

Konflikty v každodenním životě

Bc. Lenka Dvořáková

Diplomová práce
2009



Univerzita Tomáše Bati ve Zlíně
Fakulta humanitních studií

Univerzita Tomáše Bati ve Zlíně

Fakulta humanitních studií

Ústav pedagogických věd

akademický rok: 2008/2009

ZADÁNÍ DIPLOMOVÉ PRÁCE

(PROJEKTU, UMĚLECKÉHO DÍLA, UMĚLECKÉHO VÝKONU)

Jméno a příjmení: **Bc. Lenka DVORÁKOVÁ**
Studijní program: **N 7507 Specializace v pedagogice**
Studijní obor: **Sociální pedagogika**

Téma práce: **Konflikt v každodenním životě.**

Zásady pro vypracování:

Zpracování teoretické části
Příprava metodiky výzkumné části
Zpracování a vyhodnocení výzkumu
Závěr a doporučení

Rozsah práce:

Rozsah příloh:

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

Seznam odborné literatury:

GRAY, John,PhD.Mars a Venuše se mají rádi.Praha:Práh a Knižní klub, 1997.ISBN 80-85809-78-8.

PEASE,Allan a Barbara.Proč muži neposlouchají a ženy neumějí číst v mapách. Brno:Alman,2000.ISBN 80-86135-152.

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

PLZÁK,Miroslav.Žena a muž.Praha:Motto,2007.ISBN 978-80-7246-365-7.

KŘIVOHLAVÝ,Jaro,PhDr.Konflikty mezi lidmi.Praha:Avicenum,1973.

Vedoucí diplomové práce:

Mgr. Karla Hrbáčková

Ústav pedagogických věd

Datum zadání diplomové práce:

17. února 2009

Termín odevzdání diplomové práce:

15. května 2009

Ve Zlíně dne 17. února 2009



prof. PhDr. Vlastimil Švec, CSc.
děkan

L.S.

Mgr. Soňa Vávrová, Ph.D.
vedoucí katedry

PROHLÁŠENÍ AUTORA BAKALÁŘSKÉ/DIPLOMOVÉ PRÁCE

Beru na vědomí, že

- odevzdáním diplomové/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 ¹⁾;
- beru na vědomí, že diplomová/bakalářská práce bude uložena v elektronické podobě v univerzitním informačním systému dostupná k prezenčnímu nahlédnutí;
- na moji diplomovou/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 ²⁾;
- podle § 60 ³⁾ 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 ³⁾ odst. 2 a 3 mohu užít své dílo – diplomovou/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 diplomové/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 diplomové/bakalářské práce využít ke komerčním účelům.

Ve Zlíně 11.5.2009

..... Provozková Lenka

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 nevýdělečně 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 nahlížení 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, užije-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 vzdělávacímu 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). Odpirá-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 užít 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 jím 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

Má diplomová práce se zabývá problematikou konfliktů. Neřeší však jen konflikty obecně, je zaměřena na konflikty mužů a žen v partnerském vztahu. O konfliktech jsme toho ve školních lavicích slýchali dost, avšak o konfliktech v partnerství nikdy nic. Chtěla jsem proniknout hlouběji do této problematiky, vždyť zkušenosti s partnerstvím má téměř každý z nás a pravděpodobně je považuje za začarovaný kruh, arénu, v níž jednou vítězí žena, podruhé muž, ale prakticky všechna vítězství vyjdou vniveč.

V teoretické části představuji problematiku konfliktů obecně, posléze se zaměřuji na muže a ženu, jejich biologické a psychologické odlišnosti, partnerství, krize ve vztahu a konflikty. V praktické části jsem si dala za úkol zjistit, jak muži a ženy řeší konflikty. Kdo se přiklání k jakému stylu řešení, zdali se dají odlišnosti najít i zde či nikoliv.

Klíčová slova: problematika konfliktů, partnerský vztah, žena, muž, biologické a psychologické odlišnosti, krize ve vztahu.

ABSTRACT

My thesis engages in problems of conflicts. But it does not solve problems just generally it is aimed for conflicts of men and women in their partner relationship. We used to hear a lot of about conflicts, when we sat in school-desk, but never about conflicts in love relationship. I wanted to get in this question, well almost everybody has experiences with partnership and probably almost everybody think about it like vicious spiral, arena, in which woman is winner once, but next time man, but practically every victories come to naught.

In theoretical part I mentioned about conflicts generally, then I target the men, women, then biologically and physically differences, partnership, crisis in relationship and conflicts. In practical part I would like to discover, how men and women solve conflicts. Who moves towards to some kind of solution and if there are some differences or not.

Keywords: problems of conflicts, partner relationship, woman, man, biological and physical differences, crisis in partnership.

Tímto děkuji své vedoucí diplomové práce, Mgr. Karle Hrbáčkové, za vedení, cenné rady a připomínky.

OBSAH

ÚVOD.....	11
I TEORETICKÁ ČÁST	12
1 KONFLIKT.....	13
1.1 CO JE TO KONFLIKT.....	13
1.2 DEFINICE KONFLIKTU.....	14
1.3 ZÁKLADNÍ DĚLENÍ A DRUHY KONFLIKTŮ	15
1.3.1 Konflikty dle počtu zúčastněných osob.....	15
1.3.2 Konflikty podle jejich psychologické charakteristiky.....	15
1.4 INTERPERSONÁLNÍ KONFLIKTY ZÁJMŮ POD LUPOU.....	18
1.5 MOTIVAČNÍ SÍLY LIDSKÉ ČINNOSTI	18
1.5.1 Vitální – biologická oblast hodnot	19
1.5.2 Osobní, subjektivní, psychologické potřeby	19
1.5.3 Sociální motivace lidského jednání.....	20
1.6 PŘÍČINY ZPŮSOBUJÍCÍ KONFLIKT	21
1.6.1 Konflikty kvůli majetku	21
1.6.2 Konflikty vyvolané psychologickými potřebami	21
1.6.3 Konflikty, v nichž hraje roli hodnotový systém	22
1.7 VÝVOJ KONFLIKTU	22
1.7.1 1. fáze – varovné příznaky, signály	22
1.7.2 2.fáze – odlišnosti.....	22
1.7.3 3.fáze – polarita	23
1.7.4 4.fáze – separace	23
1.7.5 5.fáze – destrukce.....	24
1.7.6 6.fáze – vyčerpání.....	24
1.8 TYPY ŘEŠENÍ KONFLIKTŮ.....	24
1.8.1 Únik, vyhýbání se konfliktu nebo jeho popření	25
1.8.2 Přizpůsobení.....	26
1.8.3 Konfrontace, agresivní sebeprosazení.....	26
1.8.4 Kompromis.....	26
1.8.5 Dohoda	27
1.8.6 Pasivita	27
1.8.7 Delegace	27
1.8.8 Náhoda	27
1.8.9 Mediace a facilitace.....	27
1.8.10 Vyjednávání a projednávání.....	28
1.8.11 Násilí	28
2 MUŽ A ŽENA.....	29

2.1	ROZDÍLNÁ ROLE MUŽE A ŽENY	30
2.2	MOZEK MUŽE A ŽENY	32
2.3	JAKÝ JE MUŽ A JAKÁ JE ŽENA.....	34
2.3.1	Muž řeší, žena radí	34
2.3.2	Muž odchází, žena hovoří	36
2.3.3	Odlišné citové potřeby.....	37
2.3.4	Muž na maličkosti nehledí, žena ano	40
2.3.5	Žena nežádá o oporu, muži to takový problém nečiní	41
2.4	MUŽ A ŽENA MLUVÍ ROZDÍLNÝMI JAZYKY	42
2.4.1	Negativní pochvala.....	43
2.4.2	Zevšeobecňování	44
2.4.3	Nepřímé vyjadřování citů	44
2.4.4	Falešné projevení žádosti o pomoc	46
3	PARTNERSTVÍ A KONFLIKTY	47
3.1	FÁZE VZTAHU.....	47
3.1.1	Zamilovanost.....	47
3.1.2	Láska	48
3.1.3	Přátelská láska	49
3.2	KRIZE VE VZTAHU	49
3.2.1	Krize třetího roku	50
3.2.2	Krize sedmého roku	50
3.2.3	Krize v období mezi osmnáctým a dvacátým pátým rokem	51
3.3	PARTNERSTVÍ – KONFLIKTY, HÁDKY A ROZEPŘE.....	52
3.4	PROČ SE MUŽ A ŽENA HÁDAJÍ	53
3.5	TYPY HÁDEK	56
II	PRAKTICKÁ ČÁST	58
4	ÚVODNÍ SLOVO K VÝZKUMU.....	59
4.1	VYHODNOCENÍ DOTAZNÍKŮ.....	60
1.1.1	Dohoda	63
1.1.2	Přízpůsobení.....	68
1.1.3	Kompromis.....	73
1.1.4	Agresivita	78
1.1.5	Vyhýbání se	83
1.2	VYHODNOCOVÁNÍ T-TESTŮ	88
1.2.1	Dohoda	89
1.2.2	Přízpůsobení se.....	90
1.2.3	Kompromis.....	91
1.2.4	Agresivita	92
1.2.5	Vyhýbání se	93
1.3	ZÁVĚR.....	94
2	ZÁVĚR.....	96
	SEZNAM POUŽITÉ LITERATURY	97

SEZNAM POUŽITÝCH SYMBOLŮ A ZKRATEK	100
SEZNAM OBRÁZKŮ	101
SEZNAM TABULEK.....	103
SEZNAM PŘÍLOH.....	104

ÚVOD

Nepovažuji se za konfliktní typ, nicméně není možné zabránit tomu, abych se s konflikty neselektovala. Ať už to jsou konflikty okolo mě nebo konflikty, které se snášejí přímo na moji hlavu, jsou v lidské společnosti přítomny tak jako kyslík ve vzduchu. Můžeme se jim chvíli vyhýbat, utíkat a schovávat se, čekat, že se časem samy nějak vyřeší, nicméně dřív nebo později stejně zjistíme, že tohle není ideální stav, a že ten kostlivec ze skříně stejně jednou vyleze. Žijeme ve společnosti, v níž, pro její roztodivnost a všehochuť, není místo pro soulad a harmonii. Různé názory, různé třídy, různé kultury, různé jazyky a všechny tyto jiné různé činí naši společnost prudce konfliktní. A teď si představme něco jako den a noc, bílou a černou či nebe a peklo. Mluvím o mužích a ženách. Vlastně možná ani předcházející přirovnání není zcela výstižné, protože z noci a dne může být svítání, z bílé a černé zase šedá a za nebe a peklo mohu, s klidným svědomím, označit zemi, však nemyslím si, že by muž a žena byli schopni takového splnutí.

Přestože se vzájemný vztah těchto dvou zcela odlišných bytostí může tvářit láskyplně či harmonicky, je více než devadesát devíti procentní jistotou, že i když se tváří, tak se ve skutečnosti šklebí. Alespoň občas. Od chvíle, co jsem začala navštěvovat mateřskou školu, jsem začala sledovat proměnlivé soužití svých rodičů. A chvílemi mi z toho šla hlava kolem. Copak jsou ti lidé šílení? Ne, nebyli a i já to časem pochopila. A to přesně v době, kdy jsem se dostala do puberty a začala si všimnout opačného pohlaví.

Tato problematika, tedy problematika konfliktů, zaměřená přímo na konflikty mužů a žen v jejich partnerském vztahu, se sama nabízela, neboť mě všude obklopuje. Je pro mě zvláštní a zároveň fascinující. Proto jsem se rozhodla svou diplomovou práci zaměřit právě tímto směrem. Jejím cílem je představit obecně problematiku konfliktů a pak se hlouběji zaměřit přímo na muže a ženy. Jejich vztah, krize, odlišnosti a především konflikty. Doufala jsem, že maličko pomůže mě i ostatním čtenářům s orientací v tomto složitém bludišti.

Výzkum, který se váže k této práci, by měl osvětlit, jak muži a ženy řeší v partnerství své konflikty. Zda-li se muži přiklání v nějakém typu řešení konfliktů a zda-li také ženy. Chtěla jsem také zjistit, jestli v případně kladné odpovědi na předešlou řečnickou otázku, je možné vypořádat spojitost mezi různými preferovanými typy řešení konfliktů a pohlavím.

I. TEORETICKÁ ČÁST

1 KONFLIKT

Konflikt je neoddelitelnou součástí lidského života. Provází celou historii lidstva, celou společnost již od jejího vzniku. Můžeme se s ním setkat téměř ve všech sférách života, ať už je to mezinárodní spor, politická rozepře, náboženské souboje, boje o moc, osobní neshody, které mohou přerůst v násilné napadení nebo dokonce zabití člověka.

Je tématem mnoha diskusí ze všech oblastí, námětem na dramata a knihy, plní soudní síně a je důvodem k rozvodu, dokáže nenávratně ničit všechny hodnoty a ideály, dokáže však také „vyčistit vzduch“, změnit způsob jednání, donutit k zamyšlení, posunout člověka výše, zocelit jej.

1.1 Co je to konflikt

Slovo „konflikt“ je slovo původem latinské, které však v češtině zdomácnělo. A nejen v češtině. Má skoro stejnou podobu i v ostatních jazycích. Je to slovo, kterému rozumí téměř všude na světě.

Prvotní význam tohoto slova je „udeřit“, „uhodit“. Postupem času byly slovu „konflikt“ dány nové a nové významy, v dnešní době si tedy pod tímto slovem můžeme představit vše od sporu, soupeření, neshody přes rozkol, nesoulad, nesouhlas, hádku až ke sváru, mrzutosťi, rvačce či bitce. (Křivohlavý, 1973)

Dalo by se říci, že je to slovo ryze negativní, protože téměř vždy něco negativního označuje. A tak je také vnímán většinou lidí. Kdybychom v jakékoliv skupině zjišťovali postoje lidí ke konfliktu, zjistili bychom, že emocionální náboj je v souvislosti s tímto pojmem výrazně nepřátelský. Možná je to i tím, že naše nastavení vůči konfliktům velmi ovlivňují předsudky a mylné představy, které nám mohly být vštípeny již v rodině a brání nám podívat se na konflikt v pozitivnějším světle. Bednařík (2001) uvádí několik takovýchto předsudků a mýtů. Například, že dobří přátelé nemají konflikty. Představou mnohých lidí možná je, že přátelé, nebo i velmi blízcí lidé, by mezi sebou neměli mít konflikty, že právě absence konfliktů je známkou dobrého a kvalitního vztahu. Dalším takovým předsudkem může být tvrzení, že konflikty jsou zlé, nebezpečné a že ubližují. Toto tvrzení nám svým způsobem říká, že pokud máme konflikt s lidmi okolo sebe, tak jsme zlí a ubližujeme jim. Takže pokud nechceme ubližovat ostatním nebo nechceme, aby nám bylo ublíženo, měli bychom se raději stáhnout. Jako další je uvedeno například tvrzení, že konflikty mají jen

emocionálně nestabilní lidé, kteří se nedokážou kontrolovat. Tento mýtus nám v podstatě dává najevo, že je lepší řídit se pouze rozumem a neprojevat své emoce, neboť bychom pak mohli být považováni za labilní jedince. Dalším velmi obvyklým tvrzením může být i to, že kdyby člověk chtěl, tak by konflikty s druhými lidmi neměl. Mýtus vychází z přesvědčení, že by konflikty mezi lidmi nemusely být, kdyby se lidé mezi sebou dokázali slušně bavit a kontrolovat se.

Aby se náš postoj vůči konfliktům zlepšil, bylo by dobré uvědomit si, že tato tvrzení není možné brát doslovně. Konflikty mezi lidmi jsou nevyhnutelné, neboť lidé nemají stejné potřeby, ať už vycházejí z jejich rozdílných osobnostních rysů nebo situací, do kterých je život dostává. Konfliktu je možné naopak připsat i mnoho pozitivních funkcí. Například je zdrojem změn, zabraňuje tedy stagnaci a stereotypu, podněcuje řešení problémů, stimuluje fantazii a kreativitu, může ověřit kvalitu mezilidských vztahů, uvolňuje napětí. V naší společnosti je také běžnou praxí brát konflikt jako soutěž, kde je vítězů a poražených. Přitom je možné většinu problémů řešit ke spokojenosti obou stran hledáním různých možností řešení. (Bednařík, 2001)

1.2 Definice konfliktu

Slovo „konflikt“ má širokou škálu významů. Stejně tak je v dnešní době možné najít mnoho různých definic toho, co si pod tímto slovem máme představit.

Velmi často bývá konflikt vnímán jako střet „něčeho s něčím“. Je možné ho vnímat také jako, cituji: „Něco, co do systémů, které jsou jinak pokojné, například rodina, společnost, firma, ale také příroda, vnáší nestabilitu a nerovnováhu“ (Plamínek, 2006, str.12). Za další definici může být považován výrok, cituji: „ Konflikt znamená střetnutí dvou nebo více zcela nebo do určité míry se navzájem vylučujících či protichůdných snah, sil a tendencí“ (Křivohlavý, 1973, str. 25). Za konflikt je možné považovat i situaci, cituji: „ Kdy si jedna nebo více stran uvědomí nárok na tu samou věc, uvědomí si, že mají rozdílný názor na situaci, o které diskutují anebo jsou do ní „vtáhnutí“. (Bednařík, 2001) Pokud hovoříme o konfliktu jako o konfliktu mezi dvěma lidmi, můžeme použít další definice Křivohlavého (1973): „Konflikt je takové střetnutí snah dvou lidí, při němž splnění tužby jednoho buď zcela, nebo jen do určité míry vylučuje uspokojení druhé strany.“

1.3 Základní dělení a druhy konfliktů

Křivohlavý (1973) hovoří o základním dělení konfliktů jednak podle počtu zúčastněných osob, kterých se konflikt týká nebo podle psychologické charakteristiky střetávajících se tendencí. Jeho definice a rozdělení je přehledné a srozumitelné, proto v následující kapitole budu vycházet hlavně z něj.

1.3.1 Konflikty dle počtu zúčastněných osob

Podle tohoto dělení je možno konflikty rozdělit do čtyř tříd. První třídou jsou *intrapersonální* konflikty, což jsou konflikty vnitřní. Jsou to osobní konflikty jedné osoby. Druhou třídou tvoří konflikty *interpersonální*, jako konflikty mezi dvěma lidmi. Tímto druhem konfliktů se budu na dalších stránkách zabývat více, neboť právě tento druh konfliktů je pro mou práci stěžejní. Třetí třídou konfliktů jsou *skupinové* konflikty. Jsou to konflikty, které existují uvnitř skupiny a poslední čtvrtou třídou konfliktů jsou konflikty *meziskupinové*, konflikty mezi dvěma a více skupinami lidí. U třetí a čtvrté třídy konfliktů je dále možné rozlišení skupiny na malou a velkou.

1.3.2 Konflikty podle jejich psychologické charakteristiky

V konfliktech je možno pozorovat různé aspekty. Do popředí může vystupovat například poznávací hledisko, hledisko zájmů a tak dále. Ať už ten či onen aspekt může výrazně převyšovat nad druhými, dokonce takovým způsobem, až se může zdát, jakoby ostatní aspekty v konfliktu ani nebyly. Následující dělení konfliktů tedy vychází z extrémní dominance určitého aspektu. Jsou to konflikty *představ*, konflikty *názorů*, konflikty *postojů* a konflikty *zájmů*. Bednařík (2001) připojuje ještě konflikty *vztahů*, *hodnot*, *strukturální* konflikt a konflikt *informací*.

Konflikt *vztahů* vzniká ze zkresleného vnímání druhého člověka na základě negativních pocitů vůči němu, které mohou být podpořeny předcházející negativní zkušeností nebo stereotypem. Jindy tento konflikt může vzniknout z chování druhého člověka, které my sami vnímáme jako negativní. Někdy však stačí jen nedostatečná komunikace nebo zcela chybějící komunikace mezi stranami.

Konflikt *hodnot* mohou způsobovat naše hodnotové žebříčky, morálka, víra, to co pokládáme za dobré a máme rádi nebo naopak co pokládáme za špatné a vadí nám. Nemůžeme

nikoho nutit, aby přestal jíst maso a stal se vegetariánem, pokud my sami jsme. V oblasti hodnot se velmi těžko vyjednává.

Důvodem *strukturálních* konfliktů jsou místa ve společnosti, jež mají své mocenské rozložení. Vznikají vynučením si pravidel skrze struktury společnosti, hierarchickou organizaci řízení, ale také přes neformální pozice ve skupině, rozdělení rolí, kompetencí, práv a povinností.

Konflikt *informací* vzniká z nedostatku informací, dezinformovanosti či nekompetentních zdrojů informací.

Rozdělení konfliktů podle dominujícího aspektu je možné, dle Křivohlavého (1973), spojit dohromady s rozdělením konfliktů dle počtu zúčastněných osob, protože každý konflikt má své určité psychologické hledisko. Vždy o něco jde. Pro ilustraci uvedu několik příkladů, a protože nás nejvíce zajímají konflikty interpersonální, jak již bylo výše řečeno, nechám je na konec tohoto výkladu, abych se jim posléze mohla věnovat více.

Příklady *intrapersonálního konfliktu představ*. Tyto konflikty vznikají z toho, že verbální sdělení je odlišné od toho, co říká sdělení neverbální. Znáte určitě chvíli, kdy je dívka na schůzce v parku, její rty šeptají ne, ale její oči říkají ano nad blížícím se polibkem. Tyto konflikty mohou vzniknout také z rozporu toho, co někdo říká a jak to říká. Například na otázku „Jak se máš?“ řeknete „ Skvěle“, ale přitom to zní tak, aby každý poznal, že se Vám skvěle nedaří. Mnoho těchto typů konfliktů může pramenit také z nejistoty ve věcech společenských norem, když například nevíte, zda-li se něco ve společnosti hodí říct nebo naopak nehodí.

Intrapersonální konflikt názorů může být například ten, když uvažujete, má-li Váš partner pravdu nebo nemá, pokud mluví o tom a tom.

Intrapersonální konflikt zájmů je ten, pokud se ve Vás bijí různé zájmy. Například když si říkáte „Co budu dělat dnes večer?“ a uvnitř sebe se hádáte, co vlastně budete dělat, když víte, že byste rádi šli posedět se známými, ale také dávají v kině film, co jste chtěli vidět, jenže také máte rozečtenou napínavou knihu a navíc byste měli jít brzy spát, protože ráno musíte vstávat v pět hodin.

Intrapersonální konflikt postojů vypadá tak, že například uvažujete o někom, s kým jste se právě seznámili. Ptáte se sami sebe „Líbí se mi nebo se mi nelíbí?“. Neznáte tu osobu a nemáte na ni ještě vyhraněný názor, něco mluví pro a něco mluví proti.

Co se týče skupinových konfliktů, ať už je to konflikt uvnitř skupiny nebo konflikt mezi skupinami, uvádí Křivohlavý (1973) pouze příklady konfliktů *zájmů*.

U *konfliktů uvnitř skupiny* se jedná například o situaci, kdy je skupinka lidí na výletě. Stojí na křižovatce a uvažují, kterou cestou se dát. Jedna část by chtěla jít doprava, kudy se dostanou na hrad, který by si rádi prohlédli, ta druhá část však chce jít doleva, neboť tím směrem je psána restaurace a oni všichni chtějí jít obědvat.

Co se týče *konfliktů mezi skupinami* lidí, můžeme si představit jakýkoliv fotbalový zápas, kde dvě družstva hrají proti sobě a každé z nich chce zvítězit nad tím druhým.

Nyní se podívejme na interpersonální konflikty, v první řadě na *interpersonální konflikty představ*. Je to vlastně konflikt mezi dvěma lidmi, při němž se střetávají různé počitky, vjemy nebo představy. Příkladem může být situace, kdy dva lidé hovoří o jistém panu Novákovi. Jeden si myslí, že řeč je o Pavlovi Novákovi z Prahy, druhý však mluví o Petru Novákovi z Brna. V takovéto situaci jistě brzy dojde ke konfliktu.

Interpersonální konflikt názorů. Odlišme tady představu od názoru, aby bylo jasné o čem je řeč. Za *názor* budeme nyní považovat spojení představy s určitým hodnotícím soudem. V praxi se může jednat o situaci, kdy dva hodnotitelé, oponenti, posuzují předloženou práci. Jeden z nich se domnívá, že je práce v pořádku a splňuje předepsané normy, druhý z nich je opačného názoru.

Při výkladu *interpersonálního konfliktu postojů* je třeba opět vymezit pojem postoj. Berme tak tedy *názor*, který je citově, emocionálně zabarven. O postoji můžeme tedy hovořit, pokud je možné říci „líbí se mi či nelíbí“. Za příklad může posloužit situace, kdy dva přátelé v muzeu stojí před obrazem. Oba uznávají, že se jedná o dílo vysoké umělecké kvality, jeden však říká, že by si daný obraz doma klidně pověsil, druhý zase, že nikoliv.

Interpersonální konflikt zájmů. Dle mého se jedná o nejčastější druh konfliktu mezi dvěma lidmi. Křivohlavý (1973) mu věnuje největší pozornost.

Mluvíme-li o *zájmech*, máme tím obvykle na mysli motivaci, určitou hnací sílu v člověku. Klasickým příkladem se stává souboj, střetnutí typu „buď já nebo ty“, kdy oba chtějí totéž, avšak logicky to získat může jen jeden z nich. Například, když se dvěma ženám líbí jeden muž. Ke konfliktu *zájmů* však může dojít i v situaci, kdy každý chce něco jiného, ale přitom jsou oba spolu spojeni. Například muž a žena jedou spolu autem. Přijíždí na křižovatku typu T. On chce jet doprava a ona doleva, ani jeden z nich však nechce vystoupit.

Samozřejmě je nutné dodat, že v každodenním životě není snadné všechno od sebe tak přesně oddělit. Výše uvedené formy konfliktů jsou vzácné, daleko častěji se v praxi setkáváme s konflikty smíšenými.

1.4 Interpersonální konflikty zájmů pod lupou

Jak jsem již výše zmínila, je tento druh konfliktů pravděpodobně tím nejvíce diskutovaným střetnutím dvou lidí, k jakému může dojít. Křivohlavý (1973) říká: „Střetávání interpersonálních zájmů tvoří nejzávažnější skupinu mezilidských konfliktů. Zde se vytvářejí ohniska největších těžkostí v mezilidských vztazích. Konflikty zájmů mají nejtěžší důsledky pro zdraví jedinců i skupin. V řeči lékařů: „Jsou nejzávažnějším morbidním faktorem.“

Je jasné, že při střetnutí zájmů dvou lidí každému z nich o něco jde. Oč lidem vlastně jde? Co je hnací silou lidského jednání?

Kromě faktu, že lidské jednání je hnáno především motivací, které se budu za chvíli věnovat podrobněji, je třeba vzít také v úvahu hledisko hodnot. Otázka „co má cenu a co naopak cenu nemá“ je v tomto ohledu velice důležitá.

Hodnoty je možno rozdělit na hodnoty osobní a obecné. Pod obecnou hodnotou si představme hodnoty kulturní, etické, umělecké. Osobní hodnotou rozumějme hodnocení událostí, věcí z osobního, subjektivního hlediska rozhodující osoby. Je třeba uvědomit si, že svět jak ho vidí jeden, je jiný, než jak ho vidí druhý. Kolikrát se můžeme podívat nad zpovědí sebevraha a povzdechnout si: „Za tohle ti stálo vzít si život?“

Ale aby nedošlo k mýlce, že hodnoty osobní jsou něco víc než hodnoty nadosobní. Nedejme se zmýlit. Cítuji: „Lidé se daleko podstatněji liší od sebe ne tím, co rádi jedí a pijí, ale tím, o jaký cíl jim v životě jde, oč usilují a kam mají namířeno.“ (Křivohlavý, 1973, str. 82)

Svět motivace není jednoduchý natolik, aby bylo možno z lidského jednání určit systém hodnot. Jinak řečeno: „Když dva dělají totéž, není to nikdy totéž.“

1.5 Motivační síly lidské činnosti

Jak již bylo řečeno, lidské jednání má určitý hnací motor, určitý zdroj energie. Člověk nám tak může připomínat auto či jiný prostředek poháněný nějakou silou. Co má však pro člověka hodnotu, není jen to, jaký je zdroj energie, je-li to natural či nafta, ale i to, kolem čeho náš lidský automobil jede. I to má pro člověka hodnotu. A nejen pro člověka. Ukažme si to

i na studiích chování zvířat. Tam například sexuální chování samečka závisí také na tom, jak se v dané chvíli chová samička.

Křivohlavý (1973) dělí motivační síly do tří hlavních skupin.

1.5.1 Vitální – biologická oblast hodnot

Představme si hladové zvíře. Běhá po lese, dokud se mu nepodaří ulovit něco k snědku. Toto je biologická, vitální motivace. Stejně jako žízeň, ukojení sexuální touhy, mateřská péče o potomky atd. Je třeba ale také říci, že síla vitálních potřeb není stále stejná. Experimentální cestou bylo zjištěno, že se mění v závislosti na tom, jak dlouho například zvíře hladoví, kdy je zvyklé žrát, jakou míru rizika by muselo pro získání potravy překonat apod. Co se týče vztahu biologické potřeby a hodnoty, můžeme říci, že pro hladové zvíře má hodnotu to, co si k snědku uloví, ale také to, co k tomu vede. Například pro hladového vlka má vysokou hodnotu ulovený zajíc, avšak také stopa po tomto zajíci. Pro vlka však neexistují jen kladné hodnoty. Do cesty se mu může postavit pytlák, zeď nebo potok. Všichni tyto činitelé, kteří mu znemožňují honbu za zajícem, pro něj mají zápornou hodnotu. V souvislosti s tím je třeba upozornit na další věci. A to, že hodnotu dává věcem a předmětům momentální stav potřeb, že hodnota jednoho předmětu může být výsledkem několika dílčích hodnot a pak také, že hodnota předmětu může být i situačně podmíněna a dotvořena souvislostí.

