

UNIwersYTET KAZIMIERZA WIELKIEGO

WYDZIAŁ PSYCHOLOGII

mgr Magdalena Bobrowska

nr albumu SD-37

Wybrane podmiotowe i relacyjne uwarunkowania jakości związku

intymnego par heteroseksualnych

Rozprawa doktorska napisana pod kierunkiem

prof. dr hab. Hanny Liberskiej

BYDGOSZCZ 2026

Streszczenie

Temat: Wybrane podmiotowe i relacyjne uwarunkowania jakości związku intymnego par heteroseksualnych

Wstęp

Jakość związku intymnego pozostaje powiązana zarówno z właściwościami poszczególnych partnerów, jak i z procesami zachodzącymi między nimi. Związek tworzą dwie współzależne jednostki, dlatego jego uwarunkowania wymagają ujęcia diadycznego, które uwzględnia perspektywę obojga partnerów. Wiedza o znaczeniu wrażliwości przetwarzania sensorycznego dla funkcjonowania związków romantycznych jest natomiast wciąż ograniczona. Założeniem teoretycznym badania jest, że jakość związku pozostaje powiązana z czynnikami podmiotowymi i relacyjnymi, a zależności te mogą przebiegać za pośrednictwem innych zmiennych lub być przez nie modyfikowane. Wyniki badań mają wartość aplikacyjną i stanowią bazę teoretyczno-empiryczną przydatną w projektowaniu oddziaływań wspierających i terapeutycznych względem par.

Cel

Celem głównym badania jest empiryczna analiza podmiotowych i relacyjnych uwarunkowań jakości związku intymnego par heteroseksualnych w ujęciu diadycznym. Cele szczegółowe obejmują analizę powiązań cech osobowości, stylu przywiązania, wrażliwości przetwarzania sensorycznego, dopasowania osobowości partnerów oraz komponentów miłości (intymności, namiętności, zobowiązania) z jakością związku oraz ich znaczenia predykcyjnego. Obejmują też weryfikację roli intymności jako mediatora między stylem przywiązania a jakością związku oraz roli wrażliwości przetwarzania sensorycznego i fazy związku jako moderatorów analizowanych zależności, z uwzględnieniem płci jako zmiennej różnicującej diady.

Metoda

Badanie miało charakter przekrojowy i zostało przeprowadzone online za pośrednictwem ogólnopolskiego panelu badawczego Ariadna w styczniu i sierpniu 2023 roku. Objęto nim 163 pary heteroseksualne ($N = 326$), pozostające w związku od co najmniej sześciu miesięcy. Kobiety były w wieku od 18 do 74 lat ($M = 41,42$; $SD = 12,50$), a mężczyźni od 21 do 79 lat ($M = 44,11$; $SD = 12,35$). Staż związku wynosił od 0,67 roku do 56 lat ($M = 16,43$; $SD = 12,82$). Udział w badaniu był dobrowolny i anonimowy.

W badaniu wykorzystano następujące narzędzia: metryczkę autorską, Ten Item Personality Inventory (TIPI; Gosling, Rentfrow i Swann, 2003) w polskiej adaptacji Sorokowskiej i in. (2014), Kwestionariusz Stylów Przywiązaniowych (KSP; Plopa, 2008), Skalę Wysokiej Wrażliwości (Highly Sensitive Person Scale, HSPS; Aron i Aron, 1997) w polskiej adaptacji Bobrowskiej i Liberskiej (2023) oraz Kwestionariusz Intymność–Namiętność–Zobowiązanie (INZ; Wojciszke, 1995, 2005). Jakość związku, rozumianą jako poziom przystosowania diadycznego, mierzono Skalą Przystosowania Diadycznego (Dyadic Adjustment Scale, DAS; Spanier, 1976) w polskiej adaptacji Cieślaka (1989). Dopasowanie osobowości partnerów wyznaczono jako bezwzględną różnicę ich wyników w TIPI. Zastosowane narzędzia pomiarowe miały satysfakcjonujące wskaźniki rzetelności. Projekt uzyskał akceptację Komisji Etyki ds. Badań Naukowych przy Wydziale Psychologii Uniwersytetu Kazimierza Wielkiego w Bydgoszczy (nr 4/16.11.2021).

Weryfikację hipotez przeprowadzono dwuetapowo: w pierwszym etapie zastosowano analizy korelacyjne, w drugim – modelowanie strukturalne z wykorzystaniem modelu współzależności aktor–partner (Actor–Partner Interdependence Model, APIM), który umożliwia jednocześnie oszacowanie efektów aktora i partnera. Próbę wyodrębnienia faz związku podjęto za pomocą analizy skupień metodą dwustopniową (Two-Step Cluster Analysis), na podstawie nasilenia komponentów miłości.

Wyniki

Analizy korelacyjne wykazały, że jakość związku jest istotnie powiązana zarówno z czynnikami podmiotowymi, jak i relacyjnymi. Spośród cech osobowości najsilniejsze powiązania z jakością związku dotyczyły ugodowości i sumienności. Bezpieczny styl przywiązania był dodatnio, a style unikowy i lękowo-ambiwalentny ujemnie powiązane z jakością związku. Wszystkie komponenty miłości (intymność, namiętność i zobowiązanie) wykazywały dodatnie powiązania z jakością związku. Ogólny poziom wrażliwości przetwarzania sensorycznego nie był z nią istotnie powiązany, natomiast jej komponenty różniły się kierunkiem powiązań: głębokość przetwarzania była powiązana dodatnio, a nadmierna stymulacja ujemnie. Dopasowanie osobowości partnerów było istotne wyłącznie w zakresie sumienności (u kobiet i mężczyzn) oraz stabilności emocjonalnej (u mężczyzn). Im bardziej partnerzy byli podobni pod względem sumienności, tym wyższa była jakość związku. W przypadku stabilności emocjonalnej zależność miała kierunek przeciwny: wyższej jakości związku towarzyszyła większa różnica nasilenia stabilności emocjonalnej między partnerami.

Modelowanie strukturalne (APIM) wskazało na predykcyjne znaczenie ugodowości (efekt aktora u kobiet), sumienności (efekt aktora u mężczyzn) oraz bezpiecznego i unikowego stylu przywiązania, przy czym efekty aktora były silniejsze niż efekty partnera. Głębokość przetwarzania i nadmierna stymulacja były predyktorami jakości związku wyłącznie u kobiet (efekty aktora). Spośród komponentów miłości jedynie intymność okazała się istotnym predyktorem. Pełniła też funkcję mediatora między stylem przywiązania a jakością związku: całkowitego w przypadku bezpiecznego stylu przywiązania kobiet, a w pozostałych analizowanych ścieżkach częściowego. W przypadku unikowego stylu przywiązania kobiet rolę mediatora pełniła intymność ich partnerów. Wrażliwość przetwarzania sensorycznego mężczyzn moderowała zależności między stylem przywiązania a jakością związku: jej wyższy poziom osłabiał siłę zależności dla stylu bezpiecznego (efekt

partnera) i lękowo-ambiwalentnego (efekt aktora), co jest niezgodne z założeniami teorii różnicowej podatności na środowisko. Analiza skupień dała rozwiązanie dwuklastrowe, różnicujące badanych przede wszystkim ze względu na ogólne nasilenie komponentów miłości, i nie pozwoliła na wyodrębnienie jakościowo odrębnych faz związku. W związku z tym nie zweryfikowano hipotez dotyczących moderacyjnej roli fazy związku.

Wnioski

Uzyskane wyniki wskazują na wieloczynnikowy i diadyczny charakter uwarunkowań jakości związku intymnego. Duże znaczenie miały bezpieczny styl przywiązania i intymność, przy czym intymność pośredniczyła w zależności między stylem przywiązania a jakością związku. Dopasowanie osobowości partnerów miało ograniczone znaczenie i zależało od cechy. Wrażliwość przetwarzania sensorycznego okazała się istotna przede wszystkim na poziomie jej poszczególnych wymiarów oraz jako moderator u mężczyzn, przy czym kierunek moderacji był przeciwny do przewidywanego. Ze względu na przekrojowy charakter badania wyniki nie uprawniają do wnioskowania przyczynowego, a część efektów uzyskano w modelach o niezadowalającym lub granicznym dopasowaniu, co wskazuje na konieczność replikacji badań.

Słowa kluczowe: jakość związku, styl przywiązania, cechy osobowości, drażliwość przetwarzania sensorycznego, intymność, model APIM

Abstract

Topic: Individual and Relational Factors Related to Relationship Quality in Heterosexual Couples

Introduction

Intimate relationship quality is associated with the characteristics of individual partners as well as with processes taking place between them. Because a couple consists of two interdependent individuals, its determinants should be studied from the perspective of both partners. The role of sensory processing sensitivity in romantic relationships, however, remains poorly understood. The theoretical assumption of the study is that relationship quality is associated with individual and relational factors, and that these associations may operate through other variables or be modified by them. The findings have applied value and provide a theoretical and empirical basis useful for designing supportive and therapeutic interventions for couples.

Aim

The main aim of the study is an empirical analysis of the individual and relational determinants of intimate relationship quality in heterosexual couples from a dyadic perspective. The specific aims include analysing the associations of personality traits, attachment style, sensory processing sensitivity, partner personality similarity, and love components (intimacy, passion, commitment) with relationship quality, as well as their predictive value. They also include testing the role of intimacy as a mediator between attachment style and relationship quality, and the roles of sensory processing sensitivity and relationship phase as moderators of the analysed associations, with sex treated as a distinguishing variable within dyads.

Method

The study had a cross-sectional design and was conducted online via the Polish nationwide research panel Ariadna in January and August 2023. It included 163 heterosexual couples ($N = 326$) who had been in a relationship for at least six months. Women were aged 18 to 74 years ($M = 41.42$; $SD = 12.50$) and men 21 to 79 years ($M = 44.11$; $SD = 12.35$). Relationship duration ranged from 0.67 to 56 years ($M = 16.43$; $SD = 12.82$). Participation was voluntary and anonymous.

The following tools were used: the Ten Item Personality Inventory (TIPI; Gosling, Rentfrow, & Swann, 2003) in the Polish adaptation by Sorokowska et al. (2014), the Attachment Styles Questionnaire (KSP; Plopa, 2008), the Highly Sensitive Person Scale (HSPS; Aron & Aron, 1997) in the Polish adaptation by Bobrowska and Liberska (2023), and the Intimacy–Passion–Commitment Questionnaire (INZ; Wojciszke, 1995, 2005). Relationship quality, understood as the level of dyadic adjustment, was measured with the Dyadic Adjustment Scale (DAS; Spanier, 1976) in the Polish adaptation by Cieślak (1989). Partner personality similarity was calculated as the absolute difference between partners' TIPI scores. The measurement tools used showed satisfactory reliability. The study was approved by the Research Ethics Committee at the Faculty of Psychology, Kazimierz Wielki University in Bydgoszcz (No. 4/16.11.2021).

Hypotheses were tested in two stages: correlational analyses, followed by structural equation modelling using the Actor–Partner Interdependence Model (APIM), which allows actor and partner effects to be estimated simultaneously. An attempt to identify relationship phases was made using Two-Step Cluster Analysis based on the intensity of the love components.

Results

Correlational analyses showed that relationship quality was significantly associated with both individual and relational factors. Among personality traits, the strongest associations were found for agreeableness and conscientiousness. Secure attachment was positively associated with relationship quality, whereas avoidant and anxious-ambivalent attachment were negatively associated with it. Intimacy, passion, and commitment were all positively associated with relationship quality. Overall sensory processing sensitivity was not significantly associated with relationship quality, but its components differed in direction: depth of processing was associated with it positively, and ease of excitation negatively. Partner personality similarity was significantly associated with relationship quality only for conscientiousness (in women and men) and emotional stability (in men). The more similar partners were in conscientiousness, the higher the relationship quality. For emotional stability, the association had the opposite direction: higher relationship quality co-occurred with a greater difference between partners.

Structural equation modelling (APIM) indicated the predictive value of agreeableness (actor effect in women), conscientiousness (actor effect in men), and secure and avoidant attachment, with actor effects stronger than partner effects. Depth of processing and ease of excitation predicted relationship quality only in women (actor effects). Among the love components, only intimacy was a significant predictor. It also functioned as a mediator between attachment style and relationship quality: fully for women's secure attachment and partially in the remaining analysed paths. For women's avoidant attachment, the mediator was their partners' intimacy. Men's sensory processing sensitivity moderated the associations between attachment style and relationship quality: higher sensitivity weakened the strength of these associations for secure attachment (partner effect) and anxious-ambivalent attachment (actor effect), contrary to the assumptions of differential susceptibility theory. Cluster analysis

yielded a two-cluster solution that differentiated participants mainly by the overall intensity of the love components and did not allow qualitatively distinct relationship phases to be identified. Consequently, the hypotheses on the moderating role of relationship phase could not be tested.

Conclusions

The results indicate a multifactorial and dyadic character of the determinants of intimate relationship quality. Secure attachment and intimacy were of particular importance, and intimacy mediated the association between attachment style and relationship quality. Partner personality similarity had limited importance, which was specific to the trait. Sensory processing sensitivity was relevant mainly at the level of its components and as a moderator in men, with the direction of moderation opposite to that predicted. Owing to the cross-sectional design, the results do not support causal inference, and some effects were obtained in models with unsatisfactory or borderline fit, which calls for replication.

Keywords: relationship quality, attachment style, personality traits, sensory processing sensitivity, intimacy, APIM

Spis treści

Streszczenie.....	2
Abstract.....	6
Wstęp.....	13
Rozdział 1. Podstawy teoretyczne badań własnych.....	16
1.1 Charakterystyka związków intymnych.....	16
1.2 Teoretyczne ujęcia miłości i związków intymnych.....	21
1.3. Jakość związku intymnego: znaczenie, definicja i przyjęte ujęcie teoretyczne.....	30
1.3.1. Terminologiczne ujęcia jakości związku w literaturze.....	32
1.3.2. Znaczenie jakości związku intymnego.....	34
1.4. Uwarunkowania jakości związku intymnego.....	36
1.4.1. Dopasowanie diadyczne.....	36
1.4.2. Komponenty miłości i fazy związku - wybrane ujęcia.....	38
1.4.3. Osobowość a jakość związku intymnego.....	46
1.4.4. Styl przywiązania a jakość związku intymnego.....	56
1.4.5. Wrażliwość przetwarzania sensorycznego a jakość związku intymnego.....	64
1.4.6. Wybrane socjodemograficzne uwarunkowania jakości związku intymnego.....	75
1.4.6.1. Wiek partnerów a jakość związku intymnego.....	75
1.4.6.2. Płeć partnerów a jakość związku intymnego.....	77
1.4.6.3. Formalny status związku intymnego a jego jakość.....	78
1.4.6.4. Czas trwania związku intymnego a jego jakość.....	81
1.4.6.5. Posiadanie dzieci a jakość związku intymnego.....	83
1.4.6.6. Wykształcenie i status ekonomiczny a jakość związku intymnego.....	85
1.4.6.7. Podsumowanie podrozdziału o socjodemograficznych uwarunkowaniach jakości związku intymnego.....	87
Rozdział 2. Adaptacja skali do badania wrażliwości przetwarzania sensorycznego (Highly Sensitive Person Scale).....	89
2.1. Założenia teoretyczne i cel adaptacji skali HSPS.....	89
2.2. Tłumaczenie oryginalnej skali.....	90
2.3. Opis badanej próby i procedury badawczej.....	90
2.4. Metody analizy danych.....	92
2.5. Ocena istniejących modeli - Konfirmacyjna analiza danych.....	93
2.6. Eksploracyjna analiza danych.....	95
2.7. Weryfikacja modelu - Konfirmacyjna analiza danych.....	98
2.8. Własności psychometryczne skal – rzetelność i trafność.....	100
2.9. Podsumowanie rozdziału.....	102
Rozdział 3. Badania własne.....	103
3.1. Cel i problematyka badań własnych.....	103
3.2. Pytania i hipotezy badawcze.....	113
3.3.1. Pomiar osobowości - TIPI.....	127
3.3.2. Pomiar stylu przywiązania - KSP.....	129

3.3.3. Pomiar wrażliwości przetwarzania sensorycznego - HSPS.....	131
3.3.4. Pomiar jakości związku - DAS.....	132
3.3.5. Pomiar składników miłości - Intymność Namietność Zobowiązanie.....	134
3.4. Osoby badane.....	135
3.5. Procedura badawcza.....	138
Rozdział 4. Wyniki badań własnych.....	141
4.1. Rzetelność zastosowanych narzędzi badawczych.....	141
4.2. Podstawowe statystyki opisowe mierzonych zmiennych ilościowych wraz z testem normalności rozkładu.....	143
4.3. Weryfikacja hipotez badawczych.....	147
4.3.1. Osobowość a jakość związku intymnego.....	151
4.3.1.1. Osobowość a jakość związku intymnego – wyniki dla kobiet.....	151
4.3.1.2. Osobowość a jakość związku intymnego – wyniki dla mężczyzn.....	154
4.3.2. Styl przywiązania a jakość związku intymnego.....	155
4.3.2.1. Styl przywiązania a jakość związku intymnego – wyniki dla kobiet.....	156
4.3.2.2. Styl przywiązania a jakość związku intymnego – wyniki dla mężczyzn.....	158
4.3.3. Wrażliwość przetwarzania sensorycznego a jakość związku intymnego.....	160
4.3.3.1. Wrażliwość przetwarzania sensorycznego a jakość związku intymnego – wyniki dla kobiet.....	161
4.3.3.2. Wrażliwość przetwarzania sensorycznego a jakość związku intymnego – wyniki dla mężczyzn.....	162
4.3.4. Dopasowanie cech osobowości partnerów a jakość związku intymnego.....	163
4.3.4.1. Dopasowanie cech osobowości partnerów a jakość związku intymnego - wyniki dla kobiet.....	164
4.3.4.2. Dopasowanie cech osobowości partnerów a jakość związku intymnego – wyniki dla mężczyzn.....	165
4.3.5. Składniki miłości a jakość związku intymnego.....	166
4.3.5.1. Składniki miłości a jakość związku intymnego - wyniki dla kobiet.....	167
4.3.5.2. Składniki miłości a jakość związku intymnego - wyniki dla mężczyzn.....	168
4.3.6. Moderacyjna rola faz związku dla związku zmiennych - osobowość, wrażliwość przetwarzania sensorycznego, styl przywiązania - z jakością związku.....	169
4.3.7. Moderacyjna rola wrażliwości przetwarzania sensorycznego dla związku stylu przywiązania z jakością związku.....	173
4.3.8. Mediacyjna rola intymności dla związku między stylami przywiązania a jakością związku intymnego.....	180
4.4. Zmienne kontrolowane a jakość związku intymnego.....	184
5. Dyskusja wyników i wnioski końcowe.....	188
5.1 Osobowość a jakość związku intymnego.....	194
5.2. Style przywiązania a jakość związku intymnego.....	202
5.3. Wrażliwość przetwarzania sensorycznego a jakość związku intymnego.....	207
5.4. Dopasowanie cech osobowości partnerów a jakość związku intymnego.....	210
5.5. Składniki miłości a jakość związku intymnego.....	215
5.6. Moderacyjna rola faz związku dla związku zmiennych - osobowości, wrażliwości	

przetwarzania sensorycznego, stylu przywiązania - z jakością związku.....	220
5.7. Moderacyjna rola wrażliwości przetwarzania sensorycznego dla związku stylu przywiązania z jakością związku.....	223
5.8. Mediacyjna rola intymności dla związku między stylami przywiązania a jakością związku intymnego.....	227
5.9. Czynniki demograficzne i kontekstowe a jakość związku intymnego.....	231
5.10. Podsumowanie wszystkich wyników.....	234
5.11. Implikacje praktyczne i ograniczenia badania.....	240
Literatura cytowana.....	246
Spis tabel.....	282
Spis rycin.....	284

Wstęp

Współczesne przemiany społeczne i kulturowe – obejmujące rosnącą indywidualizację, przekształcenia w obrębie życia rodzinnego oraz zwiększającą się płynność ról i oczekiwań wobec partnerstwa – nadają związkom intymnym nowy kontekst funkcjonowania. Zmiany te wskazują na potrzebę ponownego przyjrzenia się związkom intymnym i ich znaczeniu w biegu życia dorosłego człowieka. Przekształcenia zachodzące w życiu społecznym skłaniają również do refleksji nad tym, jak współcześnie kształtują się wzorce wchodzenia w bliskość, jakie znaczenia przypisywane są związkowi intymnemu oraz jakie czynniki sprzyjają utrzymaniu satysfakcjonującej i stabilnej więzi między partnerami.

Związek intymny stanowi jeden z podstawowych obszarów funkcjonowania dorosłego człowieka. To w związkach intymnych realizowane są potrzeby bliskości, wsparcia, autonomii i współzależności, które odgrywają kluczową rolę w budowaniu dobrostanu psychicznego oraz w kształtowaniu poczucia stabilności życiowej. Związki te są jednocześnie szczególnie wrażliwe na kontekst społeczny i indywidualne doświadczenia partnerów, co sprawia, że ich przebieg odzwierciedla zarówno przemiany zachodzące w otoczeniu, jak i procesy rozwojowe jednostki. W tym ujęciu związek ten można postrzegać jako dynamiczną przestrzeń, w której spotykają się osobiste zasoby, potrzeby i sposoby regulacji emocji, a wzajemne interakcje partnerów tworzą unikatowy system współzależności.

Związki romantyczne mają charakter dynamiczny i podlegają zmianom w toku życia jednostki oraz rozwoju samej diady. Ich przebieg kształtuje się pod wpływem doświadczeń partnerów, wydarzeń życiowych, kontekstu społecznego oraz sposobu, w jaki para reguluje bliskość, autonomię i wzajemne oczekiwania. Zmieniają się zatem zarówno formy wyrażania bliskości, jak i znaczenia przypisywane związkowi, co sprawia, że związek intymny nie jest strukturą statyczną, lecz procesem rozwijającym się wraz z upływem czasu. Taka

perspektywa pozwala ujmować związek jako system podlegający stałej adaptacji, w którym stabilność i satysfakcja są rezultatem ciągłego negocjowania potrzeb, zasobów i celów partnerów.

W obliczu tej złożoności jednym z centralnych zagadnień badawczych staje się jakość związku intymnego, rozumiana jako wielowymiarowy wskaźnik jego funkcjonowania. Obejmuje ona zarówno subiektywne doświadczenia partnerów – takie jak poczucie bliskości, spełnienia i bezpieczeństwa – jak i wzorce wzajemnych interakcji, które kształtują codzienne funkcjonowanie diady, a których źródeł można poszukiwać w bliskich relacjach z wczesnego dzieciństwa. Jakość związku romantycznego stanowi istotny element dobrostanu jednostki, a jej poziom pozostaje wrażliwy na czynniki podmiotowe, relacyjne oraz kontekstowe. Ujęcie to pozwala traktować intymny związek nie tylko jako emocjonalną więź, lecz także jako system, którego stabilność i satysfakcja są współtworzone przez właściwości partnerów, ich historię relacyjną oraz warunki, w jakich funkcjonują.

W świetle powyższych zagadnień niniejsza praca koncentruje się na określeniu podmiotowych i relacyjnych uwarunkowań jakości związku intymnego par heteroseksualnych, z uwzględnieniem takich czynników jak osobowość, styl przywiązania oraz wrażliwość przetwarzania sensorycznego, a także dynamiki związku i dopasowanie cech osobowości partnerów. Istotnym elementem projektu badawczego była również adaptacja narzędzia służącego do pomiaru wrażliwości przetwarzania sensorycznego u dorosłych, co poszerza możliwości prowadzenia dalszych badań nad tym konstruktem w warunkach polskich i pozwala na porównywanie ich wyników z wynikami uzyskiwanymi w badaniach międzynarodowych. W analizach uwzględniono także wybrane zmienne socjodemograficzne, które mogą różnicować zależności między rozpatrywanymi czynnikami, takie jak płeć, staż i charakter związku, doświadczenia partnerskie czy decyzje dotyczące rodzicielstwa. Ujęcie

związku z dwóch perspektyw – kobiety i mężczyzny pozostających w tym samym związku – umożliwia traktowanie pary jako systemu współzależnego, w którym właściwości i doświadczenia każdego z partnerów współtworzą jakość związku.

Niniejsza praca składa się z pięciu rozdziałów. Rozdział pierwszy przedstawia założenia teoretyczne dotyczące analizowanych konstruktów oraz ich wzajemnych powiązań, stanowiąc podstawę koncepcyjną dla przyjętego modelu badawczego. Rozdział drugi opisuje proces adaptacji Skali Wysokiej Wrażliwości (Highly Sensitive Person Scale) do warunków polskich, który został przeprowadzony na potrzeby niniejszego badania, wraz z analizą właściwości psychometrycznych uzyskanej wersji narzędzia. Rozdział trzeci prezentuje metodologię badań własnych, obejmującą cel i problemy badawcze, hipotezy, charakterystykę próby oraz zastosowane narzędzia pomiarowe. Rozdział czwarty zawiera wyniki przeprowadzonych analiz statystycznych wraz z weryfikacją postawionych hipotez badawczych. Rozdział piąty stanowi dyskusję uzyskanych rezultatów, ich interpretację w świetle dotychczasowej literatury oraz sformułowane na tej podstawie wnioski.

Rozdział 1. Podstawy teoretyczne badań własnych

W niniejszym rozdziale przedstawiono podstawy teoretyczne podjętych badań nad wybranymi podmiotowymi i relacyjnymi uwarunkowaniami jakości związku intymnego par heteroseksualnych oraz ich znaczenie w funkcjonowaniu jednostki, a następnie omówiono wybrane teorie miłości, stanowiące kontekst dla analizy jakości związku. Kolejny podrozdział poświęcono jakości związku intymnego – jej definicjom, wymiarom i dotychczasowym ujęciom badawczym. Zostanie omówiona jakość związku z perspektywy dopasowania diadycznego oraz dynamiki związku na podstawie składników miłości. W dalszej części zaprezentowano czynniki podmiotowe, takie jak osobowość, styl przywiązania i wrażliwość przetwarzania sensorycznego (SPS), oraz ich znaczenie dla funkcjonowania związku intymnego. Każdy z omówionych konstruktów został zaprezentowany w kontekście aktualnych modeli teoretycznych i wyników badań empirycznych, stanowiących podstawę dla koncepcji badania własnego.

1.1 Charakterystyka związków intymnych

Celem niniejszego podrozdziału jest przedstawienie charakterystyki związków romantycznych w kontekście ich struktury, form oraz psychologicznych aspektów funkcjonowania, które stanowią punkt wyjścia do dalszej analizy jakości związków intymnych.

Związki romantyczne, określane także jako intymne, bliskie czy miłosne, stanowią złożone struktury relacyjne, w których przenikają się procesy emocjonalne, poznawcze i behawioralne. Ich jakość podlega wpływom różnorodnych czynników (Lewis, Spanier, 1979; Ryś, 1999; Suwalska-Barancewicz, 2016; Rostowska, 2014).

Na potrzeby niniejszej pracy warto zaznaczyć różnicę w zakresie znaczeniowym pojęć „relacja” oraz „związek”. Termin „relacja intymna” (romantyczna) ma charakter szerszy i

odnosi się do ogólnej więzi emocjonalnej, bliskości oraz wzajemnego zaangażowania między partnerami, niezależnie od formalnego statusu czy trwałości tej więzi. „Związek” natomiast oznacza relację o określonym stopniu trwałości i wzajemnego zobowiązania, którą partnerzy sami definiują i uznają za funkcjonującą – co znajduje odzwierciedlenie w niniejszym badaniu poprzez przyjęte kryterium rekrutacyjne, zgodnie z którym uczestnicy musieli pozostawać w związku przez okres co najmniej sześciu miesięcy.

W niniejszym rozdziale teoretycznym, ze względu na charakter cytowanej literatury – często odnoszącej się do relacji intymnych w ujęciu ogólnym, niezależnie od ich sformalizowania – pojęcia związek romantyczny, związek intymny, związek miłosny oraz relacja romantyczna stosowane są momentami zamiennie, zgodnie ze sposobem ich użycia w źródłach. W rozdziale metodologicznym oraz w prezentacji i omówieniu wyników badań własnych konsekwentnie stosuje się natomiast termin „związek” (jakość związku), co odpowiada zarówno przyjętemu kryterium doboru próby, jak i sposobowi operacjonalizacji tej zmiennej za pomocą Skali Przystosowania Diadycznego (DAS; Spanier, 1976). Takie ujednolicenie terminologii ma zapewnić przejrzystość wyводу i konsekwencję pojęciową, przy jednoczesnym skupieniu się na czynnikach związanych z jakością relacji między partnerami.

Określenie „intymny” w odniesieniu do związku romantycznego akcentuje szczególnie charakter więzi między partnerami, opierający się na procesie wzajemnego samoujawniania się oraz postrzeganej responsywności partnera – rozumianej jako poczucie bycia rozumianym, akceptowanym i otoczonym troską (Reis i Shaver, 1988). W tym znaczeniu „intymność” pełni funkcję przymiotnikową, opisując jakościowy charakter analizowanej relacji, i nie należy jej mylić z intymnością rozumianą jako jeden z trzech komponentów miłości w koncepcji Sternberga (1986), omówionym szczegółowo w dalszej części rozdziału (podrozdział 1.4.2).

Janicka (2008) wyróżnia dwa zasadnicze typy związków romantycznych: sformalizowane (zalegalizowane) i niesformalizowane (niezalegalizowane). Za związki sformalizowane uważa związki prawnie uznane w danym państwie, a związki niesformalizowane to te niepotwierdzone prawnie, które mogą mieć różny stopień i rodzaj zaangażowania i współdzielenia życia. Zielony-Koryczan (2020) zauważa, że współczesne relacje partnerskie coraz częściej przyjmują formę kohabitacji, czyli wspólnego życia zawarcia małżeństwa. Tego rodzaju związki mogą różnić się pod względem trwałości oraz poziomu satysfakcji w porównaniu do związków sformalizowanych. Ich status prawny może mieć znaczenie dla postrzegania stabilności i przyszłości związku, zwłaszcza w kontekście decyzji dotyczących dzieci czy podziału obowiązków. Autorka podkreśla, że kohabitacja staje się coraz bardziej popularna, szczególnie w większych aglomeracjach miejskich, i może pełnić dwie odmienne funkcje: stanowić etap przejściowy poprzedzający zawarcie małżeństwa albo funkcjonować jako trwała, samodzielna forma związku, będąca alternatywą wobec małżeństwa (Zielony-Koryczan, 2020). Warto zauważyć rosnącą akceptację społeczną dla niesformalizowanych form współżycia, co może zmieniać sposób, w jaki młode pokolenia postrzegają związek i rodzinę.

Kwak (2005) opisuje ponadto kilka alternatywnych form życia rodzinnego, wykraczających poza konkubinat czy narzeczeństwo. Należą do nich między innymi LAT (living apart together) – określenie odnoszące się do sytuacji, w której partnerzy pozostają w związku romantycznym, lecz decydują się na oddzielne zamieszkiwanie – oraz DINKS (double income, no kids), oznaczające związek, w którym partnerzy mieszkają razem, oboje pozostają aktywni zawodowo i podejmują świadomą decyzję o nieposiadaniu dzieci. Szlendak (2011) wskazuje, że związek romantyczny, w którym partnerzy rezygnują z posiadania dzieci, stanowi alternatywną formę życia rodzinnego różną od tradycyjnego modelu rodziny nuklearnej. Zjawisko to wiąże się z przemianami społeczno-kulturowymi, takimi jak rosnąca

indywidualizacja, redefinicja ról płciowych, a także zmiany w strukturze zawodowej. DINKS może stanowić przykład świadomego wyboru stylu życia, w którym decyzja o bezdzietności jest wynikiem przemyślanej rezygnacji z tradycyjnej roli rodzicielskiej na rzecz innych priorytetów życiowych. Współcześnie w wielu kręgach kulturowych związki te są zazwyczaj aprobowane społecznie; bywa, że po pewnym czasie dochodzi do zmiany w układzie relacji lub ich prawnej legalizacji.

Hahlweg (1996, za: Janicka, 2008) wyróżnia trzy kluczowe aspekty bliskiej relacji romantycznej: wzajemną komunikację, intymność oraz sposób rozwiązywania konfliktów. Wzajemność komunikacji oznacza, że partnerzy wymieniają się informacjami w sposób otwarty i szczery. Taki dialog stanowi fundament zrozumienia potrzeb i oczekiwań drugiej osoby, co pozwala na rozwijanie więzi emocjonalnej i zaufania. Intymność w związku obejmuje nie tylko fizyczną bliskość, ale także emocjonalną więź. Partnerzy dzielą się ze sobą swoimi myślami, marzeniami, lękami i radościami, tworząc przestrzeń do swobodnego wyrażania siebie. Intymność rozwija się dzięki wzajemnemu zaufaniu i akceptacji, które są niezbędne do budowania głębszych relacji. Umiejętność konstruktywnego rozwiązywania sporów, zachowanie szacunku wobec partnera oraz gotowość do kompromisów są podstawą utrzymania zdrowego związku. Konflikty są naturalnym elementem każdego związku, ale to, jak się je rozwiązuje, wpływa na jego rozwój – właściwa komunikacja stanowi skuteczny sposób zarówno zapobiegania konfliktom, jak i ich rozwiązywania (Suwalska-Barancewicz i Malina, 2018). Partnerzy, którzy potrafią radzić sobie z trudnymi sytuacjami, zachowując spokój, empatię i otwartość na perspektywę drugiej osoby, budują silniejszą więź (Hahlweg, 1996, za: Janicka, 2008).

Bliskie związki charakteryzują się istotnym zaangażowaniem interpersonalnym oraz zobowiązaniem. Według Janickiej i Szymczaka (2017) zaangażowanie interpersonalne to proces budowania i umacniania więzi między partnerami, natomiast zobowiązanie odnosi się

do gotowości podejmowania działań, które pozwalają utrzymać związek. Sternberg (1984) również uważa, że zaangażowanie stanowi kluczowy element miłości obok intymności i namiętności, a fundament bliskiego związku opartego na miłości romantycznej przejawia się we wzajemnym dzieleniu się materialnymi dobrami, trosce, wsparciu oraz działaniu na rzecz dobra partnera. Czynniki, które podtrzymują zobowiązanie to ocena własnej atrakcyjności i atrakcyjności partnera, atrakcyjności alternatywnych i dostępnych innych możliwości, pozytywny bilans zysków i strat w relacji oraz okoliczności utrudniające zakończenie relacji (formalnych, jak i nieformalnych) (Wojciszke (2009), za: Rusbult (1980).

Perlman (2007) wskazuje, że istotnym elementem bliskich związków jest współzależność partnerów w zakresie ich zachowań, myśli, emocji oraz dzielenie wspólnych obszarów życia. Kwestię współzależności partnerów w tworzonej i rozwijanej przez nich systemie akcentuje Janicka i Liberska (2014). Taka współzależność sprzyja głębszemu zrozumieniu się wzajemnie i wzmacnia więzi, które kształtują relację na poziomie emocjonalnym, intelektualnym i społecznym. Z kolei Wrochna (2018) zaznacza, że relacja romantyczna wyróżnia się dobrowolnością, co oznacza, że każdy z partnerów może zakończyć związek w dowolnym momencie, ponieważ opiera się on na wolnym wyborze. Tego typu więź nie ma gwarancji trwałości, gdyż jest wynikiem działania dwóch refleksyjnych jednostek, które analizują siebie nawzajem i swoje otoczenie (Wrochna, 2018). Poczucie odpowiedzialności za własne decyzje i ich konsekwencje, w połączeniu z przekonaniem o dobrowolności wyboru partnera, sprzyja podejmowaniu działań stabilizujących i wzmacniających związek (Liberska, 2017).

Obuchowski (2001) w swoich rozważaniach nad człowiekiem jako podmiotem przedstawia koncepcję, zgodnie z którą jednostka dążąca do autonomii i sprawczości może podjąć decyzję o zakończeniu dotychczasowych więzi, w tym relacji intymnej. Autor podkreśla, że jest to decyzja trudna i bolesna, lecz stanowiąca element procesu rozwoju

osobistego. Zakończenie wcześniejszych związków może bowiem stworzyć przestrzeń do realizacji nowych, bardziej satysfakcjonujących celów, co stanowi drogę prowadzącą do urzeczywistnienia idei podmiotowości. Dążenie to może ujawnić się w okresie średniej dorosłości, w późniejszych etapach życia lub pozostać niezrealizowane.¹

Różnorodność form i funkcji związków romantycznych wskazuje, że ich analiza wymaga odwołania się do teorii miłości, które opisują mechanizmy powstawania, rozwoju i podtrzymywania więzi między partnerami. W kolejnej części pracy omówione zostaną wybrane koncepcje teoretyczne miłości i związku intymnego, stanowiące podstawę do zrozumienia dynamiki relacji romantycznych.

1.2 Teoretyczne ujęcia miłości i związków intymnych

Zrozumienie mechanizmów rządzących miłością oraz czynników wpływających na jakość relacji międzyludzkich wymaga odwołania się do wieloaspektowych modeli teoretycznych, które od lat stanowią fundament badań w tej dziedzinie. Celem niniejszego podrozdziału jest przedstawienie najważniejszych koncepcji teoretycznych miłości i relacji romantycznych, które stanowią podstawę modelu badawczego niniejszego projektu.

Jednym z pierwszych teoretycznych ujęć miłości była teoria Zick'a Rubina (1970), który traktował miłość jako emocjonalny stosunek składający się z trzech komponentów: przywiązania, troski i szacunku. Badania Rubina stanowiły punkt wyjścia do dalszych rozważań nad naturą relacji romantycznych. Jego badania miały na celu rozróżnienie miłości romantycznej od innych emocji i uczuć, takich jak przyjaźń czy pożądanie. Był również autorem pierwszego narzędzia służącego do badania miłości.

¹ Te rozważania nasuwają refleksję na temat procesu indywiduacji przedstawionej przez C.Junga. Potrzeba uzyskania „czasoprzestrzeni” dla realizacji nowych dążeń, celów czy zadań lub ról może też wiązać się z dylematem dotyczącym spełnienia się i generatywności nie tylko poprzez zapewnienie ciągłości genetycznej, który występuje w koncepcji E.Eriksona.

Teoria wymiany społecznej (ang. *social exchange theory*) stanowi jedno z najbardziej wpływowych podejść do analizy relacji interpersonalnych, w tym relacji romantycznych. Jej korzenie sięgają koncepcji Homansa (1958), który jako pierwszy opisał zachowania społeczne w kategoriach wymiany nagród i kosztów. Zgodnie z jego ujęciem, ludzie angażują się w relacje, które przynoszą im korzyści emocjonalne, społeczne lub materialne, a unikają takich, które wiążą się z nadmiernymi kosztami. Blau (1964) rozwinął tę koncepcję, wskazując, że wymiana społeczna stanowi podstawę nie tylko indywidualnych interakcji, ale także struktur społecznych, w których władza i zależność są pochodnymi dostępnych zasobów.

W ujęciu psychologicznym teoria ta została pogłębiona przez Thibauta i Kelley'a (1959), którzy wprowadzili pojęcia *poziomu porównania* (*comparison level*) i *poziomu porównania alternatyw* (*comparison level for alternatives*), określające subiektywne standardy oceny jakości relacji. Ich model zakłada, że satysfakcja ze związku zależy od tego, w jakim stopniu rzeczywiste doświadczenia z relacji odpowiadają oczekiwaniom jednostki, a decyzja o jej utrzymaniu jest uzależniona od oceny dostępnych alternatyw.

W odniesieniu do relacji romantycznych i małżeńskich koncepcję wymiany społecznej wykorzystywał Rostowski (1987), podkreślając, że bilans emocjonalnych i instrumentalnych zysków oraz kosztów odgrywa istotną rolę w utrzymaniu bliskości i satysfakcji partnerów. Zgodnie z tym podejściem, zaangażowanie w związek jest funkcją inwestycji w relację oraz oceny alternatywnych możliwości, co stanowiło rozwinięcie wcześniej sformułowanych założeń modelu inwestycyjnego Rusbult (1980).

Współcześnie teoria wymiany społecznej pozostaje fundamentem wielu modeli opisujących dynamikę relacji romantycznych, łącząc perspektywę psychologiczną i ekonomiczną w analizie motywacji do tworzenia i utrzymywania związków intymnych.

Rusbult (1980) opracowała wyżej wspomniany model inwestycji (*investment model of commitment*), który wyjaśnia mechanizmy utrzymywania się relacji romantycznych. Zakłada on, że poziom zaangażowania partnera w związek zależy od trzech głównych czynników: poziomu satysfakcji z relacji, wielkości inwestycji (emocjonalnych, czasowych, materialnych) oraz oceny dostępnych alternatyw. Im większa satysfakcja i nakłady włożone w relację oraz im mniej atrakcyjne alternatywy, tym silniejsze zaangażowanie i większe prawdopodobieństwo trwania związku.

Metaanaliza Le i Agnew (2003), obejmująca 52 badania przeprowadzone na ponad 11 000 uczestniczkach i uczestnikach, wykazała, że te trzy składniki łącznie wyjaśniały niemal 66% wariacji w zaangażowaniu w związek, co potwierdza użyteczność modelu w badaniach relacji romantycznych. Model ten opiera się na założeniach teorii wymiany społecznej, zgodnie z którymi jednostki dążą do maksymalizacji zysków i minimalizacji kosztów w relacjach interpersonalnych. Zaangażowanie pełni więc funkcję psychologicznego mechanizmu stabilizującego związek, a satysfakcja jest jednym z kluczowych, ale nie jedynym jego składnikiem (Rusbult, 1980).

Współczesne opracowania modelu inwestycyjnego podkreślają jego znaczenie w badaniach nad mechanizmami zaangażowania i trwałości relacji romantycznych. Ilgen i Kayabol (2023) przedstawiają model Rusbult jako jedno z najlepiej potwierdzonych empirycznie podejść w psychologii bliskich związków, wskazując, że poziom zaangażowania stanowi funkcję trzech współzależnych komponentów: satysfakcji z relacji, jakości dostępnych alternatyw oraz wielkości inwestycji. Wzrost satysfakcji, spadek atrakcyjności alternatyw i zwiększenie nakładów włożonych w relację sprzyjają utrzymaniu więzi i zwiększają prawdopodobieństwo jej kontynuacji. Model ten, zakorzeniony w teorii

wzajemnej zależności Thibauta i Kelley'a, pozostaje kluczowym paradygmatem w wyjaśnianiu procesów zaangażowania i stabilności relacji (Ilgen i Kayabol, 2023).

Model inwestycyjny Rusbult koncentruje się na mechanizmach zaangażowania i utrzymywania relacji, podkreślając czynniki sprzyjające jej trwałości. W kolejnych ujęciach teoretycznych akcent przesunięto z analizy motywacji do pozostawania w związku na badanie procesów interakcyjnych, które determinują jakość wspólnego funkcjonowania partnerów. W tym nurcie rozwoju badań nad relacjami romantycznymi wyłoniły się koncepcje opisujące przystosowanie diadyczne oraz zdolność partnerów do utrzymywania satysfakcji i współdziałania w ramach relacji.

Wśród modeli koncentrujących się na jakości funkcjonowania pary szczególne znaczenie ma model dopasowania diadycznego (Dyadic Adjustment Model), zaproponowany przez Spaniera (1976). Model ten odwołuje się do założeń teorii wymiany społecznej oraz teorii wzajemnej zależności, zakładając, że jakość relacji jest wynikiem ciągłej interakcji między partnerami, w której jednostki dążą do utrzymania równowagi między kosztami a korzyściami związku (Spanier, 1976). Dopasowanie diadyczne odzwierciedla zatem stopień, w jakim partnerzy potrafią utrzymać satysfakcję, współpracę i stabilność w relacji mimo pojawiających się różnic i napięć, a także ich zdolność do adaptacji emocjonalnej i komunikacyjnej wobec wyzwań codziennego życia (Garbarini, Gerino, Marino, Rollé i Brustia, 2014; Graham, Liu i Jeziorski, 2006).

W ujęciu Spaniera jakość związku stanowi konstrukt wielowymiarowy, obejmujący cztery podstawowe wymiary: zgodność, satysfakcję, spójność i ekspresję uczuciowości. Zgodność odnosi się do stopnia porozumienia partnerów w kluczowych obszarach wspólnego życia, takich jak wartości, decyzje czy sposoby rozwiązywania konfliktów. Satysfakcja opisuje emocjonalne doświadczenie związku, poziom zadowolenia i poczucia spełnienia w

relacji. Spójność wiąże się z uczestnictwem partnerów we wspólnych aktywnościach oraz poczuciem więzi i współpracy, natomiast ekspresja uczuciowości dotyczy zdolności do okazywania emocji i czułości w relacji (Spanier, 1976).

Model dopasowania diadycznego zakłada, że relacje są dynamicznym systemem, w którym zmiany w jednym wymiarze mogą wiązać się ze zmianami w pozostałych wymiarach. Wysokie dopasowanie diadyczne nie oznacza braku konfliktów, lecz zdolność partnerów do ich konstruktywnego rozwiązywania przy zachowaniu poczucia bliskości i satysfakcji. Koncepcja ta stanowi jedno z najczęściej stosowanych teoretycznych ujęć jakości relacji i była podstawą opracowania narzędzia Dyadic Adjustment Scale (DAS), które umożliwia empiryczny pomiar stopnia przystosowania pary (Spanier, 1976).

Model dopasowania diadycznego akcentuje znaczenie współdziałania partnerów w utrzymaniu satysfakcjonującej i stabilnej relacji, koncentrując się na poznawczo-behawioralnych aspektach funkcjonowania pary. Ujęcie to pozwala uchwycić poziom przystosowania diadycznego, jednak nie obejmuje szerszej perspektywy emocjonalno-motywacyjnej, opisującej dynamikę miłości w relacji romantycznej. Zagadnienie to rozwija teoria miłości Sternberga (1989), wprowadzająca ujęcie wielowymiarowe, które integruje emocjonalne, poznawcze i motywacyjne komponenty więzi.

Teoria miłości Sternberga (1986, 1989) ujmuje miłość jako złożoną strukturę, na którą składają się trzy wzajemnie powiązane komponenty: intymność, namiętność i zobowiązanie. Koncepcja ta określana jest jako model poznawczo-emocjonalno-motywacyjny, ponieważ każdy ze składników odzwierciedla inny wymiar funkcjonowania psychicznego człowieka (Sternberg, 1986, 1989; Acker i Davis, 1992; Wojciszke, 2015a). Intymność odnosi się do poczucia bliskości i więzi, namiętność wiąże się z silnym pobudzeniem emocjonalnym i

pragnieniem jedności z partnerem, natomiast zobowiązanie obejmuje decyzję o utrzymaniu relacji oraz działania podtrzymujące jej trwałość.

Model Sternberga podkreśla, że miłość romantyczna ma charakter dynamiczny i zmienia się wraz z przebiegiem relacji, a proporcje między poszczególnymi komponentami relacji mogą nie tylko różnić się między parami, ale też zmieniać w czasie. Taki sposób ujmowania miłości stał się ważnym punktem odniesienia dla autorów opisujących zmiany zachodzące w związkach. Wojciszke (2009), opierając się na trójskładnikowym modelu miłości Sternberga, wyszczególnił sześć faz związku (zakochanie, romantyczne początki, związek kompletny, związek przyjacielski, związek pusty, rozpad związku). Według przywołanego badacza każda faza związku charakteryzuje się innym nasileniem każdego ze składników miłości.

Braun-Gałkowska (1981) analizuje zmiany miłości w czasie i wskazuje, że rozwija się ona oraz przekształca w kierunku miłości dojrzałej. Rozwój ten obejmuje przechodzenie przez kolejne etapy: od fascynacji i zauroczenia, przez świadome zaangażowanie, aż po miłość dojrzałą, która charakteryzuje się troską o dobro partnera, wzajemnym zrozumieniem i akceptacją.

Miłość, zgodnie z wcześniejszymi rozważaniami, rozwija się poprzez świadome działanie i zaangażowanie, co oznacza, że nie stanowi wyłącznie spontanicznego uczucia, lecz jest efektem wysiłku i podejmowanej aktywności. Wymaga podjęcia decyzji, dlatego w pełni kształtuje się dopiero u osób dojrzałych, choć jej załączki pojawiają się już we wcześniejszych etapach rozwoju jednostki (Braun-Gałkowska, 1981). Decyzja o utrzymywaniu i wzmacnianiu relacji ma konsekwencje zarówno dla jednostki, dla jej partnera jak i dla ich diady. Wskaźnikiem dojrzałości miłości jest nie tylko zdolność przewidywania

konsekwencji podejmowanych decyzji, lecz także poczucie odpowiedzialności za nie oraz ich konsekwentna realizacja.

Gotowość do dojrzałej miłości kształtuje się w rodzinie pochodzenia, głównie poprzez proces obserwacji i identyfikacji (Rostowska, 1995; Rostowska i Spryszyńska, 2014). Potwierdzenie tej zależności można odnaleźć w teorii stylów przywiązania (Plopa, 2004; 2014). Znaczenie rodziny pochodzenia potwierdzają również badania nad zjawiskiem społecznego dziedziczenia zachowań prowadzących do rozpadu małżeństwa. Dorosłe dzieci rozwiedzionych rodziców częściej przejawiają zachowania deprecjonujące partnera, a rzadziej – postawy zaangażowania i wsparcia. Dodatkowo częściej reprezentują w dorosłości unikowy lub lękowo-ambiwalentny styl przywiązania niż styl bezpieczny (Kardasz i Dudka, 2019). Zjawisko społecznego dziedziczenia zachowań destrukcyjnych wobec relacji bliskich ma istotne znaczenie dla funkcjonowania jednostki i społeczeństwa, jednak nie stanowi głównego obszaru eksploracji w niniejszym projekcie, dlatego nie jest szerzej omawiane.

Z perspektywy rozwoju człowieka to właśnie wczesne doświadczenia więzi stanowią fundament późniejszej zdolności do tworzenia i podtrzymywania relacji romantycznych, co podkreśla teoria stylów przywiązania. Koncepcja ta, wywodząca się z badań Johna Bowlby i Mary Ainsworth, zakłada, że relacje z opiekunami w dzieciństwie kształtują poznawczo-emocjonalne reprezentacje siebie i innych – tzw. wewnętrzne modele robocze (Bowlby, 1988; Ainsworth i in., 1978). Modele te stanowią podstawę późniejszego funkcjonowania jednostki w relacjach interpersonalnych, a w dorosłości ujawniają się w charakterystycznych wzorcach tworzenia więzi z partnerami romantycznymi (Hazan i Shaver, 1987; Bartholomew i Horowitz, 1991).

Teoria przywiązania w odniesieniu do dorosłych (*adult attachment*) zakłada, że te same mechanizmy, które w dzieciństwie służyły budowaniu więzi z opiekunem, w dorosłości

regulują zachowania wobec partnera romantycznego. Zinternalizowane wzorce bezpieczeństwa, lęku czy unikania determinują sposób postrzegania siebie i drugiej osoby w relacji, a także strategie regulacji emocji i reagowania w sytuacjach bliskości lub zagrożenia więzi (Mikulincer i Shaver, 2016). Osoby o bezpiecznym stylu przywiązania cechuje większe zaufanie do partnera, otwartość emocjonalna i zdolność do konstruktywnego rozwiązywania konfliktów, co sprzyja satysfakcji i stabilności związku. Z kolei osoby o stylach pozabezpiecznych (lękowym i unikowym) częściej przejawiają trudności w utrzymywaniu bliskości – pierwsze z powodu lęku przed odrzuceniem, drugie z powodu potrzeby nadmiernej autonomii (Bartholomew i Horowitz, 1991; Feeney, 2006). Badania wskazują ponadto, że style przywiązania wiążą się z charakterystycznymi wzorcami funkcjonowania w relacji, obejmującymi m.in. sposób komunikacji, poziom zaufania oraz reakcje emocjonalne wobec partnera. Osoby o bezpiecznym stylu przywiązania częściej przejawiają wyższy poziom zaufania, bardziej otwartą i konstruktywną komunikację oraz niższy poziom zazdrości i skłonności do niewierności. Z kolei pozabezpieczne style przywiązania wiążą się z niższym poziomem zaufania, trudnościami w komunikacji, a także wyższym nasileniem zazdrości i większą skłonnością do zachowań związanych z niewiernością (Płopa i Lorecka, 2019).

Wyniki licznych badań potwierdzają, że styl przywiązania dorosłych jest silnie związany z jakością relacji romantycznych. Bezpieczne przywiązanie sprzyja rozwijaniu intymności, zaufania i satysfakcji, podczas gdy niepewne style wiążą się z większą liczbą konfliktów i mniejszą stabilnością emocjonalną (Kaźmierczak i Płopa, 2006; Liberska i Suwalska, 2011a, 2011b, 2011c). Co więcej, badania wskazują, że konfiguracja stylów przywiązania w parze może odgrywać rolę w kształtowaniu satysfakcji relacyjnej, a interakcje między stylami partnerów pozostają istotne dla dynamiki związku (Conradi, Noordhof i Kamphuis, 2022).

W tym kontekście interesującą propozycję przedstawia Plopa (2014), wskazując, że miłość romantyczna kształtowana jest przez trzy wzajemnie powiązane systemy: płć, opiekuńczość i przywiązanie. Autor podkreśla także znaczenie troskliwości w budowaniu więzi między dorosłymi partnerami (Plopa, 2008). Choć każdy z tych elementów jest regulowany przez odrębne mechanizmy, pozostają one we wzajemnej interakcji.

Wyniki badań wskazują ponadto, że czynniki relacyjne, takie jak poziom zaangażowania, mogą łagodzić negatywne konsekwencje pozabezpiecznych stylów przywiązania. Tran i Simpson (2009) wykazali, że wysoki poziom zaangażowania sprzyja zachowaniom prorelacyjnym oraz konstruktywnemu reagowaniu w sytuacjach konfliktowych, nawet wśród osób o lękowym lub unikowym stylu przywiązania.

W ujęciu relacyjnym styl przywiązania można zatem postrzegać nie tylko jako względnie stałą cechę jednostki, ale także jako dynamiczny system regulujący interakcje w diadzie. Oznacza to, że jakość więzi w związku jest wypadkową indywidualnych właściwości partnerów oraz wzajemnych wzorców reagowania, co stanowi jeden z kluczowych mechanizmów warunkujących jakość relacji intymnych.

Każda z omówionych wyżej teorii wnosi odmienną, lecz komplementarną perspektywę do analizy związków romantycznych. Razem tworzą złożony obraz więzi, w którym miłość jawi się jako zjawisko zarówno dynamiczne, jak i strukturalnie złożone. Różnorodność przedstawionych ujęć pozwala dostrzec, że związek romantyczny nie jest jedynie sumą indywidualnych doświadczeń, lecz procesem rozwijającym się w czasie, podlegającym zmianom i osadzonym w kontekście interakcyjnym.

