

Pražská vysoká škola psychosociálních studií

Studijní obor: Psychologie



Nevěra v dlouhodobém partnerském vztahu

Tereza Uhrová

vedoucí práce: Mgr. Johana Růžičková, Ph.D.

Praha 2023

Prague College of Psychosocial Studies

Study program: Psychology



Infidelity in a long-term romantic relationship

Tereza Uhrová

The Diploma Thesis Work Supervisor: Mgr. Johana Růžičková, Ph.D.

Prague 2023

Poděkování:

V první řadě bych chtěla poděkovat vedoucí této bakalářské práce Mgr. Johaně Růžičkové, Ph.D. za její čas, cenné poznámky a připomínky. Zároveň bych chtěla poděkovat i respondentkám, za jejich důvěru, otevřenost a čas, který si na mě udělaly. Děkuji svým bakalářským souputnicím, za společně strávené hodiny v NTK. Díky rodičům, za podporu ve studiu a mamce obzvláště za pomoc s hledáním respondentek. A v neposlední řadě děkuji svému drahému souputníkovi za dny, které měly být učící, a nakonec nebyly, i za ty, kdy jsme společně udělali velký kus práce.

Prohlášení:

1. Prohlašuji, že jsem tuto bakalářskou práci vypracovala samostatně a výhradně s použitím citovaných pramenů, literatury a dalších odborných zdrojů.
2. Prohlašuji, že práce nebyla využita v rámci jiného vysokoškolského studia či k získání jiného nebo stejného titulu.
3. Souhlasím s tím, aby práce byla zpřístupněna pro studijní a výzkumné účely.

V Praze dne Podpis

Anotace:

Tato bakalářská práce se věnuje výzkumu prožívání žen, které v rámci dlouhodobého partnerského vztahu byly podvedeny svým partnerem.

Soustředí se na to, jak žena takovou zkušenost prožívá a případně jak ji překonala a co ji přinesla.

Výzkumu se zúčastnily 4 respondentky, se kterými byly udělány hloubkové polostrukturované rozhovory.

Práce je dělena na dvě části. První část se věnuje teoretickým poznatkům vztaženým k tématům partnerských vztahů, důvěry, nevěry, odpuštění a v neposlední řadě párové terapie. Druhá část je empirická, soustředí se na výzkumné šetření a jeho výsledky. Sesbíraná data byla analyzována pomocí interpretativní fenomenologické analýzy.

Klíčová slova: partnerské vztahy, nevěra, důvěra, párová terapie

Abstract:

This bachelor's thesis explores the experiences of women who have been cheated on by their partner in a long-term relationship.

It focuses on how the woman lived through such an experience and, where appropriate how she overcame it and what it entailed.

Four female respondents participated in the research and were interviewed in depth in semi-structured interviews.

The thesis is divided into two parts. The first part deals with theoretical knowledge related to the topics of partner relationships, trust, infidelity, forgiveness and last but not least couple therapy. The second part is empirical, focusing on the research investigation and its results. The data collected was analysed using interpretative phenomenological analysis

Key words: partner relationships, infidelity, trust, couple therapy

Obsah

Úvod	5
TEORETICKÁ ČÁST	6
1 Partnerské vztahy	7
1.1. Dlouhodobý partnerský vztah	8
1.2. Důvěra	9
2 Nevěra	11
2.1. Nevěra jako symptom	12
2.2. Odhalení nevěry	14
2.3. Pocity zrady	15
3 Odpuštění	16
4 Párová terapie	17
5 Rozchod, rozvod	20
6 Pozitiva zážitku nevěry	21
Empirická část	23
1 Výzkumný cíl a výzkumná otázka	23
2 Výzkumná metoda	23
3 Výzkumný vzorek	24
4 Scénář rozhovoru	24
5 Etické aspekty výzkumu	26
6 Reflexe vlastní zkušenosti s tématem a očekávání	26
7 VÝSLEDKY VÝZKUMNÉHO ŠETŘENÍ	28
7.1. AMÁLIE	28

7.2.	Ester.....	42
7.3.	Lucie	51
7.4.	Matylda	63
8	Celková analýza a interpretace výsledků	74
8.1.	Šok	74
8.2.	Odůvodnění nevěry.....	75
8.3.	Ohrožení.....	75
8.4.	Emoce vs. Logika	76
8.5.	Hlídání si partnera	76
8.6.	Psychoterapie.....	77
8.7.	Vnitřní síla.....	77
8.8.	Narušená důvěra	78
9	Diskuse.....	78
10	Závěr	80
11	Citace	81

Úvod

„Láska je trpělivá, je laskavá, láska nezávidí, láska se nevychloubá ani nepovyšuje; není hrubá, nehledá svůj prospěch, není vznětlivá, nepočítá křivdy, není škodolibá, ale raduje se z pravdy; všechno snáší, všemu věří, vždycky doufá, všechno vydrží.“

1 Korintským 13:4-7

...dokud nepřijde na nevěru. Whisman (2016) říká, že nevěra je jedním z nejobtížněji překonávaných problémů v dlouhodobých partnerských vztazích a stejně se jí dopouští kolem 40 % populace (Marin et al., 2014).

Fenomén nevěry je značně komplikovaný v tom, že každý za nevěru může považovat něco trochu jiného. Haseli et. al (2019) definuje nevěru jako porušení párem ne/vyřčené dohody ohledně emocionální nebo sexuální exkluzivity. Jiné páry, ale také samotní jedinci v páru, mohou tedy vnímat nevěru různě. Její důsledky jsou mnohdy ničivé. Newport & Himelfarb (2013) nevěru uvádí jako jeden z nejčastějších důvodů rozpadu partnerského vztahu. Proto se v této práci zaměřím i na párovou terapii jako cestu, jak nevěru překonat, a případně i na to, jestli zážitek nevěry může mít nějaký pozitivní přesah.

V této bakalářské práci se snažím o hlubší pochopení fenoménu nevěry. Co zažívá podvedená partnerka? Má párová terapie potenciál negativní důsledky minimalizovat a proč ji třeba některé páry nevyužijí?

Práce je rozdělena na dvě části. První část teoreticky mapuje témata partnerských vztahů a nevěry jako takové, a následně možnost využití párové terapie a její roli při vyrovnávání se s nevěrou. Ve druhé části se zabývám samotným výzkumem. Tato empirická část obsahuje výzkumnou otázku, metodiku a výsledky výzkumného šetření.

TEORETICKÁ ČÁST

1 Partnerské vztahy

Partnerské vztahy tvoří velkou část lidského života. Společně se vztahy přátelskými, rodičovskými, sourozeneckými atd. patří k nejdůležitějším sociálním vztahům (Iveniuk et al., 2014). A také jsou jedním z velmi významných faktorů spokojenosti. Obecně by se dalo říct, že životní spokojenost a partnerské vztahy jsou provázané oběma směry. Lidé s velkou životní spokojeností se spíše zapojují do sociální interakce včetně společně tráveného času a mluvení, ať už s přáteli nebo partnerem/partnerkou. Z druhé strany, ti, kteří mají kvalitní vztahy a vazby, jsou zdravější, dožívají se vyššího věku (Kansky, 2018) a jsou spokojenější v pracovním životě (Chambel & Curral, 2005; Cotton, Dollard, & de Jonge, 2002).

Nicméně, byť jsou partnerské vztahy součástí vztahů sociálních, vztahy romantické se liší od jiných sociálních vazeb v zásadních aspektech (Kansky, 2018). Výzkumníci uznali, že je obtížné definovat romantický vztah, ale shodují se na tom, že jedním z hlavních rysů, které odlišují partnerství od přátelství, je významný rozdíl v intimitě (Moss & Schwebel, 1993). Blízcí přátelé sice mohou sdílet své zážitky, což je bezpochyby intimní, role intimity v romantických vztazích je ale obvykle hlubší a všudypřítomnější. Podle Stenberga (1986) jsou vztahy kombinací intimity, vášně a oddanosti. A typ vztahu se pak dá určit na základě poměru těchto tří aspektů. Typ lásky tedy závisí na síle každé složky vůči sobě navzájem. V závislosti na relativní síle každého znaku může být vztah klasifikován jako konkrétní typ lásky, například jako láska romantická, přátelská, sourozenecká, zamilovaná...

V první fázi partnerství je důležitý vzhled a chování potencionálního partnera, důležité je i to, jak tyto charakteristiky vnímá okolí a zda jsou vnímány společností jako atraktivní. V druhé fázi se partneři poznávají, zjišťují podobnosti v zájmech, postojích a hodnotách, a také odlišnosti, které mají. Zjistí-li, že jejich nahlížení na svět není kompatibilní, rozcházejí se, pokud ale kompatibilní jsou, nastává fáze třetí. V této fázi se uplatňuje především kompatibilita rolí. Partneři si vytvářejí vzájemně se doplňující role, zjišťují, jaké mají potřeby a jak je jejich partner může uspokojit. Pokud jeden z partnerů není schopen dlouhodobě uspokojovat potřeby svého partnera, ani je nějak kompenzovat, dochází k nespokojenosti ve vztahu. V opačném případě se vytváří kvalitní základ pro dlouhodobé partnerství (Kratochvíl, 2000).

1.1. Dlouhodobý partnerský vztah

Většina teoretiků předpokládá, že proměnná času bude mít velmi odlišný dopad na lásku vášnivou a na lásku partnerskou (dlouhodobou). Vášnivá láska poměrně rychle vyhasíná, zatímco láska dlouhodobá je považována za poměrně stabilní v čase nebo dokonce časem vzrůstá (Hatfield et al., 2008). Láska v dlouhodobém partnerském vztahu je méně intenzivní oproti lásce vášnivé. Kombinuje pocity připoutanosti, závazku a intimity. Tento typ lásky byl definován jako „*náklonnost a něha, kterou cítíme k těm, s nimiž jsou naše životy hluboce spjaty*“ (Hatfield & Rapson, 1993, s. 9). Dlouhodobá partnerská láska je typická kromě připoutanosti, závazku a intimity také důvěrou a blízkostí (Aron et al., 2006).

Lidé v partnerských vztazích nehledají pouze vášeň nebo pouze připoutanost, chtějí oboje. Od dlouhodobých partnerských vztahů se očekává, že budou naplňovat jak potřebu bezpečí, stálosti a stability, tak i potřebu novosti a změny. Že budou zdrojem jistoty a předvídatelnosti, ale také rozmanitosti, přestože tyto touhy, jdou proti sobě – bezpečí a vášeň jsou zcela odlišné potřeby jdoucí opačnými směry, a přesto je od partnera vyžadováno, aby tyto potřeby byly naplněny, ideálně najednou (Perel, 2020). Perel (2020) tvrdí, že tyto malé nuance mohou být dobrým podložím pro vznik nevěry.

Oproti tomu stojí Stinnett et al. (1972), kteří dokazují, že vášeň a bezpečí mohou v partnerské vztahu fungovat vedle sebe. Zjistili, že většina stárnoucích mužů a žen hodnotí svá manželství jako „velmi šťastná“ a zároveň, že většina jednotlivců z těchto dotazovaných párů považuje „být zamilovaný“ za nejdůležitější faktor k dosažení manželského úspěchu. Tento výzkum nastínil, že vášeň je v kvalitním dlouhodobém vztahu stejně potřebná jako pocit bezpečí a připoutanost, a dokonce může tyto pocity podpořit.

Podle lidové pověsti se vášnivá láska vyznačuje svou křehkostí. Hatfield a Walster (1978, s. 125) došli k závěru, že „*vášnivá láska je křehká květina. Časem vadne. Láska v dlouhodobém partnerském vztahu je pevný evergreen; mezilidským kontaktem se zpevňuje.*“ Pokud má pár štěstí, vášnivá láska se přerodí do dlouhodobého partnerského vztahu, který může trvat až do konce života.

Co se týče genderových rozdílů v míře milování partnera, Hatfield et al. (2008) zjistili, že při „randění“ a obecně v začátcích vztahu ženy a muži milují stejnou měrou,

ale s postupem času ženy dávají svým partnerům více lásky, než dostávají na oplátku. Eshlesman (1978) tvrdí, že obecně platí, že láska je největším zdrojem manželského uspokojení.

Kvalita vztahu ovlivňuje kvalitu žití. Spokojenost ve vztahu předpovídá pozdější vyšší stupeň spokojenosti v životě spíše, než že by životní spokojenost predikovala spokojenost ve vztahu (Jacobs a Lyubomirsky, 2013). Na tom, zda vztah bude šťastný, se podílí hned několik faktorů. Kappen et al. (2018) říká, že přijetí od partnera přímo koreluje se spokojeností ve vztahu. Jacobs a Lyubomirsky (2013) považují za kvalitní základ dlouhodobého partnerského vztahu pozitivní společné zážitky, zvyky, a aktivity, které oba partneři spolu rádi vykonávají. Tyto události pak zvyšují vztahovou rozmanitost a snižují riziko hédonické adaptace. Tu považují za jednu z největších překážek k trvalému štěstí v dlouhodobých partnerských vztazích.

1.2. Důvěra

Důvěra je základem každého dobrého vztahu. Simpson (2007, s. 264) tvrdí, že *„důvěra může být tou nejdůležitější složkou pro rozvoj a udržování šťastných, dobře fungujících vztahů“* protože umožňuje jednotlivcům uskutečňovat své největší naděje. Bez důvěry jsou brzděni svými nejhlubšími úzkostmi. Důvěra také dovoluje partnerům, aby se zapojovali do aktivit, které páru jeví jako rizikové. Důvěra je důležitý prvek pro fungování vztahu, který odráží přesvědčení o oddanosti partnera, umožňuje věnovat pozornost partnerovým potřebám a zahrnuje i přesvědčení o tom, že partner má o nás starost (Campbell et al., 2010).

Důvěra je důležitá i při partnerských konfliktech. Jedinci, kteří více důvěřují svým partnerům, mají tendenci se dívat na jejich vztah a přistupovat k němu konstruktivnějším a benevolentnějším způsobem, než jedinci s nízkou důvěrou (Holmes & Rempel, 1989). Kim et al. (2015) zjistili, že k tomu, aby partneři po konfliktu zažili pocit sblížení, je třeba, aby oba vykazovali velkou důvěru vůči partnerovi ještě před tím, než se konflikt stal. Pokud jeden z partnerů ještě před konfliktní situací vykazoval málo důvěry, konflikt vyústí negativněji, s tím, že partneři místo sblížení se citově oddálí.

To, že se každý z partnerů pohybuje na škále důvěry jinde, je zcela běžné, důležité ale je, aby každý z partnerů pocit důvěry zažíval. Ve vztazích, kde je jeden z partnerů nedůvěřivý, je důležité pro samotné fungování vztahu, aby vysoce důvěřivý partner si i

v konfliktních situacích udržel pozitivní pohled na vztah. V opačném případě může pozvolně dojít k partnerské krizi (Simpson, 2007).

1.2) Nedůvěra v partnerství

Nedostatek důvěry se může objevit, když se jednatel stane nespolehlivým či je nečestný a neotevřený ve svých osobních aktivitách, což vede k neschopnosti podporovat partnera nebo udržovat vysoké nasazení v ochotě o vztah pečovat (Mogilski et al., 2019). Protože partnerství je typický primární zdroj emocionálního pohodlí a podpory (Hazan & Shaver, 1987), v případě, že si jeden nebo oba partneři nejsou jisti, že od partnera dostanou dostatečnou péči a ochranu, když ji budou potřebovat, partnerské vztahy se stávají nestabilními a méně uspokojivými. S čímž souvisí, že nedůvěřivý partner bude inklinovat k snížení úrovně úsilí, které investuje do toho, aby vztah fungoval (Simpson, 1990).

Vinkers et al. (2011) tvrdili, že nedostatek důvěry je jedním z ukazatelů nefunkčního vztahu a zároveň může být nedůvěra prediktorem toho, že jeden z partnerů bude nevěrný. Jedinci, kteří nedůvěřují svým romantickým partnerům, mohou vytvářet podloží pro partnerské neshody a problémy (Kim et al., 2015). Nedostatek důvěry je také spojen s nízkou emocionální, fyzickou nebo jinou formou péče o vztah, která může být potřebná pro úspěšné překonání konfliktů. To může mít za následek postupné, resp. úplné snížení intimity (Righetti et al., 2015).

Ztráta důvěry spouští sebeobrané mechanismy, které mohou mít formu citového odpoutání se od partnera (Murray et al., 2008), s čímž souvisí, že mohou způsobovat, že se partner jeví negativněji, než tomu doposud bylo. (Campbell et al., 2010).

Connolly a McIsaac (2009) tvrdí, že aby každý vztah prosperoval, partneři si musí důvěřovat, zažívat ve vztahu emocionální blízkost a pochopení. Pokud mají jeden v druhém oporu, vyhýbají se tak nepřiměřeným nebo zbytečně častým konfliktům, které by mohly vést k rozpadu partnerství, případně citovému odpoutání a následné nevěře. Nedostatek důvěry není v dlouhodobém partnerství udržitelný. Spolu s ním klesá míra závazku i intimity. A tento diskomfort může přimět kteréhokoli z partnerů ze vztahu odejít (Towner et al., 2015).

2 Nevěra

Grøntvedt et al. (2020) se domnívají, že je těžké si vytvářet romantické a dlouhodobé vztahy bez jakýchkoliv konfliktů a krizí. Navzdory nejlepšímu úmyslu nezpůsobit partnerovi újmu nebo zklamání, je porušování pravidel a slibů v dlouhodobých vztazích většinou nevyhnutelné. Některé z těchto přestupků jsou malé, lehce odpustitelné a snadno zapomenuté, ale problém nastává, jakmile dojde k narušení důvěry. Tyto formy zrady pak mívají velký dopad na celé partnerství.

Přestože bylo na téma nevěry provedeno mnoho výzkumů, existuje jen malá shoda ohledně její definice, tudíž může být termín nevěra vysvětlován různými způsoby a může odkazovat na širokou škálu chování mimo partnerský vztah, ať už jde o chování čistě sexuální nebo emocionální, případně obojí.

Blow a Hartnett (2005, s. 222) nadefinovali nevěru jako *„sexuální anebo emocionální akt spáchaný jednou osobou v rámci závazného vztahu, kde k takovému jednání dochází mimo primární vztah a toto chování způsobuje porušení důvěry anebo porušení dohodnutých norem (otevřených a skrytých) jedním nebo oběma jednotlivci v tomto vztahu ve vztahu k romantické, emocionální nebo sexuální výlučnosti.“*

Drigotas et al. (1999) se domnívali, že k nevěře dochází, když má jeden z partnerů pocit, že druhý partner porušil normu vztahu tím, že navázal intimní vztah s někým, kdo není součástí jejich vztahu. Obecně je tedy nevěra definována jako jakýkoli typ tajného emocionálního, sexuálního nebo romantického chování, které porušuje exkluzivitu, kterou mají romantické vztahy z definice (Rokach & Chan, 2023).

Z výše zmíněného vyplývá, že mohou být různé druhy nevěry: sexuální, emocionální, kombinovaná (sexuální a emocionální) a internetová nevěra. Ale nehledě na to, o jaký typ nevěry se jedná, lze říct, že nevěra je narušení závazku, který k sobě partneři mají a je typická ztrátou důvěry v nevěrného partnera.

2.1. Nevěra jako symptom

Lidé podvádějí z různých důvodů. Pochopení těchto důvodů je důležité pro pochopení toho, proč jsou některé páry nebo jedinci nevěrou traumatizováni, zatímco jiní nejsou. Kvality manželství a celková spokojenost obou partnerů se vztahem a ve vztahu hrají důležitou roli při výskytu nevěry.

Perel (2018) tvrdí, že je poměrně nešťastné ukázat na nevěrného partnera jako na toho, který za všechno může. Ve většině případů tomu tak není. V dlouhodobých partnerských vztazích se nevěra může objevovat jako symptom nějakého problému, který zapříčiňuje nespokojenost minimálně jednoho z partnerů. A tento problém, na jehož vytvoření se mnohdy podílí oba partneři, je pak dobrým podložím, na kterém nevěra vzniká.

K problémům, které zásadně narušují kvalitu partnerského vztahu patří:

1.Špatná komunikace

Perel (2018) tvrdí, že když dva spolu žijí, běžně se stává, že dochází k nedorozumění. Potřeby jednoho nebo druhého jsou nenaplněné, partner svoje potřeby nekomunikuje, a to potom vede k jisté formě deprivace, která se může projevit také jako nevěra.

2.Vysoká četnost negativních interakcí

Gottman et al. (2002) poukazují na několik faktorů, které mohou mít ničivý vliv na vztah. Jedním z nich je neustálá kritika charakteru partnera. Dalším z nich je pocit nadřazenosti nad partnerem, který vyjadřuje neúctu k partnerovi. Do této kategorie lze zařadit i defenzivní chování, které konflikt ve všech případech bude pouze stupňovat, a v neposlední řadě vymizení jakékoliv pozitivní komunikace.

3.Nízká sexuální spokojenost

Součástí kvalitního partnerství je i kvalitní sexuální život, erotika, intimita. Sprecher (2002) poukazuje na to, že sexuální uspokojení jako takové přímo souvisí s kvalitou vztahu, se spokojeností ve vztahu a partnerskou pohodou. Sprecher a Cate (2004) zjistili, že sexuální uspokojení významně souvisí se stabilitou partnerského vztahu.

Předchozí zjištění také naznačují, že pozitivní změny v sexuálním životě partnerů korelují s pozitivními změnami ve spokojenosti s partnerstvím a oddanosti k partnerovi, a negativní změny v sexuálním životě přímo narušují kvalitu partnerství a partnerský závazek. Při takovémto narušení a poklesu kvality vztahu je potom pro partnery jednodušší rozvíjet mimopartnerské vztahy (Molero et al., 2016).

4. Nedůvěra v partnera a partnerství

Důvodů, které mohou ovlivňovat partnerský vztah a být prvopočátkem nevěry, by se jistě dalo najít ještě mnoho a všechny tyto problémy mohou vést k partnerskému vyhoření. To pak nastává, když si jeden z partnerů uvědomí, že navzdory jeho snaze tento vztah nedává jeho životu smysl (Fincham & May, 2017).

Ritchie et al. (2020) poukazují na to, že důsledkem narušení kvality vztahu, ať už je zapříčiněno čímkoli, může být alternativní monitorování. Rozhodnutí odmítnout nebo nevěnovat pozornost dalším potenciálním vztahovým partnerům považují za důležitou součást závazku, a zároveň jako jeden z ukazatelů kvality vztahu. A naopak věnování pozornosti potenciálním vztahovým partnerům (tj. alternativní monitorování) vnímají jako známku nízkého závazku. Monitorování – uvědomování si potenciálních partnerů nebo přemýšlení o nich, může být spojeno se zapojením se do chování, které narušuje věrnost vztahu a ohrožuje vztahovou stabilitu. A tudíž může být jedním z předpokladů pro nevěru.

Naproti názoru, že nevěra je symptomatická stojí názor Martinse et al. (2016). Tito výzkumníci podotýkají, že ne vždy je nevěra ukazatelem toho, že ve vztahu „něco“ nefunguje. Dokonce i když je kvalita vztahu vysoká a manželé jsou spokojeni s manželstvím, přítomnost vysoce kvalitních potenciálních partnerů mimo domov a jednoduchost, s jakou se dá do nějakého „románku“ zapojit, může být pro některé jedince příliš lákavá, než aby se tomuto chtíči ubránili.

U určitých lidí je větší pravděpodobnost, že budou mít poměr, díky jejich osobnosti. Jedinci, kteří jsou nároční, sobečtí, impulzivní, vyhýbají se konfliktům, vnímají se jako mocní, mají návykový typ osobnosti a postrádají empatii nebo sebeúctu, mohou mít s větší pravděpodobností poměr. K větší pravděpodobnosti inklinace k nevěře může

docházet i u lidí s nejistým typem připoutání (Graham et al., 2016) (Jones & Weiser, 2014).

2.2. Odhalení nevěry

Reakce páru i jedince na nevěru může mít různou podobu, která je ovlivněna kulturně (Pittman & Wagers, 1995), kontextem situace, náboženským přesvědčením (Kratochvíl, 2000) a v neposlední řadě individuálními rysy partnerů (Fincham & May, 2017), přičemž některé páry vnímají nevěru pouze jako špatné chování, které se dá odpustit, a někteří ji považují za vážnou hrozbu pro jejich vztah (Glass & Wright, 1997).

Kratochvíl (2000) uvádí, že při vlivu nevěry na partnerský vztah hraje roli, ve kterém vývojovém stadiu partnerství k nevěře došlo, zda jde o záležitost převážně sexuální nebo emocionální, a zda mimopartnerský kontakt byl nahodilý nebo déletrvající (Kratochvíl, 2000).

Obecně lze ale říct, že odhalení nevěry bývá doprovázeno negativními emocemi. Zrazený partner pravděpodobně pocítí záplavu nepříjemných emocí, včetně hněvu, sebevýchitek a žárlivosti (Shackelford et al., 2000).

Nevěra narušuje přesvědčení o světě tím, že je v rozporu s předchozími předpoklady o spravedlnosti ve společnosti. Po tomto porušení základních přesvědčení dochází k ruminaci. Toto neustálé přemítání může obsahovat témata zrady či ztráty důvěry, a zahrnuje i mentální představy o zapojení nevěrného partnera do aktu nevěry (Rachman, 2010).

Ve většině případů odhalení nevěry doprovází značné psychické problémy, zejména deprese a úzkosti (Cano & O'Leary, 2000). V některých případech jsou negativní reakce tak závažné, že zahrnují příznaky posttraumatické stresové poruchy (Glass & Wright, 1997).

V některých případech může být nevěra natolik těžká pro zrazeného partnera, že se tato zkušenost pro něj stane traumatem. Perel (2018) uvádí, že nevěra, která má charakter zrady, může být více traumatizující, než úmrtí člena rodiny nebo přítele. Pokud jedinec vnímá partnerství jako šťastné a klidné, nevěra je pro něj velkým překvapením a o to horší důsledky na jeho psychický stav může mít. Partner je ponechán v šoku, je nepřipravený na emocionální a psychologický otřes, který následuje. Takovéto zážitky jsou prožívány jako traumatické, protože jsou neočekávané a narušují přesvědčení a

předpoklady, které podvedený partner zastává ohledně svého partnera a jejich partnerství (Whisman, 2016).

2.2) Deprese jako důsledek odhalení nevěry

Coyne (1976) byl jedním z prvních výzkumníků, kteří se zabývali depresí jako funkční reakcí na narušení vlastních sociálních a mezilidských vztahů. Coyne a Downey (1991) uvedli, že negativní narušení mezilidských vztahů včetně narušení manželství je nejčastější příčinou deprese, protože zahrnuje konflikt, pokles komunikace a ztrátu stability.

Brown et al. (1995) zjistili, že pokud má jeden z partnerů pocit, že ho druhý poníže, nebo nějakým svým jednáním ponížil, zvyšuje se pravděpodobnost výskytu deprese u poníženého partnera. Většina těchto ponížujících událostí se vyskytla v manželství. Mimo jiné mezi ně lze zařadit i nevěru z partnerovy/partnerčiny strany.

