

**UNIVERZITA KARLOVA V PRAZE**  
**FAKULTA HUMANITNÍCH STUDIÍ**



Bakalářská práce

**ŽÁRLIVOST V POLYAMORNÍCH  
VZTAZÍCH**

Kateřina Stará

Vedoucí práce: Mgr. Klára Bártová, Ph.D.

Praha 2022

**ČESTNÉ PROHLÁŠENÍ:**

Prohlašuji, že jsem práci vypracoval/a samostatně. Všechny použité prameny a literatura byly řádně citovány. Práce nebyla využita k získání jiného nebo stejného titulu. Toto prohlášení a souhlas budou signovány vlastnoručním podpisem

V Praze dne: .....

Podpis:

## **PODĚKOVÁNÍ**

Na tomto místě bych velmi ráda poděkovala vedoucí své práce, Mgr. Kláře Bártové, Ph. D. za její přátelský přístup, cenné rady a neskonalou ochotu v průběhu celého procesu tvorby mé bakalářské práce.

## ABSTRAKT

Polyamorie je jednou z forem konsensuální nemonogamie a jedná se o vztahové uspořádání, které je tvořeno více než dvěma osobami a všichni zúčastnění si toho jsou vědomi a souhlasí s tím. Žárlivost je podle evoluční teorie vyvinutou adaptací, která se projeví ve chvíli, kdy je jedincův vztah ohrožen, a slouží jako motivační mechanismus, jenž má partnera odradit od nevěry. Dosavadní zkoumání žárlivosti ukázalo, že v heterosexuálních párech je častější, že muži pociťují sexuální a ženy emoční žárlivost. Výzkumy zaměřené na žárlivost v homosexuálních párech naznačují něco jiného, a to že homosexuální ženy pociťují spíše sexuální, zatímco muži emoční žárlivost. To je pravděpodobně ovlivněno tím, že typ žárlivosti nezávisí na pohlaví jedince, který žárlí, ale na pohlaví toho partnera, vůči kterému je žárlivost pociťována, případně na pohlaví rivala. Z dosavadních studií vyplývá, že u polyamorních jedinců je žárlivost často vyvolána nikoliv pouhou přítomností možného rivala, ale spíše nejistotou nebo zmatením rolí ve vztahovém uspořádání. Častým jevem, který je označován za opak žárlivosti, je komperze, radost z toho, že je partner šťastný s třetí osobou. Cílem kvalitativního výzkumu bylo poznat zkušenost polyamorních jedinců se žárlivostí a porovnat ji se žárlivostí zakoušenou v dřívějším monogamním vztahu. Výzkumu se celkem zúčastnili tři muži (průměrný věk 33,6 let) a tři ženy (průměrný věk 28,3 let). Informace byly od participantů získány prostřednictvím polostrukturovaných rozhovorů, jež byly následně analyzovány a interpretovány prostřednictvím interpretativní fenomenologické analýzy (IPA), která se zaměřuje na osobní zkušenosti lidí a jejich významy. Výsledky ukázaly, že většina participantů v současné době žárlivost ve svém vztahu nepociťuje buď z toho důvodu, že nikdy dlouhodobě nežárlili anebo protože se s žárlivostí už naučili pracovat. Mezi podstatná témata, která se prolínala všemi rozhovory, patřila otevřená komunikace, sebepoznání a již zmiňovaná komperze.

Klíčová slova: žárlivost, polyamorie, romantické vztahy, láska, konsensuálně nemonogamní vztahy

## **ABSTRACT**

Polyamory is one of the forms of consensual non-monogamy and it is a relationship arrangement that is made up of more than two people and all participants are aware of it and agree to it. Jealousy is, according to an evolutionary theory, a developed adaptation, which manifests itself when individuals' relationship is threatened and it serves as a motivational mechanism to deter a partner from infidelity. Current research of jealousy has shown that in heterosexual couples men are more likely to experience sexual jealousy and women emotional jealousy. Research of jealousy in homosexual couples suggests something else – homosexual women feel more sexual jealousy, while men feel emotional jealousy. This is probably influenced by the fact that the type of jealousy does not depend on the sex of the individual who is jealous, but on the sex of the partner against whom the jealousy is felt or on the sex of potential rival. Recent studies have shown that in polyamorous individuals, jealousy is often caused not only by the presence of a possible rival, but rather by the uncertainty or confusion of roles in the relationship arrangement. A common phenomenon that is called the opposite of jealousy is compersion, the joy of having a partner happy with a third party. The aim of my qualitative research was to recognise and examine the experience of polyamorous individuals with jealousy and to compare it with the jealousy experienced in the former monogamous relationship. The research involved a total of three men (average age 33.6 years) and three women (average age 28.3 years). The information were provided by participants through semi-structured interviews, which were analysed and interpreted through interpretative phenomenological analysis (IPA), which focuses on people's personal experience and their meaning. Results showed that most participants currently do not feel jealousy in their relationship, either because they have never been jealous at all or because they have already learned how to deal with jealousy. Open communication, self-knowledge and already mentioned compersion were among the essential topics that emerged in all conversations.

Key words: jealousy, polyamory, romantic relationships, love, consensually non-monogamous relationships

## OBSAH

ÚVOD .....	8
I. TEORETICKÁ ČÁST .....	10
1. POLYAMORIE .....	10
1.1. Definice polyamorie .....	10
1.2. Konsenzuálně nemonogamní vztahy .....	14
1.3. Uspořádání polyamorního vztahu .....	16
1.3.1. Primární a sekundární vztah .....	16
1.3.2. Typ polyamorního uspořádání .....	17
2. ŽÁRLIVOST .....	19
2.1. DEFINICE PARTNERSKÉ ŽÁRLIVOSTI .....	19
2.2. TEORIE ŽÁRLIVOSTI .....	21
2.2.1. Psychoanalytické teorie .....	21
2.2.2. Evoluční teorie .....	23
2.2.3. Sociokulturní teorie .....	24
2.3. DĚLENÍ ŽÁRLIVOSTI .....	27
2.3.1. Situační, dispoziční .....	27
2.3.2. Preventivní, úzkostná, reaktivní .....	28
2.3.3. Sexuální, emoční .....	31
2.4. FAKTORY ŽÁRLIVOSTI .....	40
2.4.1. Osobnostní faktory .....	40
2.4.2. Faktory ovlivněné dětstvím .....	43
2.4.3. Faktory ovlivněné současným vztahem .....	44
2.4.4. Ostatní faktory .....	46
2.5. ŽÁRLIVOST V POLYAMORNÍCH VZTAZÍCH .....	47
II. EMPIRICKÁ ČÁST .....	51
3. CÍL PRÁCE A VÝZKUMNÉ OTÁZKY .....	51
4. METODOLOGIE VÝZKUMU .....	52
4.1. Výzkumná strategie .....	52

4.2.	Výzkumný nástroj .....	52
4.3.	Vzorek osob .....	53
4.4.	Etika výzkumu .....	54
5.	ANALÝZA DAT A INTERPRETACE .....	55
5.1.	Příběhy jednotlivých participantů .....	56
5.2.	Zodpovězení výzkumných otázek.....	80
6.	DISKUZE .....	83
6.1.	Limity studie .....	86
6.2.	Návrhy na další zkoumání.....	87
7.	ZÁVĚR.....	88
8.	SEZNAM LITERATURY.....	89
9.	SEZNAM PŘÍLOH .....	98

## ÚVOD

Má bakalářská práce na téma Žárlivost v polyamorních vztazích je zaměřena na představení a prozkoumání polyamorních partnerských vztahů, které jsou jedním z typů konsenzuální nemonogamie. V praxi to tedy znamená, že tato uspořádání tvoří alespoň tři partneři, kteří mezi sebou mohou mít různorodé vztahy (Hauptert, et al., 2017). Jedná se o fenomén, který se v posledních letech dostává ke slovu a o němž v českém prostředí ještě nebylo příliš napsáno. Zároveň polyamorie bývá často nepochopena nebo kritizována (Hutzler et al., 2016). Mou dodatkovou motivací byl tedy výběr tématu, které ještě není tolik prozkoumané a svou prací tak přispět k detailnějšímu poznání či pochopení. Polyamorie tvoří jednu ze vztahových forem, kterou si lidé v České republice mohou vybrat, a proto je důležité jí věnovat pozornost a zjišťovat názory osob z polyamorní komunity. Téma své bakalářské práce jsem si tedy vybrala z čistého a upřímného zájmu.

Detailnější zaměření na žárlivost jsem zvolila po konzultaci s vedoucí mé bakalářské práce Mgr. Klárou Bártovou, Ph.D. Žárlivost je psychologický fenomén, který je pečlivě zkoumán v akademické oblasti, ale zároveň se jedná o téma, které mnoho lidí řeší i ve svém každodenním životě, ať už se jedná o jakýkoliv typ vztahu. Proto jsem se rozhodla zkoumat zkušenosti polyamoriků s žárlivostí. Cílem této práce bylo zjistit, zda se v polyamorii žárlivost objevuje, v jakých situacích nebo za jakých okolností, co na ni může mít vliv a jak ji jedinci případně řeší. Zajímaly mě tedy jejich příběhy, názory a pocity.

Bylo pro mě stěžejní, aby práce nezůstala pouze v teoretické rovině, ale aby informace z teoretické části byly přeneseny do praxe a abych mohla zjistit, nakolik odpovídají zkušenosti skutečných osob, s nimiž budu hovořit. Má bakalářská práce je tak rozdělena na dvě hlavní části, teoretickou a empirickou. V první kapitole teoretické části představuji fenomén polyamorie, uvádím tedy jeho definice, možné typy polyamorního uspořádání a hodně diskutuji hierarchii v těchto vztazích. V druhé kapitole popisuji žárlivost, která je psychologickým fenoménem a podle evoluční teorie je v podstatě vyvinutou adaptací, která se objeví při ohrožení současného vztahu a má sloužit jako prevence před nevěrou partnera (Symons, 1979, Buss, 1992). Ve zmíněné kapitole popisují i další teorie žárlivosti, uvádím její dělení a věnuji se také dosavadnímu výzkumu žárlivosti v polyamorních vztazích.



Empirická část mé práce obsahuje analýzu a interpretaci výpovědí mých participantů, kteří jsou členy polyamorní komunity. Mým cílem bylo, aby má práce byla v rámci možností komplexní a pokryla větší část týkající se žárlivosti v polyamorii. Tuto žárlivost jsem se tedy na základě výpovědí participantů rozhodla stručně porovnat se žárlivostí, kterou (ne)pocítovali v monogamních vztazích. To mi umožnilo získat lepší vhled do problematiky a pomohlo lépe pochopit, jak se žárlivost v monogamii a polyamorii liší a čím je způsobena.

# I. TEORETICKÁ ČÁST

## 1. POLYAMORIE

Polyamorie je fenomén v oblasti partnerských vztahů, který se v poslední době dostává více ke slovu. Nejdůležitější rysem polyamorního vztahu je jeho nemonogamita, jde tedy o partnerství více než dvou osob. Podstatný je zde fakt, že všichni aktéři vztahu jsou si tohoto uspořádání vědomi a souhlasí s ním (Barker, 2014). Polyamorie už byla definována mnoha autory a obory naprosto odlišně, například byla popsána jako filosofie (Klesse, 2007), teorie (Emens, 2004), vztahová orientace (Anapol, 2010), identita (Barker, 2005) či sexuální orientace (Tweedy, 2011). Jednotlivé definice jsou podrobněji popsány níže.

Ve své práci budu používat českou formu tohoto termínu, polyamorie, a nikoliv anglický termín polyamory. V různých českých pracích se termín používá nekonzistentně, já jsem si tedy zvolila českou formu pojmu, protože má práce je psána v českém jazyce. Přesto se však i v českém prostředí, v odborné sféře i mezi laickou veřejností můžeme setkat s anglickým termínem.

### 1.1. Definice polyamorie

Termín polyamorie vznikl složením dvou slov – „*poly*“ (z řeckého *polús*=mnoho) a latinského „*amor*“ (láska) (Klesse, 2006). Proto se lze v českém jazyce setkat také s označením mnoholáska. Termín polyamorie se v Oxford English Dictionary poprvé objevil v roce 2006 pod touto definicí: „*Skutečnost blízkého citového vztahu se dvěma nebo více jinými jedinci, nahlížená jako alternativa k monogamii, zejména pokud jde o záležitosti sexuální věrnosti; zvyk nebo praxe zapojit se do vícenásobných sexuálních vztahů s vědomím a souhlasem všech dotčených partnerů.*“ (Barker, 2014, str. 858).

Termín polyamorie byl pravděpodobně vytvořen na konci osmdesátých let minulého století manželským párem Morning Glory a Oberon Zell, kteří patřili mezi zakladatele Církve všech světů. Byli zastánci polyamorie, sami ji aktivně praktikovali a svůj vztah různě modifikovali. Deset let žili v triádě a přes deset let dokonce v manželství (které nebylo právně stvrzeno) čítajícím šest osob (Anapol, 2010). Ačkoliv tento termín tedy existuje sice

desítky let, přesto je pro spousta lidí poměrně neznámý. To je zapříčiněno tím, že polyamorie byla rozšířena především v USA, kde v šedesátých letech došlo k uvolnění poměrů a probíhala sexuální revoluce. Kořeny polyamorních vztahů jsou však mnohem hlubší, klinická psycholožka Deborah Anapol (2010) ve své knize uvádí jako jeden z prvních příkladů tzv. Oneida Community. Tato společnost bezmála tří stovek lidí byla založena v roce 1848 a jedním z jejích z hlavních prvků bylo komplexní manželství. To znamená, že všichni členové komunity byli v manželství se všemi členy komunity, a to i v případě, že do komunity vstoupil skutečný manželský pár.

Anapol (2010) chápe polyamorii jako vztahovou orientaci, která je vlastní osobám, jež milují a zároveň se nebrání sexuální otevřenosti s více než jedním partnerem, nezávisle na tom, zda se za polyamorní označují či nikoliv. Zároveň by do vztahové orientace patřila i tradiční polygynie (mnohoženství) nebo polyandrie (mnohomužství), které je nutné od polyamorie odlišovat. Polygynie je formou manželství, v níž má muž legálně více manželek. Tato manželství jsou častá v ekonomických či politických systémech, kde jsou velmi podstatné lidské zdroje, tzn. muž má možnost počít s více manželkami více dětí, které pak může použít ke svému prospěchu. V západních zemích, kde jsou důležitější jiné zdroje, jako například půda, je mnohem typičtější monogamní uspořádání, a pokud se objevuje polygynie, souvisí to s náboženským vyznáním, jako například u Mormonů. Naproti tomu polyandrie je forma manželství, ve které má žena více manželů. Jedná se o poměrně vzácný úkaz, který se objevuje v himalájských státech jižní Asie (Nepál apod.), přičemž většinou více bratrů sdílí jednu manželku (Zeitzen, 2020). Polyamorie se od těchto svazků odlišuje, protože se jedná o dobrovolný vztah více lidí, který ale není podmíněný náboženstvím či kulturou. Zároveň se nejedná o manželský svazek, například v České republice existuje Zákon o rodině § 1 č. 94/1963 Sb., který neumožňuje stvrdit polyamorní vztah právně, aby z něj vzniklo manželství. Mezi polyamorií a monogamií nemusí být vždy dichotomie (rozpor), ale spíše se dá mluvit o jakémsi kontinuu. To Anapol (2010) vysvětluje především tak, že zkušenost s polyamorním vztahem nezabraňuje tomu, aby jedinec ještě někdy měl dlouhodobý monogamní vztah a platí to i naopak. Jednoduše jde o to, že jedinec dělá to, co pro sebe v danou chvíli uzná za nejvhodnější, a to může být i vztah s více osobami.

Polyamorie byla také tematizována jako identita, přičemž Barker (2005) provedla rozhovory se 30 participanty, kterých se mimo jiné ptala na to, zda považují polyamorii za součást své identity (tedy že je pro ně vrozená a přirozená) nebo zda se jedná o typ chování (tedy že si lidé mohou zvolit, zda budou polyamorní či nikoliv). Participanti většinou tvrdili, že jsou „od přírody“ polyamorní. U participantů bylo možné identifikovat dva hlavní způsoby, kterými se k polyamorii dostali. Buď si často připadali jako zvláštní, protože byli jediní, kdo měli v hlavě myšlenku více vztahů, ale později prostřednictvím internetu zjistili, že nejsou jediní anebo nedokázali své partnery nepodvádět, a tak se uchýlili k možnosti více vztahů, tedy k polyamorii.

Tweedy (2011) se ve své knize také věnuje otázce identity, ale popisuje, nakolik je polyamorie právě jako identita a zakořeněna a zda je v souvislosti s tím možné ji považovat za sexuální orientaci. Sexuální orientace v dnešním významu určuje, zda je jedinec přitahován osobami stejného či opačného pohlaví, případně oběma pohlavími – tedy zda je heterosexuální, homosexuální, bisexuální. Je poměrně časté, že polyamorie bývá spojována s bisexualitou, ačkoliv polyamorii mohou praktikovat heterosexuální i homosexuální jedinci a stejně tak bisexuálové mohou žít v monogamii. Rozdíl lze nalézt i ve vnímání polyamorie samotnými polyamoriky, někteří hovoří o tom, že je jejich identitou (ať už vrozenou nebo konstruovanou), zatímco jiní ji za identitu nepovažují. Díky následujícím zmiňovaným principům je však možné ji považovat nejméně za „středně zakořeněnou“: prohlášení některých polyamoriků ohledně své identity, hodnotový systém, který polyamorie ztělesňuje, risk (diskriminace v povolání, péče o děti), který polyamorní jedinci podstupují, aby mohli polyamorně žít apod. Proto dává smysl polyamorii považovat za identitu a konkrétně za sexuální orientaci, a to také z toho důvodu, že jak sexuální orientace obecně, tak polyamorie, jsou založeny na vztahu (Tweedy, 2011).

Polyamorie může být dále charakterizována jako filosofie. „*Termín „polyamorie“ označuje osobitý diskurs o nemonogamii, který je spojen se specifickou filozofií vztahů a konkrétními sociálními/sexuálními identitami.*“ (Klesse, 2007, str. 97). Samotný výraz „polyamorie“ vzniklý s řeckého „poly“ a latinského „amor“ podle něj klade důraz na lásku, která souvisí s upořádáním sexuality v tom smyslu, že některé polyamorní vztahy mohou

být i nesexuální. Polyamorní jedinci většinou používají pro další účastníky jejich vztahu označení „partner“. Obecně však panuje názor, že partnerství je vztah, který zahrnuje sexuální stránku nebo je alespoň vztahem, který měl kořeny v sexuální přitažlivosti. Ačkoliv pro některé jedince může být sex důležitou součástí jejich vztahu, polyamorie není pouze o tom, mít větší množství sexuálních partnerů. Klesse (2007) ve své knize diskutuje s polyamorními jedinci a prezentuje jejich myšlenky. Jedna z jeho participantek uvedla, že právě nesexuální polyamorní vztahy obsahují jakousi filosofii přátelství. V rámci polyamorie jsou přátelství brána vážně a mohou vyžadovat tolik náklonnosti, pozornosti a ohleduplnosti jako sexuální vztahy. Podle jiného muže polyamorie poskytuje vnitřní etickou filozofii, jakýsi „rámec pro zakoušení a uplatňování svobody“, který se vyvíjí kolem zodpovědnosti starat se o své partnery.

Emens (2004) pohlíží na polyamorii jako na vztahovou teorii, nikoliv pouze praxi. Jmenuje pět principů, které zmiňovali sami polyamorní jedinci a které mohou sloužit jako nástroje pro vytvoření a udržení intimity mezi více osobami, ale zároveň reprezentují také etickou představu toho, jak by polyamorní vztahy měly fungovat. Tyto principy poukazují na to, s jakou opatrností a vážností tyto vztahy probíhají. Mezi zmíněných pět principů patří:

- **Sebepoznání** – jedinec si musí uvědomit nejen svou sexuální orientaci (heterosexualita, homosexualita, bisexualita) ale také svou sexuální identitu s ohledem na monogamii. Toto sebepoznání je zároveň samotnými polyamoriky považováno za jeden z pilířů polyamorních vztahů. S tím souvisí i fakt, že nepříjemné emoce, jako například žárlivost, nejsou v polyamorii odmítány, ale jedinci se je snaží „prozkoumat“ a pochopit.
- **Radikální poctivost a upřímnost** – pro většinu polyamoriků se jedná o centrální prvek polyamorie, bez kterého by nemohla fungovat. S tím souvisí důležitost komunikace a otevřenost ohledně nemonogamie.
- **Konsent (souhlas)** – vyjadřuje představu, že předtím, než jedinec bude mít pohlavní styk s třetí osobu, získá o tom informovaný souhlas svého partnera. Právě tento souhlas je polyamoriky často vyzdvihován ve srovnání

s předstíranou monogamií jedinců, kteří však ve skutečnosti udržují více vztahů, ale své partnery o tom neinformují.

- **Vlastnictví sebe sama** – tento princip částečně vychází z feministického chápání monogamie jakožto nástroje ke kontrole ženské reprodukce.
- **Upřednostňování lásky a sexu před jinými aktivitami** – tento princip je možné rozdělit do dvou kategorií: v oblasti lásky partneři tráví oproti monogamním párům mnohem více času snaze o pochopení pocitů svých partnerů, hodně tedy upřednostňují již zmiňovanou komunikaci. Jejich cílem je také posilování komperze (potěšení z toho, že je jedincův partner šťastný s třetí osobou, blíže popsáno v kapitole 2. 5. „Žárlivost v polyamorních vztazích“) oproti žárlivosti, kterou se snaží pochopit a překonat.

Většina výše zmíněných definic se různě prolíná a existují v nich tak jisté podobnosti. Ve své práci budu pracovat především s touto definicí: „*Polyamorie popisuje formu vztahu, v níž je možné a platné udržovat obvykle dlouhodobý intimní a sexuální vztah s více partnery současně.*“ (Haritaworn et al., 2006, str. 515).

## 1.2. Konsensuálně nemonogamní vztahy

Konsensuálně nemonogamní vztahy (v anglickém jazyce zkratka CNM), je zastřešující termín pro vztahy, v nichž se všichni jejich aktéři dohodnou na tom, že mohou provozovat sex nebo mít romantické vztahy s jinými partnery. Nejedná se tedy o nevěru, která bývá popisována jako nekonsensuální mimovztahová aktivita s jinou osobou. Všichni zúčastnění jsou si vědomi toho, že oni nebo jejich partneři mohou mít něco s dalšími osobami a souhlasí s tím (Conley et al., 2013).

Nejčastěji se můžeme v literatuře setkat s pěti typy konsensuálně nemonogamních vztahů (Hauptert, et al., 2017):

- a) **Polyamorie** – partner nebo partneři mají více dlouhotrvajících romantických a/nebo sexuálních vztahů

- b) **Otevřený vztah** – typicky dlouhodobý romantický vztah, v němž se občas může objevit další vztah, který je primárně sexuální (ale může být i romantický)
- c) **Swingování** – popisuje většinou sexuální (ne tolik romantické) vztahy, často mezi více páry
- d) **Monogamní CNM** – partneři mohou provozovat sex odděleně i mimo vztah, ale většinou k němu dochází uvnitř vztahu, např. ve formě skupinového sexu, a proto to není vnímáno jako nevěra
- e) **Další nemonogamní vztahy** – poslední skupina popisuje všechna zbylá možná uspořádání, nebo jedince, kteří pro svůj vztah neužívají žádné z výše uvedených označení

V této souvislosti je nutné zmínit, že se názory lidí na konsenzuální nemonogamii mohou lišit podle toho, jak vnímají samotný výraz monogamie. Ta většinu odkazuje k dlouhodobým exkluzivním vztahům mezi dvěma partnery. Avšak někteří vědci rozlišují dva typy monogamie: sociální a sexuální. Sociální monogamie odkazuje k tendenci tvořit vztah, jehož jádrem je pevné pouto a typicky cíl mít společný domov nebo rodinu. Oproti tomu sexuální monogamie se vyznačuje sexuální exkluzivitou, tzn. jedinec má sexuální vztah pouze se svým partnerem. Tak tomu ale u sociální monogamie být nemusí. To si však lidé ne vždy uvědomují, což může být jedním z důvodů, proč je monogamie často tolik idealizovaná, zatímco nemonogamie stigmatizovaná (Hauptert, et al., 2017).

Hlavním znakem swingování je zapojování se do sexuálních aktivit i s jinými osobami než s vlastním partnerem, často ve společnosti více lidí, například na swingers parties. Bývá poměrně časté, že různé páry si mezi sebou mění jednotlivé partnery nebo se k sexuální aktivitě páru může přidat další osoba (Buunk & van Driel, 1989). Rozdíl oproti polyamorii je tedy zřejmý, polyamorie není pouze o sexuální stránce vztahu, ale hraje v ní roli také emoční stránka (Matsick et al., 2014). Definice otevřeného vztahu není tak jednoznačná. V hovorové mluvě bývá často používána jako zastřešující pojem pro výše zmíněné typy vztahů, tedy je v podstatě synonymem konsenzuální nemonogamie, někdy ji tak používají i samotní autoři (Kurdek & Schmitt, 1986, Parsons, et al., 2013). Tento termín se však také používá v situacích, kdy partneři mají sexuální (tedy většinou ne romantické) vztahy

s jinými osobami, ale nezávisle na svém vztahu. V tom je rozdíl oproti swingování, kde jsou u sexuální aktivity přítomni oba partneři (Matsick et al., 2014).

### **1.3. Uspořádání polyamorního vztahu**

Jednotlivé polyamorní vztahy se od sebe poměrně výrazně liší. V každém z nich se může nacházet různý počet aktérů, kteří mezi sebou mohou mít odlišné vztahy a mohou tak vznikat poměrně komplikovaná uspořádání. Nelze říci, že by existovala nějaká ideální forma polyamorie ani její typické formování. Polyamorní vztah se může vyvinout přirozeně nebo po dohodě s partnerem/partnerkou ze vztahu monogamního, ale stejně tak může vzniknout „od nuly“ po domluvě tří nebo více osob. Někteří členové spolu mohou bydlet nebo mít potomky, o které další partneři mohou, ale také nemusí pečovat. Polyamorie tak ke zkoumání nabízí množství různorodého a zajímavého „materiálu“ (Rickert & Veaux, 2014).

#### **1.3.1. Primární a sekundární vztah**

V rámci polyamorních vztahů je možné hovořit o hierarchii primárního a sekundárního vztahu, které se od sebe odlišují především asymetrií a autoritou jejich členů. Primární vztah se (už podle svého názvu) nachází v této hierarchii výše než sekundární. Mezi oběma typy vztahů lze nalézt několik praktických rozdílů, které však nemusí platit pro každé polyamorní uspořádání. Tím nejdůležitějším je asi fakt, že primární vztah je vždy na první místě, především co se týče společně stráveného času. Aktéři primárního vztahu mají také často možnost vetovat případný sekundární vztah svého partnera/partnerky. V praxi to tedy vypadá tak, že pokud se jedinec s někým sblíží a rýsuje se případný sekundární vztah, současný partner/ka má právo říci, že nechce, aby se jedinec s daným člověkem stýkal (Rickert & Veaux, 2014).

Z tohoto popisu se může zdát, že sekundární partner nemá ve vztahu žádné slovo a celý sekundární vztah slouží jen k vyplnění volného času a zábavě. Tak tomu ale často není, i sekundární vztahy mohou trvat několik let a mohou mít závazná pravidla. Toto rozdělení na primární a sekundární vztah zároveň není přítomné ve všech polyamorních vztazích, někde si jsou všichni partneři rovni a jejich slovo má ve vztahu stejnou váhu (Matsick et al., 2014).



Flicker et al. (2021) provedli studii, jejímž cílem bylo zjistit informace o partnerské spokojenosti v hierarchických a nehierarchických polyamorních uspořádáních. První studie se zúčastnilo 225 osob, které dohromady hovořily o 564 vztazích, z nichž 251 bylo hierarchických. Druhé studie se zúčastnilo 360 osob, které hovořily o 1026 vztazích, z nichž 712 bylo hierarchických. Výsledky ukázaly, že jedinci v nehierarchických partnerstvích uváděli větší partnerskou spokojenost, která byla vyšší především oproti spokojenosti v sekundárních a terciálních vztazích s hierarchií. U hierarchických vztahů, které trvaly více než pět let však rozdíly nebyly nijak signifikantní.

Hierarchie primárního a sekundárního (případně terciálního apod.) vztahu je sice typická především pro polyamorní uspořádání, ale může mít své místo i v jiných typech nemonogamních vztahů zmíněných výše. Mogilski et al. (2015) ve svém výzkumu s CNM jedinci zjistili, že celková partnerská spokojenost v monogamních a primárních nemonogamních vztazích se příliš nelišila. Rozdílná byla však míra spokojenosti v oblasti komunikace a otevřenosti vůči partnerovi, ta byla v případě primárních nemonogamních vztahů vyšší než u těch monogamních. Podobně jako výše zmíněná studie Flickerta et al. (2021) ukázala, že CNM jedinci vykazují vyšší partnerskou spokojenost v primárních než v sekundárních vztazích. Právě otevřenost a komunikace o dalších partnerových vztazích může být unikátním prostředkem k udržení si partnera a zároveň nástroj k lepšímu pracování se žárlivostí (více o žárlivosti v polyamorních vztazích v podkapitole 2. 5. Žárlivost v polyamorních vztazích).