1.5.2 Osobní, subjektivní, psychologické potřeby

V tomto případě je člověk veden řadou osobních, čili na vlastní osobu vázaných snah, staví si krátkodobé a dlouhodobé osobní cíle.

K těmto motivačním silám a hodnotám s nimi spojených jsou řazeny tzv.:

A. Sekundární potřeby, kterými je v psychologii označován fakt, že dělám něco tak, jak jsem to již jednou dělala, jak jsem zvyklá to dělat a jak se mi to osvědčilo. Jsou řazeny mezi potřeby osobní, neboť jsou zcela vázány na osobu. To že určitou věc děláme určitým, pro nás navyklym způsobem, má pro nás jistou hodnotu. A tato hodnota je vyšší, než kdybychom danou činnost dělali jiným způsobem.

B. Závodění člověka se sebou samým. Je to například touha překonat sám sebe, kterou má závodník, jenž touží překonat svůj osobní rekord v běhu na 100 metrů. Pro člověka má

hodnotu, podaří-li se mu více, než kolik se mu již podařilo. K této motivační síle patří i *touha dokázat více, než člověk již dokázal*. Za touto touhou se skrývá například touha obepnout svět, vylézt na nejvyšší vrcholky hor, hledání léků proti různým nemocem, ale i shromažďování peněz. Stále více a více. Patří sem i úzké spojení s touhou překonat toho druhého, závodíme totiž nejen s druhými, ale i sami se sebou.

C. *Člověk jako tvůrce*. Mnohá lidská činnost je postavena i na jiné hnací síle, než jen překonat sám sebe. Touto silou je snaha vytvořit něco, co má obecnou hodnotu, přínos pro společnost. Velmi často se s ní setkáváme v dílech umělců všeho druhu. Nedejme se ale mýlit. I takový zahrádkář se může snažit vypěstovat nové, kvalitní druhy jablek. To má pro něj hodnotu.

1.5.3 Sociální motivace lidského jednání

Člověk dělá věci nejen proto, že je k tomu hnán svou biologickou stránkou či tím, že po čemsi touží. Lidská činnost je také společensky určena. Proč například chodí lidé v oblečení? Protože chodit nahý je dnes společensky nepřipustné a také by nám pravděpodobně byla zima. Mnoho lidí se však obléká jen proto, aby jim nebyla zima, avšak chtějí se také líbit a jejich móda je podřízena tomu, co právě „letí“. Co víc se k této motivaci váže, uvádí Křivohlavý (1973).

Jako první sem řadí *touhu po sociálním kontaktu*. Člověk nedokáže žít sám. Takovým zářným příkladem této touhy je vztah matky a jejího dítěte. Patří sem ale také dvojice manželská, milenecká, přátelská. Všichni tito lidé pro nás mají hodnotu, kterou si však bohužel často uvědomíme, až když nám tento blízký člověk odejde.

Jako další je *srovnávání s druhými*. Člověk rád zkusí sám sebe, to co dokáže ve srovnání s druhými. Chce vědět, zda je lepší než... Nepotřebuje však zkoušet jen své schopnosti a dovednosti, ale také představy, názory a postoje.

Dále je do balíčku sociální motivace jednání zařazena *potřeba soutěžit a spolupracovat s druhými lidmi*. Člověk se potřebuje s ostatními srovnávat, neboť lidé žijí ve vzájemné interakci, která může být definována rozměrem spolupráce-soupeření. Existují lidé, pro něž má nejvyšší hodnotu pošpinit druhého, ublížit mu. Pak ale na druhou stranu existují lidé, pro něž má tu samou hodnotu druhému pomoci, udělat, co je mu na očích viděno.

A čtvrtou poslední složkou je *Já*. Je to lidské povědomí o sobě samém, jeho sebepojetí a hodnocení, jež stojí v pozadí uspokojování sociálních potřeb.

Na základě práce jistého oxfordského psychologa, o němž se Křivohlavý (1973) zmiňuje, byly rozlišeny i základní druhy sociální motivace. Jako první je *závislost na druhých lidech*, dále *afiliace*, potřeba osobního, intimního kontaktu s druhými lidmi, potom *dominance*, snaha řídit a ovládat druhé, za čtvrté *heterosexuální potřeba*, čímž je míněn sexuální styk jako důležitá sociální potřeba, pak *agrese*, snaha poškodit druhého člověka, dále *sebehodnocení a sebevědomí* a nakonec *kolektivní způsob uspokojování biologických potřeb*.

1.6 Příčiny způsobující konflikt

Příčin, které mohou způsobit konflikt, je nepřehledné množství. V knize Konflikt, koření života (2004) jsou všechny tyto příčiny shrnuty do tří kategorií. Jsou to konflikty kvůli majetku, konflikty vyvolané psychologickými potřebami a konflikty, v nichž hraje roli hodnotový systém.

Mnoho sporů je pak tvořeno různými kombinacemi těchto kategorií. Obtížnost řešení stoupá s přechodem z první do třetí kategorie.

1.6.1 Konflikty kvůli majetku

Tento typ konfliktů je řešitelný nejméně obtížnou cestou. Dochází k nim, jestliže dva chtějí totéž, ale pro oba dva toho není dost. Situace, se kterou se každý z nás setkává dnes a denně. Například když si student poodejde pro papír, tužku či cokoli jiného a když se vrátí, vidí, že jeho místo je obsazeno někým jiným. „Sedl si na moje místo“ bude obvyklou reakcí. A právě majetek, onu židli, je možno identifikovat jako předmět sporu. Stává se, že židle je skutečně celým problémem, avšak je tomu tak málokdy. Často se za vším může skrývat mnohem víc.

1.6.2 Konflikty vyvolané psychologickými potřebami

Spory vyvolané těmito potřebami, např. moc, přátelství, láska, úspěch, se obvykle projeví jako konflikt kvůli majetku. Vraťme se k případu studenta, jež přišel o své místo. Možná se nejednalo o židli samotnou, možná jen potřeboval sedět vedle někoho, kdo je pro něj důle-

žitý. Tyto pravé motivy jsou hůř identifikovatelné, proto i řešení těchto sporů bývá obtížnější. Není možné problém efektivně řešit, pokud nedojde k vyjádření pravých potřeb.

1.6.3 Konflikty, v nichž hraje roli hodnotový systém

Hodnoty, jak už bylo výše zmíněno, jsou pro náš život velice důležité. Jejich zpochybnění, potažmo zpochybnění hodnot, které my uznáváme je ohrožením nás samých. Člověk pak obvykle reaguje neústupností a stažením se do sebe. Při řešení těchto typů konfliktů se ukazuje jako velice obtížné odpoutat se od starých vzorů a hledat nové způsoby myšlení a chování. Někdy však není třeba přehodnocovat názory na jedné či obou stranách. Občas se efektivním řešením stává i uvědomění si, že každý vidí svět a momentální situaci nějak jinak.

1.7 Vývoj konfliktu

Vývoj běžných konfliktů mezi lidmi má své určité fáze, v nichž konflikt vzniká, graduje, vrcholí, je tlumen a nakonec zase zaniká. Podle Plamínka (2006) a Matějkové (2007) jsou fáze následující.

1.7.1 1. fáze – varovné příznaky, signály

Tyto signály, varovné příznaky, se začínají objevovat před viditelným vypuknutím konfliktu. Tato fáze je ve znamení psychického napětí. Konflikt zatím není vyslovený, zatím je spíš ve fázi intuice, kdy cítíme, že něco není v pořádku, tušíme odlišné názory a postoje. Stále je však ještě zachován společenský takt a zdvořilost. Pokud se jedná o partnerský vztah, můžeme intuitivně cítit nesoulad nebo také cítíme, že už si s partnerem nemáme co říct. Jako příklad může dobře posloužit konflikt v partnerském vztahu, kterému na dalších stránkách bude věnována zvýšená pozornost.

Příklad: Eva už delší dobu cítí, že s jejím přítelem, Adamem, není něco v pořádku. Zdá se jí chladný, nesdílný, chodí později z práce, o nic moc nejeví zájem. Když se ho však zeptá, odpoví, že je vše v pořádku, že se má dobře a je šťastný.

1.7.2 2. fáze – odlišnosti

V této fázi už dojde ke sdělení odlišných postojů a názorů. Nepochází však ještě k polarizování postoje, to pouze není-li konflikt řešen. Partneri v konfliktu se jeden druhému snaží

nastínit své stanovisko a priority. Mohou mít pocit, že když své stanovisko druhému správně vysvětlí, odhodí svůj chybný názor a ten jejich přijme za svůj.

Příklad: Eva se rozhodla si s Adamem promluvit o tom, co se děje. On říká, že má mnoho práce a problémů. Také má pocit, že stále jen sedí doma, nic nepodnikají. Adam by si rád zašel do kina, na večeri nebo diskotéku. Již se nudí a chtěl by vztah nějak oživit. Eva to chápe, ale namítá, že večer je po celém dni velmi unavená, že nemá náladu nikam chodit, snaží se, aby to Adam pochopil.

1.7.3 3. fáze – polarita

Tato fáze už znamená jistotu, že komunikace mezi partnery bude obtížná. Problémy jsou personifikovány. Názory se dostávají do extrémnějších podob a interakce se ukazuje jako souboj „kdo z koho“. Pozice partnerů se polarizují. Navzájem už neposlouchají své hodnoty a priority, nevnímají se. Přemýšlejí nad tím, že ten druhý není dost soudný a často pochybují o jeho inteligenci. Zatím pouze nevysloveně.

Příklad: Eva si začíná myslet, že by za Adamovým odcizením mohla být jiná žena. Vyčetla Adamovi, že chodí domů čím dál později, že se baví s kamarády a ona je na všechno sama. Je unavená, on jí s ničím nepomůže, jen se baví. Adam jí naopak vyčítá, že je s ní nuda, že se zajímá jen o domácnost, vaření, že se s ním už nedokáže bavit o ničem jiném, tak ať se nediví, že utíká z domu, když to tam už nemůže vydržet.

1.7.4 4. fáze – separace

V této fázi spolu oba účastníci konfliktu přeruší kontakty. Vcházejí do krize. Ani jeden z nich se nepokouší o prolomení napětí. Oběma se odlišnosti zdají tak propastné, že je nemožné spolu vycházet i v jiných oblastech. Pokud spolu tito dva zúčastnění nemusejí žít nebo pracovat, může se jednat o konečnou fázi konfliktu, jestliže je však něco stále pojí, konflikt obvykle přerůstá do další fáze.

Příklad: Eva a Adam se začali jeden druhému vyhýbat, skoro by se dalo říct, že je jejich byt rozdělen na dva válečné tábory. Nebaví se spolu, protože si už nemají co říct. Spí odděleně a ani spolu už nesnídají.

1.7.5 5. fáze – destrukce

V této fázi, pokud do ní konflikt dospěje, dochází k jeho vyvrcholení. Ve fázi destrukce může dojít až k likvidaci celého vztahu, ať již partnerského, pracovního nebo přátelského. Má zcela zničující důsledky. Oba účastníci jsou na sebe navzájem sprostí, shazují se, zesměšňují, obviňují, pomlouvají se. Mohou se objevit i fyzické útoky.

Příklad: Eva už to dále nemohla snášet. Jednoho dne si na Adama počkala a začala na něj křičet. Vyčetla mu, že je sobec, který se o sebe nedokáže postarat, že je nula a budižkničemu. Adam jí na oplátku řekl, že je nudná domácí puťka, která o sebe nedbá, že je ošklivá a nezajímavá. Eva začala brát antidepresiva a Adam se odstěhoval.

1.7.6 6.fáze – vyčerpání

Šestá fáze je fází zklidnění napětí, oba účastníci konfliktu jsou již vyčerpáni. Ani jeden už o druhém nechce nic slyšet, přichází lhostejnost. Pokud se účastníci setkávají, mluví spolu o věcných problémech, jakkoli citově zabarveným rozhovorům se oba vyhýbají.

Příklad: Adam a Eva jsou rozvedeni. Adam bydlí v podnájmu, Eva zůstala v jejich starém bytě. Když se občas potkají, pozdraví se a prohodí spolu pár zdvořilostních frází. Vzájemně se neptají na svůj osobní život, jeden druhému to nechce ani vyprávět.

Plamínek (2006) dodává ještě další dvě fáze konfliktu. Je jí fáze *latence*, která může po čase přerůst ve fázi *klidu a stability*. Někdy je pak možné obnovení vztahu založeného na nových hodnotách a postojích.

1.8 Typy řešení konfliktů

Existují různé typy řešení konfliktů. To, jak budeme v konfliktní situaci reagovat, není ovlivněno pouze tím, jaká je samotná konfliktní situace, ale také naším nastavením vůči konfliktu a stresu, který napětí v konfliktu vyvolává. Bednařík (2001) uvádí čtyři faktory, které podstatně ovlivňují postoj každého člověka ke konfliktu a tím také způsob reagování v konfliktních situacích.

Prvním faktorem je náš instinkt. Lidé často v situaci ohrožení reagují zjednodušeným instinktivním způsobem. Naši reakcí tak může být panický útěk, vzdor nebo zuřivý útok. Podstatou těchto projevů je, že jednáme impulzivně, nekontrolovatelně a často nevědomě. Dalším faktorem je modelové učení. Jako malí jsme pozorovali své rodiče, příbuzné, učite-

le, posléze jsme napodobovali herce a jiné mediální hvězdy, důležité osoby v našem životě. Právě proto, že jsou pro nás tito lidé důležití, můžeme přebírat modely jejich chování v konfliktních situacích bez ohledu na to, jsou-li konstruktivní či nikoliv. Třetím faktorem je učení se sociální zkušeností, neboť velká část postojů ke konfliktům se vytváří z osobních zkušeností ze zážitků s konfliktem. Posledním, čtvrtým faktorem, jsou zručnosti při řešení konfliktů. Dodávají nám sebevědomí a říkají, jak se zachovat když se dostaneme do konfliktní situace, jak zareagovat, jak je ovlivnit k naší spokojenosti. Pokud tyto zručnosti máme, konfliktů se nebojíme.

Kniha *Konflikt, koření života* (2004) přehledně popisuje různé typy řešení konfliktů. I přesto, že díky všem výše zmíněným faktorům jsou přístupy ke konfliktům velmi rozmanité, je možné je rozdělit do pěti základních skupin.

1.8.1 Únik, vyhýbání se konfliktu nebo jeho popření

Tuto formu řešení konfliktu volí často lidé, kteří se v konfliktu cítí zcela zahrnutí do kouta a nevědí, co si počít. Jsou to často lidé, jež nejsou vybaveni sebevědomím a komunikačními dovednostmi.

Nejběžnějším způsobem úniku je konfliktu se zcela vyhnout, nicméně existují ještě další rafinované formy. Jednou z těchto forem je *odmítání*. Když si konflikt nepřipouštíme, můžeme být velmi často velmi raněni či rozzlobeni, ale dát najevo to nechceme. Úskalím však je, že toto zapírání může naše pocity ještě více jítřit a zraňovat. To vše může vést až k pomstě nebo pomluvám.

Příklad: Petr je členem školního fotbalového družstva. Kapitánem tohoto družstva je Pavel. Jednoho dne se Petr a Pavel setkají ve škole na chodbě a Pavel se smíchem prohodí: „No Petře, kdes vzal tak příšerný svetr?“ Petr projde kolem Pavla, aniž by s ním prohodil jediné slovo. Když se Pavel později ptá Petra co se stalo, ten jen zamumlá, že nic. Ve třídě si však svému kamarádovi postěžuje, že Pavel je pěkný vůl.

Někdy se může stát popírání tak extrémním, že člověk není schopen přiznat ani sám sobě, že nějaký konflikt existuje.

1.8.2 Přizpůsobení

Přizpůsobení je dalším obvyklým způsobem řešení konfliktu. Jednají tak nejčastěji ti, kteří si myslí, že souhlasit je jednodušší než nesouhlasit. Když tito lidé cítí, že se schyluje ke konfliktu, rychle zareagují tak, aby situaci zachránili. Omlouvají se nebo jinak ospravedlňují svůj odlišný názor. Někdy mohou i upravovat své názory tak, aby byly jako ty ostatních.

Příklad: Kdyby se Petr chtěl v dané konfliktní situaci přizpůsobit, mohl zareagovat některým z těchto způsobů. Kdyby se chtěl jakoby omlouvat, mohl říct, že ví, že nikdy neměl příliš dobrý vkus na oblečení, případně mohl zcela přizpůsobit své chování a svetr si už nikdy nevzít, přestože se mu líbí.

1.8.3 Konfrontace, agresivní sebeprosazení

Konfrontace znamená postavit se konfliktu čelem. Konflikt je pak obvykle chápán z pozice BUĎ – ANEBO. Jeden z účastníků musí mít vždy pravdu a zvítězit prokázáním své pravdy, ten druhý je pak poražený. Oba dva účastníci pak tedy houževnatě brání své pozice a zároveň odolávají nátlaku druhé strany. Vše může vyvrcholit agresivními reakcemi. Účastníci se mohou urážet, vyhrožovat si anebo se dokonce poprat.

Konfrontace stejně jako únik není ideálním řešením konfliktu. I malý incident se tak může rozrůst do nebývale velkých rozměrů.

Příklad: Kdyby Petr reagoval na nastalou situaci agresivně, mohl odpovědět některým z těchto způsobů: „ Jak může takový trouba jako ty vědět, co je příšerné a co ne?“ případně „Ještě jednou pípni o mém oblečení a budeš litovat, že jsi to kdy řekl.“

1.8.4 Kompromis

Kompromis je velmi častým typem řešení konfliktu. Při tomto způsobu se musejí obě strany v zájmu vyřešení situace něčeho vzdát. Nehraje se na vítěze či poražené, každý z účastníků si odnáší malou část vítězství za cenu vlastních ústupků. Každý z účastníků se snaží prosadit to, co má pro něj největší hodnotu, naopak ustupuje z požadavků pro něj méně podstatných.

1.8.5 Dohoda

Dohoda je způsob, který předpokládá, že je možné najít řešení, kdy ani jeden z účastníků nic nevyhrává ani nic neztrácí. Již od začátku se snaží odhalit potřeby obou účastníků, aniž by bylo počítáno s variantou, že někdo bude muset něco obětovat. Je třeba pochopit to, co ke konfliktu vedlo, a co dává každá ze stran v sázku. Oba z účastníků musí být také poučeni o tom, jak si vyjít vstříc a jak je možné dojít vzájemného přijatelného výsledku. Tento typ řešení konfliktu je však velmi vzácný.

Plamínek (2006) popisuje i jiné způsoby řešení konfliktu.

1.8.6 Pasivita

Konflikty, alespoň konflikty určitého typu, je možné řešit nečinností. Občas my všichni známe pocit, že věci, které se nám včera zdály důležité, se tak důležité dnes už jevit nemusí a zítra mohou být zapomenuty. Je proto dobré u některých konfliktů vyčkat a neřešit je s „horkou hlavou“.

1.8.7 Delegace

Delegace je takový způsob řešení konfliktů, kdy je svěříme někomu jinému. Například, když se pro řešení obracíme na soud, experta nebo třeba nadřízeného. Pokud se rozhodneme pro takovýto způsob řešení problému, je třeba počítat s tím, že pak již není v našich silách kontrolovat tento proces, ani výsledek řešení. Pokud vezmeme jako příklad soudní řešení, pak je celý proces i výsledek dán zákonem, jeho řešení stojí na umu právníků a rozhodnutí soudců.

1.8.8 Náhoda

Konflikt je možné řešit i tímto způsobem - náhodou. Například losem. Výhodou takového způsobu řešení je jeho rychlost a v podstatě nenapadnutelná spravedlnost. Svým způsobem je to však jakési zřikání se odpovědnosti za řešení.

1.8.9 Mediace a facilitace

Mediace a facilitace má přesně opačnou charakteristiku, nežli výše popsaná náhodná volba. U těchto dvou způsobů se jedná o přímé jednání mezi zneprátelenými stranami, avšak se

zapojením neutrálních odborníků na procesy řešení konfliktů. Na tyto odborníky je přeneseno právo, v dohodnuté míře, regulovat proces jednání, kdežto právo rozhodnout o výsledku řešení je ponecháno oběma stranám, jež jsou spolu v konfliktu. Tento nestranný odborník tedy má za úkol zprostředkovat a usnadňovat dohodu mezi účastníky.

1.8.10 Vyjednávání a projednávání

Zdá se, že právě tento způsob řešení konfliktů by mohl být považován za ideální. Obě strany díky němu mohou kontrolovat proces i výsledek řešení sporu, který se opět opírá o přímou komunikaci mezi stranami.

1.8.11 Násilí

Násilí, jako způsob řešení konfliktů, není vhodným ani společensky uznávaným. Proces řešení není mírumilovný a výsledek nemůže být nikdy takový, aby s ním souhlasily obě strany, aby nebyl ani pro jednu z nich poškozující. Řešení vynucené takovýmto způsobem není ani stabilní a nemívá zpravidla dlouhého trvání.

2 MUŽ A ŽENA

Všichni ze svých osobních zkušeností tušíme, že muži a ženy jsou jiní. Nelze hovořit o tom, že jeden z nich je lepší a druhý zase horší, je možné mluvit jen o tom, že jsou to dvě zcela rozdílné bytosti. Žijí v jiných světech, mají odlišné hodnoty a pohled na svět, stanovují si jiná pravidla, citují: „Jediná věc, kterou mají společnou je fakt, že náležejí ke stejnému živočišnému druhu.“ (Pease, 2000, str. 21)

Jiný autor, John Gray, situaci vidí zase jinak. Jeho ve světě velmi oblíbená kniha Muži jsou z Marsu a ženy z Venuše (2002) hovoří o tom, že muž a žena pocházejí ze zcela odlišných planet. Jeho teorie je velice zajímavá a možná, že kdyby byla pravdivá, dokázala by vysvětlit všechny těžkosti a konflikty, kterými partnerské vztahy procházejí, spory, se kterými se partneři musejí v každodenním životě potýkat. Dovolte mi, abych na úvod této části, která se bude zabývat právě soužitím mužů a žen, citovala kousek z této knihy:

„ Představme si, že muži jsou z Marsu a ženy z Venuše. Kdysi dávno Mart'ané objevili svými dalekohledy Venušanky. Už při prvním spatření v nich Venušanky vyvolaly city, které nikdy předtím nepoznali. Zamilovali se do nich, rychle vynalezli cestování v meziplanetárním prostoru a letěli na Venuši.

Venušanky Mart'any přijaly s otevřenou náručí. Vždycky tušily, že jednoho dne přijdou. Jejich srdce byla dokořán otevřena lásce, kterou dosud nikdy nepocítily. Láska mezi Venušankami a Mart'any byla zázračná. Těšilo je být spolu, žít spolu a sdílet se navzájem. Třebaže pocházeli z jiných světů, radovali se ze svých rozdílů. Celé měsíce se učili znát jeden druhého, zkoumali a hodnotili své rozdílné potřeby, záliby a způsoby chování. Celá léta spolu žili v lásce a harmonii.

Pak se rozhodli odletět na Zem. Zpočátku bylo všechno krásné a podivuhodné. Ale zemská atmosféra udělala svoje a jednoho dne se všichni probudili se zvláštním druhem ztráty paměti. Byla to selektivní ztráta paměti.

Jak Mart'ané, tak Venušanky zapomněli, že pocházejí z různých planet a že se od sebe nutně liší. Toho rána se z jejich paměti vymazalo všechno, co se naučili o svých rozdílech. A od toho dne mezi nimi začaly konflikty.“

Tato teorie o Venušankách a Mart'anech je velmi roztomilá, avšak nemůže jí být přikládána nějaká větší důležitost. Tu bychom mohli přikládat spíše teorii nazvané gender. Tímto ter-

mínem, cituji: „...označujeme kulturní a sociální stereotypy a očekávání, které se pojí k jednotlivým pohlavím.“ (Fateja, 2004, str. 30) Je to tedy role, do které se narodí každé dítě a která mu v podstatě předurčí životní dráhu. Je to něco, co je nám vštěpováno od narození a stává se součástí naší identity. Už když se narodí chlapeček, má pro něj matka připravenou modrou příkrývku, pro holčičku zase růžovou a lékař vykřikne: „Je to kluk! Je to holka!“

Tento gender, mužství nebo ženství, určuje, jaké schopnosti člověk má, jaké jsou jeho povinnosti a jakým očekáváním musí dostát. Onen výše zmíněný lékař tedy nepopsal jen pohlaví novorozence, popsal také normu, podle které se k němu má chovat okolí, a podle které se zase naopak rostoucí dítě bude chovat ke svému okolí. Od mužů má společnost jiná očekávání než od žen, a to bylo do lidského podvědomí vepsáno již dávno. (Fateja, 2004)

2.1 Rozdílná role muže a ženy

Mohli bychom říci, že již od nepaměti existují rozdílné sociální role mužů a žen. Bylo vysloveno mnoho teorií, proč tomu tak je. Jednou z nich je názor, že tento rozdíl vznikl již v dávné minulosti. V dobách, kdy každý měl určeno, co je potřeba udělat a hlavní hnací silou byl boj o přežití. Byla to doba, kdy muži a ženy pospolu šťastně žili a svou práci se harmonicky doplňovali.

Muž v těchto dobách denně riskoval život ve světě, kde na něj stále číhalo nebezpečí. Hledal a lovil, aby své ženě a dětem zabezpečil potravu. Číhal, aby svou rodinu ochránil před jinými nepřátelskými tlupami a divou zvěří. V důsledku toho se u mužů vyvinuly různé schopnosti. Například schopnost orientace, protože bylo nutné, aby dokázal vypátrat, ulovit a s kořistí se vrátit domů, což občas znamenalo vydat se cestou necestou i mnoho kilometrů od jeskyně. Muž musel umět také velmi dobře střílet, aby byl schopen zasáhnout pohybující se cíl. Jeho role a náplň práce v rodině byla jasná. Muž byl lovec potravy a víc po něm nikdo nežádal. Úspěšnost muže byla hodnocena podle toho, kolik čeho ulovil a jak byl schopen nasytit ženu a své potomky. Jeho sebeúcta stála na tom, jak jej ocenila jeho žena. Přežití jeho rodiny záviselo na něm a o víc se nikdo nestaral.

Ženina role byla jasná stejně tak. Byla to ona, kdo dával život potomkům a bylo třeba, aby se její schopnosti vyvíjely tak, aby mohla co nejlépe splňovat tuto roli. Bylo třeba, aby měla přehled o svém okolí. Musela být schopna mapovat známky blížícího se nebezpečí

v bezprostřední blízkosti „domova“, když byl muž pryč. Musela umět číst ve změnách chování svých dětí i ostatních dospělých, aby byla schopna rozpoznat, co se v její blízkosti děje.

Žena byla tedy ochránkyní sídla. Celé dny trávil péčí o děti, sběrem ovoce a zeleniny, komunikací s ostatními ženami. Byla ceněna podle toho, jak dokázala udržet rodinný život. Muž oceňoval její schopnost postarat se o děti, domov a pospolitost.

Z tohoto lze předpokládat, že boj o život v té době nebyl jednoduchý, nicméně vztahy ano. Každý měl určenou svoji roli a při každodenním boji o přežití nebyl čas na to, zabývat se tím, že existují i jiné potřeby. (Paese, 2000)

Ann Oakleyová se ve své knize Pohlaví, gender a společnost (2000) také zabývá otázkou rozdílných sociálních rolí muže a ženy. Předkládá různé názory.

Například profesor George Murdock, jež je v knize zmíněn, dle svých bádání vyvodil domněnku, že každá společnost má určité principy, podle nichž dělí činnosti na vhodné pro muže a vhodné pro ženy. Murdock se zabýval zkoumáním 224 různých kultur a jejich tendencemi členění činností dle pohlaví. Ukázalo se, že skutečně v každé ze zkoumaných kultur existují činnosti převážně ženské a převážně mužské.

Další, kdo se zabýval původem rozdílných rolí muže a ženy, byl Amram Scheinfeld, stejně tak zmíněn v knize Ann Oakleyové. Ten vyslovil teorii o původu dělby práce mezi mužem a ženou ve studii Women and Men. Jeho teorie je prý podpořena výsledky bádání právě profesora Murdocka. Podle mě se vrací k první teorii, kdy dělba práce mezi mužem a ženou počala již v dávné historii. Cituji:

„Vraťme se k Adamovi a Evě. Na počátku možná dělali tytéž činnosti. Potom však bylo na cestě dítě a Eva byla pomalejší a nemohla už zvedat těžká břemena. Zbylo tedy na Adama odhánět nebezpečná zvířata, zabíjet a nosit domů vysokou, manipulovat s těžkými břemeny atd. Když se dítě narodilo, Eva se o ně musela starat, byla tím omezena v pohybu a když dítě odchovala, pravděpodobně přišlo další. Takže bez ohledu na to, jak stejně mohli Adam a Eva začínat, dříve nebo později se jejich činnosti diferencovaly.“

Nakonec je předkládán názor, jenž při posuzování rozdílné role muže a ženy vychází z předpokladů, které se týkají souvislosti mezi reprodukčními a hospodářskými úkoly. Prvním předpokladem je mateřství. To vychází z přesvědčení, že se žena vzdá jiné práce. Druhým předpokladem je názor, že mateřství je činnost usedlá, jež nevyžaduje příliš energie

nebo síly. Třetí předpoklad se vztahuje na domácí práce obecně. Čtvrtý předpoklad usuzuje, že v typické malé primitivní společnosti se ženy věnují domácnosti, což je činnost okrajová. Pátý předpoklad vychází z faktu, že žena nemá sílu a energii na to, aby dělala některé z mužských činností. (Oakley, 2000).

