

# Vplyv osobnostnej zrelosti partnerov

na vznik rodiny v súčasnosti

Jaroslava Poloňová

POLOŇOVÁ, J.: Influence of Partner's Personal Maturity for the Establishment of Family Today. *Studia Aloisiana*, 2, 2011, 1, s. 17 – 27.

The family is now threatened by many influences. Neither the Christian family is spared the pressure of the consumer-oriented and materialistic society as well as socio-economic changes and struggles with the performance of claims which it is imposed. However, despite external factors, the family is largely determined by internal influences: interpersonal relations and personal amenities of partners. For a family it is possible, in addition to its characteristics – the basic cell of society or primary social institution, to be seen as a network of interpersonal relations. One of the dominant factors affecting the failure of modern family is also immaturity of partners. Currently, an increasing number of marriages and families, in which partners do not reach maturity of their personality (at the emotional, mental, intellectual and spiritual level) and it has largely affect their relationship and raising their children. Personal immaturity of the partners – parents often gives rise to different socio-pathological phenomena in the family. Under the influence of many changes parents can not handle the demands placed on marriage and maternity/paternity and start taking alcohol, drugs, or do not reach to resolve conflicts other than by violence or aggressive behavior. Children from such families often seek escape and feel safe on the street, where they spend most of their time. Many of them grow up criminals or vagrants, often ending up homeless or survive as their lives depend on assistance and institutionalized care. The family is now threatened in two ways: external and internal. External threats to the family is mainly due to the culture in which the family lives; internal risk is characterized by the fact that the family does not meet the internal conditions necessary for the functioning of marriage and family. The family is also threatened from within; the family has not the conditions necessary for the functioning of marriage and family. Internal threats to the family may cause two things: the status of father and husband in the family and mental, or emotional maturity or immaturity of young people today. Developmental psychology recognizes these types of personality immaturity: mental, emotional and social. It should be added that, even spiritual. One of the fundamental characteristics of maturity is that one is free to decide individually and voluntarily, he has self-control, knows his strengths and weaknesses

and has a responsibility not only for himself, but is able to take responsibility for marriage and family. In the case of prematurity is a marriage partner or partnership often doomed to fail. One of the solutions or preventive measure of divorce is education in families and schools. In 1996, the Slovak government adopted concept of education for marriage and parenthood.

Rodinu v súčasnosti ohrozujú mnohé vplyvy. Ani kresťanská rodina nie je ušetrená tlaku konzumnej a materialisticky orientovanej spoločnosti a sociálno-ekonomických zmien a bojuje s plnením nárokov, ktoré sa na ňu kladú. Avšak napriek vonkajším faktorom je rodina do veľkej miery determinovaná vnútornými vplyvmi: medziľudskými vzťahmi a osobnými schopnosťami a vlastnosťami partnerov. Rodinu je možné – okrem jej charakteristiky základná bunka spoločnosti alebo prvá spoločenská inštitúcia – vnímať aj ako sieť medziľudských vzťahov.

Jedným z dominantných faktorov vplyvujúcich na zlyhanie súčasnej rodiny je aj osobnostná nezrelosť partnerov. V súčasnosti rastie počet manželstiev a rodín, v ktorých partneri nedosahujú osobnostnú zrelosť (na úrovni emočnej, psychickej, intelektuálnej a duchovnej), a to má do značnej miery vplyv na ich vzťah a výchovu ich detí. Osobnostná nezrelosť partnerov – rodičov môže mať a často aj má za následok vznik rôznych sociálno-patologických javov v rodine. Rodičia pod vplyvom mnohých zmien nezvládnu nároky kladené na manželstvo a materstvo/otcovstvo a začnú napríklad užívať alkohol, drogy, alebo nie sú schopní riešiť konflikty inak ako agresívnym správaním či násilím. Iným následkom zlyhania môže byť nezáujem o deti, apatia, zanedbávanie dieťaťa alebo extrémne liberálna výchova. Deti z takýchto rodín/partnerských zväzkov potom hľadajú únik a pocit bezpečia na ulici, kde trávajú väčšinu svojho času. Z mnohých z nich vyrastú kriminálnici alebo tuláci, často skončia ako bezdomovci alebo prežijú svoj život závislí od inštitucionálnej pomoci.