### 1.3.2. Typ polyamorního uspořádání

Polyamorní vztahy lze dále rozdělit podle toho, kolik členů je do nich zainteresováno a jakým způsobem. Jde tedy o to, jaké vazby mezi sebou jednotlivé osoby mají, tzn. zda všichni udržují vztah se všemi apod. Níže uvádím nejčastější podoby polyamorie (Rickert & Veaux, 2014):

### 1) Věčko

Členy tohoto uspořádání jsou typicky tři osoby, přičemž jedinec „stojící uprostřed“ udržuje vztah s dalšími dvěma členy, kteří mezi sebou však partnerský vztah nemají. Neznamena to, že se tyto osoby nikdy osobně neznají, ale jejich známost není na partnerské úrovni. Toto uspořádání vzniká často právě z původně monogamního vztahu, kde si jeden z jeho aktérů najde dalšího partnera.

### 2) Triáda

Polyamorní triádu tvoří tři lidé, přičemž všechny osoby spolu navzájem udržují partnerský vztah. Triadické uspořádání často vzniká právě z Věčka, kdy se do sebe nakonec zamilují i zbylé dvě osoby, které spolu doposud vztah neudržovaly

### 3) Quad

Pro tento typ uspořádání, které zahrnuje čtyři osoby, neexistuje v českém jazyce formální výraz. Slovo „quad“ však povětšinou odkazuje na číslici čtyři a v anglickém jazyce označuje čtyřkolku. V polyamorním světě může mít toto uspořádání více podob:

- a) Pravděpodobně nejtypičtější podobou quadu je tzv. „Nko“, kde existuje primární vztah mezi dvěma jedinci, přičemž každý z nich má dále ještě jednoho partnera. Tito sekundární partneři však mezi sebou vztah nemají a stejně tak nedochází k výměně těchto sekundárních partnerů mezi primárními partnery.
- b) Druhou možnou podobou quadu je tzv. čtverec, kde mezi sebou všechny čtyři osoby udržují partnerský vztah.
- c) Poslední možností je tzv. hvězda. V tomto uspořádání je hlavním aktérem jedinec, který udržuje paralelní vztahy se zbylými třemi osobami, které mezi sebou partnerský vztah nemají.

### 4) Další možná uspořádání

Není prakticky možné pojmenovat všechny typy polyamorního uspořádání, protože v každém z nich může být libovolný počet jedinců, jejichž vztahy a vazby mohou být odlišné. Polyamorie je tedy charakteristická tím, že jsou v ní zainteresovány nejméně tři osoby, horní hranice však určena není.

## 2. ŽÁRLIVOST

V běžné mluvě je žárlivost často zaměňována nebo spojována se závistí, ale psychologie je většinou vnímá odděleně. Závist je emoce, která se objeví ve chvíli, kdy chceme něco, co nemůžeme mít. I z evoluční perspektivy mají odlišné funkce. Závist má jedince motivovat k tomu, aby dosáhl určitých výhod či věcí, které má někdo jiný. Žárlivost lze považovat také za určitou formu motivace, která však vzbuzuje chování, jež má sloužit k odvrácení ohrožení hodnotných vztahů chováním od bdělosti po násilí (Buss, 2013).

Mnoho autorů př. Barnett et al. (1995) nebo Buunk (1991) považuje žárlivost primárně za negativní jev, který poukazuje na relativně nízkou kvalitu vztahu. Jedinec, který je obětí žárlivosti, může pociťovat od svého partnera nedostatek důvěry a nadměru kontroly. Jiní autoři však tvrdí, že žárlivost je znakem toho, že je pro jedince vztah důležitý a že se o druhou osobu zajímá (Barelds & Barelds-Dijskra, 2007).

### 2.1. DEFINICE PARTNERSKÉ ŽÁRLIVOSTI

Partnerská žárlivost má mnoho odlišných definicí, které se liší v závislosti na jednotlivých vědních oborech a autorech. Hlavní dva tábory vznikly debatou o tom, zda je žárlivost emoce či nikoliv.

Velký psychologický slovník (Hartl, Hartlová & Nepraš, 2010, str. 700) uvádí, že „*žárlivost je záporný emoční stav projevující se úzkostí, která vyvěrá z pocitu nejistoty a strachu z možné ztráty milované osoby.*“ Evoluční psycholog David Buss (2013) také mluví o žárlivosti jako o emoci, která jedince upozorňuje na ohrožení hodnotného partnerského vztahu. Tuto žárlivost spouští přítomnost intrasexuálních rivalů a sama žárlivost potom slouží jako motivační mechanismus pro chování, které má odvrátit možné hrozby pro současný vztah, přičemž toto chování může mít různé podoby od prosté bdělosti až po násilí. Zmiňuje, že žárlivost je v podstatě automatická reakce, která platí pro obě pohlaví. Chung & Harris (2018) žárlivost označují za vyvinutou emoci, která slouží jako prevence proti uchvácení/přivlastnění partnera jinými osobami. Lze si ji představit jako komplexní stav, kdy jedinec posuzuje význam interakce mezi rivalem a milovanou osobou,

přičemž hodnotí její dopad na samotný vztah, ale zároveň ho mohou sužovat obavy o sebe sama – otázka typu „Jsem nemilovaný, nudný?“ apod.

Druhá skupina autorů naopak žárlivost nepovažuje za samostatnou emoci, ale často ji vnímá jako komplex emocí, který je s něčím provázán. Jedna z nejnámějších definic pochází od klinických psychologů Whita & Mullen (2006, str. 27), kteří popisují partnerskou žárlivost jako „*komplex myšlenek, emocí a činů, které jsou následkem ztráty či ohrožení sebeúcty a/nebo existence či kvality romantického vztahu.*“ Toto ohrožení vzniká, protože se bojíme, že by náš partner mohl cítit k našemu rivalovi náklonnost. Důležitým znakem je podle nich fakt, že jedinec vnímá pouhou možnost rozvinutí rivalského vztahu stejně jako už existující vztah a samotnou žárlivost tak někdy způsobuje jen obava, že tento rivalský vztah vznikne. Podle Buunka & Hupky (1987) žárlivost může být vyjádřena prostřednictvím smutku či strachu až po hněv nebo agresi. Žárlivost je tedy spojena spíše se situací, v níž se jedinec nachází.

Další definice žárlivosti zdůrazňují ohrožení sebeúcty, kdy se tedy žárlivý jedinec bojí především o sebe sama. Například podle Freuda (1922, str. 223) se žárlivost „*skládá ze zármutku, bolesti způsobené myšlenkou na ztrátu milovaného objektu, a z narcistického zranění [...]*“ Jiné definice zdůrazňují ohrožení vztahu a vychází tak především z toho, že se jedinec bojí, aby neztratil svou milovanou osobu. Dále lze nalézt definice zdůrazňující výlučnost, kdy je cílem si partnera v podstatě přivlastnit, a definice zdůrazňující instinktivní reakce, které jsou Whitem & Mullenem (2006) kritizovány, protože pokud by byla žárlivost jakýmsi instinktem, musela by u všech jedinců vypadat podobně, nezávisle na kultuře. White & Mullen (2006) na základě svých průzkumů navrhuji šest základních afektivních prvků žárlivosti, a to hněv, strach, smutek, závist, sexuální vzrušení a vina, přičemž první tři zmíněné jsou primární emoce, jak je definoval psycholog Ekman (1999). Ve své práci budu operovat především s definicí od psychologů Whita a Mullen (2006, str. 27): „*Žárlivost je komplex myšlenek, emocí a činů, které jsou následkem ztráty či ohrožení sebeúcty a/nebo existence či kvality romantického vztahu.*“

## 2.2. TEORIE ŽÁRLIVOSTI

Kromě samotných definic a možných dělení odlišných typů žárlivosti je také důležité chápat, odkud žárlivost v partnerských vztazích pramení. Ani v této oblasti nepanuje shoda a různí autoři, a především různé psychologické směry či školy její původ spatřují jinde. Mezi nejvýznamnější teorie týkající se vzniku žárlivosti patří psychoanalytická a evoluční teorie. Sociokulturní teorie žárlivosti zkoumá především možné rozdíly mezi pojetím žárlivosti v různých částech světa

### 2.2.1. Psychoanalytické teorie

Psychoanalytické teorie obvykle detailněji nerozlišují závist, rivalství a žárlivost, protože se tyto prvky vzájemně prolínají (Chessick, 1993). Nejvýznamnější osobnost psychoanalýzy, Sigmund Freud, postuloval tři typy žárlivosti, a to normální (soupeřivou), projekční a bludnou (paranoidní). Normální žárlivost je podle něj „*složena ze smutku, bolesti způsobené myšlenkou na ztrátu milovaného člověka a narcistická zraněním, z pocitů nepřátelství vůči úspěšnému rivalovi a o větší či menší míře ze sebekritiky, která se snaží přimět vlastní ego subjektu k odpovědnosti za jeho ztrátu.*“ (Freud, 1922, str. 223). Vzniká tak, pokud člověk věří, že existuje rival, který by mohl jeho partnerský vztah rozbít. Podle Freuda tato žárlivost vzniká kvůli potlačeným nevyřešeným sourozeneckým a oidipovským konfliktům, jež jsou uloženy v nevědomí. Oidipovský komplex se automaticky objevuje ve falickém období, kdy chlapec touží po své matce a svého otce považuje za rivala, kterého se chce zbavit a zároveň se cítí ohrožen potenciální kastrací a tím způsobenou ztrátou penisu. Oidipovský komplex se pod názvem Elektrín komplex objevuje i u žen, kdy probíhá v podstatě opačně: dívky chlapcům závidí penis a je oslabována jejich blízkost s matkou, protože se stává její rivalkou (Freud, 2004).

Projekční žárlivost vychází z vlastní nevěry nebo z nutkání k nevěře. Jedná se o poměrně běžnou záležitost, kdy se jedinec musí často vyrovnávat s pokušením být nevěrný, a i když mu odolá, může stále cítit určitý tlak, který je odbourán promítnutím vlastních nutkání k nevěře na partnera. Podle Freuda je projekce je v tomto případě obrana před vinou vzešlou z heteroerotické přitažlivosti k ostatním a typické je, že žárlivý člověk

útočí spíše na milovaného než sám na sebe. Tato projekční žárlivost má tedy charakter klamu (Freud, 1922).

Bludná žárlivost se dá označit za nejtěžší fázi žárlivosti. I ona má svůj původ v potlačovaných pohnutkách k nevěře, ale objekt je tentokrát stejného pohlaví a žárlivost je obranou proti nim. Protože v jedinci tyto podněty vyvolávají větší úzkost, je i obrana silnější a často tak dochází ke zkreslení skutečnosti. „*Jestliže blud nelze odstranit poukazem na skutečnost, pak tedy zajisté ani ze skutečnosti nepochází.*“ (Freud, 1997, str. 180). Bludné poruchy se někdy také nazývají žárlivostně-paranoidní poruchy, přičemž pacient je přesvědčen, že ho jeho partner klame, ačkoliv k tomu nemá podložené důkazy. Stále uvažuje nad nejdrobnějšími detaily a často se u něj vynořují „pseudovzpomínky“, což jsou falešné vzpomínky na události, které se nikdy neudály. Diagnostický a statistický manuál duševních poruch DSM-V klasifikuje žárlivost takto: „*a) obsedantní žárlivost jako „specifikovaná související porucha“ jiné kompulzivní obsedantní poruchy (b) typ žárlivosti v rámci poruchy s bludy.*“ (APA, 2013).

U dalších klasiků psychoanalýzy se s tématem žárlivosti příliš neseťkáváme, ale také podle Adlera (1928) má kořeny v sourozeneckém rivalství. Jung (1962, str. 137) se o žárlivosti zmiňuje pouze krátce, kdy říká, že „*jádrem veškeré žárlivosti je nedostatek lásky.*“ Dále uvádí, že existují ženy, které chtějí, aby jim jejich partner zcela patřil, protože ony samy jemu takto nepatří. Diskutována je zde i souvislost s archetypy animus a anima<sup>1</sup>. White & Mullen (2006) to vysvětlují tím, že jeden z těchto archetypů je v jedinci vždy potlačen (většinou jde o archetyp opačného pohlaví) a proto si jedinci většinou hledají partnera opačného pohlaví, aby onen potlačený archetyp vykompenzoval. Z toho vyplývá, že nejžárlivější by měly být osoby, jež se hodně přizpůsobují stereotypům sexuálních rolí,

---

<sup>1</sup> Anima a animus jsou „*personifikací femininní povahy mužského nevědomí a maskulinní povahy ženského nevědomí. Nejčastěji se projevují jako iracionality mužského citění a ženského myšlení.*“ (Jung, 1962, str. 391)

protože právě ono kompenzování archetypu je ohroženo domnělým rivalem, údaje však nasvědčují tomu, že to platí pouze u mužů.

### 2.2.2. Evoluční teorie

Evoluční teorie říká, že „*zvířecí i lidské chování je v posledku řízeno geneticky.*“ A že *[...] zděděné potenciály jsou výsledkem přirozeného výběru, který upřednostnil jejich projevení ve speciálních ekologiích.*“ (White & Mullen, 2006, str. 87-88). Základem pro tuto teorii jsou poznatky Charlese Darwina (1871) o přírodním a pohlavním výběru. Pohlavní výběr u zvířat ve zkratce vysvětluje, že samci mají často výraznější a od samic odlišný vzhled a bojují spolu o to, kdo bude moci zplodit větší množství potomků, kteří pak ponесou jejich geny (Darwin, 1981). Na Darwinovy poznatky o mnoho desítek let později navázal sociobiolog Robert Trivers se svou teorií asymetrických rodičovských investic (1972). Ta hovoří o tom, že muži a ženy se odlišují svými minimálními rodičovskými investicemi, jelikož každé pohlaví musí vynaložit různé množství úsilí k tomu, aby mělo vlastní potomstvo. Trivers (1972, str. 55) definuje rodičovskou investici jako „*jakoukoliv investici rodiče do jednotlivých potomků, jež zvyšuje šanci potomka na přežití (a tím i reprodukční úspěch) za cenu schopnosti rodičů investovat do jiných potomků. Takto definované investice rodičů zahrnují metabolické investice v primárních pohlavních buňkách, ale týkají se jakýchkoliv investic (jako je krmení nebo hlídání mláďat), které prospívají mláďatům.*“

Cílem je předat dál své geny, a tedy pokud je zmíněná rodičovská investice vysoká, rodiče se zaměřují na menší počet potomků, zatímco pokud je nízká, je pro ně z hlediska evoluce výhodnější mít více potomků. Samci a muži mají mnoho spermií a mohou tak zplodit velké množství potomků, zatímco samice či žena má vajíček omezený počet. Ženy navíc mají omezený čas, kdy mohou potomky počít. Samice či ženy mají výhodu v tom, že vlastní potomky vždy poznají, už díky samotnému porodu a mohou se tak na ně soustředit, zatímco samce či muže ohrožuje nejistota otcovství, nemají totiž nikde záruku, že se opravdu jedná o jejich potomky. Pokud by se muž nebo samec staral o cizí potomky, pomáhal by tím k přežití genů svého rivala. Čím více si je samec jistý, že jde o jeho potomky, tím více energie investuje do jejich ochrany. Alespoň tak tomu bylo v původní Triversově (1972)

teorii. Zjistilo se totiž, že mužská rodičovská péče (co se zaopatření potomků týče), negativně souvisí s jistotou otcovství měřenou podílem potomků, kteří byli počati mimo primární pár. Tento výsledek byl interpretován tak, že naznačuje, že samci/muži snížili své investice do rodičovské péče v důsledku snížené jistoty otcovství (Møller & Thornhill, 1998), ale názory se různí. Někteří autoři tvrdí, že jistota otcovství nemá na otcovskou péči vliv (Werren et al., 1980, Grafen, 1980), jiní mezi nimi vidí pozitivní vztah, tzn. čím vyšší jistota otcovství, tím více se samec/muž stará o své potomky (Xia, 1992, Knowlton & Greenwell, 1984).

Evoluční psychologové tak vysvětlují žárlivost jako „*vyvinutou adaptaci, jež se aktivuje ohrožením hodnotného vztahu a jež slouží jako ochrana proti jeho částečné či úplné ztrátě.*“ (Buss & Haselton, 2005, str. 506). Pro obě pohlaví platí, že žárlivost tedy funguje jako jakýsi motivační mechanismus, který má partnera odradit od nevěry nebo opuštěný současného vztahu. Proto je také běžné, že v době, kdy žena ovuluje a kdy má tak největší šanci počít potomka, se u mužů žárlivost zvyšuje.

Symons (1979, str. 242) uvádí: „*Základní funkcí mužské žárlivosti je zvýšení pravděpodobnosti, že jeho žena počne jeho vlastní, a nikoliv cizí dítě.*“ Mužská žárlivost má tak sloužit jako prevence proti partnerčině nevěře. Ženy se bojí nevěry kvůli obavě ze ztráty partnerových zdrojů, které jsou důležité pro přežití jejich potomků a zachování vlastních genů i v dalších generacích. Tento typ teorií tedy věří, že pocitování žárlivosti je vrozené. Na rozdíl od sociokulturních teorií, které tvrdí, že okolnosti „*probuzení*“ žárlivosti se jedinec učí, však spatřují původ žárlivosti už v genetickém základu (Hupka & Bank, 1996).

### 2.2.3. Sociokulturní teorie

Tento typ teorií vychází především z etnografických poznatků. Sociokulturní teorie se snaží odhalit, zda je žárlivost prožívána v různých zemích a kulturách stejně nebo zda lze charakterizovat odlišnosti (White & Mullen (2006). Podle sociokulturních teorií „*prožívání žárlivosti závisí zcela na kulturně specifické socializaci týkající se chování, které ohrožuje blízké vztahy, a genderové rozdíly v žárlivosti vyplývají z genderově specifické socializace,*



*kteřá ovlivňuje vnímání těchto hrozeb.*“ (Sheets & Wolfe, 2001, str. 258). Hlavní myšlenkou těchto teorií je tedy fakt, že v různých zemích, kulturách či náboženstvích je žárlivost zakoušená odlišně a není tedy možné najít nějaký jednotný vzorek, který by platil pro všechny osoby.

Kritika či nesouhlas s evoluční teorií se objevila už téměř před sto lety, kdy sociolog Davis (1936) kritizoval myšlenku, že v muži vyvolává žárlivost především pohlavní styk jeho partnerky s jiným mužem. To je totiž typické pouze pro některé státy a kultury, zatímco v některých státech je možné vypůjčit si cizí partnerku stejně jako jakoukoliv věc. Protože je to běžné, nevyvolává takové chování v partnerovi žárlivost, jak by se dalo očekávat.

Hupka & Bank (1996) zkoumali blíže sexuální a emoční žárlivost ve dvou studiích, první se zúčastnilo 745 vysokoškolských studentů, druhé 499. V obou případech měli studenti různý etnický původ („Běloši“, „Asiati“, „Hispanci“, „Afroameričané“ a „Ostatní“). Na základě Bussových scénářů sexuální a emoční žárlivosti (Buss et al., 1992) si účastníci měli představit, že si jejich partner a) buduje hluboký emoční vztah k jiné osobě nebo b) jejich partner si s jinou osobou užívá pohlavní styk. Ve zmíněné první studii se mezi pohlavními výrazný rozdíl v sexuální nebo emoční žárlivosti neprokázal, naopak 63 % mužů uvedlo, že by je více znepokojila emoční nevěra partnerky, což se blíží 73 % žen, které odpověděly stejně. Hupka & Bank (1996) se tak snažili zjistit, proč tomu tak je. Podle nich jsou muži i ženy zvyklí jednat v souladu s převažujícím konceptem maskulinity a feminity ve své kultuře. Dalším z jejich závěrů bylo, že osoby, které více ctí tradiční rozdělení genderových rolí, a které se naučily vnímat samy sebe v rámci konkurence s ostatními, trpěly více sexuální žárlivostí, ať už šlo o muže či ženy. Oproti tomu jedinci, kteří byli v této oblasti více otevření a byla pro ně nejpodstatnější láska jakékoliv podoby, se cítili ohroženi spíše emoční žárlivostí. Proto tedy ve výběru sexuální vs. emoční žárlivosti nehrálo hlavní roli pohlaví účastníka, ale preferované normy a koncepty maskulinity/feminity. Autoři se konkrétním výsledkům jednotlivých etnik více nevěnovali.

Buunk & Hupka (1987) provedli i výzkum, v němž porovnávali žárlivost v sedmi zemích, mezi něž patřilo Maďarsko, Irsko, Mexiko, Nizozemí, USA a tehdy ještě existující Jugoslávie a Sovětský svaz. Zjišťovali, jakou míru žárlivosti v jedincích vyvolává těchto šest

proměnných: tanec, flirtování, objímání, líbání, sexuální fantazie a sexuální vztah. Potvrdila se teorie, že ženy se cítí více ohroženy emoční nevěrou svého partnera, zatímco muže trápí spíše sexuální nevěra. Explicitní erotické chování, mezi něž patří flirtování a sexuální vztah, vyvolaly negativní reakci a zbylá čtyři chování spíše neutrální reakci u všech národností. Kromě toho však byly zjištěny četné rozdíly v intenzitě žárlivosti mezi jednotlivými národy, například Sovětský svaz patřil ve většině případů mezi nejvíce negativně reagující země. Líbání, tanec a objímání vzbudily v Nizozemí menší žárlivost než ve většině ostatních zemí, ale se sexuálními fantasiemi měli mnohem větší potíže než ostatní národy. Autoři také na závěr uvedli, že výsledky mohly být ovlivněny jazykovou bariérou, resp. faktem, že pro některé výrazy neexistuje v cizím jazyce odpovídající ekvivalent. Ačkoliv tedy byly reakce participantů z různých zemí podobné, často se lišila jejich intenzita.

Odlišnou studii se stejným principem provedli Croucher et al. (2012b, kteří zkoumali na vzorku 1792 osob žárlivost v Indii (657), Irsku (311), Thajsku (232) a USA (592). Zmíněné země byly vybrány záměrně, protože se liší jejich majoritní náboženství i politické uspořádání. K žárlivosti byla použita multidimenzionální škála žárlivosti, která byla popsána výše (Pfeiffer & Wong (1989). Výsledky ukázaly, že v Indii, Irsku a USA byla emoční a behaviorální žárlivost vyšší než v Thajsku, což odpovídá poznatkům odborné literatury, která tvrdí, že v porovnání se zbývajícími třemi státy se nejedná o tolik maskulinní (Irsko a USA) či patriarchální (Indie) kulturu. Předchozí výzkum také ukázal, že v některých maskulinních kulturách je žárlivost považována za projev lásky, a proto je tam velmi běžná. A protože lze žárlivost považovat také za určitou formu soutěžení (White & Mullen, 2006), projevovaly právě tyto dva národy (Irsko a USA) více žárlivosti.

Jak již bylo zmíněno, velkou roli může hrát u žárlivosti i náboženství a na to se opět zaměřili Croucher et al. (2012a). Výzkumný vzorek se skládal z amerických a indických participantů, přičemž 71,8 % Američanů se identifikovalo jako křesťané, 8,9 % jako sunnitští muslimové a 19,2 % jako hinduisté. V indické části vzorku se 67,1 % participantů identifikovalo jako hinduisté a 32,9 % jako sunnitští muslimové. I v tomto případě byla jako výzkumný nástroj použita multidimenzionální škála žárlivosti. Ženy vykazovaly vyšší míru emoční a behaviorální žárlivosti než muži. Hinduisté a křesťané skórovali výše než

muslimové u všech tří typů žárlivosti a Indové uvedli vyšší míru kognitivní žárlivosti než Američané. Na základě výsledků jiných výzkumů, které naznačovaly, že sexuální žárlivost je typičtější pro patriarchální kultury autoři zmiňují hypotézu, že by muslimové měli vykazovat vyšší míru žárlivosti než křesťané a hinduisté. Nabízejí však alternativní vysvětlení: tradiční islám má velmi silný postoj k nevěře a partneři se tak ve vztahu cítí jistější a prožívají méně žárlivosti. Oproti tomu tato pravidla nejsou v křesťanství a hinduismu tolik silná. Z toho vyplývá další možné vysvětlení: protože je v islámu nevěra v podstatě tabu, mohou mít muslimové větší potíže přiznat pocitovanou žárlivost, která naznačuje, že by k nevěře mohlo skutečně dojít. Autoři zmiňují, že islám je navíc minoritním náboženstvím v USA i v Indii, a proto mohli mít muslimští účastníci pocit, že jejich odpovědi budou společensky přijatelnější, pokud budou naznačovat nižší míru žárlivosti než je ta skutečná pocitovaná.

Z výše zmiňovaných studií poměrně jasně vyplývá, že vnímání nebo prožívání žárlivosti se v různých státech a kulturách odlišuje. Většinou závisí na tradičním rozdělení genderových rolí a konceptu maskulinity a feminity. Ačkoliv tedy napříč různými národy mohou existovat podobné reakce na případnou nevěru, často se liší jejich intenzita nebo konkrétní chování, které žárlivost vyvolává.

### **2.3. DĚLENÍ ŽÁRLIVOSTI**

Jak bylo zmíněno, mezi odborníky nepanuje obecná shoda na tom, co to žárlivost vlastně je. Je však téměř jisté, že žárlivost může mít několik podob, které se liší v závislosti na tom kdo žárlí, jakým způsobem žárlí nebo za jakých okolností. Další autoři typy žárlivosti dělí podle toho, nakolik je žárlivost opodstatněná, tedy zda je vyvolána skutečnou nebo pouze domnělou hrozbou. Existuje mnoho typologií žárlivosti různého data, níže uvádím ty nejznámější a nejdůležitější.

#### **2.3.1. Situační, dispoziční**

Toto dělení vychází z faktu, zda jedinec žárlí v závislosti na aktuální skutečné hrozbě, nebo zda jeho žárlivost souvisí s osobnostními rysy. Hartl & Hartlová (2010, str. 700) uvádí,

že situační žárlivost se „objevuje se v případech, kdy k ní je skutečný důvod, např. prokázaná nevěra partnera. Po zvládnutí krize ve vztahu odezní“. Poradenští psychologové Capponi & Novák (1995) uvádí, že situační žárlivost může vzniknout v různých situacích od flirtování po skutečné přistižení partnera při nevěře. Přesto je však tato žárlivost údajně nejméně škodlivá, a to také proto, že ji někdy prožije snad každý jedinec, který je v partnerském vztahu.

Oproti situační žárlivosti stojí dispoziční žárlivost, která tkví spíše v osobnostních rysech a tendenci jedince reagovat určitým způsobem. Bringle et al. (1979) použili k měření dispoziční žárlivosti Škálu žárlivosti dle vlastního odhadu (Self-report jealousy scale), kde si měli respondenti představit situace ze čtyř oblastí běžného života. Škála, na které měli účastníci určit míru své žárlivosti od „téměř nežárlivý“ po „velmi žárlivý“, zahrnovala položky z oblasti romantické, rodinné, sociální a pracovní, přičemž pouze jedna položka specificky hovořila o sexu. Bringle et al. (1979) očekávali, že vyšší skóre dispoziční žárlivosti budou mít podezřívavé osoby, jež budou intenzivněji reagovat také během situací, které by mohly vyvolat žárlivost, zatímco osoby, pro něž je typická spíše reaktivní žárlivost, budou obecně žárlit méně. Domnívali se, že u osob, které se ve všech čtyřech kategoriích vyhodnotily jako žárlivé, je žárlivost jakousi osobní dispozicí. Z této práce vychází, že osoby s vysokou dispoziční žárlivostí mají typicky nižší sebeúctu, menší životní spokojenost a spíše externí „locus of control“, věří tedy, že jejich život do velké míry určují jiní lidé, štěstí nebo osud. Tyto osoby jsou tak obecně více dogmatické a jsou citlivější ke svému sociálnímu okolí. Původ dispoziční žárlivosti někteří výzkumníci viděli už v dětských sourozeneckých konfliktech (př. Adler, 1928 nebo Clanton & Smith 1977), ale tato teorie nebyla prostřednictvím studií plně potvrzena (př. Bringle & Williams, 1979).

### 2.3.2. Preventivní, úzkostná, reaktivní

Buunk (1997) dále rozlišuje tři kvalitativně odlišné typy žárlivosti, a to preventivní, úzkostnou a reaktivní. Toto dělení může být i podrobnější, v některých studiích lze nalézt dělení na preventivní a reaktivní žárlivost, které závisí na tom, nakolik je ohrožení jedince založené na skutečnosti. Druhým typem dělení je trojice majetnická (possesive), úzkostná

(anxious) a reaktivní (reactive) žárlivost. Ve většině studiích Buunka i dalších psychologů však většinou dochází k syntéze a tři finální typy žárlivosti jsou již zmíněná preventivní, úzkostná a reaktivní. Preventivní žárlivost je definována přecitlivělostí jedince na projevy zájmu partnera o člověka opačného pohlaví a projevuje se snahou předcházet jejich kontaktu, případně nepřiměřenými reakcemi na jejich kontakt. Bringle (1991) ji nazývá podezřívavá žárlivost a Pfeiffer & Wong (1989) behaviorální žárlivost. Typické je, že žárlivým jedincům vadí, pokud se jejich partner vídal s přáteli opačného pohlaví. Ve snaze omezit svobodu svého partnera se může žárlivý jedinec uchýlit až k násilí nebo stalkingu. Z majetnické žárlivosti může snadno vzniknout žárlivost úzkostná, kdy si jedinec představuje, že je jeho partner s někým jiným, což v něm vyvolává rozrušení, obavy a úzkost. Úzkostnou žárlivost nalezneme také pod označením kognitivní (Pfeiffer & Wong 1989) nebo neurotická (Mathes et al., 1982) žárlivost. Reaktivní žárlivost jedinec zažívá, pokud je mu jeho partner emocionálně či sexuálně nevěrný nebo s někým flirtuje. Při takové žárlivosti se u jedinců dostávají pocity vzteku nebo rozrušení. Opět ji můžeme nalézt pod názvem emoční (Pfeiffer & Wong 1989) nebo vyprovokovaná (Hoaken, 1976) žárlivost. Jedinec při ní zažívá nepříjemné pocity jako vztek nebo zklamání z nevěry svého partnera.

