

Obsah

Úvod	11
ČÁST PRVNÍ	
Základy milostného vztahu	15
1 Láska – zanedbávaný aspekt psychologie párových vztahů	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
2 Jak se můžeme realizovat v lásce?	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

3	Dilemata ve vztahu milujících, kteří se chtějí realizovat.....	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
4	Proměna milostných vztahů ve společenském vývoji po roce 1968..	47
	Změna trendu v sexuální 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
5	Jak se muž a žena vzájemně podněcují ve svém vývoji	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
6	Sexualita – spojující a ničivá energie lásky	71
	Jaký je vztah lásky a sexuality?.....	71
	Sexualita vášně	73
	Sexualita harmonie	75
	Je vášně zabíjena manželstvím?.....	75
	Jakou hodnotu má sexualita v manželství?	77
	Proč se manželská věrnost bere tak vážně?.....	77
	Pokusy sjednotit nesjednotitelné.....	79
	Sexuální vášně chrání a udržuje sexualitu vzájemné harmonie	81
	Terapeutické zpracování mimopartnerských sexuálních vztahů	82

7	Jak může náboženství prohloubit lásku.....	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

	Milostný vztah jako proces	101
--	---	------------

8	Seberealizace v průběhu milostného vztahu	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

9	Nevědomé a neurotické milostné konflikty	143
	„Normální“ a „neurotický“ 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
10	Partnerovy výčitky jako hlas nevědomí.....	169
	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 přílehlivé, 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
11	Nevědomá konstelace okolností, které navozují změny.....	185
	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

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

13	Integrace prvků jiných terapeutických škol do ekologické párové terapie	209
	Psychoanalytické těžiště: zvnitřněné vztahové zkušenosti.....	210
	Těžiště behaviorálních terapií: vlastní dynamika destruktivní komunikace	216
	Vyrovnění vztahu a vyvážená spravedlnost	219
	Rozdíly mezi naší koncentrací na koevoluci partnerů a jinými systemickými přístupy	222
14	Jaké účinky má párová terapie	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
	Shrnutí a výhledy do budoucna	235
	Syntéza některých klíčových tezí.....	235
	Perspektivy vývoje partnerských vztahů	237
	Literatura	241