

# Partnerský vzťah z pohľadu mužov a žien v období mladej dospelosti

Adriána Podoláková

---

Bakalárska práca  
2012



Univerzita Tomáše Bati ve Zlíně  
Fakulta humanitních studií

---

Univerzita Tomáše Bati ve Zlíně

Fakulta humanitních studií

Ústav pedagogických věd

akademický rok: 2011/2012

## ZADÁNÍ BAKALÁŘSKÉ PRÁCE

(PROJEKTU, UMĚLECKÉHO DÍLA, UMĚLECKÉHO VÝKONU)

Jméno a příjmení: **Adriána PODOLÁKOVÁ**  
Osobní číslo: **H09489**  
Studijní program: **B 7507 Specializace v pedagogice**  
Studijní obor: **Sociální pedagogika**

Téma práce: **Partnerský vztah z pohledu mužů a žen v období mládí**

Zásady pro vypracování:

**Spracovanie rešerše a štúdium odbornej literatúry.**  
**Vymedzenie pojmov a teoretických východísk z oblasti partnerského vzťahu.**  
**Príprava metodiky výskumnej časti.**  
**Realizácia kvantitatívneho výskumu.**  
**Spracovanie a vyhodnotenie získaných dát, vrátane ich interpretácie.**  
**Prezentácia výsledkov výskumu, ich zhrnutie a doporučenie pre prax.**

Rozsah bakalářské práce:

Rozsah příloh:

Forma zpracování bakalářské práce: **tištěná/elektronická**

Seznam odborné literatury:

**BUSCAGLIA, Leo. Born for love. USA: Ballantine Books, 1992. ISBN 0-449-90929-8.**

**CHRÁSKA, Miroslav. Metody pedagogického výzkumu: základy kvantitativního výzkumu. Praha: Grada, 2007. ISBN 978-80-247-1369-4.**

**PEASE, Allan & Barbara. Proč muži neposlouchají a ženy neumí číst v mapách. Brno: Alman, 2000. ISBN 80-86135-15-2.**

**PEASE, Allan & Barbara. Proč muži lžou a ženy pláčou. Brno: Alman, 2003. ISBN 80-86135-34-9.**

**PEASE, Allan & Barbara. Prečo muži chcú sex a ženy potrebujú lásku. Bratislava: IKAR, 2010. ISBN 978-80-551-2123-9.**

Vedoucí bakalářské práce:

**Mgr. Eva Šalenová**

Ústav pedagogických věd

Datum zadání bakalářské práce:

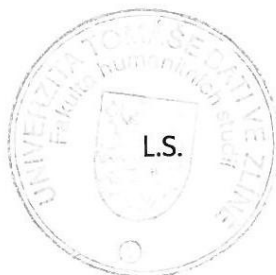
**30. listopadu 2011**

Termín odevzdání bakalářské práce:

**4. května 2012**

Ve Zlíně dne 12. ledna 2012

  
doc. Ing. Anežka Lengálová, Ph.D.  
děkanka



  
Mgr. Jakub Hladík, Ph.D.  
ředitel ústavu

## PROHLÁŠENÍ AUTORA BAKALÁŘSKÉ PRÁCE

Beru na vědomí, že

odevzdáním bakalářské práce souhlasím se zveřejněním své práce podle zákona č. 111/1998 Sb. o vysokých školách a o změně a doplnění dalších zákonů (zákon o vysokých školách), ve znění pozdějších právních předpisů, bez ohledu na výsledek obhajoby <sup>1)</sup>;

beru na vědomí, že bakalářská práce bude uložena v elektronické podobě v univerzitním informačním systému dostupná k nahlédnutí;

na moji bakalářskou práci se plně vztahuje zákon č. 121/2000 Sb. o právu autorském, o právech souvisejících s právem autorským a o změně některých zákonů (autorský zákon) ve znění pozdějších právních předpisů, zejm. § 35 odst. 3 <sup>2)</sup>;

podle § 60 <sup>3)</sup> odst. 1 autorského zákona má UTB ve Zlíně právo na uzavření licenční smlouvy o užití školního díla v rozsahu § 12 odst. 4 autorského zákona;

podle § 60 <sup>3)</sup> odst. 2 a 3 mohu užít své dílo – bakalářskou práci - nebo poskytnout licenci k jejímu využití jen s předchozím písemným souhlasem Univerzity Tomáše Bati ve Zlíně, která je oprávněna v takovém případě ode mne požadovat přiměřený příspěvek na úhradu nákladů, které byly Univerzitou Tomáše Bati ve Zlíně na vytvoření díla vynaloženy (až do jejich skutečné výše);

pokud bylo k vypracování bakalářské práce využito softwaru poskytnutého Univerzitou Tomáše Bati ve Zlíně nebo jinými subjekty pouze ke studijním a výzkumným účelům (tj. k nekomerčnímu využití), nelze výsledky bakalářské práce využít ke komerčním účelům.

Prohlašuji, že

elektronická a tištěná verze bakalářské práce jsou totožné;

na bakalářské práci jsem pracoval samostatně a použitou literaturu jsem citoval.

V případě publikace výsledků budu uveden jako spoluautor.

Ve Zlíně ..... 02.05.2012

.....  


*1) zákon č. 111/1998 Sb. o vysokých školách a o změně a doplnění dalších zákonů (zákon o vysokých školách), ve znění pozdějších právních předpisů, § 47b Zveřejňování závěrečných prací:*

*(1) Vysoká škola nevydělečně zveřejňuje disertační, diplomové, bakalářské a rigorózní práce, u kterých proběhla obhajoba, včetně posudků oponentů a výsledku obhajoby prostřednictvím databáze kvalifikačních prací, kterou spravuje. Způsob zveřejnění stanoví vnitřní předpis vysoké školy.*

(2) *Disertační, diplomové, bakalářské a rigorózní práce odevzdané uchazečem k obhajobě musí být též nejméně pět pracovních dnů před konáním obhajoby zveřejněny k nahlázení veřejnosti v místě určeném vnitřním předpisem vysoké školy nebo není-li tak určeno, v místě pracoviště vysoké školy, kde se má konat obhajoba práce. Každý si může ze zveřejněné práce pořizovat na své náklady výpisy, opisy nebo rozmnoženiny.*

(3) *Platí, že odevzdáním práce autor souhlasí se zveřejněním své práce podle tohoto zákona, bez ohledu na výsledek obhajoby.*

2) *zákon č. 121/2000 Sb. o právu autorském, o právech souvisejících s právem autorským a o změně některých zákonů (autorský zákon) ve znění pozdějších právních předpisů, § 35 odst. 3:*

(3) *Do práva autorského také nezasahuje škola nebo školské či vzdělávací zařízení, užíje-li nikoli za účelem přímého nebo nepřímého hospodářského nebo obchodního prospěchu k výuce nebo k vlastní potřebě dílo vytvořené žákem nebo studentem ke splnění školních nebo studijních povinností vyplývajících z jeho právního vztahu ke škole nebo školskému či vzdělávacího zařízení (školní dílo).*

3) *zákon č. 121/2000 Sb. o právu autorském, o právech souvisejících s právem autorským a o změně některých zákonů (autorský zákon) ve znění pozdějších právních předpisů, § 60 Školní dílo:*

(1) *Škola nebo školské či vzdělávací zařízení mají za obvyklých podmínek právo na uzavření licenční smlouvy o užití školního díla (§ 35 odst.*

3). *Odpírá-li autor takového díla udělit svolení bez vážného důvodu, mohou se tyto osoby domáhat nahrazení chybějícího projevu jeho vůle u soudu. Ustanovení § 35 odst. 3 zůstává nedotčeno.*

(2) *Není-li sjednáno jinak, může autor školního díla své dílo užit či poskytnout jinému licenci, není-li to v rozporu s oprávněnými zájmy školy nebo školského či vzdělávacího zařízení.*

(3) *Škola nebo školské či vzdělávací zařízení jsou oprávněny požadovat, aby jim autor školního díla z výdělku jim dosaženého v souvislosti s užitím díla či poskytnutím licence podle odstavce 2 přiměřeně přispěl na úhradu nákladů, které na vytvoření díla vynaložily, a to podle okolností až do jejich skutečné výše; přitom se přihlédne k výši výdělku dosaženého školou nebo školským či vzdělávacím zařízením z užití školního díla podle odstavce 1.*

## **ABSTRAKT**

Bakalárska práca sa zaoberá odlišným vnímaním partnerského vzťahu z mužského a ženského pohľadu v období mladej dospelosti a partnerským vzťahom všeobecne. V teoretickej časti sa zaoberám vysvetlením základných pojmov, v ďalšej kapitole sa venujem kritériám pre voľbu vhodného partnera, fázam partnerského vzťahu, problémom v partnerskom vzťahu a hodnotami tvoriacimi partnerský vzťah. V poslednej kapitole sa zaoberám rozdielnym vnímaním partnerského vzťahu z pohľadu mužov a žien. Praktická časť je zameraná na hodnoty, ktoré sú v partnerskom vzťahu dôležité, no hlavne vysvetľuje podstatné rozdiely vo vnímaní partnerského vzťahu z mužského a ženského pohľadu.

Kľúčové slová: láska, zamilovanosť, partnerský vzťah, mužský pohľad, ženský pohľad, hodnoty, podobnosti, rozdiely.

## **ABSTRACT**

Bachelor thesis is focused on a different perception of partner relationship from men's and women's point of view in period of young adulthood and of partner relationship in general. I deal in my theoretical part with the basic concepts partner relationship, another chapter is devoted to standards to the choice of suitable partner, to stages of partner relationship, problems in partner relationship and values which create partner relationship. Last chapter deals with the different perception of partner relationship from men's and women's point of view. Practical part is focused on values which are important in a partner relationship but it mainly explains essential differences in a perception of partner relationship from men's and women's point of view.

Keywords: love, falling in love, partner relationship, man's point of view, woman's point of view, values, similarities, differences.

Ďakujem Mgr. Eve Šalenovej za ochotu, flexibilitu, trpezlivosť a podnetné pripomienky k mojej bakalárskej práci.

Taktiež ďakujem Mgr. Jarmile Šťastnej za podnetné pripomienky k praktickej časti mojej bakalárskej práce.

*Motto*

„Ak chce byť žena šťastná, musí mužovi veľmi rozumieť a trošku ho milovať. Ak chce byť muž šťastný, musí ženu veľmi milovať a vôbec sa nesmie pokúšať jej rozumieť.“

Prehlasujem, že odovzdaná verzia bakalárskej práce a verzia elektronicky nahratá do IS/STAG sú totožné.

# OBSAH

<b>ÚVOD</b> .....	<b>10</b>
<b>I TEORETICKÁ ČÁST</b> .....	<b>11</b>
<b>1 VYMEDZENIE ZÁKLADNÝCH POJMOV</b> .....	<b>12</b>
1.1 MLADÁ DOSPELOSŤ.....	12
1.2 ZAMILOVANOSŤ .....	12
1.3 LÁSKA.....	12
1.4 PARTNERSKÝ VZŤAH .....	13
<b>2 PARTNERSKÝ VZŤAH</b> .....	<b>14</b>
2.1 VÝBER PARTNERA .....	14
2.1.1 Zvádzanie .....	14
2.1.2 Fyzická príťažlivosť .....	15
2.1.3 Kompatibilita a komplementarita.....	15
2.2 FÁZY PARTNERSKÉHO VZŤAHU.....	15
2.2.1 Romantická láska .....	16
2.2.2 Realistický vzťah.....	17
2.3 PROBLÉMY A KONFLIKTY V PARTNERSKÝCH VZŤAHOCH.....	18
2.3.1 Konflikty .....	18
2.3.2 Problémy .....	18
2.4 PILIÉRE DLHODOBÉHO PARTNERSKÉHO VZŤAHU .....	20
<b>3 ROZDIELY VO VNÍMANÍ PARTNERSKÉHO VZŤAHU</b> .....	<b>22</b>
3.1 ŽENSKÝ POHLAD NA PARTNERSKÝ VZŤAH.....	22
3.1.1 Ženské prežívanie sexuality .....	23
3.1.2 Chyby, ktoré vyčítajú ženy mužom .....	24
3.1.3 Chyby, ktorých sa ženy vo vzťahu dopúšťajú.....	25
3.2 MUŽSKÝ POHLAD NA PARTNERSKÝ VZŤAH.....	25
3.2.1 Mužské prežívanie sexuality .....	26
3.2.2 Chyby, ktoré vyčítajú muži ženám.....	26
<b>II PRAKTICKÁ ČÁST</b> .....	<b>28</b>
<b>4 VÝSKUM</b> .....	<b>29</b>
4.1 VÝSKUMNÝ PROBLÉM .....	29
4.2 CIEĽ VÝSKUMU .....	29
4.3 VÝSKUMNÉ PREDPOKLADY .....	29
4.4 METODIKA VÝSKUMU .....	29
4.4.1 Výskumná metóda.....	29
4.4.2 Výskumný súbor .....	30
<b>5 VÝSLEDKY VÝSKUMU</b> .....	<b>31</b>



5.1	OTÁZKA Č. 1 – VEK.....	31
5.2	OTÁZKA Č. 2 – AKÉ JE VAŠE NAJVYŠŠIE DOSIAHNUTÉ VZDELANIE? .....	31
5.3	OTÁZKA Č. 3 – AKÉ JE VAŠE POHLAVIE? .....	32
5.4	OTÁZKA Č. 4 – Z NASLEDUJÚCICH MOŽNOSTÍ VYBERTE 5, KTORÉ VÁS NA MUŽOCH NAJVIAC PRÍŤAHUJÚ:.....	33
5.5	OTÁZKA Č. 5 – MÁTE NIEKEDY POCIT, ŽE VÁM PARTNER NEDOKÁŽE NASLÚCHAŤ? .....	34
5.6	OTÁZKA Č. 6 – Z NASLEDUJÚCICH MOŽNOSTÍ VYBERTE 5, KTORÉ VÁS NA ŽENÁCH NAJVIAC PRÍŤAHUJÚ:.....	34
5.7	OTÁZKA Č. 7 – MYSLÍTE SI, ŽE ŽENY SÚ V PARTNERSKOM VZŤAHU KONFLIKTNEJŠIE? .....	35
5.8	OTÁZKA Č. 8 – AKÝM ŠTÝLOM RIEŠITE KONFLIKT V PARTNERSKOM VZŤAHU? ....	36
5.9	OTÁZKA Č. 9 – STRETLI STE SA VO VAŠOM VZŤAHU S MANIPULÁCIOU? .....	37
5.10	OTÁZKA Č. 10 – Z NASLEDUJÚCICH MOŽNOSTÍ VYBERTE TIE, KTORÉ PODĽA VÁS PREDSTAVUJÚ NAJVÄČŠIE ROZDIELY V POJATÍ PARTNERSKÉHO VZŤAHU MEDZI MUŽMI A ŽENAMI .....	37
5.11	PO AKEJ DLHEJ DOBE SA PODĽA VÁS KONČÍ FÁZA ZAMILOVANOSTI A ZAČÍNA DLHODOBÝ PARTNERSKÝ VZŤAH? .....	39
5.12	OTÁZKA Č. 12 – K NASLEDUJÚCIM PILIÉROM PARTNERSKÉHO VZŤAHU PRIRADTE ČÍSLA OD 1 (NAJDÔLEŽITEJŠIE) DO 5 (NAJMENEJ DÔLEŽITÉ), PRIČOM SA ČÍSLA MÔŽU OPAKOVAŤ:.....	40
5.13	OTÁZKA Č. 13 – SÚHLASÍTE S TVRDENÍM: „AK SA PARTNERI MILUJÚ, MALI BY BYŤ K SEBE VO VŠETKÝCH VECIACH ÚPRIMNÍ“? .....	40
5.14	OTÁZKA Č. 14 – SÚHLASÍTE S TVRDENÍM: „PARTNERI MUSIA MAŤ ROVNAKÉ OSOBNÉ CIELE, ZÁUJMY, HODNOTY A NÁZORY“? .....	41
5.15	OTÁZKA Č. 15 – PRI VOĽBE PARTNERA DÁVATE PREDNOŠŤ KOMPATIBILITE ALEBO KOMPLEMENTARITE? .....	42
5.16	OTÁZKA Č. 16 – STRETLI STE SA UŽ VO VZŤAHU S NEVEROU? .....	43
5.17	OTÁZKA Č. 17 – BOLI STE UŽ VO VZŤAHU NEVERNÍ? .....	44
5.18	OTÁZKA Č. 18 – SÚHLASÍTE S TVRDENÍM: „NEVERA MUŽA JE NIEČO INÉ AKO NEVERA ŽENY“? .....	45
5.19	OTÁZKA Č. 19 – MYSLÍTE SI, ŽE JE JEDNODUCHŠIE PARTNERA KRITIZOVAŤ AKO POCHVÁLIŤ?.....	45
5.20	OTÁZKA Č. 20 – DOKÁŽETE PRIJÍMAŤ KRITIKU BEZ ODVETY ALEBO SEBAVÝČITIEK? .....	46
5.21	OTÁZKA Č. 21 – DOKÁŽETE SI OD PARTNERA VYŽIADAŤ KRITIKU? .....	47
5.22	OTÁZKA Č. 22 – DOKÁŽETE OTVORENE HOVORIŤ S PARTNEROM O SVOJICH SEXUÁLNYCH POTREBÁCH? .....	47
5.23	OTÁZKA Č. 23 – POVAŽUJETE SEXUÁLNU PREDOHRU ZA DÔLEŽITÚ?.....	48
5.24	OTÁZKA Č. 24 – AK PARTNER NEDOSIAHNE PRI SEXE ORGAZMUS, POVAŽUJETE TO ZA ZLYHANIE? .....	49
5.25	OTÁZKA Č. 25 - K NASLEDUJÚCIM ZÁVAŽNÝM PROBLÉMOM VO VZŤAHU PRIRADTE PODĽA ICH ZÁVAŽNOSTI ČÍSLO OD 0 (NAJMENEJ ZÁVAŽNÝ) DO 5 (NAJZÁVAŽNEJŠÍ), PRIČOM SA ČÍSLA MÔŽU OPAKOVAŤ: .....	50
<b>6</b>	<b>ZÁVER PRAKTICKEJ ČASTI.....</b>	<b>51</b>

6.1	OVERENIE VÝSKUMNÝCH PREDPOKLADOV .....	51
6.2	ZHRNUTIE VÝSLEDKOV A ODPORÚČANIE PRE PRAX .....	52
	<b>ZÁVER .....</b>	<b>53</b>
	<b>ZOZNAM POUŽITEJ LITERATÚRY .....</b>	<b>54</b>
	<b>ZOZNAM GRAFOV .....</b>	<b>55</b>
	<b>ZOZNAM TABULIEK .....</b>	<b>56</b>
	<b>ZOZNAM PRÍLOH.....</b>	<b>57</b>

## ÚVOD

Pri výbere témy bakalárskej práce som sa inšpirovala knižnou publikáciou „Prečo chcú muži sex a ženy potrebujú lásku“. Po prečítaní tejto knihy napísanej zábavnou formou, ktorá bola zároveň podložená výskumami, sa môj záujem o túto problematiku zvýšil.

