jedné straně, že se třeba hrozně bojí, tak ta skupina má strašně tendenci to vyvážit do toho středu a to toho člověka může hodně posunout někam a samozřejmě to je obrovská otázka, jestli je to opravdu dobře, jestli to ten člověk fakt potřeboval a je to úžasný, že ta síla mu byla propůjčena a nebo jestli je to něco, co prostě je časově moc zrychlený na toho člověka a není to úplně dobrý nebo jestli to dokonce může udělat tak, že to ten člověk úplně nechce, ale cejtí sílu té skupiny, ale to si troufám říct, že to takhle u nás nebylo, ale nemůžu to vědět, to je hodně subjektivní. Ale myslím si, že to by pak kdyžtak měla být práce těch výcvikářů, aby když už tohle cejtí, tak aby se k tomu nějak postavili a minimálně to vždycky vrátili na nějakou tu neutrální úroveň, aby ten člověk neudělal nějaký zbrklý rozhodnutí a nechal si to uležet.

Třetí rozhovor s Monikou:

Souhlasíš s nahráváním?

M: Ano.

Zažila jsi rozchod v průběhu výcviku?

M: Ano.

Mluvila jsi o tom rozchodu na skupině?

M: Ano.

Jak na to reagovali druzí? Co na to říkali?

M: No, co si tak jako vybavuju, tak byli jako určitě podporující, bylo to teda myslím. Mám to zmotaný celkově v tom období, kdy jsem tohle řešila, kdy jsem byla nešťastná v tom vztahu. Ale byli chápající, byli podporující. Zároveň tam bylo super to, že se mi nebáli říct i ten nepřijemnej názor nebo že i bránili tu druhou stranu, jako XY, což bylo super a byla jsem za to hodně ráda. Myslím si, že se mi i věnovali dostatečně. Nemám pocit, že by mě nějak s tím tématem celkově odmítali. Byli chápající, nevzpomínám na to vůbec špatně. Mám pocit takovýho toho zadostiučinění, že jsme to probrali tak, jak jsem to potřebovala, takže za mě na to reagovali dobře.

Máš pocit, že by tě reakce skupiny v rozchodu ovlivnily?

M: Já mám pocit, že jsem tam řešila, že jsem s některejma věcma byla nespokojená, že jsem byla nešťastná a že mi něco vadilo, pak se do toho nějak přimíchalo trochu jako ten druhý, ta situace, co se pak následně stala a myslím si, že jako ta skupina mi vyloženě neřekla rozejdi se s nim nebo udělej tohle a tohle. Jenom třeba řekli, já bych udělala tohle, pomohlo mi si ujasnit jaký varianty nebo co bych měla dělat. Řekli, jak oni se k tomu staví, co oni si o tom myslí.

Máš pocit, že ti ty reakce pomohly?

M: Pomohli mi podívat se na to z té druhé strany jako líp a intenzivnějš. Což si myslím, že jsem zvládala i sama, ale od nich to mělo takovou tu váhu.

A ty jsi ten rozchod řešila ve skupině tak, že jsi se rozmýšlela, jestli s tím klukem, co jsi byla, tak jestli se s nim rozejdeš nebo nerozejdeš a nebo jsi to tam spíš zmínila až...

M: Já mám pocit, že v jedný fázi jsem byla nerozhodná, ale nemyslím si, že bych na základě skupiny jako věděla, že jsem... já jsem vlastně nevěděla jako do toho momentu, než jsem jako dvacet minut ze sebe dostávala to rozhodnutí přímo jako s tím člověkem, a to si pamatuju, že to jsem se pak složila, to jsem pak měla záchvat nejhorší

snad záchvat v životě nějaký panický úzkosti nebo čeho to bylo. Takže já jsem vlastně chvíli věděla, že tohle, pak mě asi srdce nebo nevím co, táhlo jako jinam. To je hustý se k tomu vracet takhle zpětně, jak už to máme tak jako pořešený a je to dlouho. To je tak 3 roky.

Máš pocit, že tě ta skupina ovlivnila nějak v rozhodování v tom partnerství?

M: Já si asi úplně nemyslím. Ta skupina byla spíš při mně v tom, dala mi nějaký ty oba póly. Pomáhala mi v těch určitých, horších problémech, co jsem měla a nemyslím si, že by byla jako katalizátor toho. Že to potom stejně vyselo na mně a na XY a na tom, jak jsme to pak zkoušeli dát zpátky dohromady a na to skupina jako vliv neměla.

Cítila jsi od skupiny vůči tobě nějaký tlak?

M: A i kdyby se snažila, možná, že se i snažila, tak já bych se nenechala. Já bych to vlastně asi nedovolila, jakmile bych si myslela, že je to nějaký tlak nebo nepřirozený umocnění tou skupinou, tak já bych se do toho nenechala dostat.

A ty jsi ten vztah měla delší než rok, že jo?

M: No, my jsme se rozešli vlastně tejdenně před druhým výročím.

A ten tvůj partner byl ze stejného výcviku, ale z jiný skupiny.

M: Hm.

Rozhod jsi tam řešila, ale žádný vliv od skupiny jsi nepocítila.

M: Nebyl tam tlak a nebyl tam výraznej vliv.

A myslíš si, že kdybys do toho výcviku nechodila, tak že bys ten rozchod řešila třeba jinak?

M: To je zajímavá otázka. Když já si myslím, že v tom trochu hrajou jako ta věc, hrajou faktory ty věci jako že ta naše skupina byla tak důvěryhodná, a tak silná a pevná, že jako tady v tom jsem jako v té skupině v ten výcvik věřila a dovolila jsem si tam být upřímná a fakt o tom mluvit a kdybych do toho výcviku nechodila, tak myslím si, že by mi možná to rozhodování trvalo dýl, ale asi to je i tím, že bych byla trochu jinej člověk a řešila bych trochu jinak ty věci, že to je takovej ten dlouhodobej efekt tý skupiny.

Ty jsi vlastně taky měla ten rozchod až po nějakých letech toho výcviku, že jo? Že to nebylo, že bys nastoupila do výcviku a hned ten první rok by ses rozešla.

M: Hmmm. Já jsem vlastně nastoupila do výcviku v tom prváku, kdy jsem byla po rozchodu a hledala jsem si nový vztah vlastně. Takže no byla tam ta důvěra a myslím si, že kdybych v tom výcviku nebyla a neměla tolik tu důvěru v tu skupinu, tak že bych

to řešila dýl a možná bych byla trošku víc uzavřenější, ale řešila bych to třeba právě jako s tebou, s X., ale vlastně když se na to teď tak zpětně koukám, tak jako jsem to asi neřešila úplně správně, ale řešila bych to jinak no trochu a míň bych o tom mluvila, možná bych byla víc zastřenější a ta skupina by pomohla v tom si to jako nějak asi líp i uvědomovat možná.

Mimo skupinu bys o tom třeba asi nemluvila tolik. Možná by sis to nechávala pro sebe víc, než když jsi měla možnost o tom mluvit na tý skupině.

B: Hmm, určitě. A byla bych furt jako lapená v takový tý smyčce a podvodu a nebyla bych k sobě tolik upřímná a k XY.

A ten váš rozchod byl vlastně z tvý strany, vid'?

M: Bylo to kvůli mně a já jsem prostě jako byla ta, která byla srdcem někde jinde, ale když jsme vlastně potom to zkoušeli po tom coming outu, kdy se to provalilo, tak jsme to zkoušeli nějak... takovej novej začátek a já jsem prostě zjistila, že to tak úplně necejtim a že mě to úplně netáhne a trvalo mi dlouho, než jsem se rozhodla, že vlastně jako ne, tak potom právě XY řekl tu jednu větu, která to vlastně rozsekla a která to tak zoficielnila, takže to vlastně potom bylo rozseknutý J. Ale já jsem se vlastně musela rozhodnout, jestli teda jo nebo ne.

Cítila jsi někdy, že by skupina vyvíjela na nějakého člena tlak?

M: Vlastně myslím si, že skoro vždycky když tam někdo řešil takovou otázku. Na tebe jsme docela tlačili mám pocit nebo já jsem třeba některý naše reakce třeba i svoje brala jako takový trošku drsnější, intenzivnější, manipulovatelnější, víš jako... U Y vlastně to samý. U X no, tak k tomu se nebudu vyjadřovat.

M: X o tom vůbec nemluvil. Y mám pocit, že jsme taky byli dost drsní.

Víš o nějaké situaci, o který si myslíš, že se ten člověk na základě vlivu tý skupiny rozhodnul s tím člověkem rozejít?

M: No tak vím, že to bylo u tebe, že jsme ti pomohli k tomu, aby se to urychlilo, ale tam to nevidím jako špatnej vliv. Kde si myslím trošku a kde toho možná trošku lituju zpětně, byla ta Y, protože tam se to často opakovalo, tam to bylo prostě jednou tak a podruhý tak. Ta skupina se podle mě hodně snažila, hodně tam byl ten vliv. U X vím, že jsme ho neměli moc rádi a taky jsme trošku ovlivňovali, aby byla šťastná a aby s ním nebyla, takže jo. Myslím si, že ta skupina ovlivňovala, že se snažila vědomě ovlivňovat a urychlovat. Zároveň mám pocit, že když se ten člověk rozhodl jinak, tak že i tak jsme ho podporovali a bylo to jako, že jsme ho neodsoudili, ať jsme si o tom

mysleli, co jsme chtěli a ať jsme o tom člověku před tím říkali třeba ošklivé věci. Takže furt to bylo takový trochu vyvážený.

Myslíš si, že je rozdíl v tom, když řešíš na skupině vztah s partnerem, který je ve výcviku a který ve výcviku není?

M: A myslíš, jakože je rozdíl v tom, jak mluvím o tom člověku ve skupině nebo jak s tím člověkem mluvím?