2.3. Pocity zrady

Zradu je možné chápat jako pocit ublížení, který zrazující zavinil svým úmyslným jednáním, případně přehlížel dopad, který jeho činy budou na zrazeného mít a zrazený jedinec vnímal zrazujícího jako důvěryhodnou osobu (Rachman, 2010). Tím, že se zradou narušuje pouto důvěry, vzniká pocit, který může být traumatický a mít dlouhodobé důsledky. Ty se pak různí v závažnosti a délce trvání (McNally, 2007). To, s jakou intenzitou bude tento zážitek vnímán, záleží i na blízkosti ve vztahu. Martin et al. (2013) došli k závěru, že čím bližší je vztah a čím silnější je pouto mezi partnery, tím pravděpodobněji se u zrazeného jedince objeví známky deprese a PTSD. Belford et al. (2012) dokonce tvrdí, že zrada může vést až k hraniční poruše osobnosti.

Pocity zrady jsou v případě nevěry mnohdy doprovázeny i pocity odmítnutí. U zrazeného partnera vzniká matoucí dilema: Jak může někdo, kdo je mi tak blízký, být zároveň zdrojem takové bolesti (Cosmides a Tooby, 1989).

Mnohé zrady jsou neočekávané, a i proto jim zprvu nemusí zrazený jedinec věřit (Rachman, 2010). Johnson-Freyd & Freyd (2012) tento fenomén vysvětlují tím, že jedinec popře zradu, zůstane slepý, protože nechce riskovat odcizení milovaného. Popření zrady – nevěry – pak funguje jako obranný mechanismus. Jedinec nedovoluje zraňující myšlenky vstup do vědomí, protože by to mohlo znamenat vyvolání chaosu,

zmatku a bolesti. Na velmi podobném principu funguje chybné zapamatování zrady, které může být také adaptivní (DePrince et al., 2011).

Zrada může způsobit traumatický zážitek, který se pojí s negativními psychickými symptomy, jako je stres, úzkost nebo deprese, a to se může negativně odrazit ať už ve vztahu, ve kterém se nevěra udála, nebo ve vztazích následujících (Whisman, 2001). Je to dáno i tím, že zážitek zrady může ovlivňovat a měnit typ vazby (Sandberg et al., 2010), a typ vazby zase může formovat a určovat jedincovu touhu po intimitě, blízkosti a bezpečí, případně i to, do jaké míry bude jedinec momentálnímu partnerovi či budoucím partnerům důvěřovat (Collins & Read, 1990). Tento negativní zážitek zrady může vytvářet mezilidská schémata, která zahrnují reprezentace druhých jako odmítavých, nekonzistentních jedinců (Sandberg et al., 2010).

3 Odpuštění

Odpuštění je vědomý proces spíše než konkrétní akt, kdy oběť je motivována přestat myslet, jednat a chovat se negativně vůči pachateli (Fincham et al., 2006), takže tento proces v sobě zahrnuje změnu, která se týká jak přístupu, tak chování odpouštějícího (McCullough et al., 2003). Předchozí výzkumy prokázaly korelaci mezi odpuštěním a lepším vyústěním partnerského konfliktu, ale také odhalily, že partneři, kteří umí odpouštět jsou ve vztahu spokojenější (Fincham, 2000) a vztah pro ně představuje velký závazek (Finkel et al., 2002). Partnerství, kde si navzájem odpouští má menší pravděpodobnost, že se rozpadne (Salvatore et al., 2011).

Odpuštění motivuje odpouštějícího, aby se zaměřil na vztah spíše než na jednotlivce, který zradil, protože pachatel nemá nutně nárok na odpuštění (Exline & Baumeister, 2000). Což znamená být ochotný přehlédnout minulé prohřešky svého partnera, aby zachoval vztahovou harmonii. Ve chvíli, kdy se partner rozhodne odpustit je nutná vyšší úroveň důvěry, protože vždy existuje možnost, že by zrazující mohl zneužít současnou situaci nebo využít v budoucnu štědrosti odpouštějícího partnera a důvěru opět narušit (McNulty, 2010).

Odpouštět je pro mnoho párů problematické nehledě na předmět odpuštění, a odpuštění nevěry není výjimkou. Důvěřiví partneři mohou vytvořit vztahové klima, ve kterém je méně pravděpodobné, že během konfliktu dojde k odpuštění. Je to dáno tím,

že se partneři rozhodnou zaměřit na vnímané „přestupky,“ spíše, než je přehlédnout a konflikt vyřešit vzájemně a úspěšně (Kim et al., 2015). Molden a Finkel (2010) zjistili, že nižší důvěra mezi partnery je spojena s tím, že nedošlo k odpuštění. Dále se ukazuje, že jedinci s nízkou důvěrou si spíše pamatují partnerské prohřešky a vnímají je jako častější, závažnější a s větším dopadem na partnerství než vysoce důvěřiví jedinci, kteří na prohřešky svých partnerů nahlíží v klidnějším a shovívavějším způsobem.

Odpuštění je proměnná, která je považována za důležitý a užitečný aspekt při nápravě krize spojené s nevěrou, a přímo souvisí s pocitem nedůvěry. Navíc, odpuštění může mít blahodárné důsledky pro vztah v podobě zlepšení komunikačních strategií a řešení konfliktů. Odpuštění je předpokladem pro nápravu poškozených vazeb a vytváření nových bezpečných interakcí (Alavimoghadam et al., 2021).

4 Párová terapie

Při odhalení nevěry stojí podvedený partner před rozhodnutím, zda odpustit, nebo odejít. Shackelford et al. (2000) zjistili, že rozchod je velmi častým řešením. Nicméně ne všechny páry se chtějí po odhalení nevěry hned rozejít, a tak je nevěra téma, se kterým se pároví terapeuti pravidelně setkávají ve své praxi. Může to být matoucí a srdceryvný zážitek pro všechny zúčastněné, včetně terapeuta.

Je dost možné, že při vstupu do párové terapie jedinci nejsou zcela rozhodnutí, zda ve vztahu zůstat nebo z něho odejít. Terapeuti pracují bez ohledu na výsledek, ale se zaměřením na zotavení a s pozorností na klíčové oblasti, jako je komunikace, rozvoj důvěry a budování intimity (Gordon et al., 2004).

Alavimoghadam et al. (2021) ve své studii prokázali, že párová terapie pomáhá párům odhalit zraněné emoce, napomáhá jim tyto pocity vyjadřovat bezpečným způsobem, a v neposlední řadě, že zpracování zranění v bezpečném prostředí podněcuje partnery k vytváření nových, zdravějších vzorců, čímž se láska a intimita prohlubuje, a komunikační šumy mizí. Párová terapie je zejména důležitá pro podvedeného partnera. Kratochvíl (2000) tvrdí, že párová terapie může klamanému partnerovi pomoci překonat pocit křivdy.

Během sezení se partneři učí komunikovat a následně vzájemně uspokojovat své psychologické potřeby, jako je bezpečí v partnerství, sexuální intimita, důvěra. Při zažití partnerské opětovné pozitivní zkušenosti se navrátí také pozitivní emoce, zvýší se

očekávání budoucích pozitivních interakcí a navrátí se pozitivní smýšlení o minulosti vztahu (Alavimoghadam et al., 2021). Nicméně není účinné se zaměřit pouze na podvedeného jednotlivce, ale je třeba vnímat pár jako celek.

Gottman et. al (2002) dospěl k závěru, že aby pár byl schopný překonat partnerskou krizi, která může mít i podobu nevěry, je zásadní, aby oba partneři přijali alespoň část zodpovědnosti. Ke stejnému závěru dospěli ve své studii i Atkins et al. (2005), kteří tvrdí, že navzdory tomu, že nevěrný partner je v párové terapii více ve stresu, oba partneři dělají podobné pokroky a profitují z terapie stejně. Rovněž hodnotili efektivitu párové terapie (zaměřili se na tradiční behaviorální párovou terapii a integrativní behaviorální terapii) a došli k závěru, že párová terapie může být účinná při zvyšování manželské spokojenosti u párů, které dochází na terapii pravidelně, a za předpokladu, že je aféra odhalena a terapie se zaměřuje jak na aféru, tak na celkový vztah, nicméně zaměřování se pouze na vztah nebo pouze na aféru se ukázalo jako neúčinné (Atkins et al., 2005). V rozporu s touto myšlenkou stojí názor Mauldina a Hildretha (1997). Navrhují přístup orientovaný na řešení. Tvrdí, že přílišné zaměřování se na aféru je škodlivé, místo toho naznačují, že zaměření se na budoucnost umožňuje párům rozhodovat se a postupovat vpřed.

Existuje několik teoretických přístupů, pomocí kterých lze léčit důsledky nevěry v rámci párové terapie. Pittman a Wagers (1995) navrhli model zásahu skládající se z následujících sedmi kroků: 1) reakce na mimořádnou událost, 2) shromáždění všech v bezpečném prostředí, 3) definování záležitosti, 4) pomoc klientům uklidnit se a jasně myslet, 5) hledání řešení a postupu, 6) vyjednání odporu a 7) ukončení.

Gordon et al. (2004) jako jedni z mála empiricky zkoumali konkrétní přístupy k léčení zážitku nevěry a jeho důsledků. Uvádí třístupňový léčebný model navržený tak, aby pomohl párům 1) vypořádat se s bezprostředním dopadem aféry; 2) prozkoumat historický/vývojový kontext aféry, rozvinout porozumění tomu, jak k aféře došlo, a vyhodnotit možnosti změny; a 3) učinit rozhodnutí o dalším postupu vztahu a o odpuštění.

Bird et al. (2007) tvrdí, že nevěra může mít ničující dopad na manželství i jednotlivce. Provedli proto kvalitativní studii, která zkoumá uzdravování zážitku nevěry, ale kromě faktoru nevěry poukazuje i faktor terapeuta, který tento proces může

usnadnit. Díky hloubkovým rozhovorům s klienty došli k závěru, že k uzdravení dochází v několika fázích.

První fáze modelu se zaměřuje na obtížný přechod z „preterapie“ do terapie. Terapeut může jedincům usnadnit počáteční přizpůsobení a připravit páry na terapeutickou práci. Tato fáze je typická pocity beznaděje a ztráty kontroly, které urychlují vstup do terapie. Páry „ztratily kontrolu“ v důsledku aféry, a v návaznosti na to vyhledaly profesionální pomoc, která jim má pomoci znovu získat kontrolu a naději.

Aby terapeut urychlil léčebný proces, je důležité, aby vytvořil pozitivní terapeutické prostředí, a to tím, že bude klientům poskytovat naději v obnovení důvěry. Měl by prokázat ochotu např. vyjít vstříc hodnotám a náboženskému přesvědčení párů, a mimo jiné se ukázalo, že je pro páry velmi podpůrné, když terapeut prokáže důvěru v jimi stanovený cíl, a zároveň vykazuje znalost problematiky a důvěru ve své schopnosti páru pomoci.

Pro rychlejší nastartování léčebného procesu pomáhá, když terapeut předestře párům, jak léčebný proces může vypadat, tudíž, když oni něco zažívají, dostane se jim odpovědi, proč se to děje. Je nadmíru důležité, aby si jedinci byli vědomi toho, že terapie chce čas, práci a trpělivost.

Druhá fáze se zaměřuje na pomoc párům znovu získat kontrolu, zvýšit emocionální otevřenost a obnovit důvěru, a je typická tímto procesem: 1) zkoumání emocí a myšlenek kolem nevěry, 2) vyjádření těchto emocí svému partnerovi, 3) rozvoj empatie, 4) změkčení emocí, 5) přijetí osobní odpovědnosti a snížení viny, 6) zavedení odpovědnosti a 7) obnovení důvěry. I když jsou kroky uvedeny postupně, kroky jsou spíše propojené než lineární.

Ve třetí fázi dochází k odpuštění. Probandi uznali, že odpuštění přijde časem, a to po většinou až po ukončení terapie. Terapeut může páru k odpuštění dopomoci tím, že zaměří pozornost párů na koncept odpuštění. Poskytne informace, anebo zahájí dialog na sezení, který pomůže páru lépe porozumět konceptu a pár si tak může pro sebe odpuštění definovat (Bird et al., 2007).

5 Rozchod, rozvod

Zdá se, že jakákoli forma nevěry z kterékoli strany může mít potenciál podnítit rozchod. Bez terapeutické intervence mohou důsledky nevěry zahrnovat narušení citové vazby, globální nedůvěru, snížené sebevědomí (Bozon & Schmiedeberg, 2022), již zmiňovaný rozchod/rozvod, a v neposlední řadě narušení budoucích partnerských vztahů důsledkem prožití nevěry ve vztahu minulém (Hertlein et al., 2021). Grøntvedt et al. (2020) uvádí, že výzkum ve 160 kulturách odhalil, že nejčastějším důvodem rozchodu je právě nevěra.

Shackelford et al. (2000) tvrdí, že rozhodnutí, zda odpustit nevěru nebo se rozejít závisí na pohlaví podvedeného partnera a povaze nevěry. Pro muže ve vztahu k ženám je obtížnější odpustit partnerčinu sexuální nevěru než partnerčinu citovou nevěru; a je pravděpodobnější, že se rozejdou v reakci na sexuální nevěru partnerky než v reakci na emocionální nevěru partnerky. Naopak pro ženy, vzhledem k mužům, je těžší odpustit nevěru emocionální a je pravděpodobnější, že se rozejdou s partnerem, který je citově nevěrný. Tyto rozdíly mezi pohlavími nejsou závislé na věku partnerů ani na etnické příslušnosti. Obecně lze ale říct, že nevěra je jednou z největších hrozeb partnerského vztahu, a tak není divu, že se mnoho vztahů po odhalení nevěry rozpadne (Allen & Atkins, 2012).

Nevěra je událost, která změní život. Rozbije základní přesvědčení zhrzených partnerů, zanechá v nich pocit zmatenosti, deprese, viny a hanby (Whisman, 2016). To by mělo vést zrazené partnery k více záměrnému přemítání o nevěře. Zrazený partner si pak začne zážitek nevěry dekonstruovat a zpracovávat. Tyto pokusy kognitivně zpracovat jejich zkušenosti by měly vést k přehodnocení jejich potřeb, odpoutání se od nevěrného partnera a otevřenosti hledat nové romantické vztahy (O'Connor & Canevello, 2019).

6 Pozitiva zážitku nevěry

Dobrá léčba zážitku nevěry obecně zahrnuje důkladné posouzení primárního vztahu předtím, než k nevěře došlo, včetně posouzení povahy nevěry, hodnocení role, kterou hraje vztah partnerů při rozvoji nevěry (Girard et al., 2020), a určení, zda došlo k poškození vztahu před nevěrou nebo jestli bylo poškozeno důsledkem nevěry (Abbasi & Alghamdi, 2017).

Zatímco literatura naznačuje, že nevěra vede k negativním výsledkům, O'Connor a Canevello (2019) se domnívají, že lidé mohou zažít pozitivní psychologický zážitek následkem nevěry, po ukončení vztahu, ve kterém se nevěra odehrála a zotavením se z něho. Domnívají se, že rozbití základních přesvědčení u zrazeného partnera může být facilitujícím prvkem, který povede k ujasnění, jaké kvality by měl mít partner budoucí. Prožití takovéto negativní zkušenosti může ve skutečnosti vést k prožívání pozitivních psychologických změn, které jsou v konečném důsledku zaměřeny na zotavení a posílení jedince, a mimo jiné v návaznosti na tuto zkušenost mohou být pozitivně rozvíjeny romantické vztahy v budoucnu.

Bohužel není moc studií, které by hovořily o přínosu nevěry, a ty které jsou, se primárně zaměřují na pozitivní důsledky pro vztah, který nevěru překonal a partneři zůstali spolu. Tyto studie odhalují, že zotavení z nevěry má potenciál sblížit manželský/nesezdaný pár, zvýšit hodnotu partnerství jako takového a zvýšit pocit bezpečí v partnerství. Skrze zážitek nevěry se pak partneři naučí lépe komunikovat o svých potřebách a emocích. Dynamika vztahu se může změnit tak, že podvedený partner se stane asertivnějším a nevěrný partner zodpovědnějším (Heintzelman et al., 2014).

Heintzelman et al. (2014) zkoumali intrapersonální faktory, které vedly k uzdravení ze zážitku nevěry, a dospěli k závěru, že tím nejvýznamnějším faktorem pro uzdravení a zároveň předpokladem pro posttraumatický růst je odpuštění.

Dalším faktorem, u kterého se vědci domnívají, že přispívá k posttraumatickému růstu, je využívání různých zdrojů pro smíření se se zradou partnera. Takovými zdroji se mohou stát přátelé, spiritualita, podpůrné skupiny, psychoterapie atd.... (Baucom et al., 2006).

Tedeschi a Calhoun (1996) rozlišují mezi odolností a posttraumatickým růstem s tím, že tvrdí, že odolnost se zaměřuje pouze na vypořádání se s těžkou situací a návrat ke stejnému fungování, jaké bylo před kritickou událostí. Do odolnosti už ale nezahrnují

potenciál duševního růstu. A na toto tvrzení navazují Levine et al. (2009) s tím, že existuje inverzní vztah mezi odolností a posttraumatickým růstem. Zdá se, že jsou jedinci, kteří vykazují vysoký potenciál odolnosti, ale u nich je nepravděpodobné, že překročí svou původní výchozí linii a očekává se u nich malý posttraumatický růst.

Walsh (2003) však zavedl koncept teorie rodinné odolnosti, který zahrnuje potenciál pro zotavení, nápravu a růst v rodinách, které čelí vážným životním problémům. Zatímco Tedeschi a Calhoun vidí individuální odolnost v inverzním vztahu k posttraumatickému růstu, Walsh vnímá koncept rodinné odolnosti jako faktor, který je paralelní s mnoha procesy pohánějícími lidi k růstu.

Laaser et al. (2017) se ve své studii snažili jasněji pochopit traumatickou povahu nevěry a zároveň posttraumatický duševní růst. Výzkum obsahoval 202 heterosexuálních žen, které zažily nevěru ze strany partnera. Laaser a jeho spoluvýzkumníci došli k závěru, že transformace a růst po nevěře jsou nejen možné, ale pravděpodobné. Většina žen v této studii uvedla, že prodělala posttraumatický růst ve všech pěti zachycených dimenzích posttraumatického růstu na inventáři posttraumatického růstu (nové možnosti, vztah k druhým, osobní síla, duchovní změna, ocenění života). Tato zjištění naznačují, že i když tento zážitek v sobě nese spoustu bolesti, může být růstovým nehledě na to, zda partneři spolu zůstanou nebo nikoli.

Empirická část

1 Výzkumný cíl a výzkumná otázka

Praktická část této práce se věnuje kvalitativnímu zkoumání žen, které byly v rámci dlouhodobého partnerského vztahu svým partnerem/manželem podvedeny a jednalo se o nevěru v podobě pohlavního styku, třeba i opakovaného. Cílem mé bakalářské práce je co nejlouběji porozumět tomu, co dané ženy prožívaly. Zaměřuji se tedy na jejich prožívání a vyrovnávání se s takovou zkušeností. Dále se soustřeďuji také na to, zda tato zkušenost měla pro danou ženu nějaký přínos a pokud ano, tak jaký.

Výzkumnými otázkami byly:

Jak tuto zkušenost (nevěry) dotýčná žena prožívala? A co ji přinesla?

2 Výzkumná metoda

Pro naplnění výzkumného cíle se mi jevila jako nejvhodnější metoda Interpretativní fenomenologická analýza, která nabízí velký prostor pro vyprávění prožitých zkušeností a následnou analýzu sesbíraných dat, za pomoci předem stanovených postupů (Smith, 2004).

IPA má základy ve fenomenologii, hermeneutice a soustředí se především na žitou zkušenost a její význam pro respondenta. Zkoumá, jak je svět daným jedincem zažíván, a klade důraz na jedinečný prožitek jednotlivce. Jedná se tedy o idiografický přístup, kdy se výzkumní zaměřuje na jednu konkrétní zkušenost. Cílem této analýzy je zachytit a formulovat hlavní témata vztahující se k předmětu výzkumu, k čemuž se využívá interpretací výzkumníka. Výzkumník se snaží nahlédnout za řečené, s cílem odhalit skryté významy (Smith & Shinebourne, 2012).

Analýzu provádím podle navrhovaných kroků Koutné, Kostínkové a Čermáka (2013).

3 Výzkumný vzorek

Výzkumný vzorek této studie tvoří soubor 4 žen. Tyto ženy měly zkušenost se sexuální nevěrou ze strany partnera v rámci jejich dlouhodobého vztahu.

Ženy se pohybují v rozmezí 25 až 45 let. Dalšími podmínkami výběru bylo, aby vztah, ve kterém se nevěra odehrála, trval déle jak 5 let a byl ukončen. S tím, že od ukončení vztahu musel uplynout minimálně jeden rok. Chtěla jsem se vyhnout tomu, vzhledem k citlivosti tématu, aby daná žena neměla tuto životní kapitolu alespoň z části ukončenou. Zpracování takto těžké události jsem považovala jako zásadní pro to, aby respondentka byla ochotna mluvit i o tématech, které mohou být nepříjemné, bolestivé atd... Zároveň jsem neměla žádné nástroje pro to, abych zjistila, do jaké míry je daná žena s událostmi srovnaná, a tak jsem se jen v počátcích naší konverzace tázala, zda je pro ni v pořádku, že mi bude sdělovat intimní informace...

Pro můj účel jsem zvolila 4 respondentky. Nejdříve jsem výběr respondentů uskutečňovala na základě dostupnosti a vlastních možností. Poprosila jsem svoje okolí, zda neznají někoho, kdo by splňoval má kritéria a byl ochotný mi poskytnout rozhovor a zároveň jsem využila facebookové skupiny. Na základě zveřejněného příspěvku mě ženy kontaktovaly sami.

4 Scénář rozhovoru

S respondentkami jsem provedla hloubkový polostrukturovaný rozhovor. Ten byl se souhlasem nahrán a poté přepsán. Délka rozhovorů se pohybovala mezi 50 min. až 1 h. 20 min.

Tvorba scénáře probíhala s cílem získat detailní popis zkušenosti respondentky. Scénář tak tvořil kostru rozhovoru, který pojímal několik okruhů. Konkrétní otázky pak přicházely během rozhovoru za účelem hlubšího proniknutí do problematiky a lepšího porozumění žité zkušenosti dané respondentky.

Na začátku setkání jsem respondentku informovala o tématu mé bakalářské práce, vysvětlila jí, čeho se náš rozhovor bude týkat a jak ho povedu. Snažila jsem se je ubezpečit v tom, že není, čeho se obávat a navzdory tomu, že téma nemusí být příjemné, respondentka je ta, která udává hranice našemu rozhovoru.

Rozhovory probíhaly v kavárnách, které si vybraly respondentky na základě své preference a na můj popud, aby zvolily místo, kde se budou cítit bezpečně.

Výsledný scénář:

1. VZTAH PŘED NEVĚROU

Řekněte mi něco o bývalém vztahu, ve kterém k nevěře došlo.

Jak Vám v něm bylo?

Co podle Vás ke krizi vedlo?

2. KRIZE

Řekněte mi něco o partnerské krizi, jak probíhala?

Máte nějakou domněnku/ víte, co partnera vedlo k nevěře?

Jakou roli v ní podle Vás hrála nevěra Vašeho partnera?

Jak jste se o nevěře dozvěděla?

Jaké to pro Vás bylo? Co jste prožívala?

Jak jste se s nevěrou vyrovnával/a?

Jak nevěra, podle Vás, poznamenala Váš partnerský vztah?

Co Vám zážitek nevěry dal/vzal?

3. PÁROVÁ PSYCHOTERAPIE

Uvažovali jste spolu s partnerem, že byste docházeli na párovou terapii? Proč ano/ne?

(Co si myslíte, že by Vám párová t. přinesla?)

5 Etické aspekty výzkumu

Téma, kterému se v této práci věnuji, je velice citlivé, osobní. Především proto, že může vyvolávat silné emoce a žena se může stydět o této zkušenosti mluvit, případně její zkušenost může zahrnovat sexuální tematiku.

Způsob, jakým jsem rozhovory vedla, kladl důraz na otevřenost ze strany respondentky. Téma se dotýká i intimního života ženy a mnohdy může být fakt, že byla podváděna, utajován.

To, že se práce zabývá tématem, které je velmi osobní, klade důraz na etiku celé práce. Každá z respondentek byla tážaná k participaci na výzkumu bezpečně, a to především skrze společné známé, kteří o její zkušenosti věděly. Pokud žena schválila případnou účast ve výzkumu, kontaktovala jsem ji, případně mě respondentky kontaktovaly sami. Každá z respondentek byla předem detailně obeznámena s účelem výzkumu a jeho průběhem. Před nahráváním rozhovoru každá respondentka podepsala informovaný souhlas. Tento informovaný souhlas dává svolení pro nahrání rozhovoru a jeho následného využívání.

Veškerá jména, věk, datумы i místa jsou v rozhovorech pozměněna. Přepisy rozhovorů jsou v neveřejném režimu.

Z etických důvodů byly identifikační údaje respondentek v přepisech a analýzách změněné.

6 Reflexe vlastní zkušenosti s tématem a očekávání

V rámci analýzy IPA je toto první fáze, kdy výzkumník reflektuje své postoje, očekávání a zkušenosti, za účelem co nejvyšší validity výzkumu, s cílem odhalit vliv vlastních postojů.

Důvodem výběru tohoto tématu je zájem o větší proniknutí do problematiky partnerských vztahů. Nejenom že považuji tematizování nevěry v rámci dlouhodobého partnerského vztahu za důležité z důvodu porozumění partnerově/čině nahlížení na tuto problematiku, ale také v tematizování nevěry v rámci vztahu vidím určitou prevenci.

Téma nevěry se s přibývajícím věkem okolo mě objevuje čím dál častěji. Množství nevěr a následně rozpadlých vztahů vlivem nevěry v mém okolí stoupá a to, považuji za alarmující. Zároveň jsem také zaznamenala větší společenský zájem o párovou terapii či

obecně zvýšený zájem o porozumění tomu, co je kvalitní partnerský vztah, jak by měl vypadat, jak ho docílit. Tento fakt je mi ale v rozporu s tím, kolik párů se v dnešní době rozpadá a stále platí, že velmi častý důvodem rozpadu partnerství je právě nevěra.

Osobní zkušenost s nevěrou nemám, ale uvědomuji si, že ještě před tím, než jsem se do této problematiky více ponořila, jsem nevěru vnímala jako velmi jednoduché téma, snadně řešitelné – psychoterapií a nerozuměla jsem tomu, proč je tak těžké pro páry nevěru překonat, společně.

V rámci rozhovorů se svým okolím jsem často narážela na černobílé nahlížení na nevěru. Ten, co podvádí je špatný, ten, co je podvedený, je oběť. S tímto se vůbec neztotožňuji a spíše se přikláním k tomu, že nevěra je symptomem nějaké nefunkčnosti ve vztahu.

Po všech proběhlých rozhovorech si více uvědomuji, jak je pro podvedeného partnera nevěra velkým zraněním, a proč tedy páry inklinují k rozchodu namísto toho, aby vnímali nevěru jako příležitost k růstu a zlepšení vztahu.

Přidanou hodnotu ve zpracování toho to tématu vidím především v hlubším náhledu na zkušenost podvedeného, což může obohatit veřejnou diskusi a případně zvýšit zájem o to, jak pomoci podvedenému, a vztahu jako takovému, nevěru překonat.

7 VÝSLEDKY VÝZKUMNÉHO ŠETŘENÍ

7.1. AMÁLIE

Ve chvíli, kdy jsem začala ztrácet naději, že nebudu mít potřebný počet respondentek, zkusila jsem jednu z posledních možností, které jsem měla, a to jednu nejmenovanou facebookovou skupinu. Amalie se mi ozvala do několika minut s tím, že jí byl přítel nevěrný hned několikrát, a ví, jaké utrpení je psát bakalářku, protože to sama pár měsíců zpět absolvovala, a že mi tedy ráda pomůže a hodinu času si na mě udělá.