2.2 Mozek muže a ženy

Jistě není troufalé tvrdit, že mozek mužů a žen je odlišný. Ať už za to mohou tisíce let strávených v jeskyni při striktní dělbě práce a odlišných společenských rolích, jejichž výsledkem je určitá „genetická paměť“, o které hovoří Pease (2000), anebo něco jiného. Pease dokládá svou „genetickou paměť“ malým pozorováním. Většina mužů se v restauraci usadí raději zády ke stěně tak, aby měli dostatečný výhled ke vchodu. Cítí se tak bezpečně a příjemně, neboť je jim takto umožněno sledovat příchozí, být ve střehu a nenechat se překvapit. Ženám nevádí, jsou-li usazeny zády do prostoru, pokud je s nimi muž. Naprogramování jejich mozku říká, že v případě nutnosti je ochrání. Kdyby však žena seděla v restauraci sama, nebo například s dětmi, vybere si místo u stěny. Instinktivně tak přebírá úlohu muže, jež je nepřítomen a nemůže ji chránit.

Možná právě díky těmto rozdílným rolím muže a ženy se i jejich mozek vyvíjel odlišně, což bylo dáno vývojovou nutností. Bylo třeba rozvíjet odlišné dovednosti, schopnosti a nadání. Muž potřeboval rozvíjet oblasti mozku, které mu zajistily schopnost orientace, řešení problémů, vymyšlení taktiky k ulovení zvěře či boje, zasáhnout cíl. Muži nepotřebovali zdatně konverzovat, být vnímaví, proto se u nich tyto oblasti mozku nikdy nevyvinuly do takové míry, aby byli schopni v těchto činnostech sekundovat ženě. Ta zase všechny tyto dovednosti ke své činnosti potřebovala, proto jsou u ní tyto oblasti mozku dostatečně vyvinuty. Schopnost komunikace, schopnost dělat několik věcí současně, vnímavost, rozsáhlé periferní vidění pro kontrolu svého okolí... To jsou dovednosti, kterými se může pyšnit především žena. Ovšem té zase chybí dokonalé vyvinutí těch oblastí mozku, které má muž.

Přestože se svět nejdříve domníval, že mozek mužů a žen funguje stejně, není tomu tak. Průzkumy prokázaly, že mozky obou pohlaví se ve funkčnosti i anatomii odlišují.

Již tradičním heslem antifeministů bylo, že mozek ženy je menší než mozek muže, což dokazuje její nižší inteligenci. Je sice pravdou, že muž má v každém věku průměrně větší obvod hlavy než žena, nikdy však nebyla dokázána souvislost mezi velikostí mozku a inte-

ligencí. Vysvětlení nabízí fakt, že velikost mozku je přímo úměrná tělu a ženy tedy mají menší mozek proto, že jsou v průměru menší než muži.

Oakleyová (2000) i Pease (2000) hovoří o tom, že rozdíly v mozku mužů a žen, se projevují ve verbálních, matematických, prostorových, analytických schopnostech a tvořivosti.

Komunikace a celková verbální aktivita je doménou dívek. Výzkumy prováděné na pacientech s poškozeným mozkiem zjistily, že muži, kteří byli zraněni na levé straně hlavy, částečně či úplně ztratili řeč. Naopak ženy se zraněním stejného rázu netrpěly ztrátou řeči v takovém rozsahu. Vědci se tedy začali domnívat, že žena má v mozku více než jedno centrum řeči. Muž po takovém zranění přestane pravděpodobně mluvit, poškozené funkce mozku se u něj totiž obnovují s mnohem menší pravděpodobností než u žen. Ty po zranění tohoto typu budou s největší pravděpodobností ihned zase mluvit. Z výzkumu také vyplývá, že levá hemisféra se u dívek vyvíjí rychleji než u chlapců. Dívky tedy mluví rychleji a lépe než chlapci. Dříve čtou a dosahují lepších výsledků při učení cizích jazyků. Velmi výstižně se k tomu vyjadřují manželé Peaseovi. Citují:

„Jednoduše řečeno, schopnosti mužů v oblasti mluvy a konverzace jsou omezené. Většinu žen tento závěr nepřekvapí. I z historických knih je patrné, že mužská mlčenlivost dohání ženy k slzám již po tisíciletí.“

Pokud jde o matematiku, v raném dětství není mezi děvčaty a chlapci téměř žádný rozdíl. V pozdějším věku však chlapci získávají převahu v aritmetice, tedy numerickém uvažování, která se po jedenáctém roku věku stává markantní a stálou.

V oblasti tvořivosti je otázkou, jak se tvořivost přesně vymezí. Co se týká estetické vnímavosti, mají převahu dívky, avšak podle testů se jako vynalézavější jeví chlapci. Zásadní význam tvořivosti se týká schopnosti restrukturace, tedy schopnosti překročit hranice řešení problému a projevit tak svou originalitu. Svým způsobem tato schopnost závisí na určitých prvcích analytické schopnosti. Muži v takových testech dosahují lepších výsledků, avšak ženy, pokud zavřou oči, je překvapivě dohánějí.

Rozdíly v prostorové orientaci jsou všeobecně potvrzované a ověřené. Erik Erikson zjistil, že při hře s hračkami chlapci využívají prostor jinak než dívky. Ty se orientují spíše na vnitřní prostor, chlapci zase na vnější prostor. Erikson začal v tomto smyslu uvažovat o tom, že rozdílné využívání prostoru u dívek a chlapců odráží to, jak vnímají svoji anatomii.

Podle něj má dívčina děloha, její vnitřní prostor, a chlapcův penis, vnější prostor, pro ně takovou důležitost, že formuje celý jejich vztah k prostoru.

Co se týče hodnot IQ u mužů a u žen, byly zjištěny překvapivé výsledky. Během školní docházky a i u zkoušek si obecně lépe vedou dívky nežli chlapci. Přesto se však objevuje značná propast mezi výsledky dívek ve škole či zaměstnání a jejich naměřenou hodnotou IQ. Jisté studie ukázaly, že naměřená hodnota IQ a dosažené postavení v zaměstnání nemá u dívek žádný vztah, naopak mužská pracovní úspěšnost je úzce spojena s jejich hodnotou IQ. Je možné, že do těchto překvapivých výsledků zasahují sociální role, které jsou od jednotlivých pohlaví v dospělosti očekávány. U mužů je pracovní úspěšnost očekávána a je považována za jakousi součást jejich sociální role. Od žen se naopak očekává spíše konformita, jakási podřízenost a menší studijní a pracovní úspěšnost.

2.3 Jaký je muž a jaká je žena

To, že muži a ženy se od sebe biologicky liší, je zřejmé na první pohled. Anatomie jejich těla je jiná, konstruována přírodou po tisíce let. I jejich mozek odlišně pracuje, mají jiné schopnosti a dovednosti.

Je tedy více než pravděpodobné, že jsou odlišní i v tom, kdo vlastně jsou, jak přemýšlejí, jak se chovají. Ne nadarmo John Gray tvrdí, jak již bylo výše zmíněno: „ Muži jsou z Marsu a Ženy z Venuše.“

Vesměs veškerá literatura, kterou jsem pro vytvoření této práce studovala, vypovídá stejně. Muži a ženy jsou jiní, ve zcela konkrétních věcech, v konkrétních způsobech myšlení. Kniha od Johna Graye je však popisuje nejlépe, uceleně v jednotlivých kapitolách. Proto budu čerpat převážně z tohoto díla. Domnívám se, že poskytnout čtenáři vhled do této problematiky je zásadní pro pozdější výzkum, neboť nám pomůže odhalit, jací muži a ženy vůbec jsou.

2.3.1 Muž řeší, žena radí

Když je řeč o mužích, snad každá žena si povzdechne, že neumějí naslouchat. Muž ženu buď zcela ignoruje, nebo si poslechne pár vět. Jakmile se dozví, co ženu trápí, navrhne řešení situace.

Jak již bylo vysvětleno výše, mužský mozek je orientován na řešení a zvládnutí situace. Mimo to muži chtějí být výkonní, úspěšní, silní, chtějí být pány situace. Vždyť takto je přece vychovala příroda. Muži se nepříliš zajímají o ostatní lidi a city, zajímají je spíše věci a děje okolo. Muž má dobrý pocit, jestliže dosáhl toho, čeho měl a to nejlépe bez cizí pomoci. Muži nejraději řeší věci a problémy sami, neboť neradi projevují slabost. Muž, který žádá o pomoc, může-li si poradit sám, není pravý muž. Naopak, když je muž schopen přiznat, že pomoc druhého doopravdy potřebuje, cení se, když ji sežene. Proto u mužů vyvolává komunikace o problémech pocit, že je po nich vyžadováno řešení. Žena se však potřebuje podělit o své každodenní pocity. Ne vždy jí musí jít o řešení. Partner v domněnku, že jí tím pomáhá, ji přerušuje, aby jí sdělil své závěry a návrhy řešení. Žena je pak znechucená a nešťastná a muž také, neboť nechápe, v čem je problém.

Příklad:

Jana přijde domů, po těžkém dni z práce. Potřebuje se s partnerem podělit o to, co přes den zažila, co ji trápí.

J: „ Tam je tolik práce. Nestíhám, nemám čas vůbec na nic. Ani na sebe ne.“

P: „ Tak dej výpověď, co tě tam tak drží? Najdi si práci, která ti bude vyhovovat, a ve které se nebudeš muset tolik dřít.“

J: „ Ale já tu práci mám ráda, nechce se mi z ní odcházet. Oni si prostě představují, že všechno se udělá hned.“

P: „ Vůbec je neposlouchej. Dělej jen to, co můžeš. Dřeš se tam i tak dost. Za ty peníze, co od nich dostáváš, by měli být rádi, že tam vůbec jsi. Ignoruj je.“

J: „ Vidiš, teď jsem si vzpomněla, že jsem úplně zapoměla zavolat sestře. Pro samou prací mi to úplně vypadlo z hlavy.“

P: „ Tím se přece nemusíš trápit. No tak jí zavolaš jindy, stejně jsi s ní mluvila před pár dny. Ona to zvládne.“

J: „ Ale ty nevíš v jaké je situaci, potřebuje mě.“

P: „ Ale, tím si nelam hlavu. Zbytečně přebíráš její problémy na sebe a pak jsi z toho akorát nešťastná.“

J: „ To přece není pravda, že jsem nešťastná. Posloucháš mě vůbec?“

V tomto ohledu jsou ženy zcela jiné než muži. Ženy si cení lásky, vztahu a komunikace. Mnoho času tráví tím, že se navzájem utěšují, radí a pomáhají si. Pokud žena nabídne radu jiné ženě, je to projevem lásky, péče a starostlivosti, nikoliv projevem neschopnosti či slabosti té druhé. Muži toto ovšem vnímají jinak. Pokud jim žena radí, co a jak by měli udělat, jak se zachovat, co si obléknout a podobně, uráží to jejich schopnosti, dovednosti, jejich sílu a samostatnost. Je to pro ně projevem nedůvěry v to, že jsou schopni zvládnout situaci sami. Muž si v takovéto situaci často připadá kritizován jako malé dítě.

Příklad:

Jana a Pavel byli pozváni na večírek. Je to trochu dál, proto se rozhodnou jet autem. Pavel řídí. Cesta probíhá v pořádku, je však zdoluhavá. Teprve když již poněkolikáté projedou kolem téhož bloku, dojde Janě, že zabloudili. V nejlepší úmyslu Jana navrhuje:

„ Tudy jsme už jeli. Mám takový pocit, že jsme zabloudili. Co kdyby ses někoho zeptal? “

P: „Proč bych se ptal? Zvládnou to. Někde tady to musí být. “

J: „ Někde tady určitě, akorát tu budeme bloudit dalších dvacet minut. “

P: „ Nedělej si starosti. Až budeš za volantem sedět ty, ptej se, koho chceš. Řídím ale já, tak to nechej na mě. “

J: „ Stejně si myslím, že by ses měl někoho zeptat. “

P: „ Tak nemysli. Dovezu nás tam. “

Od té chvíle mlčí. Na večírek se nakonec dostanou, ale Pavel se nebaví. Jana nechápe, co se stalo. Má pocit, že mezi nimi panuje napětí.

2.3.2 Muž odchází, žena hovoří

Jeden z nejmarkantnějších rozdílů mezi mužem a ženou je ten, jak reagují na stres. Muži se v takovéto chvíli soustředí, ženy jsou emocionálně vzrušené. Muž se cítí dobře, může-li problém řešit. Žena se cítí dobře, může-li o problému hovořit.

Pokud je muž ve špatné náladě nebo jej tíží nějaký problém, nemluví o tom. Připadá mu nepřírozené obtěžovat druhého muže s žádostí o pomoc, není-li to nezbytně nutné. Muž se tedy zahlubá do sebe, pohrouží se do svého nitra, aby mohl o svých problémech v klidu přemýšlet a přijít na to, jak je vyřešit. V tuto chvíli se zdá, že muž „odchází někam do jeskyně“. Když se muži podaří řešení najít, cítí se dobře a „jeskyni opustí“. Pokud se mu ne-

daří, musí svou mysl zaměstnat něčím jiným, co mu pomůže na ten problém zapomenout. V tu chvíli sáhne po novinách, počítačové hře nebo se dívá na televizi. Teprve pak může relaxovat. Jestliže je mužův stres opravdu silný, pouští se do něčeho náročnějšího, při čem pulsuje v žilách adrenalin.

Když je muž „v jeskyni“, je uzavřený, zapomnětlivý, nereaguje, není schopen své partnerce dát pozornost, kterou by si ona v tu chvíli přála. Žena obvykle nechápe, co se v tu chvíli děje, o jeho stresu či problému nemá tušení. Připadá si ignorována, neboť s ní muž vůbec nemluví. Cítí se odstrčená, protože si jí muž nevšímá a má pocit, že není milována. Vše možně se pak snaží na sebe upoutat pozornost, dostat muže z „jeskyně“ ven. Výsledkem je však akorát mužova podrážděnost, nevrlost a zlost.

Ženy jsou v tomto naprosto odlišné. Když je ve stresu žena, cítí nutkavou potřebu o svých problémech hovořit. Potřebuje hovořit o svých pocitech, protože to jí přináší úlevu. Když jednou začne mluvit, nerozlišuje vážnost problémů. Nechává je na sebe působit všechny najednou a chce se z nich vymluvit. Ženě pomáhá, pokud své pocity sdílí s někým blízkým. S někým, kdo jí naslouchá a chápe ji. Často proto volají svým nejlepšími kamarádkám a jsou z toho několikahodinové večery u láhve s vínem. Žena nehledá bezprostřední řešení svých problémů, žena jen potřebuje mluvit. Muž se obvykle staví k této ženské potřebě negativně. Domnívá se, že když s ním žena mluví o problémech, je to proto, že je zavinil on, nebo že chce, aby její problémy vyřešil.

Příklad:

Když Pavel přijde večer domů, chce si odpočinout, zahloubat se do myšlenek, zrekapitulovat den, případně se zamyslet nad řešením problémů, které ho v práci potkaly. Pak chce přestat na všechno myslet a v klidu si přečíst noviny. Jana si chce také odpočinout po dni plném stresů. Chce si pohovořit. Neustále chodí okolo Pavla, snaží se jej zaplést do hovoru, vyrušuje ho z četby novin a Pavel trpí. Postupně mezi nimi vzniká napětí, které brzy přeroste v nechuť. Pavel si myslí, že Jana moc mluví, zato Jana si připadá odstrčená a zanedbávaná.

2.3.3 Odlišné citové potřeby

Muži a ženy mají odlišné citové potřeby. Bohužel si toho často nejsou vědomi, a proto nevědí, jak vzájemně tyto potřeby uspokojit. Muži vkládají do vztahu to, o co stojí oni sami a

ženy zase naopak to, co potřebují ony. Dochází pak často k tomu, že jsou rozmrzeli a zklamáni, neboť se domnívají, že ti druzí mají stejná přání.

Muži potřebují především důvěru, přijetí, ocenění, obdiv, přízeň a povzbuzení. Ženy zase naopak péči, porozumění, respekt, oddanost, potvrzení vlastní hodnoty a bezpečí. Tyto uvedené potřeby jsou pro každého z nich primární, neznamená to však, že muži nepotřebují péči nebo oddanost, ani že ženy nepotřebují důvěru či přijetí. Každý člověk potřebuje všechny uvedené typy „lásky“, je však schopen je přijímat až když jsou uspokojeny jeho primární potřeby.

Žena potřebuje péči, muž důvěru.

Žena se cítí opečovávaná, když muž projevuje zájem o její city a stará se o její blaho. Jestliže se mu to podaří, nejen že uspokojí jednu z ženiných primárních potřeb, ale ona se také vůči němu otevře, je upřímná, projevuje mu pochopení a především mu začne více důvěřovat. Když muž její důvěru vycítí, je uspokojena zase jeho primární potřeba. Díky tomu pak začne automaticky ženě projevovat více péče a porozumění.

Žena potřebuje porozumění, muž uznání.

Žena potřebuje, aby jí muž naslouchal. Nepotřebuje, aby vyslovil svůj názor, či předkládal řešení. Potřebuje vyslechnout se vcítěním a porozuměním. Pokud žena cítí, že jí muž rozumí a je schopen ji vyslechnout, je pro ni snazší mu projevovat upřímné uznání, které tolik potřebuje zase on. Muž cítí uznání, jestliže ho žena přijímá takového jaký je a nesnaží se ho měnit. Nepotřebuje, aby ho žena pokládala za dokonalého či bezchybného, stačí mu vědomí, že ho nechce napravovat.

Žena potřebuje respekt, muž ocenění.

Žena potřebuje cítit, že její přání, potřeby a city jsou uznávány. Když se k ní muž tímto způsobem chová, například nezapomíná na její narozeniny, přinese jí květiny, projevuje jí tím respekt, který žena potřebuje. Díky tomu pak dokáže muže po zásluze ocenit. Muž potřebuje cítit, že žena uznává, že měla nějaký prospěch z jeho snahy a úsilí. Když je muž ženou oceňován, ví, že jeho snaha nepřišla nazmar. To ho více motivuje k tomu, aby se k ženě choval tak, jak ona potřebuje.

Žena potřebuje oddanost, muž obdiv.

Pokud muž klade ženiny potřeby na první místo, bere na sebe odpovědnost za jejich uspokojování. Žena vzkvétá, neboť cítí, že je zbožňována. Muž uspokojuje její potřebu oddanosti, jestliže jsou její potřeby kladeny před jeho vlastní zájmy. Když žena cítí, že je v mužově životě na prvním místě, roste její odbiv k němu. Začne k muži vzhlížet, obdivovat jeho schopnosti, vlastnosti a nadání. Muž si pak začne připadat dost jistý na to, aby se oddal jedné ženě a zcela ji zbožňoval.

Žena potřebuje potvrzení vlastní hodnoty, muž přízeň.

Když muž akceptuje a potvrzuje platnost ženiných citů, žena se cítí milována, protože tento mužův postoj ženě říká, že má právo cítit, to co cítí. Muž může uznávat hodnotu ženiných citů a názorů, i když jeho postoj je jiný. Když se muž naučí uznávat ženino stanovisko, může si být jist, že se mu dostane pochvaly, kterou potřebuje, aby se mohl cítit jako hrdina své ženy. Muž potřebuje, aby mu žena vyjádřila spokojenost s ním a s jeho kvalitami. Ale ani to, že se muži dostane pochvaly, neznamená, že s ním žena vždy souhlasí.

Žena potřebuje bezpečí, muž povzbuzení.

Ženě se pocitu bezpečí dostane, pokud jsou uspokojovány všechny její výše popsané potřeby. Muž tím ženě říká, že je pořád milována, že ji chrání a stará se o její bezpečí. Muži se však často mylně domnívají, že podaří-li se jim to jednou, žena bude šťastná už napořád. Ale k pravému uspokojení této potřeby bezpečí, je třeba, aby ji muž o tom všem ujišťoval stále znovu.

K tomu muž potřebuje od ženy povzbuzení. Žena toho dosáhne tím, že se pokusí, stejně jako muž, uspokojit všechny jeho předcházející potřeby. Tím bude muž stále přesvědčován a její důvěře, obdivu, přízni, chvále jeho schopností, vlastností a charakteru. Bude rád, že může být jejím rytířem v zářivé zbroji.

Když muž ani žena netuší, co je pro jejich polovičku důležité, mohou se jich nechtěně hluboce dotknout. Jednají totiž spolu způsobem, který má opačný účinek. Žena si často neuvědomuje, že to, jak jedná s mužem, často uráží jeho ego. Muž zase naopak netuší, že s ženou jedná jako se svým kamarádem. Občas se zdá, že tyto chyby jsou přímo cílené tak, aby poškodily právě tyto výše uvedené potřeby.

2.3.4 Muž na maličkosti nehledí, žena ano

Muži a ženy si přičítají zásluhy podle rozdílných měřítek. Každý si pro sebe počítá, co pro toho druhého udělal a co on udělal na oplátku pro něj. Toto účtování je však odlišné. Muž se domnívá, že mu žena do pomyslného notýsku připíše vysoký počet bodů, jestliže pro ni udělá něco velkého, jako že ji pozve na luxusní dovolenou, koupit jí auto, nechá zrekonstruovat kuchyň a podobně. Domnívá se, že žena tyto „velké věci“ ocení daleko víc, než když jí třeba pomůže do kabátu či podrží dveře. Často tedy soustředí svou energii, čas a pozornost na to, aby mohl pořizovat nákladné dovolené a norkové kožichy, ale na maličkosti běžného života pak už nezbývá.

Ženy v tomto ohledu účtují jinak. Pro ně každý dárek z lásky, malý či velký, drahý či ručně vyrobený nebo projevená galantnost má stejnou hodnotu.

Muž si myslí, že za nákladný dar, ať už materiálního nebo nehmotného rázu, si může připsat třeba třicet bodů a za otevření dveří jeden bod. Žena boduje vše stejným počtem, neboť i maličkosti jsou pro ni důležité.

Často se ve vztazích stává, že jeden, většinou je to žena, má pocit, že tomu druhému dává mnohem víc.

Příklad:

J: „ Mám pocit, že to pro tebe tolik dělám, ale ty mě jenom ignoruješ. Staráš se jen o práci.“

P: „ Uvědom si ale, že moje práce nám platí účty a můžeme si dovolit jet i na dovolenou. Měla bys být přece šťastná.“

J: „ Jenže k čemu mi je drahá dovolená, když tebe skoro nevidám. Mám pocit, že se mi vzdaluješ. Jsi pořád pryč, a když přijdeš, nemáš na nic náladu. Chci od tebe víc.“

P: „ Děláš, jako kdybys mi ty o tolik víc dávala!“

J: „ Nemáš snad ten pocit? Dělám pro tebe všechno. Vařím ti, uklízím, peru ti prádlo, žehlím, nakupuji... Starám se o tvé pohodlí, aby ses vracel do útulného domova. Dávám ti lásku a pozornost. Ty chodíš jen do práce!“

Jana má pocit, že pro něj dělá daleko víc, protože netuší, že Pavel si myslí, že potřebného počtu bodů už dosáhl a dělat víc nehodlá. Žena však potřebuje mnoho různých projevů

lásky. Jeden nebo dva, ať už jsou jakkoliv významné, jí nestačí. Bohužel pochopit toto, je pro muže mimořádně nesnadné.

2.3.5 Žena nežádá o oporu, muži to takový problém nečiní

Často můžeme slyšet rozmrzelé ženy, které si stěžují na muže, že se jim nedostává opory, kterou potřebují. Problém v tomto případě může být v tom, že ženy o oporu nežádají a pokud ano, dělají to obvykle neúčinným způsobem.

Ženy si myslí, že o oporu žádat nemusejí. Jejich intuitivní výbava jim pomáhá vycítit potřeby druhých a jejich přirozenost jim zase velí pomoci a podpořit. Je to pro ně automatické. Ne tak pro muže. Žena se bohužel mylně domnívá, že pokud jejímu partnerovi na ní záleží, nabídne jí oporu sám a ona nebude muset o nic žádat. U žen je tento způsob chování běžný, jak již bylo naznačeno výše, nicméně muži musejí být požádáni. Ženy ve své rafinovanosti zacházejí až tak daleko, že muže schválně nežádají, aby vyzkoušely sílu jeho citu k ní. Muž však většinou v této zkoušce neobstojí, protože necítí žádnou intuitivní vnitřní potřebu oporu poskytovat, pokud o ni nebyl požádán.

I když se ženě na počátku vztahu nedostává opory, kterou potřebuje, udělá to, že trpělivě a láskyplně svému partnerovi dává oporu a předpokládá, že pak začne dávat i on. Muž si však myslí, že ona se k němu takto chová, neboť jí dal už dost. Neuvědomuje si, že žena očekává, že jí bude oplácet stejnou měrou. Myslí si, že kdyby něco potřebovala, požádá, tak jak by to udělal on.

Často se pak stává, že ženy ve svém zklamání a rozmrzelosti, že ony muži poskytly tolik a on jim nic, o podporu požádají, ale zcela vymahačským způsobem. Pak se ke všemu ještě na muže zlobí, právě proto, že ho musely požádat. V jejich očích to nebylo gesto z lásky, ale něco, o co si museli říct.

Muži na takovéto vymáhání nereagují dobře. Samo o sobě je nutí říci ne a to i v situaci, kdy by obvykle řekli ano. Často se také stává, že muž začne ženě dávat podstatně méně, pokud cítí, že žena od něj chce víc. Jde o to, že muži mají pocit, že není oceňováno to, co již vykonali a to v nich vyvolá tento podivný blok. Brání jim jejich silná potřeba toho, být akceptováni a milováni, taková jací jsou.

Muži musejí být správně motivováni, aby pro ženu udělali to, o čem žádá. Musejí mít pocit, že mají svobodu říci ne, pak mnohem častěji volí ano.

2.4 Muž a žena mluví rozdílnými jazyky

Rozdíly v komunikaci mezi mužem a ženou jsou zásadní. Používají sice stejná slova, ale citové zabarvení či postojoový podtext se paradoxně mohou lišit. A to i formou sdělení.

Velmi často se říká, že vše je o komunikaci a proto si myslím, že tato část mužského a ženského vztahu může být ta nejvíce problematická.

Ženy ve své mluvě často používají různé básnické obraty, superlativy, metafory a hodně zobecňují. Muži využívají jazyk ke sdělování faktů a informací. Květnatá mluva a rozvitá souvětí jim mnoho neříkají.

Ženský mozek je uzpůsoben k tomu, aby posláním žen bylo mluvení. Žena prostřednictvím komunikace udržuje vztahy. Během dne použije průměrně až osm tisíc slov. Muž maximálně čtyři. Muž totiž ve srovnání se ženou hovoří v kratších a strukturovanějších větách. Mužův projev má začátek, jasné sdělení a konec. Je to pravděpodobně proto, že muž lovec potřeboval kdysi sdělovat co největší množství informací v malém množství slov, zatímco ženy hovořily celé dny. Muž má v mozku specifickou oblast, jež řídí slovní zásobu, pro muže je tedy důležitý význam slov. Ženy tuto specifickou oblast nemají, význam slov pro ně tedy není důležitý. Ženy spoléhají na intonaci a řeč těla.

Žena se v hovoru vyjadřuje nepřímě, je to její specialita. Téměř nikdy neřekne přesně, co chce, mluví v náznacích anebo chodí okolo „horké kaše“. Mluví-li žena s jinou ženou, k nedorozumění nedochází, neboť ženy se v této řeči orientují a vycítí, oč vlastně jde. Mluví-li však takto žena s mužem, může to mít nedozírné následky, neboť muži vyřčené výrazy chápou doslova.

Muž se naopak vyjadřuje přímo k věci. To, co říká, směřuje k řešení problému a sdělení faktů. Muž například řekne: „Udělej mi ke snídani omeletu. Prosím“. Jasně a stručně formuluje svůj požadavek. Žena by na místo toho pravděpodobně řekla: „Což takhle dát si ke snídani omeletu?“. Je pak docela snadné představit si, jak se tato prostá žádost může zvrhnout v pláč a zvolání „Udělej si ji sám, ty ignorante!“. Případně „Jsi tak nerozhodná, jdu raději do hospody.“ Žena totiž předpokládá, že muž toto její okolkování pochopí a řekne: „Skvělý nápad miláčku. Zůstaň ležet, připravím ti ji.“

Ženy v řeči hodně využívají emoce a nebojí se přehánění. Muži však vyřčená slova interpretují doslovně a podle toho reagují.

Příklad:

J: „ Nikdy nesouhlasíš s tím, co řeknu!“

P: „ To není pravda. Včera ráno jsem s tebou souhlasil.“

J: „ Včera, včera. To nic není. Jinak se mnou vždycky nesouhlasíš a musíš mít pořád pravdu!“

P: „ Jano, uklidni se. Vzpomínám si, že i když jsme řešili tu věc s tvou matkou, dal jsem ti za pravdu! Tak ze mě nedělej tyrana. Není pravda, že s tebou vždycky nesouhlasím. Toto jsou jasné důkazy!“

J: „ Tohle říkáš pokaždé. Ty tvoje důkazy! Štveš mě.“

Muži takovouto formu vyjadřování nemají rádi a obvykle reagují značně podrážděně. Nechápejí, že ženy vyjadřují city tímto „přehnaným způsobem“, snaží se bránit, vysvětlovat a to velmi často vede k hádkám. Kdyby existoval mužsko-ženský a žensko-mužský slovník situace by se ihned zlepšila.

Matějková (2007) o tom hovoří jako o tzv. falešné komunikaci. Komunikace mezi dvojicí, která způsobuje jen problémy a zbytečné konflikty, neboť není správně chápána a interpretována. Nastává tehdy, pokud není ve vztahu říkáno to, co si člověk opravdu myslí, ale pouze naznačuje. Vzhledem k tomu, co bylo již výše řečeno o mužích a ženách, stává se logickým vyústěním takovéto komunikace hádka. Uvádí také nejčastější typy této falešné komunikace.

2.4.1 Negativní pochvala

Negativní pochvala je používána, pokud chceme našeho partnera pochválit za to, co udělal, ale zároveň mu to z jakéhokoliv důvodu nechceme říci přímo. Používáme tedy opačný větný význam.

