



Pedagogická
fakulta
Faculty
of Education

Jihočeská univerzita
v Českých Budějovicích
University of South Bohemia
in České Budějovice

Jihočeská univerzita v Českých Budějovicích
Pedagogická fakulta
Katedra pedagogiky a psychologie

Bakalářská práce

Souvislost mezi emoční inteligencí a partnerskou spokojeností

Vypracovala: Zuzana Vendlová
Vedoucí práce: PhDr. Filip Abramčuk, Ph.D.
České Budějovice 2015

Prohlašuji, že svoji bakalářskou práci jsem vypracoval (a) samostatně pouze s použitím pramenů a literatury uvedených v seznamu citované literatury.

Prohlašuji, že v souladu s § 47b zákona č. 111/1998 Sb. v platném znění souhlasím se zveřejněním své bakalářské práce, a to v nezkrácené podobě fakultou elektronickou cestou ve veřejně přístupné části databáze STAG provozované Jihočeskou univerzitou v Českých Budějovicích na jejích internetových stránkách, a to se zachováním mého autorského práva k odevzdanému textu této kvalifikační práce. Souhlasím dále s tím, aby toutéž elektronickou cestou byly v souladu s uvedeným ustanovením zákona č. 111/1998 Sb. zveřejněny posudky školitele a oponentů práce i záznam o průběhu a výsledku obhajoby kvalifikační práce. Rovněž souhlasím s porovnáním textu mé kvalifikační práce s databází kvalifikačních prací Theses.cz provozovanou Národním registrem vysokoškolských kvalifikačních prací a systémem na odhalování plagiátů.

Datum

Podpis studenta

Nejprve bych ráda poděkovala PhDr. Filipu Abramčukovi, Ph.D. za poskytování cenných a konstruktivních rad, za podporu a podnětné a odborné komentáře a za celkové vedení mé práce. Dále bych ráda poděkovala svým rodičům, zejména své mamince, jež pro mne byla po celou dobu oporou a věrným konzultantem. Velké poděkování patří také mému milovanému příteli a přátelům, kteří pro mne byli neméně velkou oporou. V neposlední řadě bych však ráda poděkovala těm, kteří mi s realizováním této práce jakkoli pomáhali. Mé díky tedy patří všem respondentům, bez nichž bych výzkum nemohla realizovat a mým konzultantům v oblasti statistického zpracování dat a to konkrétně Ing. Kateřině Novotné, Ph.D. a Bc. Janu Hynkovi.

Abstrakt

Bakalářská práce se zabývá souvislostí mezi emoční inteligencí a partnerskou spokojeností. Teoretická část je rozdělena do tří částí. První část se zaměřuje na vznik konstruktů emoční inteligence, na vymezení tohoto pojmu, na teoretická východiska emoční inteligence a taktéž je zde věnována kapitola emocím. Druhá část je věnována partnerské spokojenosti. Autorka zde definuje tento pojem a zabývá se jednotlivými determinantami partnerské spokojenosti. Poslední část teoretické práce se zaměřuje na roli emocí a emoční inteligence v partnerství a na význam jednotlivých kompetencí emoční inteligence v partnerství a na jejich vliv na partnerskou spokojenost. V empirické části autorka ověřuje, zda existuje, či neexistuje vztah mezi mírou emoční inteligence a mírou partnerské spokojenosti u jedinců ($n = 178$) a párů ($n = 89$). Byly sestaveny tři hypotézy, z nichž třetí se skládala ze dvou částí. Všechny hypotézy byly vzhledem k výsledkům podpořeny.

Klíčová slova:

emoční inteligence, partnerská spokojenost, manželská spokojenost

Abstract

This bachelor thesis deals with the connectivity between emotional intelligence and partner satisfaction. The theoretical part is divided into three parts. The first part focuses on the emergence of the construct of emotional intelligence, on the definition of this term and on the theoretical basis of emotional intelligence. Also there is a chapter dedicated to emotions. The second part is devoted to partner satisfaction. The author defines this term and occupies with the various determinants of partner satisfaction. The last part of the theoretical work focuses on the role of emotions and emotional intelligence in the partnership and on the importance of individual competencies of emotional intelligence in partnership with their influence on partner satisfaction. In the empirical part, the author examines whether there is or not a relationship between the level of emotional intelligence and level of partner satisfaction among individuals ($n = 178$) and among couple ($N = 89$). Three hypotheses were constructed, the third one consisted of two parts. All hypotheses were supported by the given results.

Key words:

emotional intelligence, partner satisfaction, marital satisfaction

Obsah

I. Úvod	8
II. Teoretická část	9
1 Emoční inteligence.....	9
1.1 Vznik termínu emoční inteligence	9
1.2 Definice emoční inteligence	9
1.3 Teoretická východiska emoční inteligence.....	11
1.3.1 Model J. Mayera a P. Saloveye.....	11
1.3.2 Model R. Bar-Ona.....	12
1.3.3 Model K. V. Petridesa	13
1.3.4 Pojetí I. Stuchlíkové	14
1.4 Emoce	14
2 Partnerská spokojenost	17
2.1 Vymezení základních pojmů	17
2.2 Oblasti zájmu partnerské spokojenosti.....	18
2.3 Determinanty ovlivňující partnerskou spokojenost	18
2.3.1 Individuální faktory.....	19
2.3.2 Interpersonální faktory	20
2.3.3 Vnější faktory	25
3 Role emocí a emoční inteligence v partnerství.....	26
3.1 Význam kompetencí EI v partnerství a jejich vliv na partnerskou spokojenost.....	27
3.1.1 Vyjadřování emocí.....	27
3.1.2 Vnímání a porozumění emocím.....	28
3.1.3 Regulace emocí.....	28
3.1.4 Nízká impulzivita.....	29
3.1.5 Zvládání stresu.....	29
3.1.6 Empatie v partnerství	30
3.1.7 Asertivita	31
3.1.8 Sociální uvědomění.....	32
3.1.9 Management emocí.....	32
3.1.10 Sebeúcta.....	32
3.1.11 Optimizmus.....	32
3.1.12 Rysové štěstí	33

3.1.13	Vztahová kompetence	33
III.	Empirická část	35
4	Výzkumný problém a cíl	35
4.1	Výzkumný problém.....	35
4.2	Cíl výzkumu.....	36
5	Hypotézy.....	36
6	Metodologická oblast	36
6.1	Typ výzkumu	36
6.2	Metody sběru dat.....	37
6.3	Metoda měřící partnerskou spokojenost.....	37
6.4	Metoda měřící emoční inteligenci.....	38
6.5	Administrace dotazníků.....	39
6.6	Zpracování a analýza dat	40
6.7	Etický aspekt.....	42
7	Výzkumný soubor	42
7.1	Kritéria výběru	42
7.2	Charakteristika výzkumného vzorku.....	43
8	Výsledky	44
9	Diskuze	51
10	Závěr	54
IV.	Souhrn	56
V.	Seznam použitých zdrojů	58
	Přílohy	64

I. Úvod

Za téma své bakalářské práce jsem si zvolila souvislost mezi emoční inteligencí (EI) a partnerskou spokojeností. Řada autorů (např. Bradberry & Greaves, 2013; Goleman, 2011; Kanitz, 2008; Salbot et al., 2001; Schulz & Roberts, 2007; Wilding, 2007 atd.) ve svých publikacích zmiňuje, že má EI vliv na různé oblasti lidského života. Uvádějí, že vyšší míra EI pozitivně působí jak v oblasti osobní, profesní, tak i v oblasti mezilidských vztahů. Emoční inteligencí v kontextu profesní sféry se zabývala již řada studií (např. Carmeli, 2003; Cote & Miners, 2006; Chiva, & Alegre, 2008, O'Boyle et al., 2011; Wong, & Law, 2002; atd.). O poznání méně, obzvláště v České republice, byla pozornost věnována roli EI v sociálních vztazích či konkrétně v partnerství. Partnerství je přitom pro většinu lidí jednou z nejvýznamnějších oblastí lidského života. Přirozenou tendencí a přáním téměř každého člověka je najít si k sobě partnera a mít spokojený vztah. Proč se však některým partnerům daří být v partnerství spokojenými a jiným nikoli? Zajisté to, zda jsou partneři ve vztahu spokojeni či ne, ovlivňuje mnoho faktorů. Může být však jedním z nich právě míra jejich EI? Mohou být spokojenější jedinci s vyšší mírou EI než ti s nižší? Může být ovlivněna míra spokojenosti partnerů právě mírou jejich EI? Případně záleží v kontextu jejich spokojenosti na tom, zda mají oba dva partneři vysokou míru EI či pouze jeden z nich? V této souvislosti si kladu řadu otázek a ráda bych alespoň na některé z nich, prostřednictvím své praktické části, našla odpověď.

Svou bakalářskou práci dělím na část teoretickou a na část praktickou. V první kapitole teoretické části se zabývám emoční inteligencí. V druhé kapitole se zaměřuji na partnerskou spokojenost a ve třetí se věnuji roli emocí a emoční inteligence v partnerství a možnému významu jednotlivých kompetencí, jež EI zahrnuje, ve vztahu k partnerské spokojenosti. Vzhledem k tomu, že touto problematikou se prozatím zabývalo málo autorů, provádím jakousi syntézu dosavadních informací a propojuji je do jednotného textu. V rámci empirické části realizuji kvantitativní výzkum, který se zabývá vztahem mezi již zmiňovanými proměnnými, tedy emoční inteligencí a partnerskou spokojeností u jedinců i párů. Zjišťuji, jak míra EI ovlivňuje míru partnerské spokojenosti. Poznatky, k nimž dospívám, bych ráda alespoň okrajově přispěla k současnému vědění o této problematice.

II. Teoretická část

1 Emoční inteligence

1.1 Vznik termínu emoční inteligence

Emoční inteligence (EI) je psychologickým konstruktem, jenž má nedávnou historii. Poprvé se tento pojem objevil jako součást sociální inteligence E. Thorndika. Jako samostatný pojem se poté emoční inteligence nachází v pracích Leunera (1966), Greenspana (1989) a Payna (1986) (in Mayer, Salovey & Caruso, 2004). Bližší kořeny tohoto konstruktu jsou obsaženy v Gardenerově (1993) konceptu intrapersonální a interpersonální inteligence. O tomto konstruktu píše ve své práci věnované mnohočetné inteligenci (in Salbot et al., 2011). První model emoční inteligence popsali psychologové Peter Salovey z Harvardské univerzity a John Mayer z New Hampshirské univerzity roku 1990. Následně byla emoční inteligence značně zpopularizována v souvislosti s vydáním knihy D. Golemana *Emoční inteligence: Proč může být emoční inteligence důležitější než IQ*, jež vyšla v roce 1995 (in Schulz & Roberts, 2007). D. Goleman ve své knize prezentuje názor, že dosavadní přístup k inteligenci nebere v potaz kompetence, které jsou nezávislé na IQ, ale jež zásadně ovlivňují úspěch na pracovišti, sociální a intimní vztahy. Výše uvedená Golemanova publikace později významně podpořila zájem o vědecké studium EI (in Ruisel, 2000, Schulz & Roberts, 2007).

1.2 Definice emoční inteligence

Abychom se mohli emoční inteligencí blíže zabývat, pokusíme se nejdříve tento pojem vymežit. V literatuře se v souvislosti s emoční inteligencí setkáváme s řadou různých definic. Uvedeme zde pouze ty z nich, jež pocházejí od významných autorů, kteří se problematikou emoční inteligence zabývají hlouběji.

Mezi tyto autory můžeme s jistotou zařadit P. Saloveye a J. D. Mayera. Tito dva autoři zpočátku definovali EI ve dvou rovinách. Za prvé jako obecné zpracování emocionální informace a za druhé jako výčet dovedností, které takové zpracování zahrnuje (in Stuchlíková et al., 2005). Posléze autoři tuto původní definici upravili a rozšířili. Jejich upravená definice zní: *„Emoční inteligence se vztahuje ke schopnosti rozpoznávat významy vlastních emocí a emocí druhých lidí a využívat toho při usuzování a řešení problémů.*

Emoční inteligence je obsažena v kapacitě vnímat emoce, přijímat vlastní pocity, rozumět informacím, které tyto emoce nesou a emoce řídí“ (in Stuchlíková et al., 2005, s. 12). Tuto definici poté výrazně pozměnil D. Goleman, který ji během popularizace fenoménu emoční inteligence rozšířil o motivaci a sociální vztahy (in Stuchlíková et al., 2005). D. Goleman (1997, s. 42) vymezuje emoční inteligenci jako: „*Schopnost dokázat sám sebe motivovat a nevzdávat se tváří v tvář obtížím a frustraci, schopnost ovládat svoje pohnutky a odložit uspokojení na pozdější dobu, schopnost ovládnout svoji náladu a zabránit úzkosti a nervozitě, schopnost ovlivňovat kvalitu svého myšlení, schopnost vcítit se do situace druhého člověka a ani v těžkých chvílích neztrácet naději.*“ Dalším autorem, jenž vycházel z definice P. Saloveye a J. D. Mayera, je S. Hein (2005). Emoční inteligenci pojímá jako vrozenou schopnost emoce prožívat, zprostředkovat je, rozpoznat a řídit (in Holinková, 2011). R. Bar-On (1997) hovoří o emoční inteligenci jako: „*O souboru nekognitivních způsobilostí, kompetencí a dovedností, které ovlivňují připravenost jedince úspěšně se vyrovnávat s nároky a tlakem prostředí*“ (in Schulz & Roberts, 2007, s. 63). Dále pak K. V. Petrides (2010, s. 137) emoční inteligenci definuje jako: „*konstrukt emoční sebepercepce, jež patří do oblasti osobnosti na nižší hierarchickou úroveň jako například rysy osobnosti Big Five.*“ Jako poslední uvedeme definici M. A. Pletzera (2009, s. 14), který ve své knize *Emoční inteligence. Jak ji rozvíjet a využívat*, uvádí: „*Emoční inteligence je schopnost vnímat vlastní pocity i pocity druhých lidí a přiměřeně na ně reagovat. Dále jde o schopnost hovořit o vlastních pocitech, tedy komunikovat o nich s ostatními.*“

Jednoznačně vymezit pojem emoční inteligence je vzhledem k různým pojetím jednotlivých autorů, o nichž se budeme podrobněji dále zmiňovat v následující kapitole, téměř nemožné. Nicméně, z obsahu jednotlivých definic lze vyzorovat jejich částečné prolínání či doplňování, což také dokládá tvrzení Schulze a Robertse (2007, s. 128), kteří říkají: „*Emoční inteligence bývá definována různými badateli různě. Všechny modely emoční inteligence však tvoří jádro, jehož součástí jsou intrapersonální komponenty (např. regulace nálad, zvládání stresu apod.) a interpersonální komponenty (např. vnímání emocí, sociální dovednosti apod.).*“

1.3 Teoretická východiska emoční inteligence

V současné době je vypracováno několik konceptuálních přístupů k emoční inteligenci. Jak již bylo zmíněno výše, mezi badateli nenastala jednoznačná shoda v tom, co přesně emoční inteligence představuje. S jistotou lze pouze klasifikovat jejich modely emoční inteligence do dvou skupin (Schulz & Roberts, 2007). První z nich chápe emoční inteligenci jako schopnost, již je možné měřit testy maximálního výkonu. Mezi zástupce této skupiny patří J. Mayer a P. Salovey. Druhý přístup spojuje emoční inteligenci jak se schopnostmi, tak se širokou škálou osobnostních charakteristik (smíšený model), či ji vysloveně chápe jako osobnostní rys. V takovém případě mluvíme o rysové emoční inteligenci. Mezi smíšené modely řadíme D. Golemana a R. Bar-Ona. K zástupcům rysového emočního pojetí patří K. V. Petrides a A. Furnham. V případě skupiny druhé realizujeme měření prostřednictvím výpověďových sebepopisných dotazníků (Salbot et al., 2011; Schulz & Roberts, 2007).

1.3.1 Model J. Mayera a P. Saloveye

První model emoční inteligence, s názvem EI 90, vypracovali P. Salovey a J. Mayer roku 1990. Dle jejich názoru jádro emoční inteligence tvoří tři duševní procesy týkající se emočních informací, a to:

- a) **Posouzení a vyjadřování emocí** - u sebe na verbální a neverbální úrovni a u ostatních v podobě neverbálního vnímání a empatie
- b) **Regulace či kontrola emocí** - u sebe a u ostatních
- c) **Využití emocí adaptivním způsobem** - zahrnuje 4 subfaktory emoční inteligence, a to: flexibilitu plánování, tvůrčí myšlení, přesměrování pozornosti, motivaci sebe i ostatních (Mayer & Salovey, 2004; Mayer & Salovey, 2007).

V roce 1997 přišli tito autoři s upravenou verzí jejich modelu EI. Tato nová verze vymezuje emoční inteligenci jako duševní schopnost, přičemž ji odlišuje od klasických sociálně emočních osobnostních vlastností. Autoři model upravili, rovněž i vynechali třetí část předchozího modelu. Vynechaná část byla kritizována pro nejasnost operacionalizace použitých pojmů. Dále byla zařazena nová oblast vztahující se k výkonu. Tuto oblast nazvali promyšlená regulace emocí. Nový model je členěn do čtyř tříd schopností, jež se pojí k emocím, které uspořádávají od základních ke složitějším dovednostem, a to:

- a) **Vnímání, posuzování a vyjadřování emocí** - zahrnuje přijímání a rozpoznávání emočních informací a obsahuje základní dovednosti ve vztahu k emocím
- b) **Emoční podpora myšlení** - popisuje použití emocí jako prostředku, který směřuje pozornost k důležitým informacím, jež mohou usnadňovat usuzování
- c) **Porozumění emocím a jejich analýza** - týká se kognitivního zpracování emocí a zahrnuje schopnost označovat emoce a rozpoznávat vztahy mezi slovy a emocemi, interpretovat významy emocí ve vztazích, schopnost porozumět složitým či protichůdným pocitům a schopnost rozeznávat pravděpodobné přechody mezi emocemi
- d) **Promyšlená regulace emocí** - zahrnuje schopnost zvládnání emocí vlastních i emocí ostatních lidí směrem k emočnímu a intelektovému zrání. Obsahuje například schopnost být otevřený příjemným i nepříjemným pocitům, schopnost poddání se či odstupu od emoce dle její informační hodnoty, schopnost promyšleného sledování a hodnocení emocí ve vztahu k sobě i druhým a taktéž schopnost zvládat vlastní a cizí emoce zmírňováním negativních a posilováním pozitivních emocí (Mayer & Salovey, 2004; Mayer & Salovey, 2007).

1.3.2 Model R. Bar-Ona

Na rozdíl od konceptualizace emoční inteligence jako schopnosti P. Saloveye a J. Mayera nespojují jiní autoři včetně R. Bar-Ona emoční inteligenci výlučně s emocemi nebo s inteligencí, ale také s řadou osobnostních charakteristik. Na základě zkoumání osobnostních charakteristik stanovil R. Bar-On 5 obecných dimenzí EI, jež mají vliv na úspěch jedince. Tyto dimenze dále dělí na 15 subškál.

- a) **Intrapersonální dovednosti** - zahrnují sebeúctu, vědomí vlastních emocí, asertivitu a sebeaktualizaci
- b) **Interpersonální dovednosti** - zahrnují empatii, sociální dovednost, interpersonální vztahy
- c) **Adaptabilita** - zahrnuje řešení problémů (osobních a sociálních), testování reality a flexibilitu
- d) **Zvládnání stresu** - zahrnuje toleranci vůči stresu a ovládnání impulzů
- e) **Obecná nálada** - zahrnuje štěstí (pocit spokojenosti s vlastním životem) a optimismus

V roce 2000 R. Bar-On model přepracoval a vytvořil tzv. model emoční a sociální inteligence. Obsah tohoto modelu zredukoval na 10 komponentů původního modelu, a to na: sebeúctu, vědomí vlastních emocí, asertivitu, empatii, interpersonální vztahy, toleranci vůči stresu, ovládání impulzů, testování reality, flexibilitu a řešení problémů (in Schulz & Roberts, 2007).

