

Zvládání rozchodu – rozdíly mezi muži a ženami, opouštěnými a opouštějícími

Jana Brzkovská

FF UP, Olomouc

Úvod

Téma partnerských vztahů se v současné době rozhodně nedá považovat za nové či výjimečné. Pomineme-li bombardování široké veřejnosti pikantními podrobnostmi ze soukromého života více či méně slavných osobností, setkáváme se běžně na stránkách různých tiskovin s pojednáními, popisy či návody týkajícími se intimních vztahů mezi lidmi. Na různých rovinách odbornosti vycházejí četné publikace seznamující, každá z trochu jiného hlediska, s touto rozsáhlou a složitou problematikou. Není se vlastně čemu divit, v naší společnosti je nalezení životního partnera považováno za jednu z hlavních met, kterých bychom měli ve svém životě dosáhnout.

V současné společnosti pozorujeme v této souvislosti nové, dá se říci pozitivní trendy. Ustoupily masivní tlaky, které vedly mladé lidi (často nepřipravené či jinak se nehodící k tomuto svazku) k uzavírání manželství, stále častěji je zdůrazňován vliv spokojenosti či nespokojenosti v partnerském vztahu na celkovou životní spokojenost, otevřeně se hovoří o sexualitě jako přirozené součásti intimních partnerských vztahů a vytváří se tolerantnější postoje k sexuálním menšinám. Vedle popisovaných pozitivních jevů se v oblasti partnerských vztahů objevují i jevy negativní. Můžeme například pozorovat pronikání tzv. konzumního způsobu života do intimních mezilidských vztahů - dochází k jakémusi „konzumování partnerů“. Lidé vstupují do vztahu s očekáváním zisků, při vyčerpání nabídky ze vztahu odcházejí. Také již zmiňovaná sexualita se stává zbožím, nabízeným v někdy až absurdních podmínkách (reklama na prací prášek, nátěrové barvy...).

Problémy se vyskytovaly (a vyskytovat budou) v partnerském či manželském vztahu vždy, ať již jde o problémy dané rozdílností povah partnerů, vývojem vztahu v čase, vnějšími okolnostmi nebo mnoha dalšími vlivy. Jsou však i nové jevy, které nyní větší měrou tyto vztahy ovlivňují. Zmíníme například postupné rozpadání patriarchálního modelu rodiny (vlivem demografických změn a vyšší vzdělanostní úrovně žen) či častější rozpory mezi partnery, týkající se odlišných pohledů na svět. Tyto faktory sice nepředurčují zvýšený počet partnerských konfliktů, dá se však říci, že kladou na oba partnery zvýšené nároky při snaze o oboustrannou spokojenost ve vztahu.

Zmiňovaný dostatek literatury zabývající se intimními mezilidskými vztahy se na úrovni odborné literatury týká především vztahů manželských. Oblasti partnerství tolik pozornosti věnováno není. Snad je to tím, že přece jen větší procento populace žije v sezdaném svazku, nicméně téměř všem manželstvím předcházelo delší či kratší období tzv. „chození spolu“. Dnes vstupuje do hry ještě jeden prvek, obracející pozornost směrem k partnerským vztahům. Je jím tzv. trend soužití nesezdaných párů – znamená to, že je více párů, které se z nějakého důvodu rozhodnou žít spolu, aniž by toto soužití úředně potvrdily.

Cíle šetření

Předkládaný výzkum uskutečněný v r.2003 se věnuje rozchodům partnerským ve smyslu „chození spolu“. Partnerům při rozhodnutí k rozchodu nebrání tzv. rozvodová bariéra, většinou nemají děti ani společný majetek a jejich vztah bývá kratší než vztah manželů. K rozchodům tedy dochází častěji než k rozvodům. I z tohoto důvodu si tento jev zaslouhuje pozornost, i když jeho dopad na psychiku jedince nebývá tak závažný jako v případě rozvodu. Šetření se snaží odpovědět na to, jaké jsou příčiny a okolnosti partnerských rozchodů, jaký má rozchod vliv na sebehodnocení jedince a jeho vnímání sociální opory a co partnerům při zvládnutí rozchodové a porozchodové situace napomáhá.