## Ohrozená rodina

Rodina je dnes ohrozovaná dvoma spôsobmi: vonkajším a vnútorným. Vonkajšie ohrozenie rodiny (spochybňovanie prirodzenej formy manželstva) je spôsobené najmä kultúrou, v ktorej rodina žije; vnútorné ohrozenie je charakteristické tým, že rodina nespĺňa vnútorné podmienky nevyhnutné pre fungovanie manželstva a rodiny. Podľa Ing. Terézie Lenczovej, CSc., predsedníčky Slovenskej spoločnosti pre rodinu a zodpovedné rodičovstvo, sa to, čo prináša postmoderná kultúra (liberalistické a materialistické idey), v mnohých smeroch odlišuje od tých hodnôt, ktoré sú chápané ako „prirodzene zakotvené“ potreby človeka. Dnešná kultúra nie je priateľsky naklonená inštitúcii rodiny. V oblasti vzťahov mužov a žien sa preferujú silné a momentálne zážitky. Pod vplyvom sexuálnej revolúcie sa v tejto oblasti ponúkajú konzumné a hedonistické ciele, prezentujú sa obavy z trvalých záväzkov, čím sa oslabuje hodnota manželstva a manželskej vernosti. Obeta a obetovanie sa je pokladané skôr za slabosť ako za silu ducha.

Konzumná kultúra a jej zabezpečovanie na maximálny úväzok oberá mužov o veľkú časť ich rodinného života a tak ich ohrozuje zdravotne aj sociálne. Podľa výskumov vo Veľkej Británii nedostatok času pre rodinu, na kontakty s deťmi, možnosti prijímať od nich nehu a prejavovať im svoju lásku ohrozujú mužov rôznymi patologickými javmi v ich rodinných vzťahoch. Ak chýba spolupráca a spoločná zodpovednosť zo strany mužov, ženy sa cítia v rodine neslobodné a ukrátené o vlastné formy seberealizácie. Tento pocit je umocňovaný preferovaním kariéry, bohatstvom ponúk konzumnej spoločnosti a oslabením úcty k materstvu a otcovstvu v spoločenskej klíme. Trh práce totiž uprednostňuje ženy, ktoré nemajú rodinné záväzky – deti sa na trhu práce často vnímajú ako záťaž, ako prekážka pracovného výkonu.<sup>1</sup>

Rodina je ohrozovaná aj zvnútra. Podľa Mons. Alojza Tkáča sa to prejavuje tým, že rodina nespĺňa vnútorné podmienky nevyhnutné pre fungovanie manželstva a rodiny. Vnútorné ohrozenie rodiny môžu spôsobovať dve skutočnosti: postavenie otca a manžela v rodine a psychická, či citová zrelosť alebo nezrelosť dnešných mladých ľudí. Väčšiu pozornosť venuje zrelosti/nezrelosti dnešných mladých ľudí. V pastoračnom liste pre mladých napísal: „Zo súdnej praxe je nepochybne preukázané, že najčastejším dôvodom rozpadu aj manželstiev veriacich je psychická či citová nezrelosť dnešných mladých ľudí (samozrejme, nie všetkých). Hovoríme, že majú vážny nedostatok rozoznávacieho úsudku o základných, podstatných právach a povinnostiach manželov a rodičov. Jasnejšie povedané: idú do manželstva, majú nádej, že budú rodičmi, ale nevedia – a niekedy ani sa neusilujú vedieť – čo ich v manželstve a ako rodičov čaká, aké budú ich povinnosti. Napr. nerozlučiteľnosť manželstva, jednota, deti..., úcta a tolerantnosť, ochota pomáhať si, obeta a zriekanie..., potom dobré vedenie domácnosti a šporovlivosť, vďačnosť k rodičom partnera a pod. Čo spôsobuje vznik tejto nezrelosti a tým aj neschopnosti, aby si mladý človek vytvoril reálnu predstavu o tom, čo manželstvo je a čo si manželský život bude od neho reálne vyžadovať?“ Mons. Alojz Tkáč vníma tieto rizikové faktory:

- Nedostatok príkladu v rodine, kde mladý človek vyrastá. Rodičia sa rozviedli, nežijú spolu, žijú zle – týranie a teror, nevera, alkoholizmus a hazardné hry...
- Vplyv verejných komunikačných prostriedkov (film a televízia, časopisy a internet...), ktoré už skoro vôbec nepodávajú obraz manželstva, ako ho ustanovil Stvoriteľ. Ba vernosť a nerozlučiteľnosť v manželskom živote označujú za spôsob správania zastaraný, tradičný, nemoderný...
- Nedostatok reálnej možnosti osamostatniť sa. Mladí ľudia vyrastajú obklopení stálou starostlivosťou rodičov o všetky ich potreby – musia mať všetko, čo majú iní. Nepocítia nedostatok základných potrieb a preto sa nenaučia sami sa o ne postarať. A keď ich život v manželstve postaví pred tvrdú realitu, nevedia ju sami riešiť, ale utekajú k rodičom.
- Vplyv kamarátov, pedagógov a iných ľudí, ktorí popierajú hodnoty manželstva, ako o nich učí Cirkev.