Myslím, když o tom člověku mluvíš na své skupině.

M: Myslím si, že jo, ale myslím si, že to je tím, že právě jak jsme v tom výcviku, tak se víc známe a je to takovej jako, protože když jako o komkoliv mluvíš s člověkem, kterej je z tvý třídy, školy, tak prostě používáš fráze, kterým všichni rozumí a jinak se bavíš prostě právě takhle jako s lidma z výcviku. Takže myslím si, že tohle je ten hlavní faktor toho. A vlastně když se na to podívám jako teďka zase znova zpětně, tak možná už jsem taky jako tím, že jsem vlastně zažila vztah a rozchod ve výcviku a pak jsem začala nověj vztah, dva vztahy vlastně v podstatě, tak už tomu výcviku potom nechceš říkat tolik informací. Už jsi tak jako nebo já jsem si asi víc hlídala to své, když jste mě tam po tom tak naštváli.

Kvůli čemu?

M: Jak jste mluvili o X, že se se mnou chce vyspat, to mě štve do teď.

Tak to byla pravda.

M: Ale neee, to tak nebylo. Tak myslím si, že jsem se potom víc hlídala, že už jsem neříkala tolik ty detailní informace, nešlo to tolik do hloubky a zase na druhou stranu na to mělo trochu vliv, že mě obecně ta skupina štvála, že už... já už jsem tam věděla a cejtla některý věci mezi ostatníma lidma a tak a vlastně pak jsem měla blok kvůli A. trošku, když jsem viděla, že se s XY. dali dohromady. Ty jo, to jsem asi nikdy neřekla nahlas. Takže jo, rozdíl tam byl.

A nějaký vliv tý skupiny tam cejtíš?

M: Na ty vztahy?

Ano.

M: Hmm... a i tam třeba cejtím jako vliv ten, že když se potkáš s člověkem ze skupiny a zeptá se tě a co tvůj partner? Tak vlastně ten člověk automaticky očekává, že řekneš něco důvěrnýho nebo něco prostě jako zajímavýho a to třeba mě občas hrozně omezuje a to se mi třeba teď stalo, když měl A rok a byla tam X s Y a ptaly se co a jak se mám jenom a já jsem říkala jo, docela dobrý, je toho hodně. Tos toho moc neřekla a já: já

ale nechci. Nechceš tam prostě rozebírat noo zrovna včera jsme něco, zrovna tamhle tohle. Jo, vliv to má na mě, že když prostě se o tom bavíš, tak s někým už moc nechceš zabíhat nebo i jak je to krátkej čas, není to takový důvěrný a není to jako, nejsou tam ty fáze toho nalad'ování víš tak...

No a myslíš si, že ta skupina může mít takovou sílu, že někoho může přesvědčit k rozchodu?

M: Jo, myslím si, že tu sílu takovou má. Je chyba nebo slabina, nevím jak to mám říct, aby to nevyznělo blbě, ale u někoho to může být jako chyba toho člověka nebo slabost toho, že se nechá k tomu přesvědčit i přes to, že si třeba vnitřně trochu myslí, že by neměl se třeba rozcházet. Potom si myslím, že to prostě nebyla dobrá skupina a není dobrá skupina, že tam nejsou tak dobrý vztahy, že v tohle jsem věřila a věřím a vlastně na základě tady tý svý zkušenosti jsem přesvědčená, že já, kdybych jako něco fakt chtěla a ta skupina by mě přesvědčovala, tak aspoň jeden člověk by se tam našel, kdo by se mě zastal nebo kdo by mě pochopil...myslím a doufám, ale jo, věřím v to, že doopravdy tu sílu mít může a myslím si, že možná i jeden z X rozhodů byl toho důkazem, že jsme jí k tomu trošku dotlačili nebo jsme k tomu hodně přispěli. Ale ono taky takhle zpětně to hodnotit je zvláštní.

Tak v zásadě myslíš, že ta skupina vliv má, že může člověka ovlivnit tak, že prostě se s tím svým rozejde. Že je velký rozdíl mezi tím, když máš partnera ve výcviku a mimo výcvik a tu reakci těch druhých jsi říkala, že tě podpořili a tak.

M: Hmmm, jako podpořili, zároveň tam byly ty upřímný reakce, což bylo super a na druhou stranu ale ty upřímný reakce byly i od tebe jako od kamarádky, a ne jako od členky skupiny, takže tady v tom nebyla ta skupina... díky bohu mám vedle sebe lidi, kteří to zvládnou i mimo skupinu nebo že nepotřebuju tady v tom mít tu skupinu jedinečnou a zajímavou.

Máš ještě něco, co tě napadá nebo co bys mi chtěla říct?

M: Já myslím, že jsem všechno řekla jenom přemýšlím... Jako bylo třeba hrozně zvláštní jak tam máš tu otázku člověk ze skupiny a mimo skupiny, tak bylo třeba hrozně zvláštní, když si o tom člověku mluvila na tý skupině a mohlo to být o tom rozchodu nebo i během vztahu a prostě mluvila jsi o něm a pak ta skupina skončila a na tobě bylo to, že víš, že se s tím člověkem potkáš a podíváš se mu do těch očí a i ostatní s nim budou muset mluvit do těch očí a vlastně to jako bylo možná asi nejtěžší jako ze všeho. Že to bylo jako takový břímě na tu skupinu, což máš vždycky, když jim

neseš něco těžkýho a bylo i zvláštní si potom jako to tomu partnerovi říct: no, hele já jsem prostě tě probírala nebo mluvili jsme o nás... to bylo zajímavý. A tady v tom zase na druhou stranu si myslí, že je výhoda toho, že je ten člověk z toho výcviku, že tomu rozumí a vlastně i rozumí tomu proč nemůžeš a nechceš říct víc. Tohle třeba XYZ nepochopil nebo nechápal a v tomhle to zas bylo dobrý.

Jo, že v tomhle je vlastně kladná i záporná stránka toho, když ten člověk v tom výcviku je nebo není. Jo, to je zajímavý. No vlastně můj bývalý přítel nebyl z výcviku a vůbec to nechápal. Ale současnej přítel z výcviku taky není a naprosto to chápe.

M: Je to o člověku o osobnosti no. Ale myslím si, že ačkoliv to chápe ten výcvik, tak kdyby v tom výcviku byl, tak by, myslím si, že by to bral o trošku ještě jinak. I já jsem prostě jako ctíla to, že nevíš, nesmíš, nechceš se ptát vlastně ani, protože nechceš toho člověka do toho stavět a víš, že když bys byla jako na tý druhý straně, tak taky jako neřekneš, takže tohle bylo vlastně jako zase zajímavý a dobrý. A pak když jsem řekla XYZ: noo, řešila jsem tě na skupině, tak on: ježišmarja, neřikala jsi tam nic hroznýho, že ne?

Dobře. Tak jestli nemáš ještě něco, co bys mi chtěla říct, tak ti moc děkuju.

Čtvrtý rozhovor s Adélou:

Souhlasíš s nahráváním rozhovoru?

A: Ano, souhlasím.

Zažila jsi rozchod v průběhu výcviku?

A: Ano.

Mluvila jsi o rozchodu na skupině?

A: O rozchodu ne, ale řešili jsme na skupině... Můj přítel byl součástí skupiny a řešili jsme tam jakoby problémy, který jsme měli, takže o rozchodu jakoby nějakým, jakože plánujeme, nic takového jsme neřešili, ale řešili jsme tam ty problémy a potom jsme tam řešili vlastně až po tom rozchodu jsme to řekli na tý skupině a nějakým způsobem takhle zpětně... vím, že jsme se o tom bavili, že jsme se rozešli, ale nejsem si jistá, že bysme to nějak rozebírali do detailů. Vzhledem k tomu, že on tam byl přítomen, tak si nemyslím, že bysme úplně zabíhali do nějakých detailů. Spíš jsme to jako oznámili.

A ten vztah jsi měla jak dlouho?

A: Ten vztah... tak my jsme to měli hodně takový, že my jsme spolu byli, neřekli jsme to skupině, to trvalo třeba nějakých možná pět měsíců, potom jsme jako by nebyli spolu, třeba čtyři měsíce a po těch 4 měsících jsme se dali znovu dohromady a po asi, bych lhala, po jaký době, ale vlastně potom už jsme to na tý skupině řekli, aby vlastně i oni věděli, že jsme spolu. Takže úplně nejsem schopná říct...

Ale ten vztah jste měli dýl než rok?

A: Jo. My jsme spolu pořád tak byli, nebyli, ale bylo to víc než rok.

A když jste o rozchodu mluvili na skupině, tak jak na to reagovali ti ostatní?

A: Tak vlastně ještě před tím, než jsme oznámili, že jsme spolu, tak jsem měla takový náznaky od těch našich členů, že víceméně o tom ví a že by bylo fajn vlastně asi to nějak v uvozovkách přiznat. Já jsem byla úplně hotová, řekla jsem to a vlastně bylo ticho. Nějakým způsobem se to zpracovávalo a do toho jedna členka skupiny začala mluvit o nějakým svým problému, úplně odvedla téma na což reagoval právě další člen skupiny, že jako to potřebuje vstřebat, že není chopen se teď hnout někam jinam, že prostě bysme se o tom měli pobavit, ale vlastně pobavit v tom smyslu, aby zabezpečil v nějakým smyslu mě, že my jsme to vlastně i měli hodně s tím přítelem nastavený, že jsme věděli, že jsme v jedné skupině, není to úplně ideální situace vzhledem k tomu, že je rozdíl, když mluvíš o nějakým příteli, kterého zaprvé ta skupina třeba nezná, zadruhý ten člověk nesedí vedle tebe, takže vždycky jsme se

vlastně i bavili třeba před tou skupinou o tom, co všechno jsme ochotní sdílet, jakou formou, aby vlastně nebyl jako by pošpiněnej ten druhý, aby to pro něj bylo v pohodě, takže jako by reakce na ten rozchod jako takovej, to vnímám tak, že fakt tam ty lidi byli pro nás.

