

The background features several large, flowing, abstract shapes in orange, yellow, and pink. Interspersed among these are numerous small, light-orange triangles pointing in various directions, creating a sense of movement and energy.

**Afiliace,
atraktivita,
láska**



Afiliace

- Potřeba člověka navazovat pozitivní a těsné vztahy s jinými lidmi, které mohou mít podobu spolupráce, přátelství či lásky

Proč je důležitá interakce s jinými lidmi?

- Ověřování jedincova chápání sociální reality
- Umocnění pocitů štěstí, úleva v zármutku
- Podněty pro srovnávání
- Odměna za vynaložené úsilí
- Společné dosahování výkonu přináší uspokojení
- Blízké vztahy – důvěra, sdílení, bezpečí

Co lidé hledají, vyžadují-li při stresu kontakt s druhými?

1. Sociální srovnávání

Vztah strachu a afiliace (Schachter, 1959; Buunk, 1995)

teorie sociálního srovnávání (Festinger, 1954)

2. Redukce úzkosti - citová podpora


teorie připoutání (attachmentu) (Reis, Patrick, 1996; Shaver, Klinnert, 1982)

3. Vyhledávání informací (Kulik, Mahler, 1989)



Účinky afiliace

Sociální podpora výrazně redukuje stres díky:

- 
- emocionální podpoře (redukce úzkosti)
 - odhadu situace (sociální srovnávání)
 - informační podpoře (vyhledávání informací)
 - praktické podpoře



nárazníková hypotéza sociálního kontaktu

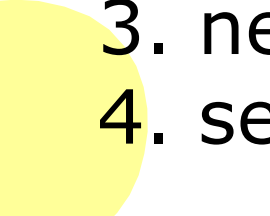


Nedostatek afiliace

- Osamělost je složitá afektivní reakce pramenící z prožívaného nedostatku kvantity a kvality sociálních vztahů.



Skládá se ze čtyř oblastí pocitů:

1. zoufalství (beznaděj, bezmoc, odvržení, tendence k panice)
 2. deprese (smutek, prázdnota, sebelítost, odcizení)
 3. netrpělivá nuda
 4. sebepodceňování
- 




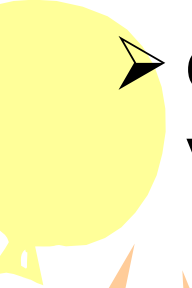
Faktory ovlivňující navazování interpersonálních vztahů

- Afiliace
- Sociální dovednosti
- Prostorová blízkost
- Obeznamenost
- Atraktivita



Prostorová blízkost

Podporuje navazování interpersonálních vztahů

- 
- **funkční vzdálenost** Festinger, Schachter, Back (1950), Pew (2006) 38% manželských párů se potkalo ve škole nebo v práci
 - je méně překážek
 - o lidech, se kterými jsme častěji, toho více víme, snáze odhalujeme společné zájmy
- 



Obeznamenost

**efekt pouhého vystavení (pouhé
expozice)** (Zajonc, 1968)

opakovaná expozice podnětu vede
k utváření postoje známosti,
výsledkem je pozitivnější přijetí



Atraktivita

- Fyzická
- Osobní



Proč vede fyzická atraktivita k tendenci navazovat známost?

- Estetické uspokojení
- Sociální ocenění
- Mýtus „co je hezké, je také dobré“



Podobnost nebo komplementarita?



Teorie vztahů

- **Ekonomické teorie** (Homans, Blau, Thibaut, Kelley, 1959)
 - Teorie směny
 - Teorie bilance (spravedlnosti)
 - **Teorie učení** (Byrne, Clore, 1970)
 - Pozitivní/negativní podmiňování a odměny
 - **Kognitivní teorie**
 - Teorie rovnováhy (Heider, 1958), úsilí o kognitivní stálost a rovnovážné vztahy
 - **Evoluční teorie** (Dawkins, 1989)
- 
- 




Láska

Prožitek radosti, uspokojení, akceptování, důvěry, respektu, porozumění, spontaneity, spolehnutí, opory