Na základě Sternbergova pojetí tří složek lásky je mapována situace předcházející rozchodu partnerů, porovnáváno jak z tohoto pohledu vnímají svůj vztah ženy a muži a dále osoby, které jsou iniciátory rozchodu a ty, se kterými se partner rozešel. Druhým hlediskem je fenomén sociální opory. Bylo srovnáváno vnímání sociální opory skupinami žen, mužů, opouštějících a opouštěných osob. Třetím hlavním tématem, kterému se práce věnuje je zjišťování míry sebehodnocení u zmiňovaných skupin respondentů. Kvalitativní rozbor sleduje důvody partnerských rozchodů a faktory, které napomáhají zvládnutí rozchodové a porozchodové situace.

Zkoumaný soubor

Šetření se zúčastnilo celkem 68 osob, 47 žen a 21 mužů. Jednalo se o studenty VŠ, průměrný věk celého souboru byl 21,97 roku (ženy 21,72; muži 22,52). Kriteériem pro výběr do zkoumaného souboru byla maximálně 2 roky stará zkušenost rozchodu s partnerem, se kterým respondent chodil nejméně 6 měsíců. Průměrná délka trvání vztahu byla u celého souboru 2,05 roku (ženy 2,17; muži 1,77). Zkoumané osoby byly rozděleny do skupin z hlediska dvou nezávisle proměnných, kterými jsou pohlaví a skutečnost, zda dotazovaný byl či nebyl iniciátorem rozchodu.

Zjišťovaly se rozdíly mezi skupinou žen a mužů v míře sebehodnocení, sociální opory a hodnocení zastoupení tří složek lásky a rozdíly mezi skupinou opouštěných (20 osob) a opouštějících partnerů (39 osob) z těchto hledisek.

Použité metody

K získání dat byla použita Sternbergova škála tří druhů lásky, Blumenthalova škála sociální opory a Rosenbergova škála sebehodnocení. Metodou pro kvalitativní část výzkumu byla instrukce k napsání příběhu popisující situaci a okolnosti před, během a po rozchodu.

Výsledky šetření

Statistické porovnání skupiny žen a mužů t-testem neprokázalo významné rozdíly v průměrech skóre dosažených ve sledovaných škálách. Rozdíly mezi průměry skupiny opouštějících a opouštěných osob byly významné ve škále sebehodnocení, ve složce lásky zvané „vášeň“ a „oddanost“.

Vzájemná souvislost míry sociální opory a sebehodnocení se pohybovala od $r=0,13$ do $r=0,33$. Ve všech skupinách šlo o pozitivní korelaci, nejvyšší byla ve skupině mužů, nejnižší ve skupině žen.

Nejčastěji zmiňované příčiny partnerských rozchodů byly rozdílnost povah a názorů (26 osob), nevěra či jiný partner (18 osob), ochladnutí citů (9 osob), nedostatečné projevování citů (9 osob), fyzické odloučení (8 osob), obava z „uvázání se“ (8 osob), partnerova změna (5 osob), rozdíl ve vzdělání (5 osob) a lži a narušení důvěry (5 osob).

Jako faktory s největším pozitivním vlivem při zvládnání rozchodu byly uváděny tyto: přátelé (21 osob), přehodnocení – vztahu, partnera, sebe (14 osob), nový partner (12 osob), rodina (9 osob), čas (5 osob), záliby, škola (5 osob) a kontakt s bývalým partnerem (3 osoby).

Diskuse

Rozdíly mezi muži a ženami

Výzkum nezaznamenal výraznější rozdíly mezi skupinou mužů a žen v míře percipované sociální opory. Míra sociální opory byla u žen větší, tento rozdíl však nebyl statisticky významný. Možným vysvětlením je, že situace zde pravděpodobně má větší vliv než to, zda je dotazovaný žena či muž. Tímto by byly podpořeny teorie, které zdůrazňují vliv situace na způsob zvládnání zátěžové situace.

