

## K POJETÍ TĚSNÝCH INTERPERSONÁLNÍCH VZTAHŮ

IVAN SLAMĚNÍK, ZUZANA HURYCHOVÁ

---

Těsné vztahy naplňují potřebu afiliace a přispívají tak k psychické pohodě jedince. K těsným vztahům se řadí manželství či partnerství, přátelství a rodinné vztahy. Každý z nich má svá specifika, ale přesto je něco spojuje. V článku jsou diskutovány nejčastěji uváděné znaky charakterizující těsné vztahy jako vzájemná závislost, důvěra, závazek, intimita a princip sociální výměny, jejichž role se ovšem s trváním těsného vztahu může změnit.

**Klíčová slova:** těsný vztah, vzájemná závislost, intimita, závazek, důvěra

### Úvod

Problematika těsných interpersonálních vztahů poutá pozornost odborné i laické veřejnosti. Ze strany odborné veřejnosti je to snaha na základě četných studií stanovit znaky, které vystihují podstatu těsných vztahů. Při současném stavu poznání není ani tak problém v tom, které znaky to jsou, ale v jejich proměnlivé relevanci v závislosti na trvání a charakteru vztahu a často v jejich specifickém vzorci. Jiná složitost pramení z toho, že mnozí autoři se snaží vystavět teorii těsných vztahů na jednom univerzálně platném principu. Neklademe si za cíl v tomto rozsahem omezeném příspěvku podat vyčerpávající vymezení těsných vztahů, ale spíše formou přehledu poukázat na to, co vstupuje v „hlavních rolích“ do interpersonálních vztahů, které jsou označovány za těsné.

Člověk jako sociální bytost je vysoce závislý na interpersonálních vztazích. Základním předpokladem a charakteristikou interpersonálních vztahů je to, že dva lidé se alespoň občas ocitají v interakci a že tyto interakce zanechávají jistou „stopu“ v podobě např. příjemného nebo nepříjemného dojmu, ochoty či neochoty k novému setkání, porozumění či nepochopení druhému apod. Se zvyšující se frekvencí se může, ale nemusí, stupňovat vzájemné ovlivňování. Vztahem se myslí již ustanovená vazba mezi dvěma lidmi, která má své specifické vlastnosti a historii. Interakce je časově ohraničená sociální událost, která může proběhnout mezi náhodně se setkávajícími lidmi i v již trvajícím vztahu. Do některých interakcí a vztahů vstupujeme ochotni a rádi, jiným se nelze vyhnout, ačkoli nepřinášejí žádné potěšení.

Každý člověk má určitou síť sociálních vztahů, např. vztahy povrchní známosti, sousedské vztahy, kolegiální vztahy (na úrovni stejné pozice, ale také vůči nadřízeným či podřízeným), užší i širší rodinné vztahy, přátelské vztahy (založené na společných zájmech, víře, přesvědčeních, hodnotách apod.), partnerské či manželské vztahy. Každý z těchto

vztahů má pro člověka jistou důležitost a vyžaduje jisté investice. Přesto mají pro člověka, jeho psychické zdraví a pohodu, největší význam těsné vztahy.

**Těsnost** (closeness) vztahu lze charakterizovat interakcemi, jež se vyznačují vzájemnou péčí, odpovědností a důvěrou a v nichž je chování partnerů vzájemně vysoce závislé a s důsledky pro oba partnery. Vysoká závislost se vyznačuje korespondencí zájmů, kdy chování v interakci přináší prospěch oběma partnerům. S těsností významně pozitivně koreluje intenzita emočního prožívání partnerů a stupeň, ve kterém jsou emoce vzájemně projevovány.

Škála interpersonálních vztahů je velmi pestrá a široká. Nepředstavuje ovšem kontinuum, kdy hlavní znak – těsnost – narůstá od pomyslné minimální k maximální hodnotě, která by znamenala koncový bod kontinua, ale pokračuje na nové kvalitativní úrovni.

**Povrchní vztahy** nebo vztahy pouhé známosti se nevyznačují žádnou vzájemnou závislostí. Lidé se čas od času setkávají (spíše náhodně), konverzují zcela nezávazně, ze setkání jsou více či méně potěšeni, neplánují žádná setkání. Vzájemné znalosti se pohybují v rovině např. sociálního statusu, místa bydliště, profese. Některé vztahy pouhé známosti mohou přecházet v těsné vztahy různé dlouhého trvání. Vznikají otázky, jak se transformuje vztah povrchní známosti ve vzájemnou závislost, důvěru, intimitu, oporu, sdílení společných postojů a zájmů, emoční souznění (prožívání stejných či blízkých emocí v dané situaci); jinak řečeno, co tvoří strukturu těsných interpersonálních vztahů, jaká je jejich dynamika a případně jak lze zjišťovat či měřit těsnost vztahu. Přitom těsné vztahy (romantická láska, přátelství, některé rodinné vztahy, partnerství, manželství) mohou po jistou dobu vykazovat nárůst těsnosti, ale při případném následném rozvolnění se vztah nevrací na kontinuum na nižší stupeň, ale pokračuje na kvalitativně nové úrovni, kdy partneři „mohou žít vedle sebe“ při vědomí určitých závazků a předchozí intimity. Klesá vzájemná závislost, podpora, společně trávený čas. I v případě úplného rozpadu těsného vztahu, kdy se partneři vzájemně odcizí, ztratí vzájemnou závislost, nenaplňují vzájemná očekávání, nelze (alespoň po nějakou dobu) hovořit o návratu do bodu „nula“.