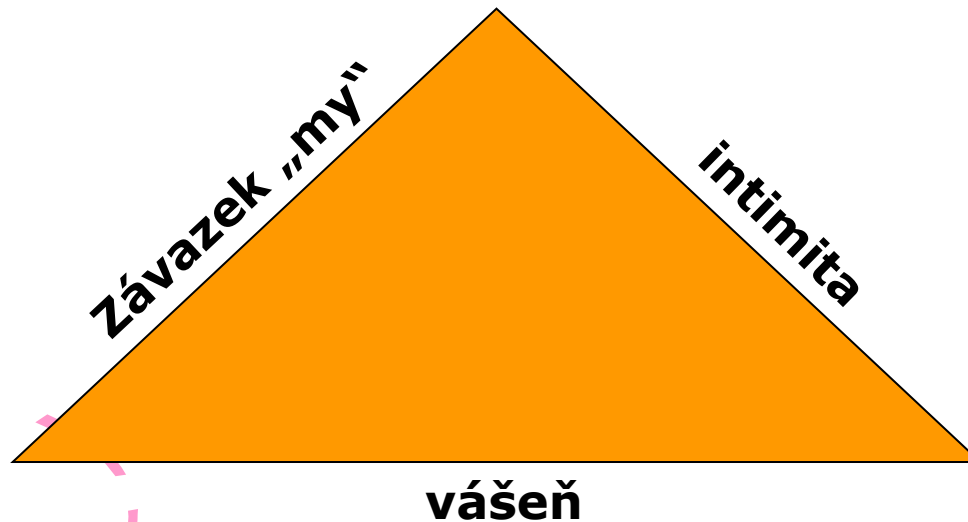


Charakteristiky lásky v počátečním období zamilovanosti (Pope, 1980):

- Výjimečné postavení svazku
 - Hluboce prožívaná touha být s milovaným člověkem, sexuální přitažlivost
 - Pocit neúplnosti, když je milující sám
 - Časté směřování myšlenek k druhé osobě
 - Odloučení vyvolává pocity zoufalství
- 

Láska

- Trojúhelníková teorie lásky (Sternberg, 1986, 1988)



Typy lásky

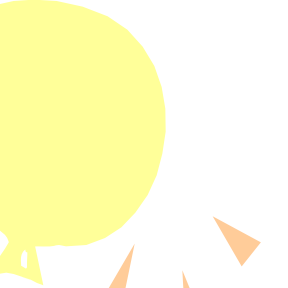
	Intimita	Vášeň	Závazek
Lhostejnost	nízká	nízká	nízká
Náklonnost (mít rád)	vysoká	nízká	nízká
Bláznivá láska	nízká	vysoká	nízká
Romantická láska	vysoká	vysoká	nízká
Nenaplněná láska	nízká	nízká	vysoká
Věrná láska	vysoká	nízká	vysoká
Pošetilá láska	nízká	vysoká	vysoká
Dokonalá láska	vysoká	vysoká	vysoká




Spokojenost ve vztahu



vysoký stupeň **intimity**:

- pečování
 - porozumění – chceme, aby nás partner vnímal v souladu s naším sebepojetím, nejlépe ještě trochu pozitivněji
 - vzájemná úcta
- 



Integrativní systémy kvality vztahů základní dimenze




Bierhoff, Grau (1997)	Fletcher, Simpson, Thomas (2000)	Hassebrauck, Fehr (2002)
Konflikt	Spokojenost	Shoda, porozumění
Altruismus	Závazek	Intimita
Investice	Intimita	Nezávislost
Bezpečí	Důvěra	Sexualita
Láska	Vášeň	
	Láska	



Intimita (blízko) ve vztahu páru



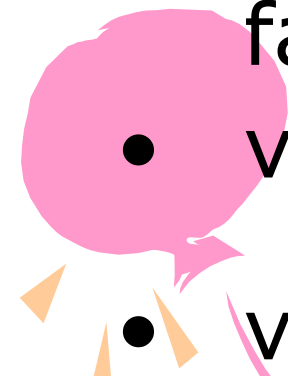
Možné způsoby, kterými lze dosahovat prožitku blízkosti v páru:

- 
- 
- » emocionální intimita
 - » intelektuální i.
 - » estetická i.
 - » sociální i.
 - » rekreační i.
 - » spirituální i.
 - » fyzická i.
 - » sexuální i.
- 



Stabilita vztahu

Investiční model (Rusbultová 1983) –
faktory, které posilují **oddanost**:

- 
- vysoká spokojenost (o partnerovi a vztahu smýšlí pozitivně)
 - vnímaná nízká kvalita alternativ
 - vysoké investice (společná snaha, oběti, společní přátelé, společné zážitky, sdílené zájmy, majetek atd.)
- 