1 Porov. LENCOVÁ, T.: Rodina ako potenciálne možné východisko zo spoločenskej krízy, s. 71–72.

- Vlastné zlé návyky – alkohol, drogy, závislosť od počítačov, gamblerstvo, sploštené sebecké vnímanie ľudskej sexuality; ďalej zosmiešňovanie a podceňovanie druhého pohlavia a prístup k človekovi, ako keby to bola len nejaká vec, ktorú môžem podľa vlastného uváženia odstrániť alebo vymeniť.

- Rozpad mnohých manželstiev zapríčiňuje aj nevhodné zasahovanie rodičov a blízkych príbuzných do manželského spolužitia mladých.<sup>2</sup>

Skúsme sa bližšie pozrieť na pojem „osobnostná zrelosť človeka“. Jedným zo základných znakov zrelosti je to, že človek je slobodný, rozhoduje sa samostatne a dobrovoľne. Naučil sa sebaovládaniu, pozná svoje prednosti i nedostatky a má zodpovednosť nielen za seba, ale je schopný prevziať zodpovednosť aj za svoje manželstvo a rodinu.

Vývinová psychológia vníma osobnostnú zrelosť človeka na úrovni fyzickej, psychickej, emočnej, sociálnej a duchovnej. Najviditeľnejší vývin je na telesnej úrovni. Mnohí mladí ľudia sa však mylne domnievajú, že keď je dospelé telo, je to najlepší predpoklad pre utváranie partnerstiev. Mnohí začínajú pohlavne žiť už vo veľmi skorom veku života. Gynekologička MUDr. Ludmila Lázničková, predsedkyňa združenia CENAP v Brne, opisuje svoju lekársku skúsenosť s nezrelými tínedžermi takto:

„V poradni a rovnako aj v gynekologickej ambulancii sa stretávam s mladými ľuďmi vo veku 16-17 rokov, ktorí už majú sexuálne skúsenosti, alebo chcú začať pohlavne žiť. Plný pohlavný život v tomto veku považujú za normálny. Sú zamilovaní a cítia sa dospelí.

Vo svojom konaní sú podporovaní rôznymi časopismi a niektorí z nich ani u svojich rodičov nenájdu podporu k sexuálnej zdržanlivosti. Ako keby boli tlačení do plného pohlavného života. Stretávam sa s prípadmi, keď začiatok sexuálnej aktivity a pokračovanie v nej je motivované snahou získať uznanie kamarátov v partii alebo u spolužiakov, a taktiež sa stretávam s argumentom »veď je to tak normálne, robia to tak u nás (v partii) všetci, iba ja som zatiaľ vydržala a už mám sedemnášť«. Pritom podľa výskumu Sexuologického ústavu 1. lekárskej fakulty Univerzity Karlovej je u mužov vek prvého pohlavného styku 18,2 rokov a u žien 18,1 rokov (podľa prílohy časopisu ČGPS *Česká gynekologie*, 2/2000, Stav sexuálnej osvedy u dospievajúcich dívek a mladých žen).“

Lázničková svojich dospievajúcich pacientov povzbudzuje, aby sa – napriek tlaku rôznych časopisov k predčasným sexuálnym aktivitám – v období, ktoré je pre nich veľmi rizikové, zatiaľ zdržali pohlavného styku. „Obdobie dospievania je celkom prirodzene obdobím hľadania. Dospievanie je obdobím rozhodujúcim pre celý ďalší život. Dospievanie v sebe nosíme po celý ďalší život, a to sa vzťahuje aj na dospievanie sexuálne. Chyby a omyly, ktorých sa človek dopúšťa v puberte, často poznacia celý sexuálny život. Preto je tak veľmi dôležitá pomoc skúsených osôb, ktoré by sa mladým ľuďom ochotne a obetavo venovali, dali im svoj čas i svoje srdce. Mladí potrebujú náš čas, priestor, ale tiež konkrétne fakty a argumenty.“ Lázničková taktiež upozorňuje na niektoré dôležité informácie o možných rizikách predčasného pohlavného styku, a predovšetkým o rizikách