## **Těsné vztahy a vzájemná závislost**

V rozlišování jednotlivých druhů vztahů, i v tom, co je charakterizuje, panuje jistá nejednotnost. Harold H. Kelley (1979, 1986) původně zavedl pojem **osobní vztahy** (personal relationships), které chápal jako vztahy založené na vzájemné závislosti jedince k jiným osobám pro něj osobně významným, k lidem nejbližším. Pro vysvětlení jejich fungování do značné míry využíval teorii sociální výměny (Thibaut, Kelley, 1959), vycházející ze zisku či prospěchu, které tyto vztahy partnerům přinášejí. Pokračovatelem této tradice se stal především Steve Duck (viz např. Duck, 1982, 1997; Duck, Perlman, 1995), který připravil a realizoval rozsáhlý program výzkumu osobních vztahů.

Kelley při charakterizování osobních vztahů hovoří také o jejich těsnosti a právě tato charakteristika později vedla k vytlačení pojmu osobní vztahy a k zavedení dnes široce užívanému pojmu **těsné vztahy** (close relationships). Dokumentují to mnohé obsáhlé knižní publikace, např. Derlega (1984), Fletcher, Clark (2003), Fletcher, Fincham (1991), Harvey, Wenzel (2001), Hendrick (1989), Hendrick, Hendrick (2000), Mashek, Aron (2004). Naprostá většina autorů však i při charakterizování těsných vztahů pracuje s Kelleyem zavedenou vzájemnou závislostí jako jedním z podstatných znaků těchto vztahů.

**Vzájemná závislost** (Kelley, 1979; Kelley, Thibaut, 1978; Rusbult, Arriaga, Agnew, 2003; Rusbult et al., 2004; Výrost, 2008) vyjadřuje míru souladu v preferování společných potřeb a jejich uspokojování a s tím spojené pozitivní hodnocení vztahu provázené kladnými emocemi. Úroveň závislosti je dána tím, nakolik se partneři ovlivňují svým chováním, nakolik je naplněno jejich očekávání, nakolik se mohou spolehnout na pozitivní výsledky (zisky) v interakcích pro každého z nich, nakolik jsou výsledky pro ně příjemné či nepříjemné (např. sexuální uspokojení, pocit bezpečí, ochrany a podpory, názorová shoda a porozumění, emoční vřelost atd.). Partneři se dostávají do vzájemné závislosti, když si začínou uvědomovat společnou odpovědnost za vzájemnou psychickou pohodu, naplněnou investicemi do potřeb, zájmů a cílů partnera v dlouhodobější perspektivě, když usilují o vzájemné porozumění a pomoc při řešení problémů druhého. Pro vzájemnou závislost je příznačné, že se partneři neostýchají vyjádřit své cíle a potřeby a navozovat situace, které potenciálně mohou vést k jejich dosažení a uspokojení.

Vzájemná závislost se projevuje také změnami chování s ohledem na prožívání a chování druhého, což např. Berscheid a Ammazalorso (2003) považují za stupeň vysoké závislosti typický pro těsné vztahy. Znalost chování partnera za určitých podmínek umožňuje jedinci regulovat vlastní chování takovým způsobem, aby chránil vztah před možnými újmami a zachoval jeho stabilitu, případně zvyšoval pohodu ze vzájemných interakcí. Vzájemná závislost vyjadřuje sílu vlivu interagujících lidí projevující se ve vzájemné preferenci chování přínášejícím oběma stranám užitek, psychickou pohodu a zároveň prohlubuje závazek mezi partnery.

## **Závazek, důvěra, intimita**

Se vzájemnou závislostí v těsných vztazích stoupá role **závazku**, který představuje dlouhodobou orientaci na zájmy a potřeby partnera s tendencí vztah zachovat, případně rozvíjet. Rusbult, Arriaga a Agnew (2003) uvádějí, že je tomu tak tehdy, když partneři ve vztahu prožívají vysokou míru uspokojení, když nemají jiné alternativy uspokojení důležitých potřeb a když oboustranně vysoce investují do vztahu. Vysoce rozvinutý závazek brání podlehnutí svůdným alternativám a naopak vede k ochotě obětovat se pro druhého. Ustoupení od svých vlastních zájmů obvykle zvyšuje uspokojení partnera, posiluje těsnost vztahu a může být opětovně posílením důvěry v obětujícího se partnera. Závazek je tak považován za jeden z prostředků zachovávajících dlouhodobě těsné vztahy i v případě jejich ohrožení a nejistoty.

Holmes, Rempel (1989) a Rempel, Holmes, Zanna (1985) vymezují **důvěru** jako očekávání partnera, že se může spolehnout na chování druhého v prospěch vztahu a odpovědnost za uspokojení jeho potřeb. Důvěra v těsných vztazích podle těchto autorů zahrnuje přesvědčení, že chování partnera je konzistentní, že ho lze považovat za upřímného a spolehlivého a že je ochoten pečovat a starat se o druhého. Se vzrůstající důvěrou se zvyšuje vzájemná závislost a těsnost vztahu.