S přítelem byla 6 let, z toho spolu 5 let žili v jedné domácnosti. Za tu dobu nevěř proběhlo několik z obou stran. Jak sama říká, víc jich bylo v první půlce vztahu.

Proč se vztah rozpadl bylo pro ni těžké definovat, ale Amálie hned několikrát zdůraznila, že kvůli nevěrám to nebylo.

7.1.1 To bylo poprvé, co jsem potkala někoho takového

Pro Amálii byl tento vztah „*první velká věc. První vážná, před tím to byly nějaký kratičké epizodky.*“ Příklad byl o 5 let starší a už měl za sebou pár vážných vztahů. Začínali spolu zcela nezávazně, ale Amálie chtěla něco víc. Byla jím okouzlena.

„...tohle je tak skvělý, tenhle člověk je fakt super, fakt zajímavý. To bylo poprvé, co jsem potkala někoho takového.“

„My na začátku, úplně úplně na začátku, tak mi jsme spolu nebyli úplně ve vztahu, my jsme spolu spali a vídali jsme se, a já jsem se to snažila přehodit v něco většího.“

To, že spolu začali chodit, Amálie považovala za úspěch. A ten připisuje vnějším faktorům. Kladu si otázku, proč si v tomto ohledu nevěří, když tak moc usilovala o to, aby spolu byli?

„...my jsme spolu spali a vídali jsme se a já jsem se to snažila přehodit v něco většího. Ukázat mu, že já za to stojím, což se potom nějakým záhadným způsobem povedlo...“

Vlastně se zdá, že k němu dost vzhlíží, a imponuje jí, že má přítele, který je starší. Z jejího hlasu zní pýcha na to, že „byl její.“

„...on byl teda o pět let starší a on teda ty věci vnímal s tím pětiletým odstupem nebo jak to říct... těma zkušenostma člověka, kterej je o pět let starší a už má za sebou nějaký vážný vztahy.“

„Já ho vidím jako hodně atraktivního člověka, hodně zábavného, a on má skvělej první dojem, takže je opravdu takovej ten člověk, což se teda stalo i mně, jakože když přijde do místnosti, tak je velká osobnost. Spousta žen si z něj sedne na prdel s bradou dole. Já jsem na to vlastně byla vždycky hrozně pyšná, že mám todlecto.“

7.1.2 Punková láska

Amálie i její přítel byli „pankáči“ srdcem i duší. Hodně se na této scéně pohybovali, pořádali koncerty a kupovali kdejaký merch. Tato jejich punková duše se přenesla i do jejich života. Celý jejich vztah byl punkový, plný extrémů.

„Byla to taková velká punková láska, která trvala o pět a půl roku dýl, než měla.“

„A do jistý míry to bylo hrozně krásný, a hodně mě to naučilo, zároveň to bylo hodně toxický, což jsem si vůbec nepřipouštěla.“

„Bylo to zdravý? Jako rozhodně ne, ale v těchhle ohledech úplně v pohodě. Že jsme si vzájemně neubližovali, mentálně... tak trochu. A... vlastně šlo to nahoru dolu, a když to byla zrovna ta fáze, kde to bylo nahoře, tak to bylo vlastně skvělý, a já byla přesvědčená, že je to člověk, se kterým strávím zbytek života, a když to bylo dole, ta jsem byla přesvědčená, že toho člověka změním.“

Ale nehledě na to, jak moc dole to občas bylo, Amálie v tomto vztahu viděla budoucnost. Přišlo mi, jako by snižovala hodnotu všech negativ, které tento vztah nesl. Zakrývala je svým nejistým smíchem, možná proto, abych si jich nevšimla. Anebo se jí s humorem tyto těžkosti nesou líp. Já z jejího vyprávění cítím mezi řádky, že zpětně by v tomto vztahu tak dlouho nezůstávala, a tak možná proto ten smích, k zakrytí faktu, že vztah byl horší, než si v té době sama připouštěla.

„Říkala jsem si, že to asi nevydrží dýl než pár měsíců, že on nebude chtít se zavázat do něčeho většího, ale pak najednou to byl rok a my jsme se sestěhovali, protože to tak dávalo smysl... pak najednou ten čas ubíhal a my zjistili, že je nám dobře, když je zrovna dobře. Takže, že je nám spolu hodně dobře, a že tohle je teda asi to ono, o čem ty lidi mluvěj, když spolu chtějí bejt až do konce... ale jo, oba jsme o tom byli přesvědčený.“

Mluvili jsme o tom, že se vezmeme tadyctto datum, protože to je datum našeho výročí, tak aby si nemusel pamatovat dvě jiná data, protože to by si stejně nezapamatoval a tak...Takže vlastně jo, po nějaký době tak jako přišlo.“

Ukazovalo se, že on je ten, který má jejich vztah v rukách. Domnívám se, že ho určitou část jejich vztahu Amálie viděla jako něco víc. Jako kdyby on svolil k tomu, že s ní bude, a on rozhodoval o tom, jak to bude.

„...ukázat mu, že já za to stojím, což se potom nějakým záhadným způsobem povedlo...“

7.1.3 Podle představ

Amálie byla pyšná na to, že je přítelkyně a že je přítelkyně toho, koho je. Ale nevěřila si natolik, aby byla ve vztahu zcela a úplně autentická – snažila se být taková, jakou si myslela, že ji přítel bude chtít.

„Ale zároveň... já jsem jako chtěla zůstat hrozně nad věcí, v jeho očích nebýt hysterická a zůstat vlastně v pohodě, tak jsem mu na to řekla ‘ok, tak doufám, že sis to užil, tady máš ty klíče a uvidíme se asi jako doma.’ A neudělala jsem žádnou scénu, žádný výstup, jen jsem mu řekla, že se mi to nelíbí, že z toho nadšená nejsem, ale jako co už, a vlastně jsem to řešila hrozně v klidu, na venek. I když ve mně brečelo úplně všechno. Takže já jsem v těch jeho očích chtěla zůstat tak hrozně racionální a nad věcí, že vlastně jak jsem říkala, že jsem spíš byla s představou, jak je ten člověk, než s ním. Tak si myslím, že on to měl úplně podobně. Já, když jsme spolu začínali, tak jsem působila velmi racionálně. A...vlastně jako, až, jak to říct, nehystericky. A chtěla jsem si tadycten obraz, kterej on o mě měl, uchovat.“

„Jakože... já jsem se kvůli němu hodně měnila, hodně jsem se přizpůsobovala a vlastně až jako nezdravě.“

„On mě vnímal jako hodně racionálního člověka a mně se to líbilo, že mě takhle vnímal. A tam zafungovalo ‘jsi jiná než ostatní holky.’ A mně se to vlastně hrozně líbilo.“

Kromě toho, že vytvářela nějaké svoje alter ego, vytvořila si i určitou představu o příteli, a nehleděla na to, jestli a do jaké míry tato představa koresponduje s realitou.

„...jsem ho možná v tom vztahu viděla jinak, než jaký byl. Že mi přijde, že takhle s odstupem mi přijde, že jsem v tom vztahu byla spíš s nějakou představou o tom člověku, než s tím člověkem jako takovým.“

„A vůbec jsem si to nepřipouštěla. Že kdybych se na to takzvaně podívala očima, nevím, jak to jinak říct, tak by mi to došlo. Ale já jsem nebyla vůbec ochotná se jako podívat na to, že to je něco, co on nechce, protože mně to jako přišlo, že je to něco, co přece musí chtít každé.“

7.1.4 Upoutaná

„Já jsem na toho partnera byla hrozně upoutaná...“

I když si Amálie připouštěla, že jí tento vztah ubližuje, a cena, kterou za něj mnohdy platí, je vysoká, nechtěla se tohoto vysněného vztahu vzdát.

„Já jsem v těch osmnácti chtěla tu velkou punkovou lásku, a když jsem ji měla, tak jsem se jí těch šest let odmítala pustit.“

„Ale do jistý míry tam bylo to, že jsem na tom člověku byla do nezdravý míry závislá...“

A já ‘no jo, ale co když tady potkám někoho lepšího, než ty? Co když budu chtít být s ním?’ A on mi na to řekl: ‘no jo, tak tě budu muset nechat jít. A budu ti přát, aby ses měla dobře, já tě tady nebudu držet.’ Já jsem si říkala, ‘Ježíš Maria, jak je to možný? Já ho tady držet chci.’“

Domnívám se, že občas pro ni setrvání v tomto vztahu bylo natolik náročné, že se přeci jen v hlavě objevila myšlenka rozchodu, ale byla velmi rychle zahnána.

„Asi jsem si dokázala víc představit, jako, že bych byla bez něj, než dřív. Ale furt jsem na to nechtěla přistoupit, furt se mi to nelíbilo, ta představa.“

A racionálně si to snažila odůvodnit.

„...zároveň jsem si pak vždycky říkala, že to, co mezi sebou máme, tak je větší, než taková tadle nějaká věc... když to řeknu takhle.“

„Nevím, no. Nějak prostě... pro mě asi bylo důležitější zůstat s tím člověkem, než se nějak... protože tam fungovalo, že já jsem věděla, že on ode mě nechce odcházet, a to

mi v té době asi stačilo. Což je smutný, no. Asi mi to stačilo, vědět, že ode mě nechce odcházet...“

A kdyby náhodou rozchod hrozil, měla svoje nástroje, jak toto partnerství udržet.

„Já jsem v té době hodně hrála na city. A měla jsem strašnou věc, se kterou teda bojuju do dneška, ale já, když někoho ztrácím, primárně muže, tak já se stavím jako do role oběti, abych v něm vyvolala zachránářskej syndrom. Kdy on, jako, se mu todlecko nějak sepnulo, a neopustil mě, nebo mi jako nedovolil opustit jeho.“

„Furt pro mě bylo jednodušší vstřebat jednou za rok nevěru, než... se rozejít. Hlavně tam jako na konci, nebo na konci, tu druhou půlku toho vztahu, on se mnou fakt chtěl bejt. To jsem cejtila. Takže jsem vytáhla takový ty ultimáta jako, ‘hele, ještě jednou a jdem od sebe, fakt se stěhuju.’ On říkal: ‘hej, ne, to já nechci. Já chci jako bejt s tebou, mrzí mě to, fakt si budu dávat pozor,’ a... a fakt to držel.“

„Já jsem se toho rozpadu vztahu bála o dost víc, než on. A vždycky jsem za ten vztah bojovala víc, než on...“

7.1.5 Hezký pohádkový monogamní vztah

Amálie toužila po monogamii a exkluzivitě s ní spojenou od samého začátku, navzdory tomu, že pro přítele sexuální exkluzivita nebyla přirozená.

„...ale vlastně on mi od začátku říkal, že není...že vlastně nechce monogamní vztah a... já vlastně jsem nebyla tohle to moc ochotná přijmout, protože to nebylo něco, v čem bych se cejtila komfortně a dobře, takže jsme se potom nějak ve finále pod nějakým mým větším či menším nátlakem dohodli, že teda ten monogamní vztah bude.“

Amálie si vůbec nepřipouštěla, že by to mělo být jinak. Ona po monogamii toužila a navzdory tomu, že přítel ji říkal, že o monogamii nestojí, ona to neslyšela. Možná to slyšet nechtěla. Na sexuální exkluzivě trvala. Přítel se snažil vyhovět jejím požadavkům. To, že každý od partnerského vztahu potřeboval něco jiného, si uvědomuje až teď, s odstupem času.

„A vůbec jsem to, si to nepřipouštěla. Že kdybych se na to, takzvaně, podívala očima, nevím, jak to jinak říct, tak by mi to došlo. Ale já jsem nebyla vůbec ochotná se jako podívat na to, že to je něco, co on nechce, protože, mně to jako přišlo, že je to něco,

co přece musí chtít každé. Ten jako hezkej pohádkovej monogamní vztah, kterej pak vlastně nemusí být vůbec pohádkovej a může bejt ničenej nějakým způsobem právě tou monogamií, násilím vytvořenou. A to potom z toho pramenilo, že to nebylo– že to bylo něco, co on nechtěl, a byl jako uvězněnej, a co udělal kvůli mně. Že on udělal ten ústupek, ale vlastně ho to hrozně ničilo. Takhle zpětně, že to bylo jako složitý, se... jak jsou takový hloupý metafory s motýlkem, že když někoho máš rád, tak mu dej volnost, a tohle bylo přesně to, co, co já jsem neudělal, tak z toho to asi pramenilo.“

Toto vězení ale ubližovalo oběma a opět se zde ukazuje, že Amálie vnímá přítele jako toho, kdo má tento vztah v rukou, jako toho, který je zodpovědný za to, jak jim v tomto vztahu bude. On byl ten, co ubližoval, a vůbec si nepřipouští fakt, že ona byla ta, která ho do tohoto vězení uvrhla. Nestál o tíseň, kterou mu přinese sexuální exkluzivita, a tak před touto tísní občas utíkal.

„Že vlastně tenhle ten člověk vůbec není... nebo on sám to říká, že vůbec není jako...připravenej, nebo ne připravenej, vhodnej? Asi. Na vztahy, a už vůbec ne na vážný vztahy.“

„Zjistila jsem, že to zas tak skvělý není, protože on nebyl moc schopnej, no nevim, nebyl schopnej v určitých momentech... byl, já nechci říct 'slabej,' ale prostě povolil, a pak s těma holkama, ženama jako šel, nemyslím si, že... že... když nad tím přemýšlí, že žádná z těch nevěr nebyla v době, kdy bychom měli nějakou krizi, že to vlastně vždycky bylo, že jsme v pohodě, a on jel na nějakou párty, třeba třídení, na nějakou chatu nebo festák, kam třeba já jsem nemohla nebo nechtěla, a pak z toho jako vylezlo, že se tam něco stalo.“

Z Amáliina vyprávění vyznívá, že i když její přítel nestál o monogamii, stál o ni. Ale monogamie a Amálie byly jeden balíček. Ony dvě byly neoddělitelné, a tak se snažil. Tuhle snahu Amálie neviděla, možná ani v tu chvíli vidět nemohla – nevěry pro ni byly až příliš zraňující.

A.: *„...on vlastně věděl, že to není pro něj, chtěl to dělat pro mě. Zároveň vlastně tím ubližoval nám oběma a zůstával v něčem, v čem mu není dobře, prostě pokaždý, když to udělal... tak cejtíl hrozný výčitky, protože tam byl ten faktor, on vlastně byl v něčem, v čem mu bylo nepříjemně, pak jako porušil nějaký svůj slib, a pak mu z toho ještě bylo*

hrozně, ale já jsem to tak vůbec nevnímala v té době, pro mě to prostě bylo, ježíš maria, tak ty jsi úplně debil, můžeš si jako hlídat zapnutý kalhoty, to ses úplně posral?!“

T.: „No a jak Vám teda bylo? Že on vlastně on byl monogamní kvůli Vám, tak si říkám, jestli to byl dobrý pocit, ‘tady ten chlap, kterej je všema obletovanej, je monogamní kvůli mně,’ nebo jestli to bylo pro Vás negativní. Napadá mě, jestli jste měla výčitky nebo třeba naštvání z toho, že mu to přeci úplně nešlo...“

A.: „Já jsem to takhle vůbec nevnímala. Tohle, to jsem řekla, že byl monogamní kvůli mně, byla nějaká věc, která... kterou jsme si řekli nahlas, až když, jako, jsme se rozešli. [...] A zase jsme se vrátili k tomu, že stejně jako ta monogamie, tak vlastně že on velký ten kus vztahu dělal kvůli mně.“

„V tý druhý půlce to už bylo o dost klidnější, že si myslím, že se s tím dost naučil pracovat. On... nebo spíš tam muselo dojít k nějakýmu mentálnímu posunu trochu, takže se začal víc hlídat.“

Spolu s rozchodem přišel i větší náhled na jejich vztah a Amálie nahlíží na to, že její přítel se snažil, ale navzdory tomu oba potřebovali něco jiného. On otevřený vztah, ona monogamii.

„On je s nějakou svojí novou slečnou a... přesně mi jako říkal, ‘no, ale máme to otevřený, já už nikomu nebudu dělat, co jsem dělal tobě, a už to nebudu dělat ani sobě.’ Protože on vlastně věděl, že to není pro něj, chtěl to dělat pro mě.“

„...tohle je věc, kterou nechci... nechci tolerovat. Teďkonc má vztah, poměrně krátký, 5 měsíců teďka, a vlastně oba dva to máme dost stejně, co se týká monogamie. A vlastně mi to vyhovuje, a vím, že ten člověk je hodně nekompromisní...“

7.1.6 Ve mně brečelo úplně všechno

První nevěra se stala po třičtvrtě roce. Je vidět, že se jí o té první mluví těžko, na rozdíl od těch dalších. V půli věty zastavuje a dělá pomlky. Domnívám se, že ta první nevěra pro ni byla velkým otřesem a zraněním.

„Tak já, úplně poprvé... no, to bylo vlastně hrozně zvláštní, protože úplně poprvé to bylo po tři čtvrtě roce toho vztahu, a mě to hrozně zasáhlo.“

Velmi těžko se mi daří dovést Amálii k jejím pocitům ohledně nevěry. Kladu si otázku, proč se Amálie vyhýbá svým pocitům – je možné, že ke mně nemá důvěru. Sama v průběhu rozhovoru přiznává, že i na základě partnerových nevěř má stále problém lidem důvěřovat. Může to být dáno i tím, že tu bolest nechce znovu prožívat, a tak je jednodušší mluvit o tom, co se dělo, než vzpomínat na to, jak se cítila.

T.: *„Protože vy jste říkala, že ve Vás brečelo úplně všechno, tak mě by fakt zajímalo, co se v tu chvíli ve Vás nějak odehrávalo.“*

A.: *„Hele, hroznej smutek, hrozná zrada, hrozná... já jsem si po tom vždycky připadala hrozně hloupě...“*

Jak je zmíněno výše, Amálie chtěla a potřebovala monogamii, na čemž se oba dohodli. Přítel Amálii ujišťoval o tom, že už se to víckrát nestane a že se bude snažit, ale rozhovor o tomto tématu na mě působí, jako kdyby oba počítali s tím, že se to v budoucnu stane znovu.

„My jsme o věcech hodně mluvili a docela dlouho... docela dlouhou dobu jsme řešili, jestli, když se něco stane, tak jestli o tom chci vědět, nebo ne.“

Měla svoje strategie, jak svou bolest zmírnit. V našem rozhovoru o nich mnohdy mluvila jako o „tady tý nějaký věci,“ racionalizovala si je. Jako kdyby s každou nevěrou vykukla myšlenka rozchodu, ale ta pro ni představovala větší bolest, než představovaly nevěry jako takové, a tak jí nezbylo nic jiného, než jim nepřipisovat takovou hodnotu, a racionalizovat si, proč se nerozcházet.

T.: *„No a když jste potom měla to ujištění, tak nebyly ty nevěry potom o to bolestivější?“*

A.: *„Ano, byly, byly. Ale zase, jak jsme spolu byli dýl, tak tím víc jsem tam měla: ‘hele, my tady něco budujeme jako čtyři, pět let...’“*

„Takže tam nebyla ani moc možnost [být nevěrný], a když byla, tak fakt jenom ta jednorázová, že už pak ani nechtěl jít někam na pivo nebo něco takovýho. Nevím, jak moc se to do toho promítlo, možná hodně, ale my jsme o tom opravdu poslední dva roky mluvili, jako vážně. O tý budoucnosti. Jako svatby a děti a tak dále. Což on vlastně jako... ty nevěry pak byly prostě jiný. Bolely mě trochu víc, ale zároveň jsme věděla, že... Že chce bejt se mnou, a že by mě asi kvůli nějaký jiný neopustil.“

7.1.7 Úplně blbá

Amálii nevěry neustále ohrožovaly. Veškeré ženy představovaly hrozbu, protože se mohly stát potencionálními milenkami jejího přítele.

„Já jsem nesnášela většinu žen, ale ne třeba jen ty, se kterejma mluvil, ale třeba i ty, který on ještě nestihl poznat...“

T.: *„Takže ta nevěra nebo ta pozornost vůči jiným ženám neohrožovala ten Váš vztah, ale přímo Vás?“*

A.: *„Jo. Nějakou moji jako... vnímání sama sebe, a nějaký moje sebevědomí...“*

A to sebevědomí Amálie neměla velké. Nevěry zpochybňovaly její úsudek a poškozovaly její vnímání vlastní hodnoty.

„Já jsem si potom vždycky připadala hrozně hloupě, ale ne pro to... nebo ano, z části pro to, co on jako udělal, ale spíš... ani ne vlastně... ono to bylo komplikovanější. On ten pocit nebyl o tom, že bych se cejtila hloupě, že jsem mu věřila, ale já jsem se cejtila hloupě, jako že jsem věřila tomu vlastnímu instinktu, že to bude v pohodě a že to neudělá. Že tam selhala spíš nějaká důvěra v sebe sama, že to...že přece jako vím, komu mám věřit. Nejsem jako blbá. Ale ono to tak nefungovalo a nefunguje. Ony ty naše instinkty můžou být dost vedle a já jsem si vždycky říkala 'ježiši, tak ty jsi jako úplně blbá.'“

„Ale zároveň tam bylo i to, že jsem si připadala, že jsem něco míň, než ty ostatní ženy...“

Kromě toho, že si připadala jako něco míň, také jim záviděla. Ony měli ty hezké chvíle bez velkého úsilí, ona se musela snažit.

„...zároveň mi to v určitých momentech přišlo jako hrozně nevděčná role, že vlastně já jsem teda ta, která mu vaří ty obědy do tý práce a řeší, aby... Jako já jsem to dělat nemusela, tady ty věci... Ale přesně, když jsem řešila, aby on měl to čisté tričko na příští týden a... tak mi to přišlo jako hrozně nevděčná role. Že vlastně já jsem ta, která se stará, a pak tadydlenc je nějaká, která vlastně tu jeho pozornost má, aniž by musela.“

„Dlouhodobě vztah je hrozná práce, takže oni tu pozornost a ty hezký chvíle mají, aniž by na tom museli pracovat. Já jsem ty hezký chvíle měla... jako, nechci říct

‘vydřený,’ ale ono to v tomhle stylu funguje, že opravdu jako je to hodně dřina v tý komunikaci. Takže i tam jsem to cejtila, takhle.“

Říkám si, jestli Amálii nepřišla ta role přítelkyně nevděčná mimo jiné i proto, že ona, jako přítelkyně, by měla mít sexuální exkluzivitu, které se jí ale nedostávalo.

7.1.8 Věděla jsem, s čím bojuji

Vzhledem k tomu, že spolu s přítelem o nevěrách mluvili, jak v tom směru, že se přítel bude snažit být věrný, tak i v tom, že je možný, že mu to občas „ujede,“ Amálie měla svoje techniky nejenom na to umět nevěrám předcházet.

„Takže... jenom vždycky, když se něco takového stalo, nebo třeba ještě před tím, než se něco takového stalo, protože my jsme spolu byli fakt dlouho, měla jsem ho docela přečtenýho, jeho držení těla, jak on mluví s lidma, jak se u toho tváří, co dělá a tak. A vlastně kolikrát se stalo, že jsme někde byli, třeba na nějaký akci, třeba jsme si s někým povídali, a já jsem se otočila a viděla jsem, že tam mluví s nějakou holkou nebo ženou, a už jsem viděla, jak se na sebe koukaj, jaký on má to držení těla, a vlastně jaký signály vysílá, takže kolikrát se stalo, že jsem na něj jako ‘naběhla’ ještě dřív, než se něco takového mohlo stát, a říkala jsem mu: ‘No, tak na tohle zapomeň.’ – ‘Jak to víš?’ – ‘Tak nejsem blbá, to prostě vidím.’ – ‘Ani nic nestihnu udělat a ty to poznáš dřív, než něco stihnu... Víš o tom, že mě to ještě ani pomalu nestihlo napadnout?!’ Říkám, ‘no, jsem viděla, jak tě to ještě nestihlo napadnout.’ Takže vlastně kolikrát to bylo, že já jsem jako věděla, s čím ‘bojuju.’“

Kromě toho, že si hlídala partnera, odrazovala i potenciální milenky.

T.: *„No a jaký to bylo s tím bojovat, že jste ho musela takhle hlídat?“*

A.: *„Hele, hrozný. Ted’ka zpětně to bylo fakt hrozný. A ubíjející. Protože my jsme chodili docela dost mezi lidi, že, vlastně hodně jsme chodili...“*

T.: *„To jste se musela furt cítit ohrožená, ne?“*

A.: *„Jo, jo, jo. Ale já jsem si dávala furt hodně pozor, aby bylo vidět, že jsme spolu.“*

Nosila mu pití, držela ho za ruku, dávala mu pusy, a to všechno proto, aby zahнала nebezpečí.

„...já jsem to pak začla dělat už tak jako vychytrale [...] a hodně jsem si dávala pozor, aby bylo opravdu vidět, že jsme spolu. Takže jsem... tímhle tím si ho střežila. Ale jo, bylo to hodně ubíjející. Bylo to... vlastně... ne konstantní, ale poměrně často se opakující pocit nejistoty. Hm... asi tak. Opravdu hodně častej pocit nejistoty.“

Aby ochránila tento svůj vztah, pouštěla občas hrůzu. A když mi o tom povídala, zaslechla jsem pýchu.

„Protože... jsem byla trochu děsivá, jakože přesně tam jsem slyšela pár těch legračních hlášek jako ‘no, tak na tohohle to zkusíš a jeho holka přijde, vyrve ti střeva z těla a udělá si z nich pásek.’ Prostě...no, to byla pravda.“

A jsme zpátky u toho, že tato nejistota ohrožovala ji jako takovou, protože si tolik nevěřila, neznala svoji hodnotu.

7.1.9 Pomsta

Přítel Amálie byl velmi benevolentní, co se vedlejších vztahů týče. A Amálie této propustky několikrát využila.

„...že ten člověk byl extrémně nežárlivej, nemajetickej a vždycky mi říkal ‘dělej si, co chceš, kdy chceš, s kým chceš, akorát se mi vrať v pořádku a zbytek mě nezajímá,’ takže ty nevěry tam byly i z mojí strany, ale tím způsobem, že tam vlastně, že jsem to jako udělala, tak půlka byla nějaká moje vnitřní pomsta.“

Její nevěry měly jeden konkrétní cíl, vzbudit v partnerovi touhu po tom mít Amálii pro sebe.

„Jakože já jsem nepotřebovala žádný obrovský žárlivý scény, jenom trošičku něco...“

Kýžený efekt se ale nedostavil, namísto toho Amálie klesla pod svoje hodnoty. A klesala pod ně opakovaně. Možná i tento fakt se skrývá za tím, když Amálie říká, že jejich vztah byl toxický. Možná i takto Amálii jejich vztah ubližoval, tím, že na příteli byla závislá do takové míry, až šla proti svým hodnotám s cílem si ho připoutat.

„Vždycky tam musel zapůsobit chemie, zároveň vždycky před tím, než jsem to udělala, tak jsem si řekla ‘hele, asi nechci. No a co, proč ne.’ A pak když jsem mu to říkala, tak jsem se cejtila hrozně blbě, ne kvůli němu, ale sama před sebou. Protože jsem klesla pod nějaký svoje hodnoty, který jsem měla. A vlastně, když jsem mu to říkala, tak pak stejně nepřišla ta satisfakce, protože jeho to nikdy nenaštvalo, protože byl hrozně nemajetickej a nežárlivej.“

7.1.10 Něco se zlomilo

Někdy v průběhu času se v Amálii něco nalomilo a postupně se to lámalo čím dál, tím víc.