1.3.3 Model K. V. Petridese

V kontextu této bakalářské práce, zejména empirické části, je pro nás klíčový model rysové emoční inteligence anglického psychologa K. V. Petridese. Rysová emoční inteligence se týká především rozpoznávání emocí, sebepercepce a dispozic osobnosti. Petrides se svými kolegy chápou emoční inteligenci jako konstelaci sebepopisných schopností a behaviorálních dispozic, které souvisejí s emocemi, respektive s emocionalitou. Model emoční inteligence K. V. Petridese a jeho kolegů se stal prvním systematickým modelem rysové emoční inteligence. Tento model zahrnuje 15 domén, přičemž 13 z nich tvoří 4 všeobecnější faktory, zatímco dvě zbylé domény stojí samostatně. Jsou to:

- a) **Emocionalita** - pod níž patří: rysová empatie, emoční percepce, vyjadřování emocí a vztahové kompetence
- b) **Sociabilita** - zahrnuje management emocí, asertivitu a sociální uvědomění
- c) **Osobní pohoda** - obsahuje optimizmus, rysově štěstí a sebeúctu
- d) **Sebekontrola** - pod ní patří: regulace emocí, impulzivita a zvládání stresu

+ **zbylé dvě domény: adaptabilita a sebemotivace**

Zmiňované domény byly odvozeny na základě **obsahové analýzy** stávajících modelů emoční inteligence. Výše popsaný model se stal základem pro vznik dotazníku rysové emoční inteligence: Trait Emotional Intelligence Questionnaire - TEIQue a jeho zkrácené verze TEIQue-SF, jež je využívána v rámci výzkumu, který bude představen v empirické části (in Salbot, 2011).

1.3.4 Pojetí I. Stuchlíkové

Pro komplexní vzhled do problematiky bychom dále uvedli pojetí emoční inteligence z pohledu I. Stuchlíkové (2002, s. 123), která ve své knize, *Základy psychologie emocí*, užívá pro označení emoční inteligence pojem emoční gramotnost. Definuje ji jako: „*Soubor základních vědomostí o emocích a dovedností emoce rozpoznávat, regulovat a využívat ke svému prospěchu.*“ Za základní složky emoční inteligence, respektive emoční gramotnosti, I. Stuchlíková považuje:

- a) **Emocionální sebeuvědomování** - zahrnuje chápání příčin emocí a schopnost rozlišovat mezi nimi
- b) **Regulaci emocí** - včetně chápání sociálně přiměřených forem jejich vyjadřování
- c) **Komunikaci emocionálních obsahů a empatii**
- d) **Osobní rozhodování** - obsahuje uvědomění si, co si myslíme a co cítíme, usměrňování sociálních vztahů, včetně dovedností analyzovat a řešit problémy, budovat vztah a spolupracovat (Stuchlíková, 2002)

Ačkoli mezi modely schopností a smíšenými modely EI (nebo rysovými modely EI) existují zásadní rozdíly, uvedené modely se vzájemně nevylučují, nýbrž ve složkách, jež se vztahují k emocím, se vzájemně doplňují. Téměř všechny existující koncepty emoční inteligence pokrývají alespoň čtyři oblasti, jež se vztahují k emocím. Jedná se o:

- a) **rozpoznávání či uvědomování si vlastních emocí**
- b) **rozpoznávání či uvědomování si emocí druhých lidí**
- c) **regulace či řízení vlastních emocí**
- d) **regulace či řízení emocí druhých lidí** (Schulz & Roberts, 2007)

I přes rozdvojení konceptualizace se zastánci obou modelů shodují v zásadních věcech, jako například: Lidé se liší, pokud jde o jejich úroveň emoční inteligence, emoční inteligence se vyvíjí s věkem a je důležitá jak v interpersonálních, tak intrapersonálních oblastech apod. (Batoool & Khalid; 2009).

1.4 Emoce

Pro pochopení podstaty emoční inteligence je nezbytné se alespoň v krátkosti zmínit o emocích v obecné rovině. Nastínit, co to vlastně emoce jsou, jak a kde vznikají, jakou mají funkci a jak nás ovlivňují, neboť pojem emoční inteligence sestává ze dvou složek,

a to z inteligence a právě oněch emocí. Inteligence představuje kvalitu kognitivních neboli poznávacích funkcí, jako je vnímání, pozornost, paměť, usuzování, hodnocení a abstraktní myšlení (Stuchlíková et al., 2005). Emoce řadíme do druhé oblasti psychických procesů, a to do oblasti afektivní. Z tohoto pohledu lze emoce vymezit jako afektivní stav vědomí, v jehož průběhu se prožívají stavy, jako jsou radost, strach, nenávist atd. (Koukolík, 2006). Emoce mají významnou hodnotící funkci, mohou ovlivnit proces i obsah sociálního uvažování a chování (Stuchlíková et al., 2005). Emoce vždy vznikají jako reakce na podnět. Ten může přijít zvenčí, ale může být také vyvolán vlastními myšlenkami a vzpomínkami. Není rozhodující, odkud spouštěcí impuls vychází, protože organizmus vždy reaguje stejným způsobem (von Kanitz, 2008). Velké množství informací z vnějšího i vnitřního prostředí (tj. ze smyslů i nervových zakončení), ale i oblastí mozku směřuje do limbického systému, který je jedním z nejsložitějších systémů mozku. Jeho základním posláním je zapojení se do emocí, paměti a motivace. Z tohoto důvodu je pro nás alespoň stručně zmínění se o něm nezbytné (Orel, 2009). Limbický systém sestává z mnoha mozkových struktur, k nimž patří hypotalamus, septum, gyrus cinguli, hipokampus a amygdala (Hill, 2004). Již zmiňovaný hipokampus tvoří součást limbického systému, kde se podílí na fixaci paměťových stop a na převodu informací z paměti krátkodobé do paměti dlouhodobé (Orel, 2009). Pod hipokampem se nachází talamus, do něhož vedou nervové dráhy ze všech sensorických systémů. Talamus zastává funkci přepojovací stanice, která odesílá informace o důležitých podnětech do různých oblastí mozku. Jedna nervová dráha vede do amygdaly. Tato cesta je kratší a mechanismus zpracování informací, stejně jako následná reakce, je velice rychlý, avšak nemusí být přesný. Oproti tomu druhá cesta směřuje z talamu do senzomotorických center v mozkové kůře. Tato nervová dráha je delší, ovšem výsledek hodnocení je preciznější (Plháková, 2011). Z hlediska časového sledu tedy podnět nejprve vede do limbického systému, kde následně dochází k jeho racionálnímu zpracování. To znamená, že nejdříve dojde k emočnímu prožitku a teprve poté následuje rozumová reakce (Bradberry & Greaves, 2013).

Pokud hovoříme o amygdale, je žádoucí doplnit, že vnímá naprosto vše, co se aktuálně kolem nás děje, aniž by si to člověk uvědomoval. V každém okamžiku porovnává situaci s dřívějšími zážitky, přičemž vyhledává možné nebezpečí nebo naopak klid. Amygdala však neslouží jen k přiřazování emočního náboje, ale také ovlivňuje emoční paměť. Pomocí emočního nabuzení způsobeného amygdalou dochází k ovlivnění procesu

tvorby a upevnění paměťových stop v mnoha oblastech mozku, zejména v hippocampu, o němž jsme se již zmiňovali (Orel, 2009).

Prostřednictvím emocí je tedy náš mozek schopen, na základě dřívějších podnětů, klasifikovat podněty nově příchozí jako dobré nebo špatné, příjemné nebo nepříjemné, nebezpečné či neškodné. Emoce proto hrají významnou roli nejen ve zvládnutí standardních situací. Podílejí se také na vývoji plánů a odhadnutí rizik. Prostřednictvím emocí jsme schopni předem odhadnout následky našeho chování. Jde o předvídativé cítění („Co se stane, když...?“). Emoce nás podněcují k tomu, abychom něco udělali nebo něčeho nechali, a umožňují nám pružně reagovat na nové a nové požadavky okolního prostředí (von Kanitz, 2008).

Silné emoce mohou zásadně změnit obvyklé způsoby uvažování a reagování. Z hlediska emoční inteligence jsou však důležitější afektivní stavy mírné intenzity, především nálady, jelikož v nich trávíme většinu svého času. Tyto vlivy jsou převážně subtilní, nevědomé a obtížně zaznamenatelné sebepozorováním. Získání znalostí o těchto jevech je přímou součástí emoční inteligence, jelikož uvědomování si emočního zkreslení, které má vliv na poznávací procesy, zlepšuje jednání a reakce. Zapotřebí je rovněž dodat, že lidé zpravidla nadhodnocují intenzitu a trvání pozitivních i negativních reakcí (Stuchlíková et al., 2005). Důležitou součástí emoční inteligence tedy je uvědomování si vzájemné provázanosti emocí a poznávacích procesů a znalost dílčích efektů zkreslení, které mohou kvalitu našeho uvažování a rozhodování zhoršovat (Stuchlíková et al., 2005).

V rámci této kapitoly jsme se zabývali emocemi v obecnější rovině, blíže se pak na jejich sociální funkci a význam v partnerských vztazích zaměříme v rámci poslední teoretické kapitoly.

2 Partnerská spokojenost

V této bakalářské práci se věnujeme souvislosti mezi emoční inteligencí a partnerskou spokojeností. Pojmem emoční inteligence jsme se již zabývali v první části teoretické práce. V této druhé části považujeme za nezbytné vymezit pojem spokojenost a partnerská spokojenost a následně se zabývat některými determinantami partnerské spokojenosti. Nutno podotknout, že v rámci celé práce budeme užívat termín partnerská spokojenost i v případě manželských párů. Důvodem je jeho obecnější význam zahrnující jak manželství, tak partnerství, což je pro účel našeho výzkumu podstatné. Přestože je manželství a partnerství jiným typem svazku, stejně jako v manželství, jde i v partnerství o vztah, v němž se vyskytuje závazek, takže pro účely našeho výzkumu jsou tyto vztahy směřovány.

2.1 Vymezení základních pojmů

Obecně lze spokojenost definovat podle Hiotakisové (2005) jako subjektivní stav, jenž spočívá v naplnění vlastních cílů a přání (in Robotková, 2010). Ve výkladovém slovníku Hartl a Hartlová (2010) vymezují spokojenost (satisfaction) jako příjemný pocit z dobrých vztahů a dobře vykonané činnosti. V naší kultuře se k pojmu spokojenost připodobňuje často pojem štěstí. Nicméně, štěstí je zpravidla považováno, oproti spokojenosti, která se dle mnoha autorů týká postojů a kognitivního zhodnocení vlastního života, respektive určité oblasti života (například partnerství), za záležitost kladných emocí (Blatný, 2010).

Partnerskou spokojenost pak lze definovat jako jedincovo celkové subjektivní hodnocení kvality jeho manželství (Li & Fung, 2011). McCabeová (2006), Smith a Mackieová (2000) vymezují partnerskou spokojenost pocitem propojení a svázanosti v pozitivním slova smyslu, pocitem, že oba partneři našli místo, kde mají vysokou hodnotu, jsou jedineční a nenahraditelní a za stěžejní považují naplnění většiny potřeb obou partnerů (in Willerton, 2012). Z českých autorů například Kratochvíl (2009) ve své publikaci uvádí, že základem partnerské spokojenosti je vyrovnaná partnerská výměna spočívající v tom, že oba dva partneři zvažují, co jim nabízí partner a co za to mohou oni nabídnout jemu.

2.2 Oblasti zájmu partnerské spokojenosti

McCabeová (2006) uvádí, že první výzkumy, které byly zaměřené na partnerskou spokojenost, byly provedeny ve 30. letech minulého století. Zabývaly se osobnostními faktory ovlivňujícími spokojenost (in Robotková, 2010). Bateson, Jackson, Haley a Weakland (1958) poukazují na to, že v 50. letech se předmět výzkumu změnil z osobnostních charakteristik na vzájemné interakce mezi partnery. Podle McCabeové (2006) se pak začaly výzkumy z důvodu rostoucí rozvodovosti v 80. a 90. letech zaměřovat na hledání faktorů, které by mohly napomoci v udržování spokojených a stabilních partnerských vztahů (in Robotková, 2010).

2.3 Determinanty ovlivňující partnerskou spokojenost

Nyní se budeme ve stručnosti věnovat determinantám, jež mají vliv na partnerskou spokojenost. Jeden z prvních seznamů faktorů ovlivňujících spokojenost pochází od Burgesse. Publikoval jej již roku 1939. Po obsahové stránce je velmi rozsáhlý. Zahrnuje jak determinanty se značným vlivem na partnerskou spokojenost, tak i s vlivem mírným a velmi malým až nulovým. Za zásadní považoval např. fakt, zda manželství rodičů obou partnerů jsou spokojená či nikoli, zda vyrůstali v podobných podmínkách či zda zastávají stejný postoj k rodičovství atd. Současní autoři, k nimž se řadí Kratochvíl (2009) či Plzák (1973), považují za podstatný např. způsob rodinného hospodaření, trávení volného času, výchovu dětí a sexuální soužití. (in Robotková, 2010). McCabeová (2006) ve své přehledové studii dochází k závěru, že není možné sestavit jeden univerzálně platný seznam faktorů, jenž má na manželskou a partnerskou spokojenost vliv (in Robotková, 2010). Můžeme však tyto faktory rozdělit podle vzoru Larsona a Holmana (1994) do tří kategorií, a to na faktory individuální, interpersonální a vnější (in Robotková, 2010).

V rámci dalších kapitol se budeme zabývat jednotlivými determinantami partnerské spokojenosti. Jejich podrobné rozebrání by bylo velmi obsáhlé a náročné, proto se s ohledem na zaměření práce pokusíme uvést jejich stručný přehled a blíže se pak budeme věnovat těm, které souvisí s praktickou částí této bakalářské práce.

2.3.1 Individuální faktory

Osobnostní charakteristiky

Mezi individuální faktory patří osobnostní charakteristiky partnerů. Míra partnerské spokojenosti souvisí tedy do určité míry s osobností daného jedince a s osobností jeho či jejího partnera. Tato souvislost byla prokázána ve výzkumech využívajících metody pěti faktorů osobnosti, a to: neuroticismu, extraverze, otevřenosti ke zkušenostem, přívětivosti a svědomitosti (Stone & Shackelford, 2007). Pozitivní vliv byl například zaznamenán u extraverze a přívětivosti. Naopak negativní vliv se objevil v případě vysoké míry neuroticismu a otevřenosti ke zkušenostem v případě, že se míra otevřenosti ke zkušenosti u partnerů značně lišila (Malouff et al., 2010; Watson, Hubbard & Wiese, 2000).

Pohlaví

Pohlaví bývá také často označováno za vlivný faktor partnerské spokojenosti. Vágnerová (2007) říká, že muži bývají v partnerství zpravidla celkem spokojeni. Nemají potřebu o ničem diskutovat, něco měnit a podílet se na domácích povinnostech, pokud do toho nejsou přímo tlačeni. Za výraz lásky považují muži činnosti ve prospěch rodiny, společně trávený čas a sex. Oproti tomu ženy bývají ve vztahu častěji nespokojeny, jelikož mají pocit nerovnoměrného rozdělení povinností, nepochopení, nedostatečné podpory a lásky ze strany svého partnera. U žen se zpravidla pocity nespokojenosti objevují dříve a v intenzivnější míře než u mužů. Citlivost mužů na signály nespokojenosti ze strany partnerky je poměrně malá. Většinou nespokojenosti partnerky nerozumí, jelikož oni sami nic takového neprožívají. Ženy mají potřebu o svých pocitech a řešení případných problémů s partnerem mluvit. Pokud muži na tyto potřeby ženy nereagují, dochází k značnému ochlazení vztahu. Názor na tuto rozdílnost míry spokojenosti v rámci genderu není však tak jednoznačný. Jiní odborníci se skrze výsledky svých studií domnívají, že žádné značné rozdíly v míře partnerské spokojenosti v rámci pohlaví nejsou. Toto tvrzení podporuje například výzkum Jacksona, Millera, Oka a Henryho (2014), jehož výsledky poukazují na velmi malé rozdíly v partnerské spokojenosti v rámci genderu.

Věk

Autoři do skupiny individuálních faktorů dále řadí věk, jímž se v souvislosti s partnerskou spokojeností zabývají zejména v souvislosti se změnami partnerské spokojenosti v průběhu let. Pohledy na vztah mezi délkou partnerského vztahu a spokojeností jsou poměrně nekonzistentní. Například podle Rollinse a Feldmana (1970) má partnerská spokojenost tvar zakřivené cesty (tvar U). V prvních letech vztahu podle nich spokojenost nabývá vysokých hodnot a pak postupně klesá, než dosáhne určitého bodu, kdy začne opět rovnoměrně stoupat až téměř do stejné úrovně, jako tomu bylo na počátku vztahu (in Orathinkal & Vansteenwegen, 2007). Orathinkal a Vansteenwegen (2007), Vaillantová a Vaillant (1993) prostřednictvím svých zjištění taktéž uvádějí, že nižší stupeň spokojenosti je pro partnery charakteristický ve středu vztahu než v prvních a posléze pozdních letech. Podle těchto autorů začne spokojenost opět stoupat zhruba po 30 letech vztahu. Obdobně i Orbuch (1996) zastává názor, že k největšímu nárůstu nespokojenosti zpravidla dojde po 20 až 24 letech a poté dochází k opětovnému nárůstu spokojenosti (in Vágnerová, 2007). Oproti tomu například studie Vandervorsta (2000) svědčí o postupném poklesu partnerské spokojenosti mezi páry s přibývajícím roky (in Orathinkal & Vansteenwegen, 2007).

2.3.2 Interpersonální faktory

Vzájemná interakce

Vzájemné interakce zahrnují veškerý vzájemný kontakt partnerů a jejich společně trávený čas. Patří sem také způsob, jakým spolu partneři komunikují, řeší konflikty atd. Komponenty vztahu, jako je společně trávený čas a kvalitní komunikace mezi partnery, bývají zpravidla řazeny mezi jedny z nejdůležitějších v kontextu partnerské spokojenosti. Autoři Mackey a O'Brien (1995) identifikovali pět základních manželských/partnerských interakcí, které dle jejich názoru vedou k vyšší spokojenosti v partnerství. Řadí mezi ně zadržování konfliktu, vzájemnost při rozhodování, empatické porozumění, psychickou a sexuální intimitu a vlastní kapitál (in Rosen-Grandon, 1989). Gottman a Krokoff (1989) ve své longitudinální studii došli k závěru, že některé vzorce chování, jež byly do té doby považovány za škodlivé, vedou ve výsledku v horizontu tří let ke zvýšení spokojenosti. Mezi tyto z dlouhodobého hlediska pozitivní vzorce vzájemného chování řadí například projevování negativních emocí, nesouhlasu apod. Naopak za dysfunkční označili obranné

postavení, „fňukání“ a stažení se z interakce. Gottman a Levenson poté roku 2000 uvedli, že negativní afektivita při řešení problémů může být poměrně spolehlivým prediktorem rozpadu vztahu v krátké době, stejně jako nedostatek projevovaných pozitivních emocí partnerovi z dlouhodobého hlediska (in Robotková, 2010). Vztah osob se v průběhu času vyvíjí. Buď dochází k jejich sblížení na základě shodných cílů a potřeb či ochotě přizpůsobit se druhému, čemuž zpravidla odpovídá spokojenost partnerů ve vztahu nebo dochází k jejich vzdalování, které bývá spjata s nepochopením, neustoupením ze své pozice, netolerancí a s konflikty, jež narušují těsnost vztahu a korespondují s nespokojeností partnerů (Slaměník, 2011).