Šířeji chápaná důvěra znamená spolehnutí se na partnera, zejména v složitých či kritických situacích (beze strachu, že druhý zklame, že mu nebude pomoci, že nebude pochopen), ale také ve smyslu důvěryhodnosti při sdělování osobně citlivých informací, že nebudou zneužity nebo považovány za slabost druhého a že se nestanou prostředkem případného vydírání, ale že přispějí k pochopení jedince. Stejně tak je tomu s ochotou

vyjádřit skutečně prožívané emoce. V tomto širším pojetí se důvěra částečně překrývá s intimitou a závazkem.

**Intimita** je považována mnoha autory za podstatný znak těsných vztahů, i když její role se může měnit s narůstající délkou vztahu. K nejčastěji uváděným a k nejtypičtějším znakům intimity patří, že je překročením hranice, za kterou se nacházejí výsostné, tj. privátní zóny jedince, že je vlastně sebeodhalováním, že vyjadřuje nejhlubší emoce jiné osobě a že je synonymem blízkosti dvou lidí (Výrost, 2008). Má se tím na mysli, že se zvyšující se intimitou klesá fyzická vzdálenost až k tělesným kontaktům, ale také psychologické přiblížování, kdy oproti běžným vztahům známosti v intimních vztazích nechávají lidé proniknout partnery za hranice běžných, často hraných projevů a vyjevují své skutečné názory, přesvědčení, emoce.

Simpson, Fletcher, Campbell (2003) považují intimitu (spolu se závazkem) za svrchovaný znak těsných interpersonálních vztahů. Reis (Gable, Reis, 2001; Reis, 1990; Reis, Patrick, 1996; Reis, Shaver, 1988) vymezuje intimitu především jako proces stupňování vzájemného sebeodhalování, ve kterém jedinci pociťují vzájemné sebetvrdování, pochopení a starost o druhého, vyjadřují podstatné vlastní pocity a informace o sobě druhé osobě; výsledkem je pocit známosti a blízkosti partnerů. Sternberg (1986, 1988) považuje intimitu za jednu z komponent své trojúhelníkové teorie lásky (spolu s vášní a závazkem). Podle něj intimita vyjadřuje pocit blízkosti, spojení, pouta, ale také prožívání štěstí s milovanou osobou, vzájemné porozumění a ohleduplnost, poskytování si emoční podpory a ocenění, intimní komunikaci. Sternberg intimitu šířeji považuje za podstatnou komponentu mnoha vztahů, nejen milostných, ale také např. přátelských či vztahů mezi rodiči a dětmi.

Intimita je interaktivní proces, který začíná tehdy, když jedinec vyjádří o sobě samém relevantní pocity, mínění a osobní informace jiné osobě. Sebevýjádření může být verbální nebo neverbální, implicitní nebo explicitní, významové nebo behaviorální; všechna tato sdělení zároveň vyjadřují emoce druhé osobě. Následující krok v tomto procesu závisí na partnerově reakci. Odpovědi vnímané jako podporující a akceptující facilitují vývoj intimity, zatímco nevhodné, bez zájmu nebo odmítavé odpovědi intimitu snižují. Odpovědi partnera, které jsou posuzovány jako rozumějící, potvrzující a pečující s velkou pravděpodobností budou podporovat intimitu (Reis, 1990). Rozumění odkazuje k přesvědčení, že partner považuje fakta za pravdivá a důležitá pro ustanovení a sdělení informační platformy. Jestliže jsou partnerem sdělovaná fakta posuzována jako zavádějící nebo nepodstatná, pak je vzájemné porozumění značně ztíženo. Potvrzení se vztahuje k ocenění schopností, přesvědčení, hodnot a životních okolností. Péče a starostlivost o druhého tvoří jádro uspokojivého a bezpečného vztahu a dává najevo odpovědnost vůči partnerovi (Reis, Shaver, 1988).

Intimita se většinou prohlubuje s trváním vztahu. Napomáhá tomu povídání o zájmech, postojích, společenských událostech, hudbě, literatuře apod., pokud se v těchto rozpravách sblíží stanoviska. Vztah obvykle začíná povrchním sdělováním informací o sobě, které se s narůstající délkou vztahu prohlubuje. Sebeodhalování se zvyšuje, když lidé pociťují vzájemnou důvěru, že sdělené informace nebudou zneužity. Při vzájemném porozumění získává člověk odvahu sdělovat svá nejhlubší přesvědčení, ale také události osobního života. Zároveň tyto rozpravy mohou vést k hlubšímu vzájemnému poznání.

Pokud se partneri vzájemně odměňují akceptací sebeodhalování, pak se vztah prohlubuje a stává se těsnějším, partneri zvyšují sebeodhalující informace o sobě. Intimní vztah

se tak vyznačuje sebeodhalováním v celé šíři a hloubce. Intimní sebeodhalování zahrnuje verbální komunikaci, ale také společně sdílené prožitky. Nedostatek intimity v partnerských vztazích je prožíván negativně, zejména pokud projevy intimity nejsou opětovány. Na počátku vztahu to může být způsobeno nedůvěrou a obavou ze zneužití intimních informací, v trvajícím vztahu může být omezování intimity předzvěstí snížení těsnosti vztahu, případně až jeho rozpadu.

Výsledky interakcí lze poměřovat korespondencí psychické pohody/nepohody, jež přináší partnerům. Určitá aktivita jednoho z partnerů může přinášet jemu uspokojení, ale nemusí být takto posuzována druhou stranou. Vzájemná závislost se projevuje plánováním společných aktivit. Při vzájemné znalosti partnerů se aktivity zaměřují na to, co oběma přináší radost a potěšení. Společně vykonávané činnosti v tomto případě přinášejí oboustranné uspokojení. Interakce ovšem nemusejí probíhat tak ideálně, aby jejich výsledky pozitivně působily na psychickou pohodu obou partnerů. Korespondence výsledků tak může kolísat i v těsných vztazích.