„Ve mně to ve skutečnosti hodně tlelo. Já jsem si to neuvědomovala, ale každá ta nevěra ve mně něco trochu zlomila...“

Nabírala na sebevědomí a zjišťovala, jaká je její hodnota.

„...byla jsem si sebou jistější než na začátku. A ani ne v závislosti na něm. Spíš v závislosti sama na sobě. Že vlastně tam poprvé přicházely myšlenky jako... že tam je ta možnost, že půjdeme od sebe.“

„...kdy jsem si uvědomila hrozně moc věcí a našla jsem tu svojí hodnotu...“

A testovala, jestli tenhle vztah za to opravdu stojí.

„A vždycky jsem za ten vztah bojovala víc, než on. A na tom to nakonec ztroskotalo. Že, jsem se přestala snažit, na dva měsíce, na tři, zjistila jsem, že když se nesnažím, tak už se nesnaží nikdo.“

Jako by sundala klapky, co měla celou dobu na očích, a u partnera viděla i to špatné.

„Najednou jsem se na to podívala racionálně, protože už to najednou nebylo jen o mně.“

„...já to o něm říkám do dneška – on je chodící syndrom Petra Pana. On prostě nechce dospět.“

K tomuto závěru došla i díky zážitku otěhotnění a následné interrupce. Najednou musela řešit, jestli se na něj opravdu může spolehnout, jestli oba vidí jejich budoucnost.

„A najednou, když to před náma mohlo bejt – protože dítě je přeci jen závazek na celý život – takže když to před náma mohlo bejt, tak vlastně jsem si najednou nedokázala představit, že by to bylo s tímhle nezodpovědným člověkem.“

Podle Amáliiných slov po tom všem ona byla někde, a on tam ještě nebyl. Z jejího hlasu bylo slyšet, že je přesvědčená o tom, že by tam ani nikdy nedošel.

„Ale on ve svých letech chtěl tu rozjuchanou osmnáctiletou Amálii, která nic neřeší a nemá ty problémy a neřeší ten reálný život, nebo, ‘reálný,’ vždycky je to reálný život, ale vlastně neřeší tady ty věci.“

A tak následoval rozchod, jak Amálie s klidem vysvětlila. Sama tvrdila, že nebyl kvůli nevěře, ale já se domnívám, že nevěra přeci jen byla podstatnou součástí této skládačky.

7.1.11 Rozpolcenost

Celým příběhem Amálie se táhnou dva póly, které prostupují snad do všeho. Amálie popisuje vztah rozporně. Plánovali s partnerem budoucnost, mluvili o svatbě, ale zároveň o vztahu mluví jako o něčem, co mělo skončit dřív, než to začalo.

Přítele vykresluje stejně rozporně. Nikoho takového před tím nepoznala, je zábavný, umí udělat skvělý první dojem, vlastně je i svým způsobem laskavý – snaží se pro ni. A hned druhým dechem dodává, že byl sobecký a na první místo stavil vždy sebe.

„Bojoval, jako, to chtěl pro mě udělat, pro nás asi. A že se fakt chtěl držet, chtěl se snažit, a... vlastně se ta frekvence těch nevěř dost snížila.“

„A pak vždycky, dlouho, dlouho nic, a pak někdo další, a možná je to ta partnerka, ale spíš je to nějaký jeho kámoš nebo koníček, ale...“

K nevěřám Amálie taktéž nezaujímá jednoznačný postoj. Mluví o pocitu kopance do břicha, ale pak o nich dále mluví jako o nedůležitých. Ambivalentní postoj zaujala i k vyrovnání se s rozchodem.

„Když jsme se rozcházeli, tak to bylo opravdu jako bolestivý a moc jsem to, no, jako, nevím, nezvládala. I když, vlastně jsem to zvládla dost v pohodě.“

Podle jejích slov „neměla čas se skládat,“ ale zároveň, „aby usnula, musela vypít lahev vína, a dost to obřečela.“

7.1.12 Naučilo mě to

Nehledě na to, jak moc Amálii rozchod zasáhl, když jsem se ptala na to, co jí zážitek nevěry dal, byla takřka k nezastavení.

„Naučilo mě to vlastně, že jakejkoliv pocit nebo postoj, kterej já zaujímám vůči tomu vztahu, tak je správněj, a že si nemusím nic před nikým obhajovat. A to, že se před někým cítím ublíženě, nebo třeba to, že se cejtím zrazená, je úplně v pohodě pocit, a na základě tohohle je úplně v pohodě, že jsem tejden v hajzlu.“

„Jo, ten vztah mi jako hrozně moc dal. A jasně, v tu chvíli to bylo hrozný, bolestivý, nepříjemný, ale jako, ten vztah a konec toho vztahu mi umožnil za ten rok úplně neskutečnej mentální růst. Fakt šílenej, úplnou střelu, kdy jsem si uvědomila hrozně moc věcí a našla jsem tu svoji hodnotu, a už vím, co v tom vztahu chci a co nechci. A jak chci a nechci, aby se ke mně ten člověk choval.“

A tento výrok koreluje s domněnkou O’Connora a Canevello (2019), že lidé mohou v důsledku nevěry a rozpadnutí se vztahu, ve kterém se nevěra stala, zažít pozitivní psychologický zážitek. Tento zážitek je poté facilitujícím prvkem, který vede k ujasnění si toho, jaké kvality by měl budoucí partner mít.

V průběhu tohoto vztahu se Amálii podařilo najít svoji hodnotu.

A.: *„Takže vlastně jo, naučilo mě to bejt v pohodě s jakejmakoliv pocítama, jaký já mám v tom vztahu, že vlastně to poučení z tý nevěry se nevtahuje jenom na nevěru, ale na celý vztahy, [...] a nejen na partnerský vztahy, ale i obecně.“*

T.: *„Takže jste se díky té nevěře naučila přijímat svoje pocity a legitimizovat je?“*

A.: *„Jo, jo, přesně tak. A dávat jim hodnotu.“*

A nyní, když už ji jiné ženy neohrožují, tak se jich nemusí bát a nesnášet je. Dokonce v mnohých z nich nachází inspiraci.

„Jo, a co my to hlavně dalo – a to nevím, jestli byly ty nevěry, nebo ten rozchod – ale já jsem se jako úplně zbavila té nenávisti vůči ostatním ženám.“

„A chlapovi, kterej říká holce, ‘ty nejsi jako ostatní holky,’ a bere to jako kompliment, tak bych mu nafackovala, protože já mám kolem sebe takový holky, že slyšet, ‘ty nejsi jako oni...’ Jak, jako? Já jsem taky skvělá!“

7.2. Ester

Ester si vzala za manžela svého o osm let staršího učitele tělocviku. Spolu počali dvě děti ještě během Esterčiny studií medicíny. Tento vztah byl pro Ester velmi důležitý. Jak sama říká, byla do něj dlouho zamilovaná, a to i v době, kdy již manželé nebyli.

7.2.1 Hektický život

Ester i její manžel byli velmi aktivní lidé se spoustou zájmů. Ona studovala medicínu a do toho aktivně sportovala, on učil tělocvik a také aktivně sportoval, vychovávali děti, stavěli společný domov.

„A uznávám, že to nebylo jednoduchý. Já jsem u toho studovala medicínu, takže jsem u toho měla dvě děti na medicíně, a do toho jsme rekonstruovali dům u jeho rodičů, a bylo to takový hodně hektický...“

„On si vůbec nechtěl připustit... myslel si, že to zvládne tím způsobem života, jaký byl před dětma a ono to prostě nešlo, ještě s tou mojí nějakou povinností tý školy.“

„On byl aktivní sportovec a absolutně neexistovalo víkendy, že by nejel na svoje závody... takže tam docházelo k tomu, že já jsem se potřebovala učit, tak jsem ho prosila, ať je doma, a toho on jako nebyl schopnej... myslím si, že on nebyl absolutně schopný unést jakoby takovou najednou omezenost tím rodinným životem, dětma a tak dále...“

A při tom, o tom, jaké to bude a co bude potřeba, se tito dva bavili.

„On byl teda o osm let starší, takže on to první dítě měl v jedna třiceti, mně bylo třiatdvacet, takže nějak jsme byli domluvený... nebo bylo to řečený, že já dál dostuduju a potom mně přišlo, že mi ty podmínky nedává.“

Ale realita byla nejspíš jiná, než si oba představovali. Společně s dětmi oba ztratili svobodu. A domnívám se, že to v jejich vztahu vytvářelo velké třecí plochy. Ester však zaujala stanovisko, že je to normální, takhle žít, hádat se a obecně všechno tohle prožívat, a on nejspíše hledal, jak se trochu někde nadechnout. Sama uznává, že to nebylo jednoduché, ale má tam podstatné „ale.“ Nebylo to jednoduché, ale řešením jistě nemuselo být začít podvádět.

„Takže tam určitě nějaký tlak z mé strany a jakási nelibost byla! Ale vůbec mi nepřipadalo, že by to bylo něco nenormálního a mělo by mu to zavdat k nevěře. Byl to prostě úplně normální vztah a rodinný život, kterej má normální problém. Já si furt myslela, že si to sedne a že si musíme zvyknout atd.... a to on vůbec nedokázal, takže on z toho našel východisko v tý nevěře, no...“

„Podle mě on ztratil trochu svobody, neměl už takový ty svoje křídla, a já jsem byla nepříjemná, občas, protože jsem prostě potřebovala od něj něco, a to nebylo možný...“

7.2.2 Únik

Z Esterčina vyprávění se zdá, že její manžel nebyl připravený na to, co všechno obnáší mít děti, nebyl připravený vzdát se svojí volnosti. A únik, východisko našel u jiné ženy.

„...takže, zásadní si myslím, že manžel byl nevyzrálý a nebyl připravený na tu... na to, co to obnáší mít dvě děti a nějaký usazený vztah.“

Připadá mi, jako by o Ester stál, nebo alespoň o to, jaká byla, jaké měla zájmy a koníčky, ale nestál o tu nesvobodu, kterou představovali jejich společné děti. A tak si našel jinou Ester, se stejnými koníčky, ale bez dětí.

„...myslím si, že našel únik u další osoby, u studentky, která byla vlastně můj obraz, ale neměla ty děti a ty závazky.“

Ale to, že její partner utíkal, nejspíše vyvolávalo jen další napětí. Ester potřebovala pomoc a on byl na útěku, ona na něj tlačila a on zrychloval.

„To moje chování nebylo jako...určitě příjemný...“

To bylo poprvé za celý náš rozhovor, co Ester mluvila tichým, pomalým hlasem. To bylo poprvé, kdy alespoň trochu přiznala nějaké pochybení z její strany. A bylo očividné, že přiznat to – možná i jen sobě – je stále extrémně těžké a bolavé.

„...i já jsem pochybila. Nebo ono to není, že já jsem pochybila, ale že jsem se chovala způsobem, že mu to asi nemuselo bejt příjemný, a proto to takhle řešil.“

A napětí mezi těmito dvěma stále eskalovalo a utíkání nepřestávalo, naopak vyvrcholilo v nevěru a paralelní vztah.

„...potom jsem spíš byla naštvaná a zlobila se na něj, a tím jsem ho spíš odpuzovala, že jo, pořád dál, a... až pak on ode mě odešel, řekl mi, že se mnou neumí bejt.“

7.2.3 Zrada

Jako tělocvikář byl Esterčín manžel obklopen učiteli, kteří podváděli svoje ženy se studentkami. On na to měl jasný názor – odsuzoval to.

„On byl asistent tělocvikáře a tam ty jeho kolegové, všichni.... Prostě.... Nikdo nebyl věrněj. Tam prostě to byla plejáda těch studentek a jeho kolegů. A on to vždycky hrozně odsuzoval a nikdy to nechtěl, takže my jsme se o tom i hodně bavili a já jsem mu v tom hodně věřila, takže já jsem si vůbec nepřipouštěla, že by k tý nevěře mohlo dojít.“

Takže to, že si manžel začal se svojí studentkou považovala za velkou zradu.

„Zrada hrozná! Celou dobu říkal, že je proti nevěře, a tohle, no... to jsem vnímala jako šílenou zradu.“

O to větší, že manžel byl pro Ester vším.

„Pro mě to byla strašná zrada jako. Já jsem se nedokázala přenýst přes tu emoci tý zrady. Jak jsem do něj byla strašně zamilovaná, tak to byla pro mě kudla do zad.“

Ester si vůbec nepřipouští nějaké svoje pochybení. Mám pocit, že nevěru vnímá jako neoprávněný trest. S manželem se bavili o tom, že bude náročné mít děti a do toho

řešit její studium, ale bylo to tak domluvené. A to Ester vnímá jako zásadní, tuto domluvu. Jako by neviděla, že jejich očekávání se nesloučilo s realitou.

„...já jsem před tím vůbec nechápala, proč to dělá, když nám nic nechybí, jo? Nebo když je všechno v pořádku. A vlastně jsem to v tu chvíli nechápala, že se mi to může stát, že mi to může udělat, když já jsem nic neudělala, nic nezapříčinila, a... a tak dále. To pro mě bylo hrozně těžký.“

Mluví o tom, že manžel nebyl schopný se adaptovat na novou situaci, ale tím, jak Ester rigidně trvá na tom, že se na všem předem domluvili, působí tak, že ani ona se nebyla schopná v tu chvíli adaptovat na tlak, který spolu s manželem zažívali, a raději se rozhodla nevidět problémy, nebo si je možná racionalizovat jako normu.

„Myslím si, že akorát to nebyl tak strašnej důvod, aby mě musel začít podvádět. Tam jsme si měli sednout a vyřikat si to.“

Podstatné jméno „zrada“ se v našem rozhovoru skloňovalo nespočetněkrát v několika souvislostech, až jsme nakonec došly k závěru, že největší ublížení způsobilo Ester to, že manžel o ni nestojí, což už z podstaty manželství porušuje slib, který si dali.

„Takže to mě na tom zrazovalo mnohem víc, než ta nevěra – že už se mnou opravdu nechce být.“

7.2.4 Zaslepená

Ester žila poměrně dlouhou dobu v domněnání, že jim s manželem nic nechybí. Nechtěla vidět, že manžel si našel paralelní vztah.

„Já jsem si to nechtěla vůbec připustit, protože to pro mě bylo hrozně bolavý. Já jsem ho tak hrozně milovala, že jsem si to nechtěla připustit, akorát mi bylo divný, že najednou zmizela moje florbalka, protože ji měla ta slečna, najednou moje kolo, najednou moje běžky a takhle on to dával tý slečně a furt to byla kamarádka, najednou mi přišlo, že je to něco víc, že s ní tráví hodně času, ona chodila i k nám, on ji k nám zval a mně to furt přišlo nesmyslný, že by se tý nevěry dopustil...“

„Já jsem to napětí úplně nevnímala. Nebo vlastně asi jo.“

Kladla jsem si otázku, jak je možné, že i když byl její problém zcela očividný, Ester ho úmyslně přehlížela.

„No... já jsem si to opravdu vůbec nepřipouštěla. A možná i kvůli tomu, že jsem to nechtěla vidět, vedl paralelní vztah. Měl ten rodinný život, a pak život s tou studentkou. Takže pro mě to pak bylo extrémně bolavý.“

Čím víc pociťovala nejistotu, byla ohrožená, tím víc byla nepříjemná. Jako by nasazovala masku, neukazovala svoje zranění.

„Já jsem to teda tušila, ona to ta ženská asi vždycky tuší, takže jsem docela dělala scény, ale vlastně jsem si furt nechtěla připustit, že by to mohl udělat, no... takže jsem byla taková zaslepená. Až ty kamarádi mi pak řekli, že to tak opravdu je... Ono to trvalo asi jeden, dva, tři roky.“

Myslím, že někde v hloubi duše věděla, co pro ni nevěra představuje a jaké následky by mohla mít, na což nechtěla přistoupit. Svého manžela milovala, nechtěla o něj přijít. Nechtěla přijít o tu rodinu, kterou spolu tvořili.

7.2.5 Tenký led

Ester nemohla žít v nejistotě, postrádala jasné stanovisko. Najednou ztratila všechny jistoty a nevěděla, co má dělat. Jak řekl Ester její psycholog, kráčela po tenkém ledě. Manžel byl nerozhodný, nevěděl, co chce – jestli ji, společně se všemi závazky, nebo svobodu.

„A on ani nechtěl abych odešla, říkal, že se třeba ke mně vrátí, jemu to vůbec nedocházelo, co se ve mně děje.“

Ale i tak se nechtěl rozvádět. Já už žila s novým partnerem a on se nechtěl rozvádět. Protože on mi furt říkal, že neví, jak to dopadne.“

„Tohle fakt bylo během čtrnácti dnů, takový rychlý tři intervence... Kdy já jsem potřebovala se jenom nějak nasměrovat a přijít na to, co mám dělat, no...“

„On říkal, že mu připadá, jakoby mě ten můj manžel lákal na tenkej led, na obrovský jezero, kde je tenkej led a já jsem věděla, že se propadnu a utopím se a on mi furt říkal ten manžel, neboj neboj, to přejdeš, pojd' dál. Prostě mi naznačil, že jak se ke mně [manžel] chová a co mi nabízí, že to je hrozně křehkej led, a že je na mně, jestli se

rozhodnu, že budu chtít jít po tom křehkém ledu, a nebo jestli mu řeknu, že už ne, takže já jsem se prostě rozhodla, že půjdu od něj, že nechci. Nechci jít po křehkém ledu.“

Rozhodla se, i když z jejích slov spíš vyznívá, že bolest, kterou v nejistotě zažívala, bolest, kterou jí způsoboval manžel, jí nedávala na vybranou.

E.: *„...já jsem to nerozdýchala a po půl roce jsem se od něj odstěhovala s těma dětma.“*

T.: *„Tak to muselo bejt hrozně těžký, odejít od manžela, ted' být sama na ty dvě děti...“*

E.: *„No, jenže tam byl ten problém, že my jsme bydleli u jeho rodičů a oni byli tak proti mně, takže já jsem moc neměla na vybranou, já jsem nemohla zůstat tam, kde jsme bydleli.“*

„Takže jsem v dubnu dodělala státnice na tý medicíně a tím jsem ukončila školu a někdy v červnu jsem se odstěhovala od manžela, tam byl nějaký měsíc a půl, kdy jsem si to nějak řešila a odešla jsem, protože já jsem to vůbec nedokázala rozdýchat a při tom dělat, jakoby nic.“

7.2.6 Temné roky

Po odchodu od manžela se Ester zhroutil svět. Neměla motivaci fungovat. Chyběl jí manžel a nejspíš i život, který spolu žili.

„No to jo, to bylo hrozný. To bylo opravdu těžký. Pro mě jsou tohle tak temný roky, že já z toho mám vzpomínky jen na temnotu a hroznou zradu a bolest. Asi kdybych neměla děti, tak já jsem kolikrát vlastně přemýšlela o sebevraždě. Já jsem vůbec nechtěla žít dál, pro mě to byla tak velká zrada, a vlastně ty děti mě tak nějak udržely, že jsem fungovala pro ně, kvůli nim. Ale tak nějak mechanicky, jak stroj. Asi to pro ně nebylo fajn.“

Bylo to pro ni tak černé období, že si velkou část z něho nepamatuje, nejspíš vytěsňuje.

„Já si to upřímně ani nepamatuju, mám tam docela černo, jen vím, že to bylo takový šílený zoufalství a zranění.“

Fungovat musela, měla dvě malé děti, které potřebovaly matku. A tak žila poněkud automaticky, ale spíše než žítí by se tato existence dala nazvat přežíváním.

„Já se pak víc upla na děti. Hodně jsem se upla na děti.“

„A pak moje práce, tam jsem se nějak zaměstnávala natolik, že jsem nemusela myslet na toho svého ex-manžela, no. Ale vždycky bylo těžký, když tam děti měly jít, když jsem ho viděla, no, tak to bylo těžký. Jako emočně. Já do něj hrozně dlouho byla zamilovaná, to trvalo třeba 15 let, než jsem byla schopná se od něj aspoň trochu emočně oprostít a třeba s ním i nějak trávit čas.“

Ester tyto temné roky dávala i hodně do spojitosti s jejími dětmi, byla na ně v tu dobu hodně fixovaná, zároveň ale hovoří o tom, že toto období se negativně dotklo i jich.

E.: *„Asi to pro ně nebylo fajn. Chudáci to trošku odnesli, si myslím. To bylo i těžký pro ně.“*

„On potom hrozně chtěl střídavou péči, což jsem věděla, že já tu střídavou péči nikdy neustojím.“

T.: *„Jak to myslíte, neustojíte?“*

E.: *„No... já ty děti potřebovala mít u sebe. Ony mě nějakým způsobem držely.“*

„Určitě vzal dětem rodinu, nebo jako soužití matky s tátou, což si myslím, že si do teďka tak nějak řeší...“

„a i jsem to slyšela hodněkrát v tom jejich dospívání, a asi se i hodně trápily, a mě to taky trápilo, protože jsem zavinila trápení svým dětem. A to nikdy není příjemný pro mámu, no...“

7.2.7 Tohle nám stačí

Po nějaké době Ester začala žít s jiným mužem. On vdovec, ona poznamenaná zážitkem nevěry. Oba nějakým způsobem zlomení. Spolu vytvořili rodinu.

„My si tak nějak lízali rány z těch předchozích vztahů... Mýmu partnerovi se zabila žena v autě, takže to bylo náhlý a on se z toho nějak vylízával a bylo nám v tom nějak dobře, už jenom kvůli tomu, že nejsme na tu situaci každý sám a že na ty děti nejsme sami, že jsme dva. A přeci jenom jsme měli, když jsme pak šli s nějakou kamarádama třeba do divadla, tak že člověk nešel singl, ale šel s partnerem. To si myslím, že nám v tu chvíli stačilo, když jsme spolu začali žít. Rozhodně to z počátku nebyla zamilovanost.“

Tohle spolužití oběma stačilo. Ester nevyhledávala hluboké city. Myslím, že se jich bála (a možná pořád trochu bojí). Partnerství prožívala skrze novou rodinu, skrze děti.

„...až teď budujeme nějaké kvalitní a fakt hezkej partnerskej vztah, ale že těch 15 let to byl hroznej fojfr. To jako... no, asi nám stačilo to, co jsme měli. Nebo nevím, jestli stačilo, nějak to prostě bylo.“

Tento vztah nebyl tak vřelý a naplňující, a Ester o to ani nestála.

„Takže jak ono to bylo náročný, tak my už nějaké čas na pitvání vztahu s partnerem úplně neměli, ani jsme na to asi ani jeden neměli náladu. Ty emoce byly fakt silný a už jsem se do toho nechtěla nikdy dostat, do tak silných emocí, to mi rozhodně bránilo, ta nevěra. To mi asi brání do dneška, se pustit do tak hlubokých emocí. A mám pocit, že to ani nemám za potřebí. Že je to pro mě uzavřená věc.“

A vlastně, i když to bylo náročné, a jak říká Ester, „růžové to nebylo,“ nejspíš to bylo přesně to, co oba potřebovali.

„Určitě se bojím pustit v těch citech tak daleko. A je fakt, že jsme se se současným partnerem nevzali, nic. Oba dva jsme takový zraněný, že se nám do ničeho nechce. Tak si žijem spolu...“

7.2.8 S emocemi

Ester tuto svoji kapitolu života podtrhovala tím, jak byli oba s manželem nevyzrálí. Jeho nevyzrálost dávala do spojitosti s tím, že jí byl nevěrný, a svoji s tím, jak nevěru řešila, jak se chovala, a že její chování bylo ovlivňováno emocemi.

„To pro mě byla fakt hrozná zrada, mně bylo osmadvacet, ono to asi bylo dost i tím věkem. Protože si říkám, že kdyby se mi to stalo teď, tak to rozdýchám a nějak si o tom v klidu promluvíme, ale v tom věku, kterej mi byl, jsem to nedokázala nějak racionálně řešit. To jsme asi ani jeden v tom věku neměli. Na to jsme byli oba absolutně nevyzrálí. Takže jsme to řešili oba nějakýmá unikama a... a prostě těma emocema, a nebyli jsme si schopný sednout a nějak si to jako vyříkat jako dva dospělí. Na to jsme opravdu v tu chvíli neměli ani jeden. Takže já si myslím, že to, že se to stalo, a že se to

stalo tak, jak se to stalo, bylo daný věkem a tou nezralostí, no... Že i já jsem ty děti měla brzy a on vlastně taky.“

Mám pocit, že to, že Ester jednala pod vlivem emocí, vnímá jako negativní. Ale i díky této zkušenosti má nyní nadhled.

„A co mi to dalo? Tak ono všechno zlý je pro něco dobrý. Ono mě to nějakým způsobem vlastně obohatilo. Udělalo mi to nějaký nadhled. Takový poučení pro mě, že už bych to nikdy neřešila, jak jsem to řešila. Takový vnitřní posílení z toho vnímám.“

Dlouho, roky, o rozpadu jejich manželství přemýšlela. K tomuto nadhledu jí nejvíce pomohla psychoterapie a čas.

E.: *„No... asi pomohl strašně moc ten čas a taková ta zaměstnanost. Člověk to furt v sobě probírá, nechce v tom žít, chce žít spíš nějaký veselý život a ne se v tom utápět, takže jsem se z toho snažila nějak dostat, ale je fakt, že úplně nejvíc mi pomohlo, že poslední 3 roky chodím na psychoterapii. To mi teda pomohlo ze všeho nejvíc.“*

T.: *„Říkáte, že už byste to neřešila, jak jste to řešila, tak co byste udělala jinak?“*

E.: *„Kdyby mě partner začal podvádět? Asi s větším nadhledem, asi bych už... už nedělala hysterický plačtivý scény, ale řekla bych mu, jestli se nezbláznil. A jak to teda chce a jestli chce se mnou zůstat, tak ať si dělá, co chce, ale ať o ničem dalším nevím. Hlavně abych o tom nevěděla. Protože si myslím, že to, co oči nevidí, to srdce nebolí. Asi by mi to teď bylo trochu jedno. Ale on je to hrozný posun v tom životě a v tom smýšlení. Asi bych si o tom s ním normálně promluvila. Kdybych o tom věděla, tak by mě to určitě trápilo. Ale asi, po nějakým rozhovoru, popovídání, vysvětlení, bych se přes to byla schopná přenést. Úplně by se mi nechtělo bourat další rodinu kvůli nevěře. Protože jsem si zažila, jak je to strašně bolavý pro všechny členy, nejenom pro ty partnery, ale i pro ty děti a pro další příbuzný. Takže by se mi nechtělo bourat další rodinu. Spíš bych se snažila to nějakým způsobem vykomunikovat.“*

7.3. Lucie

Lucie mi napsala v návaznosti na můj příspěvek na Facebooku s tím, že je nejspíš vhodná adeptka, a třeba se mi bude příběh nevěry z prostředí katolické rodiny hodit pro mou pozdější práci.

Vzala si svého velmi dobrého kamaráda, spolužáka ze školy. Po několika letech chození a dva letech manželství se jim narodilo první dítě, to jim nebylo ještě ani pětadvacet. Měli dvě. První nevěra se stala těsně před narozením druhého dítěte.