Důvodem, proč se toto děje, může být naše nejistota, strach z výsměchu případně z toho, že se pochválením partnera dostaneme do submisivnějšího postavení a partner nad námi získá převahu. Nicméně i jednodušší vysvětlení může být pravdivé. A to, že z našeho okolí nemáme zažité, že se toto děje. Třeba v naší rodině nebylo zvykem, že matka chválila otce za to, že opravil dveře. Možná jsme to neviděli ani u našich známých či přátel. V úvahu spíše připadá, že místo věty: „Báječné, moc ti děkuji, že jsi ty dveře spravil.“ Je slyšáno: „Ko-

nečně jsi to opravil. To ti to ale trvalo.“ Je to ponižující a smutné. Vede to k pocitu, že všechno co je děláno, není dostačující, že i když je něco uděláno, pochvalu není možné čekat.

Partner může reagovat poníženě, tím, že se stáhne do sebe, přestane komunikovat nebo jen beze slova utírá prach. Může zareagovat též negativně, začne vyčítat, co jsme kdy udělali či neudělali, nebo zareaguje vyhýbavě, příště už neudělá nic a půjde raději s kamarády ven.

Dostaneme se pak do neustálého kruhu výčitek. Náš partner nebude motivován k činnosti a my budeme nešťastní, že pro nás nic nedělá.

2.4.2 Zevšeobecňování

Tento typ falešné komunikace dokáže vyvolat nejvíce konfliktů, nedorozumění a zklamání, nese v sobě totiž hodnotící obsah. Není výsadou jen žen, ale používáme jej téměř všichni. Často chceme-li situaci zdůraznit nebo zdramatizovat. Používáme ho, když se hádáme s partnerem, dáváme výpověď, rozcházíme se nebo rozvádíme. Jeho důsledky mohou být ale nezvratné a napáchané škody takové, že vztah již není možné udržet v rovině, ve které byl před konfliktem. Důsledkem může být msta, pocit životního ponížení, zklamání a vyhýbání se.

Když se partneři hádají velmi často je slyšet například: „*Nic neumíš! Pořád jen sedíš u televize! Nikdy mi s ničím doma nepomůžeš! Jsi tak hrozná, že chodím raději s kamarády do hospody! Nechci tě už nikdy vidět!*“

Partner může zareagovat tak, že se zcela pohrouží do pocitů vlastní neschopnosti, visí na druhém, stále se omlouvá. Nebo též zaútočí a to jak slovně, tak také fyzicky. Případně se začne vyhýbat, domů chodí pozdě, víc času tráví v práci, s kamarády nebo hledá jiného partnera.

2.4.3 Nepřímé vyjadřování citů

Stává se, že nejen od partnera, ale i od rodičů a blízkých mnozí velmi málo slychají věty typu: „*Mám tě rád/a. Jsem na tebe pyšný/á. Sluší ti to, moc se mi líbíš.*“ Možná, že na začátku vztahu, byly tyto věty častější. Postupem času se však jakoby vypařily. Nejde o to, že by partner, rodiče či ostatní byli bezcitní sobci zahledění do sebe. Jde o to, že z jakéhosi zvláštního důvodu, například nejistoty, trapnosti nebo pocitu nepřiměřenosti, své city při-

mo nevyjádří. Místo toho jsou tato slova nahrazována přílišnou starostlivostí, kontrolou nebo dotykem.

Pokud jsou nám city projevovány těmito nepřímými způsoby, mohou nastat bizarní situace. A to tehdy nejsou-li tyto projevy jasně čitelné a lehce interpretovatelné. Mohou v nás vyvolat zlobu, pocit manipulace, nesvobody. Nepřiměřená starostlivost v nás může vyvolat pocit, že jsme stále kontrolováni, že jsme stále bráni jako malé děti, jako někdo, kdo nemá vlastní hlavu a nedokáže se rozhodovat. Často se může stát, že k tomuto nepřímému vyjadřování citů patří i nucení do jídla. Někam přijedete, na návštěvě k rodičům nebo babičce, je navařeno a všechno je jen pro vás a vy to musíte sníst, abyste neurazili. Musíte ukázat, jak si toho vážíte, a je jedno, že pomalu nedopnete knoflíček u kalhot.

V partnerském vztahu je velmi často problém s přílišnou starostlivostí, kontrolováním, touze po dotýkání se. Tu mají většinou ženy. Svého partnera objímají, drží jej za ruku, dotýkají se ho. Vyjadřují mu tím svou lásku a náklonnost, partner však může mít pocit, že je spoutáván, že není svobodný. Pak dochází velmi často ke konfliktům a nedorozuměním.

Naše chování, i když by mělo vyjadřovat osobní city, je často velmi neupřímné a neosobní. Mnohdy je způsob, jež zvolíme pro vyjádření našich pocitů, tak nečitelný, že se absolutně mine účinkem a napáchá akorát škodu.

Může se také stát, že vyjadřování citů má manipulativní charakter. Stává se to, jestliže se snažím svojí dobře míněnou činností zlepšit nebo nějak pozitivně ovlivnit situaci druhého. Ne vždy je však tento zásah pozitivně vnímán. Například, když rodiče ve snaze ulehčit svému dítěti finanční situaci, koupí mu byt ve městě, kde oni sami bydlí. Rodiče tím pravděpodobně nesledují žádnou kontrolu a ovládání svého téměř dospělého potomka, jen mu chtějí pomoci a umožnit mu dobrý start. Celá tato velkorysost však může být vnímána, jako snaha mít jej stále na blízku, kontrolovat ho, nenechat jej svobodně žít podle vlastních představ. V partnerském vztahu se může stát takovýmto problémem sexuální život partnerů. A sice, když jeden z nich na druhém vymáhá styk každý den. Ano může to být výsledkem toho, že jeden z partnerů má větší potřebu fyzického kontaktu než ten druhý, může se ale také jednat o to, že tím chce vyjádřit, jak moc touží po blízkosti toho druhého. Partnerky však většinou ovládne pocit, že partnerovi slouží jen k uspokojení fyzických potřeb a k ničemu jinému mu nejsou dobré.

Může se stát, že partnerovou reakcí na toto nepřímé vyjadřování pocitů bude stav, kdy si pomyslí, že ho partner nemá rád. Objeví se pocity beznaděje, strachu ze ztráty této blízké osoby. Případně může dojít k výčitkám a hádkám na téma bezcitnost a sobectví. Anebo dojde k vyhýbání se. Partner bude čím dál více času trávit s těmi, kdo své city budou vyjadřovat přímo a budou uspokojovat jeho potřebu pozitivního přijetí.

2.4.4 Falešné projevení žádosti o pomoc

V partnerském vztahu se často stává, že i když partnerovi jasně dáváte najevo potřebu jeho pomoci, stejně vás nikdy nevyslyší. Připadá vám pak sobecký, zahleděný do sebe a neochotný. Problém však možná nebude v partnerovi, ale v komunikaci. V té samotné prosbě o pomoc. Formulace této žádosti, je totiž především u žen, velkým problémem.

Například: *„Na co pořád v té televizi koukáš? Proč se jen válíš? Podívej, co je tu práce. Kdyby nebylo mě a toho jak tady kolem tebe pořád skáču, shnil bys ve špíně a umřel hladý. Ani nádobí po sobě do myčky nestrčíš. To já ti vařím, uklízím, peru a bůhví co ještě. Ty v domě nic pořádného neuděláš! A mě si tu nikdo nevšímá. Všiml by sis, že jsem pryč, až kdyby ti došlo pivo v lednici.“*

Prosba o pomoc ve větách tohoto typu není vůbec čitelná. Připomíná spíše výčitky a chrlení síry, od kterého se partner, jehož uším jsou určeny, raději distancuje.

Na vině mohou být negativní zkušenosti z předcházejících vztahů nebo z rodiny, případně také pocit, že muž, pokud ženu miluje, udělá vše, co jí na očích vidí.

Podle Matějkové však toto všechno může být způsobeno i tím, že jsme byli vychováni generací, která prošla dvěma světovými válkami, hospodářskými krizemi. V této době si žena nemohla dovolit být slabá, musela dokázat to co muž, ne-li mnohem více. Prošla také dobou, kdy se společnost snažila smazat rozdíly mezi mužskou a ženskou rolí a nebylo činnosti, ve které by žena muže nemohla zastoupit. Častou větou, která toto dokazuje, může být například: *„Žena musí zvládnout vše. Být dobrou hospodyní a matkou, nesmí dát najevo únavu nebo slabost. Ona je tu od toho, aby trpěla.“*

3 PARTNERSTVÍ A KONFLIKTY

V této práci jsem se chtěla zabývat především konflikty mužů a žen. Neboť muž a žena jsou bytosti tak odlišné, že je nevyhnutelné, aby ke konfliktům mezi nimi docházelo.

Nechci se však zabývat konflikty, které řeší neznámý muž a neznámá žena, když se potkají na chodníku. Ráda bych se zaměřila především na konflikty v partnerských vztazích.

Velmi ráda bych tedy věnovala pár stran partnerskému vztahu muže a ženy. O tomto pojednává Matějková ve své knize Jak řešit problémy a konflikty v partnerských vztazích (2007).

3.1 Fáze vztahu

Každý vztah se vyvíjí, roste a mění se. Vztah mezi mužem a ženou by měl být vztahem naplněným láskou a vášní, potyčkami, konflikty a neshodami. Je to vztah založený na zcela jiných principech než vztah mateřský, sourozenecký nebo přátelský. Je to vztah, kde konflikty a celkové prožívání citů je možná intenzivnější, než v kterémkoli jiném vztahu. Funguje zde zvláštní druh chemie, který ovlivňuje naše jednání.

3.1.1 Zamilovanost

Zamilovanost je prvotní fází vztahu, která však trvá maximálně tři roky. Je to velmi relativní, u někoho odchází již po měsíci, dvou nebo po půl roce. Je to však šťastné období. Máme při něm pocit, že svět je krásný a že jsme ti nejšťastnější lidé pod sluncem. Jsme plni euforie, odvahy dělat věci, které by nás dříve ani nenapadly, po většinu času máme dobrou náladu, která prudce stoupá. Jsme-li s tím, do koho jsme zamilováni, naše sebevědomí úžasně narůstá. Jsme komunikativní a lépe navazujeme nové vztahy. Okolí se zdáme šťastní a tak nějak celí rozkvetlí. Jen záříme. Vše je však způsobeno hormony.

Mozek čerstvě zamilovaných lidí vylučuje fenylethylamin (PEA), takzvaný hormon zamilovanosti a také serotonin, známý jako hormon štěstí. Lidé se cítí jako opilí nebo pod vlivem látek, jež způsobují neskonalé štěstí. Hormony způsobují, že to co nás na jiném partnerovi odrazovalo nebo nám dokonce vadilo, nám teď přijde neskutečně roztomilé nebo zajímavé. Tolerujeme mnoho věcí, které by nám za normálních okolností vadily nebo nám dávaly signál, že vše není tak skvělé, jak si myslíme.

0-3 měsíce

Toto období ve fázi zamilovanosti je obdobím zjišťování, zda o mne ten druhý stojí či nikoliv. Partner je pro nás cizinec, proto se o něm snažíme zjistit, co nejvíce věcí, hodně si povídáme a vyprávíme. Dozvíme se i to, co z něj v dalších obdobích budeme jen velmi těžko tahat. Partnera přijímáme velmi nekriticky, vše si upravujeme tak, aby to pro nás bylo přijatelné. Je to období silné sexuální přitažlivosti, okouzlení z nového přátelství a blízkosti druhého člověka.

3-6 měsíců

Pokud se vztah dostává do této fáze, stává se tak říkajíc „vážným“. Je pravděpodobně oficiální a okolí nás bere jako pár. Je to období, kdy trochu polevuje ona touha, která nás spalovala v prvních třech měsících. Dochází spíše k emocionálnímu sblížení. Poznáváme se navzájem, své zvyky, rodiny, přátele, prostředí, v němž žijeme. Zvažujeme, má-li vztah budoucnost, či nikoliv.

Déle než 6 měsíců

V této fázi je možné vztah nazvat dlouhodobým. Již bychom si měli být plně vědomi partnerových životních návyků, postojů a hodnot. Přesto nám však ještě spousta věcí na něm připadá zajímavých a milých. Přestáváme jej však brát jako naši identickou osobnost a zvažujeme, jestli jsme schopni souznění. V tomto období mohou vznikat první konflikty týkající se životních plánů a očekávání.

3.1.2 Láska

Po odeznění fáze zamilovanosti, zhruba po třech letech, pokud jsou partneři stále spolu, přichází láska. Je to trvalý cit, jež nám dává pocit přijetí a bezpečí, který také poskytujeme tomu druhému. Je charakterizován péčí o druhého, respektem, úctou a znalostí druhého.

Pro lásku je typický úbytek vášně, euforie a bezvýhradné nadšením partnerem. Láska je cit daleko méně výbušnější než zamilovanost, proto ji mnozí nemusejí ani postřehnout.

Dochází také k ochlazení sexuálního života, který přechází do stereotypu. Sexuální vztah je naplňován spíše přes pocity souznění a blízkosti.

Láska může být prožívána jako nesobecký vztah k druhému, kdy partnerovi pomáháme a jsme mu ve zdravé míře oddáni, radujeme se z jeho úspěchů a prožíváme jeho prohry. Lás-

ka však může být i taková, že člověk hledí jen na uspokojování svých vlastních potřeb ve vztahu a vyžaduje, aby partner dával co nejvíc. Avšak to samé druhému neposkytuje.

Podle Wila existují i určité patologické typy lásky, o nichž Matějková píše. Je to láska romantická, kdy je partner i vztah idealizován. Člověk se vyhýbá poznání, že partneri jsou odlišní, že ten druhý má i špatné vlastnosti. Vyhýbá se konfliktům, věci vidí, tak, jak je chce vidět a reality se bojí. Je to vztah, kdy jeden z partnerů nosí růžové brýle. Dále je to láska reaktivní, výbušný vztah charakterizován pády nahoru a dolů. Jeden ze vztahu je plně soustředěn na negativní stránky vztahu, konflikty prožívá velmi intenzivně, není schopen se zaměřit na pozitiva vztahu a partnera. Aby takovýto člověk mohl prožívat lásku, musí mít možnost si stěžovat a ventilovat své negativní pocity.

Kratochvíl (1992) uvádí ve své knize dělení lásky dle Maslowa. Ten rozlišuje lásku B (being, bytí), která se projevuje jako nesobecký vztah k druhému, kdy je člověk připraven mu pomáhat v sebeaktualizaci a zahrnuje též radost z úspěchů druhého, a lásku D (deficiency, chybění), v níž jde především o uspokojení vlastních potřeb.

3.1.3 Přátelská láska

Přátelská láska přichází zhruba po 18-20 letech partnerství. Partneri se navzájem znají a prožívají klidný, trvalý cit. Prožívají vzájemnou starostlivost a péči o druhého, oddanost, porozumění a pocit bezpečí. Jsou seznámeni se svými odlišnostmi a neberou je již, jako něco ohrožujícího a negativního, spíše jsou respektovány jako součást partnera a ten je s nimi i přijímán. Tento cit již není prožíván jako jízda na horské dráze, neobjevují se žádné výbuchy vášně, ani záchvaty negativních pocitů. Partneri si jsou vědomi toho, že je poji určité pouto a o svých citech se již nemusejí navzájem stále ubezpečovat. Navenek mohou působit spíše jako dobří přátelé, kteří byli kdysi vášnivými milenci.

3.2 Krize ve vztahu

Ruku v ruce s tím, jak se vztah dvou lidí vyvíjí, jak se vzájemně poznávají, jak se vznášejí na křídlech zamilovanosti anebo již laskavého přátelství, tak jejich vztah prožívá určité nevyhnutelné krize, které jsou dány právě vývojovými fázemi vztahu. Opět o nich pojednává Matějková (2007).

3.2.1 Krize třetího roku

Tato krize se objevuje v období, kdy ze vztahu mizí zamilovanost. Může trvat až rok a být tak hluboká, že vede ke konci vztahu. Spolu se zamilovaností odchází euforie, nadšení, radost ze života. Okouzlení partnerem pomíjí, stejně jako pochopení pro vše, co dělá. Náhlé realistické vnímání vztahu a partnerových odlišností se může promítnout do pocitů zrady a podvedení, můžeme si též myslet, že se partner změnil nebo že konečně ukázal svou pravou tvář. Čím dál více se mohou lišit názory a postoje partnerů, oba navzájem vnímají své slabé stránky. Toto poznání může vést až k tomu, že vztah zanikne. Lidé nezvládnou fakt, že za sklíčky růžových brýlí, byl jejich vztah ideální, ale ve skutečnosti není. Pak se obvykle rozejdou. Mohou se též mylně domnívat, že okouzlení, které vyprchalo a plné porozumění partnerovi, nebývalá tolerance, jež se objevuje ve fázi zamilovanosti, byla známkou kvalitního a fungujícího vztahu. Tehdy se může stát, že si partneři pomyslí, že láska již vyprchala nebo že nikdy ani nic takového nebylo. Pokud je však tato krize překlenuta, vztah se dostává do fáze lásky. Tento zlom může nastat bez nějaké závažnější příčiny, pouze zráním vztahu. Partneři přestávají truchlit po zmizelých výbuších vášně, jiskření a nekonalém okouzlení jednoho druhým. Zaměří se spíše na své reálné vlastnosti, které jsou hodny ocenění, užívají si vzájemnou blízkost a pocit bezpečí.

V tomto období se partnerům většinou rodí děti. To vztahem může otřást více, než samotný přerod zamilovanosti v lásku. Dochází ke změnám, na něž partneři nemuseli být připraveni. Jejich životní stereotypy a návyky jsou zničeny. Často je to období, kdy se partneři musejí vzdát svých očekávání, plánů a snů, neboť je nutné zabezpečit rodinu. Krize tedy může nastat i z tohoto důvodu. Partneři se sobě vzájemně špatně přizpůsobí, když jsou nuceni změnit svůj životní styl. Mateřství a nové závazky je vyčerpávají a oni náhle nemají to, nač byli zvyklí a musejí se se vším vypořádat jinak.

3.2.2 Krize sedmého roku

Tato krize přichází do vztahu, který je již stabilizovaný a pevný. Partneři už navzájem sami sebe znají, vědí, co si jeden ke druhému mohou dovolit, mají své zaběhlé stereotypy. Děti jsou již ve školním věku a nekladou na péči rodičů takový nárok. Tato krize není tak intenzivní a hluboká, jako krize předcházející, může však trvat mnohem déle. První příčinou této krize může být nuda.

Partneři žijí svůj stereotypní život, nevybočují ze zaběhlých kolejí. Navzájem se znají tak dobře, že mají pocit, že se již nemohou překvapit. Je to životní způsob, který partnerům nemusí ani tak vadit, jako je spíše vůbec neuspokojuje. Partneři jsou nesví, nespokojení, protože jsou uvězněni v pohodlí, které jim nic neříká, ve vězení postaveného z vlastních životních kompromisů, které je nenaplnují. Provádět změny je v této fázi těžké, dokonce až podezřelé. Partneři spolu komunikují o dětech, chodu domácnosti, ale tuto nespokojenost si mnohdy nechávají pro sebe. Intimní hovory utichají a partneři se navzájem odcizují. Do vztahu se vkrádá pocit, že lidé dlouhou dobu žijí s někým, koho vlastně neznají, kdo je jim najednou úplně cizí nebo s kým vlastně žít nechtějí. Partneři se často diví, z čeho tato krize vznikla. Přišla tiše a plíživě, ani nebyla postřehnutá.

Druhým důvodem této krize je ochlazení sexuálního života partnerů. S odchodem okouzlení a jiskření s železnou pravidelností odchází i sexuální apetit partnerů. Partneři se navzájem v této oblasti znají velice dobře a nemají již čím překvapit. Pokud se stane, že člověk v této fázi potká někoho jiného, kdo ho bude sexuálně naplňovat a uspokojovat, pravděpodobně tuto vášeň bude zaměňovat s láskou.

3.2.3 Krize v období mezi osmnáctým a dvacátým pátým rokem

Tato krize nijak nesouvisí s délkou partnerského vztahu jako spíš s věkem lidí. Je to období, kdy děti dávají svým rodičům najevo, že je již nebaví trávit s nimi čas. Odcházejí z domova a oni se pak musejí znovu naučit trávit čas jen sami dva.

Nastupují nezvratné procesy stárnutí, mění se povaha člověka, jeho povahové rysy se prohlubují, a to i ty špatné. Člověk, který byl v mládí puntičkář, může být ve stáří nesnesitelný pedant. Objevuje se obtížný úkol, jak znovu nalézt vzájemnou blízkost, kterou jim vzala péče o děti. Často může vést až k zamyšlení, zda ještě není možné prožít život jinak, smysluplněji. Ať sám či po boku někoho jiného. Objevuje se touha nalézt partnera, který nám bude rozumět lépe než ten, se kterým byla prožita léta minulá.

Novák (2007) dodává, že krize v partnerství, dle stupně závažnosti, můžeme rozdělit na lehkou, střední, těžkou a debaklovou, která končí totálním rozvratem vztahu.

3.3 Partnerství – konflikty, hádky a rozepře

Partnerství je samo o sobě složité, vyvíjí se, roste v závislosti na chemických procesech, které probíhají v našich tělech. Hroutí se pod tíhou obav a ve své podstatě je velmi odvážným počinem vzhledem k faktu, jak jsou muž a žena rozdílní.

Troufám si tvrdit, že konflikty jsou v partnerských vztazích téměř na denním pořádku. Nejen tím, že je každý člověk individuum, ale možná právě tím, že je muž na jedné straně a žena na straně druhé. Neshoda přechází v rozepři, ta v hádku a nakonec se partneři mohou potýkat s více či méně vážným konfliktem.

Lidé takto neubližují jen sobě, ale především svému vztahu. Zvláštní je, že čím těsnější tento vztah je, tím více si dokážou navzájem ublížit. Není dobré se nehádat, to ani vlastně nejde. Je možné se konfliktům vyhýbat, jednoho dne však všechny potlačované křivdy a pocity stejně vylouknou na povrch a důsledky se projeví více než katastrofální. Není však ani dobré hádat se neustále, neboť láska v takovémto vztahu postupně umírá. O konfliktech v partnerských vztazích obsáhle pojednává Gray (2002).

Rozdíly a neshody samy o sobě nezraňují tolik, jako způsob, kterým jsou vyjádřeny. „Zakopaného psa“ hledejme tedy opět v komunikaci. Myslím, že nekorunovanou specialitou partnerských rozepří je fakt, že to, co mohlo být nevinnou diskusí o názorech a postojích, se velmi brzy stane ostrým konfliktem. Ne o to, co diskusi vyvolalo, ale o to, jak spolu vlastně ti dva komunikují. Urážejí, vyčítají, vytahují staré konflikty a původní téma je navždy ztraceno. Na konfliktech pravděpodobně nejvíce bolí způsob, jak jsou vyřčeny.

Muži velmi snadno ztrácejí schopnost laskavé a vlídné komunikace, cítí-li se napadeni, ohroženi nebo oslabeni. Netuší, jak jejich slova vyřčená v hněvu mohou být pro jejich partnerku bolestivá. Prosba se mění v rozkaz, konstatování v urážky, povzdechnutí ve výčitky. Muži se často domnívají, že žena je potom tolik roztrpčena a zraněna obsahem jejich řeči a rádi jí ještě vysvětlí, proč se tak nemá cítit. Nedochozí jim, že žena spíše reaguje na to, jakým způsobem jí všechno bylo sděleno. Muž v konfliktu brání své stanovisko, svůj názor, kdežto žena brání sebe proti jeho ostrým výpadům.

Podobně si zase naopak neuvědomují ženy, jak se jejich protějšku může dotknout, když s nimi mluví s nejvyšším stupněm opovržení a nedůvěry. Ženy velmi často v hádce zkritizují partnerovo chování a potom mu začnou radit, jak by se vlastně měl chovat. Muže se toto velmi dotýká.

3.4 Proč se muž a žena hádají

Důvodů, proč vznikají v partnerství konflikty, je bezpočet. Mohou to být peníze, sex, výchova dětí, plány, investice a podobně. Všichni to známe z běžné denní praxe. Novák (2007) k tomu říká, cituji:

„Partnerské konflikty vynikají tím, že vina na nich nebývá jednostranná. Podíl mívají oba partneři a nezřídka i celý tým dalších osob a okolností. Často lze mluvit o souběhu okolností, které se společně s osobností specifickou obou partnerů podílejí na vzniku sporů.“

Občas se i můžeme divit, z jakých komických důvodů mohou vzniknout závažné hádky. Toto všechno, však mohou být ve své podstatě zástupné důvody, jež zakrývají pravdu mnohem banálnější, než by se mohlo zdát. A to, že se lidé necítí být milováni. Konflikty mezi partnery by nevznikaly tak lehce, jestliže by si vzájemně dávali to, co potřebují a způsobem, kterým to potřebují. Muži a ženy, přestože spolu žijí, toho o sobě vědí pramálo, natož tak o svých rozdílných potřebách. Z toho je tedy zřejmé, že ve vztahu mohou hodně strádat.

Gray (2002) podrobně rozepisuje skryté důvody, proč se muž a žena hádají.

Muž

Již jsme zmiňovala, že muž touží po tom, aby ho žena přijala takového, jaký je. Je to pro něj důkaz lásky. Pocit, že se ho žena snaží změnit, že není dost dobrý, je pro něj důvodem ke konfliktu. *„Ona sílí po maličkostech, které udělám nebo naopak neudělám. Pořád mě jenom kritizuje a nebere to, že takový prostě jsem.“*

Muž cítí silnou potřebu být obdivován. Má-li pocit, že je haněn, cítí se nemilován a konflikt je na světě. *„Pořád mi radí, jak mám co dělat. Nejsem přece dítě, abych si neporadil podle svého. Copak nemůže obdivovat mě a mou práci?“*

Muž potřebuje od ženy cítit povzbuzení, nikoliv být od ženy neustále srážen. Tyto pocity u něj mohou působit jako rozbuška. *„Mám pocit, že mě neustále viní, ze svého neštěstí. Vyčítá a nepovzbuzuje mě k tomu, abych byl jejím rytířem.“*

Muži nesnášejí výčitky a pocit, že ho žena neocení. Snadno se pak může stát, že se konflikt vyvine i z obyčejné věty „Dnes jsem tak hrozně unavená.“. *„Stěžuje si, jak se chudinka ona*

dře. Tím mi snad chce naznačit, že pro ni nic nedělám? Že já nepracuji? Copak to nedokáže ocenit?“

Muž chce cítit, že se jeho partnerka na něj může spolehnout. Z její strany nedůvěra jemu projevená, se mu bolestivě zarývá do srdce. *„Nemám rád, když si dělá starosti o něco, co mám zařídit já. Nevěří mi?“*

Muži se bojí pocitu, že jsou ženou odmítáni, že jim nebude prominuto, že nejsou hodni její lásky. Nemají pak daleko k bolestivému útoku. *„Často se cítí dotčena tím, co jí říkám. Mám pocit, že mi nerozumí a svými výčitkami mě odstrkuje.“*

Muž potřebuje cítit uznání, nerad se cítí jako neúspěšný smolař, který zklamal. Zklamání ho může ničit natolik, že ublíží. *„Myslí si, že umím číst její myšlenky. Ale to já přece neumím. Proto ale přece nejsem špatný a neschopný.“*

Žena

Žena je spokojená, jestliže cítí, že ji muž bere vážně a hýčká si ji. Místo toho si však často může myslet, že ji naopak odsuzuje a ignoruje. *„Připadá mi, že podceňuje moje city. Nezapomíná se mými potřebami. Copak jsem pro něj tak málo důležitá?“*

Žena od muže potřebuje, aby jí ukázal, že na ni myslí a pamatuje. Někdy však muž svým chováním dosáhne pravého opaku a ženě připadá, že je u něj až na posledním místě. *„Často zapomíná na věci, o které ho požádám. Připadá mi, že se ho pak musím doprošovat. A to mě ničí.“*

Ženě velmi záleží na tom, aby muž chápal její pocity, například proč je z něčeho roztrpčená. Potřebuje ujištění, že ji má stále rád, i když není dokonalá. *„Když jsem rozčilená, stává se, že mi ještě vyčítá, že jsem rozčilená. Copak musím být dokonalá? Nemá mě jinak rád?“*

Žena potřebuje respekt. Respekt pro sebe i pro to, co partnerovi říká. Přála by si, aby ji muž vyslechl, dal prostor jejím názorům. Místo toho si občas může připadat ubitá jeho argumenty. *„Jakoby se pořád snažil mít pravdu. Nesnáším to. Vypočítává, proč jsou jeho důvody správné a logické. Ale na mém stanovisku mu nezáleží.“*

Žena chce, aby ji muž poslouchal a aby mu záleželo na tom, co mu ona říká. Ignorace je pro ni velmi bolestivá. *„Neodpovídá na moje otázky a připomínky. Jsem snad vzduch? Proč to dělá? Ničí mě to.“*

Pro ženu je velmi důležitý pocit toho, že ji muž bere vážně a chápe ji. Místo toho může být roztrpčená, neboť jí připadá, že pro ni muž nemá zastání a lásku. „*Snaží se mi vysvětlovat, proč nemám být uražená, rozzlobená a proč se o to či ono nemám starat. Myslím si pak, že mě podceňuje, nemám v něm oporu. Proč? Nemá mě rád.*“

Podle Graye (2002) je nejčastějším spouštěčem partnerské hádky znevažování ženiných citů mužem a nepřímé sdělování citů ženami mužům. Přímo kritickým se mu pak jeví, když žena neschvaluje mužovo stanovisko a když žena neschvaluje způsob, jakým s ní muž mluví.

Novák (2007) nehledá příčiny partnerských hádek pouze v tom, že se partneři navzájem necítí být milováni. Za svou poradenskou praxi vytvořil následující výčet příčin a faktorů vyvolávající spor mezi partnery.

Osobnostní rysy a jejich kompatibilita.

Každý jsme nějaký a ne vždy je možné jednotlivé rysy osobnosti navzájem harmonicky sladit. Proto i kvalitní lidé mohou mít navzájem neřešitelné konflikty.

Očekávání od partnerského vztahu.