Kelley, Thibaut (1978) a Rusbult, Arriaga, Agnew (2003) zvažují závislost z hlediska usilování o naplnění vlastních zájmů. Výsledky interakcí se mohou pohybovat od úsilí o maximální vlastní prospěch k několika alternativním orientacím. K orientaci vztahu na maximální společné výsledky nebo k maximalizaci partnerových zájmů, ale mohou mít také podobu minimalizování partnerových zájmů nebo zvětšování rozdílu mezi vlastními a partnerovými zájmy. Z hlediska kooperace, resp. kompetice může mít vztah také podobu „oko za oko, zub za zub“ (tit-for-tat, Axelrod, 1984), tj. odpověď partnera se odvíjí od předchozího chování druhé strany, což může vést jak ke stupňování spolupráce, tak ke stupňování soupeření a konfliktů. Je ovšem zřejmé, že v případě převahy konfliktních, bouřlivých, soupeřivých, bezohledných interakcí nelze hovořit o vzájemné závislosti; pak už jde spíše o zisky za jakoukoli cenu.

Vzájemná závislost může přetrvávat, i když nepřináší příliš uspokojivé výsledky. Je tomu tak např. tehdy, když náklady spojené s ukončením jednoho vztahu a navázáním vztahu nového by byly příliš vysoké. Vzájemná znalost a určitá stereotypnost interakcí je pohodlnější (obzvláště není-li k dispozici alternativní vztah ve smyslu atraktivnějšího partnera – viz Thibaut, Kelley, 1959) než ukončení vztahu. Proto lidé raději volí aktivity, které přinejmenším vztah udržují, jsou ochotni k určitému obětování svých vlastních zisků, vyhýbají se konfliktům a mění případně své názory, aby vztah udrželi. Tyto tendence zesilují tehdy, když vztah je ohrožen možnou lepší alternativou jednoho z partnerů, což obvykle vyvolává strach z rozpadu vztahu, případně žárlivost.

## **Vzájemná závislost a teorie sociální výměny**

Vzájemná závislost je úzce provázaná s **teorií sociální výměny**, kterou v psychologii rozpracovali Thibaut a Kelley (1959) a jež se objevuje ve všech významných koncepcích interpersonálních vztahů. Základním principem je maximalizovat zisk a minimalizovat náklady. Tento tzv. princip minimaxu ovšem platí spíše pro méně těsné vztahy, ale jen v omezené míře pro dlouhodobé těsné vztahy. Na rozdíl od Thibauta a Kelleyho (1959) a jejich teorie sociální výměny se domníváme, že pokud se mezi partnery rozvine vzájemná závislost, pak spíše než na základě vkladů a zisků funguje vztah na základě normy sociální odpovědnosti či závazku. Vysoce rozvinutá vzájemná závislost se projevuje při

ohrožení druhého silně negativními emocemi – strachem, obavami, úzkostí a bez ohledu na výši nákladů snahou pomoci druhému řešit jeho svízelnou situaci.

Široce chápáná sociální výměna má přesto v různých typech interpersonálních vztahů podstatnou roli. Směna může mít charakter psychologický i materiální. Foa a Foa (1974; viz též Výrost, 2008) např. uvádějí, že předmětem výměny může být láska (partneři si vyznávají hluboké emoce přitažlivosti a náklonnosti), status (uznání sociálního postavení), informace (otevřené sdělování i důvěrných informací o sobě samých), peníze (finanční podpora), zboží (ve smyslu obdarovávání) a služby (vykonání pracovních činností za druhého). V psychologickém smyslu mají nejvyšší hodnotu výměna lásky, uznání, úcty, podpory, obdivu, pochvaly, projevů sympatie, které mohou být vyjádřeny verbálně i neverbálně (mimikou, gesty, objetím apod.). Toto kladné ocenění uspokojuje potřebu uznání každého člověka a podle Homanse (1961, 1974) vede k tendenci opakovat chování, které vyvolává (obecně) pozitivní sociální odezvu. Zároveň nedocenění, ignorace, ponižování, zesměšňování, neucta vede k vyhýbání se takovým interakcím.

Investice do vztahu, byť i při nízkých ziscích, ale se zárukou jisté stability vztahu a při neexistenci lepší alternativy, se projevuje tendencí k setrvání ve vztahu. Investovaný čas, emoce, mnohdy změna bydliště a zaměstnání, finanční prostředky, majetek, společně prožité situace radosti i zvládnání a odolávání až ohrožujícím okolnostem jednoho z partnerů nebo vztahu jako takového působí k jeho zachování, protože lidé neradi obětují jednou vynaložené investice a většinou si uvědomují složitost, náročnost a zdoluhavost investování do vztahu nového.