7.3.1 Selhával opakovaně

Tím, že Lucie znala svého muže velmi dobře, zaregistrovala, že něco není úplně v pořádku. Netušila ale, že by se mohlo jednat o nevěru. Zprvu si myslela, že její manžel má problémy v práci. Ona měla za to, že je jim spolu dobře, takže dozvědět se o nevěře byl pro ni velký šok.

„Takže ještě takhle těsně před porodem... ale tím, že to bylo úplně z čistýho nebe, protože já jsem si neuvědomovala žádný nedostatky v naší komunikaci, ...“

„...tak já jsem to na něm poznala. Takže vlastně poměrně brzo, to řekl. Asi, kdybychom nebyli si tak blízky, tak to možná ani nemusel říct, nějak to v sobě udupat, nevím, ale řekl to poměrně brzo...“

U první nevěry směřovala všechnu zlost na milenku. Zpětně nahlíží, že terčem jejího vzteku měl být spíše on.

T.: *„Takže jste byla naštvaná spíše na ni, než na manžela?“*

L.: *„Víc na ni. Protože jeho máte ráda, takže tím, že jsou tam ty city, tak vždycky je jednodušší svést na někoho jinýho. Zpětně vím, že to byla blbost, že to byla jeho vina, ale tenkrát jsem prožívala takovýto spíš na ní. Pro mě bylo jednodušší tu zlobu obrátit proti někomu, kdo mi není tak strašně blízký.“*

Každopádně se zdá, že vztek byl v návaznosti na opakované nevěry jejím způsobem, jak se vypořádat s takovou zradou.

„Do toho ona se nám do toho vkládala, ta slečna.“

„Takže chvílema se mi chtělo rvát, rvát jí vlasy, dupat.“

Její manžel se na chvíli odstěhoval k nim na chalupu, aby si utřídil myšlenky, a Lucie zůstala sama, naštvaná, bezmocná, toužící po tom zachovat rodinu a dát manželovi ještě šanci. Z jejího vyprávění vyznívá, že si také přála mít někoho, kdo by ji podpořil v jejich rozhodnutích.

„...tak já jsem zůstala na mateřský, bezprizorní, bez práce, že jo, v tu dobu jsem nechodila do práce, jsem byla tři roky doma s oběma. Takže bezmoc určitě taky, asi nejmíc. Asi nejmíc.“

„No, takže, asi jsem v tu dobu chtěla slyšet ‘jo, to zvládneš, vykašli se na něj.’ Protože jsem si připadala, že to není možný, tu rodinu rozbít.“

„On vlastně dal výpověď, odstěhoval se na chalupu, že tam si utřídí myšlenky, a shodou okolností její rodiče pocházeli z vedlejší vesnice, ona dala výpověď taky, nastěhovala se zpátky k rodičům, takže se pak scházeli tam. Takže další. Vždycky měl člověk pocit, že udělal nějaký krok, aby se to zlepšilo, a pak se to zase podělalo...“

„A já jsem si furt stála za tím, že mu tu šanci chci dát. Jelo mi v hlavě takový to ‘jednou nikdy, dvakrát vždycky,’ takže jsem si říkala, jednou může šanci dostat každé, já jsem ji dala.“

„A to, že ta jeho maminka mě pořád podporovala v tom, že se to zvládneme, znamenalo, že já jsem vlastně i jednu dobu víc inklinovala k ní. Chodila jsem se vypovídat k ní a furt jsem nějak doufala, že ona mu domluví...“

Narušila se mezi nimi důvěra. Lucie tvrdí, že „v podstatě patnáct let jsme žili v tom, že se tam něco takového stalo.“ Navzdory tomu se oba snažili zachovat rodinu a mít hezký vztah.

„Absolutní ztráta důvěry. Takže nemohlo být dobře ani jednomu, ale že by to zase bylo jenom provozní manželství, to se říct nedá. Snažili jsme se oba...“

Druhá nevěra ji zasáhla ještě víc, právě proto, že dala manželovi druhou šanci, a snažila se, aby jim bylo spolu dobře, a on tuto šanci promrhal. Tvrdí, že všechny následující nevěry byly pokračování té první. Má za to, že ta první nevěra byla tím, co narušilo jejich harmonický vztah.

„Takže ta promarněná šance byla ještě větší podpásovka než poprvý. A to mě úplně potopilo. A to vlastně bylo sedm let po tom.“

„Takže to bylo ještě horší o to, že si člověk vyčítal, že neposlech ty, který říkali, ať mu šanci nedávám. Ale kdybych mu ji nedala, tak jak člověk bude jednou vědět? Prostě takovej ten pocit, že někoho odsoudíte k tomu, že se navždycky bude užírat tím ‘udělal jsem chybu a nemohl jsem ji napravit,’ tak to jsem si prostě nechtěla vzít na triko.“

Domnívám se, že se mimo jiné bála toho, že nebude mít onu dostatečnou podporu pro to, co chce ona, tedy pro to být s ním, a že si bude muset toto svoje stanovisko vybojovat u ostatních. Možná se bála odsouzení.

„A teď to všichni řeknou, to já jsem ti to říkala, ty, který to říkali. Protože abych s ním zůstala, v tom mě podporovala jenom ta jeho máma a všichni ostatní byli jako na vahách... Že když mi tohle udělá v takovýhle situaci, co to je za kvalitu člověka, a já jsem si furt stála za tím, že ne, že on takovej není, a bojovala jsem, tak v tomhle to bylo horší, když se to stalo podruhý.“

Po té druhé se rozvedli, ale ještě před tím, než byli právně rozvedeni, opět tvořili rodinu.

„Pak vlastně, když se to stalo podruhý tak to jsme se i rozvedli, občansky teda, ...“

„...ale ten rozvod trval dlouho, tak, paradoxně, vlastně, než došel do konce, tak on měl tendenci se vracet, že vlastně zjistil, že mu strašně chybíme, všichni.“

Její partner se sice snažil, ale její city už byly otupělé. Promarnil šanci, kterou mu dala, a tím ji extrémně zranil. Přišlo i na párovou terapii, ale ta nepomohla.

„...tak se to ve mně nakupilo tolik, že...to umřelo.“

„A ta paní se v podstatě zatvářila tak, že tam nejdeme jako lidi, který spolu chtějí bejt. Já už s ním bejt nechtěla a ona se tvářila tak, že mi rozumí.“

Nakonec se rozešli definitivně. Respektive on odešel – opět. A i přes prvotní naštvání si Lucie potom zažila pocit úlevy. I když, domnívám se, že se na něj za to zlobí do teď.

L.: *„Pak, když to skončilo tím, že jsem zjistila, že si zase udělal život pro sebe a zase se s někým slejzal, tak jo. Tak vím, že si to zase udělal jen jednoduchý, že měl domov,*

byl s těma dětma, nějaký společný prožitky jsme měli, měl kde bydlet, a, až když měl za kým jít, tak odešel s tím, že to mezi náma už stejně nemá cenu...

T.: „To jste musela být docela naštvaná, ještě s ním žijete, snažíte se...“

L.: „No, byla. Celou tu dobu, kdy já jsem byla ve fázi, že se rozejdeme, on mi vlastně hustil do hlavy že ne ne ne, že jsme zvládli horší věci a že zvládneme i tohleto, že to byla blbost, banalita a bla bla bla.“

„Úplně bezprostředně potom bylo to naštvání, jak jste říkala před tím, ...“

„...a zase mě obelhával, a udělal si to tak, aby odešel, až on bude chtít, až jemu se to bude hodit. Takže nejdřív bylo naštvání, ale netrvalo tentokrát tak dlouho. Rozhodně jsem se z toho nehroutila jako vždycky před tím, ale ta úleva přišla později.“

7.3.2 Jeho vina

Lucie vnímá jako zásadní zlom první nevěru. Od té doby krize jen narůstala. Ale před tím jim spolu bylo hezky. Čekali spolu druhé dítě, takže nevěra se jí jevila zčistajasna. Ona vše udělala, jak nejlíp mohla. Zároveň si vše dávala za vinu.

„...ještě byly fáze, že taky jako smutek, až jsem si potřebovala projít takovým tím, že jsem si musela odpustit i sama sobě, že já jsem se vlastně obviňovala taky.“

„Promítala jsem si zpátky věci, člověk se štoural v tom, co se dělo předtím, a že třeba tady už to bylo, a... hrozně jsem se furt vracela do té minulosti, měla jsem tendenci i jemu, abych mu dokázala, že to bylo fajn, tak mu připomínat ty dobré věci, on to vždycky všechno uznal. Takže strašný bylo to nepochopení, já jsem ho vlastně nepochopila, takže jsem se štourala v minulosti, ve vzpomínkách, utápěla v pocitech, že jsem selhala, že jsem si ničeho nevšimla“

„... a i jsem samozřejmě obviňovala sama sebe, co jsem já udělala špatně, co na mně bylo špatně. Hrozně jsem hledala chyby i u sebe.“

Měla za to, že je všechno v pořádku. Ona nevěděla, co se stalo. On vlastně taky ne.

„...on sám uznal, že neví, co mu vadí u nás, ale že se strašně zamiloval tam...“

Lucie se pohybuje z jednoho pólu do druhého. Nejdřív dává vše za vinu sobě, přemýšlí, kde ona udělala chybu... Ale možná u sebe žádnou nenašla, a tak všechno dala za vinu svému manželovi.

„Zpětně vím, že to byla blbost, že to byla jeho vina...“

„...a pak jsem si musela vlastně říct, že on měl problémy evidentně sám se sebou a nevěděl, co se sebou. Určitě v tom hrály roli základy z dětství, kdy on je čtvrtý dítě, a cejtíl se jako nedoceněný a vždycky ve všem poslední, takže jsem si musela říct, že já jsem vlastně nemohla dělat nic jinak, že prostě bych nic nemohla změnit, nic zvrátit, že to bych nemohla bejt já, měl si vzít asi někoho jinýho, ale já prostě jsem jako nemohla dělat nic jinak.“

„...takovej pocit nelásky z mládí mu asi strašně zamotal hlavu, že ho někdo miluje, jak je to možný, že do něj se někdo zamiloval, a nedokázal to, nedokázal v podstatě odolat tomu, že by mu mohlo něco utýct.“

„Vlastně, než jsme měli děti, tak jako byl divokej, musím říct, že vždycky já jsem byla ta, která ho milovala úplně oddaně, a on byl takovej bohém...“

Působí to na mě dojmem, že se trochu staví do pozice oběti. Nechci hodnotit, jestli je to právem nebo ne, jen si říkám, jestli jen trochu přiznat svou chybu by pro ni bylo příliš zraňující – žít s pocitem, že i ona zapříčinila, že přišla o muže, kterého milovala, a který byl její dobrý kamarád.

„...mohla jsem se rozkrájet a neovlivnila bych to. Já jsem se sice nerozkrajovala, ale udělala jsem maximum, a...a nemám se obviňovat ani z toho, že jsem byla měkká, ani z toho, že jsem nebyla dost drsná, ani jedno prostě, prostě ty fáze takhle byly a mělo to tak prostě bejt.“

Přeci jen, po druhé nevěře, když přemýšlela o tom, jestli udělala dobře, když se dali znovu s manželem dohromady, nakonec došlo i na psychiatrii.

„Já jsem tenkrát skončila na měsíc na psychiatrii, protože tam přišlo ještě takový to ‘a já jsem ti to říkala’ od těch lidí, ‘vždyť jsem ti to říkala, kdo to udělá jednou, udělá to dál...’“

7.3.3 Pod drobnohledem

Nevěra v kontextu věřící rodiny bylo něco nepřijatelného. Všichni na manžela Lucie dohlíželi.

„...ten tlak tý rodiny ještě, tý věřící rodiny, že jo, že to neexistuje nějaký rozvod nebo tak...“

„Celou tu dobu, v podstatě, jsme byli v takový podmínce, v takovém rozpoložení, že on vlastně na sobě musel cejtit strašnej tlak, že už nesmí selhat. Potom všichni okolo to věděli, takže i to okolí bylo prostě, že ho sledovali ostřejšíma očima. Nejenom moje rodina – jeho rodina, naši kamarádi, všichni prostě číhali, jak se chová, jestli se chová v pořádku. Musel bejt pořád pod hrozným tlakem takový tý zodpovědnosti, že už nikdy nesmí selhat, a bohužel teda pak selhával už opakovaně.“

Jak sama Lucie tvrdí, její muž byl bohém, ale po narození jejich dětí už s ním nemohla všude chodit chodit a hlídat ho – hlídat si ho.

„... a měli jsme ještě malý tříletý dítě, že jo, takže jsem s ním nemohla všude chodit...“

A to, že s ním všude nechodila, si zpětně vyčítala. Vnímala to tak, že dostal moc volnosti, a že to možná byla její chyba, že mu tu volnost dala.

„...utápěla jsem se v pocitech, že jsem selhala, že jsem si ničeho nevšimla, že jsem mu dala volnosti moc, asi.“

Myslím, že se v ní odehrával vnitřní boj, přeci nebude svého manžela hlídat, ale když ne, tak jí třeba bude nevěrný...

„...a to jsem si říkala, tak proč ho budu omezovat, ať on se baví nebo tak“

„...ale snad ho doma neuvážu.“

Zkrátka už mu nevěřila, potřebovala vidět činy, které nepřicházely. Takže byla opatrná, a s ní i další.

„Ta důvěra už prostě byla narušená a já jsem tam měla vzadu někde takový to ‘ale.’ A on se zas musel cejtit pod drobnohledem, že ho všichni hlídaj. Nejenom já – matka jeho, rodiče...“

„No, potřebovala jsem třeba, aby řekl, nebo kdybych viděla, že ho někdo někam láká, ať jede, a on by řekl ne. A on vždycky všude šel. A choval se, jakože všechno zapomenuto, a jako by se nic nedělo. A dál vlastně ty situace, ve kterých se to stalo, vyhledával, a chtěl po mně, abych pochopila, že už se polepšil. Ale já jsem potřebovala vidět nějaký činy, no.“

„Čekala jsem od něj, že jeho požadavky, jeho nároky na svoji volnost, omezí, protože ví, že mu to neprospěje. A on ne. On chtěl dál jet po svém a nechtěl, aby se mu to připomínalo, z žádné strany.“

Zároveň nedokázala být natolik pevná, aby mu něco zakazovala, i když by třeba chtěla.

„Asi jsem si nedokázala nikdy naznačit, že ‘ty chceš jít tam a tam, a sám, jo?’“

„Spíš mi vadily ty akce přes noc, on chtěl někam odjet na víkend, nebo tak.“

„Takže určitě v tom musel cejit tu opatrnost, že ho nikam nechci pouštět, a tak. Ne, že bych to zakázala, ale v podstatě mě to přišlo drzý. On věděl, že to nezakážu, že si nestoupnu a neřeknu ‘nesmíš.’“

„To byl můj nejbližší člověk ze všech, takže i z toho důvodu jsem nemohla být striktní, nechtěla. Já nejsem striktní. Mě neposlouchá ani pes.“

I když Lucie tvrdí, že striktní být nechtěla, domnívám se, že vlastně chtěla, jen v tu dobu nevěděla, jak. Dnes už by nevěru netolerovala.

7.3.4 Ztráta iluzí

Tím, že si Lucie vzala svého dobrého kamaráda, měla za to, že ho zná velmi dobře. I fakt, že byl věřící a z věřící rodiny, přispíval k tomu, že ho považovala za velmi kvalitního člověka. Ostatně, i pro něj bylo důležité, aby takový byl a aby ho lidé tak vnímali.

„Já jsem si vzala svého spolužáka ze základní školy. Kluka z věřící rodiny, takže jsem ho považovala za záruku takového kvalitního člověka, a hlavně to byl v podstatě můj hodně dobrý kamarád. Brali jsme se jako hodně velký kamarádi.“

„On potřeboval bejt strašně kvalitní člověk...“

Ale když jí začal být nevěrný, tento obraz kvalitního člověka se Lucii narušil. Kromě toho, že ztratila důvěru v něho, ztratila i iluze o něm. Zpočátku se snažila si o něm udržet obraz kvalitního člověka, ale tím, že to neskončilo pouze jednou nevěrou, nebyla toho schopná. Obraz se rozpadnul.

„...ostatní byli jako na vahách. Že když mi tohle udělá v takovýhle situaci, co to je za kvalitu člověka, a já jsem si furt stála za tím, že ne, že on takovej není, a bojovala jsem...“

„No, spíš, že jsem věděla, že nedokáže odolat těm svodům. To mě překvapilo, jak lehce se nechal zlomit, myslela jsem si, že je pevnější ve svý víře i v lásce ke mně.“

Tím, jak jejich partnerská krize pokračovala, a možná i tím, že skončila teprve s ukončením vztahu, Lucie ztratila iluze o vztazích obecně. Měla za to, že nejde, aby existoval vztah, ve kterém nebudou žádné velké problémy.

T.: *„Takže jste ztratila i nějaký iluze o tom, jakej je člověk?“*

L.: *„Absolutně. A nejenom, jakej je člověk, ale o vztazích obecně. To mělo dopady do teďka. Pořád mám takovej pocit...“*

„Protože on není sám. Já mám kolem sebe v okolí tolik kamarádů, kterým se stalo něco podobnýho, i v souvislosti s tím miminkem, taky, odchod jinýho, taky miminko měli. To mi přišlo úplně šílený, jak si tohle může někdo dovolit?“

„No. Absolutní ztráta iluzí. Já Vám je teda nechci kazit...“

„Takže to byl další karambol v mém okolí a jenom jeden vlastně, v jednom případě, to byla ta ženská, která ulítla a odešla za chlapem, v těch našich kruzích okolo, takže jsem strašně dlouho neměla důvěru vůbec ve vztahy...“

„...všechny chlapy jsem odkázala, že jsou stejně všichni stejní. Protože v mém okolí má takovýhle, říkám, rozpadlých vztahů několik a vždycky to bylo z podobných důvodů. Nebyly to jenom nevěry, ale byly to třeba i dluhy, jo. A to mi přijde podobný obelhávání...“

Díky celému tomuto vývoji jako by si sundala růžové brýle, které dle sebe nosila, a nasadila si jedny zašedlé.

L.: *„Byla jsem romantik, určitě, a to teda nejsem už. A to je špatně.“*

T.: *„Proč by to bylo špatně?“*

L.: *„Myslím si, že je hezčí bejt romantik než bejt prostě pragmatik, kterej, neříkám, že řeknu... no, jako, že je člověk jízlivej, vlastně vevnitř v sobě, takový to: ‘no to jsem zvědavá, jak Vám to dlouho vydrží,’ jo? A je to taková ta vnitřní– prostě, pro mě to je špatně, no. Radši bych se koukala furt růžově na ten svět, a to se teda nekoukám.“*

7.3.5 Stokrát nic umučilo vola

Po první nevěře si Lucie neuměla představit, že by rozbili rodinu. Její postoj k manželovi a obecně k jejich vztahu se v průběhu let měnil. A z Lucie, která byla oddaně milující, se stala Lucie, která byla plná zášti.

„A ve mně procházely takový fáze, kdy vlastně jsem se cejtila strašně beznadějná, že to je můj muž, nemůžu bez něj bejt, a že to nejde, abychom tu rodinu rozbili...“

Po druhé nevěře se ale v Lucii něco zlomilo. Dala svému manželovi šanci, a on ji opět podvedl. Ztratila iluze i chuť o vztah pečovat.

„On furt nechápal, že se to zlomilo ve mně. Nebyl na to zvyklej. Vždycky mě před tím viděl utrápenou, nešťastnou z toho, co mi udělal, ale furt milující. Ale já jsem tu lásku v sobě k němu úplně ztratila. A na to nebyl zvyklej, na to odmítání.“

„...já jsem prožívala úplněj vnitřní zlom a on se mi snažil říct, že je to banalita. Bylo to... byla to pro mě drzost. Vlastně drzost. Co si dovoluje mi říkat, jak to mám vnímat.“

Na manžela byla našťvaná za to, že ji obelhal, za to, že jí znovu ublížil, a těch zranění už bylo moc.

„...ale byla jsem ještě plná takový tý zášti...“

„já jsem byla ve fázi, kdy já jsem se chtěla rozejít, že je toho na mě moc, a on trval na tom, že tohle je vlastně zanedbatelná věc, a že když jsme zvládli ty těžší věci, tak tohle je pitomost. Což měl pravdu, ale jak se to navršilo, tak už to byla takováhle kupa potíží...“

„Stokrát nic umožnilo vola. Prostě jsem se dostala do stádia, že to už nechci. Nevim, odmílování.“

„Takže pomohl čas, to, že jsem se fakt potřebovala odmílovat, a odmílovala jsem se díky tomu, že to dělal opakovaně, to už pak pohár přetekl. Kdyby to pak možná už neudělal, tak jsme dneska šťastný a spolu, a mohla bych Vám tady vyprávět, jak se to dá zvládnout.“

A toto přání – aby se to nikdy nestalo, nebo alespoň, aby nedošlo k rozchodu – zaznělo několikrát.

„Možná, kdybychom odjeli tenkrát někam úplně jinam a změnili život, přátele, tak pak by to možná šlo.“

„...mohli jsme si to prostě hezky užít a mít hezčí život, kdyby se tohle nestalo.“

Toto „kdyby“ se ale nestalo, a tak se Lucie odmílovala. Chtěla se rozejít, ale z nějakého důvodu si za svým nedokázala stát, a tak oba přežívali.

„Ale když jsme se dostali do té fáze, kdy já jsem s ním už bejt nechtěla, a posílala jsem ho pryč...“

„...nemám se obviňovat ani z toho, že jsem byla měkká, ani z toho, že jsem nebyla dost drsná...“

„Ale asi jsem nebyla tak drsná a tvrdá v tom, že bych si za tím dokázala stát, a pak jsme spolu ještě dva a půl roku takhle živořili. To bylo fakt živoření.“

Po tom všem, co si zažila, by už nevěru nikdy netolerovala. Nebo alespoň by netolerovala, aby jí byl někdo nevěrný. Po manželovi jí zůstala jen rána, o které ví, že se nikdy nezahojí, a je vlastně dost logické, že žádnou další takovou už nechce. Z jejího vyprávění vyznívá, že teď už by opravdu neměla problém odejít. Zážitek nevěry ji posílil.

T.: *„Nebo mě ještě napadá to pojmenovat jako nějakou viru sama v sebe, že jste zvládla tohle...“*

L.: „Já nevím, jestli to není spíš taková zbytečná drsnost vevnitř. Jakože jsem musela ztvrdnout, a že to není nutný, nepotřebuje to člověk v životě. Dalo mi to to, ale já si nemyslím, že by to bylo dobře. Jo? Dalo mi to určitě vevnitř hrubšího zrna.“

L.: „No a... takže já jsem se s tím nikdy nevyrovnala, že bych jako mohla o tom říct, že to je v pohodě, to jako ne.“

T.: „Mě docela překvapuje, že jste si našla někoho, kdo byl nevěrný. Po tadý tý zkušenosti...“

L.: „Protože to neudělal mně. A samozřejmě, jak by se něco takového ukazovalo nebo ukázalo, tak okamžitě odcházím. To jako nebudu... Nemáte ty společný děti, nemáte společného majetky, nic. To bych se určitě přes to nedokázala přenýst, to už jako nikdy. Já jsem na začátku tohoto vztahu říkala: nebuď mi nevěrný, nelži mi a nebij mě, to je prostě jediný, co nesnesu.“

7.3.6 Cizí člověk

S postupem času se ukázalo, že bývalý manžel Lucie se zcela změnil. Lucie sama říká, že potřeboval nový začátek. Ale ji to postavilo do pozice, kdy má děti s cizincem.

„...a musím říct, že teď se teda neuvěřitelně překabátil. Úplně nevím... já o něm teď vím minimum, vlastně, ale chová se příkladně. A on asi potřeboval ten restart v tom smyslu, že potřeboval ten nový začátek s někým, kdo nebude mít tu jeho minulost v hlavě. Takže on se i odstříhnul od našich kamarádů, nestýká se s nikým z naší komunity, a má úplně nový. Rodinu jo, to si zachoval tu původní, ale má úplně nové lidi kolem sebe.“

Z jejího hlasu jde slyšet smutek, že žila něco, co nyní nemá sebemenší dopad. Přišla nejenom o manžela a přítele, ale i o několik desítek let jejího života.

„Jo. Jo. Pro mě je teď dneska člověk, kterej mi byl nejbližší, a se kterým jsem toho prožila tolik, tak je vlastně pro mě cizí člověk. Já ho vlastně, ne, že ho nenávidím, já ho vůbec neznám. Já jsem žila s někým, kdo je dneska úplně někdo jinej. On si teda změnil i příjmení. Oženil se a má příjmení té ženy. Takže je to vlastně úplně někdo jinej. Úplně někdo jinej. Mám děti s někým, koho vůbec neznám. Taky vlastně... čtvrt století díra v životě, bych to řekla...“

„...ale jinak je vlastně čtvrt století vzpomínek pryč. Mám chvílema pocit, že to, co jsem žila, byla iluze, protože dneska žiju úplně jinak...“

„Vzala mi [nevěra], jak říkám, čtvrt století života, vesměs, ne že by ten život byl marnej nebo proplandanej, nebo nešťastnej, ale mrzí mě takový to, že člověk se zabíjel tímhle tím. Furt v sobě řešil nějaký výčitky a nějaký bolesti...“

7.3.7 Obecně

Na rozhovoru s Lucií bylo zajímavé, že dost často, místo toho, aby mluvila o sobě, vyprávěla její příběh, jak kdyby se stal nějakému náhodnému člověku. Mluvila obecně:

„...nepotřebuje to člověk v životě...“

„...že se člověk štourel v tom, co se dělo před tím...“

„Vždycky měl člověk pocit, že udělal nějaký krok, aby se to zlepšilo, a pak se to zase podělalo...“

Domnívám se, že téma nevěry je pro ni stále bolestivé, což vlastně potvrzuje tím, když říká, že se s tím nikdy nevyrovnala.

Jako by svou občasnou ironií a smíchem, který navazoval na bolestivé chvíle, zakrývala fakt, že jí partner chybí, nebo možná ani tolik partner jako takový, možná to soužití s ním. Jako by stále truchlila po životě, který si představovala, že bude žít, a on byl součástí této představy.

„Protože prostě to bylo fakt ostudný, na oslavě narozenin se takhle spolu zapomenout. Našich společných narozenin. Jeho a mejch čtyřicátin. Takže to bylo taky výborný.“

„A teď má další dítě. Takže mají celkem tři děti. Dvě vyženěný a jedno vlastní, to chcete v padesáti.“

Zároveň si uvědomuji, že jsem k Lucii extrémně kritická. Můj první dojem z našeho rozhovoru byl takový, že se mi prezentuje jako oběť, která si vůbec nezasloužila, aby ji manžel opakovaně podvedl.

Na bývalého manžela nasměrovala veškerý vztek, i když se to vlastně zdá pouze jako póza. Měla jsem z ní pocit, že se zlobí i sama na sebe. Že se jí nepodařilo žít to, co si s manželem slíbili, v dobrém i ve zlém.

7.4. Matylda

Matylda je žena z katolické rodiny a je aktivní v církvi. Vzala si svého kamaráda po necelých dvou letech, co spolu chodili. Mají spolu dva syny.

