



Masarykova univerzita
Fakulta sociálních studií
Katedra psychologie

Diplomová práce

obor Psychologie

Pět jazyků lásky, aneb strategie vztahové údržby

Vypracovala: Bc. Lenka Bobáková

Vedoucí práce: doc. Mgr. Lenka Lacinová, Ph.D.

Brno

2013

„Prohlašuji, že jsem práci vypracovala samostatně pouze s využitím informačních zdrojů uvedených v seznamu literatury.“

V Brně dne 19. 12. 2013

Bc. Lenka Bobáková

Na tomto místě bych chtěla poděkovat především vedoucí mé diplomové práce doc. Mgr. Lence Lacinové, Ph.D. za laskavé vedení práce, cenné rady, ochotu a čas, který mi věnovala.

Obsah

I. ÚVOD	- 7 -
II. TEORETICKÁ ČÁST	- 9 -
1. LÁSKA A PARTNERSKÉ VZTAHY	- 9 -
1.1 VYMEZENÍ LÁSKY	- 9 -
1.2 TEORETICKÉ PŘÍSTUPY K ROMANTICKÉ LÁSCĚ	- 10 -
1.2.1 <i>Triangulární teorie lásky R. Sternberga</i>	- 10 -
1.3 PARTNERSKÉ VZTAHY	- 12 -
1.3.1 <i>Komunikace v partnerských vztazích</i>	- 12 -
1.3.2 <i>Spokojenost (satisfaction) v partnerském vztahu</i>	- 14 -
2. VZTAHOVÁ ÚDRŽBA (RELATIONAL MAINTENANCE)	- 15 -
2.1 VZNIK POJMU „VZTAHOVÁ ÚDRŽBA“	- 15 -
2.2 DEFINICE A VYMEZENÍ POJMU VZTAHOVÁ ÚDRŽBA	- 16 -
2.2.1 <i>Vztahová údržba jako proces zachování existence vztahu</i>	- 17 -
2.2.2 <i>Vztahová údržba jako proces zachování existence vztahu v určitém stavu/ve stabilním stavu</i> -	17 -
2.2.3 <i>Vztahová údržba jako proces zachování partnerského vztahu v uspokojivém stavu</i>	- 18 -
2.2.4 <i>Vztahová údržba jako proces vedoucí k nápravě vztahu/k dobrému stavu</i>	- 19 -
2.3 TEORETICKÉ KONCEPTY, ZE KTERÝCH VZTAHOVÁ ÚDRŽBA VYCHÁZÍ	- 19 -
2.3.1 <i>Teorie sociální směny (social exchange theory)</i>	- 19 -
2.3.2 <i>Teorie vzájemné závislosti (interdependence theory)</i>	- 20 -
2.3.3 <i>Teorie rovnosti (equity theory)</i>	- 21 -
2.3.4 <i>Dialektická teorie (dialectics theory)</i>	- 22 -
2.4 RUTINNÍ A STRATEGICKÉ CHOVÁNÍ VZTAHOVÉ ÚDRŽBY	- 22 -
2.4.1 <i>Strategie vztahové údržby dle Ayrese (1983)</i>	- 24 -
2.4.2 <i>Strategie vztahové údržby dle Dindiaové a Baxterové (1987)</i>	- 24 -
2.4.3 <i>Strategie vztahové údržby dle Bella, Dalyho a Gonzalesové (1987)</i>	- 25 -
2.4.4 <i>Strategie vztahové údržby dle Dindiaové (1989)</i>	- 26 -
2.4.5 <i>Strategie vztahové údržby dle Staffordové a Canaryho (1991)</i>	- 26 -
2.5 VYBRANÉ KORELÁTY VZTAHOVÉ ÚDRŽBY	- 27 -
2.5.1 <i>Pohlaví a gender</i>	- 28 -
2.5.2 <i>Typ vztahu</i>	- 29 -
2.5.3 <i>Délka vztahu</i>	- 30 -
2.5.4 <i>Spokojenost ve vztahu</i>	- 31 -
2.5.5 <i>Citová vazba</i>	- 32 -
3. POPULÁRNÍ KONCEPT GARYHO CHAPMANA „PĚT JAZYKŮ LÁSKY“	- 34 -
3.1 PŘEDSTAVENÍ CHAPMANOVA MODELU	- 34 -
3.2 EMPIRICKÁ ZJIŠTĚNÍ TÝKAJÍCÍ SE CHAPMANOVA MODELU	- 36 -

3.2.1 Studie Egbertové a Polkové (2006).....	- 38 -
3.2.2 Studie Goffa, Goddarda, Pointerové a Jacksona (2007)	- 39 -
3.2.3 Studie Lacinové, Michalčákové a Bouši (2009).....	- 39 -
3.2.4 Studie Polkové a Egbertové (2013).....	- 40 -
3.2.5. Další studie.....	- 41 -
4. MĚŘÍCÍ NÁSTROJE VZTAHOVÉ ÚDRŽBY.....	- 42 -
4.1 ŠKÁLA DLE TYPOLOGIE STAFFORDOVÉ A CANARYHO (1991).....	- 42 -
4.2 CHAPMANŮV „PROFIL JAZYKA LÁSKY“	- 43 -
4.3 ŠKÁLA JAZYKŮ LÁSKY EGBERTOVÉ A POLKOVÉ (2006).....	- 43 -
4.4 ŠKÁLA GOFFA A KOL. (2007)	- 44 -
III. EMPIRICKÁ ČÁST 5. VÝCHODISKA VÝZKUMU	- 45 -
6. CÍL VÝZKUMU A VÝZKUMNÉ OTÁZKY	- 46 -
6.1 ETIKA VÝZKUMU	- 47 -
7. STUDIE 1.....	- 48 -
7.1 METODA.....	- 48 -
7.1.1 Výzkumný soubor.....	- 48 -
7.1.2 Metoda sběru dat	- 48 -
7.1.3 Způsob zpracování dat.....	- 49 -
7.2 VÝSLEDKY	- 50 -
7.2.1 Kategorizace dat.....	- 50 -
7.2.2 Obsahová analýza dat.....	- 51 -
7.2.3 První verze dotazníku	- 55 -
7.3 DISKUSE	- 56 -
8. STUDIE 2.....	- 57 -
8.1 METODA.....	- 57 -
8.1.1 Výzkumný soubor.....	- 57 -
8.1.2 Metoda sběru dat	- 58 -
8.1.3 Výzkumný postup	- 58 -
8.1.4 Způsob zpracování dat.....	- 59 -
8.2 VÝSLEDKY	- 60 -
8.2.1 Vybrané položky pro jednotlivé subškály.....	- 60 -
8.2.2 Finální podoba Škály pěti jazyků lásky.....	- 62 -
8.3 DISKUSE	- 63 -
9. STUDIE 3.....	- 65 -
9.1 METODA.....	- 65 -
9.1.1 Výzkumný soubor.....	- 65 -
9.1.2 Metody sběru dat	- 66 -

9.1.3 Výzkumný postup	- 69 -
9.1.4 Způsob zpracování dat.....	- 70 -
9.2 VÝSLEDKY	- 71 -
9.2.1 Deskriptivní statistiky Škály pěti jazyků lásky.....	- 71 -
9.2.2 Korelace Škály pěti jazyků lásky s RBM (Stafford, 2010)	- 73 -
9.2.3 Proměnné ovlivňující spokojenost ve vztahu	- 74 -
9.3. DISKUSE	- 77 -
10. SOUHRNNÁ DISKUSE	- 80 -
IV. ZÁVĚR	- 82 -
V. SEZNAM POUŽITÝCH ZDROJŮ:	- 83 -
VI. PŘÍLOHY:	- 92 -

I. Úvod

Partnerské vztahy a láska obklopují každého člověka po celý jeho život. Není proto divu, že se jedná o téma populární jak v laickém prostředí, tak mezi odborníky různých disciplín. O vztazích již bylo napsáno mnoho, některé práce upadly v zapomnění, jiné se staly „návody“ jak se o své vztahy starat. Lacinová a kol. (2009) zmiňují, že lidé chtějí mít spolehlivého partnera a rady jak si ho udržet hledají u přátel, známých, nebo v médiích či populárních knihách. Jednou z takových knih je bestseller amerického psychoterapeuta Garyho Chapmana *Pět jazyků lásky* (1992; 2002), který inspiroval také vznik této práce.

V teoretické části práce je nejprve popsán koncept lásky a partnerských vztahů. Důraz je kladen na nejznámější pojetí lásky, které vytvořil Sternberg (1986). V následující části je představena vztahová údržba, která je společně s komunikací ve vztahu zkoumána až v posledních 30 letech, přičemž jsou zmíněny nejdůležitější výzkumy na poli vztahové údržby a především různé modely (Stafford & Canary, 1991; Aylor, 1983; Dindia & Baxter, 1987, atd.), které chování vztahové údržby klasifikují. Dále jsou zmíněny nejvýznamnější koreláty zkoumané ve spojitosti s udržováním vztahů, například pohlaví, gender, délka vztahu, citová vazba k partnerovi a v neposlední řadě spokojenost ve vztahu. V následující kapitole je představen model G. Chapmana „pět jazyků lásky“ a výzkumné práce, které se ho pokoušely empiricky zakotvit. Poslední část teoretických východisek je zaměřena na měření vztahové údržby, kde je představena nejznámější a nejpoužívanější škála Staffordové a Canaryho (1991; 1992) a následné pokusy o vytvoření dotazníku založeného na Chapmanově knize.

Chapmanových pět jazyků lásky zasáhlo mnoho lidí a možná i změnilo jejich manželství. Zdá se tedy, že pro širokou veřejnost je jeho model prospěšný, ale funguje skutečně? Lze Chapmanova tvrzení empiricky ověřit? Má jeho model opodstatnění na poli výzkumu partnerských vztahů? Všechny tyto otázky a úvahy předcházely vzniku předložené diplomové práce. Samozřejmě na ně nebude nalezena odpověď, ale práci lze chápat jako důležitý první krok, který by mohl inspirovat a podpořit další a další výzkumníky nejenom ke studiu Chapmanových tvrzení.

Chapmanův model byl ověřován několika empirickými studiemi. Předkládaná práce si klade za cíl navázat na předchozí výzkumy a přispět ke studiu vztahové údržby vytvořením základní verze screeningového dotazníku založeného na jeho modelu. V této práci by následně měly být zjištěny základní psychometrické vlastnosti nově vytvořené škály (*Škála pěti jazyků lásky*). Dalším cílem je tedy zjistit jaká je vnitřní konzistence *Škály pěti jazyků*

lásky a dát ji do souvislosti s již používaným měřením vztahové údržby, to znamená začít ustanovovat její validitu. Dalším dílčím cílem práce je pokusit se vysvětlit prediktory partnerské spokojenosti, především pak prozkoumat vztah mezi spokojeností ve vztahu a vlastním vykonáváním údržbového chování.

II. Teoretická část

1. Láska a partnerské vztahy

Existuje celá řada teorií předkládajících různé faktory, které mohou ovlivnit výběr partnera a zapojování lidí do partnerských vztahů, avšak láska se zdá být společným faktorem pro všechny přístupy (Veale, 2006). V této kapitole bude stručně popsáno vymezení lásky, současné teoretické přístupy k lásce a asi nejznámější teorie lásky – Sternbergova triangulární teorie. V další části bude věnována pozornost partnerským vztahům a dvěma nejdůležitějším konceptům v nich – spokojenosti a komunikaci.

1.1 Vymezení lásky

O lásce bylo napsáno mnoho v beletrii, populárně naučné i odborné literatuře. Za nejzdravější a nejméně nejšťastnější jsou považovány ty vztahy, kde mezi partnery existuje vzájemná láska a touha lásku vyjadřovat v souladu s potřebami partnera (Clark & Monin, 2006). Jak však poznamenal Willi (2006), lásku není jednoduché definovat, protože porozumění pojmu láska, stejně tak jako její prožívání, je velmi individuální. Dle Weigela a Ballard-Reischové (1999b) je láska fundamentálním prvkem v partnerském vztahu. Můžeme ji vymezit jako souhrnný dynamický systém, který se skládá z kognitivní složky, emocí a chování (Shaver & Hazan, 1988). Willi (2006) lásku vnímá jako nejdůležitější motiv, proč lidé setrvávají v partnerském vztahu. Asi nejpoužívanější je Rubinova (cit. dle Dainton, Stafford & Canary, 1994) definice, která lásku vymezuje jako mezilidský postoj, který určitým způsobem ovlivňuje myšlení, pocity a chování jedince, přičemž je podle něj tvořena třemi složkami, a to: atraktivitou (*attractivity*), péčí (*care*) a intimitou (*intimacy*). Láska bývá často popisována v souvislosti s pojmy citová vazba, závazek, blízkost, důvěra, intimita, závislost nebo atraktivita (Murstein, 1988; Sternberg, 1988).

Lidé mají potřebu udržovat dlouhodobé blízké vztahy s druhými lidmi (Canary & Stafford, 1994), například už Maslow (1987) umístil „lásku a potřebu sounáležitosti“ do středu své pyramidy potřeb, před potřebu „uznání a úcty“ a „sebeaktualizaci“. Odborníci se shodují, že lidé doopravdy považují své blízké vztahy za to nejcennější v životě, například dle teorie citové vazby je tomu tak proto, že citová vazba k partnerovi poskytuje útočiště a je pocíťována jako zdroj jistoty a bezpečí (Bowlby, 1988). Avšak Willi (2006) zdůrazňuje, že láska neslouží pouze k uspokojování potřeb, ale také k takzvané koevoluci, kterou vysvětluje jako vzájemnou podporu a vliv při rozvoji, osobním růstu a seberealizaci partnerů.

Existuje mnoho teorií, které popisují různé styly a vyjadřování lásky mezi partnery. Ačkoli tyto teorie mají různé názvy a operují s různými charakteristikami vztahu, většina z nich pracuje s pojmy vášeň, závazek a intimita (Hendrick & Hendrick, 2000; Sternberg, 1988).

1.2 Teoretické přístupy k romantické lásce

V polovině 70. let vznikla jedna z nejranějších typologií, která romantickou lásku rozděluje na vášnivou (*passionate*) a přátelskou (*companionate*) (Berscheid & Walster, 1978 cit. dle Hendrick & Hendrick, 2000). Vášnivá láska je typická pro začátek vztahu, zatímco partnerská láska je považována za klidnější, stabilnější a dlouhodobější. Na tento přístup navázal Lee (1976), který vytvořil multidimenzionální přístup, v němž identifikoval šest rovnocenných stylů lásky. Třemi základními typy jsou: *Eros*, *Ludus* a *Storge*. *Eros* je cit založený na fyzické a emoční přitažlivosti, je vášnivý, ale také romantický. Pro *Ludus* je typická hravost, soutěživost a významné místo zaujímá sex, někdy má člověk s tímto typem lásky více sexuálních partnerů najednou. *Storge* je milující láska, která může vzniknout z přátelství, vyvíjí se pomalu a často je založena na podobnosti partnerů. Kombinacemi těchto základních typů vzniká *Mania*, *Pragma*, nebo *Agape*. *Mania* (*ludic eros*) je typická svou obsesivní povahou, velkou emocionalitou, žárlivostí a majetnictvím. *Pragma* (*storgic ludus*) je zdrženlivá, pragmatická láska, která se řídí hlavou a ne srdcem. *Agape* (*storgic eros*) je nesobecká, altruistická až mateřská láska.

Lee (1976) se domnívá, že v průběhu života se mohou styly lásky různě měnit. Stejného názoru je také Sternberg (1988), jehož triangulární teorie lásky je jednou z nejznámějších teorií, proto jí bude věnována samostatná kapitola. Například Murstein (1988) se zaměřil na lásku z vývojového hlediska a popsal její tři stupně. Láska vášnivá (*passionate*) je typická pro rané období vztahu, kdy se partneři ještě tolik neznají a je charakteristická silnými emocemi a sexuální přitažlivostí. Romantická láska (*romantic*) je také typická silnými emocemi, které jsou však zaměřeny na zbožňování partnera, kdy dochází k jeho idealizaci a přehlížení nedostatků. Po svatbě, nebo v dlouhodobých vztazích se objevuje manželská láska (*conjugal*), kde převažuje důvěra a souznění nad vášní a touhou.

1.2.1 Triangulární teorie lásky R. Sternberga

Robert Sternberg (1986) ve své triangulární teorii rozdělil lásku do tří oddělených vzájemně interagujících komponent, kterými jsou intimita (*intimacy*), vášeň (*passion*) a závazek

(*commitment*). Intimita se vyznačuje pocitem blízkosti, souznění, a sdílením niterných pocitů. Do této komponenty patří také vřelé city k partnerovi, vzájemné oceňování, emoční podpora a porozumění (Kratochvíl, 2000). Díky této emoční investici do vztahu vzniká mezi partnery důvěra, kterou Sternberg (1988) považuje za klíčový prvek partnerského soužití. Komponenta vášně se týká vzájemné přitažlivosti, vzrušení a sexuální touhy. Je to silný emoční stav, který je doprovázen silnou fyziologickou aktivací a dle Sternberga (1988) v sobě zahrnuje také naplnění potřeb sebeúcty, dominance či submise a sebeaktualizace. Sternberg považuje vášně za součást lásky, někteří autoři ji však od lásky oddělují (například Hendrick & Hendrick, 2000) z toho důvodu, že je považována za velmi nestabilní. Poslední komponentou lásky je závazek. Z krátkodobé perspektivy ho můžeme vnímat jako rozhodnutí milovat druhého a z dlouhodobé jako usilování o udržení a zachování vztahu. Závazek je dle této typologie nejvíce spojený s kognitivním rozhodnutím zůstat s partnerem (Sternberg, 1988).

Každá ze složek lásky má v průběhu vztahu odlišný vývoj. Zatímco vášně vzniká velmi rychle a pak také rychle slábne (Kratochvíl, 2000) a pravděpodobně se už nikdy nevrátí na svou původní úroveň, intimita se vyvíjí postupem času, její tempo je velmi pomalé a po nějaké době se zastaví na určité ustálené úrovni (Sternberg, 1986). Závazek na počátku vztahu vůbec neexistuje a postupem času narůstá. Tato složka je stále přítomná i u dlouhodobých vztahů (Kratochvíl, 2000), přičemž míra závazku bývá často spojená s kvalitou vztahu (Sternberg, 1986).

Tyto tři komponenty mohou být dle Sternberga (1988) poskládány v různých poměrech a tím vznikne 8 druhů lásky. Prvním typem je láska čistě přátelská (*liking love*), ve které je přítomna pouze intimita. Tento typ lásky je velmi podobný blízkému a vřelému přátelskému vztahu. O zaslepené lásce (*infatuation love*) lze mluvit pokud je ve vztahu přítomna vysoká míra vášně a zcela chybí závazek i intimita. Často se jedná o lásku na první pohled, která je bláznivá, idealizuje partnera a hraničí až s posedlostí. Typické je, že rychle vzplane i ochladne. Prázdnou lásku (*empty love*) lze charakterizovat vysokou mírou závazku, avšak vášně a intimity partneri buď zatím nedosáhli, nebo se již ze vztahu vytratily. Tento typ lásky je typický pro vyhořelé, stagnující, nebo rozpadající se dlouhodobé vztahy, ve kterých už není emoční blízkost a závazek je to jediné, co partnery drží pohromadě. Romantická láska (*romantic love*) je tvořena vysokou mírou intimity a vášně, ale velmi nízkým závazkem. Tato láska je sice silná, ale má nejistou budoucnost. Příkladem jsou krátkodobé letní lásky, nebo přechodné vztahy. Dalším typem je klidná partnerská láska (*companionate love*), pro kterou je typická vysoká míra intimity i závazku, ale vášně je buď na nízké úrovni, nebo není vůbec

přítomná. Příkladem může být dlouholeté manželství, nebo také dlouhodobé intimní přátelství, ve kterém se vášně nikdy nevyskytovala. Naopak v osudové lásce (*fatuous love*) je vášně spolu se závazkem přítomná ve vysoké míře, avšak chybí intimita. Typickým příkladem jsou předčasně uzavřené sňatky, kdy lidé dělají zbrklá rozhodnutí na základě vášně. Tyto vztahy jsou často vybudovány na slabých základech, protože se v nich nestačila rozvinout intimita a po opadnutí vášně se často snižuje i závazek. Ideálním typem je láska úplná (*consummate love*), ve které jsou vyvážené všechny tři komponenty. Dle Sternberga (1986) by tohoto typu lásky chtěla dosáhnout většina lidí. Avšak on sám poznamenává, že není tak náročné této lásky dosáhnout, jako si ji udržet. Poslední typ lásky bývá někdy vynecháván, protože se v podstatě o lásku ani nejedná. Sternberg (1988) ji nazval neláska (*nonlove*) a není v ní přítomná ani jedna komponenta.

Lidé se liší v tom, jakým druhem lásky se milují, stejně tak se mohou typy lásky postupem času měnit, dle Brehmové a kol. (2002) se dané komponenty lásky vyskytují u různých lidí v různé míře a proto existuje nepočítatelné množství vzájemných interakcí komponent a úrovní. Z toho důvodu se jednotlivé typy lásky v „čisté“ podobě tak, jak je popsal Sternberg (1986), nevyskytují. Brehmová a kol. (2002) poznamenávají, že Sternbergova teorie dobře ilustruje možnost, jak lze lásku chápat.

1.3 Partnerské vztahy

Základem partnerských vztahů jsou dle Staffordové (2003) vzájemné interakce, avšak vztahy jsou z velké části udržovány v naší mysli. Lidé mají většinou představu o ideálním vztahu, která vznikla dle sociálních a kulturních norem a která se časem proměňuje. Dříve byla stabilita vztahu ovlivňována především vnějšími okolnostmi a mírou závazku, avšak dnes je klíčová spíše oddanost partnerů a vztah by měl být bezpečným místem pro vyjadřování intimních pocitů (Mashek & Aron, 2004). V literatuře je popsáno mnoho přístupů, které na partnerské vztahy pohlíží z různých perspektiv. Například Dindiaová a Canary (cit. dle Dindia, 2000) vymezují závazek, lásku a spokojenost jako základní charakteristiky vztahu. V následující části bude věnována pozornost komunikaci jako centrálnímu prvku vztahů a spokojenosti jako jedné z nejvýznamnějších charakteristik partnerských vztahů.

1.3.1 Komunikace v partnerských vztazích

Láska, partnerství, přátelství, navázání kontaktu, udržování vztahů i jejich ukončování, to vše je z velké míry založeno na komunikaci. Komunikace bývá považována za centrální prvek

vztahů a zároveň za podmínku jejich existence (Dindia, 2003; Canary & Stafford, 1994). Aby vztah mohl pokračovat, lidé spolu musí komunikovat, vztah skončí, jakmile spolu lidé přestanou jednou provždy komunikovat. To znamená, že komunikace je základní cestou vztahové údržby a vyjadřování lásky a že kvalita vztahu se odvíjí od kvality komunikace v něm (Dindia, 2003). Plaňava (2000) totéž popsal ve své komunikačně-relační hypotéze, v níž zdůrazňuje, že komunikace odráží vztahy, ale je také aktivním činitelem při vytváření vztahů, nebo při změnách ve vztazích mezi lidmi.

Burleson a kol. (2000) identifikovali dva přístupy interakcí mezi lidmi – strategickou (*strategic*) a vyplývající (*consequential*). Strategická komunikace zahrnuje produkování zpráv, které jsou určeny k dosažení cíle, nebo záměru komunikátora. Na druhé straně vyplývající komunikace znamená víc, než jenom plnění záměru. V určitém smyslu je všechna komunikace ve vztahu vyplývající, protože pomáhá vztah utvářet a strukturovat, vyjadřuje mínění o sobě, vztahu a o ostatních lidech, posiluje normy a pravidla ve vztahu a v neposlední řadě vytváří vztahové vzorce a rituály. Jinými slovy dle Woodové (2000) komunikace vytváří a udržuje vztahovou kulturu, jedinečný a soukromý svět, který si partneři pomocí komunikace vybudovali. Vyplývající komunikace napříč mnohými interakcemi narůstá a postupně vytváří sdílené kódy, normy a rutiny, které jsou charakteristické pro daný vztah. Burleson a kol. (2000) považují za užitečné nahlížet na komunikaci jako na fungování obojího, strategického i vyplývajícího přístupu.

Dle Burlesona a kol. (2000) komunikace ve všech mezilidských vztazích plní tři funkce: instrumentální (*instrumental*), funkci řízení interakce (*interaction management*) a vztahové údržby (*relational maintenance*). Instrumentální funkce zahrnuje dávání souhlasu, nebo odmítání souhlasit, žádosti, poskytování podpory, nebo pobavení. Způsob jakým je komunikováno odráží pocity mluvčího vůči druhé osobě, nebo jejich vztahu. Pod funkci řízení interakce patří takové aktivity, které pomáhají udržovat souvislou a logickou komunikaci. Patří sem vytváření informačně adekvátních zpráv, struktury konverzace, nebo například zvládání emocí. Funkce komunikace jako udržování vztahu se jeví jako smysluplná, například Staffordová a Canary (1992) vztahovou údržbu vymezují jako komunikační přístupy, které jsou používány k zachování určitých charakteristik vztahu. Chapman (2002) vztah přímo nazývá komunikací. Duck (1994) zase považuje každodenní sdílení a povídání si za základní esenci v udržování vztahu a to z několika důvodů: partneři pomocí komunikace sdílí své pocity a potřeby ve vztahu a komunikace poskytuje prostor pro reflexi, případnou změnu ve vztahu, nebo v jeho směřování do budoucna. Veale (2006) ve své disertační práci

zmiňuje, že zlepšení komunikačních dovedností mezi partnery by mělo vést k větší partnerské spokojenosti. Podobně Petersen a kol. (2008) tvrdí, že pro zdravý a šťastný vztah je pozitivní komunikace rozhodující.

1.3.2 Spokojenost (*satisfaction*) v partnerském vztahu

Spokojenost je v souvislosti s partnerskými vztahy jeden z nejčastěji zkoumaných konceptů. Lze ji vnímat jako postoj jedince k partnerovi i ke vztahu. Ve spokojenosti se odráží hodnocení vztahu jako celku a jeho vnímaná kvalita (Dainton, Stafford & Canary, 1994). Spokojenost bývá dávána do souvislosti s dalšími koncepty, například s teorií rovnosti, nebo s teorií citové vazby. Dle výzkumu Canaryho a Staffordové (1992) lidé, kteří svůj vztah hodnotí jako rovnocenný, vypovídají o vyšší míře spokojenosti. Podle Hazanové a Shavera (1994), kteří na partnerské vztahy pohlížejí v kontextu citové vazby (*attachment*), jsou lidé ve vztahu spokojeni do té míry, nakolik vztah uspokojuje jejich základní potřeby, jako jsou potřeba emoční podpory, péče, sexuálního uspokojení, jisté základny (*secure base*) a bezpečného přístavu (*safe haven*). Za klíčovou charakteristiku ve vztahu, která souvisí jak se spokojeností ve vztahu, tak i se setrváním v něm, považují důvěru (*trust*) v to, že partner dokáže uspokojit naše potřeby. Mnoho studií (např. Mikulincer & Shaver, 2007) se zabývalo vlivem typu citové vazby na partnerskou spokojenost. Výsledky konzistentně ukazují, že lidé s jistou citovou vazbou (*secure attachment*) udávají vyšší stupeň partnerské spokojenosti, než lidé s úzkostnou nebo vyhýbavou vazbou.

Clarková a Moninová (2006) také zdůrazňují důležitost důvěry pro spokojenost v partnerství. Vztahy jsou dle autorek šťastnější a spokojenější, pokud v nich partneři vykonávají činnosti, za které nic neočekávají zpátky (altruistické chování) a také pokud si partneři uvědomují, že jsou svým protějškem milováni. Murrayová a kol. (1996) ve svém výzkumu zjistili, že lidé jsou ve vztahu šťastnější, pokud vidí v partnerovi ctnosti, o kterých on sám neví a také pokud jejich partner vidí to nejlepší v nich. Z jejich výzkumu vyplývá, že idealizace partnera je důležitou součástí vztahu a dále že idealizace vede k větší spokojenosti ve vztahu, stejně tak jako spokojenost vede k větší idealizaci. Bezpodmínečný obdiv může být základem spokojenosti ve vztahu, ale také může ujišťovat člověka o tom, že o něj jeho partner ještě stojí (Reis & Shaver, 1988 cit dle Murray et al., 1996).

2. Vztahová údržba (*relational maintenance*)

Odborníci zkoumající mezilidské vztahy se dlouhou dobu zabývali tématy jako je výběr partnera, vytváření a ukončování vztahů, téměř jakoby mezi nimi neexistovalo nic dalšího (Reis & Rusbult, 2004). Pravdou však je, že lidé touží mít dlouhodobé a uspokojivé vztahy (Canary & Stafford, 1994) a ačkoli hodnota manželství oproti jiným alternativním formám soužití klesá, hodnota mít spolehlivého životního partnera je důležitá, a to bez ohledu na věk (Kuchařová, 2001). Většina lidí hledá ve vztahu spokojenost (*satisfaction*), zalíbení (*liking*) a závazek (*commitment*), ale z vysoké míry rozvodovosti plyne, že ne vždy jsou jejich touhy naplněny. To vede k myšlence, že vztahy se jenom tak samovolně „nedějí“ a aby v nich mohlo být dosaženo spokojenosti a stability, musí být opečovávány a udržovány (Malinen et al., 2011). Nejvíce úsilí stojí právě udržování vztahů (Canary & Stafford, 1994) a lidé stráví mnohem více času udržováním blízkých vztahů, než jejich iniciací, nebo ukončováním (Duck, 1986).

Termín vztahová údržba (*relational maintenance*) začali výzkumníci explicitně používat až v posledních 30 letech (Dindia, 2003) a v současné době se jedná o jedno z hlavních výzkumných témat na poli mezilidských a romantických vztahů (Stafford, 2010). Pod tímto termínem si můžeme představit aktivity, s jejichž pomocí lidé zachovávají, ochraňují a zvyšují zdraví svých vztahů (Reis & Rusbult, 2004). Je tedy jasné, že partneři musí investovat čas a úsilí k tomu, aby udrželi vztah funkční a spokojený. Bez takového úsilí má vztah tendenci upadat (Canary & Dainton, 2003) a nezáleží na tom, o jaký typ vztahu se jedná. Chování údržbového charakteru bylo zjištěno i mezi sourozenci, příbuznými, přáteli, nebo kolegy (Canary, Stafford, Hause & Wallace, 1993).

2.1 Vznik pojmu „vztahová údržba“

Na tomto místě je důležité zmínit, jak vznikl český překlad pojmu *relational maintenance*. V České republice se jedná o pojem relativně nový a zabývalo se jím pouze několik výzkumů, proto jeho překlad není ještě zcela ustálen. Téma vztahů samozřejmě u nás není novinkou, například Plzák (1998), Kratochvíl (2000), Plaňava (2000) a Šmolka (2004), vycházeli ze své praxe manželských poradců a téma psychologie vztahů značně popularizovali, nevěnovali se však výzkumu ani tématu vztahové údržby jako takovému.