Konflikt

Konflikty tvoří nedílnou součást sociálních interakcí, a tudíž se odehrávají i v partnerství. Vztahují se k nesouhlasu, rozporu, odlišným názorům a pohledům na věc. Vznikají, protože každý člověk má své představy, potřeby, očekávání, přání apod. Problém nespočívá tedy v samotném faktu, že se konflikty mezi partnery objevují, podstatná je však jejich četnost a způsob, jakým jsou řešeny (Eğeci & Gençöz, 2006). Toto potvrzuje odpověď na otázku, zda jsou konflikty tragédií, již si ve své publikaci pokládá Křivohlavý a na níž odpovídá takto: „*Nemusí být tragédií, naučíme-li se rozumět jim, předcházet jim a řešit je tvořivě, a ne bořivě*“ (Křivohlavý, 2002, s. 11). Za podstatné bychom tedy mohli považovat to, co dělají partneři proto, aby ke konfliktům docházelo co nejméně. Případně také, co dělají proto, aby tam, kde k nim dochází, neměly tak zásadní dopad (Křivohlavý, 2002). S již zmiňovaným nárůstem četnosti se totiž konflikty stávají destruktivním činitelem vedoucím k značnému poklesu partnerské spokojenosti, až k případnému rozpadu partnerství (Eğeci & Gençöz, 2006).

Zaměříme-li se na způsob řešení konfliktů, pak Gottman a Krokoff (1989) zabývající se partnerskou spokojeností rozlišují způsob řešení konfliktů na konstruktivní, kdy partneři k řešení problémů přistupují flexibilně, s ochotou něco změnit a s upřednostněním vztahu před přáním jedince, a na destruktivní, které má velmi negativní dopad na partnerskou spokojenost (in Robotková, 2010). Pro nespokojené páry bývá typické destruktivní řešení, jako je například zacyklení konfliktů. Podstata spočívá v reakci na destruktivní a negativní chování partnera taktéž destruktivní reakcí, čímž se posiluje neprospěšná komunikace, hádky, rozbroje a tím klesá i spokojenost ve vztahu. Konstruktivnímu řešení problémů se však lze naučit. Důkazem jsou velmi kvalitní

výsledky, které vedou k zvýšení spokojenosti a udržení vztahu. Toto tvrzení podporují studie Hahlwega a kol. (1998); Mackeyeho, Diemera a O'Brien (2004), kteří konstruktivní zvládání konfliktů označují za významný prediktor spokojenosti. Zjistili, že nejvyšší spokojenosti dosahovaly páry, které řeší konflikty konstruktivně a nedovolí, aby ve vztahu převládaly (in Willerton, 2012).

Komunikace

Komunikace představuje významnou oblast v partnerství úzce související s interakcemi i s konfliktem, o nichž jsem se již zmiňovala. Problémy s komunikací jsou při provádění dotazování týkajícího se obtíží v partnerství uváděny nejčastěji. Taktéž ve shodě s výsledky těchto dotazování je fakt, že problémy s komunikací jsou nejčastějším důvodem vstupu páru do terapie (Burleson, 1997). V komunikaci jde zejména o způsob a formu sdělování si pocitů, sdílení problémů a řešení situací mezi partnery (Kratochvíl, 2009). Burleson (1997) považuje za stěžejní komunikační dovednosti partnerů. Podle jeho názoru páry, kde oba jedinci disponují těmito schopnostmi, jsou spokojenější. Podle McCabeové (2006) pak hraje významnou roli v oblasti komunikace sebeodhalení, což dokládá výzkumem Fitzpatrickové a Sollieové (1999), které prokázaly, že úroveň sebeodhalení je významným prediktorem partnerské spokojenosti (in Robotková, 2010). Finkenauerová a Hazamová (2006) vyzdvihují význam sdílení emocí a hovoření o problémech. Naopak jako negativní považují diskuze o tématech, jež pár zatěžují, přičemž diskuzemi o nich nelze nic změnit (in Robotková, 2010). Christen a Shenk (1991) konstatují, že páry, které jsou schopny otevřeně diskutovat, vyjadřovat své pocity pozitivním způsobem a pracovat na oboustranně přijatelném řešení problémů, si pochvalují větší spokojenost.

Láska

Láska patří rovněž k determinantám, jež ovlivňují partnerskou spokojenost. Lásku můžeme definovat jako emoci a těsný interpersonální vztah zároveň projevující se v chování vůči jiným lidem. Vedle filozofů, spisovatelů a básníků se láskou nejvíce zabývají sociální vědy, jelikož láska významně ovlivňuje vztahy mezi lidmi (Slaměník, 2011). Potřeba vytvořit a udržovat blízký, intimní sociální vztah, k někomu mít blízko, mít k někomu důvěru a někomu náležet je hluboce zakořeněna v každém z nás, patří mezi

priority našich sociálních snah a ukazuje se jako hodnota důležitá pro smysluplný život (Křivohlavý, 2006).

Mezilidských druhů lásky existuje více. Různí autoři se zabývají typologiemi lásky – např. Slaměník (2011) hovoří o pragmatické vs. erotické lásce, mateřské vs. romantické lásce, vášnivé vs. sourozenecké lásce. (Slaměník, 2011) Sternberg rozlišuje druhy lásky podle zastoupení dimenzí intimity, vášně a oddanosti na lásku romantickou (vášeň + intimita), kamarádkou (intimita + oddanost), fatální (vášeň + oddanost) a úplnou (na pomezí všech tří dimenzí). Fromm (1966) pak uvádí druhy lásky jako je: symbióza, mateřská láska, bratrská a sesterská, erotická láska, zralá láska, sebeláska (in Hargašová & Novák, 2007).

Jednotlivé druhy lásek se svou podstatou vztahu více či méně odlišují. Existuje však něco, co tvoří emoční jádro těchto lásek. Láska je pozitivní emoce, po níž lidé touží, jelikož přináší pocit spokojenosti a štěstí. Taktéž naplňuje potřebu těsného a intimního vztahu, touhu milovat a být milován. Jednotliví autoři zabývající se problematikou (fenomémem lásky) se shodují v základních rysech lásky, jako je: péče a starost o druhého, opora a důvěra, touha a potřeba být s druhým člověkem, zájem, pocit výjimečnosti a unikátnosti, štěstí a spokojenost, závazek, možnost bez zábran mluvit o čemkoli, pocit blízkosti a intimity. S pojmem láska souvisí pojem zamilovanost, nejde však o identické pojmy. Zamilovanost bývá doprovázená silnou emocí vášně, přičemž se jedná o krátkodobý stav, zatímco láska je vnímána jako dlouhodobý emoční stav, pro něhož je typická péče či starost o druhého apod. (Slaměník, 2011).

Naplnění pocitu lásky, jak již bylo řečeno, přináší štěstí a spokojenost. Nenaplnění lásky se poté spojuje se zklamáním, smutkem, hněvem, zoufalstvím a nenávisť (Slaměník, 2011). Willi (2006) taktéž uvádí, že láska vede k seberozvoji, pocitu štěstí a spokojenosti ve vztahu a naplňuje potřebu afiliace.

Trávení volného času

Za důležitý ukazatel těsnosti vztahu, který bývá spjat se spokojeností ve vztahu, považují Berscheid, Snyder a Omoto (1989) rozmanitost společně vykonávaných aktivit. Mezi ně zahrnují např. přípravu jídla, sledování televize, procházky, výlety, úklid bytu, návštěvu kina či koncertu, sportovních akcí, přátel apod. Zároveň však zdůrazňují, že předpokladem těsnosti a spokojenosti vztahu je častá frekvence společně tráveného času

(in Slaměník, 2011). Nicméně, Crawford, Houtsová, Huston a Georgeová (2002) upozorňují na to, že samotné množství společných aktivit není pro spokojenost samo o sobě tak určující. Za podstatnější považují to, zda mají partneři stejné preference ve způsobu trávení volného času (in Robotková, 2010). S tímto souhlasí také Kratochvíl (2000), který říká, že je velmi důležité brát v potaz to, zda oběma partnerům výplň jejich času vyhovuje nebo se pouze například jeden neustále přizpůsobuje druhému (in Robotková, 2010).

Rozdělení domácích prací

Rozdělení domácích prací patří mezi další oblasti, jež více či méně ovlivňují partnerský vztah. Collins a Coltrane zveřejnili roku 1991 výsledky veřejného mínění, které se zabývalo nejdůležitějšími komponentami partnerství. Rozdělení domácích prací zmínilo 43% respondentů (in Rosen-Grandon, 1989). S postupnou proměnou genderových rolí se mění i rozdělení rolí v rodině, jež se týká rozhodování spojeného se vztahem, rozdělení domácích prací, péče o děti apod. Role ženy tedy v dnešní době není eliminována pouze péčí o domácnost, nýbrž řada žen se značně realizuje i ve sféře profesní. Žena tak získává lepší postavení, jelikož není tak závislá na finančních příjmech manžela, jako tomu bylo dříve. Muž a žena se tedy na chodu domácnosti většinou spolupodílejí. Avšak i dnes se od ženy očekává zvýšená péče o domácnost z její strany. Oproti tomu bývá mužská práce v domácnosti většinou označována za pomoc, jelikož se nepokládá za samozřejmost, aby domácí práce vykonával muž. Tato pomoc bývá považována za důkaz podpory, solidarity apod. Lze tedy říci, že i dnes je rozdělení domácích povinností nesymetrické. S těmito povinnostmi spojená zátěž tedy dopadá zejména na ženu. Tato nerovnoměrnost a rozpor mezi skutečností a očekáváním podporuje u ženy často pocit nespravedlnosti, což vede k snižování její spokojenosti ve vztahu. Žena totiž zpravidla považuje rovnost v partnerském vztahu za ideál, jehož by chtěla dosáhnout. Dojde-li k nárůstu počtu domácích prací u muže, jeho spokojenost klesá na rozdíl od partnerky, jejíž spokojenost naopak stoupá (Vágnerová, 2007).

Sex

Posledním podstatným interpersonálním faktorem partnerského vztahu, kterým se zabývá literatura týkající se spokojenosti, je sexuální život partnerů. Studie Hustona a Vangelisti (1991), Donnelly (1993) a Morokoffa s Gillilandem (1993) ukázaly, že osobní

sexuální uspokojení, frekvence sexu a sexuálních aktivit, sexuální zájem a uspokojení v partnerském soužití má hodně co do činění s manželskou spokojeností (in Orathinkal & Vansteenwegen, 2007). Obdobně na důležitost sexu poukazují již zmiňované výsledky veřejného mínění od Collinse a Coltraneho (1991), kdy 75% respondentů považuje kvalitu sexuálního života ve spojitosti s partnerskou spokojeností za stěžejní (in Rosen-Grandon, 1989).

2.3.3 Vnější faktory

Děti

Dalším významným faktorem ovlivňujícím partnerskou spokojenost je přítomnost dětí ve vztahu. Potřeba zplodit potomstvo je vrozenou biologickou potřebou většiny lidí, z čehož plyne, že páry zpravidla dříve či později touží po dítěti. Narození dítěte však výrazně mění kontext vztahu. Dítě nezrušitelnou vazbou poutá rodiče nejen k sobě, ale i jednoho z partnerů k druhému (Vágnerová, 2007). Stone a Shackelford (2007) uvádějí, že přítomnost dítěte má většinou pozitivní vliv na stabilitu vztahu, ale současně negativní vliv na spokojenost. Podle Rabušice (2000) 83% 30 - 44 letých lidí souhlasilo s tvrzením, že „když je člověk dobrým otcem nebo matkou, může být se svým životem plně spokojen“ a 66 % bylo přesvědčeno, že „domov s dětmi je jediným místem, kde se člověk může cítit úplně šťastný a uvolněný“ (in Vágnerová, 2007). Navíc většina matek a mnoho otců považuje narození potomka za nejlepší zážitek svého života. Rodičovství činí partnerský vztah tedy na jednu stranu pevnějším, avšak méně uspokojivým (Vágnerová, 2007). White a Edwards (1990) taktéž dle svých zjištění uvádějí, že absence dítěte má pozitivní vliv na pocit partnerského štěstí (in Orathinkal & Vansteenwegen, 2007). Mateřství má totiž spojitost se samozřejmým potlačením vlastních potřeb ve prospěch dítěte i s případným sebeobětováním. Partnerka věnuje svou pozornost a většinu času dítěti. Její partner se tak může cítit odstrčený, případně zanedbávaný, poněvadž čas strávený pouze s partnerkou se tímto značně eliminuje. Přítomnost dítěte má taktéž negativní dopad na sexuální život partnerů, který je pro partnerskou spokojenost významný. Žena se cítí často vyčerpaná, unavená, je přecitlivělá a zvýšeně vnímavá, takže mužovu pasivitu může vnímat jako projev lhostejnosti nebo nezájmu. (Vágnerová, 2007) Na souvislost spokojenosti s přítomností dětí rovněž poukazují zjištění, že v období po odchodu dětí z domova, tedy ve fázi prázdného hnízda, vykazují partneři opět vyšší spokojenost. Ačkoli to platí pouze

v případě, pokud mají možnost pravidelného kontaktu se svými dětmi (Orathinkal & Vansteenwegen, 2007).

Do výše uvedeného výčtu faktorů nebyla záměrně zařazena námi zmiňovaná emoční inteligence, neboť její role v partnerství a její vliv konkrétně na partnerskou spokojenost se stane předmětem našeho zájmu v další části této práce.

3 Role emocí a emoční inteligence v partnerství

V rámci první teoretické části této práce jsme se zabývali emocemi v obecné rovině. Nyní bychom se blíže zaměřili na jejich sociální funkci a význam ve vztazích, protože člověk je sociální bytost, která má potřebu žít v interakci s druhými lidmi a vstupovat do partnerských svazků. Sociální interakce a vztahy zahrnují vždy v určité míře i emoce, jež významným způsobem ovlivňují chování a prožívání dvou osob. Emoce mají významný vliv na utváření a udržování dlouhodobých a intimních vztahů a na spokojenost partnerů. Nicméně se také mohou značně podílet na rozpadu vztahů (Slaměník, 2011). Nepochopení a problémy totiž často vznikají právě na této úrovni, na úrovni emocí. Nemusí to být odlišné hodnoty či názory, které oddělují partnery. Často jsou zdrojem těch nejbolestnějších nedorozumění, neshod a napětí v partnerství právě „pocity“, a proto je velmi důležité, jak s nimi umí partneři nakládat, neboli jak mají rozvinuté kompetence v oblasti emoční inteligence (Bissiová, 2014).

Podle Ogdena Nashe (1962), jednoho z nejznámějších amerických básníků, tajemství dlouhého a spokojeného partnerství, popřípadě manželství, je poměrně jednoduché: důležité je vědět, kdy se omluvit, a vědět, kdy se ve věcech nešťourat¹ (in Fitness, 2001). Existuje celá řada básní nebo citátů, jako je například tento, jejich jednoduchost je však zavádějící. Ve skutečnosti umění vědět, kdy, proč a jak se omluvit v partnerství, a schopnost být trpělivý i za nejtěžších okolností, vyžaduje řadu emočních dovedností. Mezi něž například patří empatie, schopnost vyjadřovat a porozumět lidským potřebám a pocitům, schopnost regulovat emoce atd., které jak jsme již uváděli, emoční inteligence zahrnuje. Z této shody mezi druhy schopností, jež spadají pod emoční inteligenci, a druhy schopností, jež jsou potřebné pro zdravé a spokojené fungování vztahu vyplývá, že kontext, v němž je vysoká míra emoční inteligence opravdu žádoucí, jsou právě partnerské vztahy (Fitness, 2001).

¹ Zmiňovaná báseň amerického básníka Ogdena Nashe je k nahlédnutí ve svém originále v příloze č. 2.

3.1 Význam kompetencí EI v partnerství a jejich vliv na partnerskou spokojenost

Tato kapitola se bude věnovat jednotlivým oblastem/schopnostem, které emoční inteligence zahrnuje. Budeme zde vycházet z pojetí emoční inteligence K. V. Petridese, jelikož z jeho modelu EI vychází taktéž dotazník Teiquee-sf, který je využíván v empirické části. Jednotlivé schopnosti budou popsány a vymezeny. Budeme se zabývat projevy nízké, či naopak vysoké emoční inteligence v rámci těchto jednotlivých oblastí, jejich významem v kontextu partnerství a pokusíme se zde nastínit jejich možný vliv na partnerskou spokojenost.

3.1.1 Vyjadřování emocí

Vyjadřování emocí neboli emoční exprese znamená schopnost sdílet své emoce s druhými, v kontextu partnerství tedy s partnerem. Schopnost otevřeně a sociálně vhodným způsobem projevovat emoce a vědomí toho, že jim partner rozumí, značně přispívá k subjektivní pohodě a spokojenosti člověka a k posílení jeho vztahu k druhému člověku (Slaměník, 2011). Oproti tomu jedinci, kteří mají nízkou schopnost sdílet to, co cítí, mají těžkosti ve vyjadřování myšlenek, které jsou spojeny s emocemi. Nedokáží partnerovi popsat, co se v nich odehrává. Mají problém vyjádřit své pocity k druhému člověku, dokonce i v situacích, kdy je to žádoucí a partner to očekává, což může vést k různorodým pocitům druhého partnera - od pochyb, nejistoty, přes zklamání, smutek, naštvanost atd., přičemž tento jedinec může sám prožívat pocity nepochopení. (Salbot, 2011). V případě prožívání negativních emocí, sdělí-li jedinec svému protějšku, jak se cítí, sníží tak svůj stres a může najít u svého partnera porozumění (Slaměník, 2011). Toto dobře vystihuje známé přísloví: „Sdělená bolest – poloviční bolest.“ Sdělování emocí se tedy stává vhodnou strategií, jak zvládat těžké životní situace. Kennedy-Moore a Watson (2001) taktéž považují za důležité pro zvládání negativních emocí právě jejich slovní vyjádření a to zejména ve smyslu mluvení o těchto emocích, o tom, co daného člověka trápí a co prožívá. Jestliže partner sdělí a otevřeně mluví o svých negativních emocích se svým protějškem, kromě úlevy a pochopení mu to umožňuje nahlížet na sebe samého v respektování pohledu druhého - tedy z nové perspektivy. Úleva a zmírnění negativních pocitů při otevřené expresi emocí přichází tehdy, jakmile partner reaguje na vyjádřené emoce s pochopením, porozuměním nebo alespoň neodmítavě (Slaměník, 2011). Je tedy

důležité, aby partneři byli schopni mluvit o svých emocích, ale také to, aby je vyjadřovali a pojmenovávali jednoznačně, přesně a konstruktivně tak, aby jim byl druhý partner schopen lépe porozumět. Nemluvení o emocích, jejich nepřesné vyjadřování nebo potlačování je považováno za jeden ze základních kritických rysů nespokojených vztahů (Gaelick, Bodenhausen & Wyer, 1985).