A máš pocit, že tam byli pro oba?

A: Tak já si myslím, vnímám to tak jako takhle zpětně, protože už je to vlastně přes 4 a půl roku jsme se rozešli, tak jako já jsem za sebe to vnímala tak, že tam mám tu podporu a i vlastně jako by z nás dvou, jsem byla spíš já ta, která byla ochotná o těch věcech se bavit, takže vlastně si úplně nevybavuju, že by Lukáš si vzal nějakou skupinu a řešil to tam, ale vlastně že byl ochotnej mě nechat nějakým způsobem získat tu podporu, kterou potřebuju, ale jako by nerozebírali jsme tam, proč jsme se rozešli, ale vlastně spíš zabezpečení toho, jak jsme na tom teď, co kdo potřebujeme. On byl spíš takovej, že si to řešil sám a já jsem spíš potřebovala nějakým způsobem, si myslím, jako by pomoci v té situaci, ve který jsem byla, ve který mi to vlastně zanechalo ten rozchod.

A když jste o tom rozchodu mluvili, cítila jsi na sebe nějaký tlak ze skupiny?

A: Jako já si myslím, že vzhledem k tomu, že řešili jsme tam, my jsme měli takovej zásadní konflikt s přítelem kvůli kterému jsme se vlastně rozešli a než teda jsme se dobrali k tomu, že jsme to ukončili, tak jsme tam ten konflikt řešili, takže tam byly různé názory na tu situaci, ale jako nikdy jsem necejtila, že by nějak rezolutně, myslím si, že třeba to i bylo tím, že tam ten partner byl, že si dovedu představit, že kdyby tam nebyl, tak že by možná ta skupina ztratila nějaký zábrany v tom, říct prostě to prostě si nemůže takový chování nechat líbit nebo něco na ten způsob, ale že vlastně to bylo specifický, že jsme tam byli oba, tak jako si nevybavuju nějaký jako jednostranný, že prostě takhle se chovat nesmíš nebo ty se chová špatně nebo on se chová špatně, ale spíš to bylo jakoby o nějaký ty podpoře v tom vztahu, ve kterým jako by jsme. I vlastně, když jsme se o tom rozchodu bavili vlastně až potom, co k němu došlo, tak vlastně jako by to už byla hotová věc, takže tam vlastně už ani nebyl prostor pro to rozebírat s nima máme se rozejít?... ale už to bylo o tom sdílení ano, tohle se stalo, jsme rozešli a nějakým způsobem jsme se snažili pracovat vůbec jako na tom fungování té skupiny jako taková, protože najednou to bylo divný, že jo a vlastně i jsme to řekli ten výcvik, co jsme měli hned po tom, co jsme se rozešli, tak byl v rozmezí možná dvou měsíců po tom rozchodu vlastně, takže už i to bylo takový, že

jsme si o tom řekli, že jo, řekneme jim to a nějakým způsobem už my dva jsme byli schopní spolu kooperovat a bylo to vlastně jakoby v pohodě, si myslím.

A měli jste veliký problém mluvit o vašem rozchodu na skupině vzhledem k tomu, že jste tam byli přítomni oba dva?

A: Já si myslím, že jsme to fakt zvládli dobře. Že jsme si na začátku řekli, že když bude nějaký problém, jako takhle, tam byl velkej kontrast obecně kolik skupin si bral ten můj přítel a jakou měl potřebu řešit svoje problémy a jako jsem měla potřebu já. Takže fakt jsme se dohodli na tom, že prostě když bude něco, co já bych chtěla sdílet, tak se domluvíme na tom, do jaký míry nějakým způsobem, co tam řekneme a jako by, abychom s tím byli oba dva v pohodě a jeden neodcházal s tím, že na něj druhej hází špínu nebo jako nějak se to snaží na něj hodit v uvozovkách. Takže si myslím, že i to rozebírání těch problémů, bylo hodně ohleduplný, protože jsi to nemohla říct úplně na plnou pusu jako bys to mohla říct o někom, koho ta skupina nezná, aby sis třeba ulevila nebo jako furt jo... jako fakt si myslím, že jsme to měli hodně o tom vzájemným respektu a fakt jsme řešili, že co říct a co ne a do jaký míry, aby to tomu druhému neublížovalo.

Vnímáš nějaký rozdíl mezi tím, když máš partnera ve výcviku a mimo výcvik?

A: Jo, určitě a myslím si, že je i rozdíl mít vztah ve výcviku a ve skupině, protože to fakt bylo vlastně... z toho jakoby nebylo úniku víš, že fakt jako si vzpomínám, že jsme i dostali zpětnou vazbu, že když jsme ke konci měli zhodnocení toho výcviku, tak jsme se vlastně o tom bavili, že jsme to fakt ustáli i jako skupina i vlastně jako by my dva, že to bylo primárně o tý naší spolupráci, že jsme věděli, že to musíme nějak zvládnout a že fakt tam byl ten respekt, že fakt jsme se bavili o těch věcech, protože nás to bolelo a jako by fakt si myslím, že primárně mě, že Lukáš neměl takovou potřebu tam sdílet ty věci a jako by současně mi nechával volnou ruku v tom, že když mě to trápilo, tak jsem to tam řekla a byl s tím v pohodě.

To je, si myslím, docela obdivuhodný, že jste to takhle zvládli. A máš pocit, že výcvik ovlivnil vaše rozhodnutí k rozchodu?

A: Jako myslím si, že úplně upřímně to rozhodnutí... já jsem se s nim rozešla, protože jsem si myslela, že když se s nim rozejdu, tak on si uvědomí, o co přišel a vrátí se ke mně. Takže to bylo takový impulsivní a vlastně mě k tomu tak jako navedla kolegyně v práci vlastně s výcvikem to nijak nesouviselo, protože jak říkám o těch problémech jsme se bavili dost šetrně a nikdy jsem tam nějakým způsobem nečekala, že aby ta

skupina mi dala názor buď s nim nebo ne a myslím si, že to zas bylo ovlivněný tím, že on v té skupině byl, kdyby v té skupině nebyl, tak ta skupina by třeba měla tendenci spíš říct, hele a stojí za to takovejhle člověk? Ale tím, že jsme tam byli oba, tak fakt to bylo hodně takový šetrný a jako ne moc invazivní.

A jsi za to ráda, že to ti členové takhle respektovali i tebe a jeho?

A: Já si myslím, že to je hrozně těžký byt' jenom, když řešíš nějaký vztah se členem skupiny a nemusí to být vůbec partnerskej vztah, takže jako hodně záleží na tom v jaký fázi je ta skupina, jak moc má otevřenou komunikaci, jak ty lidi jsou schopní o těch věcech otevřeně se bavit plus teda bavit se o partnerskym vzatuh, tak jako by vnímám třeba, že určitě tam nebyla nějaká stoprocentní podpora všech. Že zase, když to můžu porovnat, když tam někdo řešil partnerskej vztah, tak ty lidi byli víc takový jednostranný, že prostě byli tam pro toho člověka a jako by ten byl ten, kterej je v tom špatnym vztahu a víceméně ten špatnej je ten druhej a tím jak jsme tam byli oba, tak jsem nikdy neměla pocit, že skupina by souhlasila plně s tím, co já říkám.

A ty jsi měla vlastně pak další vztah ve výcviku, vidíš rozdíl v tom, když chodíš s někým ve skupině a ve výcviku?

A: Tak tam vlastně pramenil další problém, protože já jsem navázala další vztah, kterej byl ve výcviku, ale furt v mojí skupině byl bejvalej přítel, takže jako úplně tam rozebírat něco ohledně mého současného přítele... Já si pamatuju, že přemýšlím, jestli jsem tam ten současnej vztah řešila nebo ne. A já si vlastně myslím, že možná ani ne, protože zaprvé mi to přišlo blbý vůči tomu mému bejvalýmu příteli a za druhý jsme ani do té doby neměli vlastně nějaký problém, kterej bych měla potřebu řešit na té skupině, že tam asi si fakt nevybavím.

A rozhodovala jsi se, jestli s tím druhým partnerem začít nebo nezačít?

A: Vůbec. Jakože já jsem i taková, že když si vzpomenu na ty začátky s tím druhým přítelem, tak nějaký výcvik mě vůbec nenapadl. Jo, jakože pro mě bylo i důležitý, že vlastně rozestup mezi tím minulým vztahem byl rok, takže já už jsem necejtila vlastně žádný, nějaký závazek nebo jako, že by to mohlo bejt blbý nebo jako říkala jsem si, že to je život a jako neovlivňovalo to ten výcvik a nebyla jsem nijak ochotná nějakým způsobem podřizovat výcviku můj osobní život v tomhle ohledu.

A třeba když si vzpomeneš, jestli tam řešil rozchod někdo jinej, tak máš pocit, že byste na něj vyvíjeli nějaký tlak?

A: Jako třeba co si pamatuju, tak fakt to bylo o tom, že někdo řešil nějaký problém a hledala se chyba na tom, kdo v tom výcviku nebyl. Jinak fakt podpora tam byla stoprocentní a i si pamatuju na takovej pocit, ne zrady, ale že mi přišlo, že vlastně, tak já tu podporu přece potřebuju taky a vlastně jsem jí nedostala od té skupiny, že vlastně nevím, jestli pro tu skupinu, to jak jsme to měli nastavený, bylo reálný ti dát jako by tu podporu, kterou dávali třeba jiným, který tam toho partnera neměli.