V tomto dělení nacházíme u zmíněných autorů jisté podobnosti, ale přesto jejich teorie nejsou úplně stejné. Buunk popisuje tři kvalitativně odlišné typy žárlivosti, zatímco Pfeiffer & Wong (1989) se zabývají především třemi oblastmi žárlivosti – emocemi, kognicí a chováním. „*Ačkoliv reaktivní žárlivost obsahuje silnou emoční složku, úzkostná žárlivost silnou kognitivní složku a majetnická žárlivost obsahuje silnou behaviorální složku, tak reaktivní, úzkostná i majetnická žárlivost do určité míry zahrnují jak emoční, tak i kognitivní a behaviorální složku žárlivosti*“ (Barelds & Barelds-Dijkstra, 2007, str. 178). Dá se říci, že reaktivní žárlivost je pochopitelná a racionální, protože se jedná o přímou odpověď na aktuální ohrožení vztahu. Majetnická a úzkostná žárlivost však může být patologická, protože oba zmíněné typy nemusí být založeny na obavě ze existujícího rivala, a navíc mohou podpořit u jedince vznik různých klamů. Zjistilo se také, že ruminace typická pro úzkostnou žárlivost zhoršuje schopnost vypořádat se s náročnými životními situacemi (Barelds & Barelds-Dijkstra, 2007).

Na základě svých výzkumů Pfeiffer & Wong (1989) vytvořili multidimenzionální škálu žárlivosti (MSJ). Tato škála obsahuje 24 položek, každá ze tří subškál osm, přičemž se u jedinců sleduje míra a typ žárlivosti. Kognitivní žárlivost zahrnuje podezření, že partner chová náklonnost nebo má tělesný vztah s třetí osobou. Emocionální žárlivost se vyznačuje tím, že se jedinec zaměřuje především na to, jak se jeho partner chová ve skutečných interakcích. Zkoumá tak například, nakolik se partner usmívá či jak hovoří s opačným pohlavím, nakolik je k němu důvěrný apod. Behaviorální žárlivost je typická častým vyptáváním se na další osoby, kontrolováním partnera a zjišťováním co, kde a s kým dělá. Právě z výsledků MSJ lze zjistit, že kognitivní žárlivost (a tedy i Buunkova úzkostná žárlivost) má na partnerský vztah negativní vliv, zatímco emocionální žárlivost (majetnická žárlivost u Buunka) může mít na partnerskou spokojenost pozitivní vliv (Elphinston et al., 2013).

Vliv majetnické, úzkostné a reaktivní žárlivosti se zkoumal nejen u heterosexuálních párů. Barelds & Dijkstra (2008) provedli studii s 295 osobami, kde byli rovnoměrně zastoupeni heterosexuální i homosexuální muži a heterosexuální i homosexuální ženy. Ukázalo se, že především u homosexuálních mužů (ale nikoliv u homosexuálních žen) byla úzkostná žárlivost negativně spojena kvalitou partnerského vztahu. U homosexuálních žen nebyla zjištěna souvislost žádného z výše uvedených typů žárlivosti a kvality vztahu. U heterosexuálních jedinců hrála roli především reaktivní žárlivost, která pozitivně odkazovala ke kvalitě partnerského vztahu. Vypadá to tedy, že reaktivní žárlivost vzniká ze snahy o ochranění partnerského vztahu, zatímco úzkostná žárlivost naznačuje nejistotu a nedostatek důvěry (Barelds & Dijkstra, 2008).

Van Brummen-Girigori et al. (2016) zkoumali u žen z ostrova Curacao, zda je jejich míra žárlivosti odlišná v závislosti na tom, zda vyrůstali s otcem nebo nikoliv. Výsledky prokázaly, že skóre úzkostné a preventivní žárlivosti byla vyšší u žen, které vyrůstaly bez přítomnosti otce, zatímco na reaktivní žárlivost to nemělo výraznější vliv. Z toho důvodu tak ženy vyrůstající bez otce měly větší tendenci bránit svému partnerovi ve stýkání se s jinými ženami. Zároveň vykazovaly větší obavy, že si jejich partner najde někoho atraktivnějšího nebo že je opustí.

### 2.3.3. Sexuální, emoční

Jedním z prvních psychologů, kteří se sexuální žárlivosti více věnovali, byl Donald Symons (1979). Podle něj ženská sexuální žárlivost souvisí s velikostí možného ohrožení sebe sama prostřednictvím pohlavního styku jejího muže s jinou ženou, zatímco zkušenost manžela se sexuální žárlivostí bývá neměnná, protože cizoložství manželky vždy vnímá jako ohrožující, především kvůli riziku snížení pravděpodobnosti otcovství. Ačkoliv jsou obě pohlaví schopná zažívat intenzivně onu sexuální žárlivost, tato žárlivost může být jakousi adaptací. Symons (1979) to vysvětluje tak, že muži tuto žárlivost vůči svým ženám pociťovali vždy, zatímco v polygynních manželstvích se tato žárlivost nestala adaptací. Zároveň manželovy mimomanželské aktivity nutně nemusí ohrožovat reprodukční úspěch jejich manželek. Proto jsou ženy přizpůsobeny k tomu, aby se naučily rozlišovat hrozby od neohrožujícího cizoložství. Hlavní rozdíl mezi pohlavími v sexuální žárlivosti netkví v jejím množství, ačkoliv to tak může vypadat také proto, že muži ji častěji vyjadřují prostřednictvím fyzického násilí, což může budít dojem, že u žen se tento typ žárlivosti v podstatě neobjevuje. Nelze však tvrdit, že by muži oproti ženám měli takovéto žárlivosti více a není ani možné porovnat, zda je sexuální žárlivost u ženy silnější nebo u jejího partnera (Symons, 1979).

Jedno z nejvýznamnějších a nejpoužívanějších dělení vytvořil evoluční psycholog David Buss a jeho kolegové (1992), jež žárlivost dělí na sexuální a emoční. Už z názvu je zřejmé, že se zakládá na tom, kterou situaci jedinec považuje za více ohrožující, zda sexuální žárlivost, jež se týká především fyzické stránky případné nevěry nebo emoční žárlivost, která se vztahuje k duševní stránce vztahu. „*Sexuální žárlivost je komplexní psychologický systém, jehož fungování je odvozeno z pozorovatelných kombinací okolností a reakcí – systém, který je aktivován vnímanou hrozbou, že by si třetí strana mohla uzurpovat něčí místo v sexuálním vztahu a která generuje rozmanitost příležitostně podmíněných reakcí zaměřených na čelení této hrozbě.*“ (Wilson & Daly, 1992, str. 303). Oproti tomu emoční žárlivost může být vyvolána mluvením či trávením času s třetí osobou (Wilson & Daly, 1992).

Sexuální žárlivost (pokud by měla partnerka pohlavní styk s jinou osobou) je více typická pro muže, zatímco ženy rozrušuje více představa emoční nevěry (pokud by se partner

zamiloval do jiné osoby). Tato skutečnost vychází z teorie rodičovských asymetrických investic, kterou vytvořil sociobiolog Robert Trivers (1972), A která byla vysvětlena výše. Muži tak pociťují spíše sexuální žárlivost především kvůli tomu, že pokud by jim byla partnerka sexuálně nevěrná s jiným mužem, může se stát, že dítě, které se případně narodí, není jeho biologickým potomkem. Důvodem je navíc také obava, že partnerka opustí vztah a muž tím ztratí „partnerku pro rozmnožování“, tedy možnou matku jeho budoucích dětí. Oproti tomu ženská jistota mateřství není sexuální nevěrou jejich partnera nijak ohrožena. Pro ženy je tak sexuální nevěra partnera také riskantní, ale rizikem je primárně ztráta jiných reprodukčně cenných zdrojů – času, investice a úsilí partnera, které by mohly být přiděleny konkurenční ženě a jejím dětem (Buss, 2013). Z pohledu lidské evoluční historie jsou ženy ohroženy ztrátou partnerovy investice v monogamních i polygynních vztazích. Důvodem je v prvním případě možná úplná ztráta partnerského vztahu, v druhém případě riziko, že muž bude investovat více do potomků dalších manželek (Buss et al., 1992).

Buss & et al. (1992) provedli studii, v níž požádal vysokoškolské studenty, aby si představili následující dvě události: situace, kdy jejich partner bude mít pohlavní styk s někým jiným vs. situace, kdy jejich partner bude emočně zaangažován s někým jiným. Výsledky ukázaly, že 83 % žen a pouze 40 % mužů by se cítilo více ohroženo emoční nevěrou, zatímco sexuální nevěru partnera/partnerky by hůře neslo 60 % mužů a pouze 17 % žen. V návaznosti na to proběhla i druhá studie, kde byly měřeny fyziologické reakce účastníků, a to především puls a elektrodermální aktivitu (EDA), jež je závislá na tom, jak se jedinec potí na místech, která jsou citlivá na psychogenní podněty (UPOL). Účastníci si měli postupně představit tři situace, první byla neutrální, po ní následovala představa emoční a sexuální nevěry partnera v partnerském vztahu. Muži i ženy měli při obou představách zvýšený pulz, ale u mužů byl v případě sexuální nevěry o něco vyšší. Ženy měly vyšší EDA při představ emoční nevěry jejich partnera, zatímco muži v průběhu představy sexuální nevěry (Buss et al., 1992).

Ve dříve zmíněných studiích Hupky & Banka (1996) zkoumali blíže sexuální a emoční žárlivost ve dvou studiích, první se zúčastnilo 745 vysokoškolských studentů, druhé 499. Mezi použité nástroje pro sběr dat patřil Bemis inventář genderových rolí, v rámci jehož



škály měli participanti označit, nakořik je popisuje 20 maskulinních, 20 femininních a 20 androgynních<sup>2</sup> charakteristik. Zahrnuty byly i Bussovy scénáře sexuální a emoční žárlivosti (Buss et al., 1992), participanti si tedy měli představit, že si jejich partner a) buduje hluboký emoční vztah k jiné osobě nebo b) jejich partner si s jinou osobou užívá pohlavní styk. Ve zmíněné první studii se mezi pohlavími výrazný rozdíl v sexuální nebo emoční žárlivosti neprokázal, naopak 63 % mužů uvedlo, že by je více znepokojila emoční nevěra partnerky, což se blíží 73 % žen, které odpověděly stejně. Hupka & Bank (1996) se tak snažili zjistit, proč tomu tak je. Jedním z jejich závěrů bylo, že osoby, které více ctí tradiční rozdělení genderových rolí, a které se naučily vnímat samy sebe v rámci konkurence s ostatními, trpěly více sexuální žárlivostí, ať už šlo o muže či ženy. Oproti tomu jedinci, kteří byli v této oblasti více otevření a byla pro ně nejpodstatnější láska jakékoli podoby, se cítili ohroženi spíše emoční žárlivostí. Druhá studie měla stejný průběh, pouze odlišné participanty, kterými bylo 499 studentů psychologie. Bussova teorie se zde opět nepotvrdila, protože 52 % mužů a 74 % žen uvedlo, že by se cítili více ohroženi emoční nevěrou partnera/partnerky. Ukázalo se však, že v případě vážných vztahů, v nichž byli partneři sexuálně aktivní, obě pohlaví vykazovala větší distres v případě sexuální žárlivosti než ve vztazích, kde mezi partnery sex přítomný nebyl.

Sexuální žárlivosti se věnovali také Wilson & Daly (1996), kteří také popisují rozdíly mezi podobou mužské a ženské žárlivosti. I oni uvádí, že mužská sexuální žárlivost vyplývá především z toho, že muži čelí problému investování zdrojů do domnělých dětí, které jsou ve skutečnosti zplozeny soupeřícími muži (Wilson & Daly, 1996). Také dokumentují, že mužská sexuální žárlivost stojí ve velkém množství případů za násilím vůči ženám, jež pravděpodobně souvisí s ohrožením výlučného sexuálního přístupu muže k jeho partnerce.

---

<sup>2</sup> Kombinace ženských a mužských charakteristik, znaků (Bem, 1974).

Nejvíce ohrožené žárlivým násilím jsou mladé ženy, protože mají nejvyšší reprodukční hodnotu.

Buunk & Dijkstra (2004) chtěli ověřit hypotézu, že u mužů je žárlivost tím vyšší, čím je vyšší rivalův status, jeho zdroje, zatímco u žen je klíčová fyzická atraktivita možné rivalky. Cílem bylo zjistit, zda je tato hypotéza platná u sexuální i emoční žárlivosti, či zda existují rozdíly. Žárlivost vzbuzená emoční nevěrou byla charakterizována jako pocit ohrožení, zatímco žárlivost vyvolaná sexuální nevěrou byla popsána jako pocit zrady a vzteku. Emoční nevěra spojená u mužů s rivalovou dominancí a u žen s fyzickou atraktivitou rivalky opravdu vyvolávala pocity ohrožení. Oproti tomu po sexuální nevěře vyvolala fyzická atraktivita rivala u mužů (ale nikoliv u žen) pocity zrady a hněvu, ale ne úzkosti nebo podezření.

Dvě zmiňované možnosti („partner/ka si tvoří pevné emoční pouto k jiné osobě“ a „partner/ka si užívá vášnivý pohlavní styk s jinou osobou“), které bývají participantům předkládány jako tzv. nucená volba<sup>3</sup>, pochází právě od Busse et al. (1992) a byly použity v mnoha experimentech. Např. Sagarin et al. (2003) potvrdili výše zmíněnou hypotézu, že emoční žárlivost je typická spíše pro ženy, zatímco sexuální pro muže, kterou testovali na vzorku 513 participantů. Došli k podobným, avšak dále rozšiřujícím zjištěním. Účastníci zvažující nevěru opačného pohlaví vykazovali významný rozdíl mezi pohlavími: 51 % mužů a 16 % žen uvedlo větší úzkost v reakci na sexuální nevěru partnera/partnerky s opačným pohlavím, zatímco ti, kteří zvažovali nevěru osob stejného pohlaví, ne: 33 % mužů uvedlo větší úzkost v reakci na sexuální nevěru ve srovnání s 37 % žen. Při kontinuálních měřeních muži i ženy vykazovali významně méně žárlivosti v reakci na nevěru osob stejného pohlaví ve srovnání s nevěrou opačného pohlaví. To potvrdilo hypotézu výzkumníků, že muži a ženy budou méně žárlit na typ nevěry, která s sebou nese riziko početí.

---

<sup>3</sup> Metoda, kdy si participant/ka musel/a vybrat, který z nabízených scénářů nevěry je pro něj/ni více rozrušující.

Výsledky studií na podobné téma se však velmi liší, mnoho z nich nenalezlo mezi pohlavími signifikantní rozdíly. Případnou pocíťovanou žárlivost, která byla i v případě homosexuálních párů nejčastěji zkoumána podle metody nucené volby výrazně ovlivňovala vlastní zkušenost s nevěrou. Homosexuální i heterosexuální jedinci, jež někdy zažili partnerovu/partnerčinu nevěru, se při hypotetickém uvažování cítili více ohroženi emoční nevěrou (Harris, 2002). Zmíněný výzkum také poskytl výsledky odlišné od zjištění Busse et al. (1992), protože se v něm 74 % heterosexuálních mužů cítilo více ohroženo emoční nevěrou.

Achim Schützwohl & Koch (2004) zkoumal kognitivní procesy mezi něž patří čas rozhodování, hledání informací nebo kognitivní zaujetí. Účastníky experimentu byli jedinci, kteří byli v té době v partnerském vztahu. Byl jim přečten příběh, který odkazoval právě k jejich současnému vztahu, přičemž v tomto vyprávění zmínil 5 informací, jež lze považovat za vodítka k emocionální nevěře a 5 vodítek odkazující k sexuální nevěře. O týden později zjišťoval, co si participanti z příběhu dokázali zapamatovat a nyní vybavit, přičemž 42 % mužů oproti 24 % žen si vzpomnělo spíše na vodítka týkající se sexuální nevěry, zatímco 40 % žen oproti 29 % mužů si vybavilo spíše vodítka týkající se emocionální nevěry.

Shackelford et al. (2002) se věnoval sexuální a emoční nevěře a žárlivosti co do jejich důsledků. Dle výsledků ze vzorku 128 studentů a 128 studentek jedné z amerických univerzit je pro muže těžší odpustit partnerce sexuální nevěru a častěji tak opouští vztah právě v případě sexuální nevěry, zatímco u žen je to naopak. Je pro ně složitější zapomenout na emoční nevěru partnera, a proto v tomto případě přichází rozchod častěji z jejich strany. Konkrétně 65, 1 % mužů a 52 % žen odpovědělo, že by pro ně bylo těžší odpustit sexuální nevěru. 54, 8 % mužů a 41, 6 % žen uvedlo, že by pro ně byla větším impulzem k ukončení vztahu sexuální než emoční nevěra. I tento výzkum tak podporuje evoluční teorii, která jako hlavní rozdíl v typu žárlivosti mezi muži a ženami spatřuje rozdílné množství případných rodičovských investic. Není to tak, že by ženy nebyly sexuální nevěrou partnera nijak ohroženy, ale více je znepokojuje emoční nevěra, která poukazuje na delší časový horizont partnerova závazku.

Otázkou zůstává, zda toto rozdělení platí také u homosexuálních jedinců, kteří mají partnery stejného pohlaví, protože homosexuální páry nemají možnost počít přirozenou cestou potomka. Lippa (2007) ovšem uvádí, že pohlaví výběr u homosexuálů funguje stejně jako u heterosexuálů, a že by tedy žárlivost měla mít stejnou povahu, tzn. Homosexuální muži by měli více pociťovat sexuální žárlivost, zatímco ženy emoční. Některé dosavadní studie však poukazují na opak. Dijkstra et al. (2001) na výzkumném vzorku 99 homosexuálních žen a 138 homosexuálních mužů zjistili, že v případě, kdy byli tyto jedinci ve vážném partnerském vztahu, vykazovali muži vyšší hladinu emoční žárlivosti, zatímco ženy vyšší sexuální žárlivost. U jedinců, kteří se v té době ve vztahu nenacházeli, nebyly zjištěny rozdíly mezi pohlavími. Autoři to vysvětlují tak, že homosexuální muži mohou mít mnoho partnerů, přičemž však nemusí investovat do případných potomků, tím pádem vlastně „nepotřebují“ pociťovat sexuální žárlivost. Dále uvádí, že homosexuální muži mají za svůj život více partnerů než homosexuální ženy partnerek, a proto byli více konfrontováni s nepartnerským sexem. Proto pro ně byla více ohrožující emoční nevěra partnera. Z jejich zjištění vyplývá, že u homosexuálních jedinců převládá typ žárlivosti (sexuální X emoční) typický pro opačné pohlaví u heterosexuálních jedinců, tzn. že u gayů je podobnost s heterosexuálními ženami a u leseb s heterosexuálními muži. Autoři to vysvětlují tím, že typ žárlivosti závisí nikoliv na vlastním pohlaví, ale především na pohlaví partnera, na kterého je žárleno (Dijkstra et al., 2001).

S tím souhlasí i de Souza et al. (2006), jejichž výzkumným cílem bylo porovnat relativní znepokojení na vzorku heterosexuálních a homosexuálních mužů a žen v Brazílii, přičemž k rozlišení sexuální a emoční žárlivosti byla opět použita metoda nucené volby. Celkem se zúčastnilo 68 heterosexuálních mužů, 72 heterosexuálních žen, 42 homosexuálních mužů a 35 homosexuálních žen. Výsledek potvrdil, že heterosexuální muži a homosexuální ženy pociťují spíše sexuální, zatímco heterosexuální ženy a homosexuální muži spíše emoční žárlivost. To by odpovídalo teorii, že homosexuální jedinci žárlí stejným způsobem, jako opačné pohlaví u heterosexuálů a že tedy záleží ne tolik na pohlaví žárlivého jedince, ale na pohlaví jeho partnera, tzn. pokud má jedinec (nezávisle na jeho pohlaví) za partnerku ženu, měl by žárlit sexuálně, zatímco je-li partnerem muž, měl

by jedinec žárlit spíše emočně. Zároveň se neprokázalo, že by žárlivost u homosexuálních jedinců byla slabší, ačkoliv se svým případným partnerem nemají možnost přirozeně zplodit potomky, což popisuje evoluční teorie jako jeden z hlavních důvodů žárlivosti.

Výzkum na stejné téma provedla i Harris (2002), která získávala své respondenty prostřednictvím letáčků či inzerátů a také byli oslovováni v komunitních centrech pro gaye a lesby. Celkem se zapojilo 48 homosexuálních žen, 50 homosexuálních mužů, 49 heterosexuálních žen a 49 heterosexuálních mužů. Byli požádáni, aby si představili hypotetickou situaci (případně si vybavit dřívější vztah), v níž byly použity scénáře Busse et al., (1992). Měli tedy odpovědět, zda by je více znepokojilo, pokud by jejich partner zkoušel různé sexuální polohy se třetí osobou nebo pokud by se jejich partner zamilovával do třetí osoby. Následovala otázka, zda mají zkušenost s nevěrou ze strany svého partnera, tedy zda je někdy partner podvedl. Pokud odpověděli „ano“, byli dále dotazováni, aby na škále 1-5 (1=vůbec, 5=nikoliv) určili, nakolik se zaměřovali na sexuální a emoční aspekty této nevěry. Výsledky potvrdily, že heterosexuální muži spíše než heterosexuální ženy považovali za vážnější sexuální nevěru a to platilo i v porovnání k homosexuálním mužům. Oproti tomu homosexuální ženy by více znepokojila emoční nevěra. Přesto však celkem 74 % heterosexuálních mužů uvedlo, že by je více znepokojila emoční nevěra. Gayové také předpokládali, že by pro ně byla také náročnější emoční než sexuální nevěra. Tyto závěry tak zpochybňují teorii Busse et al., (1992).

Sheets & Wolfe (2001) provedli experiment, v němž zjišťovali rozdíly mezi emoční a sexuální žárlivostí u homosexuálních žen a mužů a u heterosexuálních žen a mužů. Zúčastnilo se ho celkem 202 osob a participanti měli opět za úkol představit si a zodpovědět, zda by byli více znepokojeni sexuální nebo emoční nevěrou svého partnera/partnerky. Konkrétně byli dotázáni, zda by je více rozrušilo to, že si „partner/ka tvoří pevné emoční pouto k jiné osobě“ nebo to, že si „partner/ka užívá vášnivý pohlavní styk s jinou osobou“. Výsledky naznačují, že z těchto čtyř skupin pociťují nejvíce sexuální žárlivost heterosexuální muži. Naopak heterosexuální ženy a homosexuální ženy i muži by byli více znepokojeni emoční než sexuální nevěrou svého partnera/partnerky. V další analýze se také

ukázalo, že heterosexuální muži mají ze všech skupin největší tendenci věřit, že je partnerka opustí kvůli jinému sexuálnímu vztahu.

Existuje však také teorie, že žárlivost je ovlivněna nikoliv pohlavím jedince, který žárlí, ani pohlavím partnera, na kterého žárlí, ale pohlavím případného rivala. To se ve svém výzkumu na vzorku 1946 participantů z Brazílie, Chile a Portugalska pokusili ověřit Valentova et al. (2020). Významnou roli hrála ve výzkumu otázka ohledně pohlaví případného rivala – tedy zda by jedince znepokojila emoční či sexuální nevěra, pokud by třetí osobou byl muž, nebo zda by je znepokojila emoční či sexuální nevěra, pokud by rivalem byla žena. Výsledky prokázaly, že mužské pohlaví rivala hraje významnou roli u heterosexuálních mužů a žen a u bisexuálních žen. U heterosexuálních mužů se v případě mužského rivala neprojevil větší rozdíl mezi sexuální a emoční žárlivostí, ale případné zapojení partnerky do vztahu se ženou bylo vnímáno jako méně znepokojující. U žen se naopak prokázalo jako nejvíce stresující emoční zapojení partnera/partnerky se ženskou rivalkou, za ním následovalo sexuální zapojení s ženskou rivalkou. Další testy odhalily, že jedinci byli obecně více znepokojeni hypotetickým emočním zapojením svých partnerů s jedinci stejného pohlaví, jako byli oni sami.

Je nutné zmínit také výzkum Sagarina a kolektivu (2012), kteří provedli dvě metaanalýzy náhodných efektů, které se objevily v různých publikovaných či ještě nepublikovaných pracích, a které měřily rozdíly mezi pohlavími v sexuální a emoční žárlivosti. Důvodem k tomu byla kritika metody nucené volby, která byla v dosavadních výzkumech zaměřených na žárlivost často používána. Ve výzkumech, kde však tato metoda použitá nebyla, se mezi pohlavími výrazné rozdíly v typu neobjevily. Ve 47 nezávislých vzorcích, získaných ze 40 prací, se objevilo celkem 209 efektů, přičemž významný rozdíl, poukazující na odlišnost ve vnímání žárlivosti, se objevil ve 45 z nich. Právě v nich se navíc objevilo šest významných moderátorů: náhodný výběr, typ populace (vzorek studentů vs. lidí co nestudují), věk, zahrnutí otázky s vynucenou volbou, počet bodů na škále odpovědí a rok publikace. Jedním z nejjasnějších výsledků metaanalýzy byla skutečnost, že rozdíl v typu žárlivosti mezi pohlavími není následkem metody nucené volby, protože tyto rozdíly

se objevily ať už byly zkoumány jednotlivé vzorky, efekty, a také při zvážení individuálních nezávislých efektů.

Z celé podkapitoly tak vyplývá, že mezi heterosexuálními ženami a muži by měl být významný rozdíl v tom, jaký typ žárlivosti a případné nevěry v nich vyvolává větší znepokojení či úzkost. U mužů by to měla být sexuální nevěra, která je způsobená strachem o případnou jistotu otcovství. Ženy také nejsou k sexuální nevěře svého partnera lhostejné, ale tato případná nevěra jejich jistotu mateřství neohrožuje. Pro ženu je tak primárně riskantní ztráta jiných reprodukčně cenných zdrojů jako je partnerův čas, úsilí a další investice. Mnoho studií tuto teorii potvrdilo, ale stejně tak některé studie nenašly signifikantní rozdíly. Roli hraje také skutečnost, zda už jedinci mají s nevěrou zkušenosti či nikoliv. U homosexuálních jedinců je tomu však jinak, zde se naopak v mnoha výzkumech prokázalo, že reagují jako opačné pohlaví u heterosexuálů, tzn. homosexuální ženy pociťují spíše sexuální žárlivost, podobně jako heterosexuální muži, a homosexuální muže znepokojuje spíše emoční žárlivost, podobně jako heterosexuální ženy. Další teorie tak tvrdí, že typ žárlivosti je ovlivněn buď pohlavím partnera (de Souza et al., 2006) nebo pohlavím případného rivala (Valentova et al., 2020).

Zároveň je v tomto kontextu důležité zmínit tzv. „double shot“ hypotézu, kterou navrhli DeSteno & Salovey (1996). Ta předpokládá, že někteří jedinci považují emoční a sexuální nevěru za propojené události, které od sebe nelze snadno oddělit. V praxi to znamená, že v případě nucené volby zvolí jako více znepokojující ten typ nevěry, po němž lze automaticky předpokládat, že přijde i opačný typ nevěry, tzn. například emoční nevěra pro některé jedince může implikovat, že brzy po ní přijde i nevěra sexuální. To by podle autorů mohlo také vysvětlovat, proč ženy spíše než muži považující za více ohrožující emoční nevěru, která v nich vyvolává i představu brzké sexuální nevěry. Autoři provedli na toto téma i dvě studie, ve kterých se ukázalo, že souvislost mezi pohlavím a více ohrožujícím typem žárlivosti tkví ve vnímání souvislosti mezi zmíněnými typy nevěry, které se mezi muži a ženami liší. Muži i ženy si zvolili typ nevěry, který by byl dle jejich úvahy následován tím dalším. V obou provedených studiích se přesvědčení, že emoční nevěra implikuje

sexuální nevěru, objevilo především u žen. Normální reaktivní, patologická reaktivní, symptomatická

White & Mullen (2006) dále dělí žárlivost na další tři typy. Normální reaktivní žárlivost je běžnou reakcí na skutečnou/domnělou nevěru. Patologicky reaktivní žárlivost je podobná v tom, že existuje událost, která ji vyvolává, současně jedinec nepřiměřeně reaguje na situace, jež zpochybňují věrnost. Důvodem může být odchylka od normální osobnostní struktury, duševní porucha či minulá zkušenost s nevěrou. Právě tyto predispozice ovlivňují projev žárlivosti, ale nejsou její čistou příčinou. Velký psychologický slovník (Hartl, Hartlová & Nepraš, 2010, str. 700) používá jako synonymum pojem chronická žárlivost, která „vzniká samovolně bez jakéhokoliv podnětu ze strany partnera, obsahuje prvky paranoidního bludu [...]”. V kontrastu s tím je symptomatická žárlivost způsobená duševní poruchou, přičemž jedinec nemá racionální důvody k tomu, aby na svého partnera žárlil. Tuto žárlivost mohou způsobovat organická porucha mozku, *“při níž je narušena uspořádaná přirozenost cerebrální funkce, může dát vzniknout všem možným abnormalitám duševní činnosti”*, schizofrenie, poruchy nálad nebo bludné paranoidní poruchy, jež jsou zmíněny výše (White & Mullen, 2006, str. 259).