Termín *relationship maintenance* u nás poprvé použil ve své disertační práci Skočovský (2007), který pro něj použil překlad „procesy vztahové údržby“. Zkrácenou

podobu tohoto termínu, tedy „vztahová údržba“, a vlastně doslovný překlad termínu *relational maintenance*, ve své práci použili Lacinová, Michalčáková & Bouša (2009). Ostatními diskutovanými možnostmi byly např.: udržování vztahu, péče a práce na vztahu, aktivní budování vztahu, nebo jednání udržující vztah. Ty však odpovídají pouze některému aspektu významu slov *relational maintenance*, nebo se už svou konotací přibližují k určitému teoretickému vymezení pojmu (Lacinová, Michalčáková & Bouša, 2009). Slovní spojení vztahová údržba evokuje zaměření spíše technického rázu a sami autoři polemizují o jeho vhodnosti, avšak termín odkazuje na výše zmiňovanou nutnost na vztahu aktivně pracovat, pečovat o něj a udržovat ho. V současné době začíná být termín vztahová údržba na poli výzkumů vztahů častěji používán – viz diplomové práce studentek psychologie (např. Kodytková, 2009, Andělová, 2011, Zítková, 2012). Setkat se s ním můžeme také v populárně naučné knize Tomáše Nováka z roku 2013: *Pozitivně na manželství*. Svě místo si pojem vztahová údržba našel především kvůli přesnosti s jakou vystihuje anglický termín *relational maintenance*.

2.2 Definice a vymezení pojmu vztahová údržba

Jako první pojem použili Canary a Staffordová (1991), kteří definují chování vztahové údržby jako: „*akce a činnosti používané k udržování požadovaných charakteristik vztahu*“ (Canary & Stafford, 1994, s. 6), přičemž mezi požadované vlastnosti vztahu řadí kontrolovanou vzájemnost (*control mutuality*), důvěru (*trust*) a zalíbení (*liking*), které považují za univerzální pro všechny typy vztahů. Pro romantické vztahy pak ještě přidávají charakteristiku závazek (*commitment*) (Canary & Stafford, 1991). K základním charakteristikám vztahu (spokojenost, závazek, láska a zalíbení) se vyjadřuje i Staffordová (2010), dle které je primární funkcí vztahové údržby právě zachování těchto charakteristik.

Canary a Staffordová (1994) také mluví o aktivitách, které partneři vykonávají k opravě, údržbě a tím k pokračování vztahu způsobem, jakým oba chtějí. Dodávají, že vztahová údržba provází vztah od vzniku až po ukončení a může znamenat buď určitý stav ve vývoji vztahu, nebo dynamický proces péče o vztah. Údržba vztahu může být vnímána jako základní lidský cíl, protože většina lidí touží po dlouhotrvajících, stabilních a spokojených vztazích.

Dindiaová a Canary (cit. dle Dindia, 2000; 2003) vymezili pojem vztahová údržba velmi podobně: jako chování ve vztahu, které partneři používají za účelem zachování určitého

stavu, nebo charakteristik vztahu. Jako nejvýznamnější charakteristiku uvádí většina výzkumů spokojenost, ale stejně tak důležité jsou i závazek, láska a důvěra (Dindia, 2000). Dindiaová (2003) dodává, že teorie vztahové údržby vysvětluje jakým způsobem partneři udržují své vztahy na uspokojivé úrovni v rovnováze a stabilitě, a to během dobrých i špatných časů, přičemž dle Ayrese (1983) je kvalita a povaha vztahu ovlivněna typem údržbového chování (*maintenance behaviors*), které jeden, nebo oba partneři vykonávají. Canary a Daintonová (2003) se zaměřují na procesy komunikace, které lidé používají ve svých vztazích, aby je udrželi stabilní a uspokojivé. Podobně Canary, Staffordová a Semic (2002) definovali vztahovou údržbu jako způsoby komunikace, které lidé užívají, aby vylepšili své vztahové charakteristiky. Význam komunikace pro fungování vztahu byl popsán v kapitole 1.3.1.

Z textu vyplývá, že neexistuje jednotné vymezení pojmu vztahová údržba a dle Canaryho a Staffordové (1994) by koncepty neměly být sjednocovány, protože právě jejich variabilita zvyšuje znalosti a porozumění tématu vztahové údržby. Dindiaová a Canary (1993) vypracovali čtyři různé definice vztahové údržby, které se v literatuře objevují nejčastěji (cit. dle Dindia 2000; 2003; Stafford, 2010; Lacinová, Michalčáková & Bouša, 2009).

2.2.1 Vztahová údržba jako proces zachování existence vztahu ¹

(to keep a relationship in existence)

Toto základní pojetí vztahové údržby odkazuje na různé chování partnerů ve snaze zůstat spolu (Canary & Zelle, 2003). Definice říká, že díky vztahové údržbě vztah pokračuje a snižuje se pravděpodobnost jeho ukončení (Dindia, 2003). Vztah se může různými způsoby měnit – zlepšovat i zhoršovat, důležité je pouze to, zda existuje (Dindia, 2000). Jedná se o nejjednodušší vymezení vztahové údržby, ze kterého vychází další koncepty.

2.2.2 Vztahová údržba jako proces zachování existence vztahu v určitém stavu/ve stabilním stavu

(to keep a relationship in a specified state or condition/in a stable state)

Tato definice v sobě obsahuje předchozí pojetí, přidává však podobu toho, jak má vztah vypadat. Patří se například definice Dindiaové (2000) a Canaryho a Staffordové (1991). Pouhá existence nestačí, vztah musí být udržován stabilně a v určité kvalitě (Canary & Zelle, 2003). To znamená, že je důležité udržovat jeho základní charakteristiky vyrovnané na určité

¹ Český překlad definic vztahové údržby je inspirován prací Lacinové, Michalčákové a Bouši (2009)

stabilní úrovni (Dindia, 2003). Partneri například dosáhnou nějakého stupně intimity, ať nízké či vysoké (Dindia, 2000), a snaží se o setrvání v tomto stavu, přičemž změny nejsou příliš žádoucí (Canary & Zelle, 2003). Pro většinu lidí udržování vztahu znamená udržování jeho základních dimenzí, jako je blízkost (*closeness*), důvěra (*trust*), závazek (*commitment*) a zalíbení (*liking*). Selhání právě v těchto dimenzích znamená selhání vztahové údržby (Dindia, 2003).

Toto pojetí však nepředpokládá, že vztah je statický, naopak se jedná o přizpůsobující se systém, který se mění podle tlaků, které na něj působí (Montgomery, 1993 cit. dle Dindia, 2003). Wilmot (1981 cit. dle Dindia, 2003) poznamenal, že i ve stabilním vztahu probíhají neustálé změny. Údržba vztahu ve stabilním stavu blízce souvisí s dialektickou perspektivou popsanou v kapitole 2.3.4. Z tohoto pojetí vztahové údržby vycházel také Ayres (1983), který ve své práci popsal vyvažovací strategie, které lidé užívají k tomu, aby udrželi své vztahy stabilní. Stabilita by měla být udržena i přes změny, které provází nezbytnou adaptaci na nové podmínky (Canary & Zelle, 2003).

2.2.3 Vztahová údržba jako proces zachování partnerského vztahu v uspokojivém stavu

(to keep relationship in a satisfactory condition)

Pohled na vztahovou údržbu jako na zachovávání spokojeného vztahu se může na první pohled řadit pod předchozí pojetí, protože spokojenost ve vztahu je považována za základní vztahovou charakteristiku. Dindiaová (2000) však upozorňuje, že tyto definice by měly být odděleny, protože spokojenost ve vztahu nesouvisí s ostatními charakteristikami vztahu – vztah může být uspokojivý na jakékoli úrovni intimity, závazku, či důvěrnosti a v pojetí spokojenosti se neodmyslitelně promítá hodnocení, zatímco ostatní dimenze vztahu hodnotící nejsou. Spokojenost ve vztahu je nejpoužívanější konceptuální a operativní definicí vztahové údržby, ačkoli Dindiaová (2003) upozorňuje, že spokojenost a vztahová údržba není totéž. Spokojenost může vést k dalšímu trvání vztahu, ale vztahy, které jsou udržovány v existenci a fungují, nemusí být nutně spokojené. Staffordová a Canary (1991) vymezili vztahovou údržbu jako úsilí, které je potřeba vynaložit k udržování spokojeného vztahu pro oba partnery.

2.2.4 Vztahová údržba jako proces vedoucí k nápravě vztahu/k dobrému stavu

(to keep relationship in repair/good working condition)

Toto pojetí má dvě podoby – je zaměřeno na prevenci úpadku vztahu, nebo na strategie, které slouží k nápravě vztahu po poškození (Dindia, 2000). Jinými slovy se jedná o způsoby, kterými lidé překonávají úpadek ve vztahu (Canary & Zelle, 2003). Toto je blízké pojetí Ducka (1986), který chápe vztahovou údržbu jako jednání, jež má pomoci napravit krizi procházející, nebo poničený vztah. Roloff a Clovenová (1994) zase vztahovou údržbu definují jako individuální nebo společné postoje, pomocí kterých se partneři pokouší zabránit ohrožení vztahu, ať ohrožení pramení z minulých, nebo současných konfliktů.

Vztahová údržba je složitý dynamický proces, který obsahuje kognitivní, emocionální a behaviorální složky, tudíž není překvapivé, že všechny její definice jsou provázané a že je autoři často kombinují. Žádné z uvedených pojetí není ostatním nadřazené, avšak Dindiaová (2000; 2003) upozorňuje, že je vždy důležité vymezit, ke kterému pojetí se autor dané práce přiklání.

2.3 Teoretické koncepty, ze kterých vztahová údržba vychází

Koncept vztahové údržby je úzce spojen se sociální psychologií, přičemž komunikace ve vztahu je považována za esenciální prvek (Dindia, 2003). Velké množství výzkumů v oblasti vztahové údržby je primárně ateoretických, ale mnoho jich také implicitně nebo explicitně vychází z nějaké teoretické perspektivy. V této kapitole bude představena teorie sociální směny a na ní navazující teorie vzájemné závislosti a teorie rovnosti. Dále zde bude věnována pozornost dialektické teorii jako zcela odlišnému konceptu.

2.3.1 Teorie sociální směny (*social exchange theory*)

Teorie sociální směny přirovnává mezilidské vztahy k ekonomickým principům. Podle ní vztahy fungují na principů zisků (*rewards*) a ztrát, neboli investic (*costs*), přičemž lidé chtějí co nejvíce snížit investice a zvýšit zisky (Thibaut & Kelley, 1959). Do kontextu vztahové údržby tuto teorii uvedli Staffordová a Canary (1991; 1992). Vztahová údržba je v tomto pojetí komunikační chování, kde ziskem je míra uspokojení potřeb jedince nebo prospěch, který ze vztahu plyne. Za ztrátu je považováno úsilí, které je potřeba vynaložit, negativní emoce a další obtíže, ke kterým dochází při udržování vztahu. Jinými slovy jako ztrátu lze chápat vlastní a jako zisk partnerovo údržbové chování (Canary & Stafford, 1992).

Na podobu vztahu však nemá vliv pouze poměr mezi zisky a ztrátami, ale také poměr mezi aktuálním stavem a takzvanou úrovní očekávání (*comparison level*), což jsou zisky, které lidé od vztahu očekávají. Tato úroveň je ovlivněna výchovou, socializací a předchozími zkušenostmi. Pokud je úroveň zisků shodná, nebo vyšší než úroveň očekávání, je jedinec ve vztahu spokojený, avšak ani to nezaručuje partnerskou stabilitu, protože ta je dle teorie sociální směny ovlivněna také porovnáváním vztahu s dalšími alternativami, takzvanou úrovní srovnání s alternativami (*comparison level for alternatives*). Pokud současný vztah vyrovná, nebo předčí alternativy, pak lze mluvit o jeho stabilitě (Dainton, 2000).

Z teorie sociální směny vychází mnoho výzkumných prací týkajících se vztahové údržby (např. Dainton, 2000; Canary & Stafford, 1992; Rusbult, Drigotas & Verette, 1994). Dle Staffordové a Canaryho (2006) dokonce teorie sociální směny ve výzkumu vztahové údržby převažuje. Z této teorie dále vychází teorie vzájemné závislosti a teorie rovnosti, které považují model investic a zisků za základní předpoklad vztahové údržby.

2.3.2 Teorie vzájemné závislosti (*interdependence theory*)

Teorie vzájemné závislosti, kterou jako první představili Thibaut a Kelley (1959), dává do popředí vzájemné interakce mezi partnery, jejich chování, prožívání a očekávání. Klíčovými pojmy teorie jsou: úroveň spokojenosti (*satisfaction level*) a míra závislosti (*dependence level*). Úroveň spokojenosti ukazuje, jak moc vztah uspokojuje potřeby jedince a míra závislosti, jak moc člověk potřebuje vztah k uspokojení svých potřeb, nebo ke své celkové pohodě (*well being*) (Thibaut & Kelley, 1959). Základní myšlenkou je, že pokud se lidé více zapojí do vztahu, jsou na něm více závislí. Tato závislost je propojena se spokojeností a závazkem. Čím větší je spokojenost a závazek ve vztahu, tím pravděpodobnější je provztahové chování (tedy údržbové chování) (Rusbult et al., 1994).

Z této teorie vychází Rusbultová (Rusbult et al., 1994; Reis & Rusbult, 2004) v modelu, který nazvala investiční (*investment model*). V jejím modelu je důležitým prvkem pocíťovaná míra závazku (*commitment*), která ukazuje na ochotu jedince zůstat ve vztahu a jejíž úroveň je ovlivňována třemi prvky: spokojeností se vztahem (ta je dána poměrem zisků a ztrát), vnímanou dostupností a kvalitou alternativ a velikostí investic do vztahu. Tyto tři elementy mají vliv na závazek, ale i na podobu a délku vztahu. Pokud jedinec silně pocíťuje závazek ve vztahu, s větší pravděpodobností se zapojí do údržbového chování (např. vědomé přinášení obětí, přizpůsobování se, nebo znehodnocování alternativ) a to i přes to, že takové chování je nevýhodné, namáhavé, nebo není v souladu se zájmy jedince. Mnoho autorů předpokládá, že

lidé ve vztahu zůstávají, protože jsou v něm spokojeni (např. Berscheid & Reis, 1998 cit. dle Canary & Stafford, 1994). Investiční model předpokládá, že spokojenost není dostatečným důvodem k setrvání ve vztahu, ale že základem vztahu je závislost. Lidé se na vztahu stávají závislími, pokud jsou v něm spokojeni, pokud vztah naplňuje jejich nejdůležitější potřeby, pokud do vztahu hodně investovali, nebo pokud nemají žádné vhodné alternativy (Rusbult et al., 1994).

Dle Daintonové (2000) je teorie vzájemné závislosti nejlepším konceptuálním rámcem pro pochopení mezilidských vztahů, nejenom těch romantických, protože vysvětluje setrvávání lidí ve vztazích, ve kterých nejsou spokojeni. Lidé, kteří do vztahu hodně investovali, nebo nemají dostatek jiných alternativ, v něm s větší pravděpodobností setrvávají. Také empirická literatura podporuje investiční model, například Reis a Rusbultová (2004) zjistili, že závazek je pozitivně spojen se spokojeností ve vztahu a s velikostí investic a negativně s kvalitou alternativ. Závazek se v jejich výzkumu ukázal jako nejsilnější prediktor pro setrvání ve vztahu, a to napříč různými typy vztahů i kulturami. Avšak neplatí pouze to, že lidé s vysokou mírou závazku se zapojují do údržbového chování, ale také to, že vztahová údržba zvyšuje závazek (Canary & Zelle, 2003).

2.3.3 Teorie rovnosti (equity theory)

Teorie rovnosti zdůrazňuje důležitost toho, aby investice a zisky byly rovnocenné. Pokud jsou investice do vztahu vyšší než zisky, lidé se cítí podceňováni (*underbenefitted*), pokud tomu bude naopak, cítí se přeceňováni (*overbenefitted*). Při obou těchto stavech je vztah vnímán jako nespravedlivý, což bývá příčinou nespokojenosti a snahy rovnost obnovit a udržet (např. Hatfield & Traupmann 1980; Canary & Stafford, 1994; Stafford & Canary, 2006). Dle teorie rovnosti tedy nespokojenost lidí ve vztahu způsobuje jak pocit, že do vztahu investují více než jejich partner, tak i pocit, že investují méně (Canary & Stafford, 1994).

Canary a Staffordová (1992) ve svém výzkumu vycházeli z teorie rovnosti a zjistili, že existuje přímá souvislost mezi rovností a spokojeností ve vztahu, přičemž obě tyto proměnné predikují údržbové chování. Autoři také zjistili, že lidé, kteří vnímají svůj vztah jako rovnocenný, jsou aktivnější ve vykonávání údržbového chování. Vztah mezi spokojeností a rovností ve vztahu byl zjištěn i výzkumem Utneové a kol. (1984), dle kterých se lidé, kteří ve vztahu vnímají spravedlivé rozložení mezi zisky a investicemi, cítí spokojenější, šťastnější a vnímají své partnerství jako stabilnější než lidé v nerovných partnerstvích. Staffordová a

Canary (1994) také poznamenali, že lidé považují rovnocenná partnerství za emočně hodnotnější než vztahy nevyrovnané.

2.3.4 Dialektická teorie (dialectics theory)

Dialektická perspektiva se od výše zmíněných modelů liší v tom, že za základní vztahovou charakteristiku považuje změnu. Na vztahy není pohlíženo jako na stabilní jednotky, ale jako na neustále se měnící procesy (Dindia, 2000). Dle dialektické teorie každý sociální systém zahrnuje rozporuplné a neslučitelné síly, přičemž Baxterová (1994) tvrdí, že vztah neustále osciluje mezi opačnými póly jako je integrace a izolace (*integration-separation*), sdílení a soukromí (*expression-privacy*), nebo stabilita a změna (*stability-change*). Vztahová údržba odkazuje na chování, které má za cíl vyrovnat se s neustálými změnami. Tyto změny pochází právě z odlišné povahy působících sil. Z dialektického pohledu je údržba vztahu ve stabilním stavu nemožná (Baxter, 1994). Dialektická teorie pohlíží na lidi jako na proaktivní jedince, kteří tvoří vlastní komunikační volby při snaze vypořádat se s rozpory, což ovlivňuje jejich komunikativní vzorce v dalších situacích (Montgomery, 1993).

Výzkumníci se například snaží odhalit, jakým způsobem lidé zvládají rozporuplnou povahu touhy zapojit se do mezilidských vztahů se stejnou touhou po nezávislosti a autonomii (Canary & Zelle, 2003). Baxterová (1994) identifikovala několik strategií, které lidé používají při zvládání dialektické tenze, například cyklické střídání (*cyclic alternation*) je typické tím, že lidé zvýrazňují svou autonomii přes týden a o víkendu zase dávají přednost společnosti partnera. Další strategií je členění (*segmentation*), při kterém lidé některé aktivity vykonávají samostatně a jiné společně. Při strategii moderace (*moderation*) dochází ke kompromisům a žádné pole není zcela naplněno (například střední úroveň sebeodhalení). Poslední strategií je změna pohledu (*reframing*), při které lidé změni svůj pohled tak, že už nevnímají dva dialektické póly jako odlišné, což jim umožňuje naplnit je oba.

2.4 Rutinní a strategické chování vztahové údržby

Rané studie v oblasti vztahové údržby se zaměřovaly především na strategické chování (Aylor & Dainton, 2004), avšak Duck (1994) byl jedním z prvních, kdo upozornil na fakt, že vztahová údržba je vykonávána jak pomocí záměrného chování, tak i pomocí každodenních interakcí. Tato myšlenka dala vznik dvěma složkám vztahové údržby: strategické a rutinní. Strategická vztahová údržba zahrnuje chování, které lidé dělají záměrně za účelem péče o vztah, jeho zkvalitnění, nebo nápravy, kdežto rutinní chování lidé dělají na nižším stupni

uvědomění a nepoužívají ho záměrně k zachování vztahu (Canary & Stafford, 1994). Dle Staffordové a kol. (2000) se rutinní chování objevuje jako vedlejší produkt každodenních aktivit, kterými může být příprava večeře, vynesení odpadků, nabídka rady, atd. Ačkoli činnost není vykonávána s vědomým záměrem, pomáhá vztah udržovat a její nepřítomnost může vést k problémům ve vztahu. Staffordová a kol. (2000) se ale domnívají, že rutinní chování nepřispívá ke spokojenému vztahu takovou měrou jako chování strategické. Tento názor podporuje také Dindiaová (2000), která tvrdí, že síly, které partnery drží pohromadě jsou slabší než síly, které je oddělují. Z toho důvodu je důležité, aby se lidé aktivně zapojovali do vědomého a záměrného udržování vztahu. Naopak Duck (1994) je přesvědčen, že každodenní rutinní chování přispívá ke zdravému vztahu minimálně tak, jako strategické a že maličkosti všedního života jsou právě tím, co vztah udržuje. Podobné rutinnímu chování jsou rituály, jejichž funkcí je také udržovat vztah (Dindia, 2000). Driverová a Gottman (2004) ve svém výzkumu zjistili, že každodenní rutinní chování pomáhá udržovat pozitivní afekt během konfliktů a tím zlepšovat schopnost páru používat náklonnost a humor při řešení problémů. Tato data poskytují podporu pro předpoklad, že intimita a spojení mezi lidmi je utvářeno skrz mnoho zcela obyčejných momentů.

Četností užívání rutinního a strategického chování se zabývala Daintonová (cit. dle Dindia, 2003), která se zajímala o každodenní typické chování párů. Z její studie vyplývá, že větší množství interakcí v páru probíhá formou rutinního chování než strategického. Daintonová a Aylor (2002) nechali ve svém výzkumu respondenty vyplnit dotazník chování vztahové údržby dvakrát, jednou pro strategické a jednou pro rutinní chování. Autoři se na základě svého výzkumu domnívají, že rozsah a přítomnost dané formy údržbového chování souvisí s prožívanou spokojeností ve vztahu a že je důležité, aby partneři pro udržení vztahu používali obě formy chování. Rutinní chování dle nich lidé vykazují v každodenních a stereotypních situacích a pokud se objeví nová či netypická situace, uchylují se k záměrným strategiím. Autoři došli také k závěru, že oba typy chování lze používat nezávisle na sobě. Dle Dindiaové (2000) však na rozdíl mezi rutinním a strategickým chováním není nutno nahlížet dichotomicky. Stejně chování se může jevit jako strategické i rutinní, záleží na záměru, s jakým je vykonáno ale také na příjemci, jak si jej interpretuje. Dindiaová (2000; 2003) také popisuje, že chování, které je pro určitý pár záměrné, může jiný pár vykonávat jako rutinní a že z původně strategického chování se v průběhu času může stát chování každodenní a běžné.

I přesto, že je rutinní chování obecně považováno za rovnocenné strategickému, výzkumy vztahové údržby se dříve zaměřovaly především na chování strategické. V této práci

budou stručně představeny typologie strategií vztahové údržby dle Ayrese (1983), Dindiaové a Baxterové (1987), Bella, Dalyho a Gonzalesové (1987) a nejznámější a nejrozšířenější typologie Canaryho a Staffordové (1991). Dalšími typologiemi jsou například typologie Daintonové a Grosse (2008) a Malinenové, Rönkäové a Sevónové (2010), avšak ty nejsou v dalších výzkumech a pracích využívány.

2.4.1 Strategie vztahové údržby dle Ayrese (1983)

Jedná se o jednu z prvních typologií vztahové údržby. Ayres (1983) ve své práci definuje vztahovou údržbu jako proces zachování stabilního stavu, který zabraňuje eskalaci nebo deeskalaci vztahu. Se svými spolupracovníky sestavil seznam 28 strategií vztahové údržby, který spolu s hypotetickým scénářem předložil respondentům s instrukcí, aby vybrali chování, které by v dané situaci s největší pravděpodobností vykonali. Na základě výpovědí respondentů rozdělil strategie vztahové údržby do tří nezávislých faktorů, které nazval jako vyhýbavé (*avoidance*), vyvažovací (*balancing*) a přímočaré (*directness*) strategie. Do kategorie vyhýbavých strategií patří snaha vyvarovat se změn ve vztahu ignorováním okolností, které mají potenciál změnit stávající úroveň vztahu. Cílem vyvažovacích strategií je udržet míru laskavosti a emocionální podpory na stálé úrovni, což má opět zabránit změně ve vztahu jakýmkoli směrem. Přímočaré strategie zahrnují otevřené touhy po tom, aby vztah zůstal nezměněn.

V další fázi výzkumu Ayres (1983) zjistil, že respondenti přizpůsobují volbu strategie předpokládaným partnerovým úmyslům, avšak obecně nejčastěji užívanými strategiemi byly strategie vyvažovací a vyhýbavé a nejméně používanými byly strategie přímočaré. Toto pořadí zůstalo zachováno bez ohledu na to, zda měla změna zvýšit či snížit úroveň vztahu. Přínos Ayresovy typologie je především v tom, že se zabýval vztahy ve stabilním stavu, zatímco předchozí výzkumy se soustředily na rozvíjející se vztahy, nebo na vztahy v období krize. Dalším přínosem této typologie je fakt, že se Ayres nezabýval pouze partnerskými vztahy, ale jeho teorie je aplikovatelná také na vztahy přátelské, rodinné, nebo kolegiální.

2.4.2 Strategie vztahové údržby dle Dindiaové a Baxterové (1987)

Dindiaová a Baxterová (1987) vycházely z pojetí, ve kterém je vztahová údržba definována jako prevence rozpadu vztahu i jako jeho oprava (*repair*). Tato koncepce navazuje na Davise (cit. dle Dindia, 2003), dle kterého mohou být vztahy upevňovány preventivně, aniž by v nich existovaly potíže, nebo mohou být opravovány v době krize. Autorky Dindiaová a Baxterová

(1987) zkoumaly strategie vztahové údržby u 50 manželských párů, přičemž identifikovaly 49 kategorií chování, které seskupily do 11 typů strategií vztahové údržby. Těmito typy jsou: změna vnějšího prostředí (*changing the external environment*), komunikace (*communication*), metakomunikace (*metacommunication*), vyhýbání se metakomunikaci (*avoiding metacommunication*), antisociální strategie (*antisocial strategies*), prosociální strategie (*prosocial strategies*), obřady (*ceremonies*), spontánnost (*spontaneity*), soudržnost (*togetherness*), vyhledávání/umožňování autonomie (*seeking/allowing autonomy*) a vyhledávání pomoci zvenčí (*seeking outsider help*).

Respondenti v jejich výzkumu jako nejčastěji používané strategie uváděli prosociální strategie, mezi které autorky zařadily milé a veselé chování, které se zdržuje kritiky. Dalším často uváděným chováním byly obřady a ceremonie a komunikační a soudržné strategie, jako je například společné trávení volného času a společné aktivity. Naopak strategie zahrnující antisociální chování, jako jsou hrubosti a hádky, vyhýbání se metakomunikaci a usilování o větší autonomii uváděli respondenti pouze zřídka. Výsledky výzkumu naznačují, že repertoár strategií sloužících k údržbě vztahu je širší než ten, který slouží k jeho opravě, tudíž že ne všechny strategie sloužící k údržbě jsou užívané také k opravě vztahu. Přínosem této typologie je, že rozlišuje mezi strategiemi, které jsou vykonávány k běžné údržbě vztahu a mezi těmi, které lidé užívají v obdobích krize, kdy se snaží vztah napravit (Dindia, Baxter, 1987).

2.4.3 Strategie vztahové údržby dle Bella, Dalyho a Gonzalesové (1987)

Bell, Daly a Gonzalesová (1987) se zaměřili na strategie, které partneři provozují k udržení zalíbení (*liking*) a blízkosti ve vztahu (*affinity-maintenance strategies*). Autoři se ptali žen, jaké konkrétní chování ony a jejich partneři vykonávají proto, aby udržovali blízkost a lásku ve vztahu, jak často jednotlivé chování používají a jak je pro ně dané chování důležité. Z odpovědí vytvořili typologii obsahující 28 strategií údržbového chování. Mezi udávané nejčastější strategie patřily: věrnost, poctivost, fyzická přitažlivost, podpora a verbální náklonnost. Nejméně užívanými strategiemi pak byl altruismus, dynamika, rovnost a podobnost. Bell a kol. (1987) zkoumali prediktory partnerské spokojenosti, přičemž strategie citlivost, sdílená spiritualita, fyzická přitažlivost, sdílené zájmy a čestnost měly největší vliv na spokojenost žen v partnerství. Vztah mezi kvalitou partnerství a vztahovou údržbou je komplexní, určité strategie mohou být považovány za samozřejmost a jejich důležitost se může projevit až v jejich nepřítomnosti. Vykonávání strategií popsaných výše je dle Bella a

kol. (1987) s partnerskou spokojeností v obousměrném provázaném vztahu. I přestože se dnes tato typologie příliš nevyužívá, její přínos tkví v tom, že zdůrazňuje blízkost (*affinity*) a zalíbení (*liking*) jako důležité dimenze partnerského vztahu (Dindia, 2003).

2.4.4 Strategie vztahové údržby dle Dindiaové (1989)

Dindiaová s Baxterovou (1987) identifikovaly 11 strategií vztahové údržby. Dindiaová (cit. dle Canary & kol., 1993) na tento výzkum navázala a na konferenci Mezinárodní komunikační asociace v roce 1989 představila tři obecnější kategorie vztahové údržby, které nazvala jako romantické, prosociální a antisociální strategie. Romantické strategie zahrnují láskyplné, citlivé, zábavné a spontánní chování. Prosociální strategie Dindiaová vymezila jako ochotu otevřeně a kooperativně diskutovat o vztahu a antisociální strategie jako jakékoli projevy nátlaku ve vztahu. Dindiaová (cit. dle Canary & kol., 1993) byla první, kdo do své typologie zahrnul také negativní chování vztahové údržby.

2.4.5 Strategie vztahové údržby dle Staffordové a Canaryho (1991)

Staffordová a Canary (1991) se ve svém výzkumu zaměřovali především na romantické vztahy a vztahovou údržbu definovali jako aktivity a činnosti, které slouží v pokračování vztahu v podobě, v jaké si oba partneři přejí. Jedná se o udržování charakteristik vztahu, kterými je důvěra, zalíbení a závazek. Autoři vychází z předpokladu, že vztahová údržba je pro zachování vztahu nezbytná a že jedinec by měl ve vztahu vynaložit úsilí k jeho udržování. Ve své práci studovali předchozí typologie strategií vztahové údržby (Ayres, 1983; Baxter & Dindia, 1987; Bell, Daly & Gonzales, 1987) a pokusili se vytvořit vlastní ucelenou taxonomii, do které zařadili i výsledky svého výzkumu. Z 80 položek získali faktorovou analýzou 5 strategií vztahové údržby: pozitivitu, otevřenost, ujištění, sociální síť a sdílení úkolů (Canary & Stafford, 1992; 1994; Stafford & Canary, 1991; Dindia, 2000; 2003). Do kategorie pozitivita (*positivity*) patří příjemné, zdvořilé, optimistické a nekritické chování k partnerovi. Otevřenost (*openess*) zahrnuje otevřené sdílení myšlenek, pocitů a potřeb a otevřenou komunikaci o vztahu. Kategorie ujištění (*assurances*) obsahuje vyjádření a projevy lásky, zdůrazňování závazku a sdílení vizí do budoucna. Sociální síť (*social network*) je strategií, ve které jsou zapojeny společné aktivity a vztahy s rodinou, příbuznými a přáteli jako opora pro vztah. Kategorie sdílení úkolů (*sharing tasks*) reprezentuje zodpovědnost a spravedlivé dělení domácích prací a povinností.