Problematika medziľudských vzťahov, najmä tých partnerských, je v dnešnej dobe stále aktuálnejšia a často preberaná. Robia sa mnohé výskumy, psychotesty, ktoré slúžia k výberu vhodného partnera a mnohí autori poskytujú „návody“ na harmonický partnerský vzťah.

Keďže aj ja patríam k fanúšikom či už odbornej alebo populárnej literatúry venujúcej sa vzťahom, rozhodla som sa napísať bakalársku prácu s názvom „Partnerský vzťah z pohľadu mužov a žien v období mladej dospelosti“.

V teoretickej časti práce v krátkosti načrtnem základné pojmy, v ďalšej kapitole sa zaoberám výberom partnera, kritériami pre voľbu partnera, fázami partnerského vzťahu, problémami vznikajúcimi v partnerskom vzťahu a hodnotami tvoriacimi partnerský vzťah. V poslednej kapitole, ktorá je najpodstatnejšia, porovnávam mužský a ženský pohľad na partnerský vzťah, uvádzam jeho podobnosti a odlišnosti.

V praktickej časti predstavím výskum, popíšem jeho realizáciu, metódy, ktoré využijem a taktiež výskumné problémy a cieľ. Výskum je zameraný na zisťovanie podobností a rozdielov medzi mužmi a ženami, čo sa týka pohľadu na partnerský vzťah. Cieľom výskumu je zistiť, čo považujú muži a ženy vo vzťahu za dôležité, no hlavne zistiť odlišnosti vo vnímaní partnerského vzťahu. Na záver praktickej časti vyhodnotím výskum a predstavím jeho výsledky.

Bakalárska práca môže slúžiť ako inšpirácia pre ďalšie výskumy týkajúce sa oblasti partnerského vzťahu alebo môže slúžiť na oboznámenie sa s problematikou partnerských vzťahov.

## **I. TEORETICKÁ ČÁST**

# 1 VYMEDZENIE ZÁKLADNÝCH POJMOV

## 1.1 Mladá dospelosť

Podľa Vágnerovej (1999, s. 236) zahŕňa mladá dospelosť obdobie od 20 do 35 rokov. Dosiachnutie dospelosti signalizuje ochota prijať a schopnosť zvládnuť určité vývojové úlohy:

- a) profesijnú úlohu
- b) stabilné partnerstvo (resp. manželstvo)
- c) rodičovstvo

Mladá dospelosť je dobou nádejí a ich postupného naplňovania. Väčšinu plánov je ešte možné uskutočniť. Je aj dobou mnohých sociálnych premien, typickou značným počtom nových zážitkov a skúseností. Mladý človek je otvorený všetkému novému, aj prijatie nových úloh, ktoré chápe ako predpoklad získania nevyhnutných skúseností a sebatpotvrdenia. Nové úlohy sú dôkazom splnenia určitej sociálnej normy, ale rovnako tak môžu uspokojovať individuálne potreby jedinca.

V období mladej dospelosti je väčšina ľudí schopná dosiahnuť vyššiu fázu vzťahovej intimity. Na tejto úrovni býva partnerský vzťah stabilnejší a realistickejší. Pojatie vlastnej identity je ovplyvnené kvalitou tohto vzťahu a názorom milovaného človeka. (Vágnerová, 1999, s. 293)

## 1.2 Zamilovanosť

„Zamilovanosť je postoj, v ktorom dominuje potreba citového vzťahu s určitým jedincom, ktorý býva v tejto súvislosti idealizovaný a štylizovaný. Typickým znakom zamilovanosti sú aj pocity vzrušenia, eufórie a ich kolísanie, ktoré ždy nejako súvisia so vzťahom k vyvolenému človeku. (Vágnerová, 1999, s. 226)

„Zamilovanosť, teda zvláštny stav vedomia, v ktorom sme partnerom fascinovaní a idealizujeme si ho“ (Matoušek, 2003, s. 59).

## 1.3 Láska

Leo Buscaglia (1992, s. 217) vníma lásku vo svojom diele *Born for love* nasledovne: „Láska znamená schopnosť stotožniť sa s nedokonalosťami a rozpoznať nedostatky,

slabosti, strach a zmätenosť v nás a ostatných. Lúbiť, čo je v nich neľúbené, je vždy výzvou. Je oveľa jednoduchšie zavrhnúť ľudí pre ich zlyhania než stáť pri nich.“<sup>1</sup>

Láska sa prejavuje ako súčinnosť určitej skupiny chemických látok pôsobiacich v špecifických oblastiach mozgu. Zjednodušene, no vedecky povedané, lásku spúšťa kombinácia chemikálií, ktoré sa tvoria v mozgu, ako sú dopamín, oxytocín, testosterón, estrogén, norepinefrín a iné. Keď náš mozog na základe istých kritérií identifikuje vhodného partnera, vyprodukuje veľké množstvo chemikálií potrebných na vytvorenie takých okolností, aby sme onú osobu priťahovali. (Pease, 2010, s. 21)

„Láska je citové hnutie zamerané na niekoho. Ale ako každá emócia je láska tiež energia v pohybe. Je teda normálne, že láska, ktorú k niekomu pociťujeme, môže mať svoje vrcholy i pády, a že nás niekedy môže začať fyzicky i citovo priťahovať niekto iný.“ (Dallaire, 2009, s. 23)

#### 1.4 Partnerský vzťah

„Partnerské vzťahy dospelého veku sa líšia od adolescentných väčšou výberovosťou. Partner musí spĺňať určité kritériá, ktoré by mali byť predpokladom kvality a trvalosti vzťahu. Dôkazom tejto premeny je postupné znižovanie promiskuitných tendencií. Vzťahy mladých dospelých bývajú častejšie monogamné, sú také aj vtedy, ak z nejakého dôvodu nevyústia do manželstva.“ (Vágnerová, 1999, s. 258)

---

<sup>1</sup> „Love means the ability to identify with imperfections and to recognize the inadequacies, weaknesses, fears and confusion in ourselves and others. Loving what is unlovable in them is always a challenge. It is so much easier to dismiss people for their failings than it is to stick by them.“

## 2 PARTNERSKÝ VZŤAH

Ľudia hľadajú partnerov z mnohých dôvodov. Spoločný život s blízkym človekom je stále vysokou hodnotou, hoci sa predstavy o forme spoločného života menia. (Venglářová, 2008, s. 19)

Väčšina vzťahov sa začína náhodou. Hoci sa čoraz viac ľudí zoznamuje prostredníctvom agentúr a internetu, asi polovica z nás natrafi na potencionálneho partnera či partnerku pri plnení pracovných úloh, zvyšok sa zoznámi v klube, v krčme, na diskotéke, na opekačke či na rande naslepo. Väčšina ľudí stretáva partnerku či partnera náhodou, bez plánovania či dohadzovania. (Pease, 2010, s. 143)

### 2.1 Výber partnera

Ženy boli odjakživa skôr zamerané intuitívne a emotívne, zatiaľ čo muži vizuálne a sexuálne. Čo znamená, že muži vyberajú skôr očami. Nie vždy je to voľba dobrá a trvalá. Ale zaujmú ich zrakové podnety. Naopak ženy nedajú toľko na pohľady. Aj neatraktívne vyzerajúci muž má stále šance. Na ženy výdatne pôsobí hlas, šikovný rozprávač zapôsobí na ženské srdce častokrát lepšie ako zamĺknutý krásavec. (Venglářová, 2008, s. 15)

#### 2.1.1 Zvádzanie

Dallaire (2009, s. 39-41) považuje zvádzanie za dôležité pri výbere partnera. Či už si to muži a ženy uvedomujú alebo nie, zvádzajú vlastne neustále a snažia sa bez prestania pritiahnúť pozornosť, aby získali určité výhody, aby ich niekto miloval alebo skrátka iba pre radosť z toho, že si overia schopnosť zvádzat'. Každý z nás má schopnosť zvádzat'. Avšak až príliš často sa v tom muži a ženy podceňujú, cítia sa nepríjemne, v rozpakoch, hanbia sa, keď sa im podarí upútať pozornosť osoby, po ktorej túžime.

Tento proces zvádzania je rozdelený do nasledujúcich piatich etáp:

1. priťahovanie pozornosti (krútenie bokmi, napínanie ramien, ...)
2. stretnutie pohľadov (najúčinnější spôsob zvádzania)
3. konverzácia (kľúčová, dôležitý je spôsob rozprávania, nie obsah)
4. fyzický kontakt (ľahký dotyk na rameno, pažu alebo ruku)
5. telesná synchronizácia (nevedomé napodobňovanie druhého)

### 2.1.2 Fyzická príťažlivosť

Každý človek vysiela určité signály, tak zjavné, ako aj nepostrehnuteľné, aby sa stal príťažlivým pre prípadného partnera. Ide o kódované správy, z ktorých sa dozvieme, či sa dotyčná osoba hodí pre naše zámery. Muži i ženy majú reakcie na tieto pradávané signály príťažlivosti zakódované v mozgu. (Pease, 2007, s. 215)

### 2.1.3 Kompatibilita a komplementarita

Petr Šmolka (2005) uvádza dva základné princípy výberu partnera. Jeden je založený na princípe priťahovania sa protikladov, druhý na výbere partnera podobného nám samým. Uspieť možno v oboch variantách. Základom je, že uspieť chceme a sme ochotní pre to niečo urobiť. Ide o ochotu vidieť kvality a dobré úmysly druhej polovičky. (Venglářová, 2008, s. 15-16)

V prípade prvého princípu podľa J. Alana (1989) hrá veľkú úlohu miera spokojnosti so sebou samým. Vyššie sebahodnotenie zvyšuje tendenciu vybrať si partnera skôr na základe vzájomnej podobnosti. Nízke sebahodnotenie túto tendenciu znižuje, žiadúci partner býva definovaný odlišným spôsobom.

Mýtus o atraktivite vzájomnej protikladnosti, čiže komplementarity, má svoje opodstatnenie prinajmenšom v tom, že partnerské spolužitie je spravidla dyádou muža a ženy, čiže biologicky a psychosociálne rozdielnych jedincov. Komplementarita niektorých osobnostných vlastností môže uľahčovať kooperáciu. Môže ísť napr. o protipólové vlastnosti ako dominancia - submisia, aktivita - pasivita, labilita – stabilita. Mnohé z týchto dvojíc sú interpretované ako protiklady typicky mužských a ženských znakov. G. Sheehyová (1976) upozorňuje, že odlišnosť partnerov môže byť obohacujúca, pretože prináša pre oboch niečo nové, ale tiež môže predstavovať záťaž (napr. určité činnosti, ku ktorým nemajú predpoklady, hodnoty, ktoré by bolo v rozpore s ich vlastnými). (Vágnerová, 1999, s. 260)

## 2.2 Fázy partnerského vzťahu

Pojatie partnerského vzťahu ovplyvňuje:

- a) individuálna skúsenosť (z detstva a prvých lások)
- b) vývojová úroveň určitého človeka a jeho aktuálne potreby (v každom období má láska inú formu a uspokojenie je založené na niečom inom)



Partnerský vzťah v ranej dospelosti obyčajne prechádza určitými štandardnými fázami – fázou romantickej lásky a nasledujúcou fázou realistického vzťahu. (Vágnerová, 1999, s. 256)

### 2.2.1 Romantická láska

Podľa Vágnerovej (1999, s. 226) v období romantickej lásky dochádza aj k idealizácii seba samého. Sebahodnotenie býva pod vplyvom prežitku akceptácie milovaným partnerom skreslené, najmä ak je tento partner idealizovaný. Platnosť jeho názoru je preceňovaná, má subjektívne väčší význam, než aký by mal za štandardných okolností. Akceptácia milovaným, tj. vysoko ceneným človekom posilňuje sebaúctu (môže tomu byť aj naopak, odmietnutie takým človekom sebahodnotenie znižuje).

Vo fáze romantickej lásky dochádza k idealizácii tohto vzťahu a k preceňovaniu jeho možností. Mnohé páry podliehajú ilúziám, že ďalší rozvoj ich vzťahu nie je ovplyvniteľný ničím iným než ich vlastnou láskou, ktorá má absolútnu moc, a preto prekoná všetky prekážky. V tejto dobe sa javí ako „tá pravá láska“, ktorá je výnimočná a žiadny iný vzťah sa jej nemôže vyrovnáť. Taká ilúzia vydrží iba po určitú dobu.

Že sa jedná o výnimočný stav, o tom niet pochýb. Pri vzájomnom zamilovaní sa sa jedná o narcistické splývanie predstavy samého seba so svojou vlastnou ideálnou predstavou druhého.

Človek je teda vybavený akýmsi citovým kompasom, ktorý mu od narodenia signalizuje, čo je pre neho dobré, čomu sa má vyhýbať alebo proti čomu sa má chrániť. City sú teda akýmsi signálnym zariadením, ktoré zaisťuje uspokojovanie dôležitých potrieb. (Poněšický, 2008, s. 103)

Milostné vzplanutie je jedným z najmocnejších prostriedkov, ako sa vytrhnúť z reálneho života a dostať sa do hry. Vytrhnutí láskou častokrát zanedbávame svoje životné povinnosti a záväzky, vynakladáme heroické úsilie, aby sme mohli byť so svojím milovanou polovičkou a pri pohľadu na neho nevnímame škvrny, ktoré by inak neunikli nášmu realistickému pohľadu. Byť zamilovaný znamená byť v hre, byť porazený ilúziami. Skutočne sme klamaní, aby duša mohla niečo stvoriť z látky našich citov a fantázií. (Moore, 1998, s. 156)

Keď fázu milostného zaslepenia (zvyčajne trvá 3-9 mesiacov) vystrieda realita, nastane jeden z dvoch variantov: buď jeden alebo obaja partneri začnú strácať záujem o druhého,

alebo nastane tretia fáza, oddanosť, sústredenie sa na vytvorenie kooperatívneho vzťahu, ktorý potrvá dostatočne dlho, aby v ňom časom boli vychovávané deti (Pease, 2000, s. 120)

Partneri, ktorí prídu na to, že začínajú pociťovať svoj vzťah ako chladný a plochý, sa nemusia jeden druhého pýtať, prečo to tak je, lepšie bude, ak si namiesto toho položia otázku, čo od nich nastávajúca situácia vyžaduje.

