

PROČ SE ROZVÁDÍME? OD MANŽELSTVÍ CHCEME PŘÍLIŠ.

PSYCHOLOGIE | DNES

únor 2012

číslo 2, 18. ročník
cena 53 Kč, 2,62 €

vydává Portal, s. r. o.

Gayové a jejich
životní hodnoty

Kluby pro tloušťky:

**Hubeným
vstup zakázán!**

Umíte **se vyrovnat
se vztekem?**

**SVATBA:
konec
romantiky?**

8 / Rozhovor /

**Guru koučování
John Whitmore:
Znalosti se dnes
přeceňují**

26 / Životní styl /

**Reportáž
24 hodin
v českém Vietnamu**

48 / Terapie /

**Eva Hauserová
hovoří o vlivu
tvůrčího psaní
na stav duše.**



Zvyšte romantiku svého vztahu: bavte se ve čtyřech!

Partnerské vztahy jsou často v začátcích vnímány jako příjemné, zábavné, nebo dokonce i vzrušující. Časem se ale mohou změnit v rutinu, která s sebou přináší nudu. A protože nuda ve vztahu bývá jedním z důvodů hledání mimomanželského rozptýlení, nebo rovnou rozchodu, hledají i psychologové odpověď na otázku, jak rozptýlit partnerský stereotyp, oživit komunikaci, zpestřit sexuální život...



běžného života, což byla témata, která neobsahovala emoce.

„V této studii jsme objevili, že párům, které byly přinuceny k přátelství tím, že byly zkrátka do skupiny přiřazeny bez možnosti výběru, byly pocitově bližší ty páry, se kterými se mohly vzájemně ovlivňovat, a byla zde větší pravděpodobnost, že se tyto páry v následujícím měsíci znovu společně, tentokrát doopravdy dobrovolně sejdou i v reálném životě,“ uvádí Slatcher. „Dozvěděli jsme se také, že právě tyto páry zároveň cítily, že toto nové přátelství způsobilo jakési znovu přeskocení jiskry v jejich vlastním vztahu, a díky tomu se se svým partnerem cítily opět bližší.“

Páry ve skupině s vysoce zajímavými a diskutabilními tématy popisovaly – oproti párům, jimž bylo ve skupině dáno konverzovat o záležitostech každodenního života – nárůst kladných pocitů po intenzivní diskusi. Pocitovaly také, že interakce během diskuse pro ně byla nová, neotřelá, a díky této situaci se o svém životním partnerovi dozvěděly i nové věci, poznaly ho za jiné situace, kdy se projevil tak, jak za běžných okolností ne. Partneri to velmi oceňovali, protože si byli vědomi, že k diskusi o předložených tématech s cizími lidmi by za normálních okolností nikdy nedošlo.

Navíc třetina párů ze skupiny s atraktivními diskusními tématy kontaktovala jiné páry, které během studie potkala, zatímco ze skupiny párů s neatraktivními tématy neinicioval další setkání s jiným párem nikdo.

„Tato studie nasvědčuje tomu, že jestliže váš romantický partnerský vztah stagnuje a necítíte se v něm spokojení, zábava s jiným párem může vašemu vlastnímu vztahu prospět a pomoci tyto potíže vyřešit,“ konstatuje psycholog Robert Slatcher.

Šárka Kubcová

Studie Wayne State University odhalila, že páry, které spolu jsou již delší dobu a svůj společenský život sdílejí ještě s jinými páry, mají mnohem šťastnější a spokojenější dlouhodobý romantický vztah. Richard B. Slatcher, odborný asistent psychologie na Wayne State University, jenž se specializuje na sociální psychologii a na psychologii zdraví, ve svém nedávném výzkumu naznačuje, že kvalitní, smysluplné trávení volného času s jinými páry může být způsobem, jak významně zvýšit kvalitu vztahů mezi partnery, kteří žijí v dlouhotrvajícím partnerském vztahu.

Jeho studie nazvaná „Když Harry a Sally potkali Dicka a Jane“ (When Harry and Sally met Dick and Jane: Experimentally creating closeness between couples), která byla publikovaná v časopise Personal Relationships, zkoumala v řízených laboratorních podmínkách 60 párů, které žijí v dlouhotrvajících vztazích. Cílem zkoumání bylo lépe porozumět procesu, jak jsou utvářena a na základě čeho vznikají přátelství mezi dvěma páry, a následně se dozvědět, jak tato přátelství ovlivňují jednotlivé vztahy mezi partnery v každém páru.

Každý pár, který se účastnil experimentu, byl dán do dvojice s jiným párem a byl jim přiřazen soubor otázek, o kterých měly v rámci své skupiny diskutovat. Polovina skupin, vytvořených ze dvou párů, obdržela vysoce atraktivní témata, která již svou podstatou byla přeuročena podnítit zaujatou a vášnivou diskusi. Zatímco druhá polovina skupin měla diskutovat o činnostech každodenního

Literatura:

Slatcher, R. B. (2010): When Harry and Sally met Dick and Jane: Creating closeness between couples. Personal Relationships, 17 (2): 279 <http://www.sciencedaily.com/>