## Obsazení druhého ve vlastním já

Těsné vztahy se vyznačují také tím, že každý z partnerů ve svém já v určité míře **obsahuje já druhého**, přičemž může jít o ne zcela uvědomovaný jev. „Vlastnění“ části druhého může spočívat v přejímání jeho znalostí, úspěchů, sociálního postavení, majetku, identity. Právě tím se zřetelně odlišuje blízká osoba od jiných osob v síti sociálních vztahů (Aron, Aron, Smollan, 1992; Aron, Aron, Norman, 2003; Aron, Mashek, Aron, 2004). Vnímání sebe sama s částečně obsazeným já druhého se stává zdrojem facilitace dosahování společných cílů. Potřeby druhého se stávají potřebami vlastními a stejně tak je tomu v oboustranně těsném vztahu u partnera. Klíčovou roli tu má empatie, která zprostředkovává vztah mezi vnímáním potřeby druhého a poskytnutím mu pomoci. Vcítění se do pocitů druhého v tomto případě znamená, že pocity druhého jsou moje pocity, jeho potřeby jsou moje potřeby (Aron, Aron, Norman, 2003). Například pomoc či ubližování druhému je v určité míře chápána jako pomoc či ublížení sobě samému, zisk nebo ztráta partnera v těsném vztahu je ohodnocena a prožívána jako vlastní. Tyto recipročně probíhající procesy posilují těsnost vztahu a prožívání druhého v sobě samém.

Obsazení druhého ve vlastním já znamená, že úspěchy i neúspěchy druhého jsou prožívány jako vlastní. S rozsahem zastoupení jiné osoby stoupá prožívání odměn (nesobecky, přejicně) i selhání (s opravdovou lítostí a smutkem) druhého, obzvláště pokud jde o oblasti pro druhého důležité. Jedinci v těsných vztazích se zastoupením já druhého se naučí dívat na svět profese nebo zájmů druhého zcela zasvěceným pohledem; partnerky a manželky např. fotbalistů či hokejistů se naučí rozumět pravidlům těchto her, posoudit



výkon, úspěchy či neúspěchy mužstva a jejich rivalů, ačkoli většinou do seznámení se svými partnery neměly ani tušení o podstatě těchto sportů.

Aron, Mashek, Aron (2004) vysvětlují vzájemné obsažení já druhého ve vlastním já v těsném vztahu vyšší důvěrností a podobností, což by mohlo být dáno větším množstvím společně stráveného času a společnými aktivitami. Tyto znaky se ale mohou vyskytovat třeba i u kolegiálních vztahů na pracovišti a nemusí jít o těsné vztahy. Podstatné zřejmě je to, když jeden nahlíží druhého z jeho perspektivy, jeho očima, jeho identitou a prožívá události stejným nebo podobným způsobem jako by se týkaly jeho samotného. Podobné zkušenosti (získané při společně tráveném čase) mohou sblížovat pohled na svět; pak je zřejmé prolnutí mého já s já druhého v těsném vztahu, vytvoření jakési společné reprezentace já partnerů ve vztahu. Přesto ale mohou na některé události existovat odlišné názory a pak je lépe se těmito tématům vyhnout, je-li oboustranný zájem o udržení a zachování vztahu. Partneri si obvykle vytvoří pravidla či normy, jak se budou v určitých situacích vzájemně k sobě, případně i vůči jiným, chovat.

Základem těsných vztahů, které vznikají mezi partnery, manžely, rodiči a dětmi, přáteli stejného i opačného pohlaví, je zřejmě sympatie, vztah mít rád či emoce lásky. Jejich vznik je založen na prohlubující se důvěře, intimitě, porozumění, vzájemné závislosti, společných postojích, společně prožívaných emocích, zvycích, jako je příprava jídla, stolování, nakupování, společné sledování oblíbených televizních pořadů, přijímání návštěv, společné udržování a zvelebování domácnosti apod.

## Symetrie a asymetrie těsných vztahů

Ideální závislost vykazuje rovnocenné ovlivňování psychické pohody obou partnerů. Symetrie tohoto vztahu je ovšem málokdy dokonalá, většinou jeden z partnerů vykazuje větší závislost a očekávání při uspokojování vlastních potřeb a zájmů od chování partnera. V heterosexuálních vztazích může být tato „vychýlenost“ rovnosti dána socioekonomickým statutem jednoho z partnerů, některými morálními prohřešky či jiným selháním v minulosti provázeném pocitem viny. Tento stav může nabýt až podobu jistého zneužívání více závislého partnera (např. vznášením různých požadavků). Méně závislý, mocnější partner má tendenci vykazovat větší kontrolu nad rozhodnutími, zatímco více závislý partner má větší tendenci vykazovat péči, nést náklady vložené do vztahu a obětovat se a je více ochotný zřeknout se vlastního prospěchu. Strach ze ztráty partnera a rozpadu vztahu prohlubuje submisivní roli a v žádném případě nepřispívá k pozitivní emoční bilanci vztahu. Rozdílná závislost může způsobovat ovládání až manipulování s partnerem méně přispívajícím k vzájemnému uspokojování potřeb a pozitivní emoční bilanci vztahu. Narušení reciprocit se navíc negativně odráží v důvěře k „mocnějšímu“ partnerovi a podezírání, že své potřeby uspokojuje v jiném vztahu.