„Otupelosť je chodníček, ktorý síce vedie trocha nepríjemnými končinami, ale možno po ňom doraziť k hlbšej a možno aj poctivejšej účasti na živote. A miesta, z ktorých bol s našim súhlasom odstránený všetok skorší produktívny rast, nadobudnú potom častokrát veľkú úrodnosť.“ (Moore, 1988, s. 239)

### 2.2.2 Realistický vzťah

Čím sú partneri zrelší, tým je pravdepodobnejšie, že dokážu prejsť od počiatočnej eufórie zo zamilovanosti až po zrelý a láskyplný vzťah. Silný cit sa postupne mení v stav, ktorý je preda len viac zlučiteľný so životom. Partneri už vydržia jeden bez druhého, hoci je im smutno. Ide o návrat k normálnemu životu. Partneri sú spolu spokojní a vzťah im prináša radosť. Nejde už toľko o gejzíry citov a vášní, skôr o dobré prostredie pre uspokojovanie citových a telesných potrieb a rozvoj osobnosti oboch partnerov. (Venglářová, 2008, s. 33)

Vágnerová (1999, s. 257) považuje realistický vzťah je tolerantnejší, rešpektuje odlišné vlastnosti, postoje i prejavy partnera a ponecháva mu určité osobné teritórium, ktoré je rešpektované. Priznáva partnerovi a sebe väčšie individuálne práva a akceptuje obojstranné povinnosti. Typické znaky takého vzťahu možno zhrnúť do niekoľkých bodov:

- a) **realistické hodnotenie partnera** (schopnosť ho posudzovať racionálne, nielen emotívne a akceptovať aj jeho nedostatky)
- b) **realistické hodnotenie partnerského vzťahu a svojej vlastnej úlohy v tomto vzťahu** (dôvera a otvorenosť, schopnosť komunikovať bez zbytočných emócií)
- c) **prehĺbenie intimity, uchovanie výlučnosti vzťahu**
- d) **realistické hodnotenie možností tohto vzťahu** (dôraz na zdieľanie života, na vzájomnú solidaritu a rešpekt)

Praško (2005, s. 132) popisuje realistický vzťah ako zrelšiu formu lásky, kedy láska narastá a získava na kvalite a obaja partneri pociťujú, že niečo budujú. No môže taktiež

ukázat svoju horšiu tvár, kedy jeden alebo obaja partneri začnú mať pocit, že ich láska o niečo okráda. Potom ľahko vyrastá závislosť, žiarlivosť, obmedzovanie alebo nenávisť.

## 2.3 Problémy a konflikty v partnerských vzťahoch

### 2.3.1 Konflikty

S konfliktom vo vzťahoch, či už partnerských alebo iných, sa stretol už hádam každý. Konflikt je medzi ľuďmi nevyhnutný a prirodzený, nie je potrebné sa ho báť. Pri konfliktoch ide o stret záujmov, postojov, pocitov, potrieb, cieľov, hodnôt a ideálov. Konflikty nám však aj slúžia. Prinútiť nás k zaujatiu postoja, k ujasneniu si svojich postojov, hodnôt, očakávaní, etických noriem. A to prispieva k sebauvedomeniu si svojej osobnosti, posilnenia identity a posilnenia vlastného sebavedomia. (Matějková, 2007, s. 119)

Konflikty môžu vzniknúť taktiež pri nesprávnom vyjadrení alebo prijatí kritiky. Kritika je jedným z prejavov nesúhlasu so správaním druhého. Ak nesúhlas pre partnerov znamená ohrozenie, ich vzťah alebo láska, pravdepodobne ešte nie sú dosť vyzreté.

Pri prijímaní kritiky robí mnoho partnerov chyby, napríklad ju vnímajú ako odsúdenie, iní sú precitlivení, ďalší pri slovnej kritike agresívne zvýšia hlas, bývajú ironickí, atď. Kritika však upozorňuje na chybu, ktorú sme si nemuseli všimnúť. Niekedy dokonca môže byť prejavom záujmu o toho druhého. (Praško, 2005, s. 197)

### 2.3.2 Problémy

Venglářová (2008, s. 69) tvrdí, že do vzťahu vstupujeme v rôznom stupni zrelosti. Líšia sa podmienky a očakávania od partnera alebo partnerky. Základom je uvedomenie si problému a následne rozhodnutie ho riešiť. Najčastejšie problémy vyskytujúce sa v partnerskom vzťahu:

#### **Nevera**

Nevera je vzťah mimomanželský alebo mimopartnerský. Je jasné, že vzťahu neprospieva. Skoro nikdy. Väčšina ľudí si praje, aby k nevere v našom vzťahu nikdy nedošlo. Alebo presnejšie – aby nám partner nebol neverný.

Ideálny ľubostný pomer však neexistuje. Udržiavať mimopartnerský vzťah znamená zakrývať lži, vymýšľať si a mať dočinenia s hnevom, vinou alebo výčitkami. Tých, čo

podvádzajú, vina často spaľuje a završuje sa verbálne alebo fyzicky vyvršia na partnerovi. (Pease, 2010, s. 131)

### **Žiarlivosť**

Žiarlivý partner je podozrievavý aj v situáciach, kedy je očividné, že nie je dôvod ku žiarliveniu. Žiarlivý partner nesie v živote veľmi ťažko neistotu. Takýto ľudia sú sužovaní stálymi obavami, že ich partner im bol neverný, mohol byť neverný alebo ich sužuje iba to, že sa lepšie baví a cíti s niekym iným než práve s ním. Neexistuje odpoveď, ktorá by žiarlivcov uistila.

Je možné rozlíšiť situačnú žiarlivosť a žiarlivú osobnosť. V prvom prípade sa jedná o oprávnenú žiarlivosť, v druhom ide o poruchu osobnosti alebo osobnostnú črtu. (Matějková, 2007, s. 157)

### **Závislosti**

Závislosti v rozvinutej podobe komplikujú partnerstvo a často nemajú dobrý koniec. Ide o:

- a) závislosť na alkohole
- b) závislosť na drogách
- c) gamblerstvo (závislosť na hrách a vsádzaní)
- d) workoholizmus (závislosť na práci)

Z praxe je známe, že liečba závislostí je náročná pre všetkých. Navyše nikde nie je napísané, že abstinencia prinesie uspokojivý partnerský život. Niekedy môžu byť vzťahy natoľko zničené, že spolužitie nie je možné znova naštartovať. (Venglářová, 2008, s. 84)

### **Domáce násilie**

„Za domáce násilie je považované násilie páchané na blízkej osobe, najčastejšie býva obeťou žena a páchatelom manžel alebo druh. Deje sa v súkromí, býva bez svedkov.“

Domáce násilie rozhodne nie je talianska domácnosť. Domáce násilie je opakované, páchatel postupne pritvrdí. Od zosmiešňovania sa prechádza k psychickému týraniu, neskôr prichádza fyzické napadnutie.

S mužmi postihnutými domácim násilím sa stretávame zriedka. Dôvodom môže byť, že predsa len ženy nebývajú tak často násilné. (Venglářová, 2008, s. 90-91)

## 2.4 Piliére dlhodobého partnerského vzťahu

### Tolerancia

Na počiatku partnerského vzťahu sme jeden druhým okúzlení, všetko nám na partnerovi pripadá úžasné. Avšak po zovšednení partnera sa stáva, že to, čo nás kedysi priťahovalo, nám teraz začne vadit'. Pri tolerancii je najlepšie si uvedomiť, že tak, ako sa nám mení s vekom náš partner, meníme sa aj my nášmu partnerovi. A to nielen, čo sa týka vzhl'adu, ale aj v našich prianiach, hodnotách a očakávaniach.

Je ťažké sa učiť tolerancii. Často vychádza práve z našich skúseností, z našej osobnosti a je veľkou mierou daná výchovou. K väčšej tolerancii dôjdeme vtedy, keď zistíme, že ani my nie sme takí úžasní, morálni a obdivuhodní. K tolerancii nášho okolia prispieva najviac sklamanie samými sebou. (Matějková, 2007, s. 21-22)

### Podobný životný štýl a hodnoty

Neexistujú dvaja ľudia, ktorí by si absolútne rozumeli. Väčšina partnerov sa líši v názore na peniaze, sex, deti a trávenie voľného času. Úspešný dlhodobý vzťah musí mať chémiu, partneri musia mať podobné životné názory a životné postoje a musia sa naučiť akceptovať, že sú odlišní. Porozumenie sa dá vypestovať. (Pease, 2010, s. 146)

„Partneri sú dvaja a nie je možné, aby boli úplne rovnakí. Je fakt, že pre určité rozhodnutia potrebujú partneri dôjsť ku zhode. Ale mala by to byť zhoda demokratická, na základe diskusie, nie preto, že musia mať na všetko rovnaký názor.“ (Praško, 2005, s. 74)

### Priateľstvo

Priateľstvo je výsledok rešpektu a tolerancie jedného partnera k druhému. Priateľstvo v partnerskom vzťahu sa líši od priateľstva s kamarátom alebo kamarátkou. Nie je však možné sa partnerovi zverit' v partnerstve so všetkým, čo druhému prebehlo hlavou. Priateľstvo je v tomto prípade istota podpory a pomoci jeden druhému a snaha o pochopenie partnera v jeho odlišnostiach. (Matějková, 2007, s. 24)

### Sexuálna prít'azlivosť

Aj sexuálna prít'azlivosť sa mení v priebehu vzťahu. Takmer nikdy nie je taká, ako na začiatku vzťahu. Úbytok sexuálnej prít'azlivosti nemá nič spoločné so znížením kvality vzťahu. Je tiež dobré nepoužívať sex ako nástroj odmeny a jeho odmietnutie ako nástroj

trestu. Aj v sexe je dôležitý určitý diel stereotypu a pravidelnosti aj v dobe eventuálneho partnerského nesúladu. (Matějková, 2007, s. 26)

### **Emocionálna otvorenosť**

Hoci sa majú partneri radi, nedokážu si čítať myšlienky. To, o čom majú pocit, že musí byť do očí bijúce, môže byť pre toho druhého nezaznamenateľné. Partner môže mať pocit, že dáva tomu druhému dostatočne najavo, že ho má rád a že mu na ňom záleží. Napriek tomu môže mať partner opačný pocit. Je dôležité dávať partnerovi spätnú väzbu, ako to cíti ten druhý, ako to má, čo ho zraňuje a naopak, čo ho teší. (Matějková, 2007, s. 29)

Pravdupovediac, v dobrých vzťahoch je naopak rad vecí, o ktorých sa v dôvernom partnerskom vzťahu z ohľaduplnosti nehovorí (chyby, ktoré partner nemôže zmeniť, kritizovanie partnerových rodičov, ...). Je dobré nájsť rozdiel medzi hulvátstvom a úprimnosťou. (Praško, 2005, s. 73)

### 3 ROZDIELY VO VNÍMANÍ PARTNERSKÉHO VZŤAHU

Muži a ženy sú odlišné bytosti. Nie lepšie alebo horšie, jednoducho iné. Jediná vec, ktorú majú spoločnú, je fakt, že patria ku rovnakému živočíšnemu druhu. Žijú však v iných svetoch, vyznávajú iné hodnoty a v dôsledku toho stanovujú iné pravidlá. Všetci to vedia, ale iba veľmi málo ľudí, najmä mužov, je ochotných niečo také pripustiť. (Pease, 2000, s. 9)

Rozdiely medzi mužmi a ženami existujú už celé veky. Ženy tieto odlišnosti tisíce rokov akceptovali, prispôbovali sa im a prijímali úlohy, ktoré sa od nich očakávali. Začiatkom 20. storočia sa však odohrala revolúcia v tom, ako ženy vnímajú samy seba a ako chcú byť vnímané mužmi. Ženy prvýkrát požadovali rovnosť vo všetkých oblastiach života a vyslobodzovali sa zo stereotypov, ktoré spokojne prijímali ich mamy, staré mamy a prastaré mamy. Účinné antikoncepčné metódy a prílev žien na pracoviská priniesli reprodukčné a ekonomické vyslobodenie zo závislosti od mužov. A tak sa zrodila kríza v mužsko-ženských vzťahoch. (De Angelis, 2004, s. 11)

#### 3.1 Ženský pohľad na partnerský vzťah

Vedci konečne odhaľujú, čo ženy skutočne chcú od mužov, a často sa to nezhoduje s tým, čo tvrdia, že chcú. Dnešné ženy chcú mužov, ktorí majú peniaze, vzdelanie, zmysel pre humor, spoločenské postavenie a autoritu – to všetko je dôkazom ich schopností. Preto ženy priťahujú ctižiadostiví, inteligentní, cieľavedomí, tvrdo pracujúci muži, ktorých si všetci vážia. (Pease, 2010, s. 59)

Evoluční biológovia a evoluční psychológovia, ktorí skúmajú sexuálne stratégie ľudí, zistili, že ženy na celom svete sa v podstate zhodujú, pokiaľ ide o dôležité charakteristiky toho, čo chcú od mužov. Podľa Peasovej (2010, s. 64) chcú ženy od mužov najmä:

- ⇒ lásku
- ⇒ vernosť
- ⇒ láskavosť
- ⇒ záväzok
- ⇒ vzdelanie a inteligenciu

Stanislav Kratochvíl (2000) ponúka láskavý a užitočný spôsob zmapovania očakávaní žien.

Ženy očakávajú najmä:

1. Posedieť si a porozprávať sa
2. Duševné porozumenie
3. Vycítiť, čo žena potrebuje
4. Vyjadrovať lásku celým životom

Ženy majú všeobecne väčšiu potrebu rozprávať o svojich zážitkoch, prianiach, nehodách a problémoch. Pri rozprávaní s ľuďmi okolo si usporiadávajú vzniknuté situácie, premýšľajú o nich nahlas. Ventilujú emócie s nimi spojené. Môže prísť plač, je tu aj potreba podeliť sa o svoje neúspechy. Od mužov málokedy očakávajú radu alebo návod na riešenie.

Viac stoja o prejavenie záujmu, vyjadrenie podpory, ocenenie, čo všetko žena pre vec urobila. Bohužiaľ, veľa mužov považuje za prejav záujmu dávanie rád a nápadov, ako na to. (Venglářová, 2008, s. 21)

### 3.1.1 Ženské prežívanie sexuality

Žena má potrebu citového naladenia na partnera. Radšej sa venuje sexu v dobe, kedy má povinnosti úspešne za sebou, teda nie uprostred umývania riadu alebo umývania chodby. Tiež konflikt s partnerom väčšinou nerieši dobrým sexom, ako je tomu u mnohých mužov. Rozdiely tiež prichádzajú v priebehu vzťahu. Na začiatku aj žena vyhľadáva sex častejšie, v rôznej dobe a situáciach, ktoré neskôr nevníma ako tie pravé. Postupom času klesá túžba po sexuálnom akte, naopak stúpa potreba partnerstva, nesexuálnych dotykov a zdieľania bežných starostí i radostí. (Venglářová, 2008, s. 62)

Čo sa týka sexu, žena chce, aby mu niečo predchádzalo. V skutočnosti nerada používa slovo sex, radšej povie milovať sa alebo vyspať sa s mužom. Po milovaní sa ženy chcú rozprávať o svojich pocitoch a často sa sťažujú, že sa niet s kým zhovárať – pretože muž už dávno spí. Tu je výpočet najdôležitejších piatich vecí podľa Peasa (2010, s. 194-195), po ktorých žena túži, aby dostala chuť milovať sa:

- chce mať pocit, že je prít'azlivá a pre muža jediná na svete
- chce byť milovaná a ochraňovaná
- chce, aby ju muž rozmaznával
- chce, aby ju bozkával, hladkal a objímal (s tým súvisia dotykové receptory, ktorých má žena asi 10 000, zatiaľ čo muž ich má iba okolo 3000)
- chce, aby sa s ňou zhováral o jej pocitoch

Podľa Barbary De Angelis (2004, )ženy pri milovaní chcú viac:



- ⇒ túlenia
- ⇒ dlhých bozkov
- ⇒ pomalej predohry
- ⇒ rozhovoroch o pocitoch v posteli
- ⇒ citového otvorenia počas milovania
- ⇒ romantiky

### 3.1.2 Chyby, ktoré vyčítajú ženy mužom

#### **Muži nehovoria**

Štúdie jasne ukázali, že akonáhle pominie prvotná zamilovanosť, muži mávajú sklon v súkromí menej hovoriť, ako keby partnerka bola teraz mužovou súčasťou a partner ako by už tak nepotreboval verbálne s ňou komunikovať. Pretože reč predstavuje pre ženu spôsob, ako byť s druhým v kontakte, vykladá si toto partnerovo mlčanie ako prejav nezájmu. (Dallaire, 2009, s. 83)

Avšak mužský mozog nemá natoľko vyvinutú funkciu reči a jazyka, čo sa odráža aj na podstatnom rozdielne pomere porúch reči (Pease, 2007, s. 181).

#### **Myslia stále iba na to „jedno“**

„Muži často používajú svoju sexuálnu energiu ako bezpečný priestor pre potlačenú emocionálnu energiu“ (De Angelis, 2004, s. 133).

Hlavným cieľom sexuality je reprodukcia. Našťastie muži myslia na sex a ich prirodzenosť ich k tomu vedie. Takže muž myslí na sex a pristupuje k sexuálnym aktivitám, zatiaľ čo žena sa sústreďuje skôr na vzťahový kontext, v ktorom sa sexuálna aktivita odohráva. (Dallaire, 2009, s. 85)

#### **Predčasná ejakulácia**

Jedným z najväčších zdrojov sexuálnej slasti u mužov je práve penetrácia (vnikanie). Nie je teda nijako prekvapivé, že mužská sexualita je zameraná predovšetkým na pohlavnú stránku. Obviňovať muža z predčasnej ejakulácie na tom nič nezmení, to by sme mohli ženy obviňovať, že neskoro dosahujú orgazmus. (Dallaire, 2009, s. 86)

### 3.1.3 Chyby, ktorých sa ženy vo vzťahu dopúšťajú

Či si to ženy uvedomujú alebo nie, v mužoch, ktorých milujú, možno svojim správaním prebúdajú to najhoršie.