## 2.4. FAKTORY ŽÁRLIVOSTI

Za faktory žárlivosti považují okolnosti, které vyvolávají nebo ovlivňují žárlivost. Dříve zmíněné teorie mohou posloužit jako vysvětlení určitých principů, které nám pomáhají pochopit, z čeho žárlivost vzniká a proč, ale nejsou tím jediným, co má na žárlivost vliv. Mezi nejvýznamnější faktory patří osobnostní rysy, různé vztahové okolnosti a další vnější vlivy.

### 2.4.1. Osobnostní faktory

Buunk (1997) požádal sto žen a sto mužů z Nizozemí, aby vyplnili sérii dotazníků, které se týkaly preventivní, reaktivní a úzkostné žárlivosti. Participanti v nich měli například vybrat, která situace (např. partner tančí/povídá si/líbá se s jinou osobou) v nich vyvolává největší žárlivost. Výsledky ukázaly, že všechny tři typy pozitivně korelovaly



s neuroticismem, sociální úzkostí a hostilitou, přičemž rozdíly mezi pohlavími nebyly u těchto osobnostních rysů zjištěny. Naopak nebylo prokázáno, že osoby s větší mírou egoismu nebo dominance by žárlily více. Mezi ženami se jako významný faktor projevila nízká sebeúcta, a to u všech tří zmíněných typů žárlivosti, tzn. pokud ženy měly menší sebeúctu, žárlily více.

Za jeden z možných ovlivňujících faktorů lze považovat i dispoziční žárlivost, která byla zmíněna výše. Bringle et al. (1979) použili k jejímu měření Škálu žárlivosti dle vlastního odhadu (Self-report jealousy scale), která zahrnovala položky z oblasti romantické, rodinné, sociální a pracovní, a účastníci na ní měli určit míru své žárlivosti. Osoby, které ohodnotily svou míru žárlivosti jako vysokou ve všech čtyřech oblastech lze považovat za obecně žárlivé, protože žárlivost je pro ně jakousi osobní dispozicí. Osoby s vysokou dispoziční žárlivostí mají typicky nižší sebeúctu, menší životní spokojenost a spíše externí „locus of control“, věří tedy, že jejich život do velké míry určují jiní lidé, štěstí nebo osud. Tyto osoby jsou tak obecně více dogmatické a jsou citlivější ke svému sociálnímu okolí.

Chin et al. (2017) zkoumali, zda existuje nějaká souvislost mezi žárlivostí a tzv. temnou triádou, což je model tří antisociálních osobnostních rysů, která je tvořena machiavellismem, narcismem a psychopatií. Ukázalo se, že celá temná triáda korelovala jak s kognitivní, tak s behaviorální a emoční žárlivostí. S emoční žárlivost se potom nejvíce pojil narcismus. To potvrdili i Barelds et al. (2017), kteří se zaměřili na preventivní, reaktivní a úzkostnou žárlivost, přičemž předpokládali, že právě rysy temné triády budou pozitivně korelovat s mírou preventivní a úzkostné žárlivosti (tedy těch typů, které nejsou založeny na skutečném ohrožení vztahu). U reaktivní žárlivosti žádná souvislost s výše zmíněnými osobnostními rysy nalezena nebyla, úzkostná žárlivost mírně pozitivně, oproti tomu preventivní žárlivost souvisela se všemi třemi rysy temné triády. Podobnou studii provedli Barelds & Dijkstra (2021) i o pár let později, přičemž na vzorku 680 osob našli souvislost mezi neurotismem a úzkostnou a preventivní žárlivostí, a dále mezi machiavelismem a narcismem a preventivní žárlivostí. Znamená to tedy, že pokud má jedinec zmíněné osobnostní rysy, je zvýšená pravděpodobnost, že se u něj objeví odpovídající druh žárlivosti. Například machiavelismus je tak v podstatě jasným předpokladem preventivní žárlivosti.

Probíhaly i některé výzkumy, které si daly za cíl zjistit, zda spolu souvisí osobnostní faktory BIG 5<sup>4</sup>, ovšem žádná souvislost se nepotvrdila. Stejně tak provedené testy nijak nevykazovaly, že by existovala souvislost mezi osobnostními rysy BIG 5 a znepokojením z nevěry partnera (Wade & Walsh, 2008 nebo Weinstein & Wade, 2011).

Psychoterapeut Paul Hauck (1981) charakterizoval celkem šest osobních rysů, které jsou typické pro žárlivé osoby.

1. **Komplex méněcennosti** vzniká primárně z přílišného sebeobviňování se z nedostatku úspěchu, peněz či přátel, čímž se následně jedinec cítí jako nepotřebný nebo méněcenný. Žárlivé osoby navíc posuzují svou důležitost také podle toho, zda jsou milovány nebo ne.
2. **Mentalita pán-otrok**, kdy žárlivá osoba považuje partnera za svůj majetek, má pocit, že ho vlastní a uplatňuje na něj jiná pravidla než na sebe.
3. **Sebezničující chování**, které ovlivňuje žárlivého jedince i jeho partnera, jenž mu musí dát vše, co chce.
4. **Potíže s přijutím zodpovědnosti** za vlastní žárlivost, která se projevuje tím, že za žárlivost je vždy zodpovědný partner. Žárlivá osoba si nepřipouští, že by mohla být způsobena například její nejistotou, ale je známo, že žárlivost není způsobena tolik chováním našeho partnera, ale vychází především ze způsobu, jakým o tomto chování uvažujeme.
5. **Sobeckost a nevyspělost**, již se vyznačují lidé, kteří neberou v potaz přání nebo potřeby druhých.
6. **Bázlivost**, kdy jsou jedinci paranoidní a cítí ohrožení i drobnostmi. Není však v silách jejich partnerů, aby se každých okolností chovali perfektně tak, aby to žárlivého jedince neovlivnilo.

---

<sup>4</sup> BIG 5 označuje soubor pěti osobnostních rysů: extravertze, otevřenost vůči zkušenosti, svědomitost, přívětivost, neuroticismus (Raad & Perugini, 2002).

#### 2.4.2. Faktory ovlivněné dětstvím

Faktory, které mohou ovlivňovat žárlivost, vznikají už v dětství, aniž bychom si to sami uvědomovali. Buunk (1997) zjišťoval, zda má na žárlivost vliv attachmentový styl z dětství a pořadí narození do rodiny. Attachment vyjadřuje určité pouto malého dítěte k významným osobám v jeho životě, nejčastěji to bývá primární pečovatel, tedy matka (Thorová, 2015). V této studii Buunk rozlišoval tři typy attachmentu: bezpečný, úzkostný a vyhýbavý. Jedinci, kteří byli v dětství dostatečně „připoutáni“ (bezpečný attachment) vykazovali vyšší míru dominance a sebeúcty, a naopak nižší hladinu hostility či neuroticismu. Ukázalo se, že děti, u nichž se projevil nejistý úzkostný attachment byly následně v dospělosti žárlivější než ostatní. Je tedy možné, že attachmentový styl z dětství ovlivnil jedince skrze některé jejich osobnostní rysy, což také potvrzuje fakt, že jedinci s vyhýbavým attachmentem vykazovali mnohem nižší úroveň neuroticismu a dominance než jedinci s úzkostným attachmentem. Samotné pořadí narození do rodiny nemá přímou souvislost s typem attachmentu, ale děti narozené do rodiny jako poslední byly nejvíce žárlivé, pravděpodobně protože jim rodiče (na rozdíl od prvorozených) nemohli věnovat plnou pozornost (Buunk, 1997).

Hindy et al. (1989, citace dle White & Mullen, 2006) provedli studii, v níž se snažili odhalit, jak spolu souvisí míra současné žárlivosti s událostmi z dětství, přičemž nešlo jen o výpovědi samotných participantů, ale také jejich rodičů a sourozenců. Zjistilo se, že muži jsou událostmi z dětství ovlivněni více než ženy, a jejich žárlivost v dospělosti ovlivňují především tyto tři typy výchovy: když mají matky nedostatek autority a používají odepření lásky dítěti jako formu trestu a zároveň otcové k dítěti vyjadřují odmítavý postoj. Druhým případem je naopak autoritativní matka a spíše uvolněnější a přátelštější otec, v třetím případě je faktorem obecně (ne)přijímatelné chování, které má vliv na sebeúctu dítěte.

O tři roky dříve byla provedena podobná studie (Hindy & Schwarz (1986, citace dle White & Mullen, 2006), ze které vycházejí zajímavá zjištění o ženské žárlivosti. Ženy byly v dospělosti žárlivé hlavně v případech, kdy jejich otec v dětství vyžadoval dodržování autority a tím umožňoval nízkou míru autonomie nebo naopak pokud byl otec až příliš shovívavý, kterého může naopak přílišná autonomie dívky ohrožovat. „*Dcera může mít*

*zvláštní, důvěrný vztah k potřebnému otci a defenzivně může projektovat jakési Elektřiny touhy po takovém zvláštním vztahu do rivalů.“* White & Mullen, 2006, str. 129). Neprokázalo se, že by tehdejší partnerská spokojenost rodičů měla vliv na současný partnerský život už dospělých jedinců.

Jak už bylo popsáno výše, Van Brummen-Girigori et al. (2016) zkoumali u žen z ostrova Curacao, jak souvisí míra jejich žárlivosti na tom, zda vyrůstali s otcem nebo nikoliv. Když ženy vyrůstali bez otce, v dětství trpěly větší úzkostnou a preventivní žárlivostí, zatímco u reaktivní žárlivosti se vliv neprokázal. Ženy, které byly v dětství bez otce také měly větší obavy, že je partner opustí, a proto se více snažily bránit svému partnerovi, aby se stýkal s jinými ženami.

#### 2.4.3. Faktory ovlivněné současným vztahem

Do této kategorie lze zařadit především současné vztahové charakteristiky a okolnosti. Pfeiffer & Wong (1989) zjistili, že čím více jsou lidé zamilovaní, tím menší mají potřebu se strachovat kvůli tomu, že jejich partner bude trávit čas s někým jiným, ale zase o to více je rozruší, pokud by se ocitli v situaci, která žárlivost vyprovokovává.

Zatímco ženy žárlí hlavně za předpokladu, že jsou jejich rivalky fyzicky atraktivní, pro muže je typické, že žárlí především pokud má jejich rival vysoký status jako například dominance nebo bohatství. S tím souvisí i projevování a reakce na žárlivost, kdy se ženy snaží zvýšit svou fyzickou atraktivitu, aby se partnerovi zalíbily, zatímco muži se snaží poukázat na své zdroje (Guerrero et al. 2004). To potvrdila i studie Dijkstry & Buunka (2002), která zkoumala, jaký vliv mají na žárlivost rivalovy charakteristiky. U heterosexuálních participantů se prokázalo, že muži se cítili více ohroženi sociální dominancí rivala. Mezi konkrétní ohrožující rivalovy charakteristiky patřilo „více peněz“, „lepší smysl pro humor“, „je fyzicky silnější“ nebo „je starší“. Oproti tomu patřily u žen mezi zmiňované charakteristiky „atraktivnější obličej nebo tělo“, „lepší postava“, „krásnější nohy“ nebo „lépe se oblékající než já“. Zmíněná studie byla provedena na vzorku vysokoškolských studentů. Aby byly výsledky objektivnější, byla provedena i studie s participanty ve věku 20-85 let. Výsledky byly podobné, ale čím byli muži starší, tím méně

se sociální dominancí rivala cítili ohroženi. To si autoři vysvětlují tím, že muži již díky svému vyššímu věku již dosáhli nebo nebyli daleko od svého společenského vrcholu, a proto nepovažovali sociální dominanci za indikátor možného budoucího postavení, ale zajímaly je skutečné úspěchy rivala. Stejně tak čím byly ženy starší, tím méně se cítily ohroženy fyzickou atraktivitou rivalky. To podle výzkumníků odráží posun v rolích u žen v závislosti na věku: u mladých žen je významným bodem plodnost a možnost otěhotnění, přičemž fyzická atraktivita signalizuje schopnost tak učinit. Starší ženy oproti tomu mohou dělat jiné činnosti, v nichž není fyzická atraktivita tolik důležitá (Dijkstra & Buunk (2002).

Russel & Harton (2005) provedli studii se 142 studenty vysokých škol, kde zjišťovali, nakolik by participanti pocíťovali žárlivost v situacích vyvolávajících emoční nebo sexuální žárlivost, a to ve dvou situacích: když by byl jejich partner s neznámou osobu vs. když by byl jejich partner s jejich dobrým kamarádem/kamarádkou. Obě pohlaví vykazovala více žárlivosti v situacích evokujících sexuální blízkost, toto zjištění tedy odporuje evoluční teorii, které, jak již bylo zmíněno, říkají, že muži se cítí ohroženější sexuální nevěrou, zatímco ženy emoční nevěrou. Negativní pocity participantů byly silnější, když byl rival cizí, neznámou osobou, což může být spojeno s tím, že participanti měli pocit, že před nimi jejich partner něco tají. Dále se ukázalo, že lidé, kteří byli ve vztahu delší dobu, byli více znepokojeni případnou sexuální nevěrou a lidé, jejichž vztah trval kratší dobu, znepokojovala emoční nevěra. Oba zmíněné typy nevěry měly také souvislost s vykazovanou mírou lásky, přičemž ve vztazích vykazující vyšší míru lásky participanti pocíťovali větší ohrožení scénářem sexuální nevěry, zatímco participanti ve vztazích vykazujících nižší míru lásky byli ohroženější scénářem emoční nevěry.

Vztahová (ne)jistota, citové přilnutí a intimita mohou mít vliv na kognitivní a emoční typ žárlivosti, který byl představen výše. Knobloch et al. (2001) jejich korelaci zjišťovala na vzorku 132 vysokoškolských studentů. Z výsledků vyplývá, že muži a ženy se neliší v pocíťované míře emoční žárlivosti, intimity nebo úzkosti ze vztahu. Muži však uváděli větší míru kognitivní žárlivosti a nejistoty v sebe sama, partnerské i vztahové nejistoty. Dále byla zjištěna negativní korelace mezi vztahovou intimitou a kognitivní žárlivostí, tzn. čím méně se ve vztahu nachází intimita, tím je partnerská žárlivost vyšší. Posledním zkoumaným

jevem byla souvislost mezi partnerskou blízkostí, resp. přilnutím, kde se měřilo pohodlí nebo naopak úzkost vzhledem k blízkosti partnera ve vztahu. Právě úzkost pozitivně korelovala s kognitivní i emoční žárlivostí, zatímco pohodlí ohledně blízkosti ve vztahu korelovalo negativně, a pouze s kognitivní žárlivostí (u emoční nebyl prokázán vliv), tzn. čím více byli účastníci spokojeni s blízkostí partnera ve vztahu, tím byla jejich kognitivní žárlivost nižší.

Barelds & Dijkstra (2007) na vzorku 196 heterosexuálních párů zkoumali, nakolik spolu souvisí žárlivost a jejich vnímání kvality vztahu. V tomto výzkumu se zjistilo, že úzkostná žárlivost koreluje negativně a reaktivní žárlivost koreluje pozitivně s kvalitou partnerského vztahu. V podstatě to tedy znamená, že úzkostná žárlivost představuje negativní vztahový jev, zatímco reaktivní žárlivost pozitivní. To může být zapříčiněno tím, že reaktivní žárlivost je považována za projev lásky a zájmu partnera. Souvislost s majetnickou (preventivní) žárlivostí se neprokázala, což autoři přikládají tomu, že velmi záleží na vyjádření tohoto typu žárlivosti, tzn. pokud například partner/ka druhou osobu obdarovává, aby si udržel její/jeho přízeň, může to mít na kvalitu vztahu pozitivní vliv. Pokud však partner/ka projevuje žárlivost prostřednictvím násilí, z pravidla má toto chování na vztah negativní vliv. Podobná studie byla stejnými autory provedena i o rok později, tentokrát i s homosexuálními účastníky Barelds & Dijkstra (2008), a její výsledky již byly zmíněny výše. Výsledky obou studií se shodují, ve zkratce tito autoři zjistili, že zejména u homosexuálních mužů má úzkostná žárlivost spojitost s nižší kvalitou partnerského vztahu, zatímco u heterosexuálních mužů i žen byla podstatná hlavně reaktivní žárlivost, která byla naopak s kvalitou vztahu spojena pozitivně.

#### 2.4.4. Ostatní faktory

Krug et al. (1996) zjistili, že žárlivost u žen může souviset s menstruačním cyklem. V jejich výzkumu se ukázalo, že v preovulační fázi ženy reagovaly na příběhy navozující (především nesexuální) žárlivost intenzivněji. Zároveň byla zkoumána i subjektivní hodnocení intenzity žárlivosti, která byla nejvyšší v ovulační fázi, opět po příběhu nesexuální žárlivosti. Ukázalo se, že ženy užívající hormonální antikoncepci vykazují vyšší

míru žárlivosti než ženy, které mají přirozený menstruační cyklus. Vyšší hladiny ethinylestradiolu<sup>5</sup> byly spojeny s významně vyššími úrovněmi žárlivosti, kterou ženy uváděly. Cobey et al. (2011) dokonce zkoumali, zda jsou nějak ovlivněny jednotlivé typy žárlivosti (reaktivní, majetnická, úzkostná), ale nebyla nalezena souvislost. Hladina ethinylestradiolu tedy neovlivňuje jeden typ žárlivosti více než jiný, ale ovlivňuje spíše celkovou žárlivost.

Můžeme tedy vidět, že faktorů, které mohou ovlivňovat vznik, míru či typ žárlivosti v partnerském vztahu je mnoho, přičemž těchto faktorů existuje mnohem více. Pro účely své práce jsem se však rozhodla omezit pouze na několik z nich. Komplexní popsání faktorů žárlivosti by bylo nad rámec této práce a není to jejím hlavním cílem.

## **2.5. ŽÁRLIVOST V POLYAMORNÍCH VZTAZÍCH**

Rubinsky (2018) podrobněji tematizovala žárlivost v polyamorních vztazích. Z jejího výzkumu vychází, že participantů chápali žárlivost jako zastřešující pojem pro komplex různých emocí. Na rozdíl od monogamních vztahů však hlavní ohrožení neviděli ve ztrátě exkluzivity. Žárlivost se u nich objevovala například ve chvíli, kdy diskutovali příchod nového či odchod současného partnera ve vztahu. Participantů byli většinou o žárlivosti zvyklí s partnerem mluvit, ale ne protože by požadovali, aby se už partner neúčastnil chování, jež v nich vyvolává žárlivost, ale protože o ní chtěli komunikovat a žádali vlastně potvrzení svých pocitů. Někteří participantů však také zmiňovali, že kvůli své žárlivosti mívají špatný pocit a není jim příjemné ho sdílet s partnerem, protože tím v podstatě naznačují, že nemají rádi někoho, kdo je pro jejich partnera důležitý.

---

<sup>5</sup> Estradiol je ethinylestradiol patří je hormon, který zapříčiňuje blokádu působení jiných hormonů, tzv. androgenů. Tím je ovlivněna produkce mazových žlázek v kůži a také potlačena ovulace.

Jak zmiňuje Balzarini et al. (2017), komunikace je stavebním kamenem každého vztahu, ale v polyamorii a další CNM vztazích je ještě podstatnější. V první řadě je spolu s upřímností zdůrazňována samotnými polyamorními jedinci. Úroveň komunikace autoři zkoumali prostřednictvím škály Lickertova typu, kde měli účastníci označit odpověď na otázku „Jak často komunikujete se svým partnerem o následujících tématech?“, přičemž výroky byly například „O kvalitě vašeho vztahu“, „O tom, co pro vás znamená láska“ nebo „O pocitech žárlivosti“. Výsledky ukázaly, že komunikace v primárních vztazích je kvalitnější než v sekundárních, což může být spojeno s tím, že aby jedinci mohli udržovat vztah z dlouhodobé perspektivy, komunikovat spolu prostě musí. Je pro ně zároveň typické, že si vytvářejí různá pravidla týkající se toho, co je ve vztahu ještě dovoleno a co už by byla nevěra, co všechno o vztazích a intimitě svého partnera chtějí vědět, a s čím už se svěřovat nemá.

Podle Deri (2018) existuje mezi monogamními a polyamorními osobami rozdíl ve vnímání žárlivosti. U monogamních párů je to tak, že třetí osoba je „nezvaným hostem“ a proto je pro vztah ohrožením. Pouhá přítomnost další osoby nebo zájem partnera o třetí osobu však sotva může vyvolat v polyamorii žárlivost, protože by to odporovalo její podstatě. Když se ptala polyamorních účastníků, jak vnímají žárlivost oni, hovořili o tom, že ji pociťují, když se partner zamiluje do někoho nového, když je role třetí osoby ve vztahu příliš podobná té jejich či když se jejich role dokonce překrývají, případně když se ze vztahu cítí vyčleňování.

Mogilski et al. (2019) provedli studii, které se zúčastnilo před 500 monogamních jedinců a přibližně 150 jedinců, jejichž vztahové uspořádání lze shrnout pod termín „konsenzuálně nemonogamní vztah“. U každého jedince bylo zkoumáno, zda by pro něj byla více stresující emoční nebo sexuální nevěra jeho partnera. Kromě toho také zjišťovali, zda souhlasili se zapojením jejich partnera do dalšího vztahu. Monogamní muži vykazovali větší znepokojení při sexuální nevěře jejich partnerky, ať už by partnerky měly souhlas k či ne. Monogamní ženy oproti tomu více znejistila emoční nevěra partnera, ale to platilo pouze v případě, že se jednalo o scénář se souhlasem. V případě nemonogamních jedinců nebyly mezi pohlavími shledány větší rozdíly. V situaci, kdy si měli představit zapojení svého



partnera do jiného vztahu monogamní participanti vykazovali větší emoční nepohodu, ačkoliv si byli ve srovnání s nemonogamními účastníky více jistí, že by je jejich partner/ka nikdy nepodvedl/a. Možnost nevěry byla zkoumána i v nemonogamní komunitě, přičemž jedinci věřili tomu, že pokud by je někdo měl podvést, byl by to spíše jejich sekundární, a nikoliv primární partner. Objevilo se zde nové zjištění, a to že nemonogamní ženy vypověděly, že je pro ně důležitější, aby je jejich partner/ka nepodvedl/a sexuálně a nikoliv emočně.

Reakce na partnerův další vztah nemusí být vždy jen negativní. Velmi specifický jev, který se v polyamorii vyskytuje se nazývá komperze. V podstatě se jedná o potěšení z toho, že je jedincův partner šťastný s nějakou další osobou. Komperze jde tedy ruku v ruce s absencí žárlivosti a někteří ji označují za její opak. Jedna ze studií věnujících se komperzi byla provedena na velkém vzorku osob (necelých 5000 účastníků, z nich asi  $\frac{3}{4}$  byly polyamorní jedinci). Z výsledků vyplývá, že polyamorní jedinci při představě svého partnera v dalším partnerském vztahu žárlí méně než monogamní, protože vykazovali nižší negativní žárlivou reakci a vyšší pozitivní reakci odkazující na komperzi. Kladná odezva na partnerův vztah (tedy komperze) byla významným indikátorem partnerské spokojenosti, negativní odpověď (tedy žárlivost) a ambivalentní odpověď (kombinace předchozích možností) nikoliv. Monogamní vztahy přinášely více uspokojení než sekundární vztahy v polyamorii, ale ne více než primární vztahy ve stejném uspořádání (Balzarini et al., 2021).

Samotný výzkum komperze trvá velmi krátkou dobu, a proto ještě není mnoho výsledků. Věnovali se mu i Aumer, et al., (2014), kteří se například snažili zjistit, jak spolu žárlivost a komperze souvisí. Na začátku své práce komperzi definují tím způsobem, že pokud se jedinec doví, že je jeho partner zainteresován i do jiného sexuálního vztahu, nepocítuje žárlivost. Není to však pouze o absenci žárlivosti, jedinec v podstatě vnímá opačnou emoci (radost nebo štěstí). Aumer et al. (2014) hovoří o tom, že komperze je obecně

empatický pocit, který klade důraz na spokojenost a štěstí partnera odkazuje k agape<sup>6</sup> a altruismu, které pozitivně korelují s partnerskou spokojeností. Pro mnoho (nejen) polyamorních párů je komperze určitým nástrojem k lepší schopnosti porozumět partnerově potřebě intimity a zároveň ke zvýšení partnerské spokojenosti. Konečný vzorek čítal 302 participantů, kteří vyplňovali dotazník. Jejich prvním úkolem bylo uvést svou sexuální orientaci a svůj vztahový status. 52 % se označilo se heterosexuály, 28 % za bisexuály, 14 % jako Ostatní (z nich 63 % pansexuálové), 5 % za homosexuály a 1 % za asexuály. Z výsledků vyplynulo, že ženy skórovaly výrazně více v behaviorální a emocionální žárlivosti, a muži naopak skórovali výše v komperzi. Zároveň se ukázalo, že komperze a emocionální žárlivost spolu negativně korelují. Dále bylo zjištěno, že větší množství komperze mělo na partnerskou spokojenost pozitivní vliv, a to především na ženy, které nebyly ve vážném vztahu nebo byly v otevřeném vztahu. U mužů se naopak vliv komperze na partnerskou spokojenost neprokázal.

Žárlivost se objevuje i v otevřených manželstvích, ačkoliv v něm aktéři o pohlavním styku svého partnera s třetí osobu vědí a v podstatě to schvalují. Účastníci výzkumu, který provedl Buunk (1981), na to však nepohlíželi vždy pouze negativně, naopak ocenili, že veškerá partnerova pozornost nebyla upřená jen na ně, což jim poskytlo více svobody. Za negativní účastníci považovali menší pozornost od partnera než dříve či myšlenka toho, že si určité věci užívá více s třetí osobou než s nimi samými. Ukázalo se, že v otevřených manželstvích více žárlí ženy, což je možné vysvětlit tím, že ženy obecně pociťují větší úzkost a pro jejich sebevědomí je důležitá tradiční instituce manželství.

---

<sup>6</sup> Agape je řecké slovo, které představuje formu neomezené altruistické lásky, která, když se může projevat také směrem k nepříteli (Post, 2002).

## II. EMPIRICKÁ ČÁST

### 3. CÍL PRÁCE A VÝZKUMNÉ OTÁZKY

Mým hlavním cílem bylo prozkoumat téma žárlivosti v polyamorních vztazích. Zajímalo mě tak, zda se žárlivost v polyamorii objevuje, v jakých situacích či za jakých okolností a jakou má povahu. Zaměřila jsem se také na samotné prožívání žárlivosti a její následná komunikace s partnery. Dále jsem zjišťovala, jak se tato zkušenost liší od žárlivosti zakoušené v dřívějším monogamním vztahu participantů, a to co do intenzity žárlivosti nebo jejího typu.

Většina již provedených studií na téma žárlivosti, např. Buunk et al. (1996) nebo Harris (2002), se zaměřila na monogamní vztahy, tato práce tak může posloužit jako odrazový můstek pro další zkoumání polyamorních vztahů. To může zároveň napomoci pozitivnějšímu vnímání polyamorie, která je dle dosavadních výzkumů často nepochopená nebo kritizovaná (Hutzler et al., 2016). Díky srovnání polyamorních a monogamních vztahů může práce přinést zajímavé poznatky o tom, jak které páry vnímají žárlivost a jak se v těchto vztazích liší. Zároveň může pomoci lépe pochopit faktory, které mají na vznik žárlivosti vliv.

Mé hlavní výzkumné otázky zní: „Jak aktéři polyamorních vztahů popisují žárlivost?“, „Jaká je zkušenost polyamorních jedinců s žárlivostí?“ a „Jak se liší žárlivost v monogamním a polyamorním vztahu popisovaná jedinci, kteří mají zkušenost s oběma typy vztahů?“

## **4. METODOLOGIE VÝZKUMU**

### **4.1. Výzkumná strategie**

Pro svůj výzkum jsem se rozhodla použít kvalitativní strategii, protože nejlépe odpovídá cíli mé práce. Dosavadní bakalářské práce na téma žárlivosti byly zaměřené spíše kvantitativně, zatímco já jsem chtěla proniknout hluboko k danému fenoménu, kde by kvantitativní strategie mohla zapříčinit přílišnou redukci a opomenutí některých důležitých jevů. Podobně je to i s většinou vědeckých výzkumů na dané téma, v první řadě ještě žárlivost v polyamorních vztazích nebyla dostatečně prozkoumána, a když už se takové výzkumy objeví, používají většinou kvantitativní přístup, kde jako výzkumný nástroj slouží často dotazníky (Mogilski, et al., 2019). Polyamorie je navíc poměrně složitý koncept, protože některá polyamorní uspořádání mohou zahrnovat několik osob, provázaných komplikovanými vztahy, a ty by bylo těžké pomocí pouhých dotazníků přesně zachytit. Kvalitativní přístup mi navíc lépe umožnil sledovat proměnu žárlivosti participantů v průběhu času.

Primárně tedy budu používat idiografické přístupy, jejichž cílem je zjištění bohatého množství poznatků o konkrétním fenoménu, v mém případě tedy o žárlivosti v polyamorních vztazích. Cílem je porozumění sociální realitě aktérů, a nahlížet zde budu dvě perspektivy: etickou a emickou (Markee, 2013).