1.1.1) Nejsme ten nejkompatibilnější pár

Před tímto vztahem měla Matylda vztah, který pro ni byl velmi důležitý, ale nadvakrát nevyšel. Matylda byla ze vztahů vyčerpaná. Chtěla zakládat rodinu a mít „něco stabilního.“ Její motivace tedy nebyly pouze o tom, že by stála o tohoto konkrétního člověka. Měla ho ráda, ale hlavně chtěla tu rodinu. On jí tuto možnost nabízel, a tak se rozhodla přehlížet fakt, že u tohoto partnera jí chybí nějaké pro ni zásadní vlastnosti, a spíše se zaměřovala na ty, které jí imponovaly.

„...já jsem už chtěla něco takovýho jistýho, stabilního a prostě jsem chtěla ty děti. Těšila jsem se na tu rodinu a myslím si, že to byly velký motivace, proč jsem do tohoto konkrétního vztahu jakoby šla. To byl můj kamarád, já jsem ho měla ráda, vážila jsem si ho, ale řekla bych, že to nebyla úplně jako... šílená láska. Že to byl spíš tak jako z mé strany jakoby takovej vztah z rozumu.“

„...byly tam takový jako věci, který mi vadily, ale já jsem si, jakožto intelektuál, tak jsem si říkala, že jsou podružný a nebudu na ně brát ohled.“

„On byl právě takovej, že nebyl jako úplně praktickejš, nerad řídil auto, takový prostě maskulinní věci. Jsem si říkala ‘tak, Pane Bože, prostě jako je jednadvacátý století, já přece vedle sebe nepotřebuju nějaký mačo, jako tak holt tyhle věci mu nejdou, ale zas je chytřej a vzdělanejš a já nevím co, kulturně založenejš a tak dále. Tak to byly takový věci, který mně imponovaly, tak jsem se snažila soustředit na ty jeho pozitivní vlastnosti. A tyhle věci, jako bych řekla, pudový věci, tak jsem jako odkládala do pozadí.“

Vztah to nebyl špatný, ale ani skvělý. A pro Matyldu byla důležitá stabilita, kterou v tomto partnerovi viděla. Byla si jistá, že tenhle člověk ji nikdy neopustí. Ale spíše než pro to, jak moc se mají rádi, si myslela, že tento její partner na to nenajde odvalu, což ale zároveň byla právě ta vlastnost, které se Matylda snažila si nevšímat.

„On je velkej takovej introvert a strašně moc si nevěří. A myslím si, a je opravdu hodně takovej neodvážnej, do ničeho se nikdy nehrnul po hlavě. A pro mě to bylo i takovej

moment tý stability. Že jsem si byla jistá, říkala jsem si, ten, jestli mě někdo neopustí, tak to bude tenhle člověk, protože tenhle na to ani nenajde nikdy odvahu.“

Svého manžela měla ráda, ale sama nahlíží na to, že asi potřebovala od svého partnera více maskulinity, rozhodnosti, sebevědomí, a tyto nedostatky, které pociťovala, do vztahu prostupovaly. Ona zaujala postoj, že je to období, které je potřeba přestat a zvládnout, a mezitím se držela vnějších záchytných bodů, třeba toho, že působí jako správná, spořádaná katolická rodina. Jeho řešení bylo, že si našel útočiště jinde.

„Nicméně, já jsem... postupně se jako ukázalo, že asi nejsme ten nejlepší, nekompatibilnější pár, kterej prostě na světě je, ale já jsem nějak měla pocit, že s tím můžeme nějak pracovat a nějak jsem neřešila, že bych ten vztah chtěla ukončit.“

„Pro mě to bylo takový, že teď je prostě potřeba to zvládnout a myslím si, že ten vztah byl vlastně jako fajn.“

„...to manželství bylo takový právě, nebylo tak jako extra super, takže jsem se hodně držela takových těch vnějších věcí, jo, takže to, že tam právě v tu neděli jdeme, že jsme spořádaná rodinka, takový ty vnější prostě okolnosti, který jako drže tu rodinu při sobě...“

„Protože mi to chybělo, a myslím si, že on to tam jako cejtíl ode mě. Že pro mě není prostě takovej ten chlap, jak já bych si představovala, a myslím si, že ta žena, se kterou potom odešel, [...] že v tom začátku ona mu ten pocit, že je pro ni jako úplně fantastickéj, jakoby dala.“

Oběma něco chybělo. On jí nedal, co ona potřebovala. Ona nedala jemu, co potřeboval on. Nejspíš to navzájem o sobě ani nevěděli. Celá ta situace byla nevykomunikovaná.

„V ten moment, samozřejmě zpětně jako je mi líto, že jsem mu nedala, co potřeboval, na druhou stranu on vlastně vůbec nebyl schopnej a neuměl o tom mluvit, o těch svých potřebách, a to si myslím, že bylo asi zásadní, no, že tam to bylo úplně nevykomunikovaný.“

Takže její manžel přišel s tím, že si našel jinou partnerku, že jejich vztah už nefunguje, a že odchází.

„...do tejdne přišel s tím, že půjde pryč, že někoho má a pak už to bylo celkem zjevný.“

„On teda tvrdil, že napřed se ten vztah celej rozsypal a až potom on si ji našel, nebo spíš ona jeho, ale nevim.“

2.1.1) Nezdravě připoutaná

Matylda vyrůstala v katolické rodině. Výchovu katolických rodičů nepovažuje za úplně zdravou, uvědomuje si, že je církev extrémně fixovaná na neposkvrněný život, na věrnost, a že ona tento postoj převzala taky. Matylda sama na sobě vnímá, jak má pro ni věrnost – a i manželství obecně – velkou hodnotu. Uvědomuje si, že pod tlakem církve a pod tlakem slibu věrnosti byla k manželovi připoutána možná více, než by bylo zdravé. Takže i když „měla romantickéj úlet,“ rychle se snažila vztah spravit, aby neporušila status manželství.

„...já jsem tam teda taky měla takovej...spíš bych řekla romantickéj úlet, ale vlastně jako jsme to nějak rychle dali dohromady...“

„...že to člověka zbytečně ho to prostě k tomu člověku, až jako nezdravě, připoutává.“

„Ale myslím si, že ještě jak je to spojený s tím náboženstvím prostě, že je to takový až jako extrémní, a... prostě člověk se na to až jako křečovitě fokusuje, prostě, aby náhodou se jako nestalo, že se to jakoby poruší, a prostě ještě ho to jakoby víc... je v takový jakoby křeči.“

Takže zprvu pro ni byl fakt, že její manžel má pohlavní styk s jinou ženou, zásadnější, než to, že se do ní zamiloval.

„...a že když se pak něco takovýho stane, tak mě to prostě úplně jako rozložilo právě i tímhle tím. Prostě to pro mě bylo tak strašně unikátní jako věc, a pak jsem pochopila, že ten můj muž bejvalej, jako pro něj to nebyla ta hlavní věc, že jako, že s tou jinou ženou spal, ale spíš ta emocionální, že on se k ní jako připoutal prostě emočně.“

„Že mi jakoby nedošlo v ten moment, že právě mnohem podstatnější je to, že on je emocionálně už jako jinde. Než že prostě má s někým jiným sex, prostě.“

To, jak moc pro ni byla sexuální exkluzivita zásadní, dokazuje i fakt, že se před manželem Matylda nemohla obnažit a přestala úplně kojit.

„Si pamatuju, že já jsem vlastně kvůli tomu přestala kojit, já jsem nebyla schopná třeba před tím mužem se odhalit na to kojení, když jsem věděla, že on prostě je s jinou ženou.“

3.1.1) Byl úplně nastřelenej

Všechno se seběhlo nesmírně rychle. Manžel Matyldě oznámil, že odchází. Ona byla v šoku, ale snažila se situaci alespoň nějak zachránit. Zároveň on už byl nejspíše delší dobu rozhodnutý, a tak Matylda byla bezmocná.

„...on už byl ve fázi, kdy to už bylo pozdě, jako pro něj. Samozřejmě pro mě to bylo v ten moment, [...] ale on už si to řešil prostě nějakou dobu. A to už prostě byl ten moment, kdy už jako ta terapie by bejvala stála za to půl roku, rok před tím. No.“
„...musel to v sobě nosit, a myslím si, že v ten moment, kdy s tím přišel, byl prostě, on se vlastně těšil, že z toho půjde pryč, do toho novýho vztahu...“

Nic ho nezajímalo, až na nový vztah. Chtěl být rychle pryč. Matylda se snažila situaci řešit, byli spolu na konzultaci u koučů, ale byl to marný boj. On viděl všechno idylicky.

„...jeho to vůbec nezajímalo, jeho zajímal novej vztah a nějaký prachy jako byly úplně jedno.“

„Byl prostě úplně nastřelenej, jako prostě on měl před sebou tu vidinu toho novýho vztahu, no, byl úplně euforickej a všechno viděl pozitivně, jak to všechno bude dobrý, a prostě... a jak jako to nevadí, že to bude ještě lepší, než to bylo, jako, když on bude pryč... prostě... já jsem tam jenom seděla a zírala, prostě, no.“

Zároveň si Matylda uvědomuje, že i pro něj celá ta situace byla náročná.

„...na něj toho bylo strašně naloženo. On vůbec není taková osobnost, která by tohle s přehledem nějak zvládla, takže on měl taky takový fáze, kdy se úplně sypal, neměl peníze, neměl kde bydlet, vypadal jako bezdomovec, tak to byly takový různý fáze.“

4.1.1) Není, čeho se chytit

Matyldu manžel opustil ve velmi křehkém období – po šestinedělí. Sama byla z dvou malých dětí vyřízená. Musela se postarat o děti a potřebovala pomoc manžela, potřebovala podporu. Tu nedostala, namísto toho manžel odešel, a najednou neměla, čeho se chytit. Ztratila jistotu, na které si tak zakládala.

„A já jsem se jako úplně zhroutila, jako úplně, protože v tom stavu, ve kterém já jsem byla, tak prostě to je takový to nejohroženější období, já jsem byla úplně vyřízená, do toho ty děti, teď jsem měla asi dvě stě kilo po tom porodu, takovej ten pocit, člověk sám sebe, jak to říct... prostě sebevědomí má úplně dole, potřebuje spíš podpořit, aby se z toho dostal do normálu, a v tendlecten moment, když todlecto ten nejbližší člověk udělá, tak jakoby není, čeho se chytit.“

Nechtěla ho pustit. Potřebovala jeho pomoc. Nevěděla, co se děje, takže se domnívám, že bylo nasnadě začít hledat chyby u sebe.

„Já jsem ty chyby hledala furt u sebe...“

„Já jsem strašně moc potřebovala pomoc, od něj ale on naopak udělal tohle to. Takže já jsem byla hodně rozložená...“

„No byla to jakoby bezmoc, ale současně ačkoli, nevím, jak to vyznělo, jak jsem popisovala ten vztah, já jsem toho člověka měla ráda, a ještě v ten moment, kdy ten člověk řekne, že odchází, tak tam automaticky začne vznikat takovej ten... jakože ho člověk nechce pustit. A mně to bylo strašně líto. No, asi ta lítost. Já jsem byla strašně smutná.“

A přestože Matylda byla smutkem zavalená, musela zmobilizovat svoje síly a fungovat, postarat se o děti a o jejich budoucnost, protože ta najednou byla nejistá.

„Vlastně jediný co, tak jsem tam měla ty dvě děti, a furt jsem si říkala, že to je můj jedinej úkol, se nezbláznit, aby mě neodvezli do Bohnic, protože se musím postarat o ty děti. Takže to byla taková moje, můj jedinej, v tom zmatku, záchytný bod, proč já musím jako zůstat nějak při věci.“

„...člověk má i tu praktickou zodpovědnost a najednou jsem zjistila, že já se můžu zhroutit, ale jenom prostě do nějaký fáze, a pak musím jít nakoupit a musím se o ty děti postarat, protože to prostě nikdo jinak neudělá.“

„...prostě jsem z toho byla jako mimo, a, no, a pak tam byla i emoce strachu, o tu budoucnost mojí a těch dětí, prostě ta praktická, prostě... se uživit, jak to jako udělat, prostě člověk řeší věci, který před tím neřešil a...“

„...ale prostě i ty peníze a ty věci já jsem musela řešit, protože prostě kdybych to neřešila, tak opravdu přijdu o byt...“

5.1.1) Aktivně jsem to zvládla

Matyldě v tu danou chvíli hodně pomohli rodiče, alespoň po té praktické stránce. Hlíдали děti, aby ona mohla jít ven s kamarády, vypovídat se, na psychoterapii...

„Byly tam ty děti a pak samozřejmě jakoby moje, rodina, no... Tam byla velká praktická podpora, že se mi ty děti snažili hlídat...“

„...věděla jsem, že se potřebuju nějak udržet v normálu, tak vlastně moje řešení bylo, že jsem ty děti docela hodně si nechala hlídat, třeba od těch rodičů.“

„Takže já jsem se prostě hodně snažila vlastně bejt od nich, abych jako si tyhle svoje myšlenky, a to všechno, mohla prožívat bez nich, abych to nevalila na ty děti. Abych nebyla s nima jenom doma a prostě tam se to všechno nedělo. Takže jsem prostě hodně chodila s kamarádama do hospody, někam prostě ven, abych to ze sebe dostala, to bych řekla, že se ukázalo jako dobrý, že to bylo takový, tak jako debilně prakticky jako očistný...“

Matyldě pomáhalo o tom mluvit, takže zprvu docházela na koučing a poté si našla i psychoterapii.

„Ale největší psychická podpora, tak to pro mě byli moji přátelé a pak, pak se tam vynořila taková rodinná přítelkyně, [...] Ona dělá i nějakou koučink nebo takovýchle věcí, a vlastně jsme se docela často potkávaly a mluvily jsme o tom. Tak to byl takovej člověk, co mi hodně pomohl. Ty rozhovory.“

„No a pak jsem si hrozně rychle našla psychoterapii, protože to jsem věděla, že je to nutný, a... a já jsem už nějaký věci si v životě zažila a věděla jsem, že v tom životě je to důležitý.“

Pro Matyldu bylo zásadní, aby celou situaci zvládla „s čistým štítem,“ aby úplně nerozbila vztah, který s bývalým manželem měli, minimálně kvůli dětem.

„...a to pro mě bylo dost zásadní věc, byla ta, že jsem to více méně zvládla bez nějaký nenávisti k tomu člověku, že jsem se nezakydala vnitřně tou nenávistí...“

„A hlavně taky kvůli těm dětem, jako, já jsem říkala, tak jako furt to prostě bude jejich otec, ať to prostě bude vypadat jakkoli, a já jim prostě nemůžu jako nějak ho z toho zošklivit nebo ty vztahy nějak... rozbit. Prostě tak, aby to nebylo možný už nějak jako slepit nebo spolu komunikovat s nějakou základní podstatou, nechtěla jsem, aby ty děti si tohle musely nést.“

A přestože zprvu si k němu neuměla najít cestu, odpustit mu, nakonec se to zlomilo.

„Že mě to pořád prostě... nebyla jsem přesto přenesená. Furt jsem měla pocit, že jakoby člověk, kterej takhle strašně mi jako ublížil, si takovouhle otázku nezaslouží nebo že já nemůžu dělat, že se nic nestalo, když se stalo. Tak.“

„Tři čtvrtě roku jsem schopná i se třeba zeptat toho máho bývalýho muže, jak se třeba má, že předtím to byla komunikace velmi věcná... ale rozhodně jsem... vlastně mě to i někdy jako zajímalo, ale nebyla jsem schopná to jakoby vyslovit, jakoby tu nějakou vstřícnou otázku k tomu člověku, a řekla bych, že třeba právě před tím půl rokem se to tak jako změnilo...“

A za to všechno, za to, jak „to zvládla,“ je na sebe Matylida velmi hrdá. Narazila na dno a odrazila se.

„...pak jsem se dostala i do takovýho momentu, že jsem na sebe začla bejt docela pyšná, že jsem jako zvládla, že...“

„No, prostě docela mám pocit, že jsem pak najednou v sobě objevila sílu, kterou jsem si ani nemyslela, že mám. Že dokud se člověk fakt nedostane na nějakou hranu, tak to nezjistí, co všechno je schopnej zvládnout...“

Matylida se zná, ví, s čím musí pracovat, a že u ní je to právě ten smutek. A možná i díky tomu v kombinaci s psychoterapií a aktivní prací na sobě to vypadá, že Matylida si tuto událost úspěšně zpracovala a překonala. Důkazem toho může být, že celá tato zkušenost odrazení se ode dna neovlivňuje její nynější život. Domnívám se, že ji úspěšně zaintegrovala do svého self.

„No, spíš musím pracovat s tím... s tím smutkem, abych nepadala do nějakých depresí, no. To bych řekla, že je takovej vždycky jako pro mě úkol, abych tohleto nějak ustála, no.“

„...ale prostě mě potom pomohla ta moje jako individuální terapie.“

„Ale... jakoby, ta situace, že jsem se jako odrazila od dna, to mám pocit, že už jakoby začíná bejt tak jako v pozadí, a už to zas takovej vliv na můj život vlastně nemá. „Nějakým způsobem to ze mě asi bylo cejtít, že nesedím někde v koutě a nesebelituju se, jenom. Že se to snažím nějak jako aktivně zvládat...“

6.1.1) To, co jsem hledala

Matylda po zkušenosti s minulým manželem, se kterým byla spíše „z rozumu,“ zjistila, že rozum v jejím případě u partnerských vztahů nejspíše nebude dobrá motivace. Relativně po krátké době do jejího života vstoupil jeden muž, zprvu byli přátelé, ale pak se vztah vyvinul do partnerství a nyní už manželství. Našla u něj ty vlastnosti, které v minulém vztahu postrádala, a vše do sebe zapadlo. Po zkušenosti předchozího vztahu si uvědomila, co je v partnerství důležité a co ne.

M.: *„Ono to taky vzniklo z takovýho pozvolnýho přátelství, a... on si to tak jako hrozně jako rozmyslel, a vlastně, když jako řekl že, jestli bychom spolu mohli, tak to měl úplně rozmyšlený už s těma dětma rovnou, prostě hotovo, jako. Kdyby si mě v ten moment vzal, tak by to bylo úplně jedno. Prostě on to měl takhle dopředu, žádný že to zkusíme, měl to jako...“*

T.: *„Tak taková ta maskulinita, kterou jste před tím neměla a možná Vám chyběla?“*

M.: *„Přesně. Prostě tohleto bylo úplně, to bylo ono, co jsem přesně hledala. Taková ta rozhodnost a prostě s ničím se moc tak jako nemazat a prostě... jdu do toho. Navíc, on je taky z velký rodiny, a je to tam takový jako, ty vztahy jsou takový velmi zdravý, takže to prostě tak jako zapadlo.“*

T.: *„A pak mě ještě napadá, když teda přišel ten Váš nověj manžel a najednou to bylo teda to ono, co chcete, tak jestli ta nevěra nebo ten rozpad toho bývalého vztahu bylo něco, díky čemu jste si ujasnila, co je to, co chcete?“*

M.: *„Úplně, to tam hrálo velkou roli. Protože jsem věděla, že vstupuju do toho vztahu už s nějakejma těma zkušenostma, který mám. A už jsem přesně jako věděla, co*

je a co není důležitý. Úplně jsem se vykašlala na takový ty jako... jako detaily, který člověk dřív řešil, a který se mu prostě, přišly tak nesmyslně banální, to si myslím, že tomu vztahu fakt prospělo.“

Tím, že jí tento vztah funguje sám o sobě, nemusí hledat vnější podpěry, kterých by se držela.

„...což vlastně teď vůbec nepotřebuju, tydle vnější věci, prostě mně ten vztah funguje sám o sobě a nepotřebuju k tomu prostě žádný kulisy nebo prostě vnější nějaký záchytný body.“

Ve svého současného muže má velkou důvěru. Napadá mě otázka, do jaké míry je Matyldina důvěra založena na tom, že je velmi důvěřivý člověk, a do jaké míry je založena na kvalitě vztahu? Bývalému manželovi také důvěřovala, ale je fakt, že tato důvěra byla postavena na tom, že nenajde odvahu na to ji opustit, zatímco nyní považuje svého manžela za čestného.

„...ale vlastně jsem zjistila, že já jsem strašně důvěřivej jako typ, a že se mi jako nechce o tohle jako přijít, že já vlastně chci primárně důvěřovat těm lidem, obzvláště v tom partnerském vztahu...“

„Nestalo se to, a... prostě, tím, že v toho svého muže mám takovou jakoby velkou důvěru, a on ji za žádnou cenu jakoby nikdy nezklamal, prostě jsem si stoprocentně jistá, protože on je to takovej extrémně jako čestnej člověk, a současně prostě je to silná osobnost, takže vím, že ho jen tak něco nerozhodí, jakože by se nechal prostě jako si do těch věcí... jde s takovou... s čistým štítem, takže tam jako nemám nějaký obavy, tím pádem se nic takovýho nestalo.“

7.1.1) Ideální model

Matyldin nynější rodinný systém není klasický. „*Ted' je to alternativní.*“ Současný manžel přijal její děti za vlastní, a tak jejich synové mají dva otce. A byť ten biologický v jejich životě nefiguruje tolik, Matylda je takto spokojená. Děti jsou takto spokojené.

„Že ted' je to ve fázi, že já jsem úplně v pohodě, já mám prostě jakoby manžela, ještě máme spolu dceru, a on se stará. A k tomu se teda musím dostat, protože to je dost zásadní věc, tak on prostě si vzal naše děti, současnej manžel, za vlastní, jako úplně, prostě, a tím, že byly malinký, tak on je má jako vlastní. Oni mu říkají táto a tomu svému biologickému otci říkají Jirko. Takhle to ty děti si vymyslely, my jsme jim vůbec jako... do ničeho jsme je netlačili.“

Všechny zúčastněné strany jsou rády za to, jak tento systém funguje. Děti mají stabilní fungující rodinu. Zároveň, tím že Matylda má nového Manžela, sňali z Jiřího zodpovědnost. Ale stále spolu všichni zvládnou kooperovat, aby i Jiří figuroval v životech svých dětí, byť je to dle Matyldy jen občas a na chvíli.

„A ten můj bejvalej muž to tak jako vlastně úplně akceptoval a přijal, že on pro ně jako ten táta není. On je ten Jirka, se kterým se občas viděj, a je to zvláštní. Já takhle občas někomu vyprávím, jako chlapům, tak oni vůbec to nedokážou pochopit.

„...jinak si myslím, že byl hrozně rád, že se ten můj současnej manžel objevil, že za něj převzal tu odpovědnost, kterou měl a kterou si určitě vyčítal. A že se někdo prostě stará o jeho děti. Já si myslím, že je za to hrozně vděčnej.“

„Takže... a tady prostě oni najednou dostali naprosto fantastickýho tátu, kterej prostě s nima dělal všechno na světě“

„... já jsem samozřejmě chtěla, aby si ty vztahy jakoby nepřerušili nějak úplně, ale současně jsem nějak netlačila prostě na to, aby... a vlastně, zpětně – a řekla bych, že to takhle vidíme všichni – je tohle úplně ideální model, protože ty děti nemaj žádněj zmatek, jako, kde maj jakýho kde tátu, nebo kde bydlej–nebydlej, nebo kdo má jaký pravomoci výchovný a tak dále, a vlastně oni maj úplně jako stabilní, kompletní rodinu a jednou za čas jdou tady prostě k tátovi Jirkovi...“

Ona je v tomhle systému spokojená a vnímá, že Jiří je za její štěstí rád.

T.: *„Takže Vy jste v tom takhle prostě spokojená. To vlastně byla moje otázka.“*

M.: „Jo, ano, já jsem v tom takhle spokojená.“

„Si myslím, že je šťastnej, že já jsem dopadla takhle, a on se s tím nějak pere sám, no.“

8.1.1) Nový život

Matylda se díky tomu, že se s manželem rozvedli, dostala v církvi na okraj. Přestala být proto typický křesťan. Našla si druhého manžela a pocítila, že na ní lidi koukají s odsouzením.

„Najednou je člověk trošku jako... i třeba bych řekla v tý církvi na okraji, a najednou zjistí, jak vlastně těžko se tam v tomhle funguje, a jak... a jak vlastně skrz prsty se ty lidi dívaj na všechny ostatní, který jako nejsou v tom středním proudu, a i to, že já jsem se prostě rozhodla, že já jako v tomhle, já prostě, protože taky v tom kostele byly takový ty opuštěný chudinky vzadu, prostě někde se nechávaj litovat, prostě, celej život. Že já, tohle já prostě odmítám, takže i to, že jsem z toho vystoupila, zařídila jsem si novej život...“

Tím, že Matylda sama vybočila ze středního proudu, začala být mnohem tolerantnější k jakékoli jinakosti. A zároveň si řekla, že se chce obklopovat lidmi, kteří to mají podobně, a tak změnila kostel, kam s rodinou chodili, a našli místo, kde se všichni můžou cítit dobře a nemusí pociťovat nepříjemné pohledy.

„...tak ale jsem začala se mnoham tolerantnějc koukat na všechny ostatní lidi různý, který to maj jako jinak v tom životě poskládaný. A řekla bych, že právě i to s tím sexem jako souvisí. Že člověku se najednou, vybočí z toho středního proudu a prostě... je mnohem tolerantnější i k ostatním lidem, ale i k nějakým jiným prostě, jako uspořádání nebo situacím, prostě. Mám to nějak, ale někdo to má trochu jinak, a nevádí to, prostě. Řekla bych, že ta tolerance nějaká prostě vyrostla.“

„Takže jsem si říkala, že tohle jako, asi... asi nepotřebuju jako zažívat, takže vlastně postupně, jakoby, s tím mým současným manželem, tak jsme se přesunuli jakoby jinam. A kde prostě cejtíme takovou větší otevřenost. Nikdo neřeší moc, co, jako, nikdo neřeší, jak to jakoby máme–nemáme, prostě nikdo to moc jakoby nehrotí, a není tam takovej ten prostě drobnohled jako, jak to jako kdo má, což vlastně teď už pro mě je úplně no-go, jako že, no... už bych to nechtěla zažívat.“

Zároveň si ale do tohoto nového života odnáší pozůstatky starého. Vnímá, kolik energie jí období navazující na manželovu nevěru vzalo, a to pociťuje dodnes.

„No, já bych řekla, že mně jako... já bych řekla, že mi jako ta nevěra jako konkrétní – a pak samozřejmě ta situace celá – že mi to jako fakt ubralo nějakou jako sílu. Nevím, jestli fyzickou nebo mentální, nebo prostě... Že mám pocit, že se mi v životě stalo něco, co mi prostě sebralo hrozně moc energie. A že doteďka občas si– taky jsem prostě starší, tak je taky možný, že se jako to tam promítá, ale že jsem z určitých věcí dřív unavená, jsou věci, který mě jako dřív rozčlejš, nebo prostě, že jsem taková, míň bych řekla odolná v určitých věcech, a že cejtím, že to je po tomhleto, že tam jako je, tam byl obrovskéj odliv té energie prostě, nebo investice, prostě nějaká jako takováhle zátěžová věc, tak to mám pocit, že mi to vzalo. Prostě část nějaký energie.“

8 Celková analýza a interpretace výsledků

Nutno předeslat, že výzkumný vzorek není zcela homogenní. Některé ženy po odhalení partnery hned opustily, případně partneři opustili je, jiné ve vztahu setrvaly ještě několik let. Některé s nevěrným partnerem měly děti, jiné ne. A tudíž i celkové výsledky jsou poměrně různorodé.

VO: Jak tuto zkušenost (nevěry) dotyčná žena prožívala? Jak zážitek nevěry proměnil vztah s partnerem?