Že jsi cejtla menší podporu, než bys potřeboval tím, že ten partner byl v té skupině?

A: Přesně tak, že se tak snažili, aby to bylo vyvážený a kolikrát možná mi to přišlo spíš jakoby nefér vůči mně než vůči němu, ale zase to je subjektivní. To je jenom takovej pocit, kterej je ve mně zanechanej a těžko jakoby to hodnotit takhle zpětně.

Řešila jsi ve výcviku obecně nějaké rozhodnutí nad něčím pro tebe důležitým?

A: Já si myslím, že třeba výcvik mi dopomohl k tomu, že jsem si tam uvědomila vždycky nějakou věc, ale už si nevzpomínám, že bych tam přišla: rozhoduju se mezi tím a tím, ale spíš, že jakoby to vyplynulo... Fakt si nemyslím, že bych tam někdy přišla a řekla, rozhoduju se, jestli mam znova navázat vztah s mym tátou nebo ne a pojd'me se o tom pobavit, ale spíš mě to tak dovedlo k tomu, co je pro mě důležitý a na tom základě jsem se rozhodovala, ale nemyslím si, že bych chtěla někdy po skupině, aby mi určila, co mam udělat.

A myslíš si, že ta skupina může mít takovou sílu, že někoho dokáže přesvědčit, třeba právě k rozchodu?

A: Já si myslím, že to prostě závisí na nastavení té skupiny, na síle toho jedince, že přesně jako jak on je závislej na té skupině, jakou má důvěru k té skupině, jak on sám je stabilní a dokáže si odlišit to, že, protože ty nikdy nemůžeš předat ten vztah, kterej máš lidem okolo. Ty ho prožíváš a oni ho nikdy nebudou vidět, možná proto bych nikdy vlastně nedala té skupině takovou moc, aby oni mi rozhodli o mym životě. Aby mi řekli, udělej to nebo to, ale určitě si dokážu představit, že když ta skupina je špatně vedená, v uvozovkách, tak že ten nátlak tam může lehce vzniknout a potom když ten člověk je nerozhodnej nebo neví, a důvěřuje, že vlastně ta skupina je objektivní a víc spoléhá na ně než na sebe, tak si nemyslím, že by bylo nereálný, že by dělali rozhodnutí podle toho, co si myslí ta skupina. To si myslím, že vzhledem k tomu, jak navozuje pocit blízkýho vztahu ta skupina, tak si myslím, že to je stejný jako rodina a potom závisí přesně na tom člověku jaký má vztah k té rodině nebo k té skupině.

Co bys řekla k tomu, jak nám na začátku říkali, že si nemáme začínat žádný vztahy?

A: Rozumím tomu proč, není to úplně jednoduchý a vlastně ten můj vztah začal ještě před tím, než jsme nastoupili do výcviku a vlastně když se rozdělovalo do výcviku, tak jsme doufali, že nebudeme ve stejný skupině, ale tím, že jsme byli ve stejný skupině, tak vlastně i jakoby to nějak prodlužovalo to, než jsme se dali dohromady, protože jsme si uvědomovali, že to není správný nebo jako že to může komplikovat věci nejenom pro nás, ale i pro ty lidi v té skupině, ale jakoby potom, přeci jenom, tam byl takovej ten dovětek, že když už se něco takovýho stane, tak jako by to komunikovat, což si myslím, že my jsme splnili a nějakým způsobem jsme pracovali na tom, aby ta skupina mohla pokračovat dál a co nejmíň to ovlivnilo.

Jo a to, jak o tom mluvíš, tak mám pocit, že jste to asi zpracovali fakt dobře. A myslíš si, že když byste ten rozchod ve skupině neřešili, ale ty lidi by věděli, že se mezi vámi něco děje, tak myslíš si, že to tu skupinu stejně ovlivní?

A: Jako tam si myslím, že je problém, že jsme byli v té jedný třídě, takže kdybych vídala ty lidi čtyřikrát do roka a oni by neměli z čeho odchytnout, že jsme se s tím přítelem rozešli, tak si myslím, že by to šlo udělat i bez toho, že by to buď šlo oddálit nebo že by se tomu dalo vyhnout. Ale vzhledem k tomu, že vlastně nějakým způsobem to, myslím si, všichni vnímali, tak si nemyslím, že... Jako mohli jsme dělat, že nic a mohli jsme čekat, jestli to téma někdo přinese na tu skupinu, což taky je možnost, ale my jsme se rozhodli prostě, že to otevřeme my to téma, aby i v té skupině to bylo takový čistý a aby prostě se nějakým způsobem se s tím dalo pracovat, ale hlavně, aby to co nejmíň poškodilo fungování té skupiny.

A vnímáš rozdíl mezi tím, když chodíš s někým z výcviku a mimo výcvik?

A: Já jsem po dobu výcviku nechodila s nikým mimo výcvik. Já jsem buď chodila v rámci skupiny nebo v rámci výcviku. Takže úplně mimo srovnání nemám, ale mám srovnání v rámci výcviku a v rámci skupiny a v rámci výcviku mi to přišlo paradoxně těžší tím způsobem, třeba vím, že... Nemám přímo informace konkrétní, ale vím, že v té druhý skupině toho mého přítele se řešil hodně náš vztah a jako byli dost takový nepřátelský, kdežto u nás jsme to fakt neřešili a spíš to bylo o tom, že mě to spíš znejištěovalo, protože já jsem vlastně nevěděla, co se děje. Kdežto, když jsem měla přítele v té skupině, tak jsem vždycky věděla, co se tam řeší a bylo to otevřený a bylo to jako by víceméně mi to vyhovovalo víc, protože jsem byla v obraze, kdežto takhle

jsem mohla přemýšlet jako a kdo mu tam něco o mně říká nebo proč to někomu vadí a vlastně jsem neměla ty informace a daleko víc si myslím, že to za mě, jsem měla pocit, že můj vztah s přítelem ve výcviku daleko víc ovlivnil to dění v tom výcviku než můj vztah s mým prvním přítelem v té skupině.

Hmm, vidíš, to by mě nenapadlo. Když jste oba schopní se o tom bavit před sebou nebo že se rozhodnete takhle dobře, že to tam oznámíte a že to prostě pořešíte, tak je to vlastně asi fakt lepší, než když nevíš, co on tam o tobě říká a co tam o tobě říkají ty lidi.

Chybí ti skupina?

A: Ne. Protože já mám pár kamarádů z té skupiny, který fakt jsou moji kamarádi v závislosti na výcviku nevýcviku je to jedno, vždycky mi byli nejbliž v té skupině a stýkám se s nima i mimo skupinu, takže vždycky v té skupině byli lidi, na kterých mi záleželo, co si myslí a brala jsem si ty rady k srdci a stejně tak si je беру i mimo výcvik, takže vlastně já nepotřebuju ty lidi, který jakoby nejsou moji kamarádi a blízký osoby, takže výcvik jako takovej mi nechybí. Nebo nikdy jsem si neřekla, kéž bych teď mohla mít skupinu, abych věděla, co mam teď dělat.

A jsi ráda, že výcvik máš?

A: Jo, to určitě.

Máš pocit, že ti to něco dalo?

A: Jo. Přesně je to subjektivní pocit toho člověka, který ten výcvik prožil, ale to vždycky říkám všem, že nevim, co by se mnou bylo, kdybych neměla ten výcvik, že opravdu jako vim, že i kdybych nikdy nedělala práci psychologa, tak by mi to nikdy nepřišlo jako vyhozený peníze za výcvik. Jak říkám, někdy jsem měla pocit, že bych potřebovala větší podporu a současně jsem vnímala, že to nejde, protože zase ten můj partner by byl úplně odstrčenej mimo tu skupinu nebo ne mimo skupinu, ale rozuměla jsem, že se nemůže celá skupina spiknout svým způsobem a být na mé straně, když tam je další člen skupiny, o kterýho se taky musí starat.

A jaký máš pocit z toho, jak jste zvládli ten rozchod na skupině?

A: Já myslím, že super, že i nějak se to tam i vlastně říkalo, že jsme to prostě zvládli i ten vztah, i průběh toho vztahu i vlastně ten rozchod, že jakoby jsme se snažili, aby to co nejmíň ovlivnilo tu skupinu, že jakoby nikdo mi neřekl, mně to ale vadí, že jste spolu nebo mně vadí, že jste se rozešli nebo vy tady rozbouráváte skupinu. Ale bylo to o tý komunikaci no.

Pátý rozhovor se Simonou:

Souhlasíš s nahráváním?

S: Souhlasím.

Zažila jsi rozchod v průběhu výcviku?

S: Ano.

Jen jeden nebo víc?

S: Víc rozchodů s jedním člověkem.

A mluvila jsi o rozchodu na skupině?

S: Mluvila.

Jak na to reagovali členové skupiny?

S: Myslím si, že vždycky byla upřímná radost, protože vždycky všichni věděli, že v tom vztahu nejsem úplně spokojená, tak si myslím, že všichni měli radost jako za mě, že doufali v to, že se mi pak už uleví.

A ten tvůj vztah trval víc než rok?

S: Ano.

Ovlivnily tě nějak reakce členů skupiny v tvém rozchodu? Jestli ano, tak jak?

S: No určitě když jsem si vyslechla nějaký reakce od členů skupiny, tak jsem pak nad tím přemýšlela, že mi vlastně nikdy nenapadlo o těch věcech přemýšlet z toho pohledu těch druhých lidí, takže mi vlastně dali náhled na tu situaci a možná potom jako na základě toho, že jsem viděla různý úhly pohledu, tak jsem začala přemýšlet o rozchodu, ale určitě to nebylo tak, že bych si řekla, oni říkají, ať se rozejdu, tak se rozejdu. To takhle nebylo.