„Mnohé vzorce správania, ktoré si ženy osvojili, aby sa stali „milujúcimi ženami“, pôsobia na vzťahy s mužmi deštruktívne“ (De Angelis, 2004, s. 28).

Šesť najčastejších chýb, ktorých sa ženy pri mužoch dopúšťajú, sú:

- 1) Ženy sa správajú ako matky a s mužmi zaobchádzajú ako s deťmi
- 2) Ženy obetujú svoje ja a seba kladú až na druhé miesto za muža, ktorého milujú
- 3) Ženy sa zamilúvajú do toho, čím by sa muž mohol stať
- 4) Ženy taja svoje schopnosti
- 5) Ženy sa vzdávajú moci v prospech mužov
- 6) Ženy sa správajú ako deti, len aby od muža dostali, čo chcú

### 3.2 Mužský pohľad na partnerský vzťah

Mužove potreby vyplývajú z historického pohľadu na úlohu muža, teda na jeho základnú úlohu zaistiť obživu rodine. Spoločnosť žiada citlivých a empatických mužov, ktorí sa môžu starať o bábätká a venovať sa veciam, ktorými sa skôr zaoberali ženy. Napriek tomu je očakávané, že muž bude žene oporou, ochrancom. Niekedy nie je ľahké zvládnuť oboje naraz.

Muži očakávajú najmä:

- 1) Uvarené, upratané
- 2) Sex, kedykoľvek sa im zachce
- 3) Obdiv stále
- 4) Nezatážovať starosťami

Pre dobré spolužitie muž potrebuje ocenenie svojich činov. Dnešní muži majú menej možností stať sa hrdinami než ich predchodcovia. Sú citliví na úspech v práci, v športe, vo svojich koníčkoch. Všímať si úspech a vedieť ich oceniť, to je dobrý prejav záujmu a vklad, ktorý sa zúročí. (Venglářová, 2008, s. 23)

### 3.2.1 Mužské prežívanie sexuality

Ak vezmeme do úvahy, že muži majú až 20-krát viac testosterónu ako ženy, sú nám jasné príčiny ich mocnej sexuality. Z tohto dôvodu môže mať muž sexuálny styk takmer kdekoľvek a kedykoľvek. (Pease, 2000, s. 101)

„Mužova sexuálna túžba je ako plynový varič – rýchlo vzplanie, v priebehu niekoľkých sekúnd dosiahne plný výkon a rovnako rýchlo uhasína“ (Pease, 2000, s. 102).

Podľa De Angelis (2004, s. 144) muži chcú viac:

- spontánnosti
- telesnej vášne
- hravého, žiadostivého sexu

Tieto rozdielne sexuálne chute majú pôvod v rozdieloch medzi mužmi a ženami. Muži sú väčšmi zameraní na dosiahnutie cieľa, pre väčšinu mužov je jednoduchšie prežiť sex než sa milovať.

„Keď muž sám sebe dovoľí, aby prežil so ženou čistý sex, pociťuje určitú spontánnosť, odovzdanosť a vášň, ktoré sa často strácajú vo vedomom, postupnom procese milovania“ (De Angelis, 2004, s. 145).

### 3.2.2 Chyby, ktoré vyčítajú muži ženám

#### Ženy stále kritizujú

Väčšina mužov má dojem, že ich ženy stále „kecajú“ – neustále majú čo pripomínať, nie sú nikdy spokojné a chcú stále viac. Muži potom netušia, ako k nim majú pristupovať. Domnievajú sa, že robia všetko, aby ženy boli šťastné, ale to ony nie, stále musí byť nejaký problém.

Tento dojem vzniká aj zo skutočnosti, že muži a ženy nepoužívajú jazyk rovnakým spôsobom. Zatiaľ čo muž využíva reč, aby získal alebo podal užitočnú informáciu, žena používa jazyk na vyjadrenie pocitov a komunikáciu s druhými. (Dallaire, 2009, s. 77)

Ak sekíruje muž, vníma sa to veľmi odlišne. Muži nie sú od prírody stvorení na sekírovanie. Správajú sa asertívne, odovzdávajú svoju múdrosť a jemne pripomínajú ženám, aby sa vrátili na správnu cestu, ak z nej náhodou zišli.

Ženy sa domnievajú, že sekírovaním dávajú najavo svoju starostlivosť, ale muži to len zriedka vnímajú rovnako. (Pease, 2007, s. 25)

### **Frekvencia sexuálnych stykov**

Muž vníma každé pohladenie ako sexuálnu predohru. Sexuálna žiadostivosť je u muža taká silná, že aj ten najobyčajnejší prejav ženinej náklonnosti si vysvetlí ako túžbu po sexe. Preto majú muži často pocit, že ich žena odmieta. (Pease, 2010, s. 197)

Mužské libido je 1,5 - 3-krát silnejšie ako ženské, v závislosti na veku partnerov. U muža to vyvolá dojem, že žena sa nikdy nemá chuť milovať alebo, že ju k tomu muž vždy musí nútiť.

Nemožno sa teda čudovať tomu, že ženy často strácajú libido – hlavným dôvodom je, že partneri sa v milovaní riadia podľa muža, a to nemusí žene nevyhnutne vyhovovať. (Dallaire, 2009, s. 78)

### **Neľahké dosahovanie orgazmu**

Muž vyjadruje svoju netrpezlivosť tým, že žene hovorí, že jej dlho trvá, než dosiahne orgazmus. Žena často cíti mužovu netrpezlivosť a reaguje emotívne, čím spomalí nástup svojho vzrušenia.

Je potrebné vedieť, že ženy na rozdiel od mužov nemajú schopnosť orgazmu vrodenu, pretože ju nepotrebujú ku svojej reprodukcii. Žena sa teda musí orgazmu naučiť. Na rozdiel od mužov nie je hlavným fyzickým zdrojom sexuálnej stimulácie trenie ženského genitálu, ale vibrácia. (Dallaire, 2009, s. 79)

Keď pochopíme, že ženský a mužský mozog sú nastavené odlišne a zoberieme to ako fakt, keď si uvedomíme, že máme odlišné predstavy o sexe, iné priority, začneme k sexu pristupovať trochu inak a čoskoro budeme o sebe navzájom hovoriť, že sme vynikajúci milenci či milenky.

Ideálny sexuálny život je, ak obaja partneri prestanú súdiť toho druhého a budú sa snažiť naplniť jeho či jej potreby. Naše sexuálne potreby sú odlišné. Nie horšie či lepšie, jednoducho odlišné. (Pease, 2010, s. 195)

## **II. PRAKTICKÁ ČÁST**

## 4 VÝSKUM

### 4.1 Výskumný problém

Aké sú potreby mužov a žien v partnerskom vzťahu v období mladej dospelosti, v čom sa zhodujú a naopak odlišujú?

### 4.2 Cieľ výskumu

Cieľom výskumu je zmapovať pohľad mužov a žien na partnerský vzťah a ich potreby týkajúce sa partnerského vzťahu.

### 4.3 Výskumné predpoklady

P1: Predpokladám, že viac ako 40% respondentov si myslí, že fáza zamilovanosti sa končí po prvom roku vzťahu.

P2: Predpokladám, že viac ako 50% respondentov sa už vo vzťahu stretlo s neverou.

P3: Predpokladám, že viac ako 60% mužov má dojem, že ženy sú vo vzťahu konfliktnejšie.

P4: Domnievam sa, že viac ako 60% žien má pocit, že im partner nedokáže naslúchať.

P5: Predpokladám, že viac ako 50% respondentov považuje úplnú úprimnosť vo vzťahu za jeden z kľúčových pilierov vzťahu.

P6: Predpokladám, že viac ako 70% respondentov sa dokáže otvorene porozprávať vo vzťahu s partnerom o sexuálnych potrebách.

### 4.4 Metodika výskumu

#### 4.4.1 Výskumná metóda

Pre svoj výskum som zvolila kvantitatívnu metódu výskumu (popisný výskum), techniku anonymného dotazníkového šetrenia. Túto metódu som si vybrala, pretože k výhodám dotazníku patrí rýchlosť získaných informácií, veľký počet respondentov, získanie väčšieho množstva odpovedí za pomerne krátku dobu a ochota opýtaných spolupracovať. Výhodou bola taktiež anonymita, vďaka ktorej respondenti nemali problém s odpoveďami.

Dotazník obsahoval 25 otázok.

#### 4.4.2 Výskumný súbor

Chráška (2007, s. 164) definoval dotazník ako: „Sústavu popredu pripravených a starostlivo formulovaných otázok, ktoré sú premyslené a zoradené a na ktoré opýtaná osoba (respondent) odpovedá písomne“.

Dotazník som poslala prostredníctvom e-mailu medzi svojich priateľov, ktorí museli popredu spĺňať určité kritériá, čiže sa jednalo o zámerný výber. Prvou podmienkou bol vek respondentov medzi 20-35 rokov a druhou podmienkou bolo, aby už mali za sebou skúsenosť s partnerským vzťahom, aby ich odpovede mohli byť objektívne, nie iba hypotetické. Celkom som poslala 120 dotazníkov, z ktorých sa mi vrátilo 110, čo je približne 91%, pričom dotazník vyplnilo 55 žien a 55 mužov. Základným súborom bolo teda 110 dotazníkov.

## 5 VÝSLEDKY VÝSKUMU

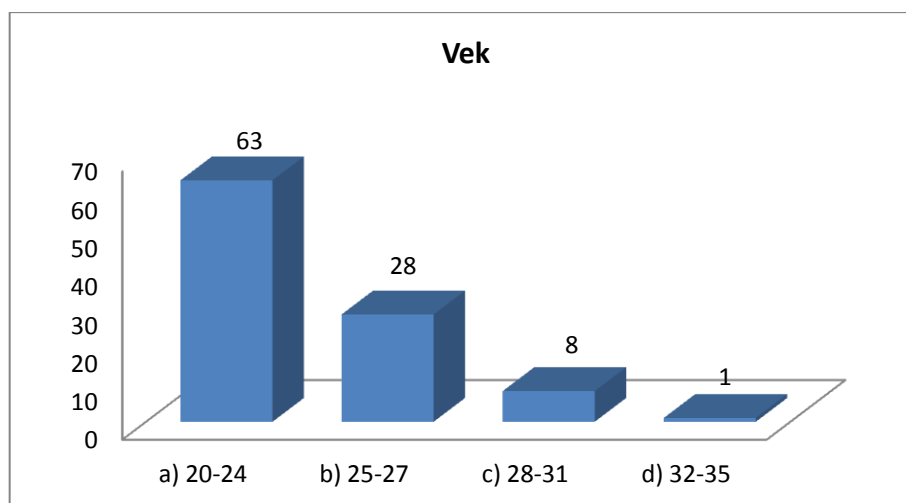
Nasledující část bakalářské práce obsahuje výsledky výskumu. Představím každou otázku jednotlivě podľa poradía. Zobrazené hodnoty sú uvedené v percentách.

### 5.1 Otázka č. 1 – Vek

Tabuľka 1. Vek respondentov

Odpovede	Absolútny počet	Relatívny počet (%)
a) 20-24	69	63
b) 25-27	31	28
c) 28-31	9	8
d) 32-35	1	1
celkom	110	100

Graf 1 Vek respondentov



Z grafu možno vyčítať, že väčšina respondentov je vo veku od 20-24 rokov. Celkom odpovedalo 110 respondentov.

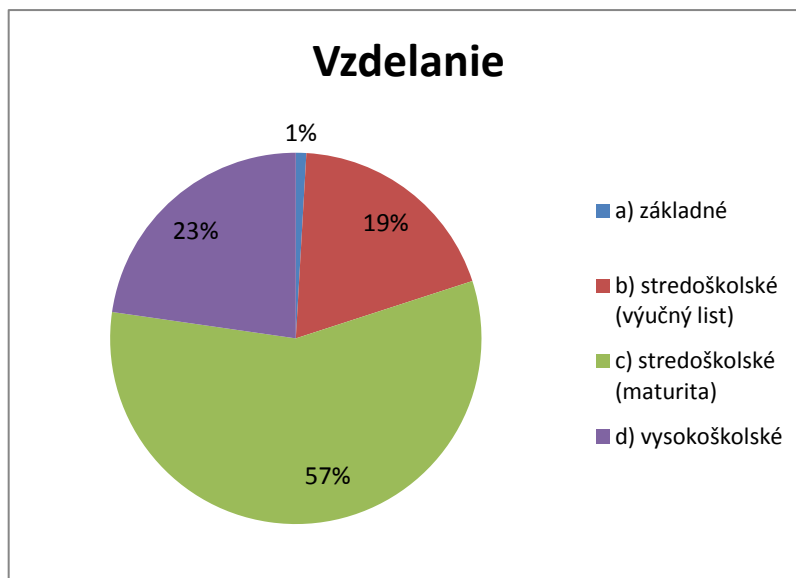
### 5.2 Otázka č. 2 – Aké je vaše najvyššie dosiahnuté vzdelanie?

Tabuľka 2 Najvyššie dosiahnuté vzdelanie

Odpovede	Absolútny počet	Relatívny počet (%)
a) základné	1	1
b) stredoškolské (výučný list)	21	19
c) stredoškolské (maturita)	63	57
d) vysokoškolské	25	23
celkom	110	100



Graf 2 Najvyššie dosiahnuté vzdelanie

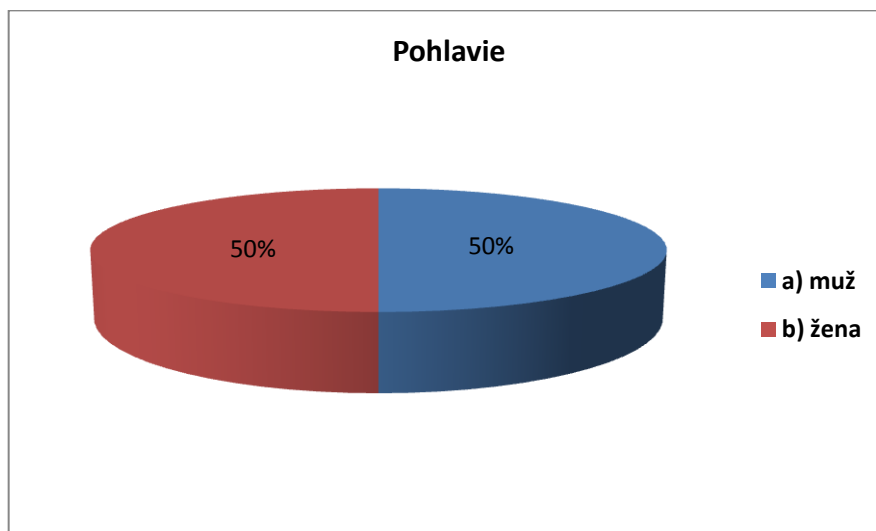


### 5.3 Otázka č. 3 – Aké je vaše pohlavie?

Tabuľka 3 Pohlavie

Odpovede	Absolútny počet	Relatívny počet (%)
a) muž	55	50
b) žena	55	50
celkom	110	100

Graf 3 Percentuálne zastúpenie pohlavia



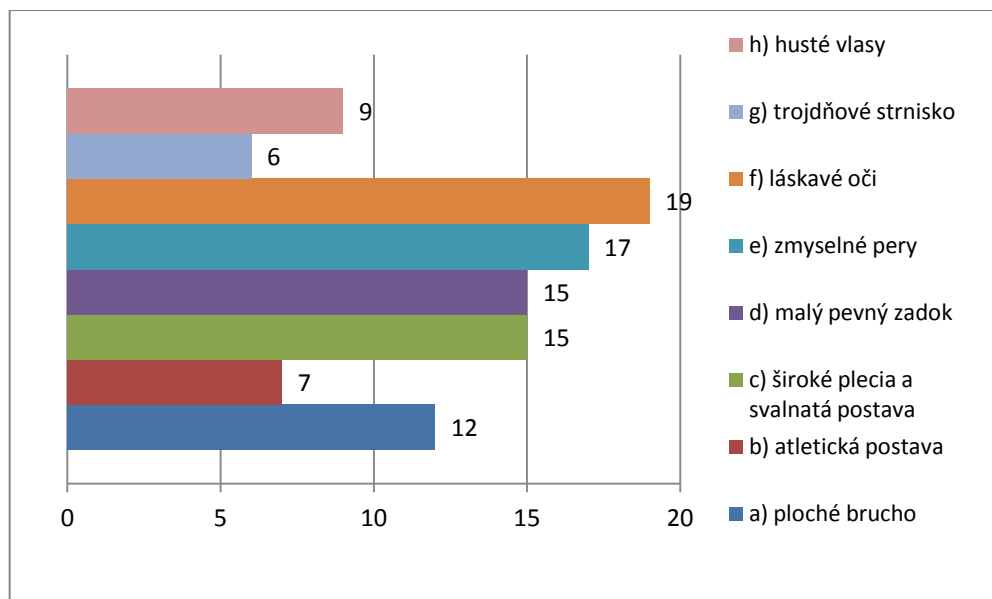
Z tabuľky možno vyčítať, že výskumu sa zúčastnil rovnaký počet žien a mužov, čo prispelo k objektívnemu porovnaniu mužského a ženského pohľadu na partnerský vzťah.