Mezi muži a ženami se neprojeví rozdíly ani v ostatních sledovaných otázkách. Míra sebehodnocení žen a mužů byla srovnatelná ani vnímání partnerského vztahu z hlediska Sternbergovy triangulární teorie lásky nebylo ovlivněno faktorem pohlaví. Tento poznatek by mohl vést k polemice, zda jsou opravdu natolik významné rozdíly v očekávání mužů a žen od partnerského vztahu, opět je možné vzít v úvahu silné okolnosti, které v tomto případě pravděpodobně převážily vliv faktoru pohlaví. Bylo by zajímavé srovnat zjištěné hodnoty sociální opory a sebehodnocení s hodnotami osob, které zážitek rozchodu nemají (či již není aktuální) a zjištěné hodnoty ve škále lásky porovnat s hodnotami osob ve fungujících vztazích.

Vzájemná souvislost míry sociální opory se neukázala být v celém souboru respondentů příliš výrazná ($r=0,18$), největší byla ve skupině mužů ($r=0,33$), nejmenší ve skupině žen ($r=0,13$). Je možné, že sociální opora má u mužů a žen jiný účinek. Vysvětlením může být to, že ženy reagují citlivěji na vlivy svého sociálního okolí a v důsledku toho jsou citlivější i vůči negativním dopadům, které může sociální opora mít. Větší míra sociální opory může u žen snáze vést k oslabení pocitu kompetence i snížení sebehodnocení. Ve výsledcích výzkumu se sice neobjevila negativní korelace sociální opory a sebehodnocení, rozdíl mezi muži a ženami z hlediska vnímání negativního dopadu sociální opory by však jistě bylo dobré blíže prozkoumat.

Skupina opouštěných a opouštějících osob

Výrazné rozdíly byly zjištěny mezi skupinou opouštějících a opuštěných osob. Největší rozdíl mezi těmito skupinami se projevil ve složce lásky zvané „oddanost“. Jelikož tato složka zahrnuje rozhodnutí zůstat ve vztahu, je pochopitelné, že skupina osob, která se později rozhodla vztah ukončit, vykazuje v této škále nižší hodnoty než skupina osob, z jejichž strany rozhodnutí nevzešlo. Statisticky významný rozdíl byl zjištěn také ve složce

„vášeň“, opouštějící dosahovali v této škále signifikantně nižších hodnot. Zdá se, že u partnerů, kteří se chystají ze vztahu odejít, klesá hladina vášnivosti, již nechápou svůj vztah osudově, nejsou svým partnerem fascinováni neidealizují si jej. U partnerů, kteří odejít nechtějí vášnivá složka lásky klesá pozvolněji. Složka lásky „důvěrnost“ se ukázala být nejvíce stabilní, dosahuje u všech sledovaných skupin nejvyšších hodnot a zdá se, že v určité míře přetrvává i když se jeden z partnerů rozhoduje druhého opustit. Je možné, že složka „důvěrnost“ zahrnuje jakousi základní úctu k člověku, umožňuje partnerům vážit si partnera a ocenit jeho význam pro svůj život i když chtějí milostný vztah ukončit.

Další výrazný rozdíl mezi skupinami opouštějících a opouštěných se objevil ve škále sebehodnocení. To by mohlo znamenat, že skupina opouštěných je rozchodem více zasažena, může jej vnímat jako selhání sebe sama a tím se snižuje pocit vlastní hodnoty. Opouštěný partner ztrácí spolu se vztahem významnou část dosavadního potvrzení svého sebepojetí. Na rozdíl od partnera opouštějícího má opouštěný partner zpravidla méně nebo žádný prostor k rozhodování a možnosti situaci změnit či ovlivnit. Tento poznatek koresponduje s teoriemi zdůrazňujícími důležitost pocitu kontroly dění, který bývá u opouštěných osob velmi oslaben. Dalším negativním faktorem je to, že opouštěný má také méně času se na změnu připravit a bývá zaskočen, zatímco iniciátor rozchodu často promýšlí rozhodnutí delší dobu předem a emocionálně se odpoutává od nicnetušícího partnera.

