

# Obsah

<b>Úvod</b> .....	11
-------------------	----

## ČÁST PRVNÍ

<b>Základy milostného vztahu</b> .....	15
--	----

<b>1 Láska - zanedbávaný aspekt psychologie párových vztahů</b> .....	17
Odborníci se k tématu lásky stavějí zdrženlivě .....	17
Je zamilovanost důležitá pro trvalost a štěstí párového vztahu? .....	19
Láska jako rozhodující faktor trvalosti života v páru .....	22
<b>2 Jak se můžeme realizovat v lásce?</b> .....	25
„Etika lásky“ – od normativů k biologii chování .....	25
Princip vlastního prospěchu .....	27
U lidí je úspěch dalšího rozmnožování nahrazen realizací vlastního potenciálu .....	28
Co znamená seberealizace ve vztazích? .....	29
Milostný vztah jako přitakání osobní realizaci .....	30
Seberealizace jako možnost uskutečnit v milostném vztahu vlastní potenciál .....	31

<b>3</b>	<b>Dilemata ve vztahu milujících, kteří se chtějí realizovat</b> .....	37
	Láska a dilema egoismu a altruismu.....	38
	Dilema kooperace a vymezování.....	40
	Dilema vzájemné vazby a svobody, trvání a změny.....	43
	Dilema: přitahuje nás síla, nebo slabost?.....	44
	Traumatické zážitky z minulosti mohou tato dilemata ještě vystupňovat.....	45
<b>4</b>	<b>Proměna milostných vztahů ve společenském vývoji po roce 1968.</b> ..	47
	Změna trendu v sexuálním životě.....	48
	Proměny ve struktuře partnerství.....	49
	Proměny v pohlavních rolích.....	50
	Proměna partnerských vztahů jako výzva k rozvoji osobnosti.....	53
	Kulturní pozadí změn.....	53
<b>5</b>	<b>Jak se muž a žena vzájemně podněcují ve svém vývoji</b> .....	57
	V čem se muži a ženy od sebe liší - je toto téma stále tabu?.....	58
	Vzájemné partnerské výčitky jsou ve velké míře typické pro ženy nebo muže.....	59
	Projevuje se chování typické pro to či ono pohlaví spíše v partnerském vztahu než v zaměstnání?.....	61
	Když si muži a ženy tak špatně rozumějí, proč spolu vůbec žijí?.....	62
	Ambivalence mezi přitažlivostí a strachem z druhého pohlaví.....	64
	Jak nás mohou rozdíly mezi muži a ženami obohatit.....	69
<b>6</b>	<b>Sexualita - spojující a ničivá energie lásky</b> .....	71
	Jaký je vztah lásky a sexuality?.....	71
	Sexualita vášně.....	73
	Sexualita harmonie.....	75
	Je vašeň zabýjena manželstvím?.....	75
	Jakou hodnotu má sexualita v manželství?.....	77
	Proč se manželská věrnost bere tak vážně?.....	77
	Pokusy sjednotit nesjednitelné.....	79
	Sexuální vašeň chrání a udržuje sexualitu vzájemné harmonie.....	81
	Terapeutické zpracování mimopartnerských sexuálních vztahů.....	82

<b>7</b>	<b>Jak může náboženství prohloubit lásku</b> .....	87
	Spiritualita sexuálního sjednocení.....	88
	Vztah mezi člověkem a Bohem jako setkání .....	90
	Erotická láska k Bohu ve středověké křesťanské mystice lásky.....	92
	Analogie partnerské lásky a lásky k Bohu .....	94
	Prokazování lásky k Bohu láskou k bližnímu .....	96
	Boha můžeme zaslechnout a potkat i ve svém milostném partnerovi...	97
	Manželství jako svátost.....	97