Tak rozumiana wielowymiarowość związku ujmuje jego różnorodne aspekty – od emocjonalnych i poznawczych, po behawioralne – oraz ukazuje, że dynamika więzi opiera się na współdziałaniu wielu czynników, których znaczenie zmienia się na kolejnych etapach

rozwoju związku. Integracja tych perspektyw pozwala spojrzeć na związki romantyczne jako na system, w którym wzajemne powiązania między doświadczeniami jednostki a kontekstem diadycznym kształtują specyfikę związku intymnego. Ujęcie to tworzy fundament dla dalszych rozważań nad jakością związku intymnego, pozwalając uchwycić, w jaki sposób różne komponenty miłości oraz mechanizmy regulujące więź partnerską stają się punktami wyjścia do bardziej szczegółowej analizy czynników warunkujących jakość związku intymnego par heteroseksualnych.

1.3. Jakość związku intymnego: znaczenie, definicja i przyjęte ujęcie teoretyczne

Współczesne badania pokazują, że funkcjonowanie w związkach intymnych jest procesem złożonym, uwarunkowanym wieloma czynnikami i podlegającym zmianom w czasie. Metaanaliza Bühler, Krauss i Ortha (2021), obejmująca 165 039 uczestników, wykazała, że przeciętny poziom satysfakcji ze związku zmienia się nieliniowo wraz z wiekiem i stażem związku, przyjmując kształt zbliżony do litery U. Jednocześnie odrębna metaanaliza tych samych autorów (Bühler i Orth, 2022) wykazała wysoką stabilność rangową satysfakcji – oznacza to, że mimo zmian poziomu satysfakcji w czasie, względna pozycja jednostki na tle innych osób w zakresie odczuwanego zadowolenia ze związku pozostaje relatywnie stała. Wyniki te wskazują zatem, że jakość związku ma charakter dynamiczny na poziomie zmian w czasie, pozostając jednocześnie względnie stabilną cechą różnicującą jednostki między sobą – co potwierdzają również ustalenia Karneya i Bradbury (2020) oraz Lavnera, Karneya, Williamsona i Bradbury (2017), wskazujące na ewolucję jakości związku wraz z rozwojem jednostek oraz zmianami zachodzącymi w ich relacji. Związki w parach można zatem postrzegać jako proces, za pośrednictwem którego partnerzy realizują cele rozwojowe oraz zaspokajają indywidualne potrzeby (Patterson, 2002). Cele te oraz potrzeby ulegają zmianom w toku trwania związku – między innymi w wyniku przemian zachodzących

w różnych obszarach funkcjonowania jednostek oraz tworzoną przez nie systemie diadycznym (Liberska i Suwalska-Barancewicz, 2012).

Jakość związku odnosi się do stopnia, w jakim relacja spełnia oczekiwania partnerów, zaspokaja ich potrzeby emocjonalne i społeczne oraz sprzyja poczuciu bliskości i integracji (Lewis i Spanier, 1979). Obejmuje ona zarówno komponent subiektywny – indywidualne poczucie satysfakcji i spełnienia – jak i komponent relacyjny, odzwierciedlający funkcjonowanie diady w wymiarze emocjonalnym, poznawczym i behawioralnym (Fincham i Rogge, 2010), a jej wyższemu poziomowi towarzyszą zwykle konstruktywna komunikacja, wzajemne wsparcie emocjonalne oraz responsywność na potrzeby partnera (Reis i Gable, 2015; Gottman i Levenson, 2000). Tak rozumiana jakość związku stanowi zatem wskaźnik ogólnego dobrostanu pary oraz równowagi między autonomią jednostek a ich współzależnością (Clark i Lemay, 2010; Kumashiro, Rusbult i Finkenauer, 2003).

Takie ujęcie integruje perspektywę podmiotową i relacyjną, ujmując związek jako dynamiczny system, w którym wzajemne interakcje partnerów kształtują trwałość relacji, satysfakcję oraz przystosowanie diadyczne. Utrzymanie wysokiej jakości relacji wymaga elastycznej regulacji bliskości i autonomii oraz zdolności partnerów do adaptacji wobec zmian rozwojowych i kontekstowych (Bodenmann, 2005; Randall i Bodenmann, 2017).

W literaturze podkreśla się, że jakość relacji kształtowana jest przez czynniki biologiczne, psychologiczne oraz społeczno-kulturowe. Wśród najczęściej wymienianych czynników wskazuje się płeć, emocjonalność i atrakcyjność fizyczną (Buss, 1990; Kornaszewska-Polak, 2020), cechy osobowości i temperament (Rawicka i Rzepa, 2017), a także rodzinne wzorce funkcjonowania oraz style przywiązania (Hazan i Shaver, 1994a, 1994b; Plopa, 2014, 2015). Znaczącą rolę odgrywają również normy kulturowe i społeczne określające role płciowe, podział obowiązków oraz oczekiwania wobec relacji partnerskich

(Doroszewicz, 2008; Gerrig i Zimbardo, 2009; Wojciechowska, 2017, Romanowicz, 2021). Funkcjonowanie w związkach intymnych należy zatem ujmować jako proces dynamiczny i złożony, uwarunkowany wzajemnym oddziaływaniem czynników indywidualnych, relacyjnych i kontekstowych (Jankowiak, 2007; Randall i Bodenmann, 2009).

Niniejsza praca opiera się na analizie dwóch poziomów funkcjonowania diady. Pierwszy z nich obejmuje czynniki podmiotowe, takie jak cechy osobowościowe i temperamentalne jednostki oraz styl przywiązania do partnera ukształtowany przez indywidualne doświadczenia – co stanowi punkt wyjścia dla budowania relacji. Kolejny poziom dotyczy czynników relacyjnych, w ramach których kształtuje się dynamika współdziałania partnerów, przejawiająca się poziomem intymności, zaangażowania, spójności oraz zgodności. Warto podkreślić szczególne znaczenie indywidualnych właściwości partnerów, które wpływają na dynamikę i rozwój wzajemnych interakcji i kształtowanie się czynników relacyjnych.

1.3.1. Terminologiczne ujęcia jakości związku w literaturze

Wraz z upływem czasu związki partnerskie przechodzą przez różne fazy – od etapu zauroczenia romantycznego po głębsze formy przyjaźni i partnerstwa (Rusbult, 1980, za: Wojciszke, 2015). Dłuższe związki często cechują się wyższym poziomem zaangażowania, ale też większym ryzykiem rutyny i obniżenia intensywności emocjonalnej, co odzwierciedla dynamiczny charakter jakości relacji (Karney, Bradbury, 2020). Zmienność tych procesów pokazuje, że jakość związku nie jest stanem statycznym, lecz konstruktem ewoluującym, którego treść i znaczenie mogą różnić się w zależności od przyjętej perspektywy teoretycznej. To zróżnicowanie podejść znajduje odzwierciedlenie w bogatej terminologii używanej w literaturze – od satysfakcji i powodzenia małżeńskiego po integrację i trwałość związku – co stanowi przedmiot dalszej analizy w kolejnej części rozdziału.

Jakość relacji romantycznych stanowi zagadnienie interdyscyplinarne, co znajduje odzwierciedlenie w licznych koncepcjach teoretycznych opisujących funkcjonowanie par. Pomimo że problematyka jakości relacji partnerskich jest szeroko omawiana i często podejmowana w badaniach empirycznych, wielu autorów podkreśla brak jednoznacznej definicji tego pojęcia oraz występowanie licznych terminów pokrewnych, które częściowo się pokrywają, lecz nie są z nim tożsame (por. Fincham i Rogge, 2010; Karney i Bradbury, 2020).

W literaturze spotyka się szereg pojęć opisujących pozytywne funkcjonowanie związku: sukces małżeński (Szczepański, 1973; Adamski, 1984; Janiszewski, 1986), powodzenie małżeństwa (Braun-Gałkowska, 1985), zadowolenie z małżeństwa (Braun-Gałkowska, 1992; Janicka, Niebrzydowski, 1994), satysfakcja i szczęście małżeńskie (Janicka, Niebrzydowski, 1994), satysfakcja małżeńska (Płopa, 2008; Rostowski i Rostowska, 2014), jakość małżeństwa (Lewis, Spanier, 1979; Ryś, 1996; jakość bliskiego związku (Suwalska-Barancewicz, 2016) oraz trwałość małżeństwa (Lewis, Spanier, 1979; Ryś, 1994). Choć terminy te bywają używane zamiennie, odwołują się do różnych aspektów relacji: *satysfakcja* podkreśla subiektywną, emocjonalną perspektywę jednostki, *jakość* obejmuje również poznawcze i behawioralne wymiary funkcjonowania pary, natomiast *trwałość* odnosi się do temporalnego wymiaru relacji, związanego z jej stabilnością w czasie (Karney i Bradbury, 2020).

W literaturze przedmiotu (Fincham i Bradbury, 1987; Spanier, 1976; Fletcher, Simpson, Thomas i Giles, 2000; Gottman, 1994b) przyjmuje się, że jakość relacji obejmuje trzy główne wymiary:

1. Wymiar emocjonalno-poznawczy – to, jak partnerzy postrzegają i przeżywają relację: bliskość, intymność, napiętność, zaufanie, przywiązanie.

2. Wymiar behawioralno-funkcjonalny – to, jak relacja działa w praktyce: współpraca, komunikacja, rozwiązywanie konfliktów, zgodność, wzajemne wsparcie.
3. Wymiar subiektywny (ocenny) – to, jak partnerzy *oceniają* swoją relację: satysfakcja, zaangażowanie, stabilność, chęć kontynuacji.

Niektórzy autorzy proponują ujmowanie jakości relacji jako konstruktu nadrzędnego wobec pojęcia satysfakcji czy powodzenia małżeńskiego (Fincham i Rogge, 2010; Randall i Bodenmann, 2009). Takie podejście pozwala analizować zarówno subiektywne oceny partnerów, jak i obiektywne wskaźniki funkcjonowania relacji. Współcześnie jakość związku rozumiana jest zatem nie tylko jako stan emocjonalnego zadowolenia, lecz także jako wskaźnik integracji, przystosowania diadycznego i efektywności wzajemnego funkcjonowania w obrębie relacji.

W niniejszym opracowaniu przyjęto, że pojęcie jakości związku ma status kategorii nadrzędnej wobec satysfakcji ze związku, integracji czy trwałości. Taki sposób rozumienia pozwala na kompleksową analizę funkcjonowania relacji romantycznych, uwzględniając zarówno indywidualne doświadczenia partnerów, jak i wzajemne procesy zachodzące w diadzie.

1.3.2. Znaczenie jakości związku intymnego

Badania empiryczne wskazują, że jakość relacji romantycznych pozostaje w silnym związku z kluczowymi wskaźnikami dobrostanu psychicznego i fizycznego. Dwie niezależne metaanalizy potwierdzają, że osoby doświadczające wysokiej satysfakcji ze związku wykazują wyższy poziom zadowolenia z życia i ogólnego dobrostanu (Aksu, Eser i Emekli, 2023; Proulx, Helms, 2007). Satysfakcja w obszarach takich jak praca czy przyjaźnie jest znacznie słabszym predyktorem ogólnego szczęścia niż satysfakcja w relacjach intymnych (Heller, Watson i Hies, 2004). Wyniki badań Umberson, Williams, Powpers, Liu i Needham

(2006) wskazują, że osoby pozostające w związkach małżeńskich charakteryzują się lepszym zdrowiem fizycznym i psychicznym, co potwierdza, że wysoka jakość relacji może stanowić istotny zasób wspierający dobrostan jednostki. Rozpad związków romantycznych wiąże się z szeregiem negatywnych konsekwencji emocjonalnych i poznawczych, takich jak obniżenie nastroju, poczucie utraty tożsamości czy spadek samooceny (Lewandowski, Aron, Bassis i Kunak, 2006; Slotter, Gardner i Finkel, 2010; Sbarra i Emery, 2005; Marshall, Bejanyan i Ferenczi, 2013). Perspektywa ta podkreśla znaczenie jakości związków romantycznych dla ogólnego dobrostanu człowieka. Wobec tych ustaleń istotnym kierunkiem badań staje się identyfikacja czynników sprzyjających stabilności związku i ustalenie predyktorów jakości relacji.

W zrealizowanym projekcie badawczym jakość związku intymnego traktowana jest jako złożony konstrukt opisujący funkcjonowanie pary, kształtowany zarówno przez uwarunkowania podmiotowe – odnoszące się do indywidualnych właściwości partnerów (takich jak osobowość, styl przywiązania czy wrażliwość przetwarzania sensorycznego) – jak i uwarunkowania relacyjne, odzwierciedlające charakter wzajemnych zależności w diadzie (komponenty miłości, poziom przystosowania diadycznego oraz dopasowanie osobowości partnerów). Styl przywiązania można również rozważać jako uwarunkowanie relacyjne, ponieważ rozwija się i ulega zmianom pod wpływem doświadczeń w bliskiej relacji; w niniejszej pracy nie został jednak potraktowany jako wskaźnik jakości relacji, lecz jako właściwość indywidualna partnerów.

Przyjęto, że jakość związku stanowi nadrzędny wskaźnik funkcjonowania relacji romantycznej, obejmujący zarówno subiektywne zadowolenie jednostki z relacji, jak i obiektywne aspekty jej przebiegu. Tak rozumiany konstrukt umożliwia wieloaspektową analizę relacji partnerskiej, uwzględniającą cztery wymiary przystosowania diadycznego

wyróżnione przez Lewisa i Spaniera (1979): zgodność, satysfakcję, spójność oraz ekspresję uczuciowości. Równocześnie jakość relacji obejmuje emocjonalno-poznawcze komponenty miłości – intymność, namiętność i zobowiązanie – stanowiące jej wewnętrzne wymiary (Wojciszke, 2015).

W kolejnych częściach rozdziału omówiono uwarunkowania relacyjne, takie jak dopasowanie diadyczne oraz komponenty miłości, wraz z wyjaśnieniem ich znaczenia dla jakości związku intymnego. Następnie przedstawiono zależności między uwarunkowaniami podmiotowymi – osobowością, stylem przywiązania i wrażliwością przetwarzania sensorycznego – a jakością relacji. Dopasowanie osobowości, choć należy do uwarunkowań relacyjnych, zostanie omówiona w części dotyczącej cech partnerów, co pozwoli zachować spójność i przejrzystość wywodu. Na końcu rozdziału przedstawione zostaną uwarunkowania, które nie stanowią głównego przedmiotu analiz, lecz pozwalają pełniej uchwycić funkcjonowanie pary w kontekście omawianych czynników.

1.4. Uwarunkowania jakości związku intymnego

1.4.1. Dopasowanie diadyczne

Dopasowanie diadyczne (*dyadic adjustment*) stanowi jeden z kluczowych konstruktów opisujących funkcjonowanie relacji romantycznych, a jego teoretyczne ujęcie zostało zaproponowane przez Spaniera (1976). Autor zakładał, że jakość relacji można rozumieć poprzez stopień, w jakim partnerzy osiągają satysfakcjonujący poziom współpracy, porozumienia i stabilności w codziennym funkcjonowaniu diady. W modelu Spaniera dopasowanie diadyczne nie sprowadza się jedynie do zadowolenia ze związku, lecz obejmuje wielowymiarowy obraz funkcjonowania pary, integrujący aspekty poznawcze, emocjonalne i behawioralne (Spanier, 1980).

Spanier podkreślał, że dopasowanie diadyczne najlepiej odzwierciedla jakość relacji na poziomie interakcyjnym — w tym, jak partnerzy negocjują różnice, rozwiązują konflikty oraz utrzymują zaangażowanie w codziennych obowiązkach. To właśnie te procesy, a nie jedynie deklarowany poziom satysfakcji, stanowią podstawę stabilności i trwałości relacji (Lewis i Spanier, 1979). Ujęcie to znalazło potwierdzenie w późniejszych badaniach, które wykazały, że dopasowanie diadyczne jest istotnym predyktorem zarówno subiektywnej jakości związku, jak i obiektywnych wskaźników stabilności relacji (Crane, Middleton i Bean, 2000; Sabourin, Valois i Lussier, 2005).

W klasycznym modelu Spaniera konstrukt ten obejmuje cztery wymiary: zgodność (*consensus*), odnoszącą się do stopnia porozumienia partnerów w istotnych obszarach życia; satysfakcję (*satisfaction*), rozumianą jako poczucie zadowolenia z przebiegu relacji i jej stabilności; spójność (*cohesion*), odzwierciedlającą zdolność pary do wspólnego podejmowania działań i konstruktywnej współpracy; oraz ekspresję uczuciowości (*affectional expression*), odnoszącą się do poziomu okazywania emocji i dostosowania ich do potrzeb partnera (Spanier, 1976; Spanier, 1980). Wymiary te stały się podstawą opracowania Dyadic Adjustment Scale (DAS), jednego z najczęściej stosowanych narzędzi oceny funkcjonowania par (Sabourin, Valois i Lussier, 2005).

W niniejszej pracy dopasowanie diadyczne stanowi jeden z podstawowych wymiarów jakości związku – pozwala uchwycić funkcjonowanie pary na poziomie interakcyjnym, a nie tylko subiektywnych deklaracji. Cztery wymiary zaproponowane przez Spaniera umożliwiają precyzyjny opis tego, jak partnerzy współtworzą codzienną rzeczywistość związku. Pozwalają również zbadać, w jakim stopniu cechy indywidualne oraz uwarunkowania relacyjne różnicują poziom ich dopasowania diadycznego.

1.4.2. Komponenty miłości i fazy związku - wybrane ujęcia

Teoria miłości Sternberga (1986, 1989) ujmuje miłość jako złożoną strukturę, na którą składają się trzy wzajemnie powiązane komponenty: intymność, namiętność i zobowiązanie. Koncepcję tę określa się jako model poznawczo-emocjonalno-motywacyjny, gdyż każdy z jej składników odzwierciedla odmienny wymiar funkcjonowania psychicznego człowieka (Sternberg, 1986, 1989; Acker i Davis, 1992; Wojciszke, 2015a). Intymność stanowi komponent emocjonalny, obejmujący poczucie bliskości, więzi i wzajemnego zrozumienia. Namiętność ma charakter motywacyjny i wiąże się z popędem, pożądaniem oraz potrzebą zjednoczenia z partnerem, natomiast zobowiązanie odzwierciedla komponent poznawczy – decyzję o utrzymaniu relacji i dążenie do jej trwałości (Sternberg, 1986).

Trafność tego trójskładnikowego modelu została potwierdzona empirycznie w badaniach międzykulturowych, obejmujących m.in. próbę polską, co wskazuje na uniwersalność struktury komponentów miłości niezależnie od kontekstu kulturowego (Sorokowski i in., 2021).

Warto jednak zaznaczyć, że empiryczna weryfikacja modelu Sternberga nie zawsze w pełni potwierdza jego założenia – badania Acker i Davis (1992) wykazały, że przewidywany spadek namiętności wraz z czasem trwania związku wystąpił jedynie u kobiet, a poziom intymności nie malał w dłuższych relacjach, co poddaje w wątpliwość zakładaną przez teorię liniowość i uniwersalność dynamiki poszczególnych komponentów. Co istotne, sam Sternberg (1986) nie przedstawił własnych danych empirycznych na poparcie swoich przewidywań dotyczących zmian komponentów miłości w czasie (Cassepp-Borges i in., 2023).

W początkowych badaniach Sternberg wskazywał, że intymność w relacji romantycznej tworzą takie elementy, jak pragnienie dbania o dobro partnera, przeżywanie z nim szczęścia, szacunek, zaufanie, poczucie wzajemnego zrozumienia, dzielenie się

doświadczeniami oraz przypisywanie partnerowi istotnego miejsca we własnym życiu (Sternberg, 1986; za: Wojciszke, 2015b). Intymność stanowi zatem uniwersalny składnik miłości, obecny nie tylko w relacjach romantycznych, lecz także w więziach rodzinnych i przyjacielskich. Rozwijanie intymności sprawia, że partner staje się istotny na poziomie emocjonalnym i egzystencjalnym, a jej przejawy często łączą się z przywiązaniem i wzajemną zależnością. Budowanie zaufania oraz poczucia bezpieczeństwa odgrywa istotną rolę w kształtowaniu poziomu intymności (Wojciszke, 2015b). Intymność przejawia się – i jednocześnie rozwija – poprzez wspólne doświadczenie i dzielenie się przeżyciami, tworzenie własnych form komunikacji oraz troskę o dobrostan partnera, w tym poznawanie jego potrzeb, sposobów sprawiania mu przyjemności i udzielania wsparcia. Badania wskazują, że wyższy poziom intymności jest istotnie związany z wyższą satysfakcją ze związku (Wojciszke, 2015).

Namiętność to połączenie silnych emocji, zarówno pozytywnych, jak i negatywnych, którym często towarzyszy wysoki poziom pobudzenia fizjologicznego. Cechuje ją spontaniczność oraz intensywność emocjonalna, a także pragnienie maksymalnego zjednoczenia z partnerem. Stanowi wskaźnik pożądania erotycznego (Wojciszke, 2015). Jednocześnie Wojciszke podkreśla, że namiętność i seks to nie to samo, choć często współwystępują. Można doświadczać namiętności bez aktywności seksualnej oraz podejmować aktywność seksualną bez towarzyszącego jej uczucia namiętności. Namiętność jest składnikiem, na którego pojawienie się i intensywność jednostka ma ograniczony wpływ (Wojciszke, 2020). Badania potwierdzają, że namiętność, obok pozostałych dwóch komponentów, stanowi niezależny, pozytywny predyktor satysfakcji ze związku (Lemieux i Hale, 1999). Zależność tę potwierdziła również nowsza analiza diadyczna, wykazując, że namiętność harmonijna — w przeciwieństwie do jej obsesyjnej odmiany — wiąże się z lepszym funkcjonowaniem związku u obu partnerów (Beaudoin i in., 2021). Najnowszy

przegląd systematyczny, obejmujący 27 badań nad trójkątną teorią miłości, potwierdza spójność tych ustaleń, wskazując na konsekwentnie pozytywny związek namiętności z satysfakcją relacyjną w większości analizowanych prac (Durão i Conde, 2026).

Badania neurobiologiczne wskazują, że miłość romantyczna angażuje systemy mózgowe odpowiedzialne za emocje, motywację i tworzenie więzi. Namiętność wiąże się przede wszystkim z aktywnością układu dopaminergicznego, związanego z mechanizmem nagrody i odczuwaniem przyjemności, natomiast intymność – z oksytocyną, która odgrywa kluczową rolę w budowaniu zaufania i więzi społecznych (Bartels i Zeki, 2000; Young i Wang, 2004). Badania z zastosowaniem funkcjonalnego rezonansu magnetycznego wykazały, że patrzenie na twarz ukochanej osoby aktywuje obszary mózgu należące do układu nagrody, odpowiedzialne za wydzielanie dopaminy (Fisher, Aron i Brown, 2005). Te same struktury uaktywniają się w sytuacjach doświadczania przyjemności i podejmowania działań motywowanych pozytywnymi emocjami, co potwierdza biologiczne podłoże intensywnych stanów emocjonalnych towarzyszących miłości romantycznej.

Zobowiązanie – ostatni składnik triady miłości – odnosi się do decyzji i działań podejmowanych w celu utrzymania relacji mimo pojawiających się trudności. W początkowej fazie relacji przejawia się w decyzji o stworzeniu związku z daną osobą, natomiast w późniejszym okresie oznacza podtrzymywanie tej decyzji i dążenie do trwałości relacji (Wojciszke, 1995). Zobowiązanie jest komponentem miłości najbardziej podatnym na kontrolę jednostki. Przejawia się w zachowaniach sprzyjających utrzymaniu relacji, takich jak konstruktywne reagowanie na konflikty, wybaczenie czy poświęcanie własnych interesów dla dobra partnera (Wojciszke, 2015). Jego poziom jest silnie powiązany z satysfakcją ze związku – im większe zadowolenie z relacji, tym wyższe zaangażowanie, co z kolei sprzyja utrzymywaniu pozytywnej oceny związku. Im dłuższy czas trwania relacji tym wyższe

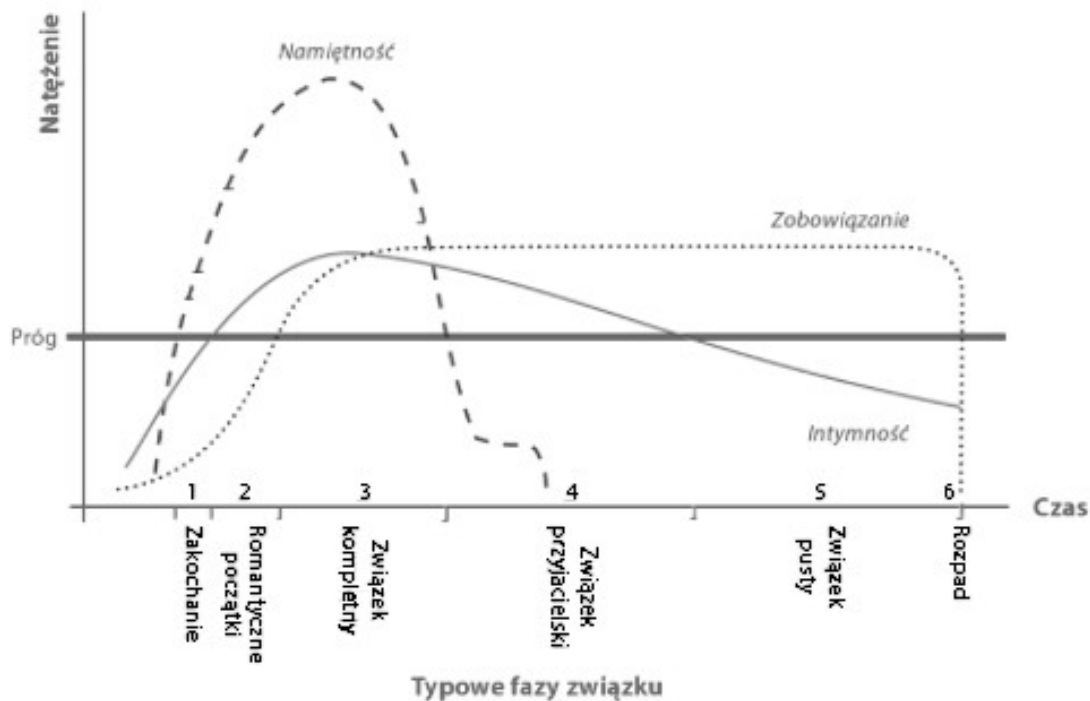
zaangażowanie, ale jednocześnie większe ryzyko rutyny i wypalenia emocjonalnego (Jankowiak, 2007).

Wojciszke (2002, 2015) opracował model faz związku, opierając się na dynamice trzech składników miłości: namiętności, intymności i zobowiązanie. Autor przyjął trzy podstawowe założenia: po pierwsze, wpływ każdego ze składników rozpoczyna się w tym samym momencie; po drugie, maksymalne natężenie namiętności jest znacznie wyższe niż maksymalne natężenie intymności i zobowiązania (które osiągają podobny poziom); po trzecie, istnieje granica krytycznego natężenia – składnik miłości pojawia się dopiero po jej przekroczeniu i od tego momentu odgrywa znaczącą rolę w relacji.

Model obejmuje sześć faz związku: zakochanie, romantyczne początki, związek kompletny, związek przyjacielski, związek pusty oraz rozpad, które zostały opisane szczegółowo poniżej. Należy jednak zauważyć, że fazy te mają nie tylko charakter sekwencyjny, lecz także potencjalnie cykliczny – relacja może powrócić do wcześniejszego etapu w wyniku świadomej pracy partnerów nad związkiem lub w efekcie oddziaływań terapeutycznych. Warto zatem traktować je jako etapy cyklu rozwojowego związku. Rycina 1 przedstawia opisywany model w formie graficznej.

Rycina 1.

Zróźnicowanie dynamiki składników miłości w każdej fazie związku



Źródło: Psychologia miłości, Wojciszke, 2009, s. 24

Zakochanie

Zakochanie najczęściej stanowi pierwszą fazę związku, choć może pojawić się także po dłuższym okresie znajomości jako rezultat stopniowo narastającej bliskości. Charakteryzuje się wysokim poziomem namiętności przy braku intymności i zobowiązania. Typowe dla tego etapu jest idealizowanie partnera i samego związku. Badania podłużne wskazują, że partnerzy wzajemnie się idealizujący mają większą szansę na utrzymanie relacji, a idealizacja na początku związku sprzyja wyższemu poziomowi jakości relacji, miłości i zaufania w kolejnych etapach (Rusbult i in., 2000).

Romantyczne początki

Faza romantycznych początków rozpoczyna się, gdy do namiętności dołącza aktywna intymność (po przekroczeniu progu krytycznego). Kluczową rolę odgrywa tu budowanie zaufania, będącego fundamentem bliskiej relacji. Jednym z mechanizmów sprzyjających wzrostowi zaufania jest wzajemność — rozumiana jako równomierność w przejawianiu zachowań wskazujących na zaangażowanie i otwartość; jej brak należy do najczęstszych przyczyn rozpadu związków na wczesnym etapie (Rempel, Ross, Holmes, 2001). Jedną z ważniejszych zasad szczęśliwych związków, będącą konsekwencją wysokiego poziomu zaufania, jest zasada domniemania dobrych intencji wobec partnera, która ułatwia interpretowanie jego zachowań w sposób przychylny i wspierający.

Miłość Kompletna

Jeśli namiętność i intymność utrzymują się na wysokim poziomie, a partnerzy podejmują decyzję o trwałości relacji, wzrasta zobowiązanie — co prowadzi do związku kompletnego. W tej fazie szczególnie istotna jest empatia, umożliwiająca przyjmowanie perspektywy partnera i redukcję egocentryzmu; sprzyja to wyższej jakości kontaktów i jakości relacji jako całości (Davis, 1999). Faza ta nie jest jednak trwała: według Wojciszke, obniżenie namiętności w długotrwałych związkach jest zjawiskiem typowym, co znajduje potwierdzenie w badaniach międzykulturowych — analizy prowadzone na próbie ponad 7000 osób z 25 krajów wykazały, że poziom namiętności obniża się wraz z czasem trwania związku, podczas gdy poziom zobowiązania systematycznie wzrasta (Sorokowski i in., 2021).

Miłość przyjacielska

Jest to zwykle najdłużej trwająca faza. Charakteryzuje się stabilnością, głębokim poczuciem zrozumienia i akceptacji oraz utrzymującą się aktywną intymnością i zobowiązaniem, przy

równoczesnym spadku namiętności, która może nawet całkowicie zaniknąć. Związek ten jest oceniany przez partnerów jako satysfakcjonujący, ponieważ bilans korzyści i strat jest dodatni (Wojciszke, 2015).

Związek pusty

W fazie związku pustego intymność i namiętność zanikają (pozostają poniżej progu krytycznego), a jedynym aktywnym składnikiem jest zobowiązanie. Partnerzy mogą trwać w takiej relacji z powodów zewnętrznych, takich jak presja społeczna, wspólne obowiązki czy brak gotowości do zakończenia związku; brak bliskości emocjonalnej sprzyja poczuciu pustki i niezadowolenia.

Rozpad

Rozpad pojawia się, gdy zanikają wszystkie składniki miłości, w tym zobowiązanie. Partnerzy funkcjonują oddzielnie — zarówno fizycznie, jak i emocjonalnie — co prowadzi do zakończenia relacji. Proces ten może się wydłużać wskutek barier normatywnych, prawnych lub rodzinnych (np. dobro dzieci). Przedłużanie fazy rozpadu może negatywnie wpływać na dobrostan i ograniczać szanse na podjęcie nowej, satysfakcjonującej relacji (por. Beissert, 2001). Kierunek zmian opisywany w modelu Wojciszke znajduje częściowe potwierdzenie w badaniach międzynarodowych — Cassepp-Borges i in. (2023), analizując próbę ponad tysiąca uczestników znajdujących się na różnych etapach zaawansowania związku (od relacji nieformalnych po małżeństwo), wykazali, że wraz z czasem trwania relacji rośnie znaczenie namiętności i intymności dla satysfakcji ze związku, podczas gdy znaczenie zobowiązania maleje. Wyniki te są zbieżne z ogólnym kierunkiem dynamiki komponentów miłości opisywanym przez Wojciszke (2002), choć badanie to nie testowało bezpośrednio jego sześciofazowego modelu.

Model faz związku zaproponowany przez Wojciszke (2002, 2015) pozwala na uchwycenie dynamiki przemian zachodzących w relacjach romantycznych w perspektywie trzech podstawowych składników miłości. Jego wartością jest ukazanie zarówno sekwencyjności, jak i potencjalnej cykliczności etapów rozwoju związku, co dobrze odzwierciedla złożony charakter bliskich relacji. Warto jednak zauważyć, że model ten nie obejmuje wszystkich czynników wpływających na jakość związku, koncentrując się przede wszystkim na zmianach w obrębie emocjonalno-poznawczej struktury miłości. Ponadto, mimo jego popularności w polskiej literaturze psychologicznej, brakuje szerszych badań empirycznych weryfikujących te założenia na próbach par pozostających w relacji diadycznej, co stanowi jedną z przesłanek uzasadniających podjęcie niniejszego badania.

Faza związku, rozumiana jako etap rozwoju relacji wyodrębniony na podstawie konfiguracji nasilenia komponentów miłości, może pełnić funkcję zmiennej moderującej związku między czynnikami podmiotowymi i relacyjnymi a jakością związku. Można oczekiwać, że znaczenie poszczególnych mechanizmów psychologicznych dla jakości relacji zmienia się wraz z jej przebiegiem — we wczesnych fazach (zakochanie, romantyczne początki) o jakości związku może w większym stopniu decydować intensywność pobudzenia emocjonalnego i idealizacja partnera, podczas gdy w dalszych fazach (związek kompletny, miłość przyjacielska) większego znaczenia nabierają stabilne cechy osobowości, wzorce przywiązaniowe oraz zdolność do konstruktywnego rozwiązywania konfliktów (Karney i Bradbury, 1995; Bodenmann, 2005). Takie ujęcie pozostaje spójne z interakcyjnym modelem funkcjonowania związku, zgodnie z którym siła i kierunek oddziaływania czynników indywidualnych na jakość relacji zależą od kontekstu rozwojowego diady (Karney i Bradbury, 1995).

1.4.3. Osobowość a jakość związku intymnego

Funkcjonowanie w związku romantycznym kształtuje się poprzez stałe współoddziaływanie cech jednostki i dynamiki diady, które wspólnie determinują sposób reagowania na sytuacje interpersonalne. Liberska i Matuszewska (2006), przyjmując systemowe ujęcie małżeństwa i rodziny, wskazują, że zmiany rozwojowe w systemie małżeńskim mają charakter cyrkularny. Oznacza to, że mężczyzna – mąż i kobieta – żona wzajemnie oddziałują na swoje funkcjonowanie, a małżeństwo jako całościowy system podlega transformacjom wraz z rozwojem każdego z partnerów. Choć koncepcje te nie zawsze wprost odwołują się do teorii systemów, warto zauważyć, że zgodnie z podejściem systemowym mąż i żona stanowią elementy (podsystemy) diady małżeńskiej, która – jako całość – podlega ciągłym przekształceniom wynikającym z wzajemnej komunikacji i interakcji między partnerami (Liberska i Matuszewska, 2001). W niniejszym projekcie badawczym skoncentrowano się właśnie na analizie diady oraz funkcjonowania jej podsystemów, co uzasadnia zastosowanie modelowania współzależności aktor–partner (APIM) jako metody pozwalającej uchwycić wzajemne oddziaływania między partnerami. Sposób, w jaki ludzie interpretują sytuacje i zachowania oraz reagują na różne wydarzenia, pozostaje w zależności od struktur psychiki ukształtowanych przez wcześniejsze doświadczenia (w tym przez relacje z opiekunem nawiązane w dzieciństwie) oraz właściwości indywidualne, w tym cechy osobowości i temperamentu.

W kontekście podejścia interakcyjnego Karney i Bradbury (1995) podkreślają, że jakość relacji małżeńskiej jest rezultatem wzajemnego oddziaływania cech podmiotowych partnerów, ich zachowań oraz bieżących doświadczeń relacyjnych. Ujęcie to wskazuje, że zarówno czynniki indywidualne, jak i relacyjne współtworzą specyfikę funkcjonowania diady i decydują o tym, w jaki sposób para adaptuje się do zmian i wyzwań. W tym świetle cechy

osobowości, jako czynniki podmiotowe, pozostają w związku ze sposobem funkcjonowania jednostki w relacji i mogą mieć znaczenie dla jakości związku intymnego. W konsekwencji można oczekiwać, że każdy z partnerów współkształtuje interakcje w diadzie, a sama relacja ma charakter wzajemny (Robins, Caspi i Moffitt, 2002).

Coraz więcej badań koncentruje się na roli cech osobowości w kontekście relacji romantycznych – zarówno w ujęciu intrapersonalnym, jak i interpersonalnym (np. Barelds, 2005; Gaunt, 2006; Malouff i in., 2010). Zwiększa się liczba dowodów na to, że określone cechy osobowości mają znaczenie dla funkcjonowania w relacji, choć wiele pytań pozostaje otwartych, zwłaszcza dotyczących roli tych cech w kształtowaniu interakcji między partnerami. Ustalenia literatury są niejednoznaczne – istnieją rozbieżności co do znaczenia podobieństwa osobowości w związku: niektóre badania wskazują, że podobieństwo sprzyja satysfakcji ze związku (Barelds, 2005; Gaunt, 2006), inne zaś nie potwierdzają takiej zależności. Spór ten znajduje odzwierciedlenie również w przekonaniach potocznych – zgodnie z jednym z nich „przeciwności się przyciągają”, według innego „ciągnie swój do swego” (Aronson, Wilson i Akert, 2012; Wojciszke, 2012; Rostowski i Rostowska, 2014).

W literaturze psychologicznej dyskutuje się zarówno znaczenie podobieństwa, jak i mechanizmu komplementarności. Teoria podobieństwa zakłada, że im bardziej partnerzy są do siebie podobni pod względem cech, tym większe prawdopodobieństwo, że ich relacja będzie satysfakcjonująca i stabilna. Z kolei teoria komplementarności akcentuje, że zadowolenie z relacji może wynikać ze wzajemnego dopasowania w zakresie ról, potrzeb i sposobów funkcjonowania (Rostowski, 1987; Rostowski i Rostowska, 2014). Oba podejścia wskazują na znaczenie zgodności między partnerami, choć rozumieją ją w odmienny sposób – jako podobieństwo w zakresie cech lub jako funkcjonalne uzupełnianie się w spełnianiu określonych zadań i ról.

Komplementarność może sprzyjać wyższej jakości związku jedynie w określonych obszarach – zwłaszcza wtedy, gdy dotyczy cech powiązanych z pełnieniem ról w związku lub sposobem radzenia sobie w sytuacjach trudnych (Rostowski i Rostowska, 2014). W zakresie cech osobowości związanych z regulacją emocjonalną, takich jak neurotyczność czy ugodowość, większe znaczenie może mieć natomiast podobieństwo partnerów, które – jak wskazuje Gaunt (2006) – ułatwia wzajemne rozumienie i współregulację emocjonalną. W literaturze podkreśla się, że kluczowe dla jakości relacji nie jest samo podobieństwo lub odmienność, lecz sposób, w jaki partnerzy potrafią integrować swoje różnice i tworzyć poczucie spójności w diadzie (Berscheid i Reis, 1998).

W ostatnich latach ukazały się również prace empiryczne, które rozwijają wcześniejsze ustalenia dotyczące jakości relacji romantycznych w kontekście cech osobowości. Visser i in. (2025) przeprowadzili badanie w kontekście matchmakingu, w którym osoby trzecie (profesjonalni matchmakerzy) dobierały potencjalnych partnerów na podstawie preferencji uczestników, a następnie analizowano, które pary utrzymały relację przez co najmniej trzy miesiące. W próbie obejmującej 1 704 osoby nie stwierdzono, aby któraś z cech z modelu Wielkiej Piątki (neurotyczność, ekstrawersja, ugodowość, sumienność, otwartość) była istotnym predyktorem sukcesu w tworzeniu relacji w tym specyficznym kontekście. Autorzy wskazują, że w sytuacjach, w których proces doboru partnerów jest częściowo zewnętrze moderowany, znaczenie cech osobowości dla powodzenia relacji może ulegać osłabieniu. Wyniki te zwracają uwagę na zmieniające się uwarunkowania inicjowania relacji we współczesnych warunkach społecznych, w których dopasowanie oparte na deklarowanych preferencjach odgrywa coraz większą rolę.

Podczas gdy badanie Visser i in. (2025) koncentrowało się na uwarunkowaniach doboru partnerów i tworzenia relacji, Grob i in. (2025) zwrócili uwagę na dynamikę zmian

cech osobowości w toku trwania relacji. Autorzy postulują analizowanie zmiany w zakresie cech osobowości w krótkich odcinkach czasowych, w odniesieniu do momentów przejściowych w życiu relacyjnym – takich jak rozpoczęcie lub zakończenie związku. Uzyskane wyniki (Visser, 2025) wskazują, że zmiany w cechach osobowości – szczególnie w zakresie ekstrawersji i neurotyczności – mogą zachodzić już w krótkim okresie poprzedzającym i następującym po tych wydarzeniach, co potwierdza, że relacje romantyczne stanowią istotny kontekst rozwojowy dla jednostki. Takie dynamiczne ujęcie umożliwia uchwycenie krótkoterminowych procesów adaptacyjnych i lepsze zrozumienie współzależności między właściwościami jednostki a jej doświadczeniami partnerskimi.

Najpowszechniej stosowanym i uznawanym za najbardziej użyteczny modelem opisu struktury osobowości jest pięcioczynnikowy model Wielkiej Piątki. Ujęcie to opisuje osobowość za pomocą pięciu podstawowych cech: neurotyczności, ekstrawersji, sumienności, otwartości na doświadczenie oraz ugodowości (Costa i McCrae, 1992). Model zakłada, że cechy te stanowią uniwersalne i ponadkulturowe wymiary osobowości, pozwalające na kompleksową charakterystykę funkcjonowania jednostki (Costa i McCrae, 1992; Zawadzki i in., 2007).

Neurotyczność odnosi się do tendencji do przeżywania negatywnych stanów afektywnych oraz trudności w zakresie regulacji emocjonalnej. Ekstrawersja dotyczy poziomu aktywności społecznej, energii życiowej i skłonności do doświadczania pozytywnych emocji. Otwartość na doświadczenie wiąże się z ciekawością poznawczą, elastycznością i gotowością do eksplorowania nowych sytuacji. Ugodowość opisuje sposób, w jaki jednostka odnosi się do innych – od postawy współpracującej po antagonistyczną – i przejawia się m.in. w empatii, altruizmie i jakości relacji interpersonalnych. Sumienność

natomiast obejmuje skłonność do zorganizowanego działania, wytrwałość i samodyscyplinę w realizacji celów (Strelau, 2006).

Badania empiryczne potwierdzają, że cechy osobowości pozostają w istotnych związkach z jakością relacji intymnych (Robins, Caspi i Moffitt, 2000; Watson, Hubbard i Wiese, 2000). Robins, Caspi i Moffitt (2000) wykazali, że neurotyczność stanowi jeden z kluczowych korelatów jakości relacji: wyższy poziom neurotyczności u partnerów wiąże się z niższym zadowoleniem ze związku oraz częstszym doświadczaniem negatywnych emocji podczas interakcji diadycznych. W metaanalizie Karneya i Bradbury'ego (1995) stwierdzono, że wyższy poziom neurotyczności wiąże się z obniżoną jakością oraz mniejszą stabilnością relacji małżeńskich. Osoby o wysokim poziomie tej cechy częściej przejawiają krytycyzm, postawy defensywne i pogardliwe w sytuacjach konfliktowych (Gottman, 1994a), a także ujawniają większą tendencję do zachowań negatywnych, co obniża jakość interakcji i dobrostan partnera (Caughlin, Huston, Houts, 2000).

Znaczenie cech osobowości dla funkcjonowania w związkach romantycznych zostało dodatkowo potwierdzone w metaanalizie Malouff i in. (2010), obejmującej 19 prób badawczych o łącznej liczebności 3848 osób pozostających w związkach heteroseksualnych. Autorzy wykazali istotne korelacje między czterema z pięciu czynników modelu Wielkiej Piątki a poziomem satysfakcji z relacji: niższa neurotyczność, wyższa ugodowość, wyższa sumienność oraz wyższa ekstrawersja wiązały się z większym zadowoleniem ze związku. Co istotne, podobny wzorzec zależności obserwowano niezależnie od płci partnerów oraz od statusu relacji (małżeństwo vs. związek nieformalny), co sugeruje stosunkowo uniwersalny charakter tych powiązań w obrębie relacji intymnych. Otwartość na doświadczenie nie wykazywała natomiast jednoznacznych związków z satysfakcją z relacji, co może

wskazywać, że jej znaczenie dla jakości związku jest bardziej kontekstowe i słabsze niż w przypadku pozostałych cech.

Badania podłużne pozwalają doprecyzować zależności między cechami osobowości a oceną relacji. O'Meara i South (2019), analizując dane z kilku fal pomiaru u osób pozostających w związkach małżeńskich, potwierdzili, że wyższy poziom neurotyczności wiąże się z niższą satysfakcją z relacji, natomiast wyższa ugodowość, sumienność i ekstrawersja współwystępują z wyższym poziomem zadowolenia ze związku. Co szczególnie istotne z perspektywy procesów rozwojowych, autorzy wykazali skorelowane zmiany w czasie: wzrost neurotyczności oraz spadek sumienności biegną równolegle z obniżeniem satysfakcji małżeńskiej. Wyniki te wskazują, że cechy osobowości nie tylko pozostają w stałych związkach z jakością relacji, lecz także ich zmiany w toku życia dorosłego mogą współwystępować ze zmianami w ocenie związku, co wzmacnia interakcyjne i dynamiczne ujęcie funkcjonowania diady. Jednocześnie autorzy podkreślają, że zależności te nie dotyczą wszystkich cech w równym stopniu, a ich siła może zmieniać się wraz z przebiegiem relacji, co przemawia za ostrożną interpretacją wyników.

W szerszej perspektywie ustalenia te są zbieżne z wnioskami metaanalizy Heller, Watsona i Iliesa (2004), w której wykazano, że neurotyczność, ekstrawersja, ugodowość i sumienność pozostają w istotnych związkach zarówno z ogólną satysfakcją z życia, jak i z satysfakcją w różnych dziedzinach funkcjonowania, w tym w obszarze relacji małżeńskich. Wyniki te wskazują, że cechy osobowości wykazują stabilne związki z oceną relacji i mogą współwystępować ze zmianami w satysfakcji ze związku w perspektywie czasu.

W literaturze można znaleźć również badania, które nie potwierdzają wyraźnych zależności między cechami osobowości a oceną jakości relacji romantycznych. Oprócz wyników Dużmańskiej-Misiarczyk (2018), przedstawionych w pracy magisterskiej i

wskazujących na brak istotnych różnic w poziomie większości cech osobowości z modelu Wielkiej Piątki oraz komponentów Ciemnej Triady (narcyzmu i makiawelizmu) między osobami o wysokiej, średniej i niskiej jakości małżeństwa — z wyjątkiem otwartości na doświadczenie i psychopatii — podobne obserwacje pojawiają się w analizach Donnellan, Larsen-Rife i Conger (2005). Autorzy badali młodych dorosłych pozostających w relacjach romantycznych, oceniając związek między poziomem cech osobowości a wskaźnikami jakości relacji. Uzyskane wyniki wskazały, że neurotyczność oraz ugodowość wykazują związki z funkcjonowaniem relacyjnym, natomiast pozostałe cechy, w tym ekstrawersja, sumienność i otwartość na doświadczenie, nie różnicowały osób o wyższym i niższym poziomie kompetencji w zakresie relacji romantycznych.

Analiza dostępnych badań wskazuje, że choć dominująca część literatury sugeruje istotne powiązania między cechami osobowości a jakością relacji, istnieją również doniesienia empiryczne, w których takie zależności nie zostały odnotowane. Co istotne, prace raportujące brak związku opierają się na podejściu porównawczym, analizującym różnice między grupami o odmiennym poziomie jakości relacji, co stanowi odmienną perspektywę niż częściej stosowane analizy korelacyjne.

Zróżnicowane wyniki badań dotyczących związków między poziomem cech osobowości a jakością relacji kierują uwagę badaczy również na inne perspektywy analizy, w tym na kwestię zgodności profili osobowości partnerów. W podejściu tym zakłada się, że znaczenie dla funkcjonowania diady może mieć nie tylko poziom poszczególnych cech, lecz także ich wzajemna konfiguracja w parze. Badania Barelds (2005) wskazują, że większe podobieństwo partnerów w takich cechach, jak ugodowość czy stabilność emocjonalna, może sprzyjać wyższemu poziomowi satysfakcji relacyjnej. Podobne zależności wykazali Watson, Hubbard i Wiese (2000), którzy odnotowali, że zgodność w zakresie ugodowości i

ekstrawersji może wiązać się z lepszą jakością interakcji partnerskich. Gaunt (2006) zwrócił natomiast uwagę, że dla niektórych obszarów funkcjonowania par – zwłaszcza w kontekście zadań i ról rodzinnych – korzystna może być także komplementarność cech, co rozszerza perspektywę analiz nad dopasowaniem partnerów. Autor podkreśla, że różnice w takich właściwościach, jak sumienność czy dominacja interpersonalna, mogą sprzyjać bardziej efektywnemu podziałowi obowiązków oraz tworzeniu uzupełniających się wzorców działania, co sugeruje, że optymalna konfiguracja cech w parze nie musi polegać wyłącznie na podobieństwie. Jednocześnie wyniki badań Gattis, Berns, Simpson i Christensen (2004) oraz Dyrenforth, Kashy, Donnellan i Lucas (2010) wskazują, że zgodność profili osobowościowych nie zawsze pozostaje istotna dla jakości relacji, a jej efekty mogą być minimalne lub niejednoznaczne. Zestawienie tych ustaleń sugeruje, że choć dopasowanie cech osobowości stanowi interesujący i obiecujący kierunek dalszych badań, jego znaczenie wydaje się zależne od specyfiki analizowanych cech, kontekstu funkcjonowania pary oraz przyjętej strategii badawczej.

Zestawienie powyższych ustaleń wskazuje, że zarówno poziom cech osobowości, jak i zgodność profili partnerów mogą pozostawać w związku z funkcjonowaniem relacji, jednak ich znaczenie nie jest jednoznaczne. Złożoność tych zależności skłania do uwzględniania kolejnych czynników, które mogą modyfikować relację między osobowością a jakością związku. W literaturze zwraca się uwagę, że funkcjonowanie relacyjne może być odmienne w zależności od płci, właściwości temperamentalnych, profilu cech składających się na doświadczenie miłości czy wreszcie stylu przywiązania. Uwzględnienie tych zmiennych pozwala lepiej uchwycić różnorodność mechanizmów, poprzez które indywidualne właściwości jednostki przejawiają się w relacji romantycznej.

Badania wskazują na zróżnicowaną rolę cech w zależności od płci. Liberska i Malina (2011) wykazały, że u kobiet wyższy poziom sumienności i ekstrawersji wiąże się z większym znaczeniem nadawanym zadaniu rozwojowemu, jakim jest wybór współmałżonka, co sugeruje, że cechy te mogą odgrywać rolę już na etapie decyzji o relacji romantycznej. Właściwości temperamentalne, takie jak aktywność, również mają znaczenie dla jakości funkcjonowania związku, modulując poziom zaangażowania oraz stabilność relacji (Rawicka i Rzepa, 2017). W innym ujęciu, analiza profilu obejmującego wyższą neurotyczność, niższą ugodowość oraz niższą otwartość na doświadczenie wskazuje na jego związek z wyższym poziomem zazdrości – niezależnie od płci (Richter i in., 2022). Wyniki badań nad codziennym doświadczaniem miłości wskazują ponadto, że cechy osobowości mogą różnicować ogólną podatność jednostki na przeżywanie pozytywnych stanów afektywnych związanych z bliskością. Oravec i in. (2020) wykazali, że wyższa ekstrawersja i niższa neurotyczność wiążą się z wyższym poziomem odczuwanej miłości w codziennym funkcjonowaniu, co stanowi istotny kontekst dla interpretacji indywidualnych różnic w zakresie przeżywania bliskości również w relacjach romantycznych. Ustalenia te wskazują, że płeć, cechy osobowości i temperamentu mogą być związane nie tylko z jakością relacji, ale także z decyzją o rozpoczęciu związku oraz podtrzymywaniu go.

Bardzo interesujące doniesienia płyną z badania przeprowadzonego w trakcie pandemii COVID-19, które pozwoliło uchwycić zachowania inicjujące relacje romantyczne w kontekście silnie stresującego wydarzenia społecznego, z uwzględnieniem cech osobowości i stylów przywiązania. Chopik i in. (2023) analizowali, w jaki sposób różnice indywidualne przewidują prawdopodobieństwo rozpoczęcia nowego związku w okresie izolacji społecznej. W badaniu przeprowadzonym wśród studentów ($N = 2\,285$) wykazano, że ekstrawersja i lękowy styl przywiązania wiązały się z większym prawdopodobieństwem rozpoczęcia nowej relacji romantycznej, natomiast sumienność i unikowy styl – z mniejszym.

Kończąc rozdział poświęcony znaczeniu osobowości partnerów dla jakości związku romantycznego warto wspomnieć o projekcie badawczym Grob i in. (2025), który stanowi jedno z najbardziej innowacyjnych współczesnych ujęć relacji między osobowością a funkcjonowaniem w związkach romantycznych. Autorzy zaprojektowali badanie podłużne mające na celu uchwycenie, w jaki sposób cechy osobowości jednostki współzachodzą z przemianami zachodzącymi w relacjach – zarówno w fazie ich inicjowania, trwania, jak i zakończenia. Projekt integruje perspektywy na poziomie cech, stanów i sytuacji, co pozwala badać osobowość nie jako strukturę statyczną, lecz dynamiczny system reagujący na kontekst relacyjny. Wykorzystanie podejścia *measurement burst design* umożliwia obserwację krótkoterminowych zmian w zakresie osobowości i funkcjonowania emocjonalnego na poszczególnych etapach rozwoju relacji romantycznej. Takie podejście otwiera nową perspektywę w badaniach nad związkiem osobowości i relacji romantycznych, podkreślając znaczenie kontekstu sytuacyjnego oraz współdziałania czynników podmiotowych i relacyjnych w kształtowaniu jakości związku. Ponieważ jest to protokół badawczy, a wyniki empiryczne nie zostały jeszcze opublikowane, pozostaje on przede wszystkim zapowiedzią nowego kierunku analiz, który może dostarczyć cennych danych dotyczących relacyjnej dynamiki osobowości.