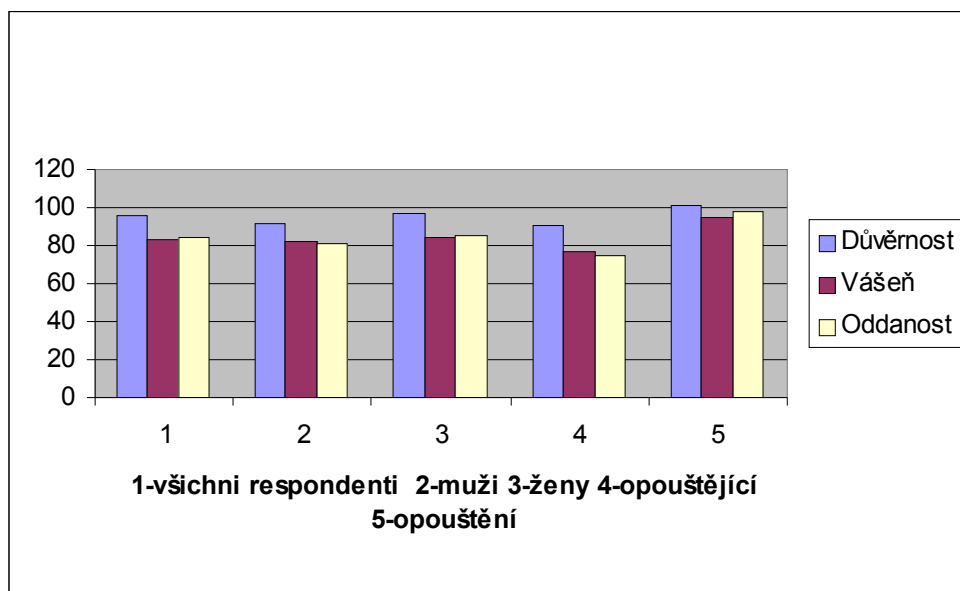
Jinou možností, jak výsledky interpretovat je zaměnit příčinu za následek. Můžeme pak uvažovat o tom, že lidé s vyšším sebehodnocením se spíše rozhodnou odejít z neuspokojivého vztahu než lidé s nižším sebehodnocením. Toto vysvětlení má však slabá místa. Rozhod nelze brát (až na výjimky) jako adaptivní řešení problémů ve vztahu a pokud pokládáme zvýšené sebehodnocení za osobnostní charakteristiku napomáhající užití adaptivních copingových strategií, dá se předpokládat, že člověk s vyšším sebehodnocením tohoto způsobu řešení spíše nevyužije.

Jako statisticky významný trend lze hodnotit vyšší míru vnímané sociální opory u skupiny opouštěných osob. To odpovídá teoriím o nárazníkovém vlivu sociální opory – působí a je nejvíce vnímána v době zvýšené zátěže či ohrožení. Chápeme-li partnerský rozchod jako větší zátěž pro opouštěného partnera (což by teoreticky potvrzovalo výzkumné zjištění týkající se nižšího sebehodnocení opouštěných partnerů), mohli bychom očekávat, že se u něj objeví větší potřeba sociální opory a zároveň větší ochota sociálního okolí tuto pomoc poskytnout.

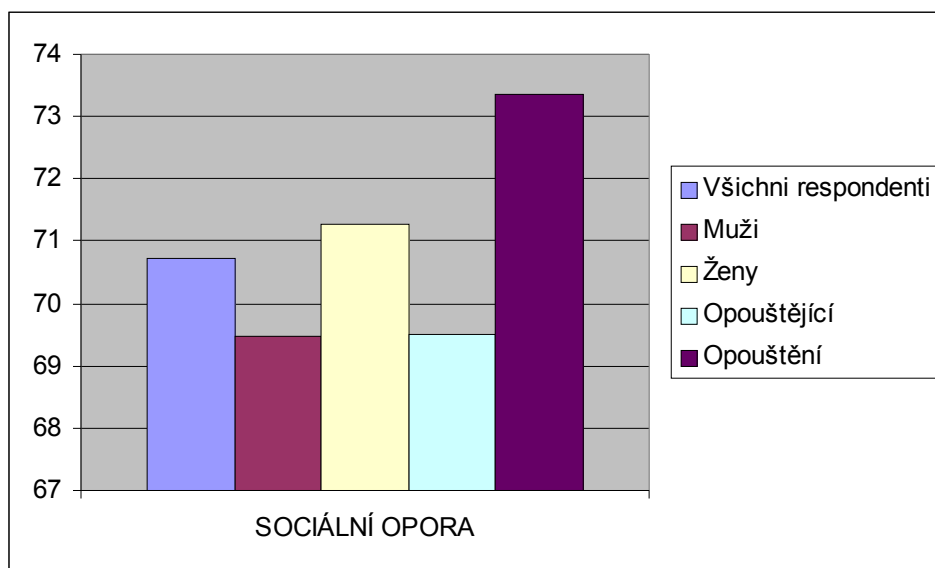
Poznatky o úskalích vyhledávání a poskytování přiměřené sociální opory nám nedovolují tvrdit, že v případě zvýšené psychosociální zátěže a jejího dopadu na opouštěného partnera se automaticky zvyšuje míra poskytované či vnímané sociální opory. V tomto procesu hraje roli více faktorů a z výsledků výzkumu neplyne jednoznačný závěr. Zde by byl na místě dlouhodobější výzkum s větším počtem respondentů, u kterých by byla míra vnímané sociální opory zjišťována opakovaným šetřením. Je důležité podotknout, že i pro opouštějící může být situace rozchodu velmi zátěžová a jejich potřeba sociální opory se také může zvýšit (zvláště pokud většina společných známých utěšuje „ublíženého“ opouštěného, případně pokud se objeví pocity viny).