Každý jde do vztahu s určitým očekáváním. A ty mohou být realistická a nerealistická. Stačí, pokud jeden z partnerů očekává, že celý vztah bude jako „procházka růžovou zahradou“. Hned je o konflikty postaráno neboť společný život takový být ani nemůže. Problém může nastat i v tom, že i realistická očekávání se mohou stát v konkrétním vztahu nesplnitelnými.

Vývoj vztahu v čase.

Vztah se transformuje, mění a vyvíjí a ne vždy jsou tyto změny bezbolestné. Hádky tedy mohou doprovázet každou vývojovou změnu.

Instrumentální složky soužití.

Do této kategorie je řazeno rodinné hospodaření, volný čas, představy o pracovní angažovanosti a kariéře partnerů, výchova dětí, sex a mnoho dalších.

Vlivy z vnějšku, a to rodinné i mimorodinné.

Nikdo z nás nežije ve skleníku. Každý den se dostáváme do interakce s druhými lidmi, s naším okolím. A ty vztah také ovlivňují. Namátkou například starostlivá tchýně nebo neodolatelný kolega na pracovišti.

Vlivy vnitřní z dynamiky vztahu.

Tento typ hádek v partnerském soužití sytí pocit křivdy, ať už domnělý či skutečný. Ukřivděný se snaží „dospět k rovnováze“, zaútočí tedy na druhého. Ten si to nenechá líbit a udeří v sebeobraně ještě větší silou. Reakce se stále násobí a nakonec z nevinného sporu může být závažná záležitost a trestně právní dohrou.

Blechová (2003) jako další z možných příčin konfliktů a hádek uvádí nudu. Většina hádek podle ní vzniká právě z nudy, a proto je třeba, aby se partneři snažili neustále naplňovat svůj vztah aktivitou a různými činnostmi.

3.5 Typy hádek

Novák (2007) se dále zabývá i jednotlivými typy hádek, s nimiž se můžeme v partnerském soužití potkat.

Co se týče průběhu a délky trvání udává tři typy hádky.

Chronické, setrvalé hádky

Takto označujeme hádky, které jakoby neměly začátek ani konec. Partneři se v ničem neshodnou a dávají si to dostatečně najevo. Často se může jednat o degradující poznámky, ironii, nespokojenost projevovanou „brbláním“, urážení, oplácení pocitu křivdy. Intenzita této hádky kolísá, avšak nedosahuje maxima.

Bouřlivé, solitérní hádky

V partnerství se střídají období relativního klidu a bouřlivých, často až teatrálních hádek. Ty mohou přijít řádově po týdnech nebo měsících. V hádce tohoto typu partneři semelou možné i nemožné, ve finále se nemusí jednat ani o samotný podnět hádky.

Dlouhodobé mlčení

Dlouhodobé mlčení můžeme považovat za samostatnou neverbální formu hádky, která může trvat týdny, ale i měsíce.

Často si s hádkou můžeme splést stav, který Novák (2007) nazývá štekavé souznění. V tomto stavu se lidé dohadují, vrčí, ale v zásadě to nemyslí zle. Prostě takto komunikují, nicméně ve skutečnosti se mají rádi. Vždy se dokážou nějak dohodnout a kromě temperamentních domluv jsou schopni i klidného popovídání si. Tento typ partnerské komunikace bychom mohli přirovnat k tzv. „harmonickému italskému manželství“.

Co se týče výsledku hádky, je nám předkládáno dělení na hádku *konstruktivní* a *destruktivní*. Při konstruktivní hádce získáme určitou informaci, dojde k dohodě a partneři se domluví. Vede k jasnému a oběma stranami akceptovanému řešení. Naopak destruktivní hádka je taková, v níž není možné dojít k nějakému závěru, protože po chvíli partneři již ani neví, proč se vlastně začali hádat.

II. PRAKTICKÁ ČÁST

4 ÚVODNÍ SLOVO K VÝZKUMU

Přestože je problematika konfliktů tak široká, dlouho jsem hledala, co bych mohla v této oblasti konkrétně zkoumat. Zdálo se mi, že téměř vše, co mě napadalo, je již známé nebo už bylo zkoumáno. V těžké chvíli jsem se obrátila i na psychologa, který pracuje ve vsetínské poradně pro manželství a mezilidské vztahy. Byl velmi milý a přátelský, probral se mnou problematiku konfliktů, jež nejčastěji řeší, důvody, příčiny i řešení, avšak nebyli jsme schopni ani společnými silami přijít na to, co by mohlo být pro můj výzkum stěžejní.

I přes tyto počáteční nezdary jsem nakonec přišla na to, o co se bude opírat můj výzkum a co bude jeho hlavní náplní. A to způsoby řešení konfliktů.

V mé práci jsou výše uvedeny možné způsoby řešení konfliktů. Je jich tam několik, známé i méně známé. Každý z nás se k nějakému z těchto způsobů řešení konfliktů přiklání. A já jsem se rozhodla zkoumat, jak konflikty řeší muži a jak je zase řeší ženy, ke kterému ze způsobů řešení konfliktů se přiklánějí. To je tedy prvotní cíl mého výzkumu.

Jako výzkumnou metodu jsem zvolila dotazníky. Pro jejich vypracování jsem však potřebovala inspiraci. Nalezla jsem ji na jistých internetových stránkách, kde mi padl do oka test inspirovaný známým Thomas Killman Conflict Mode Instrument.¹ Tento test byl vytvořený pro pět nejznámějších způsobů řešení konfliktních situací, a to dohoda, kompromis, agresivita, přizpůsobení se a vyhýbání se. Nebyl však uzpůsobený přesně pro partnerský vztah, jak bylo pro mou práci potřeba. Přepracovala jsem jej tedy a uzpůsobila pro situace partnerského soužití. Jeho konečná forma, taková, která byla předkládána respondentům, je k dispozici na konci mé práce v přílohách.

Vyhodnocování dotazníků se ukázalo více složitější, než jsem původně předpokládala. Jako první jsem vytvořila tabulky a grafy k jednotlivým výrokům v dotazníku, abych zjistila, jak se k jednotlivým způsobům řešení staví muži a jak ženy. To však nestačilo. Po konzultaci s mou vedoucí diplomové práce, pí. Hrbáčkovou, jsme dospěly k názoru, že je třeba stanovit ještě druhý výzkumný cíl. K mému původnímu prvotnímu cíli tedy přibyl ještě druhý cíl, a to zjišťování statisticky významných rozdílů v jednotlivých oblastech způsobů řešení

¹ <http://www.mamenato.cz/www/index.php?id=59&testID=19>

konfliktů muži a ženami. Lidověji řečeno, zdali jsou výsledky podmíněny pohlavím či nikoliv. Na toto nestačily už mnou vytvořené tabulky a grafy. Metodou pro toto zjišťování byly tedy t-testy.

Má očekávání byla velmi jasná. Když jsem ve své práci psala o tom, jak již odpradávná jsou muži i ženy vedeni k různým rolím, jinak vychovávání, jsou na ně kladeny různé nároky a zejména to, jak jsou velmi odlišní, byla jsem přesvědčena, že na základě těchto skutečností musejí existovat rozdíly i v tom, k jakým způsobům řešení konfliktů se přiklánějí muži a k jakým ženy. Jednotlivé konkrétní hypotézy však připojím až k jednotlivým vyhodnocením.

4.1 Vyhodnocení dotazníků

Můj výzkumný vzorek tvořilo sto lidí. Skupina nebyla omezena věkem, nejstarší ženě bylo 54, muži 56 let. K nejmladším se řadil věk dvaceti let u ženy a devatenácti u muže. Podmínka k vyplnění dotazníku byla jediná, a sice aktuální partnerský vztah či minimální roční zkušenost s ním. Výběr probíhal náhodně, záleželo na ochotě respondentů. Ženy tyto dotazníky vyplňovaly s větším nadšením nežli muži, u těch jsem občas zaznamenala jakési váhání. I přes fakt, že dotazník byl zcela anonymní a v jejich množství nebylo možné, abych si zpětně spojila tvář s konkrétním dotazníkem, se zdálo, že jim není příliš milé, aby kdosi nahlížel do jejich třinácté komnaty.

Dotazník pro muže i ženy byl zcela totožný, abych byla schopna vidět rozdíly, jež jsem očekávala. Při vyhodnocení, které Vám nyní představím, budu u jednotlivých otázek klást grafy mužů i žen vedle sebe, aby bylo možné je rovnou porovnávat a vyvodit závěr. První vždy bude vyhodnocení ženských odpovědí a pak mužských.

Otázky z dotazníku jsem se při tomto vyhodnocování rozhodla neklást v pořadí, v němž byly uspořádány v dotazníku a představeny respondentům, avšak pro větší srozumitelnost jsem je seřadila do jednotlivých kategorií. Jedná se tedy o kategorie nejčastějších stylů řešení konfliktů a to DOHODA, PŘIZPŮSOBENÍ, KOMPROMIS, AGRESIVITA a VYHÝBÁNÍ SE. Pro úplnost přikládám definice jednotlivých stylů v původním znění, jak byly použity v dotazníku, z něhož jsem vycházela.

DOHODA: Zahrnuje snahu spolupracovat s druhou osobou tak, aby bylo nalezeno řešení, které plně uspokojí zájmy obou stran. Konflikt je považován za nástroj pro zlepšení vztahů. Může mít formu prozkoumání nesouhlasu, vyslechnutí názoru druhé strany, vyjasnění stanovisek, prozkoumání různých variant, prodiskutování rozdílů, snahy hledat tvůrčí řešení problému, ne však ústupků.

PŘIZPŮSOBENÍ: Člověk, který se přizpůsobuje, nebere ohled na vlastní zájmy. Raději ustoupí, protože uspokojit oponenta znamená uchovat si s ním dobré vztahy a to je ze všeho nejdůležitější. V zájmu harmonie považuje za lepší konfliktu předejít tím, že ustoupí a přizpůsobí se. Obsahuje element sebeobětování. Přizpůsobení může mít podobu nesobecké velkorysosti nebo dobročinnosti, uposlechnutí rozkazu, i když bychom radši neposlouchali nebo podřízení se názorům druhého.

KOMPROMIS: Cílem kompromisu je najít nějaké přijatelné řešení, které částečně uspokojí obě strany. Předmět sporu se rozdělí mezi obě strany, jeden ústupek se vyváží jiným. Obě strany se částečně vzdají vlastního cíle. Je to rychlé zaujetí, postavení ve středu, není zde vítězů ani poražených.

AGRESIVITA: Tento člověk sleduje vlastní zájmy na úkor druhého, užívá jakýchkoliv prostředků, jen aby vyhrál. Může mít formu argumentace, ekonomických sankcí, orientace na moc, dominance, manipulace, zneužívání pravomocí, fyzické hrozby, arogantního ignorování názorů a požadavků druhé strany. V tomto případě se střet odehrává v rovině síly a moci. Vede k pocitům nepřátelství a touhy po odplatě. Může však také znamenat stát si za „svým právem“ nebo hájit stanovisko, o jehož správnosti panuje přesvědčení.

VYHÝBÁNÍ SE: Pro člověka, který využívá tohoto stylu, platí, že se snaží konfliktu vyhnout, protože konflikt je pro něj škodlivý a stejně jej nelze vyřešit. Nerespektuje zájmy své ani zájmy ostatních. Vyhybání může mít formu diplomatického manévru, odložení sporu na příhodnější dobu nebo ústupu ze situace, která ho ohrožuje.²

2

<http://www.mamenato.cz/www/index.php?id=59&testID=19>

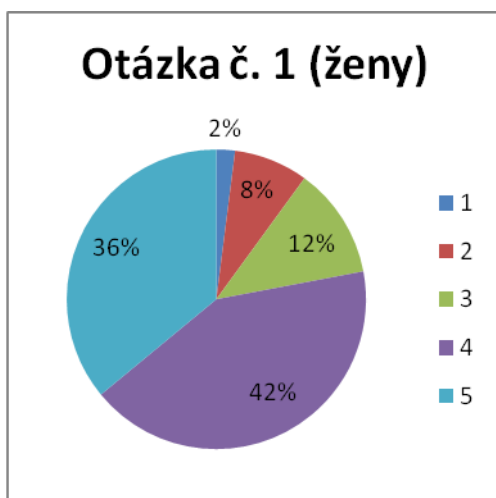
Možnost odpovědi na otázky byla zvolena formou škálování v pěti stupních. Od „*vůbec nevystihuje*“, které označím číslem 1, přes „*spíše nevystihuje*“, „*vystihuje málo*“, „*částečně vystihuje*“ až po „*zcela vystihuje*“ s číslem 5.

Při vyhodnocování dotazníků jsem očekávala, že se potvrdí mé domněnky a muži se budou přiklánět k jiným stylům řešení konfliktů než ženy. U žen jsem očekávala příklon k dohodě, protože ženy se rády o všem baví, řeší a probírají ze všech možných úhlů pohledu. Dále přizpůsobování se, v zájmu zachování partnerské harmonie a případně i vyhýbání se konfliktům. Od mužů jsem očekávala větší míru agresivity, neboť jsou to lovci, kteří museli vždy chránit sebe, svou rodinu, majetek. Museli být tvrdí a neústupní. Případně jsem zvažovala ještě dohodu, neboť teoretická část mé práce ukázala, že muži jsou řešitelé problémů. Hledají řešení, dokud nějaké nenajdou.

4.1.1 Dohoda

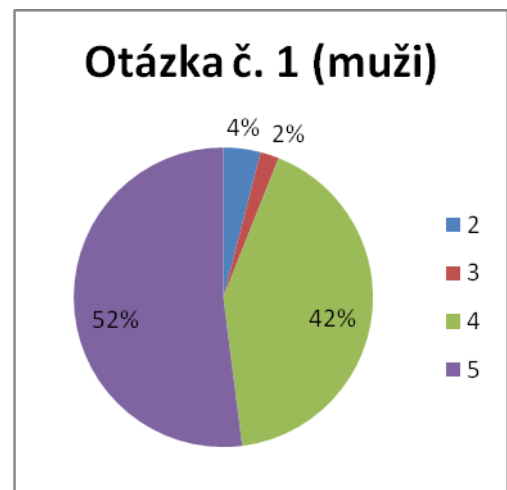
Jako první jsem zvolila kategorii DOHODA. Dotazník obsahoval pět otázek, které se týkaly tohoto stylu.

1. *S partnerem se snažím vyměnit si co nejvíce informací, abychom problém k naší spokojenosti vyřešili.*

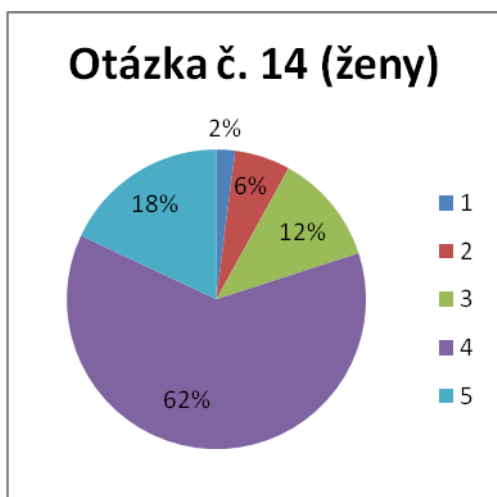


1.A - Ženy se k této otázce vyjadřovaly ve větší míře kladně. Odpověď „částečně vystihuje“ byla zvolena jedenadvacetkrát a odpověď „zcela vystihuje“ osmnáctkrát. Ostatních jedenáct hlasů bylo rozděleno mezi zbývající odpovědi, a to „vystihuje málo“ šestkrát, „spíše nevystihuje“ čtyřikrát a „vůbec nevystihuje“ jednou. Grafické znázornění je vyjádřeno v procentech.

1.B - Odpovědi u mužů byly obdobné. Muži se však ke kladným odpovědím přikláněli trochu více, nežli ženy. Odpověď „částečně vystihuje“ byla zvolena také jedenadvacetkrát, avšak odpověď „zcela vystihuje“ byla zvolena šestadvacetkrát. Odpověď „vůbec nevystihuje“ nebyla muži zvolena ani jednou, „spíše nevystihuje“ dvakrát a „vystihuje málo“ respondenti zvolili pouze jednou.

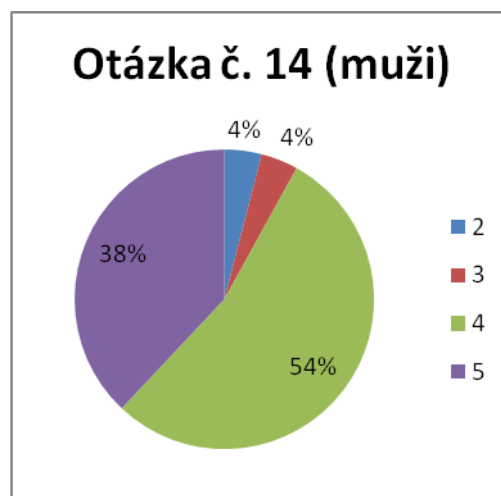


2. *Vždycky se snažím brát v úvahu požadavky a přání partnera. Skloubit je dohromady s mými může trvat delší dobu, ale pak si můžu být jistý/á, že řešení bude správné a konflikt zmizí.*

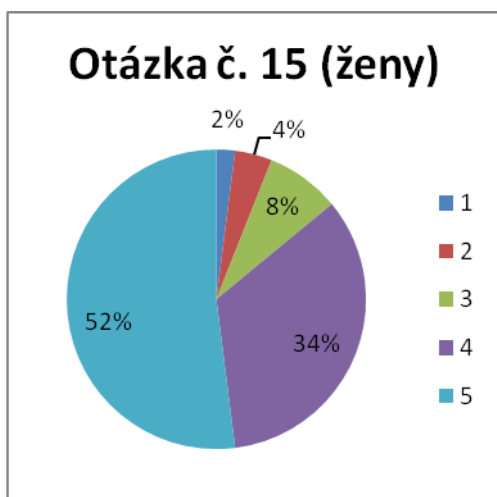


2.A - Druhá otázka byla ženami také hodnocena v podstatě kladně. Opět převládaly odpovědi „*částečně vystihuje*“, ta byla zvolena jednatřicetkrát a odpověď „*zcela vystihuje*“, kterou ženy zvolily devětkrát. Odpověď „*vystihuje málo*“ byla zvolena šestkrát, „*spíše nevystihuje*“ třikrát a odpověď „*zcela nevystihuje*“ jednou.

2.B - I zde muži volili více kladných odpovědí než ženy. Odpověď „*částečně vystihuje*“ se objevila sedmadvacetkrát a odpověď „*zcela vystihuje*“ dokonce devatenáctkrát. Odpověď „*vůbec nevystihuje*“ se neobjevila ani jednou, odpovědi „*spíše nevystihuje*“ a „*vystihuje málo*“ byly zvoleny dvakrát.

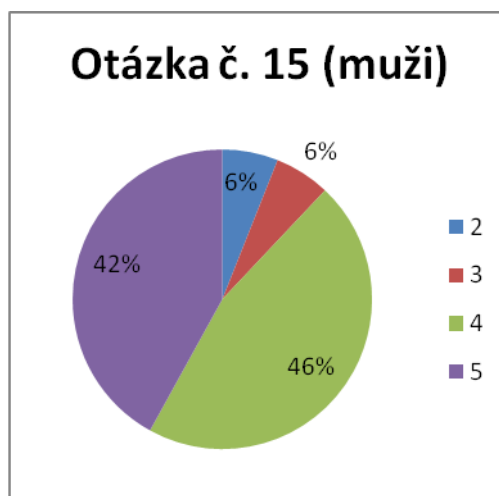


3. Při konfliktu nechci ranit partnerovi city. Rád/a bych našel/našla řešení, které neraní ani jednoho z nás a bude nám oběma vyhovovat.

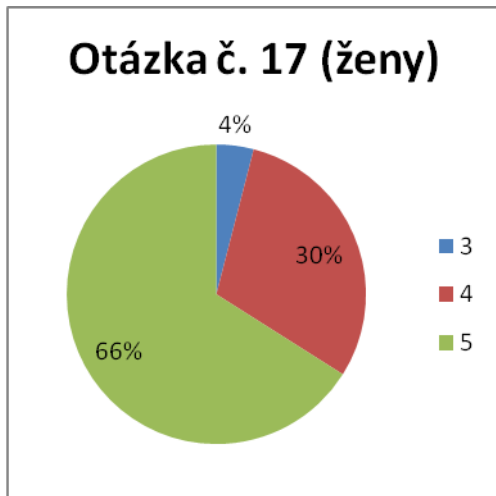


3.A - Opět převládají kladné odpovědi. Jak u žen, tak u mužů, síly jsou docela vyrovnány. Ženy tentokrát zvolili odpověď „částečně vystihuje“ sedmkrát a odpověď „zcela vystihuje“ dvacet šestkrát. Odpověď „vystihuje málo“ byla zvolena čtyřikrát, „spíše nevystihuje“ dvakrát a „vůbec nevystihuje“ jednou.

3.B - Muži zde zvolili o pět odpovědí „zcela vystihuje“ méně než ženy, přestože v předcházejících odpovědích byli vždy popředu. Zvolili jich jednadvacet. Odpovědí „částečně vystihuje“ třiadvacet. Odpověď „vůbec nevystihuje“ nebyla opět zvolena ani jednou, odpověď „spíše nevystihuje“ a „vystihuje málo“ třikrát.

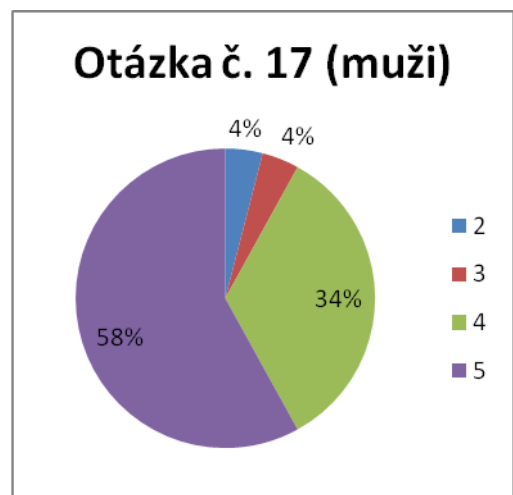


4. *Stojím o to, aby byl konflikt vyřešen tím nejlepším možným způsobem pro obě strany.*

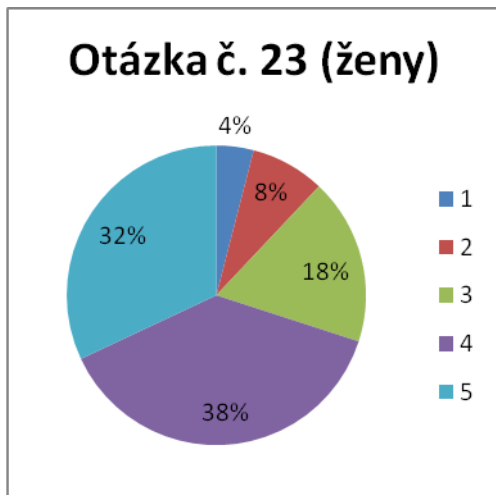


4.A - U této čtvrté otázky ženy opět volili kladněji než muži. Odpověď „*zcela vystihuje*“ byla zvolena třiatřicetkrát, odpověď „*částečně vystihuje*“ pak patnáctkrát. Další volbou byla odpověď „*vystihuje málo*“, které je zastoupena dvakrát, odpovědi „*spíše nevystihuje*“ a „*vůbec nevystihuje*“ nebyly tentokrát zvoleny ani jednou.

4.B - Muži volili své odpovědi následovně. Odpověď „*zcela vystihuje*“ devětadvacetkrát, „*částečně vystihuje*“ sedmnáctkrát, „*vystihuje málo*“ dvakrát a „*spíše nevystihuje*“ také dvakrát. Odpověď „*vůbec nevystihuje*“ muži opět nevolili ani jednou.

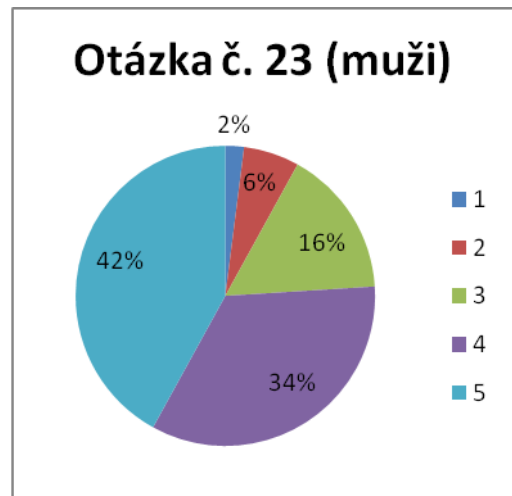


5. Pokud řeším s partnerem konflikt, snažím se probrat všechny možné úly pohledu, abychom našli nejlepší řešení.



5.A - Tato otázka je poslední ze série otázek týkajících se stylu DOHODA. Také zde ženy i muži volili spíše kladné odpovědi. Ženy nejvíce volily odpověď „*částečně vystihuje*“, která byla zvolena devatenáctkrát, pak odpověď „*zcela vystihuje*“ s počtem šestnáct. Nezvykle mnohokrát byla zvolena i odpověď „*vystihuje málo*“ s počtem devět. Odpověď „*částečně vystihuje*“ se objevila čtyřikrát, „*vůbec nevystihuje*“ dvakrát.

5.B - Muži tentokrát volili takto. Odpověď „*zcela vystihuje*“ byla zvolena v nejvyšším počtu a to jedenadvacetkrát. Jako druhá nejvyšší byla zvolena odpověď „*částečně vystihuje*“, tu muži volili sedmnáctkrát. Pak následují odpovědi „*vystihuje málo*“, kterých je osm, oproti předcházejícím odpovědím také nezvykle mnoho. „*Spíše nevystihuje*“ třikrát a „*vůbec nevystihuje*“ jednou.

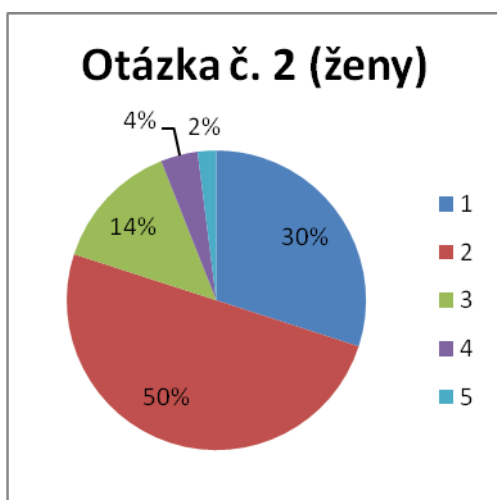


Podle těchto výsledků se zdá, že muži i ženy jsou stylu DOHODA vcelku nakloněni. Rozdíly v odpovědích jsou minimální, avšak lze z nich vyčíst, že muži tento styl uznávají více než ženy. U první, druhé a páté otázky u mužů převládaly ve větším počtu odpovědi „*zcela vystihuje*“ a také se u nich méně často objevovaly odpovědi „*nevystihuje vůbec*“.

4.1.2 Přizpůsobení

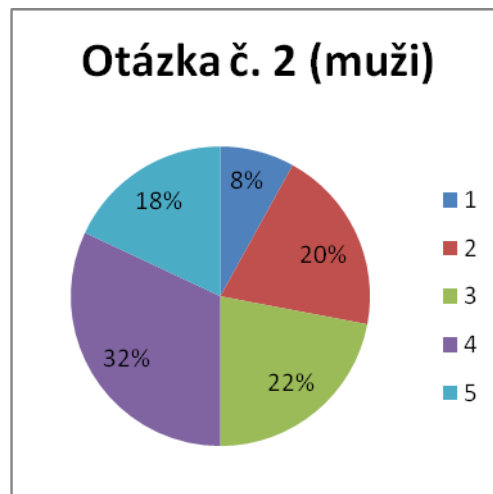
Druhý vyhodnocený styl řešení konfliktů, jež se vyskytl v dotazníku je PŘIZPŮSOBENÍ. K tomuto stylu se vázalo taktéž pět otázek.

6. *I když s partnerem nesouhlasím, nedávám to příliš najevo.*

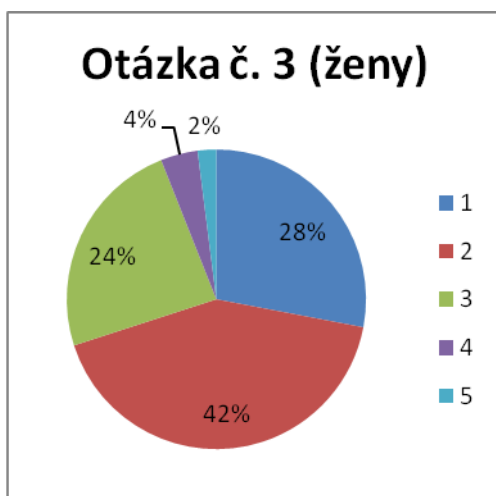


6.A - V tomto případě se ženy jednoznačně přiklání k záporným hodnotám na škále. Největší četnost má odpověď „*spíše nevystihuje*“, jako druhá s nejvyšším počtem zvolení je odpověď „*vůbec nevystihuje*“. Sedmkrát byla zvolená odpověď „*vystihuje málo*“, dvakrát „*částečně vystihuje*“ a odpověď „*zcela vystihuje*“ byla ženami zvolena pouze jednou.

6.B - Muži se zdají být více váhaví, v této otázce. Odpovědi jsou voleny po celé škále s velmi podobnou četností. Nejvyšších hodnot dosáhla odpověď „*částečně vystihuje*“, po ní následuje odpověď „*vystihuje málo*“ s počtem jedenácti zvolení. Jako třetí za ní je v těsné blízkosti odpověď „*spíše nevystihuje*“ s deseti volbami. Devětkrát byla zvolena odpověď „*zcela vystihuje*“, nejméně byla volena odpověď „*vůbec nevystihuje*“.