Podsumowując, osobowość odgrywa istotną, choć niejednoznaczną rolę w funkcjonowaniu związków intymnych. Określone cechy – niski poziom neurotyczności, wysoka ugodowość i sumienność – sprzyjają wyższej jakości relacji, choć istotne pozostają również ich interakcje z innymi uwarunkowaniami. Mimo względnej trwałości struktury osobowości, jej ekspresja w bliskich związkach podlega modulacjom związanym z dynamiką relacji i doświadczeniami partnerskimi. Ujęcie osobowości jako jednego z elementów złożonego systemu podmiotowych i relacyjnych uwarunkowań stanowi ważny krok w

kierunku pogłębionego rozumienia źródeł trwałości, jakości oraz potencjalnych trudności w związkach romantycznych.

Kolejnym obszarem istotnym dla zrozumienia zmienności funkcjonowania relacji romantycznych jest styl przywiązania, który w literaturze uznawany jest za jeden z kluczowych wyznaczników jakości więzi. Badania konsekwentnie wskazują, że osoby o bezpiecznym stylu przywiązania deklarują wyższy poziom satysfakcji z relacji niż partnerzy o stylach pozabezpiecznych (Kaźmierczak i Płopa, 2006; Liberska i Suwalska, 2011a, 2011b, 2011c). Styl przywiązania pozostaje ponadto powiązany z cechami osobowości: neurotyczność wiąże się dodatnio z nasileniem stylów pozabezpiecznych, natomiast ekstrawersja, ugodowość i sumienność – ujemnie (Nofle i Shaver, 2006; Chaudhary, Pandey i Parul, 2021). Co istotne, wyniki badań sugerują, że styl przywiązania może być silniejszym predyktorem jakości relacji romantycznych niż cechy osobowości (Nofle i Shaver, 2006), co nadaje temu konstruktwi szczególne znaczenie w analizie funkcjonowania diady. Z tego względu zagadnienie stylów przywiązania zostanie szerzej omówione w kolejnym rozdziale.

1.4.4. Styl przywiązania a jakość związku intymnego

John Bowlby, brytyjski psychiatra i psychoanalityk, jest twórcą teorii przywiązania, która bazuje na potrzebie więzi (Bowlby, 2020). Teoria ta opisuje wpływ relacji dziecka z obiektem przywiązania (rodzicem lub innym opiekunem) na jego rozwój i konsekwencje dla funkcjonowania w różnych sferach życia, w tym w obszarze relacji interpersonalnych. Przywiązanie jest rozumiane jako wrodzony system motywacyjno-behawioralny o wymiarze afektywnym, poznawczym oraz neurofizjologicznym (Bowlby, 1988). Zgodnie z założeniami autora, doświadczenia z dzieciństwa wpływają na funkcjonowanie jednostki w życiu dorosłym. Trudne doświadczenia, takie jak opuszczenie przez rodziców czy ich emocjonalna niedostępność, mogą wiązać się z rozwojem problematycznych wzorców zachowania w

późniejszych etapach życia. Przywiązanie, jako biologicznie uwarunkowana potrzeba, pełni kluczową funkcję w zapewnianiu dziecku poczucia bezpieczeństwa oraz w budowaniu wzorców relacji interpersonalnych. Jakość więzi z opiekunem w dzieciństwie kształtuje następnie sposób, w jaki dana osoba nawiązuje i utrzymuje bliskie relacje w dorosłości.

Centralnym elementem koncepcji są wewnętrzne modele robocze (*internal working models*, IWM), czyli mentalne reprezentacje siebie i innych, które rozwijają się w procesie poszukiwania poczucia bezpieczeństwa w relacji z opiekunem. Dziecko, szukając bliskości i wsparcia, tworzy schematy interakcji z obiektem przywiązania, które odzwierciedlają oczekiwania dotyczące bezpieczeństwa w sytuacjach stresowych (Mikulincer i Shaver, 2016).

Jeżeli obiekt przywiązania jest dostępny i responsywny w chwilach kryzysowych, dziecko rozwija przekonanie, że w trudnych momentach kluczowe osoby będą gotowe udzielić mu wsparcia. To poczucie bezpieczeństwa umożliwia korzystanie z podstawowej strategii przywiązania zarówno w dzieciństwie, jak i w dorosłości, polegającej na poszukiwaniu bliskości i wsparcia w relacjach z innymi ludźmi oraz w reprezentacjach umysłowych znaczących osób. W sytuacji, gdy obiekt przywiązania jest niedostępny lub nieresponsywny wobec potrzeb dziecka, rozwija się brak pewności co do możliwości polegania na bliskich, co utrudnia efektywne wykorzystywanie podstawowych strategii przywiązania. W takich warunkach pierwotna strategia zostaje zastąpiona strategiami wtórnymi: hiperaktywacją oraz dezaktywacją.

Hiperaktywacja, charakterystyczna dla lękowego stylu przywiązania, wiąże się z nasilonym lękiem przed opuszczeniem i przejawia się w reakcjach o charakterze walki lub protestu. Mechanizmy te zwiększają czujność na sygnały zagrożenia i odrzucenia oraz mają na celu wymuszenie bliskości i wsparcia ze strony partnera. Z kolei dezaktywacja, związana ze stylem unikowym, opiera się na tłumieniu potrzeb przywiązaniowych, unikaniu bliskości i

intymności oraz kompulsywnym poleganiu na własnych zasobach (Mikulincer i Shaver, 2016).

Bowlby wskazał trzy podstawowe funkcje przywiązania: ochronną (zapewnienie bezpieczeństwa), regulacyjną (pomoc w radzeniu sobie z emocjami) oraz eksploracyjną (zachęcanie do badania otoczenia w kontekście bezpiecznej bazy) (Bowlby, 2020). Zaproponowane przez niego, nowatorskie w tamtym okresie podejście do badań nad rozwojem więzi stało się źródłem inspiracji dla licznych kontynuatorów. Jedną z najważniejszych badaczek rozwijających teorię przywiązania była Mary Ainsworth (1978), która opracowała laboratoryjną metodę badania jakości relacji między niemowlęciem a opiekunem, znaną jako procedura „obcej sytuacji” (*Strange Situation Procedure, SSP*).

Eksperyment ten służył do oceny stylu przywiązania u dzieci w wieku od 12 do 18 miesięcy i polegał na obserwacji zachowań dziecka w warunkach kontrolowanej separacji oraz ponownego kontaktu z opiekunem (Ainsworth i in., 1978). Na podstawie wyników Ainsworth wyróżniła trzy główne style przywiązania u dzieci: bezpieczny, lękowo-unikający oraz lękowo-ambiwalentny. Style te odzwierciedlają nieświadome schematy poznawcze i emocjonalne, kształtujące oczekiwania oraz sposoby funkcjonowania w relacjach z innymi ludźmi. Kluczowym czynnikiem ich rozwoju jest jakość opieki dostarczanej przez głównego opiekuna, która wpływa na tworzenie się poznawczo-emocjonalnych reprezentacji siebie i innych (Ainsworth i in., 1978). Zgodnie z założeniami Bowlby, powtarzające się interakcje z obiektem przywiązania prowadzą do ukształtowania wewnętrznych modeli roboczych, które wspierają regulację zachowań przywiązaniowych (Bowlby, 2020).

Teoria przywiązania zakłada, że wewnętrzne modele robocze (*internal working models*), kształtowane we wczesnych interakcjach z opiekunem, stanowią podstawę późniejszego funkcjonowania jednostki w relacjach interpersonalnych (Bowlby, 2020).

Wczesne doświadczenia oddziałują na sposób budowania więzi, co przekłada się na jakość relacji zarówno w dzieciństwie, jak i w dorosłości. Wiele badań wskazuje, że różne style przywiązania mają istotne konsekwencje dla tworzenia i podtrzymywania bliskich związków (Fraley, 2002). Wyniki badań podłużnych pokazują, że poczucie bezpieczeństwa w relacjach społecznych utrzymuje się na umiarkowanym poziomie między pierwszym a dwudziestym rokiem życia.

Badania empiryczne wskazują, że style przywiązania obserwowane w dorosłości wykazują względną ciągłość w odniesieniu do wzorców ukształtowanych w dzieciństwie, choć nie mają charakteru sztywnego i mogą ulegać modyfikacjom w toku życia (Fraley i in., 2013; Plopa, 2004, 2008, 2014). W konsekwencji styl przywiązania jest uznawany za jeden z kluczowych podmiotowych uwarunkowań funkcjonowania w związkach romantycznych, opisujących sposób nawiązywania, podtrzymywania oraz regulowania bliskości w relacji z partnerem.

Metaanaliza przeprowadzona przez Li i Chan (2012), obejmująca 73 badania empiryczne z udziałem ponad 21 tysięcy osób, wykazała istotne związki między stylami przywiązania a różnymi aspektami jakości relacji romantycznych. Wyniki wskazują, że oba wymiary niepewnego przywiązania – lęk przywiązaniowy oraz unikanie – są negatywnie powiązane z poznawczymi, emocjonalnymi oraz behawioralnymi wskaźnikami jakości związku. Jednocześnie zaobserwowano różnice w charakterze tych zależności: unikanie przywiązaniowe było silniej związane z niższą satysfakcją ze związku, mniejszym poczuciem bliskości oraz niższym poziomem otrzymywanego wsparcia, natomiast lęk przywiązaniowy częściej wiązał się z nasileniem konfliktów oraz negatywną afektywnością w relacji. Ustalenia te potwierdzają, że niepewne style przywiązania różnicują jakość relacji romantycznych poprzez odmienne mechanizmy funkcjonowania w bliskiej relacji.

W literaturze dotyczącej przywiązania w dorosłych relacjach romantycznych funkcjonuje jednak wiele odmiennych podejść do klasyfikacji stylów przywiązania, a zgodność co do ich liczby oraz nazewnictwa nie jest jednoznaczna. Przyjmując, że wzorce przywiązania rozwijają się we wczesnych relacjach z obiektem przywiązania i mogą być względnie trwałe w ciągu życia (Bowlby, 1988, 2020; Hazan i Shaver, 1987), można by oczekiwać, że style wyróżniane u dorosłych będą wprost odpowiadać tym identyfikowanym w dzieciństwie. W praktyce badawczej obserwuje się jednak częściowe różnice terminologiczne i konceptualne między klasyfikacjami dziecięcymi i dorosłymi.

W celu przejrzystej prezentacji literatury dotyczącej bliskich relacji w ujęciu teorii przywiązania, niniejszy przegląd oparto na czterech kategoriach stylów: (1) styl bezpieczny, (2) styl lękowo-ambiwalentny, (3) styl unikowy oraz (4) styl zdezorganizowany. Trzy pierwsze style zostały zidentyfikowane w klasycznych badaniach Mary Ainsworth i in. (1978), natomiast styl zdezorganizowany został opisany później (Main i in., 1985). W ujęciach dotyczących dorosłych relacji romantycznych styl ten bywa konceptualizowany jako styl lękowo-unikowy (*fearful*).

Należy jednocześnie podkreślić, że w badaniach własnych wykorzystano Kwestionariusz Stylów Przywiązaniowych Plopy, który operuje klasyfikacją trójczynnika. Z tego względu w analizie empirycznej uwzględniono trzy style przywiązania: bezpieczny, lękowo-ambiwalentny oraz unikowy. Rozróżnienie to ma charakter metodologiczny i nie oznacza zawężenia perspektywy teoretycznej, lecz wynika z przyjętej operacjonalizacji zmiennej w części empirycznej pracy.

Osoby o bezpiecznym stylu przywiązania potrafią jasno wyrażać potrzeby emocjonalne, co sprzyja otwartemu dialogowi i wzajemnemu zrozumieniu. Reagują na trudności w sposób konstruktywny, co sprzyja stabilności i trwałości relacji. Charakteryzuje je

zdolność do okazywania wsparcia i angażowania się w intymność emocjonalną przy jednoczesnym respektowaniu granic, co pozwala zachować równowagę między bliskością a autonomią partnerów (Feeney, 2006). Badania wskazują, że osoby o tym stylu łatwiej wybaczą błędy i skuteczniej rozwiązują konflikty, co podnosi jakość komunikacji i całego związku (Mikulincer i Shaver, 2016). Pary, w których oboje partnerzy prezentują bezpieczny styl, są bardziej odporne na stresujące czynniki zewnętrzne i lepiej radzą sobie z wyzwaniami życia codziennego. Bezpieczne przywiązanie uznaje się za najbardziej adaptacyjny wzorec relacji, a pozostałe określa się mianem pozabezpiecznych.

Osoby o lękowo-ambiwalentnym stylu przywiązania cechuje nasilony lęk przed porzuceniem, który prowadzi do nadmiernego pragnienia bliskości i stałej potrzeby potwierdzania uczuć ze strony partnera (Bartholomew i Horowitz, 1991). Towarzyszy im niepokój o trwałość związku, co skutkuje nadmierną zależnością i częstym poszukiwaniem zapewnień o oddaniu (ang. *excessive reassurance seeking*) jako charakterystyczną dla tego stylu strategią hiperaktywującą (Shaver i in., 2005). Badania wskazują, że tego typu zachowania mogą obniżać jakość relacji, ponieważ partnerzy osób lękowych doświadczają obciążenia i zmęczenia wynikającego z konieczności udzielania stałych zapewnień, a sam lęk przed odrzuceniem utrudnia osiągnięcie satysfakcji z relacji (Shaver i in., 2005). Wysoki poziom lęku o bliskość wiąże się z dużymi potrzebami emocjonalnymi, które często są trudne do zaspokojenia w ramach związku, co sprzyja powstawaniu napięć i niezadowolenia.

Kluczowymi cechami osób z unikowym stylem przywiązania są tendencja do unikania bliskości oraz lęk przed utratą autonomii. Zbliżenie emocjonalne do partnera bywa przez nie postrzegane jako zagrożenie dla niezależności, co prowadzi do wycofywania się i powierzchownych interakcji. Badania Lammers i in. (2011) wskazują, że osoby o unikającym stylu przywiązania rzadziej angażują się w głębsze relacje emocjonalne, co skutkuje niższą

satysfakcją ze związku oraz trudnościami w tworzeniu trwałych więzi. Mogą one preferować związki mniej intensywne emocjonalnie, lecz równocześnie bardziej powierzchowne i mniej satysfakcjonujące.

Lękowo-unikowy styl przywiązania, opisany w modelu dorosłych relacji przez Bartholomew (1990, 1991), łączy cechy obu wcześniejszych wzorców – lękowego i unikowego. Osoby prezentujące ten styl doświadczają sprzecznych pragnień: z jednej strony poszukują bliskości, z drugiej odczuwają lęk przed odrzuceniem i utratą niezależności. Tego rodzaju wewnętrzne napięcie prowadzi do niestabilności emocjonalnej i trudności w utrzymaniu bezpiecznej więzi z partnerem. Badania Kobak i Sceery (1988) wskazują, że osoby o niepewnych stylach przywiązania mają więcej problemów w budowaniu trwałych relacji i utrzymywaniu emocjonalnej bliskości. Podobne wyniki uzyskała Feeney (2006), wykazując, że osoby o stylach niepewnych – w tym lękowo-unikowym – deklarują niższą jakość i satysfakcję ze związku w porównaniu z osobami o stylu bezpiecznym.

Rezultaty licznych badań podkreślają kluczową rolę bezpiecznego stylu przywiązania jako predyktora satysfakcjonujących, bliskich i intymnych relacji, w przeciwieństwie do stylów pozabezpiecznych – lękowo-ambiwalentnego i unikowego (Każmierczak i Plopa, 2006; Liberska i Suwalska, 2011a, 2011b, 2011c). Pary, w których oboje partnerzy prezentują styl bezpieczny, osiągają najwyższy poziom satysfakcji ze związku, natomiast różnice w stylach przywiązania partnerów mogą prowadzić do trudności w komunikacji i rozwiązywaniu problemów (Holmes i Johnson, 2009). Im bardziej przywiązanie jest bezpieczne, tym relacja charakteryzuje się wyższym poziomem intymności, skuteczniejszą komunikacją oraz mniejszą liczbą sytuacji konfliktowych (Liberska i Suwalska, 2011).

Ujęcie diadyczne tych zależności znajduje potwierdzenie w metaanalizie Candel i Turliuc (2019), która analizowała efekty aktora i partnera w relacjach między stylami

przywiązania a satysfakcją ze związku. Autorzy wykazali, że zarówno własny styl przywiązania, jak i styl partnera wiążą się z poziomem satysfakcji relacyjnej, przy czym efekty aktora okazały się silniejsze niż efekty partnera. Oznacza to, że wewnętrzne modele robocze jednostki oraz jej strategie regulacji emocji mają kluczowe znaczenie dla subiektywnej oceny jakości relacji, choć styl przywiązania partnera również odgrywa istotną rolę w funkcjonowaniu diady.

Wiele badań wskazuje na względną stabilność wzorców przywiązania, jednak niektóre wyniki dowodzą, że mogą one ulegać zmianom pod wpływem silnych doświadczeń życiowych (Scharfe i Bartholomew, 1994). Fraley (2002) podkreśla, że istotne wydarzenia – takie jak trauma, rozwód czy strata bliskiej osoby – mogą prowadzić do przesunięcia od stylu bezpiecznego w stronę pozabezpiecznego. Z drugiej strony, pozytywne relacje, zarówno partnerskie, jak i terapeutyczne, mogą wspierać proces korekcji i sprzyjać przejściu w stronę bardziej bezpiecznego stylu przywiązania. Badania Tryjarskiej (2010) pokazują, że zmiany te dotyczą około 30% osób i mogą zachodzić w obu kierunkach. Współczesne ujęcia przywiązania zwracają uwagę na jego kontekstowy charakter, podkreślając możliwość modyfikacji stylów w zależności od fazy życia, rodzaju relacji czy zmiennych kulturowych (Mikulincer i Shaver, 2016; Fraley i in., 2013).

Współczesne ujęcia teorii przywiązania wskazują, że styl przywiązania stanowi względnie trwałą właściwość jednostki, która ujawnia się i może ulegać modyfikacjom w relacji z konkretnym partnerem oraz w dynamice diady intymnej. Oznacza to, że ta sama osoba może przejawiać względnie bezpieczne wzorce przywiązania w relacjach przyjacielskich lub zawodowych, a jednocześnie funkcjonować w sposób lękowy lub unikowy w relacji romantycznej, szczególnie w sytuacjach aktywizujących wcześniejsze doświadczenia zagrożenia lub odrzucenia (Mikulincer i Shaver, 2016). Badania nad

przywiązaniem w dorosłości wskazują również, że sposób funkcjonowania przywiazaniowego może różnić się w zależności od konkretnego partnera, co oznacza, że ta sama osoba może przejawiać odmienne wzorce regulacji bliskości w różnych relacjach romantycznych, w zależności od cech partnera oraz jakości interakcji w diadzie.

Z tego względu styl przywiązania, choć kształtowany we wczesnym dzieciństwie, należy traktować jako zmienną zarówno podmiotową, jak i relacyjną, ujawniającą się w jakości interakcji w konkretnej diadzie intymnej. W niniejszej pracy analizowany jest styl przywiązania do partnera, rozumiany jako wzorzec regulacji bliskości i bezpieczeństwa w relacji romantycznej, co umożliwia bardziej precyzyjne uchwycenie mechanizmów, poprzez które indywidualne i relacyjne uwarunkowania współtworzą jakość związku intymnego.

1.4.5. Wrażliwość przetwarzania sensorycznego a jakość związku intymnego

W literaturze psychologicznej podkreśla się, że temperament – rozumiany jako biologicznie uwarunkowany system regulacji emocji i pobudzenia – stanowi istotne tło funkcjonowania jednostki w relacjach interpersonalnych, w tym w relacjach intymnych (Kandler i in., 2017; Pluess i Belsky, 2019). Cechy temperamentalne, takie jak reaktywność emocjonalna czy wrażliwość na bodźce, mogą zarówno sprzyjać pogłębionej więzi i empatycznej komunikacji, jak i zwiększać podatność na stres relacyjny. W tym kontekście wrażliwość przetwarzania sensorycznego, traktowana jako szczególny wymiar temperamentu związany z regulacją emocjonalną i przetwarzaniem bodźców, stanowi potencjalny czynnik różnicujący jakość związku.

Wrażliwość przetwarzania sensorycznego to uwarunkowana genetycznie cecha fenotypowa, obserwowana zarówno u dzieci, jak i dorosłych. Odnosi się ona do zwiększonej podatności na bodźce zmysłowe o niskiej sile stymulacji. W literaturze osoby przejawiające tę właściwość określane są mianem wysoko wrażliwych – termin ten będzie dalej stosowany w

niniejszej pracy w odniesieniu do jednostek charakteryzujących się wysokim poziomem wrażliwości przetwarzania sensorycznego (Aron i Jagiellowicz, 2012; Bobrowska i Liberska, 2023). Autorzy koncepcji podkreślają, że należy mówić o osobach wysoko wrażliwych, a nie o „osobach o wysokiej wrażliwości”, ponieważ sformułowanie to wskazuje na odrębną kategorię funkcjonowania jednostki, a nie jedynie na większe nasilenie cechy. Według Aron osoby wysoko wrażliwe stanowią około 15–20% populacji (Aron, 1998).

Jedne z pierwszych systematycznych przesłanek empirycznych dotyczących struktury tej cechy pojawiły się w pracy doktorskiej Franziski Borries, która przeprowadziła analizę danych uzyskanych od 900 osób badanych przy użyciu oryginalnej skali *Highly Sensitive Person Scale* (Borries, 2012). W badaniu tym zastosowano klasyfikację uwzględniającą różne wymiary wrażliwości, co potwierdziło zasadność traktowania jej jako odrębnego konstruktu.

W badaniu Lionetti i in. (2018), opartym na podejściu data-driven oraz analizie ukrytych klas (*latent class analysis*), wyodrębniono trzy grupy wrażliwości: niską (29% populacji), średnią (40%) i wysoką (31%). Autorzy stwierdzili, że wrażliwość środowiskowa ma charakter cechy ciągłej o rozkładzie zbliżonym do normalnego, w obrębie której można jednak wyróżnić trzy względnie stabilne typy funkcjonowania.

Choć badanie to dotyczyło szerzej rozumianej wrażliwości środowiskowej, a nie bezpośrednio wrażliwości przetwarzania sensorycznego, jego wyniki wpisują się w nurt badań nad indywidualnym zróżnicowaniem reaktywności. Wspierają one podejście traktujące wrażliwość jako cechę o charakterze ciągłym, w obrębie której możliwe jest empiryczne wyodrębnienie względnie stabilnych profili funkcjonowania.

Powyższe obserwacje są zgodne z teorią różnicowej podatności na środowisko (ang. *differential susceptibility*; Belsky i Pluess, 2009), zgodnie z którą jednostki o wysokiej wrażliwości silniej reagują zarówno na negatywne, jak i pozytywne warunki otoczenia.

Koncepcja ta znajduje dalsze doprecyzowanie w teorii zwiększonej wrażliwości na czynniki pozytywne (ang. *vantage sensitivity*; Pluess i Belsky, 2013), która wyodrębnia i szczegółowo opisuje tę część mechanizmu różnicowej podatności, jaka dotyczy zwiększonej wrażliwości na wpływ czynników pozytywnych i wspierających.

Osoby wysoko wrażliwe charakteryzuje tendencja do głębszego i bardziej intensywnego przetwarzania bodźców w porównaniu do większości populacji (Aron i Aron, 1997; Aron, Aron i Jagiellowicz, 2012). Według twórców tej koncepcji, wrażliwość przetwarzania sensorycznego wiąże się z silniejszymi reakcjami zarówno na bodźce zewnętrzne, jak i wewnętrzne – obejmujące doznania fizyczne, społeczne i emocjonalne. Przejawia się m.in. w wyostrejonej percepcji estetycznej, obniżonym progu bólu, silniejszej reakcji na kofeinę i hałas, a także w większej zdolności do dostrzegania oraz współodczuwania emocji innych osób (Aron, Aron i Jagiellowicz, 2012).

Początkowo wrażliwość przetwarzania sensorycznego była często utożsamiana z innymi cechami osobowości, między innymi z introwersją czy neurotycznością. Jednak Aron i Aron (1997) podkreślali jej odrębność, wykazując, że choć wrażliwość przetwarzania sensorycznego jest istotnie skorelowana z neurotycznością, stanowi niezależną cechę. Konstrukty ten był również porównywany z introwersją w ujęciu Eysencka (1992), teorią behawioralnego układu hamującego (*Behavioral Inhibition System – BIS*) Gray (1981) oraz nieśmiałością rozumianą jako wrodzona skłonność do ograniczonej towarzyskości (Cheek i Buss, 1981). Wyniki badań potwierdziły, że wrażliwość przetwarzania sensorycznego stanowi odrębną dyspozycję i należy traktować ją jako samodzielny konstrukt (Aron i Aron, 1997; Smolewska, McCabe i Woody, 2006). Koncepcja ta została następnie rozwinięta w ramach ujęcia wrażliwości przetwarzania sensorycznego, które akcentuje jej znaczenie dla indywidualnych różnic w funkcjonowaniu jednostki (Aron, 2010).

Warto podkreślić, że omawiany konstrukt nie powinien być utożsamiany z zaburzeniami przetwarzania zmysłowego (*sensory processing disorder*) ani z zaburzeniami integracji sensorycznej (*sensory integration disorder*). Rozpatrując wrażliwość przetwarzania sensorycznego w szerszym kontekście teoretycznym, zasadne jest jej odniesienie do regulacyjnej teorii temperamentu Jana Strelaua (2006), która opisuje biologicznie uwarunkowane różnice indywidualne w zakresie regulacji zachowania i przystosowania do środowiska. Strelau wyróżnił sześć podstawowych cech temperamentu: cztery w wymiarze energetycznym – aktywność, reaktywność emocjonalną, wrażliwość sensoryczną i wytrzymałość – oraz dwie w wymiarze czasowym – zwawość i perseweratywność.

Zarówno teoria wrażliwości przetwarzania sensorycznego, jak i regulacyjna teoria temperamentu odnoszą się do indywidualnych różnic w zakresie percepcji i reagowania na bodźce. Należy podkreślić, że wrażliwość przetwarzania sensorycznego nie jest tożsama z żadną z cech temperamentu wyróżnianych w regulacyjnej teorii temperamentu, lecz stanowi odrębny konstrukt, częściowo z nimi powiązany. Ich wspólnym mianownikiem jest pojęcie wrażliwości sensorycznej – w ujęciu Strelau obejmuje ono podatność na bodźce o niewielkiej sile stymulacji oraz intensywność reakcji emocjonalnych, co pozostaje w zgodności z mechanizmami opisanymi przez Aron w kontekście wrażliwości przetwarzania sensorycznego. Oba podejścia wskazują, że osoby o wyższym poziomie wrażliwości są bardziej podatne na przestymulowanie, głębiej i bardziej szczegółowo przetwarzają bodźce oraz intensywniej reagują na subtelne zmiany w otoczeniu (Strelau, 2008; Aron, 2010).

Należy jednak zauważyć, że konceptualizacja wrażliwości przetwarzania sensorycznego nie jest w literaturze jednoznaczna i wymaga doprecyzowania. W szczególności dyskusyjna pozostaje kwestia jej umiejscowienia teoretycznego – jako elementu struktury osobowości bądź jako cechy temperamentu (Baryła-Matejczuk i in.,

2022). Autorzy skali pierwotnie ujmowali wrażliwość przetwarzania sensorycznego jako konstrukt osobowościowy (Aron i Aron, 1997), jednak w nowszych badaniach coraz częściej jest ona konceptualizowana jako cecha temperamentalna, związana z biologicznie uwarunkowanymi różnicami w reaktywności i regulacji pobudzenia (Aron i in., 2005; Jagiellowicz i in., 2016; May i Pitman, 2021; Tillmann, Matany i Duttweiler, 2021). Takie ujęcie pozostaje spójne z traktowaniem wrażliwości przetwarzania sensorycznego jako względnie trwałej dyspozycji regulacyjnej, stanowiącej tło funkcjonowania jednostki w relacjach interpersonalnych.

Niejednoznaczność ta znajduje odzwierciedlenie także w stosowanej terminologii – w literaturze przedmiotu konstrukt ten bywa określany zamiennie jako "wysoka wrażliwość" oraz "wrażliwość przetwarzania sensorycznego" (ang. *Sensory Processing Sensitivity*, SPS), przy czym oba określenia odnoszą się do tego samego zjawiska i są stosowane synonimicznie zarówno w pracach teoretycznych, jak i empirycznych (Baryła-Matejczuk i in., 2022; Bobrowska i Liberska, 2023). W niniejszej pracy przyjęto tę samą konwencję, stosując oba pojęcia zamiennie, zgodnie z praktyką przyjętą we wcześniejszych pracach autorki (Bobrowska i Liberska, 2023) oraz innych polskich badaczy zajmujących się tym konstruktem.

Aron (1998) zaproponowała akronim DOES (D – *depth of processing*, O – *overstimulation*, E – *emotional reactivity*, S – *sensing the subtle*) jako syntetyczny opis wrażliwości przetwarzania sensorycznego. Ujęcie to obejmuje cztery kluczowe aspekty funkcjonowania osób wysoko wrażliwych: głębokie przetwarzanie informacji, podatność na przestymulowanie, intensywną reaktywność emocjonalną oraz wyczulenie na subtelne bodźce i zmiany w otoczeniu. W literaturze podkreśla się, że wrażliwość przetwarzania sensorycznego ma charakter konstruktu złożonego, którego przejawy mogą różnić się między

osobami oraz ulegać modulacji w zależności od kontekstu sytuacyjnego (Greven i in., 2019). Przykładowo, w sytuacji przestymulowania — wynikającego z głębszego przetwarzania bodźców — osoba wysoko wrażliwa może czasowo utracić zdolność do dostrzegania subtelnych sygnałów, mimo że zazwyczaj się tym charakteryzuje.

Aron (1998) podkreśla, że akronim DOES stanowi użyteczne narzędzie konceptualne, jednak należy uwzględniać indywidualne różnice oraz wpływ kontekstu sytuacyjnego. Autorka wskazuje, że wśród osób wysoko wrażliwych można wyróżnić przynajmniej dwa zasadnicze profile: osoby dobrze przystosowujące się do norm społecznych oraz osoby doświadczające trudności adaptacyjnych; różnice te wynikają nie z samej wrażliwości, lecz z odmiennych cech osobowości współwystępujących z tą właściwością. W tym kontekście interesującym kierunkiem jest analiza zależności między cechami osobowości a wrażliwością przetwarzania sensorycznego w relacjach intymnych, co stanowi jeden z obszarów badawczych niniejszej pracy.

Istotą wrażliwości przetwarzania sensorycznego jest skłonność do dokładniejszego i głębszego przetwarzania informacji. Osoby wysoko wrażliwe odbierają bodźce w sposób bardziej intensywny; przed podjęciem działania często przejawiają tendencję do obserwacji, analizy i refleksji. Procesy te mają charakter automatyczny, niezależny od woli i świadomości jednostki. Badania nad aktywnością mózgu wykazały, że osoby o wyższym poziomie wrażliwości przetwarzania sensorycznego w większym stopniu angażują obszary odpowiedzialne za pogłębione przetwarzanie informacji niż osoby o niższym poziomie tej cechy (Jagiellowicz i Aron, 2011). Ponadto w badaniu Acevedo i in. (2014) zaobserwowano u osób wysoko wrażliwych zwiększoną aktywność w obszarze wyspy, odpowiadającym za integrację informacji o stanach emocjonalnych, pozycji ciała oraz bodźcach z otoczenia.

Wrażliwość przetwarzania sensorycznego wiąże się z dłuższym i dokładniejszym przetwarzaniem informacji, co może sprzyjać większej precyzji wykonania zadań poznawczych, ale jednocześnie prowadzi do szybszego wyczerpania zasobów energetycznych organizmu oraz zwiększonej podatności na przeciążenie bodźcami. W badaniu Gerstenberga (2012) osoby wysoko wrażliwe osiągały lepsze wyniki w zadaniu polegającym na odnalezieniu ukrytej litery T wśród liter L – były szybsze i dokładniejsze w wykrywaniu subtelnych różnic. Jednocześnie odnotowano u nich wyższy poziom odczuwanego stresu oraz przeciążenia poznawczego, co wskazuje na koszt funkcjonowania związany z pogłębionym przetwarzaniem bodźców.

Osoby wysoko wrażliwe reagują intensywniej zarówno na pozytywne, jak i negatywne doświadczenia, co sprawia, że ich funkcjonowanie cechuje się większą podatnością na wpływy środowiskowe. Badanie Aron i in. (2005) wykazało, że u osób wysoko wrażliwych interakcja cechy wrażliwości z niekorzystnym środowiskiem dzieciństwa silniej przekłada się na podwyższoną negatywną afektywność w dorosłości, co z kolei prowadzi do nasilonej nieśmiałości. Innymi słowy, u osób o wysokiej wrażliwości ścieżka od niekorzystnych doświadczeń z dzieciństwa do negatywnego afektu okazała się silniejsza niż u osób o niskiej wrażliwości, co potwierdza znaczenie interakcji między cechą wrażliwości a niekorzystnym kontekstem rozwojowym. Wynik ten stanowi empiryczny przykład szerszego mechanizmu opisanego w teorii różnicowej podatności na środowisko (Belsky i Pluess, 2009), zgodnie z którym wysoka wrażliwość wzmacnia reakcję jednostki na oddziaływania środowiskowe – zarówno niekorzystne, jak i sprzyjające.

Wrażliwość przetwarzania sensorycznego wiąże się również z wyższym poziomem empatii i większą uważnością na stany emocjonalne innych osób. Badania z wykorzystaniem funkcjonalnego rezonansu magnetycznego wskazują, że u osób wysoko wrażliwych

obserwuje się zwiększoną aktywność wyspy oraz obszarów mózgu powiązanych z przetwarzaniem empatycznym i systemem neuronów lustrzanych podczas oglądania twarzy bliskich i nieznajomych wyrażających emocje pozytywne, negatywne oraz neutralne (Acevedo i in., 2014). Efekt ten występował niezależnie od rodzaju prezentowanych emocji. Mechanizmy te mogą mieć istotne znaczenie dla funkcjonowania w relacjach interpersonalnych, w których zdolność do empatycznego rozumienia drugiej osoby odgrywa kluczową rolę.

Osoby wysoko wrażliwe wyróżniają się ponadto zdolnością dostrzegania subtelnych szczegółów, które mogą pozostawać niezauważone przez osoby o niższym poziomie wrażliwości. Potwierdzają to wyniki badań Gerstenberg (2012) oraz Jagiellowicz i Aron (2011), w których uczestnicy o wysokiej wrażliwości osiągnęli lepsze rezultaty w zadaniach wymagających wykrywania niewielkich różnic percepcyjnych. Aron (1997) wskazywała, że właśnie ta właściwość stanowiła jeden z kluczowych elementów pierwotnej koncepcji, która została następnie doprecyzowana jako wrażliwość przetwarzania sensorycznego.

Choć osoby wysoko wrażliwe mogą sprawiać wrażenie jednostek o „wyostrzonych zmysłach”, badacze podkreślają, że zasadnicze znaczenie ma nie tyle czułość sensoryczna, ile pogłębione i jakościowo odmienne przetwarzanie informacji. Wyniki badań neuroobrazowych potwierdzają to ujęcie, wskazując na silniejsze zaangażowanie wyższych ośrodków korowych odpowiedzialnych za uwagę, świadomość, integrację bodźców, konsolidację pamięci, planowanie oraz empatię u osób o wyższym poziomie wrażliwości przetwarzania sensorycznego (Acevedo i in., 2014).

Przegląd badań neurobiologicznych dotyczących wrażliwości przetwarzania sensorycznego sugeruje, że u osób wysoko wrażliwych szczególne znaczenie mogą odgrywać obszary mózgu związane z przetwarzaniem sensorycznym, regulacją uwagi, emocjami oraz

elastycznością poznawczą. Autorzy wskazują, że obserwowaną u osób wysoko wrażliwych aktywność neuronalną można interpretować w kontekście funkcjonowania dwóch kluczowych sieci mózgowych: sieci stanu domyślnego (*default mode network DMN*) oraz sieci istotności (*salience network*). Obie te sieci uczestniczą w procesach autorefleksji (mentalizacji) oraz w selektywnym reagowaniu na bodźce o znaczeniu emocjonalnym.

Według Aron (1998) osoby wysoko wrażliwe zakochują się intensywniej niż inni, co wynika z ich zdolności do dostrzegania subtelnych aspektów sytuacji oraz większej podatności na pobudzenie emocjonalne. Jednym z mechanizmów wyjaśniających sposób interpretowania emocji jest zjawisko błędnej atrybucji pobudzenia (*misattribution of arousal*), opisane w klasycznym eksperymencie psychologii społecznej przeprowadzonym przez Duttona i Arona (1974). Uczestnikami badania byli mężczyźni losowo przypisani do dwóch warunków: część z nich przechodziła przez niestabilny most zawieszony nad przepaścią, podczas gdy pozostali pokonywali niski i bezpieczny most. Następnie wszyscy byli zaczepiani przez kobietę, która prosiła ich o wypełnienie kwestionariusza i zostawiała swój numer telefonu. Okazało się, że mężczyźni z grupy „wysokiego mostu” częściej kontaktowali się z kobietą po badaniu, co sugerowało, że fizjologiczne pobudzenie wynikające z lęku zostało przez nich zinterpretowane jako pociąg emocjonalny i fizyczny. Eksperyment ten jest jednym z najbardziej znanych przykładów teorii *misattribution of arousal* w psychologii społecznej. Jego wyniki podkreślają, w jaki sposób ludzie mogą mylnie przypisywać przyczyny własnego pobudzenia, traktując je jako reakcję emocjonalną na inną osobę. Uwzględniając fakt, że osoby wysoko wrażliwe są bardziej podatne na pobudzenie, można przypuszczać, że są również bardziej skłonne do intensywnego zakochiwania się.

Na sposób, w jaki osoby wysoko wrażliwe wchodzą w relacje romantyczne, mogą współoddziaływać również inne właściwości podmiotowe, takie jak obniżona samoocena,

nasilony lęk przed odrzuceniem czy silna potrzeba bliskości. Aron (2017) opisuje, że u części osób wysoko wrażliwych cechy te mogą współwystępować z wysoką wrażliwością przetwarzania sensorycznego i sprzyjać szybszemu angażowaniu się w relacje oraz intensywnemu budowaniu więzi emocjonalnej. Należy jednak podkreślić, że obserwacje te mają charakter opisowy i wymagają dalszej weryfikacji empirycznej.

Z jednej strony osoby wysoko wrażliwe często wykazują zwiększoną empatię oraz wyczulenie na potrzeby partnera, co może sprzyjać tworzeniu głębokiej więzi emocjonalnej. Z drugiej jednak, wysoka reaktywność emocjonalna i podatność na przestymulowanie mogą wiązać się z trudnościami w sytuacjach konfliktowych, co bywa powiązane z niższą subiektywnie odczuwaną jakością relacji intymnej (Aron i in., 2005).

Badanie przeprowadzone przez Zorlular i Uzer (2022) wskazuje, że wysoka wrażliwość przetwarzania sensorycznego może wiązać się z niższą jakością związku, jednak zależność ta zachodzi przede wszystkim pośrednio – poprzez nasiloną negatywną afektywność oraz stosowanie nieadaptacyjnych stylów rozwiązywania konfliktów. Wyniki nie potwierdziły bezpośredniego związku tej cechy z jakością relacji, co sugeruje, że kluczowym mechanizmem są trudności emocjonalne i interpersonalne, jakie mogą towarzyszyć osobom wysoko wrażliwym w sytuacjach konfliktowych. Co istotne, efekt ten był niezależny od retrospektywnie ocenianych doświadczeń z dzieciństwa, co podkreśla znaczenie wrażliwości przetwarzania sensorycznego jako autonomicznego czynnika podatności w kontekście funkcjonowania w relacjach romantycznych. W dotychczasowej literaturze niewiele uwagi poświęcono związkowi między tą cechą a jakością relacji intymnych.

We wcześniejszych rozdziałach wskazano, że styl przywiązania odgrywa istotną rolę w kształtowaniu relacji romantycznych. Osoby z pozabezpiecznym stylem przywiązania częściej doświadczają trudności w budowaniu bliskości oraz charakteryzują się niższą

jakością relacji. Ponieważ styl przywiązania w dorosłości pozostaje w ścisłej zależności od jakości więzi z opiekunami w dzieciństwie, doświadczenia z okresu wczesnej relacji z obiektem przywiązania mają fundamentalne znaczenie dla późniejszego funkcjonowania w związkach. Aron i in. (2005) zwracają uwagę, że w przypadku osób wysoko wrażliwych znaczenie wczesnych relacji jest szczególnie duże. Osoby te są bardziej podatne na wpływ środowiska – zarówno pozytywny, jak i negatywny – co oznacza, że jakość więzi z opiekunem może w ich przypadku silniej determinować zdolność do tworzenia satysfakcjonujących relacji w dorosłości. Można zatem przypuszczać, że styl przywiązania odgrywa u osób wysoko wrażliwych szczególnie istotną rolę w kształtowaniu jakości relacji romantycznych. Choć zainteresowanie tym wymiarem indywidualnych różnic stopniowo rośnie, jego rola w kontekście funkcjonowania w bliskich związkach pozostaje słabo poznana. Włączenie tej zmiennej do modelu badawczego niniejszej pracy stanowi odpowiedź na potrzebę poszerzania wiedzy o psychologicznych uwarunkowaniach jakości relacji romantycznych.

Podsumowując, wrażliwość przetwarzania sensorycznego w kontekście budowania relacji romantycznych można uznać za cechę związaną ze specyficznymi uwarunkowaniami jakości związku intymnego. W niniejszej pracy wrażliwość przetwarzania sensorycznego traktowana jest jako zmienna podmiotowa, odnosząca się do indywidualnych różnic w funkcjonowaniu jednostki. Osoby wysoko wrażliwe intensywniej przeżywają emocje, szybciej angażują się emocjonalnie, ale też łatwiej ulegają przestymulowaniu. Z jednej strony ich głęboka empatia i zdolność dostrzegania subtelnych sygnałów emocjonalnych sprzyjają budowaniu głębokiej więzi, z drugiej jednak – nadmierna stymulacja i trudności z regulacją napięcia mogą osłabiać jakość relacji. Współwystępowanie tej cechy z pozabezpiecznym stylem przywiązania (lękowo-ambiwalentnym lub unikowym) może potęgować trudności w bliskich związkach i zwiększać podatność na stres relacyjny. Z kolei połączenie wysokiej

wrażliwości z bezpiecznym stylem przywiązania – oraz z adekwatnym wsparciem środowiskowym – może sprzyjać tworzeniu wyjątkowo głębokich i satysfakcjonujących relacji.

1.4.6. Wybrane socjodemograficzne uwarunkowania jakości związku intymnego

Jakość związku romantycznego jest rozpatrywana nie tylko w kontekście cech podmiotowych i procesów relacyjnych, lecz także w powiązaniu z uwarunkowaniami społeczno-demograficznymi. Badania z ostatnich lat wskazują, że takie zmienne, jak wiek partnerów, płeć, formalny status związku, długość trwania relacji, rodzicielstwo, a także wybrane wskaźniki statusu społeczno-ekonomicznego mogą wiązać się z poziomem satysfakcji z relacji i szerzej rozumianą jakością związku intymnego (Bühler, Krauss i Orth, 2021; Jackson, Miller, Oka i Henry, 2014; Bogdan i in., 2022; Karney i Bradbury, 2020).”. W niniejszej części przedstawiono przegląd wybranych ustaleń empirycznych, akcentując zarówno wzorce względnie powtarzalne, jak i obszary wymagające ostrożnej interpretacji, z uwagi na heterogeniczność prób oraz kontekstów kulturowych.

1.4.6.1. Wiek partnerów a jakość związku intymnego

Wiek partnerów jest zmienną, która pozostaje w związku z oceną satysfakcji ze związku, przy czym zależność ta ma najczęściej charakter nieliniowy. W metaanalizie (N = 165 039) wykazano, że w ujęciu przekrojowym przeciętny poziom satysfakcji z relacji obniża się od wczesnej dorosłości do okresu średniej dorosłości, osiągając najniższe wartości około 40. roku życia, a następnie wzrasta do około 65. roku życia i pozostaje względnie stabilny w wieku senioralnym (Bühler, Krauss i Orth, 2021). Wzorec ten bywa opisywany jako krzywa w kształcie litery U, co interpretuje się między innymi przez pryzmat kumulacji obciążeń charakterystycznych dla okresu średniej dorosłości (np. wymagania zawodowe, organizacja życia rodzinnego), a następnie ich stopniowego zmniejszania się w późniejszych fazach życia.

Istotne jest, że autorzy wskazują na względną stabilność opisywanego przebiegu w zróżnicowanych populacjach, w tym przy kontroli takich charakterystyk jak płeć, status małżeński czy kontekst kulturowy (Bühler i in., 2021). Jednocześnie uogólnienia na poziomie średnich mogą maskować zróżnicowanie trajektorii w obrębie poszczególnych par. Dane podłużne i przeglądy badań z ostatniej dekady podkreślają, że zmiany satysfakcji nie są jednorodne: obok związków względnie stabilnych identyfikuje się także przebiegi o wyraźnym spadku w początkowym okresie relacji oraz przebiegi bardziej dynamiczne, zależne od specyficznych stresorów i zasobów pary (Karney i Bradbury, 2020). W tym sensie wiek należy rozpatrywać raczej jako wskaźnik etapu życia i typowych zadań rozwojowych, niż jako prostą zmienną „sprzyjającą” lub „niesprzyjającą” jakości związku.

W literaturze przedmiotu pojawiają się również wyniki odmienne, wskazujące na słaby, ujemny związek wieku z poziomem zadowolenia z relacji w analizach przekrojowych (Dobrowolska i in., 2020). Rozbieżności te są najczęściej interpretowane jako efekt metodologicznych ograniczeń badań przekrojowych, w szczególności trudności w jednoznacznym rozdzieleniu znaczenia wieku biologicznego od długości trwania związku oraz od efektów kohortowych, związanych z odmiennymi normami, oczekiwaniami i wzorcami funkcjonowania relacyjnego w różnych pokoleniach (Karney i Bradbury, 2020). Z tego względu coraz częściej podkreśla się zasadność równoczesnego uwzględniania wieku partnerów, stażu związku oraz kluczowych zdarzeń życiowych, takich jak pojawienie się dziecka, zmiany sytuacji zawodowej czy pogorszenie stanu zdrowia, które mogą współwystępować z określonymi fazami cyklu życia i modulować subiektywną ocenę jakości relacji (Bühler, Krauss i Orth, 2021, Dobrowolska i in., 2020).

1.4.6.2. Płeć partnerów a jakość związku intymnego

Różnice związane z płcią w odczuwanej jakości związku stanowią przedmiot licznych badań empirycznych, jednak uzyskiwane wyniki nie są jednoznaczne. Aktualny stan wiedzy wskazuje, że przeciętnie kobiety i mężczyźni nie różnią się istotnie poziomem satysfakcji ze związku, zwłaszcza w populacji ogólnej. Metaanaliza Jackson, Miller, Oka i Henry'ego (2014), obejmująca ponad 100 tysięcy osób, wykazała jedynie minimalnie niższą satysfakcję deklarowaną przez żony w porównaniu z mężami, przy czym różnica ta ujawniała się wyłącznie w próbach klinicznych, obejmujących pary zgłaszające się na terapię. W badaniach prowadzonych w populacjach nieklinicznych nie stwierdzono istotnych różnic płciowych, a kobiety i mężczyźni w typowych związkach raportowali zbliżony poziom zadowolenia z relacji (Jackson i in., 2014). Wyniki te sugerują, że sama przynależność do określonej płci nie stanowi silnego czynnika różnicującego jakość związku.

Jednocześnie coraz częściej zwraca się uwagę na subtelniejsze różnice w rozkładzie satysfakcji między kobietami i mężczyznami. Badania wskazują, że kobiety cechują się większą zmiennością ocen jakości relacji — są nadreprezentowane zarówno wśród osób deklarujących bardzo wysoką satysfakcję, jak i w grupach o najniższym poziomie zadowolenia (Jackson i in., 2014; Dobrowolska i in., 2020). Oznacza to, że kobiece doświadczenia relacyjne są bardziej zróżnicowane, podczas gdy u mężczyzn rozkład satysfakcji częściej koncentruje się wokół wartości średnich. W konsekwencji analizy oparte wyłącznie na średnich mogą maskować istotne różnice wewnątrzgrupowe, zwłaszcza po stronie kobiet (Karney i Bradbury, 2020).

Ustalenia te znajdują potwierdzenie w metaanalizie, która wskazuje, że różnice płciowe w obszarze satysfakcji relacyjnej ujawniają się przede wszystkim na poziomie zmienności rozkładów, a nie w różnicach średnich, przy czym większa zmienność po stronie

kobiet jest szczególnie widoczna w obszarze niższych poziomów satysfakcji (Whisman i Balzert, 2024).

Dodatkowo badania międzykulturowe wskazują, że w społeczeństwach charakteryzujących się bardziej tradycyjnym podziałem ról płciowych — operacjonalizowanym m.in. poprzez niższy poziom równości płci oraz większą asymetrię obowiązków domowych i opiekuńczych — kobiety deklarują nieco niższą satysfakcję ze związku w porównaniu z mężczyznami. Analizy danych z wielu krajów potwierdzają, że mężczyźni przeciętnie deklarują nieznacznie wyższe zadowolenie małżeńskie niż kobiety, choć wielkość tego efektu pozostaje niewielka (Dobrowolska i in., 2020). Jednocześnie wykazano, że subiektywne poczucie niesprawiedliwości w podziale obowiązków jest istotnie powiązane z niższą satysfakcją ze związku, szczególnie po stronie kobiet, co wskazuje na znaczenie kontekstu ról społecznych i obciążeń, a nie samej płci biologicznej.

Podsumowując, płeć partnerów nie stanowi samodzielnego ani silnego predyktora jakości związku intymnego. Znacznie większe znaczenie mają role społeczne, zakres obowiązków oraz normy kulturowe regulujące oczekiwania wobec kobiet i mężczyzn w relacji. W populacjach ogólnych kobiety i mężczyźni deklarują podobny poziom satysfakcji ze związku, przy czym u kobiet częściej obserwuje się większe zróżnicowanie ocen jakości relacji, co podkreśla potrzebę uwzględniania nie tylko różnic średnich, lecz także wewnątrzgrupowej heterogeniczności doświadczeń relacyjnych.

1.4.6.3. Formalny status związku intymnego a jego jakość

Od kilku dekad w literaturze przedmiotu analizuje się, czy formalne zawarcie małżeństwa wiąże się z wyższą jakością relacji w porównaniu z niesformalizowanym wspólnym zamieszkiwaniem, określanym jako kohabitacja. Badania prowadzone w latach 80. i 90. XX wieku wskazywały na wyraźną przewagę małżeństw – osoby pozostające w

związkach formalnych deklarowały wyższy poziom satysfakcji oraz większą trwałość relacji niż osoby kohabitujące bez ślubu (Brown, Manning i Payne, 2017). Wyniki te interpretowano wówczas jako konsekwencję większej stabilności normatywnej małżeństwa oraz silniejszego społecznego wsparcia dla tej formy związku.

Współczesne badania międzynarodowe coraz wyraźniej wskazują, że znaczenie formalizacji związku uległo osłabieniu lub zróżnicowaniu w zależności od kontekstu społeczno-kulturowego. Zjawisko to bywa wiązane z procesem deinstytucjonalizacji małżeństwa, w ramach którego normy regulujące role małżeńskie uległy rozluźnieniu, a kohabitacja zyskała szeroką społeczną akceptację i przestała być traktowana jako forma relacji o niższym statusie normatywnym (Cherlin, 2004, 2020). W konsekwencji różnice w jakości relacji pomiędzy małżeństwami a związkami nieformalnymi uległy zmniejszeniu, a obserwowane wcześniej przewagi małżeństw w dużej mierze wynikają z efektów selekcyjnych oraz poziomu zaangażowania partnerów, a nie z samej instytucji małżeństwa (Brown, Manning i Payne, 2017).

W tym kontekście szczególnego znaczenia nabiera poziom zaangażowania partnerów oraz ich plany dotyczące wspólnej przyszłości. Brown, Manning i Payne (2017), analizując reprezentatywne dane par w Stanach Zjednoczonych, wykazali, że najwyższą jakość relacji deklarowały pary bezpośrednio wstępujące w związek małżeński, natomiast najniższą – pary kohabitujące bez jasno określonych planów małżeńskich. Jednocześnie nie stwierdzono istotnych różnic w jakości relacji pomiędzy małżeństwami poprzedzonymi kohabitacją a kohabitacjami, w których partnerzy deklarowali zamiar formalizacji związku. Wyniki te sugerują, że o jakości relacji decyduje przede wszystkim poziom zobowiązania i poczucie stabilności, a nie sam akt zawarcia małżeństwa.

Analizy porównawcze prowadzone w kilku krajach Europy Zachodniej i Australii wykazały, że po uwzględnieniu czynników selekcyjnych, takich jak stabilność ekonomiczna, religijność czy wcześniejsze doświadczenia relacyjne, różnice w dobrostanie i zadowoleniu z życia pomiędzy osobami w związkach małżeńskich i kohabitacyjnych przestają być istotne statystycznie. W krajach o wysokiej akceptacji kohabitacji, takich jak Norwegia, nie obserwuje się trwałych różnic w poziomie satysfakcji pomiędzy kobietami kohabującymi a zamężnymi, a ewentualne rozbieżności zanikają po uwzględnieniu jakości samej relacji (Dobrowolska i in., 2020). Autorzy tych badań podkreślają, że niższy dobrostan części osób kohabujących wiąże się częściej z czynnikami towarzyszącymi, takimi jak stres ekonomiczny czy niepewność relacyjna, niż z brakiem formalizacji jako takim.

W polskich badaniach empirycznych dotyczących formalnego statusu związku a jakości relacji uzyskiwano wyniki niejednorodne. Część analiz wskazuje na wyższy poziom satysfakcji deklarowany przez osoby pozostające w związkach małżeńskich w porównaniu z osobami żyjącymi w kohabitacji. Przykładowo Chybicka (2008) wykazała, że relacje formalne charakteryzują się korzystniejszym bilansem zysków i kosztów emocjonalnych, co znajduje odzwierciedlenie w wyższej ocenie satysfakcji ze związku. Autorka interpretuje te różnice w kategoriach większego poczucia bezpieczeństwa, stabilności oraz normatywnego wsparcia towarzyszącego małżeństwu.

Odmienne rezultaty uzyskano w innych badaniach prowadzonych w populacji polskiej. Rawicka i Rzepa (2017) nie stwierdziły istotnych różnic w poziomie satysfakcji pomiędzy związkami formalnymi i nieformalnymi, co podważa założenie o jednoznacznej przewadze małżeństwa nad kohabitacją. Wyniki te pozostają spójne z ujęciami teoretycznymi i empirycznymi, zgodnie z którymi sama forma prawna związku nie przesądza o jego jakości,

a niższe zadowolenie w relacjach niesformalizowanych nie ma charakteru uniwersalnego (Diener i Biswas-Diener, 2010).