U těsných vztahů se zdůrazňuje vzájemná závislost partnerů trvající delší dobu a vyznačující se častým silným vzájemným ovlivňováním prostřednictvím rozmanitých aktivit (např. Berscheid, Ammazalorso, 2003; Berscheid, Snyder, Omoto, 1989, 2004). Předpokládá se, že tato závislost se projevuje rovnocenně. Přesto existuje asymetrie v těsném vztahu rodič-dítě, kdy vzájemná závislost je více ovlivňována aktivitami matky a otce. Již Fromm (1956/1996) upozorňuje na to, že ve vztahu **rodič–dítě** převažuje jednostranná závislost dítěte na péči a starostlivosti rodičů, kterou ve svém pojetí druhů lásky označuje

za nerovnou (v protikladu k rovné bratrské a erotické lásce). Malé dítě nemusí lásku získávat, stačí, že je, že existuje. Podle Fromma poskytovaná péče a bezpečí krystalizuje u dítěte v pocit, že je milováno. Vzájemná závislost ve vztahu rodič-dítě má tedy své specifikum v tom, že rozhodující aktivity vycházejí od rodičů, ale pokud by dítě na ně nereagovalo pocitem spokojenosti, nebylo by možné tento vztah označit za vzájemně závislý.

Rovněž **manželství**, které se řadí k těsným vztahům, vykazuje jistá specifika z pohledu vzájemné závislosti. V manželství (stejně jako v partnerském vztahu) se předpokládá rovnocenné ovlivňování dvou jedinců po psychické stránce, ale manželství jako úředně stvrzený svazek má závaznější právní důsledky. Nejen, že zavazuje manžele ke společnému úsilí o rozvíjení mnohostranně uspokojujícího svazku, ale také o spravování majetku, hospodaření s penězi a rozhodování o významných událostech. Právě případný větší majetkový či finanční vklad do manželství ať už mužem či ženou může vést k větší submisivitě a závislosti na tom, kdo do vztahu hmotně více vložil. Partnerské soužití, třeba i dlouhodobé, může sice poznamenat stejný jev, ale případný rozpad vztahu nebude mít právní důsledky ve smyslu majetkového vyrovnání jako v případě manželství.

Naproti tomu **přátelství** je těsný vztah, který může vznikat mezi stejným i opačným pohlavím, má asexuální charakter a vzájemná závislost krystalizuje na základě sympatie přecházející ve vztah mít rád a přinášející potěšení ze společných aktivit. Investice do vztahu spočívají prioritně ve společně tráveném čase, přičemž mohou být provázeny jistými hmotnými prostředky, jež slouží jako nástroj umocňující společné prožívání různých aktivit, ale nesloží k budování hmotně podloženého vztahu, jako je tomu u partnersství nebo manželství. U jedinců žijících osamoceně plní přátelské vztahy potřebu intimity, porozumění, opory, pomoci. Přátelské vztahy existující paralelně s partnerským či manželským vztahem mají často tytéž funkce, kdy zejména intimita může dosáhnout vysoké míry ve smyslu potřeby sdělovat důvěrnosti, které nemusí znát partner, ale stejně tak mohou mít limity, které naopak (třeba i výběrově) nedovolují sdělovat intimnosti, jež náležejí jedincům v partnerském či manželském vztahu. Vzájemná závislost je u přátelství založena na společných aktivitách, které oběma stranám přinášejí uspokojení a na přibližně rovnocenných vkladech a ziscích. Přátelství může trvat po celý život, ale s věkem se mění předměty společného zájmu.

## **Proměny těsných vztahů v čase**

Složitá je otázka trvání těsného vztahu. Na jedné straně navázání těsného vztahu vyžaduje určitý čas, na druhé straně vztah sám o sobě může přetrvávat delší dobu a vyznačovat se intimitou a závazkem, ale mohou se vytratit takové charakteristiky jako vzájemná závislost, vzájemné ovlivňování a podpora, množství společně tráveného času a společných aktivit. Narůstající délka trvání vztahu tak nemusí znamenat zvyšování těsnosti vztahu. Výjimkou by mohly být (ale nemusí) rodinné vztahy. Vzhledem k rozmanitosti sdílených a prožívaných aktivit v poměrně úzkém rodinném prostředí lze očekávat, že s narůstajícím časem se může prohlubovat těsnost vztahu mezi rodiči a dětmi. Avšak i tato narůstající těsnost vztahu skončí s osamostatněním potomků, přičemž v některých případech tato úroveň zůstává zachována, v jiných začne klesat v důsledku snižující se frekvence interakcí.

Těsné vztahy naplňují potřebu afiliace. V případě ztráty partnera v dlouhodobém těsném vztahu (opuštění vztahu z různých důvodů, případně smrt jednoho z nich) prožívá



opuštěný partner silně negativně, přičemž intenzita těchto emocí stoupá s mírou těsnosti vztahu a délkou jeho trvání. Taková zásadní změna životních podmínek ohrožuje psychické zdraví jedince. Vyrovnaní se se ztrátou blízkého člověka je dlouhodobé, urychlit jej může navázání nového těsného vztahu, který bude naplňovat očekávání a uspokojovat potřeby jedince. Baumeister a Leary (1995) však upozorňují na to, že utváření nového vztahu vyžaduje čas, hlavně pro postupné narůstání intimity, závazku a společné prožitky.

Každý vztah je založen na mnoha očekáváních, které mají partneři navzájem o způsobech chování. Tato očekávání umožňují koordinovat aktivity tak, aby jim oběma přinášely potěšení a zisky ve smyslu psychické pohody. Pokud jsou očekávání opakovaně potvrzována, interakce probíhají příjemně. Přizpůsobení se a obětování svých zájmů v prospěch naplnění zájmů partnera, ochota opustit vlastní záměry a umožnit tak dosažení cílů partnera (např. mám práci, ale partner chce víkend strávit rekreačním sportem) je posilujícím prvkem těsných vztahů. Je však zřejmé, že při podobných „ústupcích“ musí platit reciprocity. V tom případě se posiluje závazek mezi partnery.