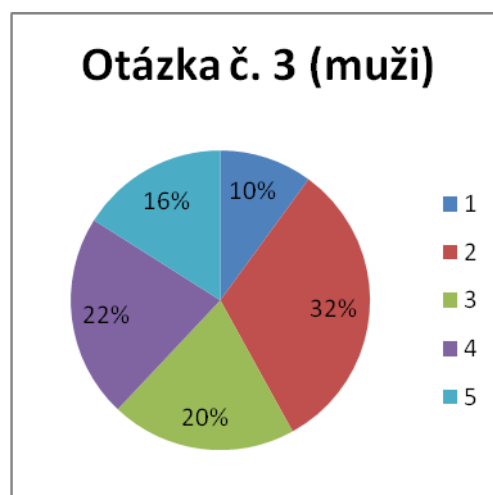


7. Svůj nesouhlas s partnerem neprojevují, abych se vyhnul/a zbytečným komplikacím.

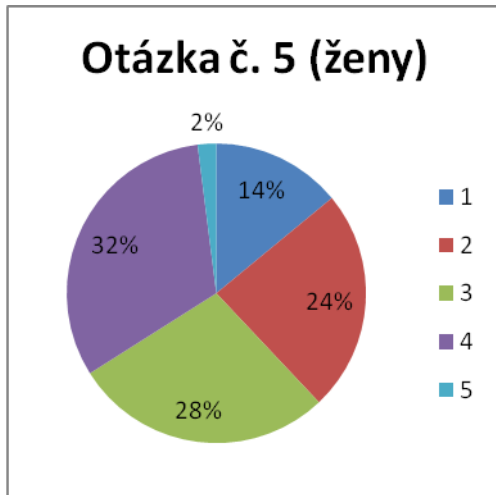


7.A - Zde je situace podobná. Ženy mají víceméně jasno, přiklánějí se opět k záporným odpovědím. Nejvyššího počtu dosáhla odpověď „*spíše nevystihuje*“ s jedenadvaceti volbami. Za ní stojí odpověď „*vůbec nevystihuje*“, která byla zvolena čtrnáctkrát. Jako třetí v pořadí je odpověď „*vystihuje málo*“, tu ženy zvolily dvanáctkrát. Dvakrát se ženy přiklonily k odpovědi „*částečně vystihuje*“ a jedenkrát zvolily odpověď „*zcela vystihuje*“.

7.B - Muži jsou opět na vážkách. Jejich odpovědi zasahují do celé škály, ale jednoznačně se nepřiklánějí k žádné z odpovědí. Nejčastěji byla zvolena odpověď „*spíše nevystihuje*“ s počtem šestnáct. Pak následuje odpověď „*částečně vystihuje*“, jež byla volena jedenáctkrát. Jako třetí byla volena odpověď „*vystihuje málo*“, které muži dali deset hlasů. Osmkrát zvolili odpověď „*zcela vystihuje*“ a jako poslední s pěti volbami skončila odpověď „*vůbec nevystihuje*“.

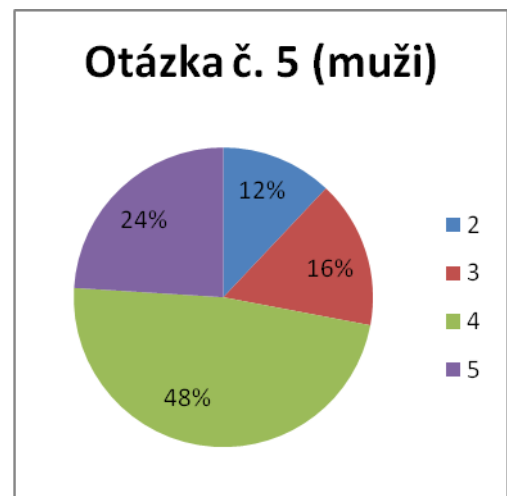


8. Raději se v konfliktu vzdám toho, co chci. Je pro mě důležitější zachovat vztah než vyhrát.

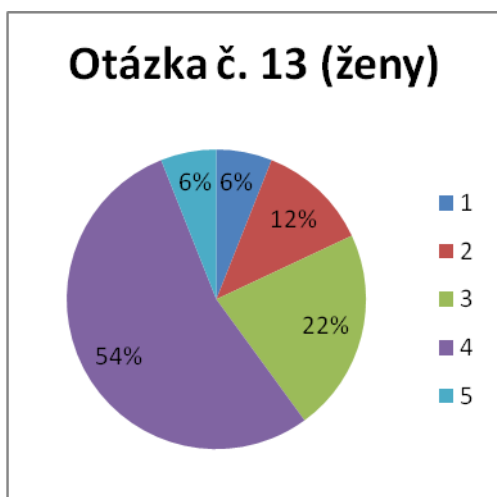


8.A - Tady se role mužů a žen vyměnily. Nyní zdá se, že trochu váhají ženy. Nejčastěji volenou odpovědí bylo „*částečně vystihuje*“, odpověď byla zvolena šestnáctkrát. Hned po ní, čtrnáctkrát, byla zvolena odpověď „*vystihuje málo*“ a dvanáctkrát odpověď „*spíše nevystihuje*“. Sedmkrát ženy zvolily odpověď „*vůbec nevystihuje*“ a odpověď „*zcela vystihuje*“ byla zvolena pouze jednou.

8.B - U mužů jsou odpovědi nyní jednoznačnější. Přiklánějí se více ke kladným odpovědím. Dvacet čtyři mužů zvolilo odpověď „*částečně vystihuje*“ a dvanáct mužů odpověď „*zcela vystihuje*“. Odpověď „*vystihuje málo*“ byla zvolena osmkrát, „*spíše nevystihuje*“ pak šestkrát. Odpověď „*vůbec nevystihuje*“ nezvolil ani jeden muž.

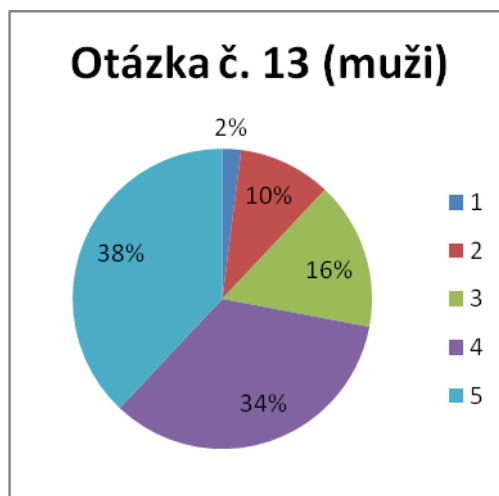


9. Když se s partnerem hádáme, snažím se, aby se na mě nezlobil/a. Chci, aby naše vztahy byly dobré.



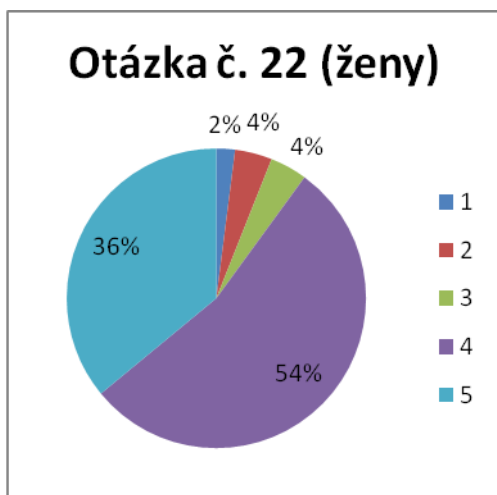
9.A - U této otázky nejvíce žen zvolilo odpověď „částečně vystihuje“, Ta byla volena sedmadvacetkrát. Po ní následuje odpověď „vystihuje málo“, kterou ženy zvolily jedenáctkrát. Šestkrát byla zvolena odpověď „spíše nevystihuje“. Odpovědi „vůbec nevystihuje“ a „zcela vystihuje“ měly shodný počet voleb, a to tři.

9.B - Mužské odpovědi se kloní ke kladné části škály. Nejčastěji volenou odpovědí byla odpověď „zcela vystihuje“, která měla četnost devatenáct a hned po ní se sedmnácti hlasy byla zvolena odpověď „částečně vystihuje“. Osmkrát muži zvolili odpověď „vystihuje málo“, pětkrát „spíše nevystihuje“ a jednou „vůbec nevystihuje“.



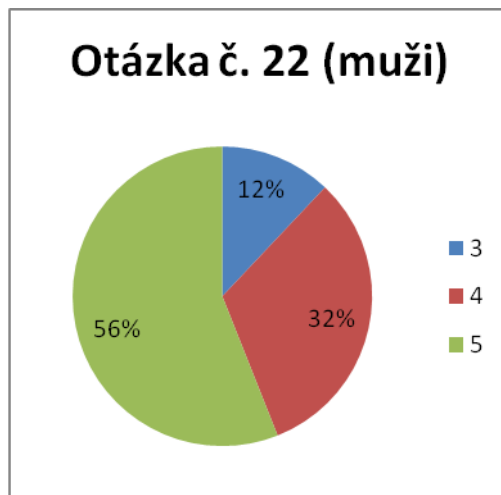
10. Pokud si můj partner něco velmi přeje, neváhám mu to poskytnout.

U této poslední otázky, jsou odpovědi mužů i žen téměř vyrovnány. U obou pohlaví se pohybují v kladných hodnotách.



10.A - Ženy nejčastěji volily odpověď „částečně vystihuje“. Tu zvolily celkem sedmadvacetkrát. Hned po ní následuje odpověď „zcela vystihuje“, která byla volena osmnáctkrát. Dvakrát byly zvoleny odpovědi „vystihuje málo“ a „spíše nevystihuje“. Odpověď „vůbec nevystihuje“ byla zvolena jen jednou.

10.B - Odpovědi mužů byly ještě jednoznačnější. Muži nejčastěji volili odpověď „zcela vystihuje“, ta dosáhla četnosti dvacet osm. Šestnáctkrát byla zvolena odpověď „částečně vystihuje“ a šestkrát odpověď „vystihuje málo“. Poslední dvě odpovědi nebyly voleny ani jednou.



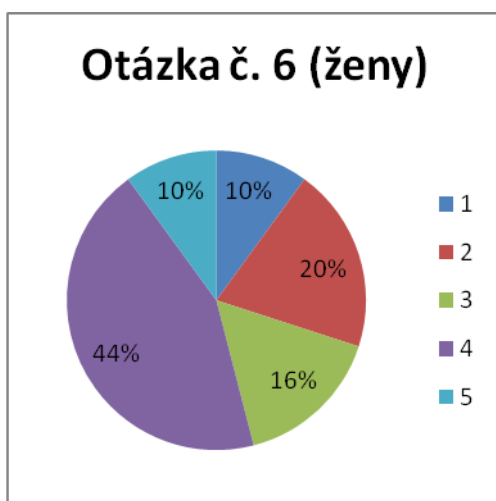
I když se zprvu odpovědi zdály zmatené a váhavé, nyní po jejich konečném vyhodnocení je vidět, že muži tíhnou více k tomuto stylu řešení konfliktů. Ve všech případech u nich byly častěji zastoupeny odpovědi „částečně vystihuje“ či „vystihuje zcela“. Zatímco ženy častěji volily odpovědi „spíše nevystihuje“ nebo „vůbec nevystihuje“. Poslední otázka v této kategorii bude, zdá se, zvláštním případem.

4.1.3 Kompromis

Jako třetí k vyhodnocení je kategorie KOMPROMIS.

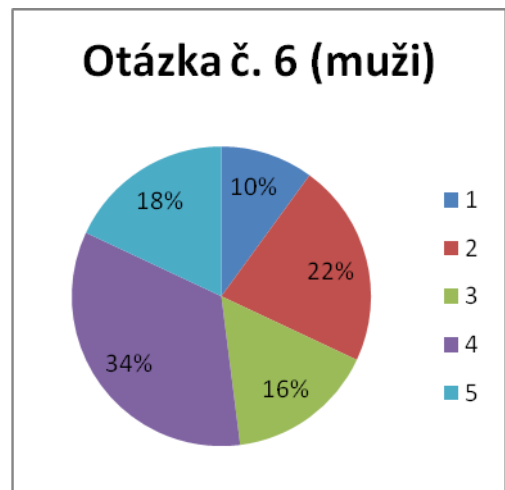
11. *Jsem ochotná/ý se při konfliktu s partnerem něčeho vzdát, když za to získám něco jiného.*

V první otázce, muži i ženy přistupují ke kompromisu nejednoznačně.



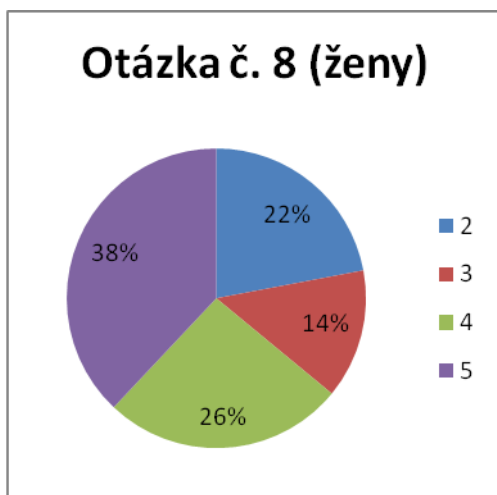
11.A - Ženy sice nejčastěji označily odpověď „*částečně vystihuje*“, která dosáhla dvaceti dvou voleb, avšak druhý nejvyšší počet hlasů získala odpověď „*spíše nevystihuje*“, s počtem deseti voleb. Po ní s osmi hlasy následuje odpověď „*vystihuje málo*“. Po pěti volbách získaly odpovědi „*zcela vystihuje*“ a „*nevystihuje vůbec*“.

11.B - U mužů je to s odpověďmi podobné. Nejvíce voleb má také odpověď „*částečně vystihuje*“, sedmnáct voleb. Po ní následuje také odpověď „*spíše nevystihuje*“ s počtem jedenácti hlasů. Jako třetí v pořadí je odpověď „*zcela vystihuje*“, kterou muži zvolili devětkrát. Osm hlasů má odpověď „*vystihuje málo*“ a jako poslední je odpověď „*vůbec nevystihuje*“, která byla zvolena pětkrát.



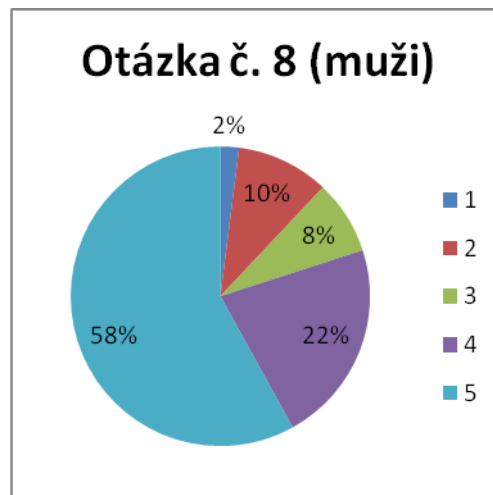
12. Nejvíce by se mi líbilo, kdybychom konflikty s partnerem řešili tak, že každý trošku ustoupíme. Pak se jistě nějaké řešení najde.

U této otázky jsou odpovědi již o něco jednoznačnější. Alespoň u mužů se zdá.



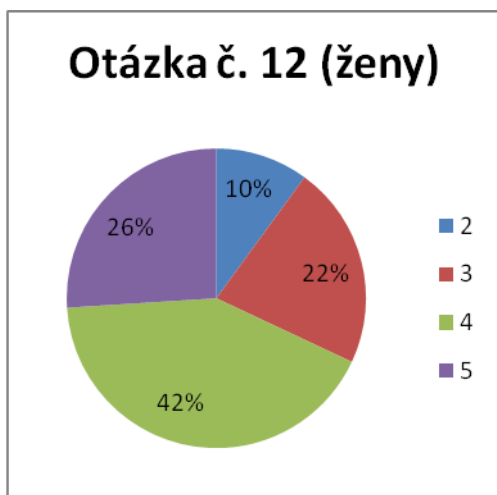
12.A - Ženy tentokrát nejčastěji volily odpověď „zcela vystihuje“, a to devatenáctkrát. Hned po ní zvolily odpověď „částečně vystihuje“, která získala třináct voleb. Jedenáct voleb získala odpověď „spíše nevystihuje“, „vystihuje málo“ bylo zvoleno sedmkrát. Odpověď „vůbec nevystihuje“ tentokrát ženy nezvolily ani jednou.

12.B - Mužské odpovědi jsou jednoznačnější o něco více. Muži dali nejvyšší počet hlasů odpovědi „zcela vystihuje“, tu zvolili dvacet devětkrát. Hned po ní s jedenácti hlasy je odpověď „částečně vystihuje“. Jako třetí je odpověď „spíše nevystihuje“, kterou muži označili pětkrát. Čtyři volby má odpověď „vystihuje málo“ a jedenkrát byla zvolena odpověď „vůbec nevystihuje“.



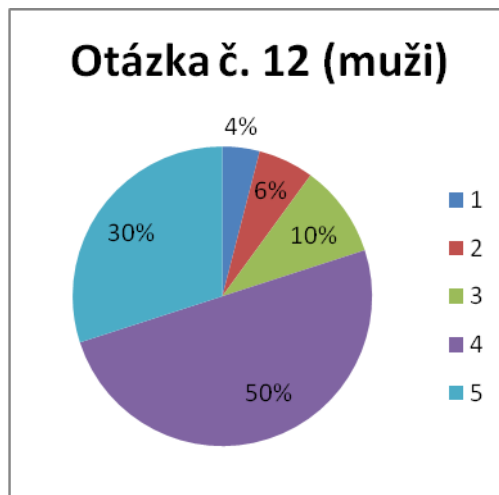
13. Při konfliktu s partnerem se snažím, aby každý z nás získal něco z toho, co chce. Musíme však také z něčeho ustoupit.

I zde jsou odpovědi vcelku jednoznačné.

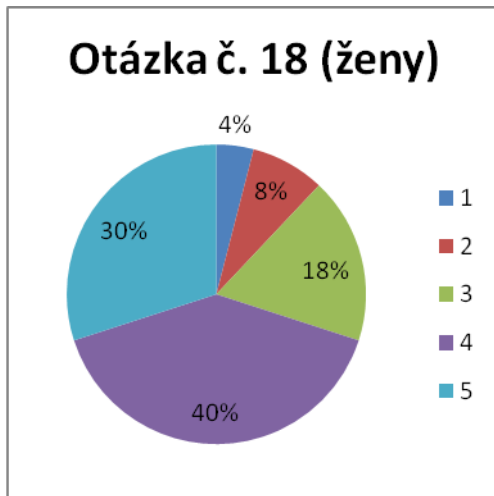


13.A - Ženy se nejčastěji, a to jedenadvacetkrát přiklonily k odpovědi „částečně vystihuje“. Hned po ní zvolily odpověď „zcela vystihuje“ s počtem třinácti hlasů. Jedenáctkrát ženy zvolily odpověď „vystihuje málo“, pětkrát pak odpověď „spíše nevystihuje“. Odpověď „vůbec nevystihuje“ nebyla ženami zvolena ani jednou.

13.B - Muži jsou na tom s prvními dvěma odpověďmi téměř shodně. Nejčastěji volili odpověď „částečně vystihuje“, a sice pětadvacetkrát. Po ní následovala odpověď „zcela vystihuje“, která dosáhla patnácti hlasů. Pětkrát muži zvolili odpověď „vystihuje málo“, třikrát „spíše nevystihuje“ a dvakrát „vůbec nevystihuje“.

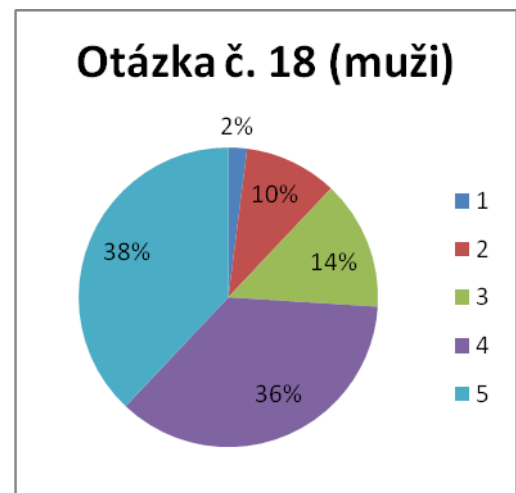


14. Snažím se, abychom při řešení konfliktu partnerem šli „zlatou střední cestou“.



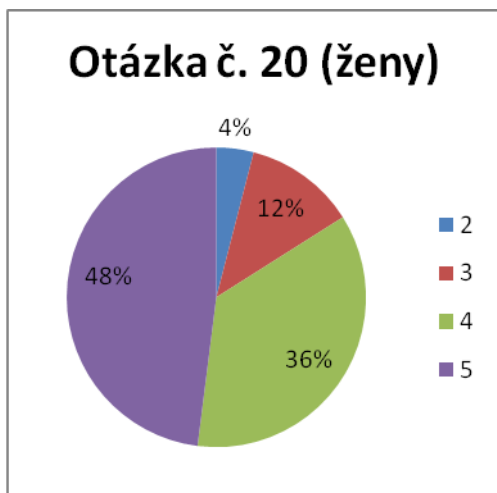
14.A - I zde jsou odpovědi obou pohlaví vcelku jednoznačné, muži se však oproti ženám více kloní ke krajní kladné hodnotě. Ženy nejčastěji volily odpověď „částečně vystihuje“, té daly dvacet hlasů, zatímco odpovědi „zcela vystihuje“ patnáct hlasů. Devíti hlasy ohodnotily odpověď „vystihuje málo“, čtyřmi „spíše nevystihuje“ a dvěma „vůbec nevystihuje“.

14.B - Muži se zase naopak nejčastěji klonili k odpovědi „zcela vystihuje“, které dali devatenáct hlasů, hned po ní osmnácti hlasy ohodnotili odpověď „částečně vystihuje“. Sedmkrát byla zvolena odpověď „vystihuje málo“, pětkrát spíše nevystihuje a jednou odpověď „vůbec nevystihuje“.



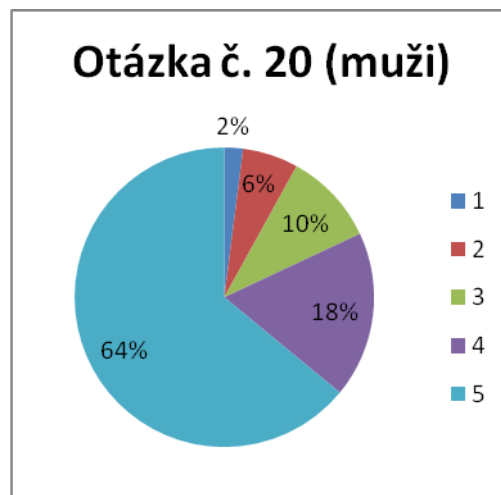
15. *Kompromis je podle mě vyhovující řešení.*

Tato otázka je zcela jasná a odpovědi na ni vcelku jednoznačné. Více však opět u mužů, nežli u žen.



15.A - Ženy se nejvíce přikláněly k odpovědi „zcela vystihuje“, daly jí dvacet čtyři hlasů. Po ní nejčastěji vybíraly odpověď „částečně vystihuje“, kterou zvolily osmnáctkrát. Šesti hlasy se přiklonily k odpovědi „vystihuje málo“ a dvěma k odpovědi „spíše nevystihuje“. Odpověď „vůbec nevystihuje“ nebyla zvolena ani jednou.

15.B - Muži se k této otázce postavili velmi jednoznačně. Dvaatřicetkrát označili odpověď „zcela vystihuje“, devětkrát „částečně vystihuje“, pětkrát odpověď „vystihuje málo“, třikrát odpověď „spíše nevystihuje“ a jedenkrát zvolili odpověď „vůbec nevystihuje“.



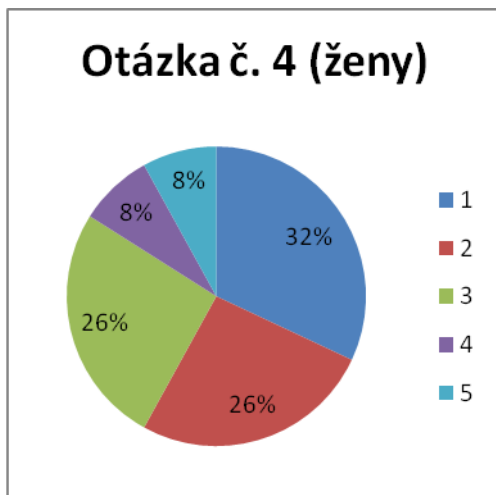
K řešení konfliktu kompromisem přistupují muži a ženy velmi podobně. Nejvíce u obou pohlaví, až na první otázku, převládaly odpovědi na kladné straně škály. Ženy častěji volily odpověď „částečně vystihuje“, která naznačuje váhání, kdežto muži se častěji klonili k odpovědi „vystihuje zcela“. V konečném důsledku jsou však jejich síly téměř vyrovnány.

4.1.4 Agresivita

Jako čtvrtý jsem vyhodnocovala styl řešení konfliktů AGRESIVITA.

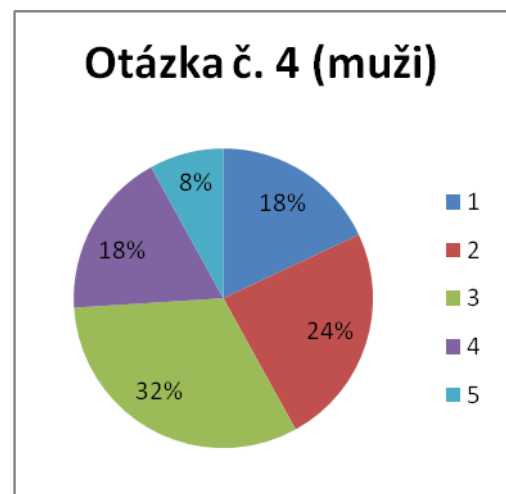
16. V konfliktu s partnerem toužím po vítězství.

Podle prvního tvrzení se zdá, že jak ženy, tak muži se přiklánějí spíše k záporným hodnotám na škále. Uvidíme, zdali to tak bude i pokračovat, nebo odhalí-li další tvrzení něco jiného.

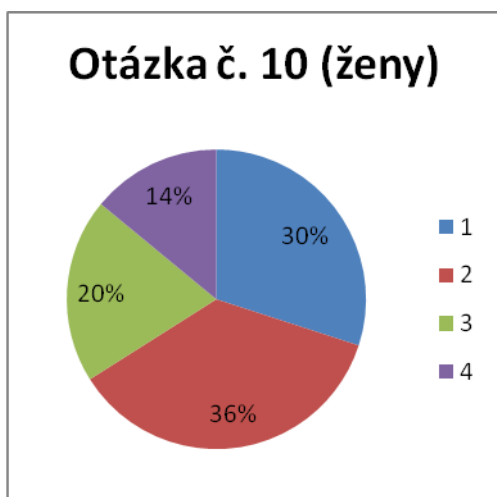


16.A - U prvního tvrzení ženy nejčastěji volily odpověď „*vůbec nevystihuje*“, ta od žen získala šestnáct hlasů. Jako druhou odpověď ženy svými třinácti hlasy zvolily odpověď „*spíše nevystihuje*“. Stejný počet voleb od nich získala i odpověď „*vystihuje málo*“. Po čtyřech hlasech dostaly odpovědi „*částečně vystihuje*“ a „*zcela nevystihuje*“.

16.B - Mužské odpovědi již tak jednoznačné nejsou. Pohybují se okolo středových hodnot, avšak celkově se muži přiklánějí spíše k hodnotám záporným. Nejčastěji muži volili odpověď „*vystihuje málo*“, která získala šestnáct hlasů. Na druhém místě je odpověď „*spíše nevystihuje*“ s dvanácti hlasy. Na třetím místě je odpověď „*vůbec nevystihuje*“, kterou muži volily devíti hlasy. Devět hlasů získala od mužů i odpověď „*částečně vystihuje*“. Na posledním místě, skončila se čtyřmi hlasy odpověď „*zcela vystihuje*“.

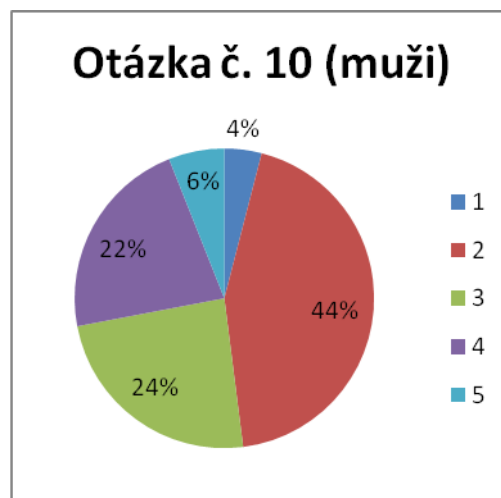


17. Při konfliktu s partnerem mám vždy jasně vytyčený cíl a nehodlám z něj ustoupit. Ať se podřídí ten druhý.

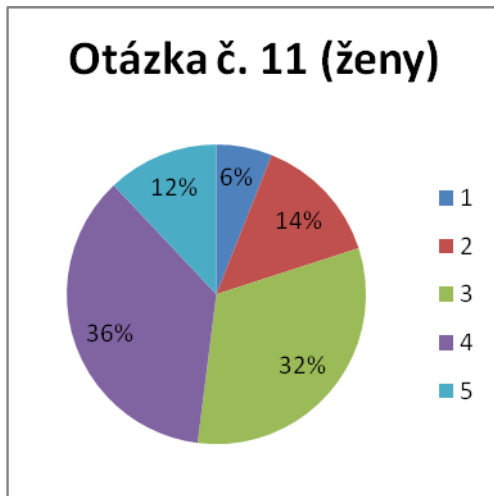


17.A - Ženské odpovědi na toto tvrzení se opět zdají být váhavé či jakési nevyrovnané. Nejvyšší počet hlasů získala odpověď „spíše nevystihuje“, která byla ženami zvolena osmnácti hlasy. Patnáct hlasů má odpověď „vůbec nevystihuje“. Desetkrát byla zvolena odpověď „vystihuje málo“ a sedmkrát odpověď „částečně vystihuje“. Odpověď „zcela vystihuje“ nebyla ženami volena vůbec.