Canary, Staffordová, Hauseová a Wallaceová (1993) se domnívají, že typologie Staffordové a Canaryho (1991) není zcela kompletní, protože se zaměřuje pouze na romantické vztahy. Dle nich je možné, že v přátelských, rodinných, nebo kolegiálních vztazích bývají zapojeny jiné strategie vztahové údržby, nebo alespoň mohou být některé strategie více zvýrazněné. Canary a kol. (1993) také poukazují na fakt, že typologie Canaryho a Staffordové (1991) byla vytvořena deduktivním způsobem, přičemž se opírala o již dříve publikované položky. Ke vzniku komplexnější typologie je dle nich potřeba vytvořit položky pomocí induktivní analýzy tak, aby vycházely z výpovědí respondentů, kteří popisují chování v různých typech vztahů. Canary a kol. (1993) tedy vycházeli z typologie Staffordové a Canaryho (1991), kterou však revidovali a rozšířili. Pro chování, které nebylo možné přiřadit do žádné z ustanovených strategií, vzniklo postupně šest nových kategorií. Kromě původních pěti strategií vztahové údržby se jako významné ukázaly: společné aktivity (*joint activities*), pohledy/dopisy/telefonní hovory (*cards/letters/calls*), vyhýbání se (*avoidance*), antisociální chování (*antisocial behavior*), humor (*humor*) a různé (*miscellaneous*). Autoři dodávají, že četnost užívání jednotlivých strategií se může lišit v závislosti na typu vztahu (Canary et al., 1993).

Staffordová, Daintonová a Haas v roce 2000 navázali na výzkum Canaryho a Staffordové (1991) a Canaryho a kol. (1993), avšak do své práce začlenili strategické i rutinní chování. Svým výzkumem potvrdili validitu všech pěti faktorů typologie Staffordové a Canaryho (1991), které rozšířili o další dva faktory. Z původní strategie otevřenost se odštěpila kategorie rady (*advice*). Patří sem sdělování vlastního názoru a dávání rad a doporučení partnerovi. Stejně tak ze strategie pozitivita se oddělilo zvládání konfliktů (*conflict management*). Do této kategorie patří činnosti jako je trpělivost, pochopení, omluva a spolupráce při neshodách a partnerských konfliktech. Poslední dvě strategie odkazují dle autorů spíše na rutinní chování, avšak z jejich výzkumu je patrné, že všechny strategie vztahové údržby mohou být užívány jak strategicky, tak i rutinně (Stafford et al., 2000).

2.5 Vybrané koreláty vztahové údržby

Vztahová údržba se liší napříč různými páry, ale také mezi jednotlivci (Canary & Stafford, 1994) a bylo prokázáno, že užívání údržbových strategií souvisí s mnoha proměnnými. Nejčastějšími faktory, které bývají spojené s údržbovými strategiemi jsou: pohlaví (které následně vystřídal výzkumy zaměřující se na psychologický gender), typ vztahu, délka vztahu, spokojenost ve vztahu a ciotvá vazba (Dindia, 2000). Lacinová a kol. (2009) prokázali

vztah údržbových strategií s pohlavím, stavem (sezdaný, nebo nesezdaný pár) a délkou vztahu.

2.5.1 Pohlaví a gender

Výsledky výzkumů ohledně vztahu mezi užíváním vztahové údržby a pohlavím nebo genderem jsou značně nekonzistentní a závisí na strategii, frekvenci užití vztahové údržby, nebo na tom, čí perspektiva je zkoumána (Dainton, 2000). Autoři (Bell et al., 1987; Wood, 1994; Canary & Stafford, 1992; Dainton & Stafford, 1993; Ragsdale, 1996) se však obecně shodují, že ženy jsou více vztahově zaměřené než muži, tudíž že na vztahovou údržbu kladou větší důraz a jsou do ní více angažované. Ve výzkumu Bella a kol. (1987) ženy věřily, že jsou více odpovědné za údržbové chování než jejich partneři, že častěji vykonávají údržbové chování a že je pro ně více důležité, aby jejich partneři vykonávali chování udržující blízkost. Dle Woodové (1994) si ženy i muži myslí, že ženy jsou více vztahově orientované a obě pohlaví se domnívají, že ženy jsou více odpovědné za údržbové chování, více ho užívají a jsou v něm lepší než muži. Canary a Staffordová (1992) zjistili, že ženy v jejich výzkumu popisovaly více užívání strategie otevřenost, sdílení úkolů a sociální sítě než muži. Zjištění, že ženy používají strategie vztahové údržby častěji než muži plyne také ze studie Daintonové a Staffordové (1993) a Ragsdalea (1996). Ayres (1983) však ve své studii, kde zkoumal i jiné typy vztahů než romantické, žádné rozdíly mezi muži a ženami nezjistil, stejně tak Dindiaová a Baxterová (1987), ale jejich respondenti vypovídali pouze o užívání určitého chování, nikoli o jeho frekvenci. Staffordová a Canary (1991) dokonce zjistili, že ženy u svých partnerů vnímaly větší míru užívání strategií ujištění, pozitivitu a sociální sítě. Není však jasné, zda je tento rozdíl způsoben větší aktivitou mužů ve vztahové údržbě, nebo větší senzitivitou žen na vztahové chování. U nás se problematice vlivu pohlaví na vztahovou údržbu věnovali Lacinová a kol. (2009). Ve svém výzkumu zjistili, že muži pro udržení vztahu používají více strategií dárky a ženy kategorii soustředěná pozornost (kategorie jsou dle modelu Garyho Chapmana, viz kapitola 3).

Protože se neprokázaly zcela jasné rozdíly ve vztahové údržbě mezi ženami a muži, Staffordová a kol. (2000) na předchozí výzkumy navázali a jako první se přesunuli od rozdílů v pohlaví ke zkoumání vlivu genderu. Zjistili, že feminita je silnějším prediktorem pro užití všech sedmi kategorií vztahové údržby než maskulinita, nebo biologicky dané pohlaví. Biologické pohlaví se v jejich výzkumu ukázalo jako slabý prediktor užití strategií vztahové údržby, který byl spojený pouze s kategorií otevřenost a úkoly. Aylor a Daintonová (2004) ve

svém výzkumu zjistili pouze jeden rozdíl mezi pohlavími, a tím je častější používání strategie otevřenost ženami než muži. Jejich výzkum podporuje zjištění Staffordové a kol. (2000), že gender je lepším prediktorem údržbového chování než pohlaví a že feminní lidé užívají údržbové chování častěji než lidé maskulinní (Aylor & Dainton, 2004). Dle Langerové (1989) se chování, které je vykonáváno často, stává automatickým (*mindless*) a není potřeba o něm přemýšlet. Aylor a Daintonová (2004) tedy došli k závěru, že feminní jedinci, kteří používají údržbové chování často, ho vykonávají spíše rutinně, zatímco maskulinní jedinci mají tendenci vykonávat údržbové chování za určitým účelem, tedy strategicky. I přes daná zjištění pohlaví a gender ovlivňuje vztahovou údržbu pouze z malé části (cca 5 %) a zbytek ovlivňují jiné faktory (Aylor & Dainton, 2004).

2.5.2 Typ vztahu

Vztahová údržba není jenom záležitostí romantických vztahů, proto se odborníci zajímají o její podobu v různých typech vztahů. Například studie Ayrese (1983) žádné rozdíly ve vztahové údržbě v závislosti na typu vztahu nepotvrdila, ale Canary a kol. (1993) naopak zjistili, že strategie vztahové údržby jsou více vykonávány v romantických vztazích než ve vztazích přátelských. Autoři si výsledky vysvětlují tak, že lidé se zajímají více o romantické a rodinné vztahy, než o vztahy přátelské. Staffordová a Canary (1991) se ve svém výzkumu zabývali rozdíly ve vztahové údržbě v rámci různých typů romantických vztahů (volný vztah, vážná známost, snoubenci, manželé) a došli k závěru, že zasnoubení lidé a lidé, kteří měli vážnou známost, vnímali u svého partnera čtenější používání strategií otevřenost a pozitivita než lidé ve volnějším vztahu, nebo lidé v manželském svazku. Zatímco manželé, zasnoubení, nebo lidé s vážnou známostí hovořili o partnerově častějším používání strategií ujištění a úkolů než lidé ve volném vztahu. Manželé zase reflektovali největší četnost partnerova užívání kategorie sociální síť k udržování vztahu. Dindiaová (2000) poznamenala, že většina výzkumů podporuje lineární model vývoje vztahu, avšak zjištění, že lidé ve vážném vztahu a lidé zasnoubení vnímají u svých protějšků větší četnost užití strategie otevřenost a pozitivita než lidé v manželském svazku, nasvědčuje tomu, že vývoj vztahu je spíše křivočarý (*curvilinear*). Rozdíly dle typu vztahu našli ve své studii i Lacinová a kol. (2009), kteří zjistili, že svobodní muži s větší pravděpodobností vykonají strategii soustředěná pozornost a dárky a vdané ženy zase strategii skutky služby (strategie pochází z Chapmanova modelu, který je podrobněji popsán v kapitole 3).

Rozdíly v užití vztahové údržby byly nalezeny také v rámci manželských párů. Fitzpatricková (1988 cit. dle Weigel & Ballard-Reisch, 1999a) vyvinula na základě studia literatury tři základní typy vztahů dle míry, do které manželé tíhnou ke konvenčnímu pojetí manželství; míry autonomie, kterou manželé vyžadují a míry, do jaké si manželé cení vyhýbání se konfliktům v manželství. Fitzpatricková rozdělila manželství na tradiční (*traditionals*), nezávislé (*independents*) a oddělené (*separates*). V tradičním manželství uznávají dvojice konvenční hodnoty manželství a role. Existuje mezi nimi blízkost a provázanost, až vzájemná závislost. Pro nezávislá manželství je typická nekonvenčnost, netradiční rozdělení rolí, osobní svoboda každého partnera, velká emotivnost a spontaneita. Manželé v odděleném typu manželství uznávají konvenční hodnoty, ale zároveň jsou autonomní a nezávislí. Mají mezi sebou méně intimity, spontánní komunikace a vzájemné závislosti. Tuto typologii pro svou studii použili Weigel a Ballard-Reischová (1999a), kteří zjistili, že nejvíce strategií vztahové údržby používají tradiční páry a nejméně páry oddělené, přičemž tradiční páry mají tendenci vykonávat strategii sdílení úkolů a sociální sítě. Nezávislé páry zase prokazovaly největší používání strategií otevřenost a ujištění. Weigel a Ballard-Reischová však zmiňují, že existují významnější faktory, které mají na vztahovou údržbu větší vliv, než typ vztahu dle modelu Fitzpatrickové (1988). Stejně tak i Daintonová (2000) se přiklání k názoru, že percepce partnerova chování má větší vliv na podobu vztahové údržby než typ vztahu. Možná, že důvodem vyššího užívání strategií vztahové údržby v tradičních manželstvích, je reciprocita údržbového chování.

Daintonová (2008) zkoumala vliv rodičovského statutu na vztahovou údržbu, přičemž došla ke zjištění, že bezdětní partneři referovali o tom, že jejich partneři vykonávají více strategie ujištění, zvládnutí konfliktu a positivity. Avšak dle dalších zjištění mohou být rozdíly ve vykonávání různých strategií vysvětleny spíše délkou vztahu než vlivem rodičovství.

2.5.3 Délka vztahu

Staffordová a Canary (1991) se domnívají, že způsob vztahové údržby se mění v závislosti na vývojové fázi vztahu. K podobnému zjištění došel také Ragsdale (1996), nebo u nás Lacinová a kol. (2009), kteří zjistili, že s délkou vztahu klesá četnost používání strategií vztahové údržby, konkrétně strategií slova ujištění a fyzický kontakt. Dindiaová a Baxterová (1987) také došly k závěru, že množství a frekvence vykonávání strategií vztahové údržby s délkou partnerství klesá a podpořily zjištění, že mezi údržbovým chováním a manželskou kvalitou je

velmi úzký vztah po celou dobu trvání partnerství a i přesto, že frekvence daného chování klesá, stále je důležité pro pozitivní vnímání vztahu.

Tématem se také zabývali Weigel a Ballard-Reischová (1999c), kteří zjistili, že manželé jsou ve vztahové údržbě nejaktivnější v prvních šesti letech manželství. Mezi 7–24 rokem manželství klesala frekvence užití vztahové údržby na nejnižší hodnotu a po 24. roce manželství se opět zvýšila. Autoři tyto rozdíly vysvětlují tím, že na začátku vztahu se partneři ještě tolik neznají, musí tedy vynakládat úsilí k ustálení komunikačních vzorců a k „vyladění“ se na sebe. Později, když se komunikační vzorce ustálí, klesá frekvence užívání vztahové údržby. Nárůst frekvence údržbového chování po 24. roce společného soužití autoři interpretují tak, že nespokojená manželství vztah ukončila před 24. rokem, takže se do výzkumné skupiny nad 24 let dostala jenom manželství spokojená. Daintonová (2008) toto ve svém výzkumu částečně podpořila zjištěním, že vývoj vztahové údržby v čase lze připodobnit k písmenu U.

2.5.4 Spokojenost ve vztahu

Spokojenost je nejčastěji zkoumaným korelátem v literatuře zabývající se vztahovou údržbou. Autoři výzkumů dochází ke konzistentním závěrům, že existuje vztah mezi všemi pěti strategiemi údržbového chování a kvalitou vztahu (Stafford & Canary, 1991; Canary & Stafford, 1992; Dainton, Stafford & Canary, 1994), přičemž jako nejvýznamnější se jeví strategie ujištění a pozitivita. Dle Daintonové a Aylora (2002) je kategorie ujištění dobrým prediktorem partnerské spokojenosti bez ohledu na to, zda je vykonávána rutinně nebo strategicky. Staffordová (2003) také poukázala na souvislost mezi strategiemi údržbového chování a spokojeností, na kterou pohlíží nejenom jako na výsledek údržbového chování, ale také jako na jeho prediktor.

Bell a kol. (1987) zjistili, že, pokud lidé vnímali vyšší frekvenci užívání strategií vztahové údržby u svého partnera, byli ve vztahu více spokojeni. Dindiaová a Baxterová (1987) ve svém výzkumu zjistily, že percepce vlastního údržbového chování nekoreluje s vlastní nebo partnerovou spokojeností. Nicméně autorky připouštějí, že jedincova spokojenost může být více spojena s vnímáním partnerovy vztahové údržby než s percepcí vlastního chování. Staffordová a Canary (1991) ve svém výzkumu našli vztah mezi percepcí partnerova užití strategií vztahové údržby a spokojeností ve vztahu, kde nejsilnějšími prediktory byly strategie ujištění, pozitivita a úkoly. Daintonová, Staffordová a Canary (1994), kteří také studovali vztah mezi vnímáním užití strategií vztahové údržby a

spokojeností, došli k závěrům, že všech pět strategií údržbového chování je pozitivně spojeno s partnerskou spokojeností. Pro spokojenost mužů byla nejsilnějším prediktorem percepce partnerčina užití strategií ujištění a positivity, u žen se jako významné ukázaly všechny kategorie, avšak nejsilnější vztah byl nalezen pro kategorie pozitivita a sdílení úkolů.

Weigel a Balard-Reischová (1999d) rozšířili předchozí poznatky použitím párových dat, přičemž zjišťovali jak údržbové chování partnerů a partnerek souvisí s prožitkem kvality manželství celého páru. Kvalita manželství byla testována pomocí tří složek: vnímané spokojenosti, závazku a lásky. Dle výsledků jejich výzkumu souvisí užití údržbových strategií žen s párovou spokojeností, avšak vztahová údržba mužů s ní nesouvisí. Dále byla nalezena významná souvislost mezi spokojeností páru jako celku a spokojeností jednotlivce ve vztahu, kde se výrazné rozdíly mezi muži a ženami neprojevily. Tyto výsledky ukazují, že představy člověka o vykonávání údržbového chování partnerem jsou spojeny s jeho spokojeností ve vztahu a že rozdíly v užívání údržbového chování mezi partnery mohou být vysvětleny rozdílnou mírou vnímané spokojenosti ve vztahu (Dindia, 2000).

Canary a Staffordová (1994) zjistili, že všech pět typů strategií vztahové údržby souvisí s pozitivními důsledky pro vztah (například se spokojeností, láskou, blízkostí a důvěrou). Všechny korelace byly v jejich výzkumu pozitivní, až na strategii otevřenost, kde bylo zjištěno, že příliš mnoho otevřenosti může být pro vztah škodlivé. Canary a Staffordová (1992) se zaměřili na souvislost spokojenosti se vztahovými charakteristikami, přičemž vycházeli z dřívějších studií (Stafford & Canary, 1991). V jejich výzkumu se jako nejdůležitější charakteristiky ukazující na kvalitu a stabilitu vztahu ukázaly vzájemná kontrola (*control mutuality*), zalíbení (*liking*) a závazek (*commitment*).

Bell, Daly a Gonzalesová (1987) zkoumali vliv frekvence užívání údržbového chování na spokojenost a zjistili, že s vyšší četností údržbového chování souvisí vyšší vnímaná kvalita vztahu. Canary, Staffordová a Semic (2002) zjistili, že účinky údržbového chování netrvalí příliš dlouho, proto musí být vykonáváno nepřetržitě. Dle nich by mělo údržbové chování být vykonáváno pomocí průběžných aktivit, které mají za úkol neustále pečovat o vztah.

2.5.5 Citová vazba

Chování lidí ve vztahu je ovlivňováno stylem citové vazby (Hazan & Shaver, 1987). Feeneyová a kol. (2000) tvrdí, že pomocí teorie citové vazby lze vysvětlit mnoho procesů odehrávajících se v interpersonálních vztazích. Dle Canaryho a Daintonové (cit. dle Dainton, 2007) je citová vazba silným teoretickým zázemím pro zkoumání chování vztahové údržby.

Spojením citové vazby a vztahové údržby se zabývali například Simon a Baxterová (cit. dle Dainton, 2007), kteří zkoumali vliv citové vazby na vykonávání strategií vztahové údržby. V jejich výzkumu lidé s jistým typem citové vazby měli tendenci více používat prosociální údržbové strategie (například ujištění) a jejich spokojenost ve vztahu byla obecně vyšší. Daintonová (2007) ve svém výzkumu také našla významný vztah mezi jistou citovou vazbou a častějším vykonáváním strategií vztahové údržby, především strategií ujištění, sítě a sdílení úkolů. Negativní vztah byl nalezen mezi zapletenou, nebo ustrašenou citovou vazbou a užíváním strategie pozitivita a zvládání konfliktů. Zároveň však tyto dva typy citové vazby byly pozitivně spojeny s užíváním strategie ujištění. Daintonová (2007) ve svém výzkumu také zjišťovala vztah mezi citovou vazbou a vnímáním užití vztahové údržby partnerem. Byl zjištěn pouze negativní vztah mezi odmítavým stylem vazby a vnímáním partnerova používání všech sedmi kategorií vztahové údržby. Ve výzkumu nebyl nalezen pozitivní vztah mezi jistou citovou vazbou a vnímáním partnerova vykonávání vztahové údržby. Daintonová (2007) tento fakt interpretuje tak, že teorie citové vazby může spíše vysvětlovat chování samotného respondenta, než percepci partnerova chování.

3. Populární koncept Garyho Chapmana „pět jazyků lásky“

Gary Chapman je americký vztahový poradce, který v roce 1992 vydal knihu s názvem *The five love languages*, jež se stala světovým bestsellerem. U nás byla vydána v nakladatelství Návrat domů pod názvem *Pět jazyků lásky aneb naučte se hovořit jazykem lásky toho druhého* (Chapman, 2002). Chapmanova koncepce, všeobecně známá a akceptovaná po celém světě, je založena na jeho vlastní zkušenosti s prací s klienty. Ačkoli jeho osobní zkušenosti jsou cenné, on sám je nikdy empiricky neověřoval. Koncept „jazyků lásky“ však vzbudil zájem výzkumníků, kteří Chapmanovu teorii testují za účelem určení její validity a provázanosti s tématem vztahové údržby (Petersen et al., 2008).

3.1 Představení Chapmanova modelu

Na začátku popisu svého konceptu se Chapman věnuje vymezení pojmu láska a rozdílu mezi láskou a zamilovaností. V souvislosti se zamilovaností někdy používá slovní spojení emocionální posedlost. Zamilovanost vidí jako iluzi, euforii, dočasnou emocionální vzplanutí a nereálné uvažování, dokonce tvrdí, že neexistuje mnoho rozdílů mezi zamilovaností a šílenstvím. Teprve až zamilovanost vyprší, což trvá asi dva roky, se mohou partneři pustit do společného budování lásky. Skutečná láska spojuje cit s rozumem a její důležitou součástí je vůle a vědomé rozhodnutí druhého milovat. Chapman upozorňuje, že takové vědomé rozhodnutí je spojeno s úsilím, vynaložením energie a disciplínou. S potřebou člověka být milován souvisí metafora „citové nádrže“, kterou Chapman připisuje dětskému psychiatrovi Rossu Campbellovi. Campbell hovoří o skryté citové nádrži dětí, která existuje proto, aby mohla být naplněna láskou. Když je nádrž naplněna, bude vývoj dítěte probíhat normálně. Chapman však dodává, že potřeba cítit lásku provází lidi celým životem, a že i dospělí mají své citové nádrže, přičemž plná citová nádrž je pro partnerství či manželství stejně podstatná: „jako správně množství oleje pro automobil“ (Chapman, 2002, s. 16). Dle něj je tedy naplnění partnerovy citové nádrže lásky klíčem k fungujícímu manželství. Chapman zdůrazňuje, že pokud lidé cítí partnerovu lásku a přijetí, mají větší tendenci mu vycházet vstříc a jeho lásku opěťovat.

Chapman se po 30leté praxi manželského poradce domnívá, že způsoby vyjadřování lásky mohou být rozděleny do pěti kategorií, které nazývá „jazyky lásky“. Mezi pět jazyků

lásky řadí: *slova ujištění, soustředěnou pozornost, dárky², skutky služby a fyzický kontakt*. Dle jeho konceptu každý člověk vyjadřuje svému protějšku lásku všemi pěti jazyky, ale jeden způsob používá nejčastěji. Ten nazývá primárním jazykem lásky. Každý má dle jeho konceptu jeden nebo dva primární jazyky, kterým nejlépe rozumí a ve kterých lásku vyjadřuje, ale také přijímá (Chapman, 1992).

Slova ujištění (*words of affirmation*)

Tento jazyk je založen na vyjadřování lásky slovy, patří sem slovní ocenění, povzbuzení, pochvaly, slova dodávající sebeúctu a komplimenty. Lidé, pro které jsou *slova ujištění* primárním jazykem, potřebují slovní ujištění, že si vedou dobře a že je s nimi partner spokojen. Potřebují slova ujištění k tomu, aby se cítili milováni a naopak, pokud jsou kritizováni, nejvíce jim to ubližuje (Chapman, 2002).

Soustředěná pozornost (*quality time*)

Kategorii *soustředěnou pozornost* lze podle Chapmana popsat jako dávání plné pozornosti partnerovi. Znamená plně se věnovat jeden druhému, trávit spolu čas, zajímat se o partnera a jeho život. Lidé s tímto primárním jazykem potřebují s partnerem komunikovat tváří v tvář, sdílet niterné pocity a přitom se plně věnovat jeden druhému. Patří sem různé společné aktivity, které oběma partnerům přináší radost, může se jednat o společnou práci v domácnosti a na zahradě, nebo společně strávený volný čas, vyjadřování lásky je určeno bytím spolu (Chapman, 2002).

Dárky (*receiving gifts*)

Někteří lidé se nejvíce cítí milováni, pokud dostanou dárek. Dle Chapmana je dávání darů univerzálním výrazem lásky, který je přítomný napříč všemi kulturami po dobu celé lidské historie. Pro lidi s primárním jazykem lásky *dárky* je nejdůležitější dostávání dárků k různým příležitostem jako je výročí, narozeniny a nebo jen tak bez vnějšího důvodu. Chapman zdůrazňuje, že stačí darovat malé pozornosti, které partnera přesvědčí o lásce. Někdo může mít výhrady k vyjadřování lásky materiálním způsobem, ale do této kategorie patří také dávání sebe, jinými slovy se jedná o dávání blízkosti, aby byl člověk tam, kde ho jeho partner zrovna potřebuje, což Chapman považuje za to nejcennější (Chapman, 2002).

² Termíny soustředěná pozornost a dárky jsou použity dle Lacinové, Michalčákové a Bouši (2009), v českém překladu Chapmanovy knihy (2002) jsou tyto kategorie nazvány jako pozornost a přijímání darů.

Skutky služby (*acts of service*)

Pro kategorii *skutky služby* je typické, že činy mluví hlasitěji, než slova. Člověku s primárním jazykem skutky služby lze vyjádřit lásku jakoukoli činností, která ho potěší, ať už jsou to domácí práce, péče o něj či děti, práce na zahradě, vyřízení různých záležitostí, podpora a pomoc, apod. K činnostem se však musí přistupovat pozitivně a s láskyplným záměrem, aby se skutečně jednalo o projevy lásky (Chapman, 1992; 2002).

Fyzický kontakt (*physical touch*)

Poslední z Chapmanových jazyků lásky je *fyzický kontakt*, pro lidi s tímto primárním jazykem nic nevypovídá o lásce více než doteky. Patří sem všechny druhy fyzického kontaktu od pohledů do očí, hlazení, držení za ruce, líbání, objetí, mazlení až po sexuální intimitu. Chapman zdůrazňuje, že je důležité znát partnera a vědět, jaké dotyky jsou mu příjemné a těmi mu lásku vyjadřovat.

Lidé přirozeně vyjadřují lásku ve svém primárním jazyce, důležitější však je lásku vyjadřovat v jazyce, kterému nejlépe rozumí jejich partner, protože tento způsob ho o lásce přesvědčí více než jakýkoli jiný. Dle Chapmana lze identifikovat primární jazyk pomocí tří otázek: „Jak vyjadřuji lásku svému partnerovi?“ „Na co si nejčastěji stěžuji a co mě nejvíce zraňuje?“ „Co nejčastěji po partnerovi požaduji?“ (Chapman, 2002).

3.2 Empirická zjištění týkající se Chapmanova modelu

Chapmanův model má v oblasti empirických výzkumů vztahové údržby několik paralel, ačkoli on sám tento pojem ve své knize explicitně nezmiňuje (Egbert & Polk, 2006). Chapman (2002) mluví o významu jistého chování, které má za úkol udržovat pohodu (*well-being*) obou partnerů, což se podobá definici pojmu vztahová údržba, jako snahy partnerů zachovat dlouhodobý a dobře fungující vztah (Reis & Rusbult, 2004). Jeho tvrzení o základní lidské potřebě cítit lásku (Chapman, 2002) je empiricky dobře zakotvené (Floyd, 2006; Maslow 1987; Canary & Stafford, 1994), například Floyd (2006) tvrdí, že základní lidskou potřebou je cítit lásku, podobně Maslow (1987) potřebu lásky umístil do středu své hierarchie potřeb. Dle Canaryho a Staffordové (1994) zahrnuje vztahová údržba jak strategické, tak i rutinní chování, Chapman (1992) však tvrdí, že užívání jazyků lásky je vždy strategické, protože lidé se musí naučit ten, kterým hovoří jejich partner a musí se vědomě zaměřit na jeho používání. Podobně na strategie nahlíží Dindiaová s Baxterovou (1987), které

identifikovaly 49 strategií údržbového chování, avšak podotýkají, že ani velký repertoár nezajistí schopnost vybrat a provozovat vhodnou strategii.

Lemieux (1996) ve svém pohledu na strategické vyjadřování lásky zmiňuje podobný náhled jako Chapman a tím je, že aby chování bylo považováno jako výraz lásky, musí tak být nejprve rozpoznáno a oběma stranami vnímáno. Jako výraz lásky nemůže být považováno chování, které jedna strana jako takové nerozpoznává, nebo pokud člověk toto chování nevykonává se záměrem vyjádřit lásku. Chapman (2002) vysvětluje, že existují dva faktory, které lidem často způsobují obtíže v rozpoznání chování jako vyjádření lásky. Jedním je skutečnost, že lidé nejčastěji vyjadřují lásku způsobem, kterému jsou sami schopni porozumět a druhým je, že partneři většinou mají rozdílné primární jazyky lásky a jsou zmateni, když jejich protějšek nerozumí tomu, co chtějí vyjádřit. Pokud partneři nemají stejný primární jazyk lásky, častěji mezi nimi dochází k nepochopení (*miscommunication*). Chapman však není jediný, kdo se zabýval negativním dopadem nepochopení na vztah, například Lee (1973) míní, že obtíže ve vztahu se logicky a přirozeně vyskytují mezi partnery, kteří nesdílejí stejný styl lásky a tyto obtíže považoval za důležité činitele v mezilidské dynamice.

Na první pohled si také můžeme všimnout podobnosti Chapmanových pět jazyků lásky s typologií vztahové údržby, kterou vytvořili Canary a Staffordová (1991; 1992). Oba modely mají pět kategorií a také jejich popisy jsou paralelní. Ujistění (*assurances*) dává partnerovi informace o jeho důležitosti a zdůrazňuje závazek ve vztahu (Canary & Stafford, 1992), což je podobné Chapmanovu jazyku lásky slova ujistění, kde říká, že někteří lidé potřebují slova k potvrzení své důležitosti pro druhého (Chapman, 2002). Kategorie pozitivní chování (*positivity*) je vymezena jako snaha o to, aby interakce s partnerem byly příjemné, například budování sebeúcty pomocí komplimentů (Canary & Stafford, 1992). Chapman (2002) také zmiňuje potřebu pozitivních komentářů. Otevřenost (*openness*) je určena k otevřené komunikaci o pocitech ve vztahu a o očekávání, či potřebách partnerů (Canary & Stafford, 1992). Chapman (2002) zase popisuje nutnost používat přání místo požadavků. Kategorii sdílení úkolů (*sharing tasks*) lze popsat jako vykonávání různých aktivit rovným přístupem (Canary & Stafford, 1992), Chapman (2002) zdůrazňuje nutnost překonávání stereotypních rolí k tomu, aby partneři mohli sdílet úkoly. Poslední kategorií Canaryho a Staffordové (1992) je sociální síť (*social networks*), která odkazuje na sdílení sítě přátel a na to, že k udržování vztahu je potřeba zahrnout do aktivit i jiné lidi, například členy rodiny. Chapman (2002) zase navrhuje, že jeden ze způsobů, jakým páry mohou společně trávit čas, je hraní her s rodinou.