Podsumowując, formalność związku nie stanowi obecnie prostego ani jednoznacznego wyznacznika jakości relacji intymnej. Wyższa satysfakcja obserwowana w związkach małżeńskich dotyczy przede wszystkim porównań par różniących się poziomem zaangażowania, natomiast przy podobnym poziomie zobowiązania różnice pomiędzy związkami formalnymi i nieformalnymi zanikają. Znaczenie formalizacji pozostaje silnie osadzone w kontekście kulturowym i społecznym, a także w indywidualnej historii relacyjnej partnerów. Niezależnie od statusu prawnego, związki romantyczne pełnią przede wszystkim funkcję zaspokajania potrzeby bliskości i przynależności, a to właśnie sposób realizacji tych potrzeb stanowi podstawę subiektywnej oceny jakości relacji.

1.4.6.4. Czas trwania związku intymnego a jego jakość

Długość trwania związku (staż małżeński lub partnerski) stanowi jedną z istotnych zmiennych różnicujących jakość relacji intymnej, choć współczesne badania empiryczne znacząco modyfikują wcześniejsze, uproszczone założenia dotyczące jej roli. Klasyczne ujęcia sugerowały, że satysfakcja ze związku osiąga najwyższy poziom we wczesnej fazie relacji, a następnie ulega stopniowemu i w dużej mierze nieuniknionemu obniżeniu wraz z upływem lat, co potwierdzały liczne badania przekrojowe prowadzone w drugiej połowie XX wieku (Karney i Bradbury, 1995; Karney i Bradbury, 2020). Tendencja ta była szczególnie widoczna w okresie średniego stażu związku, często zbieżnym z intensywnym zaangażowaniem w role rodzicielskie oraz wzrostem codziennych obciążeń (Bühler, Krauss i Orth, 2021).

Jednak syntetyczne opracowania badań z ostatniej dekady podważają przekonanie o uniwersalnym, liniowym spadku satysfakcji relacyjnej. Przegląd badań empirycznych z lat

2010–2019 przeprowadzony przez Karneya i Bradbury’ego (2020) wskazuje, że dla znacznej części par poziom satysfakcji pozostaje względnie stabilny przez długie okresy trwania związku, a wyraźne pogorszenie jakości relacji nie stanowi normatywnego scenariusza rozwojowego. Autorzy podkreślają, że obserwowane zmiany są silnie zależne od kontekstu życiowego oraz kumulacji stresorów, a nie od samego upływu czasu (Karney i Bradbury, 2020; Dobrowolska i in., 2020).

Bardziej precyzyjnego wglądu w dynamikę satysfakcji dostarczają metaanalizy uwzględniające staż związku jako zmienną ciągłą. Metaanaliza Bühler, Krauss i Orth (2021) wykazała, że w ujęciu przekrojowym i podłużnym przeciętny poziom satysfakcji relacyjnej obniża się w ciągu pierwszych około dziesięciu lat trwania związku, osiągając najniższy poziom w okolicach tej dekady, następnie w kolejnych latach (około 10.–20. roku związku) obserwuje się względną poprawę jakości relacji, po czym w bardzo długotrwałych związkach ponownie może pojawić się tendencja spadkowa. Autorzy interpretują te zmiany jako efekt nakładania się procesów adaptacyjnych, zmian ról życiowych oraz wyzwań charakterystycznych dla kolejnych faz cyklu życia rodziny.

Badania podłużne jednoznacznie wskazują, że najbardziej dynamiczne zmiany jakości relacji zachodzą w początkowym okresie trwania związku. W pierwszych latach małżeństwa lub stałego związku intymnego wiele par doświadcza korekty początkowego idealizmu oraz konieczności dostosowania się do realiów wspólnego życia. Metaanaliza Bogdan i in. (2022) wykazała, że w ciągu pierwszego roku po zawarciu małżeństwa następuje statystycznie istotny, choć umiarkowany spadek satysfakcji, przy czym tempo tego spadku wyraźnie maleje w kolejnych latach. Po okresie adaptacji znaczna część par stabilizuje poziom zadowolenia na relatywnie stałym poziomie, co potwierdzają również wnioski Karneya i Bradbury’ego (2020).

Istotnym wnioskiem płynącym z najnowszych analiz jest duża heterogeniczność indywidualnych trajektorii satysfakcji relacyjnej. Badania wykorzystujące modele latentnych klas wzrostu wskazują na istnienie odmiennych wzorców rozwoju jakości związku, obejmujących m.in. pary utrzymujące wysoki poziom satysfakcji przez cały okres trwania relacji, pary doświadczające stopniowego obniżenia zadowolenia oraz pary, u których po okresowych kryzysach następuje poprawa jakości relacji (Karney i Bradbury, 2020; Bühler, Krauss i Orth, 2021). Czynnikiem sprzyjającym pogorszeniu satysfakcji bywa narastająca rutyna oraz nierozwiązywane konflikty, natomiast poprawie jakości relacji sprzyjają wspólne pozytywne doświadczenia oraz zmiany ról życiowych, takie jak zakończenie intensywnego etapu wychowywania dzieci (Bogdan, Turliuc i Candel, 2022).

Podsumowując, czas trwania związku oddziałuje na jakość relacji w sposób złożony i nieliniowy. Największe ryzyko obniżenia satysfakcji dotyczy wczesnych lat relacji oraz okresów wzmożonych obciążeń życiowych, jednak w perspektywie długofalowej wiele par utrzymuje stabilny i satysfakcjonujący poziom jakości związku. Wyniki te podważają rozpowszechniony pogląd o nieuchronnym „wygaszaniu” relacji wraz z upływem czasu i wskazują, że kluczowe znaczenie mają procesy adaptacyjne oraz zdolność partnerów do podtrzymywania bliskości w zmieniających się warunkach życia.

1.4.6.5. Posiadanie dzieci a jakość związku intymnego

Rodzicielstwo stanowi jeden z najlepiej zbadanych czynników związanych z jakością relacji intymnej. Wyniki badań prowadzonych na przestrzeni kilku dekad wskazują, że pojawienie się dzieci stanowi istotne wyzwanie dla funkcjonowania związku, a pary posiadające potomstwo deklarują przeciętnie niższy poziom satysfakcji z relacji w porównaniu z parami bezdzietnymi, szczególnie w okresie intensywnego wychowywania małych dzieci (Twenge, Campbell i Foster, 2003). W literaturze podkreśla się, że zmiany te

mają charakter umiarkowany, lecz powtarzalny, i dotyczą zarówno wymiaru emocjonalnego relacji, jak i jej codziennego funkcjonowania.

Wyniki nowszych badań podłużnych potwierdzają, że okres przejścia do rodzicielstwa wiąże się z obniżeniem subiektywnej oceny jakości związku, zwłaszcza w pierwszych latach po narodzinach dziecka. Metaanaliza badań podłużnych przeprowadzona przez Bogdan i in. (2022) wskazuje, że spadek satysfakcji pojawia się w pierwszym roku po porodzie i może utrzymywać się w kolejnym okresie, choć z mniejszą intensywnością. Zjawisko to obserwowane jest zarówno u matek, jak i u ojców, co sugeruje, że wynika ono z ogólnych zmian w funkcjonowaniu diady, a nie wyłącznie z doświadczeń jednej ze stron.

Podobne wnioski formułowane są również w polskiej literaturze psychologicznej. Liberska (2014) wskazuje, że narodziny dziecka stanowią jeden z kluczowych momentów krytycznych w cyklu życia rodziny, wymagający reorganizacji ról, renegocjacji granic oraz adaptacji do nowych obciążeń emocjonalnych i instrumentalnych. Autorka podkreśla, że zwiększone zmęczenie, ograniczenie czasu spędzanego wyłącznie z partnerem oraz nierównomierny podział obowiązków opiekuńczych mogą prowadzić do przejściowego obniżenia satysfakcji małżeńskiej, szczególnie w początkowej fazie rodzicielstwa. Jednocześnie zaznacza się, że zmiany te nie muszą mieć charakteru trwałego i w wielu parach ulegają osłabieniu wraz z adaptacją do nowych ról.

Mechanizmy obniżenia jakości relacji po narodzinach dziecka są szeroko opisywane w literaturze. Pojawienie się potomka wiąże się z istotną reorganizacją codziennego funkcjonowania, wzrostem poziomu stresu oraz ograniczeniem zasobów czasowych i emocjonalnych, które mogą być inwestowane w relację partnerską (Karney i Bradbury, 2020; Liberska, 2014). Dodatkowo w wielu parach obserwuje się proces tradycjonalizacji ról, nawet

jeśli wcześniej funkcjonowały one w bardziej egalitarnym modelu, co bywa źródłem napięć i frustracji, zwłaszcza po stronie kobiet.

Jednocześnie badania wskazują, że wpływ rodzicielstwa na jakość związku jest silnie zróżnicowany kulturowo i społecznie. Metaanalizy obejmujące próby z kultur kolektywistycznych pokazują, że negatywne zmiany jakości relacji po narodzinach dzieci są tam słabsze, co tłumaczy się większym udziałem rozszerzonej rodziny oraz dostępnością wsparcia społecznego (Dillon i Beechler, 2010). Również w polskich opracowaniach podkreśla się jako czynniki łagodzących napięcia towarzyszące wczesnemu rodzicielstwu (Liberska, 2014).

Reasumując, rodzicielstwo stanowi istotne wyzwanie dla jakości relacji intymnej i wiąże się z przejściowym obniżeniem satysfakcji ze związku, szczególnie w początkowej fazie wychowywania dzieci. Efekt ten nie ma jednak charakteru uniwersalnego ani trwałego i jest modyfikowany przez czynniki kulturowe, społeczne oraz indywidualne zasoby pary. Wiele związków potrafi z czasem zaadaptować się do nowych ról i odbudować satysfakcję relacyjną, zwłaszcza przy adekwatnym wsparciu i świadomym inwestowaniu w relację partnerską.

1.4.6.6. Wykształcenie i status ekonomiczny a jakość związku intymnego

Poziom wykształcenia oraz sytuacja ekonomiczna partnerów należą do istotnych uwarunkowań społeczno-ekonomicznych funkcjonowania związków intymnych. Przeglądy badań wskazują, że wyższy status społeczno-ekonomiczny częściej wiąże się z wyższą jakością relacji oraz większą stabilnością związku, jednak zależności te mają charakter pośredni i kontekstowy, a ich znaczenie modyfikowane jest przez inne czynniki indywidualne i relacyjne (Karney i Bradbury, 2020; Plopa, 2006).

W odniesieniu do poziomu wykształcenia podkreśla się, że nie stanowi on prostego predyktora jakości relacji, lecz pełni funkcję zasobu sprzyjającego adaptacji partnerskiej. Wyższe wykształcenie częściej wiąże się z kompetencjami psychospołecznymi, większą elastycznością poznawczą oraz skuteczniejszymi strategiami radzenia sobie z problemami, co może ułatwiać negocjowanie ról i rozwiązywanie konfliktów w związku (Rostowska, 2014). Jednocześnie wskazuje się, że w sytuacjach wysokich wymagań zawodowych i przeciążenia rolami znaczenie wykształcenia może ujawniać się w sposób ambiwalentny, szczególnie jeśli para nie wypracuje satysfakcjonującego sposobu godzenia ról rodzinnych i zawodowych.

Syntetyczne opracowania literatury potwierdzają, że w ujęciu populacyjnym wyższy poziom wykształcenia częściej wiąże się z korzystniejszym funkcjonowaniem relacji, jednak jego znaczenie ujawnia się głównie poprzez mechanizmy pośredniczące, takie jak dostęp do zasobów, niższa ekspozycja na chroniczny stres oraz większa sprawczość w rozwiązywaniu problemów relacyjnych (Karney i Bradbury, 2020). Podobne wnioski płyną z badań prowadzonych w kontekstach pozaeuropejskich, które wskazują, że wyższy poziom edukacji partnerów pozostaje istotnie związany z wyższą oceną satysfakcji małżeńskiej, także po uwzględnieniu zmiennych socjodemograficznych, przy czym siła tych zależności może różnić się w zależności od płci i kohorty wiekowej (Zhang i Liang, 2023).

Istotnym czynnikiem powiązanim z poziomem wykształcenia pozostaje sytuacja ekonomiczna pary. Badania empiryczne wskazują, że stabilność finansowa oraz subiektywnie oceniane bezpieczeństwo materialne sprzyjają wyższej satysfakcji z relacji, natomiast długotrwały stres ekonomiczny stanowi istotny czynnik ryzyka obniżenia jakości związku (Conger, Rueter i Elder, 1999; Karney i Bradbury, 2020; Plopa, 2006). Analizy pokazują, że trudności finansowe wiążą się z częstszymi konfliktami, obniżeniem wsparcia emocjonalnego

oraz większym obciążeniem relacji codziennymi stresorami, co może osłabiać nawet relacje charakteryzujące się dobrymi umiejętnościami komunikacyjnymi.

W literaturze psychologicznej wskazuje się, że stabilność finansowa oraz subiektywnie oceniane bezpieczeństwo materialne sprzyjają wyższej satysfakcji z relacji, natomiast długotrwały stres ekonomiczny może stanowić czynnik ryzyka obniżenia jakości związku. Trudności finansowe sprzyjają nasileniu konfliktów oraz obniżeniu poziomu wsparcia emocjonalnego w relacji (Plopa, 2006; Liberska, 2014).

Podsumowując, zarówno poziom wykształcenia, jak i status ekonomiczny partnerów wiążą się z jakością związku intymnego w sposób pośredni i zależny od kontekstu. Wyższe wykształcenie oraz stabilna sytuacja materialna sprzyjają tworzeniu warunków ułatwiających adaptację relacyjną, redukcję stresu i efektywne radzenie sobie z wyzwaniami życia rodzinnego, jednak nie stanowią samodzielnej gwarancji wysokiej satysfakcji ze związku.

1.4.6.7. Podsumowanie podrozdziału o socjodemograficznych uwarunkowaniach jakości związku intymnego

Przegląd badań empirycznych wskazuje, że czynniki społeczno-demograficzne pełnią istotną, lecz w przeważającej mierze pośrednią i kontekstowo uwarunkowaną rolę w kształtowaniu jakości związków intymnych. Żadna z analizowanych zmiennych — wiek, płeć, formalny status związku, czas trwania relacji, rodzicielstwo czy wskaźniki statusu społeczno-ekonomicznego — nie stanowi samodzielnego i uniwersalnego predyktora satysfakcji relacyjnej.

Badania podkreślają nieliniowy i zróżnicowany charakter zmian jakości relacji w cyklu życia pary, przy czym obserwowane przeciętne wzorce nie mają charakteru normatywnego i maskują znaczną heterogeniczność indywidualnych trajektorii. W tym sensie

wiek i długość trwania związku należy traktować raczej jako wskaźniki etapu życia i typowych wyzwań rozwojowych niż jako proste determinanty jakości relacji.

W odniesieniu do płci oraz formalnego statusu związku wyniki badań wskazują na kluczowe znaczenie kontekstu społecznego, norm kulturowych oraz poziomu zaangażowania partnerów. Różnice między kobietami i mężczyznami oraz między związkami formalnymi i nieformalnymi mają niewielką siłę i ujawniają się przede wszystkim w określonych warunkach, takich jak nierówny podział obowiązków, wysoki poziom stresu czy brak stabilności relacyjnej.

Rodzicielstwo, podobnie jak status społeczno-ekonomiczny, stanowi istotne tło funkcjonowania relacji, jednak jego znaczenie dla jakości związku jest zmienne i zależne od dostępnych zasobów adaptacyjnych. Stabilność finansowa, wsparcie społeczne oraz zdolność do renegocjacji ról sprzyjają utrzymaniu satysfakcji relacyjnej, natomiast kumulacja stresorów zwiększa ryzyko jej obniżenia.

Podsumowując, czynniki społeczno-demograficzne należy ujmować jako elementy kontekstu, w ramach którego realizują się procesy podmiotowe i relacyjne. Ich znaczenie ujawnia się przede wszystkim poprzez interakcje z cechami partnerów i dynamiką relacji, co uzasadnia potrzebę ich uwzględniania w złożonych, wielowymiarowych modelach jakości związku.

Rozdział 2. Adaptacja skali do badania wrażliwości przetwarzania sensorycznego ***(Highly Sensitive Person Scale)***

Poniższy rozdział omawiający procedurę i przebieg adaptacji narzędzia został opracowany na podstawie wcześniejszej publikacji autorki (Bobrowska i Liberska, 2024), zawierającej szczegółową prezentację procesu adaptacji i wyników analiz psychometrycznych.

2.1. Założenia teoretyczne i cel adaptacji skali HSPS

Wrażliwość przetwarzania sensorycznego to uwarunkowana genetycznie cecha, która mówi o poziomie podatności na bodźce zmysłowe o niskiej sile stymulacji. Osoby podatne, określa się mianem wysoko wrażliwych. Mimo, że na początku była utożsamiana z neurotyzmem i introwersją badania prowadzone od czasu jej wyodrębnienia konsekwentnie wskazywały, że jest ona konstruktem odmiennym (Aron i Aron, 1997; Aron i in., 2005). Z uwagi na rosnące zainteresowanie tą cechą w psychologii osobowości oraz jej potencjalne znaczenie dla funkcjonowania jednostki w bliskich relacjach, uznano zasadność włączenia jej do modelu badawczego dotyczącego jakości związku intymnego.

W momencie planowania projektu badawczego nie istniało jeszcze żadne opublikowane narzędzie do pomiaru wrażliwości przetwarzania sensorycznego w Polsce, co doprowadziło do decyzji o przeprowadzeniu adaptacji. W dalszej części rozdziału przedstawiono proces adaptacji pełnej wersji skali. Warto zaznaczyć, że aktualnie istnieje również inna polska adaptacja skali przedstawiona przez Baryłę-Matejczuk i in. (2023), natomiast została opublikowana po rozpoczęciu prac badawczych nad własną adaptacją. Na etapie przeprowadzania analiz czynnikowych korzystano z wersji artykułu udostępnionej w trybie online first, która następnie została opublikowana w numerze czasopisma w 2023 roku.

Oryginalna wersja skali Highly Sensitive Person została opracowana i zwalidowana w badaniach mających na celu scharakteryzowanie konstruktu wrażliwości przetwarzania sensorycznego (Aron i Aron, 1997). Narzędzie obejmuje 27 pozycji odnoszących się do różnorodnych aspektów tej cechy, a odpowiedzi udzielane są na siedmiopunktowej skali Likerta (1 – wcale, 7 – bardzo). W wyniku przeprowadzonej adaptacji kulturowej powstała polska wersja skali, obejmująca 21 pozycji ocenianych na siedmiostopniowej skali Likerta (od 1 – zdecydowanie się nie zgadzam, do 7 – zdecydowanie się zgadzam). Pozycje odnoszą się do typowych reakcji na bodźce zmysłowe, emocjonalne i społeczne, co pozwala uchwycić pełne spektrum przejawów wrażliwości przetwarzania sensorycznego.

2.2. Tłumaczenie oryginalnej skali

Polska adaptacja skali została opracowana w oparciu o analizę teoretycznego ujęcia wrażliwości przetwarzania sensorycznego (Aron i Aron, 1997) oraz jego odniesienie do specyfiki populacji dorosłych w Polsce (Hornowska i Paluchowski, 2004). Proces tłumaczenia przeprowadzono z zastosowaniem metody translacji i procedury tłumaczenia wstecznego. W pierwszym etapie psycholog z biegłą znajomością języka angielskiego przygotował tłumaczenie oryginalnej wersji skali na język polski. Następnie inny specjalista – również psycholog z biegłą znajomością języka angielskiego – dokonał przekładu zwrotnego z polskiego na angielski. Otrzymane wersje porównano, analizując ich zgodność merytoryczną oraz adekwatność kulturową. Ostateczną wersję skali opracował zespół trzech psychologów z biegłą znajomością języka angielskiego, zapewniając, by treść pozycji testowych była w pełni dostosowana do polskiego kontekstu kulturowego.

2.3. Opis badanej próby i procedury badawczej

W badaniu udział wzięło łącznie 1360 osób dorosłych w wieku od 18 do 70 lat ($M = 28,19$; $SD = 7,39$). Dobór próby miał charakter losowy, a dane niekompletne zostały

wykluczone z dalszych analiz. Udział w badaniu był całkowicie dobrowolny i anonimowy. Jedynym kryterium włączenia była pełnoletniość uczestników. W badanej grupie mężczyźni stanowili 27,6%, a większość respondentów posiadała wykształcenie wyższe (60,1%, N = 818). Wykształcenie średnie zadeklarowało 35,5% (N = 483), podstawowe – 2,9% (N = 40), a zawodowe – 1,4% (N = 19). Ponadto, ponad dwie trzecie badanych (66,4%, N = 903) pozostawało w związku intymnym w czasie przeprowadzania badania.

Badanie zostało przeprowadzone w okresie od marca do maja 2022 roku. Próbę uczestników dobrano losowo z populacji dorosłych mieszkańców Polski. Każda osoba przystępowała do badania dobrowolnie, wyrażając świadomą zgodę, oraz miała możliwość wycofania się na każdym etapie. Uczestnicy badania wypełniali dwa narzędzia psychometryczne w następującej kolejności:

- Polskie tłumaczenie skali *Highly Sensitive Person Scale* (Aron i Aron, 1997) – składało się z 27 pytań. Badani zostali poproszeni, aby wskazać, w jakim stopniu zgadzają się z każdym stwierdzeniem na 7-stopniowej skali Likerta, gdzie 1 oznacza – *zdecydowanie nie zgadzam się*, a 7 – *zdecydowanie zgadzam się*;
- *Inwentarz osobowości NEO-FFI* – polska adaptacja (Zawadzki i in., 1998) – składa się z 60 stwierdzeń o charakterze samoopisowym, których prawdziwość w stosunku do własnej osoby badany ocenia na skali pięciostopniowej. Pozycje te tworzą pięć skal mierzących: neurotyczność, ekstrawersję, otwartość na doświadczenie, ugodowość i sumienność.

Dodatkowo, zebrano dane socjodemograficzne dotyczące wieku, płci, poziomu wykształcenia, miejsca zamieszkania oraz statusu związku. Projekt badania został zatwierdzony przez Komisję Etyki ds. Badań Naukowych przy Wydziale Psychologii Uniwersytetu Kazimierza Wielkiego w Bydgoszczy (nr 4/16.11.2021).

2.4. Metody analizy danych

W celu zbadania struktury czynnikowej adaptowanego narzędzia posłużono się analizą czynnikową złożoną z kilku etapów. Chociaż pierwotne badania sugerowały jednoczynnikową strukturę HSPS (Aron i Aron, 1997; Hofmann i Bitran, 2007), można spotkać się z wynikami różnych badań sugerujących wyodrębnienie dwóch czynników (Cheek i in., 2009; Ershova i in., 2018; Evans i Rothbart, 2008; Montoya-Pérez i in., 2019), trzech (Aron i Aron, 2010; Booth i in., 2015; Konrad i Herzberg, 2017; Smolewska i in., 2006) lub nawet pięciu czynników (Baryła-Matejczuk i in., 2023; Chacón i in., 2021). Z tego powodu w pierwszym etapie analiz posłużono się confirmacyjną analizą czynnikową CFA (*confirmatory factor analysis*; CFA), która pozwoliła sprawdzić, czy istniejące w literaturze modele znajdują odzwierciedlenie w danych zebranych na potrzeby polskiej walidacji. W ocenie modeli CFA posłużono się inspekcją rekomendowanych wskaźników dopasowania modelu do danych, tzn. Comparative Fit Index (CFI), gdzie oczekiwane są wartości wyższe niż 0,90 oraz Root Mean Square Error of Approximation (RMSEA), gdzie oczekiwane wartości są niższe niż 0,08 (Byrne, 1994). W analizie wykorzystano estymator największej wiarygodności odporny na niespełnienie założenia o wielowymiarowej normalności.

Ze względu na fakt mnogości różnorodnych modeli pomiarowych walidowanej skali oraz trudności w znalezieniu optymalnego modelu w drugim etapie próbę walidacyjną podzielono na dwie równoliczne części. Na jednej połowie wykonano eksploracyjną analizę czynnikową (*exploratory factor analysis*; EFA). W celu oceny leżących u podłoża liczbę czynników, wykonano test analizy równoległej (*parallel analysis*; Horn, 1965) oraz minimalnych średnich cząstek (*minimum average partial*; MAP; Velicer, 1976). Są to zalecane metody oceny liczby czynników (Fabrigar i in., 1999), które wedle badań symulacyjnych charakteryzują się największą celnością poprawnej identyfikacji liczby

czynników (Ruscio i Roche, 2012). Analizę czynnikową wykonano za pomocą estymacji osi głównych oraz biorąc pod uwagę fakt, że większość konstruktów psychologicznych jest skorelowana, wykorzystano skośną rotację oblmin. W trzecim etapie analiz model pomiarowy wyodrębniony na bazie EFA przetestowano w drugiej grupie z wykorzystaniem metody konfirmacyjnej CFA. Aby ocenić model CFA, wykorzystano te same wskaźniki, które opisano powyżej. Analizy eksploracyjne zostały wykonane w programie R, z wykorzystaniem pakietu psych (Revelle, 2022), zaś analizy konfirmacyjne w programie Mplus v. 7.2. (Muthen i Muthen, 2012).

2.5. Ocena istniejących modeli - Konfirmacyjna analiza danych

Początkowo uważano, że skala ta stanowi jednowymiarowy konstrukt (Aron i Aron, 1997). Jednoczynnikową strukturę HSPS potwierdzili Hofmann i Bitran (2007) poprzez analizę głównych składowych (PCA) oraz na podstawie wykresu osypiska. Rzetelność skali w badaniach wahała się od $\alpha = 0,85$ (Aron i Aron, 1997) do $\alpha = 0,87$ (Aron i Aron, 1997; Hofmann i Bitran, 2007).

Jednak dalsze badania z wykorzystaniem HSPS (Evans i Rothbart, 2008; Grimen i Diseth, 2016; Konrad i Herzberg, 2017; Smolewska i in., 2006) rzuciły nowe światło na początkowe założenia Aron i Aron (1997). Wyniki badań empirycznych zaczęły kwestionować jednowymiarowość skali. Smolewska i in. (2006) zaproponowali strukturę trójczynnikową, obejmującą trzy wymiary: wrażliwość estetyczną (AES), niski próg sensoryczny (LST) oraz łatwość wzbudzenia (EOE).

Struktura sugerowana przez Smolewską i in. (2006) została potwierdzona w kolejnych badaniach (Aron i Aron, 2010; Booth i in., 2015; Konrad i Herzberg, 2017). W hiszpańskiej adaptacji narzędzia badacze uzyskali strukturę pięcioczynnikową (Chacón i in., 2021), podobne wyniki odnotowano również w polskiej wersji skali (Baryła-Matejczuk i in., 2023).

Dokonano oceny dopasowania pięciu modeli czynnikowych opisywanych w dotychczasowej literaturze przedmiotu. Wyniki przeprowadzonych analiz CFA pokazano w tabeli 1.

Tabela 1

Współczynniki dopasowania modeli pomiarowych opisanych w literaturze

Model	$\chi^2_{(df)}$	p	CFI	RMSEA	90%CI
(1) Aron i Aron, 1997	3378,48 ₍₃₂₄₎	0,001	0,695	0,083	0,081, 0,086
(2) Smolewska i in., 2006	2382,67 ₍₂₇₂₎	0,001	0,765	0,076	0,073, 0,078
(3) Ershova i in., 2018	1549,53 ₍₁₄₉₎	0,001	0,792	0,083	0,079, 0,087
(4) Chacón i in., 2021	2400,28 ₍₃₁₄₎	0,001	0,792	0,070	0,067, 0,073
(5) Baryła-Matejczuk i in., 2023	1553,08 ₍₁₄₂₎	0,001	0,801	0,085	0,082, 0,089

Żaden z ocenianych modeli nie osiągnął satysfakcjonujących parametrów dopasowania w odniesieniu do wskaźnika CFI, który pozostawał poniżej akceptowalnego progu. Wskaźnik RMSEA, choć mieścił się w granicach wartości akceptowalnych, oscylował wokół ich górnej granicy. Najsłabsze dopasowanie uzyskał model jednoczynnikowy zaproponowany przez autorów oryginalnej skali, natomiast relatywnie najlepsze rezultaty osiągnął model pięcioczynnikowy (model 4). Mimo to, żaden z modeli nie spełnił w pełni przyjętych kryteriów jakości dopasowania.

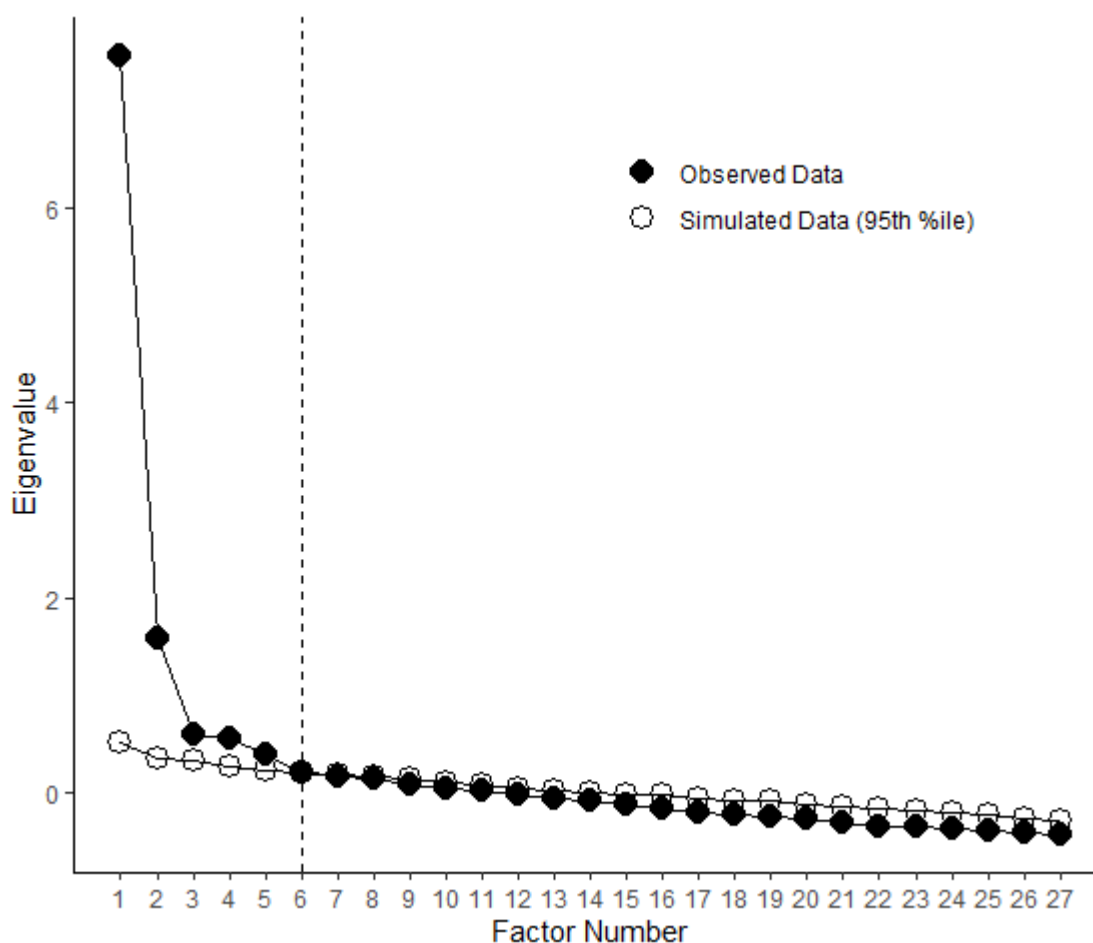
W związku z brakiem zadowalającego dopasowania któregośkolwiek z modeli teoretycznych, podjęto decyzję o przeprowadzeniu eksploracyjnej analizy czynnikowej, mającej na celu identyfikację struktury czynnikowej najlepiej odzwierciedlającej dane empiryczne w badanej próbie.

2.6. Eksploracyjna analiza danych

Na pierwszym etapie eksploracji dokonano oceny liczby czynników, które należy wyodrębnić. Analiza równoległa, której wyniki przedstawiono na rysunku 2, wykazała, że pierwsze sześć czynników uzyskanych z danych rzeczywistych miało wartości własne przewyższające te uzyskane w drodze symulacji. Jednak ze względu na fakt, że wartości jedynie dwóch pierwszych czynników okazały się większe niż 1, można przyjąć, iż analiza równoległa sugeruje wyodrębnienie dwóch czynników.

Rycina 2

Empiryczne i symulowane wartości własne poszczególnych czynników w analizie równoległej



Z kolei test MAP również potwierdził, że struktura dwuczynnikowa w sposób najbardziej adekwatny oddaje budowę badanej skali, przy czym oba czynniki łącznie tłumaczyły 35% ogólnej wariancji. Na tej podstawie zdecydowano o dalszym testowaniu modelu dwuczynnikowego.

Rotowane ładunki czynnikowe omawianego rozwiązania przedstawiono w tabeli 2.

Tabela 2

Rotowane ładunki czynnikowe

Pozycja testowa	Nadmierna stymulacja	Głębokość przetwarzania
1. Łatwo staję się przytłoczony/przytłoczona silnymi bodźcami sensorycznymi.	0,70	-0,05
2. Zauważam subtelne sygnały w moim otoczeniu.	-0,05	0,72
3. Nastroje innych ludzi mają na mnie wpływ.	0,35	0,35
4. Jestem bardzo wrażliwy/wrażliwa na ból.	0,22	0,08
5. Czasami podczas bardzo zajętych dni potrzebuję odciąć się od bodźców i szukam miejsca, gdzie będę sam/sama.	0,46	0,16
6. Jestem szczególnie wrażliwy/wrażliwa na działanie kofeiny.	0,18	0,24
7. Mam wrażenie, że silniej niż inni odczuwam bodźce sensoryczne, takie jak zapach, smak czy dotyk.	0,13	0,69
8. Mam bogate i złożone życie wewnętrzne.	0,06	0,61
9. Głośny hałas sprawia, że czuję się niekomfortowo.	0,47	0,28
10. Potrafię być głęboko poruszony/poruszona muzyką lub sztuką.	0,03	0,50
11. Czasami czuję się tak bardzo przytłoczony/przytłoczona, że wybucham.	0,47	0,22
12. Jestem sumienny/sumienna.	-0,03	0,34
13. Łatwo mnie zaskoczyć.	0,23	-0,04

14. Złoszczę się, kiedy mam dużo do zrobienia w krótkim czasie.	0,65	-0,10
15. Kiedy ludzie czują się niekomfortowo w aktualnym otoczeniu, wiem, co zrobić, aby polepszyć ich samopoczucie (np. zmiana oświetlenia albo miejsca siedzenia).	-0,16	0,64
16. Jestem zirytowany/zirytowana, kiedy ktoś chce ode mnie wiele rzeczy naraz.	0,65	-0,04
17. Staram się bardzo unikać popełniania błędów i zapominania o czymś.	0,23	0,24
18. Staram się unikać brutalnych filmów i programów telewizyjnych.	0,31	0,26
19. Kiedy dużo dzieje się wokół mnie, odczuwam nieprzyjemne pobudzenie.	0,60	0,21
20. Bycie bardzo głodnym/głodną wywołuje we mnie silną reakcję, zaburzając koncentrację lub nastrój.	0,37	0,09
21. Zmiany w moim życiu wyprowadzają mnie z równowagi.	0,69	-0,07
22. Dostrzegam subtelne różnice oraz intensywność zapachów, smaków i dźwięków.	0,02	0,78
23. Uważam, że to nieprzyjemne, gdy wiele się dzieje naraz.	0,82	-0,11
24. Priorytetem jest dla mnie takie uporządkowanie życia, aby uniknąć przykrych lub przytłaczających sytuacji.	0,45	0,05
25. Przeszkadzają mi intensywne bodźce, takie jak głośne dźwięki czy chaotyczne sceny.	0,61	0,22
26. Jeżeli muszę z kimś konkurować albo ktoś mnie obserwuje, kiedy coś robię, to jestem tak zdenerwowany/zdenerwowana lub roztrzęsiony/roztrzęsiona, że radzę sobie znacznie gorzej z zadaniem.	0,71	0,02

27. Kiedy byłem/byłam dzieckiem, moi rodzice i nauczyciele uważali mnie za osobę nieśmiałą i wrażliwą.	0,36	0,06
--	-------------	------

Wyjaśniona wariancja	21%	14%
----------------------	-----	-----

Adnotacja. Ładunki o sile powyżej 0,30 zostały pogrubione.

Okazało się, że spośród 27 analizowanych pozycji testowych ładunki czterech z nich (tj. pozycje 4, 6, 13 i 17) nie są wskaźnikami żadnego z dwóch czynników. Dodatkowo, dwie inne pozycje (tj. 3 i 18) ładują jednocześnie dwa czynniki, w efekcie czego można je uznać za słaby wskaźnik obu zmiennych.

Oprócz tego nie odnotowano istotnych ładunków krzyżowych między czynnikami. Podsumowując, wyniki EFA sugerują usunięcie sześciu pozycji testowych, które okazały się słabymi wskaźnikami mierzonych czynników: „3. Nastroje innych ludzi mają na mnie wpływ”, „4. Jestem bardzo wrażliwy na ból”, „6. Jestem szczególnie wrażliwa na działanie kofeiny”, „13. Łatwo mnie zaskoczyć”, „17. Staram się bardzo unikać popełniania błędów i zapominania o czymś”, „18. Staram się unikać brutalnych filmów i programów telewizyjnych”.

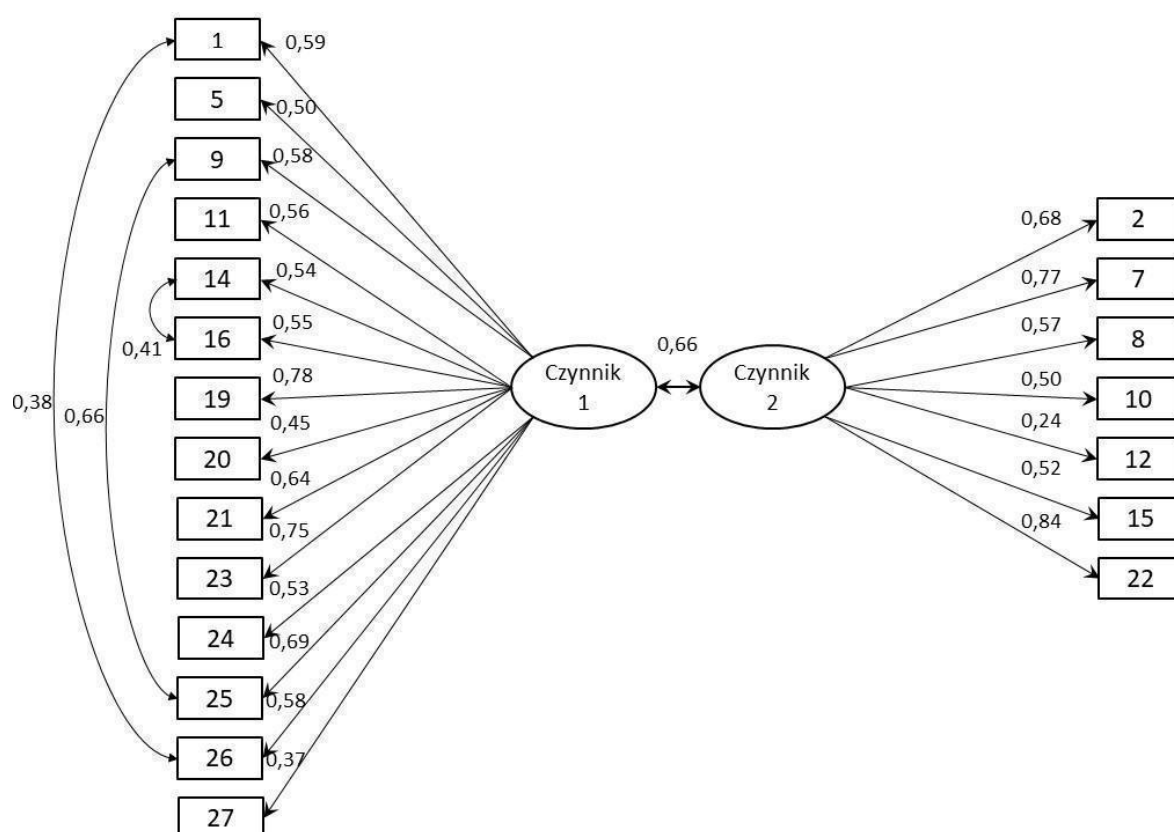
2.7. Weryfikacja modelu - Konfirmacyjna analiza danych

Na trzecim i zarazem końcowym etapie analizy, przeprowadzono weryfikację modelu dwuczynnikowego wyłonionego w drodze eksploracji danych. Wyniki CFA wskazały na niski poziom dopasowania względem statystyki CFI oraz umiarkowany w odniesieniu do RMSEA ($\chi^2_{(188)} = 902,56; p < 0,001; CFI = 0,816; RMSEA = 0,075 [0,070, 0,080]$). Inspekcja wskaźników poprawy modelu wykazała istnienie trzech znaczących korelacji pomiędzy wartościami rezyduálnymi. Uwzględnienie ich w modelu w sposób znaczący poprawiło poziom dopasowania do akceptowalnych poziomów ($\chi^2_{(185)} = 475,43; p < 0,001; CFI = 0,925;$

RMSEA = 0,048 [0,043, 0,053]). Standaryzowane ładunki czynnikowe przedstawiono na rycinie 3.

Rycina 3

Graficzna reprezentacja modelu pomiarowego wraz ze standaryzowanymi ładunkami czynnikowymi.



Siła wszystkich ładunków czynnikowych, z wyjątkiem pozycji 12, okazała się odpowiednia. Korelacja pomiędzy zmiennymi latentnymi wskazuje na silną zależność między nimi, jednak nie występuje współliniowość. Podsumowując, biorąc pod uwagę zadowalające współczynniki dopasowania modelu do danych oraz odpowiednie ładunki czynnikowe, dwuczynnikowy model wyróżniony w drodze eksploracji można uznać za satysfakcjonujący.

2.8. Własności psychometryczne skal – rzetelność i trafność

Otrzymane wyniki wskazują na dwuczynnikową strukturę, które zostały nazwane nadmierna stymulacja (NS) oraz głębokość przetwarzania (GP). Nazwy czynników odnoszą się do dwóch z czterech kluczowych komponentów funkcjonowania osoby wysoko wrażliwej, według autorki konstrukt Aron. Głębokość przetwarzania odnosi się do sposobu przetwarzania informacji – polega na przywoływaniu wcześniej zgromadzonej wiedzy, analizowaniu i łączeniu jej z nowymi danymi, a także dostrzeganiu niuansów i alternatyw podczas podejmowania decyzji. Nadmierna stymulacja odnosi się do podatności na przeciążenie bodźcami. Jej źródłem jest szczegółowe i intensywne odbieranie informacji – osoby o wysokiej wrażliwości częściej zauważają drobne elementy otoczenia i reagują silniej na bodźce, co może prowadzić do poczucia przytłoczenia (Aron, 2017).

Opierając się na wynikach analizy CFA, przyjęto rozwiązanie dwuczynnikowe i obliczono ich korelacje z wynikami NEO-FFI (tabela 3).

Tabela 3

Korelacje między skalą HSPS oraz NEO-FFI

	Nadmierna stymulacja (NS)	Głębokość przetwarzania (GP)	Skala SPS
Ekstrawersja	-0,480**	-0,106**	-0,396**
Neurotyczność	0,640**	0,321**	0,599**
Sumienność	-0,069	0,249	0,470
Ugodowość	0,075**	0,160**	0,118**
Otwartość na doświadczenia	0,168**	0,512**	0,325**

** $p < 0,01$

Wszystkie wyniki okazały się istotne statystycznie. Oba czynniki, ale nadmierna stymulacja najsilniej, były istotnie związane z neurotyzmem, podobnie jak pełna skala HSPS. Wyniki analiz wskazują na umiarkowany związek między pełną skalą a sumiennością oraz słabą korelację między skalą głębokość przetwarzania i sumiennością. Co zaskakujące, między otwartością na doświadczenia a skalą głębokość przetwarzania istniał stosunkowo wysoki związek, z kolei z pełną skalą korelacja ta była znacznie niższa. Ekstrawersja była negatywnie skorelowana zarówno z pełną skalą, jak i z każdym z wymiarów, ale najsilniej z nadmierną stymulacją. Korelacje słabe lub bardzo słabe były między ugodowością, a wymiarami HSPS. Neurotyzm najsilniej wiązał się ze skalą nadmierna stymulacja, czyli tendencją do przytłoczenia poprzez bodźce zewnętrzne i wewnętrzne. Natomiast korelacja neurotyzmu ze skalą głębokość przetwarzania była stosunkowo niewielka.

Biorąc pod uwagę, że teoria osobowości Wielka Piątka, na której zostało oparte narzędzie NEO-FFI, zakłada, iż ekstrawersja-introwersja znajduje się na kontinuum, spodziewano się negatywnego związku między wrażliwością przetwarzania sensorycznego a ekstrawersją. Założenie to potwierdziło się całkowicie. Ekstrawersja negatywnie korelowała z każdym z wymiarów HSPS, najsilniej z nadmierną stymulacją. Cała skala HSPS była umiarkowanie negatywnie związana z ekstrawersją. Wyniki te jak najbardziej potwierdzają założenia autorów narzędzia, że wrażliwość przetwarzania sensorycznego jest związana z introwersją.

Otrzymano ogólnie zadowalające wyniki rzetelności, co wskazuje na dobrą zgodność wewnętrzną testu. Rzetelność całej 22-stopniowej skali wyniosła $\alpha = 0,90$, natomiast rzetelność skali (podskali) nadmierna stymulacja wyniosła $\alpha = 0,88$, a rzetelność skali (podskali) głębokość przetwarzania – $\alpha = 0,78$.

Wykorzystując test *t* Studenta dla grup niezależnych zbadano różnice płci. Wyniki okazały się istotne i wskazują, że kobiety częściej charakteryzują się cechą wysokiej

wrażliwości ($M = 123,8$; $SD = 14,58$) niż mężczyźni ($M = 100,56$; $SD = 19,39$) $t(545) = 21,08$; $p < 0,05$, $d = 1,448$. Siła tego efektu jest duża. Jest to zgodne z wynikami innych badań przeprowadzonych przez Aron i Aron (1997) oraz Smolewska i in. (2006)

2.9. Podsumowanie rozdziału

Przeprowadzone analizy psychometryczne pozwalają uznać polską adaptację skali Highly Sensitive Person Scale za narzędzie o zadowalających właściwościach pomiarowych. Uzyskana dwuczynnikowa struktura wykazuje spójność z kluczowymi komponentami wrażliwości przetwarzania sensorycznego opisywanymi w literaturze przedmiotu, przy czym szczególnie stabilnym i powtarzalnym elementem pozostaje wymiar nadmiernej stymulacji, identyfikowany również w innych adaptacjach skali, przeprowadzonych w odmiennych kontekstach kulturowych. Wymiar głębokości przetwarzania, choć teoretycznie zakorzeniony w koncepcji SPS, cechuje się większą zmiennością strukturalną, co znajduje odzwierciedlenie w wynikach dotychczasowych badań adaptacyjnych.

Otrzymane wskaźniki dopasowania modelu, wartości ładunków czynnikowych oraz poziom rzetelności całej skali i jej podskal wskazują na dobrą jakość pomiaru. Jednocześnie, ze względu na silną współzależność wyodrębnionych wymiarów oraz teoretyczne założenia o względnie jednorodnym charakterze wrażliwości przetwarzania sensorycznego, zasadne jest ujmowanie tego konstruktu w sposób całościowy, na podstawie łącznego wyniku skali. Dodatkowym argumentem na rzecz trafności adaptowanego narzędzia pozostają uzyskane wzorce korelacji z wymiarami osobowości mierzonymi za pomocą NEO-FFI, zgodne z dotychczasowymi ustaleniami empirycznymi. W związku z powyższym, polska wersja skali została uznana za adekwatne narzędzie do pomiaru wrażliwości przetwarzania sensorycznego i wykorzystana w dalszych etapach badań empirycznych niniejszej rozprawy.

Rozdział 3. Badania własne

3.1. Cel i problematyka badań własnych

Jakość związku intymnego stanowi jeden z kluczowych obszarów zainteresowań współczesnej psychologii społecznej oraz psychologii relacji. Bliskie więzi między ludźmi odgrywają zasadniczą rolę w życiu jednostki – umożliwiają doświadczanie emocjonalnej bliskości, zaspokajają potrzebę przynależności oraz zapewniają poczucie bezpieczeństwa w relacjach interpersonalnych (Adler, Rosenfeld i Proctor, 2007; Czapliński i Panek, 2007).

Utrzymywanie satysfakcjonujących relacji partnerskich wiąże się z dobrostanem psychicznym – sprzyja stabilizacji emocjonalnej oraz wspiera rozwój osobisty i społeczny jednostki. Już w klasycznych teoriach psychologii społecznej i ewolucyjnej (Bowlby, 1988; Aronson, 2005) podkreślano, że zdolność do tworzenia więzi z innymi jest ewolucyjnie ugruntowaną potrzebą człowieka, sprzyjającą przetrwaniu i adaptacji.

Współcześnie relacje intymne uznaje się za jeden z centralnych wymiarów życia dorosłych. Badania prowadzone w Polsce wskazują, że miłość i trwały związek pozostają jednymi z najwyżej cenionych wartości w hierarchii życiowej dorosłych. Wyniki ogólnopolskiego sondażu przeprowadzonego w 2010 roku, opublikowane przez Szafraniec (2011), pokazują, że wartości te zajmują wysoką pozycję w deklaracjach badanych. Wyniki uzyskane przez Sokal (2013) potwierdzają, że dla większości młodych dorosłych małżeństwo nadal jest wartością istotną – blisko 80% osób deklaruje chęć jego zawarcia. Wskazuje to, że mimo dynamicznych przemian społeczno-kulturowych, pragnienie tworzenia trwałych więzi emocjonalnych i formalnych pozostaje głęboko zakorzenione w ludzkiej naturze. Zawieranie związków małżeńskich, oprócz realizacji potrzeb biologicznych, stanowi również sposób zaspokojenia podstawowych potrzeb psychicznych i społecznych człowieka. W ujęciu psychologicznym małżeństwo jest przestrzenią, w której zaspokajane są potrzeby bliskości,

bezpieczeństwa i przynależności, a także rozwijają się umiejętności wzajemnej troski i odpowiedzialności za drugą osobę (Janicka, 2008; Janicka i Niebrzydowski, 1994). Jako względnie trwała forma współżycia dwojga ludzi małżeństwo sprzyja kształtowaniu więzi emocjonalnej, umożliwia realizację potrzeb opieki i zainteresowania oraz stanowi podstawę dla rozwoju emocjonalnego i społecznego jednostki.

W strukturze życia społecznego małżeństwo tradycyjnie pełniło funkcję podstawowej formy instytucjonalizacji więzi intymnej. Zmiany kulturowe, obyczajowe i ekonomiczne drugiej połowy XX oraz początku XXI wieku przyczyniły się jednak do wzrostu różnorodności form relacji – od związków formalnych po kohabitacyjne i partnerskie, o czym szerzej mowa w rozdziale *Charakterystyka związków intymnych*. Pomimo tych przemian potrzeba bliskości, emocjonalnej więzi i trwałego partnerstwa pozostaje jedną z fundamentalnych potrzeb człowieka (Plopa, 2006; Giddens, 2006; Giddens i Sutton, 2012). Najnowsze dane Eurostatu pokazują, że w 2023 r. w krajach Unii Europejskiej zawarto ok. 1,8 mln małżeństw i odnotowano ok. 0,7 mln rozwodów, co oznacza, że na każde trzy nowo zawarte małżeństwa przypadał niemal jeden rozwód. Dane te wskazują na utrzymującą się wysoką częstość rozpadu związków w relacji do liczby małżeństw, co odzwierciedla rosnącą niestabilność relacji partnerskich w ujęciu społecznym i podkreśla znaczenie badań nad czynnikami podtrzymującymi ich jakość w zmieniającym się kontekście kulturowym.

Współczesne warunki życia – wzrost indywidualizmu, tempo przemian społecznych i rosnące znaczenie samorealizacji – wpływają na sposób budowania i podtrzymywania relacji romantycznych. Utrzymujący się wysoki wskaźnik rozwodów oraz zmiana postrzegania małżeństwa jako instytucji wskazują na transformację wzorców bliskości (Rostowska, 2009; Wojciszke, 2015). Coraz częściej podkreśla się, że – obok uwarunkowań kontekstowych – istotną rolę w kształtowaniu jakości relacji partnerskich odgrywają czynniki psychologiczne,

zwłaszcza wzorce przywiązania i cechy osobowości (Plopa, 2014; Candel i Turliuc, 2019; O'Meara i South, 2019; Sayehmiri i in., 2020). W najnowszych opracowaniach naukowych coraz częściej podkreśla się znaczenie temperamentu i osobowości dla funkcjonowania relacji rodzinnych i partnerskich (Lengua, 2025), co znajduje odzwierciedlenie w rosnącym zainteresowaniu badaczy indywidualnymi różnicami w bliskich związkach. Z tego względu zmienne te uwzględniono również w niniejszym projekcie badawczym.

Przyjmuje się, że dobór zmiennych obejmujących styl przywiązania, cechy osobowości oraz wrażliwość przetwarzania sensorycznego pozwala uchwycić złożone powiązania między indywidualnymi właściwościami jednostki a sposobem, w jaki kształtuje ona bliskość, satysfakcję i stabilność w relacji partnerskiej. Związki romantyczne nie są jedynie wypadkową cech jednostek, lecz także wynikiem wzajemnych interakcji, które mogą wzmacniać lub osłabiać funkcjonowanie partnerów. Założenia takie przyjęto w modelu badań własnych.

W świetle współczesnych koncepcji związek intymny postrzega się jako dynamiczny układ wzajemnych zależności, w którym właściwości psychologiczne jednej osoby oddziałują nie tylko na jej własne doświadczenia, lecz również na funkcjonowanie drugiego partnera i jego doświadczenia (Kenny, Kashy i Cook, 2006, Liberska, 2014). Taki sposób myślenia stanowi podstawę ujęć diadycznych, w których relacja traktowana jest jako system wzajemnych oddziaływań.