2 Porov. TKÁČ, A.: O rodine (pastiersky list). In: [http://www.upc.uniba.sk/index.php?option=com\\_content&view=article&id=1500:0-rodine-pastiersky-list&catid=148:akcie-v-upece&Itemid=217](http://www.upc.uniba.sk/index.php?option=com_content&view=article&id=1500:0-rodine-pastiersky-list&catid=148:akcie-v-upece&Itemid=217) (16. 11. 2010).

striedania sexuálnych partnerov: zvýšenie rizika prenosu pohlavných chorôb a častejší výskyt zápalov rodidiel so všetkými dôsledkami, až sterilitou, a riziko prekancerózy až karcinóm krčku maternice. Taktiež nie je nikdy možné vylúčiť počatie dieťaťa. Antikoncepcia túto možnosť znižuje, ale nikdy nevyklučuje. Riešenie situácie pri neplánovanom počatí dieťaťa u dospievajúcich je vždy problematické. Tehotenstvo príliš mladých rodičov je po všetkých stránkach rizikové – pre telesnú nezrelosť matky, psychickú a sociálnu nezrelosť oboch. Na základe zistení združenia Medicus pro Femina dve tretiny dievčat nedôverujú prezervatívom ako antikoncepcnej metóde. 16 % opýtaných dievčat pokladá používanie prezervatívu za narušenie vlastného intímneho vzťahu. Preferencie bariérových metód klesajú s vekom. Na druhej strane s vekom rastie percento užívateľiek hormonálnej antikoncepcie. Väčšiu obľubu tejto metódy prejavujú dievčatá z dedín ako z mesta. (Podľa prílohy časopisu *Česká gynekologie*, 2/2000, Stav sexuálnej osvety u dospievajúcich dívek a mladých žen.)

Lázničková na záver dodáva: „Sexualita je bohatstvo, ktoré umožňuje vstúpiť do vzťahu s druhým, v užšom zmysle dosahuje svoju hĺbku najskôr vtedy, keď je jednota erotická prichystaná jednotou citovou a duchovnou, keď ju citová a duchovná jednota predchádzajú. Nebojme sa teda mladým povedať o kráse daru ľudskej sexuality, ale aj o úskaliach, ktoré predstavuje zbytočné striedanie sexuálnych partnerov, aj práve v dôsledku nezrelosti osobnosti v 16, niekedy aj v 18 rokoch.“<sup>3</sup>

Tu si dovoľím parafrázovať slová pápeža Jána Pavla II.: Sex je posvätný. Sexualita nie je iba niečo biologické, ale dotýka sa najhlbšieho bytia ľudskej osoby. Do takej miery, do akej je oklieštené chápanie našej sexuality, je oklieštené aj naše chápanie seba samých. Najhlbšia pravda o sexualite zjavuje v skutočnosti najhlbšiu pravdu o živote: Božou milosťou sme povolaní mať účasť na jeho živote tým, že budeme milovať láskou, akou miluje on – toto povolanie je vryté hlboko do našich tiel mužov a žien, je vryté do našej sexuality.

Podľa Christophera Westa, ktorý sa dlhoročne venuje štúdiu teológie tela Jána Pavla II., sexuálne postoje a správanie majú veľkú moc – moc nasmerovať nielen jednotlivcov, ale aj celé národy a spoločnosti k úcte k životu alebo k jeho úplnému zneváženiu – k smrti. Zvrátená sexualita je ako Pandorina skrinka, z ktorej vychádza množstvo spoločenského zla: od chudoby rodín bez otcov a vzrastajúceho výskytu pohlavne prenosných chorôb (napr. HIV/AIDS), až po novorodencov nájdených v odpadkových košoch a stúpajúce násilie medzi dospievajúcou mládežou. Toto všetko má svoje korene v rozklade sexuálnej morálky, ktorá chráni rodinu ako základný článok spoločnosti.<sup>4</sup>

Vývinová psychológia rozoznáva ďalšie druhy osobnostnej nezrelosti – psychickú, emočnú a sociálnu, a ja si dovoľím dodať aj duchovnú. Nezrelý človek je charakteristický napríklad tým, že popiera rozdiel medzi reálnym svetom a svetom, aký chce mať. Typický prvok nezrelosti je, že ak sa mu niečo nepáči, nechce

3 LÁZNIČKOVÁ, L.: Sex dospievajúcich (z pohľadu gynekológa).

In: <[http://www.lpp.sk/index.php?Itemid=102&id=g2&option=com\\_content&task=view](http://www.lpp.sk/index.php?Itemid=102&id=g2&option=com_content&task=view)> (18. 11. 2010).