A máš pocit, že tě skupina ovlivnila v tvém rozhodování kolem rozchodu?

S: Asi možná trochu jo, protože bez té skupiny bych neměla tu odvahu to udělat. Takže myslím si, že to, že jsem o tom mluvila na skupině mi ovlivnilo v tom, možná v té rychlosti toho rozchodu. K rozchodu by asi došlo, ale tím, že jsem byla na skupině, tak mi to jako by urychlilo to rozhodnutí.

Cítila jsi ve skupině podporu?

S: Jo, určitě. Já si právě myslím, že kdybych v tej skupině cítila, že to dělat nemám nebo kdyby mi říkali, že jsem hloupá, že prostě chodím s polobohem, tak si myslím, že by mi to zase ovlivnilo přemýšlet nad tím, že asi vlastně vedle sebe nemám zas tak špatnýho člověka, i když vlastně ve finále pak se člověk rozhodne, jak chce, že jo.

Měla jsi potřebu slyšet od skupiny potvrzení, že jsi udělala dobře, když jsi se s partnerem rozešla?

S: No hlavně pro mě bylo důležité, jak jsem se v tu chvíli cítila a když mi potom skupina řekla, že jsem udělala dobře, ta mě to trochu ještě vnitřně uklidnilo, že vlastně to moje rozhodnutí bylo správný.

Jaký jsi měla pocit v tom, jak se o tebe skupina postarala?

S: Já si myslím, že vždycky když jsem na skupině řešila moje vztahy, tak jsem měla stoprocentní péči, že v tomhle jsem věděla, že ta skupina mě podpoří maximálně.

A cítila jsi někdy od skupiny nějaký tlak?

S: Jako možná v nějakou danou chvíli jo, ale teď zpětně, když nad tím přemýšlím, tak si nevybavím žádnou konkrétní situaci, takže to asi takovej tlak nebyl.

Jak vnímáš reakce skupiny na tvého bývalého partnera?

S: No, já jsem asi o tom partnerovi nemluvila pouze v souvislosti s tím, že se chci rozejít, ale mluvila jsem tak nějak průběžně od začátku o něm. Takže každej už jako trochu věděl, o koho jde a když jsem naznačila nějakým způsobem, že asi jsem zjistila, že to nebude úplně to ono, tak vlastně všichni už ho znali z toho, co jsem o něm už řekla. A já bych spíš řekla, že ta skupina, že jsem vždycky od nich slyšela to, co jsem chtěla slyšet, takže když jsem o něm říkala určitý věci a pak jsem řekla, že s ním už nejsem tak spokojená, tak mi skupina řekla víceméně, že souhlasí s tím, co já jim říkám s tím rozchodem a já jsem to vlastně asi chtěla slyšet. Stoprocentně se stavěli na mou stranu a vlastně šli proti tomu partnerovi.

Myslíš si, že je rozdíl mezi tím, když má člen skupiny partnera ve výcviku a mimo výcvik?

S: Jo, určitě. Kdybych měla přítele ve výcviku, tak si myslím, že bych to neřešila na skupině. Nebo kdyby to byl člověk mimo skupinu, tak asi jo, ale kdyby to byl člověk ve skupině, tak bych to určitě neřešila ve skupině.

Vzpomínáš si na nějakou silnou reakci někoho ve skupině vůči tobě? A jakou?

S: Z jedny reakce jsem byla překvapená s tím, že jsem mluvila o tom partnerovi, jaký máme jako problémy nebo z mé strany jaký jsou tam problémy a jeden člen skupiny mi řekl, že vlastně jsem šílenec, když si něco takovýho nechám dobrovolně líbit, a to bylo takový zjištění, že vlastně jsem i já ta, co dělá v tom vztahu tu chybu a to, že to tomu partnerovi v podstatě dovoluju. To jsem vlastně do té doby nad tím takhle

nepřemýšlela. Spíš jsem se vždycky cítila jako ta oběť, ne jako spoluviník. Tak to byla reakce, která mě překvapila.

A pomohlo ti to?

S: Jo, pomohlo.

Máš v sobě pocit, že tě skupina někdy do něčeho tlačila přes tvoje hranice?

S: Já se snažím nad tím přemýšlet, ale fakt si myslím, že vyloženě pod tlakem jsem nebyla.

Měla jsi problém se rozhodnout, že se chceš skupině s rozchodem s partnerem svěřit?

S: Ne, vůbec. Nikdy jsem s tím neměla problém.

A víš, proč jsi nikdy neměla problém mluvit před skupinou?

S: No asi je to tím, že jsem v tu skupinu měla důvěru a vždycky jsem věděla, že ať řeknu cokoli nebo osvědčilo se mi to, že když jsem řekla cokoli, tak jsem pak vždycky měla nějakou oporu z té skupiny. Nikdy se mi nestalo, že bych něco řekla a pak bych litovala toho, že jsem radši nebyla zticha.

A když tam někdo jiný řešil rozchod, tak pamatuješ si na nějaké tvoje reakce?

S: Když jsi mluvila o X a zároveň o Y a mluvila jsi o tom, že jsi s X, ale víc tě to táhne k Y a já jsem měla hrozný nutkání ti říct, co máš dělat. Chtěla jsem ti říct, vys... se na něj a jdi za tou láskou tvého života, ale věděla jsem, že je to takový, že člověk by neměl říkat druhým, co mají dělat. Měla jsem strašnou chuť ti to říct i jsem ti to nějak řekla diplomaticky. Nebo když se s A rozešel ten B a ona z toho sice byla strašně špatná a mě jí bylo líto, ale vlastně to se mnou nějak extra nezaujalo, protože jsem asi nějak věděla, že takhle je to lepší. Neměla jsem extra potřebu to řešit, protože mi nepřipadalo, že kdybychom jí říkali, on se k tobě vrátí nebo jí dávali nějaký naděje, že by to bylo třeba dobrý, kdyby se k sobě vrátili, tak, že jsou takový vztahy, který mě nějak moc nepoznamenaly moc, ale pak jsou vztahy jako jsi měla ty, kdy jsem prostě cítila úplně, že by to mělo být jinak. A mě trochu rozhodilo, že A říkala, co všechno jí ten B dělá a já jsem říkala, je to je hrozný, ale pak skončila skupina a aha no, tak jedem dál.

Myslíš si, že skupina může mít takovou sílu, že může toho člena k něčemu přesvědčit?

S: No takhle. Myslím si, že člověk, kterej by byl totálně šťastnej ve vztahu, tak by se asi takhle strhnout nenechal, ale myslím si, že ta skupina má obrovskou sílu a myslím

si, že po určitým čase by se to klidně i tomu šťastnému páru podařilo, ale zase si nemyslím, že by to bylo za cíl skupiny něco takovýho udělat, ale myslím si, že ten potenciál na to má.

A máš z naší skupiny pocit, že jsme se někdy snažili někoho k něčemu dotlačit?

S: No, možná trochu, ale to nevím, jestli to bylo skupinou nebo tím tématem, co se tam řešilo, ale vždycky na mě padla hrozná deka, když mluvila L, tak jsem cítila, že tu skupinu to hrozně táhne to téma, ale vlastně jak K byla vždycky taková vyrovnaná a v pohodě, tak jako ta skupina mi přišlo, že strašně hledá způsob, jak s tím něco udělat, když ta K vlastně to neřeší, tak v tomhle možná. My jako skupina jsme vždycky byli zvyklí, že jsme věděli, že je to buď dobrý nebo špatný nebo jestli z toho máme radost nebo jestli jsme z toho naštvaní, ale jak ta K to tak jako podala, tak si myslím, že ta skupina měla vždycky takovou zvláštní atmosféru.

Máš pocit, že bylo ve skupině nějaké téma, které takzvaně „viselo“ ve vzduchu?

S: Jo. Od té doby, co začal mít problémy S s Š a pak začaly vlastně problémy i s K jako v téhle trojce a myslím si, že od té doby to ta skupina nerozdýchala. Měli jsme na to strašně málo času zpracovat to a pracovat s tím tématem. Hlavně S to nechtěla vůbec řešit. No, to mi hrozně vadilo.

Jak vnímáš, jak řešili S s Š jejich problém na skupině?

S: No, já jsem na ně byla hrozně naštvaná. Přišlo mi, že je to vůči nám hrozně nefer, protože jsme z nich cítili tu jejich nervozitu, to napětí, ale nikdo jsme do toho nesměl píchnout, protože S si nenechala. Nechtěla o tom mluvit. Vždycky dala stopku a Š ten třeba chtěl, ale tím, že vlastně S to trochu bojkotovala to mluvit o tom, tak to mě strašně štvalo. A přišlo mi, že to, jak jsme byli silná skupina, tak tohle to strašně nabouralo, to ubralo tý skupině tu sílu, že jsme prostě cítili podprahově, že tam visí něco ve vzduchu a vlastně jsme nikdo z nás to nemohl vyřešit až na ty dva. A přišlo mi to od nich vůči nám nefér, že nás v tom takhle nechali.

Ty jsi se vlastně s tím samým partnerem rozešla dvakrát. Jak vnímáš reakci skupiny na ten druhý rozchod, když to srovnáš s tou reakcí na rozchod první?

S: Je fakt, že jsem se vždycky bála říct, že jsem se k němu vrátila. Myslím si, že třeba jeden výcvik jsem o tom vůbec nemluvila, protože jsem se bála, že tu skupinu zklamu v tom smyslu, že oni mi vlastně nějakým způsobem pomohli, když jsem se s nim rozešla, bylo to pro mě těžký a oni tam pro mě byli jako ta podpora a věděli jako jak to pro mě bylo těžký. A najednou jsem přišla a haha, tak jsem s nim zase zpátky, tak

jsem se bála, že jako ne, že dostanu vyhubováno, ale že jsem se zklamala. Že jsem zahodila to, co do mě vložili za tu sílu a energii, že jsem věděla, do čeho znova jdu a že jsem se neponaučila.