3.1.2 Vnímání a porozumění emocím

Další složkou emoční inteligence, jež je pro partnerství a vzájemnou spokojenost partnerů velmi důležitá, je schopnost správně vnímat a porozumět emocím svým i emocím druhých. Podstatné je, aby vyjadřované emoce jedním z partnerů byly tedy druhým partnerem správně vyhodnoceny a následovala vhodná a přiměřená reakce ze strany druhého partnera. Chybné vyhodnocení emočního podnětu může totiž negativně poznamenat vzájemný vztah partnerů. Jedinci, kteří mají s emoční percepcí problémy a dosahují v této oblasti nízkých skóre, jsou často sami zmateni v tom, co cítí, respektive jak se cítí a nevěnují tak velkou pozornost tomu, jaké emocionální signály vysílá jejich partner (Salbot, 2011). Citlivost vůči emocím je však nezbytná pro účelné chování v sociálních vztazích obecně. Lidé dosahující v této oblasti vysokých skóre mají jasno v tom, co cítí a dokáží dekodovat emocionální projevy svého partnera (Salbot, 2011). Z emočního výrazu lze rychle usoudit na způsob prožívání, potřeby a názory partnera apod. a přizpůsobit tak vzájemnou interakci. Z tohoto důvodu jedinec disponující vyšší mírou emoční inteligence má schopnost lépe identifikovat, rozpoznávat, interpretovat a vhodně reagovat na emoce svého partnera i druhých lidí (Slaměnik, 2011). Goleman (2011) uvádí, že partneři s vyšší mírou emoční inteligence jsou také schopni lépe rozlišovat příčiny, vlastnosti i důsledky velmi úzce souvisejících emocí, jako jsou hněv a nenávisť, pocit studu a viny nebo například žárlivost či závist. Ve chvíli, kdy partner X něco řekne, dokáže následně predikovat pravděpodobnou reakci partnerky Y. Tuší tedy, jak se mohou rozvinout emocionální scénáře mezi nimi.

3.1.3 Regulace emocí

Regulace emocí patří taktéž mezi základní komponenty emoční inteligence. Souvisí s délkou kontroly svých vlastních citů a emocionálních stavů (Salbot, 2011). V partnerském vztahu přináší schopnost regulovat své emoce pozitivní výsledky, zatímco nízká kontrola (zejména negativních emocí) značí nízkou sociální kompetenci a potíže ve

vztazích. U pozitivních emočních událostí souvisí regulace se snahou udržet, podporovat a prodloužit prožívání dané emoce, nikoli se snahou o redukci této pozitivní emoce. U negativních emočních událostí se regulace zaměřuje na zmírnění intenzity této emoce, na redukci negativních důsledků, zvládnutí situace a zkrácení doby negativního prožívání (Slaměník, 2011). Disponují-li partneři dobrou schopností regulace emocí, dokáží se tak vyhnout zbytečným konfliktům, popřípadě umí důsledky těchto konfliktů eliminovat na minimum, tak aby jejich vztah byl co nejméně zasažen. Goleman (2011) stejně jako Slaměník (2011) říká, že lidé s vyšší mírou emoční inteligence umí lépe přizpůsobovat své chování, jelikož umí regulovat a zvládat emoce své i emoce druhých lidí. Jsou si také vědomi toho, co druhého partnera potěší, či naopak zraní a jakým situacím je lepší se vyhnout, aby nedošlo k narušení vztahu a poklesu jejich spokojenosti. Pro jedince, kteří mají problémy s regulací emocí, je těžké se emocemi zabývat. Často jsou náladoví a podráždění a zvyšuje se u nich v partnerství pravděpodobnost přítomnosti již zmiňovaných hádek. S regulací emocí úzce souvisí nízká impulzivita a schopnost zvládat stres, jež konstrukt emoční inteligence taktéž zahrnuje (Salbot, 2011).

3.1.4 Nízká impulzivita

Nízká impulzivita značí schopnost uvažovat předtím, než člověk něco řekne, vykoná nebo se nějak rozhodne, což je pro spokojený vztah partnerů velmi důležité. Osoby s vysokou impulzivitou mají sklon k neuváživosti, vznětlivosti a poddávají se svým nutkáním. Chtějí okamžitě uspokojit svá přání a potřeby a mají nízkou míru sebekontroly (Salbot, 2011). Oproti tomu jedinci s nízkou impulzivitou si uvědomují, že v partnerství nemohou pouze projevovat své vlastní nároky, ale musí se naučit čekat, přizpůsobovat se partnerovi a zříkat se něčeho ve prospěch jejich oboustranné spokojenosti (Bissiová, 2014).

3.1.5 Zvládání stresu

Schopnost zvládat stres znamená, že jedinec disponující touto schopností zvládá dobře tlaky okolí. Dobře také reguluje své emoce, což mu umožňuje lépe se vyrovnávat se stresem. Oproti tomu jedinci mající problém se zvládáním stresu jsou impulzivní a raději se vyhýbají pro ně nepříjemným situacím na místo toho, aby jim čelili. Schopnost zvládat stres je však pro dobré fungování vztahu mezi partnery velmi důležitá (Salbot, 2011). Bodenmann (2010) uvádí, že stres zvyšuje pravděpodobnost hádek a nedorozumění, čímž dochází ke snížení kvality vztahu a spokojenosti partnerů. Zdůrazňuje, že nosí-li často

partner své obavy a stres domů, přičemž není schopen se s nimi konstruktivně vyrovnat a stres zvládnout, má to negativní dopad na druhého partnera. Zvládá-li jedinec stres a zároveň má-li dobře rozvinuté copingové strategie, pak jsou škodlivé účinky stresu zmírněny. Jinými slovy, partnerská spokojenost bývá značně ovlivněna tím, jak se oba partneři vyrovnávají s obtížnými situacemi, jimž čelí (in Bélanger et al., 2014). Studie Bodenmanna a Cina (2006) uvádí, že páry uchylující se k sebeobviňování a nedostatečně aktivně řešící problémy, vykazují větší míru utrpení a nespokojenosti než ti, kteří používají pozitivních strategie zvládnání. Páry, jež používají pozitivní strategie zvládnání, mají tendenci k využívání efektivnější komunikace a vykazují větší spokojenost než páry, které používají negativní strategie zvládnání, jako je obviňování, vyhýbání se, pasivita atd. (in Bélanger et al., 2014).

3.1.6 Empatie v partnerství

Empatie tvoří jednu z dalších klíčových částí, jež zahrnuje emoční inteligence. Empatie v širším slova smyslu znamená umění správně vnímat mimoslovní projevy, vcit'ovat se do situace druhé osoby - v tomto případě partnera, pomocí emocionálního ztotožnění se s jejím či jeho viděním, cítěním a chápáním. Empatie je podmíněna schopností sdílet citový vztah s partnerem, schopností představit si a uvědomit si jeho či její stav a schopností odlišit vlastní pocity a postoje od partnerových (Kučera, 2013). Empatie hraje podstatnou roli ve vztazích. V případě ohrožení vztahu mezi partnery se podílí na jeho udržení či případné obnově. Na rozdíl od toho, nízká schopnost empatie znamená, že partner není schopen zaujmout pohled svého partnera. Osoby s nízkou empatií bývají často hádaví, tvrdohlaví, neústupní a egocentričtí, což může přinášet v kontextu partnerského vztahu pocity nepochopení a nespokojenosti. Častěji se ve vztazích s nedostatkem empatie vyskytují také konflikty, které jsou řešeny většinou destruktivně na úkor spokojenosti partnerů (Salbot, 2011). Empatický partner naopak zvládá vytvořit: emoční soulad se svým partnerem, reaktivní emoce, motivační stavy, snížit frekvenci nebo intenzitu agresivní či hostilní reakce, utvářet kognitivní reprezentace sebe sama a druhého partnera. Z čehož vyplývá, že empatie má celkově pozitivní vliv na partnerství. Zmírňuje možné ostří v interakci mezi partnery, redukuje bezprostřední a destruktivní reakce na špatné chování partnera, napomáhá vyhnout se agresi a nastoluje také ochotu k odpuštění. Nicméně, důležitá je přesnost empatie související právě s rozvojem emoční inteligence. Přesnost empatie říká, nakolik je jedinec schopen přesně vysuzovat obsah myšlení a pocity

druhé osoby. Partneři, kteří se snaží a mají schopnost přesně vysuzovat myšlenky a pocity druhého, jsou ve vztazích mnohem spokojenější než ti, kteří mají nízkou přesnost empatie (Slaměník, 2011). Pozitivní dopad empatie na partnerskou spokojenost dokládají také výsledky výzkumů, jež považují empatii za základní proměnnou ovlivňující partnerskou spokojenost (Baron-Cohen & Wheelwright, 2003). Další studie realizované Davisem, Peloquinem a Lafontainem (2010) podporují toto tvrzení a uvádí, že empatie je integrální složkou, jež má vliv na spokojenost partnerů v intimním vztahu. Podle autorů Cramera a Joweta (2010) nebo Davise a Oathouta (1987) kognitivní a emocionální aspekty empatie napomáhají zvýšit a udržet spokojenost v partnerství. Na základě těchto poznatků (o vlivu empatie na partnerskou spokojenost) si některé párové terapie kladou za cíl právě zvýšení schopnosti empatie mezi partnery (in Kimmes et al., 2014).

3.1.7 Asertivita

Partnerské problémy mohou být zapříčiněny jak problematickými způsoby chování partnerů, tak nesouladem v předpokladu, jak má partnerský vztah fungovat. Svou roli také sehrává zkreslená interpretace partnerova chování. Určité způsoby chování nebo uvažování negativně ovlivňují partnerský vztah, avšak spokojenost partnerů závisí zejména na tom, jak druhý partner toto chování hodnotí a jakým způsobem partneři své potřeby sdílejí. Nejenže v problémových vztazích si partneři vyměňují mnohem více negativního chování (kritika, vyčítání, ironie atd.), ale též mají problém s otevřenou komunikací svých potřeb. V dobrých vztazích převažuje vzájemné pozitivní chování (vcítění, naslouchání, povzbuzování apod.), přičemž komunikace je jasná a otevřená. Asertivitu chápeme jako přímé, poctivé, přiměřené a citlivé vyjádření vlastních citů, dojmů, potřeb a postojů. Podmínka asertivního chování spočívá v zachování úcty k partnerovi i k sobě. Asertivita v partnerském vztahu je důležitá z mnoha důvodů. Jestliže se partneři chovají asertivně, zvyšují tak pozitivní výměnu mezi sebou, umí si citlivě naslouchat a spolupracovat. Dále asertivita umožňuje plně vyjadřovat emoce i city, napomáhá k lepšímu oboustrannému pochopení, k vytvoření laskavé otevřené atmosféry, uvolňuje napětí a brání jeho hromadění, zvyšuje intimitu, důvěru či spokojenost partnerů. Navíc asertivita učí přijímat kritiku partnera konstruktivně a současně konstruktivně kritizovat, učí vytvářet kompromisy atd. (Praško, 2005). Jedinci, kteří neumí být asertivní, mají také problém říci ne, i když cítí, že by měli. Mají sklon se stáhnout a ustoupit, přestože ví, že pravda stojí na jejich straně (Salbot, 2011).

3.1.8 Sociální uvědomění

Sociální uvědomění se týká citlivosti, adaptability a vnímavosti vůči partnerovi. Jedinci (partneři) s vysokým sociálním uvědoměním umí kontrolovat své emoce a způsob, jak je vyjadřují. Naopak mají-li partneři nízké sociální uvědomění, pak jsou ve vztahu méně zruční, často se cítí úzkostně, protože si nejsou jistí, jak se mají ke svému partnerovi a obecně k okolí chovat (Salbot, 2011).

3.1.9 Management emocí

Management emocí souvisí se schopností zvládat emoční stavy druhých, v tomto případě partnera. Partneři, kteří dosahují vysokých skóre v této oblasti, jsou zbláhli ve zvládání emocí svého partnera a umí je ovlivňovat. V případě potřeby umí svůj protějšek uklidnit, motivovat nebo utěšit. Ví, jak dosáhnout toho, aby se jejich partner cítil lépe, což přispívá ke spokojenosti druhého partnera. Naopak partneři, kteří neumí ovlivnit a zvládat city svých partnerů, se ve chvílích, kdy se setkají s „emočním výlevem“ partnera, cítí zahlceni a neví si rady, co dělat (Salbot, 2011).

3.1.10 Sebeúcta

Sebeúcta souvisí s celkovým hodnocením sebe samého, tedy s tím jak partneři sami sebe hodnotí. Lidé s vysokou sebeúctou mají o sobě a svém působení pozitivní mínění. Bývají sebejistí a s většinou aspektů svého života jsou spokojeni. Oproti tomu osoby s nízkou sebeúctou se cítí neúspěšní a váží si sami sebe velmi málo (Salbot, 2011). Erol a Orth (2013) uvádějí, že míra sebeúcty partnerů má vliv na to, jaká bude spokojenost partnerů. Na obdobné poukazují i Howard (2000); Kwon (2001); Lippes (1999), kteří tvrdí, že míra sebeúcty partnerů je úzce spjata se spokojeností partnerů ve vztahu (in Bélanger et al., 2014).

3.1.11 Optimizmus

Optimizmus se obecně pojí s pocitem pohody a spokojenosti. Osoby, jež dosahují vysokých hodnot v této oblasti, mají tendenci vidět pouze světlou stránku věci. Zároveň ve svém životě očekávají přítomnost pozitivních událostí. V kontrastu s tím stojí osoby s nízkým skóre mající sklon k pesimismu, jež vidí věci převážně negativně (Salbot, 2011). Jak se ukazuje, tak optimismus má velmi pozitivní vliv na spokojenost partnerů, dokonce

i snižuje riziko rozpadu partnerství. Navrhovaným vysvětlením je, že optimismus pozitivně ovlivňuje to, jak partneři interpretují své chování a záměry. Mimo to bývá v partnerství optimismus brán jako projev podpory ze strany partnera. Vnímaná podpora vyvolává u partnerů pocit, že jim jejich vztah ulehčuje dosahování osobních i společných cílů, tlumí stres a negativní vlivy ve vztazích, což má na partnerskou spokojenost, jak již bylo řečeno, pozitivní vliv (Srivastava et al., 2006).

3.1.12 Rysové štěstí

Rysové štěstí se týká příjemných emocionálních stavů směřovaných více k přítomnosti než k minulosti nebo budoucnosti (Salbot, 2011). Partnerství a štěstí se vzájemně oboustranně podporují: šťastní lidé mají lepší vztahy, dobré vztahy nás pak činí šťastnějšími a spokojenějšími. Pozitivně naladěné osoby se stávají společenštější, vlídnější, mají optimističtější pohled na svět, je s nimi legrace a jejich přítomnost bývá partnerem, ale i dalšími lidmi většinou hodnocena jako obohacující. Osoby, které dosahují vysokého skóre v rysovém štěstí, mají také větší zájem o společné aktivity s partnerem, jsou ochotni pomoci, zároveň se většinou partnerovi sami otevírají a chtějí s ním sdílet. V jednom z výzkumů bylo také zjištěno, že lidé vykazující vysokou úroveň štěstí a osobní pohody již za svobodna se později s větší pravděpodobností oženili/vdaly, déle vydrželi v manželském svazku a byli spokojenější než méně šťastné osoby (Slezáčková, 2012). Oproti tomu osoby s nízkým skóre štěstí se často cítí smutní a jsou negativně ladění. Všeobecně mají sklon být zklamaní, což zpravidla vede i k nespokojenosti jich samotných i jejich partnerů (Salbot, 2011).

3.1.13 Vztahová kompetence

Další část konstruktů emoční inteligence v pojetí K. V. Petridese tvoří vztahová kompetence. Vztahová kompetence se týká osobních vztahů jedince, zejména k blízkým lidem - partnerovi, rodině, přátelům. Osoby s vysokým skóre v této oblasti umí velmi dobře vytvářet a udržovat emocionální pouta s druhými. Disponují naplňujícími osobními vztahy, jež mají pozitivní vliv na jejich produktivitu, emoční pohodu a spokojenost. V intimních vztazích umí osoby s rozvinutými vztahovými kompetencemi velmi dobře naslouchat partnerovi a reagovat na něj. Naproti tomu jedinci s nízkým skóre mají problém s utvářením pouta k partnerovi. Obvykle své vztahy podhodnocují. Často se také chovají tak, že svého partnera zraní, čímž se snižuje kvalita jejich vztahu (Salbot, 2011).

Disponování či naopak absence těchto schopností ovlivňuje to, jak spolu partneři vychází, jak moc si jsou jedinci ve vztahu blízcí, zda jsou spokojení nebo nespokojení, a zda ve vztahu panuje vzájemné porozumění, náklonnost a důvěra, nebo naopak nepochopení, nesoulad, odtažitost a nedůvěra (Slaměník, 2011).

III. Empirická část

4 Výzkumný problém a cíl

4.1 Výzkumný problém

Problematika emoční inteligence patří stále k poměrně neprobádaným oblastem. V literatuře se povětšinou setkáváme pouze s vysvětlením tohoto pojmu a s vyjmenováním schopností, které tento konstrukt zahrnuje. Na experimentální rovině se vědci doposud zabývali především rolí emoční inteligence v souvislosti s pracovními úspěchy (např. Carmeli, 2003; Cote & Miners, 2006; Chiva, & Alegre, 2008, O'Boyle et al., 2011; Wong., & Law, 2002; atd.). Výzkumů zaměřujících se na roli emoční inteligence v partnerství či přímo na vztah emoční inteligence a partnerské spokojenosti není mnoho. Patří k nim studie následujících autorů - Bracketta, Warnera a Bosca (2005); Forana, O' Learyho a Williamse (2012); Joshiho a Thingujama (2009); Schutteho et al. (2001); Schröder-Abého a Schütze (2011); Smitha, Heavena a Ciarrochiho (2008). V České republice však nebyl dosud realizován žádný obdobný výzkum.

Dostupná literatura se rolí emoční inteligence v partnerství věnuje rovněž velmi málo. Její souvislostí s partnerskou spokojeností se pak v podstatě nezabývá vůbec. Ve většině publikací lze pouze dohledat, že vysoká míra emoční inteligence má pozitivní vliv na interpersonální vztahy. S hlubším propracováním se při studiu literatury však setkáme jen zřídka. Takovouto výjimkou je například publikace I. Slaměníka, „Emoce a interpersonální vztahy“, z níž můžeme na důležitost emoční inteligence v partnerství a na její možný vliv na partnerskou spokojenost usuzovat.

Zabývání se souvislostí emoční inteligence a partnerské spokojenosti a hledání vztahu mezi těmito dvěma proměnnými je žádoucí a přínosné. V partnerských vztazích totiž hrají emoce významnou roli. Ovlivňují chování i prožívání partnerů a mohou se podílet na utváření, udržování a kvalitě jejich vztahů (Slaměník, 2011).

Jak již bylo zmíněno, v České republice nebyl doposud realizován žádný výzkum zaměřující se na toto či obdobné téma. V zahraničí pak bylo těchto studií realizováno pouze několik. Vzhledem k tomu, že daná problematika by mohla být ovlivněna

sociokulturními vlivy, zabývání se souvislostí mezi emoční inteligencí a partnerskou spokojeností u jedinců a párů v České republice by mohlo být přínosné.

4.2 Cíl výzkumu

Cílem výzkumu je prozkoumání vztahu mezi proměnnými - emoční inteligencí a partnerskou spokojeností a testování hypotéz o existenci či neexistenci vztahu mezi těmito proměnnými v párech i u jedinců. Jde tedy o zjištění toho, jak míra emoční inteligence ovlivňuje míru partnerské spokojenosti.