### **4.2. Výzkumný nástroj**

Jako výzkumný nástroj byly použity polostrukturované rozhovory. Kostra rozhovoru (viz. příloha č. 3) s konkrétními otázkami tak byla připravena před samotnými rozhovory, ale zároveň jsem nechávala participanty otevřeně hovořit a nebyla jsem příliš direktivní. Bylo pro mě důležité, aby mi participanté některé informace více osvětlili, a některé otázky tak vznikaly v průběhu rozhovoru v reakci na jejich odpovědi. Rozhovor se skládal ze tří hlavních částí: první okruh otázek se týkal monogamního vztahu participanta, druhý okruh současného polyamorního vztahu (jenž se zároveň mohl vyvinout z původně monogamního vztahu, a tak se vztahy mohly překrývat). V obou případech jsem z počátku zjišťovala, jak se participanté s partnerem/partnerkou poznali, a následně jsem se ptala na partnerskou

spokojenost. Největší část rozhovoru byla věnována tomu, zda participanti ve vybraných dvou vztazích žárlili/žárlí, za jakých okolností, jak to komunikují s partnery apod. V posledním okruhu otázek měli participanti porovnat prvně samotný rozdíl mezi monogamií a polyamorií, druhotně rozdíl mezi žárlivostí v těchto formách vztahů. Cílem bylo zjistit, zda je žárlivost v polyamorním vztahu přítomna a pokud ano, tak zkoumat míru žárlivosti, její okolnosti a případnou regulaci.

Výběr místa, kde se rozhovor uskutečnil, byl plně v režii participantů, přičemž jediným doporučením bylo, aby se jednalo o klidnější a jim příjemné místo. Ve třech případech proběhl rozhovor v kavárně, ve dvou případech v kanceláři participantů a jednou jsem musela přistoupit k online formě rozhovoru, který probíhal přes platformu Google Meet. Doba trvání jednotlivých rozhovorů se pohybovala v rozmezí 60-100 minut. Žádného z participantů jsem osobně neznala. Přesto mi však kvůli osobnímu pohodlí a lepší atmosféře nabídli dva participanti tykání, které jsem přijala.

Všechny rozhovory byly nahrávány na diktafon, na což byli participanti upozorněni před začátkem samotného rozhovoru. K účelům analýzy, interpretace a dalších kroků výzkumu byly tyto nahrávky následně doslovně přepsány do textové podoby.

#### **4.3. Vzorek osob**

Výzkumný vzorek jsem získala pomocí účelového výběru, abych měla co nejvíce homogenní skupinu. U ní jsem tak mohla v rámci zkoumaného tématu nejlépe sledovat podobnosti a odlišnosti mezi jednotlivými participanty (Smith et al., 2009). Hledala jsem participanty, kterými jsou ženy i muži ve věku 25-45 let, tedy osoby v období mladé a střední dospělosti (Langmeier & Krejčířová, 2006), které mají zkušenost s monogamním i polyamorním vztahem. Oba tyto vztahy musely/musí trvat alespoň šest měsíců, přičemž v současné době musí být účastníci v polyamorním vztahu. Minimální délka obou vztahů v trvání alespoň šest měsíců byla stanovena proto, aby se již participanti nenacházeli ve fázi čerstvé zamilovanosti a aby mohli objektivněji posoudit své dosavadní zkušenosti s žárlivostí. Participanty jsem oslovila prostřednictvím sociální sítě Facebook, kde jsem vložila svůj náborový letáček (viz příloha č. 1) do skupiny, která sdružuje polyamorní

komunitu. Ozvalo se mi celkem deset osob, z nichž dvě nesplňovaly věkovou hranici pro účast a jedna osoba v průběhu procesu přestala komunikovat. Celkem tak bylo provedeno sedm rozhovorů, přičemž první rozhovor jsem do své bakalářské práce nezahrnula, protože posloužil jako pilotní. Výzkumný vzorek tedy tvoří šest participantů, z toho tři muži ve věku 29-38 let (průměrný věk 33, 6 let) a tři ženy ve věku 26-33 let (průměrný věk 28, 3 let).

#### **4.4. Etika výzkumu**

Spolu s nabídkou účasti ve výzkumu jsem všem potencionálním účastníkům představila jeho téma, vysvětlila jsem jim podmínky účasti a informovala je, že celý rozhovor bude nahráván. Vysvětlila jsem jim také, že následně dojde k jeho doslovné transkripci. Participantů před začátkem samotného rozhovoru obdrželi vytištěný informovaný souhlas (viz příloha č. 2), který stvrzuje jejich souhlas s dobrovolnou účastí na výzkumu. Souhlas popisuje, k čemu a jak budou nasbíraná data použita. Byli také seznámeni s možností odstoupení z výzkumu. Jednu kopii informovaného souhlasu získali participantů, druhou kopii mám u sebe já. Participantů byli ujištěni, že jejich data (jejich jména, jména blízkých osob, místa, která zmiňovali apod.) budou anonymizována, tzn. v práci nebudou vystupovat pod svým jménem, s čímž souvisí i zpracování osobních údajů GDPR.

## 5. ANALÝZA DAT A INTERPRETACE

Jako výzkumný nástroj byly využity polostrukturované rozhovory, jež byly nahrávány na diktafon a následně došlo k doslovné transkripci nahrávek do písemné podoby. To znamená, že rozhovory byly přepsány přesně tak, jak bylo v nahrávce, tedy včetně nespisovných slov, výplňových slov, dlouhých odmlk apod. K analýze získaných dat jsem použila interpretativní fenomenologickou analýzu, což je „*kvalitativní výzkumný přístup zaměřený na zkoumání toho, jak lidé přikládají význam svým stěžejním životním událostem.*“ (Smith et al., 2009, str. 1). „*[...] IPA začíná detailním prozkoumáním jednoho případu a pokračuje v něm do té doby, než dosáhne určitého stupně porozumění nebo interpretačního tvaru, a teprve poté přechází k analýze dalšího případu [...].*“ (Smith, 2004, str. 41). Znamená to tedy, že jsem se vždy věnovala jednomu konkrétnímu rozhovoru, který jsem co nejdříve přepsala a následně ho analyzovala a interpretovala.

Po několikanásobném přečtení všech rozhovorů jsem začala s jejich poznámkováním a komentováním. Následně jsem z těchto okomentovaných úryvků vygenerovala první kódy. Takto jsem postupovala u všech rozhovorů, jeden po druhém. Po analýze jednotlivých rozhovorů jsem napříč nimi hledala témata či vzorce, které se ve výpovědích participantů opakovaly (Řiháček et al. 2013). Ze zanalyzovaných dat jsem následně provedla vlastní interpretaci výsledků a v závislosti na nich jsem získala odpověď na výzkumné otázky, jež jsem si stanovila na začátku výzkumu.

Mých rozhovorů se zúčastnili níže uvedení participanté (viz. tabulka č. 1, jména anonymizována). Jiné sociodemografické údaje jsem od nich zjišťovala, protože mi pro můj výzkum nepřišly podstatné. Co by mohlo být vhodné jako doplňující informace, je sexuální orientace participantů, ale i to by bylo problematické, jelikož někteří z nich nejsou jasně vyhranění nebo rozlišují, do jakého pohlaví by byli schopní se zamilovat a se kterým pohlavím by dokázali mít pohlavní styk.

Tabulka č. 1: demografické údaje participantů

<i>ČÍSLO PARTICIPANTA</i>	<i>JMÉNO</i>	<i>VĚK</i>	<i>VZDĚLÁNÍ</i>
1	Michal	34 let	Vysokoškolské
2	Magdaléna	26 let	Vysokoškolské
3	Dominik	29 let	Středoškolské s maturitou
4	Lada	33 let	Vysokoškolské
5	Anežka	26 let	Středoškolské s maturitou
6	Jonáš	38 let	Vysokoškolské

### 5.1. Příběhy jednotlivých participantů

Interpretaci jsem se rozhodla provést prostřednictvím představení jednotlivých výpovědí participantů, což umožňuje porozumět každému případu do hloubky. V poslední podkapitole shrnuji svá zjištění a zdůrazňuji informace, které byly zmíněny více participanty. Nakonec odpovídám na výzkumné otázky.

#### **Participant č. 1: Michal, 34 let, partner Petr a Matěj**

Michal je v současné době v polyamorním vztahu, který trvá sedm let a podle jeho slov je zde intence všech zúčastněných v tomto stavu pokračovat. Polyamorní uspořádání, jehož je členem, má podobu „véčka“, přičemž on je v tomto vztahu prostředníkem. V praxi to tedy znamená, že Michal má dva partnery, Petra a Matěje, kteří se navzájem znají, ale neudrží spolu milostný vztah. Tento polyamorní vztah se vyvinul z původně monogamního vztahu, který spolu udržovali právě Michal a Petr.



Michal svůj původně monogamní vztah s Petrem popsal jako harmonický vztah, pro něž bylo typické, že spolu o všem otevřeně komunikovali a neměli mezi sebou žádná tajemství. V jejich rodinách tato komunikace nebyla typická a lze tedy předpokládat, že to ve svém partnerském vztahu chtěli změnit a případné potíže řešit otevřeně, Michal několikrát zmínil i v průběhu rozhovoru, že se vždy snaží spory co nejdříve vyřešit a usmířit se. Za velkou výhodu označil společné porozumění a absenci hádek a sporů. Podobně bezproblémový byl jejich vztah i v oblasti partnerské žárlivosti. Michal žárlivost definuje takto „*Já asi když cejtím nějakou žárlivost, tak je to většinou jakože ten partner dělá něco a s někým nebo klidně sám a mě mrzí nebo vadí, že se toho nemůžu účastnit nebo že tomu nerozumím.*“ Když měl Michal kvantifikovat žárlivost v tomto vztahu na škále 1-7, přičemž 1=minimální žárlivost, 7=maximální žárlivost, hovořil v podstatě o nulové žárlivosti. Odůvodnil to tak, že v okolí Petra nebyli muži, kteří by byli hrozbou, a navíc věřil v pevnost a hloubku jejich vztahu, od začátku se cítil ve vztahu hodně jistý sám sebou a proto „*partnersky nežárlil*“. Přesto však uvedl, že se u něj objevila „*žárlivost na koníček*“, ale Michal pochyboval, zda ji lze vůbec žárlivostí nazvat. Vadilo mu tehdy totiž, když Petr trávil více času jinde než s ním, například na běžkách, ale nešlo tolik o to, s kým na běžkách byl. Tuto emoci bych tak spíše označila jako mírnou závist nebo závislost na partnerovi, protože jak Michal sám uvedl, trávili spolu s Petrem mnoho času.

Za potenciální událost, která by v něm mohla vyvolat žárlivost, označil situaci, kdy by zjistil, že Petr udržuje paralelní vztah, o kterém mu neřekl. Paradoxně se v průběhu vztahu v této situaci ocitl, když na základě SMS zpráv zjistil, že měl Petr začínající milostný vztah s někým jiným. Na začátku byl hodně zaražený a překvapený, ale vše společně vykomunikovali a Michal uvedl, že ho primárně zranilo nikoliv to, že měl jeho partner milostný vztah s někým jiným, ale že to dělal za jeho zády. Nakonec se tedy dohodli, že zkusí svůj vztah otevřít formou konsensuální nemonogamie. Michal se snažil identifikovat, zda už v monogamním vztahu nebyla jistá vodítka k tomu, že jsou „*ideálními adepty*“ pro polyamorii. Sám uvedl, že se s Petrem „*společně koukali po ostatních klucích*“, ale to je podle něj typické pro homosexuální páry obecně. Původní motivace tedy vycházela od Petra,

který chtěl experimentovat a poznávat nové lidi. Samotný polyamorní vztah pak vznikl, když začal Michal udržovat původně sekundární vztah s Matějem.

V současném polyamorním vztahu Michal žárlivost také v podstatě nepocítuje. Jeho žárlivost vůči Petrovi se změnou vztahového uspořádání nezměnila a jeho druhý partner, Matěj je sice extrovert, ale v intimním poznávání nových lidí je dle jeho slov stydlivý. Jediná situace žárlivosti, kterou si Michal dokázal vybavit, nastala, když mu kdysi Petr řekl, že zažil na jednom semináři lepší sex než s ním samotným. To Michala zranilo, ale následně uvedl, že dnes už by to asi také vnímal jinak. Michal při kvantifikaci žárlivosti zmínil, že vůči oběma partnerům pocítuje určitou míru komperze, tedy potěšení z toho, že je jejich partner šťastný také s někým jiným. To potvrzuje i fakt, že sex na jednu noc není v jejich polyamorii tabu a naopak se jedná o běžnou záležitost, která dokazuje, že všichni tři muži si jsou svým vztahem jistí a právě „sexem na jednu noc“ se necítí ohroženi. Michal se naopak snaží své partnery pobízet, aby se seznamovali s novými lidmi, o což se Petr aktivně snaží, ale častokrát to zůstane pouze u sexu na jednu noc. Podobně jako v monogamním vztahu má Michal však tendenci žárlit na Matějovy kamarády, protože mu nejsou příliš sympatiční a nesdílí stejné zájmy. Zmínil, že žárlí kvůli tomu, že s nimi Matěj sdílí něco, co je pro něj důležité, ačkoliv to není sex. Opět však z jejich strany necítí nějaké ohrožení vlastního vztahu.

Primárně se tak žárlivost v Michalově monogamním a polyamorním vztahu příliš nezměnila. Rozdíl leží naopak v samotné hranici případné nevěry, kterou si mezi sebou partneři vykomunikovali.

V tom polyamorním vztahu jsme si teda hned s Petrem dali ty pravidla přesný, jakože dopředu si budeme říkat všechno a žádat o svolení, kdykoliv mám jít s někým na rande. A pak jak šel čas a cejtili jsme se v tom jistější, tak jsme postupně ty pravidla odbourávali, takže tím pádem se ten prostor pro to, čemu by se dalo říkat nevěra, vlastně zmenšoval a zmenšoval, až nezbyl žádnéj.

Michal měl dokonce potíž definovat samotnou nevěru:

Kdybych zjistil, že mi někdo takhle něco zatajil nebo má nějaký měsíc poměr, asi bych mohl říct, že to je nevěra, ale spíš bych řekl, že to je špatný, neměl to dělat, je to něco, co jsme si nedomluvili. Takže bych asi zrovna prostě to slovo nevěra nepoužil.

Na začátku otevřeného vztahu tak Michal s Petrem měli několik pravidel, ale s postupem času, jak se v polyamorii cítili jistější, je odbourávali. Důvěru ve svém vztahu budují a posilují pomocí pozitivních interakcí a otevřené komunikace: „*Prostě se snažíme se podporovat, být na sebe hodný, žít ty partnerský hodnoty a tím si myslím, že se pak na sebe můžeme víc spolehnout.*“ Obecně tak Michal žárlivost nepovažuje za výzvu svého vztahu, protože on i jeho partneři jsou dobře disponováni k tomu, aby ji nepociťovali. Zároveň na sobě Michal pozoruje, že čím déle v partnerském vztahu je, tím se jeho žárlivost snižuje.

V průběhu celého rozhovoru byl Michal uvolněný, naprosto otevřený a panovala příjemná atmosféra. Žádná z otázek ho nezaskočila tak, aby nad ní musel delší dobu přemýšlet. Témata, která Michal nejvíce zmiňoval, byla otevřená komunikace, propojení sexuální a emoční roviny, komperze a dichotomie „být polyamorik“ a „mít polyamorii“. V průběhu celého rozhovoru Michal uváděl jako hlavní důvod absence své žárlivosti upřímnost v komunikaci, která pro něj byla klíčová i v původně monogamním vztahu. Z rozhovoru vyplynulo, že je pro něj klíčem k fungování polyamorie, protože jakékoliv úmyslné zatajování případného dalšího dlouhodobého vztahu by bylo považováno za nevěru. Jako možná prevence žárlivost může také posloužit, když partneři pravidelně na den svého výročí komunikují, co se jim ve vztahu daří, co by naopak potřebovali, aby se změnilo apod.

Z rozhovoru na mě působilo, že důvodů pro Michalovu absenci žárlivosti existuje více: v první řadě jsou na sebe všichni partneři poměrně pevně navázaní, tráví spolu spoustu času a pokud se nevidí osobně, komunikují spolu skrze elektroniku. Partneři tak mají poměrně přehled, kde a jak tráví svůj čas. Matěj byl zároveň pro Michala dlouho pouze sekundárním partnerem a nečekal, že by jejich vztah byl dlouhodobý, už z principu sekundárního vztahu (popsán v kapitole Primární a sekundární vztah) tak neměl moc důvodů na něj žárlit. Oproti

tomu s Petrem měli na začátku polyamorie (ačkoliv v jejich případě by se dalo mluvit spíše o otevřeném vztahu) jasně daná pravidla, která mohla pomoci žárlivost eliminovat. Zároveň však možným důvodem může být fakt, který si možná Michal sám neuvědomuje: zmiňoval, že pro Petra je poměrně obtížné nalézt si přátele a v jeho okolí se tak nepohyboval nikdo, kým by se Michal měl cítit ohrožený. Otázkou tedy je, zda by situace byla stejná i ve chvíli, kdy by takoví lidé v Petrově okolí existovali.

V rozhovoru to v jednu chvíli vypadalo, že si Michal protirečí. Mluvil totiž o tom, že má při kontaktu s třetí osobou provázanou emoční a sexuální stránku. To by pak ale trochu odporovalo tomu, že by Michalovi nevadilo, pokud by jeho partneři měli jednorázový sex s někým dalším, ve kterém je téměř nemožné vytvořit silnější emoční pouto. Zdá se, že sexuální věrnost pro Michala už nemá symbolický význam typický pro monogamní vztahy. Obecně vzato tedy z rozhovoru jasně vyplynulo, že žárlivost pro Michala nebyla a není aktuální téma, což lze vidět na tom, že své partnery povzbuzuje, aby se seznamovali (nejen přátelsky) s novými lidmi. S tím souvisí již zmiňovaný fenomén komperze, který je pro Michala u Petra velmi silný, u Matěje se projevuje slaběji.

Všechny zmíněné informace a situace vychází nejspíše ze samotné filosofie polyamorie, kterou Michal vyzdvihoval. Je pro něj důležité, že i kdyby u něj nebo u partnerů došlo k něčemu s další osobou, nemusí se cítit provinile. Přišlo mi také zajímavé, že Michal zmiňoval dichotomii „být polyamorik“ a „mít polyamorní vztah“. Druhé označení podle něj používá právě Matěj, zatímco u Petra je jasně vidět, že mu konsenzuální nemonogamie vyhovuje a vyhledává ji. Sám Michal pak uvedl, že si dokáže představit mít monogamní vztah, ale v současné chvíli je naprosto šťastný ve svém polyamorním vztahu a partneři se dokonce chystají sestěhovat dohromady.

## **Participantka č. 2.: Magdaléna, 26 let, primární partner Tadeáš, sekundární partner Albert**

Magdaléna je jednou z akterek polyamorního vztahu, jehož jádro tvoří právě ona a její mnoholetý přítel Tadeáš. Kromě nich v polyamorii figuruje její přítel Albert a Tadeášova

nová přítelkyně Adéla. Magdaléna se s Tadeášem poznala přes společné přátele a po několika letech se stali partnery. Jejich vztah v monogamní podobě trval dva roky, přičemž jako jeho hlavní výhodu popisovala společné hodnoty, koníčky a pohled na svět. Magda zdůrazňovala důležitost jejich otevřené komunikace, která se v průběhu vztahu vyvíjela a zdokonalovala. Vše ale nebylo idylické hned od začátku, cesta k lepší komunikaci mezi partnery nějakou dobu trvala, protože ani jeden neuměli moc dobře pracovat se svými emocemi. V začátcích vztahu se tak někdy stalo, že si svou nespokojenost Magdaléna nechávala pro sebe, a nakonec vybuchla. Aby tak spolu dokázali zůstat, museli oba partneři zapracovat na vlastním sebepoznání, k čemuž jim dopomohla i terapie. Právě otevřená komunikace a důvěra jim následně umožnila myšlenku polyamorie a přechod k tomuto uspořádání.

Žárlivost byla pro Magdu tehdy velkým tématem:

Na začátku jsem si myslela, že je to takový to klasický, že když máš někoho rád, tak na něj musíš žárlit, protože je to přece důkaz lásky. A pak jsem si nějak postupně uvědomila, že je to o mně samý, o mojí nesebejistotě v tom vztahu, že žárlím, když mám pocit... když ten vztah toho Tadeáše ke mně je něčím ohrožený, no...

Sama tedy reflektuje, že žárlivost vycházela především z její vlastní nejistoty, a nikoliv ze skutečného ohrožení vztahu. Na škále 1-7, kdy 1=minimální žárlivost, 7=maximální žárlivost, uvedla, že na začátku vztahu byla její žárlivost na bodu 5 a postupně se snižovala. Partneři se liší ve své extroverzi, a protože právě Magdaléna je spíše introvert, podle vlastních slov žárlila často „na všechny lidi, s kterými se stýkal“, ale necítila ohrožení vztahu. Stejně tak Magdaléna příliš nepocítovala žárlivost zaměřenou obecně na ženské pohlaví, například na kolegyně z práce. Naopak ji znepokojovaly především Tadeášovy blízké vztahy s některými dlouholetými kamarádkami, se kterými měl pevné pouto nebo do nich byl dokonce nějakou dobu zamilovaný. Zároveň krátce po začátku jejich vztahu zjistila, že se Tadeáš líbal s jednou ze svých kamarádek, takže tuto žárlivost považuje za opodstatněnou. Snažila se po své žárlivosti více pátrat a zjistit, z čeho pramení:

Hlavně ta představa, že si Tadeáš řekne, že vlastně ta jiná žena by pro něj byla lepší, hezčí, lákavější nebo zajímavější a že by si řekl, tak proč bych měl být s Magdou, když tady můžu být s Eliškou... Takže ten strach z toho, že bych přišla o ten vztah a strach z opuštění asi.

S Tadeášem toto téma a situace hodně řešili, přičemž se od něj ve většině případů dočkala pochopení a ujištění, že jejich vztah je upřímný a nic se na něm nemění. I zde ale nastal vývoj, kdy si Magdaléna začala uvědomovat „*že vlastně ty jiný vztahy s jinýma lidma a jiný city pro jiný lidi nemusí ohrožovat to, co spolu máme my dva.*“, což lze považovat za okamžik, kdy si Magdaléna začala pohrávat s myšlenkou polyamorie. Žárlivost na další osoby jako jsou kolegyně v práci ji jiné kamarádky v té době nepociťovala

V dubnu 2021 došlo k přerodu tohoto monogamního vztahu v polyamorní, přičemž jedním z hlavních důvodů byl nesoulad partnerů v oblasti sexuálního života. Zpětně Magdaléna tuto motivaci hodnotí poměrně negativně, protože si uvědomuje, že pokud by nakonec s Tadeášem zjistili, že polyamorie „nejsou schopní“ ve chvíli, kdy by už jeden či oba měli partnery, museli by se s nimi rozejít, čímž by ublížili „nevinnému člověku“. Magdaléna si následně v červnu našla partnera Alberta, se kterým je dodnes. Později si Tadeáš našel přítelkyni Adélu. V tomto vztahu Magda vůči Tadeášovi žárlivost v podstatě nepociťuje, mírně žárlí na Alberta, který má manželku, a proto má méně času. Magda tak mluvila primárně o smutku z toho, že spolu nejsou víc, protože manželka má jako primární partnerka hlavní slovo. U Alberta je situace obecně komplikovanější, protože mají s manželkou „Don't ask, don't tell policy“, tzn. ačkoliv je možné, že jeho manželka tuší, že má Albert další poměr, není to otevřeně komunikováno a Magdaléna má tak omezené možnosti, jak se s partnerem vídat. Trápí ji tak samotné nastavení jejich vztahu, ale za typickou žárlivost to nepovažuje, protože nežárlí přímo na osobu manželky. Když jsme spolu hovořily o komperzi, potvrdila, že ji pociťuje vůči oběma partnerům, ale především vůči Tadeášovi, a kdyby to šlo zařídit logisticky, přála by mu další partnerku. U Alberta by jí za běžných podmínek pravděpodobně pociťovala také, ale protože si občas není jistá, zda je ve svém manželství spokojený, ohledně odpovědi váhala.

Co se týče sexu na jednu noc, existuje zde „pravidlo“, že si to následně partneři řeknou, ale není to příliš častá situace, protože mají hodně provázanou fyzickou a emoční stránku

vztahu. Magdaléna přesto nebyla jediná, kdo ve vztahu žárlil. Albert s žárlivostí větší potíže nemá, maximálně se objevuje jistá soutěživost vůči Tadeášovi, ale to spíše v humorné rovině. Ještě když s Tadeášem teprve diskutovali možnost polyamorie, obával se, že bude velmi žárlit a tato předtucha se potvrdila. Skutečnost, že si Magdaléna našla partnera (dokonce dříve než on, ačkoliv to nebylo vůbec jejím cílem), byla ránou pro jeho sebehodnotu a sebedůvěru. Na začátku tak potřeboval vědět všechny podrobnosti o jejím vztahu s Albertem, což pro Magdu nebylo příliš komfortní. Situaci však aktivně řešili pomocí informací na internetu, terapií a dlouhých diskuzí. „*Nejvíc žárlivosti pomohlo, když si našel tu partnerku, protože pak neměl pocit, že je úplně nejvíc nechtěnej muž na celým světě, protože si jeho manželka radši najde přítele.*“ V tu chvíli nastal největší zlom a Tadeášova žárlivost se zmírnila, ačkoliv do té doby dokonce vyvstávaly otázky, „jestli jsou vůbec materiál pro polyamorii“, jestli by nebylo snazší se rozejít. Nakonec situaci vždy ustáli, protože jsou přesvědčeni, že jsou spřízněné duše.

Největší výhoda je asi, že se nemusím cítit provinile, že jsem s někým a mám ho ráda a zároveň mám nějaký city k někomu dalšímu. A že to nemusí znamenat, že toho jednoho dostatečně nemiluju nebo že bych měla ten vztah ukončit a jít za tím dalším anebo naopak že bych měla zůstat s tímhletem a s tamtím se nevidat, abych neohrožovala ten vztah. Protože vlastně jako ten... to, že mám ráda i někoho dalšího neznamená, že musím tamto, co spolu máme, nemusím zahodit.

V polyamorním vztahu tak nemá tendenci žárlit, protože ví, že pokud Tadeáš potká někoho dalšího, s kým mu bude dobře, neznamená to, že ji opustí, resp. nestane se to kvůli tomu, protože může mít více partnerek. Za nevěru by tak nyní považovala pouze situaci, kdy by jí Dan něco tajil.

Téma, ke kterému se Magdaléna v rozhovoru nejčastěji vracela, byla schopnost otevřené komunikace, bez níž by podle ní ani polyamorie nebyla možná. Z jejího příběhu vyplynulo, že upřímná komunikace problémů nebo nespokojenosti pro ně nebyla automatická od začátku, a ušli tak s Tadeášem dlouhou cestu, aby se v ní zdokonalili. Sama Magdaléna to sice původně označila za nevýhodu, ale vzápětí dodala, že to má i pozitivní aspekt, kdy člověk lépe pozná sám sebe. Zároveň velkou roli mohla hrát

i psychologická/psychiatrická léčba, které se oba účastnili, což zlepšilo různé výkyvy nálad, které komunikaci znesnadňovaly. Je dobře vidět, že Magdaléna si je vědoma důvodu své počáteční žárlivosti v původně monogamním vztahu, a tím byl nedostatek sebevědomí či sebedůvěry, protože se bála, že by ji někdo na jejím místě mohl nahradit. Zřejmě tomu také nepřispělo, že zažila, jak se Tadeáš líbal s blízkou kamarádkou a mohla pak mít obavy, že se podobná situace může opakovat s jinými blízkými ženami.

V současné chvíli však žárlivost vůči Tadeášovi téměř nepocituje. To může být způsobeno také tím, že ještě nezná jeho novou partnerku Adélu, o které pouze zprostředkovaně slyšela. Zároveň si po přechodu k polyamorii sama našla rychle sekundární vztah, takže se možná žárlivost tolik nedostala ke slovu, zatímco u Tadeáše, který sekundární partnerku dlouho neměl, tomu bylo naopak. Absence žárlivosti na Alberta může mít několik důvodů. V první řadě může vyplývat z principu jejich sekundárního vztahu, kdy každý z nich má svého jiného primárního partnera. Zadruhé se Magdaléna zmiňovala, že Albert je poměrně asociální a nemá tak moc příležitostí, aby se s někým novým poznal a Magda má tak méně důvodů žárlit. Jeho manželku nepovažuje za svou sokyni, ale spíše ji trápí, jak to mezi sebou mají nastavené, tzn. u nich otevřená komunikace neprobíhá a Albertova manželka tak o Magdaléně oficiálně neví.

V současné chvíli tak žárlivost ve zmíněném polyamorním uspořádání nehraje velkou roli, protože ti aktéři, kteří s ní měli potíže ji aktivně a úspěšně řešili. S tím, že ve vztahu v podstatě není místo pro nevěru (tou by bylo pouze cílené zatajování dalšího poměru), dává smysl, vyplývá, že není prostor ani pro žárlivost – Tadeáš nemá důvod nic zatajovat. I zde se objevila tematika komperze, ačkoliv cíleně nikdo dalšího partnera/partnerku nehledá, Magdě by nevadilo, pokud by měl Tadeáš další vztah, naopak by při tom pocítovala radost. Magdalénina výpověď se shodovala i s jejími neverbálními reakcemi, působila dojmem, že již mají situaci ohledně žárlivosti více pod kontrolou.



### **Participant č. 3: Dominik, 29 let, primární partnerka Mia, sekundární partnerka Anička**

Dominik je součástí polyamorního vztahu, ve kterém jsou čtyři osoby. Primární vztah tvoří právě on a jeho přítelkyně Mia, která má dalšího partnera Zdeňka, jenž je ženatý. Kromě Mii Dominik chodí ještě s Aničkou. Toto uskupení se vyvinulo právě z původně monogamního vztahu Dominika a Mii, kterou Dominik označuje za svou „soulmate“ lásku, tedy za opravdu blízkou osobu, se kterou má pevný vztah.