A pamatuješ si na pro tebe důležitou zpětnou vazbu skupiny?

S: Vím, že tam bylo dost pochyb, ale spíš to bylo takový to, ježiši, už zase. Že vlastně z toho byl takovej evergreen nebo nevím, jak bych to řekla. Že jste na to vlastně byli už nějak zvyklí nebo že jste to trochu jako čekali. V dobu, kdy to s ním bylo dobrý, tak jste byli rádi, ale pak jste zase podle mě viděli, že to dobrý není a už jste zase začínali mít obavy.

Ještě se vrátím k tomu spiknutí proti nepřítomnému. Jak moc jsi cítila, že jde skupina proti tomu, o kom se mluví a kdo v té skupině není?

S: Hodně. Vždycky to bylo, že jo, když jsme řešili třeba A a jak jí šikanovala ta trenérka nebo co, tak to bylo taky totálně proti ní. Pak to bylo více méně i proti tomu X. My jsme věděli, že je hodnej, ale vlastně jsme věděli, že s ním nejsi úplně šťastná, tak jako... A řekla bych i třeba S, když nám vyprávěla o těch jejích partnerech, tak si neuvědomuju, že bychom někdy se postavili na stranu toho, kdo tam není. Fakt si to neuvědomuju. Možná, že občas tam někdo řekl, že z pohledu toho nepřítomného to může být jinak, to jo, ale vždycky ve finále, když se sečetly všechny reakce, tak si myslím, že to bylo proti němu.

Jsi ráda, že jsi prošla výcvikem?

S: Jo, určitě. Dokonce přemýšlím, že bych ještě šla do nějakýho.

A vidíš na sobě změny po absolvování výcviku?

S: Určitě. Hlavně takovou tu zpětnou vazbu sama na sebe. Dřív jsem vždycky koukala jenom z mého pohledu a teď se snažím říct si, no jo, ale ten druhý třeba to má trochu jinak. Naučilo mě to být taková otevřenější tomu řešení, že už nejsem černobílá.

Chybí ti někdy skupina?

S: No, ze začátku, když ten výcvik skončil, tak hrozně. Když se mi třeba v životě něco naskytlo a říkala jsem si, teď to nebudu moct říct na tom výcviku. Ale zase čím déle máme po výcviku, tak si říkám, že o určitých věcech bych se s určitýma lidma ráda pobavila, ale už asi ne s celou skupinou. Tu skupinu jako celek už asi nepotřebuju.

Šestý rozhovor s Veronikou:

Souhlasíš s nahráváním rozhovoru?

V: Ano.

Zažila jsi rozchod v průběhu výcviku?

V: Ano, dva.

Mluvila jsi o rozchodu na skupině?

V: Ano, dvakrát.

Jak byly ty vztahy dlouhý?

V: Ten první vztah trval dva roky a ten druhý taky tak nějak. Přes dva roky.

Když jsi o rozchodu mluvila na skupině, pamatuješ si, jak na to reagovali ostatní členové skupiny?

V: Já jsem vlastně ten první rozchod řešila na skupině, ale tím, že jsme se rozešli ještě když jsem byla v prváku, tak ta skupina ještě nebyla taková rozjetá a nebyl tam takovej prostor pro to, to tam řešit. Takže ten první bych možná nechala stranou, protože jsem tam víceméně jenom řekla, že jsme se rozešli a moc jsem tu podporu skupiny v tom nepotřebovala. Takže se spíš zaměřím na ten druhý, kterej jsme tam řešili docela intenzivně. No a vlastně skupina mě hrozně v tom podporovala, že jsem jim vždycky říkala, že mi on dělá tohle tamhleto a jako popisovala jsem co všechno mi tam nefuguje a oni mě v tom hodně podporovali a vlastně od některých členů jsem cejtila, že mě i tlačej a říkaj mi: a už jsi to rozeskla? A třeba některý skupiny začínaly tím, tak co, už jsi to vyřešila? A tím, že jsme byli s některejma členama kamarádi, tak vlastně se mi nelíbilo, že když jsem řešila něco na tý skupině, tak jsme jeli domu v autě a oni to tam začali řešit: Jo, hele já jsem ti jenom chtěl říct, že jak jsi mluvila na tý skupině, tak že... Že to třeba i řekli na tý skupině, ale ne tak důrazně a potom jsme to řešili i po tý skupině a mně fakt jsem cejtila obzvlášť ke konci hodně silnej tlak tý skupiny, abych to rozsekla a upřímně jsem si to takhle ani nikdy nepřiznala. Ale jako já jsem ráda, ale vim, že kdybych nechodila do skupiny, tak že bych v tom vztahu třeba ještě dva, tři měsíce byla. Urychlilo mi to ten proces toho rozhodnutí ta skupina.

Když si vzpomeneš, jak jsi mluvila o tom rozchodu a konkrétně o partnerovi, tak jakej máš pocit z těch reakcí skupiny na toho partnera?

V: Moje skupina hodně soudila, že byla se vším hodně rychle hotová a potom, co jsem jim říkala, jak to probíhá, jak to máme, že si nejdřív vyslechli, jak to funguje třeba v tý domácnosti a takhle a pak mi třeba řekli: hele, to takhle nejde, on ti to bude dělat pořád

tohle a je takovej a takovej a měla by si se s ním už rozejít. Vlastně jediný co, po čem jsme pátrali bylo, proč s ním pořád ještě jsem, proč to nerozseknu. To bylo jediný, kdy se ptali na mě. Ale jinak jsem spíš slyšela soudy jakéj on je a tak.

A zastávali se ho třeba někdy?

V: Ne. Nikdy. Bylo to spíš negativně vůči němu. Ale já si osobně myslím, že vzhledem k tomu, že já jsem tam ani nic pozitivního nepřinášela, tak to bylo zaměřený tak, jak já jsem to říkala. Že mi v tom není dobře a že on mi dělá jako věci, který se mi prostě nelíbí a jenom jsem nějak prostě nedostala odvalu, se s ním rozejít a ta skupina mě v tom hodně podporovala a vlastně tím, jak já jsem ho podávala, tak tak to vlastně negativní bylo.

A říkala jsi teda, že ti to ten rozchod urychlilo.

V: Jo. Hodně. Protože já jsem se s ním chtěla rozejít už asi rok a půl a tuhle dobu jsme to taky na skupině řešili. Jasně, že to nebylo ústřední téma, ale jako rok a půl jsem to tam řešila a vlastně vim, že bych s ním ještě třeba půl roku byla a musela jsem si jako rozhodovat, protože tam bylo spoustu věcí, co se týče zajištění, jako že jsem nechtěla bydlet sama a to osamocení. A co se týče toho, že jsem si pronajímala byt, tak jsem nevěděla, jestli to sama utáhnu a takový věci, že jsem je fakt hodně dlouho řešila. Oni mi v tom pomohli vlastně tak, že prostě tím, že mě k tomu pořád tlačili a pořád se mě na to ptali, tak vlastně si pamatuju, jak mě to ovlivňovalo i když jsem s ním třeba mluvila. U toho mi jedna členka skupiny říkala: jo, to ti volá zase ten debil jo, tak to típni a tak podobně. Už jsem si ani nepřipadala komfortně v tom soukromým životě, když jsem s ním třeba mluvila nebo si s ním psala, tak ty lidi, kvůli tomu, co o něm všechno věděli z toho výcviku, tak už na něj měli určitej náhled no.

A třeba ty negativní reakce na něj od ostatních ti vadili?

V: Asi jsem to brala tak, že když to o něm říkám já, tak mi to nevadí. Jak by mohli oni mít jinej názor, když vědi jen tu jednu mojí verzi? Ale jako je pravda, že třeba nikdo se nesnažil ani říct, heleť, tak ho vezmi s sebou nebo já s ním půjdu na kafe nebo na pivo a zjistím, co a jak je a chtěl by si o tom něco poslechnout z té druhý strany. To takhle nikdy nebylo.

A když jsi mluvila o tom tlaku, tak jaké to pro tebe bylo?

V: No ve skupině mi to nevadilo, ale mimo skupinu už mi to nepříjemný bylo.

Už to bylo moc?

V: Jo.

Jaký jsi měla pocit z toho, jak se o tebe skupina postarala?

V: No třeba mi chybělo právě hledání těch motivů, proč vlastně já s nim furt zůstávám. To jsme tam vlastně skoro vůbec neřešili, ale pro mě bylo třeba i hrozně těžký vyslovení toho, že jsem si připadala fakt trapně říct, že neutáhnu nájem. Třeba teď bych to už v pohodě řekla, ale vim, že to byl pro mě jeden z velkejch motivů s nim zůstávat a třeba půl roku jsme spolu bydleli už jenom jako spolubydlíci. Chybělo mi hledání těch motivů, proč s nim jsem. Místo toho, aby mi říkali, ježiš to je hrozný, rozejdi se s nim, proč to furt takhle oddaluješ, tak nějaký jako hledání těch psychických motivů, to mně chybělo no.

Myslíš si, že je nějaký rozdíl mezi tím, když máš parntera ve výcviku a mimo výcvik?

V: Jo, určitě v tom je velkej rozdíl. Protože když máš partnera ve výcviku, což jsem vlastně taky zažila, tak je to v tom jiný, že toho partnera ty lidi znaj. Můžou se zeptat na ten druhej názor nebo ti můžou říct, jo, hele já ho znám a vim, že takovej není, to se ti jenom zdá. Nebo to jenom pochopit. Ale když je odjinud, tak prostě je to pro ně cizí člověk, takže v tom je to složitější, že ví jen ten jeden pohled.