Chapman se na základě své práce s klienty domnívá, že zaměření se na vyjadřování lásky způsobem, kterému partner nejlépe rozumí, zvýší spokojenost v manželství. Vysoce kvalitní manželství se vyznačují tím, že si partneři navzájem pomáhají, tráví spolu čas a jsou si vědomi partnerových potřeb a pečují o něj (Clark & Monin, 2006). Výsledky výzkumu Daintonové (2000) podporují Chapmanovo tvrzení o vztahu mezi jazyky lásky a spokojeností v tom, že existuje pozitivní vztah mezi očekáváním partnerova údržbového chování a spokojeností ve vztahu a naopak selhání v provádění určitého chování může mít za následek to, že se partner necítí být milován. Daintonová (2000) však tvrdí, že lidé od svých partnerů očekávají chování, které spadá do všech kategorií vztahové údržby, kdežto Chapmanův model je založen na vykonávání právě toho chování, které spadá do preferovaného jazyka lásky (Chapman, 1992).

3.2.1 Studie Egbertové a Polkové (2006)

Egbertová a Polková se ve své práci zaměřily na zjištění empirické validity Chapmanových pěti jazyků lásky. K jejich měření vyvinuly dle Chapmanova popisu jednotlivých jazyků lásky škálu obsahující 20 položek. Pomocí potvrzující faktorové analýzy zjistily, že pětifaktorový model ustanovený Chapmanem má jistou psychometrickou validitu a že data mu odpovídají lépe než tři a čtyřfaktorové řešení.

Zároveň jedním z cílů jejich studie bylo zjistit, jaký je vztah mezi Chapmanovými jazyky lásky a škálou Canaryho a Staffordové (1992), která byla revidována Staffordovou a kol. (2000) a která je nejpoužívanějším nástrojem na měření vztahové údržby. Podle výzkumu autorky Chapmanovy jazyky lásky souvisí s jednotlivými dimenzemi v dotazníku Staffordové a kol. (2000). Například byla zjištěna souvislost mezi kategorií *sdílení úkolů* a *soustředěnou pozorností*, mezi *sociální sítí* a *dárky*, *ujištění* a *sdílení úkolů* zase pozitivně korelovalo s *fyzickým kontaktem*. Dle těchto výsledků se autorky domnívají, že Chapmanův model skutečně může odrážet chování, pomocí kterého lidé udržují své vztahy a navrhly možnost, že škála Staffordové a kol. (2000) spíše zachycuje záměry komunikátora, kdežto *jazyky lásky* odkazují na prostředky, nebo nástroje, kterými lidé tyto záměry vysílají k příjemci. Například když si partner přeje *sdílet úkoly*, tento záměr může být umožněn tím, že bude se svým partnerem trávit čas a budou spolu vykonávat *skutky služby* (Egbert, Polk, 2006).

3.2.2 Studie Goffa, Goddarda, Pointerové a Jacksona (2007)

Jedná se o první studii, která se pokusila vyvinout škálu pro Chapmanův model vyjadřování lásky. Faktorovou analýzou bylo získáno 6 jazyků lásky, protože faktor skutky služby se rozpadl na dva faktory, které autoři nazvali domácí práce (*domestic service*) a manuální práce (*manual service*). Respondenti vnímali rozdíl mezi domácími každodenními a opakujícími se pracemi, jako je vaření, uklízení, a spíše jednorázovými venkovními pracemi, jako jsou práce na zahradě a různé opravy. Autoři tento rozdíl vysvětlují genderově rozdílným rozdělením rolí v domácnosti (Goff & kol., 2007).

3.2.3 Studie Lacinové, Michalčákové a Bouši (2009)

Cílem studie Lacinové, Michalčákové a Bouši bylo navázat na předchozí výzkumy týkající se Chapmanových pěti jazyků lásky. Ve výzkumech Egberta a Polkové (2006) a Goffa a kol. (2007) figurovali pouze vysokoškolští studenti, kdežto výzkum Lacinové a kol. (2009) byl rozšířen i na manželské páry. Studie se zaměřuje na rozdíly mezi muži a ženami a prediktory v užívání vztahové údržby, jako je stav, nebo délka vztahu. Autoři získali informace pomocí volných výpovědí respondentů, přičemž otázky vycházely z Chapmanova (2002) návodu, jak poznat svůj anebo partnerův jazyk lásky. Pro účely dané studie byla analyzována pouze jedna otázka z dotazníku („Co děláte, když chcete vyjádřit svému partnerovi, že ho doopravdy milujete?“). Odpovědi respondentů byly roztříděny do 5 kategorií, které zastupovaly jednotlivé jazyky lásky, plus vznikly další kategorie pro odpovědi, které byly příliš obecné, nebo neodpovídaly zadání – kategorie „obecná vyjádření“ a kategorie „partnerovi lásku nevyjadřuji“.

Respondenti nejvíce upřednostňovali *fyzický kontakt* jako způsob vyjadřování lásky, přičemž rozdíl mezi muži a ženami byl nepatrný, autoři si to vysvětlují tak, že sem patří široká škála chování od jemných dotyků, až po sexuální styk. Jako důležitý prediktor pro užívání této kategorie se ukázala délka vztahu. U kategorie *dárky* se projevila větší tendence mužů vyjadřovat lásku pomocí dávání darů (Lacinová a kol., 2009). Podobné zjištění pramení ze studie Areniho, Kieckera a Palana (1998), ve které autoři zjistili, že ženy jsou obecně více zapojeny do problematiky dárek než muži, ale 4 z 5 žen si více pamatují dostávání dárek než jeho věnování. Pro kategorii *soustředěná pozornost* se jako významný faktor objevilo pohlaví a skutečnost, zda jsou respondenti v manželství, nebo ne. U nesezdaných jedinců se zdá více pravděpodobné, že si budou vyjadřovat lásku tímto způsobem. Autoři tento fakt

považují za logický, protože u manželských párů je společně strávený čas už většinou považovaný za samozřejmost, nemusí tedy trávení společného času vnímat jako vyjadřování náklonnosti. Ze studie také vyplývá, že více žen než mužů vyjadřuje lásku pomocí chování, které spadá do kategorie soustředěné pozornosti. Autoři tento rozdíl v pohlaví vysvětlují tím, že ženy jsou obecně více orientované vztahově, mají větší empatii a více se orientují na druhé. Ženy i muži v tomto výzkumu měli tendenci v počáteční fázi vztahu vyjadřovat lásku pomocí slov ujištění, v pozdější fázi vztahu ženy vyjadřovaly lásku spíše skrz kategorii skutky služby (Lacinová a kol., 2009). Tento fakt odpovídá výzkumům, dle kterých muži na ženách nejvíce oceňují to, zda jsou dobrými hospodyněmi (Plaňava, 2000). Zajímavý je prediktor stav, který se ukázal jako významný pro kategorii soustředěná pozornost a skutky služby. Autoři tento fakt interpretují jako možné potvrzení důležitosti manželského svazku pro partnerský vztah, i přestože se v dnešní době jeho význam bagatelizuje (Lacinová a kol., 2009).

3.2.4 Studie Polkové a Egbertové (2013)

Polková a Egbertová (2013) navázaly na svou předchozí studii z roku 2006 a pokusily se najít empirickou podporu pro některá z Chapmanových tvrzení ohledně jeho modelu pěti jazyků lásky. Autorky se, na rozdíl od předchozí studie, zaměřily na oba partnery, což poskytuje lepší přehled o vlivu konceptu pěti jazyků lásky na kvalitu vztahu. Ve svém výzkumu například nenašly vztah mezi dříve vytvořenou 20 položkovou škálou (Egbert & Polk, 2006) na měření primárního jazyka lásky a nucenou volbou jazyka lásky. Tuto neshodu si autorky vysvětlují tak, že výzkumu se zúčastnili mladí participanti (vysokoškolští studenti), kterým se může zdát každé z chování ve 20 položkové škále důležité. V další fázi výzkumu autorky rozdělily páry do 12 typů podle toho, zda se jejich jazyky lásky shodovaly (*match*), částečně shodovaly (*partial match*), nebo vůbec neshodovaly (*mismatch*). Výsledky tohoto kroku podpořily Chapmanovo (1992; 2002) tvrzení, že partneři si často nevyjadřují lásku preferovaným jazykem a že mezi nimi často dochází k miskomunikaci lásky. V této studii autorky zjistily, že 73 % párů vykazovalo částečnou, nebo celkovou neshodu jazyků lásky. Ve studii dále bylo zjištěno, že lidé z párů, kteří vykazovaly neshody v jazycích lásky, vyjadřovali partnerovi lásku tak jak ji cítili. To přímo souvisí s Chapmanovým (1992) tvrzením, že lidé mají tendenci vyjadřovat lásku ve svém primárním jazyce a že má smysl pomáhat lidem porozumět rozdílům v jazycích lásky. Polková a Egbertová (2013) se také zajímaly, zda a jakým způsobem je posouzení kvality vztahu ovlivněno typem vztahu (shodující, částečně se shodující, nebo neshodující). Avšak ve výzkumu i páry, které se v jazycích lásky

neshodovaly, označovaly kvalitu svého vztahu jako vysokou. Vysvětlení lze nalézt v teorii rovnosti, dle které i přestože neshodnost ve vyjadřování lásky není ideálním stavem, je rovnost v partnerství zachována, protože ani jeden z partnerů nedostává to, co potřebuje. V tomto kontextu je tedy částečná shoda mezi partnery horší variantou, protože pak je jeden partner podceňovaný (*underbenefited*) a druhý dostává to, co potřebuje (Polk & Egbert, 2013).

3.2.5. Další studie

Chapmanovými jazyky lásky se zabýval například Veale (2006), který ve své disertační práci zkoumal, jestli povědomí o svém a partnerově primárním jazyce změní chování partnerů za účelem efektivnější komunikace a zda znalost o vyjadřování jazyka lásky ovlivní přizpůsobivost chování za nepřítomnosti jakékoli vnější motivace, tzn. zda ovlivní altruistické chování. Autor nepodpořil své hypotézy, avšak vyzývá k dalším výzkumům na toto téma (Veale, 2006). Jeho studie se však zdá být limitována použitím Chapmanova konstruktů pro měření jazyků lásky, který není legitimním modelem.

Studie studentů z Weber State University (Petersen & kol., 2008) vycházela z hypotézy, že pokud oba partneři znají svůj jazyk lásky a budou se v nich snažit lásku vyjadřovat, jejich spokojenost ve vztahu se zvýší. Studenti navázali na výzkum Goffa a kol. (2007) a k měření primárního jazyka lásky použili jimi vytvořenou škálu, ke které přidali další část ke zjištění skutečně vykonávaného chování a jeho vlivu na spokojenost. Rozsah této studie je příliš omezený na to, aby podpořila Chapmanův model, nicméně se zdá, že pokud je komunikace dáována a obdržována preferovaným a srozumitelným způsobem, vztah mezi partnery se zlepšuje. Avšak ve studii bylo zjištěno, že spokojenost ve vztahu může růst také pokud se člověku dostává komunikace, která je vyjádřena jiným jazykem lásky než je preferovaný. Úsilí, i když ve „špatném“ směru je z tohoto úhlu pohledu dobré úsilí. Tento fakt může oslabovat Chapmanovu premisu a zdá se, že jazyky lásky ovlivňují spokojenost více celostně, než Chapman navrhoval. K vytvoření závěrů však musí být provedeno více studií, protože vztahem jazyků lásky a spokojeností se příliš výzkumů nezabývalo (Petersen et al., 2008).

4. Měřicí nástroje vztahové údržby

První škála měřící vztahovou údržbu byla založena na teorii vzájemné závislosti, kde údržbové chování bylo definováno jako komunikativní chování, které slouží ke snížení nákladů a zvýšení zisků (Braiker & Kelley 1979 cit. dle Dindia, 2000). Od té doby se objevilo několik typologií strategií údržbového chování a s nimi spojených měřících nástrojů (např. Bell et al., 1984 cit. dle Bell et al., 1987; Dindia & Baxter, 1987; Ayres, 1983; Stafford & Canary, 1991). Nejpoužívanější škálou je škála vytvořená na základě typologie Staffordové a Canaryho (1991) a škály od ní odvozené. Kromě škály Staffordové a Canaryho zde bude věnován prostor pokusům o vytvoření škály na základě Chapmanových pěti jazyků lásky (Chapman, 2004 cit. dle Veale, 2006; Egbert & Polk, 2006; Goff et al., 2007).

4.1 Škála dle typologie Staffordové a Canaryho (1991)

Staffordová a Canary (1991) dle své typologie vytvořili škálu pro měření strategií vztahové údržby, kterou sami (Canary & Stafford, 1992) o rok později revidovali do její nejpoužívanější podoby: *Relational Maintenance Strategy Measure (RMSM)*. Dotazník má ve své původní podobě 27 položek, které sytí 5 strategií vztahové údržby: pozitivitu, otevřenost, ujištění, sociální síť a sdílení úkolů. Tento dotazník byl mnohokrát revidován a upravován. Staffordová a kol. (2000) na jejich práci navázali a vyvinuli škálu vztahové údržby, která měří jak strategické, tak i rutinní chování. Jejich škála *Relationship Maintenance Behaviors (RMB)* má 31 položek, které jsou rozděleny do 7 kategorií, přičemž 5 předchozích strategií zůstává a nově se objevují strategie: rady a zvládání konfliktů.

Poslední revizi uskutečnila Staffordová v roce 2010, kdy po deseti letech užívání škály *Relation Maintenance Behaviors* upozornila na její nedostatky a pokusila se je odstranit. Staffordová (2010) poněkud mění konceptuální rámec vztahové údržby, kterou definuje jako činnosti a aktivity vedoucí k podporování těch rysů vztahu, které jsou pro partnery žádoucí. Na rozdíl od předchozích verzí (Stafford & Canary, 1991; Canary et al., 1993; Stafford et al., 2000) tedy přímo odkazuje na chování. Z toho důvodu vyřazuje ze svého nástroje položky, které se zaměřují na to, co má člověk rád (např. „Mám rád trávení času s rodinou“) místo toho, aby kladly důraz na aktivity, do kterých se člověk skutečně zapojuje. Její škála má název *Relational Maintenance Behavior Measure (RMBM)* a stejně jako předchozí instrument obsahuje 7 faktorů. Ty jsou však dle Staffordové (2010) stabilnější než v předchozích pracích. Faktory nazvala: pozitivita (*positivity*), porozumění (*understanding*), sebeotevření

(*self-disclosure*), hovory o vztahu (*relationship talks*), ujištění (*assurances*), úkoly (*tasks*) a sítě (*networks*).

Dle Dindiaové (2003) je původní verze 5 strategií Staffordové a Canaryho (1991) nejužívanějším modelem na poli vztahové údržby. Jejich typologie a měření vztahové údržby (případně doplněná Staffordovou a kol., 2000) je v současné době nejucelenějším modelem v této oblasti a mnoho autorů ho použilo jako výchozí rámec pro své studie (např. Canary, Stafford, Hause, & Wallace, 1993; Weigel & Ballard-Reisch, 1999a; 1999b; Dainton, 2000; Canary, Stafford, & Semic, 2002; Stafford, 2010). Dindiaová (2000) tvrdí, že typologie Staffordové a Canaryho (1991) dominuje na poli výzkumu vztahové údržby z několika důvodů. Jejich měřicí škála má uzavřené otázky, kdežto například škála Dindiaové a Baxterové (1987) má otázky otevřené, takže je složitější na vyhodnocování. Na rozdíl od modelu Bella a kol. (1987), který se soustředí na udržování blízkosti ve vztahu (*affinity-maintenance strategies*), není model Staffordové a Canaryho (1991) omezen pouze na jednu charakteristiku vývoje vztahu. A jako hlavní argument uvádí Dindiaová (2000) fakt, že typologie Staffordové a Canaryho (1991) se opírá o odborníky nejvíce zkoumanou a užívanou definici vztahové údržby, která souvisí s udržováním spokojenosti ve vztahu, kdežto například Ayres (1983) se soustředil hlavně na udržování intimity ve vztahu.

4.2 Chapmanův „Profil jazyka lásky“

Chapman (cit. dle Veale, 2006) vytvořil nástroj na určení primárního jazyka lásky, který nazval Profil jazyka lásky (*Love Language Profile*). Chapmanův profil se skládá z 30 párů tvrzení. Lidé mají vždy vybrat jedno tvrzení, které více vyjadřuje chování nebo aktivity, které by dle ideálního stavu měl jejich partner vykonávat. Chapmanův profil obsahuje například položku: „Milé poznámky/komplimenty od mého manžela mi dělají radost,“ a proti tomu stojí tvrzení: „Mám ráda, když mě manžel obejmě.“ Lidé mají za úkol vybrat tvrzení, se kterým více souhlasí. Profil byl vytvořen zvláště pro muže a ženy, aby odpovídal správným rodovým variantám. Avšak Chapman ani nikdo jiný neověřoval psychometrické vlastnosti tohoto nástroje, tudíž ho nelze považovat za plnohodnotné měření ani jazyků lásky, ani vztahové údržby.

4.3 Škála jazyků lásky Egbertové a Polkové (2006)

Egbertová, Polková (2006) vyvinuly Škálu jazyků lásky (*Love Language Scale*). Položky autorky vytvářely podle Chapmanovy knihy (1992). Dle popisů jednotlivých jazyků lásky

vygenerovaly 20 položek, 4 pro každý jazyk lásky, přičemž respondenti měli odpovídat na pětibodové škále do jaké míry s danou položkou souhlasí. Autorky zmiňují, že Chapmanova idea pěti odlišných jazyků lásky se zdá být validní pro širokou veřejnost, která z jeho knihy udělala bestseller, samy se však pokusily vytvořený měřicí nástroj validizovat porovnáním s již ustanoveným měřením vztahové údržby Staffordové a kol. (2000) (viz kapitola 4.1). Jako limity lze uvést, že výzkumu se zúčastnili pouze studenti a že položky zastupující určité chování jsou málo specifické. Samy autorky uvádí, že jednotlivé položky odrážející chování by měly být více konkrétní a diferencované. Například místo položky „Dávám partnerovi pozitivní komentáře³.“ navrhuji zařadit do škály položku „Chybíš mi,“ nebo „Miluju tě.“

4.4 Škála Goffa a kol. (2007)

Položky do škály ve výzkumu Goffa a kol. (2007) byly vybrány na základě Chapmanových frází a slov, které ve své knize (1992) používá pro popis jednotlivých jazyků lásky. Autoři nejprve ověřili zjevnou validitu a formulace položek na malém vzorku studentů. Následná analýza dat byla provedena s 38 položkami, některé z nich však musely být po provedení faktorové analýzy vyřazeny, protože křížily více jazyků lásky (např.: „*Vyjadřuje mi sympatii*“ nebo „*Sdílíme spolu zážitky*“). Po jejich odstranění vzniklo 28 položek škály, které sytí 6 faktorů (viz kapitola 3.2.2). Tuto studii lze považovat za důležitý první krok ve vývoji nástroje založeného na pěti jazycích lásky. Autoři pro budoucí studie doporučují další ověření jejich škály na větším vzorku respondentů, nebo zahrnutí respondentů, kteří mají delší vztahovou zkušenost (v této studii figurovali vysokoškolští studenti) a uskutečnění studie, která by srovnávala škálu s jinou škálou založenou na jiném teoretickém základu.

³ Angl. originál: „*Giving my partner positive comments.*“

III. Empirická část

5. Východiska výzkumu

Teoretická část práce se věnuje třem oblastem: lásce a partnerským vztahům, konceptu vztahové údržby a představení modelu Garyho Chapmana „pět jazyků lásky.“ Především se však snaží všechny tyto oblasti provázat a Chapmanův populární model „pět jazyků lásky“ dát do souvislosti s výzkumy na poli vztahové údržby. Poslední kapitola teoretické části je věnována měření vztahové údržby, kde jsou představeny pokusy vytvořit na základě Chapmanova modelu měřicí nástroj. Tyto studie (Egbert, Polk, 2006; Goff et al., 2007) mají své limity, ze kterých bylo vycházeno v předkládané práci a postup utváření měřicí škály pěti jazyků lásky byl uskutečněn jiným způsobem, než v předešlých studiích. Dle Chapmana (2002) porozumění partnerovu jazyku lásky zvyšuje možnost vyjádření lásky jeho preferovaným způsobem, což vede k větší partnerské spokojenosti. Aby mohla být Chapmanova tvrzení zkoumána a podporována, musí nejprve existovat validní nástroj na měření jazyků lásky. To je právě cílem předkládané práce.

Dalším východiskem z teoretické části je koncept spokojenosti jako centrálního prvku, který propojuje různé výzkumy blízkých vztahů. Spokojenost ve vztahu je konceptuálním rámcem pro vymezení strategií vztahové údržby, ale také nejčastěji zkoumaným korelátem. Vykonávání údržbového chování je motivováno právě dosažením spokojenosti ve vztahu (Dindia, 2000). Avšak spokojenost není spojena pouze se vztahovou údržbou, ale také s citovou vazbou, kdy výzkumy konzistentně prokazují, že lidé s jistou citovou vazbou jsou ve vztazích spokojenější a vykonávají více údržbového chování (Hazan & Shaver, 1987; Mikulincer & Shaver, 2007). Ve výzkumné části práce bude dán do souvislosti vliv citové vazby, údržbového chování a chování zjištěného pomocí nově vytvořené *Škály pěti jazyků lásky* se spokojeností ve vztahu.

6. Cíl výzkumu a výzkumné otázky

Předkládaný výzkum si klade za cíl přispět k výzkumům vztahové údržby vytvořením základní verze screeningové škály, která bude vycházet z teoretického modelu „pěti jazyků lásky“ Garyho Chapmana (1992; 2002). Tento výzkum navazuje na předchozí studie vycházející z modelu Chapmana (Egbert & Polk, 2006; Goff et al., 2007), jejichž cílem také bylo vytvořit měřicí nástroj vztahové údržby. Tato práce vychází z jejich limitů a doporučení pro budoucí výzkumy a jejím cílem je vytvořit zcela nový nástroj (*Škálu pěti jazyků lásky*), který bude obsahovat položky založené na výpovědích respondentů a ne na popisech jednotlivých jazyků lásky z Chapmanovy (1992; 2002) knihy, jako tomu bylo u výše zmíněných studií. Výzkum si dále klade za cíl ověřit základní psychometrické kvality nově vytvořené škály a porovnat ji s již ustanoveným měřením vztahové údržby a následně zjistit, jaké proměnné a z jaké míry predikují vnímanou vlastní spokojenost ve vztahu a zda na spokojenost má vliv vlastní vykonávání údržbového chování.

Hlavní výzkumný cíl práce: Vytvořit základní podobu škály založené na modelu „pěti jazyků lásky“ G. Chapmana a ověřit její psychometrické vlastnosti. Dílčí výzkumné cíle kopírují jednotlivé kroky při tvorbě dotazníku, první studie si klade za cíl na základě dat z výzkumu Lacinové a kol. (2009) vygenerovat položky do první verze dotazníku, ve druhé studii je hlavním cílem vybrat z prvotní verze dotazníku 20–25 nejnositelnějších položek. Tyto položky budou tvořit finální *Škálu pěti jazyků lásky*, jejíž psychometrické kvality budou ověřovány ve třetí studii.

VO1: Jaký je vztah nově vytvořené *Škály pěti jazyků lásky* a již ustanoveným měřením vztahové údržby?

Z teoretické části práce vyplývá, že spokojenost ve vztahu je jednou z nejčastěji zkoumaných proměnných ve výzkumech zabývajících se vztahy a vztahovou údržbou. Předkládaná práce si jako další cíl klade snahu vytvořit model, pomocí kterého by mohl být vysvětlen co největší rozptyl spokojenosti ve vztahu. Jako nezávislé proměnné byly zvoleny již v teoretické části zmiňované koncepty související se spokojeností ve vztahu.

VO2: Jaké jsou prediktory vlastní spokojenosti ve vztahu a jaký vztah má vlastní vykonávání chování ze *Škály pěti jazyků lásky* na vnímanou spokojenost ve vztahu?

6.1 Etika výzkumu

Respondenti, kteří se zapojili do výzkumu, odpovídali na řadu osobních otázek, takže bylo nutné zajistit jejich pocit bezpečí a anonymitu. Etika výzkumu se řídila Etickými principy psychologů Americké psychologické asociace (konkrétně 8. standardou: Výzkum a publikace, APA, 2010)

Úplné anonymity respondentů ve druhé a třetí studii (data sbírána autorkou práce) bylo dosaženo tím, že data byla sbírána v on-line prostředí, takže výzkumnice ani čtenáři výzkumu nemají informace, které by mohly totožnost respondentů určit. Respondenti byli na začátku výzkumu ujištěni o anonymitě dat: *„Všechny informace, které uvedete, jsou anonymní a budou použity pouze pro účely mého výzkumu, popř. zpracování studie pro odbornou veřejnost.“*

Dále byli respondenti v úvodu dotazníku informováni o účelu výzkumu a o předpokládané době trvání. Na konci dotazníku měli možnost vyjádřit jakékoli myšlenky, či poznatky, které je v souvislosti s výzkumem napadaly. Byl zde také uveden kontakt na autorku výzkumu, kam se mohli obracet se svými dotazy. Účastníkům výzkumu byla také poskytnuta informace o tom, kde bude diplomová práce zveřejněna.

Účast ve výzkumu by neměla na respondenty mít negativní dopad, naopak by mohla pomoci určitému uvědomění a sebereflexi v oblasti partnerských vztahů a vyjadřování lásky.

7. Studie 1

První studie si klade za cíl vygenerovat a vybrat položky do prvotní verze *Škály pěti jazyků lásky* na základě dat získaných ve výzkumu Lacinové a kol. (2009). Dle DeVellise (2012) by mělo být do pilotní studie použito 3–4krát více položek než je jejich požadovaný finální počet. V tomto výzkumu bylo cílem vytvořit 15–20 položek pro každý z jazyků lásky.

7.1 Metoda

7.1.1 Výzkumný soubor

Výzkumný soubor tvořilo celkem 341 respondentů (dalších 7 bylo zcela nevyplněných, proto byly vyloučeny z analýzy), z nichž 122 respondentů byly manželské páry (50 % žen). Věk respondentů v manželství byl v rozmezí 21–65 let, průměrný věk 39,24 roku, SD = 10,28. Délka manželství respondentů byla v rozmezí od 4 měsíců do 44 let, přičemž průměrná délka manželství byla 13,86 roku, SD = 10,4. Kritériem výběru manželských párů do výzkumu bylo a) manželství bez ohledu na délku trvání, b) dobrovolná účast obou manželů. Dalších 219 respondentů byli nesezdaní jedinci, převážně vysokoškolští studenti, z nichž bylo 184 (84 %) žen a 35 (16 %) mužů. Věk nesezdaných respondentů se pohyboval od 19–29 let, průměrný věk 22,08 roku, SD = 1,68. Délka partnerství nesezdaných jedinců se pohybovala od 1 měsíce do 7,2 let, přičemž průměrná délka vztahu byla 2,33 roku, SD = 2,03. Kritériem výběru do souboru nesezdaných jedinců bylo a) dosud nesezdaní jedinci, b) zkušenosti s partnerským vztahem a c) dobrovolná účast ve výzkumu.

7.1.2 Metoda sběru dat

Převážná část dat byla sbírána v rámci studie Lacinové a kol. (2009), některá data byla nasbírána později (do roku 2013). Všichni respondenti měli písemně administrovat dotazník, který Lacinová a kol. použili svém výzkumu a který obsahoval 5 otevřených otázek. Tyto otázky byly vytvořeny na základě Chapmanových (2002) doporučení pro zjištění svého, nebo partnerova primárního jazyka lásky. Dotazování pomocí volných odpovědí je v oblasti výzkumu vztahové údržby běžným postupem (např. Bell et al., 1987; Dindia & Baxter, 1987; Stafford & Canary, 1991)

Respondenti dostali instrukci, aby u každé otázky uvedli alespoň 3 příklady takového chování:

1. Jaké konkrétní chování Vašeho partnera ve vás vyvolává pocit, že vás opravdu miluje?
2. Jaké chování (projev lásky) vám ze strany vašeho partnera chybí?
3. Co děláte když chcete partnerovi vyjádřit, že ho opravdu milujete?
4. Jaké konkrétní chování vašeho partnera vás nejvíce zraňuje?
5. Jaké vaše chování podle vás zraňuje partnera?

7.1.3 Způsob zpracování dat

První fáze zpracování dat (analýza položek a jejich kategorizace) probíhala v únoru a březnu roku 2013, druhá fáze (obsahová analýza) byla uskutečněna v květnu 2013 a fáze výběru a finální úpravy položek před sběrem dat probíhala v září 2013. Pro tvorbu položek do základní verze dotazníku byla zpracována data získaná z 1. a 3. otázky ve výzkumu Lacinové a kol. (2009). Chování, které respondenti popisovali, bylo přepisováno do programu Excel. Následně byla data kategorizována dle Chapmanova (2002) modelu pět jazyků lásky. I přesto, že Goff a kol. (2007) ve svém výzkumu detekovali šest faktorů místo pěti (jazyk lásky skutky služby se v jejich výzkumu rozpadl na domácí práce a manuální práce, viz kapitola 3. 2. 2), pro účely této práce bude použit model pěti jazyků lásky tak, jak ho navrhl Chapman (1992; 2002). Položky byly rozděleny celkem do 10 kategorií (viz výsledky výzkumu kapitola 7.2).

Pomocí obsahové analýzy byly položky v jednotlivých jazycích lásky dále tříděny. V každém jazyce lásky vzniklo několik dílčích kategorií, které slučují odpovědi respondentů dle jejich významu. Tím se data stala přehlednějšími pro další postup. Do první verze dotazníku bylo z každého jazyka lásky vybráno 15–18 položek, přičemž musela být dodržena kritéria výběru. Nesměly vzniknout pochyby ohledně zařazení položky do daného jazyka lásky (to znamená, že položka nesměla zároveň spadat do dvou jazyků lásky, apod.) a položka musela být srozumitelně formulovaná. Z každého jazyka lásky bylo do dotazníku zařazeno co nejvariabilnější chování, nejlépe tak, aby v dotazníku byla zastoupena každá z kategorií vytvořených obsahovou analýzou. Zároveň do prvotní verze dotazníku byly zařazovány položky, které si byly velmi podobné a nebylo na první pohled zřejmé, která z nich je vhodnější. Chování, které bylo vybráno do první verze dotazníku *Škála pěti jazyků lásky*, muselo být zmíněno respondenty opakovaně, tzn nesmělo být ojedinělé. Položky byly

upraveny, aby byly jednoznačné, správně a spisovně formulované, aby v nich nebyly obsaženy slangové výrazy a v neposlední řadě bylo důležité upravit je tak, aby odpovídaly oběma rodovým variantám. Po uskutečnění výběru otázek byla ještě provedena kontrola formulací a jejich finální podoba byla vytvořena po konzultaci s vedoucí práce.