4 Porov. WEST, CH.: *Radosť zvesti o sexe a manželstve: Odpovede na úprimné otázky o učení Katolíckej cirkvi*. 2007, s. 40–41.

o tom ani počuť. Nezrelé reakcie vo vzťahu vždy značne zatažujú komunikáciu, unavujú. Treba stále strihnúť, čo sa smie povedať a akým tónom, aby sa „milostivý/á“ náhodou neurazil. Z rovnocenného rozhovoru sa po vyslovení nejakej veci stáva truchovité mlčanie spojené s urážkami, či hádky a trieskanie dvermi. Vo vzťahu nastáva dusno, lebo ste sa partnera dotkli niečím, čo by inak zrelého človeka určite nezranilo.<sup>5</sup> Nezrelí ľudia môžu vyžadovať okamžité uspokojenie. Nevedia čakať. Môžu vyzeráť bezmyšlienkovití a impulzívní. Môžu byť lojálni len dovtedy, kým ste im užitoční. Majú chaotický sociálny a finančný život. Nezrelí dospelí nie sú deti, ani tínedžeri, sú to často egocentrickí a sebeckí dospelí. Málo si všimajú druhých. Môžu byť preťažení svojimi vlastnými pocitmi a symptómami. Môžu vyžadovať vašu neprerušovanú pozornosť, sympatie a komplimenty. Môžu sa vyhýbať spolupráci, ak nemôžu mať ich vlastný spôsob alebo byť najlepší. Môžu byť posadnutí „zapôsobovaním“ na ľudí.<sup>6</sup>

## Hľadanie riešení nezrelosti partnerov a pomoc rodine

Nezrelí ľudia často nie sú schopní budovať a vychovávať harmonickú rodinu. Také manželstvá často končia rozvodom. Mons. Alojz Tkáč ponúka zopár praktických rád, ako predchádzať utváraniu nezrelých a nestálych manželstiev: „Mladí priatelia! Pred uzavretím manželstva, počas známosti poznávajte sa. Máte poznať charakterové vlastnosti svojho nádejného manželského partnera, jeho povahové črty, náklonnosti... Aký je vôbec jeho či jej názor na manželstvo... Nie je záletníkom, nemá sklony k hrubosti, alkoholu, kde budete bývať... Nepleťte si manželstvo so zamilovanosťou. Áno, i zamilovanosť patrí k manželstvu, ale keď z manželského spolužitia vyprchá, manželia nemajú právo sa rozísť a uatvárať nové manželstvo s niekým iným, do ktorého sa práve zamilovali. Manželstvo vzniká úkonom vôle, teda slobodným rozhodnutím, ktoré je prejavené navonok, že muž dáva jednej žene (alebo žena jednému mužovi) výlučné právo na svoje telo na celý život. A tento prejav vôle, toto rozhodnutie raz urobené, nemožno neskôr odvolať s odôvodnením, že som stretol iného či inú, kto mi lepšie rozumie, lepšie sa ku mne hodí alebo do koho som sa práve zamiloval, zamilovala. Chlapci a dievčatá! Ak rozmýšľate nad svojou budúcnosťou a plánujete ju s niekým, sobášiť sa do kostola chodte len po zrelej úvahe. Vy, rodičia, nenúťte mladých k cirkevnému sobášu, keď oň nemajú záujem. Chyby vo výchove, ktoré ste v tomto smere urobili, nenapraví nútenie mladých do cirkevného sobáša. – Modlite sa za nich, aby sa sami preň rozhodli.“<sup>7</sup>

5 Porov. ŠUJETOVÁ, T.: Máte vhodného životného partnera?

In: <<http://www.rannespravky.sk/clanok/mate-vhodneho-zivotneho-partnera.html>> (18. 11. 2010).

6 Porov. SOULWORK SYSTÉMOVÝ TRÉNING: Emocionálna zrelosť 2.

In: <<http://www.soulwork.sk/index.php/emotionalmaturity/emotionalmaturity2>> (18. 11. 2010).

7 TKÁČ, A.: O rodine (pastiersky list). In: <[http://www.upc.uniba.sk/index.php?option=com\\_content&view=article&id=1500:o-rodine-pastiersky-list&catid=148:akcie-v-upece&Itemid=217](http://www.upc.uniba.sk/index.php?option=com_content&view=article&id=1500:o-rodine-pastiersky-list&catid=148:akcie-v-upece&Itemid=217)> (16. 11. 2010).