A jakej máš pocit z rozdílu mezi vztahem ve skupině a ve výcviku?

V: Já to nemám zažitý, ale viděla jsem pár ve skupině a myslim si, že je to strašně špatně a oni to oba dva přiznávají. Vim, že každěj zvlášt' by reagoval úplně jinak, ale tím, že si nechtěli dělat naschvály nebo na sebe nějak útočit, tak radši mlčeli a pak si to vyříkávali mimo tu skupinu a myslim si, že to do tý skupiny přinášelo hroznej neklid a nedůvěru.

A když tam třeba řešili nějaký problémy, tak jakej z toho máš pocit?

V: No, odráželo se to hrozně na tý skupině.

Vníkala jsi na skupině nějaké tabu?

V: Tak jako, co se týče třeba toho, co se stalo s jednou členkou výcviku, tak to tam vyselo furt a jakmile se na to nějakou oklikou navázalo na to téma, tak prostě okamžitě všichni zmlkli a všichni koukali, jestli jsou s tím v pohodě. Prostě fakt si myslim, že to není dobře. Asi v momentě, když si spolu dva ve skupině něco začnou, tak by měli tu skupinu opustit. A ještě co se týče toho výcviku, tak upřímně si myslim, že to taky není dobrý, protože to ty vztahy na tý komunitně nutně musí vždycky ovlivňovat a přijde mi, že ta komunita pak není bezpečná. Pro mě třeba nikdy bezpečná nebyla a vlastně si uvědomuju, jak se tam cejtli ti, kteří tam ten vztah měli, protože jsem ho

tam pak měla i já, ale fakt si myslím, že to není dobře. Asi to tu nevyřešíme, ale fakt si myslím, že by to tam nemělo být. Ani já jsem se v tom necejtila dobře. Ani když lidi ve skupině měli vztah, ani když já jsem v komunitě měla vztah. Není to dobře.

A co bys řekla k tvé důvěře ke skupině?

V: No, jako moc jsem jim nevěřila. Jako takhle. Nám se stalo, že jsme zjistili, že tam ty lidi vynášej ze skupiny a v momentě, kdy se to zjistilo, tak to bylo prostě... jo a i tím, že dva členové ve skupině spolu chodili a bavili se spolu o tom pak v soukromí a věděli jsme to, že se o tom baví v soukromí a bylo to fakt nepříjemný. Já, kdybych měla fakt nějaký problém, třeba fakt nějaký intimní nebo něco, co bych fakt nechtěla, aby někdo věděl, třeba, kdybych byla těhotná s nějakým učitelem, tak bych to nikdy na tý skupině neřekla.

A rozmýšlela si, co tam říct a co ne?

V: Tak rozmýšlela jsem si nějaký věci, co mě nějak tížily, to jsem tam nějak řešila, ale kdyby to mělo bejt nějaký strašný tajemství, tak to bych neřekla.

A když si vzpomeneš na to, když tam někdo jinej řešil rozchod, tak jaký máš pocit z reakcí členů na ten jeho problém?

V: Mám pocit, že to bylo hodně podobný jako se mnou. Vždycky to tam bylo podaný jenom z toho jednoho úhlu a vždycky jsme pracovali s těma informacema, který tam přišli z tý jedný strany. Akorát třeba u jedný členky se pracovalo nějak s těma osobníma pocitama, protože ona to tam vlastně sama řekla, že to tam chce řešit. Jo, že ví, že to je třeba tak, že nemá problém v těch vztazích, ale že má problém se sebou a že řešila nějak ty svoje problémy tam, ale ona si o to v tý skupině řekla. Ale když člověk třeba nevěděl nebo nechtěl, tak ho ta skupina nepodpořila třeba tak, aby si to vyřešil sám za sebe. Vždycky odsoudila tu jednu stranu. To, co bylo podaný, to je prostě špatný, takhle se to nemá dělat, rozejdí se s nim, to je dobrý, jak ses takhle rozhodla a hrozně ho v tom nápadu, kterej ten člověk přinesl podporovala, ale že by se šlo nějak za roh, tak to ne.

Když si říkala, že jsi měla ty rozchody dva ve skupině, tak vnímala jsi nějaký rozdíl v reakcích skupiny na ten první rozchod a na ten druhý?

V: No, já jsem tam ten první rozchod moc neřešila, ale jako vlastně měnilo se to, to je hustý no, protože se to měnilo v tom, že toho prvního kluka, tak část skupiny znala, protože s náma i byl na nějakym Rektorskym dni a že říkali, že je hrozně fajn a sympatickej a proč to nefunguje a třeba i vim, že dva členové ze skupiny po tom, co

jsme se rozešli, se s nim vídali. Takže to mi bylo třeba trochu nepříjemný, ale zároveň jo, že podporovali to, že já jsem se takhle rozhodla, ale vim, že mi jako neřikali, že je to dobře nebo něco takovýho, ale já jsem to tam tolik neřešila. Já jsem byla víceméně rozhodlá, že to takhle chci udělat a moc jsem to tam neřešila. Jenom jsem řekla, že jsme se rozešli a že to je z těchhle důvodů a oni mi řekli, že je to škoda, takový to normální, co se říká, ale nebylo to téma číslo jedna.

Jaký máš pocit zpětné vazby od té skupiny na to, co jsi tam řekla?

V: Na ten rozchod, tak vlastně ta zpětná vazba byla hodně jednostranně zaměřená a hodně nátlaková, bych tak řekla a taková hodně negativní. Jednostranně negativně vůči partnerovi. Vlastně mi nikdo neřekl, ty jo, ty jsi taky pěkná megera. Ale třeba co se týče toho, když jsem řešila hodně vztahy s mámou a rodinou, tak to mi pomohli hodně. Když jsem mluvila třeba o mámě, tak pro mě to bylo bezpečný téma, že vim, že kdyby to řekli tobě třeba, tak by mi to bylo úplně jedno. Ale strašně dlouho jsem ji třeba neřekla o příteli z komunity, protože jsem věděla, že když se to prokecne, tak to budou vědět všichni a nebyla jsem v té skupině tak, že bych jim věřila. Vlastně až když to věděli všichni, tak jsem to pak řekla té skupině. Jako stejně to tam všichni věděli. Ta důvěra tam prostě nebyla.

Jsi za výcvik ráda?

V: Jasně, že jsem za něj ráda. Myslim si, že mi to dalo strašně moc a já jsem to říkala už od prváku a zastávám ten názor, že lidi, kteří spolu chodí na výcvik, tak by spolu neměli chodit do třídy.

Tak určitě to má své nevýhody no.

V: Myslim si, že by mi ten výcvik dal o hodně víc, kdybychom spolu nebyli ve třídě. Kdybychom se potkávali jenom 4x do roka nebo jak často, tak si myslím, že by mi to dalo daleko víc, byla bych v tom daleko otevřenější a cejtla bych se tam myslím líp.

Chybí ti někdy výcvik?

V: Jo. Já si budu dokonce dělat další výcvik.

A dokážeš říct v čem ti chybí?

V: Chybí mi si sednou do toho kroužku a řešit nějaký svoje problémy. Chybí mi to, že to nemám s kým řešit. Ne, že bych potřebovala nutně něco řešit, ale chybí mi to, ale zároveň jsem vlastně ráda, že s těma lidma, se kterýma si nerozumím, tak už nemusím být v nějakym umělým kontaktu.

Myslíš si, že ta skupina může mít až takovou sílu, že dokáže člověka ovlivnit tak, že i když si rozchodem není tak jistej, tak přistoupí na to, že se s tím člověkem rozejde?

V: Hele tak upřímně si myslím, že by ten člověk musel být absolutně nesebevědomej. Myslím si, že takovej člověk, kterej by si nechal nakecat to, co sám nechce nebo sám o tom není přesvědčenej, tak že v tom výcviku nemá co dělat a neměl by dělat ani práci psychologa. Myslím si, že lidi, kteří tam v tom výcviku jsou, tak automaticky předpokládám, že mají nějaké svoje názory a stojí si za nějakýma svýma postojema, že by se jim tohle stát nemělo. Vim ze svý zkušenoti, že ta skupina mi pomohla v tom, to urychlit, ale já vim, že bych to stejně ukončila, takže prostě, že mi to pomohla urychlit o tři, čtyři měsíce.

BIBLIOGRAFICKÉ ÚDAJE

Jméno a příjmení autora:	Karolína Klárová
Studijní program:	Psychologie
Studijní obor:	Psychologie
Název práce:	Vnímání vlivu výcvikové skupiny na rozhodování v partnerských vztazích
Počet stran (bez příloh):	73
Celkový počet stran příloh:	52
Počet titulů české literatury a pramenů:	36
Počet titulů zahraniční literatury a pramenů:	5
Počet internetových odkazů:	6
Vedoucí práce:	Mgr. Jakub Zlámaný, PhD.
Rok dokončení práce:	2018

**Posudek vedoucího diplomové práce
na Pražské vysoké škole psychosociálních studií**

Jméno a příjmení studenta/-tky: Bc. Karolína Klárová

Obor studia: Psychologie

Název práce: Vnímání vlivu psychoterapeutického výcviku na rozhodování v partnerských vztazích

Vedoucí práce: Jan Jakub Zlámaný Ph.D.