#### 5.4 Otázka č. 4 – Z nasledujúcich možností vyberte 5, ktoré vás na mužoch najviac priťahujú:

Tabuľka 4 Fyzická príťažlivosť ženy

Odpovede	Absolútny počet	Relatívny počet (%)
a) ploché brucho	34	12
b) atletická postava	19	7
c) široké plecia a svalnatá postava	40	15
d) malý pevný zadok	41	15
e) zmyselné pery	47	17
f) láskavé oči	52	19
g) trojdňové strnisko	17	6
h) husté vlasy	25	9
celkom	275	100

Graf 4 Fyzická príťažlivosť ženy



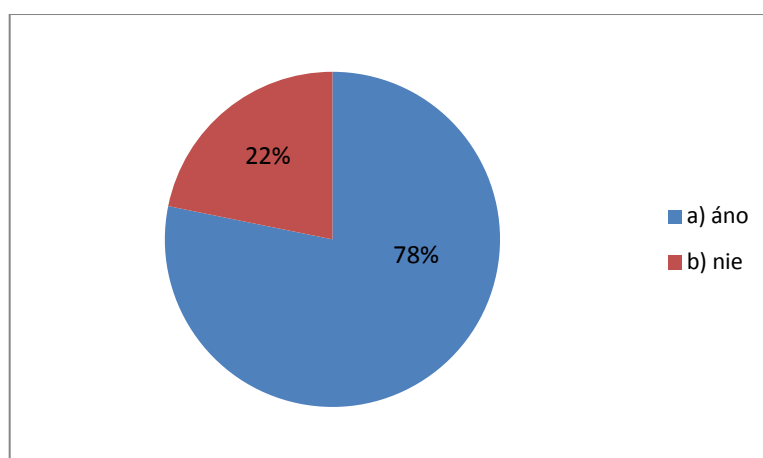
Na túto otázku odpovedali iba ženy. Na grafe je vidieť, že najdôležitejšou črtou pri fyzickej príťažlivosti sú láskavé oči, označilo ich až 19% respondentiek, ďalej nasledujú zmyselné pery, malý pevný zadok a široké plecia a svalnatá postava.

### 5.5 Otázka č. 5 – Máte niekedy pocit, že vám partner nedokáže naslúchať?

Tabuľka 5 Naslúchanie partnera

Odpovede	Absolútny počet	Relatívny počet (%)
a) áno	43	78
b) nie	12	22
celkom	55	100

Graf 5 Naslúchanie partnera



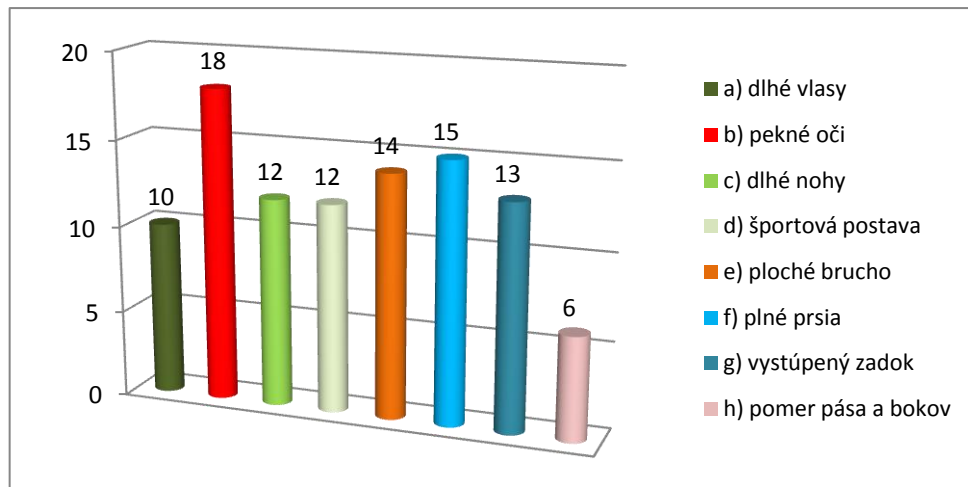
Táto otázka bola rovnako položená iba ženám. Až 78% žien uviedlo, že si myslí, že im partner nedokáže naslúchať. Tu sa potvrdila pravdivosť myšlienky, že ženy sú komunikatívnejšie, potrebujú diskutovať a riešiť problémy.

### 5.6 Otázka č. 6 – Z nasledujúcich možností vyberte 5, ktoré vás na ženách najviac priťahujú:

Tabuľka 6 Fyzická príťažlivosť muži

Odpovede	Absolútny počet	Relatívny počet (%)
a) dlhé vlasy	27	10
b) pekné oči	50	18
c) dlhé nohy	34	12
d) športová postava	34	12
e) ploché brucho	38	14
f) plné prsia	40	15
g) vystúpený zadok	35	13
h) pomer pásu a bokov	17	6
celkom	275	100

Graf 6 Fyzická přitažlivost muži



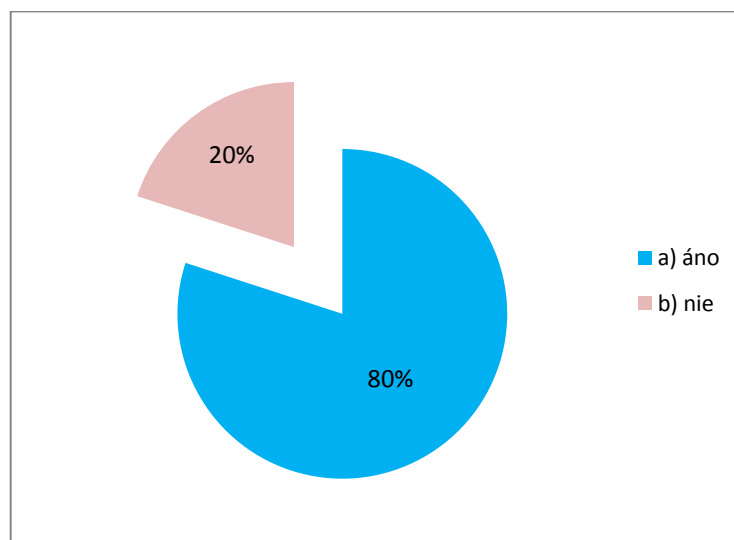
Táto otázka bola položená iba mužom. Z výsledkov vyplýva, že mužov najviac pri pohľade na ženu upútajú najskôr pekné oči (18%), potom nasledujú plné prsia, ploché brucho a vystúpený zadok.

### 5.7 Otázka č. 7 – Myslíte si, že ženy sú v partnerskom vzťahu konfliktnejšie?

Tabuľka 7 Konfliktnosť žien

Odpovede	Absolútny počet	Relatívny počet (%)
a) áno	44	80
b) nie	11	20
celkom	55	100

Graf 7 Konfliktnosť žien



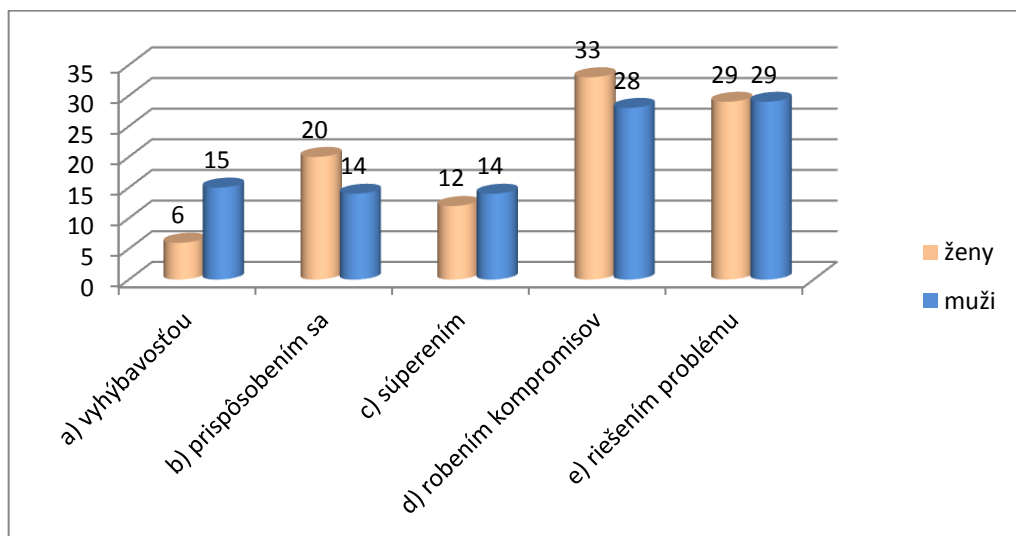
Táto otázka bola taktiež položená iba mužom. Z výsledkov vyplýva, že až 80% mužov si myslí, že ženy sú vo vzťahu konfliktnejšie ako muži. Súvisí to s lepšou schopnosťou žien sekírovať.

## 5.8 Otázka č. 8 – Akým štýlom riešite konflikt v partnerskom vzťahu?

Tabuľka 8 Riešenie konfliktu

Odpovede	Absolútny počet		Relatívny počet (%)	
	ženy	muži	ženy	muži
a) vyhýbavosťou	8	19	6	15
b) prispôbením sa	26	17	20	14
c) súperením	16	17	12	14
d) robením kompromisov	44	34	33	28
e) riešením problému	39	36	29	29
celkom	133	123	100	100

Graf 8 Riešenie konfliktu



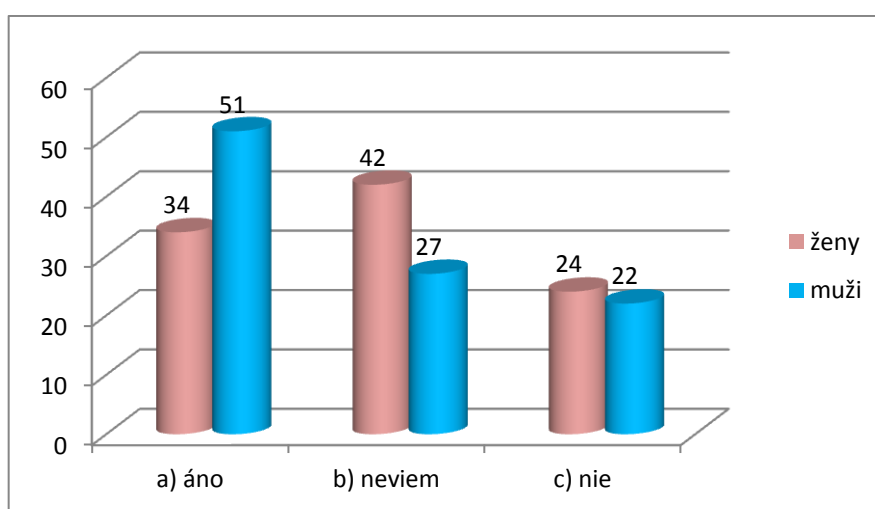
Z tohto porovnania vyplýva, že ženy najčastejšie riešia konflikt robením kompromisov (33%), čiže sú prispôsobivejšie, zatiaľ čo muži riešia konflikt riešením problému (29%). Ženy uviedli, že konflikt riešia najmenej vyhýbavosťou, zatiaľ čo muži označili rovnako súperenie a prispôbenie sa.

## 5.9 Otázka č. 9 – Stretli ste sa vo vašom vzťahu s manipuláciou?

Tabuľka 9 Manipulácia

Odpovede	Absolútny počet	Stĺpec1	Relatívny počet (%)	Stĺpec2
	ženy	muži	ženy	muži
a) áno	19	28	34	51
b) neviem	23	15	42	27
c) nie	13	12	24	22
celkom	55	55	100	100

Graf 9 Manipulácia



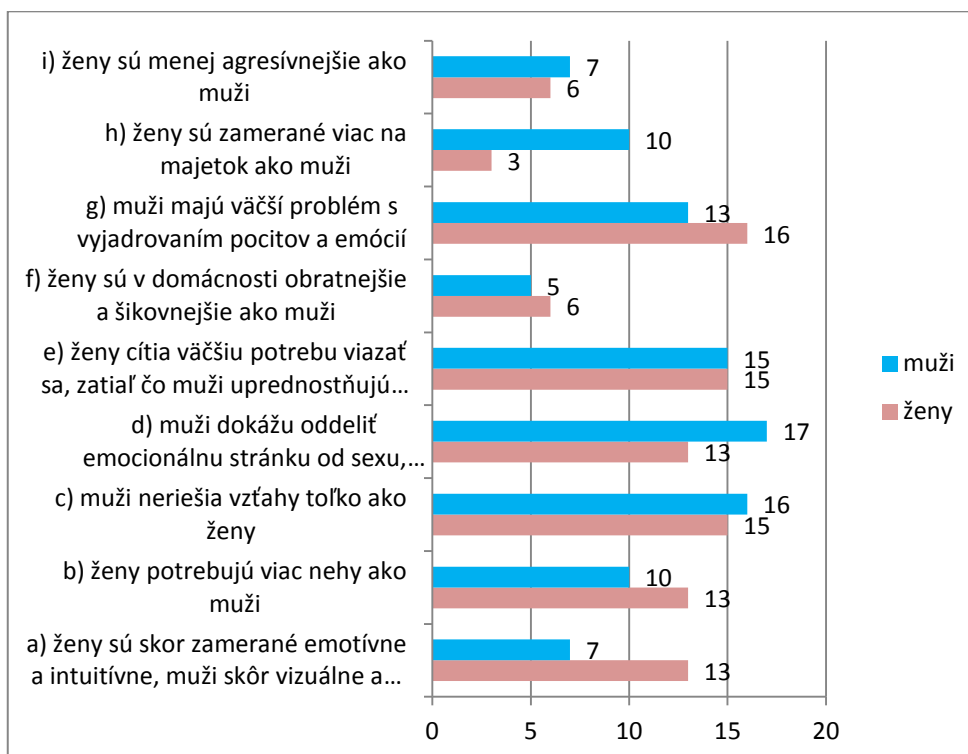
V tejto otázke sa muži a ženy nezhodli. 51% mužov uviedlo, že sa vo vzťahu stretlo s manipuláciou, zatiaľ čo sa týka žien, tých sa stretlo s manipuláciou iba 34%. Niektorí (42% žien a 27% mužov) nevedelo odpovedať, či sa už stretli s manipuláciou alebo nie. Môže to byť spôsobené tým, že nedokázali presne definovať manipuláciu alebo znaky, ktoré korešpondujú s manipuláciou, oni za znaky manipulácie nepovažujú.

## 5.10 Otázka č. 10 – Z nasledujúcich možností vyberte tie, ktoré podľa vás predstavujú najväčšie rozdiely v pojatí partnerského vzťahu medzi mužmi a ženami

Tabuľka 10 Rozdiely v pojatí partnerského vzťahu

Odpovede	Absolútny počet		Relatívny počet (%)	
	ženy	muži	ženy	muži
a) ženy sú skor zamerané emotívne a intuitívne, muži skôr vizuálne a sexuálne	27	14	13	7
b) ženy potrebujú viac nehy ako muži	28	20	13	10
c) muži neriešia vzťahy toľko ako ženy	33	31	15	16
d) muži dokážu oddeliť emocionálnu stránku od sexu, ženy nie	28	33	13	17
e) ženy cítia väčšiu potrebu viazať sa, zatiaľ čo muži uprednostňujú nezáväznosť	32	30	15	15
f) ženy sú v domácnosti obratnejšie a šikovnejšie ako muži	14	9	6	5
g) muži majú väčší problém s vyjadrovaním pocitov a emócií	34	25	16	13
h) ženy sú zamerané viac na majetok ako muži	7	19	3	10
i) ženy sú menej agresívnejšie ako muži	13	13	6	7
celkom	216	194	100	100

Graf 10 Rozdiely v pojatí partnerského vzťahu



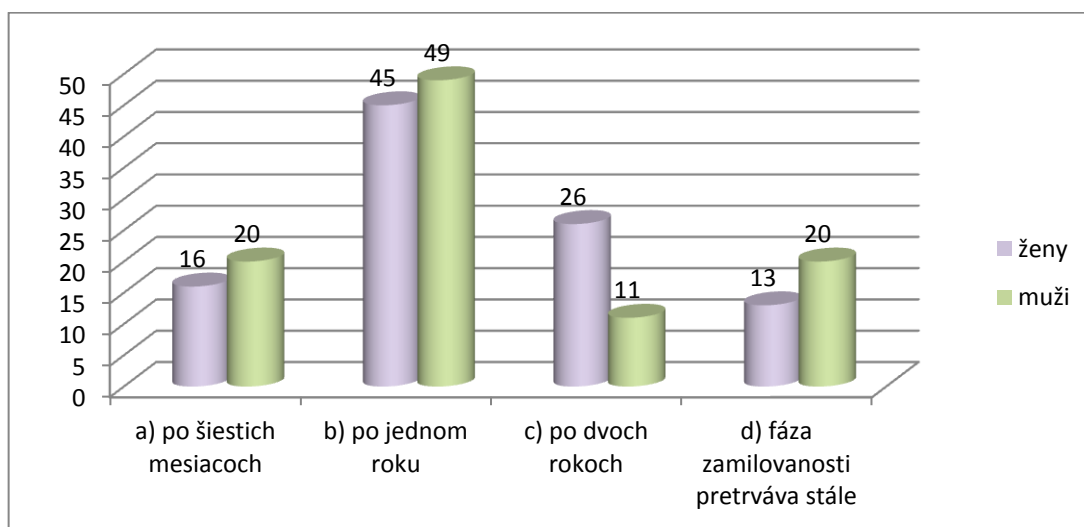
Z grafu vyplývá, že až 16% žien považuje za najväčší rozdiel medzi mužmi a ženami to, že majú väčší problém s vyjadrovaním citov a emócií, zatiaľ čo 16% mužov uviedlo, že najväčší rozdiel vidia v tom, že muži neriešia vzťah toľko ako ženy.