7.2 Výsledky

7.2.1 Kategorizace dat

Všechny položky (N = 2046) získané analýzou 1. a 3. otázky z dotazníku Lacinové a kol. (2009) byly rozčleněny do 10 kategorií (tabulka č. 1), pět kategorií zastupuje jednotlivé jazyky lásky dle toho, jak je vymezil Chapman (1992), do dalších kategorií spadají položky, které z různých důvodů nemohly být zařazeny do jednotlivých jazyků lásky. Jedná se například o položky, které neuvádí konkrétní způsob chování (neodpovídají instrukci), jsou příliš vágní, nebo popisují vlastnosti respondenta, nebo jeho partnera. Takové položky spadají do kategorie 7 *obecná vyjádření* a k jejich správnému rozřazení by bylo potřeba se respondentů doptat, co konkrétně jednotlivé odpovědi znamenají. Do kategorie 6 byly zařazeny položky, které by mohly spadat zároveň do dvou jazyků lásky, není tedy jasné, jak je zařadit. Do kategorie 8 patří ty položky, které neodpovídají žádnému z Chapmanem ustanovených jazyků lásky, mohly by však spadat mezi chování vztahové údržby dle jiné teorie, například teorie Staffordové a Canaryho (1991), nebo některé z navazujících teorií (Stafford et al., 2000; Stafford, 2010). Posledními dvěma kategoriemi jsou: *partnerovi lásku nevyjadřují* (9) a *prázdné položky* (10).

Tabulka č. 1 – Příklad kategorizace položek

Kategorie	Popis kategorie	Příklady položek ⁴
1. slova ujištění (N = 295; 14 %)	veškeré slovní ocenění, lichotky, pochvaly, zrdobněliny, apod	Řeknu mu, že ho miluju. Říkám mu miláčku. Vždy o něm mluvím ve zdobnělinách. Pochválím ho.
2. pozornost (N = 473; 23 %)	společné aktivity partnerů, soustředěná pozornost, společný čas	Organizuji si čas tak, abychom mohli být spolu. Povídám si s ním o jeho problémech. Zajímám se o její názory, pocity a myšlenky.
3. dárky (N = 185; 9 %)	pozornosti, dárky, dávání něčeho, co partnerovi udělá radost	Dám jí čokoládu. Koupím nějakou drobnost - pozornost, která jí udělá radost. Vyroším mu dárek z lásky.
4 skutky služby (N = 124; 6 %)	dělání činností v domácnosti, nebo na zahradě, které partnera potěší	Uklidím, aby se doma cítil dobře Snažím se pomoci v domácích pracích. Uvařím mu jeho oblíbené jídlo.
5. fyzický kontakt (N = 352; 17 %)	jakýkoli fyzický kontakt a fyzická blízkost	Držím jí za ruku. Políbím ho. Dotýkám se jí. Něžně se s ním mazlím.
6. položky spadající do dvou kategorií (N = 15; méně než 1 %)	položky, u kterých není jasné, do jakého jazyka lásky patří	Přitulím se a řeknu mu, že ho miluju. Pokaždé, když jsme spolu, tak ho obejmou a řeknu, že ho miluju.
7. obecná vyjádření (N = 337; 17 %)	vágní vyjádření, vyjádření příliš obecné a popisování svých nebo partnerových vlastností	Vyjádření citu neverbální. Umím se vcítit do jeho pocitů. Hezky se ke ní chovám.
8. vyjádření odpovídající jiným teoriím (N = 17; méně než 1 %)	vyjádření odpovídající jiné teorii, (např. Stafford & Canary, 1991; Stafford et al., 2000; Stafford, 2010)	Odpouštím mu. Umím se omluvit. Chápe mě.
9. partnerovi lásku nevyjadřuji (N = 27; 1 %)		
10. bez odpovědi (N = 221; 11 %)		

7.2.2 Obsahová analýza dat

Obsahová analýza byla provedena pro prvních pět kategorií z předchozího kroku, tedy pro položky v každém z pěti jazyků lásky. Výsledky obsahové analýzy jsou pro přehlednost znázorněny v tabulkách s konkrétními příklady chování, které respondenti uváděli. S položkami z ostatních kategorií nebylo dále pracováno.

Slova ujištění

⁴ Příklady položek jsou zde ponechány v původní podobě, v jaké je uváděli respondenti. Nejsou ještě formálně upraveny, stejně tak nejsou zatím rozlišeny rodové varianty.

Kategorie *slova ujištění* byla obsahovou analýzou rozdělena na 10 subkategorií, přičemž v desáté subkategorii jsou nezařazené položky. Kategorie jsou i s příklady jednotlivých položek znázorněny v tabulce č. 2.

Tabulka č. 2 – Výsledky obsahové analýzy slov ujištění

Kategorie	Příklady položek
Vyjádření lásky slovní	Řeknu mu, že ho miluju. Vyjádřím mu lásku slovně. Přímo mu vyznám lásku.
Oslovení	Říkám jí miláčku. Oslovuji ho zdobně. Oslovuji ho lásko.
Ocenění	Dokážu ho ocenit. Vyjadřuji jí uznání. Oceňuji slovy to, co udělal nebo jaký je.
Lichotky a chvála	Chválím ho, když se mu něco povede. Chválím ho a povzbuzuji, dodávám mu sebevědomí. Říkám jí, že jí to sluší.
Ujištění	Říkám mu, jak je mi s ním dobře. Říkám mu, že mi na něm záleží. Říkám mi, že je pro mě nejdůležitější v životě.
Společná budoucnost	Mluvím s ním o naší společné budoucnosti. Říkám jí, že se mnou může „počítat.“ Říkám jí, že bych s ní chtěl strávit zbytek života.
Podpora a povzbuzení	Vyjadřuji mu podporu. Povzbuzuji ho slovy: „Ty to zvládneš.“
Když nejsme spolu	Komunikuji s ním během dne, když nejsme spolu. Sdělují mu, že se mi stýská. Říkám jí, že se na ni těším.
Ve společnosti	Všude se mnou chlubí. Ve společnosti jiných lidí dokáže vyjádřit, že mě miluje.
Bez kategorie	Vtipně, hravě a zábavně s ním komunikují. Mluví o nás v množném čísle – my.

Soustředěná pozornost

V této kategorii vzniklo obsahovou analýzou celkem 16 subkategorií. Největší počet vzniklých subkategorií v tomto jazyce lásky je logický, protože sem spadá velmi rozmanité a variabilní chování. V tabulce č. 3 jsou popsány všechny subkategorie i s příklady jednotlivých položek.

Tabulka č. 3 – Výsledky obsahové analýzy soustředěné pozornosti

Kategorie	Příklady položek
Pozornost	Věnuje mi pozornost. Když s ním mluvím věnuje pozornost jenom mně. Všímá si mě.
Zájem	Zajímá se o mě, mé názory, pocity a myšlenky. Zajímá se o to, co dělám a co mě baví.
Společné aktivity	Jedeme na dovolenou, nebo podnikneme společný výlet. Chodíme na procházky do přírody. Jdeme na koncert. Dáme si sklenku vína.
Plánování	Plánuje náš společný čas. Nečekaně naplánuje dovolenou, výlet, nebo víkend. Vymýšlí akce, které bychom spolu mohli podniknout.
Čas	Tráví se mnou čas. Věnuji mu svůj čas i když bych potřebovala dělat jiné věci. Přizpůsobí se mému časovému rozvrhu.
Intimní sdílení	Otevřeně a upřímně s ním mluvím o intimních záležitostech. Sdílí se mnou své problémy.
Naslouchání	Dokáže mě poslouchat, naslouchat mi a porozumět. Pozorně mu naslouchám. Poslouchám o čem mi vypráví, i když mě to téma moc nezajímá.
Komunikace	Komunikuji s ním během dne. Mluvím s ním o našem vztahu. Povídáme si.
Večery	Trávíme spolu večery. Uděláme si pěkný večer.
Problémy	Pozná, že mě něco trápí a chce mi pomoci. Pomáhá mi řešit problémy.
Důležité okamžiky	Nezapomíná na pro mě důležité okamžiky. Všímá si pro mě důležitých věcí ve vztahu.
Společná práce	Společně spolu pracujeme v domácnosti nebo na zahradě. Děláme věci společně.
Záliby partnera	Dělám věci, kterého baví, i když mě tolik ne. Dělám to, co má rád.
Sami dva	Zařídí chvíli jen pro nás dva. Trávíme chvíle o samotě.
Zájem o můj den	Ptá se mě, jak jsem se měla. Zeptá se mě, jak se mám a jak se cítím.
Bez kategorie	Sdílení zájmů a přátel. Jede za mnou dlouhou cestu, jenom aby mě na chvíli viděl.

Dárky

V tabulce č. 4 jsou popsány výsledky obsahové analýzy v kategorii *dárky*, kde bylo vytvořeno 8 subkategorii.

Tabulka č. 4 – Výsledky obsahové analýzy dárků

Kategorie	Příklady položek
Překvapení, drobnost	Překvapím ji malou pozorností. Dám mu malý a nečekaný dáreček. Překvapím ho dárkem, i když není žádná zvláštní příležitost.
Na výročí, narozeniny	Na výročí mi koupí nějakou drobnost. Dávám mu promyšlené dárky k narozeninám.
Vyrobený	Vyrobí mi dárek z lásky. Složím mu básničku, nebo písničku.
Zážitek	Připraví mi hezký zážitek. Koupí vstupenky do kina nebo divadla.
Radost	Dám mu dárek, po kterém touží. Splním partnerovi přání. Koupím nějakou drobnost, o které předpokládám, že jí udělá radost.
Jídlo	Koupím oblíbený pamlsek. Přinese mi z nákupu oblíbený jogurt.
Bez kategorie	Hraje mi mé oblíbené písně. Dám mu vzkaz na ledničku, který najde když se probudí.

Skutky služby

Obsahovou analýzou kategorie *skutky služby* vzniklo 10 subkategorii, které jsou uvedeny v tabulce č. 5.

Tabulka č. 5 – Výsledky obsahové analýzy skutků a služeb

Kategorie	Příklady položek
Úklid	Uklidím, aby se doma cítil dobře. Pomáhám mu udržovat domov uklizený.
Domácnost	Opravím nějakou drobnost v domácnosti, na kterou si už dlouho stěžuje. Vyperu.
Děti	Pomáhám s dětmi či v domácnosti.
Pomoc	Pomáhám mu s čím potřebuje. Když potřebuje pomáhám mu na úkor vlastního času.
Jídlo	Uvařím mu jeho oblíbené jídlo. Uvařím dobrou večeři. Nachystám mu do práce svačinku.
Péče	Pečuje o mě. Starám se o něho.
Nemoc	Uvařím čaj, když jí je špatně. Pečuje o mě, když jsem nemocná.
Udělám něco	Udělám něco, co si přeje, i když se mi nechce. Udělám něco na úkor svých zájmů.
Přání	Vyhoví mým přáním, splní o co ho poprosím. Udělám to, co si přeje, i když s tím vnitřně nesouhlasím.
Bez kategorie	Obětuje své pohodlí pro mě. Poskytování rodinného zázemí a servis s tím spojený.

Fyzický kontakt

V této kategorii vzniklo obsahovou analýzou 12 subkategorií popsanych níže v tabulce č. 6.

Tabulka č. 6 – Výsledky obsahové analýzy fyzického kontaktu

Kategorie	Příklady položek
Něžnosti	Je ke mně něžný. Milé něžné projevy.
Polibky	Nečekaně mě políbí. Líbá mě do vlasů. Ráno mi dá pusku na rozloučenou.
Pohlazení	Pohladí mě. Pohladí mě po tváři.
Objetí	Sám od sebe mě obejmě. Pevně a douze mě obejmě. Objemě mě na veřejnosti.
Sex	Mazlím se s ním a miluju. Máme sex.
Blížkost	Je mi nablízku, když je mi smutno. Iniciuje fyzický kontakt.
Mazlení	Něžně se s ním mazlím. Přitulím se a zapředu jako kočka.
Dotek	Když jsme spolu, stále se dotýkáme. Položí si na mě hlavu.
Držení za ruku	Vzájemné držení se za ruce. V noci mě chytne za ruku.
Pohled	Dívá se na mě zamilovaně. Hezky se na mě podívá. Dlouhý pohled do očí.
Úsměv	Usmívám se na něj. Usmívám se na něho od ucha k uchu.
Bez kategorie	Vyhodí mě do vzduchu.

7.2.3 První verze dotazníku

První verze dotazníku Škála pěti jazyků lásky obsahuje 85 položek. Počet položek pro jednotlivé jazyky lásky je znázorněn v tabulce č. 7. Celý vytvořený dotazník i s konkrétním zněním jednotlivých položek lze nalézt v příloze 1.

Tabulka č. 7 – Počet vytvořených položek pro jednotlivé jazyky lásky

Slova ujištění	17 položek
Soustředěná pozornost	18 položek
Dárky	17 položek
Skutky služby	18 položek
Fyzický kontakt	15 položek
Celkem	85 položek

7.3 Diskuse

Pro tvorbu prvotní verze dotazníku *Škály pěti jazyků lásky* bylo použito konkrétní chování, které respondenti popisovali ve výzkumu Lacinové a kol. (2009). Z tohoto výzkumu bylo vytvořeno celkem 2046 položek, které byly dále tříděny a kategorizovány. Ve studii Lacinové a kol. (2009) respondenti nejčastěji uváděli chování patřící do kategorií *fyzický kontakt* a *slova ujištění*. V předkládaném výzkumu bylo nejvíce položek zařazeno do kategorie *soustředěná pozornost*, na druhém místě byl *fyzický kontakt* a následovala *slova ujištění*. Tento rozdíl je dán tím, že Lacinová a kol. (2009) pro svou práci analyzovali pouze třetí otázku dotazníku (*Co děláte když chcete partnerovi vyjádřit, že ho opravdu milujete?*), ale pro účely tohoto výzkumu byla použita také analýza první otázky (*Jaké konkrétní chování Vašeho partnera ve vás vyvolává pocit, že vás opravdu miluje?*) a bylo analyzováno o 108 dotazníků více než ve studii Lacinové a kol. (2009). Hypoteticky by však tento rozdíl mohl znamenat, že lidé vyjadřují lásku jiným způsobem, než jakým ji přijímají.

V této studii byla škála vytvořena dle reálných výpovědí respondentů. Respondenti měli za úkol vypovídat, jaké chování jejich partnera je přesvědčí o jeho lásce a jaké chování vykonávají, když chtějí svému partnerovi sdělit, že ho milují (výzkum Lacinové a kol., 2009). Už tato fáze výběru položek je oproti ostatním pokusům vytvoří škálu pěti jazyků lásky unikátní, protože položky byly generovány ze skutečného chování uváděného respondenty. Jako slabinu výzkumného designu lze uvést fakt, že nebyla možnost doptávat se respondentů na jimi popisované chování. Z důvodu nejasnosti nebo nejednoznačnosti položek jich mnoho (17 % z celkového počtu) bylo zařazeno do kategorie obecné, čímž mohl výzkum přijít o další cenná data.

8. Studie 2

Hlavním cílem druhé studie bylo vytvořit screeningovou škálu na měření primárního jazyka lásky (*Škála pěti jazyků lásky*). K naplnění tohoto cíle bylo potřeba provést pilotní výzkum 85položkového dotazníku, který byl vytvořen v první studii a na základě získaných dat vybrat 4–5 položek pro každý z jazyků lásky (celkem tedy 20–25 položek), které budou zachycovat variabilitu chování v jednotlivých jazycích lásky, zároveň budou splňovat určitá kritéria a budou tvořit ucelenou škálu.

8.1 Metoda

8.1.1 Výzkumný soubor

Ve studii bylo nasbíráno 384 dotazníků, z nichž bylo 13 vyloučeno, protože byly z více jak poloviny nevyplněné, nebo byly vyplněné neplatně. Analyzováno bylo 371 dotazníků, přičemž výzkumu se zúčastnilo 191 (51,5 %) žen a 180 (48,5 %) mužů. Nejmladšímu respondentovi bylo 17 let a nejstaršímu 62 let. Průměrný věk činil 30,56 roku, $SD = 8,39$. Nejvíce respondentů v dotazníku uvedlo vysokoškolské vzdělání (199 respondentů, 54 %) a středoškolské vzdělání s maturitou (139 respondentů; 37,5 %). Středoškolské vzdělání bez maturity uvedlo 28 respondentů (7,5 %) a základní vzdělání 3 respondenti (méně než 1 %). Dva respondenti své vzdělání neuvedli.

V době výzkumu bylo 330 (89 %) respondentů v partnerském vztahu a zbytek respondentů nikoli (41 respondentů; 11 %). V manželství bylo v době výzkumu 143 respondentů (38,5 %) a zbytek respondentů bylo nesezdaných (228 respondentů; 61,5 %). Nesezdaní respondenti uváděli délku vztahu od 1 měsíce do 368 měsíců (30,6 let), přičemž průměrná délka vztahu byla 49 měsíců (4,1 roku), $SD = 50,66$. Respondenti v manželském svazku uváděli délku manželství od 1 měsíce do 443 měsíců (36,9 roku), průměrná délka manželství byla 124 měsíců (10,3 roku), $SD = 107,85$. S partnerem v jedné domácnosti žilo 257 (69 %) respondentů a 111 (30 %) respondentů uvedlo, že s partnerem domácnost nesdílí, 3 (méně než 1 %) respondenti na tuto otázku neodpověděli. Délka společného soužití byla uvedena od 1 měsíce do 450 měsíců (37,5 roku), průměrná délka soužití byla 66 měsíců (5,5 roku), $SD = 96,49$.

Respondenti byli do výzkumu vybíráni samovýběrem (odkaz na výzkum byl umístěn na sociálních sítích a v diskuzních fórech) a také technikou snow-ball, kdy byli lidé

nezáväzně osloveni, aby odkaz na výzkum šířili mezi své známé. Výběr vzorku tedy nebyl uskutečněn náhodným způsobem, jednalo se o výběr na základě dobrovolnosti a dostupnosti, vzorek tedy nelze považovat za reprezentativní. Cílem výběru však bylo získat rovnocenný vzorek obou pohlaví a co nejrozmanitější vzorek z hlediska věku a délky vztahu, což bylo splněno.

Pro účast respondentů ve výzkumu byly stanoveny dvě podmínky: a) zkušenost s partnerským vztahem (respondenti mohli vypovídat o svém současném, nebo minulém vztahu), b) dobrovolná účast ve výzkumu.

8.1.2 Metoda sběru dat

Data byla sbírána pomocí dotazníku vytvořeného v první studii, položky byly náhodně namíchané, protože nebylo žádoucí nechat položky s velmi podobným, nebo téměř shodným významem hned za sebou. Tento dotazník obsahuje 85 otázek, které reprezentují jednotlivé chování vyjadřující partnerovi lásku. Respondenti měli odpovídat, jak často dané chování vykonávají na pětibodové Likertově škále, kde 1 = *nikdy* a 5 = *velmi často*. Četnost chování byla zvolena z toho důvodu, aby respondenti vypovídali o skutečném chování, které vykonávají a ne o své preferenci, nebo ideálním stavu. To je v souladu Chapmanovým (2002) tvrzením, že způsob, který člověk používá k vyjadřování lásky partnerovi nejčastěji, je většinou jeho primárním jazykem lásky. Chapman dále tvrdí, že lidé většinou svým partnerům vyjadřují lásku takovým způsobem, jakým by si ji přáli dostávat.

8.1.3 Výzkumný postup

Dotazník byl vytvořen on-line pomocí služby docs.google.com. Odkazy na něj byly umístěny na sociální síť Facebook.com a to mezi známé, přátele a do několika skupin (FSS Brno psychologie, Účastníci výzkumu) s nezávaznou žádostí o další sdílení odkazu.

Způsob oslovení účastníků výzkumu je uveden v příloze č. 2. Nejprve byli respondenti požádáni o vyplnění několika základních informací, jako je pohlaví, věk a dosažené vzdělání a několika otázek týkajících se jejich partnerského vztahu – zda jsou v současné době v partnerském vztahu, jaká je délka partnerství, zda jsou v manželském svazku a jestli s partnerem sdílí jednu domácnost.

Dále následovala prvotní verze *Škály pěti jazyků lásky*, ke které byla uvedena instrukce: *Ohodnoťte, jak často se chováte následujícími způsoby, když chcete vyjádřit, že svého*

partnera doopravdy milujete. U dotazníku byl přiložen kontakt na autorku, aby se na ni respondenti mohli obrátit s případnými dotazy.

8.1.4 Způsob zpracování dat

Data byla zpracovávána v říjnu a listopadu 2013. Data byla vložena do programu Excel, kde byla data dále upravována a kontrolována. Všechny položky, na které respondenti odpovídali na škále 1–5 byly již ze služby docs.google.com nakódovány. Bylo potřeba kódovat pouze položky, kde respondenti odpovídali ano/ne, zadávali své vzdělání, pohlaví, apod. Data byla dále opakovaně kontrolována. V programu Excel byly například barevně označeny všechny položky s číslem 5, takže bylo na první pohled patrné, že v některých dotaznících jsou všechny položky vyplněny pouze číslem 5 – takové dotazníky byly z analýzy vyloučeny. Dále byla zkontrolována správnost některých položek – například zda není uvedená délka vztahu nebo délka soužití větší než věk respondenta (např. věk respondenta byl uveden 45 let a délka vztahu 630 měsíců). Takové dotazníky byly také považovány za neplatné. Po zkontrolování dat byly prázdné položky (*missing values*) označeny kódem 999, to znamená, že analýza s nimi dále nepočítala. Celkem bylo vyplněných položek 35 245 a chybějících položek bylo 181 (0,5 %), což je zanedbatelný počet.

Další zpracování dat probíhalo v programu SPSS (verze 20.0.0), kde byly vytvořeny základní deskriptivy pro jednotlivé položky. Položky do finální verze *Škály pěti jazyků lásky* byly vybírány na základě několika kritérií: a) obsahu, b) variability odpovědí (*item variances*), c) průměru odpovědí všech respondentů (*item means*), d) porovnání hodnot položek mezi jednotlivými skupinami respondentů, především mezi muži a ženami (cílem bylo vyřadit položky, ve kterých se objevují velké rozdíly v odpovědích mužů a žen), e) korelací položek se škálou (*item-scale correlation*). Položky byly nejprve zpětně roztříděny dle jednotlivých jazyků lásky, následně ještě rozděleny dle obsahu. Položky, které si byly obsahově velmi podobné, byly navzájem porovnávány dle dalších kritérií, aby se do finální škály dostala vždy pouze jedna z nich. Cílem bylo ve škále zachovat vysokou variabilitu chování i za cenu případné nižší interní konzistence. Z položek se stejným nebo podobným obsahem byla do škály vybrána ta, která měla vyšší variabilitu a lepší průměrnou hodnotu. Dále byl pro položky vytvořen histogram s vloženou křivkou normality, kde bylo sledováno normální rozložení odpovědí. Dle DeVellise (2012) je žádoucí, aby byla variabilita škály relativně vysoká, protože pokud na položky mnoho lidí odpovídá stejně, položka nerozlišuje přirozené rozdíly mezi lidmi a nic o měřené proměnné nevyovídá. Taktéž je žádoucí, aby se

průměrná hodnota odpovědí blížila ke středu, protože položky, které mají průměr posunutý na kteroukoli stranu mají i nižší variabilitu.

Pro položky, které postoupily do užšího výběru, byly vypočítány hodnoty průměru a variance zvlášť pro muže a ženy a pomocí t-testu byly porovnány rozdíly mezi pohlavími. Položky s velkými meziskupinovými rozdíly byly vyřazeny. Pro položky, které postoupily i těmito kritérii byly dále vypočítány korelace s danou subškálou (jazykem lásky) a vyřazeny byly položky, jejichž korelace byly velmi malé (do 0,2). Tímto způsobem byly položky tříděny, porovnávány a vyřazovány, až pro každý jazyk lásky zůstalo pět položek. Pro ty byly vypočítány vzájemné korelace a pokud nějaká položka významně narušovala vnitřní konzistenci, byla vyměněna za obsahově podobnou. Žádoucí bylo vybrat obsahově heterogenní položky, které dobře naplňovaly jak kritérium obsahové rozmanitosti, tak i kritérium vnitřní konzistence se škálou. Pro každý jazyk lásky bylo do *Škály pěti jazyků lásky* vybráno pět položek.

8.2 Výsledky

8.2.1 Vybrané položky pro jednotlivé subškály

Slova ujištění

V této kategorii bylo do finální škály vybráno pět položek uvedených v tabulce č. 8. Položky splňují všechna základní kritéria, jejich průměry jsou kolem středové hodnoty, mají relativně vysoké variability a každá z položek dobře koreluje s ostatními. Ke zjištění reliability byl použit koeficient Cronbachovo alfa, jehož hodnota je pro uvedených pět otázek 0,753⁵.

Tabulka č. 8 – Položky v kategorii slova ujištění a jejich hodnoty

Slova ujištění ($\alpha = ,753$)	M	SD	Corrected item-Total Correlation	N
Řeknu mu/jí, že ho/ji miluji.	3,41	1,136	0,581	371
Říkám mu/jí miláčku.	3,12	1,479	0,442	371
Když nejsme spolu, říkám mu/jí, že mi chybí.	3,84	1,031	0,566	371
Řeknu mu/jí, že si ho/jí vážím.	3,52	1,046	0,505	371
Lichotím mu/jí.	3,62	1,100	0,555	371

⁵ Rozsahy hodnoty Cronbachovo alfa dle DeVellise (2012):

$\alpha < 0,60$ – nepřijatelná (*unacceptable*)

α je mezi 0,60 a 0,65 – nevhodná (*undesirable*)

α je mezi 0,65 a 0,70 – minimální přijatelná (*minimally acceptable*)

α je mezi 0,70 a 0,80 – slušná (*respectable*)

α je mezi 0,80 a 0,90 – velmi dobrá (*very good*)

$\alpha > 0,90$ - výzkumník by měl zvažovat zkrácení škály

Soustředěná pozornost

Otázky vybrané do subškály *soustředěná pozornost* jsou i s jejich hodnotami zobrazeny v tabulce č. 9. Z tabulky lze vyčíst, že průměrné hodnoty i variabilita jednotlivých položek jsou podstatně vyšší než například u jazyka lásky *slova ujištění*. Všech původních 18 otázek v této kategorii vykazovalo vyšší průměry a nižší variabilitu odpovědí, takže nebylo snadné dle těchto kritérií položky vybrat. Každá z položek dobře koreluje s ostatními, vnitřní konzistence této subškály byla spočítána pomocí koeficientu Cronbachovo alfa, který má hodnotu 0,733.

Tabulka č. 9 – Položky v kategorii *soustředěná pozornost* a jejich hodnoty

Soustředěná pozornost ($\alpha = 0,733$)	M	SD	Corrected item-Total Correlation	N
Naplánuji společnou aktivitu (společný večer, dovolenou, výlet nebo víkend).	3,81	0,915	0,342	371
Když jsem s ním/ní, plně mu/jí věnuji pozornost.	3,97	0,805	0,594	371
Zeptám se ho/jí, jak se má a jak se cítí.	3,99	0,968	0,476	371
Povídám si s ním/ní o tom, co ho/jí zajímá.	4,04	0,860	0,579	371
Přizpůsobím svůj program, abychom mohli být spolu.	3,94	0,900	0,506	371

Dárky

Vybrané položky do finální *Škály pěti jazyků lásky* z kategorie *dárky* jsou znázorněny v tabulce č. 10. Vnitřní konzistence této subškály byla opět spočítána dle koeficientu Cronbachovo alfa, který má hodnotu 0,719.

Tabulka č. 10 – Položky v kategorii *dárky* a jejich hodnoty

Dárky ($\alpha = 0,719$)	M	SD	Corrected item-Total Correlation	N
Dám mu/jí dárek, po kterém touží.	3,38	0,958	0,387	371
Překvapím ho/jí romantickým vzkazem, nebo SMS.	3,21	1,196	0,371	371
Když se odněkud vracím domů (výlet, služební cesta), dovezu mu/jí malý dárek.	3,48	1,170	0,494	371
Koupím mu/jí jeho/její oblíbenou sladkost.	3,46	1,115	0,512	371
Spontánně mu/jí koupím nějakou maličkost pro radost.	3,20	1,044	0,647	371

Skutky služby

Pro subškálu *skutky služby* bylo vybráno pět položek znázorněných v tabulce č. 11. Cronbachovo alfa má pro tyto položky hodnotu 0,698.

Tabulka č. 11 – Položky v kategorii skutky služby a jejich hodnoty

Skutky služby ($\alpha = 0,698$)	M	SD	Corrected item-Total Correlation	N
Pečuji o něj/ni.	4,12	0,813	0,433	371
Uvařím dobrou večeři.	3,28	1,246	0,495	371
Uklidím, aby se doma cítil/a dobře.	3,35	1,098	0,527	371
Připravím mu/jí snídani, i když nemusím vstávat.	2,89	1,248	0,407	371
Udělám nějakou práci v domácnosti, nebo na zahradě, i když se mi nechce.	3,47	1,053	0,438	371

Fyzický kontakt

Otázky, které byly vybrány pro kategorii *fyzický kontakt* jsou zobrazeny v tabulce č. 12. Cronbachovo alfa má pro tyto položky hodnotu 0,791.

Tabulka č. 12 – Položky v kategorii fyzický kontakt a jejich hodnoty

Fyzický kontakt ($\alpha = 0,791$)	M	SD	Corrected item-Total Correlation	N
Nečekaně a bezdůvodně ho/ji políbím.	3,83	1,055	0,622	371
Jen tak, ho/ji obejmú.	4,12	0,971	0,648	371
Něžně se s ním/ní mazlím.	3,86	1,029	0,701	371
Namasíruji mu/jí záda.	3,02	1,121	0,310	371
Zamilovaně se na něj/ni dívám.	3,24	1,162	0,613	371

8.2.2 Finální podoba Škály pěti jazyků lásky

V tabulce č. 13 jsou zobrazeny hodnoty pro celou škálu, jsou zde průměry pro jednotlivé jazyky lásky, standardní odchylky a vzájemné korelace. Interpretace jednotlivých vztahů byla provedena dle de Vause (2002)⁶. Průměry jednotlivých subškál i jejich variability jsou vyrovnané. Všechny subškály spolu signifikantně korelují, nejlépe spolu korelují *fyzický kontakt* a *slova ujištění* a *fyzický kontakt* a *soustředěná pozornost*. Jako nejslabší vyšla korelace mezi subškálami *skutky služby* a *fyzickým kontaktem*. Škála i její jednotlivé subškály jsou vnitřně konzistentní, Cronbachovo alfa celé škály je 0,806.

⁶ 0,01 – 0,09 = triviální, žádná souvislost
 0,10 – 0,29 = nízká až střední souvislost
 0,30 – 0,49 = střední až podstatná souvislost
 0,50 – 0,69 = podstatná až velmi silná souvislost
 0,70 – 0,89 = velmi silná souvislost
 0,90 – 0,99 = téměř perfektní souvislost

Tabulka č. 13 – Průměry, standardní odchylka a korelace Škály pěti jazyků lásky

$\alpha = 0,806$	α	M	SD	Korelace (r)			
				1	2	3	4
1) Slova ujištění	0,753	3,50	0,829				
2) Soustředěná pozornost	0,733	3,95	0,620	0,539**			
3) Dárky	0,719	3,35	0,755	0,471**	0,413**		
4) Skutky skušby	0,698	3,42	0,742	0,377**	0,395**	0,458**	
5) Fyzický kontakt	0,791	3,61	0,789	0,662**	0,570**	0,394**	0,291**

* Korelace je signifikantní na 0,05 stupni (oboustranná).