Indywidualne cechy psychologiczne partnerów – w tym właściwości osobowości, temperament oraz styl przywiązania – współtworzą dynamikę związku, w której sposób funkcjonowania jednej osoby oddziałuje na drugą. Sposób, w jaki jedna osoba reguluje emocje, reaguje na stres czy okazuje bliskość, przekłada się nie tylko na jej własne doświadczenie satysfakcji, lecz także na sposób, w jaki druga osoba postrzega związek i

ocenia jego jakość. W konsekwencji brak równowagi w tym obszarze może prowadzić do obniżenia satysfakcji ze związku, a tym samym do pogorszenia jakości życia partnerów (Rostowska i Rostowski, 2002). Taka perspektywa ukazuje związek intymny jako system wzajemnych oddziaływań i uzasadnia potrzebę jednoczesnego uwzględniania czynników podmiotowych i relacyjnych oraz analizy współzależności między nimi.

Zasadne staje się zatem prowadzenie badań obejmujących zarówno czynniki podmiotowe – takie jak cechy osobowości, styl przywiązania i wrażliwość przetwarzania sensorycznego – jak i czynniki relacyjne, obejmujące dopasowanie osobowości partnerów, komponenty miłości (intymność, namiętność, zobowiązanie) oraz fazę związku.

Jakość związku ujmowana jest w niniejszym badaniu jako złożony konstrukt odzwierciedlający zarówno stopień przystosowania diadycznego – obejmującego wymiary satysfakcji, zgodności, spójności i ekspresji uczuciowości (Spanier, 1976) – jak i wewnętrzną dynamikę relacji, wyrażającą się poprzez komponenty miłości: intymność, namiętność i zobowiązanie (Sternberg, 1986; Wojciszke, 2015).

Takie ujęcie pozwala uchwycić poznawczo-emocjonalno-motywacyjny charakter więzi partnerskiej, a jednocześnie jej funkcjonalny wymiar, przejawiający się w dopasowaniu diadycznym.

Na podstawie tych koncepcji i wyników wcześniejszych badań opracowano model badawczy (rycina 4 i 5), który zakłada, że jakość związku intymnego stanowi rezultat współdziałania czynników indywidualnych i relacyjnych, a ich wzajemne zależności analizowane są w perspektywie systemowej, traktującej związek jako dynamiczny układ interakcji między partnerami.

W świetle przedstawionych założeń teoretycznych oraz dotychczasowych ustaleń empirycznych podjęto próbę zintegrowania wybranych czynników podmiotowych i relacyjnych w kontekście jakości związku intymnego par heteroseksualnych. Przyjęto, że jakość relacji stanowi złożony konstrukt odzwierciedlający zarówno poziom przystosowania diadycznego – obejmującego wymiary satysfakcji, zgodności, spójności i ekspresji uczuciowości (Spanier, 1976) – jak i wewnętrzną dynamikę relacji, wyrażającą się w natężeniu komponentów miłości: intymności, namiętności i zobowiązania (Sternberg, 1986; Wojciszke, 2015).

W ujęciu metodologicznym przyjęto, że zmienną objaśnianą jest jakość związku, rozumiana jako poziom przystosowania diadycznego. Zmiennymi objaśniającymi są natomiast czynniki podmiotowe i relacyjne.

Do czynników podmiotowych zaliczono cechy osobowości, styl przywiązania oraz wrażliwość przetwarzania sensorycznego, które odnoszą się do indywidualnych właściwości jednostki i kształtują sposób jej funkcjonowania w bliskich relacjach.

Warto podkreślić, że styl przywiązania, choć traktowany w niniejszym badaniu jako czynnik podmiotowy, ma również charakter relacyjny – rozwija się w wyniku doświadczeń bliskości i wpływa na sposób budowania więzi z partnerem (Bowlby, 1988; Mikulincer i Shaver, 2016; Płopa, 2014).

Czynniki relacyjne obejmują natomiast komponenty miłości – intymność, namiętność i zobowiązanie – opisujące emocjonalno-poznawczy wymiar więzi partnerskiej. Ich wzajemna konfiguracja i natężenie determinują fazę związku, w jakiej znajdują się partnerzy. Kolejnym czynnikiem relacyjnym jest dopasowanie partnerów w zakresie osobowości, odzwierciedlające systemową interakcję w diadzie.

Takie ujęcie umożliwia analizę jakości związku zarówno z perspektywy indywidualnych predyspozycji, jak i wzajemnych współzależności między partnerami. W ujęciu metodologicznym czynniki podmiotowe i relacyjne zostały operacjonalizowane poprzez odpowiednie zmienne psychologiczne, co umożliwia ich empiryczną weryfikację w ramach przyjętego modelu badawczego (tabela 4).

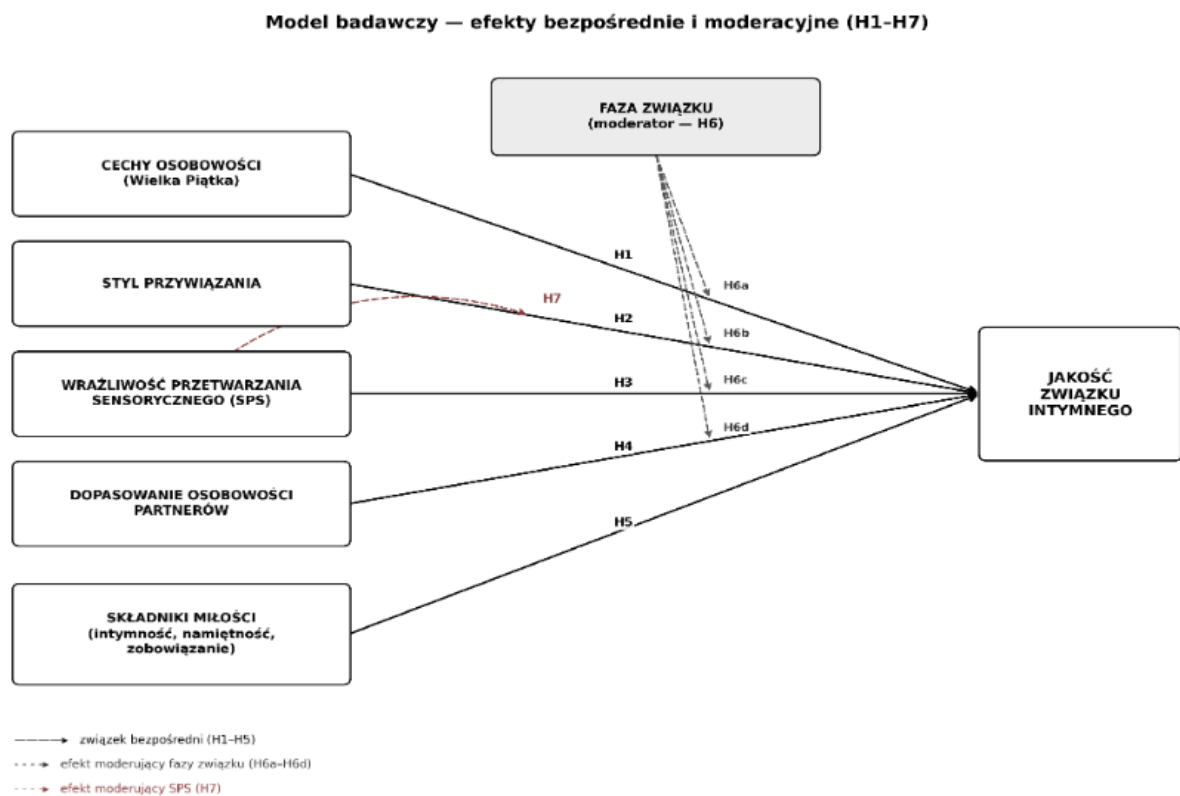
Tabela 4*Kategorie zmiennych uwzględnionych w modelu badawczym*

Kategoria zmiennej	Zmienna	Rola w modelu badawczym	Definicja
Podmiotowe	Cechy osobowości	Zmienna objaśniająca	Właściwości osobowościowe jednostki, opisujące jej typowy sposób funkcjonowania emocjonalnego i interpersonalnego
	Styl przywiązania	Zmienna objaśniająca	Ukształtowany wzorzec regulacji bliskości emocjonalnej i reagowania w relacji z partnerem
	Wrażliwość przetwarzania sensorycznego (SPS)	Zmienna objaśniająca oraz moderator	Cecha indywidualna mówiąca o zwiększonej podatności na bodźce o niskiej sile stymulacji
Relacyjne	Dopasowanie osobowości partnerów	Zmienna objaśniająca	Stopień dopasowania partnerów w zakresie cech osobowości (nasilenie cech)
	Składniki miłości	Zmienna objaśniająca	Trzy wymiary miłości: intymność, namiętność i zobowiązanie, opisujące dynamikę relacji
	Intymność	Mediator	Komponent miłości o charakterze emocjonalnym, obejmujący poczucie bliskości, zaufania i wzajemnego zrozumienia między partnerami, przejawiający się w trosce o dobro drugiej osoby, dzieleniu się doświadczeniami oraz budowaniu wzajemnej więzi; pośredniczy w relacji między stylem przywiązania a jakością związku
	Faza związku	Moderator	Etap rozwoju relacji wyodrębniony na podstawie nasilenia składników miłości
Zmienna wynikowa	Jakość związku	Zmienna objaśniana	Poziom ogólnego funkcjonowania i zadowolenia w relacji partnerskiej, stanowiący efekt współdziałania czynników podmiotowych i relacyjnych

Graficzne przedstawienie relacji między czynnikami podmiotowymi, relacyjnymi a jakością związku, uwzględnione w przyjętym modelu badawczym, przedstawiono na rysunku 4 i 5.

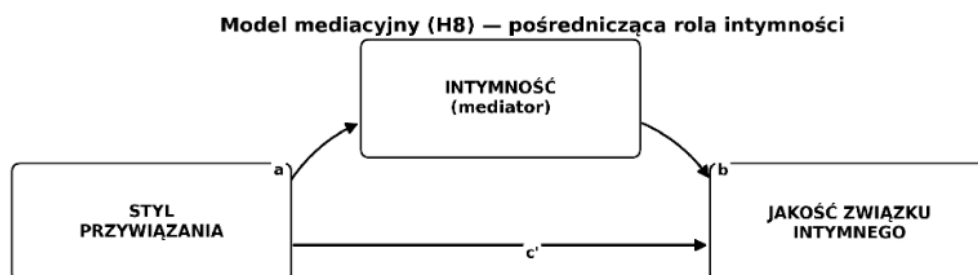
Rycina 4

Model badawczy przedstawiający relacje bezpośrednie między predyktorami a jakością związku intymnego (H1–H5) oraz efekty moderacyjne fazy związku (H6a–H6d) i wrażliwości przetwarzania sensorycznego (H7).



Rycina 5

Model badawczy przedstawiający relację mediacyjną między stylami przywiązania, intymnością a jakością związku intymnego (H8).



Zgodnie z założeniami podejścia diadycznego, relacja intymna stanowi system współzależnych oddziaływań między dwiema osobami. W tym kontekście zastosowanie modelowania równań strukturalnych (SEM) umożliwia jednocześnie testowanie złożonych relacji między zmiennymi podmiotowymi i relacyjnymi, z uwzględnieniem efektów bezpośrednich i pośrednich. Szczególnie użyteczną ramą analityczną jest model Actor–Partner Interdependence Model (APIM), który pozwala badać zarówno związek między cechami jednostki a jej własnym funkcjonowaniem w związku (efekt aktora), jak i ich znaczenie dla funkcjonowania partnera (efekt partnera) (Kenny, Kashy i Cook, 2006).

Połączenie podejścia diadycznego z modelowaniem strukturalnym pozwala uchwycić dynamiczny charakter relacji, w której jakość związku rozumiana jest jako wynik współoddziaływania czynników podmiotowych i relacyjnych. Przyjęty model uwzględnia także możliwość występowania efektów mediacyjnych i moderacyjnych, co umożliwia zbadanie, w jaki sposób czynniki takie jak płeć czy faza związku mogą modyfikować zależności pomiędzy zmiennymi psychologicznymi a jakością relacji.

Celem głównym badań jest empiryczna analiza modelu uwzględniającego styl przywiązania, cechy osobowości oraz wrażliwość przetwarzania sensorycznego jako zmienne powiązane z jakością związku intymnego. W modelu uwzględniono również zmienną relacyjną określającą dopasowanie osobowości partnerów. Założono, że jakość związku wynika ze współzależności czynników podmiotowych i relacyjnych, odzwierciedlających zarówno emocjonalno-poznawczy wymiar więzi (intymność, namiętność, zobowiązanie), jak i funkcjonalny wymiar dopasowania partnerów. W modelu uwzględniono także płeć jako zmienną różnicującą diady oraz fazę związku jako moderator powiązań między zmiennymi podmiotowymi a jakością związku.

Cele szczegółowe obejmują:

1. Zbadanie zależności między cechami osobowości, stylem przywiązania i wrażliwością przetwarzania sensorycznego a jakością relacji.
2. Analizę zgodności partnerów w zakresie cech osobowości i jej znaczenia dla jakości relacji.
3. Określenie znaczenia czynników relacyjnych – komponentów miłości i dopasowania partnerów w zakresie cech osobowości dla jakości związku.

Zbadanie roli płci (jako zmiennej różnicującej diady) i fazy związku (jako moderatora) w powiązaniach między czynnikami podmiotowymi i relacyjnymi a jakością związku.

4. Opracowanie modelu teoretyczno-empirycznego integrującego czynniki indywidualne i diadyczne w analizie jakości związku intymnego.

W ujęciu teoretycznym zaprezentowane badania rozwijają integracyjne podejście do jakości związku, łączące perspektywę jednostki i diady w jednym modelu badawczym, uwzględniającym czynniki osobowościowe, temperamentalne i relacyjne. W wymiarze

praktycznym stanowią one podstawę dla działań diagnostycznych i terapeutycznych ukierunkowanych na wzmacnianie satysfakcji oraz stabilności związków intymnych.

Podjęcie tej problematyki wynika z potrzeby pogłębienia wiedzy o psychologicznych mechanizmach funkcjonowania bliskich relacji w warunkach współczesnych przemian społecznych. Szczególną wartością projektu jest jego złożony charakter – jednocześnie uwzględnienie perspektywy obojga partnerów oraz integracja trzech kluczowych wymiarów funkcjonowania jednostki w bliskim związku: osobowości, stylu przywiązania i wrażliwości przetwarzania sensorycznego. Włączenie wrażliwości przetwarzania sensorycznego do analizy jakości relacji stanowi szczególnie istotny i nowatorski aspekt badań, ponieważ wiedza na temat tej cechy w kontekście funkcjonowania w związkach romantycznych jest wciąż ograniczona i rozwija się stosunkowo niedawno.

Takie ujęcie pozwala na wieloaspektowe rozumienie jakości relacji i stanowi istotny wkład w rozwój psychologii relacji intymnych. W dalszej części pracy przedstawiono szczegółowe problemy badawcze i hipotezy, które stanowią empiryczne rozwinięcie założeń przyjętego modelu teoretyczno-empirycznego.

3.2. Pytania i hipotezy badawcze

W ramach prezentowanej pracy, opartej na modelu korelacyjnym i modelowaniu równań strukturalnych, postawiono 8 pytań badawczych dotyczących związków między wybranymi czynnikami podmiotowymi (osobowością, stylem przywiązania i wrażliwością przetwarzania sensorycznego) a czynnikami relacyjnymi (zgodnością osobowości partnerów, składnikami miłości oraz fazą związku) i jakością związku intymnego. Uwzględniono zarówno powiązania współwystępowania, jak i relacje kierunkowe, w których czynniki podmiotowe i relacyjne pełnią funkcję predyktorów jakości związku.

Ze względu na diadyczny charakter badania uwzględniono również efekt aktora i efekt partnera (Kenny, Kashy i Cook, 2006), co pozwoliło na analizę powiązań zarówno wewnątrz, jak i między partnerami. Możliwe odpowiedzi na pytania badawcze sformułowano w postaci hipotez ogólnych i szczegółowych. Zgodnie z zaleceniami Brzezińskiego (2019) oraz Kerlingera i Lee (2000) hipotezy zostały sformułowane na poziomie teoretycznym, obejmując logicznie także przewidywania dotyczące funkcjonowania tych zależności u kobiet i u mężczyzn oraz efektów diadycznych, bez konieczności formułowania odrębnych hipotez dla każdego efektu statystycznego. Weryfikacja hipotez odbywa się dwuetapowo: w pierwszym etapie z wykorzystaniem analiz korelacyjnych, pozwalających określić współzależności między zmiennymi, w drugim natomiast — modelowania strukturalnego, umożliwiającego identyfikację predyktorów jakości związku. Takie ujęcie zapewnia spójność teoretyczną i klarowność interpretacji wyników.

Zgodnie z ujęciem danych diadycznych, w przypadku zmiennych intrapsychicznych częściej oczekuje się relatywnie silniejszych efektów aktora, przy świadomości, że ich wielkość i kierunek zależą od specyfiki analizowanych konstruktów (Kenny, Kashy i Cook, 2006). Z uwagi na potwierdzone w badaniach różnice płciowe w zakresie cech osobowości przyjęto, że powiązania między analizowanymi zmiennymi mogą przebiegać odmiennie u kobiet i mężczyzn, zarówno pod względem kierunku, jak i siły (Schmitt, Realo, Voracek i Allik, 2008; Weisberg, DeYoung i Hirsh, 2011).

Formułując hipotezy, kierowano się zaleceniami metodologicznymi Brzezińskiego (2019) oraz Kerlingera i Lee (2000), zgodnie z którymi powinny być one formułowane na poziomie teoretycznym, a nie czysto statystycznym. Oznacza to, że szczegółowe przewidywania dotyczące efektów aktora, partnera i funkcjonowania zależności u kobiet i mężczyzn mogą być logicznie zawarte w hipotezach ogólnych i szczegółowych, bez

konieczności ich rozbijania na liczne warianty analityczne. Brzeziński (2019) podkreśla, że hipoteza naukowa jest twierdzeniem przewidującym związek między konstruktami teoretycznymi, a nie zbiorem odrębnych porównań statystycznych.

W duchu tej zasady przyjęto, że każda hipoteza ogólna obejmuje zarówno zależności współwystępowania (analizy korelacyjne), jak i zależności kierunkowe (analizy predykcyjne). Jak zauważa Kline (2016), w modelowaniu strukturalnym hipotezy dotyczą relacji predykcyjnych pomiędzy konstruktami latentnymi, nie zaś pojedynczych efektów pomiarowych. Z tego względu nie formułowano odrębnych hipotez dla każdego efektu statystycznego, przyjmując, że ich weryfikacja będzie prowadzona łącznie w ramach analiz korelacyjnych i strukturalnych. Takie ujęcie zapewnia spójność teoretyczną, oszczędność struktury hipotez oraz klarowność interpretacji wyników.

Pytanie badawcze 1 (P1):

Czy cechy osobowości partnerów wiążą się z jakością związku intymnego u kobiet i u mężczyzn? Czy cechy osobowości partnerów stanowią istotne predyktory jakości związku intymnego u kobiet i u mężczyzn?

Uzasadnienie hipotez:

Liczne badania empiryczne wskazują, że cechy osobowości — zwłaszcza neurotyczność, ugodowość, sumienność i ekstrawersja — pozostają istotnie związane z jakością relacji romantycznych (Robins, Caspi i Moffitt, 2000; Karney i Bradbury, 1995). Metaanaliza Malouff i in. (2010), obejmująca blisko 4000 osób, potwierdziła, że niższa neurotyczność oraz wyższe nasilenie pozostałych trzech cech współwystępują z wyższą satysfakcją ze związku, co uzasadnia przyjęcie cech osobowości jako istotnego uwarunkowania jakości związku intymnego.

Hipoteza ogólna 1 (H1):

Cechy osobowości stanowią istotne uwarunkowania jakości związku intymnego.

Hipotezy szczegółowe (korelacyjne):

H1a. Ekstrawersja jest dodatnio skorelowana z jakością związku intymnego.

H1b. Ugodowość jest dodatnio skorelowana z jakością związku intymnego.

H1c. Sumienność jest dodatnio skorelowana z jakością związku intymnego.

H1d. Otwartość na doświadczenie nie jest istotnie związana z jakością związku intymnego.

H1e. Stabilność emocjonalna jest dodatnio skorelowana z jakością związku intymnego.

Hipotezy szczegółowe (predykcyjne):

H1f. Ekstrawersja jest predyktorem jakości związku intymnego. Im wyższa ekstrawersja, tym wyższa jakość związku.

H1g. Ugodowość jest predyktorem jakości związku intymnego. Im wyższa ugodowość, tym wyższa jakość związku.

H1h. Sumienność jest predyktorem jakości związku intymnego. Im wyższa sumienność, tym wyższa jakość związku.

H1i. Otwartość na doświadczenie nie jest istotnym predyktorem jakości związku intymnego.

H1j. Stabilność emocjonalna jest predyktorem jakości związku intymnego. Im wyższa stabilność emocjonalna, tym wyższa jakość związku.

Pytanie badawcze 2 (P2):

Czy style przywiązania partnerów wiążą się z jakością związku intymnego u kobiet i u mężczyzn? Czy style przywiązania partnerów stanowią istotne predyktory jakości związku intymnego u kobiet i u mężczyzn?

Uzasadnienie hipotez:

Teoria przywiązania zakłada, że wewnętrzne modele robocze ukształtowane we wczesnych relacjach z opiekunami determinują sposób budowania bliskości w dorosłych związkach romantycznych (Bowlby, 1988; Mikulincer i Shaver, 2016). Metaanaliza Li i Chan (2012), obejmująca ponad 21 000 osób, potwierdziła, że bezpieczny styl przywiązania wiąże się z wyższą jakością związku, podczas gdy style lękowo-ambiwalentny i unikowy pozostają z nią ujemnie związane, co stanowi solidną podstawę do przyjęcia stylów przywiązania jako istotnego uwarunkowania jakości związku.

Hipoteza ogólna 2 (H2):

Style przywiązania stanowią istotne uwarunkowania jakości związku intymnego.

Hipotezy szczegółowe (korelacyjne):

H2a. Bezpečny styl przywiązania jest predyktorem jakości związku intymnego. Wzrost nasilenia bezpiecznego stylu przywiązania jest predyktorem wzrostu jakości związku.

H2b. Lękowo-ambiwalentny styl przywiązania jest predyktorem jakości związku intymnego. Wzrost nasilenia lękowo-ambiwalentnego stylu przywiązania jest predyktorem obniżenia jakości związku.

H2c. Unikowy styl przywiązania jest predyktorem jakości związku intymnego. Wzrost nasilenia unikowego stylu przywiązania jest predyktorem obniżenia jakości związku.

Hipotezy szczegółowe (predykcyjne):

H2d. Bezpečny styl przywiązania jest predyktorem wzrostu jakości związku intymnego.

H2e. Lękowo-ambiwalentny styl przywiązania jest predyktorem obniżenia jakości związku intymnego.

H2f. Unikowy styl przywiązania jest predyktorem obniżenia jakości związku intymnego.

Pytanie badawcze 3 (P3):

Czy wrażliwość przetwarzania sensorycznego partnerów wiąże się z jakością związku

intymnego u kobiet i u mężczyzn? Czy wrażliwość przetwarzania sensorycznego partnerów stanowi istotny predyktor jakości związku intymnego u kobiet i u mężczyzn?

Uzasadnienie hipotez:

Wrażliwość przetwarzania sensorycznego wiąże się zarówno z pogłębioną empatią i wyczuleniem na potrzeby partnera, jak i ze zwiększoną podatnością na przestymulowanie w sytuacjach konfliktowych (Aron i Aron, 1997; Acevedo i in., 2014), co sugeruje jej złożony, potencjalnie dwukierunkowy związek z jakością relacji. Nieliczne dotychczasowe badania — takie jak Zorlular i Uzer (2022) — wskazują na ujemny związek pośredni, przenoszony przez negatywną afektywność i nieadaptacyjne style radzenia sobie z konfliktem. Ze względu na wciąż ograniczoną liczbę badań w tym obszarze, włączenie tej cechy do modelu stanowi próbę poszerzenia wiedzy o jej roli w funkcjonowaniu związków romantycznych.

Hipoteza ogólna 3 (H3):

Wrażliwość przetwarzania sensorycznego stanowi istotne uwarunkowanie jakości związku intymnego.

Hipotezy szczegółowe (korelacyjne):

H3a. Wrażliwość przetwarzania sensorycznego wiąże się z jakością związku intymnego.

H3b. Nadmierna stymulacja jest ujemnie skorelowana z jakością związku intymnego.

H3c. Głębokość przetwarzania bodźców jest dodatnio skorelowana z jakością związku intymnego.

Hipotezy szczegółowe (predykcyjne):

H3d. Wrażliwość przetwarzania sensorycznego jest predyktorem jakości związku intymnego.

H3e. Nadmierna stymulacja jest predyktorem jakości związku intymnego. Im większe nasilenie nadmiernej stymulacji, tym niższa jakość związku.

H3f. Głębokość przetwarzania bodźców jest predyktorem jakości związku intymnego. Im większa głębokość przetwarzania bodźców, tym wyższa jakość związku.

Pytanie badawcze 4 (P4):

Czy dopasowanie partnerów w zakresie cech osobowości wiąże się z jakością związku intymnego u kobiet i u mężczyzn? Czy dopasowanie partnerów w zakresie cech osobowości stanowi istotny predyktor jakości związku intymnego u kobiet i u mężczyzn?

Uzasadnienie hipotez:

Znaczenie dopasowania partnerów w zakresie cech osobowości nie jest w literaturze jednorodne i różni się w zależności od analizowanej cechy. W odniesieniu do ugodowości i stabilności emocjonalnej dostępne są przesłanki wskazujące na korzystną rolę podobieństwa partnerów, wynikającą z łatwiejszej współregulacji emocjonalnej i wzajemnego zrozumienia (Barelds, 2005; Gaunt, 2006), a analogiczny kierunek zależności dla ugodowości i ekstrawersji potwierdzają Watson, Hubbard i Wiese (2000). Szczególnie mocnych podstaw dla przyjęcia kierunku podobieństwa dostarczają wyniki Barelds i Barelds-Dijkstra (2007), którzy wykazali, że spośród wszystkich pięciu cech Wielkiej Piątki to właśnie podobieństwo w zakresie sumienności okazało się jedynym istotnym predyktorem satysfakcji ze związku. W odniesieniu do otwartości na doświadczenie nie sformułowano hipotezy kierunkowej, co koresponduje z ustaleniami wskazującymi na brak jednoznacznego związku tej cechy z jakością związku również na poziomie indywidualnym (Malouff i in., 2010).

Hipoteza ogólna 4 (H4):

Dopasowanie partnerów w zakresie poszczególnych cech osobowości stanowi istotne uwarunkowanie jakości związku intymnego.

Hipotezy szczegółowe (korelacyjne):

H4a. Dopasowanie partnerów w zakresie ekstrawersji jest dodatnio skorelowane z jakością związku intymnego.

H4b. Dopasowanie partnerów w zakresie ugodowości jest dodatnio skorelowane z jakością związku intymnego.

H4c. Dopasowanie partnerów w zakresie sumienności jest dodatnio skorelowane z jakością związku intymnego.

H4d. Dopasowanie partnerów w zakresie otwartości na doświadczenie nie jest istotnie związane z jakością związku intymnego.

H4e. Dopasowanie partnerów w zakresie stabilności emocjonalnej jest dodatnio skorelowane z jakością związku intymnego.

Hipotezy szczegółowe (predykcyjne):

H4f. Dopasowanie partnerów w zakresie ekstrawersji jest predyktorem jakości związku intymnego. Im wyższe dopasowanie partnerów w zakresie ekstrawersji, tym wyższa jakość związku.

H4g. Dopasowanie partnerów w zakresie ugodowości jest predyktorem jakości związku intymnego. Im wyższe dopasowanie partnerów w zakresie ugodowości, tym wyższa jakość związku.

H4h. Dopasowanie partnerów w zakresie sumienności jest predyktorem jakości związku intymnego. Im wyższe dopasowanie partnerów w zakresie sumienności, tym wyższa jakość związku.

H4i. Dopasowanie partnerów w zakresie otwartości na doświadczenie nie jest istotnym predyktorem jakości związku intymnego.

H4j. Dopasowanie partnerów w zakresie stabilności emocjonalnej jest predyktorem jakości związku

intymnego. Im wyższe dopasowanie partnerów w zakresie stabilności emocjonalnej, tym wyższa jakość związku.

Pytanie badawcze 5 (P5):

Czy składniki miłości (intymność, namiętność i zobowiązanie) wiążą się z jakością związku intymnego u kobiet i u mężczyzn? Czy składniki miłości stanowią istotne predyktory jakości związku intymnego u kobiet i u mężczyzn?

Hipoteza ogólna 5 (H5):

Składniki miłości stanowią istotne uwarunkowania jakości związku intymnego.

Uzasadnienie hipotez:

Zgodnie z teorią Sternberga (1986) intymność, namiętność i zobowiązanie stanowią komplementarne wymiary miłości, których nasilenie pozostaje związane z jakością relacji (Wojciszke, 2015). Badania wskazują, że wyższy poziom intymności i zobowiązania konsekwentnie wiąże się z wyższą satysfakcją ze związku (Wojciszke, 2015), a wyniki Lemieux i Hale (1999) oraz nowszej analizy diadycznej Beaudoin i in. (2021) potwierdzają, że również namiętność stanowi niezależny, pozytywny predyktor jakości funkcjonowania związku u obu partnerów, co uzasadnia przyjęcie wszystkich trzech komponentów miłości jako istotnych uwarunkowań jakości związku.

Hipotezy szczegółowe (korelacyjne):

H5a. Intymność jest dodatnio skorelowana z jakością związku intymnego.

H5b. Namiętność jest dodatnio skorelowana z jakością związku intymnego.

H5c. Zobowiązanie jest dodatnio skorelowane z jakością związku intymnego.

Hipotezy szczegółowe (predykcyjne):

H5d. Intymność jest predyktorem jakości związku intymnego. Im wyższa intymność, tym

wyższa jakość związku.

H5e. Namiętność jest predyktorem jakości związku intymnego. Im wyższa namiętność, tym wyższa jakość związku.

H5f. Zobowiązanie jest predyktorem jakości związku intymnego. Im wyższe zobowiązanie, tym wyższa jakość związku.

Pytanie badawcze 6 (P6):

Czy faza związku różnicuje zależności między czynnikami podmiotowymi (osobowością, stylem przywiązania, wrażliwością przetwarzania sensorycznego) i relacyjnymi (dopasowaniem osobowości) a jakością związku intymnego?

Uzasadnienie hipotez:

Ponieważ poszczególne fazy związku różnią się konfiguracją nasilenia komponentów miłości (Wojciszke, 2015), zasadne wydaje się przyjęcie, że również inne mechanizmy psychologiczne będą odgrywać odmienną rolę w zależności od etapu relacji. Zgodnie z interakcyjnym modelem funkcjonowania związku siła oddziaływania czynników indywidualnych na jego jakość zależy od kontekstu rozwojowego diady (Karney i Bradbury, 1995), co uzasadnia przyjęcie fazy związku jako zmiennej moderującej analizowane w pracy zależności.

Hipoteza ogólna 6 (H6):

Faza związku moderuje zależności między czynnikami podmiotowymi i relacyjnymi a jakością związku intymnego.

Hipotezy szczegółowe:

H6a. Siła i kierunek zależności między cechami osobowości a jakością związku różnią się w zależności od fazy związku.

H6b. Siła i kierunek zależności między stylami przywiązania a jakością związku różnią się w

zależności od fazy związku.

H6c. Siła i kierunek zależności między poziomem wrażliwości przetwarzania sensorycznego a jakością związku różnią się w zależności od fazy związku.

H6d. Siła i kierunek zależności między dopasowaniem osobowości partnerów a jakością związku różnią się w zależności od fazy związku.

Pytanie badawcze 7 (P7):

Czy wrażliwość przetwarzania sensorycznego moderuje zależność między stylem przywiązania a jakością związku intymnego?

Uzasadnienie hipotez:

Teoria różnicowej podatności na środowisko (Belsky i Pluess, 2009) zakłada, że istnieją jednostki, które silniej reagują zarówno na korzystne, jak i niekorzystne oddziaływania środowiskowe, niezależnie od konkretnego mechanizmu leżącego u podstaw tej zwiększonej reaktywności. Wrażliwość przetwarzania sensorycznego stanowi jeden z konstruktów empirycznie wiązanych z tym ogólnym mechanizmem różnicowej podatności (Aron, Aron i Jagiellowicz, 2012; Pluess i Belsky, 2013), co potwierdziły badania Aron i in. (2005), wykazujące silniejszy związek między niekorzystnymi doświadczeniami z dzieciństwa a negatywną afektywnością w dorosłości u osób o wysokiej wrażliwości. Ponieważ styl przywiązania kształtuje się pod wpływem wczesnych doświadczeń relacyjnych z opiekunem i stanowi ich trwałą, zinternalizowaną reprezentację (Bowlby, 1988), można przypuszczać, że siła, z jaką ten wzorzec ujawnia się w funkcjonowaniu jednostki w dorosłych relacjach romantycznych, będzie zależna od poziomu jej wrażliwości na oddziaływania środowiskowe, co uzasadnia przyjęcie wrażliwości przetwarzania sensorycznego jako moderatora związku między stylem przywiązania a jakością związku.

Hipoteza ogólna 7 (H7):

Wrażliwość przetwarzania sensorycznego pełni funkcję moderatora relacji między stylem przywiązania a jakością związku intymnego.

Hipotezy szczegółowe (moderacyjne):

H7a. Wysoki poziom wrażliwości przetwarzania sensorycznego nasila dodatni związek między bezpiecznym stylem przywiązania a jakością związku.

H7b. Wysoki poziom wrażliwości przetwarzania sensorycznego nasila ujemny związek między lękowo-ambiwalentnym stylem przywiązania a jakością związku.

H7c. Wysoki poziom wrażliwości przetwarzania sensorycznego nasila ujemny związek między unikowym stylem przywiązania a jakością związku.

Pytanie badawcze 8 (P8):

Czy intymność pełni rolę mediatora w relacji między stylami przywiązania partnerów a jakością związku intymnego?

Uzasadnienie hipotez:

Zgodnie z teorią przywiązania wewnętrzne modele robocze, ukształtowane we wczesnych relacjach z opiekunami, kształtują przede wszystkim zdolność jednostki do budowania bliskości emocjonalnej, zaufania i poczucia bezpieczeństwa w relacjach z innymi (Bowlby, 1988; Mikulincer i Shaver, 2016) — intymność, rozumiana jako poczucie bliskości i wzajemnego zrozumienia, opisuje więc ten sam obszar funkcjonowania psychicznego co mechanizmy leżące u podstaw stylu przywiązania. Wybór intymności jako mediatora, a nie pozostałych komponentów miłości, znajduje dodatkowe uzasadnienie w ustaleniach Wojciszke (2009), według którego namiętność i zobowiązanie są wprawdzie skorelowane z satysfakcją ze związku, jednak korelacje te mają charakter pozorny, wynikający wyłącznie z tego, że oba te składniki wiążą się z intymnością. Mechanizm pośredniczącej roli intymności

między stylem przywiązania a funkcjonowaniem relacji, w tym zachowaniami w sytuacjach konfliktowych, potwierdziły bezpośrednio badania Schudlich i in. (2013). Wykorzystanie modelu APIM do analizy związku między przywiązaniem a intymnością na polskiej próbie potwierdzają również Wendołowska i in. (2022), którzy wykazali, że unikowy styl przywiązania przewiduje niższy poziom intymności partnerów, choć w ich badaniu intymność pełniła funkcję zmiennej wyjaśnianej, a nie mediatora.

Hipoteza ogólna 8 (H8):

Intymność pełni funkcję mediatora w relacji między stylami przywiązania a jakością związku intymnego.

3.3 Zmienne i ich pomiar

Operacjonalizacja zmiennych badawczych polega na nadaniu terminom teoretycznym sensu empirycznego, umożliwiającego ich pomiar i analizę statystyczną (Hornowska, 1989). W niniejszym badaniu dokonano operacjonalizacji konstruktów odnoszących się do uwarunkowań jakości związku intymnego, obejmujących zarówno czynniki podmiotowe, jak i relacyjne.

Przy doborze narzędzi badawczych kierowano się zgodnością pomiaru z teoretycznymi założeniami konstruktów, rzetelnością metod (ocenianą współczynnikiem zgodności wewnętrznej alfa Cronbacha, przy czym wartości $\alpha > 0,70$ uznawano za akceptowalne; Brzeziński, 2019; Cronbach, 1951) oraz adekwatnością do specyfiki badanej populacji dorosłych osób pozostających w związkach intymnych (tabela 5).

Tabela 5*Rola poszczególnych zmiennych w modelu oraz zastosowane narzędzia badawcze*

Zmienna	Narzędzie badawcze	Wskaźniki
Cechy osobowości	Ten Item Personality Inventory (TIPI-PL)	Ekstrawersja, ugodowość, sumienność, stabilność emocjonalna, otwartość na doświadczenie; 10 pozycji (2 na wymiar), skala 1–7
Styl przywiązania	Kwestionariusz Stylów Przywiązaniowych	Styl bezpieczny, lękowo-ambiwalentny, unikowy; 24 pozycje (8 na wymiar), skala 1–7
Wrażliwość przetwarzania sensorycznego	Highly Sensitive Person Scale (HSPS)	Wynik ogólny oraz podskale: nadmierna stymulacja (14 pozycji), głębokie przetwarzanie (7 pozycji); 21 pozycji, skala 1–7
Dopasowanie cech osobowości	Ten Item Personality Inventory (TIPI)	Różnica bezwzględna między wynikami partnerów na 5 wymiarach osobowości (np. Ekstrawersja K – Ekstrawersja M)
Komponenty miłości	Kwestionariusz Intymność–Namiętność–Zobowiązanie (INZ)	Intymność, namiętność, zobowiązanie; 36 pozycji (12 na podskale), skala 1–7
Faza związku	Wyodrębnione na podstawie nasilenia składników miłości (INZ)	Fazy: zakochanie, romantyczne początki, związek kompletny, związek przyjacielski, związek pusty, rozpad związku
Jakość związku	Skala Przystosowania Diadycznego (DAS)	Wynik ogólny oraz podskale: satysfakcja, spójność, zgodność, ekspresja uczuciowości; 32 pozycje, zakres wyniku ogólnego 0–151

Zastosowany zestaw obejmował pięć samoopisowych kwestionariuszy: Ten Item Personality Inventory (TIPI) do pomiaru cech osobowości w ujęciu Wielkiej Piątki,

Kwestionariusz Stylów Przywiązaniowych (KSP) do oceny dominującego stylu relacyjnego, Skalę Wysokiej Wrażliwości (HSP Scale) jako miarę wrażliwości przetwarzania sensorycznego (SPS), Kwestionariusz Intymność–Namiętność–Zobowiązanie (INŻ) do pomiaru komponentów miłości według koncepcji Sternberga oraz Dyadic Adjustment Scale (DAS) do oceny komponentów jakości relacji partnerskiej. Dodatkowo wykorzystano metryczkę opracowaną na potrzeby niniejszego badania w celu zebrania danych socjodemograficznych.

Poniżej scharakteryzowano zastosowane w badaniu narzędzia pod względem ich właściwości konstrukcyjnych i psychometrycznych.

3.3.1. Pomiar osobowości - TIPI

Do pomiaru cech osobowości zastosowano kwestionariusz Ten Item Personality Inventory (TIPI; Gosling, Rentfrow i Swann, 2003) w polskiej adaptacji Sorokowskiej i in. (2014). Narzędzie zostało opracowane w oparciu o model Wielkiej Piątki (Big Five), obejmujący pięć podstawowych wymiarów osobowości: ekstrawersję, ugodowość, sumienność, neurotyczność oraz otwartość na doświadczenie (McCrae i Costa, 2008).

TIPI-PL składa się z 10 pozycji – po dwie dla każdego wymiaru. Każda para pozycji opisuje przeciwstawne cechy, z których jedna ma charakter pozytywny, a druga negatywny, co pozwala na kontrolę tendencji odpowiedzi i zwiększa trafność pomiaru. Przykładowo, ekstrawersję reprezentują pozycje „ekstrawertywny, entuzjastyczny” oraz „cichy, powściągliwy”. Odpowiedzi udzielane są na 7-stopniowej skali Likerta (od 1 – zdecydowanie się nie zgadzam do 7 – zdecydowanie się zgadzam). Pozycje negatywnie sformułowane są rekodowane zgodnie z kluczem autorów, a średnia z dwóch pozycji tworzy wynik dla danej cechy.

TIPI-PL jest narzędziem bardzo krótkim i prostym w zastosowaniu, co pozwala na szybki pomiar cech osobowości przy zachowaniu zadowalających właściwości psychometrycznych. W badaniach oryginalnych współczynniki korelacji między wynikami TIPI a pełną wersją NEO-PI-R (Costa i McCrae, 1992) wahały się od $r = 0,56$ do $r = 0,68$ (Gosling, Rentfrow, Swann Jr., 2003). Polska adaptacja uzyskała porównywalne wskaźniki trafności i stabilności. W badaniach Sorokowskiej i in. (2014) współczynniki korelacji między TIPI-PL a NEO-FFI wyniosły od $r = 0,41$ (ugodowość) do $r = 0,68$ (ekstrawersja), natomiast zgodność wewnętrzną mierzona współczynnikiem alfa Cronbacha dla poszczególnych skal mieściła się w przedziale od 0,40 do 0,72, co jest wynikiem typowym dla tak krótkich narzędzi.

Pomimo ograniczonej rzetelności wewnętrznej charakterystycznej dla bardzo krótkich narzędzi, TIPI-PL jest rekomendowany do badań wielozmiennowych i diadycznych, w których kluczowe znaczenie ma redukcja obciążenia pomiarowego przy zachowaniu trafności teoretycznej konstruktów (Gosling i in., 2003; Sorokowska i in., 2014).

TIPI-PL pozwala na uzyskanie pięciu wskaźników opisujących profil osobowości jednostki. Wyższe wartości wskazują na silniejsze natężenie danej cechy. Kwestionariusz był wielokrotnie stosowany w badaniach psychologicznych prowadzonych w Polsce i wykazuje zadowalającą stabilność oraz zgodność z wynikami uzyskiwanymi za pomocą dłuższych inwentarzy (Sorokowska i in., 2014).

W niniejszym badaniu TIPI-PL posłużył do pomiaru cech osobowości u obojga partnerów w związku oraz do obliczenia wskaźników zgodności diadycznej w zakresie poszczególnych wymiarów Wielkiej Piątki.

Dopasowanie partnerów (ang. *similarity*) stanowi zmienną pochodną wyprowadzoną z wyników uzyskanych w kwestionariuszu osobowości (TIPI). Zmienna ta odzwierciedla

stopień zgodności partnerów w zakresie analizowanych cech osobowości. W niniejszej pracy termin "dopasowanie" stosowany będzie konsekwentnie na oznaczenie stopnia zgodności partnerów w zakresie analizowanych cech osobowości, operacjonalizowanego jako różnica bezwzględna między wynikami diady.

Zgodnie z ujęciem metodologicznym Korulczyka (2018), dopasowanie partnerów w badaniach diadycznych może być szacowane jako różnica między wynikami partnerów w danej cesze, przy czym mniejsze różnice oznaczają wyższy poziom dopasowania w obrębie diady. Takie ujęcie pozwala na prostą i interpretacyjnie jednoznaczną operacjonalizację zgodności partnerów, często stosowaną w badaniach diadycznych jako wskaźnik relacyjnego dopasowania cech (Kenny, Kashy i Cook, 2006).

W niniejszym badaniu wskaźniki dopasowania osobowości obliczono jako bezwzględne różnice między wynikami partnerów w każdej z pięciu cech modelu Wielkiej Piątki (np. |Ekstrawersja kobiety – Ekstrawersja mężczyzny|). Uzyskane wartości wykorzystano w analizach korelacyjnych i modelowaniu strukturalnym jako miary relacyjnego dopasowania w zakresie cech osobowości.

3.3.2. Pomiar stylu przywiązania - KSP

Do pomiaru stylu przywiązania zastosowano Kwestionariusz Stylów Przywiązaniowych (KSP) autorstwa Plopy (2008). Narzędzie pozwala na identyfikację dominującego stylu przywiązania w dorosłych relacjach partnerskich. Składa się z 24 pozycji ocenianych na siedmiostopniowej skali Likerta (od 1 – zdecydowanie się nie zgadzam do 7 – zdecydowanie się zgadzam). Każdy styl reprezentowany jest przez osiem stwierdzeń.

Skala stylu bezpiecznego (pozycje: 2, 3, 5, 9, 12, 13, 15, 18; np. „Czuję się dobrze, gdy jestem blisko partnera.”) opisuje osoby zdolne do budowania relacji opartych na

zaufaniu, otwartości i wzajemnym wsparciu emocjonalnym. Wysokie wyniki wskazują na poczucie bezpieczeństwa w relacji, komfort w bliskości i pozytywne postrzeganie partnera.

Skala stylu lękowo-ambiwalentnego (pozycje: 1, 4, 6, 10, 11, 14, 17, 21; np. „Często obawiam się, że mój partner przestanie mnie kochać.”) ujmuje osoby o nasilonej potrzebie bliskości i potwierdzenia emocjonalnego, którym towarzyszy jednocześnie lęk przed odrzuceniem. Wysokie wyniki świadczą o niepewności w relacji i skłonności do nadmiernego zaangażowania emocjonalnego.

Skala stylu unikającego (pozycje: 7, 8, 16, 19, 20, 22, 23, 24; np. „Czuję się niekomfortowo, gdy ktoś zbliża się do mnie zbyt bardzo.”) odnosi się do osób unikających emocjonalnej bliskości, preferujących dystans i samowystarczalność w relacjach. Wysokie wyniki wskazują na tendencję do powściągnięcia emocji i ograniczania zaangażowania w relację.

Narzędzie umożliwia określenie dominującego stylu przywiązania w relacjach dorosłych. Wyniki trzech skal odzwierciedlają względny poziom charakterystycznych dla nich wzorców reagowania i funkcjonowania w bliskich związkach. W badaniach walidacyjnych przeprowadzonych przez Ploę (2008) współczynniki alfa Cronbacha wyniosły odpowiednio: 0,91 dla stylu bezpiecznego, 0,78 dla stylu lękowo-ambiwalentnego oraz 0,80 dla stylu unikającego, co potwierdza wysoką rzetelność narzędzia.

Kwestionariusz Stylów Przywiązaniowych znajduje szerokie zastosowanie w badaniach nad funkcjonowaniem relacji romantycznych, satysfakcją ze związku, bliskością emocjonalną oraz strategiami radzenia sobie z konfliktami (Plopa, 2008; Mikulincer i Shaver, 2016). W niniejszym badaniu KSP posłużył do określenia dominujących stylów przywiązania u partnerów.

3.3.3. Pomiar wrażliwości przetwarzania sensorycznego - HSPS

Do pomiaru wrażliwości przetwarzania sensorycznego zastosowano Skalę Wysokiej Wrażliwości (Highly Sensitive Person Scale; Aron i Aron, 1997) w polskiej adaptacji Bobrowskiej i Liberskiej (2024). Autorzy oryginału wyrazili zgodę na tłumaczenie i adaptację kulturową narzędzia. Proces adaptacji obejmował tłumaczenie z języka angielskiego na polski, weryfikację merytoryczną treści pozycji oraz badania pilotażowe. Szczegółowy opis procesu adaptacji oraz właściwości psychometrycznych narzędzia przedstawiono w rozdziale 2 niniejszej pracy.

Polska wersja narzędzia zawiera 21 pozycji ocenianych na siedmiostopniowej skali Likerta (od 1 – zdecydowanie się nie zgadzam do 7 – zdecydowanie się zgadzam). Odpowiedzi odnoszą się do typowych reakcji na bodźce zmysłowe, emocjonalne i społeczne. Wyniki obliczane są jako średnia arytmetyczna z odpowiedzi dla każdej podskali, a wyższe wartości wskazują na większe nasilenie wrażliwości przetwarzania sensorycznego.

Analiza właściwości psychometrycznych narzędzia (Bobrowska i Liberska, 2024) wykazała wysoką spójność wewnętrzną: współczynnik alfa Cronbacha osiągnął wartości 0,89 dla podskali Nadmiernej Stymulacji, 0,85 dla podskali Głębokiego Przetwarzania oraz 0,91 dla całego narzędzia. Na podstawie analiz czynnikowych potwierdzono dwuczynnikową strukturę narzędzia, zgodną z wcześniejszymi doniesieniami Smolewskiej, McCabe i Woody (2006). Wyodrębniono dwa wymiary: nadmierną stymulację i głębokość przetwarzania, których charakterystykę przedstawiono poniżej.

Podskala Nadmiernej Stymulacji (pozycje 1, 5, 9, 11, 14, 16, 19, 20, 21, 23, 24, 25, 26, 27; np. „Silne zapachy, głośne dźwięki lub jasne światło szybko mnie męczą”) obejmuje wrażliwość na intensywne bodźce zmysłowe i podatność na przeciążenie sensoryczne.

Podskala Głębokiego Przetwarzania (pozycje 2, 7, 8, 10, 12, 15, 22; np. „Zauważam subtelne szczegóły w otoczeniu, które umykają innym”) odnosi się do refleksyjności poznawczej, wrażliwości emocjonalnej i empatii.

Skala Wysokiej Wrażliwości jest narzędziem stosowanym w badaniach nad funkcjonowaniem emocjonalnym, odpornością psychiczną, podatnością na stres oraz jakością relacji interpersonalnych (Aron i Aron, 2018). W niniejszym badaniu posłużyła do pomiaru wrażliwości przetwarzania sensorycznego jako czynnika podmiotowego.

3.3.4. Pomiar jakości związku - DAS

Jakość związku jest rozumiana jako stopień wzajemnego przystosowania partnerów w obszarze emocjonalnym, poznawczym i behawioralnym. Obejmuje takie aspekty, jak satysfakcja ze związku, zgodność w zakresie codziennych decyzji, spójność relacji oraz ekspresja uczuć (Spanier, 1976; Graham i in., 2006). W literaturze podkreśla się, że jakość relacji jest wskaźnikiem stabilności i dobrostanu związku, a jej poziom wiąże się zarówno z indywidualnymi właściwościami partnerów, jak i ze sposobem wzajemnej komunikacji i regulacji emocji (Fincham i Bradbury, 1987).

Do pomiaru jakości związku zastosowano Skalę Przystosowania Diadycznego (Dyadic Adjustment Scale, DAS) autorstwa Spaniera (1976) w polskiej adaptacji Cieślaka (1989). Narzędzie służy do oceny ogólnego poziomu przystosowania partnerskiego w związkach małżeńskich i nieformalnych, definiowanego jako stopień harmonii i satysfakcji w relacji.

Kwestionariusz składa się z 32 pozycji tworzących cztery podskale: satysfakcji, spójności, zgodności i ekspresji uczuciowości. Skala satysfakcji (10 pozycji) odnosi się do ogólnego zadowolenia ze związku i potrzeby jego utrzymania. Skala spójności (5 pozycji)

dotyczy wspólnego angażowania się partnerów w aktywności życia codziennego. Skala zgodności (13 pozycji) opisuje stopień porozumienia partnerów w istotnych kwestiach dotyczących związku, a skala ekspresji uczuciowości (4 pozycje) mierzy częstotliwość i intensywność okazywania uczuć oraz przywiązania.

Format odpowiedzi w kwestionariuszu jest zróżnicowany i obejmuje skale od dwupunktowych do siedmiopunktowych. Najczęściej stosowana jest sześciopunktowa skala Likerta, w której respondenci oceniają częstotliwość określonych zachowań lub stopień zgody z podanymi twierdzeniami. W jednej pozycji uczestnik wybiera spośród sześciu zdań to, które najlepiej oddaje jego stosunek do przyszłości związku.

Wynik ogólny obliczany jest jako suma punktów uzyskanych w poszczególnych podskalach. Zakres możliwych wyników mieści się w przedziale od 0 do 151 punktów, przy czym wyższe wartości oznaczają większy poziom wzajemnego przystosowania i zadowolenia ze związku. W poszczególnych wymiarach zakresy punktacji wynoszą: satysfakcja 0–50, spójność 0–24, zgodność 0–65 oraz ekspresja uczuciowości 0–12.

W badaniach walidacyjnych (Spanier, 1976) uzyskano wysoką zgodność wewnętrzną narzędzia oraz potwierdzono jego trafność kryterialną poprzez porównanie wyników par pozostających w związkach z wynikami osób rozwiedzionych. Metaanaliza Graham i in. (2006), obejmująca 91 badań na łącznej próbie ponad 25 tysięcy uczestników, potwierdziła wysoką rzetelność skali: alfa Cronbacha wynosiła średnio 0,92 dla wskaźnika ogólnego, 0,85 dla skali satysfakcji, 0,79 dla skali spójności oraz 0,71 dla skali ekspresji uczuciowości.

W polskiej adaptacji Cieślaka (1989) uzyskano zbliżone wskaźniki rzetelności: alfa Cronbacha wyniosła 0,89 dla całego kwestionariusza, 0,89 dla skali satysfakcji, 0,78 dla skali spójności, 0,85 dla skali zgodności oraz 0,67 dla skali ekspresji uczuciowości. Trafność

kryterialna została potwierdzona na podstawie różnic między wynikami par małżeńskich i rozwiedzionych.

W niniejszym badaniu wykorzystano wskaźnik ogólny jakości związku, obliczany na podstawie łącznej sumy punktów ze wszystkich podskal. Dodatkowo, w analizach szczegółowych odnoszących się do komponentów jakości relacji uwzględniono wyniki czterech wymiarów: satysfakcji, spójności, zgodności i ekspresji uczuciowości.

3.3.5. Pomiar składników miłości - Intymność Namietność Zobowiązanie

Kwestionariusz Intymność–Namietność–Zobowiązanie (INZ) autorstwa Wojciszke (1995, 2005) został opracowany w celu empirycznego pomiaru trzech komponentów miłości wyróżnionych w koncepcji Sternberga – intymności, namietności i zobowiązania. Narzędzie pozwala określić, w jakim stopniu każdy z tych składników jest obecny w relacji partnerskiej, a tym samym umożliwia opis jej aktualnej dynamiki oraz fazy rozwoju. W niniejszym badaniu INZ traktowany jest jako czynnik relacyjny, odzwierciedlający psychologiczną strukturę więzi między partnerami.

Kwestionariusz składa się z 36 pozycji, po 12 w każdej z trzech skal: Intymność, Namietność i Zobowiązanie. Osoba badana odnosi się do stwierdzeń opisujących jej związek, uzupełniając puste miejsca w zdaniach imieniem partnera. Odpowiedzi udzielane są na siedmiostopniowej skali Likerta (od 1 – zdecydowanie się nie zgadzam do 7 – zdecydowanie się zgadzam).

Skala Intymność (pozycje 3, 6, 8, 10, 13, 15, 18, 20, 24, 27, 32, 36; np. „Rozumiemy się z ... bez słów”) odnosi się do bliskości emocjonalnej, zaufania i wzajemnego wsparcia.