### 5.11 Po akej dlhej dobe sa podľa vás končí fáza zamilovanosti a začína dlhodobý partnerský vzťah?

Tabuľka 11 Fáza zamilovanosti

Odpovede	Absolútny počet		Relatívny počet (%)	
	ženy	Stĺpec1 muži	ženy	Stĺpec2 muži
a) po šiestich mesiacoch	9	11	16	20
b) po jednom roku	25	27	45	49
c) po dvoch rokoch	14	6	26	11
d) fáza zamilovanosti pretrváva stále	7	11	13	20
celkom	55	55	100	100

Graf 11 Fáza zamilovanosti



Výsledky ukazujú, že muži a ženy zhodnotili rovnako, že fáza zamilovanosti sa v partnerskom vzťahu končí približne po jednom roku. Avšak prekvapivo až 20% mužov si myslí, že fáza zamilovanosti pretrváva vo vzťahu stále. Iba 13% žien súhlasilo s tým istým tvrdením.



**5.12 Otázka č. 12 – K nasledujícím pilířům partnerského vztáhu  
priradíte čísla od 1 (nejdůležitější) do 5 (nejméně důležité), přičemž  
sa čísla mohou opakovat:**

Tabulka 12 Odpověde žien

Odpověde žien							
	1	2	3	4	5	arit- me- tický prie- mar- ro- dajná od- chýl-	
a) tolerancia	33	16	5	1	0	1,53	0,74
b) podobný životný štýl a hodnoty	5	17	26	3	4	2,71	0,98
c) priateľstvo	15	23	14	3	0	2,10	0,87
d) sexuálna prítťaživosť	14	30	8	1	2	2,04	0,90
e) emocionálna otvorenosť	19	22	7	5	2	2,07	1,09

Tabulka 13 Odpověde mužov

Odpověde mužov							
	1	2	3	4	5	arit- me- tický prie- mar- ro- dajná od- chýl-	
a) tolerancia	19	23	7	1	5	2,09	1,17
b) podobný životný štýl a hodnoty	7	10	21	15	2	2,91	1,06
c) priateľstvo	12	15	21	5	2	2,45	1,05
d) sexuálna prítťaživosť	29	15	6	4	1	1,78	1,03
e) emocionálna otvorenosť	2	28	16	5	4	2,65	0,97

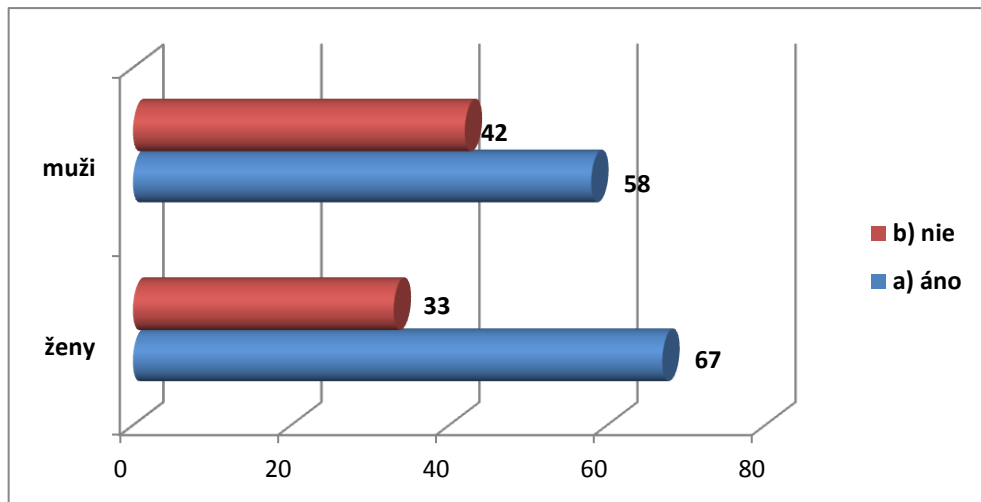
Pri porovnaní mužských a ženských odpovedí, ktoré piliere považujú za najdôležitejšie, 33 žien hodnotilo toleranciu ako najdôležitejší piliér vztáhu, zatiaľ čo 29 mužov sa zhodlo, že najdôležitejším piliérom je podľa nich sexuálna prítťaživosť. Tu je vidieť rozdiel medzi emotívne zameranými ženami a vizuálne zameranými mužmi.

**5.13 Otázka č. 13 – Súhlasíte s tvrdením: „Ak sa partneri milujú, mali by  
byť k sebe vo všetkých veciach úprimní“?**

Tabulka 14 Úprimnosť partnerov

Odpověde	Absolútny počet	Stĺpec1	Relatívny počet (%)	Stĺpec2
	ženy	muži	ženy	muži
a) áno	37	32	67	58
b) nie	18	23	33	42
celkom	55	55	100	100

Graf 12 Úprimnosť partnerov



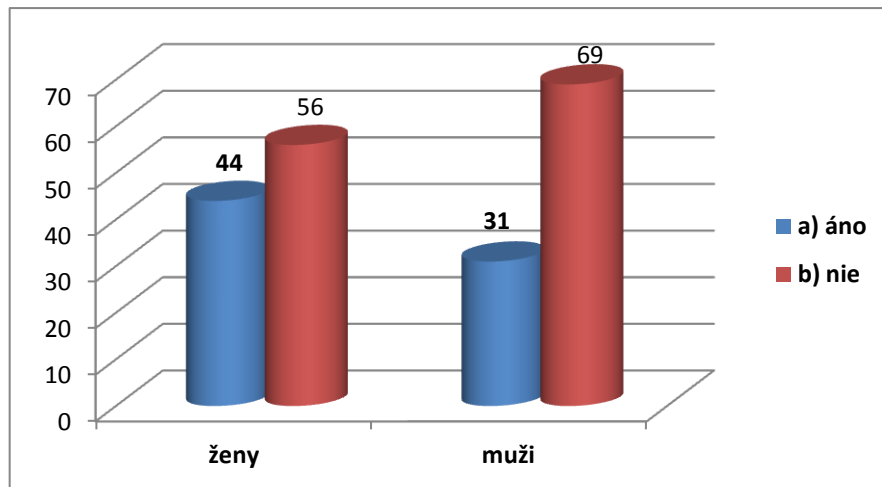
Na tomto grafe je vidieť, že ženy a muži sa zhodli v tom, že úplná úprimnosť je vo vzťahu dôležitá. Avšak nemyslím si, že to tak v skutočnosti vo vzťahu funguje, že sú partneri vo všetkom úprimní a hlavne sa domnievam, že každý má vo vzťahu nejaké tajomstvo alebo veci, ktoré nie je vhodné partnerovi povedať.

#### 5.14 Otázka č. 14 – Súhlasíte s tvrdením: „Partneri musia mať rovnaké osobné ciele, záujmy, hodnoty a názory“?

Tabuľka 15 Hodnoty, ciele, záujmy a názory

Odpovede	Absolútny počet		Relatívny počet (%)	
	ženy	muži	ženy	muži
a) áno	24	17	44	31
b) nie	31	38	56	69
celkom	55	55	100	100

Graf 13 Hodnoty, ciele, záujmy a názory



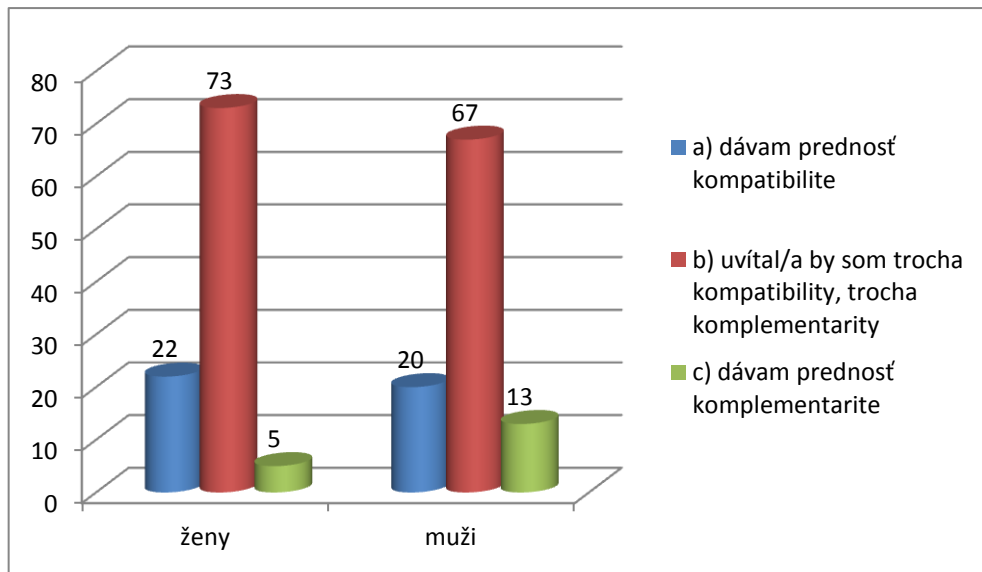
Muži a ženy sa zhodli na tom, že nie je dôležité mať vo všetkom rovnaké názory, ciele a hodnoty, čo sa partnerského vzťahu týka.

### 5.15 Otázka č. 15 – Pri voľbe partnera dávate prednosť kompatibilite alebo komplementarite?

Tabuľka 16 Komplementarita a kompatibilita obe pohlavia

Odpovede	Absolútny počet	Relatívny počet (%)
a) dávam prednosť kompatibilite	23	21
b) uvítal/a by som trocha kompatibility, trocha komplementarity	77	70
c) dávam prednosť komplementarite	10	9
celkom	110	100

Graf 14 Komplementarita a kompatibilita muži a ženy



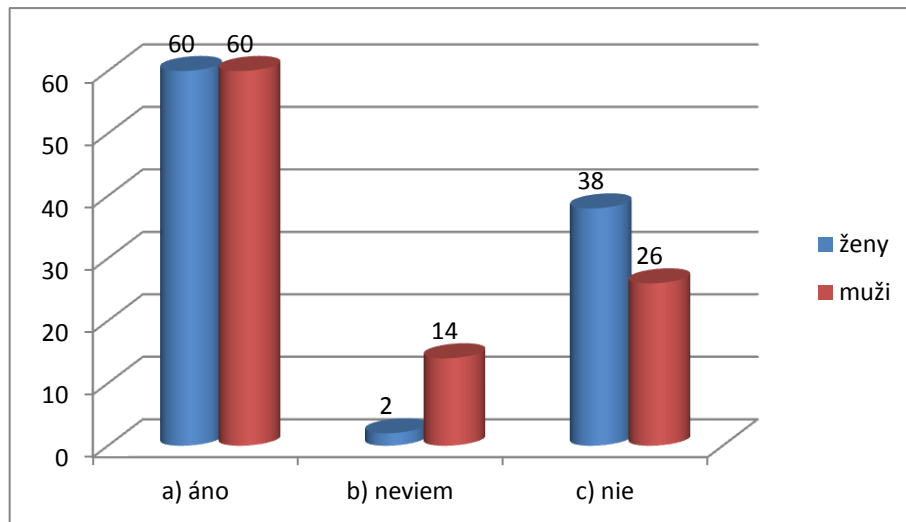
Pri tejto otázke som sa rozhodla uviesť tabuľku, ktorá vyjadruje názory oboch pohlaví dohromady a graf, ktorý znázorňuje jednotlivo názory mužov a žien. 73% žien a 67% mužov sa zhodlo, že by uvítali trochu komplementarity a trochu kompatibility, ostatné možnosti boli neporovnateľne nižšie. Ani jedno pohlavie sa výrazne neprikláňalo iba ku komplementarite alebo kompatibilite.

### 5.16 Otázka č. 16 – Stretli ste sa už vo vzťahu s neverou?

Tabuľka 17 Stretnutie s neverou

Odpovede	Absolútny počet		Relatívny počet (%)	
	ženy	Stĺpec1 muži	ženy	Stĺpec2 muži
a) áno	33	33	60	60
b) neviem	1	8	2	14
c) nie	21	14	38	26
celkom	55	55	100	100

Graf 15 Stretnutie s neverou

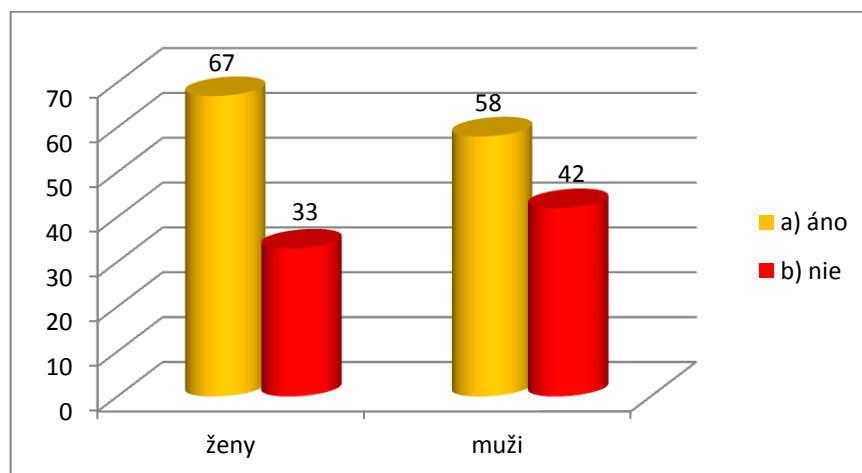


### 5.17 Otázka č. 17 – Boli ste už vo vzťahu neverní?

Tabuľka 18 Nevera

Odpovede	Absolútny počet		Relatívny počet (%)	
	ženy	muži	ženy	muži
a) áno	37	32	67	58
b) nie	18	23	33	42
celkom	55	55	100	100

Graf 16 Nevera



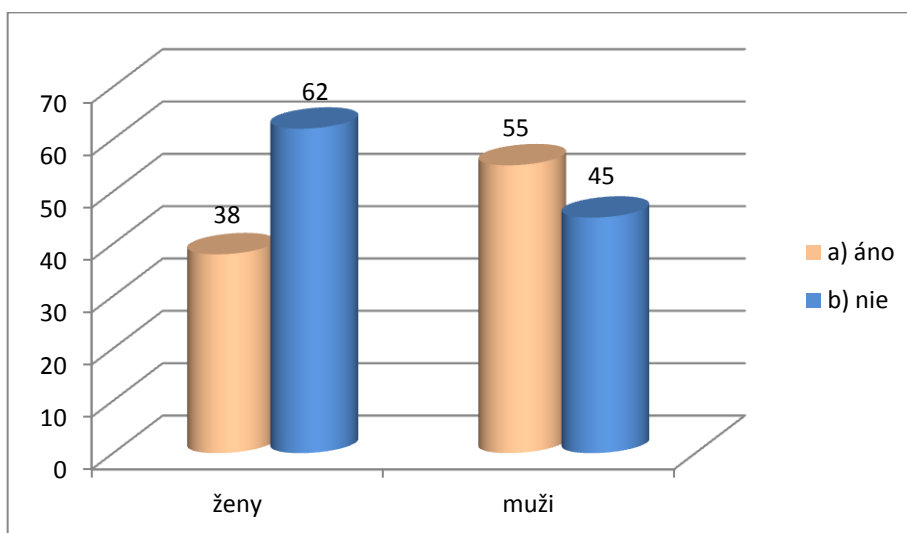
Z výsledkov vyplýva, že až 67% žien už bolo vo vzťahu neverných, zatiaľ čo neverných mužov bolo 58%. Štatistiky tvrdia, že ženy a muži sú rovnako neverní, čo sa, myslím, týmto potvrdilo. Dá sa povedať, že minimálne 50% respondentov už bolo vo vzťahu neverných.