17.B - Mužské odpovědi, přestože nejvyšší zvolená má oproti ostatním poměrně vysoký náskok, se pohybují také okolo středních hodnot na škále. Muži nejčastěji volili odpověď „spíše nevystihuje“, ta získala dvacet dva hlasů. Po ní následuje odpověď „vystihuje málo“, kterou muži volili dvanáctkrát. Hned po ní muži jedenácti hlasy zvolili odpověď „částečně vystihuje“. Tři hlasy od mužů získala odpověď „zcela vystihuje“, dva hlasy získala odpověď „vůbec nevystihuje“.

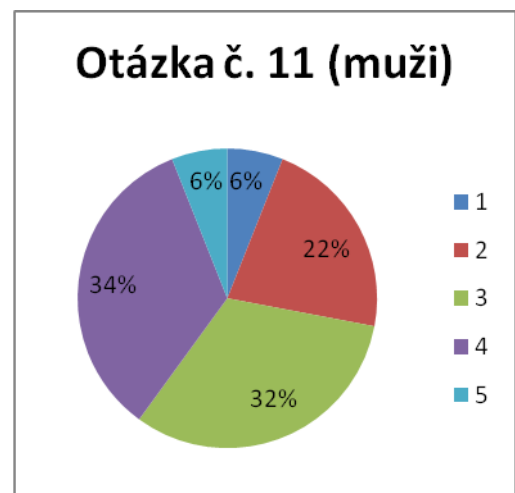


18. Víím, že při řešení konfliktu s partnerem mám pravdu a chci, aby byla uznána.



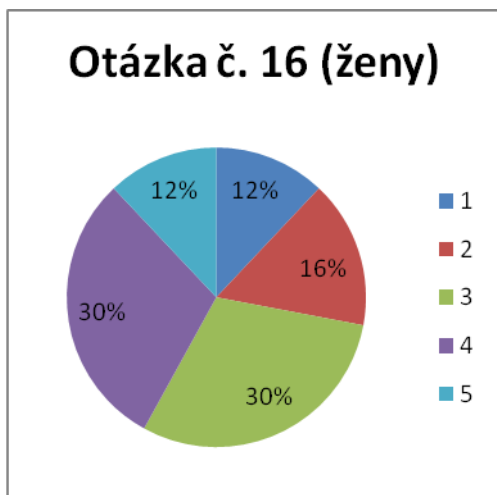
18.A - U tohoto tvrzení jsou odpovědi mužů i žen téměř totožné. Ženy nejčastěji volily odpověď „částečně vystihuje“, které daly osmnáct hlasů. Jako druhou nejčastější ženy zvolily odpověď „vystihuje málo“, tu zvolily šestnácti hlasy. Sedm hlasů od žen získala odpověď „spíše nevystihuje“, šest hlasů odpověď „zcela vystihuje“. Pouze třikrát byla zvolena odpověď „vůbec nevystihuje“.

18.B - U mužů získala nejvyšší počet hlasů také odpověď „částečně vystihuje“, jenž získala sedmnáct hlasů. Šestnácti hlasy muži jako druhou zvolili odpověď „vystihuje málo“. Jedenáctkrát byla zvolena odpověď „spíše nevystihuje“ a po třech volbách získaly odpovědi „vůbec nevystihuje“ a „zcela vystihuje“.



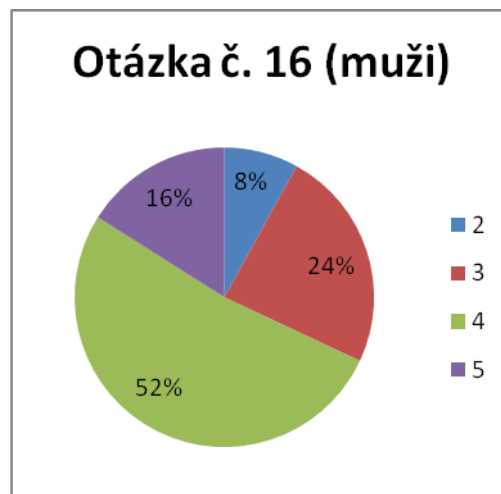
19. *Ve svých názorech jsem pevný/á. Chci je prosadit za každou cenu.*

Ani u tohoto tvrzení nejsou odpovědi příliš jednoznačné.

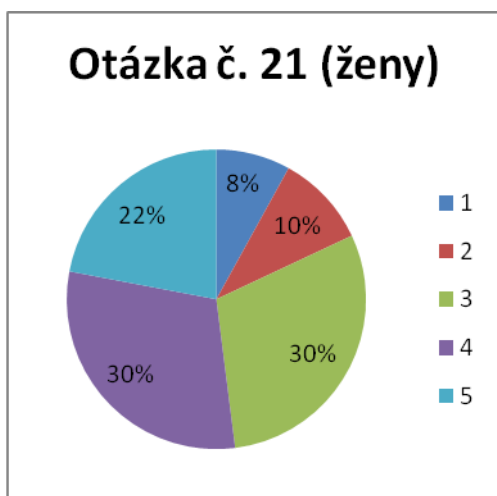


19.A - Nejvíce, a to patnáct hlasů, získaly odpovědi „*částečně vystihuje*“ a „*vystihuje málo*“. Osm hlasů získala odpověď „*spíše nevystihuje*“. A po šesti volbách získaly odpovědi „*zcela vystihuje*“ a „*vůbec nevystihuje*“.

19.B - Odpovědi mužů jsou jasnější. Celých dvacet šest hlasů získala odpověď „*částečně vystihuje*“. Dvanácti hlasy ohodnotili muži odpověď „*vystihuje málo*“. Osmkrát byla ženami zvolena odpověď „*zcela vystihuje*“ a čtyřikrát odpověď „*spíše nevystihuje*“. Možnost „*vůbec nevystihuje*“ ženy nezvolily ani jednou.

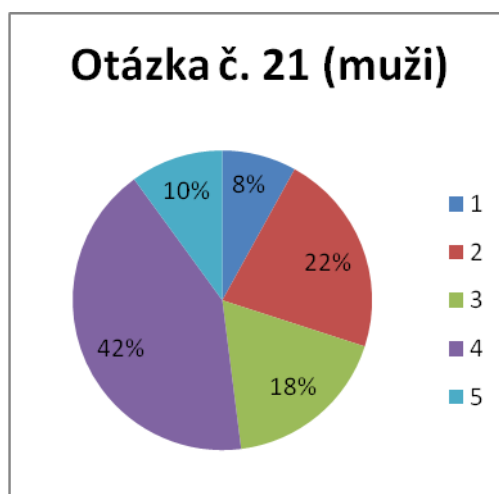


20. Když chci, aby bylo po mém, neváhám přitlačit.



20.A - Odpovědi žen jsou podobné jako v předešlé otázce. Opět patnácti hlasů dosáhly odpovědi „částečně vystihuje“ a „vystihuje málo“. Jedenácti hlasy ženy ohodnotily odpověď „zcela vystihuje“. Pětkrát ženy zvolily odpověď „spíše nevystihuje“, čtyřikrát zase „vůbec nevystihuje“.

20.B - I mužské odpovědi jsou podobné. Nejvíce muži volili odpověď „částečně vystihuje“, která od nich získala dvacet jedna hlasů. Po ní se muži přikláněli k odpovědi „spíše nevystihuje“, avšak ta získala pouhých jedenáct hlasů. Devíti hlasy muži ohodnotili odpověď „vystihuje málo“, pěti „zcela vystihuje“ a čtyřmi „vůbec nevystihuje“.



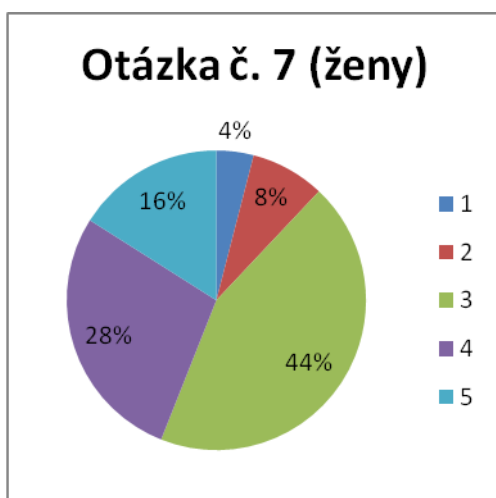
Zdá se, že agresivně, jako stylu řešení konfliktů se nevyhýbají ženy ani muži. Nejčastěji u obou pohlaví byly voleny odpovědi okolo středních hodnot na škále, tedy odpověď „spíše nevystihuje“, „vystihuje málo“ a „částečně vystihuje“. Muži a ženy tedy pravděpodobně agresivitu využívají, když je třeba, ale přímo ji nepreferují. Rozdíly v jejich odpovědích jsou minimální.

4.1.5 Vyhýbání se

Jako poslední jsem vyhodnotila styl řešení konfliktů VYHÝBÁNÍ SE.

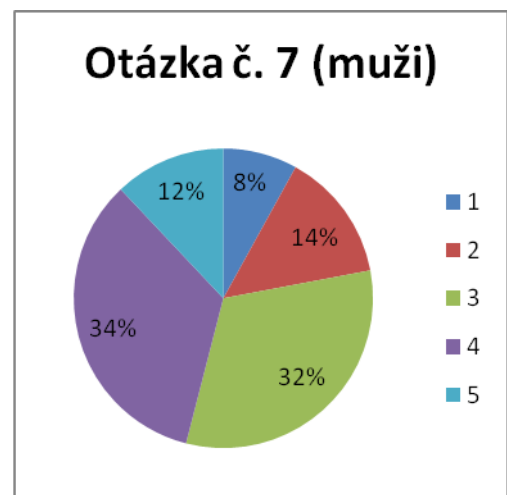
21. *Nemám rád/a vyhocené situace s partnerem, tak si vše raději nechávám pro sebe.*

Podle výsledků u tohoto prvního tvrzení, nejsou ženy ani muži tomuto stylu příliš nakloněni.



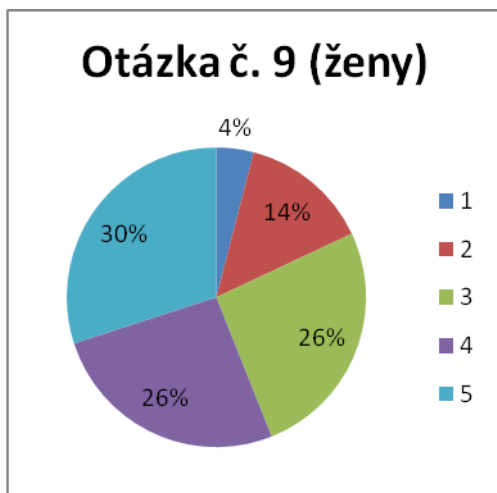
21.A - Ženy nejčastěji volily odpověď „vystihuje málo“. Tu zvolily celkem dvaadvacetkrát. Čtrnáctkrát se pak přiklonily k odpovědi „částečně vystihuje“. Osmi hlasy obodovaly ženy odpověď „zcela vystihuje“, čtyřmi „spíše nevystihuje“ a dvěma „vůbec nevystihuje“.

21.B - Muži naopak nejčastěji volili odpověď „částečně vystihuje“, které dali sedmnáct hlasů, avšak hned poté zvolili šestnácti hlasy odpověď „vystihuje málo“. Na třetí místo zvolili odpověď „spíše nevystihuje“, se sedmi hlasy. Šest hlasů muži dali odpovědi „zcela vystihuje“. Čtyřmi hlasy pak ohodnotili odpověď „vůbec nevystihuje“.



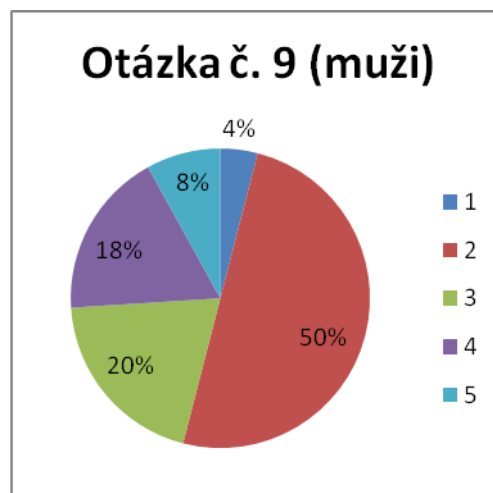
22. *Snažím se konflikt oddálit. Čekám, že se pak časem nějak sám vyřeší.*

Zde se již začínají rýsovat rozdíly v jednotlivých odpovědích. Ženy se přiklánějí ke kladným odpovědím, muži zase naopak k záporným.



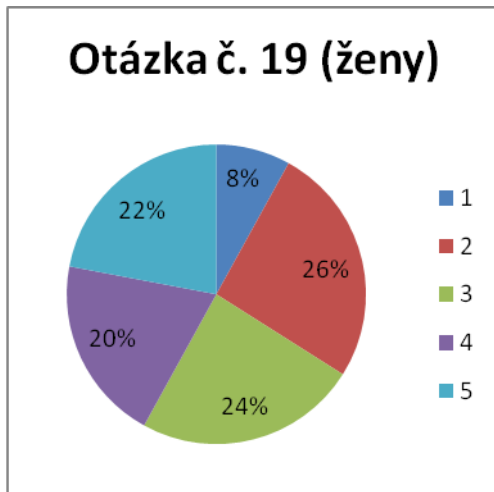
22.A - Nejvíce hlasů od žen získala odpověď „zcela vystihuje“, které získala patnáct hlasů. Po třinácti hlasech získaly odpovědi „částečně vystihuje“ a „vystihuje málo“. Sedmkrát byla zvolena odpověď „spíše nevystihuje“ a dvakrát ženy zvolily odpověď „vůbec nevystihuje“.

22.B - Jak jsem již výše naznačila, přiklánějí se muži k záporným odpovědím na škále. Nejčastěji volili odpověď „spíše nevystihuje“, která od nich získala celkem pětadvacet hlasů. Desetkrát muži zvolili odpověď „vystihuje málo“, devětkrát „částečně vystihuje“, čtyřikrát „zcela vystihuje“ a nakonec dvěma hlasy ohodnotili odpověď „vůbec nevystihuje“.



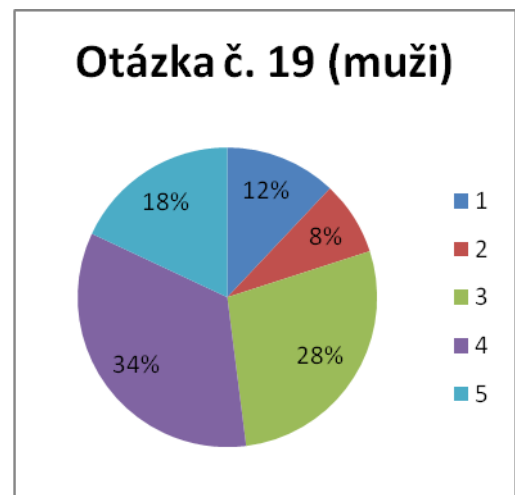
23. Nerad/a řeším konflikty. Pokud to jde, vyhýbám se jim.

U tohoto tvrzení se ženy zdají, velice nerozhodné, jejich hodnocení se poměrně vysokými čísly pohybuje téměř po celé škále. Muži jsou více jednoznační.



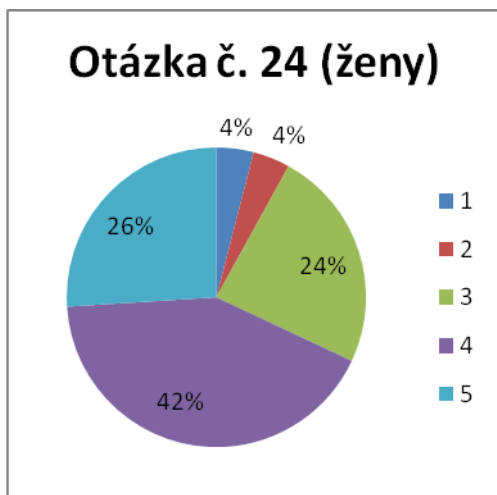
23.A - Ženy nejčastěji volily odpověď „spíše nevystihuje“, té daly třináct hlasů, avšak hned po ní dvanácti hlasy ohodnotily odpověď „vystihuje málo“. Jedenáctkrát zvolily odpověď „zcela vystihuje“ a desetkrát „částečně vystihuje“. Nejméně hlasů, a sice čtyři, získala odpověď „vůbec nevystihuje“.

23.B - Muži mají v tomto pravděpodobně více jasno, avšak ani tentokrát jejich odpovědi nejsou jednoznačné. Nejvíce volili odpověď „částečně vystihuje“ - sedmnáct hlasů. Poté čtrnácti hlasy zvolili odpověď „vystihuje málo“. Devíti hlasy ohodnotily odpověď „zcela vystihuje“, šestkrát zvolili odpověď „vůbec nevystihuje“ a čtyřikrát „spíše nevystihuje“.



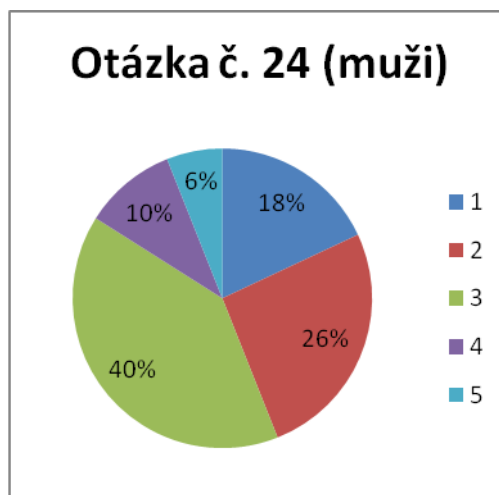
24. Konflikty s partnerem mě stresují. Je-li to možné, nehádám se s ním.

Zde již odpovědi cosi napovídají.



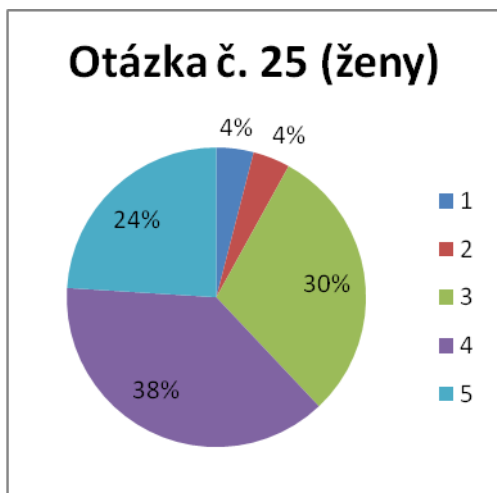
24.A - Ženy dvacet jedenkrát zvolily odpověď „částečně vystihuje“, pak třináctkrát odpověď „zcela vystihuje“. Dvanácti hlasy ohodnotily odpověď „vystihuje málo“. Po dvou hlasech od žen získaly odpovědi „spíše nevystihuje“ a „vůbec nevystihuje“.

24.B - Muži nejčastěji volili odpověď „vystihuje málo“, kterou ohodnotili dvaceti hlasy. Hned po ní se nejčastěji klonili k odpovědi „spíše nevystihuje“, kterou zvolili třináctkrát. Devíti hlasy potom ohodnotili odpověď „vůbec nevystihuje“. Pětkrát byla zvolena odpověď „částečně vystihuje“ a třikrát „zcela vystihuje“.



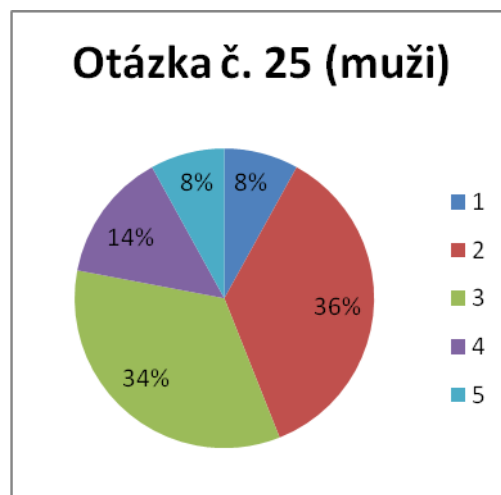
25. *Mám rád/a pohodu a klid. Tak nač se pouštět do konfliktu s partnerem, rozčílí se a všechno se může pokazit.*

U tohoto tvrzení jsou odpovědi podobné, jako u tvrzení předcházejícího.



25.A - Ženy opět zvolily nejčastěji odpověď „*částečně vystihuje*“, ohodnotily ji devatenácti hlasy. Patnáctkrát pak zvolily odpověď „*vystihuje málo*“ a dvanáctkrát zase „*vystihuje zcela*“. Po dvou hlasech získaly odpovědi „*spíše nevystihuje*“ a „*vůbec nevystihuje*“.

25.B - Odpověď „*spíše nevystihuje*“ muži volili nejčastěji, dali jí osmnáct hlasů. Na druhém místě, stejně jako u žen, je se sedmnácti hlasy odpověď „*vystihuje málo*“. Sedm hlasů získala odpověď „*částečně vystihuje*“, a po čtyřech hlasech získaly odpovědi „*zcela vystihuje*“ a „*vůbec nevystihuje*“.



Na první pohled se zdá, že vyhýbání se, jako styl řešení konfliktů není u mužů ani žen příliš oblíbený. Nic není však tak jednoznačné. Ženské odpovědi se většinou pohybovaly od odpovědi „*vystihuje málo*“, „*částečně vystihuje*“ a „*zcela vystihuje*“. Mužské zase hodně ve středních hodnotách, tedy u odpovědi „*spíše nevystihuje*“, „*vystihuje málo*“ a „*částečně vystihuje*“. Muži a ženy tedy tomuto stylu řešení nejsou příliš nakloněni, avšak ženy se k němu pravděpodobně, tedy alespoň podle výsledků, budou uchýlovat častěji.

4.2 Vyhodnocování t-testů

Pro t-testy nebylo třeba sbírat nějaká nová data, jednoduše jsem vycházela z dat, jež mi poskytly dotazníky.

Jak již bylo řečeno výše t-test má pomoci odhalit, zdali jsou nasbírané skutečnosti podmíněné pohlavím, či nikoliv. Odborně řečeno, zdali existují statisticky významné rozdíly u jednotlivých způsobů řešení konfliktů mezi mužem a ženou.

Při vyhodnocování t-testů je třeba stanovit hypotézy, které jsou na závěr buď potvrzeny, nebo vyvráceny. Bylo potřeba stanovit tedy pět hypotéz, neboť zjišťuji statisticky významné rozdíly u pěti typů způsobu řešení konfliktů. Vycházet budu samozřejmě z mých původních očekávání. Tak tedy:

1. Hypotéza: Typ řešení konfliktu dohodou využívají muži i ženy stejně.
2. Hypotéza: Typ řešení konfliktu přizpůsobením využívají více ženy než muži.
3. Hypotéza: Typ řešení konfliktu kompromisem využívají muži i ženy stejně.
4. Hypotéza: Typ řešení konfliktů agresí využívají více muži než ženy.
5. Hypotéza: Typ řešení konfliktů vyhýbáním se využívají více ženy než muži.

Kromě těchto hypotéz je potřeba pro každou kategorii stanovit ještě tzv. nulovou a alternativní hypotézu, díky kterým pak bude možné ověřit hypotézy stanovené výše.

Mimo jiné, je třeba si také stanovit proměnné, se kterými budu pracovat. Za *nezávisle proměnnou* považujeme pohlaví a za *závisle proměnnou* pak jednotlivé kategorie způsobů řešení konfliktů.

Výpočet pro t-testy je velmi složitý, při vyhodnocování jsem tedy použila program STATISTICA, do něhož stačilo zadat nezbytná data. Výsledkem mi pak byla tabulka, v níž jsou uvedeny potřebné hodnoty a také graf pro názornější pohled.

4.2.1 Dohoda

Jako první jsem opět zvolila vyhodnocování kategorie DOHODA.

H_0 : Mezi muži a ženami při řešení konfliktu dohodou neexistují statisticky významné rozdíly.

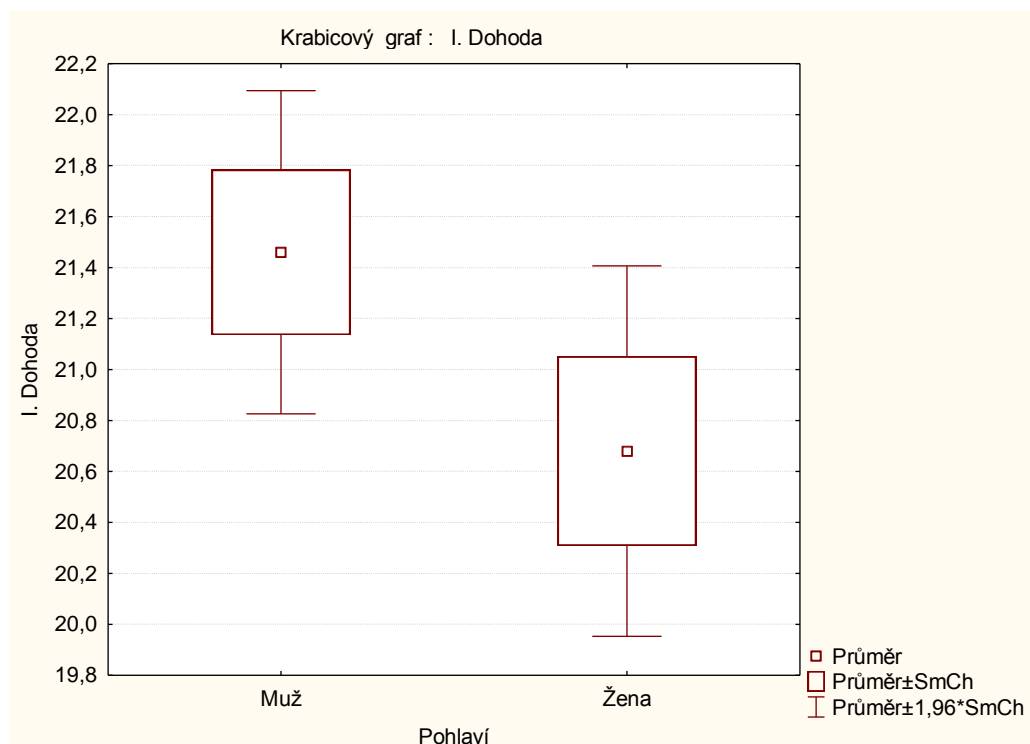
H_A : Mezi muži a ženami při řešení konfliktu dohodou existují statisticky významné rozdíly.

Nezávisle proměnná: pohlaví

Závisle proměnná: Kategorie řešení typů konfliktů DOHODA

\bar{x} Muž	\bar{x} Žena	t	sv	p	Poč.plat Muž	Poč.plat Žena	Sm.odch Muž	Sm.odch Žena	F-poměr Rozptyly	P- Roz- ptyly
21,46	20,68	1,585041	98	0,116179	50	50	2,287589	2,622042	1,313782	0,34269

p je větší než 0,05, přijímáme tedy H_0 . To znamená, že mezi mužem a ženou při řešení konfliktu DOHODOU neexistují statisticky významné rozdíly. Tedy, že využívání tohoto typu řešení konfliktů není podmíněno pohlavím.



4.2.2 Přizpůsobení se

Jako druhá kategorie pro vyhodnocení je kategorie PŘIZPŮSOBENÍ SE.

H_0 : Mezi muži a ženami při řešení konfliktu přizpůsobením se neexistují statisticky významné rozdíly.

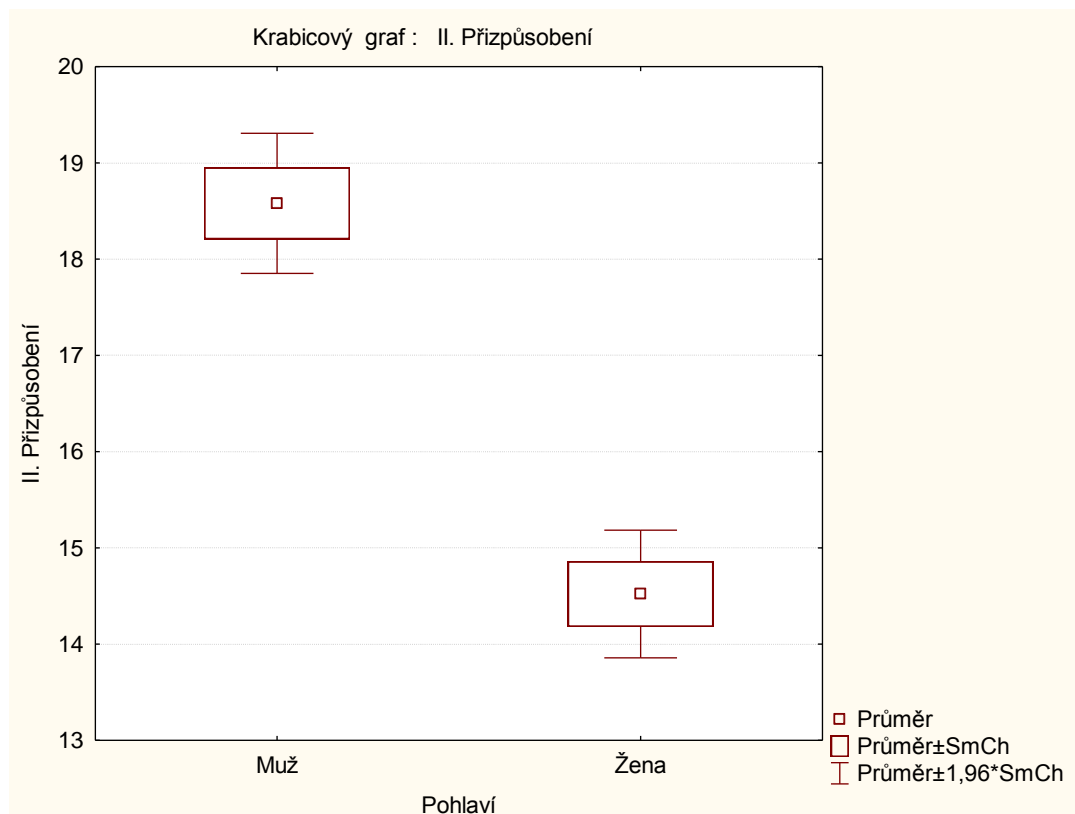
H_A : Mezi muži a ženami při řešení konfliktu přizpůsobením se existují statisticky významné rozdíly.