Dominik a Mia se poznali jako kamarádi, bydleli spolu a po pár letech se spolu dali dohromady, přičemž spolu v monogamii byli asi tři roky. Dominik hodně oceňoval, že k sobě byli od začátku hodně otevření a neměli problém o ničem komunikovat, což se objevilo jako potíže v některých jeho předchozích vztazích, které i z toho důvodu netrvaly příliš dlouho. Z jeho řeči vyplynulo, že se jedná o respektující vztah, ve kterém si partneri snaží vyjít vstříc: *„Druhej se nesnaží člověka měnit, že se bereme takový, jaký jsme a s tím jdem do nějakýho toho pomyslnýho boje.“*

Žárlivost Dominik popisuje jako *„Nějakej iracionální konflikt, zášť nebo i vztek na základě toho, že se baví s nějakým člověkem mně blízkým...jako většinou jsou to strachy nějaký.“* V monogamním vztahu v podstatě nežárlil, na škále žárlivosti 1-7 by se umístil dle vlastních slov na dvojku. Běžné situace, například když by Mia šla na kávu s kolegou, v něm tehdy žárlivost nevyvolávaly, naopak mluvil o tom, že je důležité trávit čas s přáteli i mimo vztah. O chvíli později zmínil, že jakási žárlivost se objevovala pouze chvilkově, například když Mia pochválila nějakého muže, Dominik potřeboval být taky pochválen, potřeboval potěšit své ego. Jako protichůdné se zdá tvrzení, že se v partnerce nesnažil vyvolat žárlivost, protože to nemá zapotřebí, ale zároveň tvrdil, že se ze žárlivosti spíše snažil obrátit v žert a dělal různé narážky. Důvodem toho může být Dominikova nejistota a nedostatek sebedůvěry, což je pro jeho příběh stěžejní téma. Jediný větší incident žárlivosti, který si vybavil, nastal, když se Mia dostala s jiným mužem do nepříjemné situace, která hraničila se sexuálním násilím. V tu chvíli pocíťoval nejen žárlivosti, ale také strach a hněv.

Polyamorie pro něj znamená *„neomezování se pouze na jednoho partnera. Neomezování se na tu věčnou lásku navždy až do smrti, takovej ten kec, co nám všechny*

*pohádky od dětství bušily do hlavy... a velká možnost nějakýho sdílení.*“ Dominik se obecně v průběhu celého rozhovoru projevoval jako nezávislý člověk, který si nenechá společností „diktovat“, co je správné, a to pro něj platí i ve vztazích. Návrh na polyamorii vzešel po dlouhém uvažování od Mii, která ji viděla jako možnost, jak vyřešit jejich problémy v sexuálním životě. Pro Dominika je důležitá především samotná filosofie polyamorie, která je mu spolu se svobodou sympatická celý život. Navíc je běžné, že v dlouhodobém vztahu po nějakém čase vyprchá prvotní okouzlení a zamilování, takže proč by si člověk měl tyto pocity u případného dalšího partnera zakazovat? Co se týče pravidel ve vztahu, tak jich není příliš – hlavní je opět otevřená komunikace, tedy pokud by se jeden z partnerů do někoho zamiloval nebo měl pohlavní styk s někým jiným, musí to tomu druhému co nejdříve oznámit. Zároveň jeho sekundární partnerka Anička není polyamorní, a ačkoliv chápe a toleruje jeho manželství s Miou, nepřeje si, aby si hledal další partnerky, takže z jeho strany je polykula uzavřená. Za největší výhodu polyamorie považuje to, že se nemusí před partnerkou přetvařovat ohledně svých pocitů, a naopak ji vnímá jako pevnou oporu, může s ní i řešit své potíže v sekundárním vztahu. Největší boj pro něj naopak bylo uvědomění si, že tím, že si Mia našla dalšího partnera, sám nijak neztrácí na své důležitost nebo hodnotě.

Silnější žárlivost Dominik poprvé pocítil až v polyamorii, a proto to pro něj bylo velké překvapení, jelikož se zdá, že žárlivost vlastně neodpovídá jeho životní filosofii. Jednalo se tak o jeho první zkušenost, a trvalo dlouho, než ji dokázal zpracovat. Vůči Aničce je žárlivost opět minimální, cca na stupni dva, zatímco u Mii svou žárlivost umístil z počátku na devítku, v současné chvíli na čtyřku či pětku, přičemž žárlil pouze na svého „rivala“, v sekundárním vztahu, nikoliv obecně na muže v jejím okolí. Z počátku chtěl všechno o jejím dalším vztahu vědět, měl pocit, že ačkoliv se ho Mia snaží chránit a všechno mu neříká, situaci to zhoršuje, protože nad situací nemá kontrolu. Manželce tak vysvětlil, že když je informovaný, je zároveň klidnější, ale postupně se učí tolik nevyslychat. Stěžejní je pro něj v řešení žárlivosti stále komunikace: *„Polyamorie je strašně moc prokecaných a proberečených nocí a bez toho to nejde a bez toho to není zdravý.“* Nešlo ani tak o ztrátu důvěry vůči Miě, ale o vlastní nedostatek sebedůvěry, začal si na světě připadat víc sám. Protože pro něj byla polyamorie nový model, chyběla mu jistota ohledně vlastního místa ve vztahu, cítil ohrožení a strach

z opuštění. Navíc žálil, že Mia pociťuje znovu intenzivní zamilovanost typickou pro začínající vztah, ačkoliv to vlastně nebylo jejím cílem, naopak on měl být ten, kdo si najde novou partnerku, aby se tím vyřešili jejich vztahové problémy. Hranice nevěry v monogamním a polyamorním vztahu pro něj není příliš odlišná, protože nevěra pro něj znamená především lež a nedodržení slova, tudíž hranice je v podstatě stejná.

Hrozně málo lidí raní, že si ten člověk s někým užil, ve finále ty lidi mnohem víc raní, že se cítěj podvedení, že ten člověk jim něco přislíbil a on to nedodržel a udělal jim něco za zády a musel kolem toho dělat intriky, musel kolem toho lhát, otrásl tou důvěrou a to je to, co toho člověka vlastně vede k tomu, považovat to za nevěru... ta ztráta důvěry, která je postavená na tom, že ty lidi nějakým způsobem komunikují, ne to, jestli jako měl člověk penis v cizí vagíně nebo ne. Víc než ten samotnej akt tam hraje roli tady tohle. A to si myslím, že zůstává u toho poly úplně stejný, leč ty pravidla se trošku měněj, ale to gro toho zůstává furt stejný přece.

Je tedy vidět, že v nejen v polyamorii je pro Dominika důležitá především otevřenost a upřímnost. I ve chvíli, kdy by tedy partnerka udělala něco, co není „dovolené“, je nejdůležitější, aby se s tím svěřila, aby danou situaci vysvětlila a aby tím Dominik neztratil svou důvěru v ní. V polyamorii je podle něj nevěra jedna z prvních věcí, které se řeší, stejně jako samotné nastavení vztahu. Toto pravidlo platí i v této polyamorii, pokud by jedna z partnerek měla něco s jiným mužem, neměla by to skrývat. Avšak Dominik, Mia i Anička mají poměrně propojenou emoční a sexuální stranu vztahů, takže sex na jednu noc příliš neřeší.

Celým rozhovorem se prolínala Dominikova životní filosofie, která mu také umožnila polyamorii – proč by měl člověk dělat to (monogamie), co mu říká společnost, proč věřit tomu, co se ukládá jako ideální už v pohádkách, proč by se měl člověk bránit příjemným pocitům, pokud s tím všichni partneři souhlasí. Tuhle filosofii v sobě měl nejspíše vždycky, protože mu v žádném ze vztahů nevadilo, když se jeho partnerka bavila s jinými muži, důležité bylo, aby to komunikovala. Velké téma pro Dominika bylo propojení emoční a sexuální stránky vztahu, je tedy zřejmé, že pouze otevřený vztah by pro něj nepřicházel

v úvahu, protože potřebuje „bonding“, potřebuje mít tu silnou emoční oporu, možnost sdílet s partnerem své pocity.

Druhým tématem, které z rozhovoru nejvíce vyvstalo, byla opět otevřená komunikace. V ní Dominik udělal také velký pokrok, protože když se u něj na začátku polyamorie objevila žárlivost, často neovládl své emoce a vybuchl. Je tedy zřejmé, že tom zapracoval a problém se snažil řešit. Ačkoliv jsem se na to v rozhovoru explicitně neptala, z Dominikových odpovědí se zdá, že ho trápila sexuální i emoční žárlivost, ale právě emoční převažovala. To dokazují především části, kde mluvil o tom, že by se zase tolik nestalo, pokud by partnerka měla sex s jiným mužem (pokud by mu to oznámila), ale víc by ho znejistělo, jak to ovlivní jejich vztah, zda nebude víc osamělý apod. To může být způsobeno již zmiňovaným propojením emoční a sexuální stránky vztahu.

#### **Participantka č. 4: Lada, 33 let, primární partnerka Marika, sekundární partner Adam**

Ladě je 33 let a je ve vztahu s partnerkou Marikou, se kterou se budou v létě brát. Tento původně monogamní vztah po nějaké době přerostl v polyamorní vztah, kde má právě Lada sekundárního partnera Adama a její snoubenka je otevřená možným kratším aférám. Lada a Marika spolu byly přibližně čtyři a půl roku, přičemž pro Ladu šlo o první dlouhodobý vztah vůbec. O to více ji překvapilo, že si vše od začátku hezky „sedlo“ a neřešily ani po sestěhování téměř žádné problémy. Jedinou drobnou nevýhodu Lada viděla v určité diskrepanci v potřebě sociálního kontaktu, protože je více introvertní než Marika.

Žárlivost Lada popisuje takto:

Určitě bych řekla, že je to negativní emoce, kdy člověk... Podle mě to může být nějaká závist, že ten partner dělá něco s někým jiným než se mnou, bych třeba chtěla, aby to děla se mnou a on to nedělá se mnou, ale dělá to s někým jiným. Že člověk nemá pocit nějaký jedinečnosti, což některý lidi chtějí. Možná nějaký pocit nedostatečnosti, proč tohle nedělá se mou a proč to dělá s někým jiným.

Svou žárlivost na škále 1-7 by umístila na počátku vztahu na trojku, v současné chvíli na jedničku, jelikož nezná moc párů, které by žárlily méně. Běžná žárlivost na kamarádky nebo kolegyně Ladě nikdy nezpůsobovala potíže, velkou nejistotu a žárlivost však cítila vůči jedné Maričině kamarádce, a to především proto, že zmíněná kamarádka je jejím opakem a Marika s ní zažívala intenzivní pocity radosti a nadšení, zatímco s Ladou prožívala spíš klidné soužití. Ladě tak dlouho trvalo, než si v jejich vztahu dokázala najít a svou roli, která je jedinečná, a uvědomila si, že nemusí zastávat všechny role, že některé věci partnerce prostě splnit nemůže, ale nijak to z ní nedělá horší partnerku. Tohle uvědomění její žárlivost postupně snížilo. Dále pocítovala intenzivní žárlivost vůči Maričině kamarádovi Adamovi, který je teď paradoxně Ladiným přítelem. Princip zde byl podobný – ačkoliv byli přátelé, měli mezi sebou blízký vztah a cyklicky se do sebe zamilovávali. Když uvažovala nad tím, z čeho její obavy vychází, zjistila, že má strach, že asi není dobrá partnerka, když si některé potřeby musí partnerka uspokojovat jinde a také se bála, že si partnerka najde někoho jiného a bude chtít být s ní/m. Své pocity s partnerkou komunikovala, ale Marika není zrovna typ, který by všechno hodně řešil do hloubky, navíc sama žárlivá vůbec není.

Když jsem se ptala Lady na to, co pro ni znamená polyamorie, v první řadě ji chtěla odlišit od otevřeného vztahu, který je pouze o sexu, oproti tomu v polyamorii je mezi partnery pevné pouto. Uvedla, že se neidentifikuje jako polyamorní a klidně si sebe dokáže představit v monogamním vztahu. Protože její partnerka se poměrně pravidelně zamilovávala do svých přátel, ale vždy šlo jen o kratší epizodu, otevřela tím nevědomě otázku polyamorie a Lada se tak vlastně zamilovala právě jejího kamaráda Adama, se kterým je asi dva a půl roku. Adam má ještě svou manželku a dvě děti, kterým jsou právě Lada a Marika kmotrami. Společně spolu všichni čtyři občas tráví čas, přičemž dlouhodobý milenecký vztah je pouze mezi Ladou a Adamem a Ladou a Marikou. Marika totiž další dlouhodobý vztah nehledá, a naopak jsou pro ni typické kratší epizody zamilovanosti, zatímco Lada hledá spíš emocionální hloubku: „*Někde jsem četla, že spravedlnost znamená, že to nemusíte mít stejně, ale že každé dělá to, co vlastně jemu vyhovuje.*“

Vzhledem k Marice se Ladině žárlivost nijak nezměnila a na škále by ji tak umístila na číslo jedna. Zde se však objevuje další paradox, protože příležitostně žárlila na Adama,

když trávil čas právě s Marikou (ale ne naopak). Právě žárlivost k Adamovi je nadprůměrná, na škále na čísle pět, ale zdrojem žárlivosti, její „rivalkou“ není jeho manželka, tu naopak označila za velmi tolerantní a podporující. Adam podle její slov nemá příliš mužských kamarádů, je více introvertní a rád se baví o pocitech, a i z toho důvodu má hodně ženských kamarádek, s kterými se pravidelně vídá, to jí však nevadí. Nechtěla by však, aby došlo k překročení určité hranice, kterou však ale ještě nemají určenou, takže sama Lada nebyla schopná odhadnout, co už by jí vadilo. Pokud by se však Adam rozhodl, že bude mít sex na jednu noc, byla by mnohem raději, pokud by to bylo se ženou, kterou nezná. Právě případná nevěra je pro ně po celou dobu vztahu aktuální téma, které nedokázali plně vykomunikovat. Řešili ho dlouhodobě, přičemž Adam si z počátku nepřál, aby Lada měla něco s jiným mužem, nazvala to „one penis policy“. Pokud by tak Lada měla něco s další ženou, pravděpodobně by to v něm nespustilo disonanci, žárlil by pouze v případě mužského pohlaví. To se naopak nelíbilo Marice, která Ladě příležitostný sex přála a nelíbilo se jí, že ho Adam v podstatě zakazuje.

Právě ze strany Mariky se žárlivost k Ladě nezměnila a stále je minimální, ale v zápětí Lada uvedla: *„Ale myslím si, že občas, teď už možná tolik ne, byly momenty a možná ještě budou, kdy analogicky se mnou ona žárlí na to, co on cítí ke mně. Protože ona měla chvíle, kdy by vlastně chtěla, ať jsou si bližší, ale oni nejsou prostě tak kompatibilní v té partnerský rovině.“* Proto mají domluvu, že Lada nebude samovolně Marice sdělovat podrobnosti o jejím sexuálním životě s Adamem, který provází téma BDSM, protože je s ním na rozdíl od Mariky v tomto ohledu kompatibilní. Ačkoliv se tak Lada identifikuje spíše jako homosexuální, zde je pro ni důležitějším aspektem než pohlaví partnera právě ona kompatibilita v BDSM oblasti. Lada a Marika k sobě navzájem pocítují silnou komperzi, a mají radost, pokud je jejich partnerka šťastná, i když je zdrojem štěstí třetí osoba. Vůči Adamovi Lada komperzi příliš nepocítuje, pokud by ho viděla s jinou ženou, než je jeho manželka, tak by spíše žárlila, ale taková situace ještě v praxi nenastala.

Lada se nad svou žárlivostí podrobně zamýšlela a došla k tomu, že v sekundárním vztahu s Adamem žárlí víc právě kvůli nejistotě ohledně své role ve vztahu. Ačkoliv pro Adama nejsou zálety typické, je těžké připadat si nenahraditelná, protože žen jako ona může

být mnoho, tak proč by měl být zrovna s ní. Opět se zde opakuje BDSM aspekt: „*říct Patříš jenom mně, ale jinak můžeš dělat s kým chceš co chceš a potom zas ne... je to komplikovaný. Takže další zdroj žárlivosti podle mě je, že máme tenhle BDSM vztah, to to taky znesnadňuje pro mě, být otevřená nějakým interakcím s dalšíma lidma.*“ Lada má navíc poměrně silně provázanou emoční a sexuální stránku vztahů. Obecně tak žárlivost v monogamním vztahu srovnává s žárlivostí v primárním vztahu v polyamorii. Hranice případné žárlivosti v monogamním a polyamorním vztahu se příliš neliší, pokud se překročí nějaká pravidla, která jsou ve vztahu nastavená, tak je to prostě problém. V případě Mariky by byla samotná nevěra hůře proveditelná, protože má „povolené“ různé kratší aférky, ale u Adama by situace byla asi komplikovanější, protože stále nemají vyjasněná pravidla, kdo a co může s kým dělat.

Za hlavní výhodu polyamorie tak považuje naplnění více potřeb, a především větší svobodu a méně vlastnictví: „*Není to jako v pohádkách „já jsem tvoje, ty jsi můj“, ale každý je svůj a rozhodují se svobodně.*“ Mezi vnímané nevýhody patří logistická, časová a emoční složitost a také menší stabilita než v monogamním vztahu, jelikož více lidí ve vztahu znamená více potenciálních problémů, které je nutné řešit. Zmíněnou emoční náročnost však nevidí jen jako negativum, ale vidí tam seberozvojový potenciál, kde spolu partneři musí více komunikovat, opět se zde tak objevuje nejen důležitost otevřené komunikace, ale také nutnosti lepšího sebezpoznání a porozumění vlastním emocím.

Ladina motivace k rozhovoru pramenila z čistého zájmu a asi také z potřeby získat určité podněty, nad kterými by mohla uvažovat. Hovořila totiž o tom, že se jí zdá zajímavé, že v jednom polyamorním vztahu se její žárlivost vůči partnerovi a partnerce natolik liší. Hodně tak nad svými odpověďmi přemýšlela a často se také ujišťovala, že dávají smysl. Lada se v rozhovoru často vracela k tématu BDSM, která pro ni v obou jejích vztazích hraje velkou roli. Ačkoliv si totiž dlouho myslela, že ji přitahují čistě ženy, právě BDSM kompatibilita s Adamem způsobila, že s ním začala i chodit. Zároveň tato sexuální praktika hraje roli i v její otevřenosti vůči případným dalším partnerům, což vysvětlila tím, že pokud je ona tou submisivní a součástí její role je to, že „patří pouze partnerovi“, je pak těžké na to nemyslet i v běžném životě.

Stejně tak jako se liší pocíťovaná žárlivost vůči partnerům, liší se i komunikace mezi nimi. V primárním vztahu aspekt otevřené komunikace není tak výrazný, protože její snoubenka „nerada řeší věci“, zatímco v sekundárním vztahu s Adamem tráví hodiny času tím, že diskutují a snaží se pochopit své emoce. Takhle podrobně řeší také otázku žárlivosti, ale často nedojdou k uspokojivému řešení, a naopak tím vygenerují další problémy. Žárlivost v monogamním a primárním polyamorním vztahu vnímá Lada podobně. Z jejích odpovědí vyplývá, že jí nejvíce pomohlo, když začala více uvažovat nad svou roli ve vztahu. Z jejího povídání jsem měla pocit, že se snažila být dokonalou partnerkou a dát své snoubence všechno, což není v silách člověka. Tato dlouhá cesta ji dovedla k uvědomění, že její role je jedinečná, a že pokud například partnerka bude chtít zažít něco s mužem, ví, že jí to sama nemůže nabídnout, ale není to tak pro ni ohrožující. Ačkoliv jsem tedy Ladě dělení emoční a sexuální žárlivosti nepředstavovala, zde se tedy ukazuje, že pro Ladu byla většinou ohrožující spíše případná emoční nevěra, nikoliv ta sexuální. Několikrát totiž zmiňovala, že žárlivost pocíťuje pouze když se jedná „o něco většího“, o intenzivní emoce, které partnerka zažívá s někým jiným. U Adama se její zkušenost opět trochu liší a v podstatě potvrzuje, že její sexuální a emoční aspekt je zde hodně propojen. Nevadilo by jí totiž, pokud by měl s některými ženami sex, ale u jiných konkrétních žen by ji to znepokojilo.

Další téma, o kterém Lada mluvila ještě dříve, než jsem se na něj explicitně zeptala, byla komperze. Tu pocíťuje pouze u své snoubenky a dělá jí tak radost, když si její partnerka uspokojí své potřeby někde jinde a je šťastná. Právě pro Mariku je typické, že více inklinuje k otevřenému vztahu než k samotné polyamorii, a proto jsou její kratší epizody zamilovanosti (včetně sexuálního života) považovány za samozřejmost, a nikoliv za nevěru. Na závěr je ještě dobré zmínit, že Lada v rozhovoru také zmínila dichotomii „být polyamorik“ a „mít polyamorní vztah“, protože polyamorii z vlastní strany dlouho nebrala v potaz, nebyla tak „nastavená“, ale jednoduše se zamilovala do Adama. Umí si však představit, že by byla šťastná i v čistě monogamním vztahu.



### **Participantka č. 5.: Anežka, 26 let, partner Štěpán**

Příběh Anežky je poměrně komplikovaný. Anežce je 26 let, se svým prvním partnerem se seznámila přes seznamku a jednalo se o její první dlouhodobý vztah. Dohromady spolu byli pět let, přičemž přibližně po třech letech zmíněný partner započal proces změny pohlaví a v tuto chvíli je tedy ženou, proto o ní budu dále referovat v ženském rodě. S touto partnerkou, Lucií, měla Anežka bezproblémový vztah, partnerky spolu bydlely, a po nějaké době se rozhodly začít trochu experimentovat. Prvně šlo pouze o sex ve třech, kdy se partnerky snažily poznat nové lidi opět na seznamce. Anežka ale postupem času zjistila, že nemusí jít pouze o sex, protože k některým lidem pociťovala větší sympatie. V této chvíli lze spatřovat počátek jejího polyamorního nastavení, ale v tu chvíli tomu nevěnovala větší pozornost, protože měla spokojený vztah.

Žárlivost Anežka definuje takto:

Žárlivost je nehezka emoce, kterou nicméně cítíme občas všichni, ale většinou je to jenom jiná emoce za žárlivost převlečená. Většinou to značí něco jiného, ať už nějaký problém u mě, nebo nějaký problém v tom vztahu nebo nějaký problém v tom, jak se chová ten druhý ke mně. Je to nepřijemný, dovede to sžít, ale dá se o tom mluvit. A když se o tom mluví a něco se s tím dělá, tak zmizí.

Uvedla, že v tomto bývalém monogamním vztahu žárlivost nepociťovala, na škále 1-7 by svou žárlivost umístila na číslo jedna. A žárlivost ji netrápila ani tehdy, kdy šla Lucie na schůzku se svou bývalou přítelkyní. Anežka hodně hovořila o tom, že si uvědomovala, že by v takové chvíli žárlivost pociťovat měla, že jde vlastně o společností očekávanou reakcí. Zamýšlela se i nad důvodem absence své žárlivosti, ale tím, že se její partnerka sejde s někým jiným, se necítila nijak ohrožená. Žárlivost u ní totiž vyvolává především to, když se cítí zanedbaná, nebo když na ni nemá partner/ka čas, což se ale nestávalo.

Anežka si nedávno prošla velkou vztahovou změnou, kdy se s ní rozešel jeden z partnerů, Karel. V současné chvíli tak chodí pouze s přítelem Štěpánem, se kterým jsou spolu asi osm měsíců a také spolu bydlí. Štěpán zároveň „randí“ s další slečnou, což Anežka plně podporuje a vztah mu přeje. Tím se opět dostáváme k fenoménu komperze, kterou

u sebe Anežka potvrdila a popsala ji jako sdílenou radost, jako když je člověk zapálený do nějakého koníčku a chce se o něj podělit s ostatními. Má tak radost z toho, když je její přítel zamilovaný i do této nové přítelkyně. Komperzi zároveň pociťovala i u svých předchozích partnerů/partnerek. Polyamorie pro Anežku znamená:

především hroznou volnost. [...] Takže když se támhle náhodou zamiluju do kolegy, tak je to v pohodě. Mám tady nějakou pozitivní emoci vůči nějakému člověku a tu si užiju. A nemusím na ni vlastně nijak reagovat a můžu si to prostě jenom užít. A vím, že je to v pohodě, vím, že se na mě nikdo nebude zlobit, že to v žádném případě nikdo nebude brát jako nevěru, na rozdíl od těch monogamních vztahů, kde se tohle prostě stávalo.

Podobně jako v monogamním vztahu pro ni žárlivost v polyamorii není velkým tématem. Vzpomněla si pouze na jedinou situaci partnerské žárlivosti, a to když Štěpán hodně pracoval a místo toho, aby volný čas strávil s ní, vyrazil si s jinou slečnou. To tedy odpovídá tomu, co Anežka dříve vysvětlovala, chyběl jí nedostatek kvalitně stráveného času a cítila se přehlížená. Štěpánovi se s tím svěřila a on aktivně navrhnul řešení. Opět by tak svou žárlivost umístila na škále 1-7 na číslo jedna. Určitou roli v jejich vztahu hraje také fakt, že oba mají určité psychologické diagnózy, které eliminují možnost, že by někdo z nich lhal. Zároveň hovořila o komperzi, kterou pociťovala vůči všem svým partnerům/partnerkám i teď vůči Štěpánovi. Je to pro ně jakási sdílená radost a vzájemně se v případných dalších vztazích snaží podporovat. Ještě před vztahem se Štěpánem hrála v jejím životě velkou roli partnerka Jana. Právě Janu platonicky miloval několik let jeden muž, ale dlouho zůstali jen u přátelství. Po několika letech došlo až na vztah, načež on chtěl nakonec udržovat vztah jak s Janou, tak s Anežkou. Jeho láska vůči Janě byla ale až nezdravá a když už se všichni tři sešli, Anežce ani jeden z nich nevěnoval pozornost. To byl pro Anežku asi nejsilnější zážitek žárlivosti, ale dle jejích slov už to ani za žárlivost nepovažuje, protože tuto emoci „dekódovala“ – necítila se ani tolik ohrožená, jako spíš zmatená a nejistá.

Největší rozdíl mezi monogamními a polyamorními vztahy vidí v množství svobody a podpory, tzn. pokud se Anežka do někoho zamiluje, nemusí své emoce vůči ostatním tolik kontrolovat. Zároveň to považuje za největší výhodu. Za nevýhodu naopak označila, že se

člověk musí naučit lépe porozumět sám sobě a svým potřebám a hodně o věcech komunikovat. Žárlivost je podle ní v polyamorii více o tom, že jedinci žárlí kvůli tomu, že se jejich partner/ka stará více o někoho jiného. To je téma, které Anežka průběhu celého rozhovoru hodně akcentovala, že je v takové situaci důležité, podívat se žárlivosti „na zoubek“, pochopit co ji způsobuje a jak je možné ji vyřešit. Dnes by za nevěru označila pouze situaci, kdy by její partner měl vztah s někým dalším a cíleně jí to zatajoval.

Rozhovor s Anežkou byl tak trochu kratší než zbylé rozhovory, protože v monogamním ani polyamorním vztahu žárlivost v podstatě nepocit'ovala/nepocit'uje. Nemá k tomu totiž důvod, novou přítelkyni svého partnera se necítí ohrožená, protože jejich současný vztah nijak negativně neovlivňuje. Zároveň je její vztahová historie poměrně komplikovaná a všechno se jí částečně pořád vrací k první dlouholeté přítelkyni Lucii. Anežka razí myšlenku, že pokud člověk cítí, že začíná žárlit, je nutné to sdělit partnerovi/partnerce a je možné to vyřešit. S žárlivostí nikdy potíže neměla a přirozeně jí nepocit'ovala. V rozhovoru tak nevyvstalo příliš nových témat, ale nejvíce byla bezpochyby akcentována nutno otevřené komunikace. Bez ní totiž člověk problémy dusí v sobě a nemůže je vyřešit, pro polyamorii je tak tato schopnost v podstatě nezbytná.

Z rozhovoru tak vyplynulo, že v současné chvíli není pro nevěru ani příliš prostor, protože partneři jsou k sobě upřímní. I to je důvodem absence žárlivosti na obou stranách. Anežka žárlivost v dlouholetých vztazích nikdy nepocit'ovala, objevila se pouze v těch, které byly kratší než šest měsíců, a které jsem nezkoumala. Vypadá to tedy, že je pro ni nějak přirozené žárlivost nepocit'ovat. K Anežčině obecné partnerské spokojenosti může dopomáhat i komperze, zmíněná u předchozích participantů. Anežka o ní hovořila ještě předtím, než jsme se dostaly k otázce, která se jí týkala, když popisovala, jak moc si přeje, aby nový vztah jejího partnera fungoval. Komperzi pocit'ovala ve všech svých vztazích.

## **Participant č. 6: Lukáš, 38 let, primární partnerka Pavlína, sekundární partnerka Simona**

Lukáš si v posledních měsících prošel velkými vztahovými změnami, kdy se jeho současná partnerka Pavlína rozvedla se svým tehdejším manželem a sám Lukáš se rozešel s jinou svou partnerkou, s níž do té doby bydlel. On i Pavlína mají každý ještě jednoho partnera, přičemž tyto vztahy lze označit za sekundární, protože četnost vídání se i samotné emoční pouto je na jiné úrovni než právě vztah Lukáše a Pavlíny.