Skala Namietność (pozycje 2, 5, 9, 11, 14, 17, 19, 23, 25, 26, 29, 35; np. „Czuję, jak wszystko we mnie topnieje, gdy patrzę ... w oczy”) obejmuje emocjonalne i fizyczne pobudzenie,

fascynację i pożądanie.

Skala Zobowiązanie (pozycje 1, 4, 7, 12, 16, 21, 22, 28, 30, 31, 33, 34; np. „Staram się sprawiedliwie rozłożyć nasze obowiązki”) opisuje decyzję o utrzymaniu relacji, poczucie odpowiedzialności i działania sprzyjające jej trwałości.

Wynik każdej skali stanowi średnia z udzielonych odpowiedzi, natomiast wynik łączny może być interpretowany jako ogólny wskaźnik poziomu miłości partnerskiej. Wyższe wartości oznaczają silniejsze natężenie danego komponentu.

W badaniach Wojciszke (1995) współczynniki zgodności wewnętrznej (alfa Cronbacha) wyniosły 0,85 dla skali Intymności, 0,81 dla skali Namietności, 0,78 dla skali Zobowiązania oraz 0,88 dla całego narzędzia, co wskazuje na wysoką rzetelność i spójność wewnętrzną. Trafność teoretyczną potwierdziły korelacje uzyskane między komponentami miłości a satysfakcją ze związku, poczuciem sprawiedliwości oraz postrzeganymi zyskami i stratami w relacji (Wojciszke, 1995, 2005).

Kwestionariusz Intymność Namietność Zobowiązanie (INZ) znajduje szerokie zastosowanie w badaniach nad bliskimi relacjami, dynamiką miłości i jakością związków (Wojciszke, 2005). W niniejszym modelu badawczym narzędzie to pełni dwie funkcje: po pierwsze, stanowi podstawę do wyodrębnienia faz związku intymnego na podstawie konfiguracji i nasilenia składników miłości; po drugie, umożliwia analizę powiązań pomiędzy poziomem poszczególnych składników (intymności, namietności i zobowiązania) a jakością związku intymnego.

3.4. Osoby badane

Badaniem objęto 163 pary heteroseksualne (N = 326 osób) pozostające w związkach intymnych od co najmniej sześciu miesięcy. Wiek uczestników mieścił się w przedziale od 18

do 79 lat ($M = 42,76$; $SD = 12,48$). W grupie kobiet wiek wynosił od 18 do 74 lat ($M = 41,42$; $SD = 12,50$), natomiast w grupie mężczyzn od 21 do 79 lat ($M = 44,11$; $SD = 12,35$). Staż związku wahał się od 0,67 roku do 56 lat ($M = 16,43$; $SD = 12,82$), co umożliwiło analizę związków intymnych znajdujących się na różnych etapach rozwoju. Szczegółowe dane przedstawiono w tabeli 6.

Większość badanych pozostawała w związkach małżeńskich (68,7%), 18,3% uczestników żyło w związkach kohabitacyjnych, 8% w narzeczeństwie, natomiast 4,9% osób pozostawało w związku, ale nie mieszkali razem. Pod względem wykształcenia dominowały osoby z wykształceniem wyższym (54,6%) i średnim (35,6%), a mniejszą część próby stanowiły osoby z wykształceniem zawodowym (8,6%) i podstawowym (1,2%).

Analiza liczby wcześniejszych relacji intymnych pokazała, że 34,4% badanych deklaroowało, iż obecny związek jest ich pierwszym związkiem. Kolejna grupa (27%) pozostawała wcześniej w jednym związku, a 22,1% osób miało za sobą dwa związki. W trzech relacjach pozostawało 6,1% badanych, w czterech – 2,5%, natomiast 8% zadeklarowało doświadczenie więcej niż czterech związków.

Najliczniejsza grupa uczestników (35,6%) wychowuje dwoje dzieci, 29,4% ma jedno dziecko, a 9,2% – troje. Jedynie 0,6% respondentów posiada więcej niż czworo dzieci, natomiast 24,5% osób nie ma dzieci.

Uzyskane dane wskazują, że badana próba charakteryzuje się znacznym zróżnicowaniem pod względem wieku, długości trwania relacji, statusu formalnego związku i struktury rodziny, co umożliwia analizę jakości związku w kontekście różnych etapów życia partnerskiego. Szczegółową charakterystykę socjodemograficzną próby przedstawiono w tabeli 6-7.

Tabela 6*Charakterystyka zmiennych ilościowych w próbie (N = 326)*

Zmienna	Zakres	M	SD
Wiek (ogółem)	18–79	42,76	12,48
Wiek kobiet	18–74	41,42	12,50
Wiek mężczyzn	21–79	44,11	12,35
Staż związku (lata)	0,67–56	16,43	12,82

*Uwaga. M – średnia; SD – odchylenie standardowe.***Tabela 7***Charakterystyka socjodemograficzna próby (N = 326)*

Zmienne i ich kategorie	N	%
Płeć		
kobieta	163	50,0
mężczyzna	163	50,0
Wykształcenie		
podstawowe	4	1,2
zawodowe	28	8,6
średnie	116	35,6
wyższe	178	54,6
Forma związku		
małżeństwo	224	68,7
kohabitacja	60	18,3
narzeczeństwo	26	8,0
związek nieformalny	16	4,9
Liczba wcześniejszych związków		
brak (pierwszy związek)	112	34,4
jeden	88	27,0
dwa	72	22,1

trzy	20	6,1
cztery	8	2,5
więcej niż cztery	26	8,0
Liczba dzieci		
brak	80	24,5
jedno	96	29,4
dwoje	116	35,6
troje	30	9,2
więcej niż czworo	2	0,6

Uwaga. Procenty zaokrąglono do jednego miejsca po przecinku.

3.5. Procedura badawcza

Badanie zostało przeprowadzone w formie online z wykorzystaniem ogólnopolskiego panelu badawczego Ariadna. Panel ten stanowi platformę służącą do realizacji badań społecznych i marketingowych online, opartą na panelu respondentów rekrutowanych według określonych kryteriów. Uczestnicy zarejestrowani w panelu posiadali indywidualne konta użytkownika i byli zapraszani do udziału w projektach badawczych zgodnie z ustalonymi kryteriami doboru próby.

Kryteriami włączenia do badania były: pozostawanie w heteroseksualnym związku intymnym od co najmniej sześciu miesięcy oraz dobrowolna zgoda obojga partnerów na udział w badaniu.

Badanie zostało zrealizowane w dwóch etapach. Pierwszy etap odbył się w dniach 3-11.01.2023 i obejmował próbę pilotażową 91 par ($N = 182$). Dane uzyskane w tej części posłużyły do oceny właściwości pomiarowych zastosowanych narzędzi, w tym rzetelności i trafności ich adaptacji do warunków badania. Charakterystyka psychometryczna wszystkich kwestionariuszy okazała się satysfakcjonująca, co stanowiło podstawę do kontynuacji badań z

wykorzystaniem zweryfikowanych miar. Dane pilotażowe zostały włączone do próby głównej po potwierdzeniu satysfakcjonujących właściwości psychometrycznych narzędzi.

Drugi etap badania, stanowiący właściwą część projektu, został przeprowadzony w dniach 8–21.08.2023. Wzięły w nim udział 72 pary heteroseksualne ($N = 144$), spełniające powyższe kryteria włączenia.

W obu etapach uczestnicy byli rekrutowani jako para, a dane każdego z partnerów zostały sparowane w oparciu o identyfikator badania przypisany przez panel. Każda z osób przystąpiła do badania dobrowolnie i miała możliwość wycofania się na każdym etapie bez podania przyczyny. Badanie zostało przeprowadzone z zachowaniem standardów etycznych obowiązujących w badaniach psychologicznych, zgodnie z Kodeksem Etyczno-Zawodowym Psychologa Polskiego Towarzystwa Psychologicznego (2018). Udział w badaniu był całkowicie dobrowolny (Babbie, 2019). Uczestnicy zostali poinformowani o ogólnym celu projektu, przebiegu procedury badawczej, anonimowości oraz naukowym charakterze gromadzonych danych. Nie pobierano żadnych informacji umożliwiających identyfikację respondentów, a uzyskane dane przechowywano w bezpiecznym miejscu (Shaughnessy, Zechmeister i Zechmeister, 2015; Toeplitz-Winiewska, 2002).

Projekt badawczy uzyskał zgodę Komisji Etyki ds. Badań Naukowych przy Wydziale Psychologii Uniwersytetu Kazimierza Wielkiego w Bydgoszczy (nr 4/16.11.2021). Wszystkie procedury badawcze były zgodne z zasadami etyki badań psychologicznych określonymi przez Polskie Towarzystwo Psychologiczne (2018).

Zebrane informacje obejmowały odpowiedzi w kwestionariuszach oraz podstawowe dane socjodemograficzne: wiek, płeć, poziom wykształcenia, formę związku, długość trwania związku, liczbę wcześniejszych związków i liczbę dzieci. Partnerzy wypełniali kwestionariusze bezpośrednio w systemie panelu Ariadna, jeden po drugim, w ustalonej

kolejności: Ten Item Personality Inventory (TIPI), Kwestionariusz Stylów Przywiązaniowych (KSP), Dyadic Adjustment Scale (DAS) oraz Kwestionariusz Intymność–Namiętność–Zobowiązanie (INZ).

Rozdział 4. Wyniki badań własnych

4.1. Rzetelność zastosowanych narzędzi badawczych

W pierwszej kolejności przeprowadzono przegląd uzyskanych w badaniach wartości współczynników rzetelności alfa Cronbacha zastosowanych narzędzi z podziałem na płeć - kobiety (tabela 8), mężczyźni (tabela 9).

Tabela 8

Współczynniki rzetelności (α Cronbacha) w grupie kobiet

Narzędzie	Wymiary / Skale	Liczba pozycji	α Cronbacha
TIPI	Ekstrawersja	2	0.47
TIPI	Ugodowość	2	0.38
TIPI	Sumienność	2	0.67
TIPI	Stabilność emocjonalna	2	0.55
TIPI	Otwartość na doświadczenie	2	0.69
KSP	Styl bezpieczny	8	0.89
KSP	Styl lękowo-ambiwa lentny	8	0.9
KSP	Styl unikowy	8	0.91
HSP	Cała skala	21	0.87
HSP	Wrażliwość emocjonalna	7	0.77
HSP	Przeciążenie bodźcami	14	0.88
INZ	Intymność	12	0.96
INZ	Namiętność	12	0.98
INZ	Zobowiązanie	12	0.92

DAS	Wynik ogólny	32	0.95
DAS	Zgodność	15	0.97
DAS	Satysfakcja	7	0.86
DAS	Spójność	5	0.78
DAS	Ekspresja uczuciowości	5	0.66

Tabela 9

Współczynniki rzetelności (α Cronbacha) w grupie mężczyzn

Narzędzie	Wymiary / Skale	Liczba pozycji	α Cronbacha
TIPI	Ekstrawersja	2	0.47
TIPI	Ugodowość	2	0.38
TIPI	Sumienność	2	0.67
TIPI	Stabilność emocjonalna	2	0.55
TIPI	Otwartość na doświadczenie	2	0.69
KSP	Styl bezpieczny	8	0.89
KSP	Styl lękowo-ambiwalent ny	8	0.9
KSP	Styl unikowy	8	0.91
HSP	Cała skala	21	0.87
HSP	Wrażliwość emocjonalna	7	0.77
HSP	Przeciążenie bodźcami	14	0.88
INZ	Intymność	12	0.96
INZ	Namiętność	12	0.98
INZ	Zobowiązanie	12	0.92
DAS	Wynik ogólny	32	0.95

DAS	Zgodność	15	0.97
DAS	Satysfakcja	7	0.86
DAS	Spójność	5	0.78
DAS	Ekspresja uczuciowości	5	0.66

Współczynniki rzetelności α Cronbacha w analizowanych narzędziach mieściły się w zakresie od .38 do .98. Najniższe wartości odnotowano w przypadku krótkich skal TIPI, co jest zgodne z ich charakterystyką (po 2 pozycje na wymiar). Pozostałe narzędzia wykazały wysoką spójność wewnętrzną, szczególnie Kwestionariusz INZ oraz Skala DAS. Rzetelność uzyskanych wyników jest porównywalna z wartościami raportowanymi w literaturze adaptacyjnej dla poszczególnych narzędzi.

4.2. Podstawowe statystyki opisowe mierzonych zmiennych ilościowych wraz z testem normalności rozkładu

W kolejnym kroku analizy sprawdzono rozkłady zmiennych ilościowych. W tym celu wyliczono podstawowe statystyki opisowe wraz z testem Kołmogorowa-Smirnowa badającym normalność rozkładu. Analizy uwzględniają dwa rodzaje obliczeń: dla zmiennych niezróżnicowanych wewnątrz diad, lecz różniących się między poszczególnymi diadami, lecz różniących się między poszczególnymi diadami (*between-dyads variables*, tabela 10) oraz zmiennych zróżnicowanych zarówno w obrębie diad, jak i poza diadami (*mixed variables*, tabele 11-12). W przypadku niektórych zmiennych odnotowano obserwacje odstające przekraczające trzecie odchylenie standardowe – zastąpiono je najbliższą jednostką w zbiorze (winsorizing) lub logarytmem dziesiętnym (w przypadku zgodności cech osobowości).

Tabela 10

Podstawowe statystyki opisowe wraz z wynikiem testu Kołmogorowa-Smirnowa dla zmiennych niezróżnicowanych wewnątrz diady

Zmienna	<i>M</i>	<i>Me</i>	<i>SD</i>	<i>Sk.</i>	<i>Kurt.</i>	<i>Min.</i>	<i>Maks</i>	<i>D</i>	<i>p</i>
Staż związku w latach	16,43	13,17	12,82	1,04	0,61	0,67	56,08	0,12	<0,001
Staż związku w latach*	16,42	13,17	12,78	1,02	0,54	0,67	54,00	0,12	<0,001
Zgodność pod względem cech osobowości									
Ugodowość	1,82	1,00	1,78	1,29	1,56	0,00	8,00	0,21	<0,001
Ugodowość (lg10)	0,37	0,30	0,27	0,05	-0,85	0,00	0,95	0,17	<0,001
Sumienność	2,16	2,00	2,04	1,30	1,82	0,00	10,00	0,19	<0,001
Sumienność (lg10)	0,41	0,48	0,28	-0,01	-0,84	0,00	1,04	0,14	<0,001
Ekstrawersja	2,33	2,00	2,37	1,30	1,34	0,00	11,00	0,20	<0,001
Ekstrawersja (lg10)	0,42	0,48	0,30	0,08	-0,97	0,00	1,08	0,15	<0,001
Otwartość na doświadczenia	1,64	1,00	1,69	1,43	2,23	0,00	8,00	0,24	<0,001
Otwartość na doświadczenia (lg10)	0,34	0,30	0,26	0,17	-0,84	0,00	0,95	0,18	<0,001
Stabilność emocjonalna	2,82	2,00	2,50	1,04	0,67	0,00	12,00	0,19	<0,001
Stabilność emocjonalna (lg10)	0,49	0,48	0,30	-0,14	-0,85	0,00	1,11	0,12	<0,001

Adnotacja. *M* - średnia; *Me* - mediana; *SD* - odchylenie standardowe; *Sk.* - skośność; *Kurt.* - kurtoza; *Min.* - wartość minimalna; *Maks.* - wartość maksymalna; *D* - wynik testu Kołmogorowa-Smirnowa; *p* - wartość *p* dla testu Kołmogorowa-Smirnowa. * zmienna po transformacji winsorizingu. Dla dopasowania cech osobowości przeprowadzono transformację opartą o logarytm dziesiętny + 1 z powodu minimalnej wartości 0.

Tabela 11

Podstawowe statystyki opisowe wraz z wynikiem testu Kołmogorowa-Smirnowa dla kobiet

Zmienna	<i>M</i>	<i>Me</i>	<i>SD</i>	<i>Sk.</i>	<i>Kurt.</i>	<i>Min.</i>	<i>Maks.</i>	<i>D</i>	<i>p</i>
Wiek	41,42	38,00	12,50	0,73	0,16	18,00	74,00	0,12	<0,001
TIPI									
Ekstrawersja	9,96	10,00	2,55	-0,30	-0,63	3,00	14,00	0,14	<0,001
Ugodowość	10,50	11,00	2,21	-0,33	-0,90	5,00	14,00	0,19	<0,001
Sumienność	11,06	12,00	2,45	-0,65	-0,53	4,00	14,00	0,20	<0,001
Stabilność emocjonalna	8,17	8,00	2,80	0,19	-0,63	2,00	14,00	0,14	<0,001
Otwartość na doświadczenia	8,45	8,00	1,65	-0,25	1,53	2,00	13,00	0,21	<0,001
Otwartość na doświadczenia*	8,47	8,00	1,60	0,03	0,65	5,00	13,00	0,20	<0,001
KPS									
Styl bezpieczny	41,82	43,00	8,67	-0,39	-0,27	14,00	56,00	0,08	0,007
Styl bezpieczny*	41,86	43,00	8,56	-0,31	-0,57	20,00	56,00	0,08	0,006
Styl lękowo-ambiwalentny	28,82	29,00	11,01	0,23	-0,55	8,00	56,00	0,07	0,046
Styl unikowy	23,08	22,00	10,42	0,27	-1,04	8,00	47,00	0,10	<0,001
INZ									
Namiętność	59,65	61,00	15,08	-0,73	0,77	12,00	84,00	0,07	0,033
Namiętność*	59,72	61,00	14,88	-0,65	0,49	18,00	84,00	0,07	0,049

Intymność	64,21	65,00	14,54	-0,95	1,15	12,00	84,00	0,09	0,002
Intymność*	64,40	65,00	13,95	-0,70	0,15	26,00	84,00	0,09	0,001
Zobowiązanie	60,77	61,00	11,93	-0,24	0,05	23,00	84,00	0,06	0,200
Zobowiązanie*	60,87	61,00	11,66	-0,07	-0,44	32,00	84,00	0,06	0,200
HSP									
Głębokość przetwarzania	33,72	33,00	5,84	0,15	0,40	17,00	49,00	0,09	0,003
Nadmierna stymulacja	62,01	61,00	12,61	-0,05	0,04	31,00	92,00	0,06	0,200
Wysoka wrażliwość	95,72	94,00	15,13	0,32	-0,03	57,00	134,00	0,07	0,072
DAS									
Satysfakcja	33,12	34,00	5,71	-0,87	0,19	15,00	42,00	0,13	<0,001
Satysfakcja*	33,18	34,00	5,56	-0,73	-0,32	20,00	42,00	0,13	<0,001
Spójność	21,04	21,00	3,64	-0,50	0,31	8,00	28,00	0,09	0,001
Spójność*	21,06	21,00	3,58	-0,38	-0,18	11,00	28,00	0,09	0,001
Zgodność	66,15	71,00	15,65	-1,09	1,17	15,00	90,00	0,12	<0,001
Zgodność*	66,52	71,00	14,63	-0,77	-0,04	31,00	90,00	0,12	<0,001
Ekspresja uczuciowości	17,45	18,00	2,82	-0,79	0,27	9,00	22,00	0,14	<0,001
Satysfakcja ze związku	137,77	143,00	22,73	-0,49	-0,45	76,00	178,00	0,10	<0,001

Adnotacja. * zmienna po transformacji winsorizingu.

Tabela 12

Podstawowe statystyki opisowe wraz z wynikiem testu Kołmogorowa-Smirnowa dla mężczyzn

Zmienna	<i>M</i>	<i>Me</i>	<i>SD</i>	<i>Sk.</i>	<i>Kurt.</i>	<i>Min.</i>	<i>Maks.</i>	<i>D</i>	<i>p</i>
Wiek	44,11	43,00	12,35	0,65	0,08	21,00	79,00	0,12	<0,001
TIPI									
Ekstrawersja	10,66	12,00	2,56	-0,65	-0,25	3,00	14,00	0,21	<0,001
Ugodowość	10,45	10,00	2,27	-0,23	-0,83	5,00	14,00	0,16	<0,001
Sumienność	10,77	12,00	2,52	-0,69	0,09	2,00	14,00	0,19	<0,001
Sumienność*	10,78	12,00	2,48	-0,59	-0,34	4,00	14,00	0,19	<0,001
Stabilność emocjonalna	9,47	9,00	2,90	-0,11	-0,83	2,00	14,00	0,15	<0,001
Otwartość na doświadczenia	8,53	8,00	1,87	0,63	1,33	3,00	14,00	0,19	<0,001
KPS									
Styl bezpieczny	43,18	44,00	7,91	-0,49	0,04	14,00	56,00	0,10	<0,001
Styl bezpieczny*	43,23	44,00	7,75	-0,34	-0,62	22,00	56,00	0,10	<0,001
Styl lękowo-ambiwalentny	29,21	30,00	10,18	0,12	-0,66	10,00	53,00	0,06	0,200
Styl unikowy	22,57	21,00	10,65	0,46	-0,68	8,00	53,00	0,10	<0,001

INZ									
Namiętność	66,01	69,00	13,42	-0,89	1,34	13,00	84,00	0,09	0,001
Namiętność*	66,25	69,00	12,62	-0,46	-0,58	34,00	84,00	0,09	0,002
Intymność	66,23	68,00	13,39	-0,69	0,41	16,00	84,00	0,10	<0,001
Intymność*	66,42	68,00	12,80	-0,40	-0,77	36,00	84,00	0,10	<0,001
Zobowiązanie	62,84	64,00	12,44	-0,46	0,50	12,00	84,00	0,07	0,038
Zobowiązanie*	62,97	64,00	12,01	-0,17	-0,77	33,00	84,00	0,07	0,032
HSP									
Głębokość przetwarzania	31,47	31,00	6,10	-0,12	0,61	12,00	47,00	0,07	0,036
Głębokość przetwarzania*	31,49	31,00	6,05	-0,05	0,41	15,00	47,00	0,07	0,053
Nadmierna stymulacja	56,58	57,00	14,38	-0,23	-0,04	14,00	93,00	0,09	0,002
Wysoka wrażliwość*	88,05	89,00	17,27	-0,19	0,66	26,00	139,00	0,06	0,200
Wysoka wrażliwość	88,11	89,00	16,61	-0,09	-0,20	50,00	125,00	0,05	0,200
DAS									
Satysfakcja	33,44	35,00	5,71	-1,04	1,14	12,00	42,00	0,15	<0,001
Satysfakcja*	33,55	35,00	5,37	-0,67	-0,52	21,00	42,00	0,15	<0,001
Spójność	21,42	22,00	4,00	-0,45	-0,12	9,00	28,00	0,09	0,002
Spójność*	21,42	22,00	3,98	-0,42	-0,24	10,00	28,00	0,09	0,002
Zgodność	66,52	70,00	15,91	-1,09	1,01	15,00	90,00	0,14	<0,001
Zgodność*	66,72	70,00	15,30	-0,90	0,26	27,00	90,00	0,14	<0,001
Ekspresja uczuciowości	17,84	18,00	2,80	-0,97	1,77	7,00	23,00	0,13	<0,001
Ekspresja uczuciowości*	17,90	18,00	2,63	-0,56	0,18	11,00	23,00	0,12	<0,001
Jakość związku	139,21	144,00	23,25	-0,62	-0,09	65,00	178,00	0,09	0,002
Jakość związku*	139,24	144,00	23,15	-0,59	-0,20	70,00	178,00	0,09	0,002

Adnotacja. * zmienna po transformacji winsorizingu.

Przedstawione wyniki testu Kołmogorowa-Smirnowa wskazują na rozkłady nieprzypominające rozkładów normalnych w większości przypadków, jednak po transformacji skośność i kurtoza w każdym przypadku nie przekracza |2|, co pozwala na zastosowanie testów parametrycznych z powodu stosunkowo zbliżonego rozkładu do rozkładu normalnego (George i Mallery, 2022).

4.3. Weryfikacja hipotez badawczych

W celu udzielenia odpowiedzi na postawione pytania badawcze i przetestowania postawionych hipotez przeprowadzono analizy statystyczne przy użyciu pakietu IBM SPSS Statistics oraz AMOS w wersji 29. Za jego pomocą wykonano analizę podstawowych statystyk opisowych, analizy korelacji oraz model współzależności aktora-partnera (APIM) oraz inne modele SEM. Za poziom istotności statystycznej przyjęto klasyczny próg $\alpha = 0,05$.

Analiza korelacji objęła style przywiązania, cechy osobowości, składniki miłości, poziom wrażliwości przetwarzania sensorycznego, dopasowanie osobowości oraz wskaźniki jakości związku intymnego. W przypadku analiz z dopasowaniem osobowości zastosowano współczynnik korelacji ρ Spearmana (analiza na oryginalnych danych, bez transformacji), natomiast dla pozostałych zmiennych wykorzystano współczynnik r Pearsona (analiza na danych po transformacji). Z uwagi na zależność pomiędzy zmiennymi analizy przeprowadzono osobno w grupie kobiet i w grupie mężczyzn. Ze względu na obszerność wyników zestawienia zaprezentowano w dwóch tabelach (tabela 13–14). Dla zwiększenia czytelności matrycy zastosowano mapę ciepła (*heatmap*). W dalszej części rozdziału omówiono jedynie te współzależności, które odnosiły się do przyjętych hipotez badawczych.

W modelowaniu równań strukturalnych (APIM oraz pozostałych modelach SEM) jako zmienną zależną przyjęto wyłącznie ogólny wskaźnik jakości związku, w odróżnieniu od analiz korelacyjnych, które objęły zarówno wynik ogólny, jak i cztery szczegółowe wymiary jakości związku. Decyzja ta podyktowana była względami parsymonii modelu oraz ograniczeniem liczby testowanych modeli – uwzględnienie każdego z czterech wymiarów jako odrębnej zmiennej zależnej w osobnym modelu SEM zwiększyłoby ryzyko błędu wynikającego z wielokrotnych porównań statystycznych, a także mogłoby obniżać stabilność estymacji parametrów przy umiarkowanej liczebności próby (163 pary). Ponadto ogólny

wskaźnik jakości związku, stanowiący sumę wszystkich czterech wymiarów Skali Przystosowania Diadycznego, uznawany jest za najbardziej syntetyczną miarę tego konstruktu (Spanier, 1976), co czyni go odpowiednią zmienną wyjaśnianą w modelach predykcyjnych. Analiza korelacyjna z uwzględnieniem poszczególnych wymiarów pełniła w tym kontekście funkcję eksploracyjną, pozwalającą zidentyfikować, które aspekty jakości związku są najsilniej powiązane z badanymi zmiennymi podmiotowymi i relacyjnymi.

Tabela 13

Wyniki analizy korelacji r Pearsona i ρ Spearmana pomiędzy zmiennymi w grupie kobiet i w grupie mężczyzn

Zmienna	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14
1. SB	-	-0,15	-0,62***	0,39***	0,52***	0,41***	0,24**	0,05	0,60***	0,68***	0,55***	0,11	-0,15	-0,09
2. SL-A	-0,20*	-	0,56***	-0,19*	-0,24**	-0,23**	-0,25**	-0,15*	-0,04	-0,21**	-0,09	0,09	0,41***	0,37***
3. SU	-0,65***	0,53***	-	-0,47***	-0,43***	-0,32***	-0,34***	-0,15	-0,43***	-0,52***	-0,40***	0,03	0,40***	0,34***
4. E	0,23**	-0,22**	-0,21**	-	0,50***	0,31***	0,46***	0,36***	0,22**	0,24**	0,21**	0,02	-0,43***	-0,36***
5. U	0,39***	-0,17*	-0,39***	0,30***	-	0,38***	0,37***	0,13	0,29***	0,35***	0,28***	0,15	-0,32***	-0,22**
6. S	0,26***	-0,20*	-0,38***	0,26***	0,35***	-	0,28***	0,05	0,33***	0,37***	0,33***	0,13	-0,10	-0,04
7. SE	0,33***	-0,29***	-0,23**	0,56***	0,20*	0,05	-	0,08	0,23**	0,22**	0,19*	-0,03	-0,45***	-0,39***
8. O	0,04	-0,03	-0,08	0,26***	0,12	0,17*	0,06	-	0,05	0,03	-0,05	0,19*	-0,26***	-0,12
9. N	0,71***	0,10	-0,46***	0,14	0,25**	0,20**	0,17*	0,06	-	0,86***	0,83***	0,21**	0,01	0,08
10. I	0,80***	-0,18*	-0,60***	0,19*	0,39***	0,25**	0,22**	0,06	0,80***		0,84***	0,23**	-0,02	0,07
11. Z	0,60***	0,11	-0,35***	0,13	0,27***	0,24**	0,09	0,00	0,76***	0,71***	-	0,23**	0,01	0,10
12. GP	0,21**	0,12	-0,05	0,28***	0,23**	0,36***	0,05	0,17*	0,31***	0,29***	0,39***	-	0,30***	0,59***
13. NS	-0,14	0,39***	0,26***	-0,40***	-0,08	-0,07	-0,56***	-0,10	0,02	-0,03	0,12	0,24**	-	0,94***
14. WPS	-0,04	0,37***	0,20*	-0,22**	0,02	0,08	-0,45***	-0,01	0,13	0,09	0,25**	0,59***	0,93***	-
15. ST	0,62***	-0,33***	-0,66***	0,16*	0,39***	0,33***	0,21**	-0,03	0,50***	0,71***	0,44***	0,13	-0,14	-0,06
16. SP	0,67***	-0,08	-0,50***	0,21**	0,20*	0,29***	0,24**	0,09	0,66***	0,70***	0,52***	0,27***	-0,06	0,06
17. ZG	0,46***	-0,35***	-0,54***	0,16*	0,34***	0,25**	0,11	-0,09	0,32***	0,47***	0,28***	0,16*	-0,09	-0,02
18. EU	0,63***	-0,13	-0,47***	0,19*	0,26***	0,26***	0,27***	0,03	0,65***	0,70***	0,47***	0,15	-0,18*	-0,09
19. JZ	0,62***	-0,35***	-0,64***	0,18*	0,38***	0,30***	0,18*	-0,06	0,49***	0,67***	0,41***	0,19*	-0,13	-0,04
20. D U	-0,09	0,12	0,05	-0,18*	-0,14	-0,05	-0,21**	0,03	-0,04	-0,08	-0,07	0,05	0,15	0,13
21. D S	-0,16*	0,13	0,17*	-0,24**	0,02	-0,21**	-0,28***	0,00	-0,13	-0,09	-0,07	-0,06	0,26***	0,19*
22. D E	0,01	0,06	-0,05	-0,31***	0,08	0,06	-0,29***	0,13	0,10	0,12	0,15	0,09	0,34***	0,31***
23. D O	0,06	-0,08	-0,09	-0,02	0,17*	0,00	0,02	0,14	0,04	0,05	-0,06	0,16*	0,16*	0,17*
24. D SE	0,00	-0,07	-0,10	-0,16*	0,05	0,12	-0,30***	0,10	0,04	0,09	0,10	0,08	0,24**	0,23**

Adnotacja. Skróty: SB – styl bezpieczny; SL-A – styl lękowo-ambiwalentny; SU – styl unikowy; E – ekstrawersja; U – ugodowość; S – sumienność; SE – stabilność emocjonalna; O – otwartość na doświadczenia; N – namiętność; I – intymność; Z – zobowiązanie; GP – głębokość przetwarzania; ND – nadmierna stymulacja; WPS – wrażliwość przetwarzania sensorycznego; ST – satysfakcja; SP – spójność; ZG – zgodność; EU – ekspresja uczuciowości; JZ – jakość związku; D – dopasowanie (interpretacja: im wyższy wynik, tym niższa zgodność). Wyniki pod przekątną dotyczą grupy kobiet w związkach, zaś wyniki nad przekątną – grupy mężczyzn w związkach. *** $p < 0,001$; ** $p < 0,01$; * $p < 0,05$

Tabela 14

Wyniki analizy korelacji r Pearsona i ρ Spearmana pomiędzy zmiennymi w grupie kobiet i w grupie mężczyzn

Zmienna	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24
1. SB	0,56***	0,54***	0,47***	0,55***	0,60***	-0,01	-0,07	0,03	0,05	0,08
2. SL-A	-0,42***	-0,22**	-0,29***	-0,22**	-0,34***	-0,01	0,04	0,08	0,01	-0,21**
3. SU	-0,64***	-0,43***	-0,45***	-0,40***	-0,57***	-0,03	0,02	-0,01	-0,04	-0,23**
4. E	0,38***	0,24**	0,22**	0,18*	0,29***	-0,07	0,05	0,06	0,07	0,17*
5. U	0,42***	0,29***	0,28***	0,30***	0,37***	-0,14	-0,03	0,03	0,13	0,15
6. S	0,36***	0,34***	0,27***	0,23**	0,34***	-0,09	-0,30***	-0,06	0,12	-0,08
7. SE	0,36***	0,27***	0,16*	0,13	0,25**	-0,05	-0,09	0,03	0,15	0,21**
8. O	0,01	0,09	0,04	0,09	0,06	0,05	0,09	0,09	0,09	0,09
9. N	0,50***	0,62***	0,37***	0,55***	0,54***	-0,10	-0,14	0,12	0,13	0,10
10. I	0,60***	0,67***	0,48***	0,64***	0,65***	-0,10	-0,20*	0,07	0,11	0,08
11. Z	0,49***	0,59***	0,39***	0,60***	0,54***	-0,17*	-0,17*	0,10	0,01	0,09
12. GP	0,07	0,27***	0,02	0,19*	0,10	-0,03	-0,10	-0,01	0,06	-0,01
13. NS	-0,22**	-0,09	-0,05	-0,05	-0,10	0,02	-0,04	0,08	0,03	-0,10
14. WPS	-0,17*	0,01	-0,03	0,04	-0,04	0,00	-0,06	0,06	0,02	-0,08
15. ST	-	0,55***	0,48***	0,50***	0,71***	-0,10	-0,18*	0,10	0,02	0,14
16. SP	0,60***	-	0,45***	0,72***	0,69***	-0,05	-0,18*	0,09	-0,01	0,12
17. ZG	0,56***	0,39***	-	0,38***	0,93***	0,04	-0,08	0,08	0,10	0,18*
18. EU	0,64***	0,68***	0,35***	-	0,61***	-0,04	-0,16*	0,08	0,04	0,17*
19. JZ	0,78***	0,63***	0,93***	0,60***	-	0,01	-0,13	0,11	0,08	0,20*
20. D U	-0,10	0,00	0,00	-0,11	-0,02	-	0,34***	0,20**	0,22**	0,29***
21. D S	-0,17*	-0,18*	-0,07	-0,21**	-0,11	0,34***	-	0,23**	0,14	0,29***
22. D E	0,04	0,03	0,05	-0,01	0,06	0,20**	0,23**	-	0,30***	0,40***
23. D O	-0,03	-0,04	0,12	-0,10	0,07	0,22**	0,14	0,30***	-	0,23**
24. D SE	0,13	0,04	0,11	-0,05	0,13	0,29***	0,29***	0,40***	0,23**	-

Adnotacja. Skróty: SB – styl bezpieczny; SL-A – styl lękowo-ambiwalentny; SU – styl unikowy; E – ekstrawersja; U – ugodowość; S – sumienność; SE – stabilność emocjonalna; O – otwartość na doświadczenia; N – namiętność; I – intymność; Z – zobowiązanie; GP – głębokość przetwarzania; NS – nadmierna stymulacja; WPS – wrażliwość przetwarzania sensorycznego; ST – satysfakcja; SP – spójność; ZG – zgodność; EU – ekspresja uczuciowości; JZ – jakość związku; D – dopasowanie (interpretacja: im wyższy wynik, tym niższa zgodność). Wyniki pod przekątną dotyczą grupy kobiet w związkach, zaś wyniki nad przekątną – grupy mężczyzn w związkach. *** $p < 0,001$; ** $p < 0,01$; * $p < 0,05$

4.3.1. Osobowość a jakość związku intymnego

Sprawdzono korelacje między wymiarami osobowości a jakością związku intymnego (tabele 13–14). Poniższe analizy stanowią weryfikację hipotezy ogólnej H1 oraz hipotez szczegółowych H1a–H1j. Analizy obejmowały pięć cech osobowości: ekstrawersję, ugodowość, sumienność, stabilność emocjonalną i otwartość na doświadczenie. Jakość związku oceniano na podstawie wyniku ogólnego oraz czterech jej wymiarów: zgodności, satysfakcji, spójności i ekspresji uczuciowości.

W dalszym etapie analiz statystycznych zastosowano modelowanie równań strukturalnych z wykorzystaniem modelu aktor–partner (APIM; Kenny, Kashy i Cook, 2006), który umożliwia jednocześnie oszacowanie efektów własnych (aktora) i partnerskich (partnera). Analizy przeprowadzono z uwzględnieniem relacji między cechami osobowości a jakością związku z perspektywy obojga partnerów (tabela 15). Analiza wykazała niepełne dopasowanie modelu – mimo satysfakcjonującej wartości χ^2/df i CLI, w oparciu o pozostałe wskaźniki należy przyjąć, że model nie jest dopasowany do danych. Mimo to odnotowano istotne statystycznie wyniki dla poszczególnych zależności. Jednak interpretację tych efektów należy traktować z ostrożnością ze względu na jego słabe dopasowanie.

Dla zachowania przejrzystości wyników poniżej przedstawiono je oddzielnie dla grupy kobiet i mężczyzn.

4.3.1.1. Osobowość a jakość związku intymnego – wyniki dla kobiet

Wyniki wskazują istotne dodatnie korelacje między większością cech osobowości a jakością związku. Ekstrawersja kobiet pozostaje w dodatnim związku z ogólną jakością związku ($r = 0,18$; $p < 0,05$) oraz z jej wymiarami: satysfakcją ($r = 0,16$; $p < 0,05$), spójnością ($r = 0,21$; $p < 0,01$), zgodnością ($r = 0,16$; $p < 0,05$) i ekspresją uczuciowości ($r = 0,19$; $p <$

0,05). Ugodowość wykazuje umiarkowany dodatni związek z ogólnym wskaźnikiem jakości ($r = 0,38$; $p < 0,001$) oraz z jej wymiarami: satysfakcją ($r = 0,39$; $p < 0,001$), zgodnością ($r = 0,34$; $p < 0,001$), spójnością ($r = 0,20$; $p < 0,05$) i ekspresją uczuciowości ($r = 0,26$; $p < 0,001$). Sumienność koreluje dodatnio z ogólną jakością związku ($r = 0,30$; $p < 0,001$) oraz z jej komponentami: satysfakcją ($r = 0,33$; $p < 0,001$), spójnością ($r = 0,29$; $p < 0,001$), zgodnością ($r = 0,25$; $p < 0,01$) i ekspresją uczuciowości ($r = 0,26$; $p < 0,001$). Stabilność emocjonalna tworzy słabe, lecz istotne dodatnie związki z ogólną jakością związku ($r = 0,18$; $p < 0,05$) oraz z jej wymiarami: satysfakcją ($r = 0,21$; $p < 0,01$), spójnością ($r = 0,24$; $p < 0,01$) i ekspresją uczuciowości ($r = 0,27$; $p < 0,001$). Otwartość na doświadczenie nie wykazuje istotnych statystycznie związków z żadnym z wymiarów jakości związku ($p > 0,05$) (tabela 13-14).

Analizy korelacyjne uzupełniono modelowaniem równań strukturalnych, które pozwoliło zweryfikować, czy cechy osobowości kobiet oraz ich partnerów stanowią predyktory jakości związku. W analizie uwzględniono zarówno efekty własne (aktora), jak i partnerskie (partnera) (tabela 15).

Wśród efektów własnych (kobieta–aktor) istotnym predyktorem jakości związku okazała się ugodowość ($b = 2,61$; $\beta = 0,26$; $p < 0,001$). Oznacza to, że wzrost ugodowości kobiet o 1 jednostkę wiąże się ze wzrostem jakości związku o 2,61 jednostki. Pozostałe cechy osobowości kobiet nie są istotnymi predyktorami jakości związku.

W zakresie efektów partnerskich wykazano, że sumienność mężczyzn istotnie dodatnio przewiduje jakość związku raportowaną przez kobiety ($b = 1,67$; $\beta = 0,19$; $p = 0,015$). Oznacza to, że wzrost sumienności mężczyzn o 1 jednostkę wiąże się ze wzrostem jakości związku raportowanej przez kobiety o 1,67 jednostki. Pozostałe cechy osobowości partnerów nie wpływają istotnie na jakość związku deklarowaną przez kobiety.

Podsumowując, w grupie kobiet potwierdzono hipotezy H1a, H1b i H1c, dotyczące dodatnich związków odpowiednio ekstrawersji, ugodowości i sumienności z jakością związku. Częściowe potwierdzenie uzyskała hipoteza H1e, odnosząca się do stabilności emocjonalnej – związek ten okazał się istotny dla ogólnej jakości związku oraz trzech jej wymiarów, jednak nie dla zgodności. Hipoteza H1d, dotycząca otwartości na doświadczenie, nie uzyskała potwierdzenia. W modelu APIM potwierdzono hipotezę H1g, wskazującą na ugodowość jako predyktor wzrostu jakości relacji na poziomie efektu aktora, oraz hipotezę H1h w zakresie efektu partnerskiego – sumienność mężczyzn okazała się istotnym predyktorem jakości związku raportowanej przez kobiety. Pozostałe hipotezy predykcyjne (H1f, H1i, H1j) nie zostały potwierdzone.

Tabela 15

Wyniki modelu współzależności aktora i partnera dla jakości związku jako zmiennej wynikowej a cech osobowości jako predyktorów

Zmienne	Współczynnik	SE	β	p
Dopasowanie: $\chi^2(24) = 67,40$; $p < 0,001$; $\chi^2/df = 2,81$; CFI = 0,92; RMSEA = 0,11; SRMR = 0,11				
Efekt aktora (kobiety)				
Ekstrawersja	-0,46	0,78	-0,05	0,560
Ugodowość	2,61	0,77	0,26	<0,001
Sumienność	1,24	0,69	0,14	0,073
Stabilność emocjonalna	0,52	0,68	0,07	0,442
Otwartość na doświadczenia	-1,31	1,01	-0,10	0,195
Efekt partnera (mężczyźni)				
Ekstrawersja	0,69	0,83	0,08	0,404
Ugodowość	1,60	0,86	0,16	0,063
Sumienność	2,09	0,71	0,22	0,003
Stabilność emocjonalna	0,57	0,63	0,07	0,370
Otwartość na doświadczenia	-0,19	0,92	-0,02	0,839
Efekt aktora-partnera				
Jakość związku - Kobieta				
Ekstrawersja mężczyzn	0,22	0,80	0,03	0,783
Ugodowość mężczyzn	1,25	0,84	0,13	0,134
Sumienność mężczyzn	1,67	0,69	0,19	0,015
Stabilność emocjonalna mężczyzn	0,38	0,61	0,05	0,533
Otwartość na doświadczenia mężczyzn	-0,31	0,89	-0,03	0,727
Jakość związku - Mężczyźni				
Ekstrawersja kobiet	-0,61	0,81	-0,07	0,452
Ugodowość kobiet	2,19	0,80	0,21	0,006
Sumienność kobiet	0,71	0,71	0,08	0,320

Stabilność emocjonalna kobiet	-0,65	0,70	-0,08	0,349
Otwartość na doświadczenia kobiet	-0,58	1,04	-0,04	0,577

Adnotacja. Progi świadczące o dopasowaniu modelu: $p > 0,05$; $\chi^2/df < 5$, CFI $> 0,9$, RMSEA i SRMR $< 0,08$. SE – błąd standardowy, β – standaryzowany współczynnik regresji; p – istotność statystyczna predyktora.

4.3.1.2. Osobowość a jakość związku intymnego – wyniki dla mężczyzn

Wyniki analiz wykazały istotne dodatnie korelacje między większością cech osobowości a jakością związku. Ugodowość mężczyzn pozostaje w umiarkowanym dodatnim związku z ogólnym wskaźnikiem jakości związku ($r = 0,40$; $p < 0,001$) oraz z jej wymiarami: satysfakcją ($r = 0,37$; $p < 0,001$), spójnością ($r = 0,33$; $p < 0,001$) i zgodnością ($r = 0,29$; $p < 0,01$). Sumienność wykazuje umiarkowaną dodatnią korelację z jakością związku ($r = 0,32$; $p < 0,001$) oraz z jej wymiarami: satysfakcją ($r = 0,30$; $p < 0,001$) i spójnością ($r = 0,27$; $p < 0,01$). Stabilność emocjonalna pozostaje w umiarkowanym dodatnim związku z ogólnym wynikiem jakości związku ($r = 0,28$; $p < 0,01$), a także z satysfakcją ($r = 0,33$; $p < 0,001$) i spójnością ($r = 0,25$; $p < 0,01$). Ekstrawersja tworzy słabą, lecz istotną dodatnią korelację z satysfakcją ($r = 0,22$; $p < 0,05$) i ekspresją uczuciowości ($r = 0,20$; $p < 0,05$). Otwartość na doświadczenie nie wykazuje istotnych statystycznie związków z żadnym z wymiarów jakości związku ($p > 0,05$) (tabela 13-14).

Analizy korelacyjne uzupełniono modelowaniem równań strukturalnych, które pozwoliło ocenić, czy cechy osobowości mężczyzn oraz ich partnerek stanowią predyktory jakości związku. W analizie uwzględniono zarówno efekty własne (aktora), jak i partnerskie (partnera) (tabela 15).

Wśród efektów własnych (mężczyzna–aktor) istotnym predyktorem jakości związku okazała się sumienność ($b = 2,09$; $\beta = 0,24$; $p = 0,008$). Wzrost sumienności mężczyzn o jedną jednostkę prowadzi do wzrostu jakości związku o 2,09 jednostki. Pozostałe cechy osobowości mężczyzn nie są istotnymi predyktorami jakości związku.

W zakresie efektów partnerskich wykazano, że ugodowość kobiet istotnie dodatnio przewiduje jakość związku raportowaną przez mężczyzn ($b = 2,19$; $\beta = 0,21$; $p = 0,006$). Oznacza to, że wzrost ugodowości partnerek o 1 jednostkę prowadzi do wzrostu jakości związku deklarowanego przez mężczyzn o 2,19 jednostki. Pozostałe cechy osobowości kobiet nie wykazują istotnych związków z jakością związku ocenianą przez partnerów.

Podsumowując, w grupie mężczyzn potwierdzono hipotezy H1b, H1c i H1e, dotyczące dodatnich związków odpowiednio ugodowości, sumienności i stabilności emocjonalnej z jakością związku. Częściowe potwierdzenie uzyskała hipoteza H1a, odnosząca się do ekstrawersji – związek ten okazał się istotny jedynie dla satysfakcji i ekspresji uczuciowości, a nie dla pozostałych wymiarów jakości związku. Hipoteza H1d, dotycząca otwartości na doświadczenie, nie znalazła potwierdzenia. W modelu APIM potwierdzono hipotezę H1h, odnoszącą się do roli sumienności mężczyzn jako predyktora wzrostu jakości związku na poziomie efektu aktora, oraz hipotezę H1g w zakresie efektu partnerskiego – ugodowość kobiet okazała się istotnym predyktorem jakości związku raportowanej przez mężczyzn. Pozostałe hipotezy predykcyjne (H1f, H1i, H1j) nie uzyskały wsparcia empirycznego.

4.3.2. Styl przywiązania a jakość związku intymnego

Sprawdzono korelacje między stylami przywiązania a jakością związku intymnego (tabele 13–14). Poniższe analizy stanowią weryfikację hipotezy ogólnej H2 oraz hipotez szczegółowych H2a–H2f. Analizy uwzględniały trzy style: bezpieczny, lękowo-ambiwalentny i unikowy. Jakość związku oceniano na podstawie wyniku ogólnego oraz czterech jej wymiarów: zgodności, satysfakcji, spójności i ekspresji uczuciowości.

W dalszym etapie analiz statystycznych zastosowano modelowanie równań strukturalnych z wykorzystaniem modelu aktor-partner (APIM; Kenny, Kashy i Cook, 2006),

pozwalające oszacować jednocześnie zależności własne (aktora) i partnerskie (partnera). Uwzględniono wpływ bezpośredni (styl przywiązania u osób tej samej płci na ich jakość związku) oraz współzależności aktora-partnera (wpływ stylu przywiązania kobiet na jakość związku mężczyzn oraz stylu przywiązania mężczyzn na jakość związku kobiet). Styl przywiązania do modelu włączono jako zmienną dychotomiczną, kodując ją 0 jako styl bezpieczny, a 1 jako styl pozabezpieczny (scalone styl unikowy i lękowo-ambiwalentny z powodu niskich liczebności). Model ten okazał się jednak modelem nasyconym ($df = 0$), co oznacza, że liczba szacowanych parametrów równała się liczbie dostępnych danych wejściowych. W takiej sytuacji model z definicji dopasowuje się do danych w sposób trywialny (doskonały), a standardowe wskaźniki dopasowania (np. CFI, RMSEA) tracą sens interpretacyjny i nie mogą zostać wykorzystane do oceny trafności modelu. Tym samym podjęto inną interpretację problemu badawczego, traktując zmienne jako ilościowe. Analiza tego alternatywnego modelu wskazała jego niedopasowanie we wszystkich raportowanych wskaźnikach, dlatego oszacowania parametrów należy interpretować z ostrożnością (tabela 16).

Dla zachowania przejrzystości wyniki przedstawiono oddzielnie dla grupy kobiet i mężczyzn.

4.3.2.1. Styl przywiązania a jakość związku intymnego – wyniki dla kobiet

Wyniki analiz korelacyjnych wskazują, że bezpieczny styl przywiązania kobiet pozostaje w silnym dodatnim związku z ogólną jakością związku ($r = 0,62$; $p < 0,001$) oraz z jej wymiarami: satysfakcją ($r = 0,62$; $p < 0,001$), spójnością ($r = 0,67$; $p < 0,001$), zgodnością ($r = 0,46$; $p < 0,001$) i ekspresją uczuciowości ($r = 0,63$; $p < 0,001$). Lękowo-ambiwalentny styl przywiązania tworzy umiarkowane ujemne związki z ogólną jakością związku ($r = -0,35$; $p < 0,001$) oraz z jej wymiarami: satysfakcją ($r = -0,33$; $p < 0,001$) i zgodnością ($r = -0,35$; p

$< 0,001$). Styl unikowy wykazuje silne, ujemne korelacje z ogólną jakością związku ($r = -0,64$; $p < 0,001$) oraz z wszystkimi jej wymiarami: satysfakcją ($r = -0,66$; $p < 0,001$), spójnością ($r = -0,50$; $p < 0,001$), zgodnością ($r = -0,54$; $p < 0,001$) i ekspresją uczuciowości ($r = -0,47$; $p < 0,001$) (tabela 13-14).

W dalszej części analiz zastosowano modelowanie równań strukturalnych (APIM), które umożliwia jednocześnie oszacowanie efektów własnych (aktora) i partnerskich (partnera). Analiza wykazała niedopasowanie modelu, biorąc pod uwagę każdy wskaźnik dopasowania modelu (tabela 16).

Wśród efektów własnych (kobieta–aktor) istotnymi predyktorami jakości związku okazały się bezpieczny ($b = 0,65$; $\beta = 0,26$; $p = 0,004$) oraz unikowy styl przywiązania ($b = -0,67$; $\beta = -0,33$; $p < 0,001$). Oznacza to, że wzrost poziomu bezpiecznego stylu przywiązania kobiet o 1 jednostkę wiąże się ze wzrostem jakości ich związku o 0,65 jednostki, natomiast wzrost poziomu unikowego stylu przywiązania o 1 jednostkę wiąże się ze spadkiem jakości związku o 0,67 jednostki. Styl lękowo-ambiwalentny nie okazał się istotnym predyktorem jakości związku w tej grupie.

W zakresie efektu partnera stwierdzono, że bezpieczny styl przywiązania mężczyzn stanowi istotny dodatni predyktor jakości związku raportowanej przez kobiety ($b = 0,76$; $\beta = 0,28$; $p = 0,002$). Oznacza to, że wzrost poziomu bezpiecznego stylu przywiązania mężczyzn o 1 jednostkę wiąże się ze wzrostem jakości związku kobiet o 0,76 jednostki.

Podsumowując, w grupie kobiet potwierdzono hipotezę H2a dotyczącą dodatniego związku stylu bezpiecznego z jakością związku oraz H2c w odniesieniu do ujemnego związku stylu unikowego; hipoteza H2b, dotycząca stylu lękowo-ambiwalentnego, nie uzyskała potwierdzenia korelacyjnego. W modelu APIM potwierdzono hipotezę H2d, wskazującą, że bezpieczny styl przywiązania stanowi predyktor wyższej jakości związku (zarówno na poziomie efektu aktora, jak i efektu partnera – bezpieczny styl przywiązania mężczyzn okazał

się istotnym predyktorem jakości związku kobiet), oraz hipotezę H2f, zgodnie z którą unikowy styl przywiązania kobiet stanowi predyktor obniżonej jakości związku. Hipoteza H2e, dotycząca predykcyjnej roli stylu lękowo-ambiwalentnego, nie została potwierdzona.

Tabela 16

Wyniki modelu dla jakości związku jako zmiennej wynikowej a stylów przywiązania jako predyktorów

Zmienne	Współczynnik	SE	β	p
Dopasowanie: $\chi^2(6) = 110,27$; $p < 0,001$; $\chi^2/df = 18,38$; CFI = 0,87; RMSEA = 0,33; SRMR = 0,23				
Efekt aktora (kobiety)				
Bezpieczny styl przywiązania	0,65	0,22	0,26	0,004
Lękowo-ambiwalentny styl przywiązania	-0,09	0,14	-0,05	0,533
Unikowy styl przywiązania	-0,67	0,20	-0,33	<0,001
Efekt partnera (mężczyźni)				
Bezpieczny styl przywiązania	1,04	0,25	0,38	<0,001
Lękowo-ambiwalentny styl przywiązania	-0,24	0,16	-0,12	0,145
Unikowy styl przywiązania	-0,12	0,21	-0,06	0,575
Efekt aktora-partnera				
Jakość związku - Kobieta				
Bezpieczny styl przywiązania mężczyzn	0,76	0,24	0,28	0,002
Lękowo-ambiwalentny styl przywiązania mężczyzn	-0,29	0,16	-0,14	0,066
Unikowy styl przywiązania mężczyzn	0,13	0,20	0,06	0,523
Jakość związku - Mężczyzna				
Bezpieczny styl przywiązania kobiet	0,22	0,23	0,09	0,337
Lękowo-ambiwalentny styl przywiązania kobiet	-0,02	0,15	-0,01	0,913
Unikowy styl przywiązania kobiet	-0,65	0,22	-0,32	0,002

4.3.2.2. Styl przywiązania a jakość związku intymnego – wyniki dla mężczyzn

W grupie mężczyzn wyniki analiz korelacyjnych wskazują na wyraźne i spójne związki między stylami przywiązania a jakością związku. Styl bezpieczny pozostaje w umiarkowanych i silnych dodatnich korelacjach ze wszystkimi wymiarami jakości związku: z satysfakcją ($r = 0,56$; $p < 0,001$), spójnością ($r = 0,54$; $p < 0,001$), zgodnością ($r = 0,47$; $p < 0,001$), ekspresją uczuciowości ($r = 0,55$; $p < 0,001$) oraz z ogólną jakością związku ($r = 0,60$; $p < 0,001$). Styl lękowo-ambiwalentny wykazuje słabe i umiarkowane ujemne korelacje z satysfakcją ($r = -0,42$; $p < 0,001$), spójnością ($r = -0,22$; $p < 0,01$), zgodnością ($r = -0,29$; $p < 0,001$).

