

Šťastně a navěky
jedině ve dvou?
Už dávno ne.
Přibývá lidí, kteří
jsou spokojenější
ve vztahu, v němž
počet partnerů
nehraje roli.

když tři se RÁDI MAJÍ...

VĚRNOST AŽ ZA HROB UŽ NENÍ CTNOST?

Otevřený vztah, který není svazovaný věností, si získává stále více příznivců. Může jít klidně o pár, který spolu žije, má děti, a kterému nedělá problém – pokud potká někoho, kdo ho přitahuje – navázat vztah další. A tak domácnost rozšíří o třetího, čtvrtého, pátého člena.

JISTOTA JE ZÁKLAD

„Tento stav vyhovuje obvykle lidem se stabilním sebevědomím a tzv. bezpečnou vazbou, kteří umějí pojmenovat žárlivost dřív, než přeroste v tichou výčitku. Určitě potřebují ale i podporu okolí, pokud rodina nebo přátelé takový vztah nestigmatizují, klesá stres a narůstá spojenost,“ říká MUDr. Marek Broul, primář Sexuologického oddělení v Krajské zdravotní nemocnici Ústeckého kraje.

PESTŘEJŠÍ SEX

Největším plusem takového uspořádání bývá odlehčení tlaku na to, aby jeden partner naplnil tzv. všechny role – milenec, kamarád a psycholog. „Díky nutnosti jasně vyjednávat hranice a pravidelně mluvit o emocích se posiluje komunikace, která následně prospívá i běžnému každodennímu soužití. Může přibýt erotická pestrost a prostor pro osobní růst, pokud se partneři dokážou domluvit na ochraně zdraví ve formě testování, používání kondomů a férovém sdílení času,“ vysvětluje odborník.

NEVĚROU JE I „DROBNOST“

Ač důkazy o tom, že otevřené vztahy můžou být pro zúčastněné stejně spokojené, nebo dokonce i spokojenější než ty

MOŽNOSTI JSOU TAK LÁKAVÉ

„Žijeme déle, častěji měníme zaměstnání i bydliště a díky on-line propojení máme téměř neomezený přístup k novým lidem. Spolu s tím roste touha „ušít si vztah na míru,“ podotýká MUDr. Marek Broul. Průzkum Kanadské asociace pro rodinnou terapii z roku 2023 ukázal, že zkušenost s konsenzuální nemonogamií (životní styl, ve kterém může mít člověk romantický vztah s více lidmi za souhlasu a s podporou všech zúčastněných) má zhruba pětina dospělých. Více než polovina mladých lidí ji pak považuje za zcela přijatelnou.



NIC PRO TY, KTEŘÍ...

Potřebují exkluzivitu a ujištění typu „patříš jen mně“, lidi s úzkostnou vazbou, kteří se obávají opuštění, nebo páry, kde už teď doutná nedůvěra. Otevření vztahu – tedy vykročení z ryze monogamního charakteru – staré rány obvykle nezahojí, naopak je může prohloubit.



založené na věrnosti, přinesla ku příkladu studie publikovaná v The Journal of Sex Research (účastnily se jí desetitisíce lidí), existuje stále ještě spousta lidí, kteří v takovém soužití nespátují nic chvályhodného. Pro většinu Čechů je nejpřirozenější a nejbezpečnější volbou právě výlučný vztah dvou partnerů, kteří si jsou věrni jak po citové, tak po sexuální stránce. Zajímavý průzkum uveřejnil nedávno e-shop pro zdravou sexualitu YOO.cz. Za nevěru považuje až 86 % procent našich libání jazykem, 81 % flirtování přes seznamku, a dokonce 70 % i platonické city chované k někomu jinému. Každopádně ti, kteří se na věrnost dívají volněji, a dělají jim vysloveně dobře mít vztah s více lidmi, si pochvalují to, že jsou maximálně otevření, hovoří spolu napřímo, nemají před sebou tajnosti, což je ve finále velmi osvobozující.

VÍCE DŮVĚRY

Za zmínku stojí každopádně ještě analýza dat za posledních sedmáct let, kterou provedli výzkumníci v Austrálii. Ta se zaměřila na různé typy vztahů: od polyamorie (více vztahů zároveň) přes otevřené vztahy až po tzv. monogamish uspořádání – tedy převážně monogamní vztahy s výjimkami, na kterých se partneři domluví. Stejnou celkovou spokojenost jako



Když si nastavíte pravidla, může to fungovat.

partneři v čistě monogamních vztazích vykazovali lidé napříč zmíněnými typy vztahů. A víceméně se shodli na tom, že si v takových vztazích rozhodně více důvěřují. Prý hlavně proto, že podmínkou toho všeho je maximálně upřímná komunikace.

MLUVIT A ZASE MLUVIT

Mezi klady monogamie se naopak počítá právní i společenská opora, menší organizační nároky a nižší riziko pohlavně přenosných infekcí. Aby ale monogamie dobře a dlouhodobě fungovala, je podstatná hlavně otevřená komunikace – třeba formou rande jednou týdně. „Důležité jsou společné zážitky, hravé erotické momenty, respekt k autonomii – jsme spolu, ne ve vlastnictví – a také sdílená vize budoucnosti. Ať už zvolíte jakýkoli model, klíčem je vědomá dohoda, bezpečí a vzájemná podpora, to je nejlepší recept na vztah, v němž budete oba růst i zářit,“ dodává sexuolog.

▼ INZERCE



Nechte svůj domov rozkvést.