Lukáš svůj poslední čistě monogamní vztah ukončil přibližně před sedmi lety, přičemž samotný vztah trval asi šest let. Při otázce na partnerskou spokojenost Lukáš dlouho přemýšlel, protože si pořád není jistý, co v tehdejším vztahu bylo dobré, jestli v něm vlastně byl spokojený a nakolik si některé problémy (ne)uvědomoval. Uvedl, že byl spokojený s tím, že tvoří s přítelkyní pár, domácnost apod., ale za velký problém označil, že si ve vztahu nedokázal prosadit svoje zájmy nebo potřeby a jako hlavní cíl si kladl štěstí partnerky. A právě ve chvíli, kdy nad vztahem začal více uvažovat a začal se orientovat na sebe, vztah se pomalu začal rozpadat. Určitou nevýhodu spatřoval tak v úrovni komunikace, která někdy končila zlostí a křikem. Ačkoliv se tak partneri snažili potíže řešit, ne vždy to bylo úspěšné. Žárlivost Lukáš popisuje takto:

Jakože pokud bych ji měl vzít, jak ji obecněji chápu, tak mi přijde, že je to nějaký komplex emocí. Určitě si nemyslím, že je to nějaká primární emoce a vlastně k tomu tak i přistupuju, že je to složený ze spousty věcí... to, co to vyvolává v člověku, je pocit nějakýho ohrožení. Ohrožení vztahu, ohrožení vlastní hodnoty možná, určitě asi. No a třeba i strach, že o toho druhýho člověka přijdu, nebo že pro něj nejsem dost cennej.

Žárlivost v tomto vztahu v podstatě nepocíťoval, dokonce si vybavil situaci, kdy mu nešťastná partnerka volala z akce, že se líbala s jiným mužem. Lukáše v tu chvíli zajímalo primárně to, co to pro ni znamená, jak v tom figuruje on a jestli chce s daným mužem být dlouhodobě, nebo zda se jednalo pouze o chvilkovou záležitost. Žárlivost u něj vyvolává především neinformovanost a neupřímnost, tzn. za nevěru by tehdy považoval zatajování sexuálního vztahu nebo vídání se se třetí osobou.

Lukášův přechod k polyamorii je odlišný od ostatních participantů, nevznikla totiž prostřednictvím náhodného zamilování, ale právě až po rozchodu se zmíněnou partnerkou. Lukáš v té době začal objevovat vztah k sobě, protože si zpětně uvědomil, že i v jeho předchozích vztazích pro něj byla vždy primární spokojenost partnerky a sebe upozadřoval. Několikrát zmínil, že měl v hlavě typickou pohádku o tom, že každý nakonec najde svou pravou lásku, ale on se potýkal s tím, že jakékoliv sympatie či zamilování nejen že nekončily šťastným vztahem, ale ještě si v sobě tyto pocity nesl i dlouho poté, co už mezi ním a bývalými přítelkyněmi nebyl kontakt. Rozhodl se tak, že zapomene na všechno, co dosud znal a bude se vztahy učit prostřednictvím „filosofického údivu“. Podstatné pro něj byly v nových vztazích dva prvky: radikální upřímnost a svoboda. Několikrát zmiňoval, že se vždy ve vztahu plně odevzdal partnerce (aniž by na to často byla připravená) a proto chtěl ve větším množství vztahů hledat sebe, zjistit, kým je. Termín „polyamorie“ nemá příliš rád, protože v něm evokuje ideální „pohádkovou“ situaci, kdy vztah tvoří polykula lidí, jež se mají všichni stejně rádi a v ideálním případě spolu tak žijí. Tak však většina polyamorních uspořádání nevypadá a preferuje tak termín „otevřený vztah“ nebo „etická nemonogamie“:

Je to pro mě možnost si to poskládat tak, jak mi to vyhovuje. Jsou tady nějaký lidi, a mají rámeček, ideálně komunikační, mají nějaký prostředky mezi sebou a mají nějaký představy a můžou je nějak propojovat nebo ty představy na sebe můžou narážet a utváří si to tak, jak jim to zrovna vyhovuje. Takže proměnlivost je pro mě vlastně jako dost... zaznívající.

Situace je tedy taková, že ještě před pár měsíci měl Lukáš tři partnerky: Kristýnu, Pavlínou a Simonu. S Kristýnou tvořili pár tři roky, po necelých dvou letech začal chodit také se svou současnou partnerkou Pavlínou. Krátce před koncem vztahu s Kristýnou Lukáše ještě oslovila kolegyně Simona, která se mu svěřila, že je do něj delší dobu zamilovaná. S ní udržuje partnerský vztah i nyní, ale jedná se o sekundární, spíše platonický a vzdálenější vztah, což je způsobeno také tím, že Simona má vlastní rodinu. Protože se jedná o poměrně nedávnou historii, Lukáš do svého vyprávění zahrnul i okolnosti vztahu s Kristýnou (ačkoliv už netvoří pár) a hovořil o tom, že byli od začátku poměrně otevření možnosti dalších

partnerů. Důležitým pravidlem bylo, že případné schůzky s nimi vždy oznámí a nebudou je zatajovat. V současném polyamorním uspořádání vnímá pozitivně to, že se cítí oběma partnerkami přijatý a jako nevýhodu vidí nutnost velké komunikační vyspělosti. V zápětí však zmínil, že to nemusí být vždy jen negativní, protože se tím člověk této komunikaci vlastně učí.

Žárlivost v tomto vztahu pociťoval/pociťuje především ve chvílích, kdy neví, na čem stojí jeho vztah s danou osobou. První intenzivní epizoda žárlivosti se tak objevila na začátku jejich vztahu s Kristýnou, která v té době odjela do zahraničí za svým milencem (s čímž však Lukáš souhlasil). Tuto žárlivost popisoval tak, že o ni měl především strach a zároveň netušil, co se stane po jejím návratu, zda se jejich vztah změní, jak svého milence vnímá ona apod. V případě Pavlíny si dokázal vybavit pouze dvě situace v nichž žárlil. První z nich nastala, když mu partnerka bez předchozí komunikace prozradila, že se vyspala s jiným mužem. Způsob, kterým mu to oznámila, se Lukášovi nezdál moc šťastný, pociťoval silnou nejistotu a nerozuměl jejím záměrům. Podruhé žárlil, když byla Pavlína na pracovní stáži v cizí zemi, kde se zároveň stýkala se svým milencem. Pavlína si život v této zemi oblíbila a Lukáš měl pocit, že ho trochu „odstříhla“, protože si zároveň myslela, že v jeho životě nehraje příliš důležitou roli, ačkoliv tomu bylo naopak. Pro Lukáše je tak žárlivost primárně o tom, že nejde tolik o to, co jeho partnerka s kým má, ale o tom, jakou tomu přisuzuje důležitost, jaké jsou její plány do budoucna a jak to ovlivní jejich vztah: „*To prožívání žárlivosti je pro mě v tom, kde já jsem v tom vztahu. Kde já se tam jako vyskytuju.*“ Vůči druhé současné partnerce, Simoně, se kterou je vztah na poměrně platonické úrovni, žárlivost nepociťuje. Naopak zmiňuje, že v případě Simony pociťuje silnou komperzi a má radost z toho, jak šťastný je její vztah s manželem, se kterým se dokonce znají. Obdivuje, jak dokáže ke své práci zvládnout péči o děti, ale také o samotný vztah, konkrétně zmínil opět dobrou komunikaci. Komperzi pociťoval i u bývalé partnerky Kristýny, kterou také podporoval v tom, aby jela za svým milencem. Pouze v případě Pavlíny, se kterou mají v současnosti spoustu nevyjasněných věcí (částečně kvůli tomu, že ona je v zahraničí), by ji asi necítil. Nejen kvůli poměrně nedávným změnám v jejich dalších vztazích Jiří hovořil o tom,

že si po jejím návratu musí určit nějaká jasnější pravidla a vyjasnit si, jak vztah bude fungovat, co si partneři mohou dovolit apod.

U všech tří žen by ho žárlivost trápila jenom v konkrétních a velmi blízkých situacích, ale „běžnou žárlivost“, kdy by šla partnerka s jiným mužem např. na kávu, Lukáš nepocítuje. Svou žárlivost i kvantifikoval, přičemž vůči Simoně zvolil jedničku, vůči Pavlíně trojku. Jeho partnerky se v míře žárlivosti poměrně liší. Bývalá partnerka Kristýna byla dle jeho slov vždy hodně žárlivá a vlastně kývla na příchod Pavlíně do vztahu asi trochu z donucení. S Pavlínou je situace komplikovanější, ale její žárlivost vůči Lukášovi se po přechodu z milenecké na partnerskou úroveň spíše zvýšila. Do budoucna by si Lukáš přál, aby tento vztah zůstal poměrně otevřený, aby pokud člověk někoho potká, mohl se s ní seznámit blíže, a to i po sexuální stránce. Přesto však zmiňoval, že není příznivcem typického „sexu na jednu noc“, protože má emoční a sexuální stránku hodně propojenou. V průběhu rozhovoru několikrát padlo, že právě dlouhotrvající kladné emoce jsou pro něj někdy až problémem. I pro Pavlínou, která přímo nehledá další pevný vztah, je důležité, aby měla možnost navazovat kontakt i s jinými muži. Zároveň jsou však partneři v případě potřeby a domluvy vztah více uzavřít a věnovat se na nějakou dobu pouze sobě. Důvěra, která v takto poměrně benevolentním vztahu je, se podle Lukáše odvíjí opět od informovanosti a otevřenosti, tzn. zjistit, kdo je ten další člověk, jak to partnerka prožívá apod.

Rozdíl mezi žárlivostí v monogamním a polyamorním vztahu vidí hlavně v tom, že monogamie žárlivosti trochu nahrává, protože v podstatě už jenom pomyšlení na někoho dalšího mimo vztah může být považováno za nevěru. A ve chvíli, kdy by se někdo skutečně objevil, jedinec buď musí lhát anebo popřít sám sebe. Za nevěru v monogamním vztahu považoval sex s jinou osobou, v polyamorii to vidí více obecněji, konkrétně je pro něj nevěra zrada důvěry partnerky.

U Lukáše, mezi jehož zájmy patří také psychologie, bylo jasně vidět, že o partnerských vztazích, o emocích nebo konkrétně o žárlivosti již mnohokrát přemýšlel. Bylo zřejmé, že se k žárlivosti snažil postavit čelem, prozkoumat, za jakých okolností a proč ji pocítuje. V průběhu rozhovoru také akcentoval důležitost sebepoznání. Právě to mu pomohlo překonat určité zažití vzorce a představy, které o vztazích měl. Zároveň oproti ostatním více

akcentoval výhody polyamorie pro sebe samého v tom, že mu toto uspořádání dává více volnosti a možnosti zaměřit se ve vztahu také na sebe. Samotnou žárlivost u něj potom nejvíce ovlivňuje informovanost, pokud tedy nemá možnost vyjasnit si pocity své i pocity svých partnerek a snažit se je pochopit, cítí se nejistý.

V Lukášově případě se v rozhovoru objevila témata, o kterých hovořili ostatní participanti. Byla zmíněna důležitost komunikace ve vztahu, která v dřívějším monogamním vztahu vážla a zároveň byla jedním z nutných předpokladů budoucího vztahu. Stejně tak na polyamorii oceňoval, že její nutností je určitý komunikační rámec, prostor, kde spolu musí partneři o různých věcech diskutovat. I díky lepší komunikaci tak může dojít ke snadnějšímu uskutečnění jeho představ nebo naplnění jeho potřeb.

## **5.2. Zodpovězení výzkumných otázek**

### „Jak aktéři polyamorních vztahů popisují žárlivost?“

V rozhovorech jsem každého participanta požádala, aby mi definoval, co pro něj žárlivost znamená. Většina z nich se shodla na tom, že se jedná o emoci (že je to negativní emoce zmínili explicitně participanti č. 4 a 5). Další charakteristikou bylo to, že žárlivost probíhá, pokud partner/ka dělá něco jiného s někým jiným (č. 1, 3 a 4) a že ji člověk pociťuje, protože ztrácí jakýsi pocit výjimečnosti nebo jedinečnosti (č. 4, 6). Žárlivost je vyvolaná pocitem strachu nebo ohrožení (participanti č. 2, 3 a 6). Zároveň se jedná o emoci, která většinou značí nevyřešený konflikt uvnitř sebe sama (především nedostatek sebedůvěry) nebo v partnerském vztahu (nejistota ohledně místa ve vztahu) apod.

### Jaká je zkušenost polyamorních jedinců s žárlivostí?

Odpověď na tuto otázku je velmi různorodá, každý z participantů má totiž jiný životní příběh a zkušenosti. Někteří z nich žárlivost ve svém životě pociťovali jen minimálně (č. 1 a 5), protože se případným vztahem svých partnerů s třetí osobu necítili nijak ohroženi nebo zanedbávání. Participanti č. 2 a 3 měli opačný problém, první zmíněná pociťovala žárlivost především v monogamním vztahu a v průběhu času se s ní naučila pracovat, zatímco



participant č. 3 žárlivost poprvé zakusil až v polyamorním vztahu a hned od počátku byla velmi intenzivní. Participantka č. 4 má odlišnou zkušenost s žárlivostí ve svém primárním vztahu, kde už v současnosti na partnerku nežárlí, ale vůči sekundárnímu partnerovi pociťuje žárlivost v případě, že by chtěl mít pohlavní styk s jinou ženou. Participant č. 6 pociťuje žárlivost pouze ve specifických situacích nebo epizodách vztahu, kde si není jistý svou rolí, není plně srozuměn s pocity partnerky a neví tak, „na čem je“. Tato žárlivost je tedy spojená s ohrožením jeho pozice, ale pokud je situace důsledně vykomunikována, nedělá mu žárlivost problémy, a naopak své partnerky v jejich dalších vztazích podporuje.

„Jak liší žárlivost v monogamním a polyamorním vztahu popisovaná jedinci, kteří mají zkušenost s oběma typy vztahu?“

V případě této otázky se odpovědi již více liší. Pro polovinu participantů č. (1, 5, 6) přechodem od monogamního k polyamornímu vztahu nenastala v žárlivosti žádná změna. Nepociťovali ji ani v jednom případě, protože měli toto téma v sobě vyjasněné a necítili se případným rivalem ohroženi, jelikož si byli vědomi svého místa a kvalit v tomto vztahu, tzn. nebáli se, že by je někdo mohl nahradit. U dalších dvou participantů přinesla polyamorie velkou změnu. V případě participantky č. 2 žárlivost začala pomalu mizet, protože s ní v průběhu času pracovala a nyní to vnímá tak, že je primární partnerkou a pokud by ji chtěl přítel opustit, nebude to z toho důvodu, že by chtěl být s někým dalším. Polyamorie totiž více vztahů umožňuje, ale neznamená to, že budou ohrožovat ten její vztah. Participant č. 3 se potýkal s opačným problémem – v monogamním vztahu ho žárlivost příliš netrápila, ale když si jeho partnerka našla dalšího přítele, jeho sebejistota a sebehodnota se snížily. Žárlil kvůli pocitu ztráty místa ve vztahu, zatímco jeho partnerka byla s novým přítelem na vlně zamilovanosti. Participant tak na začátku potřeboval znát všechny podrobnosti o jejím novém vztahu, ale nyní se situace uklidnila. U participantky č. 4 byla situace nejkomplicovanější – na začátku monogamního vztahu pociťovala mírnou žárlivost, protože měla pocit, že partnerčiny kamarádky mohou naplnit mnoho jejích potřeb, které participantka nemůže. Když si uvědomila, že je to v pořádku, žárlivost se snížila skoro na

nulu. Když se vztah příchodem nového muže proměnil v polyamorní, žárlivost participantky vůči partnerce se nezměnila, ale naopak začala žárlit na nového partnera.

Na tuto otázku tak nelze jasně a stručně odpovědět, protože příběh každého participanta je odlišný. Zároveň zde hrají roli různé vztahové faktory jako je například délka vztahu (čím déle spolu partneři byli, tím méně žárlili apod. Shodné jsou však důvody, které zmiňovali, a těmi je především nejistota, která však byla vždy s partnery vykomunikována. Stejně tak se ve většině případů (kromě participanta č. 3) nejednalo o trvalou a výrazně silnou žárlivost, ale spíše o kratší epizody.

## 6. DISKUZE

Hlavním cílem této práce bylo lépe poznat zkušenost polyamorních jedinců s žárlivostí v jejich vztazích. Na začátku bylo podstatné zjistit, jak vůbec žárlivost popisují, dále zda a za jakých okolností ji zažívají a jak se tato jejich zkušenost odlišuje od žárlivosti v monogamním vztahu, jehož byli dříve členy. Oproti jiným dosavadním pracím, které byly často kvantitativně zaměřeny, tato práce nabízí bližší vhled do problematiky.

Provedla jsem analýzu šesti rozhovorů, tří s muži a tří se ženami. Mezi témata, která se v rozhovorech hodně opakovala, patřila otevřená komunikace a upřímnost, poznání sebe sama či komperze. Významným zjištěním byl fakt, že polyamorní jedinci často chápou samotný pojem „žárlivost“ i jinak, než že by se jednalo pouze o ohrožení jejich současného vztahu, jak navrhuji známé definice žárlivosti (např. White & Mullen, 2006, Buss, 2013, apod.). Participanti se shodovali v tom, že žárlivost je emoce, přičemž většina z nich hovořila o tom, že její podstata spočívá nikoliv ve vině partnera, ale ve vlastním nedostatku sebevědomí či sebedůvěry. V rozhovorech tak bylo zmíněno, že se žárlivost objevuje ve chvílích nejistoty nebo zmatenosti a častým důvodem může být také nevyjasněnost rolí v primárním a sekundárním vztahu. Především tedy situace, kdy se role případného rivala podobá příliš té jejich. Dále se ukázalo, že žárlivost může být znepokojením nad tím, kdy partner/ka dělá něco s další osobou, ale explicitně nemluvili o tom, že by je ta třetí osoba ohrožovala. To vše odpovídá poznatkům odborné literatury, které zdůrazňují fakt, že samotná podstata polyamorie tkví v tom, že vztah tvoří více partnerů a pouhá přítomnost další osoby může sama o sobě stěžít vyvolat žárlivost (Deri, 2018).

Žárlivost, klíčové téma mé bakalářské práce, pro většinu participantů nebyla příliš velkým tématem, protože ji ve svém vztahu nepocítují. Přesto většina z nich na základě reakcí okolí věděla, že by žárlit měli, že je to přeci žádoucí a znamená to, že má člověk toho druhého rád. Když jsem se ptala, čím si absenci žárlivosti vysvětlují, odpovědi byly různé. Mnohokrát padlo, že žárlivost vlastně indikuje, že má člověk nevyřešený konflikt v sám sobě a z toho důvodu se cítí nejistý. V takovou chvíli je nutné, aby své pocity probral s partnerem a zkusili najít řešení, aby jim partner poskytl dostatek lásky a dodal sebedůvěru. Většina participantů ale žárlivost již nepocítuje. To potvrzuje i fakt, že ve většina jejich vztahů je

otevřená, tzn. participanti mohou mít sex na jednu noc, pouze je důležité to nezatajovat. Přesto je však obtížné jejich žárlivost nějak generalizovat, protože někteří participanti (č. 2, 3, 4, 6) žárlí pouze na některého ze svých partnerů. Hovořili o tom, že další vztah (ať už sexuální nebo emoční) nemusí nijak ohrozit jejich současný vztah, pokud si je člověk vědom toho, jakou má ve vztahu roli, jaká je případná budoucnost s každým z partnerů apod. Je to přeci vlastně samotná podstata polyamorie, mít víc romantických vztahů současně.

Rozdíly mezi pohlavími v pocíťovaném typu žárlivosti, tzn. sexuální vs. emoční žárlivost (Buss et al., 1992), jak ukazují předchozí studie, nebyly v mém výzkumu blíže zkoumány. U participantů (č. 1, 5) kteří uvedli, že žárlivost nepocíťovali, ani nebylo možné určitý výsledek předpokládat. Zdá se, že tato teorie platí pouze pro jediného participanta (č. 3), takže se obecně nepotvrdila. To může být způsobeno tím, že většina participantů shodně uvedla, že je pro ně složité oddělovat od sebe sexuální a emoční stránku vztahu, což bylo (trochu v nesouladu s jeho tvrzením) viditelné pouze u participanta č. 1. Toto zjištění by tak potvrdovalo tzv. double shot hypotézu (DeSteno & Salovey, 1996), která hovoří o tom, že někteří jedinci považují sexuální a emoční nevěru za propojené události a předpokládají, že jedno souvisí s druhým, tzn. pokud se objeví sexuální nevěra, můžou se brzy objevit i pocity zamilovanosti a pokud naopak jedinec pocíťuje ke třetí osobě zamilovanost, může dojít k sexu. Další participanti pocíťovali vůči svým partnerům odlišný typ žárlivosti, než teorie předpokládá. (př. heterosexuální muž žárlil na ženu spíše emočně a bisexuální žena žárlila spíše sexuálně na svého partnera a emočně na svou partnerku). V tomto případě se ale jedná pouze o úvahy, které z výpovědí participantů explicitně nevyplývají. Znamená to však, že teorie Dijkstry et al. (2001) nebo de Souza et al. (2006) zdůrazňující myšlenku, že typ žárlivosti záleží na pohlaví partnera, na kterého je žárleno, nebyly potvrzeny,

Co se týče dalšího dělení, která někteří psychologové navrhli, o dispoziční žárlivosti nemůže být u většiny participantů ani řeč. Někteří z nich žárlivost téměř nikdy nepocítili, ačkoliv si uvědomovali, že by to v dané chvíli bylo asi žádoucí či opodstatněné. Zbylí participanti dokázali velmi podrobně charakterizovat, které konkrétní situace v nich žárlivost vyvolávají a zároveň často uváděli, co jim pomáhá žárlivosti předcházet nebo co potřebují

k tomu, aby ji v danou chvíli vyřešili. V případě mých participantů tak lze mluvit téměř jistě pouze o situační žárlivosti.

Všech šest participantů se shodlo na tom, že polyamorní uspořádání je umožněno především dobrou komunikací se všemi zúčastněnými. Naučit se ji může trvat delší dobu, ale je předpokladem k úspěšnému fungování. Participantů často zmiňovali, že polyamorie jim sice umožňuje větší svobodu, ale také zodpovědnost, protože jde ve vztahu rázem o víc lidí. Je tedy primární všechny problémy řešit ihned, a stejně tak je to i s žárlivostí, všichni zúčastnění jsou zvyklí ji ve většině případů s partnerem komunikovat, situaci si vysvětlit a snažit se ji vyřešit. Většinou si sami uvědomovali, že za jejich žárlivost nemůže nevhodné chování partnera, ale jejich vlastní nevyřešené konflikty. To souhlasí s tím, co o důležitosti otevřené komunikace psala i Rubinsky (2018), jejíž participantů byli zvyklí žárlivost s partnerem komunikovat nikoliv kvůli tomu, aby mu jeho chování zakázali, ale protože svou žárlivost potřebovali vysvětlit a snažit se ji vyřešit.

Téma, které s otevřenou komunikací úzce souvisí, ale které nebylo v odborné literatuře v souvislosti s polyamorií více diskutováno, lze shrnout pod pojem „poznání sebe sama“. Obecně zahrnuje zvýšení sebedůvěry, upevnění sebevědomí, zdokonalení se v porozumění a ovládání vlastních emocí apod. Všichni participantů o něm v určité formě mluvili a uvedli ho jako jednu z důležitých podmínek funkční polyamorie. Pokud totiž jedinec nerozumí vlastním pocitům, neví, proč ho některé věci trápí nebo co by mu v určité chvíli mohlo pomoci, nebo co například od polyamorie očekává, je těžké s tím ve vztahu pracovat. Zároveň polyamorní uspořádání tvoří větší počet osob, se kterými je nutné komunikovat a k tomu, aby mohl porozumět partnerům je nezbytné, aby jedinec porozuměl sám sobě.

Komperze, tedy radost z toho, že je partner šťastný s třetí osobou, několik z nich chápe jako přesný opak žárlivosti. Ačkoliv jsem blíže nezjišťovala, jak komperzi vnímají a jaký jí přisuzují vliv, participantů ji u sebe i u svého protějšku považovali za pozitivní emoci, a mnoho z nich hovořilo o tom, jak jsou šťastní, když mohou partnera v dalším vztahu podpořit a naopak. To napovídá tomu, že by komperze mohla mít pozitivní vliv na partnerskou spokojenost, jak ukazují některé dosavadní studie (Balzarini et al., 2021). S tímto jevem měli zkušenost všichni participantů, ale konkrétní projevy nebo okolnosti se

lišily. Někteří ji pocítují vůči oběma partnerům, a někteří ji vnímají pouze u primárního partnera, se kterým mají silnější a dlouhodobější pouto. Právě typ kvalitativního výzkumu považují za jeden z možných důvodů, proč se ne všechny výsledky mého výzkumu shodují s odbornou literaturou. Kvantitativní studie často používaly jako výzkumný nástroj scénáře sexuální a emoční nevěry (Buss et al., 1992), kdy si participantů museli pomoci nucené volby zvolit jednu možnost, ale často neměli možnost přesněji vyjádřit intenzitu předpokládané žárlivosti.

### **6.1. Limity studie**

Existuje hned několik limitů mé práce. Mou první obavou, ještě před začátkem samotného výzkumu, byla má objektivita. Jednalo se o mou první zkušenost s rozhovorem použitým následně k akademické práci a nebyla jsem si jistá, zda nebudu k participantům příliš přátelská, zda nebudu pokládat návodné otázky apod. Abych tomu předešla, před uskutečněním prvního rozhovoru s participanty jsem měla možnost provést cvičný rozhovor s Mgr. Kateřinou Potyszovou, která mi k němu dala zpětnou vazbu a řekla mi, na co si dát pozor. Přesto jsem po přepsání prvního rozhovoru viděla na své straně mnoho nedostatků, ať už ve směřování rozhovoru nebo pokládání otázek. Proto jsem se rozhodla použít první rozhovor jako pilotní. Případnému zkreslení informací jsem se snažila zamezit prostřednictvím konzultací s vedoucí mé práce Mgr. Klárou Bártovou Ph.D. Každý z rozhovorů jsem přepsala do tří dnů od jeho uskutečnění, abych měla v paměti i atmosféru a neverbální reakce participantů, které jsem si zvlášť zapisovala. Každému rozhovoru jsem také věnovala dostatek času a před samotnou interpretací jsem ho několikrát pročítala, abych měla jistotu, že jsem všemu porozuměla.

Pozitiva spatřuji v nastavení podmínek pro účast ve výzkumu, jelikož všichni participantů museli mít alespoň šestiměsíční zkušenost s monogamním i polyamorním vztahem a zároveň museli v době účasti být aktérem polyamorního vztahu. Tím se eliminovali čerstvě zamilovaní participantů, kteří by ve svých výpovědích nemuseli být objektivní. Naopak si však myslím, že se do výzkumu přihlásily především osoby, které žárlivost v životě výrazněji netrápila a byli o ní tak schopni otevřeně mluvit.

Na začátku každého rozhovoru jsem participantům vysvětlila, že ačkoliv nemám s polyamorním vztahem vlastní zkušenost, téma mě zajímá, protože je polyamorie jednou z forem partnerského vztahu a zaslouží si bližší zkoumání. Požádala jsem je, aby odpovídali co nejpodrobněji a podle vlastního názoru, zmínila jsem, že neexistuje žádná správná nebo špatná odpověď. Byla jsem velmi překvapená otevřeností a upřímností svých participantů, kteří ke mně byli velmi přátelští, přičemž tato sympatie byla oboustranná. Někteří mi dokonce nabídli tykání, které jsem nechtěla odmítnout. Proto jsem měla někdy obavy, zda není jejich intencí zalíbit se mi. Po delším uvažování jsem však došla k tomu, že otevřenost participantů jde ruku v ruce s tím, o čem v rozhovorech hovořili, o otevřené komunikaci. Ačkoliv tedy bylo několik z nich spíše introvertních, byli velmi ochotní o svých vztazích mluvit, protože jsou na to zvyklí.

## **6.2. Návrhy na další zkoumání**

Po provedení a přepsání všech rozhovorů jsem byla překvapená, o jak obsáhlé téma se jedná. V první řadě by bylo velmi prospěšné, pokud by se budoucí práce zaměřili nejen na kvantitativní, ale také kvalitativní zkoumání polyamorních vztahů, které umožní lépe pochopit zkušenosti polyamorní komunity. K tomu by dobře mohl posloužit narativní rozhovor a následně tematická analýza, která by odhalovala témata, jež jsou pro jedince žijící v polyamorii podstatná.

Všechna témata, která v rozhovorech byla zmíněna, by zasloužila bližší prozkoumání. Bylo by zajímavé, provést samostatnou studii na téma komperze, tzn. radosti z toho, že je partner šťastný s nějakou další osobou. Komperze je totiž fenoménem, který zůstává stále poměrně neprozkoumaný. S také souvisí, že by poznání mohl obohatit výzkum, který se konkrétněji věnuje nevěř v polyamorním vztahu. Toto téma totiž nebylo cílem mé práce, a proto se v rozhovorech objevuje pouze okrajově. Avšak zajisté by bylo přínosem, pokud by zde byla snaha pochopit, jak je možné, že mnoho polyamorních vztahů je zároveň velmi otevřených i sexuálně.