** Korelace je signifikantní na 0,01 stupni (oboustranná).

Dále byly vypočítány průměry jednotlivých subškál a standardní deviace zvláště pro muže a pro ženy a následně byl proveden t-test na porovnání rozdílů mezi těmito dvěma skupinami. Z výsledku t-testu lze vyčíst, že signifikantní rozdíl mezi pohlavími byl nalezen u subškál *soustředěná pozornost*, *dárky* a *skutky služby*. Největší rozdíly mezi jednotlivými skupinami byly u subškály *skutky služby*, kde $t = -4,113$, $p < 0,01$. Výsledek t-testu pro subškálu *soustředěná pozornost* byl $t = -3,590$, $p < 0,01$, u subškály *dárky* bylo $t = -2,736$, $p < 0,01$. Pro subškály *slova ujištění* a *fyzický kontakt* nebyly rozdíly mezi muži a ženami signifikantní. Všechny hodnoty jsou uvedeny v tabulce č. 14.

Tabulka č. 14 – Porovnání průměrů a standardních odchylek subškál u mužů a žen, t-test

	Muži			Ženy			t-test	
	M	SD	N	M	SD	N	t	Sig.(2-tailed)
1) Slova ujištění	3,42	0,844	180	3,58	0,811	191	-1,800	0,073
2) Soustředěná pozornost	3,83	0,653	180	4,06	0,566	191	-3,590	0,000
3) Dárky	3,24	0,740	180	3,45	0,755	191	-2,736	0,007
4) Skutky skušby	3,26	0,688	180	3,57	0,762	191	-4,113	0,000
5) Fyzický kontakt	3,59	0,794	180	3,64	0,785	191	-0,581	0,561

8.3 Diskuse

Do první podoby škály bylo vybráno 85 položek, jejichž vlastnosti byly na vzorku 371 respondentů zkoumány a do konečné verze bylo použito pět nejlepších položek z každé kategorie. Egbertová a Polková (2006) ve své práci vytvořily 20 položkový nástroj, který byl vytvořen dle popisů jednotlivých jazyků lásky v Chapmanově knize. Některé z vytvořených položek vyjadřují obecné chování (např. „*Dávám partnerovi pozitivní komentáře.*“) a jak samy autorky poznamenávají, svůj nástroj validizovaly pouze na vzorku vysokoškolských

studentů. Předkládaná studie se pokusila nedostatky výzkumu Egbertové a Polkové (2006) částečně eliminovat. I přes zcela odlišný způsob tvorby položek dotazníku, než ve studii Egbertové a Polkové (2006) a Goffa a kol. (2007), jsou si některé položky velmi podobné. V předkládaném výzkumu byla snaha do dotazníku zařadit co nejkonkrétnější chování, ale na druhou stranu položky s až příliš konkrétním chováním musely být vyřazeny, protože vykazovaly extrémní hodnoty odpovědí. I přesto ve srovnání s verzemi ostatních autorů obsahuje *Škála pěti jazyků lásky* více konkrétní a více heterogenní položky v rámci jednotlivých jazyků lásky.

Zajímavé jsou rozdíly mezi muži a ženami ve vypovědích o vykonávání jednotlivých kategorií vyjadřování lásky. Ženy měly obecně vyšší průměry odpovědí než muži. V této studii byly rozdíly signifikantní v kategoriích *soustředěná pozornost*, *dárky* a *skutky služby*. Rozdíly mezi pohlavími v kategorii *soustředěná pozornost* se ukázaly být konzistentní s výsledky Lacinové a kol. (2009), kteří zjistili, že ženy lásku vyjadřují pomocí kategorie *soustředěná pozornost* častěji než muži, ale v logistické regresní analýze se pohlaví neukázalo jako významný prediktor. U kategorie *skutky služby*, kde v předkládaném výzkumu byly signifikantní rozdíly mezi pohlavím, ve prospěch větší četnosti vykonávání daného chování ženami, Lacinová a kol. (2009) zjistili, že ženy častěji vykonávaly chování patřící do kategorie *skutky služby*, přičemž prediktorem nebylo pouze pohlaví, ale také stav (sezdaný/nesezdaný). Konzistentně vyšší užívání strategie *sdílení úkolů* ženami popsali ve svém výzkumu také Canary a Staffordová (1992), kteří však zjistili, že ženy častěji než muži užívají také strategie *otevřenost* a *sociální síť*. Výsledek v kategorii *dárky* se rozchází s výzkumem Lacinové a kol. (2009), kde muži podstatně častěji uváděli vyjadřování lásky pomocí dávání dárek než ženy, nebo s výzkumem Areniho, Kieckera a Palana (1998), kde sice ženy byly více zapojené do problematiky dávání dárek, ale 4 z 5 žen si více pamatovaly dostávání dárek než jeho darování. Možná interpretace častějšího vykonávání chování ve všech kategoriích ženami je, že ženy jsou obecně více angažované ve vykonávání údržbového chování a samy se cítí být aktivnějšími v oblasti vztahů (Bell et al., 1987; Wood, 1994; Ragsdale, 1996).

9. Studie 3

Prvním cílem této studie bylo prozkoumat psychometrické vlastnosti *Škály pěti jazyků lásky*, jejíž finální podoba byla vytvořena ve druhé studii. Cílem bylo zjistit jaká je vnitřní konzistence jednotlivých subškál a jaká je jejich reliabilita. Následně porovnáním s již uznávaným měřením vztahové údržby začít ustanovovat konstruktovou validitu nově vytvořené metody. Druhým cílem bylo vytvořit model, který by přispěl ke zkoumání spokojenosti ve vztazích. Účelem studie bylo zjistit jak velký rozptyl spokojenosti lze vysvětlit pomocí proměnných zkoumaných se spokojeností ve vztahu a jak velký rozptyl lze vysvětlit pomocí jednotlivých subškál v nově vytvořené Škále pěti jazyků lásky.

9.1 Metoda

9.1.1 Výzkumný soubor

Výzkumný vzorek tvořilo 281 respondentů, ale 9 dotazníků muselo být z analýzy vyloučeno, protože nebyly platně vyplněné. Celkem tedy bylo analyzováno 272 dotazníků. Mezi respondenty bylo 172 žen (63 %) a 100 mužů (37 %). Věk respondentů se pohyboval od 18 do 59 let, přičemž průměrný věk byl 31,62 let, $SD = 8,60$. Největší počet respondentů (141; 52 %) uvedlo vysokoškolské vzdělání, středoškolské vzdělání s maturitou uvedlo 97 (36 %) respondentů, středoškolské bez maturity 19 (7 %), vyšší odborné 9 (3 %) a základní vzdělání 6 (2 %) respondentů.

Délka partnerství se pohybovala od 1 měsíce do 504 měsíců (42 let), průměrná délka partnerství byla 101,63 měsíců (8,4 roku), $SD = 99,01$. Ve společné domácnosti s partnerem žilo 219 respondentů (80,5 %) a 53 (19,5 %) jich žilo odděleně. Délka společného soužití se pohybovala od 1 měsíce po 480 měsíců (40 let), přičemž průměrná délka soužití byla 82,67 měsíců (6,8 let), $SD = 100,01$. V manželském svazku bylo v době výzkumu 120 respondentů (44 %) a 152 respondentů bylo nesezdaných (64 %). 124 (46 %) respondentů uvedlo, že má s partnerem jedno nebo více dětí, největší množství respondentů ($N = 64$) má s partnerem dvě děti, jedno dítě má 35 respondentů a 25 respondentů uvedlo více než dvě děti.

Výzkumný vzorek byl opět vybrán metodou samovýběru, kdy byl odkaz umístěn na sociální síť a do několika internetových diskusí. Respondenti byli požádáni o další sdílení odkazu, takže určitá část vzorku se nabalila snow-ball technikou výběru. Vzorek nebyl vybrán náhodně, tudíž ho nelze považovat za reprezentativní. Avšak je nutné podotknout, že se

podánilo nasbírat rozmanitý výzkumný soubor, kde jsou zastoupeny různé skupiny respondentů. Pro účast ve výzkumu byla určena dvě kritéria: a) respondenti museli být v současné době v partnerském vztahu, b) účastníci se výzkumu dobrovolně.

9.1.2 Metody sběru dat

Škála pěti jazyků lásky

První použitou metodou byla *Škála pěti jazyků lásky*, která byla vytvořena ve druhém výzkumu k měření primárního jazyka lásky. Tato škála obsahuje 25 položek, vždy 5 položek spadá pod jeden z jazyků lásky. Respondenti odpovídají na pětibodové Likertově škále, kde 1 znamená *nikdy* a 5 znamená *velmi často*. Položky v tomto dotazníku byly náhodně namíchány, protože nebylo žádoucí, aby byly otázky zastupující jednotlivé jazyky lásky poskládány popořadě. Škála pěti jazyků lásky je vložena v příloze č. 3

Dotazník *Relational Maintenance Behavior Measure* (Stafford, 2010)

Pro porovnání se Škálou pěti jazyků lásky byl jako ustanovené měření vztahové údržby použit dotazník *Relational Maintenance Behavior Measure (RMBM)*, který v roce 2010 vytvořila Staffordová. Tento dotazník vychází z původní škály Staffordové a Canaryho (1991; 1992) *Relational Maintenance Strategy Measure (RMSM)*, která obsahovala 27 položek sytících 5 strategií vztahové údržby. Dotazník dále revidovali Staffordová a kol. (2000), kteří vytvořili škálu *Relationship Maintenance Behaviors (RMB)* obsahující 31 položek sytících 7 faktorů. Staffordová (2010) upozornila na nedostatky této škály a vytvořila škálu *Relational Maintenance Behavior Measure (RMBM)* (celý dotazník je v originální podobě umístěn v příloze č. 4), která obahuje 28 otázek rozdělených do 7 kategorií: pozitivita (*positivity*), porozumění (*understanding*), sebeotevření (*self-disclosure*), hovory o vztahu (*relationship talks*), ujištění (*assurances*), úkoly (*tasks*) a sítě (*networks*). Respondenti na položky odpovídají na 7bodové Likertově škále od 1 = *silně nesouhlasím* po 7 = *silně souhlasím*.

Tento dotazník byl v českém prostředí použit pouze v diplomové práci Zítkové (2012), kdy byl proveden překlad dvěma nezávislými překladateli. Položky byly nejprve přeloženy z angličtiny do češtiny a potom dalším překladatelem znovu do angličtiny. Některé položky se shodují s předchozí verzí dotazníku (Stafford et al., 2000), byly tedy převzaty z diplomové práce Kodytkové (2009), která dotazník Staffordové a kol. (2000) přeložila. I přes tento dvojitý překlad a následnou kontrolu formulací v pilotáži v práci Zítkové (2012), byly některé položky formulačně neobratné. Z toho důvodu byl v této práci dotazník znovu zkontrolován a

položky byly případně upraveny dle překladu autorky a konzultace s vedoucí práce. Dle Zítkové (2012) byly také převzaty způsob odpovědi na položky, kde místo míry souhlasu respondenti vyjadřovali četnost daného chování, kde 1 = *nikdy* a 7 = *velmi často*. Tato úprava byla provedena kvůli snažšímu porozumění položkám, ale především z toho důvodu, aby respondenti vypovídali o skutečně vykonávaném chování a ne o ideálním stavu. Celé znění českého překladu dotazníku Staffordové (2010) je uvedeno v příloze č. 5. Otázky byly pro účel výzkumu náhodně namíchané.

Ke zjištění reliability této škály byl použit koeficient Cronbachova alfa. V tabulce č. 15 jsou hodnoty Cronbachovy alfa, které získala Staffordová (2010) ve svém původním výzkumu, ty byly uvedeny zvlášť pro manžele a manželky. V následující tabulce (č. 16) jsou uvedeny hodnoty koeficientu alfa, které byly získány v předkládané studii. Jsou zde uvedeny hodnoty pro celý výzkumný soubor a také zvlášť pro muže a ženy, a to z důvodu porovnatelnosti s hodnotami, které uvedla Staffordová (2010). Pro celou škálu vyšla hodnota koeficientu alfa $\alpha = 0,800$ (pro muže $\alpha = 0,816$ a ženy $\alpha = 0,776$).

Tabulka č. 15 – Vnitřní konzistence dotazníku RMBM (Stafford, 2010)

	Cronbachovo alfa α	
	Manželé	Manželky
Pozitivita	0,95	0,94
Porozumění	0,90	0,93
Sebeotevření	0,89	0,92
Hovory o vztahu	0,93	0,90
Ujištění	0,88	0,91
Úkoly	0,92	0,94
Sítě	0,82	0,83

Tabulka č. 16 – Vnitřní konzistence dotazníku RMBM

	Cronbachovo alfa α		
	Muži	Ženy	Celý soubor
Pozitivita	0,890	0,911	0,904
Porozumění	0,447	0,642	0,590
Sebeotevření	0,838	0,863	0,869
Hovory o vztahu	0,855	0,802	0,836
Ujištění	0,750	0,788	0,780
Úkoly	0,773	0,651	0,723
Sítě	0,661	0,662	0,658

Sternbergova triangulární škála lásky (1988)

Sternberg (1988) na základě triangulární teorie lásky sestavil škálu na měření úrovně tří komponent lásky – *intimity*, *vášeň* a *závazku* v aktuálním partnerském vztahu. Dotazník obsahuje 45 položek, vždy 15 položek sytí jednu z komponent lásky. Položky se v dotazníku střídají tak, že nejprve je otázka z komponenty *intimita*, nálezuje otázka z komponenty *vášeň* a *závazek*. V původní Sternbergově škále mají respondenti zhodnotit platnost daného tvrzení na škále $1 = \text{vůbec ne}$ až $9 = \text{extrémně}$. Psychometrické vlastnosti škály, jako je interní a externí validita, konstruktová validita a reliabilita, byly Sternbergem, (1997) ověřovány na dvou rozsáhlých studiích a jsou považovány za uspokojivé. Míra vnitřní konzistence jednotlivých komponent byla v těchto studiích vysoká, Cronbachovo alfa každé komponenty byla vyšší než .90.

Dotazník byl několikrát převeden do češtiny, například v roce 2000 Kratochvílem. Pro účely předkládaného výzkumu byl použit překlad z diplomové práce Olgy Trestrové (2011). Položky v dotazníku Trestrové jsou srozumitelné a dle její práce byla i v tomto výzkumu upravena škála z 9bodové na 7bodovou, kde $1 = \text{silně nesouhlasím}$ a $7 = \text{silně souhlasím}$. Sedmibodová škála je pro respondenty jednodušší na diferenciaci, navíc tím byla škála sjednocena s ostatními dotazníky (kromě 5bodové *Škály pěti jazyků lásky*), respondenti se tedy lépe zorientují v položkách. Plné znění dotazníku je uvedeno v příloze č. 6.

Vnitřní konzistence jednotlivých subškál je velmi dobrá, pro komponentu *intimity* je hodnota koeficientu Cronbachovo alfa $\alpha = 0,946$, pro *vášeň* $\alpha = 0,944$ a pro *závazek* $\alpha = 0,944$. Hodnota Cronbachovo alfa pro celou škálu je 0,929.

Quality Marriage Index (Norton, 1983)

Nortonův dotazník (1983) měří vztahovou spokojenost. Tento index ve svých pracích používá mnoho výzkumníků (např. Stafford & Canary, 1991; Stafford et al., 2000), protože respondenti hodnotí pouze svůj vztah, bez toho, aniž by zároveň hodnotili jiné dimenze vztahu (např. komunikace, láska, závazek), jako je tomu v tradičním měření manželské kvality. Norton vytvořil měření manželské kvality čistě jako globální zhodnocení vztahu, může tedy být zkoumáno v souvislosti se vztahovou údržbou, aniž by se položky navzájem překrývaly. Dotazník je tvořen celkem 6 položkami, kde respondenti u prvních pěti položek hodnotí míru souhlasu na 7bodové škále, kde $1 = \text{velmi silně nesouhlasím}$ a $7 = \text{velmi silně souhlasím}$. Šestá položka hodnotí celkový „stupeň štěstí“ ve vztahu (někdy bývá použita

k měření spokojenosti samostatně), kde mají respondenti odpovídat na 10bodové škále, od $1 = \text{nešťastný}$ po $10 = \text{zcela šťastný}$.

V této studii byla zjištěna vysoká vnitřní konzistence položek indexu manželské spokojenosti, hodnota Cronbachovo alfa je $\alpha = 0,957$.

Relationships Structures Questionnaire – RSQ

Dotazník struktury vztahů (*Relationships Structures Questionnaire – RSQ*) vychází z dotazníku *Experiences in Close Relationships – Revised (ECR-R)*, který vytvořil Fraley, Waller a Brennan v roce 2000 (cit. dle Fraley et al., 2011). Obě škály jsou vytvořeny k měření podoby citové vazby k různým blízkým osobám (matce, otci, partnerovi a nejlepšímu kamarádovi). Dotazník ECR-R obsahuje 36 položek, které by měly být administrovány pro každý z blízkých vztahů, přičemž v dotazníku RSQ byl tento počet redukován na 10 položek pro každý ze vztahů. Škála měří dvě dimenze citové vazby: vyhýbání se (*avoidance*) a úzkostnost (*anxiety*). Položka 1–6 sytí škálu vyhýbání se a zbylé 4 položky škálu úzkostnosti. Autoři (Fraley et al., 2011) však později poslední položku ze škály úzkostnosti vyřadili, protože zjistili, že mírně sytí obě dimenze. V případě hodnocení všech 4 vztahů je tedy celkový počet položek 36. Respondenti na ně odpovídají na 7bodové Likertově škále od $1 = \text{silně nesouhlasím}$ po $7 = \text{silně souhlasím}$.

Českou verzi dotazníku RSQ vytvořila Michalčáková, Lacinová, Bouša a Schlesingerová (2011), tato verze ještě obsahovala 10 položek. V předkládaném výzkumu byla použita verze s devíti položkami, která byla administrována pouze jednou a to pro měření citové vazby k partnerovi, protože pro účely této práce nebylo potřeba měřit podobu citové vazby k jiným blízkým osobám. Celý dotazník je v příloze č. 8.

Hodnota Cronbachovo alfa byla v této studii $\alpha = 0,885$ pro dimenzi vyhýbání se a $\alpha = 0,831$ pro dimenzi úzkostnosti.

9.1.3 Výzkumný postup

Výzkum byl vytvořen on-line pomocí služby docs.google.com a odkaz byl umístěn na sociální síť Facebook a dále do několika internetových diskusí. Respondenti byli osloveni podobným způsobem jako v přechozím výzkumu s tím rozdílem, že tentokrát bylo v instrukci více zdůrazněno, aby respondenti odpovídali podle toho, jak často dané chování v životě skutečně vykonávají a ne tak jak by si přáli nebo by se „měli“ chovat (celé znění instrukce je umístěno v příloze č. 9).

Respondentům byla sdělena předpokládaná délka trvání výzkumu (25–30 minut) a následně byli požádáni o vyplnění několika základních údajů o sobě a o svém partnerském vztahu, následovaly: *Škála pěti jazyků lásky*, dotazník *Relational Maintenance Behavior Measure* (Stafford, 2010), *Sternbergova trojúhelníková škála lásky* (1988), *Index manželské spokojenosti* (Norton, 1983) a *Relationships Structures Questionnaire* (Fraleay at al., 2011). Po vyplnění dotazníků měli respondenti možnost připojit jakýkoli komentář. Následovalo poděkování za výzkum a kontakt na autorku, kam se mohli obracet se svými dotazy, nebo připomínkami.

9.1.4 Způsob zpracování dat

Data byla sbírána v listopadu 2013 a následně v listopadu a prosinci 2013 analyzována. Některá data byla stejně jako v předchozí studii již ze samotného sběru dat nakódována, bylo potřeba kódovat pouze identifikační data respondentů a některá data o jejich partnerství. V programu Excel byly do své původní verze seřazeny položky dotazníků, které byly před zadáváním respondentům náhodně zamíchány (*Škála pěti jazyků lásky*, dotazník *RMBM*, Stafford, 2010). Řazení proběhlo proto, aby se s daty dalo přehledněji manipulovat. Následně bylo provedeno několik kontrol. Bylo například kontrolováno, zda při řazení položek nedošlo k chybě, nebo zda jsou dotazníky platně vyplněny. Celkem 9 dotazníků bylo z analýzy vyloučeno, protože například odpovědi na všechny položky byly totožné, nebo všechny odpovědi měly hodnoty 7, nebo 5. Kontrolováno také bylo, zda se v dotaznících neobjevují nesprávná data, například uvedená delší doba vztahu než je věk respondenta, apod.

Po kontrole dat, probíhalo další zpracování v programu SPSS (verze 20.0.0), kde byly nejprve vytvořeny subškály v jednotlivých nástrojích, následně byly pro tyto subškály i pro celé škály vypočítány popisné statistiky a pro výpočet vnitřní konzistence byly použity hodnoty Cronbachova alfa. Nejpodrobnější statistiky byly vytvořeny pro *Škálu pěti jazyků lásky*, protože zjištění jejích psychometrických vlastností bylo jedním z cílů této studie. K ověření kritériové validity nově vytvořeného nástroje byla jako ustanovené měření chování vztahové údržby použita škála Staffordové (2010) *Relational Maintenance Behavior Measure*. Obě škály byly porovnány pomocí Pearsonových korelací. Všechny poměnné byly respondenty posuzovány pomocí škál Likertova typu, avšak proměnné ve *Škále pěti jazyků lásky* byly hodnoceny čísly 1–5 a proměnné v *RMBM* čísly 1–7. Rozdílné délky škál však nebyly překážkou pro uskutečnění korelací, protože koeficient korelace počítá nejenom s průměry, ale také se standardními odchylkami (pro kontrolu správnosti byly vytvořeny

stanardizované z-skóry pro jednotlivé proměnné a byly uskutečněny jejich korelace – oba výsledky korelací se shodovaly).

Následně byl vytvořen model, který se pokoušel vysvětlit co největší rozptyl uváděné spokojenosti ve vztahu. Data byla zpracována pomocí hierarchické regresní analýzy, která umožňuje vysvětlit rozptyl závisle proměnné (spokojenost) a vliv každé z nezávisle proměnných. Zkoumané nezávislé proměnné, které mají spojitost se spokojeností ve vztahu byly: styl citové vazby (dimenze vyhýbání se a úzkostnosti), tři komponenty lásky dle Sternberga (1988), model 5 jazyků lásky a 7 strategií vztahové údržby dle Staffordové (2010).

9.2 Výsledky

9.2.1 Deskriptivní statistiky *Škály pěti jazyků lásky*

Pro *Škálu pěti jazyků lásky* byly vypočítány průměry jednotlivých subškál a standardní odchylky, které byly porovnány s výsledky jednotlivých subškál z druhé studie. Výsledky v jednotlivých studiích se navzájem příliš neliší. Průměry a jejich standardní odchylky jednotlivých subškál, které byly zjištěny ve druhé a třetí studii jsou uvedeny v tabulce č. 17.

Tabulka č. 17 – Porovnávní průměrů a standardních odchylek subškál ze druhé a třetí studie

	2. studie			3. studie		
	M	SD	N	M	SD	N
1) Slova ujištění	3,50	0,829	371	3,19	0,900	272
2) Soustředěná pozornost	3,95	0,620	371	3,80	0,649	272
3) Dárky	3,35	0,755	371	3,20	0,734	272
4) Skutky skůžby	3,42	0,742	371	3,37	0,794	272
5) Fyzický kontakt	3,61	0,789	371	3,47	0,849	272

Následně byly vypočítány průměry zvlášť pro ženy a pro muže a porovnány pomocí t-testu, aby bylo zjištěno, zda jsou rozdíly mezi muži a ženami statisticky významné. Jako signifikantní vyšel rozdíl mezi oběma skupinami u subškály *dárky*, kde $t = -3,377$, $p < 0,05$ a u subškály *skutky služby*, kde $t = -3,600$, $p < 0,01$.

Tabulka č. 18 – Porovnání průměrů a standardních odchylek subškál u mužů a žen, t-test

	Muži			Ženy			t-test	
	M	SD	N	M	SD	N	t	Sig.(2-tailed)
1) Slova ujištění	3,14	0,939	100	3,21	0,878	172	-0,699	0,485
2) Soustředěná pozornost	3,70	0,597	100	3,85	0,673	172	-1,824	0,069
3) Dárky	3,02	0,687	100	3,32	0,739	172	-3,377	0,001
4) Skutky zkušenosti	3,14	0,739	100	3,49	0,799	172	-3,600	0,000
5) Fyzický kontakt	3,46	0,803	100	3,48	0,878	172	-0,216	0,829

V dalším kroku byla zjišťována vnitřní konzistence škály. Nejprve byly vytvořeny korelace mezi jednotlivými subškálami a porovnány s korelacemi, které vyšly ve druhém výzkumu. Stejně jako v předchozím výzkumu spolu všechny subškály signifikantně korelovaly ($r = 0,262-0,601$) nejvyšší korelace je mezi subškálami *fyzický kontakt* a *soustředěná pozornost* a nejnižší mezi *fyzickým kontaktem* a subškálou *skutky služby*. Porovnání korelací je uvedeno v tabulce č. 19.

Tabulka č. 19 – Korelace jednotlivých subškál a porovnání s druhým výzkumem

Tabulka korelací (r)								
	2. studie				3. studie			
	1	2	3	4	1	2	3	4
1) Slova ujištění								
2) Soustředěná pozornost	0,539**				0,518**			
3) Dárky	0,471**	0,413**			0,539**	0,526**		
4) Skutky zkušenosti	0,377**	0,395**	0,458**		0,355**	0,360**	0,542**	
5) Fyzický kontakt	0,662**	0,570**	0,394**	0,291**	0,591**	0,601**	0,429**	0,262**

* Korelace je signifikantní na 0,05 stupni (oboustranná).

** Korelace je signifikantní na 0,01 stupni (oboustranná).

Následně byly vypočítány hodnoty Cronbachovo alfa pro celou škálu i pro jednotlivé subškály. Škála se v tomto výzkumu ukázala být konzistentní, všechny hodnoty splňují minimální přijatelnou míru. Cronbachovo alfa pro celou škálu v tomto výzkumu vyšla $\alpha = 0,812$, což je vyšší než ve druhém výzkumu, kde $\alpha = 0,806$. Všechny hodnoty i s porovnáním s hodnotami z druhého výzkumu jsou uvedeny v tabulce č. 20.

Tabulka č. 20 – Hodnota Cronbachovo alfa jednotlivých subškál a celé škály, porovnání s druhou studií

	2. studie	3. studie	
	$\alpha = 0,806$	$\alpha = 0,812$	Corrected Item-Total Correlation
1) Slova ujištění	0,753	0,747	0,654
2) Soustředěná pozornost	0,733	0,711	0,655
3) Dárky	0,719	0,682	0,663
4) Skutky zkušenosti	0,698	0,701	0,464
5) Fyzický kontakt	0,791	0,802	0,604

Nakonec byly zjištěny hodnoty koeficientu alfa zvláště pro obě pohlaví a porovnány, přičemž reliabilita všech subskál pro obě pohlaví byla minimální přijatelná až slušná. Tyto hodnoty jsou uvedeny v tabulce č. 21.

Tabulka č. 21 – Porovnávní hodnot Cronbachovo alfa pro muže a ženy

	Muži		Ženy	
	α	N	α	N
Celkem	0,828	100	0,801	172
1) Slova ujištění	0,795	100	0,722	172
2) Soustředěná pozornost	0,620	100	0,750	172
3) Dárky	0,631	100	0,690	172
4) Skutky služby	0,664	100	0,720	172
5) Fyzický kontakt	0,786	100	0,813	172

9.2.2 Korelace Škály pěti jazyků lásky s RMBM (Stafford, 2010)

Aby mohla být provedena korelace mezi proměnnými, muselo být nejprve ověřeno kritérium normality rozložení dat. Normalita byla zjišťována pomocí Q-Q plotu a histogramů s vloženou křivkou normálního rozložení (Field, 2000). Rozložení dat se blíží k normálu, proto pro zjišťování vztahu mezi proměnnými byla použita metoda Pearsonových korelací (Field, 2000). Síla vztahů mezi jednotlivými proměnnými byla interpretována dle de Vause (2002).⁷ Škála *slova ujištění* signifikantně korelovala se všemi kategoriemi z RMBM, velmi silná signifikantní souvislost byla nalezena s kategorií *ujištění* ($r = 0,704$), nejslabší souvislost byla s kategorií *úkoly* ($r = 0,171$) a *sítě* ($r = 0,220$). Také *soustředěná pozornost* signifikantně korelovala se všemi kategoriemi z RMBM, nejsilnější opět byla korelace se škálou *ujištění* ($r = 0,617$) a nejslabší s *úkoly* ($r = 0,235$) a *sítě* ($r = 0,251$). U škály *dárky* také byly všechny vztahy s RMBM statisticky signifikantní, tato škála nejlépe korelovala s *ujištěním* ($r = 0,539$) a nejméně s kategorií *sítě* ($r = 0,0226$). *Skutky služby* signifikantně korelovaly se všemi ze zkoumaných kategorií, tyto korelace však byly slabší. Významně tato kategorie korelovala s *úkoly* ($r = 0,578$). U *fyzického kontaktu* byla nalezena silná signifikantní korelace s kategorií

⁷ 0,01 – 0,09 = triviální, žádná souvislost
0,10 – 0,29 = nízká až střední souvislost
0,30 – 0,49 = střední až podstatná souvislost
0,50 – 0,69 = podstatná až velmi silná souvislost
0,70 – 0,89 = velmi silná souvislost
0,90 – 0,99 = téměř perfektní souvislost

ujištění ($r = 0,592$) a pozitivita ($r = 0,551$). Vztah fyzického kontaktu a kategorie úkoly by jako jediný statisticky nevýznamný. Všechny korelace jsou uvedeny v tabulce č. 22.

Tabulka č. 22 – Výsledky korelací Škály pěti jazyků lásky a RMBM

	Pozitivita	Porozumění	Sebeotevření	Hovory o vztahu	Ujištění	Úkoly	Sítě
1) Slova ujištění	0,375**	0,396**	0,496**	0,505**	0,704**	0,171**	0,220**
2) Soustředěná pozornost	0,594**	0,456**	0,528**	0,456**	0,617**	0,235**	0,251**
3) Dárky	0,388**	0,410**	0,431**	0,427**	0,539**	0,324**	0,226**
4) Skutky skůžby	0,330**	0,292**	0,239**	0,228**	0,367**	0,578**	0,296**
5) Fyzický kontakt	0,551**	0,400**	0,443**	0,413**	0,592**	0,050	0,181**

* Korelace je signifikantní na 0,05 stupni (oboustranná).