8.1. Šok

Kromě Amálie byla pro všechny nevěra velkým šokem. Všechny (včetně Amálie) v tu danou dobu nevnímaly, že by se ve vztahu dělo něco, kvůli čemu by jim měl být partner nevěrný. A opět, kromě Amálie, participantky zprvu hledaly příčinu ve vztahu samotném, nepřisuzovaly ji partnerovi. Takto to prožívala pouze Amálie. Všechny zbylé probandky měly s nevěrným partnerem dvě děti. A zde se ukazuje shoda. První nevěry se u všech těchto žen odehrály v období kolem druhého porodu. O to více byly nevěrou překvapeny.

8.2. Odůvodnění nevěry

Po odeznění šoku se u všech respondentek objevoval motiv hledání důvodů, proč byl partner nevěrný. Každá, pokud příčinu spatřovala, ji nacházela v něčem jiném.

Amálie vnímá jako příčinu nevěry partnerovu neschopnost být monogamní.

Ester žádnou příčinu nevidí, prožívá velké nepochopení celé situace a nahlíží na nevěru jako na velkou zradu.

U Matyldy a Lucie se objevilo hledání chyby u sebe. Respektive pojmání nevěry jako partnerovy odpovědi na nějakou jejich chybu, špatné chování. Což si odůvodňují tím, že nevnímaly žádné konflikty, které by partnerovi zavdaly k nevěře, a tak je tedy začaly hledat u sebe.

„Já jsem ty chyby hledala furt u sebe“ (Matylda)

„...a i jsem samozřejmě obviňovala sama sebe, co jsem já udělala špatně, co na mě bylo špatně. Hrozně jsem hledala chyby i u sebe.“ (Lucie)

Zpětně všechny krom Lucie mají určité pochopení, nahléd na to, proč k nevěrám došlo, a dokonce nahlížejí i svůj podíl viny.

„A to potom z toho pramenilo, že to nebylo, že to bylo něco, co on nechtěl a byl jako uvězněnej a co udělal kvůli mně.“ (Amálie)

„...i já jsem pochybila. Nebo ono to není, že já jsem pochybila, ale že jsem se chovala nějak, co mu asi nemuselo bejt příjemný, a proto to takhle řešil.“ (Ester)

8.3. Ohrožení

Nevěra vyvolává pocit ohrožení. U každé z participantek nevěra ohrožovala něco jiného. U Matyldy nevěra útočila na její budoucnost, konkrétně na materiální zázemí. U Lucie byl v ohrožení rodinný systém, který s manželem založili. Na Amálii nevěra útočila přímo. Ohrožovala její sebevědomí a sebehodnotu. U Ester ohrožovala vztah s manželem, kterého milovala, a o kterého nechtěla přijít.

„...prostě jsem z toho byla jako mimo a no a pak tam byla i emoce strachu, o tu budoucnost mojí a těch dětí, prostě ta praktická prostě... se uživit, jak to jako udělat...“ (Matylda)

8.4. Emoce vs. Logika

Participantky velmi často své chování v návaznosti na nevěru popisovaly buď jako racionální nebo emocionální a zcela jasně rozdělovaly, že racionální chování je to správné, zatímco emoce jim bránily chovat se racionálně.

„Protože si říkám, že kdyby se mi to stalo teď, tak to rozdýchám a nějak si o tom v klidu promluvíme, ale v tom věku, kterej mi byl jsem to nedokázala nějak racionálně řešit.“ (Ester)

Také se velmi často objevovalo zavalení emocemi. A konkrétně smutek vystupoval do popředí.

„Takže chvílema se mi chtělo řvát, rvát ji vlasy, dupat. Pak se trávit, skákat do řeky, všechno tam bylo, všechno tam proběhlo... (Lucie)

Zde se nám příběhy rozdělují na dvě kategorie. Ženy, které s partnerem po odhalení nevěry zůstaly a na ty, kde se vztah hned ukončil.

U těch žen, kde následoval okamžitý odchod, ať už partnera nebo jí samotné, došlo k ztrátě veškerých jistot. Krom pocitu ztráty jistoty emoční reakce na zjištěnou nevěru zahrnovaly depresivní prožívání a myšlenky na sebevraždu. Matylda to popsala velmi trefně: není čeho se chytit.

8.5. Hlídání si partnera

U žen, které s partnerem zůstaly, se objevuje snaha mít partnera pod kontrolou, ve smyslu strategií, jak dát najevo, že daný muž je zadaný nebo v tendenci „držet si ho doma“.

„Nebo třeba když jsem viděla, že se baví s nějakou holkou, nebo ženou a cejtila jsem tam něco takovýho, tak já jsem to pak začla dělat už tak jako vychytrale.“ (Amálie)

„...utápěla v pocitech, že jsem selhala, že jsem si ničeho nevšimla, že jsem mu dala volnosti moc asi.“ (Lucie)

8.6. Psychoterapie

Tři ze čtyř participantek začaly docházet na terapii, která se ukázala jako velmi podpůrná při zpracovávání zážitku nevěry, nehledě na to, zda následovala hned poté, nebo až několik let po rozpadu vztahu.

„...ale je fakt, že úplně nejvíc mi pomohlo, že poslední 3 roky chodím na psychoterapii a tam... to mi teda pomohlo ze všeho nejvíc. I když jsem tam teda nešla kvůli manželovi, ale kvůli něčemu jinému, tak mi to hrozně pomohlo se víc odpoutat od toho ex manžela.“ (Ester)

„No a pak jsem si hrozně rychle našla psychoterapii, protože to jsem věděla, že je nutný...“ (Amálie)

Jediná Lucie nevyhledala po rozpadu manželství psychoterapeutickou péči, a u ní jediné se domnívám, že se jí úplně nepodařilo zážitek nevěry zpracovat, a že stále cítí velké ublížení.

Jako smutné se mi jeví, že 3 participantky vyhledaly párovou konzultaci, ať už měla jakoukoli formu, v návaznosti na partnerovu nevěru, ale u všech pozbyla efektu, protože k ní došlo až ve fázi, kdy jeden z partnerů byl rozhodnutý ze vztahu odejít.

„Samozřejmě pro mě to bylo v ten moment, tak pro mě to bylo v ten moment, tak teď půjdem, ale on už si to řešil prostě nějakou dobu. A to už prostě byl ten moment kdy už jako ta terapie by bejvala stála za to půl roku, rok před tím...“ (Matylda)

8.7. Vnitřní síla

Za stěžejní považuji, že všechny probandky považovaly zážitek nevěry za něco, co je posílilo, byť to každá z nich pojmenovává trochu jinak. A všechny, až na Lucii, tuto získanou sílu považovali za pozitivní.

„Pomohla uvědomit si teďka zpětně nějakou vlastní hodnotu.“ (Amálie)

„...no prostě docela docela mám pocit, že jsem pak najednou v sobě objevila sílu, kterou jsem si ani nemyslela že mám.“ (Matylda)

8.8. Narušená důvěra

Téma nevěry se neodmyslitelně pojí s tématem důvěry. Ta byla jak u Ester, Lucie, i Amálie v důsledku nevěry poznamenána. Matylda se vědomě snažila o ni nepřijít. Amálie si je vědoma, že i díky zážitku nevěry je pro ni těžší někomu důvěřovat. Ester s Lucíí se důsledkem zrady, kterou pociťovaly, rozhodly své následující partnerské vztahy neprožívat tak hluboce. A byť to Lucie neříká přímo, z jejích výpovědí to můžeme číst mezi řádky.

„No, jako že je člověk jízlivej, vlastně vevnitř v sobě, takovej no to jsem zvědavá, jak Vám to dlouho vydrží, jo?“ (Lucie)

„...všechny chlapy jsem odkázala, že jsou stejně všichni stejní.“ (Lucie)

„Spíš, nebo určitě se bojím pustit v těch citech tak daleko.“ (Ester)

9 Diskuse

Téma nevěry je v dnešní společnosti často probírané a existuje o něm mnoho výzkumů, které se ale zaměřují na výčty symptomů po odhalení nevěry a už příliš nenahlížejí za ně. I v mé práci, stejně tak jako v práci Martina et al. (2003), Coyna & Downeyho (1991) a mnoha dalších se ukazuje, že mezi tyto negativní symptomy, které doprovází odhalení nevěry, se řadí deprese, úzkosti, suicidální tendence. Zároveň v současném výzkumu zabývajícím se nevěrou chybí hlubší zmapování toho, co ve vztazích způsobuje, že k nevěrám dochází, nemluvě o tom, že výzkum zcela opomíjí pozitivní přínosy zážitku nevěry pro podvedené partnery.

Přínos této studie spočívá v uchopení tématu a hloubkovém průniku do zkušenosti, kterou prožívá podvedená žena. Ukazuje se, že nevěra je mnohdy velkým překvapením pro podvedenou, ostatně jak to tvrdí Whisman (2016), i když zpětně nahlíží, že partner ve vztahu nebyl tak spokojený, jak se v tu dobu domnívala. Nespokojenost partnera se vztahem však nebyla komunikována, o čemž se můžeme dočíst u Perel (2018). Ukazuje se také, že pokud spolu partneři zůstali, bylo pro podvedenou těžké odpustit. Namísto toho tuto zradu partnerovi připomínala, a tak nedošlo k překonání nevěry, a naopak se pár následně rozpadl. Velmi podobnou myšlenku rozvíjí Kim et al. (2015). A stejně jak odhalil Simpson (1990), i zde se ukazuje,

že po nevěře je pro podvedenou problematické se stejným nasazením, jako před nevěrou, o vztah pečovat.

Domnívám se, že pokud by nepokojený partner hovořil více o své nespokojenosti se vztahem, mohla by párová terapie sloužit jako prevence nevěry. Namísto toho, aby ji páry využívaly až po nevěře v marném doufání, že vztah ještě zachrání.

Zároveň je tato práce důkazem, že zážitek nevěry, byť je sám o sobě negativní, může mít pozitivní důsledky pro podvedenou a skrze něj se může stát silnější osobností. Toto zjištění koresponduje se zjištěním Laasera et al. (2015).

Za nový poznatek považuji to, že individuální terapie hraje v tomto psychickém posílení zásadní roli.

Výzkum Alavimoghadama et al. (2021) prokázal, že terapie může pomoci páru nevěru překonat. Toto zjištění je v rozporu s mým zjištěním, kdy respondentky navzdory tomu, že s partnery vyhledaly terapeutickou péči, ji nepovažovaly za přínosnou.

Jako značný nedostatek vnímám, že vzorek není zcela homogenní, ukazuje se, že je rozdíl, zda partneři spolu po nevěře zůstanou a vztah se rozpadne až několik let poté, nebo je hned po odhalení nevěry vztah ukončen. A tento parametr zásadním způsobem ovlivňuje prožívání podvedené. Pro příští výzkum bych zvolila buď jednu nebo druhou variantu, a tím více zúžila výzkumný vzorek.

Rozhovory probíhaly v kavárnách vybraných respondentkami, ale i toto prostředí mohlo být limitem. Obávám se, že za takových podmínek, které jsme s respondentkami měly, nemusely být zcela otevřené.

Zároveň je toto má první kvalitativní studie využívající IPA, a usuzuji, že u této metody budou zkušenosti hrát ve prospěch výzkumníka. Zpětně si uvědomuji, že jsme s respondentkami jistá témata neprobraly úplně do hloubky, i když se to nabízelo. Sama jsem na sobě pociťovala, že po padesáti minutách rozhovoru moje soustředění upadalo a mé dotazování s ním, a při prepisech jsem si říkala, kolik a jaké otázky jsem dané ženě ještě měla položit. Při analyzování jsem tedy pracovala pouze se sesbíranou výsečí.

Ačkoliv výsledky této studie jdou do hloubky a ukazují pestrost každé zkušenosti jako ojedinelé, považuji je pro obsažení a porozumění zkušenosti podvedené za nedostačující. Pevně ale věřím, že právě i díky této sondě do problematiky tohoto tématu se prostor pro zkoumání zase o trochu rozšířil a téma nevěry obohatilo.

10 Závěr

Cílem této studie bylo získat vhled do problematiky nevěry v dlouhodobých vztazích a nahlédnout na jedinečnou zkušenosti ženy, která se ocitla v pozici podvedené partnerky.

V současnosti se výzkum vztažený k tomuto tématu věnuje především definování nevěry a výčtem negativních důsledků pro podvedeného partnera, zvolila jsem tedy kvalitativní metodologický způsob za využití IPA, abych získala co nejhlubší vhled a kromě zmapování tématu tak pronikla k opravdovým prožitkům, které podvedená zažívá.

Studie se zúčastnily 4 respondentky s takovouto zkušeností. Byly s nimi provedeny hloubkové polostrukturované rozhovory, které byly tvořeny na základě výzkumné otázky této studie. VO zněla následovně: Jak tuto zkušenost (nevěry) dotyčná žena prožívala? A co jí přinesla?

Výsledky studie se vztahují k několika hlavním tématům této specifické zkušenosti. Jako zásadní se ukazuje, že v rámci dlouhodobého vztahu je pro podvedené nevěra šok. V zásadě si v daném okamžiku neuvědomují, proč se partner nevěry dopustil, byť mohou zpětně získat náhled a s postupem času více porozumět partnerovu jednání a odhalit i svůj podíl viny.

Vztahy po nevěře lze rozdělit na ty, které byly bezprostředně poté ukončeny, a na ty, které se snažily nevěru překonat a kde partneři spolu zůstali ještě několik let. U vztahů, které pokračovaly i po nevěře, se ukazuje, že narušení důvěry je značné, a má negativní dopad na snahu vztah udržet.

Ukazuje se, ačkoliv páry z mého výzkumu společnou terapii vyhledaly, terapie nevedla k záchraně svazku, neboť byla vyhledána až poté, co už partnerská krize nabyla tokových rozměrů, že krok zpět byl zcela nemožný.

Do popředí vystupuje téma důvěry. Podvedené si uvědomují, že důsledkem tohoto zážitku je pro ně problematičtější navazovat vztahy a plně důvěřovat novým partnerům, i když výjimka potvrzuje pravidlo.

Cíl této studie byl naplněn, a otevřel se tak další prostor a možnosti, jak téma uchopit a výzkumně mapovat.

11 Citace

- Abbasi, I. S., & Alghamdi, N. G. (2017). When flirting turns into infidelity: The Facebook
- Aron, A., Fisher, H. E., & Strong, G. (2006). Romantic love. In A. L. Vangelisti & D. Perlman (Eds.), *The Cambridge Handbook of Personal Relationships*. (pp. 595-614). New York: Cambridge University Press.
- Atkins, D. C., Eldridge, K. A., Baucom, D. H., & Christensen, A. (2005). Infidelity and Behavioral Couple Therapy: Optimism in the Face of Betrayal. *Journal of Consulting and Clinical Psychology*, 73(1), 144-150. <https://doi.org/10.1037/0022-006X.73.1.144>
- Alavimoghadam S. I., Mafakheri A., Jahangiri A. (2021). Effectiveness of Emotion-Focused Couple Therapy in Marital Burnout, Marital Forgiveness, and Communication Styles of Couples Affected by Extramarital Relationships. *Avicenna Journal of Neuro Psycho Physiology*. <https://doi.org/10.32592/ajnpp.2021.8.3.106>
- Allen, E. S., & Atkins, D. C. (2012). The Association of Divorce and Extramarital Sex in a Representative U.S. Sample. *Journal of Family Issues*, 33(11), 1477-1493. doi:10.1177/0192513x12439692
- Baucom, D. H., Gordon, K. C., Snyder, D. K., Atkins, D. C., & Christensen, A. (2006). Treating affair couples: Clinical considerations and initial findings. *Journal of Cognitive Psychotherapy*, 20(4), 375-392.
- Belford, B., Kaehler, L. A., & Birrell, P. (2012). Relational Health as a Mediator Between Betrayal Trauma and Borderline Personality Disorder. *Journal of Trauma & Dissociation*, 13(2), 244-257. doi:10.1080/15299732.2012.642750
- Bird, M. H., Butler, M. H., & Fife, S. T. (2007). The Process of Couple Healing Following Infidelity. *Journal of Couple & Relationship Therapy*, 6(4), 1-25. doi:10.1300/j398v06n04_01
- Blow, A. J., & Hartnett, K. (2005). INFIDELITY IN COMMITTED RELATIONSHIPS II: A SUBSTANTIVE REVIEW. *Journal of Marital and Family Therapy*, 31(2), 217-233. doi:10.1111/j.1752-0606.2005.tb01556.x
- Bozoyan, C.; Schmiedeberg, C. (2022). What is Infidelity? A Vignette Study on Norms and Attitudes toward Infidelity. *J. Sex Res.*, 272-275.
- Brown, G. W., Harris, T. O., & Hepworth, C. (1995). Loss, humiliation and entrapment among women developing depression: A patient and nonpatient comparison. *Psychological Medicine*, 25, 7-21.
- Campbell, L., Simpson, J. A., Boldry, J. G., & Rubin, H. (2010). Trust, variability in relationship evaluations, and relationship processes. *Journal of Personality and Social Psychology*, 99(1), 14-31. DOI:10.1037/a0019714
- Cano, A., & O'Leary, K. D. (2000). Infidelity and separations precipitate major depressive episodes and symptoms of nonspecific depression and anxiety. *Journal of Consulting and Clinical Psychology*, 68(5), 774-781. doi:10.1037/0022-006x.68.5.774
- Cavallo, J. V., Fitzsimons, G. M., & Holmes, J. G. (2010). When self-protection overreaches: Relationship-specific threat activates domain-general avoidance. *Journal of Experimental Social Psychology*, 46(1), 1-8. DOI:10.1016/j.jesp.2009.07.007
- Collins, N. L., & Read, S. J. (1990). Adult attachment, mental models, and relationship quality in dating couples. *Journal of Personality and Social Psychology*, 58, 644-663.
- Connolly, J., & McIsaac, C. (2009). Adolescents' explanations for romantic dissolutions: A developmental perspective. *Journal of Adolescence*, 32(5), 1209-1223. doi:10.1016/j.adolescence.2009.01.006
- Cosmides, L., & Tooby, J. (1989). Evolutionary psychology and the generation of culture. Part 11. Case study: A computational theory of social exchange. *Ethology and Sociobiology*, 10, 1-97.
- Cotton, S. J., Dollard, M. F., & de Jonge, J. (2002). Stress and student job design: Satisfaction, well-being, and performance in university students. *International Journal of Stress Management*, 9, 147-162.
- Coyne, J. C. (1976). Toward an interactional description of depression. *Psychiatry*, 39, 28-40.

- Coyne, J. C., & Downey, G. (1991). Social factors and psychopathology: Stress, social support, and coping processes. *Annual Review of Psychology, 42*, 401-425.
- DePrince, A. P., Brown, L. S., Cheit, R. E., Freyd, J. J., Gold, S. N., Pezdek, K., & Quina, K. (2011). Motivated Forgetting and Misremembering: Perspectives from Betrayal Trauma Theory. *Nebraska Symposium on Motivation, 193-242*. doi:10.1007/978-1-4614-1195-6_7
- Drigotas, S. M., Safstrom, C. A., & Gentilia, T. (1999). An investment model prediction of dating infidelity. *Journal of Personality and Social Psychology, 77*(3), 509-524
- Eshleman, J. R. (1978). *The family: An introduction*. Boston, MA: Allyn & Bacon.
- Exline, J. J., & Baumeister, R. F. (2000). Expressing forgiveness and repentance: Benefits and barriers. In M. McCullough, K. Pargament, & C. Thoresen (Eds.), *Forgiveness: Theory, research, and practice* (pp. 133-155). New York: Guilford.
- Fincham, F. D. (2000). The kiss of the porcupines: From attributing responsibility to forgiving. *Personal Relationships, 7*, 1-23. doi: 10.1111/j.1475-6811.2000.tb00001.x
- Fincham, F. D., Hall, J., & Beach, S. R. H. (2006). Forgiveness in marriage: Current status and future directions. *Family Relations, 55*, 415-427. doi: 10.1111/j.1741-3729.2005.callf.x-1
- Fincham, F. D., & May, R. W. (2017). *Infidelity in romantic relationships*. *Current Opinion in Psychology, 13*, 70-74. doi:10.1016/j.copsyc.2016.03.008
- Finkel, E. J., Rusbult, C. E., Kumashiro, M., & Hannon, P. A. (2002). Dealing with betrayal in close relationships: Does commitment promote forgiveness? *Journal of Personality and Social Psychology, 82*, 956-974. doi: 10.1037/0022-3514.82.6.956
- Girard, A., Connor, J., & Woolley, S. (2020). An exploratory study of the role of infidelity typologies in predicting attachment anxiety and avoidance. *Journal of Marital and Family Therapy, 46*(1), 124-134. <https://doi.org/10.1111/jmft.12371>
- Glass, S. P., & Wright, T. L. (1997). Reconstructing marriages after the trauma of infidelity. In W. K. Halford & H. J. Markman (Eds.), *Clinical handbook of marriage and couples interventions* (pp. 471-507). John Wiley & Sons Inc.
- Gordon, K. C., Baucom, D. H., & Snyder, D. K. (2004). AN INTEGRATIVE INTERVENTION FOR PROMOTING RECOVERY FROM EXTRAMARITAL AFFAIRS. *Journal of Marital and Family Therapy, 30*(2), 213-231. doi:10.1111/j.1752-0606.2004.tb01235.x
- Gottman, J. M., Driver, J., & Tabares, A. (2002). Building the sound marital house: An empirically derived couple therapy. In A. S. Gurman & N. S. Jacobson (Eds.), *Clinical handbook of couple therapy* (pp. 373-399). *The Guilford Press*.
- Graham, S. M., Negash, S., Lambert, N. M., & Fincham, F. D. (2016). Problem drinking and extradyadic sex in young adult romantic relationships. *Journal of Social and Clinical Psychology, 35*(2), 152.
- Grøntvedt, T. V., Kennair, L. E. O., & Bendixen, M. (2020). Breakup Likelihood Following Hypothetical Sexual or Emotional Infidelity: Perceived Threat, Blame, and Forgiveness. *Journal of Relationships Research, 11*. doi:10.1017/jrr.2020.5
- Haseli, A., Shariati, M., Nazari, A. M., Keramat, A., & Emamian, M. H. (2019). *Infidelity and Its Associated Factors: A Systematic Review*. *The Journal of Sexual Medicine*. doi:10.1016/j.jsxm.2019.04.011
- Hatfield, E., Pillemer, J. T., O'Brien, M. U., & Le, Y.-C. L. (2008). The Endurance of Love: Passionate and Companionate Love in Newlywed and Long-Term Marriages. *Interpersona: An International Journal on Personal Relationships, 2*(1), 35-64. doi:10.5964/ijpr.v2i1.17
- Hatfield, E. & Rapson, R. L. (1993). *Love, sex, and intimacy: Their psychology, biology, and history*. New York: Harper Collins.
- Hatfield, E. & Walster, G. W. (1978). *A new look at love*. Lanham, MD: University Press of America.

- Hazan, C., & Shaver, P. (1987). Romantic love conceptualized as an attachment process. *Journal of Personality and Social Psychology*, *52*, 511-524. doi: 10.1037/0022-3514.52.3.511
- Heintzelman, A., Murdock, N. L., Krycak, R. C., & Seay, L. (2014). Recovery from infidelity: Differentiation of self, trauma, forgiveness, and post traumatic growth among couples in continuing relationships. *Couple and Family Psychology: Research and Practice*, *3*(1),13-29.
- Hertlein, K. M., Chang, J., VanYperen, A., Fatkin, K., & Nakamura, S. (2021). Experiences after infidelity via internet communication: Surveillance, ambivalence, and termination. *Sexual and Relationship Therapy*, 1–20. doi:10.1080/14681994.2021.1907568
- Holmes, J. G., & Rempel, J. K. (1989). Trust in close relationships. In C. Hendrick (Ed.), *Review of personality and social psychology* (Vol. 10, pp. 187-220). London: Sage.
- Chambel, M. J., & Curral, L. (2005). Stress in academic life: Work characteristics as predictors of student well-being and performance. *Applied Psychology*, *54*, 135-147.
- Iveniuk, J., Waite, L. J., Laumann, E., McClintock, M. K. & Tiedt, A. D. (2014). Marital Conflict in Older Couples: Positivity, Personality, and Health. *Journal of Marriage and Family*, *76*(1), 130-144. doi:10.1111/jomf.12085
- Jacobs Bao, K., & Lyubomirsky, S. (2013). Making it last: Combating hedonic adaptation in romantic relationships. *The Journal of Positive Psychology*, *8*(3), 196–206. doi:10.1080/17439760.2013.777765
- Johnson-Freyd, S., & Freyd, J. J. (2012). Revenge and forgiveness or betrayal blindness? *Behavioral and Brain Sciences*, *36*(01), 23–24. doi:10.1017/s0140525x12000398
- Jones, D. N., & Weiser, D. A. (2014). Differential infidelity patterns among the dark triad. *Personality and Individual Differences*, *57*, 20. doi:10.1016/j.paid.2013.09.007
- Kansky, J. (2018). What's love got to do with it?: Romantic relationships and well-being. In E. Diener, S. Oishi, & L. Tay (Eds.), *Handbook of well-being*. Salt Lake City, UT: DEF Publishers.
- Kappen, G., Karremans, J. C., Burk, W. J., & Buyukcan-Tetik, A. (2018). On the Association Between Mindfulness and Romantic Relationship Satisfaction: the Role of Partner Acceptance. *Mindfulness*. doi:10.1007/s12671-018-0902-7
- Kim, J. S., Weisberg, Y. J., Simpson, J. A., Oriña, M. M., Farrell, A. K., & Johnson, W. F. (2015). Ruining it for both of us: The disruptive role of low-trust partners on conflict resolution in romantic relationships. *Social Cognition*, *33*(5), 520–542. <https://doi.org/10.1521/soco.2015.33.5.520>
- Koutná Kostínková, J., & Čermák, I. (2013). Interpretativní fenomenologická analýza. In T.
- Kratochvíl, S. *Manželská terapie*. Praha: Portál, 2000. ISBN 80-7178-332-3.
- Laaser, D., Putney, H. L., Bundick, M., Delmonico, D. L., & Griffin, E. J. (2017). Posttraumatic Growth in Relationally Betrayed Women. *Journal of Marital and Family Therapy*, *43*(3), 435–447. doi:10.1111/jmft.12211
- Levine, S. Z., Laufer, A., Stein, E., Hamama-Raz, Y., & Solomon, Z. (2009). Examining the relationship between resilience and posttraumatic growth. *Journal of Traumatic Stress*, *22*(4), 282–286
- Marin, R. A., Christensen, A., & Atkins, D. C. (2014). Infidelity and behavioral couple therapy: Relationship outcomes over 5 years following therapy. *Couple and Family Psychology: Research and Practice*, *3*(1), 1–12. doi:10.1037/cfp0000012
- Martin, C. G., Cromer, L. D., DePrince, A. P., & Freyd, J. J. (2013). The role of cumulative trauma, betrayal, and appraisals in understanding trauma symptomatology. *Psychological Trauma: Theory, Research, Practice, and Policy*, *5*(2), 110–118. doi:10.1037/a0025686
- Martins, A., Pereira, M., Andrade, R., Dattilio, F. M., Narciso, I., & Canavarro, M. C. (2016). Infidelity in dating relationships: Gender-specific correlates of face-to-face and online extradyadic involvement. *Archives of Sexual Behavior*, *45*(1), 193-205.