Nezávisle proměnná: pohlaví

Závisle proměnná: Kategorie řešení typů konfliktů PŘIZPŮSOBENÍ SE

Ø Muž	Ø Žena	t	sv	p	Poč.plat Muž	Poč.plat Žena	Sm.odch Muž	Sm.odch Žena	F-poměr Rozptyly	p Rozptyly
18,58	14,52	8,079473	98	0,00	50	50	2,627096	2,392505	1,205719	0,515071

p je menší než 0,05. Znamená to, že přijímáme H_A . Přijetím alternativní hypotézy se ukazuje, že mezi muži a ženami při řešení konfliktu PŘIZPŮSOBENÍM SE existují statisticky významné rozdíly a tíhnou k němu především muži.



4.2.3 Kompromis

Jako třetí kategorií k vyhodnocení je KOMPROMIS.

H_0 : Mezi muži a ženami při řešení konfliktu kompromisem neexistují statisticky významné rozdíly.

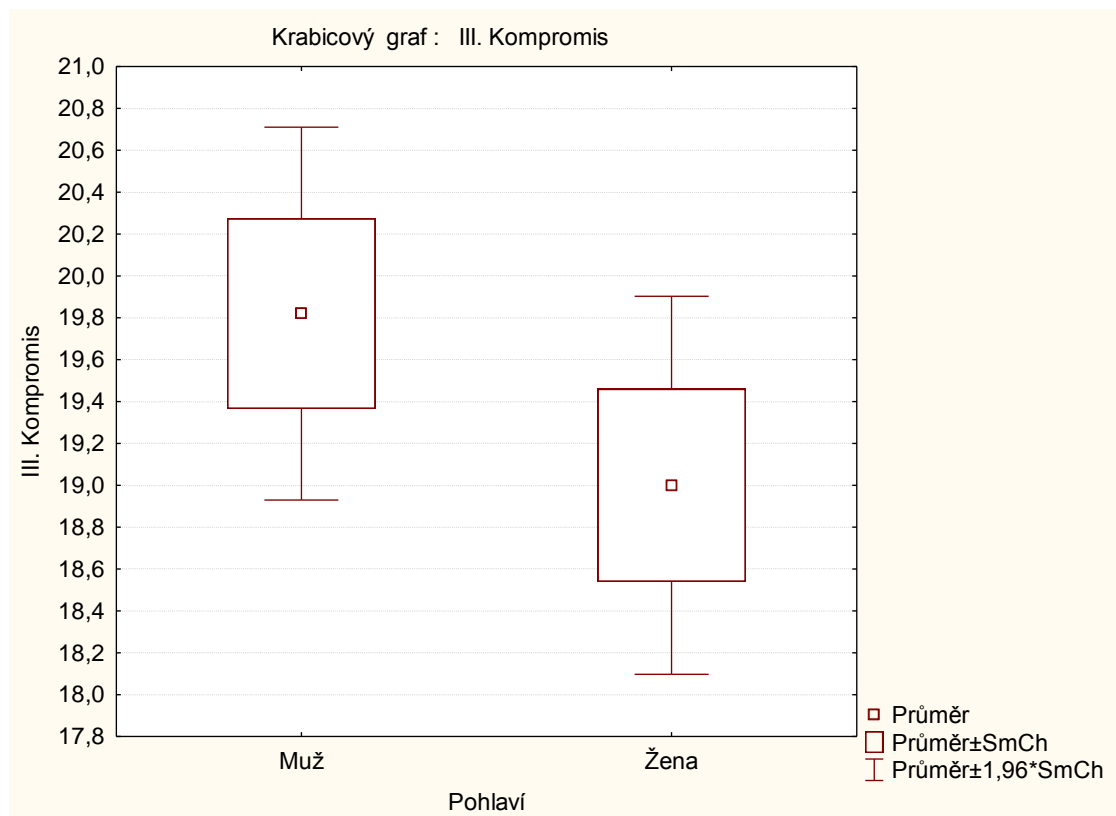
H_A : Mezi muži a ženami při řešení konfliktu kompromisem existují statisticky významné rozdíly.

Nezávisle proměnná: pohlaví

Závisle proměnná: Kategorie řešení typů konfliktů KOMPROMIS

\bar{X} Muž	\bar{X} Žena	t	sv	p	Poč.pl Muž	Poč.pl Žena	Sm.odch Muž	Sm.odch Žena	F-poměr Rozptyly	p Roz- ptyly
19,82	19,00	1,267519	98	0,207973	50	50	3,211523	3,257644	1,028929	0,920897

p je větší než 0,05. Platí tedy H_0 . Z přijetí nulové hypotézy vyplývá, že mezi muži a ženami při řešení konfliktu KOMPROMISEM neexistují statisticky významné rozdíly, tedy že využívání tohoto typu řešení konfliktů není ovlivněno pohlavím.



4.2.4 Agresivita

Čtvrtá v pořadí je AGRESIVITA.

H_0 : Mezi muži a ženami při řešení konfliktu agresí neexistují statisticky významné rozdíly.

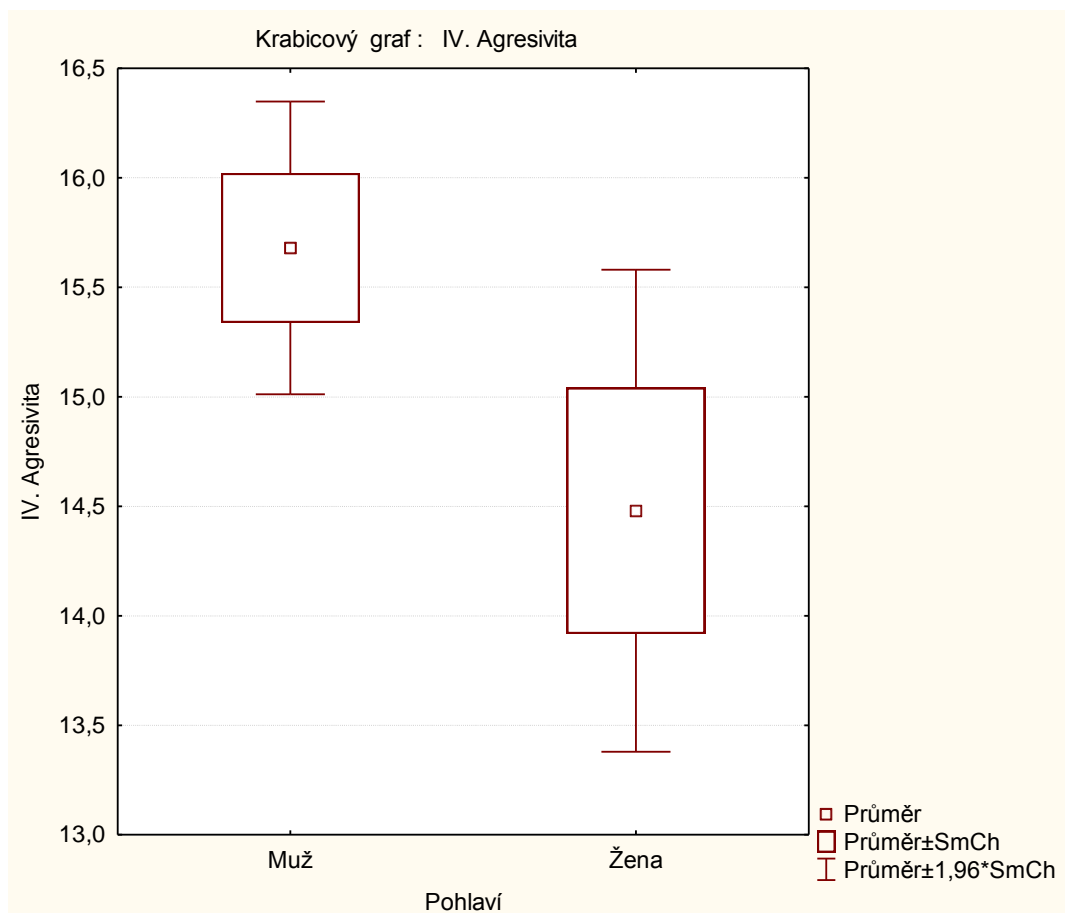
H_A : Mezi muži a ženami při řešení konfliktu agresí existují statisticky významné rozdíly.

Nezávisle proměnná: pohlaví

Závisle proměnná: Kategorie řešení typů konfliktů AGRESIVITA

\bar{x} Muž	\bar{x} Žena	t	sv	p	Muž	Žena	Sm.odch Muž	Sm.odch Žena	F-poměr Rozptyly	p Roz- ptyly
15,68	14,48	1,82664	98	0,070798	50	50	2,411198	3,970503	2,711598	0,00066

p je větší než 0,05. Přijímáme nulovou hypotézu. Znamená to tedy, že mezi muži a ženami při řešení konfliktu AGRESÍ neexistují statisticky významné rozdíly, tedy že využívání tohoto typu řešení konfliktů není ovlivněno pohlavím.



4.2.5 Vyhýbání se

Pátá, poslední, je kategorie VYHÝBÁNÍ SE.

H_0 : Mezi muži a ženami při řešení konfliktu vyhýbáním se neexistují statisticky významné rozdíly.

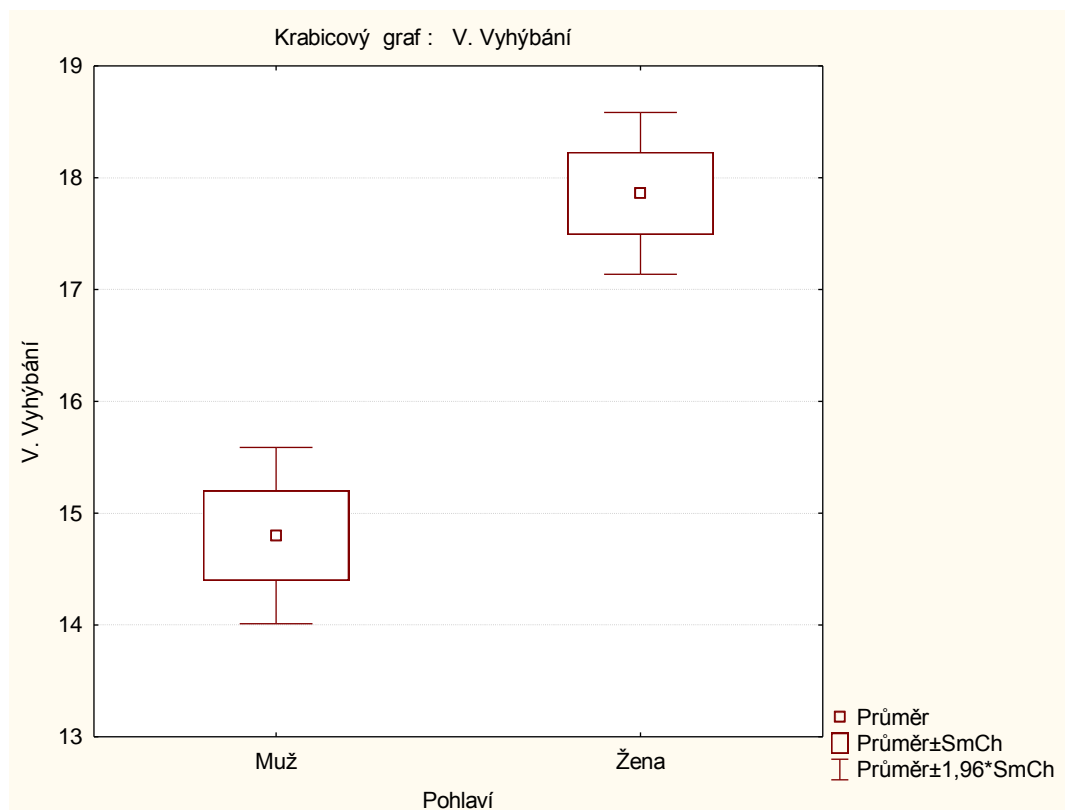
H_A : Mezi muži a ženami při řešení konfliktu vyhýbáním se existují statisticky významné rozdíly.

Nezávisle proměnná: pohlaví

Závisle proměnná: Kategorie řešení typů konfliktů VYHÝBÁNÍ SE

\bar{X} Muž	\bar{X} Žena	t	sv	p	Muž n	Žena n	Sm.odch. Muž	Sm.odch. Žena	F-poměr Rozptyly	p Roz- ptyly
14,8	17,86	-5,60579	98	0,00	50	50	2,842821	2,610888	1,185558	0,55361

p je menší než 0,05. V tomto případě platí H_A . Přijetím alternativní hypotézy se ukazuje, že mezi muži a ženami při řešení konfliktu VYHÝBÁNÍM SE existují statisticky významné rozdíly, používání tohoto typu je tedy ovlivněno pohlavím a tíhnou k němu především ženy.



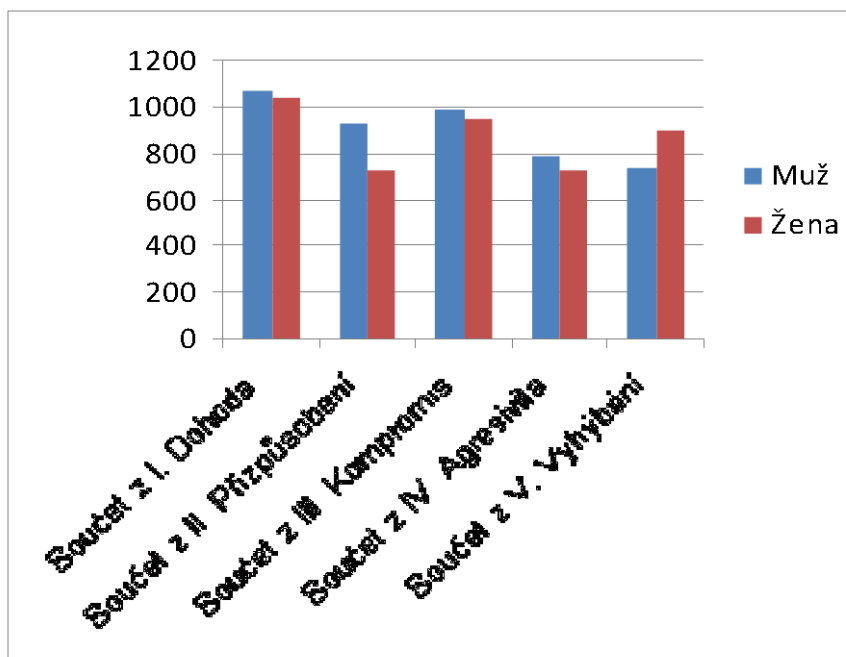
4.3 Závěr

Upřímně musím přiznat, že mě výsledky dotazníkového šetření překvapily. Měla jsem za to, že výsledek bude zcela jiný.

Očekávala jsem, že se mužské a ženské odlišnosti, popsané v teoretické části, projeví ve výběru stylu řešení konfliktů. Připadalo mi logické myslet si, že po tisíciletích strávených ve zcela odlišných společenských rolích a plnění různých společností diktovaných očekáváníí, že muž a žena jsou prostě na řešení konfliktů jinak stavění. Předpokládala jsem, že žena brána jako ochránkyně rodinného krbu, komunikační článek, empatická a citlivá víla se bude při řešení konfliktů uchýlovat k možnosti konflikt prodiskutovávat, probírat ze všech možných úhlů pohledu, čili k dohodě. Případně, ve snaze zachovat harmonii rodinného krbu, se bude uchýlovat k přizpůsobování se nebo vyhýbání se konfliktu. Svým způsobem se zlehka potvrdilo vyhýbání se, avšak i tak nebyl rozdíl tak velký, aby bylo možno považovat to za pravidlo. Svým způsobem se potvrdila i dohoda, ta je u obou pohlaví téměř vyrovnána a průměrně odpovídá odpovědi „*částečně vystihuje*“. Velice mě však u mužů překvapila větší míra příklánění se k přizpůsobování, jako stylu řešení konfliktů.

Od mužů, jako od lovců, bojovníků, jsem očekávala větší míru agresivity a od mužů jako od řešitelů problémů také více snahy o dohodu. Agresivita je u mužů a žen poměrně vyrovnaná, průměrně odpovídá u obou pohlaví odpovědi „*vystihuje málo*“. Muži tedy nejsou agresivní lovci, nicméně dohoda, o které jsem se zmínila již v odstavci výše, potvrdila částečně mou domněnku. Pokud se vrátím k hypotézám, které jsem stanovila před vyhodnocováním t-testů, mohu říci, že se potvrdily hypotézy č. 1, 3 a 5. Nepotvrdily se hypotézy č. 2 a 4. Avšak je třeba vzít v potaz fakt, že není možné výsledky dotazníkového šetření považovat za zcela validní, neboť zkoumaný vzorek nebyl dostatečně velký a reprezentativní.

Pro porovnání příkládám graf AB, jež výsledky dotazníkového šetření shrnuje.



5 ZÁVĚR

Konflikty nás provázejí každým dnem našeho života. Především pak partnerské konflikty. Každý člověk na světě s někým žije nebo žil, někoho miluje nebo alespoň miloval. Zažil těžké chvíle ve vztahu, krize a konflikty. Všichni je tedy známe.

Již z praxe partnerského soužití je patrné, že vztahy mezi muži a ženami jsou komplikované. Ne proto, že by jeden byl špatný a ten druhý zase dobrý, ale tím, že jsou odlišní. Ať už je to genetickým předurčením, výchovou, sociálním prostředím, které každého z nás obklopuje, anebo tím, že jsou každý z jiné planety. Když žít spolu je komplikované, co teprve konflikty?

Ve své práci jsem si dala za úkol zjistit něco víc o této problematice. Měla jsem jasnou představu a přesně vytyčený cíl. Teoretická část a načtené knihy mou vizi podpořily, avšak praktická část ukázala, že mé domněnky nebyly správné nebo se alespoň nesprávnými zdají být. Muži a ženy jsou odlišní, ke konfliktu každý přistupuje jinak podle svých vzorců chování, které však nejsou podmíněny odlišnostmi mezi jednotlivými pohlavími, o kterých se tolik dozvídáme z moudrých knih.

Zdá se, že muži a ženy jsou při řešení svých vzájemných konfliktů daleko více ovlivněni společností, ve které žijí a „výchovou“ svého partnera než přirozeností, která jim byla dána do vínku. Avšak na druhou stranu, možná se to dalo očekávat. Člověk je tvor společenský, žije ve společnosti, je jí neustále ovlivňován a je ovlivňován také svými nejbližšími, mezi něž partner stoprocentně patří. Tak proč se nepřizpůsobit tomu, jak „nám to doma vyhovuje“? Pokud se mužům při řešení konfliktů osvědčilo přizpůsobování se, je to jejich věc. Je to možná důkaz toho, že svou partnerku milují, protože neví, jak to vyjádřit jinak. Možná jen ztratili ve společenském bludišti svou veškerou bojovnost. U žen se má domněnka částečně potvrdila, neboť jsem předpokládala, že jednou z jejich preferovaných metod řešení konfliktů bude vyhýbání se. Zdá se tedy, že ženy si kapku z toho, co jim bylo dáno, ponechaly. Je to snad tím, že by byly v tomto méně ovlivnitelné, nepřemodelované dnešní tvrdou společností? Možná by bylo zajímavé zkoumat i tuto otázku, ale ta již nebyla předmětem této práce.

SEZNAM POUŽITÉ LITERATURY

- [1] BEDRNOVÁ, Eva, doc., PhDr., CSc. *Člověk hledá člověka*. 1.vyd. Praha: Horizont. 1989. 314 s. ISBN 80-7012-008-8
- [2] BLECHOVÁ, Zdenka. *Partnerské vztahy*. 1.vyd. Olomouc: Fontána. 2003. 180 s. ISBN 80-7336-064-0
- [3] FATEJTA, Martin, Mgr. PhD. *Úvod do sociologie pohlaví a sexuality*. Věrovany: Nakladatelství Jan Piszkievicz. 2004. 159 s. ISBN 80-86768-06-6
- [4] GRAY, John, PhD. *Mars a Venuše se mají rádi*. Praha: Práh a Knižní klub. 1997. 150 s.
- [5] GRAY, John, PhD. *Muži jsou z Marsu a ženy z Venuše*. Praha: Práh. 2002. 203 s. ISBN 80-85809-41-9
- [6] *Konflikt, koření života*. Praha: Partners Czech, o.p.s. 2004. ISBN 80-239-3339-6
- [7] KRATOCHVÍL, Stanislav, Prof., PhDr., CSc. *Manželská terapie*. Hradec Králové: MACH. 1992. 271 s.
- [8] KŘIVOHLAVÝ, Jaro, PhDr., CSc. *Konflikty mezi lidmi*. Praha: Avicenum. 1973. 304 s.
- [9] MATĚJKOVÁ, Erika. *Jak řešit problémy a konflikty v partnerských vztazích*. 1.vyd. Praha: GRADA. 2007. ISBN 978-80-247-1832-3
- [10] MORUS, Richard Lewinsohn. *Světové dějiny sexuality*. 3.vyd. Praha: Euromedia Group, k.s. – Ikar. 2007. 288 s. ISBN 978-80-249-0887-8
- [11] NOVÁK, Tomáš, PhDr. *Hádky v manželství*. 1.vyd. Praha: Grada Publishing, a.s. 2007. 148 s. ISBN 978-80-247-2037-1
- [12] OAKLEYOVÁ, Ann. *Pohlaví, gender a společnost*. 1.vyd. Praha: Portál. 2000. 176 s. ISBN 80-7178-403-6
- [13] PEASE, Allan, PEASE, Barbara. *Proč muži neposlouchají a ženy neumějí číst v mapách*. Brno: Alman. 2000. 310 s. ISBN 80-86135-15-2
- [14] PLAMÍNEK, Jiří. *Jak řešit konflikty*. 1.vyd. Praha: GRADA. 2006. ISBN 80-247-1591-0

- [15] PLZÁK, Miroslav. *Žena a muž. Teorie a praxe manželského soužití*. 1.vyd. Praha: Motto. 2001. ISBN 80-7246-099-4

INTERNETOVÉ ZDROJE

- [1] BEDNAŘÍK, Aleš. *Riešenie konfliktov.[online]* 2.vyd. 2001 [citováno 2009-04-15]. Přístup z internetu: URL: <http://www.pdcs.sk/prirucky-pre-trenerov-konzultantov>
- [2] <http://www.mamenato.cz/www/index.php?id=59&testID=19>

SEZNAM POUŽITÝCH SYMBOLŮ A ZKRATEK

- atd. A tak dále
- apod. A podobně
- tzv. Tak zvaný
- např. Například
- PEA Fenylethylamin

SEZNAM OBRÁZKŮ

Graf 1.A, 1.B	63
Graf 2.A, 2.B	64
Graf 3.A, 3.B	65
Graf 4.A, 4.B	66
Graf 5.A, 5.B	67
Graf 6.A, 6.B	68
Graf 7.A, 7.B	69
Graf 8.A, 8.B	70
Graf 9.A, 9.B	71
Graf 10.A, 10.B.....	72
Graf 11.A, 11.B	73
Graf 12.A, 12.B	74
Graf 13.A, 13.B	75
Graf 14.A, 14.B	76
Graf 15.A, 15.B	77
Graf 16.A, 16.B	78
Graf 17.A, 17.B	79
Graf 18.A, 18.B	80
Graf 19.A, 19.B	81
Graf 20.A, 20.B	82
Graf 21.A, 21.B	83
Graf 22.A, 22.B	84
Graf 23.A, 23.B	85
Graf 24.A, 24.B	86

Graf 25.A, 25.B	87
Krabicový graf DOHODA I	89
Krabicový graf PŘIZPŮSOBENÍ II	90
Krabicový graf KOMPROMIS III	91
Krabicový graf ASRESIVITA IV	92
Krabicový graf VYHÝBÁNÍ SE V	93

SEZNAM TABULEK

Tabulka DOHODA I	89
Tabulka PŘIZPŮSOBENÍ II.....	90
Tabulka KOMPROMIS III	91
Tabulka AGRESIVITA IV	92
Tabulka VYHÝBÁNÍ SE V	93

SEZNAM PŘÍLOH

P I Dotazník

PŘÍLOHA P I: DOTAZNÍK

Pohlaví:

Věk:

1. S partnerem se snažím vyměnit si co nejvíce informací, abychom problém k naší spokojenosti vyřešili.

vůbec nevystihuje spíše nevystihuje vystihuje málo částečně vystihuje zcela vystihuje

2. I když s partnerem nesouhlasím, nedávám to příliš najevo.

vůbec nevystihuje spíše nevystihuje vystihuje málo částečně vystihuje zcela vystihuje

3. Svůj nesouhlas s partnerem neprojevuji, abych se vyhnul/a zbytečným komplikacím.

vůbec nevystihuje spíše nevystihuje vystihuje málo částečně vystihuje zcela vystihuje

4. V konfliktu s partnerem toužím po vítězství.

vůbec nevystihuje spíše nevystihuje vystihuje málo částečně vystihuje zcela vystihuje

5. Raději se v konfliktu vzdám toho, co chci. Je pro mě důležitější zachovat vztah než vyhrát.

vůbec nevystihuje spíše nevystihuje vystihuje málo částečně vystihuje zcela vystihuje

6. Jsem ochotný/á se při konfliktu s partnerem něčeho vzdát, když za to získám něco jiného.

vůbec nevystihuje spíše nevystihuje vystihuje málo částečně vystihuje zcela vystihuje

7. Nemám rád/a vyhrocené situace s partnerem, tak si vše raději nechávám pro sebe.

vůbec nevystihuje spíše nevystihuje vystihuje málo částečně vystihuje zcela vystihuje

8. Nejvíce by se mi líbilo, kdybychom konflikty s partnerem řešili tak, že každý trošku ustoupíme. Pak se jistě nějaké řešení najde.

vůbec nevystihuje spíše nevystihuje vystihuje málo částečně vystihuje zcela vystihuje

9. Snažím se konflikt oddálit. Čekám, že se pak časem nějak sám vyřeší.

vůbec nevystihuje spíše nevystihuje vystihuje málo částečně vystihuje zcela vystihuje

10. Při konfliktu s partnerem mám vždy jasně vytyčený cíl a nehodlám z něj ustoupit. Ať se podřídí ten druhý.

vůbec nevystihuje spíše nevystihuje vystihuje málo částečně vystihuje zcela vystihuje

11. Vím, že při řešení konfliktu s partnerem mám pravdu a chci, aby byla uznána.

vůbec nevystihuje spíše nevystihuje vystihuje málo částečně vystihuje zcela vystihuje

12. Při konfliktu s partnerem se snažím, aby každý z nás získal něco z toho, co chce. Musíme však také z něčeho ustoupit.

vůbec nevystihuje spíše nevystihuje vystihuje málo částečně vystihuje zcela vystihuje

13. Když se s partnerem hádáme, snažím se, aby se na mě nezlobil/a. Chci, aby naše vztahy byly dobré.

vůbec nevystihuje spíše nevystihuje vystihuje málo částečně vystihuje zcela vystihuje

14. Vždycky se snažím brát v úvahu požadavky a přání partnera. Skloubit je dohromady s mými může trvat delší dobu, ale pak si můžu být jistý/á, že řešení správné a konflikt zmizí.

vůbec nevystihuje spíše nevystihuje vystihuje málo částečně vystihuje zcela vystihuje

15. Při konfliktu nechci ranit partnerovi city. Rád/a bych našel/našla řešení, které neraní ani jednoho z nás a bude nám oběma vyhovovat.

vůbec nevystihuje spíše nevystihuje vystihuje málo částečně vystihuje zcela vystihuje

16. Ve svých názorech jsem pevný/á. Chci je prosadit za každou cenu.

vůbec nevystihuje spíše nevystihuje vystihuje málo částečně vystihuje zcela vystihuje

17. Stojím o to, aby byl konflikt vyřešen tím nejlepším možným způsobem pro obě strany.

vůbec nevystihuje spíše nevystihuje vystihuje málo částečně vystihuje zcela vystihuje

18. Snažím se, abychom při řešení konfliktu s partnerem šli „zlatou střední cestou“.

vůbec nevystihuje spíše nevystihuje vystihuje málo částečně vystihuje zcela vystihuje

19. Nerad/a řeším konflikty. Pokud to jde, vyhýbám se jim.

vůbec nevystihuje spíše nevystihuje vystihuje málo částečně vystihuje zcela vystihuje

20. Kompromis je podle mě vyhovující řešení.

vůbec nevystihuje spíše nevystihuje vystihuje málo částečně vystihuje zcela vystihuje

21. Když chci, aby bylo po mém, neváhám přitlačit.

vůbec nevystihuje spíše nevystihuje vystihuje málo částečně vystihuje zcela vystihuje

22. Pokud si můj partner něco velmi přeje, neváhám mu to poskytnout.

vůbec nevystihuje spíše nevystihuje vystihuje málo částečně vystihuje zcela vystihuje

23. Pokud řešíme s partnerem konflikt, snažíme se probrat všechny možné úhly pohledu, abychom našli nejlepší řešení.

vůbec nevystihuje spíše nevystihuje vystihuje málo částečně vystihuje zcela vystihuje

24. Konflikty s partnerem mě stresují. Je-li to možné, nehádám se s ním.

vůbec nevystihuje spíše nevystihuje vystihuje málo částečně vystihuje zcela vystihuje

25. Mám rád/a pohodu a klid. Tak nač se pouštět do konfliktu s partnerem, rozčílí se a všechno se může pokazit.

vůbec nevystihuje spíše nevystihuje vystihuje málo částečně vystihuje zcela vystihuje