Člověk může mít více těsných vztahů. Určité obecnější charakteristiky budou platit pro každý z nich, ale jejich specifikum je dáno odlišnou historií společných zážitků, odlišnými spojujícími zájmy či potřebami, snahou o dosažení nějakého cíle, specifickými zvyky provázenými specifickými emočními reakcemi, jedinečným způsobem nahlížení určitých událostí, jedinečným způsobem kooperace, ale také třeba místně obvyklými tradicemi a zvyky apod. Tyto jedinečné prožitky, mající často charakter tajemství dvou zúčastněných lidí, vytvářejí a přispívají k intenzitě a důvěře partnerů v těsném vztahu.

V literatuře lze najít mnoho různých znaků těsných vztahů: vzájemná závislost, důvěra, závazek, intimita a s ní spojené další jevy, obsažení já druhého ve vlastním já, sdílení společných postojů, zájmů a potřeb, emoční souznění, opora, společné zvyky, specifická komunikace, očekávání a uspokojení ze vztahu, sebeobětování, společně vykonávané aktivity a další.

Stanovit univerzálně platné znaky typické pro těsné vztahy a určit hranici, který vztah ještě není těsný a který už lze označit za těsný, je velmi problematické. Mnohé znaky se mohly vyskytnout či stále se vyskytují v trvajícím vztahu, ale s časem mohou vymizet nebo se změnit jejich dominance. To se týká zejména partnerských a manželských vztahů, u kterých s postupem času může vyprchat uspokojení, ale dál fungují na základě závazku, vložených investic, jisté důvěry v partnera, na základě intimity atd. U přátelských vztahů bude dominovat spíše uspokojení, přičemž nemusí výrazně narůstat objem investic, ale nosným pro udržení a rozvíjení vztahu může být třeba stoupající intimita.

---

## LITERATURA

- ARON, A., ARON, E. N., NORMAN CH. (2003). Self-expansion model of motivation and cognition in close relationships. In G. J. O. Fletcher, M. S. Clark (Eds.), *Blackwell handbook of social psychology: Interpersonal processes* (478–501). Malden, MA: Blackwell Publishers.
- ARON, A., ARON, E. N., SMOLLAN, D. (1992). Inclusion of other in the self scale and the structure of interpersonal closeness. *Journal of Personality and Social Psychology*, 63, 596–612.
- ARON, A., MASHEK, D. J., ARON, E. N. (2004). Closeness as including other in the self. In D. J. Mashek, A. Aron (Eds.), *Handbook of closeness and intimacy* (27–41). Mahwah, NJ: Lawrence Erlbaum Associates.
- AXELROD, R. (1984). *The evolution of cooperation*. New York: Basic Books.