5 Hypotézy

H1: *Existuje vztah mezi mírou emoční inteligence jedinců a mírou jejich (partnerské) spokojenosti.*

H2: *Existuje vztah mezi mírou emoční inteligence v páru a mírou (partnerské) spokojenosti v páru.*

H3a: *Páry, kde mají oba dva partneři vysokou míru emoční inteligence, jsou spokojenější než páry, kde mají oba dva partneři míru emoční inteligence nízkou.*

H3b: *Páry, kde má alespoň jeden z partnerů vysokou míru emoční inteligence, jsou spokojenější než páry, kde mají oba dva partneři míru emoční inteligence nízkou.*

6 Metodologická oblast

6.1 Typ výzkumu

V rámci tohoto výzkumu byl použit kvantitativní přístup, emoční inteligence a partnerská spokojenost byla tedy zjišťována prostřednictvím dotazníků. Kvantitativní sebrání dat umožňuje získání dat v poměrně krátkém čase od většího množství respondentů. Forma výzkumu byla kombinací korelační studie a srovnávací studie. V doplňkových výsledcích bylo využito analýzy rozptylů (ANOVA). Prostřednictvím korelační studie byly testovány hypotézy H1 a H2, kde byl zjišťován vztah mezi mírou emoční inteligence a partnerskou spokojeností u jedinců a párů. Srovnávací studií pak byla ověřována hypotéza H3a a H3b. Porovnávána byla celková spokojenost v rámci párů, které byly rozděleny podle míry EI partnerů nejprve do tří skupin - páry, kde mají oba dva

partneři vysokou míru EI, oba dva nízkou a páry, kde má buď žena EI vysokou a muž nízkou nebo naopak. Následně pro získání doplňkových podrobnějších výsledků byly páry rozděleny do čtyř skupin. Původní třetí skupina byla rozdělena podle toho, kdo z partnerů vykazoval vysokou míru EI, zda muž či žena. Vznikly tedy tyto čtyři skupiny - skupina, kde mají oba dva partneři vysokou míru EI, oba dva nízkou, muž vysokou a žena nízkou a opačně.

6.2 Metody sběru dat

Sběr dat probíhal formou baterie dotazníků.

6.3 Metoda měřící partnerskou spokojenost

K měření partnerské spokojenosti v rámci tohoto výzkumu byla využita slovenská verze dotazníku Relationship Questionnaire (RQ).

Relationship Questionnaire

Tuto škálu vytvořili Dobeš a Lehotská (Společenskovední ústav Košice) na základě původně 25 položkového dotazníku Relationship Questionnaire od Braikera a Kelleyho (1979). Škála byla autorkou přeložena do českého jazyka, přičemž kontrola překladu proběhla prostřednictvím konzultace s osobou, jež pochází z bilingvní rodiny (slovenský a český jazyk).

Tento dotazník zjišťuje celkovou partnerskou/manželskou spokojenost a měří 4 dimenze: lásku, konflikt, ambivalenci a komunikaci. Dimenze lásky vyjadřuje pocity blízkosti a oddanosti vůči partnerovi, vnímání toho, že partneři k sobě patří. Subškála konfliktu vyjadřuje konflikt a negativní pocity mezi partnery. Subškála ambivalence obsahuje položky týkající se pochybností v postoji k partnerovi a vztahu, k jeho budoucnosti položky týkající se strachu ze ztráty nezávislosti. Dimenze komunikace pak referuje o komunikaci mezi partnery. Vysoké skóre v oblasti lásky a komunikace a naopak nízké skóre v oblastech konfliktu a ambivalence jsou znakem partnerské spokojenosti (Kelley, Huston & Cate, 1985; Lehotská & Dobeš, 2013).

Lehotská a Dobeš (2013) uvádí, že pro každou subškálu byla vypočítána Cronbachova alfa a odstraněna položka, která nízko korelovala s ostatními položkami v subškále. Následně bylo pro každou subškálu vypočítáno hrubé skóre jako průměr jednotlivých odpovědí

a Pearsonův korelační koeficient pro kombinaci jednotlivých subškál. V subškále láska byla ze čtyř položek vypočtena Cronbachova alfa 0,82. V subškále konflikt byla po položkové analýze vyřazena položka „Problémy, o kterých se s partnerem hádáme, jsou vážné“. Ze zbylých čtyř položek vyšla Cronbachova alfa 0,80, v subškále ambivalence pak ze čtyř položek Cronbachova alfa 0,77. V poslední subškále komunikace Cronbachova alfa dosáhla hodnoty 0,77.

Respondent v tomto dotazníku zaznamenává svůj postoj k jednotlivým položkám. Odpovídá na každou otázku na škále 1 až 5. Ke každému číslu škály je také přiřazena slovní kotva: 1 – úplně souhlasím, 2 – souhlasím, 3 – něco mezi, 4 – nesouhlasím, 5 – vůbec nesouhlasím. Po převedení reverzních položek může být vypočítána hodnota 4 subškál a celkový skóre spokojenosti, jež je vypočítán jako suma všech číselných hodnot tohoto dotazníku. Celkový skóre spokojenosti tedy nabývá hodnot mezi 16 až 80, přičemž čím nižší hodnota, tím vyšší spokojenost (Lehotská & Dobeš, 2013).

6.4 Metoda měřící emoční inteligenci

Ke zjišťování emoční inteligence byl využit dotazník Trait Emotional Intelligence Questionnaire (TEIQue-SF) od K. V. Petrides a A. Furnhama, který vychází z dlouhé verze dotazníku Teique.

Trait Emotional Intelligence Questionnaire- Short Form

Tato krátká verze však nemá ani český, ani slovenský překlad. Autorka tedy vyhledala příslušné položky z krátké verze v dlouhé slovenské verzi od L. Kaliské a E. Nábělkové, čímž získala překlad do slovenského jazyka. Následně pak udělala překlad ze slovenského jazyka do českého, přičemž byl tento překlad opět konzultován jako v případě dotazníku Relationship Questionnaire.

Dotazník TEIQue-SF umožňuje globální měření emoční inteligence a 4 faktorů v širším významu, a to: osobní pohoda, sebekontrola, emocionalita a sociabilita, které vycházejí z 15 subškál. Pod faktor emocionality patří subškály: rysová empatie, emoční percepce, vyjadřování emocí a vztahové kompetence. Faktor sociability zahrnuje subškály: management emocí, asertivitu a sociální uvědomění. Faktor osobní pohody obsahuje: optimizmus, rysově štěstí a sebeúctu a pod faktor sebekontroly patří subškály: regulace emocí, impulzivita a zvládání stresu.

TEIQue-SF je tedy zkrácenou verzí, která obsahuje 30 sebe posuzujících položek. Tyto položky vychází z dlouhé verze TEIQue, přičemž tento zkrácený dotazník obsahuje vždy 2 položky z každé z 15 subškál dlouhé verze. Tyto položky byly vybrány na základě korelací s celkovým skórem, s cílem zajistit adekvátní vnitřní konzistenci a široké pokrytí oblasti odběru vzorků (Petrides & Furnham, 2001). Vnitřní konzistence TEIQue-SF je 0,88 (N = 1119). Odpovídající vnitřní konzistence pro muže a ženy je 0,89 (N = 455) a 0,88 (N = 653), v tomto pořadí. (Petrides, 2006)

Respondenti jsou v tomto dotazníku požádáni, aby u každé položky zhodnotili míru jejich souhlasu s tvrzením. Posouzení míry souhlasu/nesouhlasu probíhá na sedmi bodové Likertově škále, přičemž odpovědi se pohybují od - úplně nesouhlasím (1), až po - úplně souhlasím (7). Po převedení reverzních položek dotazníku lze vypočítat jednotlivé skóry pro 4 zmiňované faktory a celkový skór emoční inteligence, přičemž tento celkový skór může nabývat hodnot od 30 po 210.

Anamnestický dotazník

Dotazníky TEIQue-SF a RQ byly doplněny navíc otázkami, které se týkaly anamnestických údajů respondentů, jako je pohlaví, věk, věk partnera, délka jejich vztahu, délka společného soužití, počet dětí a nejvyšší dosažené vzdělání, které poslouží k lepšímu popisu vzorku a případně k vytvoření představy o možných intervenujících vlivech.

6.5 Administrace dotazníků

Výše zmiňované metody byly seskupeny v dotazníkovou baterii. Tato baterie tedy zahrnovala anamnestický dotazník, dotazník TEIQue-SF a dotazník Relationship Questionnaire. Hned v úvodu této testové baterie byli respondenti seznámeni s kritérii účasti na výzkumu, s etickými aspekty, s využitím dat, dobou potřebnou k vyplnění apod. Kritéria účasti na výzkumu měla co nejvíce zamezit pozdějšímu vylučování probandů z výzkumu z důvodu jejich nesplnění. U každého z dotazníků byly dále umístěny instrukce s návodem k jeho vyplnění.

Sestavená baterie dotazníků byla nejprve podrobena pilotní studii. Této pilotní studii se zúčastnilo z deseti oslovených párů nakonec párů osm. Pěti párům byl administrován dotazník formou tužka-papír a třem byl zaslán odkaz na online verzi dotazníku, jež byla vytvořena prostřednictvím internetového serveru Survio. Cílem bylo získání zpětné vazby

ohledně srozumitelnosti instrukcí, srozumitelnosti jednotlivých položek, formy administrace dotazníků atd. Z oslovených párů nezmiňoval nikdo problémy s nepochopením instrukcí či položek, jako problematická se však ukázala administrace formou tužka-papír. Na základě získané zkušenosti a zpětné vazby ohledně této formy administrace, o níž se bude autorka podrobněji zmiňovat v další části (Etické aspekty), se rozhodla pro realizaci sběru dat pouze formou online prostřednictvím rozesílání odkazu na tento dotazník. Výhodou této administrace byla mimo jiné nemožnost odeslání dotazníku při nevyplnění všech položek, čímž se stejně jako stanovením kritérií, snížil počet dotazníků, které by bylo nutno z výzkumu pro neúplnost či nesplnění podmínek vyloučit. Vzhledem k administraci dotazníků online nebyl čas pro vyplnění nijak limitován. Časová náročnost celé dotazníkové baterie byla však, díky měření času serverem Survio, odhadnuta zhruba na 10 minut.

6.6 Zpracování a analýza dat

Data, získaná z dotazníků, byla z důvodu přehlednosti a lepší manipulace zanesena do tabulky v programu Microsoft Excel. V průběhu přepisu byly přepólovány reverzní položky a vypočítány hodnoty pro jednotlivé subškály a celkové skóry. Z dotazníku TEIQue-SF byly získány 4 skóry jednotlivých subškál (osobní pohoda, sebekontrola, emocionalita, sociabilita) a celkový skór EI. Z dotazníku Relationship Questionnaire byly získány taktéž 4 skóry jednotlivých subškál (láska, konflikt, ambivalence, komunikace) a celkový skór spokojenosti. Celkový skór partnerské spokojenosti byl postaven, jak již bylo zmíněno tak, že minimální dosažená hodnota mohla být 16 a maximální 80, přičemž čímž nižší skór, tím vyšší spokojenost. Z důvodu následného srozumitelnějšího vyhodnocování dat byla vždy vypočítána absolutní hodnota z dosaženého celkového skóru - 80 u jedinců a u párů absolutní hodnota z dosaženého skóru - 160. Tím byly skóry převráceny tak, aby 0 znamenala nejnižší spokojenost a skór 64 nejvyšší. V případě páru pak bylo možné dosáhnout skórů 0 až 128.

Kromě těchto výsledků byly do tabulky zaneseny anamnestické údaje o respondentech (pohlaví, věk, věk partnera, délka vztahu, délka soužití, počet dětí a nejvyšší dosažené vzdělání). Následně došlo ke spárování partnerů, kteří jsou spolu ve vztahu. Poté byli vyřazeni respondenti, jež nesplňovali podmínky o minimální délce vztahu 3 měsíce nebo o minimálním věku 18 let. Dále byli vyřazeni ti, kteří vyplnili položky lživým způsobem (např. neuvěděli pravdivý věk svůj nebo partnera - věk partnera 55let, věk partnerky 12 let),

jakož i respondenti, kteří k sobě neměli partnera. Pro posouzení druhé hypotézy byla pro každý pár vypočítána emoční inteligence v páru a spokojenost v páru sečtením hodnot, kterých partneři v těchto oblastech dosáhli. Současně byly také páry rozříděny pro ověření třetí hypotézy do tří a následně do čtyř skupin. Rozčlenění do těchto skupin proběhlo prostřednictvím porovnání emoční inteligence, které partneři dosáhli se stanovenou průměrnou emoční inteligencí. První skupinu, jak již bylo zmíněno, tvořily dvojice, kde oba dva partneři měli vysokou míru emoční inteligence. Druhá skupina zahrnovala páry, kde oba dva partneři vykazovali EI nízkou. Ve třetí skupině byly páry, kde vykazoval jeden z partnerů vysokou míru EI a druhý nízkou. Následně pro získání podrobnějších výsledků byly páry rozděleny do čtyř skupin. Původní třetí skupina byla rozříděna podle toho, kdo z partnerů vykazoval vysokou míru EI, zda muž či žena. Vznikly tedy tyto čtyři skupiny - skupina, kde mají oba dva partneři vysokou míru EI, oba dva nízkou, muž vysokou a žena nízkou a opačně.

Data seskupená v Excelu byla následně statisticky vyhodnocena prostřednictvím programu Statistica 10. Pro účely výzkumu byly použity, po otestování normálního rozložení, jež bylo potvrzeno, parametrické metody. Sesbíraná data byla nejdříve zpracována prostřednictvím klasické deskriptivní statistiky, v rámci níž byly zjišťovány minimální a maximální dosažené hodnoty, aritmetické průměry, mediány, módy a směrodatné odchylky. Následně byl využit Pearsonův korelační koeficient, Studentův t-test a analýza rozptylu (ANOVA). Pearsonův korelační koeficient slouží k výpočtu síly korelací mezi naměřenými daty, přičemž při výpočtech pracuje s původními získanými výsledky (Walker, 2013). Byl použit k ověření hypotéz H1 a H2. Studentův t-test byl aplikován pro ověření hypotéz H3a a H3b, jelikož se využívá pro porovnávání dvou skupin výsledků. Určuje, zda se od sebe tyto dvě řady výsledků liší či ne (Walker, 2013). Za účelem získání podrobnějších výsledků byly dále jednotlivé skupiny (výše specifikované) porovnány prostřednictvím metody ANOVA, jež umožňuje provádět vícenásobné porovnávání středních hodnot. Tato metoda je založena na hodnocení vztahů mezi rozptyly porovnávaných výběrů. V rámci ní byl využit post hoc test - Tukeyův test, jež je multikomparativním testem, který zjišťuje statistickou významnost jednotlivých rozdílů středních hodnot u všech možných párů porovnávaných skupin (Hendl, 2012).

6.7 Etický aspekt

Jedním z prvních opatření spojených s etikou práce bylo ujištění o dobrovolnosti a naprosté anonymitě a seznámení respondentů v úvodu s tím, pro jaké účely budou získaná data využita. Původně, jak již bylo zmíněno v předchozí kapitole, byla verze dotazníků jak v tištěné, tak v online verzi. Vzhledem k tomu, že baterie dotazníků sestavená pro toto zkoumání zahrnuje otázky týkající se spokojenosti v partnerství, jež mohou pro mnohé být poměrně citlivou záležitostí, byla před zahájením oficiálního sběru dotazníků rozdána tato baterie 8 párům cvičně. Záměrem bylo získání zpětné vazby. Ukázalo se, že ve většině případů nebylo možné získat přístup k oběma partnerům tak, aby jim byly administrovány dotazníky osobně. Vyplněné dotazníky by musely být získány prostřednictvím předání druhého partnera. S ohledem na tuto skutečnost a zpětnou vazbu, kdy byla respondenty projevována obava, že by si druhý partner jejich odpovědi přečetl a báli by se tak odpovídat upřímně, bylo rozhodnuto ponechat pouze online verzi dotazníku. Aby byla zajištěna možnost odpovídat jednotlivým partnerům anonymně a každému samostatně a zároveň se dalo posléze dotazníky spárovat, byla do dotazníku umístěna položka, kam oba dva partneři ve své verzi vepsali tentýž kód, který si vzájemně domluvili.

7 Výzkumný soubor

7.1 Kritéria výběru

Základním kritériem bylo, že se výzkumu musí zúčastnit vždy oba partneři. Prvotním záměrem bylo vymezit zkoumaný vzorek podmínkou manželství a společným soužitím po dobu jednoho roku, ale vzhledem ke klesajícímu počtu uzavíraných manželství a k možnosti získat větší vzorek, a tím celostnějším vhléd do problematiky, byl výzkumný soubor rozšířen. Byly do něho zahrnuty i páry z nesezdaných soužití a jedinci, kteří spolu chodí, ale nebydlí. Následně došlo po vzoru výzkumu z USA, v němž se autoři Brackett Warner a Bosco (2005) zabývali vztahem mezi emoční inteligencí a kvalitou vztahu, ke stanovení podmínky, že vztah mezi partnery musí trvat minimálně 3 měsíce. Dalším záměrem bylo zabývat se souvislostí mezi EI a partnerskou spokojeností u dospělých jedinců, u nichž by měla být tendence, oproti předchozím věkovým obdobím, navazovat plnohodnotné, dlouhodobé a relativně stabilní intimní vztahy. Vzhledem k tomu, že věkové vymezení jednotlivých vývojových období bývá dle jednotlivých autorů různě posunuto, byla dolní hranice výzkumu stanovena dosažením 18 let. Nejnižší věk respondentů, kteří

vyplnili dotazník, činil však 19 let. Období 18/19-25/29 let je již dle některých autorů, jako např. Arnetta (2000) považováno za období vynořující se dospělosti, proto byla dolní hranice stanovena takto (in Langmeier & Krejčířová, 2006). Ostatní respondenti pak věkově spadali do kategorií od mladé / časně dospělosti (20-40 let; 20-25 let) až po pozdní dospělost / starší dospělost (60-65 let; 50-60 let). Vágnerová (2008) uvádí, že v mladé dospělosti má již partnerství velký význam, dozrává z úrovně experimentace do fáze trvalejšího a stabilnějšího monogamního vztahu, jež má v tomto období jinou kvalitu, než měly předchozí milostné experimenty. Z tohoto důvodu se může stát perspektivním základem dalšího párového rozvoje. Langmeier a Krejčířová (2006) píší, že pro období časně dospělosti je charakteristické upevnění vlastní identity, identifikace s rolí dospělého, hledání partnera a zakládání vlastní rodiny.

Výběr vzorku, vzhledem k tomu, že neexistuje žádný seznam, kde by byly evidovány všechny páry, probíhal kombinací příležitostného výběru a tzv. nabalováním (snowball či metoda sněhové koule). Prostřednictvím příležitostného výběru byly osloveny všechny páry, jež byly dostupné, zároveň tyto osoby tzv. nabalováním byly požádány o kontakty na další páry, jež by bylo možné do výzkumu rovněž zařadit (Walker, 2013).