0,001), ekspresję uczuciowości ($r = -0,22$; $p < 0,01$) i ogólną jakością związku ($r = -0,34$; $p < 0,001$). Styl unikowy pozostaje w silnych ujemnych związkach ze wszystkimi wymiarami jakości związku, obejmując satysfakcję ($r = -0,64$; $p < 0,001$), spójność ($r = -0,43$; $p < 0,001$), zgodność ($r = -0,45$; $p < 0,001$), ekspresję uczuciowości ($r = -0,40$; $p < 0,001$) oraz ogólną jakością związku ($r = -0,57$; $p < 0,001$) (tabela 13-14).

Analizy korelacyjne uzupełniono modelowaniem równań strukturalnych, które pozwoliło zweryfikować, czy style przywiązania mężczyzn oraz ich partnerek stanowią istotne predyktory jakości związku. W analizie uwzględniono zarówno efekty własne (aktora), jak i partnerskie (partnera). Analiza wykazała niedopasowanie modelu, biorąc pod uwagę każdy wskaźnik dopasowania modelu (tabela 16).

Wśród efektów własnych okazał się bezpieczny styl przywiązania ($b = 1,04$; $\beta = 0,38$; $p < 0,001$). Oznacza to, że wzrost poziomu bezpiecznego stylu przywiązania mężczyzn o 1 jednostkę wiąże się ze wzrostem jakości ich związku o 1,04 jednostki. Style lękowo-ambiwalentny oraz unikowy nie okazały się istotnymi predyktorami jakości związku w tej grupie.

W zakresie efektu partnera istotny związek odnotowano dla unikowego stylu przywiązania kobiet ($b = -0,65$; $\beta = -0,32$; $p = 0,002$). Oznacza to, że wraz ze wzrostem unikowego stylu przywiązania kobiet o 1 jednostkę, jakość związku deklarowana przez ich partnerów maleje o 0,65 jednostki. Pozostałe style przywiązania kobiet nie były istotnymi predyktorami jakości związku mężczyzn.

Podsumowując, w grupie mężczyzn potwierdzono hipotezę H2a dotyczącą dodatniego związku stylu bezpiecznego z jakością związku, a wyniki częściowo wspierają H2b–H2c wskazujące na ujemne związki stylów lękowo-ambiwalentnego i unikowego z jakością związku. W modelu APIM potwierdzono hipotezę H2d, zgodnie z którą bezpieczny styl

przywiązania mężczyzn jest predyktorem wzrostu jakości związku, oraz hipotezę H2f, wskazującą, że unikowy styl przywiązania kobiet stanowi predyktor obniżonego poziomu jakości związku partnerów.

4.3.3. Wrażliwość przetwarzania sensorycznego a jakość związku intymnego

Sprawdzono związki między wrażliwością przetwarzania sensorycznego a jakością związku intymnego (tabele 13–14). Poniższe analizy stanowią weryfikację hipotezy ogólnej H3 oraz hipotez szczegółowych H3a–H3f. Analizy uwzględniały ogólny poziom wrażliwości przetwarzania sensorycznego oraz jej dwa wymiary. Jakość związku oceniano na podstawie wyniku ogólnego oraz czterech jej wymiarów: zgodności, satysfakcji, spójności i ekspresji uczuciowości.

W dalszym etapie zastosowano modelowanie równań strukturalnych w oparciu o model aktor–partner (APIM; Kenny, Kashy i Cook, 2006), który umożliwia jednoczesne oszacowanie efektów własnych (aktora) i partnerskich (partnera). Analizy przeprowadzono z uwzględnieniem relacji między wrażliwością przetwarzania sensorycznego a jakością związku z perspektywy obojga partnerów (tabela 17). Wszystkie wskaźniki dopasowania wskazują na odpowiednio dopasowany model. Odnotowano istotne statystycznie zależności między analizowanymi zmiennymi, przy czym siła i kierunek efektów różniły się w zależności od płci.

Dla zachowania przejrzystości wyników poniżej przedstawiono je oddzielnie dla grupy kobiet i mężczyzn.

4.3.3.1. Wrażliwość przetwarzania sensorycznego a jakość związku intymnego – wyniki dla kobiet

Analizy korelacyjne wykazały, że ogólny poziom wrażliwości przetwarzania sensorycznego u kobiet nie pozostaje w istotnym statystycznie związku z ogólną jakością związku ani z jej wymiarami ($p > 0,05$). Nadmierna stymulacja tworzy słabe, ujemne korelacje z ekspresją uczuciowości ($r = -0,18$; $p < 0,05$), natomiast nie jest istotnie powiązana z pozostałymi wymiarami jakości związku. W odniesieniu do głębokości przetwarzania bodźców odnotowano dodatnie korelacje z ogólną jakością związku ($r = 0,19$; $p < 0,05$), spójnością ($r = 0,27$; $p < 0,001$) oraz zgodnością ($r = 0,16$; $p < 0,05$) (tabela 13-14).

Wśród efektów własnych (kobieta–aktor) istotnym predyktorem jakości związku okazała się głębokość przetwarzania ($b = 0,87$; $\beta = 0,22$; $p = 0,006$) oraz nadmierna stymulacja ($b = -0,29$; $\beta = -0,16$; $p = 0,043$). Wzrost głębokości przetwarzania o 1 jednostkę wiąże się ze wzrostem jakości związku o 0,87 jednostki, natomiast wzrost nadmiernej stymulacji o 1 jednostkę prowadzi do obniżenia jakości związku o 0,29 jednostki. Głębokość przetwarzania jest silniejszym predyktorem niż nadmierna stymulacja (tabela 17).

W zakresie efektu partnera nie odnotowano istotnych statystycznie zależności pomiędzy wskaźnikami wrażliwości przetwarzania sensorycznego mężczyzn a jakością związku deklarowaną przez kobiety.

Podsumowując, w grupie kobiet częściowo potwierdzono hipotezy H3a–H3c: ogólny poziom wrażliwości nie był związany z jakością związku, natomiast głębokość przetwarzania koreluje dodatnio, a nadmierna stymulacja ujemnie z jakością związku. W modelu APIM potwierdzono hipotezy H3e–H3f, zgodnie z którymi nadmierna stymulacja jest predyktorem obniżenia jakości związku, a głębokość przetwarzania – predyktorem jej wzrostu. Hipoteza H3d, dotycząca predykcyjnej roli ogólnego poziomu wrażliwości przetwarzania

sensorycznego, nie została zweryfikowana w tym modelu, ponieważ analiza APIM uwzględniała jedynie jej poszczególne komponenty

Tabela 17

Wyniki modelu dla jakości związku jako zmiennej wynikowej a wrażliwością przetwarzania sensorycznego jako predyktorów

Zmienne	Współczynnik	SE	β	p
Dopasowanie: $\chi^2(2) = 2,24$; $p = 0,326$; $\chi^2/df = 1,12$; CFI = 0,99; RMSEA = 0,03; SRMR = 0,03				
Efekt aktora (kobiety)				
Głębokość przetwarzania	0,87	0,31	0,22	0,006
Nadmierna stymulacja	-0,29	0,14	-0,16	0,043
Efekt partnera (mężczyźni)				
Głębokość przetwarzania	0,40	0,32	0,10	0,211
Nadmierna stymulacja	-0,18	0,13	-0,11	0,182
Efekt aktora-partnera				
Jakość związku - Kobieta				
Głębokość przetwarzania mężczyzn	0,17	0,31	0,04	0,588
Nadmierna stymulacja mężczyzn	-0,16	0,13	-0,10	0,212
Jakość związku - Mężczyzna				
Głębokość przetwarzania kobiet	0,50	0,33	0,13	0,121
Nadmierna stymulacja kobiet	-0,18	0,15	-0,10	0,223

4.3.3.2. Wrażliwość przetwarzania sensorycznego a jakość związku intymnego – wyniki dla mężczyzn

W grupie mężczyzn wyniki wskazują, że ogólny poziom wrażliwości przetwarzania sensorycznego nie pozostaje w istotnym związku z ogólną jakością związku ani z jej poszczególnymi wymiarami ($p > 0,05$). Nadmierna stymulacja koreluje ujemnie z satysfakcją ($r = -0,22$; $p < 0,01$), natomiast nie wykazuje istotnych związków z pozostałymi wskaźnikami jakości związku. Głębokość przetwarzania pozostaje w dodatnich korelacjach ze spójnością ($r = 0,27$; $p < 0,001$) oraz z ekspresją uczuciowości ($r = 0,19$; $p < 0,05$) (tabela 13-14).

Wśród efektów własnych oraz efektów partnera żaden z komponentów wrażliwości przetwarzania sensorycznego nie okazał się istotnie związany z jakością związku deklarowaną przez mężczyzn (tabela 17).

Podsumowując, w grupie mężczyzn nie potwierdzono hipotez H3a–H3c, zakładających związku pomiędzy komponentami wrażliwości przetwarzania sensorycznego a jakością związku, ani hipotez H3d–H3f dotyczących ich roli predykcyjnej.

4.3.4 Dopasowanie cech osobowości partnerów a jakość związku intymnego

Wskaźniki dopasowania obliczono jako bezwzględne różnice wyników partnerów w każdej z cech, w związku z czym wyższa wartość zmiennej oznacza mniejsze rzeczywiste podobieństwo partnerów pod względem danej cechy, natomiast wartość niższa – większe dopasowanie. Kierunek ten należy uwzględnić przy interpretacji uzyskanych współczynników korelacji: ujemny związek między wskaźnikiem różnicy a jakością związku oznacza, że większe rzeczywiste dopasowanie partnerów (mniejsza różnica) wiąże się z wyższą jakością związku, natomiast związek dodatni wskazywałby na odwrotną prawidłowość – że większe podobieństwo partnerów w danej cesze koresponduje z niższą jakością związku.

Analizy korelacyjne objęły dopasowanie partnerów w zakresie pięciu wymiarów osobowości modelu Wielkiej Piątki: ugodowości, sumienności, ekstrawersji, otwartości na doświadczenie oraz stabilności emocjonalnej (tabele 13–14).

W dalszej części analiz zastosowano modelowanie równań strukturalnych (APIM), które umożliwia jednocześnie oszacowanie efektów własnych (aktora) i partnerskich (partnera). Analizy pozwoliły sprawdzić czy dopasowanie osobowości partnerów jest predyktorem jakości związku intymnego (tabela 18). Okazuje się, że jedynie wskaźnik CFI

wskazuje na odpowiednie dopasowanie modelu, podczas gdy pozostałe wartości świadczą o jego słabym dopasowaniu.

Poniższe wyniki stanowią weryfikację hipotezy ogólnej H4 oraz hipotez szczegółowych H4a–H4j, obejmujących zarówno analizy korelacyjne, jak i predykcyjne.

4.3.4.1. Dopasowanie cech osobowości partnerów a jakość związku intymnego - wyniki dla kobiet

Dopasowanie w zakresie sumienności wykazuje słabe, ujemne korelacje z satysfakcją ($r = -0,17$; $p < 0,05$), spójnością ($r = -0,18$; $p < 0,05$) oraz ekspresją uczuciowości ($r = -0,21$; $p < 0,01$), natomiast nie pozostaje w istotnym związku z pozostałymi wymiarami jakości związku. Dopasowanie w zakresie ugodowości, ekstrawersji, otwartości oraz stabilności emocjonalnej nie koreluje istotnie ani z ogólną jakością związku, ani z jej poszczególnymi wymiarami (tabela 13-14).

W modelu przewidującym jakość związku ocenianą przez kobiety żaden z wymiarów dopasowania cech osobowości nie okazał się istotnym predyktorem (tabela 18).

Podsumowując, hipoteza H4a została potwierdzona częściowo, a hipoteza predykcyjna H4b nie potwierdziła się.

Tabela 18

Wyniki modelu dla jakości związku jako zmiennej wynikowej a dopasowanie cech osobowości jako predyktorów

Zmienne	Współczynnik	SE	β	p
Dopasowanie: $\chi^2(2) = 17,52$; $p < 0,001$; $\chi^2/df = 8,76$; CFI = 0,94; RMSEA = 0,22; SRMR = 0,08				
Dopasowanie osobowości				
Jakość związku - Kobieta				
Ekstrawersja (lg10)	1,05	6,59	0,01	0,873
Ugodowość (lg10)	-3,36	6,98	-0,04	0,631
Sumienność (lg10)	-11,14	6,88	-0,13	0,105

Stabilna emocjonalna (lg10)	11,87	6,56	0,15	0,070
Otwartość na doświadczenia (lg10)	5,49	7,15	0,06	0,442
Jakość związku - Mężczyzna				
Ekstrawersja (lg10)	3,29	6,62	0,04	0,620
Ugodowość (lg10)	-0,28	7,01	<-0,01	0,969
Sumienność (lg10)	-15,05	6,91	-0,18	0,029
Stabilność emocjonalna (lg10)	15,48	6,59	0,20	0,019
Otwartość na doświadczenia (lg10)	5,93	7,18	0,07	0,409

4.3.4.2. Dopasowanie cech osobowości partnerów a jakość związku intymnego – wyniki dla mężczyzn

W grupie mężczyzn uzyskane wyniki wskazują, że dopasowanie w zakresie sumienności wykazuje słabe ujemne korelacje z satysfakcją ($r = -0,18$; $p < 0,05$), spójnością ($r = -0,18$; $p < 0,05$) oraz ekspresją uczuciowości ($r = -0,16$; $p < 0,05$). Dopasowanie w zakresie stabilności emocjonalnej pozostaje w słabych dodatnich korelacjach ze zgodnością ($r = 0,18$; $p < 0,05$), ekspresją uczuciowości ($r = 0,17$; $p < 0,05$) oraz ogólną jakością związku ($r = 0,20$; $p < 0,05$) (tabela 13-14).

Dopasowanie cechy sumienności i stabilności emocjonalnej wiąże się z postrzeganą jakością związku przez mężczyzn. Z wartości współczynników wynika, że jeżeli wzrośnie dopasowanie cechy sumienności w związku badanych, poziom jakości związku będzie wyższy – wzrost dopasowania o 1 jednostkę odpowiada wzrostowi jakości związku o 15,05 jednostek. Odwrotnie jest w przypadku stabilności emocjonalnej – wraz z większym dopasowaniem stabilności emocjonalnej partnerów, obniża się postrzegana jakość związku przez mężczyzn. Dla wzrostu dopasowania stabilności emocjonalnej o 1 jednostkę, jakość związku będzie niższa o 15,48 jednostki. W oparciu o współczynnik bety należy przyjąć, że dopasowanie stabilności emocjonalnej okazuje się także silniejszym predyktorem jakości związku niż dopasowanie sumienności partnerów (tabela 18). Uzyskane oszacowania należy jednak interpretować z ostrożnością, ponieważ globalne dopasowanie modelu do danych było niezadowalające ($RMSEA = 0,22$; $\chi^2/df = 8,76$) – wskazuje to, że model jako całość nie

odwzorowuje w pełni trafnie struktury zależności w danych, co obniża wiarygodność oszacowań poszczególnych ścieżek, w tym opisanych powyżej efektów sumienności i stabilności emocjonalnej. Kierunki tych zależności warto zatem traktować jako wstępną przesłankę wymagającą potwierdzenia w badaniach na większej próbie lub przy zastosowaniu modelu o lepszym dopasowaniu, a nie jako w pełni ugruntowany wynik.

Podsumowując, w grupie mężczyzn częściowo potwierdzono hipotezy H4a–H4b dotyczące roli dopasowania osobowości w jakości związku. Wyniki korelacyjne wskazują, że dopasowanie w zakresie sumienności i stabilności emocjonalnej wiąże się istotnie z wybranymi wymiarami jakości związku, przy czym pozostałe cechy (ugodowość, ekstrawersja, otwartość) nie wykazują istotnych związków. W odniesieniu do hipotez predykcyjnych częściowo potwierdzono hipotezę H4b.

4.3.5. Składniki miłości a jakość związku intymnego

Sprawdzono związki między składnikami miłości (intymność, namiętność, zobowiązanie) a jakością związku intymnego (tabele 13–14). Poniższe analizy stanowią weryfikację hipotezy ogólnej H5 oraz hipotez szczegółowych H5a–H5f. Jakość związku oceniano na podstawie wyniku ogólnego oraz czterech jej wymiarów: zgodności, satysfakcji, spójności i ekspresji uczuciowości.

Analizy korelacyjne uzupełniono modelowaniem równań strukturalnych, które pozwoliło zweryfikować, czy składniki miłości kobiet oraz ich partnerów stanowią istotne predyktory jakości związku (tabela 19). W analizie uwzględniono zarówno efekty własne (aktora), jak i partnerskie (partnera). Każdy z zaraportowanych wskaźników dopasowania wskazuje na słabe dopasowanie modelu.

4.3.5.1. Składniki miłości a jakość związku intymnego - wyniki dla kobiet

Dla namiętności odnotowano umiarkowane i silne dodatnie korelacje z satysfakcją ($r = 0,50$; $p < 0,001$), spójnością ($r = 0,62$; $p < 0,001$), zgodnością ($r = 0,37$; $p < 0,001$), ekspresją uczuciowości ($r = 0,55$; $p < 0,001$) oraz ogólną jakością związku ($r = 0,54$; $p < 0,001$). Intymność koreluje dodatnio ze wszystkimi wymiarami jakości związku, przy czym wartości współczynników wskazują na silne związki: z satysfakcją ($r = 0,60$; $p < 0,001$), spójnością ($r = 0,67$; $p < 0,001$), zgodnością ($r = 0,48$; $p < 0,001$), ekspresją uczuciowości ($r = 0,64$; $p < 0,001$) i ogólną jakością związku ($r = 0,65$; $p < 0,001$). Zobowiązanie również pozostaje w dodatnich, umiarkowanych i silnych korelacjach z satysfakcją ($r = 0,49$; $p < 0,001$), spójnością ($r = 0,59$; $p < 0,001$), zgodnością ($r = 0,39$; $p < 0,001$), ekspresją uczuciowości ($r = 0,60$; $p < 0,001$) oraz ogólną jakością związku ($r = 0,54$; $p < 0,001$) (tabela 13-14).

Wśród efektów własnych (kobieta–aktor) istotnym predyktorem jakości związku okazała się intymność ($b = 0,70$; $\beta = 0,62$; $p < 0,001$). Wzrost intymności o 1 jednostkę wiąże się ze wzrostem jakości związku o 0,70 jednostki. W zakresie efektu partnera istotny okazał się wpływ intymności mężczyzn na jakość związku deklarowaną przez kobiety ($b = 0,74$; $\beta = 0,44$; $p < 0,001$). Wzrost intymności mężczyzn o 1 jednostkę wiąże się ze wzrostem jakości związku kobiet o 0,74 jednostki (tabela 19).

Podsumowując, wyniki korelacyjne potwierdzają spójny wzorzec dodatnich związków między wszystkimi składnikami miłości a jakością związku (H5a–H5c). W modelu APIM uzyskano istotne efekty dla intymności: intymność kobiet okazała się istotnym predyktorem wzrostu jakości ich własnego związku (efekt aktora), a intymność mężczyzn – istotnym predyktorem jakości związku raportowanej przez partnerki (efekt partnera). Hipoteza H5d jest

zatem potwierdzona częściowo (istotny efekt dla intymności; brak istotności dla namiętności i zobowiązania). Hipotezy H5e–H5f nie zostały potwierdzone.

Tabela 19

Wyniki modelu dla jakości związku jako zmiennej wynikowej a składnikami miłości jako predyktorów

Zmienne	Współczynnik	SE	β	p
Dopasowanie: $\chi^2(6) = 164,43$; $p < 0,001$; $\chi^2/df = 27,40$; CFI = 0,87; RMSEA = 0,40; SRMR = 0,34				
Efekt aktora (kobiety)				
Namiętność	-0,11	0,16	-0,08	0,503
Intymność	0,70	0,16	0,62	<0,001
Zobowiązanie	-0,19	0,19	-0,10	0,323
Efekt partnera (mężczyźni)				
Namiętność	-0,12	0,23	-0,07	0,613
Intymność	1,03	0,24	0,57	<0,001
Zobowiązanie	0,10	0,24	0,05	0,681
Efekt aktora-partnera				
Jakość związku - Kobieta				
Namiętność mężczyzn	-0,14	0,21	-0,08	0,524
Intymność mężczyzn	0,74	0,23	0,44	<0,001
Zobowiązanie mężczyzn	-0,22	0,23	-0,12	0,339
Jakość związku - Mężczyźni				
Namiętność kobiet	-0,14	0,17	-0,10	0,415
Intymność kobiet	0,45	0,17	0,27	0,009
Zobowiązanie kobiet	-0,23	0,20	-0,12	0,248

4.3.5.2. Składniki miłości a jakość związku intymnego - wyniki dla mężczyzn

W grupie mężczyzn odnotowano wyraźny i spójny układ dodatnich związków między wszystkimi składnikami miłości a jakością związku. Namiętność, intymność i zobowiązanie korelują istotnie ze wszystkimi wymiarami jakości związku, obejmującymi satysfakcję, spójność, zgodność, ekspresję uczuciowości oraz ogólną jakość związku.

Namiętność wykazuje umiarkowane i silne dodatnie korelacje z satysfakcją ($r = 0,50$; $p < 0,001$), spójnością ($r = 0,62$; $p < 0,001$), zgodnością ($r = 0,37$; $p < 0,001$), ekspresją uczuciowości ($r = 0,55$; $p < 0,001$) oraz ogólną jakością związku ($r = 0,54$; $p < 0,001$). Intymność pozostaje w silnych dodatnich korelacjach z satysfakcją ($r = 0,60$; $p < 0,001$),

spójnością ($r = 0,67$; $p < 0,001$), zgodnością ($r = 0,48$; $p < 0,001$), ekspresją uczuciowości ($r = 0,64$; $p < 0,001$) i ogólną jakością związku ($r = 0,65$; $p < 0,001$). Zobowiązanie również koreluje dodatnio ze wszystkimi wymiarami jakości związku: z satysfakcją ($r = 0,49$; $p < 0,001$), spójnością ($r = 0,59$; $p < 0,001$), zgodnością ($r = 0,39$; $p < 0,001$), ekspresją uczuciowości ($r = 0,60$; $p < 0,001$) oraz ogólną jakością związku ($r = 0,54$; $p < 0,001$) (tabela 13-14).

Wśród efektów własnych (mężczyzna–aktor) istotnym predyktorem jakości związku okazała się intymność ($b = 0,83$; $\beta = 0,56$; $p < 0,001$). Wzrost intymności o 1 jednostkę wiąże się ze wzrostem jakości związku o 0,83 jednostki. Namiętność ($b = -0,07$; $\beta = -0,05$; $p = 0,641$) oraz zobowiązanie ($b = 0,05$; $\beta = 0,04$; $p = 0,739$) nie osiągnęły poziomu istotności statystycznej. W zakresie efektu partnera istotny okazał się wpływ intymności kobiet na jakość związku deklarowaną przez mężczyzn ($b = 0,55$; $\beta = 0,38$; $p < 0,001$). Wzrost intymności kobiet o 1 jednostkę wiąże się ze wzrostem jakości związku mężczyzn o 0,55 jednostki. Pozostałe ścieżki nie były istotne statystycznie (tabela 19).

Podsumowując, w grupie mężczyzn potwierdzono hipotezy H5a–H5c dotyczące dodatnich związków między składnikami miłości a jakością związku. W modelu APIM uzyskano istotne efekty dla intymności, co częściowo potwierdza hipotezę H5d — intymność mężczyzn stanowi istotny predyktor wzrostu jakości ich związku, a intymność kobiet jest istotnym predyktorem jakości związku partnera. Hipotezy H5e–H5f nie uzyskały potwierdzenia.

4.3.6. Moderacyjna rola faz związku dla związku zmiennych - osobowość, wrażliwość przetwarzania sensorycznego, styl przywiązania - z jakością związku

Poniższy podrozdział przedstawia próbę weryfikacji hipotezy ogólnej H6 oraz hipotez szczegółowych H6a–H6d. W celu empirycznego wyodrębnienia faz związku opartych na

teorii trójskładnikowej miłości Sternberga (Wojciszke, 2015) przeprowadzono analizę skupień metodą dwustopniową (Two-Step Cluster Analysis). Do modelu wprowadzono trzy komponenty miłości: intymność, namiętność oraz zobowiązanie.

Rezultaty analiz wykazały rozwiązanie dwuklastrowe, w którym skupienia różniły się jedynie ogólnym poziomem nasilenia wszystkich komponentów – pierwsze skupienie charakteryzowało się niskimi wartościami intymności, namiętności i zobowiązania, natomiast drugie – wysokimi. Oznacza to, że uzyskany podział nie odzwierciedlał teoretycznych faz związku, w których poszczególne składniki miłości wykazują odmienny układ i dynamikę (np. wysoka namiętność przy niższym zobowiązaniu w początkowych etapach relacji).

W celu eksploracji składników miłości i faz związku sprawdzono, czy staż związku różnicuje nasilenie tych składników. Zmienną staż związku podzielono na trzy grupy: do 9 lat i pół roku ($n = 55$), powyżej 9 lat i pół roku do 19 lat i pół roku ($n = 54$) oraz powyżej 19 lat i pół roku ($n = 54$). Z powodu pomiaru diadycznego przeprowadzono ANOVA dla prób zależnych, analizując jednocześnie wyniki kobiet, jak i mężczyzn z diady. Do modelu włączono pomiary w zależności od płci jako czynnik wewnątrzobiektywny (składnik miłości kobiety vs składnik miłości mężczyzny), a staż związku włączono jako czynnik międzyobiektywny (krótki staż vs średni staż vs długi staż). W tabeli 20 przedstawiono rezultat analizy.

Tabela 20

Wyniki testu ANOVA dla prób zależnych dla porównań składników miłości w zależności od stażu związku

Zmienna	Efekt	F	df	p	η^2_p
Intymność	Efekt główny płci	9,12	1, 160	0,003	0,05
	Efekt główny stażu związku	3,18	2, 160	0,044	0,04

	Efekt interakcji płci i stażu związku	2,66	2, 160	0,073	0,03
	Efekt główny płci	7,90	1, 160	0,006	0,05
Zobowiązanie	Efekt główny stażu związku	1,95	2, 160	0,145	0,02
	Efekt interakcji płci i stażu związku	2,16	2, 160	0,119	0,03
	Efekt główny płci	40,70	1, 160	<0,001	0,20
Namiętność	Efekt główny stażu związku	3,25	2, 160	0,041	0,04
	Efekt interakcji płci i stażu związku	2,80	2, 160	0,064	0,03

Adnotacja. F – wartość testowanej statystyki ANOVA, df – stopnie swobody; p – prawdopodobieństwo statystyki testowej; η^2_p – wskaźnik siły efektu. Wyniki istotne oznaczono pogrubieniem.

Wyniki analizy wskazują na istotny statystycznie efekt główny płci dla intymności, zobowiązania i namiętności. Efekty dla intymności i zobowiązania były słabe, jednak efekt dla namiętności cechował się dużą siłą. W każdym przypadku mężczyźni cechowali się większym nasileniem składników miłości niż kobiety.

Analiza efektu głównego stażu związku była istotna dla intymności i namiętności, jednak oba te efekty były słabe. Dalej przeprowadzone testy efektów głównych z poprawką Sidaka nie wskazywały na jakąkolwiek istotną różnicę w obrębie intymności. Najbliżej progu 0,05 odnotowano wartość dla porównań wielkości $p = 0,059$ pomiędzy badanymi o krótkim a średnim stażu. Natomiast z porównań parami dla namiętności odnotowano istotne różnice pomiędzy krótkim a średnim stażem związku. Poziom namiętności ze średniej obojga badanych był niższy podczas średniego stażu związku niż podczas krótkiego.

Analiza efektów interakcji nie wykazała wyników istotnych statystycznie. Świadczy to o tym, że staż związku nie różnicował składników miłości w zależności od płci. Wyniki średnich zaprezentowano w tabeli 21.

Tabela 21

Statystyki opisowe dla efektów głównych i interakcji składników miłości w zależności od stażu związku

Staż związku	Płeć	Intymność				Zobowiązanie				Namiętność			
		M	SE	95% CI		M	SE	95% CI		M	SE	95% CI	
				LL	UL			LL	UL			LL	UL
Krótki	Kobieta	67,62	1,85	63,96	71,28	62,62	1,57	59,52	65,71	64,42	1,96	60,55	68,29
	Mężczyzna	67,53	1,71	64,15	70,90	63,05	1,61	59,88	66,23	67,62	1,70	64,25	70,98
	Ogółem	67,57	1,69	64,24	70,90	62,84	1,45	59,97	65,70	66,02	1,61	62,84	69,20
Średni	Kobieta	60,63	1,87	56,94	64,32	58,72	1,58	55,60	61,84	55,80	1,98	51,89	59,70
	Mężczyzna	63,26	1,73	59,85	66,67	60,43	1,62	57,23	63,63	64,63	1,72	61,23	68,03
	Ogółem	61,94	1,70	58,58	65,30	59,57	1,46	56,69	62,46	60,21	1,62	57,01	63,42
Długi	Kobieta	64,91	1,87	61,22	68,60	61,24	1,58	58,12	64,36	58,85	1,98	54,95	62,76
	Mężczyzna	68,46	1,73	65,06	71,87	65,43	1,62	62,23	68,63	66,48	1,72	63,08	69,88
	Ogółem	66,69	1,70	63,33	70,04	63,33	1,46	60,45	66,22	62,67	1,62	59,46	65,87
Ogółem	Kobieta	64,39	1,08	62,26	66,51	60,86	0,91	59,06	62,66	59,69	1,14	57,44	61,94
	Mężczyzna	66,42	0,99	64,45	68,38	62,97	0,93	61,13	64,81	66,24	0,99	64,29	68,20

Adnotacja. M – średnia; SE – błąd standardowy; CI – przedział ufności; LL i UL – dolny i górny przedział.

Uzyskany wynik uniemożliwił przeprowadzenie zaplanowanej weryfikacji hipotez H6a–H6e, dotyczących moderacyjnej roli fazy związku dla zależności między czynnikami podmiotowymi i relacyjnymi a jakością związku intymnego. Zastosowana metoda analizy skupień poprawnie zidentyfikowała strukturę danych, jednak uzyskany podział odzwierciedlał wyłącznie ogólny poziom nasilenia komponentów miłości, a nie jakościowo odrębne fazy rozwoju relacji zakładane przez teorię Sternberga. Oznacza to, że w badanej próbie intymność, namiętność i zobowiązanie współwystępują w sposób jednorodny, nie tworząc rozróżnialnych konfiguracji odpowiadających kolejnym etapom związku. W konsekwencji hipotezy H6a–H6e pozostają niezeweryfikowane, co samo w sobie stanowi istotny wynik empiryczny – wskazujący, że rozwój związku w analizowanej próbie ma charakter bardziej ciągły niż kategoryalny.

4.3.7. Moderacyjna rola wrażliwości przetwarzania sensorycznego dla związku stylu przywiązania z jakością związku

Poniższe analizy stanowią weryfikację hipotezy ogólnej H7 oraz hipotez szczegółowych H7a–H7c. W następnym kroku wykonano analizę moderacji w modelu APIM. Sprawdzono, czy występuje efekt interakcji pomiędzy stylami przywiązania a jakością związku. Do modelu włączono zmienne po standaryzacji (Z-Score) w celu uniknięcia współliniowości. Wyniki dla stylu bezpiecznego przedstawiono w tabeli 22.

Tabela 22

Wyniki analizy moderacji w modelu APIM dla związku bezpiecznego stylu przywiązania z jakością związku oraz wrażliwością przetwarzania sensorycznego jako moderatorem

Zmienne	Współczynnik	SE	p
Dopasowanie: $\chi^2(19) = 63,54$; $p < 0,001$; $\chi^2/df = 3,34$; CFI = 0,92; RMSEA = 0,11; SRMR = 0,11			
Jakość związku mężczyzn			
Styl bezpieczny kobiet	0,28	0,08	<0,001
Styl bezpieczny mężczyzn	0,45	0,08	<0,001
Wrażliwość przetwarzania sensorycznego kobiet	-0,03	0,06	0,590
Wrażliwość przetwarzania sensorycznego mężczyzn	-0,01	0,06	0,920
Styl bezpieczny kobiet x Wrażliwość przetwarzania sensorycznego kobiet	-0,07	0,06	0,264
Styl bezpieczny kobiet x Wrażliwość przetwarzania sensorycznego mężczyzn	0,04	0,08	0,623
Styl bezpieczny mężczyzn x Wrażliwość przetwarzania sensorycznego kobiet	-0,02	0,07	0,820
Styl bezpieczny mężczyzn x Wrażliwość przetwarzania sensorycznego mężczyzn	-0,02	0,08	0,821
Jakość związku kobiet			
Styl bezpieczny kobiet	0,44	0,07	<0,001
Styl bezpieczny mężczyzn	0,30	0,07	<0,001
Wrażliwość przetwarzania sensorycznego kobiet	0,00	0,06	0,991
Wrażliwość przetwarzania sensorycznego mężczyzn	-0,04	0,06	0,518
Styl bezpieczny kobiet x Wrażliwość przetwarzania sensorycznego kobiet	-0,02	0,06	0,788
Styl bezpieczny kobiet x Wrażliwość przetwarzania sensorycznego mężczyzn	0,08	0,08	0,322
Styl bezpieczny mężczyzn x Wrażliwość przetwarzania sensorycznego kobiet	-0,06	0,07	0,416
Styl bezpieczny mężczyzn x Wrażliwość przetwarzania sensorycznego mężczyzn	-0,16	0,08	0,045

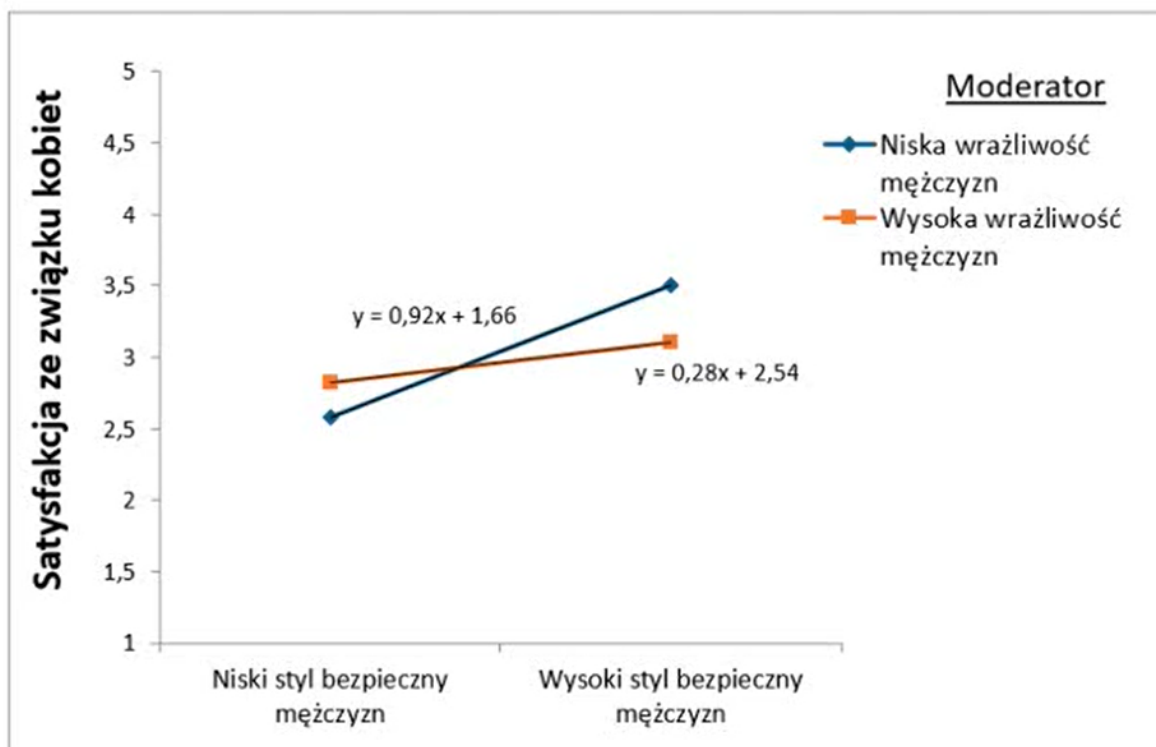
Jak wynika z analizy, dla modelu stylu bezpiecznego jako zmiennej niezależnej, wrażliwości przetwarzania sensorycznego jako moderatora oraz jakości związku jako zmiennej zależnej odnotowano wyłącznie częściowe dopasowanie modelu ($\chi^2(19) = 63,54$; $p < 0,001$; $\chi^2/df = 3,34$; CFI = 0,92), jednak pozostałe wskaźniki nie mieszczą się w umownych granicach (RMSEA = 0,11; SRMR = 0,11) (tabela 20).

Analiza moderacji wykazała brak istotnych efektów interakcji dla jakości związku mężczyzn jako zmiennej zależnej. Wartość p dla każdego moderatora w tym modelu była większa niż 0,05.

Z kolei dla jakości związku kobiet odnotowano istotną moderację stylu bezpiecznego mężczyzn przez wrażliwość przetwarzania sensorycznego mężczyzn ($\beta = -0,16$; $SE = 0,08$; $p = 0,045$). Okazuje się, że wyższy poziom wrażliwości przetwarzania sensorycznego mężczyzn osłabia dodatni związek pomiędzy ich bezpiecznym stylem przywiązania a jakością związku raportowaną przez ich partnerki (efekt aktor-partner). Wśród mężczyzn o niższym poziomie tej cechy związek pomiędzy ich bezpiecznym stylem przywiązania a jakością związku kobiet jest silniejszy niż u mężczyzn o wyższym jej poziomie (rycina 6).

Rycina 6

Wrażliwość przetwarzania sensorycznego mężczyzn jako moderator związku między bezpiecznym stylem przywiązania a jakością związku



Następnie stworzono model dla stylu lękowo-ambiwalentnego jako zmiennej niezależnej, wrażliwości przetwarzania sensorycznego jako moderatora a jakość związku jako zmiennej zależnej (tabela 23).

Tabela 23

Wyniki analizy moderacji w modelu APIM dla związku lękowo-ambiwalentnym stylu przywiązania z jakością związku oraz wysoką wrażliwością jako moderatorem

Zmienne	Współczynnik	SE	p
Dopasowanie: $\chi^2(16) = 27,52$; $p = 0,036$; $\chi^2/df = 1,72$; CFI = 0,97; RMSEA = 0,07; SRMR = 0,06			
Jakość związku mężczyzn			
Styl lękowo-ambiwalentny kobiet	-0,28	0,09	0,001
Styl lękowo-ambiwalentny mężczyzn	-0,30	0,08	<0,001

Wrażliwość przetwarzania sensorycznego kobiet	0,12	0,07	0,101
Wrażliwość przetwarzania sensorycznego mężczyzn	0,11	0,07	0,123
Styl lękowo-ambiwalentny kobiet x Wrażliwość przetwarzania sensorycznego kobiet	-0,02	0,07	0,742
Styl lękowo-ambiwalentny mężczyzn x Wrażliwość przetwarzania sensorycznego mężczyzn	0,16	0,07	0,017
Styl lękowo-ambiwalentny mężczyzn x Wrażliwość przetwarzania sensorycznego kobiet	0,11	0,08	0,158
Styl lękowo-ambiwalentny kobiet x Wrażliwość przetwarzania sensorycznego mężczyzn	-0,09	0,07	0,231
Jakość związku kobiet			
Styl lękowo-ambiwalentny kobiet	-0,33	0,09	<0,001
Styl lękowo-ambiwalentny mężczyzn	-0,30	0,08	<0,001
Wrażliwość przetwarzania sensorycznego kobiet	0,11	0,07	0,135
Wrażliwość przetwarzania sensorycznego mężczyzn	0,10	0,07	0,177
Styl lękowo-ambiwalentny kobiet x Wrażliwość przetwarzania sensorycznego	0,07	0,07	0,325
Styl lękowo-ambiwalentny mężczyzn x Wrażliwość przetwarzania sensorycznego	0,10	0,07	0,133
Styl lękowo-ambiwalentny mężczyzn x Wrażliwość przetwarzania sensorycznego kobiet	0,15	0,08	0,051
Styl lękowo-ambiwalentny kobiet x Wrażliwość przetwarzania sensorycznego mężczyzn	-0,07	0,07	0,308

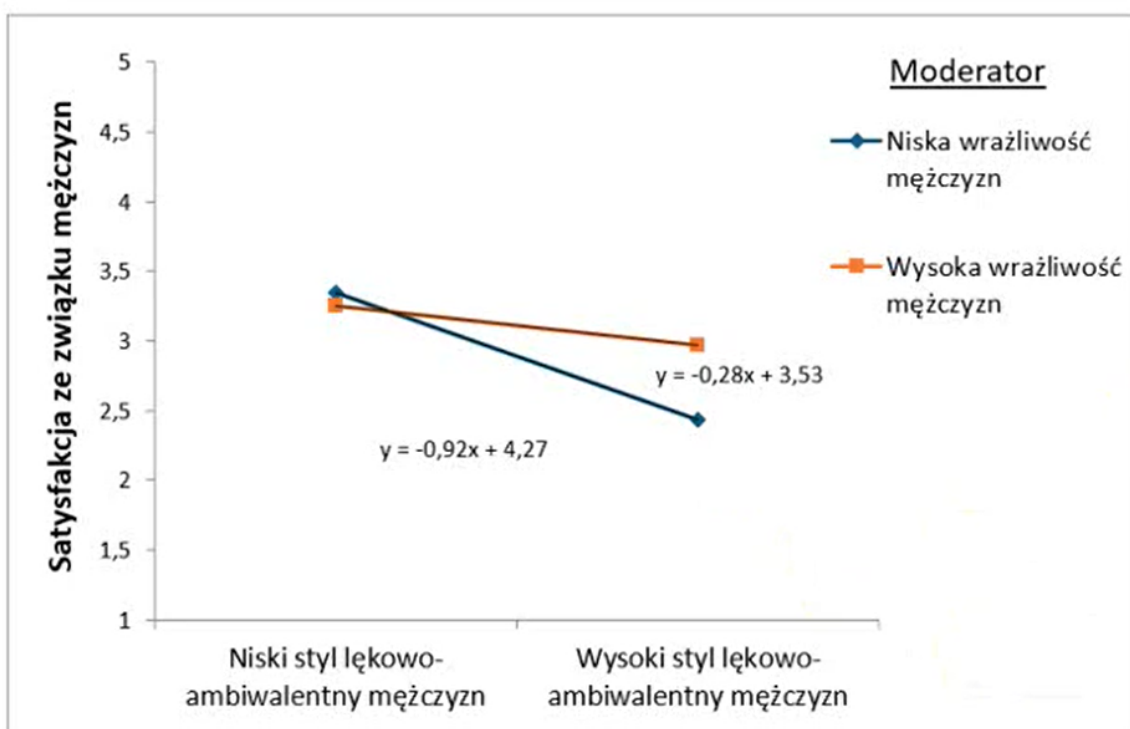
W przeciwieństwie do modelu stylu bezpiecznego, wartości wskaźników dopasowania świadczą o pełnej dobroci dopasowania tego modelu ($\chi^2(16) = 27,52$; $p = 0,036$; $\chi^2/df = 1,72$; CFI = 0,97; RMSEA = 0,07; SRMR = 0,06). Model moderacji wykazał istotny efekt jedynie dla efektów głównych stylu przywiązania (obu partnerów) oraz dla interakcji stylu lękowo-ambiwalentnego mężczyzn z poziomem ich wrażliwości przetwarzania sensorycznego.

Okazuje się, że wyższy poziom wrażliwości przetwarzania sensorycznego mężczyzn osłabia negatywny związek między ich lękowo-ambiwalentnym stylem przywiązania a jakością związku raportowaną przez nich samych (efekt aktora). Zatem wśród mężczyzn o niższym poziomie tej cechy ujemna zależność pomiędzy ich lękowo-ambiwalentnym stylem przywiązania a ich własną oceną jakości związku jest silniejsza niż u mężczyzn o wyższym jej poziomie (rycina 7).

Warto odnotować, że efekt interakcji stylu lękowo-ambiwalentnego mężczyzn z poziomem wrażliwości przetwarzania sensorycznego kobiet dla jakości związku kobiet znajdował się blisko progu istotności statystycznej ($\beta = 0,15$; $p = 0,051$), nie osiągając jednak konwencjonalnego poziomu istotności.

Rycina 7

Wrażliwość przetwarzania sensorycznego mężczyzn jako moderator związku między lękowo-ambiwalentnym stylem przywiązania a jakością związku



W ostatnim kroku wykonano model ze stylem unikowym jako zmienną niezależną, traktując wrażliwość przetwarzania sensorycznego jako moderator, a jakością związku jako zmienną zależną (tabela 24).

Tabela 24

Wyniki analizy moderacji w modelu APIM dla związku unikowy stylu przywiązania z jakością związku oraz wrażliwością przetwarzania sensorycznego jako moderatorem

Zmienne	Współczynnik	SE	p
Dopasowanie: $\chi^2(14) = 21,81$; $p = 0,083$; $\chi^2/df = 1,56$; CFI = 0,99; RMSEA = 0,06; SRMR = 0,05			
Jakość związku mężczyzn			
Styl unikowy kobiet	-0,39	0,09	<0,001
Styl unikowy mężczyzn	-0,37	0,09	<0,001
Wrażliwość przetwarzania sensorycznego kobiet	0,04	0,06	0,538
Wrażliwość przetwarzania sensorycznego mężczyzn	0,12	0,07	0,059
Styl unikowy kobiet x Wrażliwość przetwarzania sensorycznego kobiet	0,06	0,08	0,453
Styl unikowy kobiet x Wrażliwość przetwarzania sensorycznego mężczyzn	-0,05	0,07	0,450
Styl unikowy mężczyzn x Wrażliwość przetwarzania sensorycznego kobiet	-0,02	0,09	0,864
Styl unikowy mężczyzn x Wrażliwość przetwarzania sensorycznego mężczyzn	0,11	0,07	0,098
Jakość związku kobiet			
Styl unikowy kobiet	-0,60	0,09	<0,001
Styl unikowy mężczyzn	-0,12	0,09	0,204
Wrażliwość przetwarzania sensorycznego kobiet	0,08	0,06	0,206
Wrażliwość przetwarzania sensorycznego mężczyzn	0,06	0,07	0,378
Styl lękowo-ambiwalentny kobiet x Wrażliwość przetwarzania sensorycznego kobiet	0,12	0,08	0,138
Styl lękowo-ambiwalentny mężczyzn x Wrażliwość przetwarzania sensorycznego mężczyzn	0,05	0,07	0,448
Styl lękowo-ambiwalentny mężczyzn x Wrażliwość przetwarzania sensorycznego kobiet	0,02	0,09	0,808
Styl lękowo-ambiwalentny kobiet x Wrażliwość przetwarzania sensorycznego mężczyzn	0,01	0,07	0,840

Mimo satysfakcjonujących wartości dopasowania modelu i istotnych efektów głównych (istotny efekt stylu unikowego obu partnerów dla jakości związku mężczyzn oraz istotny efekt stylu unikowego kobiet dla jakości związku kobiet), nie odnotowano istotnego statystycznie efektu interakcji. W tym modelu wrażliwość przetwarzania sensorycznego nie pełniła roli moderatora dla związku unikowego stylu przywiązania z jakością związku.

Weryfikacja postawionych hipotez H7a–H7c nie potwierdziła założeń badawczych w przewidywanym kierunku, choć w dwóch przypadkach odnotowano istotne statystycznie efekty moderacji o kierunku przeciwnym do zakładanego.

Hipoteza H7a nie uzyskała potwierdzenia – wyższy poziom wrażliwości przetwarzania sensorycznego mężczyzn istotnie moderował związek między ich bezpiecznym stylem przywiązania a jakością związku kobiet, jednak w kierunku przeciwnym do przewidywanego: zamiast nasilenia, odnotowano osłabienie dodatniej zależności pomiędzy tymi zmiennymi ($\beta = -0,16$; $p = 0,045$). Dla pozostałych efektów interakcji w tym modelu nie odnotowano istotności statystycznej.

Hipoteza H7b również nie uzyskała potwierdzenia w przewidywanym kierunku. Wyższy poziom wrażliwości przetwarzania sensorycznego mężczyzn istotnie osłabiał, a nie nasilał, ujemny związek pomiędzy ich lękowo-ambiwalentnym stylem przywiązania a jakością związku ($\beta = 0,16$; $p = 0,017$), co oznacza, że wśród mężczyzn o niższym poziomie tej cechy ujemny związek między tym stylem przywiązania a jakością związku był silniejszy niż u mężczyzn o wyższym jej poziomie.

Hipoteza H7c nie uzyskała potwierdzenia empirycznego. W analizie dla stylu unikowego nie stwierdzono istotnych efektów interakcji, co wskazuje, że wrażliwość przetwarzania sensorycznego nie pełniła roli moderatora w relacji pomiędzy unikowym stylem przywiązania a jakością związku.

Łącznie uzyskane wyniki wskazują na spójny, systematyczny wzorec: w obu przypadkach, w których odnotowano istotną moderację, wyższy poziom wrażliwości przetwarzania sensorycznego działał w kierunku osłabiającym, a nie wzmacniającym siłę zależności między stylem przywiązania a jakością związku – niezależnie od tego, czy wyjściowa zależność miała charakter dodatni, czy ujemny.

4.3.8. Mediacyjna rola intymności dla związku między stylami przywiązania a jakością związku intymnego

Poniższe analizy stanowią weryfikację hipotezy ogólnej H8. Chcąc sprawdzić, czy intymność pełni rolę mediacyjną dla relacji stylów przywiązania i jakości ze związku wykonano analizę mediacji w modelu APIM. W analizie uwzględniono jedynie wcześniej potwierdzone istotne ścieżki. Wyniki analizy zostały przedstawione w tabeli 25.

Tabela 25

Wyniki mediacyjnego modelu APIM dla związku stylów przywiązania z jakością związku i intymnością jako mediatorem

Zmienne	Współczynnik	SE	β	p
Dopasowanie: $\chi^2(3) = 24,68$; $p < 0,001$; $\chi^2/df = 8,23$; CFI = 0,98; RMSEA = 0,21; SRMR = 0,058				
Ścieżka a				
Zmienna zależna: Intymność kobiet				
Styl bezpieczny kobiet	1,06	0,11	0,65	<0,001
Styl unikowy kobiet	-0,13	0,08	-0,09	0,129
Styl bezpieczny mężczyzn	0,27	0,11	0,15	0,010
Zmienna zależna: Intymność mężczyzn				
Styl bezpieczny kobiet	0,70	0,10	0,47	<0,001
Styl unikowy kobiet	-0,18	0,08	-0,14	0,020
Styl bezpieczny mężczyzn	0,55	0,10	0,33	<0,001
Ścieżka b				
Zmienna zależna: Jakość związku kobiet				
Intymność kobiet	0,62	0,16	0,39	<0,001
Intymność mężczyzn	0,31	0,17	0,18	0,060
Zmienna zależna: Jakość związku mężczyzn				
Intymność kobiet	0,20	0,16	0,12	0,210
Intymność mężczyzn	0,79	0,18	0,44	<0,001
Ścieżka c				
Zmienna zależna: Jakość związku kobiet				

Styl bezpieczny kobiet	0,25	0,20	0,09	0,212
Styl unikowy kobiet	-0,27	0,12	-0,13	0,023
Zmienna zależna: Jakość związku mężczyzn				
Styl bezpieczny mężczyzn	0,49	0,18	0,17	0,005

Model wykazuje bardzo dobre dopasowanie w zakresie CFI (0,98) i SRMR (0,058), natomiast wartość RMSEA (0,21) znacząco przekracza konwencjonalnie akceptowalne granice. Tak wysoką wartość RMSEA można wyjaśnić bardzo niską liczbą stopni swobody modelu ($df = 3$), co jest znanym ograniczeniem tego wskaźnika (Kenny i in., 2014).

W tabeli 25 przedstawiono poszczególne ścieżki mediacji. Ścieżka a wskazuje na istotne związki pomiędzy stylami bezpiecznymi – zarówno kobiet, jak i mężczyzn – a intymnością kobiet. Obie te relacje są dodatnie, co oznacza, że wraz z silniejszym bezpiecznym stylem przywiązania wzrasta intymność badanych kobiet. Intymność kobiet silniej przewiduje ich własny bezpieczny styl przywiązania ($\beta = 0,65$; $p < 0,001$) niż bezpieczny styl przywiązania partnerów ($\beta = 0,15$; $p = 0,010$). Styl unikowy kobiet nie jest powiązany z ich intymnością ($\beta = -0,09$; $p = 0,129$).

Z kolei intymność mężczyzn przewidują nie tylko styl bezpieczny obu partnerów, lecz także styl unikowy kobiet. Style bezpieczne były powiązane dodatnio, a unikowy ujemnie, należy więc przyjąć, że im większe nasilenie bezpiecznego stylu przywiązania przejawiają badani, tym wyższy jest poziom intymności mężczyzn, natomiast wraz ze wzrostem unikowego stylu przywiązania u kobiet, intymność mężczyzn maleje. Porównując współczynniki β , okazuje się, że intymność mężczyzn najsilniej przewiduje styl bezpieczny kobiet ($\beta = 0,47$; $p < 0,001$), a dopiero potem ich własny bezpieczny styl przywiązania ($\beta = 0,33$; $p < 0,001$).

Do sprawdzenia istotności efektów mediacyjnych skorzystano z metody bootstrappingu o próbkę 2000. Wyniki analizy zostały przedstawione w tabeli 26.

Tabela 26

Współczynniki niestandardyzowane metody bootstrapowej dla efektów pośrednich intymności w relacji stylów przywiązania z jakością związku

Ścieżka	Efekt bezpośredni	Efekt pośredni	Efekt całkowity
Styl unikowy kobiet → Intymność → Jakość związku kobiet	-0,27	-0,13*	-0,40*
Styl bezpieczny mężczyzn → Intymność → Jakość związku mężczyzn	0,49**	0,48**	0,98**
Styl bezpieczny kobiet → Intymność → Jakość związku kobiet	0,25	0,87**	1,12**

*** $p < 0,001$; ** $p < 0,01$; * $p < 0,05$

Stwierdzono, że efekty mediacyjne wystąpiły dla każdej ścieżki. Intymność pełniła rolę mediatora dla związku stylów przywiązania z jakością związku. W przypadku stylu bezpiecznego kobiet odnotowano istotny efekt pośredni ($B = 0,87$; $p < 0,01$) oraz efekt całkowity ($B = 1,12$; $p < 0,01$). Podobny wzorzec uzyskano dla stylu bezpiecznego mężczyzn, gdzie zarówno efekt pośredni ($\beta = 0,48$; $p < 0,01$), jak i całkowity ($\beta = 0,98$; $p < 0,01$) okazały się istotne. Dla stylu unikowego kobiet związek z jakością związku również był mediowany przez intymność – efekt pośredni ($B = -0,13$; $p < 0,05$) oraz całkowity ($B = -0,40$; $p < 0,05$) uzyskały istotność statystyczną. Postanowiono jednak sprawdzić specyficzne efekty bezpośrednie (tabela 27).