** Korelace je signifikantní na 0,01 stupni (oboustranná).

9.2.3 Proměnné ovlivňující spokojenost ve vztahu

Ke zjištění proměnných, které ovlivňují vnímanou vlastní spokojenost ve vztahu, byla použita hierarchická regresní analýza. Před jejím započítím bylo zkontrolováno několik základních předpokladů. Závislá proměnná (v tomto případě spokojenost) musí být měřena na intervalové úrovni. Stejně tak i nezávislé proměnné, ty však mohou být i dichotomické. I přesto, že proměnné měřené na škále Likertova typu nejsou intervalové, je tak s nimi běžně zacházeno, tento předpoklad je tedy považován za splněný. Dalším předpokladem je, že nezávislé proměnné by mezi sebou neměly mít vysoké korelace. Z matice korelací bylo patrné, že jednotlivé komponenty lásky mezi sebou vysoce korelují ($r = 0,770-0,880$). Tato podmínka byla dále ověřena metodou VIF a tolerance, kde VIF by mělo mít nižší hodnotu než 5 a tolerance by měla být vyšší než 0,2. Všechny proměnné tuto podmínku splňovaly, kromě škály pro měření *intimity*, kde VIF = 10,312 a tolerance byla 0,097; *závazku*, kde hodnota VIF = 5,865 a tolerance byla 0,171 a *vášně*, kde VIF = 5,554 a tolerance byla 0,180. Proměnné by měly být normálně rozložené a měly by být v lineárním vztahu. Normalita rozložení byla zkoumána pomocí Q-Q plotu a histogramů s vloženou křivkou normálního rozložení. Až na komponenty lásky (Sternberg, 1988) byla i tato podmínka splněna. Pomocí grafů, které zobrazovaly hodnoty standardizovaných reziduí a standardizovaných predikovaných reziduí tvořily byly body rozprostřeny náhodně a nevytvářely žádný útvar, proto bylo předpokládáno, že jsou splněny podmínky linearity i homoskedacity.

Model byl vytvořen pomocí hierarchické regresní analýzy metodou ENTER. Závislou proměnnou při tvorbě modelu byla vlastní vnímaná spokojenost ve vztahu. V prvním kroku

byly jako nezávisle proměnné vloženy pevně dané údaje: pohlaví, délka partnerství a informace, zda jsou lidé v manželství nebo ne a zda mají děti. Tím byl kontrolován vliv těchto proměnných. Tyto pevně dané údaje signifikantně predikovaly spokojenost ve vztahu a vysvětlovaly 6,1 % rozptylu ($R^2 = 0,061$) a adjustované R mělo hodnotu 0,047. V tomto modelu se projevil slabý signifikantní pozitivní vztah mezi přítomností dětí ve vztahu ke spokojenosti ($\beta = 0,287$, $p < 0,01$) a středně silný negativní vztah mezi manželským svazkem a spokojeností ve vztahu ($\beta = -0,327$, $p < 0,01$). Všechny údaje jsou uvedeny v tabulce č. 23.

Tabulka č. 23 – Výsledky 1. modelu

Model 1	Nestandardizované koeficienty		Standardizované koeficienty	t	Sig.
	B	Std. Error	Beta		
Konstanta	6,561	0,527		12,446	0,000
Délka partnerství	-0,001	0,001	-0,088	-1,098	0,273
Děti	0,732	0,236	0,287	3,102	0,002
Manželství	-0,828	0,222	-0,327	-3,720	0,000
Pohlaví	-0,015	0,157	-0,006	-0,096	0,923

V dalším kroku byly do analýzy přidány dvě dimenze citové vazby: vyhýbání se a úzkostnost, aby byl zjištěn vliv vlastní citové vazby k partnerovi na vlastní spokojenost ve vztahu. Tento model už predikoval rozptyl spokojenosti z 61,3 % ($R^2 = 0,613$) a adjustované R mělo hodnotu 0,604. R^2 se oproti prvnímu modelu změnilo o 0,552 (55,2 %). Jako signifikantní predikce spokojenosti v tomto modelu působily obě dimenze citové vazby. Dimenze *vyhýbavosti* byla silným negativním prediktorem spokojenosti ($\beta = -0,704$, $p < 0,01$) a dimenze *úzkostnosti* byla také statisticky významným negativním prediktorem spokojenosti. Tento vztah se však jevil jako slabší ($\beta = -0,147$, $p < 0,01$).

Tabulka č. 24 – Výsledky 2. modelu

Model 2	Nestandardizované koeficienty		Standardizované koeficienty	t	Sig.
	B	Std. Error	Beta		
Konstanta	9,211	0,366		25,152	0,000
Délka partnerství	-0,001	0,001	-0,104	-2,004	0,046
Děti	0,123	0,155	0,048	0,793	0,429
Manželství	-0,348	0,146	-0,137	-2,387	0,018
Pohlaví	-0,270	0,103	-0,103	-2,622	0,009
Vyhýbání se	-0,749	0,045	-0,704	-16,626	0,000
Úzkostnost	-0,123	0,035	-0,147	-3,519	0,001

Respondenti ve *Škále pěti jazyků lásky* vypovídali o tom, jak často dané chování vykonávají a z *Indexu kvality manželství* (Norton, 1983) byla získána informace o jejich vlastní spokojenosti ve vztahu. V následujícím modelu (model č. 3) byly do analýzy přidány jednotlivé škály pěti jazyků lásky a byl sledován jejich vliv na rozptyl spokojenosti. Bylo tedy zjišťováno, jak vlastní vykonávání chování vyjadřujícího lásku ovlivňuje vlastní spokojenost respondentů. Celý model v této fázi vysvětloval 67 % rozptylu spokojenosti ($R^2 = 0,670$) a adjustované R mělo hodnotu 0,656. Koeficient R^2 se oproti předchozímu modelu změnil o 0,057 (5,7 %). Jako signifikantní prediktor se v tomto modelu projevil jazyk lásky *slova ujištění*, kde byl nalezen slabý pozitivní vztah ($\beta = 0,102$, $p < 0,05$). Dalším signifikantním prediktorem byla škála *fyzický kontakt*, kde byl nalezen signifikantní vztah nízké až střední síly se spokojeností ($\beta = 0,223$, $p < 0,01$). Všechny údaje jsou uvedeny v tabulce č. 25.

Tabulka č. 25 – Výsledky 3. modelu

Model 3	Nestandardizované koeficienty		Standardizované koeficienty	t	Sig.
	B	Std. Error	Beta		
Konstanta	7,010	0,517		13,549	0,000
Délka partnerství	-0,088	0,087	-0,051	-1,017	0,310
Děti	-0,047	0,150	-0,018	-0,310	0,757
Manželství	-0,238	0,139	-0,094	-1,712	0,088
Pohlaví	-0,213	0,099	-0,082	-2,151	0,032
Vyhýbání se	-0,583	0,050	-0,548	-11,626	0,000
Úzkostnost	-0,137	0,033	-0,164	-4,189	0,000
Slova ujistění	0,143	0,070	0,102	2,022	0,044
Soustředena pozornost	0,106	0,098	0,054	1,079	0,281
Skutky služby	0,011	0,070	0,007	0,160	0,873
Fyzický kontakt	0,331	0,078	0,223	4,251	0,000

V posledním kroku byly do analýzy přidány škály z dotazníku Staffordové (2010), aby se ukázalo, zda model ještě „doplní.“ Z dotazníku Staffordové bylo zjištěno, jak často respondenti dané chování vztahové údržby vykonávají. V tomto modelu tedy opět bylo dáno do souvislosti vlastní údržbové chování s vlastní vnímanou spokojeností ve vztahu. R^2 se zvýšilo o 8,083 (8,3 %), jeho hodnota tedy byla $R^2 = 0,753$, což znamená, že čtvrtý model vysvětluje 75,3 % rozptylu spokojenosti. Jako statisticky významný prediktor se v tomto modelu projevila kategorie *hovory o vztahu*, která vykazovala nízkou až střední negativní souvislost se spokojeností ($\beta = -0,206$, $p < 0,01$). Podobný výsledek byl u kategorie *sebeotevření* ($\beta = -0,163$, $p < 0,01$), kde byla také nalezena signifikantní negativní souvislost se spokojeností, byla však nižší než u kategorie *hovory o vztahu*. Nejvýznamnějším pozitivním prediktorem rozptylu spokojenosti byla kategorie *ujištění* ($\beta = 0,417$, $p < 0,01$).

Tabulka č. 26 – Výsledky 4. modelu

Model 4	Nestandardizované koeficienty		Standardizované koeficienty	t	Sig.
	B	Std. Error	Beta		
Konstanta	6,098	0,528		11,558	0,000
Délka partnerství	-0,104	0,077	-0,061	-1,345	0,180
Děti	-0,191	0,135	-0,075	-1,416	0,158
Manželství	0,026	0,126	0,010	0,208	0,835
Pohlaví	-0,105	0,095	-0,040	-1,108	0,269
Vyhýbání se	-0,536	0,048	-0,504	-11,204	0,000
Úzkostnost	-0,084	0,031	-0,100	-2,730	0,007
Slova ujistění	0,064	0,071	0,046	0,909	0,364
Soustředěná pozornost	0,060	0,094	0,031	0,645	0,520
Skutky služby	-0,063	0,071	-0,040	-0,884	0,378
Fyzický kontakt	0,264	0,072	0,178	3,646	0,000
Pozitivita	0,055	0,052	0,049	1,055	0,293
Porozumění	0,064	0,054	0,048	1,186	0,237
Sebeotevření	-0,146	0,052	-0,163	-2,826	0,005
Hovoryovztahu	-0,185	0,045	-0,206	-4,102	0,000
Ujistění	0,433	0,065	0,417	6,629	0,000
Úkoly	0,036	0,052	0,029	0,679	0,498
Sítě	-0,058	0,042	-0,049	-1,376	0,170

9.3. Diskuse

Ve třetí studii byly zjišťovány psychometrické vlastnosti nově vytvořené *Škály pěti jazyků lásky*. Všechny subškály vykazovaly dobrou vnitřní konzistenci, která byla zjišťována pomocí koeficientu Cronbachova alfa. Rozdíly v koeficientu alfa mezi druhou a třetí studií nebyly nijak významné. Kriteriační validita metody byla ustanovována pomocí porovnání s již používaným a uznávaným měřením vztahové údržby. Egbertová a Polková (2006) ve svém výzkumu porovnávaly svou metodu se sedmi faktory ze škály Staffordové a kol. (2000). V předkládaném výzkumu byla *Škála pěti jazyků lásky* porovnána s nejnovější revizí metody Staffordové a Canaryho (1991), kterou vytvořila Staffordová v roce (2010). Všechny korelace mezi měřením jazyků lásky a strategiemi vztahové údržby byly signifikantní a v předpokládaném směru, kromě vztahu kategorie *fyzický kontakt* se strategií *úkoly*, kde nebyl nalezen signifikantní vztah. *Slova ujištění* nejlépe korelovala s kategorií *ujištění*, *soustředěná pozornost* s *ujištěním* a *pozitivitou*, *dárky* s *ujištěním*, *skutky služby* s *úkoly* a *fyzický kontakt* s *ujištěním* a *pozitivitou*. Všechny korelace měly podobné hodnoty jako ve výzkumu Egbertové a Polkové (2006). Ve výzkumu autorek však neexistoval vztah mezi *skutky služby* a *pozitivitou*, kdežto v předkládané studii je korelace signifikantní.

V poslední části práce byla dáována do souvislosti spokojenost respondentů v partnerském vztahu s proměnnými, které by ji dle teoretických východisek mohli ovlivňvat,

především šlo o explorační toho, zda má vlastní vykonávání údržbového chování vliv na vlastní spokojenost ve vztahu. Pomocí hierarchické regresní analýzy bylo v prvním kroku pevně danými údaji, jako je pohlaví, délka partnerství, stav (sezdáný, nebo ne) a přítomnost dětí ve vztahu, vysvětleno 6,1 % rozptylu spokojenosti.

V dalším kroku regresní analýzy se jako silný negativní prediktor spokojenosti ve vztahu ukázala dimenze *vyhýbání se* ($\beta = -0,704$, $p < 0,01$) a jako slabší negativní prediktor se ukázala i dimenze *úzkostnosti* ($\beta = -0,147$, $p < 0,01$). To znamená, že pokud mají lidé ke svému partnerovi vyhýbavou, nebo úzkostnou citovou vazbu, ovlivňuje to jejich spokojenost ve vztahu negativním způsobem. Toto zjištění je konzistentní s dalšími výzkumy vztahové údržby a jejího vlivu na spokojenost. Například Mikulincer a Shaver (2007) zjistili, že lidé s jistou citovou vazbou jsou ve vztahu spokojenější, než lidé s úzkostnou nebo vyhýbavou vazbou.

Následně byly do modelu přidány jednotlivé kategorie ze *Škály pěti jazyků lásky*, aby se projevilo zda má vlastní vyjadřování lásky partnerovi vliv na vlastní vnímání spokojenosti ve vztahu. Pomocí 5 jazyků lásky bylo vysvětleno 5,7 % rozptylu spokojenosti. Signifikantní slabý vztah mělo s vlastní spokojeností vykonávání kategorie *slova ujištění* a signifikantní střední vztah vykonávání kategorie *fyzický kontakt*. V posledním kroku byl model doplněn o 7 strategií vztahové údržby dle Staffordové (2010), přičemž tyto strategie zvýšily vysvětlení rozptylu spokojenosti o dalších 8,3 %. Přidáním strategií vztahové údržby dle Staffordové vymizel vztah mezi spokojeností a vlastním užíváním kategorie *slova ujištění*, avšak vztah s *fyzickým kontaktem* zůstal signifikantní. To znamená, že pokud lidé vyjadřují partnerovi lásku pomocí fyzického kontaktu, má to pozitivní vliv i na jejich spokojenost ve vztahu. Možnou interpretací tohoto jevu je, že při fyzickém kontaktu jsou zapojeni oba partneři. Partner, který lásku vyjadřuje, jí dává najevo skrz svoje tělo a i přesto, že je to on, kdo něco „dává“ a že fyzický kontakt nemusí být jeho „primárním jazykem“ lásky, může mu přinášet pozitivní pocity, které ovlivňují jeho spokojenost.

Z kategorií navržených Staffordovou (2010) se ve výsledném modelu spokojenosti signifikantně projevila strategie *ujištění*. Mezi vlastní četností užívání strategie ujištění a vlastní spokojeností ve vztahu se projevil silný pozitivní vztah ($\beta = 0,417$; $p < 0,01$). Toto zjištění se objevuje i v literatuře, například Staffordová a Canary (1991), Canary a Staffordová (1992) našli vztah mezi všemi pěti strategiemi vztahové údržby a spokojeností ve vztahu, jako nejvýznamější však považovali strategii *ujištění*. Stejně tak Daintonová a Aylor (2002) zjistili signifikantní vztah mezi spokojeností ve vztahu a vykonáváním strategie

ujištění. Zajímavý je také signifikantní negativní vztah mezi vykonáváním strategií *hovory o vztahu a sebeotevřením*. Znamená totiž, že pokud se lidé ve vztahu partnerovi více otevírají, nebo pokud s partnerem příliš svůj vztah probírají, snižuje to jejich pocit spokojenosti ve vztahu. Pro tento výsledek také lze najít opodstatnění v literatuře, kdy Canary a Staffordová (1994) zjistili, že čtyři strategie vztahové údržby pozitivně souvisí se spokojeností ve vztahu, ale příliš mnoho vykonávání strategie *otevřenost* může mít na spokojenost negativní důsledky. Tento jev by mohl být vysvětlen pomocí dialektické perspektivy, dle které lidé ve vztahu neustále oscilují mezi dvěma opačnými póly, kdy na jedné straně touží s partnerem sdílet své intimní prožitky a myšlenky (*expression*) a na druhé straně touží zachovat si soukromí (*privacy*) (Baxter, 1994). Vztah se tedy musí neustále přizpůsobovat a měnit dle tlaků a sil, které na něj působí (Montgomery, cit. dle Dindia, 2003), což je právě úkolem vztahové údržby (Baxter, 1994). Příliš mnoho otevřenosti ve vztahu může dynamiku těchto sil narušit, přičemž touha lidí po udržení si soukromí nebude naplněna a to může vést k menší vnímané spokojenosti ve vztahu.

Dindiaová a Baxterová (1987) zjistily, že percepce vlastního údržbového chování nekoreluje s vnímanou spokojeností ve vztahu, v této studii však byly takovéto signifikantní vztahy nalezeny. Vysvětlením nejspíš je, že i přesto, že je percepce partnerova údržbového chování napříč výzkumy konzistentním prediktorem spokojenosti ve vztahu (Dindia & Baxter, 1994; Staffordová & Canary, 1991; Daintonová, Staffordová & Canary, 1994), také vlastní vykonávání údržbového chování může mít na vlastní spokojenost vliv.

10. Souhrnná diskuse

Hlavním cílem předkládané práce bylo přispět ke zkoumání vztahové údržby vytvořením prvotní verze screeningového nástroje měřícího typy chování, kterými lze partnerovi vyjadřovat lásku. Tento nástroj byl vytvořen dle populární knihy G. Chapmana *Pět jazyků lásky*. Jeho vytvoření může rozšířit pohled na měření údržbového chování ve vztahu, ale zároveň může přispět k empirickému zakotvení Chapmanova modelu. Výzkum v této práci navázal na předchozí studie (Egbert & Polk, 2006; Goff et al., 2007) a pokusil se odstranit jejich nedostatky, například zahrnutím více konkrétních položek, které vycházely z výpovědí respondentů do *Škály pěti jazyků lásky*, nebo administrování škály na rozmanitějším vzorku.

Nově vytvořený nástroj vykazoval ve druhé i třetí studii dobrou vnitřní konzistenci, kdy hodnota koeficientu Cronbachova alfa byla na dostatečné úrovni. Asi nejzajímavějším zjištěním druhé studie byl fakt, že ženy měly ve všech šubškálách vyšší průměry odpovědí, což by mohlo podporovat všeobecně známý názor, že ženy jsou více vztahově orientované a více angažované ve vztazích než muži (např. Ragsdale, 1996; Bell et al., 1987)

Ve třetí studii škála vykazovala signifikantní korelace s již vytvořeným měřením vztahové údržby Staffordové (2010), což může být důležitým prvním krokem při ustanovování její konstruktové a kriteriální validity. Ve třetí studii bylo nalezeno několik souvislostí, například byl opětovně podpořen vztah mezi citovou vazbou a spokojeností ve vztahu, kdy především dimenze *vyhýbání se*, ale i *úzkostnosti*, měly signifikantní negativní vztah s vlastní partnerskou spokojeností. Podpořeno jako významné ve vlastní spokojenosti respondentů bylo jejich vlastní vykonávání strategie *ujištění*, což je konzistentní s výsledky předchozích studií (např. Stafford & Canary, 1991). Jako významné pro vnímanou vlastní spokojenost ze *Škály pěti jazyků lásky* se ukázalo být vlastní vykonávání strategie *fyzický kontakt*. Avšak nejzajímavějším zjištěním, může být nález signifikantní negativní souvislosti vlastního vykonávání strategií *hovory o vztahu* a *sebeotevření* (škála Staffordové, 2010), pro který již existuje opodstatnění v literatuře (Canary & Staffordová, 1994) a který by možná mohl být vysvětlen principy dialektické perspektivy. Tento vztah by mohl být v navazujících studiích dále zkoumán. I přes zaměření výzkumů spíše na percepci partnerova údržbového chování jako prediktoru spokojenosti ve vztahu (např. Dindia & Baxter, 1994; Staffordová & Canary, 1991), byla v předkládané práci nalezena podpora pro vliv vykonávání údržbového chování respondentem na jeho vlastní spokojenost ve vztahu.

Hlavním přínosem předkládané práce je vytvoření prvotní podoby nové měřicí škály vztahové údržby a pozitivní výsledky v postupu stanovování jejích psychometrických vlastností. Škála vykazuje dobrou vnitřní konzistenci i reliabilitu. Konstruktová validita zjišťovaná pomocí porovnání s již ustanoveným měřením vztahové údržby se zdá být také dostatečná, navíc se jedná o první pokus vytvořit škálu založenou na Chapmanově modelu (1992), kde byly položky získány přímo z odpovědí respondentů a také první škálu tohoto typu, kde byly psychometrické vlastnosti metody ověřovány na rozmanitém vzorku respondentů. Dalším přínosem je, že nově vytvořená škála byla dána do kontextu vztahové údržby a tím napomohla v procesu validizace Chapmanova modelu. Škála dále byla dána do vztahu s vysvětlením vlastní vnímané partnerské spokojenosti. V neposlední řadě může být považováno za přínos to, že práce přispívá k větší propojenosti mezi odbornou a populární perspektivou na poli mezilidských vztahů.

Limity práce a budoucí směřování *Škály pěti jazyků lásky*

Vytvoření Škály pěti jazyků lásky v předkládané práci lze považovat za důležitý první krok při vývoji měření vztahové údržby novým způsobem. Studie má jisté limity, například respondentům nebyla administrována žádná metoda, která by pomohla v ověřování diskriminační, nebo divergentní validity nástroje. Tato škála by mohla být dále ustanovována a případně upravována a pomocí ní by mohly být ověřovány některé z dalších Chapmanových (1992; 2002) tvrzení. Jedná se například o otázku primarity jazyka, tj. zda lidé skutečně mají tendenci vyjadřovat lásku ve svém primárním jazyce a zda porozumění partnerovu jazyku lásky skutečně zvýší spokojenost ve vztahu. Budoucí výzkumy by mohly ověřovat škálu na klinické populaci a pokud by byly její psychometrické vlastnosti i nadále ustanovovány mohla by sloužit jako rychlá screeningová metoda pro klinické psychology či manželské poradce, která může v praxi vnést jiný pohled na partnerské vztahy.

IV. Závěr

V předkládané práci byla vytvořena nová metoda na měření jazyků lásky dle konceptu Garyho Chapmana. Tuto škálu lze považovat za první krok ve vývoji screeningové metody, která by mohla v praxi sloužit manželským poradcům, nebo klinickým psychologům jako užitečný nástroj a úhel pohledu na partnerské vztahy. Práce může být také považována za užitečný příspěvek ke studiu vztahové údržby tím, že pomáhá při procesu empirického ověřování a ustanovování Chapmanova modelu, který možná pomohl mnoha lidem v jejich vztazích. Jak již bylo zmíněno, lidé touží mít spokojené vztahy a proto návody jak si je udržet hledají v různých zdrojích. Těmi jsou nejčastěji různé příručky a populární knihy a i přesto, že mnoho z nich není vysoké kvality, některé jsou založeny na cenné životní zkušenosti autora a stojí za to se jimi zabývat. Vědecká společnost často populární knihy kritizuje jako zjednodušující a i když to tak někdy může být, stejně mohou přinést mnoho nových podnětů pro akademické výzkumy. Například Egbertová a Polková (2006) věří, že by výzkumy neměly pracovat odděleně od toho, co rezonuje širokou veřejností, právě jako například Chapmanův koncept pěti jazyků lásky. Populární literatura přináší nové cesty a podněty pro výzkum a naopak populární knihy mohou vhodnou cestou seznámit širokou veřejnost s novými výzkumnými závěry. Dindiaová (2000) upozorňuje, že vědecké závěry nejsou aplikovatelné, dokud neproniknou mezi širokou veřejnost. Teorie a výzkumy na poli vztahové údržby by měly být komunikovány obecné veřejnosti, především proto, aby mohly lidem přinášet užitečné informace, které jim pomohou zlepšit jejich blízké vztahy. Tato práce tedy může být dalším krokem v propojování populární literatury s empirickým zkoumáním v oblasti vztahů.

V. Seznam použitých zdrojů:

- Andělová, T. (2011). *Láska a vztahová údržba v manželstvích seniorů*. Nepublikovaná diplomová práce. Brno: Masarykova univerzita.
- Areni, Ch. E., Kiercker, P., & Palan, K. M. (1998). Is It Better to Give Than to Receive? Exploring Gender Differences in the Meaning of Memorable Gifts. *Psychology and Marketing*, 15 (1), 81–109.
- Aylor, B., & Daiton, M. (2004). Biological sex and psychological gender as predictors of routine and strategic relational maintenance. *Sex Roles*, 50, 689–697.
- Ayres, J. (1983). Strategies to maintain relationships: Their identification and perceived usage. *Communication Quarterly*, 31, 62–67.
- Baxter, L. A. (1994). A dialogic approach to relationship maintenance. In Canary, D. J., Stafford, L., *Communication and relational maintenance: an introduction to social psychology*. 1st ed. San Diego: Academic Press, (pp. 233–254). ISBN 01-215-8430-5.
- Bell, R.A., Daly, J.A., & Gonzales, M.C. (1987). Affinity maintenance in marriage and its relationship to women's marital satisfaction. *Journal of Marriage and the Family*, 49, 445–454.
- Bowlby, J. (1988). *A secure base. Clinical applications of attachment theory*. 1st ed. Milton Park, Abingdon, Oxon: Routledge, 204 s. ISBN 04-153-5527-3.
- Brehm, S. S., Miller, R., Perlman, D., & Campbell, S. (2002). *Intimate relationships*. 3. ed. S.I.: Mcgraw-Hill. 554 p., ISBN 978-007-1130-066.
- Burleson, B. R., Metts, S., & Korch, M. W. (2000): Communication in Close Relationships. In C. Hendrick, C. & S. Hendrick (Eds.), *Close Relationships*. (pp. 245–258) Thousand Oaks, CA: Sage. ISBN 07-619-1606-7.
- Canary, D. J., & Dainton, M. (2003). Preface. In Canary, D. J. & Dainton, M. *Maintaining relationships through communication: relational, contextual, and cultural variations*. Mahwah, N.J.: Lawrence Erlbaum Associates. ISBN 08-058-3990-9.
- Canary, D.J., & Stafford, L. (1992). Relational maintenance strategies and equity in marriage. *Communication Monographs*, 59, 243–267.

- Canary, D. J., & Stafford, L. (1994). Maintaining relationships through strategic and routine interactions. In Canary, D. J., & Stafford, L., *Communication and relational maintenance: An introduction to social psychology* (pp. 3-21). San Diego. Academic Press. ISBN 01-215-8430-5.
- Canary, D. J., Stafford, L., Hause, K. S., & Wallace, L. A. (1993). An inductive analysis of relational maintenance strategies: Comparisons among lovers, relatives, friends and others. *Communication Research Reports*, 10, 5–14.
- Canary, D.J., Stafford, L., & Semic, B.A. (2002). A panel study of the associations between maintenance strategies and relational characteristics. *Journal of Marriage and Family*, 64, 395–406.
- Canary, D. J., & Zelle, E. D. (2003). Relationship Maintenance. *International Encyclopedia of Marriage and Family*. Retrieved 31. 3. 2012 from <http://www.encyclopedia.com/doc/1G2-3406900350.html>.
- Clark, M. S., & Monin, J. K. (2006). Giving and receiving communal responsiveness as love. In Sternberg, R. J., & Weis, K. *The new psychology of love*. New Haven, CT: Yale University Press, pp. 200–221. ISBN 0300116977.
- Dainton, M. (2000). Maintenance behaviors, expectations for maintenance, and satisfaction: Linking comparison levels to relational maintenance strategies. *Journal of Social and Personal Relationships*, 17, 827–842.
- Dainton, M. (2007). Attachment and marital maintenance. *Communication Quarterly*, 55(3), 283–298.
- Dainton, M. (2008). The use of relationship maintenance behaviors as a mechanism to explain the decline in marital satisfaction among parents. *Communication Reports*, 21(1), 33–45.
- Dainton, M., & Aylor, B. (2002). Routine and strategic maintenance efforts: Behavioral patterns, variations associated with relational length, and the prediction of relational characteristics. *Communication Monographs*, 69, 52–66.
- Dainton, M., & Stafford, L. (1993). Routine maintenance behaviors: A comparison of relationship type, partner similarity, and sex differences. *Journal of Social and Personal Relationships*, 10, 255–271.

- Dainton, M., Stafford, L., & Canary, D. J. (1994). Maintenance strategies and physical affection as predictors of love, liking and satisfaction in marriage. *Communication Reports* 7, 89–98.
- DeVellis, R. F. (2012). *Scale development: theory and applications*. 3rd ed. Thousand Oaks, Calif.: SAGE, 205 p. Applied social research methods series, v. 26. ISBN 14-129-8044-5.
- Dindia, K. (2000). Relational maintenance. In Hendrick, C. & Hendrick, S., *Close Relationships: a sourcebook*. (p. 287–300), Thousand Oaks, CA: Sage Publications. ISBN 07-619-1606-7.
- Dindia, K. (2003). Definitions and perspectives on relational maintenance communication. In Canary, D. J. & Dainton, M., *Maintaining relationships through communication: relational, contextual, and cultural variations* (p. 1–28). Mahwah, NJ: Lawrence Erlbaum. ISBN 08-058-3990-9.
- Dindia, K., & Baxter, L.A. (1987). Strategies for maintaining and repairing marital relationships. *Journal of Social and Personal Relationships*, 4, 143–158.
- Driver, J. L., & Gottman, J. M. (2004). Daily marital interactions and positive affect during marital conflict among newlywed couples. *Family Process*, 43 (3), 301–314.
- Duck, S. (1986). *Human relationships: an introduction to social psychology*. 1st ed. Sage Publications, 256 p. ISBN 0803997566.
- Duck, S. (1994). Steady as (s)he goes: Relational maintenance as a shared meaning system. In Canary, D., & Stafford, L., *Communication and relational maintenance*. San Diego: Academic Press, s. 45–60. ISBN 0121584305.
- Egbert, N., & Polk, D. (2006). Speaking the language of relational maintenance: A validity test of Chapman's (1992) five love languages. *Communication Research Reports*, 23, 19–26.
- Field, A. P. (2000). *Discovering statistics using SPSS for Windows: advanced techniques for the beginner*. Thousand Oaks: Sage Publications, 496 p. ISM (London, England). ISBN 07-619-5755-3.