## ČÁST DRUHÁ

	<b>Milostný vztah jako proces</b> .....	101
<b>8</b>	<b>Seberealizace v průběhu milostného vztahu</b> .....	103
	Milostná touha .....	105
	Výběr partnera .....	106
	Zamilovanost.....	111
	Zklamání a osamělost v lásce .....	117
	Meze svého milostného vztahu můžeme kompenzovat jinými vztahy...	120
	Budování společného světa .....	123
	Uvolněná koordinace společného života v druhé polovině života .....	128
	Změny vztahu v důchodu a role prarodičů.....	130
	Manželství ve stáří .....	132
	Vdovství.....	133
	Rozchod a rozvod .....	134
	Příběhy lásky jako životní příběhy.....	136
<b>9</b>	<b>Nevědomé a neurotické milostné konflikty</b> .....	143
	„Normální“ a „neuroticky“ podmíněné partnerské konflikty .....	144
	Individuální neurotická pohotovost ke vztahu.....	146
	Neurotické podněty ke vztahu .....	147
	Koluze jako nevědomá aranžmá, jejichž smyslem je zajistit naplnění touhy po vztahu, který zároveň budí strach.....	148
	Zvrat v destruktivní koluzi .....	150
	Koluzní vzorce .....	154
	Nevědomé a nevyslovené .....	160
	Vývoj koluze .....	165

	Ve zdravé koevoluci se musíme partnerově koluzní nabídce vzepřít ....	166
	Koluzní nutkání k neustálému opakování, nebo uzdravení díky odporu partnera?.....	168
<b>10</b>	<b>Partnerovy výčitky jako hlas nevědomí.....</b>	<b>169</b>
	Snesou se výčitky s láskou? .....	170
	Veškeré vnímání partnera je projekcí obrazu, který o něm máme .....	171
	Projekce jako interakční pokus o vlastní léčení .....	172
	„Jeden nemá nikdy pravdu, teprve dva ji mají.“ .....	176
	Naše výčitky jsou přiléhavé, když se na ně podíváme ve světle výčitek našeho partnera.....	177
	Partner jako hlas nevědomí .....	179
	To, co nám vadí, nás původně velice přitahovalo.....	179
	Partneři po sobě požadují vývoj, kterému se sami vyhýbají .....	181
	Proč je tak těžké přijmout partnerovy výčitky?.....	182
	Terapeutické zacházení s výčitkami .....	183
<b>11</b>	<b>Nevědomá konstelace okolností, které navozují změny.....</b>	<b>185</b>
	Vzájemné působení životního děje a okolností v koevoluci partnerů....	185
	Proč dochází ke krizi právě teď? .....	186
	Jaký vývoj tento vztah očekává?.....	189

## ČÁST TŘETÍ

	<b>Vztahová a ekologická perspektiva párové terapie .....</b>	<b>195</b>
<b>12</b>	<b>Ekologická koncepce případu v párové terapii .....</b>	<b>197</b>
	Stanovení cíle ekologické párové terapie .....	197
	Historie vztahu jako základ pochopení případu .....	198
	Co znamená osobní vývoj v partnerství?.....	199
	Tvorba symptomů jako výraz blokováného vývoje partnerů .....	201
	Ekologický fokus v párové a rodinné terapii .....	202

<b>13</b>	<b>Integrace prvků jiných terapeutických škol do ekologické párové terapie</b> .....	209
	Psychoanalytické těžiště: zvnitřněné vztahové zkušenosti.....	210
	Těžiště behaviorálních terapií: vlastní dynamika destruktivní komunikace .....	216
	Vyrovnání vztahu a vyvážená spravedlnost .....	219
	Rozdíly mezi naší koncentrací na koevoluci partnerů a jinými systemickými přístupy .....	222
<b>14</b>	<b>Jaké účinky má párová terapie</b> .....	225
	Jak pacienti posuzují výsledek párové terapie rok až osm let po jejím skončení?.....	226
	Je párová terapie léčení poruch, které mají povahu nemoci?.....	228
	Jak pacienti posuzují rozchod a rozvod po párové terapii.....	229
	Účinek párové terapie na osobní vývoj.....	232
	<b>Shrnutí a výhledy do budoucna</b> .....	235
	Syntéza některých klíčových tezí.....	235
	Perspektivy vývoje partnerských vztahů .....	237
	<b>Literatura</b> .....	241