- Mauldin, G. R., & Hildreth, G. J. (1997). A Model for Counseling Couples Who Have Had an Extramarital Affair. *TCA Journal*, 25(2), 58–67. doi:10.1080/15564223.1997.12034504
- McCullough, M. E., Fincham, F. D., & Tsang, J. (2003). Forgiveness, forbearance, and time: The temporal unfolding of transgression-related interpersonal motivations. *Journal of Personality and Social Psychology*, 84, 540–557
- McNally, R. J. (2007). Betrayal trauma theory: A critical appraisal. *Memory*, 15, 280–294.
- McNulty, J. K. (2010). When positive processes hurt relationships. *Current Directions in Psychological Science*, 19, 167–171.
- Molden, D. M., & Finkel, E. J. (2010). Motivations for promotion and prevention and the role of trust and commitment in interpersonal forgiveness. *Journal of Experimental Social Psychology*, 46, 255–268
- Mogilski, J. K., Vrabel, J., Mitchell, V. E., & Welling, L. L. (2019). The primacy of trust within romantic relationships: Evidence from conjoint analysis of HEXACO-derived personality profiles. *Evolution and Human Behavior*, 40(4), 365–374.
- Moss, B. F., & Schwebel, A. I. (1993). Defining intimacy in romantic relationships. *Family Relations*, 42, 31–37
- Molero, F., Shaver, P. R., Fernández, Z. I., Alonso-Arboil, I., & Recio, P. (2016). Long-term partners' relationship satisfaction and their perceptions of each other's attachment insecurities. *Personal Relationships*, 23(1), 159–171. doi:10.1111/per.12117
- Murray, S. L., Derrick, J. L., Leder, S., & Holmes, J. G. (2008). Balancing connectedness and self-protection goals in close relationships: A levels-of-processing perspective on risk regulation. *Journal of Personality and Social Psychology*, 94(3), 429–459. DOI: 10.1037/0022-3514.94.3.429
- Newport, F., & Himelfarb, I. (2013). In U.S., *Record-High Say Gay, Lesbian Relations Morally OK: Americans' Tolerance of a Number of Moral Issues up Since 2001*.
- O'Connor, V., & Canevello, A. (2019). Recovery and Moving On After Breakups Caused by Infidelity. *Journal of Loss and Trauma*, 1–14. doi:10.1080/15325024.2019.1603005
- Perel, E. *Ochočená touha: probuďte svou erotickou inteligenci : můžeme toužit po tom, co už máme? : sexuální život v dlouhodobých vztazích*. Přeložil Lucie Šavlíková. Praha: Stanislav Juhaňák - Triton, 2020. ISBN 978-80-7553-795-9.
- Perel, E. *Přehodnocení nevěry: kniha pro každého, kdo někdy miloval*. Přeložil Jan Kozák. V Brně: Jota, 2018. Populárně naučná. ISBN 978-80-7565-344-4.
- Rachman, S. (2010). Betrayal: A psychological analysis. *Behaviour Research and Therapy*, 48(4), 304–311. doi:10.1016/j.brat.2009.12.002
- Righetti, F., Balliet, D., & Visserman, M. (2015). Trust and the suppression of emotions during sacrifice in close relationships. *Social Cognition*, 33(5), 505–519. doi:10.1521/soco.2015.33.5.505
- Řiháček, I., Čermák, & R. Hytych (Eds.), *Kvalitativní analýza textů: čtyři přístupy* (s. 9–43). Brno: Masarykova univerzita.
- Pittman, F., & Wagers, T. (1995). Crises of infidelity. In N. S. Jacobson & A. S. Gurman (Eds.), *Clinical handbook of couple therapy* (pp. 195–316). New York: Guilford Press.
- Ritchie, L. L., Stanley, S. M., Rhoades, G. K., & Markman, H. J. (2020). Romantic alternative monitoring increases ahead of infidelity and break-up. *Journal of Social and Personal Relationships*, 026540752096863. doi:10.1177/0265407520968633
- Rokach A, Chan SH. (2023). Love and Infidelity: Causes and Consequences. *Int J Environ Res Public Health*, 20(5). doi:10.3390/ijerph20053904.
- Salvatore, J. E., Kuo, S. I., Steele, R. D., Simpson, J. A., & Collins, W. A. (2011). Recovering from conflict in romantic relationships: A developmental perspective. *Psychological Science*, 22, 376–383. doi: 10.1177/0956797610397055

- Sandberg, D. A., Suess, E. A., & Heaton, J. L. (2010). Attachment anxiety as a mediator of the relationship between interpersonal trauma and posttraumatic symptomatology among college women. *Journal of Interpersonal Violence, 25*, 33–49.
- Shackelford, T. K., LeBlanc, G. J., & Drass, E. (2000). Emotional reactions to infidelity. *Cognition and Emotion, 14*(5), 643–659. <https://doi.org/10.1080/02699930050117657>
- Simpson, J. A. (1990). Influence of attachment styles on romantic relationships. *Journal of Personality and Social Psychology, 59*(5), 971–980. doi:10.1037/0022-3514.59.5.971
- Simpson, J. A. (2007). Psychological foundations of trust. *Current Directions in Psychological Science, 16*(5), 264–268.
- Smith, J. A. (2004). Reflecting on the development of interpretative phenomenological analysis and its contribution to qualitative research in psychology. *Qualitative Research in Psychology, 1*(1), 39–54.
- Smith, J. A., & Shinebourne, P. (2012). Interpretative phenomenological analysis. In H. Cooper, P. M. Camic, D. L. Long, A. T. Panter, D. Rindskopf, & K. J. Sher (Eds.), *APA handbook of research methods in psychology, Vol. 2. Research designs: Quantitative, qualitative, neuropsychological, and biological* (pp. 73–82). American Psychological Association.
- Sprecher, S. (2002). Sexual satisfaction in premarital relationships: Associations with satisfaction, love, commitment, and stability. *Journal of Sex Research, 39*(3), 190–196. doi:10.1080/00224490209552141
- Sprecher, S., & Cate, R. M. (2004). Sexual Satisfaction and Sexual Expression as Predictors of Relationship Satisfaction and Stability. In J. H. Harvey, A. Wenzel, & S. Sprecher (Eds.), *The handbook of sexuality in close relationships* (pp. 235–256). Lawrence Erlbaum Associates Publishers.
- Sternberg, R. J. (1986). A triangular theory of love. *Psychological Review, 93*, 119–135.
- Stinnett, N., Carter, L. M., & Montgomery, J. E. (1972). Older persons' perceptions of their marriages. *Journal of Marriage and the Family, 34*, 665–670.
- Tedeschi, R. G., & Calhoun, L. G. (2004). Posttraumatic growth: Conceptual foundations and empirical evidence.
- Towner, S. L., Dolcini, M. M., & Harper, G. W. (2015). Romantic relationship dynamics of urban African American adolescents: Patterns of monogamy, commitment, and trust. *Youth & Society, 47*(3), 343–373. doi:10.1177/0044118X12462591
- Vinkers, C. D., Finkenauer, C., & Hawk, S. T. (2011). Why do close partners snoop? Predictors of intrusive behavior in newlywed couples. *Personal Relationships, 18*, 110–124. doi:10.1111/j.1475-6811.2010.01314.x
- Walsh, F. (2003). Family resilience: Strengths forced through adversity. *Family Process, 42*(1), 1–18.
- Whisman, M. A. (2001). The association between depression and marital dissatisfaction. In S. R. H. Beach (Ed.), *Marital and family processes in depression: A scientific foundation for clinical practice* (pp. 3–24). Washington, DC: American Psychological Association
- Whisman, M. A. (2016). Discovery of a Partner Affair and Major Depressive Episode in a Probability Sample of Married or Cohabiting Adults. *Fam Process, 55*(4), 713–723. doi:10.1111/famp.12185.
- dilemma. *The American Journal of Family Therapy, 45*(1), 1–14. <https://doi.org/10.1080/01926187.2016.1277804>
- Psychological Inquiry, 15*, 1–18.

PŘÍLOHY

Seznam příloh:

1. Bibliografické údaje
2. Informovaný souhlas
3. otázky k rozhovoru
4. Ukázka kódovaného rozhovoru
5. Rozhovory

1. BIBLIOGRAFICKÉ ÚDAJE

Jméno a příjmení autorky: Tereza Uhrová

Studijní program: Psychologie

Název práce: Nevěra v dlouhodobém partnerském vztahu

Vedoucí práce: Mgr. Johana Růžičková, Ph.D.

Rok dokončení práce: 2023

Počty znaků hlavního textu práce (včetně literatury, bez příloh)

Přímé citace: 62 923

Ostatní text: 103 960

Celkový počet znaků: 166 883

Počet pramenů a literatury: 92

Názvy souborů:

Text práce ve formátu PDF: bc_uhrova_2023.pdf

Text práce ve formátu DOC nebo DOCX: bc_uhrova_2023.docx

2. INFORMOVANÝ SOUHLAS

Držitel souhlasu:

Jméno: Tereza Uhrová

Adresa: Koulova 5, P-6 160 00

Tel.: +420 731887591

Email: terezka.uhrova@email.cz

Název bakalářské práce: Nevěra v dlouhodobém partnerském vztahu

Informace o bakalářské práci: Práce *Nevěra v dlouhodobém partnerském vztahu* je teoreticko-výzkumná práce.

Ráda bych skrze kvalitativní výzkumnou sondu porozuměla zkušenosti žen, které zažily nevěru a zjistila, jak nevěra ovlivnila jejich budoucí partnerské fungování.

Informovaný souhlas:

Souhlasím s poskytnutím rozhovoru Tereze Uhrové, studentce jednooborové psychologie na Pražské vysoké škole psychosociálních studií v rámci bakalářské práce s názvem *Nevěra v dlouhodobém partnerském vztahu*.

Souhlasím s účastí na tomto projektu. Dávám své svolení, aby rozhovor, který mezi mnou a Terezou Uhrovou proběhne mohl být nahrán, doslovně přepsán a použit pro analýzu a interpretaci. Souhlasím s tím, že v odborné publikaci může výzkumnice citovat informace, které poskytuji. Zvuková ani textová forma rozhovoru nebude žádným způsobem jako celek zveřejněna. Poskytnuté informace budou k dispozici k doslovnému přepisu, Tereze Uhrové a vedoucí práce Mgr. Johana Růžičková, Ph.D. Po obhájení práce bude zvukový záznam zničen.

Rozumím tomu, že pokud se v průběhu rozhovoru objeví pro mě obtížná témata, mohu odmítnout odpovědět na jakoukoliv otázku nebo kdykoliv ukončit rozhovor. Rozumím tomu, že mohu odstoupit z tohoto výzkumného projektu a kdykoliv svůj souhlas s účastí na rozhovoru vzít zpět.

S osobními údaji bude nakládáno v souladu se zákonem č. 110/2019 Sb., o zpracování osobních údajů.

Připojeným podpisem stvrzujete, že rozumíte výše uvedeným informacím a souhlasíte s nimi.

Jedna kopie tohoto formuláře náleží Vám.

Jméno respondentky:

Datum:

Podpis:

3. OTÁZKY K ROZHOVORU

- VZTAH PŘED NEVĚROU

Řekněte mi něco o vašem (bývalém?) vztahu.

Jaký byl Váš vztah před krizí?

Co podle Vás ke krizi vedlo?

- KRIZE

Řekněte mi něco o partnerské krizi, jak probíhala?

Máte nějakou domněnku/ víte, co partnera/ku vedlo k nevěře

Jakou roli v ní podle Vás hrála nevěra Vašeho partnera?

Jak jste se o ní dozvěděla.

jaké to pro Vás bylo? Co jste prožívala?

Jak jste se s nevěrou vyrovnával/a?

Jak nevěra podle Vás poznamenala Váš partnerský vztah?

Co by Vám v tu danou chvíli pomohlo cítit se lépe?

Co Vám zážitek nevěry dal/vzal

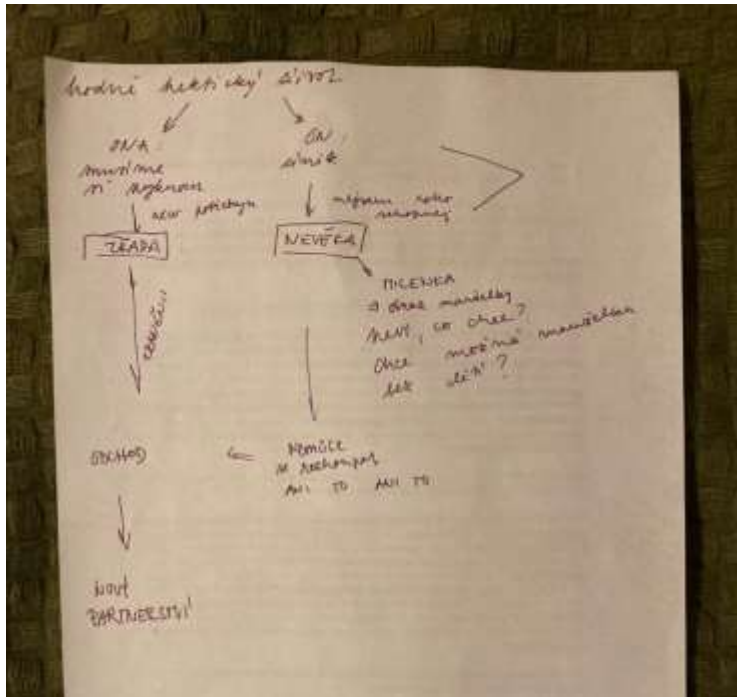
- PÁROVÁ PSYCHOTERAPIE

Uvažovali jste spolu s partnerem, že byste docházeli na párovou terapii?

Proč ano/ne?

Co si myslíte, že by Vám párová t. přinesla?

4. UKÁZKA KÓDOVÁNÍ ROZHOVORU



A před tím, než jste se vůbec dozvěděli o nějaké té nevěře, tak jak Vám v tom vztahu bylo?

pro by ho vůbec líbilo

Na, dobře. Právě že to bylo strašně špatně. Já jsem vůbec netušila, že se něco takového děje, protože on jako by byl zvláštní, choval se divně, jenomže v tom hrálo roli to, že já jsem byla šťastná a třeba, a měli jsme ještě malý tříletý dítě, že jo. Takže jsem s ním nemohla vůbec chodit, tak to šel třeba někam sám, a lidma z práce, ta holka byla z práce, ta se kterou už, a to jsem si říkala, tak proč ho budu omežovat. Ať on se baví nebo tak, a pak když začal být divně, tak jsem si myslila, že má nějaký starosti v práci, že se něco stalo a že mu to nechce říct, že má strach, že z toho budu mít nervy, že čekáme rodinu, že bych měla nervy z toho, že nás neublíží, že budu první nebo něco takového, vůbec mě nezapadlo, že by to mohlo být něco takového, vůbec. Ehm... vlastně než jsem měla děti, tak jako by dával, musím říct, že vždycky já jsem byla ta, která ho milovala úplně odmě... a to byla takovej bohém, ale pak když se nám vlastně narodil syn, tak on se hodně sklínil a byl to všechno... mě to přišlo strašně špatně. Bydli jsme teda s rodičema u nich v baráku, u mých rodičů a on si s mým jako rozuměl, i jsme měli tu možnost, že jsme si mohli nechat hlídat děti a mohla jsem někam jít, věčně uvázaná u dítě a kluk byl hodnej, poměrně, nebyly s ním žádný problémy. Já jsem neměla pocit, že by byly nějaký známky toho, že bych měla se mít nějak na pozoru. Proto to pro mě bylo o to horší, šok.

měl on mi ideálně promíchnout - to bylo

No o co teda podle Vás k tomu vědělo? Vám v tom bylo dobře, tak...

Myslím si, že jeho, co vám, tak ona se vystavila, že ho miluje a jeho tím pádem takovej pocit miluje a má, mu asi strašně zavatal hlavu, že někdo ho miluje, jak je to možný, že do něj se někdo ramitová a nedokázal to, nedokázal s podstatě odolat tomu, že by mu mohlo něco utyct. A určitě si byl mnou tak strašně jasný, že výjez, nevěsta, co já se si asi říkala, že to asi křivá, a když to nevyjde, tak že to vždycky dobře nějak opavit, to pak ale úplně nešlo.

to je

Jo, jo...

to je

Ala byl to dlouhodobý proces? To jsem nikdy netušila, že to bude takhle... jinak nevím, co ho k tomu vedlo, myslím si že jeho pocit nějaký nedocílenosti.

to je

A... jaký to teda pak bylo se dozvědět, že vám je nevěrný, když všechno podle Vás bylo všechno super, právě v tom těhotenství...

to je

Strach, že jsem si právě promítala zpátky věci, že se David stoual v tom, co se děje předem a že z toho bylo... to bylo... mě jsem se furt vracela do té minulosti, měla jsem tendenci jít, abych mu dokázala, že to bylo fakt, tak mu připomínat ty dobré věci, on to vždycky všechno uznal. Takže strašně bylo se nepochopit, že jsem vlastně nepochopila, takže jsem se stouala v minulosti, ve vzpomínkách, utápěla v počtech, že jsem se stouala, že jsem si něčeho neuvědomila, že jsem mu dala volnosti moc asi. Nevím, prostě, nevím, jak to popsat.

to je

Takže i nějaká bezmoc? Že máte tu rodinu a co s tím...

to je

Určitě, tak já jsem zůstala na mateřské, bezprázně bez práce, že jo, v tu dobu jsem nechodila do práce, jsem byla tři roky doma s oběma. Takže bezmoc určitě taky, asi nevíte. Asi nebylo, bezmoc, že se to už stalo, že se něco odělat, to nebylo vrátit, řekl jsem si, co jsem si říkala, to jsme si asi říkat neměli. Do toho ona se nám do toho vláda, ta slečna, ne, to bylo taky blbě. Takže chůlema se mi chtělo řvat, rýt a vládnout. Pak se dávalo, skákat do řeky, všechno tam bylo, všechno tam proběhlo.

to je

ESUJKA!

Takže ona chtěla být s ním?

Ehm... ona říkala, že ne, že je to na něm, ale vždycky, když on se rozhodnul, že bude s rodinou, tak ona věděla. Čas, kdy se má objevit, kde se zjeví, aby se mu zase připomněla, to bylo prostě přiléhavé, prostě přiléhavé. No, když jsem z práce, takže on vlastně šel výpověď, odcházel se na chvilku, že tam si utřel mušketu a chodou okolností, její rodiče pocházeli z vešlejší vesnice, ona dala výpověď taky, nastěhovala se zpátky k rodičům, takže se pak scházeli tam. Takže dával. Vždycky měl pocit, že udělat nějaký krok, aby se to zlepšilo, a pak se to zase posléze, a s tím já jsem nemohla udělat vůbec nic, prostě vydržet a ze všeho a nikde a dít možná jsem a nešlo. No.

to je

Takže přelomová o jeho...
chůlema... jaký se o něj chová...
a jeho rozhodnutí?

IDEA'NI MODEL

jean adama i ne staba
sapat siko mijer spondel'ko
mure, jak se ma'

tecerat ka mij adama'keth

Teat jechen ka miste
dura na otobolekne

Teat se ko se foizi, se joi
jean d'pale v' sehozi

sehozi, manzil ni
v'at diti' ka v'at'ni'

man' man'ech a on se
man'

On per me jeko nen
nala nen

je sehozi v'at, se ne
nen mij' saucamej
manzil' b'jezi'

Tachel se v'at diti' v'p'p'p'ly

diti' mijel se sehozi

je' jean v' son sakke
v'p'p'p'ly'

je' v' v'at'ne, se joi' jean
d'p'p'p'ly sakke

diti' v'p'p'p'ly se jean v'
sakke

mij' v'at' d'ama

diti' manzil' sakke se
mij' jehozi' sakke

Adle isobeli' model

mij' v'at'ni', komplek'ni' v'at'ni'

Physicky d'p'p'ly se sehozi
sakke

jean ka on jean v'
v'at'ni' j'jean

metacile sak do v'at'
komplek'ni' a son jean
v'at'ni' sehozi

jean sakke sakke sakke

v'at'ni', sak ni v'at'ni'
sakke

metacile na se, sak...

jean se jean sakke jean
sakke

manzil' jean ka jean
sakke, v'at'ni' sakke sakke

jean se sakke manzil' jean
sakke

jean v'at'ni', on manzil' jean

jean sakke jean sakke sakke

mij' v'at'ni' se sakke

jean v'at'ni' sakke sakke
sakke sakke

jean v'at'ni' se sakke

jean ka se sakke

metacile jean, sakke
sakke

jean jean v'at'ni'
sakke

jean sakke v'at'ni' jean
sakke sakke

jean se v'at'ni' jean sakke

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

Jméno a příjmení studentky: Tereza Uhrová
Obor studia: psychologie
Název práce: Nevěra v dlouhodobém partnerském vztahu
Vedoucí práce: Mgr. Johana Růžičková, PhD.

Technické parametry práce:

Počet stránek textu (bez příloh):
Počet stránek příloh:
Počet titulů v seznamu literatury: 92

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

Výběr tématu

Závažnost tématu

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

Oborová přílehlavost 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)

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

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

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

Metody práce

Vhodnost a úroveň použitých metod

	1	2		
--	---	---	--	--

Využití výzkumných empirických metod

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

Využití praktických zkušeností

x				
---	--	--	--	--

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			
--	---	--	--	--

** 0 – nehodnoceno; 1 – výborně; 2 – velmi dobře; 3 – dobře; 4 – neprospěš/a

Dosažené výsledky, odborný vklad, použitelnost výsledků v praxi

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

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

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

Otázky a náměty k diskusi při obhajobě:

1. Rozved'te prosím své tvrzení, že zásadní roli v psychickém posílení, které se projeví jako vnímání pozitivních přínosů nevěry a jejich využití pro sebe, může hrát terapie, a doložte to na výzkumných zjištěních.

Celkové hodnocení práce (klady, nedostatky):

Tématem bakalářské práce je nevěra v dlouhodobém partnerském vztahu. Práci považuji za velmi zdařilou v obou jejích částech – teoretické i praktické.

Autorka vedla hloubkové polostrukturované rozhovory se čtveřicí žen, které ve svém vztahu nevěru zažily. Ty následně analyzovala pomocí interpretativní fenomenologické analýzy. Jsem přesvědčena, že se samotného vedení rozhovorů i jejich následné analýzy zhostila velmi dobře. Ačkoliv je tu a tam znatelná jistá nezkušenost, (např. ve schopnosti vybrat z rozhovorů to opravdu klíčové, díky čemuž je výsledná analýza poměrně dlouhá; nedostatku zkušenosti a solidnějšího teoretického backgroundu lze připsat i neobratnost některých interpretací), celkový výsledek je velmi slušný, neboť nám podává plastický obraz prožívání žen v jeho složitosti i občasné rozporuplnosti. Autorce se dokonce podařilo zachytit jinými autory příliš nepopsaný fenomén, totiž vnímání přínosu nevěry, což považuji v rámci bakalářské práce za spíše ojedinělý jev.

Velmi pěkná je i část teoretická. Na 17 stranách dokázala autorka vystavět text, který nás uvádí do tématu, aniž by se uchyloval k banalitám, zjednodušením a mnohokrát popsaným teoriím, což by mohlo v případě dané problematiky autorku snadno svádět. Nadstandardní je počet zdrojů, z nichž bylo čerpáno, řada z nich jsou navíc články zahraničních autorů.

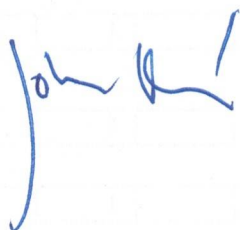
Ocenit musím rovněž spolupráci s autorkou BP, celou dobu byla aktivní, přes počáteční nesnáze s hledáním respondentů a nutnost několikrát upravovat téma výzkumu ji neopouštěla chuť k práci i píle. Mé připomínky se vždy snažila vzít v potaz a do práce je začlenit.

Práci doporučuji k obhajobě a navrhuji ji klasifikovat známkou výborně.

Doporučení k obhajobě: doporučuji

Navrhovaná klasifikace: výborně

Datum, podpis:



**Posudek vedoucího/opponenta bakalářské/diplomové práce
na Pražské vysoké škole psychosociálních studií**

Jméno a příjmení studenta/-tky: Tereza Uhrová

Obor studia: Psychologie

Název práce: Nevěra v dlouhodobém partnerském vztahu

Vedoucí/oponent* práce: Mgr. Ing. Eva Dubovská, Ph.D.

Technické parametry práce:

Počet stránek textu (bez příloh): 85

Počet stránek příloh: 4

Počet titulů v seznamu literatury: 92

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

Výběr tématu

Závažnost tématu

	x			
--	---	--	--	--

Oborová příléhavost tématu

	x			
--	---	--	--	--

Originalita tématu a jeho zpracování

	x			
--	---	--	--	--

Formální zpracování

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

	x	x		
--	---	---	--	--

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

	x	x		
--	---	---	--	--

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

	x			
--	---	--	--	--

Metody práce

Vhodnost a úroveň použitých metod

	x			
--	---	--	--	--

Využití výzkumných empirických metod

	x			
--	---	--	--	--

Využití praktických zkušeností

	x			
--	---	--	--	--

Obsahová kritéria a přínos práce

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

x				
---	--	--	--	--

Naplnění cílů práce

	x			
--	---	--	--	--

Vyváženost teoretické a praktické části v daném tématu

		x		
--	--	---	--	--

Návaznost kapitol a subkapitol

	x			
--	---	--	--	--

** 0 – nehodnoceno; 1 – výborně; 2 – velmi dobře; 3 – dobře; 4 – neprospěl/a

Dosažené výsledky, odborný vklad, použitelnost výsledků v praxi

	x			
--	---	--	--	--

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

	x			
--	---	--	--	--

Otázky a náměty k diskusi při obhajobě:

Vysvětlete pojem „hedonistická adaptace“ (s.9.)

Je něco, co Vás při výzkumu překvapilo?

Celkové hodnocení práce (klady, nedostatky):

Teoretická část práce se věnuje problematice partnerských vztahů, nevěry a jejích následků a také párové terapii. Teorie je psána čtivou a kultivovanou formou za použití nadprůměrného objemu domácí i zahraniční literatury.

Výzkumná část se věnuje otázce prožívání žen, které v dlouhodobém partnerském vztahu zažily nevěru svého partnera, vzorek tvoří čtyři ženy ve věku 25-45 let, které byly ve vztahu minimálně 5 let a dále si autorka stanovila podmínku, že tento vztah byl již ukončen. Autorka sama v diskusi uznává, že vzorek nebyl zcela homogenní, protože je rozdíl, jestliže je vztah ihned v následku nevěry ukončen, anebo dojde k pokusu nevěru „asimilovat“ do partnerského soužití.

IPA analýza je provedena dle všeho pečlivě, což se odráží i na počtu stran výsledkové části, nicméně v případě IPA analýzy lze dle mého názoru překročení počtu stran akceptovat. Analýza poskytuje hloubkový ponor do prožívání všech čtyř participantek a také v závěru shrnuje společná témata. Autorka přistupuje k analýze kreativně, neobává se vlastních interpretací, nalezená témata jsou zajímavá.

Menší slabinou jsou občasné chyby v textu a nejednotný formát citací v seznamu literatury, poněkud žoviálně působí používání pojmu „podvedená“, anebo „aféra“, což je pravděpodobně překlad slova affair z angličtiny.

Doporučení k obhajobě: doporučuji/~~nedoporučuji~~*

Navrhovaná klasifikace:

Výborný

Datum, podpis:



* nehodící se, škrtněte