Ďalším riešením alebo preventívnym opatrením k danému problému je výchova v rodinách a v školách. V roku 1996 vláda SR prijala „Koncepciu výchovy k manželstvu a rodičovstvu“. Na jej základe boli vypracované a v júni 1998 prijaté učebné osnovy pre I. a II. stupeň ZŠ a pre stredné školy a od septembra roku 1998 je na všetkých školách povinne zavedená výuka a výchova nadpredmetovej problematiky výchova k manželstvu a rodičovstvu. Táto nadpredmetová problematika učebného procesu sa realizuje v predmetoch etická a náboženská výchova, biológia a iné prírodovedné predmety, literatúra a náuka o spoločnosti/občianska výchova. Multidisciplinárny charakter výchovy k manželstvu a rodičovstvu umožňuje „integrovat’ filozofické, sociologické, psychologické a biologické poznatky o manželstve, rodinnom živote a intímnych vzťahoch“.

Cieľom výchovy k manželstvu a rodičovstvu podľa platnej koncepcie je „vychovávať sociálne, morálne a emocionálne zrelé osobnosti, schopné konať a správať sa vo svojom sexuálnom, manželskom a rodinnom živote v súlade s etickými normami a hodnotami, uznávanými danou spoločnosťou“. V procese výchovy k manželstvu a rodičovstvu sa rozlišujú tri základné oblasti: kognitívna – spočívajúca v pochopení a získavaní istého množstva poznatkov, emocionálna – charakterizovaná akceptáciou a utváraním názorov a postojov, vôľová – prejavujúca sa v konaní a správaní.

Z piatich deklarovaných princípov výchovy k manželstvu a rodičovstvu je v „Koncepcii výchovy k manželstvu a rodičovstvu“ na prvom mieste spomenutý „princíp úzkej spolupráce rodičov a školy“.

Jedným z kľúčových výukových predmetov výchovy k manželstvu a rodičovstvu je predmet etická výchova. V nej sa odovzdávajú poznatky a zážitkovými metódami formujú názory a postoje detí a mládeže, potrebné pre budovanie partnerských vzťahov a pre akceptáciu a kultiváciu sexuálnej dimenzie ich osobnosti. Pre tento predmet bolo vyškolených viac ako 5 000 učiteliek/učiteľov a vypracované viaceré metodické materiály. Druhým kľúčovým predmetom je náboženská výchova, ktorá má vlastné metodické materiály, schválené MŠ SR a vlastnú formáciu učiteliek/učiteľov. Na tvorbe citovanej Koncepcie výchovy k manželstvu a rodičovstvu sa podieľali odborníci a odborníčky rôznych názorových zameraní a jej platné znenie je výsledkom určitého konsenzu.

## Ako vstupuje do výchovy detí a mládeže k manželstvu a rodičovstvu „Národný program ochrany sexuálneho a reprodukčného zdravia“ v SR

„Národný program ochrany sexuálneho a reprodukčného zdravia“ je v existujúcej podobe neprijateľný najmä pre nevhodný prístup k sexuálnemu

zdraviu detí a mládeže. Používa sa tu iná definícia sexuálneho zdravia, ako prijala Svetová zdravotnícka organizácia v roku 1974, kde sa ešte hovorí o vzťahoch a láske. Autori „Národného programu ochrany sexuálneho a reprodukčného zdravia“ nielenže nezdôrazňujú hodnotu vzťahov, ale ani nepokladajú etický rozmer sexuálnych vzťahov za relevantný.

V „Národnom programe ochrany sexuálneho a reprodukčného zdravia“ sa zavádza nový, v slovenskom práve neznámy pojem „sexuálne práva“, vekovo nešpecifikované, ktoré začiatkom 90. rokov 20. storočia definovala Svetová federácia pre plánované rodičovstvo (Planned Parenthood Federation). Preto je dôležité zamerať pozornosť politikov i odborníkov na nedostatky „Národného programu ochrany sexuálneho a reprodukčného zdravia“ najmä vo vzťahu k výchove detí a mládeže.<sup>8</sup>

A na záver si môžete zhodnotiť úroveň svojej emocionálnej zrelosti.

## Emocionálna zrelosť verzus nezrelosť

Vaše vzťahy môžu byť naplňajúce len tak, ako vám to dovolí vaša zrelosť. Stávate sa múdrejším a zrelším? Alebo sa usilujete predĺžiť si mladosť... alebo nebudaj detstvo? Ak máte dospelé telo a oneskorenú emocionálnu zrelosť, môžete vytvárať vzťahový chaos. Vaše vzťahy odrážajú vašu zrelosť. Ak chcete zlepšiť vaše vzťahy a kvalitu vášho života, skúste zväžiť, či skutočne rastiete.