7.2 Charakteristika výzkumného vzorku

Výsledný počet respondentů činil 178 jedinců, čili 89 páru. Z pohledu genderu vzhledem k tomu, že se jednalo ve všech případech o páry, byli muži a ženy zastoupeni rovnocenně. Věk respondentů se pohyboval v rozmezí 19 až 62 let. V rozmezí 19-30 let se pohybovalo 61,8 % (n = 110) respondentů, v rozmezí 31-40 pak bylo 16,9% (n = 30). Věková skupina 41-50 let čítala 14,6 % (n = 26) osob, přičemž ve věku 51-62 let bylo 6,7% (n = 12) respondentů. Probandi byli dále rozděleni do již zmiňovaných 3 a následně 4 skupin podle míry emoční inteligence, které partneři dosahovali. Zastoupení v jednotlivých skupinách bylo následující. První skupina, kde oba dva partneři dosáhli vysoké míry EI, čítala z celkového počtu respondentů 33% (n = 29). Druhá skupina, kde oba dva partneři vykazovali nízkou míru EI, tvořila 24% (n = 21). Ve třetí původně smíšené skupině bylo celkem (n = 39) párů, tedy 43%. Po rozdělení původní třetí skupiny na dvě skupiny, nová třetí skupina, kde muž měl míru EI nízkou a žena vysokou čítala 22 % (n = 20) párů. Ve čtvrté skupině, kde tomu bylo v zastoupení míry EI u partnerů opačně, bylo 21 % párů (n = 19). Četnosti párů v jednotlivých skupinách byly tedy poměrně vyrovnané. Délka trvání partnerství byla od limitních 3 měsíců po 39 let. Po dobu 3 měsíců až 1 roku (včetně) bylo

ve vztahu 11,8% (n = 21) respondentů. V rozmezí od 2 do 5 let (včetně) se pohybovalo 39,3% (n = 70) osob, od 6 do 10 let pak 20,8% (n = 37), od 11 do 20 let 11,8% (n = 21). V rozmezí 21 až 30 let bylo ve vztahu 12,9% (n = 23) a v rozpětí 31 až 40 let 3,4% (n = 6) respondentů. Délka společného soužití se pak pohybovala od 0 let až po 37 let. Ve společné domácnosti nežilo 24,2% (n = 3). V rozmezí 0 až 1 rok sdílelo domácnost 19,1% (n = 34), od 1 roku po 5 let 22,5% (n = 40), od 5 do 10 let 9,6% (n = 17) respondentů. V rozmezí 11 až 20 let pak společně žilo 11,2% (n = 20), 21 až 30 let 11,2% (n = 20) a v rozpětí 30 až 40 let 2,3% (n = 4). Z anamnestického dotazníku bylo dále zjištěno, že 39% párů (n = 70) žilo v manželském svazku, 35% (n = 62) v nesezdaném soužití a 26% (n = 46) partnerů spolu „pouze chodilo“. Co se týče nejvyššího dosaženého vzdělání 47 % (n = 83) respondentů vystudovalo vysokou školu, 50 % střední školu (n = 89), se základním vzděláním byla pouze 4% respondentů (n = 6). U otázky, jež se dotazovala na počet dětí, se ukázalo, že 64% respondentů nemělo žádné dítě (n = 114), 5% mělo jedno dítě (n = 9), dvě děti mělo 22% zúčastněných (n = 40) a tři děti 8% (n = 14).

8 Výsledky

Tabulka č. 1 ukazuje deskriptivní statistiku zahrnující údaje pro dotazník zjišťující emoční inteligenci (TEIQue-SF) a pro dotazník zjišťující partnerskou spokojenost Relationship Questionnaire (RQ) pro celý soubor respondentů (n = 178). Z této tabulky lze například vyčíst, že průměrný výsledek celkové emoční inteligence (dotazník TEIQue-SF) u tohoto vzorku byl 149,714, v případě partnerské spokojenosti, tedy dotazníku RQ, bylo průměrné skóre 51,525. V dotazníku TEIQue-SF lze přitom dosáhnout maximální hodnoty 210 a v dotazníku RQ 64. Maximální hodnota, která byla v rámci tohoto vzorku v dotazníku TEIQue-SF dosažena, činila 194, u dotazníku RQ některý z respondentů dosáhl maximálního možného skóru 64, vyjadřujícího nejvyšší spokojenost.

Tab. 1: Přehled deskriptivní statistiky pro celý soubor respondentů (n = 178)

	N	Průměr	Medián	Modus	Minimum	Maximum	Sm. odch.
TEIQue-SF	178	149,714	152,500	153,000	80,000	194,000	20,358
RQ	178	51,525	54,000	Vícenás.	0,000	64,000	10,551

Následující tabulka č. 2 uvádí popisnou statistiku s ohledem na pohlaví respondentů. V této tabulce lze například zaznamenat obdobné průměrné výsledky u mužů a žen. V případě emoční inteligence (TEIQue-SF) muži dosáhli průměrného skóre 149,854, ženy pak 149,573. Pokud jde o partnerskou spokojenost (RQ), průměrná hodnota u mužů činila 51,652 a u žen 51,360. Dále tato tabulka ukazuje, že minimální skór v dotazníku RQ u některého z mužských respondentů byl 2 a v případě žen 0, přičemž nejnižší dosažitelná hodnota v tomto dotazníku, vyjadřující nejnižší spokojenost, je 0.

Tab. 2: Přehled deskriptivní statistiky pro muže (n = 89) a ženy (n = 89)

	N	Průměr	Medián	Modus	Minimum	Maximum	Sm. odch.
TEIQue-SF muži	89	149,854	151,000	155,000	97,000	194,000	19,344
TEIQue-SF ženy	89	149,573	153,000	129,000	80,000	191,000	21,433
RQ muži	89	51,652	54,000	Vícenás.	2,000	64,000	10,096
RQ ženy	89	51,360	53,000	58,000	0,000	64,000	11,093

Tabulka č. 3 obsahuje údaje pro páry. Můžeme z ní například vyčíst, že průměrné skóre EI (TEIQue-SF) v páru činilo 299,427, minimální hodnota EI v páru byla 221 a maximální 374. U spokojenosti v páru (RQ) průměrná hodnota dosáhla výše 103,011, nejnižší dosažená hodnota pak činila 17 a maximální 128. Nejnižší možný skór u párů v dotazníku TEIQue-SF přitom může činit 60 a maximální hodnota může být u páru 420. V případě dotazníku RQ je nejnižší možná hodnota spokojenosti v páru 0 a nejvyšší 128.

Tab. 3: Přehled deskriptivní statistiky pro páry (n = 89)

	N	Průměr	Medián	Modus	Minimum	Maximum	Sm.odch.
TEIQue-SF páry	89	299,427	300,000	Vícenás.	221,000	374,000	32,244
RQ páry	89	103,011	106,000	112,000	17,000	128,000	17,443

Předposlední tabulka, tedy tabulka č. 4, obsahuje deskriptivní statistiku spokojenosti pro 3 skupiny párů rozdělených podle míry emoční inteligence. První skupinu, jak již bylo zmíněno, tvoří dvojice, kde oba dva partneři měli vysokou míru emoční inteligence. Druhá skupina zahrnuje páry, kde oba dva partneři vykazovali EI nízkou. Ve třetí skupině jsou páry, kde muž má EI nízkou a žena vysokou nebo naopak. V tabulce můžeme vidět, že průměrné hodnoty spokojenosti (RQ) v páru se pohybují v rámci těchto třech skupin následovně, první skupina dosahuje hodnoty 107,345, druhá pak čísla 93,286. Třetí dosahuje svým průměrným skóre podobné hodnoty jako skupina první, a to 104,871. Dále si lze také povšimnout, jakých minimálních hodnot bylo dosaženo v rámci jednotlivých skupin, tedy pro první skupinu to bylo číslo 64, pro druhou 17 a pro třetí 69, přičemž nejnižší možný skór spokojenosti v páru je, jak už bylo zmíněno, 0.

Tab. 4: Přehled deskriptivní statistiky partnerské spokojenosti pro nejdříve 3 stanovené skupiny párů podle míry jejich EI

Skupiny podle EI muže, EI ženy	N	Průměr	Medián	Modus	Minimum	Maximum	Sm. odch.
1 sk. ↑↑	29	107,345	109,000	119,000	64,000	128,000	14,811
2 sk. ↓↓	21	93,286	99,000	Vícenás.	17,000	124,000	24,110
3 sk. ↓↑;↑↓	39	104,872	107,000	Vícenás.	69,000	123,000	12,844

V 5. tabulce se můžeme podívat na to, k jakým změnám došlo po rozdělení původní 3. skupiny podle rozložení EI v páru v rámci genderu. V nové třetí skupině jsou tedy páry, kde muž měl míru EI nízkou a žena vysokou, přičemž ve čtvrté skupině je tomu opačně, viz znázornění v tabulce. Z této tabulky je například patrné, že se průměrný skóre u 4. skupiny 107,05, kde měl muž vysokou míru EI a žena nízkou, výrazně podobá průměrné dosažené hodnotě u skupiny 1., a to 107,345, kde vykazovali oba partneři vysokou míru EI. U nové 3. skupiny můžeme zaznamenat průměrnou dosaženou hodnotu 102,579. Dále pak stojí za povšimnutí minimální dosažené hodnoty, například po rozdělení původní třetí skupiny, činí minimální dosažená hodnota spokojenosti v páru u 4. skupiny 84 a u 3. skupiny 69.

Tab. 5: Přehled deskriptivní statistiky partnerské spokojenosti pro 4 stanovené skupiny párů po rozdělení 3.sk.

Skupiny podle							
EI muže, EI ženy	N	Průměr	Medián	Modus	Minimum	Maximum	Sm.odch.
1 sk. ↑↑	29	107,345	109,000	119,000	64,000	128,000	14,812
2 sk. ↓↓	21	93,286	99,000	Vícenás.	17,000	124,000	24,110
3 sk. ↓↑	19	102,579	107,000	112,000	69,000	123,000	15,907
4 sk. ↑↓	20	107,050	106,500	106,000	84,000	121,000	8,941

H1: *Existuje vztah mezi mírou emoční inteligence jedinců a mírou jejich (partnerské) spokojenosti.*

Pro ověření této hypotézy bylo nutné zjistit, zda spolu koreluje emoční inteligence jedinců (TEIQue-SF) a jejich partnerská spokojenost (RQ), tedy zda mezi těmito dvěma proměnnými existuje vztah. Počítání proběhlo za pomoci Pearsonova korelačního koeficientu na celém vzorku, tedy 178 respondentech, přičemž výsledky jsou k nahlédnutí v tabulce č. 6 a příslušný graf (č. 1) v příloze.

Tab. 6: Korelace EI (TEIQue-SF) a partnerské spokojenosti (RQ) u celého vzorku (n =178)

r	F (176)	p-hodnota
0,182	2,462	0,015

Z tabulky č. 6 tedy vyplývá, že: $r(176) = 0,182$, $p < 0,05$. Můžeme zde vidět slabou pozitivní korelaci, nebo-li jinými slovy, že existuje pozitivní vztah mezi mírou emoční inteligence jedinců (TEIQue-SF) a mírou jejich partnerské spokojenosti (RQ). H1 může být tedy podpořena.

H2: *Existuje vztah mezi mírou emoční inteligence v páru a mírou (partnerské) spokojenosti v páru.*

V případě ověřování této hypotézy byla zkoumána korelace u skóre emoční inteligence v páru (TEIQue-SF) a partnerské spokojenosti (RQ) v páru, přičemž byl opět využit Pearsonův korelační koeficient a počítání bylo uskutečněno na 89 párech. Výsledky jsou zaneseny v tabulce č. 7 a znázorněny v grafu č. 2, jež je součástí příloh.

Tab. 7: Korelace EI (TEIQue-SF) a partnerské spokojenosti (RQ) u párů (n = 89)

r	F (87)	p-hodnota
0,281	2,730	0,008

Z tabulky č. 7 vyplývá, že $r(87) = 0,281$, $p < 0,01$. I v tomto případě vidíme pozitivní korelaci. Existuje tedy pozitivní vztah mezi mírou emoční inteligence v páru a mírou spokojenosti v páru. Výsledky podporují tvrzení H2.

H3a: *Páry, kde mají oba dva partneři vysokou míru emoční inteligence, jsou spokojenější než páry, kde mají oba dva partneři míru emoční inteligence nízkou.*

Pro ověření hypotézy H3a byl využit Studentův t-test, kterým bylo zjišťováno, zda se liší 1. a 2. skupina. Byly tedy porovnávány skóre partnerské spokojenosti v páru, jež vykazovala

1. skupina, kde oba dva partneři měli vysokou míru emoční inteligence s 2. skupinou, kde vykazovali oba dva partneři míru EI nízkou. Výsledky jsou k nahlédnutí v tabulce č. 8 a v grafu č. 3, jež se nachází rovněž v přílohách.

Tab. 8: Studentův t-test porovnávající spokojenost v páru u 1. a 2. sk.

t	sv	p-hodnota
2,550	48	0,014

Z tabulky č. 8 můžeme vidět, že $t(48) = 2,550$, $p < 0,05$. Kritická hodnota byla překročena a výsledné zjištění je signifikantní. Skupiny 1 a 2 se tedy liší. Prostřednictvím těchto výsledků a grafu, jež je součástí přílohy, může být hypotéza H3a podpořena.

H3b: *Páry, kde má alespoň jeden z partnerů vysokou míru emoční inteligence, jsou spokojenější než páry, kde mají oba dva partneři míru emoční inteligence nízkou.*

Pro ověření hypotézy H3b byl rovněž využit Studentův t-test, kterým byla v tomto případě zjišťována rozdílnost spokojenosti v páru v rámci 2. a 3. skupiny. Tedy mezi skupinou, kde má jeden z partnerů vysokou EI a druhý nízkou, se skupinou, kde mají oba dva partneři EI nízkou. V tabulce č. 9 jsou znázorněny výsledky.

Tab. 9: Studentův t-test porovnávající spokojenost v páru pro 2. a 3. sk.

t	sv	p-hodnota
2,437	58	0,018

Zjištění jsou následující: $t(58) = 2,437$, $p < 0,05$. Kritická hodnota byla v tomto případě rovněž překročena. Podíváme-li se současně na krabicový graf č. 4, jež je součástí přílohy, názorně vidíme, že H3b může být podpořena.

Doplňující výsledky

Pro získání doplňujících a podrobnějších výsledků byla udělána ANOVA, prostřednictvím níž byly zjišťovány rozdíly v partnerské spokojenosti v rámci 4 skupin, tedy po rozdělení 3. skupiny podle rozložení míry EI v rámci partnerů. Na základě tabulky č. 10 můžeme vidět, jak nám již vyšlo výše, že mezi skupinami je statisticky významný rozdíl a spokojenost v páru tedy závisí na tom, jaká je míra EI obou partnerů. Tento test významnosti nám však nic neříká o tom, která ze skupin se od ostatních v míře partnerské spokojenosti v páru liší. Za tímto účelem byl proveden post-hoc test (Tukeyův HSD test), jehož výsledky můžeme vidět v tabulce č. 11.

Tab. 10: Analýza rozptylu, tučně označené efekty jsou významné na hladině $p < 0,05$

	SČ - efekt	SV - efekt	PČ - efekt	SČ - chyba	SV - chyba	PČ - chyba	F	p
Spokojenost v páru	2860,300	3	953,433	23842,420	85	280,499	3,399	0,021

Tab. 11: Tukeyův HSD test; proměn.:spok. v páru, tučně označ. rozdíly jsou významné na hlad. $p < 0,05$

Skupiny podle EI muže, EI ženy	{1.sk.} M=107,34	{2.sk.} M=93,268	{3.sk.} M=102,58	{4.sk.} M=107,05
1.sk. ↑↑ {1.sk.}		0,022	0,770	0,999
2.sk. ↓↓ {2.sk.}	0,022		0,304	0,049
3.sk. ↓↑ {3.sk.}	0,770	0,304		0,839
4.sk. ↑↓ {4.sk.}	0,999	0,049	0,839	

Z tabulky č. 11 je patrné, že existuje statisticky významný rozdíl na hladině významnosti $p < 0,05$ mezi 1. skupinou a 2. skupinou, jak nám již vyšlo, a skupinou 2. a 4. U skupiny 2. a 3. se však po tomto rozdělení signifikantní rozdíl neukázal, což je poměrně zajímavé. V příloze pak můžeme opět nalézt grafické znázornění (graf č. 5).

9 Diskuze

Na začátku výzkumu byly definovány celkem tři hypotézy, přičemž hypotéza třetí se skládá ze dvou částí.

Hypotéza H1: *Existuje vztah mezi mírou emoční inteligence jedinců a mírou jejich (partnerské) spokojenosti*, byla po statistických výpočtech podpořena. Byl nalezen pozitivní vztah mezi mírou emoční inteligence jedince a mírou jeho spokojenosti. Jedinci, jež vykazovali v dotazníku TEIQue-SF vyšší skóry, vykazovali také vyšší skóry v dotazníku Relationship Questionnaire. Na základě těchto výsledků lze tedy říci, že jedinci s vyšší emoční inteligencí jsou spokojenější než jedinci s emoční inteligencí nižší. Tyto výsledky jsou v souladu s výsledky meta-analytické studie z roku 2014, jež realizovala statistickou kombinaci již publikovaných výsledků výzkumů zabývajících se tímto vztahem u jedinců (Malouff et al., 2014).

Druhá hypotéza H2: *Existuje vztah mezi mírou emoční inteligence v páru a mírou (partnerské) spokojenosti v páru*, byla vzhledem k výsledkům taktéž podpořena. Ukázala se zde, stejně jako u první hypotézy, pozitivní souvislost. Bylo tedy zjištěno, že čím vyšší emoční inteligence v páru je, tím jsou páry spokojenější. Zajímavým faktem je, že u této hypotézy H2 byl zjištěn silnější vztah mezi proměnnými oproti hypotéze první H1. V kontextu tohoto zjištění by mohlo být zajímavé a přínosné zabývat se hlouběji tím, jaký je vztah mezi EI mužů a EI žen v párech, spokojeností žen a spokojeností mužů v párech, EI mužů a spokojeností žen a opačně.

První část třetí hypotézy, tedy H3a: *Páry, kde mají oba dva partneři vysokou míru emoční inteligence, jsou spokojenější než páry, kde mají oba dva partneři míru emoční inteligence nízkou*, byla rovněž podpořena. Bylo zjištěno, že tyto dvě skupiny se ve vykazované spokojenosti opravdu liší. Z grafu pak bylo možné názorně vidět, že páry, kde měli oba dva partneři vysokou míru emoční inteligence, se ukázaly jako značně spokojenější než páry, kde partneři vykazovali emoční inteligenci nízkou.

Druhá část hypotézy a zároveň poslední hypotéza H3b: *Páry, kde má alespoň jeden z partnerů vysokou míru emoční inteligence, jsou spokojenější než páry, kde mají oba dva partneři míru emoční inteligence nízkou*, byla taktéž podpořena. Ukázalo se, že se míra spokojenosti v páru u skupiny, kde měli oba dva partneři EI nízkou (2. sk.) a skupiny, kde měl jeden z partnerů EI vysokou a druhý nízkou (3. sk.), lišila. Páry, kde měl jeden z partnerů EI vysokou, byly spokojenější než páry, kde měli oba partneři EI nízkou.

V případě podrobnějšího zkoumání a rozdělení párů do čtyř skupin se ukázalo, že se lišila 1. skupina od 2. skupiny, což bylo zřejmé již při využití Studentova t-testu. Současně se ukázalo, že se statisticky významně lišila skupina, kde měl muž vysokou emoční inteligenci a žena nízkou (4. sk.), od skupiny, kde měli oba dva partneři EI nízkou (2. sk.). V případě skupiny, kde vykazovala žena vysokou EI a muž nízkou (nová 3. sk.) a skupinou, kde oba dva partneři vykazovali EI nízkou (2. sk.) nebyl statisticky významný rozdíl prokázán. Tento výsledek je poměrně zajímavý, mohlo by to znamenat, že to, jakou má muž EI je pro spokojenost v páru důležitější než to, jakou míru EI má žena? Na výsledky by však mohla mít také vliv poměrně malá velikost vzorku. U skupiny 2 tedy $n = 21$ párů a u nové 3. skupiny $n = 19$ párů.

Za povšimnutí určitě také stojí poměrně malé rozdíly ve spokojenosti u skupin, kde oba partneři či alespoň jeden z partnerů dosáhl vysoké EI. Tuto podobnost můžeme spatřit v grafu č. 5 v přílohách. Velmi malý rozdíl je zejména pozorovatelný u skupiny 1, kde oba dva partneři měli vysokou míru EI a skupiny 4, kde vykazoval vysokou EI pouze muž. Z uvedeného by mohlo vyplývat, že pro vyšší spokojenost v páru je klíčové, aby alespoň jeden z partnerů měl vysokou míru EI.