## 7. ZÁVĚR

Hlavním cílem práce zkoumat zkušenosti aktérů polyamorních vztahů s žárlivostí. Podstatné tedy bylo zjistit, zda se žárlivost v polyamorii vyskytuje, za jakých okolností a jak ji participanti případně řeší. V první kapitole teoretické části jsem představila samotné polyamorní uspořádání a vysvětlila jeho podstatu a strukturu. V práci se povedlo dostatečně odlišit polyamorii od jiných typů konsenzuální monogamie jako jsou otevřené vztahy nebo swingování, se kterými může být někdy zaměňována. Následující kapitola se věnovala fenoménu žárlivosti, přičemž byly na základě odborné literatury popsány teorie, vysvětlující její možný původ. Zároveň byla uvedena dělení žárlivosti, která naznačují, u koho, za jakých situací a jakým způsobem bude žárlivost vyjádřena. V neposlední řadě byly zmíněny faktory, které mohou žárlivost ovlivňovat, takže na základě toho je možné více předvídat, u koho se žárlivost projeví.

Poznatky z teoretické části bylo důležité následně propojit s praxí. Pomocí podrobných rozhovorů jsem měla možnost poznat blíže příběhy participantů a pochopit, co pro ně žárlivost znamená a v jakých situacích se s ní potýkají. Některé z informací teoretické části byly potvrzeny, především to, že participanti většinou dalšího partnera neberou jako hrozbu, jako rivala, který může ohrozit jejich vztah. Spíše se cítili zanedbaní a potřebovali více kvalitního času se svým partnerem/partnerkou.

V odborné literatuře i výzkumech se hodně píše o tom, že pro polyamorii je důležitá otevřená komunikace a upřímnost, což potvrdili i participanti v praktické části. Jednalo se o téma, které všichni velmi často zmiňovali, uvedli ho jako nutný předpoklad polyamorie a lze ho považovat také za možnou prevenci před pocity žárlivosti. Zároveň se potvrdilo, že každý z nich někdy pocíťoval komperzi alespoň vůči jednomu svému partnerovi.



## 8. SEZNAM LITERATURY

Adler, A. (1928). Characteristics of the 1st, 2nd and 3rd child. *Children*, 3 (Whole No. 5)

American Psychiatric Association (2013). Diagnostic and statistical manual of mental disorders (5th ed.). Arlington,

Anapol, D. (2010). Polyamory in the 21st century. Lanman, MD: Rowman & Littlefield.

Aumer, K., Bellew, W., Ito, B., Hatfield, E., & Heck, R. (2014). The happy green eyed monogamist: Role of jealousy and compersion in monogamous and non-traditional relationships. *Electronic Journal of Human Sexuality*, 17(1), 77-88.

Balzarini, R. N., Campbell, L., Kohut, T., Holmes, B. M., Lehmilller, J. J., Harman, J. J., & Atkins, N. (2017). Perceptions of primary and secondary relationships in polyamory. *PloS one*, 12(5), e0177841.

Balzarini, R. N., McDonald, J. N., Kohut, T., Lehmilller, J. J., Holmes, B. M., & Harman, J. J. (2021). Compersion: When jealousy-inducing situations don't (just) induce jealousy. *Archives of Sexual Behavior*, 50(4), 1311-1324.

Barelds, D. P., & Barelds-Dijkstra, P. (2007). Relations between different types of jealousy and self and partner perceptions of relationship quality. *Clinical Psychology & Psychotherapy: An International Journal of Theory & Practice*, 14 (3), 176-188.

Barelds, D. P., & Dijkstra, P. (2008). Reactive, anxious and possessive forms of jealousy and their relation to relationship quality among heterosexuals and homosexuals. *Journal of homosexuality*, 51(3), 183-198.

Barelds, D. P., Dijkstra, P., Groothof, H. A., & Pastoor, C. D. (2017). The Dark Triad and three types of jealousy: 'Its' relations among heterosexuals and homosexuals involved in a romantic relationship. *Personality and Individual Differences*, 116, 6-10.

Barelds, D. P., & Dijkstra, P. (2021). Exploring the Link between Bright and Dark Personality Traits and Different Types of Jealousy. *Psihologijske teme*, 30(1), 77-98.

Barker M. (2014) Polyamory. In: Teo T. (eds) *Encyclopedia of Critical Psychology*. Springer, New York, NY.

Barker, M. (2005). This is my partner, and this is my... partner's partner: Constructing a polyamorous identity in a monogamous world. *Journal of Constructivist Psychology*, 18(1), 75-88.

Bem, S. L. (1974). The measurement of psychological androgyny. *Journal of Consulting and Clinical Psychology*, 42(2), 155–162

Bringle, R. G. (1991): Psychosocial aspect of Jealousy V Salovey, P. (Editor): *The Psychology of Jealousy and Envy*. s.103-131. The Guilford Press, New York.

Bringle, R. G., Williams L. J., (1979). Parental — Offspring similarity on jealousy and related personality dimensions. *Motivation and Emotion*, 3(3).

Bringle, R. G., Roach, S., Andler, C., & Evenbeck S. (1979) Measuring the intensity of jealous reactions. *Catalog of Selected Documents in Psychology*, 9, 23-24.

Buunk, B. (1981). Jealousy in sexually open marriages. *Alternative Lifestyles*, 4(3), 357-372.

Buunk, B. P. (1997). Personality, birth order attachment styles as related to various types of jealousy. *Personality and Individual Differences*, 23(6), 997-1006.

Buunk, B., & Hupka, R. B. (1987). Cross-cultural differences in the elicitation of sexual jealousy. *Journal of sex research*, 23(1), 12-22.

Buunk, B. P., & van Driel, B. (1989). *Variant lifestyles and relationships*. Thousand Oaks, CA: Sage

Buss, D. M. (2013). Sexual jealousy. *Psihologijske teme*, 22(2), 155-182.

Buss, D. M., Larsen, R. J., Westen, D., & Semmelroth, J. (1992). Sex differences in jealousy: Evolution, physiology, and psychology. *Psychological science*, 3(4), 251-256.

Buss, D. M., & Haselton, M. (2005). The evolution of jealousy. *Trends in Cognitive Sciences*, 9(11), 506-506.

Cobey, K. D., Pollet, T. V., Roberts, S. C., & Buunk, A. P. (2011). Hormonal birth control use and relationship jealousy: Evidence for estrogen dosage effects. *Personality and Individual Differences*, 50(2), 315-317.

Conley TD, Moors AC, Matsick JL, Ziegler A. (2013). The fewer the merrier: assessing stigma surrounding non-normative romantic relationships. *Analy Soc Issues Public Policy*, 13(1)1–30.

Croucher, S. M., DeMaris, A., Oyer, B. J., Yartey, F. N. A., & Ziberi, L. (2012a). Jealousy in India and the United States: A cross-cultural analysis of three dimensions of jealousy. *Human Communication*, 15(4), 139-158.

Croucher, S. M., Homsey, D., Guarino, L., Bohlin, B., Trumpetto, J., Izzo, A., ... & Sykes, T. (2012b). Jealousy in four nations: A cross-cultural analysis. *Communication Research Reports*, 29(4), 353-360.

Davis, K. (1936). Jealousy and Sexual Property. *Social Forces*, 14(3), 395–405.

Deri, J. (2018). *Love's Refraction: Jealousy and Compersion in Queer Women's Polyamorous Relationships*. University of Toronto Press.

de Souza, A. A. L., Verderane, M. P., Taira, J. T., & Otta, E. (2006). Emotional and sexual jealousy as a function of sex and sexual orientation in a Brazilian sample. *Psychological Reports*, 98(2), 529-535.

DeSteno, D. A., & Salovey, P. (1996). Evolutionary origins of sex differences in jealousy? Questioning the “fitness” of the model. *Psychological Science*, 7(6), 367-372.

Dijkstra, P., Groothof, H. A., Poel, G. A., Laverman, E. T., Schrier, M., & Buunk, B. P. (2001). Sex differences in the events that elicit jealousy among homosexuals. *Personal Relationships*, 8(1), 41-54.

Dijkstra, P., Buunk, B. P. (2002). Sex differences in the jealousy-evoking effect of rival characteristics. *European Journal of social Psychology*, 32(6), 829–852.

Ekman, P. (1999). Basic emotions. In T. Dalgleish & M. J. Power (Eds.), *Handbook of cognition and emotion* (pp. 45–60). New York: Wiley.

Elphinston, R. A., Feeney, J. A., Noller, P., Connor, J. P., & Fitzgerald, J. (2013). Romantic jealousy and relationship satisfaction: The costs of rumination. *Western Journal of Communication*, 77(3), 293-304.

Emens, E. F. (2004). Manogamy's Law: Compulsory Monogamy and Polyamorous Existence. *NYU Rev. L. & Soc. Change*, 29, 277.

Freud, S. (1922). Some neurotic mechanisms in jealousy, paranoia and homosexuality. The standard edition of the complete psychological works of Sigmund Freud (Vol. 18, str. 221-232). London: Hogarth Press.

Freud, S. (2004). Freud: dictionary of psychoanalysis. New York: Barnes & Noble.

Freud, S. (1997). Přednášky z úvodu do psychoanalýzy. Praha: Psychoanalytické nakladatelství J. Kocourek.

Flicker, S. M., Sancier-Barbosa, F., Moors, A. C., & Browne, L. (2021). A closer look at relationship structures: Relationship satisfaction and attachment among people who practice hierarchical and non-hierarchical polyamory. *Archives of sexual behavior*, 50(4), 1401-1417.

Guerrero, L. K., Spitzberg, B. H., & Yoshimura, S. M. (2004). Sexual and Emotional Jealousy.

Hauck, P. A. (1981). Overcoming jealousy and possessiveness. Westminister John Knox Press.

Hoaken, P. C. S. (1976). Jealousy as a symptom of psychiatric disorder. *Australian and New Zealand Journal of Psychiatry*, 10(1), 47-51.

Chessick, R. D., & Chessick, R. (1993). Dictionary for Psychotherapist. Jason Aronson.

Chin, K., Atkinson, B. E., Raheb, H., Harris, E., & Vernon, P. A. (2017). The dark side of romantic jealousy. *Personality and Individual Differences*, 115, 23-29.

Chung, M., & Harris, C. R. (2018). Jealousy as a specific emotion: The dynamic functional model. *Emotion Review*, 10(4), 272-287. str. 273

Grafen, A (1980) Opportunity cost, benefit and the degree of relatedness. *Anim Behav* 28:967-968.

Harris, C. R. (2002). Sexual and romantic jealousy in heterosexual and homosexual adults. *Psychological Science*, 13(1), 7-12.

Haritaworn, J., Lin, C. J., & Klesse, C. (2006). Poly/logue: A critical introduction to polyamory. *Sexualities*, 9(5), 515-529.

Hartl, P., Hartlová, H., & Nepraš, K. (2010). *Velký psychologický slovník*. Praha: Portál.

Hauptert, M. L., Moors, A. C., Gesselman, A. N., & Garcia, J. R. (2017). Estimates and correlates of engagement in consensually non-monogamous relationships. *Current Sexual Health Reports*, 9(3), 155-165.

Hupka, R. B., & Bank, A. L. (1996). Sex differences in jealousy: Evolution or social construction?. *Cross-Cultural Research*, 30(1), 24-59.

Hutzler, K. T., Giuliano, T. A., Herselman, J. R., & Johnson, S. M. (2016). Three's a crowd: Public awareness and (mis) perceptions of polyamory. *Psychology & Sexuality*, 7(2), 69-87.

Jung, C. G. (1962). *Erinnerungen Träume Gedanken. Memories, Dreams, Reflections*. Edited by Aniela Jaffé. Zurich and Stuttgart, Rascher.

Klesse, C. (2006). Polyamory and its 'others': Contesting the terms of non-monogamy. *Sexualities*, 9(5), 565-583.

Klesse, C. (2007). *The spectre of promiscuity: Gay male and bisexual non-monogamies and polyamories*. Routledge.

Knobloch, L. K., Solomon, D. H., Cruz, M. G. (2001). The role of relationship development and attachment in the experience of romantic jealousy. *Personal Relationships*, 8(2), 205–224.

Knowlton N., Greenwell S. R. (1984) Male sperm competition avoidance mechanisms: The influence of female interests. In RL (ed) *Sperm competition and the evolution of animal mating systems*. Academic Press, Orlando, pp 61-84.

Krug, R., Finn, M., Pietrowsky, R., Fehm, H. L., & Born, J. (1996). Jealousy, general creativity, and coping with social frustration during the menstrual cycle. *Archives of sexual behavior*, 25(2), 181–199.

Kurdek, L. A., & Schmitt, J. P. (1986). Relationship quality of gay men in closed or open relationships. *Journal of Homosexuality*, 12(2), 85-99.

Lippa, R. A. (2007). The preferred traits of mates in a cross-national study of heterosexual and homosexual men and women: An examination of biological and cultural influences. *Archives of Sexual Behavior*, 36, 193-208

Markee, N. (2013). Emic and etic in qualitative research. *The encyclopedia of applied linguistics*, 1-4.

Mathes, E. W., Roter, P. M. & Joerger, S. M. (1982). A Convergent Validity Study of Six Jealousy Scales, *Psychological Reports* 50. 1143-7.

Matsick, J. L., Conley, T. D., Ziegler, A., Moors, A. C., & Rubin, J. D. (2014). Love and sex: Polyamorous relationships are perceived more favourably than swinging and open relationships. *Psychology & Sexuality*, 5(4), 339-348.

Mogilski, J. K., Memering, S. L., Welling, L. L. M., & Shackelford, T. K. (2015). Monogamy versus consensual non-monogamy: Alternative approaches to pursuing a strategically pluralistic mating strategy. *Archives of Sexual Behavior*.

Mogilski, J. K., Reeve, S. D., Nicolas, S. C., Donaldson, S. H., Mitchell, V. E., & Welling, L. L. (2019). Jealousy, consent, and compersion within monogamous and consensually non-monogamous romantic relationships. *Archives of Sexual Behavior*, 48(6), 1811-1828.

Møller, A. P., & Thornhill, R. (1998). Male parental care, differential parental investment by females and sexual selection. *Animal behaviour*, 55(6), 1507-1515.

Novák, T. – Capponi, V. (1995). *Sám sobě manželským poradcem*. Praha, Grada.

Parsons, J. T., Starks, T. J., DuBois, S., Grov, C., & Golub, S. A. (2013). Alternatives to monogamy among gay male couples in a community survey: Implications for mental health and sexual risk. *Archives of sexual behavior*, 42(2), 303-312.

Pfeiffer, S. M. & Wong, P. T. P. (1989). Multidimensional jealousy. *Journal of Social and Personal Relationships*, 6, 181-196.

Post, S. G. (2002). The tradition of agape. *Altruism and altruistic love: Science, philosophy, and religion in dialogue*, 51-64.

Raad, B. d., & Perugini, M. (Eds.). (2002). Big five factor assessment: Introduction. In B. de Raad & M. Perugini (Eds.), *Big five assessment* (pp. 1–18). Hogrefe & Huber Publishers.

Rickert, E., Veaux, F. (2014): *More Than Two: A Practical Guide to Ethical Polyamory*. London: Thorntree Press.

Rubinsky, V. (2018). Bringing up the green-eyed monster: Conceptualizing and communicating jealousy with a partner who has other partners. *The Qualitative Report*, 23(6), 1441-1455.

Russell, E. B., & Harton, H. C. (2005). The “other factors”: Using individual and relationship characteristics to predict sexual and emotional jealousy. *Current Psychology*, 24(4), 242-257.

Řiháček, T., Čermák I. & Hytych R. (2013). *Kvalitativní analýza textů: čtyři přístupy*. Brno: Masarykova univerzita.

Sagarin, B. J., Becker, D. V., Guadagno, R. E., Nicastle, L. D., & Millevoi, A. (2003). Sex differences (and similarities) in jealousy: The moderating influence of infidelity experience and sexual orientation of the infidelity. *Evolution and human behavior*, 24(1), 17-23.

Sagarin, B. J., Martin, A. L., Coutinho, S. A., Edlund, J. E., Patel, L., Skowronski, J. J., & Zengel, B. (2012). Sex differences in jealousy: A meta-analytic examination. *Evolution and Human Behavior*, 33(6), 595-614.

Shackelford, T. K., Buss, D. M., & Bennett, K. (2002). Forgiveness or breakup: Sex differences in responses to a partner's infidelity. *Cognition & Emotion*, 16(2), 299-307.

Sheets, V. L., & Wolfe, M. D. (2001). Sexual jealousy in heterosexuals, lesbians, and gays. *Sex roles*, 44(5), 255-276.

Schützwohl, A., & Koch, S. (2004). Sex differences in jealousy: The recall of cues to sexual and emotional infidelity in personally more and less threatening context conditions. *Evolution and Human Behavior*, 25(4), 249-257.

Smith, J. A. (2004). Reflecting on the development of interpretative phenomenological analysis and its contribution to qualitative research in psychology. *Qualitative Research in Psychology*, 1, 39–54.

Smith, J. A., Flower P., Larkin, M. (2009). *Interpretative Phenomenological Analysis: Theory, Method and Research*. London: Sage.

Symons, D. (1979). *The evolution of human sexuality revisited*. New York: Oxford University Press.

Thorová, K. (2015). *Vývojová psychologie: proměny lidské psychiky od početí po smrt*. Portál.

Trivers, R. (1972). Parental Investment and Sexual Selection.

Tweedy, A. E. (2011). Polyamory as a sexual orientation. *U. Cin. L. Rev.*, 79, 1461. van Brummen-Girigori, O., Buunk, A. P., Dijkstra, P., & Girigori, A. (2016). Father abandonment and jealousy: A study among women on Curaçao. *Personality and Individual Differences*, 96, 181-184.

Valentova, J. V., Fernandez, A. M., & Varella, M. A. C. (2020). Jealousy is influenced by sex and sexual orientation of the individual, and sex of the rival: Evidence from Brazil, Chile and Portugal.

Wade, T. J., & Walsh, H. (2008). Does the Big-5 relate to jealousy, or infidelity reactions?. *Journal of Social, Evolutionary, and Cultural Psychology*, 2(3), 133.

Weinstein, J. L., & Wade, T. J. (2011). Jealousy induction methods, sex, and the Big-5 personality dimensions. *Psychology*, 2(05), 517.

Werren, J. H., Gross, M. R. & Shine, R. (1980) Paternity and the evolution of male parental care. *J. Theor. Biol.* 82, 619–631.

Wilson, M.I., & Daly, M. (1996). Male sexual proprietariness and violence against wives. *Current Directions in Psychological Science*, 5, 2-7.

Wilson, M., & Daly, M. (1992). The man who mistook his wife for a chattel. *The adapted mind: Evolutionary psychology and the generation of culture*, 289-322.

White, G. L. & Mullen, P. E. (2006). *Žárlivost: teorie, výzkum a klinické strategie*. Praha: Triton.



Xia X (1992) Uncertainty of paternity can select against paternal care. *Am Nat* 139:1126-1129.

Zeitzen, M. K. (2020). *Polygamy: A cross-cultural analysis*. Routledge.

### **INTERNETOVÉ ZDROJE**

Pseudomemory. American psychological Association. Dostupné z: <https://dictionary.apa.org/pseudomemory> (12. 4. 2022)

Znak UK. Univerzita Karlova. Dostupné z: <https://cuni.cz/UK-6450.html> (18. 6. 2022)

## 9. SEZNAM PŘÍLOH

Příloha č. 1 – náborový letáček, umístěný do Facebookové skupiny sdružující polyamorní komunitu

### ŽÁRLIVOST V POLYAMORNÍCH VZTAZÍCH



#### CO?

- rozhovor na téma spouštěčů, projevů a komunikace žárlivosti
- max 90 minut Vašeho času



#### KDO?

- muži i ženy ve věku 25-45 let
- zkušenost s monogamním i polyamorním vztahem, oba trvající déle než 6 měsíců
- v současné době v polyamorním vztahu



#### PROČ?

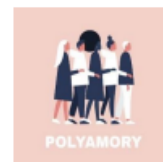
- pomůžete rozšířit vědecké poznání
- polyamorie se dostane do všeobecnějšího povědomí



Rádi byste se zúčastnili? Kontaktujte mě prosím  
na e-mail: [katerina.stara23@seznam.cz](mailto:katerina.stara23@seznam.cz)

Kateřina Stará, studentka 3. ročníku FHS UK

Vedoucí bakalářské práce: Mgr. Klára Bártová, Ph.D.



Příloha č. 2 – informovaný souhlas, předložený participantům před vstupem do výzkumu

## **Informace pro účastníky výzkumu**

**a**

### **Informovaný souhlas**

**Studentka provádějící výzkumný projekt:** Kateřina Stará, 3. ročník FHS UK

**Vedoucí bakalářské práce:** Mgr. Klára Bártová, Ph.D.

**Název výzkumného projektu k bakalářské práci:** **Žárlivost v polyamorních vztazích**

Vážená paní, vážený pane,

dovolte, abych Vás informovala o výzkumném projektu souvisejícím s mou bakalářskou prací na téma „**Žárlivost v polyamorních vztazích**“, kterého jste se rozhodl/a zúčastnit. Tento výzkum probíhá pod záštitou Fakulty humanitních studií UK.

**Před tím, než se rozhodnete**, zda se tohoto výzkumu zúčastníte, seznamte se, prosím, pozorně s následující informacemi. Získáte tak přehled, jaká je Vaše úloha v tomto výzkumném projektu a jaké výzkumné metody používám.

Cílem výzkumu je prozkoumat povahu žárlivosti v polyamorních vztazích, a zjistit tak, zda jedinci na své partnery/partnerky žárlí, v jakých situacích a jak se žárlivostí ve vztahu dále pracují.

#### **Jak bude výzkum probíhat?**

Výzkum proběhne formou rozhovorů na Vámi zvoleném místě a zabere přibližně 90 minut Vašeho času. Rozhovory budou nahrávány na diktafon.

## **Rizika projektu**

Výzkum je spojen se sběrem určitých osobních a citlivých údajů. Vaše odpovědi v rozhovorech budou anonymizovány: bude jim přidělen kód a následně budou zpracovávány bez spojení s Vaším jménem a osobními údaji. Jako tazatelka jsem vázána mlčenlivostí.

### **Pokud se chcete studie zúčastnit**

Do studie můžete být zařazen/a, pokud jste ve věku 25 – 45 let a máte zkušenost s monogamním i polyamorním vztahem, přičemž oba zmíněné musí/musely trvat alespoň 6 měsíců. V současnosti také musíte být aktérem polyamorního vztahu.

### **Svým podpisem potvrzujete, že:**

- Vaše účast na výzkumu je čistě dobrovolná a můžete z něj kdykoli odstoupit a vyžádat smazání Vašich dat.
- Souhlasíte s participací a poskytnutím odpovědí při rozhovoru.
- Souhlasíte s nahráváním rozhovoru na diktafon.
- Byl/a jste informována o tom, že Vaše osobní údaje a získané výsledky nebudou zveřejňovány a jsou důvěrné.
- Prohlašujete, že jste způsobilý/á k právním úkonům v rozsahu nezbytném pro právoplatný podpis tohoto protokolu, a že jste obsah a význam protokolu pochopil/a.

### **Níže podepsaný výzkumník svým podpisem stvrzuje, že:**

- Žádná jiná data, tj. ani jména či osobní údaje, nebudou poskytnuta třetím osobám a nebudou žádným jiným způsobem zveřejňována.
- Informace získané z dotazníků a Vaše odpovědi budou uchovávány v elektronické podobě a budou použity pouze k zodpovězení našich výzkumných otázek. Data budou skladována anonymně pod kódem, který nebude obsahovat Vaše jméno. Zvukové záznamy budou zlikvidovány k 31. 12. 2022. Tímto bude zajištěna Vaše anonymita v souladu s platnou legislativou ČR a EU.

- Publikovány budou pouze celkové závěry, nikoli výsledky týkající se jednotlivých účastníků.

Pokud máte další otázky, neváhejte mě kontaktovat na e-mailové adrese [katerina.stara23@seznam.cz](mailto:katerina.stara23@seznam.cz), případně se můžete obrátit na vedoucí mé bakalářské práce Mgr. Kláru Bártovou, Ph.D., [klara.bartova@fhs.cuni.cz](mailto:klara.bartova@fhs.cuni.cz).

## **INFORMOVANÝ SOUHLAS**

**Já, \_\_\_\_\_ prohlašuji, že jsem byla seznámen/a s podmínkami účasti na tomto výzkumu a že se jej chci dobrovolně zúčastnit. Beru na vědomí, že údaje poskytnuté pro účely tohoto výzkumu jsou zcela anonymní a budou použity pouze pro vědecké účely. O záměru výzkumu jsem byl/a podrobně informována, poskytnutí informací byl věnován přiměřený časový prostor a měl/a jsem možnost položit doplňující otázky, na které jsem dostal/a uspokojující odpověď. Celému poučení a smyslu výzkumu jsme porozuměl/a.**

Datum podpisu:

Podpis účastníka výzkumu:

Podpis výzkumníka:

## Příloha č. 3 – seznam otázek, jež tvořily kostru rozhovorů s participanty

### 1. MINULÝ VZTAH – nejdější monogamní

#### a. Obecné informace o vztazích

- Jak jste se s partnerem/partnerkou poznali?
- Jak dlouho tento vztah trval?
- O kolikátý monogamní vztah se ve Vašem případě jednalo?
- Jak jste se v tomto vztahu cítil/a?
- Jak mezi vámi probíhala komunikace, mluvili jste společně o problémech?
- Co bylo hlavním kamenem úrazu?
- Napadla vás už ve zmíněném vztahu otázka polyamorie?

#### b. Žárlivost

- Popište mi prosím, co pro Vás znamená pojem žárlivost.
- Pociťovala jste v tomto vztahu žárlivost?
- Uveďte prosím na škále 1-7 (1=nejméně, 7=nejvíce), jak byste označila svou celkovou žárlivost ve vztahu.
- Jaké situace a okolnosti ve vás žárlivost vyvolávaly?
- Přemýšlel/a jste někdy nad tím, proč to ve vás žárlivost vyvolávalo?
- Jak jste prožíval/a žárlivost? (uzavření, konfrontace, ignorace apod.)
- Jak jste o své prožívané žárlivosti komunikoval/a s partnerem/partnerkou?
- Snažil/a jste se někdy v partnerovi/partnerce žárlivost vyvolat?

### 2. SOUČASNÝ VZTAH – polyamorní

#### a. Obecné informace o vztahu

- Co pro vás polyamorie znamená, jaká je její definice ve vašem podání?
  - „Představte si, že tento pojem neznám a zkuste mi ho vysvětlit.“
- Představte mi prosím aktéry Vašeho polyamorního vztahu – jméno a věk
  - „Je v pořádku, pokud o nich od této chvíle budu mluvit jejich křestním jménem?“
- Jak dlouho už v tomto uspořádání fungujete?
- Jak jste se s partnery/partnerkami poznali?
- Jak se tento váš polyamorní vztah formoval, tzn. byli jste od začátku všichni spolu nebo zde byl původně pár a další osoby do vztahu vstoupily později?
- Jak jste o polyamorii začali uvažovat, kdo přišel první s nápadem ji vyzkoušet? (v případě že byl na počátku pár)
- Jaká byla reakce partnera/partnerky na toto sdělení, přání?
- Spatřujete počátky tohoto polyamorního vztahu spíše v romantické lásce nebo v sexuální přitažlivosti?
- Máte nastavená nějaká pravidla, kdo se s kým a za jakých okolností vidá?

### **b. Partnerská spokojenost**

- Jak vám tento společný vztah vyhovuje?
- Jak spolu komunikujete o hranicích či pravidlech vztahu?
- Když se ve vztahu objeví problém a něco vás trápí, jak se v takové situaci zachováte?
- Jakým způsobem se změnil váš původní monogamní vztah? (pokud byla na začátku dvojice)

### **c. Žárlivost**

- Pociťujete v současném polyamorním vztahu žárlivost?
- Jak se vaše žárlivost liší v závislosti na konkrétních aktech vztahu?
- Je vámi pociťovaná (prožívaná) žárlivost k oběma partnerům/partnerkám stejná nebo v ní vidíte jisté odlišnosti?
- Uveďte prosím na škále 1-7 (1=nejméně, 7=nejvíce), jak byste označila svou celkovou žárlivost ve vztahu.
  
- Jaká situace ve vás dokáže vyvolat silnou žárlivost? Liší se v závislosti na partnerovi/partnerce?
- Máte nějaký způsob či strategie, které vám pomáhají tuto žárlivost zmírnit nebo jí úplně předejít?
- Komunikujete nějak tuto žárlivost se svými partnery/partnerkami?
  
- V jakých případech pociťují žárlivost vaši partneři/partnerky?
- Jak vaši partneři/partnerky reagují na vaši žárlivost?
- Jak se vypořádávají s vlastní žárlivostí?
  
- Snažil/a jste se někdy v partnerovi/partnerce žárlivost vyvolat?
- Rozlišujete nějak citovou (emoční) a fyzickou (sexuální) stránku vztahu?

## **3. POROVNÁNÍ MONOGAMNÍCH A POLYAMORNÍCH VZTAHŮ**

### **a. Hlavní rozdíly**

- V čem spatřujete hlavní rozdíl mezi vašimi monogamními a polyamorními vztahy (kromě počtu partnerů)?
- Co je podle vás největší výhodou polyamorního vztahu?
- Je naopak něco, co vám polyamorní vztah vzal?
- Co je naopak největší výzvou?

### **b. Žárlivost**

- Pociťujete rozdíly mezi žárlivostí v monogamních a polyamorních vztazích?
- Čím si tyto odlišnosti vysvětlujete?
- Byla pro vás hranice případné nevěry v monogamním a polyamorním vztahu stejná a pokud ne, v čem spočívaly odlišnosti?
- Hovořil/a jste na začátku vztahu s partnerem/partnerkou o tom, co pro vás znamená nevěra? Shodli jste se ve svém vnímání nevěry?
- Jaké pro Vás bylo komunikovat o potenciální nevěře v monogamním či polyamorním vztahu? V jakém ze vztahů to bylo snazší?