1. Váš fyzický vek ukazuje, koľko rokov žije vaše telo.
2. Váš intelektuálny kvocient (IQ) porovnáva vašu inteligenciu a váš fyzický vek.
3. Vaša sociálna zrelosť porovnáva váš sociálny vývoj a váš fyzický vek.
4. Vaša emocionálna zrelosť porovnáva vašu emocionálnu zrelosť a váš fyzický vek.

Môžete zlepšiť svoje fyzické zdravie a IQ a môžete zlepšiť svoju sociálnu a emocionálnu zrelosť. Emocionálna zrelosť je náročná pre deti a pre tých, ktorí už zo zvyku vyrábajú ospravedlnenia, ospravedlňujú chyby a vinia ostatných.

## Aký starý/á ste emocionálne?

Porovnajte si svoje správanie a emocionálnu nezrelosť a emocionálnu zrelosť podľa nasledujúcej tabuľky.

8 Porov. SLOVENSKÁ SPOLOČNOSŤ PRE RODINU A ZODPOVEDNÉ RODIČOVSTVO: Stanoviská. Ako vstupuje do výchovy detí a mládeže k manželstvu a rodičovstvu Národný program ochrany sexuálneho a reprodukčného zdravia v SR. In: <<http://www.family-sk.sk/kategorie.php?id=38&clanok=158>> (16. 11. 2010).



|              | Emocionálna nezrelosť                                                                                                                                                          | Emocionálna zrelosť                                                                                                                                                       |
|--------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| Láska        | Láska je potreba. Vyžadujete náklonnosť a lásku, ale odmietať akékoľvek slabé stránky. Máte ťažkosti vyjadrovať a prijímať lásku.                                              | Láska je vzájomné rozdelenie sa. Starostlivosť a zmysel bezpečnosti, ktoré dovoľujú byť zraniteľný aj silný. Viete vyjadrovať lásku aj prijímať vyjadrovanie lásky k vám. |
| Emócie       | Máte problémy spracovať frustráciu alebo kritiku, ste žiarlivý/á, neschopný/á odpustiť, náladový/á. Záchvaty podráždenosti alebo strachu.                                      | Používate emócie ako zdroje energie. Keď ste frustrovaný, postavíte si ciele a hľadáte riešenia.                                                                          |
| Realita      | Odmietate finančné a vzťahové problémy, ktoré si vyžadujú integritu, a vyhýbate sa im. Hľadáte ľudí, ktorých by ste mohli za to obviňovať.                                     | Konfrontujete a analyzujete problémy čím skôr. Hľadáte viac riešení a vyberiete si to najlepšie.                                                                          |
| Dávať a brať | Môžete byť schopný dávať, ale neviete brať; alebo viete brať, ale nie dávať.                                                                                                   | Pomoc zlepšuje kvalitu života milovaných ľudí. Prijímate pomoc od druhých.                                                                                                |
| Spätná väzba | Neučíte sa zo skúsenosti. Dobré alebo zlé skúsenosti sú spôsobené šťastím alebo osudom. Slabá osobná zodpovednosť.                                                             | Život je skúsenosť ktorá učí. Akceptujete zodpovednosť a učíte sa zo spätných väzieb. Hľadáte príležitosti. Hýbete sa.                                                    |
| Stres        | Neprijímate realitu, ste pesimistický/á, zlostný/á, útočíte na ľudí, keď ste frustrovaný/á. Často ste úzkostlivý/á.                                                            | Ste v pohode a presvedčený/á o vašich schopnostiach plánovať a dosahovať to, čo chcete.                                                                                   |
| Blízki       | Závislý/á, ľahko ovplyvniteľný/á, nerozhodný/á alebo impulzívny/a. Neprijímate zodpovednosť za svoje konanie a chyby. Citlivý/á na kritiku, ale necitlivý/á k pocitom druhých. | Nezávislý/á, tímový hráč alebo manažér, ako sa vyžaduje. Kooperatívny/a. Pozná empatiu a súcit. Dobrý priateľ, partner a rodič.                                           |

## Ako môžete pomôcť tínedžerom

Komunikujte o svojich hodnotách, očakávaniach a obmedzeniach. Tínedžeri sa rozhodujú, čo si budú o sebe myslieť, predovšetkým podľa toho, ako na nich budú reagovať rodičia. Môžete trvať na úprimnosti, sebakontrola a rešpekte, a inak nechať tínedžerovi jeho vlastný priestor. Odkomunikovať lásku je jedna z najdôležitejších vecí. Vyvarujte sa zameriavania sa len na problémy. Vyhýbajte sa sťažovaniu a kritike. Chváľte vhodné správanie. Dajte mladým pozitívnu a starostlivú spätnú väzbu.