V kontextu hypotéz H3a, H3b a doplňkových výsledků lze pro zajímavost uvést výsledky studie Bracketta, Warnera a Bosca (2005), jež se zabývala emoční inteligencí a kvalitou partnerského vztahu. Musíme však brát v potaz, že kvalita vztahu a partnerská spokojenost není totéž. Výsledky této studie ukázaly, že páry, kde měli oba partneři nízkou míru EI, dosahovali nízkých skóre v oblastech intenzity citů, podpory a v dalších pozitivních vztahových kvalitách a vysokých skóre v oblasti konfliktu a negativních vztahových kvalitách. Dále jim pak vyšlo, že páry, kde měli oba dva partneři vysokou míru EI, konzistentně nedosahovaly vyšších skóre v pozitivních oblastech v porovnání s páry, kde měl pouze jeden z partnerů vysokou míru EI. Nemůžeme sice dělat, jak již bylo řečeno, rovnítko mezi kvalitou vztahu a partnerskou spokojeností, přesto můžeme vidět, že tato

studia realizovaná v USA rovněž poukázala na důležitost vysoké míry EI v kontextu partnerského vztahu. Z jejích výsledků se taktéž, stejně jako v našem výzkumu, ukázalo, že nejsou velké rozdíly (v jejich případě v kvalitě vztahu, v našem případě ve spokojenosti v páru) mezi páry, kde mají oba dva partneři nebo alespoň jeden z nich vysokou míru EI.

Zaměříme-li se na limitace tohoto výzkumu, pak jednu z hlavních lze spatřit především v počtu respondentů, který dohromady čítal $n = 178$ jednotlivců, tedy $n = 89$ párů. Ideální počet lze těžko stanovit, avšak čím vyšší počet respondentů by byl, tím by bylo větší zastoupení v rámci stanovených tří a následně čtyř skupin, kde byly výsledné počty relativně nízké. První skupina zahrnovala $n = 29$ párů, druhá $n = 21$ párů, třetí pak $n = 19$ párů a čtvrtá $n = 20$ párů (v případě rozdělení do tří skupin - třetí skupina čítala $n = 39$ párů). Dále by bylo možné při větším počtu respondentů lépe pokrýt všechna vývojová stadia dospělosti, přičemž by se pak dalo blíže zaměřit například na to, zda se zde vyskytují nějaké rozdíly ve vztahu těchto dvou proměnných v rámci věku.

Za další možnou limitaci by se dal považovat fakt, že ani jedna z testových metod nebyla standardizována. Pozitivní je, že byly alespoň zjišťovány psychometrické parametry těchto dotazníků. Dále pak neexistuje česká verze těchto dotazníků, pouze verze slovenská, a proto byly tyto dotazníky přeloženy. Přestože je slovenský jazyk velmi podobný českému a veškeré překlady byly, jak již bylo zmíněno, konzultovány, mohlo dojít k nechtěnému zkreslení původních položek. Možné tedy je, že se na výsledcích, k nimž výzkum dospěl, mohl podepsat výběr testovacích metod a jejich překlad. Doporučením by tedy mohlo být, v případě dalšího zkoumání, využití i jiných testových metod zjišťujících míru emoční inteligence a partnerské spokojenosti.

Problematický by mohl být taktéž způsob výběru vzorku. Vzhledem k tomu, že neexistuje žádný seznam, kde by byly evidovány všechny páry ani jiná opora výběru, byla využita kombinace příležitostného výběru a snowballu. Tato metoda výběru respondentů by mohla být zdrojem určitého zkreslení z důvodu částečné provázanosti osob, u kterých byla data sesbírána, taktéž při výběru vzorku tímto způsobem často hraje roli provázanost respondentů na výzkumníky a záměrná zkreslení od známých. Tomu byla snaha zabránit prostřednictvím administrace dotazníků online, přičemž byly dotazníky anonymní a ke spárování sloužily kódy, jež si sami respondenti vymysleli. Nicméně ani tuto limitaci a zkreslení nelze vyloučit.

Dotazník TEIQue- SF (EI) je založen na sebe-posuzujících položkách. V takovém případě by mohla výsledky negativně ovlivňovat nízká schopnost sebereflexe respondentů či sociální žádoucnost jejich odpovědí. Z tohoto důvodu by bylo dobré pro srovnání měřit emoční inteligenci pomocí výkonových dotazníků, u nichž nehrozí sociální žádoucnost odpovědí. Na zřetel by však muselo být bráno, že se zde přesto vyskytují zase jiné zkreslující faktory, v případě zjišťování EI tímto způsobem.

U odpovědí v dotazníku Relationship Questionnaire (partnerská spokojenost) by mohla mít do jisté míry také vliv sociální žádoucnost odpovědí, čemuž byla snaha se vyhnout anonymitou dotazníků. V případě tohoto dotazníku by částečně také mohlo působit momentální psychické rozpoložení respondentů. V tomto případě bylo vycházeno z předpokladu, že přestože se nálada může rychle měnit, tyto výkyvy nálad se pohybují kolem dlouhodobě stabilního průměru. Díky tomu by hodnocení partnerské spokojenosti mělo být relativně stabilní a dlouhodobé. Nicméně, ani zde nemůžeme možné zkreslení vyloučit.

Kromě již zmíněného mohla výsledné skóry testů ovlivnit řada dalších proměnných, například délka vztahu partnerů, délka jejich soužití, počet dětí, nejvyšší dosažené vzdělání atd. Tyto záležitosti byly zjišťovány prostřednictvím anamnestického dotazníku. Nicméně z důvodu limitace rozsahu práce nebylo možné se na provázanost vztahu mezi proměnnými emoční inteligencí a partnerskou spokojeností a těmito komponentami blíže zaměřit. Zde vyvstává opět možnost dalšího a hlubšího zkoumání této problematiky.

Na základě nastínění možných omezení a zkreslení by bylo přínosné realizovat další výzkumy zaměřující se na tuto problematiku, jež by naplnily rezervy tohoto výzkumu.

10 Závěr

Cílem výzkumu bylo prozkoumání vztahu mezi proměnnými - emoční inteligencí a partnerskou spokojeností a testování hypotéz o existenci či neexistenci vztahu mezi těmito proměnnými v párech i u jedinců. Šlo tedy o zjištění toho, jak míra emoční inteligence ovlivňuje míru partnerské spokojenosti. Výzkumné šetření bylo realizováno na vzorku 178 jedinců, po spárování partnerů na 89 párech a v případě rozdělení párů podle míry emoční inteligence nejprve do tří skupin, čítala první skupina 29 párů, druhá skupina 21 a třetí skupina 39. Po následném rozdělení třetí skupiny podle toho, kdo z partnerů měl

vysokou EI a kdo nízkou, zda muž či žena, byly počty párů v první a druhé skupině stále stejné, nová třetí skupina však dosahovala počtu 19 párů a čtvrtá skupina pak 20 párů.

U prvních dvou hypotéz (H1 a H2) byly prokázány pozitivní korelace. Z toho vyplývá, že existuje pozitivní vztah mezi mírou emoční inteligence a mírou partnerské spokojenosti, jak na úrovni jedinců, tak na úrovni párů. V rámci hypotézy H3a a H3b byl zjišťován statisticky významný rozdíl mezi skupinami párů, jež byly rozděleny podle míry emoční inteligence partnerů do tří skupin. U hypotézy H3a byl nalezen statisticky významný rozdíl a tato hypotéza byla tedy vzhledem k výsledkům rovněž podpořena. Ukázalo se, že páry, kde mají oba dva partneři vysokou míru EI, jsou spokojenější než páry, kde mají oba míru EI nízkou. V případě hypotézy H3b byl taktéž nalezen statisticky významný rozdíl mezi 2. skupinou a 3. skupinou, což podpořilo předpoklad, že páry, kde má alespoň jeden z partnerů vysokou míru EI, jsou spokojenější než páry, kde mají oba partneři míru EI nízkou.

Ke zjištění detailnějších výsledků byly páry následně rozděleny do čtyř skupin. První dvě skupiny byly ponechány, přičemž skupina třetí byla rozdělena podle toho, kdo z páru dosahoval vysoké míry EI, zda muž či žena. Nově tedy vznikla 3. skupina, kde měl muž nízkou míru EI a žena vysokou a 4. skupina, kde vykazoval muž míru EI vysokou a žena nízkou. Pro porovnání všech 4 skupin byla využita ANOVA. Kromě již získaných zjištění, tedy rozdílu mezi skupinou 1 a 2, byl nalezen signifikantní rozdíl mezi skupinou 2. a 4., avšak mezi skupinou 2. a 3. ne.

Ačkoli nelze zobecňovat výsledky na celou populaci, z výsledků výzkumů lze s vysokou pravděpodobností tvrdit, že míra emoční inteligence ovlivňuje míru partnerské spokojenosti. Tyto poznatky nasvědčují tomu, že zabývání se emoční inteligencí a jejím zvyšováním v kontextu partnerství je opravdu žádoucí. Získané výsledky mohou tedy být doporučením jednak pro jednotlivce, ale také například pro partnerské poradenství či párovou psychoterapii, kde by mohlo být zaměřeno se na tuto problematiku, tedy na práci s emoční inteligencí pro spokojené fungování vztahů přínosné.

IV. Souhrn

Tato bakalářská práce se zaměřuje na souvislost mezi emoční inteligencí a partnerskou spokojeností.

Teoretická část byla rozdělena na tři hlavní kapitoly. První kapitola se věnuje emoční inteligenci, jejímu vzniku, vymezení, teoretickým východiskům a část se zabývá emocemi. Druhá kapitola se pak zaměřuje na partnerskou spokojenost - na její vymezení a zabývá se faktory, jež partnerskou spokojenost ovlivňují. Třetí kapitola se věnuje roli emocí a emoční inteligence v partnerství. Dále je zde nastíněn možný význam jednotlivých kompetencí, jež emoční inteligence zahrnuje ve vztahu k partnerské spokojenosti.

Praktická část si kladla za cíl prozkoumat vztah mezi emoční inteligencí a partnerskou spokojeností a testovat hypotézy o existenci, či neexistenci vztahu mezi těmito proměnnými v párech i u jedinců. Zabývá se tedy tím, jak míra emoční inteligence ovlivňuje míru partnerské spokojenosti. Výzkumné šetření bylo realizováno, jak již bylo zmíněno, nejprve u jedinců a posléze u párů. Páry pak byly dále rozčleněny podle míry EI, jež partneři dosahovali, do tří a následně do čtyř skupin. První skupinu tvořily dvojice, kde oba dva partneři měli vysokou míru EI. Druhá skupina zahrnovala páry, kde oba dva partneři vykazovali EI nízkou. Ve třetí skupině byly páry, kde vykazoval jeden z partnerů vysokou míru EI a druhý nízkou. Následně pro získání podrobnějších výsledků byly páry rozděleny do čtyř skupin. Původní třetí skupina byla roztržena podle toho, kdo z partnerů vykazoval vysokou míru EI, zda muž či žena. Vznikly tedy tyto čtyři skupiny - skupina, kde mají oba dva partneři vysokou míru EI, oba dva nízkou, muž vysokou a žena nízkou a opačně.

Vztah mezi mírou emoční inteligence a partnerskou spokojeností byl prokázán u jedinců i u párů. Následně bylo zjištěno, že se ve vykazované spokojenosti v páru lišila 1. a 2. skupina. Páry, kde měli oba dva partneři vysokou míru EI, se ukázaly jako značně spokojenější než páry, kde partneři vykazovali EI nízkou. Rozdíly ve spokojenosti v páru byly rovněž prokázány u 2. a 3. skupiny. V tomto případě byl podpořen předpoklad, že páry, kde má alespoň jeden z partnerů vysokou míru EI, jsou spokojenější než páry, kde mají oba partneři míru EI nízkou. Po rozdělení třetí skupiny podle toho, kdo dosáhl vysoké míry EI, zda muž či žena, bylo zjištěno, že se lišila ve spokojenosti skupina, kde muž měl vysokou míru EI a žena nízkou (sk. 4), od skupiny, kde měli oba partneři EI nízkou. (sk. 2)

U skupiny 2. (oba partneři – nízká míra EI) a 3. (žena vysoká míra EI, muž nízká) se však po tomto rozdělení signifikantní rozdíl neukázal. Zajímavým zjištěním také byly poměrně malé rozdíly ve spokojenosti u skupin, kde oba partneři či alespoň jeden z partnerů dosáhl vysoké míry EI.

Výzkum na toto ani obdobné téma nebyl v rámci České republiky realizován. Získané poznatky by mohly podpořit další zkoumání této tematiky a být přínosné, jak pro jedince, tak pro partnerské poradenství či párovou psychoterapii.

V. Seznam použitých zdrojů

- Baron-Cohen, S., & Wheelwright, S. (2004). The empathy quotient: an investigation of adults with Asperger syndrome or high functioning autism, and normal sex differences. *Journal of autism and developmental disorders*, 34(2), 163-175.
- Batool, S. S., & Khalid, R. (2009). Role of emotional intelligence in marital relationship. *Pakistan Journal of Psychological Research*, 24(1), 43-62.
- Bélanger, C., Di Schiavi, M.-F., Sabourin, S., Dugal, C., El Baalbaki, G., & Lussier, Y. (2014). Self-Esteem, Coping Efforts and Marital Adjustment. *Europe's Journal of Psychology*, 10(4), 660-671.
- Bissiová, A. (2014). *Všemocné emoce?: Jak poznat a zvládat vlastní emoce*. Praha: Paulínky.
- Blatný, M. (2010). *Psychologie osobnosti: hlavní témata, současné přístupy*. Praha: Grada.
- Brackett, M. A., Warner, R. M., & Bosco, J. S. (2005). Emotional intelligence and relationship quality among couples. *Personal relationships*, 12(2), 197-212.
- Bradberry, T., & Greaves, J. (2013). *Emoční inteligence*. Brno: BizBooks.
- Burleson, B. R., & Denton, W. H. (1997). The relationship between communication skill and marital satisfaction: Some moderating effects. *Journal of Marriage and the Family*, 884-902.
- Eğeci, İ. S., & Gençöz, T. (2006). Factors associated with relationship satisfaction: Importance of communication skills. *Contemporary family therapy*, 28(3), 383-391.
- Fitness, J. (2001). Emotional intelligence and intimate relationships. *Emotional intelligence in everyday life*, 98-112.
- Foran, H. M., O'Leary, K. D., & Williams, M. C. (2012). Emotional abilities in couples: A construct validation study. *The American Journal of Family Therapy*, 40(3), 189-207.

- Gaelick, L., Bodenhausen, G. V., & Wyer, R. S. (1985). Emotional communication in close relationships. *Journal of personality and social psychology*, 49(5), 1246-1265.
- Goleman, D. (1997). *Emoční inteligence: Proč může být emoční inteligence důležitější než IQ*. Praha: Columbus.
- Goleman, D. (2000). *Práce s emoční inteligencí: [jak odstartovat úspěšnou kariéru]*. Praha: Columbus.
- Goleman, D. (2011). *Emoční inteligence*. Praha: Metafora.
- Hargašová, M., & Novák, T. (2007). *Předmanželské poradenství*. Praha: Grada.
- Hartl, P., & Hartlová, H. (2010). *Velký psychologický slovník*. Praha: Portál.
- Hendl, J. (2012). Přehled statistických metod: analýza a metaanalýza dat. (4., rozš. vyd., 734 s.) Praha: Portál.
- Hill, G. (2004). *Moderní psychologie: hlavní oblasti současného studia lidské psychiky*. Praha: Portál.
- Holinková, L. (2011). *Sociální inteligence, sociální kompetence, sociální dovednosti a komunikace u lidí s různými formami disociálního chování v societách seniorů* (Diplomová práce). Univerzita Masarykova v Brně.
- Christensen, A., & Shenk, J. L. (1991). Communication, conflict, and psychological distance in nondistressed, clinic, and divorcing couples. *Journal of Consulting and Clinical Psychology*, 59(3), 458.
- Jackson, J. B., Miller, R. B., Oka, M., & Henry, R. G. (2014). Gender Differences in Marital Satisfaction: A Meta-analysis. *Journal of Marriage and Family*, 76(1), 105-129.
- Joshi, S., & Thingujam, N. S. (2009). Perceived emotional intelligence and marital adjustment: Examining the mediating role of personality and social desirability. *Journal of the Indian Academy of Applied Psychology*, 35, 79-86.

Kelley, C., Huston, T.L., & Cate, R.M. (1985). Premarital relationship correlates of the erosion of satisfaction in marriage. *Journal of Social and Personal Relationships*, 2, 167-178.

Kennedy-Moore, E., & Watson, J. C. (2001). How and when does emotional expression help?. *Review of General Psychology*, 5(3), 187-212.

Kimmes, J. G., Edwards, A. B., Wetchler, J. L., & Bercik, J. (2014). Self and Other Ratings of Dyadic Empathy as Predictors of Relationship Satisfaction. *The American Journal of Family Therapy*, 42(5), 426-437.

Kratochvíl, S. (2009). *Manželská a párová terapie*. Praha: Portál.

Křivohlavý, J. (2006). *Psychologie smysluplnosti existence: otázky na vrcholu života*. Praha: Grada.

Kučera, D. (2013). *Moderní psychologie: Hlavní obory a témata současné psychologické vědy*. Praha: Grada.

Langmeier, J., & Krejčířová, D. (2006). *Vývojová psychologie*. Praha: Grada.

Lehotská, V., & Dobeš, M. (2013). Škály na zisťovanie kvality vzťahu, miery záväzku a vzťahu s rodičmi u partnerov nežijúcich v manželstve. *Človek a spoločnosť*, (1), 51-59.

Li, T., & Fung, H. H. (2011). The dynamic goal theory of marital satisfaction. *Review Of General Psychology*, 15(3), 246-254.

Malouff, J. M., Thorsteinsson, E. B., Schutte, N. S., Bhullar, N., & Rooke, S. E. (2010). The five-factor model of personality and relationship satisfaction of intimate partners: A meta-analysis. *Journal of Research in Personality*, 44(1), 124-127.

Mayer, J. D., & Salovey, P. (2007). Mayer-Salovey-Caruso Emotional Intelligence Test. Multi-Health Systems Incorporated. Získáno 15. října 2014 z <http://www.harrisconsult.com/files/MSCEIT%20report.PDF>

Mayer, J. D., Salovey, P., & Caruso, D. R. (2004). Emotional intelligence: Theory, findings, and implications. *Psychological inquiry*, 197-215.

Orathinkal, J., & Vansteenwegen, A. (2007). Do demographics affect marital satisfaction? *Journal of Sex & Marital Therapy*, 33(1), 73-85.

Orel, M. (2009). *Člověk, jeho mozek a svět*. Praha: Grada.

Petrides, K. V. (2006). Internal Consistency Data for the TEIQue and TEIQue-SF. Získáno 22. října 2014 z http://www.psychometriclab.com/Webnote_1.pdf

Petrides, K. V. (2010). Trait emotional intelligence theory. *Industrial and Organizational Psychology*, 3(2), 136-139.

Petrides, K. V., & Furnham, A. (2001). Trait emotional intelligence: Psychometric investigation with reference to established trait taxonomies. *European Journal of Personality*, 15(6), 425-448.

Pletzer, A. (2009). *Emoční inteligence: jak ji rozvíjet a využívat*. Praha: Grada.

Plháková, A. (2011). *Učebnice obecné psychologie*. Praha: Academia.

Praško, J. (2005). *Asertivita v partnerství*. Praha: Grada.

Robotková, A. (2010). *Prediktory vývoje manželské spokojenosti* (Diplomová práce). Univerzita Masarykova v Brně.

Rosen-Grandon, J. R. (1998). *The relationship between marital characteristics, marital interaction processes, and marital satisfaction* (Doctoral dissertation) University of North Carolina at Greensboro.

Ruisel, I. (2000). *Základy psychologie inteligence*. Praha: Portál.

Salbot, V., Babicová, J., Baková, J., Kaliská, L., & Nábělková, E. (2011). *Črtová emocionálna inteligencia a psychometrické vlastnosti nástrojov na jej meranie*. Získáno 8. září 2014 z <http://www.psychometriclab.com/admins/files/Salbot%20a%20kol.pdf>.