### 5.18 Otázka č. 18 – Súhlasíte s tvrdením: „Nevera muža je niečo iné ako nevera ženy“?

Tabuľka 19 Rozdiel v nevere ženy a muža

Odpovede	Absolútny počet	Stĺpec1	Relatívny počet (%)	Stĺpec2
	ženy	muži	ženy	muži
a) áno	21	30	38	55
b) nie	34	25	62	45
celkom	55	55	100	100

Graf 17 Rozdiel v nevere ženy a muža



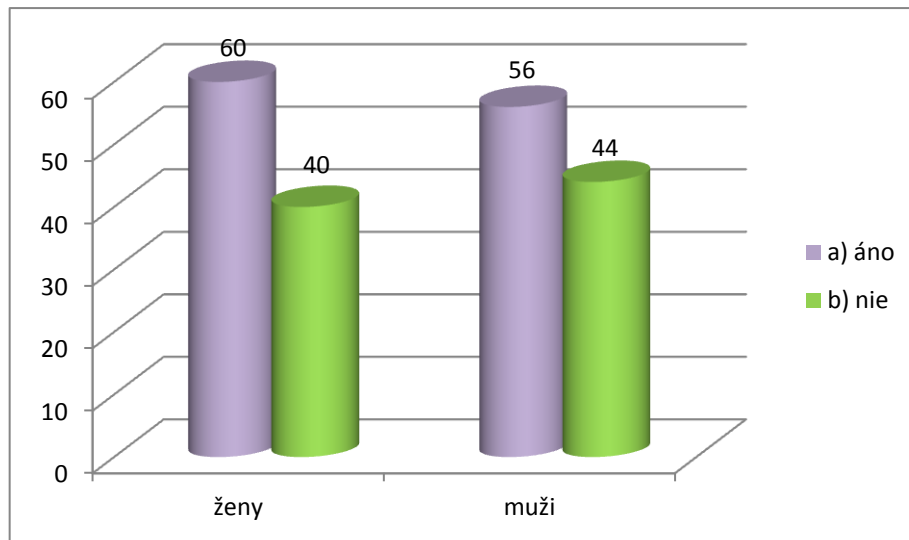
Tieto výsledky potvrdzujú, že ženy nevidia rozdiel v mužskej a ženskej nevere. Naopak muži si myslia, že rozdiel tam je. Pri opýtaní na rozdiel väčšina odpovedalo, že muž vidí v nevere iba sexuálnu stránku, ale žena nedokáže oddeliť emocionálnu stránku od sexuálnej.

### 5.19 Otázka č. 19 – Myslíte si, že je jednoduchšie partnera kritizovať ako pochváliť?

Tabuľka 20 Kritika verzus pochvala

Odpovede	Absolútny počet	Stĺpec1	Relatívny počet (%)	Stĺpec2
	ženy	muži	ženy	muži
a) áno	33	31	60	56
b) nie	22	24	40	44
celkom	55	55	100	100

Graf 18 Kritika verzus pochvala

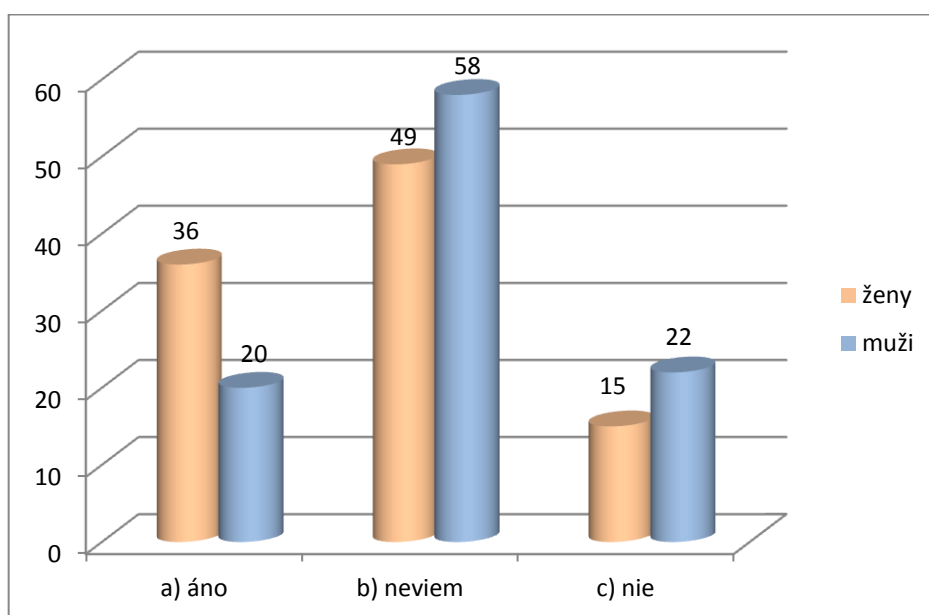


**5.20 Otázka č. 20 – Dokážete prijímať kritiku bez odvetu alebo sebaľúbovosti?**

Tabuľka 21 Prijatie kritiky

Odpovede	Absolútny počet		Relatívny počet (%)	
	ženy	muži	ženy	muži
a) áno	20	11	36	20
b) neviem	27	32	49	58
c) nie	8	12	15	22
celkom	55	55	100	100

Graf 19 Prijatie kritiky

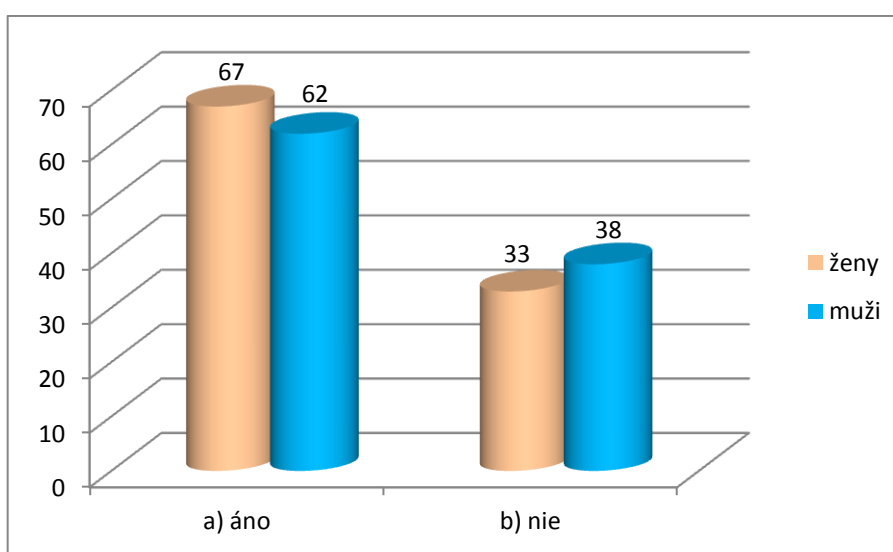


### 5.21 Otázka č. 21 – Dokážete si od partnera vyžiadať kritiku?

Tabuľka 22 Vyžiadanie kritiky

Odpovede	Absolútny počet	Stĺpec1	Relatívny počet (%)	Stĺpec2
	ženy	muži	ženy	muži
a) áno	37	34	67	62
b) nie	18	21	33	38
celkom	55	55	100	100

Graf 20 Vyžiadanie kritiky



Výsledky ukazujú, že muži a ženy sa zhodli v tom, že si dokážu vyžiadať kritiku od partnera. Uviedlo to až 67% žien a 62% mužov. Naučiť sa prijímať a taktiež si vedieť vypýtať kritiku je vo vzťahu veľmi dôležité a pomáha to predchádzať zbytočným nedorozumeniam a hádkam.

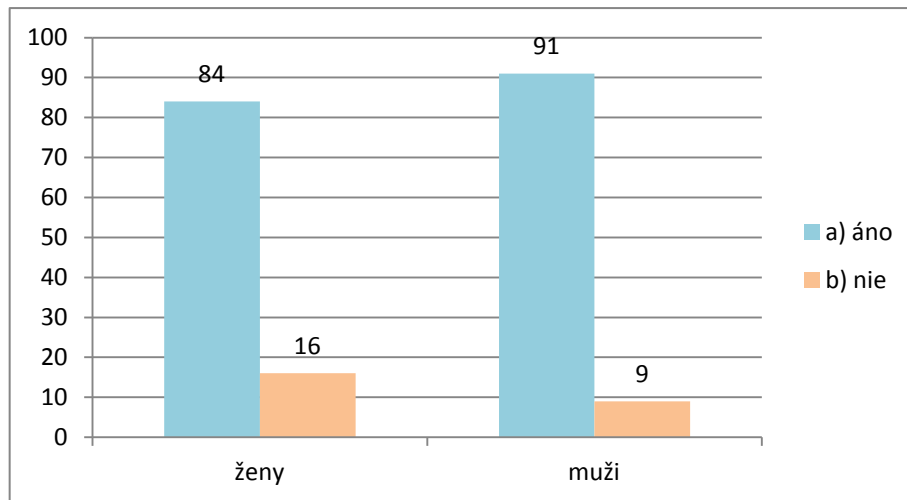
### 5.22 Otázka č. 22 – Dokážete otvorene hovoriť s partnerom o svojich sexuálnych potrebách?

Tabuľka 23 Vyjadrenie sexuálnej potreby

	ženy	muži	ženy	muži
a) áno	46	50	84	91
b) nie	9	5	16	9
celkom	55	55	100	100



Graf 21 Vyjadrenie sexuálnej potreby



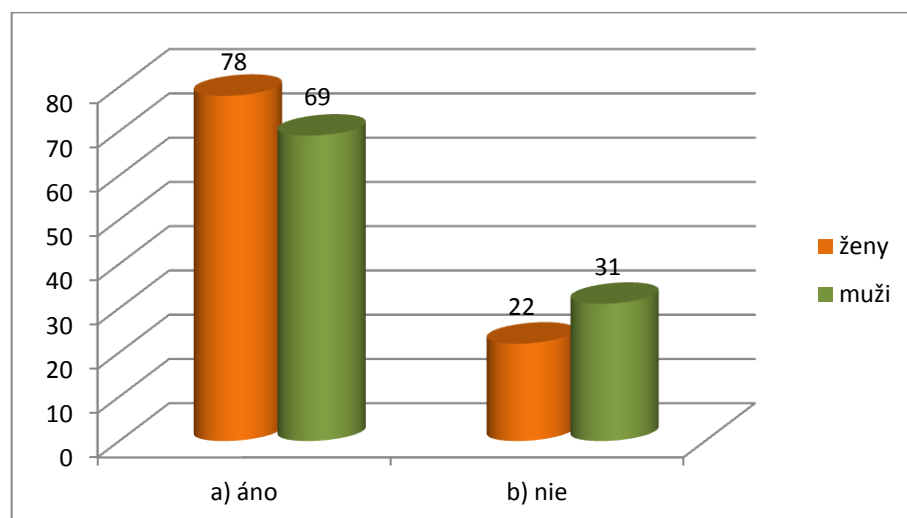
Výsledky ukázali, že 84% žien a 91% mužov dokáže otvorene hovoriť o svojich sexuálnych potrebách, čo je v zdravom vzťahu tiež veľmi dôležité. Mlčanlivosťou sa totiž nič nevyrieši, iba narastá nespokojnosť a nesúlady v intímnej oblasti.

### 5.23 Otázka č. 23 – Považujete sexuálnu predohru za dôležitú?

Tabuľka 24 Sexuálna predohra

Odpovede	Absolútny počet		Relatívny počet (%)	
	ženy	muži	ženy	muži
a) áno	43	38	78	69
b) nie	12	17	22	31
celkom	55	55	100	100

Graf 22 Sexuálna predohra



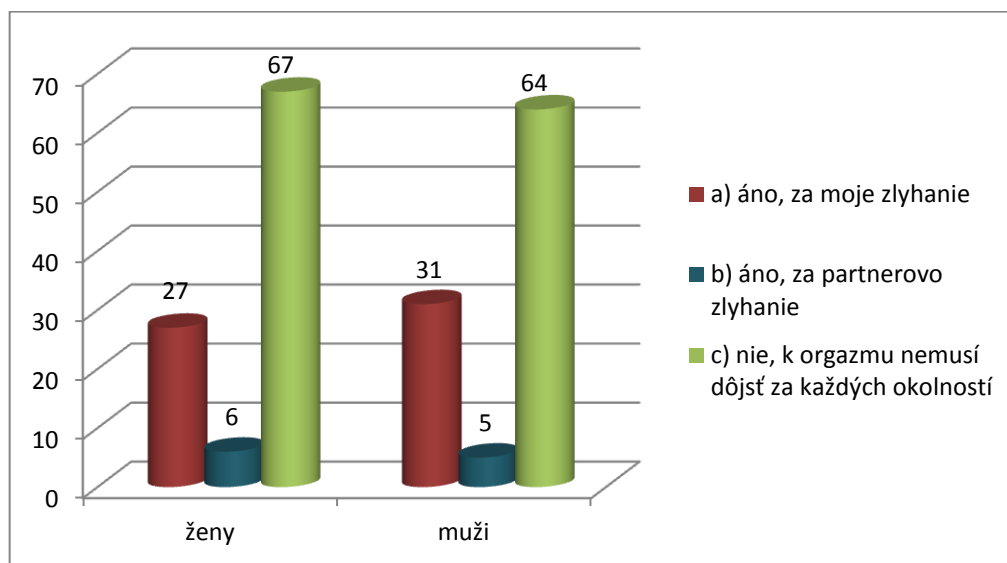
Ako je možné z výsledkov grafu vidieť, až 78% žien a 69% mužov považuje sexuálnu predohru za dôležitú. Avšak 17 mužov a 12 žien ju za dôležitú nepovažuje. Pri mužoch je dôvod jasný, konajú pudovo a k sexu nevyhnutne nepotrebujú dotyky a bozky.

### 5.24 Otázka č. 24 – Ak partner nedosiahne pri sexe orgazmus, považujete to za zlyhanie?

Tabuľka 25 Nedosiahnutie orgazmu ako zlyhanie

Odpovede	Absolútny počet		Relatívny počet (%)	
	ženy	muži	ženy	muži
a) áno, za moje zlyhanie	15	17	27	31
b) áno, za partnerovo zlyhanie	3	3	6	5
c) nie, k orgazmu nemusí dôjsť za každých okolností	37	35	67	64
celkom	55	55	100	100

Graf 23 Nedosiahnutie orgazmu ako zlyhanie



Výsledky ukazujú, že 67% žien a 64% mužov nepovažuje nedosiahnutie orgazmu za zlyhanie, čo považujem za správny prístup. Avšak prekvapivé sú výsledky, kedy 27% žien a 31% mužov považuje nedosiahnutie orgazmu za osobné zlyhanie.

**5.25 Otázka č. 25 - K nasledujícím závažným problémem vo vzťahu priradíte podľa ich závažnosti číslo od 0 (najmenej závažný) do 5 (najzávažnejší), pričom sa čísla môžu opakovať:**

*Tabuľka 26 Problémy vo vzťahu ženy*

	Odpovede žien						aritmetický priemer	smerodajná odchýlka
	0	1	2	3	4	5		
a) nevera	0	2	5	18	9	21	3,76	1,17
b) závislosť na alkohole	1	0	2	7	25	20	4,09	0,97
c) závislosť na drogách	2	0	0	4	14	35	4,42	1,07
d) gamblerstvo	1	2	1	13	20	18	3,87	1,12
e) workoholizmus	2	3	12	24	8	6	2,89	1,13
f) domáce násilie	1	1	0	0	8	45	4,69	0,90

*Tabuľka 27 Problémy vo vzťahu muži*

	Odpovede mužov						aritmetický priemer	smerodajná odchýlka
	0	1	2	3	4	5		
a) nevera	1	4	9	11	11	19	3,46	1,42
b) závislosť na alkohole	0	2	10	11	14	18	3,58	1,17
c) závislosť na drogách	0	2	2	3	12	36	4,42	1,01
d) gamblerstvo	1	3	8	15	9	19	3,55	1,34
e) workoholizmus	4	7	22	13	4	5	2,38	1,28
f) domáce násilie	0	1	0	0	14	40	4,49	1,10

Výsledky ukazujú, že za najzávažnejšie problémy vo vzťahu ženy považujú domáce násilie, závislosť na drogách a závislosť na alkohole. Čo sa týka mužov, za najzávažnejšie taktiež považujú domáce násilie, čo mňa osobne prekvapilo, keďže muži sú častejšími iniciátormi domáceho násilia, ďalej nasledovala závislosť na drogách a závislosť na alkohole.

## 6 ZÁVER PRAKTICKEJ ČASTI

### 6.1 Overenie výskumných predpokladov

**P1: Predpokladám, že viac ako 40% respondentov si myslí, že fáza zamilovanosti sa končí po prvom roku vzťahu.**

Výsledky výskumov dokázali, že 45% žien a 49% mužov sa domnieva, že fáza zamilovanosti končí po prvom roku vzťahu. V literatúre sa zvyčajne uvádza doba 3-9 mesiacov, no niektoré zdroje uvádzali hranicu až 2 roky.

**P2: Predpokladám, že viac ako 50% respondentov sa už vo vzťahu stretlo s neverou.**

Predpoklad sa taktiež potvrdil. Z tabuliek a grafov vyplýva, že až 60% mužov a rovnaké percento žien sa už vo vzťahu stretlo s neverou, nehľadiac na to, či išlo o neveru ich samých alebo ich partnerov. Samotné štatistiky dokazujú, že viac ako 50% partnerov je v dnešnej dobe neverných.

**P3: Predpokladám, že viac ako 60% mužov má dojem, že ženy sú vo vzťahu konfliktnejšie.**

Tento predpoklad sa tiež potvrdil, pretože až 80% mužov je presvedčených, že ženy sú vo vzťahu konfliktnejšie ako muži.