- Floyd, K. (2006) *Communicating affection: interpersonal behavior and social context*. First pbk. ed. New York: Cambridge University Press, 222 p., ISBN 978-052-1832-052.
- Feeney, J. A., Noller, P., & Roberts, N. (2000). Attachment in close relationships. In C. Hendrick, C. & S. Hendrick (Eds.): *Close Relationships*. (pp. 185–202). Thousand Oaks, CA: Sage. ISBN 07-619-1606-7.
- Fraley, R. Ch., Heffernan, M. E., Vicary, A. M., & Brumbaugh, C. Ch. (2011). The Experiences in Close Relationships – Relationships Structures Questionnaire: A Method for 86 Assessing Attachment Orientations Across Relationships. *Psychological Assessment*, 23/3, 615-625.
- Goff, B. G., Goddard, H. W., Pointer, L., & Jackson, G. B. (2007). Measures of expressions of love. *Psychological Reports*, 101, 357–360.
- Hatfield, E. & Traupmann, J. (1980). Intimate relationships: A perspective from equity theory. In S. Duck & R. Gilmour (Eds.), *Personal relationships I: Studying personal relationships* (pp. 165–178). London: Academic Press. ISBN 01222280141.
- Hazan, C., & Shaver, P., R. (1987). Romantic Love Conceptualized as an Attachment Process. *Journal of Personality and Social Psychology*, 32, (3), 511-524.
- Hazan, C., & Shaver, P. R. (1994). Attachment as an organizational framework for research on close relationships. *Psychological Inquiry*, 5, 1–22.
- Chapman, G. (1992). *The five love languages*. Chicago: Northfield Pub., 175 p. ISBN 18-812-7315-6.
- Chapman, G. (2002). *Pět jazyků lásky aneb naučte se hovořit jazykem lásky toho druhého*. 1. vyd. Praha: Návrat domů, 137 s. ISBN 80-725-5058-6.
- Kodytková, V. (2009). *Citová vazba a užívání strategií vztahové údržby v manželství*. Nепublikovaná diplomová práce. Brno: Masarykova univerzita.
- Kratochvíl, S. (2000). *Manželská terapie*. 3. rozšíř. vyd. Praha: Portál, 255 s. ISBN 80-717-8332-3.
- Kuchařová, V. (2001). *Postoje k manželství a rodičovství a reflexe změn podmínek pro rodičovství*. Staženo z internetových stránek výzkumného záměru: Rodina, zaměstnání

<http://fss.muni.cz/struktura/katedry/spsp/page.php?id=49&position=003004001>

- Lacinová, L., Michalčáková, R., & Bouša, O. (2009). Vyjadřování lásky v intimních vztazích: Příspěvek ke zkoumání užívání strategií vztahové údržby v partnerství a manželství. *Psychoterapie*, 3–4, 224–234.
- Langer, E. J. (1989). *Mindfulness*. Reading, Mass: Da Capo Press, 256 p., ISBN 02-015-2341-8.
- Lee, J. A. (1976). *The colors of love: an exploration of the ways of loving*. Ont.: New Press, 282 p. ISBN 08-877-0222-8.
- Lemieux, R. (1996). Picnics, flowers, and moonlight strolls: An exploration of routine Love behaviors. *Psychological reports*, 78(1), 91–98.
- Malinen, K., Rönkä, A., & Sevón, E. (2010). Good Moments in parents' spousal relationships: A daily relational maintenance perspective. *Family Science*, 1(3–4), 230-241.
- Mashek, D. J., & Aron, A. (2004). *Handbook of closeness and intimacy*. Mahwah, N.J.: Lawrence Erlbaum Associates, 454 p. ISBN 08-058-4285-3.
- Maslow, A. H. (1987). *Motivation and personality*. 3rd ed. / . New York: Harper and Row, 293 p. ISBN 00-604-1987-3.
- Michalčáková, R., Lacinová, L., Bouša, O., & Schlesingerová, M. (2011). Strach ze smrti v kontextu citové vazby v období dospívání. *Sociální studia*, Brno: Fakulta sociálních studií MU v Brně, roč. 8, č. 2, s. 107 – 120. ISSN 1214-813X.
- Mikulincer, M., & a Shaver, P.R. (2007). *Attachment in adulthood: structure, dynamics, and change*. New York: Guilford Press, 578 p. ISBN 978-159-3854-577.
- Montgomery, B. M. (1993). Relationship maintenance versus relationship change: A dialectical dilemma. *Journal of Social and Personal Relationships*, 10, 205–223.
- Murstein, B. I. (1988). A taxonomy of love. In R. J. Sternberg & M. L. Barnes (Eds.), *The psychology of love* (119–138). New Haven: Yale University Press. ISBN 03-000-4589-1.
- Murray, S. L., Holmes, J. G., & Griffin, D. W. (1996). The Benefits of Positive Illusions: Idealization and the Construction of Satisfaction in Close Relationships. In

- Reis, H. T., & Rusbult (2004), C. *Close relationships: Key readings*.(p. 317–338). New York: Psychology Press. ISBN 08-637-7596-9.
- Norton, R. (1983). Measuring marital quality: A critical look at the dependent variable. *Journal of Marriage and Family*, 45(1), pp.141–151.
 - Novák, T. (2013). *Pozitivně na manželství*. Vyd. 1. Praha: Grada, 140 s. Psychologie pro každého. ISBN 978-80-247-4645-6.
 - Petersen, B., Beus, M., Jeppesen, K., & Anderson, R. (2008). *She Loves Me, She Loves Me Not: A Study of Chapman's Five Love Languages and Marital Satisfaction*. A Study of Chapman's Five Love Languages. Weber State University. Dostupné z: <http://bigfatresearchpaper.blogspot.cz/2008/04/she-loves-me-she-loves-me-not.html>.
 - Pistole, M. C., Robberts, A., & Chapman, M. L. (2010): Attachment, relationship maintenance and stress in long-distance and geographically close relationships. *Journal of Social and Personal Relationships*. 27 (4), 535–552.
 - Plaňava, I. (2000). *Manželství a rodina. Struktura, dynamika, komunikace*. 1. vyd. Brno: Doplněk, 294 s. ISBN 80-723-9039-2.
 - Plzák, M. (1998). *Klíč k výběru partnera pro manželství*. 3. přeprac. vyd. Praha: Motto, 190 s. ISBN 80-858-7292-7.
 - Ragsdale, J. D. (1996). Gender, satisfaction level, and the use of relational maintenance strategies in marriage. *Communication Monographs*, 63, 354–369.
 - Reis, H. T., & Rusbult, C. (2004). *Close relationships: key readings*. 1st ed. New York: Psychology Press, 518 p. ISBN 08-637-7596-9.
 - Roloff, M. E., & Cloven, D. H. (1994). Maintaining violated relationships. In Canary D. J., & Stafford L. (Eds.), *Communication and relational maintenance: An introduction to social psychology* (p. 23–43). San Diego: Academic Press. ISBN 01-215-8430-5.
 - Rusbult, C. E., Drigotas, S. M., & Verette, J. (1994). The investment model: An interdependence analysis of commitment processes and relationship maintenance. In Canary, D. J., & Stafford, L., *Communication and relational maintenance: An*

introduction to social psychology (pp. 115–139). San Diego, CA: Academic Press. ISBN 01-215-8430-5.

- Shaver, P. R., & Hazan, C. (1988). A biased overview of the study of love. *Journal of Social and Personal Relationships*, 5, 473-501.
- Skočovský, K. D. (2007). *Akceptabilita metod přirozené kontroly početí: dimenze a determinanty*. Nепublikovaná disertační práce. Brno: Masarykova univerzita.
- Stafford, L. (2003). Maintaining romantic relationships: A summary and analysis of one research program. In Canary, D. J., & Dainton, M., *Maintaining relationships through communication: Relational, contextual, and cultural variations* (p. 59–78). Mahwah, NJ: Lawrence Erlbaum. ISBN 08-058-3990-9.
- Stafford, L. (2010). Measuring relationship maintenance behaviors: Critique and development of the revised relationship maintenance behavior scale. *Journal of Social and Personal Relationships*, 000(00), 1–26.
- Stafford, L., & Canary, D., J. (1991). Maintenance strategies and romantic relationship type, gender, and relational characteristics. *Journal of Social and Personal Relationships*, 8, 217–242.
- Stafford, L., & Canary, D.J. (2006). Equity and interdependence as predictors of relational maintenance strategies. *The Journal of Family Communication*, 6(4), 227–254.
- Stafford, L., Dainton, M., & Haas, S. (2000). Measuring routine and strategic relational maintenance: Scale development, sex versus gender roles, and the prediction of relational characteristics. *Communication Monographs*, 67, 306–323.
- Sternberg, R. J. (1986). A triangular theory of love. In Reis, H. T. & Rusbult, C. (2004). *Close relationships: Key readings* (213-227). New York: Psychology Press. ISBN 08-637-7596-9.
- Sternberg, R. J. (1988). Triangulating love. In R. J. Sternberg & M. L. Barnes (Eds.), *The psychology of love* (119-138). New Haven: Yale University Press. ISBN 03-000-4589-1.
- Sternberg, R. J. (1997). Construct validation of a triangular love scale. *European Journal of Social Psychology*, 27, 313–335.

- Šmolka P., & Mach J. (2004). *Muž a žena - návod k použití*. Vyd. 1. Praha: Portál, 159 s. ISBN 80-717-8911-9.
- Thibaut H. H., & Kelley, J. W (1959). *The social psychology of groups*. New York: Wiley, 1959. ISBN 04-718-5866-8.
- Trestrová, O. (2011). *Intimita a závazek v partnerských vztazích v mladém dospělosti*. Nepublikovaná diplomová práce. Brno: Masarykova univerzita
- Utne, M. K., Hatfield, E., Traupmann, J., & Greenberger, D. (1984). Equity, marital satisfaction and stability. *Journal of Social and Personal Relationship*, 1, 323–332.
- Vaus, D. (2002). *Surveys in social research*. 5th ed. London: Routledge, ISBN 04-152-6857-5.
- Veale, S. L. (2006). *How Do I Love Thee? An Investigation of Chapman's Five Love Languages* (Doctoral dissertation, Capella University, 2006). Dissertation Abstracts International, 67 (4-B), 2286.
- Weigel, D.J., & Ballard-Reisch, D.S. (1999a). All marriages are not maintained equally: Marital type, marital quality, and the use of maintenance behaviors. *Personal Relationships*, 6, 291–303.
- Weigel, D. J., & Ballard-Reisch, D. S. (1999b). How couples maintain marriages: A closer look at self and spouse influences upon the use of maintenance behaviors in marriages. *Family Relations*, 48, (3), 263–269.
- Weigel, J. D., & Ballard-Reisch, S.D. (1999c). The influence of marital duration on the use of relationship maintenance behaviors. *Communication Reports*, 12, (2), 59– 70.
- Weigel, D.J., & Ballard-Reisch, D.S. (1999d). Using paired data to test models of relational maintenance and marital quality. *Journal of Social and Personal Relationships*, 16, 175–191.
- Willi, J. (2006). *Psychologie lásky: osobní rozvoj cestou partnerského vztahu*. Vyd. 1. Praha: Portál, 2006, 250 s., Portál, ISBN 80-717-8982-8.
- Wood, J. T. (1994). *Gendered lives: communication, gender, and culture*. Belmont, Calif.: Wadsworth Pub., 359 p. ISBN 05-342-0316-7.

- Zítková, V. (2012). *Souvislost vztahové údržby dospělých a jejich rodičů*. Nепublikovaná diplomová práce. Brno: Masarykova univerzita.

VI. Přílohy:

Příloha č. 1: Položky vybrané do prvotní verze Škály pěti jazyků lásky

Příloha č. 2: Způsob oslovení respondentů ve studii č. 2

Příloha č. 3: *Škála pěti jazyků lásky*

Příloha č. 4: Anglický originál dotazníku *Relational Maintenance Behavior Measure (RMBM)* Staffordové (2010)

Příloha č. 5: Český překlad dotazníku *Relational Maintenance Behavior Measure (RMBM)* Staffordové (2010)

Příloha č. 6: Sternbergova trojúhelníková škála lásky (1988)

Příloha č. 7: Quality Marriage Index (Norton, 1983)

Příloha č. 8: Relationships Structures Questionnaire – RSQ (Fraley et al., 2011)

Příloha č. 9: Způsob oslovení respondentů a instrukce k vyplnění dotazníku ve studii č. 3

Příloha č. 10: Seznam tabulek

Příloha č. 1: Položky vybrané do prvotní verze *Škály pěti jazyků lásky*

Slova ujištění

1. Řeknu mu/jí, že ho/ji miluji.
2. Řeknu mu/jí, že ho/ji mám ráda.
3. Oslovuji ho/ji zdobněle.
4. Říkám mu/jí miláčku.
5. Ocením ho/ji za to, že něco udělal/a.
6. Oceňuji ho/ja za to, jaký/á je.
7. Řeknu mu/jí, že si ho/jí vážím.
8. Řeknu mu/jí, že mu/jí to moc sluší.
9. Chválím a povzbuzuji ho/ji.
10. Lichotím mu/ji.
11. Řeknu mu/jí, že mi na něm/ní záleží.
12. Řeknu mu/jí, jak moc je pro mě důležitý/á.
13. Řeknu mu/jí, že je mi s ním/ní dobře.
14. Mluvím s ním/ní o naší společné budoucnosti.
15. Když nejsme spolu, říkám mu/jí, že mi chybí.
16. Když nejsme spolu, píšu mu/jí zamilované SMS.
17. Mluvím o něm/ní pěkně i ve společnosti jiných lidí.

Soustředěná pozornost

18. Když jsem s ním/ní plně mu/jí věnuji pozornost.
19. Zajímám se o jeho/její myšlenky, názory a pocity.
20. Zajímám se o něj/ni.
21. Podnikneme společný výlet.
22. Jdu s ním/ní na večeři, nebo do kina a plně se mu/jí věnuji.
23. Naplánuji společnou aktivitu (společný večer, dovolenou, výlet nebo víkend).
24. Trávím s ním/ní svůj volný čas.
25. Věnuji mu/jí čas, i když bych potřeboval/a dělat jiné věci.
26. Přizpůsobím svůj program, abychom mohli být spolu.
27. Sdílím s ním/ní své důvěrné myšlenky a pocity.
28. Pozorně mu/jí naslouchám.

29. Pomáhám mu/jí s jeho problémy.
30. Nezapomínám na pro něj/ni důležité okamžiky (narozneniny, výročí, důležitý pohovor, atd.).
31. Dělán s ním/ní jeho/její oblíbenou aktivitu, která ale mne nebaví.
32. Jsem mu/jí nablízku, když mě potřebuje.
33. Povídám si s ním/ní o tom, co ho/ji zajímá.
34. Upřímně a otevřeně si s ním/ní povídám.
35. Zeptám se ho/jí, jak se má a jak se cítí.

Dárky

36. Překvapím ho/ji něčím, co mu udělá radost.
37. Obdaruji ho/ji nějakou drobností.
38. Jen tak mu/jí něco koupím.
39. Spontánně mu/jí koupím nějakou maličkost pro radost.
40. Koupím mu/jí něco, co má rád.
41. Dám mu/jí vstupenky na jeho oblíbený film.
42. Vlastnoručně mu/jí vyrobím nějakou drobnost.
43. Složím mu/jí básničku, nebo písničku.
44. Koupím mu/jí dárek k výročí.
45. Dám mu/jí nějaký dárek, i když není žádná speciální příležitost.
46. Koupím mu/jí jeho/její oblíbenou sladkost.
47. Z nákupu mu/jí přinesu jeho/její oblíbenou věc (např. koření, víno).
48. Koupím mu/jí čokoládu.
49. Dám mu/jí dárek, po kterém touží
50. K narozeninám mu/jí dám dárek, o kterém vím, že mu/jí udělá radost
51. Překvapím ho/ji romantickým vzkazem, nebo SMS.
52. Když se odněkud vracím domů (výlet, služební cesta), dovezu mu/jí malý dárek.

Skutky služby

53. Uklidím, aby se doma cítil/a dobře.
54. Postarám se o pořádek v naší domácnosti.
55. Udělám něco, o co už mě dlouho žádá.
56. Udělám nějakou práci v domácnosti, nebo na zahradě, i když se mi nechce.
57. Pomáhám mu/jí, s čím potřebuje.

58. S něčím mu/jí pomůžu na úkor vlastního zájmu, nebo času.
59. Uvařím jeho/její oblíbené jídlo.
60. Něco dobrého upeču.
61. Vstanu ráno dřív a uvařím kávu.
62. Uvařím dobrou večeři.
63. Připravím mu/jí snídani, i když nemusím vstávat.
64. Nachystám mu/jí do práce svačinku.
65. Když je nemocný, pečuji o něj/ni (uvařím čaj, polévku).
66. Vyperu a vyžehlím prádlo.
67. Opravím nějakou drobnost v domácnosti.
68. Udělám nějakou práci v domácnosti, když vím, že nemá čas ji udělat sám/sama.
69. Pečuji o něj/ni.
70. Udělám něco, co nedělám rád/a, jen aby měl/a radost.

Fyzický kontakt

71. Políbím ho/ji.
72. Nečekaně a bezdůvodně ho/ji políbím.
73. Pohládím ho/ji.
74. Obejmu ho/ji ve chvíli, kdy to potřebuje.
75. Jen tak, ho/ji obejmou.
76. Pomiluji se s ním/ní.
77. Iniciuji fyzický kontakt s ním/ní.
78. Přitulím se k němu/ní.
79. Něžně se s ním/ní mazlím.
80. Při různých příležitostech se ho/jí dotýkám.
81. Namasíruji mu/jí záda.
82. Držím ho/ji za ruku.
83. Zamilovaně se na něj/ni dívám.
84. Dlouze se mu/jí dívám do očí.
85. Usmívám se na něj/ni.

Příloha č. 2: Způsob oslovení respondentů ve studii č. 2

Dobrý den,

v rámci své diplomové práce se pokouším vytvořit nový dotazník týkající se partnerských vztahů. Ráda bych Vás tedy požádala o spolupráci a o vyplnění jeho pilotní verze. Všechny informace jsou anonymní a budou použity pouze pro účely mého výzkumu. Vyplnění dotazníku Vám zabere asi 15 minut.

Děkuji Bc. Lenka Bobáková

studentka psychologie Fakulty sociálních studií Masarykovy univerzity v Brně.

Příloha č. 3: Škála pěti jazyků lásky

- 1) Řeknu mu/jí, že ho/ji miluji.
- 2) Říkám mu/jí miláčku.
- 3) Když nejsme spolu, říkám mu/jí, že mi chybí.
- 4) Řeknu mu/jí, že si ho/jí vážím.
- 5) Lichotím mu/jí.
- 6) Naplánuji nějakou společnou aktivitu (např. společný večer, dovolenou, výlet nebo víkend).
- 7) Když jsem s ním/ní, plně mu/jí věnuji pozornost.
- 8) Zeptám se ho/jí, jak se má a jak se cítí.
- 9) Povídám si s ním/ní o tom, co ho/ji zajímá.
- 10) Přizpůsobím svůj program, abychom mohli být spolu.
- 11) Dám mu/jí dárek, po kterém touží.
- 12) Překvapím ho/ji romantickým vzkazem, nebo SMS.
- 13) Když se odněkud vracím domů (výlet, služební cesta), dovezu mu/jí malý dárek.
- 14) Koupím mu/jí jeho/její oblíbenou sladkost.
- 15) Spontánně mu/jí koupím nějakou maličkost pro radost.
- 16) Pečuji o něj/ni.
- 17) Uvařím dobrou večeři.
- 18) Uklidím, aby se doma cítil/a dobře.
- 19) Připravím mu/jí snídani, i když nemusím vstávat.
- 20) Udělám nějakou práci v domácnosti, nebo na zahradě, i když se mi nechce.
- 21) Nečekaně a bezdůvodně ho/ji políbím.
- 22) Jen tak, ho/ji obejmu.
- 23) Něžně se s ním/ní mazlím.
- 24) Namasíruji mu/jí záda.
- 25) Zamilovaně se na něj/ni dívám.

Příloha č. 4: Anglický originál dotazníku *Relational Maintenance Behavior Measure (RMBM)* Staffordové (2010)

Positivity

- 1) Acts positively with me.
- 2) Is upbeat when we are together.
- 3) Acts cheerfully with me.
- 4) Acts optimistically when he/she is with me.

Understanding

- 5) Is understanding.
- 6) Is forgiving of me.
- 7) Apologizes when he/she is wrong.
- 8) Does not judge me.

Self-Disclosure

- 9) Talks about his/her fears.
- 10) Is open about his/her feelings.
- 11) Encourages me to share my thoughts with him/her.
- 12) Encourages me to share my feelings with him/her.

Relationship talks

- 13) Discusses the quality of our relationship.
- 14) Tells me how he/she feels about the relationship.
- 15) Has talks about our relationship.

Assurances

- 16) Talks about future events (e.g., having children, or anniversaries, or retirement, etc.).
- 17) Talks about our plans for the future.
- 18) Tells me how much I mean to him/her.
- 19) Shows me how much I mean to him/her.

Tasks

- 20) Shares in the joint responsibilities that face us.
- 21) Performs his/her household responsibilities
- 22) Helps with the tasks that need to be done.
- 23) Does not shirk his/her duties.

Networks

- 24) Includes our friends in our activities.
- 25) Does things with our friends.
- 26) Spends time with our families.
- 27) Asks a family member for help.
- 28) Turns to a family member for advice.

Příloha č. 5: Český překlad dotazníku *Relational Maintenance Behavior Measure (RMBM)* Staffordové (2010)

Překlad převzat z diplomové práce Zítkové (2012), některé položky převzaty z práce Kodytkové (2009) a některé formulace byly upraveny autorkou.

Pozitivita

- 1) Ke svému partnerovi/své partnerce se chovám pozitivně.
- 2) Když jsme spolu jsem dobře naladěný/á.
- 3) V přítomnosti svého partnera/ své partnerky se chovám vesele.
- 4) Když jsem se svým partnerem/svou partnerkou, chovám se optimisticky.

Porozumění

- 5) Pro svého partnera/ svoji partnerku mám pochopení.
- 6) Partnerovi/ partnerce odpouštím.
- 7) Omluvím se, když nemám pravdu.
- 8) Partnera/partnerku nesoudím (tj. neodsuzuji).

Sebeotevření

- 9) Mluvím o svých obavách.
- 10) Otevřeně mluvím o svých pocitech.
- 11) Povzbuzuji svého partnera/svou partnerku, aby se mnou sdílel/a své myšlenky.
- 12) Povzbuzuji svého partnera/svou partnerku, aby se mnou sdílel/a své pocity.

Hovory o vztahu

- 13) Probírám s partnerem/ partnerkou jak na tom náš vztah je.
- 14) Říkám partnerovi/partnerce, jak v našem vztahu cítím.
- 15) Mluvím s ním/ní o našem vztahu.

Ujištění

- 16) Mluvím s ním/s ní o budoucích událostech našeho společného života (např. o dětech, výročích, důchodu atd.)
- 17) Mluvím o našich společných plánech do budoucna.
- 18) Říkám partnerovi/partnerce, jak moc pro mě znamená.

19) Dávám partnerovi/partnerce najevo, jak moc pro mě znamená.

Úkoly

20) Podílím se na společných povinnostech, které je potřeba udělat.

21) Plním své domácí povinnosti.

22) Pomáhám s úkoly, které je potřeba udělat.

23) Nevyhýbám se svým povinnostem.

Sítě

24) Do našich společných aktivit zapojuji naše přátele.

25) Dělán věci s našimi přáteli.

26) Trávím čas s našimi rodinami.

27) Žádám členy rodiny o pomoc. Obracím se na členy rodiny s žádostí o radu.

Příloha č. 6: Sternbergova triangulární škála lásky (1988)

Překlad převzat z diplomové práce Trestrové (2010)

- 1) Aktivně pečuji o partnerovo/partnerčino blaho.
- 2) Už samotný pohled na partnera/partnerku je pro mne vzrušující.
- 3) Vím, že mi na partnerovi/partnerce záleží.
- 4) S partnerem/partnerkou mám vřelý vztah.
- 5) Přes den na partnera/partnerku často myslím.
- 6) Jsem odhodlaný/odhodlaná udržet svůj vztah s partnerem/partnerkou.
- 7) V případě potřeby se mohu na partnera/partnerku spolehnout.
- 8) Můj vztah s partnerem/partnerkou je velmi romantický.
- 9) Nedovolil/a bych, aby nás lidé rozdělili, kvůli závazku, který pociťuji ke svému partnerovi/partnerce.
- 10) Můj partner/ Má partnerka se na mě může v případě potřeby spolehnout.
- 11) Můj partner/partnerka je pro mě velmi přitažlivý/á.
- 12) Jsem si jistý/á, že můj vztah k partnerovi/partnerce je stabilní.
- 13) Jsem připravený/á s partnerem/ partnerkou sdílet svůj život i majetek.
- 14) Myslím, že mám ideálního partnera/ ideální partnerku.
- 15) Nedovolil/a bych, aby cokoli stálo v cestě mému závazku k partnerovi/partnerce.
- 16) Můj partner/má partnerka mě hodně emočně podporuje.
- 17) Nikdo jiný by mě nedokázal udělat tak šťastným/šťastnou, jako to dokáže můj partner/má partnerka.
- 18) Předpokládám, že partnera/partnerku budu milovat po celý život.
- 19) Svého partnera/svou partnerku hodně emočně podporuji.
- 20) Chci být raději s partnerem/partnerkou než s někým jiným.
- 21) Vždy budu za partnera/partnerku cítit silnou zodpovědnost.
- 22) S partnerem/ partnerkou se mi dobře komunikuje.
- 23) Nic pro mě není důležitější než vztah s partnerem/partnerkou.
- 24) Vnímám svůj vztah k partnerovi/partnerce jako pevný.
- 25) Můj partner/partnerka pro mne v životě znamená hodně.
- 26) Fyzický kontakt s partnerem/partnerkou je mi velmi příjemný.
- 27) Neumím si představit rozpad svého vztahu s partnerem/partnerkou.
- 28) S partnerem/partnerkou jsem si blízký/á.

- 29) Na mém vztahu s partnerem/partnerkou je něco „magického“.
- 30) Jsem si jistý/á svou láskou k partnerovi/partnerce.
- 31) Ve vztahu s partnerem/ partnerkou je mi příjemně.
- 32) Svého partnera/partnerku zbožňuji.
- 33) Vnímám svůj vztah s partnerem/partnerkou jako stálý.
- 34) Mám pocit, že partnerovi/partnerce opravdu rozumím.
- 35) Neumím si představit svůj život bez partnera/partnerky.
- 36) Vidím svůj vztah s partnerem/partnerkou jako dobré rozhodnutí.
- 37) Mám pocit, že mi partner/partnerka opravdu rozumí.
- 38) Můj vztah s partnerem/partnerkou je vášnivý.
- 39) Cítím zodpovědnost k partnerovi/partnerce.
- 40) Mám pocit, že partnerovi/partnerce mohu skutečně věřit.
- 41) Když se dívám na romantické filmy nebo čtu romantické knihy, myslím na partnera/partnerku.
- 42) Ve svém vztahu s partnerem/partnerkou plánuji pokračovat.
- 43) Svěřuji se partnerovi/ partnerce se svými osobními záležitostmi, které jsou hodně důvěrné.
- 44) Často sním o svém partnerovi/své partnerce.
- 45) I když se s partnerem/partnerkou těžko vychází, zůstávám našemu vztahu věrný/věrná.

Příloha č. 7: Index hodnocení manželské kvality (Norton, 1983)

Ohodnoťte každé tvrzení číslem, které nejlépe vystihuje stupeň spokojenosti, kterou cítíte v různých oblastech Vašeho vztahu.

(1 = velmi silně nesouhlasím,, 7 = velmi silně souhlasím)

1. Máme dobrý vztah.
2. Vztah s mým partnerem/partnerkou je velmi stabilní.
3. Vztah s mým partnerem/partnerkou je velmi silný.
4. Vztah s mým partnerem/partnerkou mě dělá šťastnou.
5. Cítím, že s partnerem/partnerkou tvoříme dobrý „tým“.

(1 = nešťastný, 10 = zcela šťastný)

6. Když všechno uvážíte, jaký „stupeň štěstí“ nejlépe vystihuje váš vztah?

Quality Marriage Index (Norton, 1983)

Rate each statement with the number that best describes the degree of satisfaction you feel in various areas of your relationship.

1. We have a good relationship.
2. My relationship with my partner is very stable
3. My relationship with my partner is strong
4. My relationship with my partner makes me happy
5. I really feel like part of a team with my partner
6. All things considered, what degree of happiness best describes your relationship?

Příloha č. 8: Relationships Structures Questionnaire – RSQ

Překlad převzat z práce Michalčákové a kol. (2011)

Prosím zodpovězte následujících 9 otázek o Vašem aktuálním partnerovi/partnerce.

1 = silně nesouhlasím, 7 = silně souhlasím

1. Pomáhá mi, když se v případě potřeby mohu obrátit na tuto osobu.
2. Obvykle s touto osobou prodiskutuji své problémy a starosti.
3. S touto osobou všechno prodebatuji.
4. Případá mi snadné se spoléhat na tuto osobu.
5. Necítím se dobře, když se mám svěřovat této osobě.
6. Raději této osobě nedávám najevo, jak se v hloubi duše cítím.
7. Často si dělám starosti, že na mně této osobě skutečně nezáleží.
8. Bojím se, že mě tato osoba může opustit.
9. Trápím se tím, že tato osoba nebude o mě stát tak, jak já stojím o ni.

Příloha č. 9: Způsob oslovení respondentů a instrukce k vyplnění dotazníku ve studii č. 3

Dobrý den,

v rámci své magisterské diplomové práce vytvářím nový dotazník týkající se partnerských vztahů. Ráda bych Vás poprosila o spolupráci při jeho vyplnění. Dotazník může vyplnit každý, kdo je v současné době v partnerském vztahu. Všechny informace, které uvedete, jsou anonymní a budou použity pouze pro účely mého výzkumu, popř. zpracování studie pro odbornou veřejnost.

Vyplnění Vám zabere asi 25 minut.

Děkuji Bc. Lenka Bobáková

studentka psychologie na Masarykově univerzitě v Brně.

Když si chtějí lidé v partnerském vztahu vyjádřit, že se mají opravdu rádi, že jeden druhého miluje, mohou to udělat různým způsobem. Neexistuje pouze jedna jediná cesta, kterou by mohli použít, ve svém chování vyjadřující lásku tomu druhému se lidé liší. Přečtěte si prosím následující věty, které takové chování popisují a u každého tvrzení prosím zaškrtněte, jak často se chováte když chcete vyjádřit, že svého partnera doopravdy milujete vy. Pokuste se neodpovídat tak, jak často si myslíte, že byste se měl/a následujícím způsobem chovat, ale zvolte nejvhodnější možnost odpovídající tomu, jak se ve svém vztahu chováte nyní.

Zaškrtněte jak často skutečně dané chování ve svém vztahu vykonáváte.

Příloha č. 10: Seznam tabulek

Tabulka č. 1 – Příklad kategorizace položek

Tabulka č. 2 – Výsledky obsahové analýzy „slov ujištění“

Tabulka č. 3 – Výsledky obsahové analýzy „soustředěné pozornosti“

Tabulka č. 4 – Výsledky obsahové analýzy „dárků“

Tabulka č. 5 – Výsledky obsahové analýzy „skutků a služeb“

Tabulka č. 6 – Výsledky obsahové analýzy „fyzického kontaktu“

Tabulka č. 7 – Počet vytvořených položek pro jednotlivé jazyky lásky

Tabulka č. 8 – Položky v kategorii slova ujištění a jejich hodnoty

Tabulka č. 9 – Položky v kategorii soustředěná pozornost a jejich hodnoty

Tabulka č. 10 – Položky v kategorii dárky a jejich hodnoty

Tabulka č. 11 – Položky v kategorii skutky služby a jejich hodnoty

Tabulka č. 12 – Položky v kategorii fyzický kontakt a jejich hodnoty

Tabulka č. 13 – Průměry, standardní odchykla a korelace Škály pěti jazyků lásky

Tabulka č. 14 – Porovnání průměrů a standardních odchylek subškál u mužů a žen, t-test

Tabulka č. 15 – Vnitřní konzistence dotazníku RMBM (Stafford, 2010)

Tabulka č. 16 – Vnitřní konzistence dotazníku RMBM

Tabulka č. 17 – Porovnávní průměrů a standardních odchylek ze druhé a třetí studie

Tabulka č. 18 – Porovnání průměrů a standardních odchylek subškál u mužů a žen, t-test

Tabulka č. 19 – Korelace jednotlivých subškál a porovnání s druhým výzkumem

Tabulka č. 20 – Hodnota Cronbachova alfa jednotlivých subškál a celé škály, porovnání s druhou studií

Tabulka č. 21 – Porovnávní hodnot Cronbachova alfa pro muže a ženy

Tabulka č. 22 – Výsledky korelací Škály pěti jazyků lásky a RMBM

Tabulka č. 23 – Výsledky 1. modelu

Tabulka č. 24 – Výsledky 2. modelu

Tabulka č. 25 – Výsledky 3. modelu

Tabulka č. 26 – Výsledky 4. modelu