Schröder-Abé, M., & Schütz, A. (2011). Walking in each other's shoes: Perspective taking mediates effects of emotional intelligence on relationship quality. *European Journal of Personality*, 25(2), 155-169.

- Schulz, R., & Roberts, R. D. (2007). *Emoční inteligence: přehled základních přístupů a aplikací*. Praha: Portál.
- Schutte, N. S., Malouff, J. M., Bobik, C., Coston, T. D., Greeson, C., Jedlicka, C., et al & Wendorf, G. (2001). Emotional intelligence and interpersonal relations. *The Journal of social psychology*, 141(4), 523-536.
- Slaměnik, I. (2011). *Emoce a interpersonální vztahy*. Praha: Grada.
- Slezáčková, A. (2012). *Průvodce pozitivní psychologií*. Praha: Grada.
- Smith, L., Heaven, P. C., & Ciarrochi, J. (2008). Trait emotional intelligence, conflict communication patterns, and relationship satisfaction. *Personality and Individual differences*, 44(6), 1314-1325.
- Srivastava, S., McGonigal, K. M., Richards, J. M., Butler, E. A., & Gross, J. J. (2006). Optimism in close relationships: How seeing things in a positive light makes them so. *Journal of personality and social psychology*, 91(1), 143-153.
- Stone, E. A., & Shackelford, T. K. (2007). Marital Satisfaction. In R. F. Baumeister & K. D. Vohs (Eds.), *Encyclopedia of Social Psychology*, 541-544. Thousand Oaks, CA: Sage Publications Inc.
- Stuchlíková, I. (2002). *Základy psychologie emocí*. Praha: Portál.
- Stuchlíková, I., Prokešová, L., Krejčí, M., Mazehóová, Y., & Kouřilová, J. (2005). *Zvládání emočních problémů školáků*. Praha: Portál.
- Vágnerová, M. (2007). *Vývojová psychologie II.: dospělost a stáří*. Praha: Karolinum.
- Vaillant, C. O., & Vaillant, G. E. (1993). Is the U-curve of marital satisfaction an illusion? A 40-year study of marriage. *Journal of Marriage and the Family*, 230-239.
- von Kanitz, A. (2008). *Jak rozvíjet svou emoční inteligenci*. Praha: Grada .
- Walker, I. (2013). *Výzkumné metody a statistika*. Praha: Grada.

Watson, D., Hubbard, B., & Wiese, D. (2000). General traits of personality and affectivity as predictors of satisfaction in intimate relationships: Evidence from self-and partner-ratings. *Journal of personality*, 68(3), 413-449.

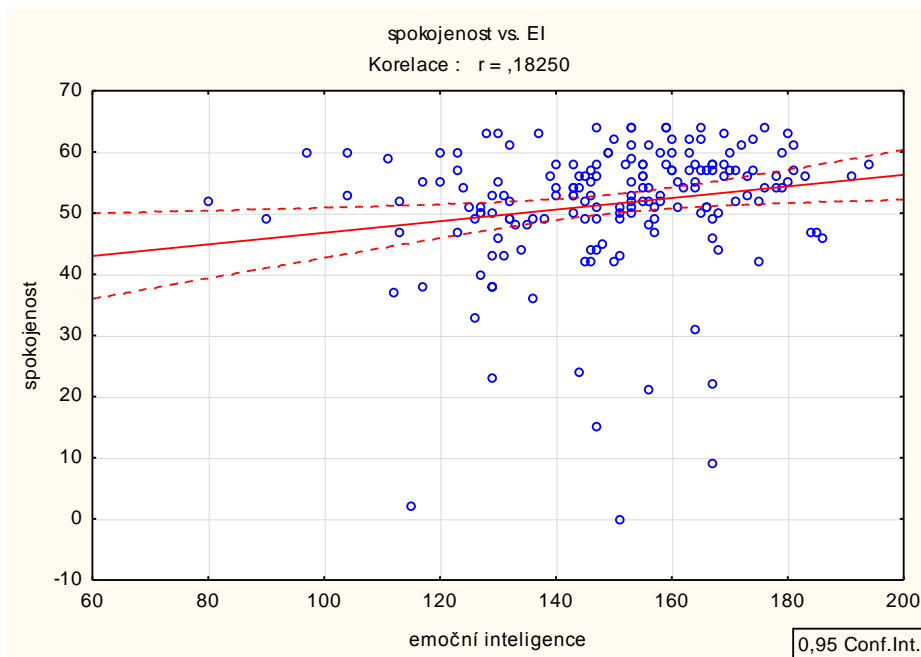
White, L., & Edwards, J. N. (1990). Emptying the nest and parental well-being: An analysis of national panel data. *American Sociological Review*, 55(1), 235-242.

Willerton, J. (2012). *Psychologie mezilidských vztahů*. Praha: Grada.

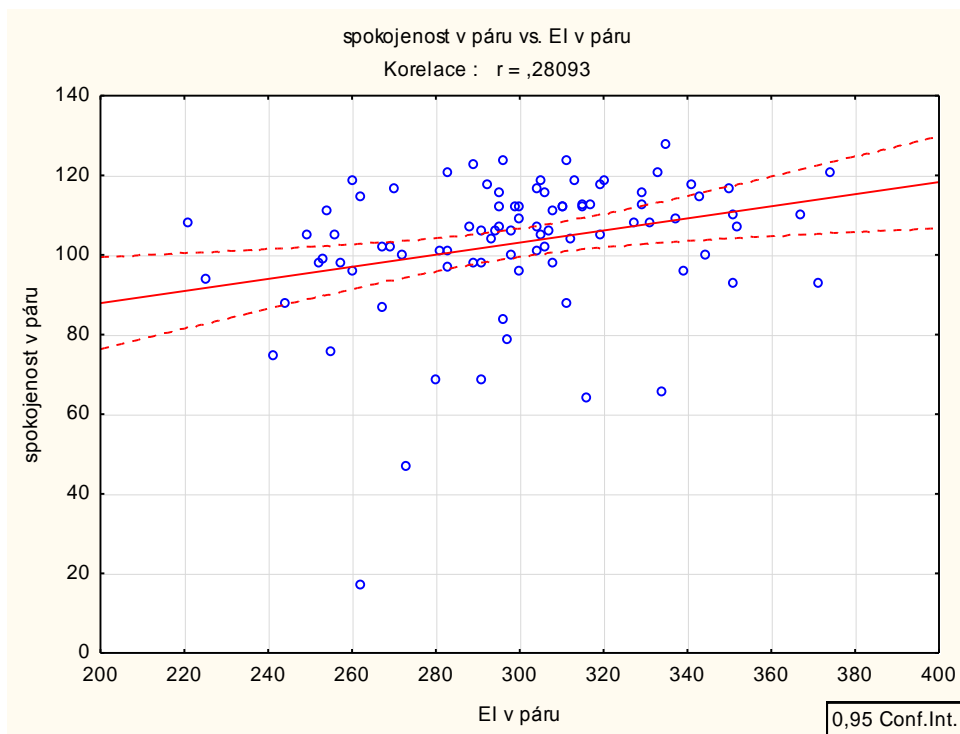
Willi, J. (2006). *Psychologie lásky: osobní rozvoj cestou partnerského vztahu*. Praha: Portál

Přílohy

Příloha č. 1 - Grafy



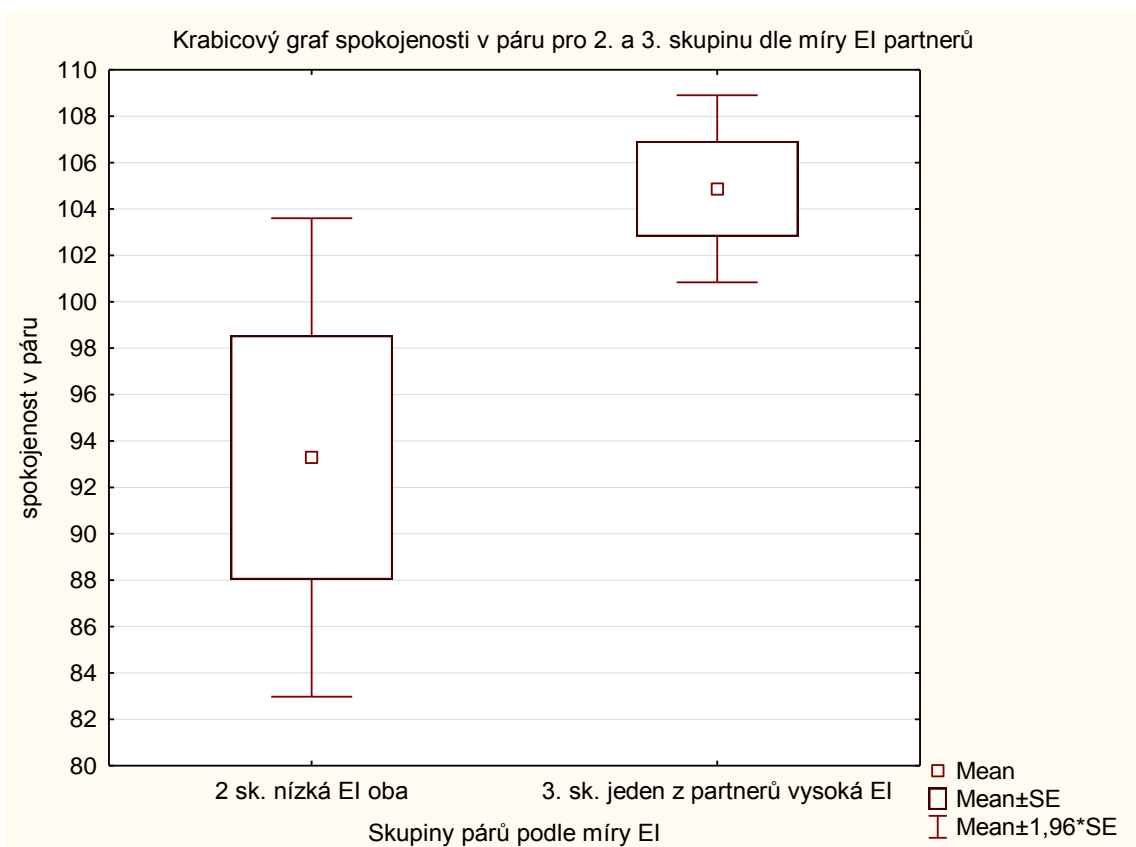
Graf č. 1: Graf k hypotéze H1 – korelace mezi mírou EI jedinců a mírou jejich partnerské spokojenosti



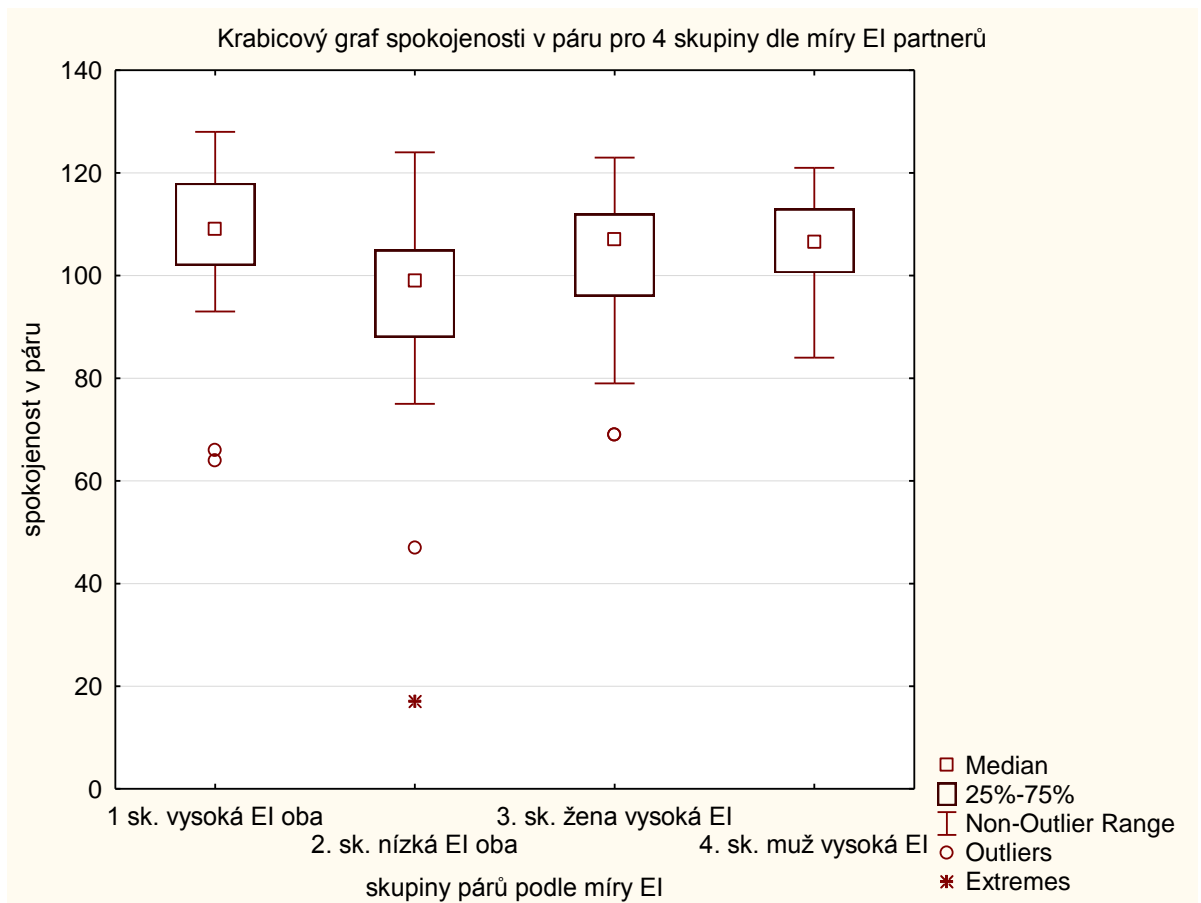
Graf č. 2: Graf k hypotéze H2- korelace mezi mírou EI v páru a mírou jejich spokojenosti v páru



Graf č. 3: Graf k hypotéze H3a – Studentův t-test – srovnání spokojenosti v páru u 1. a 2. skupiny



Graf č. 4: Graf k hypotéze H3b – Studentův t-test – srovnání spokojenosti v páru u 2. a 3. skupiny



Graf č. 5: Doplnkový graf – ANOVA – srovnání spokojenosti v páru u všech 4 skupin (po rozdělení 3. skupiny)

Příloha č. 2 – Báseň – Ogden Nash (1962)

To keep your marriage brimming

With love in the marriage cup

Whenever you're wrong,

admit it

Whenever you're right,

shut up

(Ogden Nash, 1962)

Příloha č. 3 – Baterie dotazníků

Dotazník pro bakalářskou práci

Dobrý den,

jsem studentkou třetího ročníku PF JU v Českých Budějovicích. Ráda bych Vás poprosila o vyplnění následujícího dotazníku, který je určen pro páry, které spolu chodí po dobu minimálně tří měsíců a dosáhly věku minimálně 18 let. Získaná data následně vyhodnotím pro svou praktickou část bakalářské práce. Vyplnění dotazníků je dobrovolné a zcela anonymní a získaná data budou sloužit pouze pro již zmíněné účely. Vyplnění dotazníku zabere maximálně 10 minut.

Předem děkuji za Vaši pomoc.

Pohlaví

- muž
 žena

Zde prosím vepište kód, který si domluvíte se svým partnerem (např. 2567), abych dotazníky mohla následně po vyplnění spárovat. Děkuji

Věk

V jakém vztahu jste se svým současným partnerem/ partnerkou?

- Manželství
 Nejsme oddáni, ale žijeme spolu v jedné domácnosti
 Chodíme spolu, ale nežijeme v jedné domácnosti.

- 1) Nedělá mi problém vyjádřit své emoce slovy
- 2) Často mi dělá problém vidět věci očima druhých lidí.
- 3) Všeobecně jsem vysoce motivovaný typ člověka.
- 4) Obvykle mám těžkosti s regulováním svých emocí.
- 5) Všeobecně nepovažuji svůj život za radostný.
- 6) Umím dobře vycházet s lidmi.
- 7) Mám tendenci často měnit názor.
- 8) Častokrát je pro mne těžké rozpoznat, jakou emoci právě cítím.
- 9) Mám pocit, že mám mnoho dobrých vlastností.
- 10) Často mi přijde těžké hájit si svá práva.
- 11) Obvykle umím ovlivnit citění druhých lidí.
- 12) Celkově je můj úhel pohledu na většinu věcí pochmurný.
- 13) Moji blízcí si často stěžují, že se k nim nechovám správně.
- 14) Často mi přijde těžké přizpůsobovat svůj život tomu, co se aktuálně děje.
- 15) Všeobecně umím zvládat stres.
- 16) Často mám problém projevit náklonnost svým blízkým.
- 17) Za normálních okolností jsem si schopný/á představit sebe v kůži někoho jiného a (procítit) prožít jeho pocity.
- 18) Obvykle mám problém udržet si k něčemu motivaci.
- 19) Obvykle umím najít způsob, jak kontrolovat své emoce, když chci.
- 20) Celkově jsem se svým životem spokojený/á.
- 21) Popsal/a bych se jako dobrý vyjednávač.
- 22) Mám sklon dostat se do situací, ze kterých bych se potom nejraději dostal/a pryč.
- 23) Často se na chvíli zastavím a přemýšlím o svých pocitech.
- 24) Věřím, že mám mnoho silných stránek.
- 25) Mám tendenci vzdát se, i když vím, že jsem v právu.
- 26) Nejsem schopný/á měnit pocity druhých.
- 27) Všeobecně si myslím, že se věci v mém životě vydaří.
- 28) Je pro mě těžké vázat se, dokonce i na ty, kteří jsou mi blízcí.
- 29) Všeobecně jsem schopný přizpůsobit se novým situacím.
- 30) Druzí na mně oceňují moji uvolněnost.

Instrukce k druhé části:

V této části dotazníku se Vás budu ptát na to, jak vnímáte Váš partnerský vztah. Odpovědi, prosím, zaznamenávejte na stupnici od 1= úplně souhlasím po 5= vůbec nesouhlasím. Prosím odpovídejte pravdivě a upřímně.

1= úplně souhlasím 2=souhlasím 3=něco mezi 4=nesouhlasím 5=vůbec nesouhlasím

- 1) Velmi miluji svého partnera/partnerku.
- 2) Můj partner/partnerka je pro mě oporou.
- 3) Cítím, že svého partnera/ partnerku velmi potřebuji.
- 4) Můj současný vztah je unikátní a výjimečný v porovnání s mými partnerskými vztahy v minulosti.
- 5) S partnerem/ partnerkou se často hádáme.
- 6) Na partnera/ partnerku jsem často naštvaný.
- 7) Často svému partnerovi/partnerce za něco vynadám.
- 8) Mám často pocit, že bych byl/ byla raději bez svého partnera/partnerky.
- 9) Jsem si jistý/á, že chci v tomto vztahu pokračovat.
- 10) Cítím se být silou tlačeny/á do pokračování našeho vztahu.
- 11) Cítím se být zmatený/á s ohledem na mé city vůči partnerovi/partnerce.
- 12) Uvažuji nad tím, že by mi bylo lépe v jiném vztahu.
- 13) Odhaluji partnerovi/partnerce hluboké a důvěrné informace.
- 14) Trávíme s partnerem/ partnerkou mnoho času povídáním si o problémech mezi námi a snahou vyřešit tyto problémy.
- 15) Často s partnerem/partnerkou mluvíme o kvalitě našeho vztahu (např. jak je náš vztah dobrý, jestli jsem s ním spokojený/á, jak by se dal zlepšit atd.)
- 16) Často mluvím s partnerem/partnerkou o tom, co chci nebo potřebuji v rámci našeho vztahu.