**P4: Domnievam sa, že viac ako 60% žien má pocit, že im partner nedokáže naslúchať.**

Táto domnienka bola takisto potvrdená, pretože až 78% žien uviedlo, že majú pocit, že im partner nedokáže naslúchať.

**P5: Predpokladám, že viac ako 50% respondentov považuje úplnú úprimnosť vo vzťahu za jeden z kľúčových piliérov vzťahu.**

Tento predpoklad sa potvrdil, nakoľko až 63% respondentov považuje absolútnu úprimnosť vo vzťahu za dôležitú.

**P6: Predpokladám, že viac ako 70% respondentov sa dokáže otvorene porozprávať vo vzťahu s partnerom o sexuálnych potrebách.**

Posledný predpoklad sa tiež potvrdil, nakoľko až 84% žien a 91% mužov uviedlo, že nemajú problém sa otvorene porozprávať o sexuálnych potrebách vo vzťahu.

## 6.2 Zhrnutie výsledkov a odporúčanie pre prax

Výskumu sa dohromady zúčastnilo 110 respondentov, presnejšie 55 žien a mužov vo veku od 20 do 35 rokov, pričom prevládali respondenti vo veku od 20-24 rokov. Respondentov v období mladej dospelosti som vybrala hlavne preto, že vzťahy v tomto období sú ešte plné zmien, sú energické a v dnešnej dobe v tomto období ešte mnohé páry nie sú zosobášené, dokonca nemajú ani potomkov.

Výskumné predpoklady sa mi všetky potvrdili. Najväčším prekvapením bolo, že muži považujú domáce násilie za najväčší problém vo vzťahu. Ďalej ma zaujal rozdiel v piliéroch partnerského vzťahu. Ženy označili toleranciu za najdôležitejší piliér, muži naopak označili sexuálnu prítťaživosť, ktorá však, ako je dobré známe, postupom času klesá.

Hoci existujú mnohé rozdiely vo vnímaní partnerského vzťahu z pohľadu mužov a žien, môj výskum dokázal, že takisto, ako majú muži a ženy mnoho odlišných názorov, takisto dokážu v mnohých veciach jeden s druhým súhlasiť. Ako napríklad pri úplnej úprimnosti vo vzťahu alebo čo sa týkalo intímnej oblasti.

O výsledky výskumu ma požiadali známi, ktorým bol dotazník rozosielaný, no taktiež sa výsledky môjho výskumu (ako som už uviedla v úvode) dajú využiť ako inšpirácia pre ďalšie výskumy týkajúce sa oblasti partnerského vzťahu alebo môžu slúžiť na oboznámenie sa s problematikou partnerských vzťahov.

## ZÁVER

V teoretickej časti bakalárskej práce som na začiatku vysvetlila základné pojmy, objasnila voľbu partnera, opísala základné fázy partnerského vzťahu a načrtla problémy vyskytujúce sa v partnerskom vzťahu.

Praktická časť obsahovala výskum, ktorý bol zameraný na zistenie hodnôt týkajúcich sa partnerského vzťahu z pohľadu žien a mužov, ich podobností a odlišností.

Výskum ukázal, že pojmami partnerského vzťahu v dnešnej dobe a kedysi sa výrazne zmenilo. V priebehu života zažívame často niekoľko dlhodobých vzťahov. Každý z týchto vzťahov, či už bol úspešný alebo menej úspešný, by nás mal v živote posunúť ďalej a dať nám príležitosť poučiť sa z predchádzajúcich chýb.

Na mužov sú v dnešnej dobe kladené väčšie nároky, čo sa týka citovej stránky, no zároveň sa od nich očakáva, že budú oporou a budú silní, čo je niekedy ťažké dosiahnuť. Ženy naopak dospeli k väčšej samostatnosti a veľkú úlohu tu zohráva aj emancipácia. Už nie sú závislé od partnera, vystačia si aj samy.

Hoci muži a ženy majú rozdielny pohľad na partnerský vzťah, zaisťujú reprodukciu a prežitie ľudského jedinca, z čoho vyplýva, že sa museli naučiť spolu žiť aj pri rozdieloch.

Avšak pri neprekonateľných rozdieloch nie je možné vzťah udržať, pretože sa medzi partnermi prehlbuje „priepasť“. Harmónia a súlad v partnerskom vzťahu vždy záviseli a vždy závisieť budú od partnerov samých.

Je potrebné si uvedomiť, že základom je, koľko sme do vzťahu ochotní „investovať“, nie čakanie na to, koľko dostaneme bez toho, aby sme sami dávali.

Jednoduchá poučka alebo pravidlo, ako vychádzať so svojím partnerom, neexistuje. Každý človek je jedinečný, každý má iné potreby, ciele a hodnoty. Základom je vedieť ich zosúladiť a uvedomiť si, že nikto nie je dokonalý, ba ani rovnaký.

**ZOZNAM POUŽITEJ LITERATURY**

- [1] BUSCAGLIA, Leo, 1992. *Born for love: reflections on loving*. New York: Ballantine Books. ISBN 0-449-90929-8.
- [2] DALLAIRE, Yvon, 2009. *Láska a sexualita v trvalém vztahu*. Praha: Portál. ISBN 978-80-7367-5.
- [3] DE ANGELIS, Barbara, 2004. *Tajomstvá o mužoch, ktoré by mala poznať každá žena*. Vyd. 2. Bratislava: Columbus. ISBN 978-80-7136-173-2.
- [4] CHRÁSKA, Miroslav, 2007. *Metody pedagogického výzkumu: základy kvantitativního výzkumu*. Praha: Grada Publishing. ISBN 978-80-247-1369-4.
- [5] KIRSCHNER, Josef, 2002. *Trénink pro partnerský život*. Praha: Portál. ISBN 80-7178-665-9.
- [6] MATĚJKOVÁ, Erika, 2007. *Jak řešit konflikty a problémy v partnerských vztazích*. Praha: Grada Publishing. ISBN 978-80-247-1832-3.
- [7] MATOUŠEK, Oldřich, 2003. *Rodina jako instituce a vztahová síť*. Vyd. 3. Praha: Slon. ISBN 80-86429-19-9.
- [8] MOORE, Thomas, 1998. *Kniha o lásce a přátelství*. Praha: Portál. ISBN 80-7178-160-6.
- [9] PEASE, Allan & Barbara, 2000. *Proč muži neposlouchají a ženy neumí číst v mapách*. Brno: Alman. ISBN 80-86135-15-2.
- [10] PEASE, Allan & Barbara, 2007. *Prečo muži klamú a ženy plačú*. Bratislava: Ikar. ISBN 978-80-551-2134-5.
- [11] PEASE, Allan & Barbara, 2010. *Prečo chcú muži sex a ženy potrebujú lásku*. Bratislava: Ikar. ISBN 978-80-551-2123-9.
- [12] PONĚŠICKÝ, Jan, 2008. *Fenomén ženství a mužství*. 3. doplněné vydání. Praha: Triton. ISBN 978-80-7387-106-2.
- [13] PRAŠKO, Ján, 2005. *Asertivita v partnerství*. Praha: Grada Publishing. ISBN 80-247-1246-6.
- [14] VÁGNEROVÁ, Marie, 1999. *Vývojová psychologie*. Praha: Portál. ISBN 80-7178-308-0.
- [25] VENGLÁŘOVÁ, Martina, 2008. *Průvodce partnerským vztahem*. Praha: Grada Publishing. ISBN 978-80-247-2054-8.

**ZOZNAM GRAFOV**

<i>Graf 1 Vek respondentov</i> .....	31
<i>Graf 2 Najvyššie dosiahnuté vzdelanie</i> .....	32
<i>Graf 3 Percentuálne zastúpenie pohlavia</i> .....	32
<i>Graf 4 Fyzická príťažlivosť ženy</i> .....	33
<i>Graf 5 Naslúchanie partnera</i> .....	34
<i>Graf 6 Fyzická príťažlivosť muži</i> .....	35
<i>Graf 7 Konfliktnosť žien</i> .....	35
<i>Graf 8 Riešenie konfliktu</i> .....	36
<i>Graf 9 Manipulácia</i> .....	37
<i>Graf 10 Rozdiely v pojmách partnerského vzťahu</i> .....	38
<i>Graf 11 Fáza zamilovanosti</i> .....	39
<i>Graf 12 Úprimnosť partnerov</i> .....	41
<i>Graf 13 Hodnoty, ciele, záujmy a názory</i> .....	42
<i>Graf 14 Komplementarita a kompatibilita muži a ženy</i> .....	43
<i>Graf 15 Stretnutie s neverou</i> .....	44
<i>Graf 16 Nevera</i> .....	44
<i>Graf 17 Rozdiel v nevere ženy a muža</i> .....	45
<i>Graf 18 Kritika verus pochvala</i> .....	46
<i>Graf 19 Prijatie kritiky</i> .....	46
<i>Graf 20 Vyžiadanie kritiky</i> .....	47
<i>Graf 21 Vyjadrenie sexuálnej potreby</i> .....	48
<i>Graf 22 Sexuálna predohra</i> .....	48
<i>Graf 23 Nedosiahnutie orgazmu ako zlyhanie</i> .....	49



**ZOZNAM TABULIEK**

<i>Tabuľka 1. Vek respondentov .....</i>	31
<i>Tabuľka 2 Najvyššie dosiahnuté vzdelanie .....</i>	31
<i>Tabuľka 3 Pohlavie .....</i>	32
<i>Tabuľka 4 Fyzická príťažlivosť ženy .....</i>	33
<i>Tabuľka 5 Naslúchanie partnera .....</i>	34
<i>Tabuľka 6 Fyzická príťažlivosť muži .....</i>	34
<i>Tabuľka 7 Konfliktnosť žien .....</i>	35
<i>Tabuľka 8 Riešenie konfliktu .....</i>	36
<i>Tabuľka 9 Manipulácia .....</i>	37
<i>Tabuľka 10 Rozdiely v pojmách partnerského vzťahu .....</i>	38
<i>Tabuľka 11 Fáza zamilovanosti .....</i>	39
<i>Tabuľka 12 Odpovede žien .....</i>	40
<i>Tabuľka 13 Odpovede mužov .....</i>	40
<i>Tabuľka 14 Úprimnosť partnerov .....</i>	40
<i>Tabuľka 15 Hodnoty, ciele, záujmy a názory .....</i>	41
<i>Tabuľka 16 Komplementarita a kompatibilita obe pohlavia .....</i>	42
<i>Tabuľka 17 Stretnutie s neverou .....</i>	43
<i>Tabuľka 18 Nevera .....</i>	44
<i>Tabuľka 19 Rozdiel v nevere ženy a muža .....</i>	45
<i>Tabuľka 20 Kritika verzus pochvala .....</i>	45
<i>Tabuľka 21 Prijatie kritiky .....</i>	46
<i>Tabuľka 22 Vyžiadanie kritiky .....</i>	47
<i>Tabuľka 23 Vyjadrenie sexuálnej potreby .....</i>	47
<i>Tabuľka 24 Sexuálna predohra .....</i>	48
<i>Tabuľka 25 Nedosiahnutie orgazmu ako zlyhanie .....</i>	49
<i>Tabuľka 26 Problémy vo vzťahu ženy .....</i>	50
<i>Tabuľka 27 Problémy vo vzťahu muži .....</i>	50

## ZOZNAM PRÍLOH

Príloha I: Dotazník

## **PRÍLOHA P I: DOTAZNÍK**

Dobrý deň, volám sa Adriána Podoláková, som študentka 3. ročníka odboru Sociálna pedagogika a tento dotazník slúži ako výskum k mojej bakalárskej práci s názvom „Partnerský vzťah z pohľadu mužov a žien v období mladej dospelosti“. Dotazník je anonymný a slúži výhradne k výskumným účelom. V prípade nejasností nájdete pokyny pri každej otázke.

Ďakujem

### **1. Váš vek**

- a) 20-24
- b) 25-27
- c) 28-31
- d) 32-35

### **2. Najvyššie dosiahnuté vzdelanie**

- a) základné
- b) stredoškolské (výučný list)
- c) stredoškolské (maturita)
- d) vysokoškolské

### **3. Pohlavie**

- a) muž
- b) žena

### **4. Z nasledujúcich možností vyberte 5, ktoré vás na mužovi najviac priťahujú:**

- a) ploché brucho
- b) atletická postava
- c) široké plecia a svalnaté ruky
- d) malý pevný zadok
- e) zmyselné pery
- f) láskavé oči
- g) trojdňové strnisko
- h) husté vlasy

### **5. Máte niekedy pocit, že vám partner nedokáže naslúchať?**

- a) áno
- b) nie

**6. Z nasledujúcich možností vyberte 5, ktoré vás na ženách najviac priťahujú:**

- a) dlhé vlasy
- b) pekné oči
- c) dlhé nohy
- d) športová postava
- e) ploché brucho
- f) plné prsia
- g) vystúpený zadok
- h) pomer pása a bokov

**7. Myslíte si, že ženy sú v partnerskom vzťahu konfliktnejšie?**

- a) áno
- b) nie

**8. Akým štýlom riešite konflikt v partnerskom vzťahu? (môžete označiť aj viac odpovedí)**

- a) vyhýbavosťou
- b) prispôbením sa
- c) súperením
- d) robením kompromisov
- e) riešením problému

**9. Stretli ste sa vo vašom vzťahu s manipuláciou?**

- a) áno
- b) nie

**10. Z nasledujúcich možností vyberte tie, ktoré podľa vás predstavujú najväčšie rozdiely v pojmách partnerského vzťahu medzi mužmi a ženami:**

- a) ženy sú skôr zamerané emotívne a intuitívne, muži skôr vizuálne a sexuálne
- b) ženy potrebujú viac nehy ako muži
- c) muži neriešia vzťahy toľko ako ženy
- d) muži dokážu oddeliť emocionálnu stránku sexu od telesnej, ženy nie
- e) ženy cítia väčšiu potrebu viazať sa, zatiaľ čo muži uprednostňujú nezáväznosť
- f) ženy sú v domácnosti obratnejšie a šikovnejšie ako muži
- g) muži majú väčší problém s vyjadrovaním pocitov a emócií
- h) ženy sú viac zamerané na majetok ako muži
- i) ženy sú menej agresívnejšie ako muži

**11. Po akej dlhej dobe od začiatku vzťahu podľa vás končí fáza zamilovanosti a začína dlhodobý partnerský vzťah?**

- a) po šiestich mesiacoch
- b) po jednom roku
- c) po dvoch rokoch
- d) fáza zamilovanosti pretrváva stále

**12. K nasledujúcim piliérom partnerského vzťahu priradíte čísla od 1 (najdôležitejší) po 5 (najmenej dôležitý), pričom sa čísla môžu opakovať:**

tolerancia	1	2	3	4	5
podobný životný štýl a hodnoty	1	2	3	4	5
priateľstvo	1	2	3	4	5
sexuálna príťažlivosť	1	2	3	4	5
emocionálna otvorenosť	1	2	3	4	5

**13. Súhlasíte s tvrdením: "Ak sa partneri milujú, mali by byť k sebe vo všetkých veciach úprimní"?**

- a) áno
- b) nie

**14. Súhlasíte s tvrdením: „Partneri musia mať rovnaké osobné ciele, záujmy, hodnoty a názory“?**

- a) áno
- b) nie

**15. Pri voľbe partnera dávate prednosť kompatibilite (partner je vám podobný) alebo komplementarite (partner je od vás odlišný)?**

- a) dávam prednosť kompatibilite
- b) uvítal/a by som trocha kompatibility, trocha komplementarity (čo jednému chýba, druhý môže doplniť)

c) dávam prednosť komplementarite

**16. Stretli ste sa už vo vzťahu s neverou?**

- a) áno
- b) neviem
- c) nie

**17. Boli ste už vo vzťahu neverný/á?**

- a) áno
- b) nie

**18. Súhlasíte s tvrdením: „Nevera muža je niečo iné ako nevera ženy“:**

- a) áno
- b) nie

**19. Myslíte si, že je jednoduchšie partnera kritizovať ako pochváliť?**

- a) áno
- b) nie

**20. Dokážete prijímať kritiku bez odvety alebo sebavýčitiek?**

- a) áno
- b) občas
- c) nie

**21. Dokážete si od partnera vyžiadať kritiku?**

- a) áno
- b) nie

**22. Dokážete s partnerom otvorene hovoriť o sexuálnych potrebách?**

- a) áno
- b) nie

**23. Považujete sexuálnu predohru za dôležitú?**

- a) áno
- b) nie

**24. Ak partner nedosiahne pri sexe orgazmus, považujete to za zlyhanie?**

- a) áno, za moje zlyhanie
- b) áno, za partnerovo zlyhanie

c) nie, k orgazmu nemusí dôjsť za každých okolností

**25. K nasledujúcim závažným problémom vo vzťahu priradte číslo podľa ich závažnosti od 0 (najmenej závažný) do 5 (najzávažnejší), pričom sa čísla môžu opakovať:**

nevera	0	1	2	3	4	5
závislosť na alkohole	0	1	2	3	4	5
závislosť na drogách	0	1	2	3	4	5
gamblerstvo	0	1	2	3	4	5
workoholizmus	0	1	2	3	4	5
domáce násilie	0	1	2	3	4	5