Technické parametry práce:

Počet stran (bez příloh): 73

Celkový počet stran příloh: 52

Počet titulů české literatury a pramenů: 36

Počet titulů zahraniční literatury a pramenů: 5

Počet internetových odkazů: 6

0**	1	2	3	4
-----	---	---	---	---

Výběr tématu

Závažnost tématu

	1			
--	---	--	--	--

Oborová příléhavost tématu

	1			
--	---	--	--	--

Originalita tématu a jeho zpracování

	1			
--	---	--	--	--

Formální zpracování

Jazykové vyjádření (respektování pravopisné normy, stylistické vyjadřování, zvládnutí odborné terminologie)

	1			
--	---	--	--	--

Práce s odbornou literaturou a prameny (citace, parafráze, odkazy, dodržení norem pro citace, cizojazyčná literatura)

		2		
--	--	---	--	--

Formální zpracování (jasnost tématu, rozčlenění textu, průvodní aparát, poznámky, přílohy, grafická úprava)

	1			
--	---	--	--	--

Metody práce

Vhodnost a úroveň použitých metod

	1			
--	---	--	--	--

Využití výzkumných empirických metod

	1			
--	---	--	--	--

Využití praktických zkušeností

	1			
--	---	--	--	--

Obsahová kritéria a přínos práce

Přístup autora k řešené problematice (samostatnost, iniciativa, spolupráce s vedoucím práce)

	1			
--	---	--	--	--

Naplnění cílů práce

	1			
--	---	--	--	--

Vyváženost teoretické a praktické části v daném tématu

	1			
--	---	--	--	--

Návaznost kapitol a subkapitol

	1			
--	---	--	--	--

Dosažené výsledky, odborný vklad, použitelnost výsledků v praxi

	1			
--	---	--	--	--

Vhodnost prezentace závěrů práce (publikace, referáty, apod.)

	1			
--	---	--	--	--

Otázky a náměty k diskusi při obhajobě:

Námět k diskusi:

Co si autorka myslí, že by se mělo ve výcvicích změnit, aby se frekventanti výcviku, kteří mají partnera ve své studijní komunitě cítili sobodněji a mohli o svém vztahu mluvit? Vidí autorka nějaké řešení tohoto problému, aniž by se musel měnit výcvikový systém?

Celkové hodnocení práce (klady, nedostatky):

Předkládaná práce splňuje nároky kladené na diplomovou práci. Autorka rozdělila práci na teoretickou a empirickou část.

V prvních kapitolách se věnuje vymezení pojmů, popisu komunitně skupinového výcviku, charakteristikám malé a velké skupiny a rozdílů mezi nimi, sociálnímu vlivu ve skupinách, konformitě, vlivu skupiny na rozhodování jedince a partnerskými vztahy.

V empirické části formuluje cíl výzkumu takto: „jak sami účastníci výcviku na PVŠPS vnímají vliv skupiny na jejich rozhodování v partnerském vztahu.“ Pro zvýšení validity výsledků a pro podrobnější zkoumání subjektivního vnímání vlivu psychoterapeutického výcviku využila triangulace zdrojů dat: 1. ohniskové skupiny 2. bilančních prací a 3. polostrukturovaných rozhovorů. Výsledky interpretuje pomocí interpretativní fenomenologické analýzy.

Hodnocení práce:

Z teoretického hlediska nevynechala, dle mého názoru, nic podstatného. Kolegyně v teoretické části prokázala schopnost práce s odbornou literaturou a systematického shromažďování informací o daném tématu. V empirické části pro svůj výzkumný cíl využila kvalitativní výzkumnou metodologii. Autorka je poměrně stylisticky zdatná a v teoretické části popisuje základní pojmy a teoretické koncepty spojené se studovanou problematikou. V praktické části své práce, prokazuje schopnost uplatnit 3 kvalitativní metodologické postupy, kategorizovat data ze tří zdrojů, provést fenomenologickou interpretativní fenomenologickou analýzu a srozumitelně interpretovat výsledky. Svoji práci končí návrhem hypotéz pro další výzkum.

Připomínky:

Formální: Ze základní literatury mi chybí např.: publikace Community od S. Pecka.

Obsahové: Jedním z překvapivých závěrů kvalitativního výzkumu je, že frekventanti výcviku, kteří měli partnera ve studijní komunitě na PVŠPS, nechtěli na výcviku o svém partnerském vztahu mluvit, aby neohrozili jeho soukromí. Autorka nenavrhuje jak tento problém řešit. Zajímá mě návrh řešení kolegyně tohoto problému. Podr. viz. otázka k obhajobě.

Celkově: **Ocenit musím schopnost autorky reflektovat pomocí kvalitativních metod**

Doporučení k obhajobě: doporučuji*
Navrhovaná klasifikace: výborně
Datum, podpis:

Zm

*

nehodící se, škrtněte

**Posudek oponenta diplomové práce
na Pražské vysoké škole psychosociálních studií**

Jméno a příjmení studentky: **Bc. Karolína Klárová**

Obor studia: **Psychologie**

Název práce: **Vnímání vlivu výcvikové skupiny na rozhodování v partnerských vztazích**

Oponent práce: **doc. PhDr. Karel Balcar, CSc.**

Technické parametry práce:

Počet stránek textu (bez příloh): **73**

Počet stránek příloh: **52**

Počet titulů v seznamu literatury: **47**

0**	1	2	3	4
------------	----------	----------	----------	----------

Výběr tématu

Závažnost tématu

	1			
--	----------	--	--	--

Oborová přílehavost tématu

	1			
--	----------	--	--	--

Originalita tématu a jeho zpracování

	1			
--	----------	--	--	--

Formální zpracování

Jazykové vyjádření (respektování pravopisné normy, stylistické vyjadřování, zvládnutí odborné terminologie)

		2		
--	--	----------	--	--

Práce s odbornou literaturou a prameny (citace, parafráze, odkazy, dodržení norem pro citace, cizojazyčná literatura)

	1			
--	----------	--	--	--

Formální zpracování (jasnost tématu, rozčlenění textu, průvodní aparát, poznámky, přílohy, grafická úprava)

	1			
--	----------	--	--	--

Metody práce

Vhodnost a úroveň použitých metod

	1			
--	----------	--	--	--

Využití výzkumných empirických metod

	1			
--	----------	--	--	--

Využití praktických zkušeností

0				
----------	--	--	--	--

Obsahová kritéria a přínos práce

Přístup autora k řešené problematice (samostatnost, iniciativa, spolupráce s vedoucím práce)

0				
----------	--	--	--	--

Naplnění cílů práce

	1			
--	----------	--	--	--

Vyváženost teoretické a praktické části v daném tématu

	1			
--	----------	--	--	--

Návaznost kapitol a subkapitol

	1			
--	----------	--	--	--

** 0 – nehodnoceno; 1 – výborně; 2 – velmi dobře; 3 – dobře; 4 – neprospěl/a

Dosažené výsledky, odborný vklad, použitelnost výsledků v praxi

		2		
--	--	---	--	--

Vhodnost prezentace závěrů práce (publikace, referáty, apod.)

		2		
--	--	---	--	--

Otázky a náměty k diskusi při obhajobě:

1. Prosim, zrekapitulujte heslovitě v rozhovorech zjištěné nebo předpokládané zdroje či příčiny případného zkreslení názorů členů výcvikové skupiny nabízených členovi/člence, která se svěřila se svým vztahovým problémem.
2. Jako přínos své studie uvádíte zjištění úkazu „spiknutí skupiny proti nepřítomnému členu partnerské dvojice“. Pokuste se aplikovat na vysvětlení tohoto jevu nějaké poznatky či názory uvedené v teoretických oddílech 2.3.2 a/nebo z kap. 4.

Celkové hodnocení práce (klady, nedostatky):

Autorka v práci podává reprezentativní přehled zdrojů ke studiu svého tématu, obsahově přiměřený a s patřičnými odkazy na teoretická tvrzení, popř. výsledky některých dalších výzkumů. Text je zpracován i po formální stránce kvalitě, nacházím tu jen málo

- *jazykově nesprávných míst*, kde správně má být (odkazuji na str./odst./řádek): 18/4/3: „přizpůsobiví členové“; 26/5/1: „heideggerovské“; 62/2/4: „rokama“,
- *anebo obsahově problematických vyjádření*: 26/3/2: PPF se nestala vysokou školou, byla jen tříletým odborným kurzem pro zájemce; vysokou školou se stala až samotná PVŠPS, která si jej pak začlenila jako součást svého celoživotního vzdělávání; 28/3/4: věta, že v komunitě „Vrcholem je dosažení vzájemnosti a společenství duchovního, duševního i **hmotného majetku**“ asi zcela nevystihuje povahu vzájemnosti členů psychoterapeutických komunit PVŠPS; 46/1/3: provedení „zkoušky kvality rozhovoru“ tu postrádá bližší určení, jaká jeho kvalita a jak byla vyzkoušena (možná šlo jen o kvalitu jeho nahrávky?).

Těchto několik kritických poznámek však dle mého soudu nijak nediskvalifikuje jinak výbornou úroveň teoretického založení a výzkumné realizace autorčina záměru. Ten je uskutečněn vhodným uplatněním triangulace metod, s ústřední úlohou kvalitně vedených rozhovorů a analýzy „bilančních“ zpráv absolventů výcviku dobře zvládnutou metodou interpretačně fenomenologické analýzy. Přináší několik inspirujících popisných a interpretačních závěrů k dalšímu zkoumání dynamiky psychoterapeutické výcvikové skupiny při poskytování osobních odezev jejich členů na předložený partnerský problém jednoho z nich. – Získané poznatky vykazují určitou jednostrannost v tom, že vždy jde o *podporu* poskytovanou skupinou *ve prospěch rozchodu* člena se současným partnerem; nesetkávám se tu vůbec s podporou *ve prospěch* buď *navázání partnerského vztahu*, anebo *setrvání v partnerství*; práce by podle toho mohla mít ve svém názvu spíš „... *na rozhodování o rozchodu s partnerem*“.

Doporučení k obhajobě: **doporučuji** / ~~nedoporučuji~~*

Navrhovaná klasifikace: **výborně**

Datum, podpis: **10. srpna 2018**



*
nehodící se, škrtněte