Jistě by bylo přínosné rozšířit vzorek šetření a porovnávat skupiny vzniklé kombinací nezávisle proměnných i vzájemný vliv těchto proměnných, vzít v úvahu faktor délky vztahu a věku respondentů.

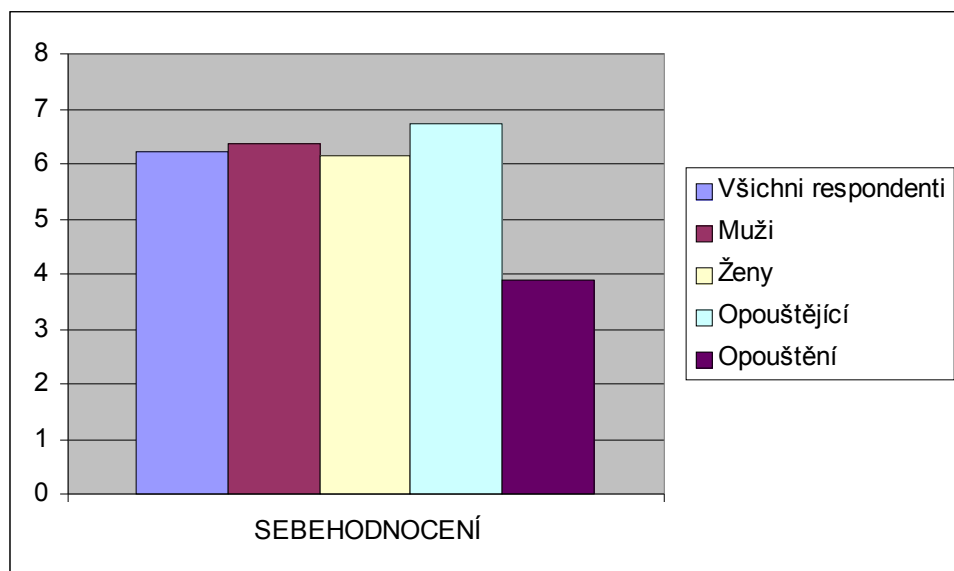
Obr.1 Zastoupení tří složek lásky ve všech sledovaných skupinách



Obr.2 Skóre sociální opory u všech sledovaných skupin



Obr.3 Skóre sebehodnocení u všech sledovaných skupin



BRZKOVSKÁ, Jana. Zvládání rozchodu – rozdíly mezi muži a ženami, opouštěnými a opouštějícími.

In HELLER, Daniel; PROCHÁZKOVÁ, Jana; SOBOTKOVÁ, Irena (ed.). *Psychologické dny 2004 : Svět žen a svět mužů : polarita a vzájemné obohacování : sborník příspěvků z konference Psychologické dny, Olomouc 2004*. Olomouc : Universita Palackého v Olomouci, 2005. Acta Universitatis Palackianae Olomucensis. Facultas Philosophica, Psychologica 35 - suppl. Plný text příspěvku o rozsahu 6 s. je dostupný na přiloženém CD-ROM. ISBN 80-244-1059-1.