- BAUMEISTER, R. F., LEARY, M. R. (1995). The need to belong: Desire for interpersonal attachment as a fundamental human motivation. *Psychological Bulletin*, 117, 497–529.
- BERSCHEID, E., AMMAZZALORSO, H. (2003). Emotional experience in close relationships. In G. J. O. Fletcher, M. S. Clark (Eds.), *Blackwell handbook of social psychology: Interpersonal processes* (308–330). Malden, MA: Blackwell Publishing.
- BERSCHEID, E., SNYDER, M., OMOTE, A. M. (1989). The relationship closeness inventory: Assessing the closeness of interpersonal relationships. *Journal of Personality and Social Psychology*, 57, 792–807.
- BERSCHEID, E., SNYDER, M., OMOTE, A. M. (2004). Measuring closeness: The relationship closeness inventory (RCI). Revisited. In D. J. Mashek, A. Aron (Eds.), *Handbook of closeness and intimacy* (81–101). Mahwah: Lawrence Erlbaum Associates.
- DERLEGA, V. J. (Ed.) (1984). *Communication, intimacy, and close relationships*. New York: Academic Press.
- DUCK, S. W. (Ed.) (1982). *Personal relationships 4: Dissolving personal relationships*. London: Academic Press.
- DUCK, S. W. (Ed.) (1997). *Handbook of personal relationships. Theory, research and interventions*, 2<sup>nd</sup> ed. Chichester: John Wiley and Sons.
- DUCK, S. W., PERLMAN, D. (1995). *Understanding personal relationships: An interdisciplinary approach*. Beverly Hills: Sage.
- FLETCHER, G. J. O., CLARK, M. (Eds.) (2003). *Blackwell handbook of social psychology. Interpersonal processes*. Malden, MA: Blackwell Publishing.
- FLETCHER, G. J. O., FINCHAM, F. D. (Eds.) (1991). *Cognition in close relationships*. Hillsdale: Erlbaum.
- FOA, U. G., FOA, E. B. (1974). *Societal structures of the mind*. Springfield: Thomas.
- FROMM, E. (1956). *The art of loving*. New York: Harper and Row Publishers. čes. Umění milovat. Praha: Simon and Simon Publisher 1996.
- GABLE, S. L., REIS, H. T. (2001). Appetitive and aversive social interaction. In J. Harvey, A. Wenzel (Eds.), *Close romantic relationships. Maintenance and Enhancement*. New York: Lawrence Erlbaum Associates.
- HARVEY, J., WENZEL, A. (Eds.) (Eds.), *Close romantic relationships. Maintenance and Enhancement*. New York: Lawrence Erlbaum Associates.
- HENDRICK, C. (Ed.) (1989). *Close relationships, Vol. 10: Review of Personality and Social Psychology*. Newbury Park: Sage.
- HENDRICK, S., HENDRICK, C. (Eds.) (2000). *Close relationships*. Thousand Oaks: Sage.
- HOLMES, J. G., REMPEL, J. K. (1989). Trust in close relationships. In C. Hendrick (Ed.), *Review of Personality and Social Psychology* (Vol. 10, 187–220). London: Sage.
- HOMANS, G. C. (1961). *Social behavior: Its elementary forms*. New York: Harcourt, Brace and World.
- HOMANS, G. C. (1974). *Social behavior: Its elementary forms*, rev. ed. New York: Harcourt, Brace and World.
- KELLEY, H. H. (1979). *Personal relationship: Their structures and processes*. Hillsdale: Lawrence Erlbaum.
- KELLEY, H. H. (1986). Personal relationships: Their nature and significance. In R. Gilmour, S. Duck (Eds.), *The emerging field of personal relationships* (3–19). Lawrence Erlbaum: Hillsdale.
- KELLEY, H. H., THIBAUT, J. W. (1978). *Interpersonal relations: A theory of interdependence*. New York: Wiley.
- MASHEK, D. J., ARON, A. (Eds.) (2004). *Handbook of closeness and intimacy*. Mahwah: Lawrence Erlbaum Associates.
- REIS, H. T. (1990). The role of intimacy in interpersonal relations. *Journal of Social and Clinical Psychology*, 9, 15–30.
- REIS, H. T., SHAVER, P. (1988). Intimacy as an interpersonal process. In S. W. Duck (Ed.), *Handbook of personal relationships: Theory, research, and interventions* (367–389). Chichester: Wiley.
- REMPEL, J. K., HOLMES, J. G., ZANNA, M. P. (1985). Trust in close relationships. *Journal of Personality and Social Psychology*, 49, 95–112.
- RUSBULT, C. E., ARRIAGA, X. B., AGNEW, CH. R. (2003). Interdependence in close relationships. In G. J. O Fletcher, M. Clark (Eds.), *Blackwell handbook of social psychology. Interpersonal processes* (359–387). Malden, MA: Blackwell Publishing.
- RUSBULT, C. E., KUMASHIRO, M., COOLSEN, M. K., KIRCHNER, J. L. (2004). Interdependence, closeness, and relationships. In D. J. Mashek, A. Aron (Eds.), *Handbook of closeness and intimacy* (137–161). Mahwah, NJ: Lawrence Erlbaum Associates, Publishers.
- SIMPSON, J. A., FLETCHER, G. J. O., CAMPBELL, L. (2003). The structure and function of ideal standards in close relationships. In G. J. O. Fletcher, M. S. Clark (Eds.), *Blackwell handbook of social psychology: Interpersonal processes* (86–106). Malden, MA: Blackwell Publishing.

- STERNBERG, R. J. (1986). A triangular theory of love. *Psychological Review*, 93, 119–135.
- STERNBERG, R. J. (1988). *The triangle of love*. New York: Basic Books.
- THIBAUT, J. W., KELLEY, H. H. (1959). *The social psychology of groups*. New York: Wiley.
- VÝROST, J. (2008). Osobní vztahy. In J. Výrost, I. Slaměník (Eds.), *Sociální psychologie*, 2. vyd. (233–248). Praha: Grada Publishing.

## TO THE CONCEPT OF CLOSE INTERPERSONAL RELATIONSHIPS

I. SLAMĚNÍK, Z. HURYCHOVÁ

### ABSTRACT

Close relationships fulfil the need for affiliation and this way they contribute to a psychological well-being of the individual. Into the close relationships we count marriage or partnership, friendship and family relationships. Each of them has its own specifics, but at the same time they have something in common. In the article we discuss the most frequently featured characteristics of close relationships, as interdependency, trust, commitment, intimacy and principle of social exchange. Their role can change with the continuation of the close relationship.

**Key words:** Close relationship, interdependency, intimacy, commitment, trust

## ZUR ERFASSUNG ENGER INTERPERSONELLEN VERHÄLTNISSE

I. SLAMĚNÍK, Z. HURYCHOVÁ

### ABSTRAKT

Enge Beziehungen entsprechen dem Bedürfnis nach Affiliation und tragen dem psychischen Wohlbefinden des Einzelnen bei. Zu engen Beziehungen zählen wir die Ehe oder Partnerschaft, Freundschaft und familiäre Beziehungen. Jede hat ihre eigenen Besonderheiten, aber einige Dinge sind gemeinsam. Der Artikel diskutiert die am häufigsten berichteten Merkmale der engen Beziehungen, wie Abhängigkeit, Vertrauen, Engagement, Intimität und Prinzip des sozialen Austauschs, dessen Rolle sich aber mit der fortsetzenden engen Beziehung ändern kann.

**Schlüsselwörter:** Enge Beziehung, Abhängigkeit, Intimität, Verpflichtung, Vertrauen

*PhDr. Ivan Slaměník, CSc., PhDr. Zuzana Hurychová, Katedra psychologie Filozofické fakulty Univerzity Karlovy*

*Text vznikl za podpory projektu realizovaného v rámci VZ MŠMT 00 21620841.*