## Praktická emocionálna zrelosť

- Hľadajte zmysel života, ktorý vám dá náhľad ľudskosti, nie iba vlastný záujem. Zmysel života pomáha budovať emocionálnu zrelosť a klásť si ciele, ktoré stoja za to úsilie. Ak obohatíte svoj vlastný život a životy druhých, môžete nájsť uspokojenie, ktoré je dostupné iba pre emocionálne zrelejších.

- Chápte a prijímajte seba samého. Pýtajte sa pre vás významných ľudí na uprimnú spätnú väzbu na vaše správanie. Vnímajte sa tak, ako vás vidia druhí. Vyhýbajte sa tomu byť defenzívny, prijímajte realitu a zaoberajte sa ňou.

- Praktizujte byť nesebecký/á. Poznačte si, aké to je a ako reagujú druhí. Porovnajte odozvy s tým, ako druhí reagujú na vaše sebecko. Ktoré reakcie preferujete?

- Praktizujte hľadanie riešení typu víťaz – víťaz. Vyhýbajte sa dominancii nad druhými. Ak riešenie problému nie je dobré pre vás oboch, tak nebude dobré pre váš vzťah alebo pre váš život.

- Zhodnoťte svojich priateľov a sociálne kontakty. Študujte ľudí. Všimnite si, ktoré situácie z vás dostanú to najlepšie a ktoré to najhoršie.

- Prijmite zodpovednosť ako základ pre svoju sebaúctu.<sup>9</sup>

- Dajte sa viesť Duchom Svätým. On vám rozumie najviac.

## Použitá literatúra

LÁZNIČKOVÁ, L.: Sex dospievajúcich (z pohľadu gynekológa).

In: <[http://www.lpp.sk/index.php?Itemid=102&id=92&option=com\\_content&task=view](http://www.lpp.sk/index.php?Itemid=102&id=92&option=com_content&task=view)> (18. 11. 2010).

LENCZOVÁ, T.: Rodina ako potenciálne možné východisko zo spoločenskej krízy.

In: <[http://www.uski.sk/frm\\_2009/ran/2005/ran-2005-2-09.pdf](http://www.uski.sk/frm_2009/ran/2005/ran-2005-2-09.pdf)> (18. 11. 2010).

SLOVENSKÁ SPOLOČNOSŤ PRE RODINU A ZODPOVEDNÉ RODIČOVSTVO:

Stanoviská. Ako vstupuje do výchovy detí a mládeže k manželstvu a rodičov-

9 SOULWORK SYSTÉMOVÝ TRÉNING: *Emocionálna zrelosť 2*.

In: <<http://www.soulwork.sk/index.php/emotionalmaturity/emotionalmaturity2>> (18. 11. 2010).

- stvu Národný program ochrany sexuálneho a reprodukčného zdravia v SR.  
In: <<http://www.family-sk.sk/kategorie.php?id=38&clanok=158>> (16. 11. 2010).
- SOULWORK SYSTÉMOVÝ TRÉNING: Emocionálna zrelosť 2. In: <<http://www.soulwork.sk/index.php/emotionalmaturity/emotionalmaturity2>> (18. 11. 2010).
- ŠUJETOVÁ, T.: Máte vhodného životného partnera? In: <<http://www.rannespravy.sk/clanok/mate-vhodneho-zivotneho-partnera.html>> (18. 11. 2010).
- TKÁČ, A.: O rodine (pastiersky list). In: <[http://www.upc.uniba.sk/index.php?option=com\\_content&view=article&id=1500:o-rodine-pastiersky-list&catid=148:akcie-v-upece&Itemid=217](http://www.upc.uniba.sk/index.php?option=com_content&view=article&id=1500:o-rodine-pastiersky-list&catid=148:akcie-v-upece&Itemid=217)> (16. 11. 2010).
- WEST, Ch.: *Radostná zvesť o sexe a manželstve : Odpovede na úprimné otázky o učení Katolíckej cirkvi*. Bratislava : Redemptoristi – Slovo medzi nami, 2007. ISBN 978-80-969600-9-5

Jaroslava Poloňová, PhD.  
Trnavská univerzita  
Katedra sociálnej práce  
Univerzitné nám. 1, 918 43 Trnava