Tabela 27

Specyficzne efekty bezpośrednie mediacyjnej roli intymności dla związku stylów przywiązania z jakością związku

Zmienna niezależna	Mediator	Zmienna zależna	B (95% BootSE)	β
Styl bezpieczny kobiet	Intymność kobiet	Jakość związku kobiet	0,66 [0,40; 0,96]	0,25***
		Jakość związku mężczyzn	0,21 [-0,06; 0,53]	0,08
	Intymność mężczyzn	Jakość związku kobiet	0,22 [0,07; 0,42]	0,08*
		Jakość związku mężczyzn	0,55 [0,34; 0,85]	0,21***
Styl unikowy kobiet	Intymność kobiet	Jakość związku kobiet	-0,08 [-0,17; -0,01]	-0,04
		Jakość związku mężczyzn	-0,03 [-0,10; 0,00]	-0,01
	Intymność mężczyzn	Jakość związku kobiet	-0,06 [-0,13; -0,01]	-0,03*

		Jakość związku mężczyzn	-0,14 [-0,27; -0,05]	-0,06*
Styl bezpieczny mężczyzn	Intymność kobiet	Jakość związku mężczyzn	0,05 [-0,01; 0,19]	0,02
	Intymność mężczyzn	Jakość związku mężczyzn	0,43 [0,24; 0,73]	0,15***

*** $p < 0,001$; ** $p < 0,01$; * $p < 0,05$

Wyniki dodatkowych obliczeń wykazały, że związek pomiędzy stylem bezpiecznym kobiet a jakością związku kobiet występował zarówno wtedy, gdy mediatorem była intymność kobiet ($B = 0,66$; $\beta = 0,25$; $p < 0,001$), jak i mężczyzn ($B = 0,22$; $\beta = 0,08$; $p < 0,05$). Z kolei dla związku stylu bezpiecznego kobiet z jakością związku mężczyzn efekt mediacji pojawił się wyłącznie, gdy mediatorem w modelu była intymność mężczyzn ($B = 0,55$; $\beta = 0,21$; $p < 0,001$).

W związku pomiędzy stylem unikowym kobiet a jakością związku odnotowano istotną rolę mediatora w postaci intymności mężczyzn ($B = -0,14$; $\beta = -0,06$; $p < 0,01$). Efekt mediacji występował dla jakości związku obu partnerów jako zmiennej zależnej, natomiast intymność kobiet nie pełniła istotnej roli mediatora dla tego związku ($p > 0,05$).

W przypadku stylu bezpiecznego mężczyzn odnotowano istotny efekt mediacyjny intymności mężczyzn dla jakości związku mężczyzn ($B = 0,43$; $\beta = 0,15$; $p < 0,001$), natomiast intymność kobiet nie pełniła w tym przypadku roli mediacyjnej ($p > 0,05$).

Hipoteza H8 została częściowo potwierdzona. Intymność pośredniczy w relacji między bezpiecznym stylem przywiązania a jakością związku u obu płci: u kobiet mediacja ma charakter całkowity — efekt pośredni ($\beta = 0,87$; $p < 0,01$) przy efekcie całkowitym $\beta = 1,12$ ($p < 0,01$), a efekt bezpośredni po uwzględnieniu mediatora przestał być istotny statystycznie ($p = 0,212$), co oznacza, że związek między bezpiecznym stylem przywiązania kobiet a jakością ich związku jest w pełni wyjaśniany przez poziom intymności. U mężczyzn mediacja jest częściowa — efekt pośredni ($\beta = 0,48$; $p < 0,01$) przy efekcie całkowitym $\beta =$

0,98 ($p < 0,01$), natomiast efekt bezpośredni pozostał istotny ($b = 0,49$; $p = 0,005$), co wskazuje, że intymność wyjaśnia jedynie część tego związku.

Istotną mediację wykazano również dla unikowego stylu przywiązania kobiet (efekt pośredni $\beta = -0,13$; $p < 0,05$; efekt całkowity $\beta = -0,40$; $p < 0,05$), przy czym rolę mediatora pełniła wyłącznie intymność mężczyzn — intymność kobiet nie osiągnęła istotności statystycznej jako mediator tej ścieżki. Również w tym przypadku efekt bezpośredni pozostał istotny ($b = -0,27$; $p = 0,023$), co wskazuje na mediację częściową. Dla stylu lękowo-ambiwalentnego nie wykazano istotnej mediacji.

Dodatkowo analiza specyficznych efektów bezpośrednich (tabela 27) ujawniła istotne ścieżki mediacyjne wykraczające poza pierwotnie postawione hipotezy – w szczególności intymność mężczyzn okazała się istotnym mediatorem również w relacji między bezpiecznym stylem przywiązania kobiet a jakością związku obojga partnerów. Wskazuje to, że efekt stylu przywiązania na jakość związku może przenosić się na partnera także dodatkowymi ścieżkami, których wcześniej nie zakładano w hipotezach.

4.4. Zmienne kontrolowane a jakość związku intymnego

Przeprowadzono analizy korelacji zmiennych kontrolowanych (wiek, liczba związków w przeszłości, staż związku, liczba posiadanych dzieci i liczba planowanych dzieci) z pozostałymi zmiennymi (osobowość, styl przywiązania, wrażliwość przetwarzania sensorycznego, jakość związku, składniki miłości) i ich wymiarami. Otrzymane wyniki zostały przedstawione w tabeli 26 i omówione poniżej.

W grupie kobiet odnotowano kilka istotnych związków pomiędzy zmiennymi kontrolowanymi a jakością związku i jej wymiarami. Wiek kobiet pozostaje w dodatnich korelacjach z ogólną jakością związku ($r = 0,17$; $p < 0,05$), satysfakcją ($r = 0,18$; $p < 0,05$)

oraz zgodnością ($r = 0,19$; $p < 0,05$). Staż związku koreluje istotnie z wymiarem zgodności – jest to korelacja słaba ($r = 0,16$; $p < 0,05$). Liczba dzieci nie jest powiązana z ogólną jakością związku ($p > 0,05$), natomiast wykazuje słabe ujemne korelacje z nadmierną stymulacją ($r = -0,21$; $p < 0,01$) i ogólnym poziomem wrażliwości przetwarzania sensorycznego ($r = -0,18$; $p < 0,05$). Zmienna dotycząca planowania dzieci nie pozostaje w istotnych związkach z jakością związku ($p > 0,05$).

W grupie mężczyzn wiek koreluje dodatnio z wymiarem satysfakcji ($r = 0,18$; $p < 0,05$), jest to korelacja słaba. Pozostałe zmienne, takie jak długość trwania związku, liczba wcześniejszych związków, liczba posiadanych dzieci oraz planowanie potomstwa, nie wykazują istotnych związków z ogólną jakością związku ani z jej poszczególnymi wymiarami. Natomiast wiek pozostaje w istotnym dodatnim związku również ze składnikami miłości – z intymnością ($r = 0,16$; $p < 0,05$) oraz zobowiązaniem ($r = 0,17$; $p < 0,05$), ale siła tych korelacji również jest słaba.

Tabela 28

Wyniki analizy korelacji pomiędzy zmiennymi kontrolowanymi a zmiennymi głównymi

Zmienna	Wiek	Liczba związków	Liczba posiadanych dzieci	Staż związku w latach	Planowanie dzieci
Kobieta					
Styl bezpieczny	0,07	0,03	0,02	0,08	-0,05
Styl lękowo-ambiwalentny	-0,22**	-0,07	-0,09	-0,21**	0,33***
Styl unikowy	-0,06	-0,12	0,02	0,01	0,09
Ekstrawersja	0,38***	-0,02	0,20**	0,37***	-0,24**
Ugodowość	0,18*	-0,08	0,10	0,09	-0,24**
Sumienność	0,21**	0,04	0,10	0,22**	-0,22**
Stabilność emocjonalna	0,27***	0,01	0,13	0,23**	-0,24**
Otwartość na doświadczenia	0,02	0,07	0,00	-0,02	-0,01
Namiętność	-0,03	-0,04	-0,03	-0,07	0,11
Intymność	0,08	-0,02	-0,06	0,02	0,02
Zobowiązanie	0,06	-0,15	0,00	0,06	0,08
Głębokość przetwarzania	0,23**	0,07	-0,02	0,14	0,02
Nadmierna stymulacja	-0,15	0,00	-0,21**	-0,23**	0,20*
Wysoka wrażliwość	-0,04	0,04	-0,18*	-0,14	0,17*

Satysfakcja	0,18*	-0,08	-0,03	0,14	-0,12
Spójność	0,00	0,03	-0,10	-0,04	0,00
Zgodność	0,19*	-0,03	0,02	0,16*	-0,17*
Ekspresja uczuciowości	0,05	-0,07	-0,03	0,07	0,05
Jakość związku	0,17*	-0,02	-0,01	0,14	-0,14
Mężczyźni					
Styl bezpieczny	0,14	0,01	0,02	0,07	-0,07
Styl lękowo-ambiwalentny	-0,09	0,07	-0,08	-0,14	0,07
Styl unikowy	-0,11	0,01	0,01	-0,04	0,00
Ekstrawersja	0,13	0,21**	-0,07	-0,01	-0,03
Ugodowość	0,17*	-0,03	0,05	0,04	-0,22**
Sumienność	0,31***	-0,03	0,07	0,28***	-0,26***
Stabilność emocjonalna	0,11	0,06	-0,09	0,00	-0,09
Otwartość na doświadczenia	-0,03	0,24**	0,04	-0,13	0,00
Namiętność	0,06	0,05	-0,01	0,00	-0,03
Intymność	0,16*	-0,08	0,01	0,10	-0,05
Zobowiązanie	0,17*	-0,06	0,09	0,14	0,02
Głębokość przetwarzania	0,13	0,07	0,06	0,04	-0,07
Nadmierna stymulacja	-0,05	0,00	0,03	-0,01	0,05
Wysoka wrażliwość	0,01	0,03	0,04	0,00	0,02
Satysfakcja	0,18*	-0,11	-0,01	0,12	-0,05
Spójność	0,05	0,12	-0,07	-0,02	0,10
Zgodność	0,11	-0,03	-0,01	0,05	-0,07
Ekspresja uczuciowości	0,07	-0,01	-0,09	0,04	0,12
Jakość związku	0,12	0,01	-0,04	0,05	-0,03

Adnotacja. Kodowanie planowania dzieci: 0 – nie, 1 – tak. W przypadku wieku oraz stażu związku skorzystano z analizy korelacji r Pearsona dla obu płci. Ponadto dla obu płci zastosowano ρ Spearmana dla relacji z liczbą związków. U kobiet przy testowaniu związku z liczbą dzieci wykonano r Pearsona, zaś u mężczyzn – z powodu obecności obserwacji odstającej – ρ Spearmana. Analizę z planowaniem dzieci oparto głównie o współczynnik korelacji punktowo-dwuseryjnej, jednak w przypadku ugodowości i satysfakcji kobiet oraz otwartości na doświadczenia i satysfakcji mężczyzn wykonano jej nieparametryczny odpowiednik: współczynnik korelacji rangowo-dwuseryjnej. W przypadku otwartości na doświadczenia u mężczyzn odnotowano złamanie założenia o normalności rozkładzie przy podziale na dwie grupy, zaś w przypadku pozostałych złamano założenie o homogeniczności wariancji ($p < 0,05$ w teście Levene'a).

*** $p < 0,001$; ** $p < 0,01$; * $p < 0,05$

W dalszej części analiz zastosowano modelowanie równań strukturalnych (APIM), które umożliwia jednocześnie oszacowanie efektów własnych (aktora) i partnerskich (partnera). Model nie był odpowiednio dopasowany – każdy wskaźnik dopasowania wskazuje na wartości przekraczające umowne progi (wzwyż dla χ^2/df , RMSEA i SRMR, a poniżej dla CFI). Dane zostały przedstawione w tabeli 29. Spośród przetestowanych ścieżek tylko wiek mężczyzn wpływa na postrzeganą jakość związku. Wpływ ten jest nie tylko bezpośredni, lecz wpływa także na jakość związku postrzeganą przez kobiety. Z interpretacji współczynników wynika, że jeśli mężczyźni będą starsi o rok, to nie tylko według nich wzrośnie jakość związku (o 1,05 jednostki), lecz także według ich partnerek (o 0,96). Minimalnie silniejszy

efekt wykazano dla efektu aktora niż efektu partnerskiego. Pozostałe zmienne nie wykazały efektów istotnych statystycznie dla postrzeganej jakości związku u obojga płci.

Tabela 29

Wyniki modelu dla jakości związku jako zmiennej wynikowej a zmiennych kontrolowanych jako predyktorów

Zmienne	Współczynnik	SE	β	p
Dopasowanie: $\chi^2(31) = 295,47$; $p < 0,001$; $\chi^2/df = 9,53$; CFI = 0,79; RMSEA = 0,23; SRMR = 0,25				
Jakość związku - Kobieta				
Wiek kobiet	-0,67	0,46	-0,30	0,144
Wiek mężczyzn	0,96	0,36	0,51	0,007
Posiadanie dzieci przez kobiety	-3,45	7,17	-0,07	0,630
Posiadanie dzieci przez mężczyzn	-1,49	7,29	-0,03	0,838
Planowanie dzieci przez kobiety	-0,90	6,90	-0,02	0,896
Planowanie dzieci przez mężczyzn	-2,87	6,97	-0,05	0,680
Staż związku	0,07	0,19	0,04	0,698
Bycie w związku przed aktualnym przez kobiety	5,62	4,57	0,11	0,219
Bycie w związku przed aktualnym przez mężczyzny	-5,99	4,51	-0,12	0,184
Jakość związku - Mężczyźni				
Wiek kobiet	-0,83	0,47	-0,36	0,080
Wiek mężczyzn	1,05	0,37	0,54	0,005
Posiadanie dzieci przez kobiety	-1,18	7,40	-0,02	0,873
Posiadanie dzieci przez mężczyzn	-2,80	7,53	-0,05	0,710
Planowanie dzieci przez kobiety	-4,39	7,13	-0,08	0,538
Planowanie dzieci przez mężczyzn	5,25	7,20	0,09	0,466
Staż związku	0,01	0,19	0,01	0,956
Bycie w związku przed aktualnym przez kobiety	3,55	4,72	0,07	0,452
Bycie w związku przed aktualnym przez mężczyzny	-6,03	4,66	-0,12	0,195

Adnotacja. Kodowanie posiadanie dzieci: 0 – nie, 1 – tak; planowanie dzieci: 0 – nie, 1 – tak; bycie w związku przed aktualnym: 0 – nie, 1 – tak.

5. Dyskusja wyników i wnioski końcowe

Związki intymne stanowią jeden z kluczowych obszarów funkcjonowania człowieka i pozostają ściśle powiązane z jego dobrostanem emocjonalnym oraz ogólną satysfakcją życiową (Gómez-López, Viejo i Ortega-Ruiz, 2019; Hudson, Lucas i Donnellan, 2020). Z kolei rozpad relacji romantycznych wiąże się z szeregiem negatywnych konsekwencji emocjonalnych i poznawczych (Lewandowski, Aron, Bassis i Kunak, 2006; Sbarra, 2006), co uzasadnia potrzebę identyfikowania czynników sprzyjających utrzymaniu wysokiej jakości i trwałości związków.

W tym kontekście szczególnego znaczenia nabiera pytanie o to, jakie uwarunkowania – zarówno podmiotowe, jak i relacyjne – pozostają powiązane z jakością związku intymnego. W niniejszym rozdziale przedstawiono podsumowanie uzyskanych wyników w odniesieniu do przyjętych założeń teoretycznych oraz dotychczasowych ustaleń empirycznych. Przeprowadzone analizy statystyczne potwierdzają wieloczynnikowy charakter uwarunkowań jakości związku intymnego. Uzyskane rezultaty wskazują, że jakość związku pozostaje istotnie powiązana zarówno z czynnikami podmiotowymi (cechy osobowości partnerów, style przywiązania, wrażliwość przetwarzania sensorycznego), jak i relacyjnymi (komponenty miłości oraz dopasowanie osobowości partnerów).

Przeprowadzone analizy umożliwiają weryfikację wszystkich postawionych hipotez badawczych. Zestawienie uzyskanych wyników w odniesieniu do hipotez badawczych przedstawiono w tabeli 30, co pozwala na przejrzyste podsumowanie części empirycznej i stanowi punkt wyjścia do interpretacji teoretycznej i omówienia implikacji praktycznych. Uzyskane wyniki stanowią podstawę do sformułowania wniosków przedstawionych w dalszej części rozdziału.

Tabela 30*Weryfikacja hipotez badawczych H1a-H1j – cechy osobowości partnerów a jakość związku*

hipotezy szczegółowe	weryfikacja hipotezy
H1a. Ekstrawersja jest dodatnio skorelowana z jakością związku intymnego.	Częściowo potwierdzona – ekstrawersja partnerów dodatnio koreluje z jakością związku, lecz zależność jest istotna statystycznie tylko u kobiet ($r = 0,18$; $p < 0,05$); u mężczyzn korelacja nie osiągnęła istotności.
H1b. Ugodowość jest dodatnio skorelowana z jakością związku intymnego.	Potwierdzona – ugodowość partnerów dodatnio koreluje z jakością związku u obu płci (kobiety: $r = 0,38$; mężczyźni: $r = 0,40$; $p < 0,001$) – to najsilniejszy i najbardziej spójny związek spośród analizowanych cech osobowości.
H1c. Sumienność jest dodatnio skorelowana z jakością związku intymnego.	Potwierdzona – sumienność partnerów pozostaje umiarkowanie i istotnie związana z jakością związku u obu płci (kobiety: $r = 0,30$; mężczyźni: $r = 0,32$; $p < 0,001$).
H1d. Otwartość na doświadczenie nie jest istotnie związana z jakością związku intymnego.	Potwierdzona – otwartość na doświadczenie nie wykazuje istotnych statystycznie związków z jakością związku ani u kobiet, ani u mężczyzn.
H1e. Stabilność emocjonalna jest dodatnio skorelowana z jakością związku intymnego.	Potwierdzona – stabilność emocjonalna dodatnio koreluje z jakością związku u obu płci, przy czym zależność jest silniejsza u mężczyzn ($r = 0,28$; $p < 0,01$) niż u kobiet ($r = 0,18$; $p < 0,05$).
H1f. Ekstrawersja jest predyktorem jakości związku intymnego. Im wyższa ekstrawersja, tym wyższa jakość związku.	Niepotwierdzona – w modelu APIM ekstrawersja nie okazała się istotnym predyktorem jakości związku ani na poziomie efektu aktora, ani efektu partnera, w żadnej z grup.
H1g. Ugodowość jest predyktorem jakości związku intymnego. Im wyższa ugodowość, tym wyższa jakość związku.	Potwierdzona – ugodowość kobiet stanowi istotny predyktor jakości związku na poziomie efektu aktora ($b = 2,61$; $\beta = 0,26$; $p < 0,001$) oraz efektu partnera wobec oceny mężczyzn ($b = 2,19$; $\beta = 0,21$; $p = 0,006$).
H1h. Sumienność jest predyktorem jakości związku intymnego. Im wyższa sumienność, tym wyższa jakość związku.	Potwierdzona – sumienność mężczyzn stanowi istotny predyktor jakości związku na poziomie efektu aktora ($b = 1,88$; $\beta = 0,24$; $p = 0,008$), a sumienność mężczyzn przewiduje też wyższą jakość związku raportowaną przez kobiety jako efekt partnera ($b = 1,67$; $\beta = 0,19$; $p = 0,015$).
H1i. Otwartość na doświadczenie nie jest istotnym predyktorem jakości związku intymnego.	Potwierdzona – otwartość na doświadczenie nie okazała się istotnym predyktorem jakości związku w żadnej z analizowanych grup.
H1j. Stabilność emocjonalna jest predyktorem jakości związku intymnego. Im wyższa stabilność emocjonalna, tym wyższa jakość związku.	Niepotwierdzona – stabilność emocjonalna nie okazała się istotnym predyktorem jakości związku w modelu APIM w żadnej z analizowanych grup.

Tabela 31*Weryfikacja hipotez badawczych H2a-H2f – style przywiązania partnerów a jakość związku*

hipotezy szczegółowe	weryfikacja hipotezy
H2a. Bezpieczny styl przywiązania jest dodatnio skorelowany z jakością związku intymnego.	Potwierdzona – bezpieczny styl przywiązania silnie dodatnio koreluje z jakością związku u obu płci (kobiety: $r = 0,62$; mężczyźni: $r = 0,60$; $p < 0,001$).
H2b. Lękowo-ambiwalentny styl przywiązania jest ujemnie skorelowany z jakością związku intymnego.	Potwierdzona – styl lękowo-ambiwalentny ujemnie koreluje z jakością związku u obu płci (kobiety: $r = -0,35$; mężczyźni: $r = -0,34$; $p < 0,001$).
H2c. Unikowy styl przywiązania jest ujemnie skorelowany z jakością związku intymnego.	Potwierdzona – styl unikowy silnie ujemnie koreluje z jakością związku u obu płci (kobiety: $r = -0,64$; mężczyźni: $r = -0,57$; $p < 0,001$).
H2d. Bezpieczny styl przywiązania jest predyktorem jakości związku intymnego. Wzrost nasilenia bezpiecznego stylu przywiązania jest predyktorem wzrostu jakości związku.	Częściowo potwierdzona – bezpieczny styl przywiązania stanowi istotny predyktor jakości związku jako efekt aktora u obu płci (kobiety: $b = 0,65$; $\beta = 0,26$; $p = 0,004$; mężczyźni: $b = 1,04$; $\beta = 0,38$; $p < 0,001$). Jako efekt partnera istotny okazał się jedynie u mężczyzn – przewiduje wyższą jakość związku raportowaną przez kobiety ($b = 0,76$; $\beta = 0,28$; $p = 0,002$).
H2e. Lękowo-ambiwalentny styl przywiązania jest predyktorem jakości związku intymnego. Wzrost nasilenia lękowo-ambiwalentnego stylu przywiązania jest predyktorem obniżenia jakości związku.	Niepotwierdzona – styl lękowo-ambiwalentny nie okazał się istotnym predyktorem jakości związku ani na poziomie efektu aktora, ani efektu partnera, w żadnej z grup.
H2f. Unikowy styl przywiązania jest predyktorem jakości związku intymnego. Wzrost nasilenia unikowego stylu przywiązania jest predyktorem obniżenia jakości związku.	Częściowo potwierdzona – unikowy styl przywiązania kobiet stanowi istotny predyktor jako efekt aktora, obniżając jakość własnego związku ($b = -0,67$; $\beta = -0,33$; $p < 0,001$), a także jako efekt partnera, obniżając jakość związku raportowaną przez mężczyzn ($b = -0,65$; $\beta = -0,32$; $p = 0,002$). Unikowy styl przywiązania mężczyzn nie okazał się istotny.

Tabela 32*Weryfikacja hipotez badawczych H3a-H3f – wrażliwość przetwarzania sensorycznego a jakość związku*

hipotezy szczegółowe	weryfikacja hipotezy
H3a. Wrażliwość przetwarzania sensorycznego wiąże się z jakością związku intymnego.	Niepotwierdzona – ogólny poziom wrażliwości przetwarzania sensorycznego nie koreluje istotnie z ogólną jakością związku, ani u kobiet, ani u mężczyzn.
H3b. Nadmierna stymulacja jest ujemnie skorelowana z jakością związku intymnego.	Częściowo potwierdzona – nadmierna stymulacja ujemnie koreluje wyłącznie z wybranymi wymiarami jakości związku

hipotezy szczegółowe	weryfikacja hipotezy
	(ekspresja uczuciowości u kobiet, satysfakcja u mężczyzn), a nie z ogólnym wskaźnikiem jakości związku.
H3c. Głębokość przetwarzania bodźców jest dodatnio skorelowana z jakością związku intymnego.	Częściowo potwierdzona – głębokość przetwarzania bodźców dodatnio koreluje wyłącznie z wybranym wymiarem jakości związku (spójność związku, identycznie u obu płci: $r = 0,27$; $p < 0,001$), a nie z ogólnym wskaźnikiem jakości związku.
H3d. Wrażliwość przetwarzania sensorycznego jest predyktorem jakości związku intymnego.	Niepotwierdzona – ogólny poziom wrażliwości przetwarzania sensorycznego nie okazał się istotnym predyktorem jakości związku w żadnej z analizowanych grup w modelu APIM.
H3e. Nadmierna stymulacja jest predyktorem jakości związku intymnego. Im większe nasilenie nadmiernej stymulacji, tym niższa jakość związku.	Częściowo potwierdzona – tylko u kobiet – nadmierna stymulacja stanowi istotny predyktor obniżonej jakości związku wyłącznie w grupie kobiet ($b = -0,29$; $\beta = -0,16$; $p = 0,043$); brak istotnego efektu w grupie mężczyzn.
H3f. Głębokość przetwarzania bodźców jest predyktorem jakości związku intymnego. Im większe nasilenie głębokości przetwarzania bodźców, tym wyższa jakość związku.	Częściowo potwierdzona – tylko u kobiet – głębokość przetwarzania stanowi istotny predyktor wyższej jakości związku wyłącznie w grupie kobiet ($b = 0,87$; $\beta = 0,22$; $p = 0,006$), brak istotnego efektu w grupie mężczyzn.

Tabela 33

Weryfikacja hipotez badawczych H4a-H4j – dopasowanie partnerów w zakresie cech osobowości a jakość związku

hipotezy szczegółowe	weryfikacja hipotezy
H4a. Dopasowanie partnerów w zakresie ekstrawersji jest dodatnio skorelowane z jakością związku intymnego.	Niepotwierdzona – dopasowanie partnerów w zakresie ekstrawersji nie wykazuje istotnych związków z jakością związku ani u kobiet, ani u mężczyzn.
H4b. Dopasowanie partnerów w zakresie ugodowości jest dodatnio skorelowane z jakością związku intymnego.	Niepotwierdzona – dopasowanie w zakresie ugodowości nie wykazuje istotnych związków z jakością związku w żadnej z grup.
H4c. Dopasowanie partnerów w zakresie sumienności jest dodatnio skorelowane z jakością związku intymnego.	Częściowo potwierdzona – dopasowanie partnerów w zakresie sumienności dodatnio koreluje wyłącznie z wybranymi wymiarami jakości związku (satysfakcja, spójność, ekspresja uczuciowości u obu płci: kobiety r od $-0,17$ do $-0,21$; mężczyźni r od $-0,16$ do $-0,18$; $p < 0,05$), a nie z ogólnym wskaźnikiem jakości związku.
H4d. Dopasowanie partnerów w zakresie otwartości na doświadczenie nie jest istotnie związane z jakością związku intymnego.	Potwierdzona – dopasowanie w zakresie otwartości na doświadczenie nie wykazuje istotnych związków z jakością związku w żadnej z grup.

hipotezy szczegółowe	weryfikacja hipotezy
H4e. Dopasowanie partnerów w zakresie stabilności emocjonalnej jest dodatnio skorelowane z jakością związku intymnego.	Niepotwierdzona – u mężczyzn wykazano istotny związek dopasowania w zakresie stabilności emocjonalnej z jakością związku ($r = 0,20$; $p < 0,05$), jednak w kierunku przeciwnym do zakładanego – to większa, a nie mniejsza, różnica między partnerami wiąże się z wyższą jakością związku.
H4f. Dopasowanie partnerów w zakresie ekstrawersji jest predyktorem jakości związku intymnego. Im wyższe dopasowanie partnerów w zakresie ekstrawersji, tym wyższa jakość związku.	Niepotwierdzona – dopasowanie w zakresie ekstrawersji nie okazało się istotnym predyktorem jakości związku w modelu APIM w żadnej z grup.
H4g. Dopasowanie partnerów w zakresie ugodowości jest predyktorem jakości związku intymnego. Im wyższe dopasowanie partnerów w zakresie ugodowości, tym wyższa jakość związku.	Niepotwierdzona – dopasowanie w zakresie ugodowości nie okazało się istotnym predyktorem jakości związku w modelu APIM w żadnej z grup.
H4h. Dopasowanie partnerów w zakresie sumienności jest predyktorem jakości związku intymnego. Im wyższe dopasowanie partnerów w zakresie sumienności, tym wyższa jakość związku.	Częściowo potwierdzona – tylko u mężczyzn – większe dopasowanie w zakresie sumienności przewiduje wzrost jakości związku wyłącznie w grupie mężczyzn ($b = -15,05$; $\beta = -0,18$; $p = 0,029$).
H4i. Dopasowanie partnerów w zakresie otwartości na doświadczenie nie jest istotnym predyktorem jakości związku intymnego.	Potwierdzona – dopasowanie w zakresie otwartości na doświadczenie nie okazało się istotnym predyktorem jakości związku w żadnej z grup.
H4j. Dopasowanie partnerów w zakresie stabilności emocjonalnej jest predyktorem jakości związku intymnego. Im wyższe dopasowanie partnerów w zakresie stabilności emocjonalnej, tym wyższa jakość związku.	Niepotwierdzona – dopasowanie w zakresie stabilności emocjonalnej okazało się istotnym predyktorem jakości związku u mężczyzn ($b = 15,48$; $\beta = 0,20$; $p = 0,019$), lecz w kierunku przeciwnym do zakładanego (większa różnica, a nie podobieństwo, wiąże się z wyższą jakością związku).

Tabela 34

Weryfikacja hipotez badawczych H5a-H5f – składniki miłości a jakość związku

hipotezy szczegółowe	weryfikacja hipotezy
H5a. Intymność jest dodatnio skorelowana z jakością związku intymnego.	Potwierdzona – intymność silnie dodatnio koreluje z jakością związku u obu płci (kobiety: $r = 0,67$; mężczyźni: $r = 0,65$; $p < 0,001$).
H5b. Namietność jest dodatnio skorelowana z jakością związku intymnego.	Potwierdzona – namietność dodatnio koreluje z jakością związku u obu płci (kobiety: $r = 0,49$; mężczyźni: $r = 0,54$; $p < 0,001$).
H5c. Zobowiązanie jest dodatnio skorelowane z jakością związku intymnego.	Potwierdzona – zobowiązanie dodatnio koreluje z jakością związku u obu płci (u mężczyzn $r = 0,54$; $p < 0,001$; u kobiet $r = 0,41$; $p < 0,001$).

hipotezy szczegółowe	weryfikacja hipotezy
H5d. Intymność jest predyktorem jakości związku intymnego. Im wyższa intymność, tym wyższa jakość związku.	Potwierdzona – intymność okazała się istotnym predyktorem jakości związku, zarówno na poziomie efektu aktora (kobiety: $b = 0,70$; $\beta = 0,62$; mężczyźni: $b = 0,83$; $\beta = 0,56$; $p < 0,001$), jak i efektu partnera (kobiety: $b = 0,74$; $\beta = 0,44$; mężczyźni: $b = 0,55$; $\beta = 0,38$; $p < 0,001$).
H5e. Namietność jest predyktorem jakości związku intymnego. Im wyższa namietność, tym wyższa jakość związku.	Niepotwierdzona – namietność nie okazała się istotnym predyktorem jakości związku w żadnej z grup.
H5f. Zobowiązanie jest predyktorem jakości związku intymnego. Im wyższe zobowiązanie, tym wyższa jakość związku.	Niepotwierdzona – zobowiązanie nie okazało się istotnym predyktorem jakości związku w żadnej z grup.

Tabela 35

Weryfikacja hipotez badawczych H6a-H6d – moderacyjna rola fazy związku w zależności między zmiennymi psychologicznymi a jakością związku

hipotezy szczegółowe	weryfikacja hipotezy
H6a. Siła i kierunek zależności między cechami osobowości a jakością związku różnią się w zależności od fazy związku.	Niezweryfikowana – brak empirycznie wyodrębnionych faz związku uniemożliwił przetestowanie tej hipotezy.
H6b. Siła i kierunek zależności między stylami przywiązania a jakością związku różnią się w zależności od fazy związku.	Niezweryfikowana – brak empirycznie wyodrębnionych faz związku uniemożliwił przetestowanie tej hipotezy.
H6c. Siła i kierunek zależności między wrażliwością przetwarzania sensorycznego a jakością związku różnią się w zależności od fazy związku.	Niezweryfikowana – brak empirycznie wyodrębnionych faz związku uniemożliwił przetestowanie tej hipotezy.
H6d. Siła i kierunek zależności między dopasowaniem osobowości partnerów a jakością związku różnią się w zależności od fazy związku.	Niezweryfikowana – brak empirycznie wyodrębnionych faz związku uniemożliwił przetestowanie tej hipotezy.

Tabela 36

Weryfikacja hipotez badawczych H7a-H7c – moderacyjna rola wrażliwości przetwarzania sensorycznego w zależności między stylami przywiązania a jakością związku

hipotezy szczegółowe	weryfikacja hipotezy
H7a. Wysoka wrażliwość przetwarzania sensorycznego nasila dodatni związek między bezpiecznym stylem przywiązania a jakością związku.	Niepotwierdzona – wykazano istotny efekt moderacji, lecz w kierunku przeciwnym do zakładanego: wyższy poziom wrażliwości przetwarzania sensorycznego mężczyzn osłabia, a nie nasila, dodatni związek między ich bezpiecznym stylem przywiązania a jakością związku raportowaną przez partnerki (efekt partnera).
H7b. Wysoka wrażliwość przetwarzania sensorycznego nasila ujemny związek między lękowo-ambiwalentnym stylem przywiązania a jakością związku.	Niepotwierdzona – wykazano istotny efekt moderacji o kierunku przeciwnym do zakładanego: wyższy poziom wrażliwości przetwarzania sensorycznego mężczyzn osłabia ujemny związek między ich lękowo-ambiwalentnym stylem przywiązania a jakością własnego związku

hipotezy szczegółowe	weryfikacja hipotezy
	(efekt aktora); u kobiet zbliżony efekt był na granicy istotności ($\beta = 0,15$; $p = 0,051$).
H7c. Wysoka wrażliwość przetwarzania sensorycznego nasila ujemny związek między unikowym stylem przywiązania a jakością związku.	Niepotwierdzona – nie odnotowano żadnego istotnego efektu interakcji dla stylu unikowego, co wskazuje, że wrażliwość przetwarzania sensorycznego nie moderuje tej zależności.

Tabela 37

Weryfikacja hipotezy badawczej H8 – mediacyjna rola intymności w zależności między stylami przywiązania a jakością związku

hipoteza	weryfikacja hipotezy
H8. Intymność pełni funkcję mediatora w relacji między stylami przywiązania a jakością związku intymnego.	Częściowo potwierdzona – intymność pośredniczy w relacji między bezpiecznym stylem przywiązania a jakością związku u obu płci: u kobiet mediacja jest całkowita (efekt pośredni $\beta = 0,87$; $p < 0,01$; efekt bezpośredni nieistotny po uwzględnieniu mediatora, $p = 0,212$), u mężczyzn częściowa (efekt pośredni $\beta = 0,48$; $p < 0,01$; efekt bezpośredni pozostał istotny, $b = 0,49$; $p = 0,005$). Dla unikowego stylu przywiązania kobiet mediatorem jest wyłącznie intymność mężczyzn (efekt pośredni $\beta = -0,13$; $p < 0,05$), przy mediacji częściowej (efekt bezpośredni $b = -0,27$; $p = 0,023$) – intymność kobiet nie okazała się tu istotnym mediatorem. Dla stylu lękowo-ambiwalentnego nie wykazano istotnej mediacji.

5.1 Osobowość a jakość związku intymnego

Zgodnie z hipotezami H1a–H1e oczekiwano, że cechy osobowości partnerów pozostają istotnie związane z jakością związku intymnego. W analizach korelacyjnych najsilniejsze i najbardziej spójne związki odnotowano dla ugodowości (H1b) – zarówno u kobiet ($r = 0,38$; $p < 0,001$), jak i u mężczyzn ($r = 0,40$; $p < 0,001$). Sumiennność (H1c) pozostaje umiarkowanie powiązana z ogólnym wskaźnikiem jakości związku u obu płci (kobiety: $r = 0,30$; $p < 0,001$; mężczyźni: $r = 0,32$; $p < 0,001$), natomiast stabilność emocjonalna (H1e) wykazuje dodatnie, lecz słabsze związki z jakością związku (kobiety: $r = 0,18$; $p < 0,05$; mężczyźni: $r = 0,28$; $p < 0,01$), przy czym zależności te są silniejsze w grupie

mężczyzn. Ekstrawersja (H1a) wykazuje słaby, lecz istotny związek z ogólną jakością związku jedynie u kobiet ($r = 0,18$; $p < 0,05$), nie osiągając istotności statystycznej w grupie mężczyzn. Otwartość na doświadczenie (H1d) nie wykazuje istotnych statystycznie związków z jakością związku intymnego ani u kobiet, ani u mężczyzn.

Uzyskane zależności dotyczą nie tylko ogólnego wskaźnika jakości związku, lecz również jego poszczególnych wymiarów (satysfakcji, spójności, zgodności oraz ekspresji uczuciowości). W grupie kobiet ekstrawersja, ugodowość, sumienność oraz stabilność emocjonalna pozostają dodatnio powiązane z większością wymiarów jakości związku, przy czym najbardziej spójne i najsilniejsze zależności obserwuje się dla ugodowości oraz sumienności.

W grupie mężczyzn zakres tych zależności jest bardziej ograniczony. Ugodowość, sumienność oraz stabilność emocjonalna pozostają dodatnio powiązane przede wszystkim z satysfakcją i spójnością, natomiast ekstrawersja wiąże się z wymiarami, takimi jak satysfakcja oraz ekspresja uczuciowości. Otwartość na doświadczenie również w tej grupie nie wykazuje istotnych zależności z jakością związku intymnego.

Uzyskane wyniki są zgodne z metaanalizą Malouff i współpracowników (2010), w której ugodowość oraz stabilność emocjonalna wykazują najsilniejsze i najbardziej spójne związki ze wskaźnikami jakości relacji partnerskich, w tym satysfakcją ze związku. Wysoka ugodowość sprzyja ograniczeniu liczby konfliktów oraz zwiększa poziom wzajemnego wsparcia w relacji, a także wiąże się z mniej nasilonym przebiegiem negatywnych reakcji w sytuacjach konfliktowych (Malouff i in., 2010; Liu i in., 2018). Z kolei stabilność emocjonalna pozostaje powiązana z mniejszą reaktywnością emocjonalną oraz większą efektywnością regulacji emocji, co sprzyja bardziej adaptacyjnym wzorcom funkcjonowania w relacji (Lahey, 2009). W badaniach Donnellan i współpracowników (2005) wykazano, że

wyższy poziom negatywnej emocjonalności (odwrotność stabilności emocjonalnej) wiąże się z większym nasileniem negatywnych interakcji między partnerami oraz niższym poziomem kompetencji relacyjnej, co wskazuje na znaczenie tej cechy dla przebiegu interakcji. Z kolei obserwacje interakcji konfliktowych wskazują, że trudności w regulacji emocji sprzyjają nasileniu zachowań takich jak krytycyzm, postawy defensywne czy pogarda (Gottman, 1994; Caughlin, Huston i Houts, 2000).

W odniesieniu do pozostałych wymiarów osobowości uzyskane wyniki wskazują na bardziej zróżnicowany obraz zależności. Sumienność wykazuje umiarkowane i stosunkowo spójne powiązania z jakością związku oraz jego komponentami, co – w zestawieniu z wcześniej omówioną rolą ugodowości i stabilności emocjonalnej – wskazuje, że cechy związane zarówno z regulacją emocjonalną, jak i organizacją zachowania oraz realizacją zobowiązań pozostają istotne dla funkcjonowania relacji intymnej.

Ekstrawersja pozostaje słabo powiązana z jakością związku i jej wymiarami, co może wskazywać, że jej znaczenie ujawnia się głównie na poziomie bieżących interakcji i okazywaniu uczuć, a w mniejszym stopniu w odniesieniu do oceny ogólnego funkcjonowania relacji. Z kolei otwartość na doświadczenie nie wykazuje istotnych zależności, co jest zgodne z wcześniejszymi ustaleniami wskazującymi na jej ograniczone znaczenie dla jakości relacji partnerskich (Malouff i in., 2010).

Uwzględniając całość uzyskanych wyników, można stwierdzić, że najsilniejsze i najbardziej spójne powiązania z jakością związku intymnego dotyczą ugodowości, stabilności emocjonalnej oraz sumienności, podczas gdy pozostałe wymiary wykazują słabsze i bardziej zróżnicowane zależności. W przypadku ekstrawersji jej znaczenie wydaje się odnosić przede wszystkim do poziomu aktywności interpersonalnej, natomiast otwartość na doświadczenie

może wiązać się raczej z obszarem wspólnych zainteresowań i rozwoju osobistego partnerów, nie stanowiąc bezpośredniego wskaźnika jakości związku.

Warto rozważyć alternatywną interpretację słabszego znaczenia ekstrawersji i otwartości na doświadczenie dla jakości związku, odwołującą się do systemowego ujęcia funkcjonowania diady. Obie te cechy wiążą się z orientacją jednostki na bodźce i doświadczenia zewnętrzne względem systemu pary – ekstrawersja poprzez potrzebę szerokiej stymulacji społecznej, otwartość na doświadczenie poprzez skłonność do poszukiwania nowości i mniejsze przywiązanie do konwencji. W tym ujęciu cechy te mogą działać nie tyle jako neutralne dla funkcjonowania związku, ile jako potencjalne źródło sił odśrodkowych, konkurujących z inwestycją uwagi i zaangażowania kierowaną do wewnątrz systemu diady. Należy jednak podkreślić, że interpretacja ta ma charakter eksploracyjny i wykracza poza zakres zmiennych uwzględnionych w niniejszym badaniu – jej weryfikacja wymagałaby uwzględnienia dodatkowych wskaźników.

Uwzględnienie perspektywy diadycznej pozwala na pogłębioną interpretację uzyskanych wyników, wskazując, że jakość związku kształtuje się nie tylko w odniesieniu do cech jednostki (efekty aktora), lecz także w kontekście właściwości partnera (efekty partnera).

W grupie kobiet w zakresie efektów aktora istotnym predyktorem jakości związku jest ugodowość ($b = 2,61$; $\beta = 0,26$; $p < 0,001$). Wyższy poziom tej cechy wiąże się ze wzrostem jakości relacji deklarowanej przez kobiety. Pozostałe cechy osobowości nie wykazują istotnych związków z jakością związku raportowaną przez kobiety. Wynik ten wskazuje, że ugodowość pełni funkcję kluczowego zasobu indywidualnego, sprzyjającego bardziej adaptacyjnym wzorcom funkcjonowania w relacji, w tym większej skłonności do współpracy, empatii oraz regulacji napięć interpersonalnych. Interpretacja ta pozostaje spójna z badaniami

nad rolą empatii w związkach intymnych, wskazującymi, że percepcja empatii partnera stanowi istotny predyktor satysfakcji ze związku romantycznego (Kaźmierczak, 2013).

W zakresie efektów partnera w grupie kobiet wykazano, że sumienność mężczyzn pozostaje istotnie dodatnio związana z jakością związku raportowaną przez kobiety ($b = 1,67$; $\beta = 0,19$; $p = 0,015$). Oznacza to, że wyższy poziom sumienności partnera wiąże się z wyższą jakością związku postrzeganą przez kobietę. Wynik ten może wskazywać, że cechy związane z odpowiedzialnością, przewidywalnością oraz organizacją działania partnera sprzyjają większemu poczuciu stabilności i bezpieczeństwa w relacji, a tym samym wyższej ocenie jej jakości.

W grupie mężczyzn w zakresie efektów aktora istotnym predyktorem jakości związku jest sumienność ($b = 1,88$; $\beta = 0,24$; $p = 0,008$). Wyższy poziom tej cechy wiąże się z wyższą jakością związku deklarowaną przez mężczyzn. Pozostałe cechy osobowości nie wykazują istotnych związków z jakością związku. Uzyskany rezultat sugeruje, że sumienność może odgrywać szczególną rolę w sposobie, w jaki mężczyźni organizują swoje funkcjonowanie w relacji, w tym w zakresie zaangażowania, odpowiedzialności oraz realizacji zobowiązań wobec partnerki.

W odniesieniu do efektów partnera wykazano, że ugodowość kobiet pozostaje istotnie dodatnio związana z jakością związku raportowaną przez mężczyzn ($b = 2,19$; $\beta = 0,21$; $p = 0,006$). Oznacza to, że wyższy poziom ugodowości partnerki wiąże się z wyższą oceną jakości związku przez mężczyzn. Wynik ten podkreśla znaczenie cech związanych z empatią, wrażliwością interpersonalną i skłonnością do współpracy w kształtowaniu jakości relacji na poziomie diadycznym. Ugodowość może być również związana z częstotliwością występowania konfliktów, jak i sposobem radzenia sobie z tym.

Zestawienie efektów aktora i partnera wskazuje na komplementarny charakter analizowanych cech osobowości w relacji. Uzyskane wyniki sugerują, że dla jakości związku intymnego szczególne znaczenie mają ugodowość kobiet oraz sumienność mężczyzn, przy czym ich rola ujawnia się zarówno na poziomie własnej oceny relacji, jak i w kontekście funkcjonowania partnera. Ugodowość kobiet pozostaje istotnie związana zarówno z ich własną oceną jakości związku, jak i z oceną relacji dokonywaną przez partnerów, sumienność mężczyzn również wykazuje znaczenie zarówno dla ich własnej oceny relacji, jak i dla jakości związku postrzeganej przez partnerkę.

Warto przy tym zaznaczyć, że stabilność emocjonalna, istotnie związana z jakością związku w analizach korelacyjnych, nie utrzymała się jako istotny predyktor w modelu APIM. Można to tłumaczyć tym, że jej wpływ na relację ma charakter w większym stopniu indywidualny niż diadyczny – silniej wiąże się z ogólnym dobrostanem i sposobem regulowania własnych emocji niż z bezpośrednim oddziaływaniem na ocenę relacji dokonywaną przez partnera. Możliwe jest również, że efekt ten wynika z częściowej współliniowości predyktorów: stabilność emocjonalna koreluje zarówno z ugodowością, jak i z sumiennością, w związku z czym część wariancji jakości związku, którą wyjaśniała w analizie korelacyjnej (a więc bez kontroli pozostałych zmiennych), pokrywa się z wariancją wyjaśnianą już przez te dwa predyktory. W konsekwencji, po jednoczesnym uwzględnieniu ugodowości i sumienności w modelu, unikalny wkład stabilności emocjonalnej w wyjaśnianie jakości związku przestaje być statystycznie istotny.

W ujęciu diadycznym wyniki te wskazują, że jakość związku wyłania się z wzajemnego oddziaływania właściwości obojga partnerów, a nie stanowi wyłącznie funkcji cech indywidualnych. Obserwowane zależności sugerują, że różne cechy osobowości mogą pełnić odmienne, lecz komplementarne funkcje w relacji – ugodowość może być związana

przede wszystkim z regulacją emocjonalno-interpersonalną, natomiast sumienność z organizacją i stabilnością funkcjonowania diady. Takie ujęcie wpisuje się w perspektywę relacji jako systemu współzależnego, w którym jakość związku jest kształtowana przez indywidualne zasoby i wzorce wzajemnych interakcji. Uzyskane wyniki sugerują ponadto, że znaczenie niektórych cech osobowości może ujawniać się wyraźniej na poziomie diadycznym niż indywidualnym, co znajduje odzwierciedlenie w analizach uwzględniających wzajemne oddziaływanie partnerów.

Uzyskane wyniki – zarówno na poziomie analiz korelacyjnych, jak i modelowania równań strukturalnych (APIM) – można interpretować w świetle modelu podatność–stres–adaptacja (Vulnerability–Stress–Adaptation) zaproponowanego przez Karneya i Bradbury’ego (1995), w którym istotną rolę odgrywają tzw. trwałe podatności (enduring vulnerabilities), obejmujące względnie stabilne właściwości jednostki, takie jak cechy osobowości. W tym ujęciu cechy te stanowią względnie trwałe zasoby lub podatności, które różnicują sposób funkcjonowania partnerów w relacji oraz ich reakcje na pojawiające się napięcia interpersonalne. Uzyskany wzorzec wyników wskazuje, że szczególne znaczenie mają cechy związane z regulacją emocjonalną oraz funkcjonowaniem interpersonalnym. W kontekście analizowanej stabilności emocjonalnej (ujmowanej jako odwrotność neurotyczności) można odwołać się do ustaleń wskazujących, że wyższy poziom neurotyczności wiąże się z większą podatnością na doświadczanie negatywnych stanów emocjonalnych oraz trudnościami w ich regulacji, co sprzyja mniej adaptacyjnym wzorcom reagowania w relacji (Lahey, 2009; Malouff i in., 2010). Z kolei wyższy poziom ugodowości sprzyja bardziej konstruktywnym sposobom rozwiązywania konfliktów oraz większej responsywności wobec partnera (Graziano i Eisenberg, 1997; Malouff i in., 2010). Takie ujęcie pozostaje spójne z perspektywą relacji jako systemu współzależnego, w którym jakość związku kształtuje się na styku indywidualnych zasobów partnerów oraz wzorców ich

wzajemnych interakcji. Uzyskane wyniki można również rozpatrywać w kontekście badań nad dopasowaniem partnerów, wskazujących, że zarówno podobieństwo, jak i komplementarność wybranych cech mogą sprzyjać bardziej adaptacyjnemu funkcjonowaniu diady (Luo i Klohnen, 2005; Barelds, 2005). Kwestia dopasowania cech osobowości została jednak poddana odrębnej analizie i zostanie szczegółowo omówiona w dalszej części rozdziału.

Uzyskane wyniki można również interpretować w świetle koncepcji płci psychologicznej, zaproponowanej przez Bem (1974, 1981) i rozwijanej na gruncie polskim m.in. przez Mandal (2004, 2008). W tym ujęciu płeć psychologiczna rozumiana jest jako względnie trwała konfiguracja cech osobowości, postaw i zachowań uznawanych kulturowo za typowe dla kobiet lub mężczyzn, która nie jest tożsama z płcią biologiczną jednostki, lecz stanowi istotny element struktury „Ja”. Kluczowym założeniem tej koncepcji jest traktowanie kobiecości i męskości jako dwóch niezależnych wymiarów, które mogą współwystępować w różnym nasileniu u tej samej osoby, co stanowi podstawę idei androgynii psychologicznej (Bem, 1974, 1981; Mandal, 2004).

Z perspektywy tej teorii cechy osobowości mogą być rozumiane nie tylko jako indywidualne dyspozycje, lecz także jako swoiste "nośniki" określonych funkcji psychologicznych w relacji. W literaturze wskazuje się, że komponent określany jako kobiecość wiąże się przede wszystkim z orientacją wspólnotową, obejmującą empatię, troskę o relację oraz wrażliwość interpersonalną, natomiast komponent męskości odnosi się do sprawczości, przejawiającej się w organizacji działania, autonomii i realizacji celów (Abele i Wojciszke, 2007, 2014; Mandal, 2004; Lipińska-Grobelny, 2007).

Uzyskany wzorzec wyników, wskazujący na szczególne znaczenie ugodowości oraz sumienności dla jakości związku, odzwierciedla dwa komplementarne wymiary

funkcjonowania relacyjnego. Ugodowość, związana z regulacją emocjonalno-interpersonalną, może odpowiadać komponentowi wspólnotowemu, natomiast sumienność, odnosząca się do organizacji działania, odpowiedzialności i przewidywalności zachowań, wpisuje się w wymiar sprawczy. Należy jednak podkreślić, że jest to interpretacja o charakterze eksploracyjnym, wykraczająca poza zakres przeprowadzonych analiz, a jej weryfikacja wymagałaby włączenia bezpośredniego pomiaru płci psychologicznej partnerów do przyszłych badań. Należy jednak podkreślić, że jest to interpretacja o charakterze eksploracyjnym, wykraczająca poza zakres przeprowadzonych analiz, a jej bezpośrednia weryfikacja wymagałaby włączenia pomiaru płci psychologicznej partnerów do modelu badawczego uwzględniającego jakość związku w ujęciu diadycznym.

Badania nad płcią psychologiczną partnerów wskazują, że zgodność w tym zakresie może wiązać się z wyższą jakością relacji, choć nie stanowi jej jedyne ani najsilniejszego predyktora (Abramiuk i Konopka, 2020). Całość przedstawionych rozważań skłania do wniosku, że dla jakości związku znaczenie może mieć nie tyle samo podobieństwo partnerów w zakresie posiadanych cech, ile sposób, w jaki ich cechy – podobne lub różne – współtworzą funkcjonowanie diady, co stanowi ważne uzupełnienie klasycznych ujęć dopasowania w relacjach. Takie ujęcie pozostaje spójne z wynikami badań nad funkcjonowaniem par, wskazujących, że określone konfiguracje cech partnerów mogą sprzyjać bardziej adaptacyjnemu przebiegowi interakcji (Luo i Klohnen, 2005; Barelds, 2005).

5.2. Style przywiązania a jakość związku intymnego

Uzyskane wyniki badań potwierdzają, że style przywiązania partnerów pozostają istotnie powiązane z jakością związku intymnego. Uzyskane wyniki wskazują na spójny wzorzec zależności, zgodnie z którym bezpieczny styl przywiązania wiąże się dodatnio z jakością relacji, natomiast style lękowo-ambiwalentny oraz unikowy pozostają z nią ujemnie

związane. Najsilniejsze dodatnie powiązania obserwuje się dla bezpiecznego stylu przywiązania, podczas gdy najsilniejsze ujemne zależności dotyczą stylu unikowego.

W grupie kobiet bezpieczny styl przywiązania pozostaje w silnym dodatnim związku z ogólną jakością związku ($r = 0,62$; $p < 0,001$) oraz wszystkimi jej wymiarami. Styl unikowy wykazuje silne ujemne korelacje z jakością relacji ($r = -0,64$; $p < 0,001$), a styl lękowo-ambiwalentny pozostaje z nią ujemnie związany, lecz zależności te mają umiarkowaną siłę ($r = -0,35$; $p < 0,001$).

Analogiczny wzorzec zależności obserwowany jest w grupie mężczyzn, gdzie styl bezpieczny pozostaje dodatnio związany z jakością związku ($r = 0,60$; $p < 0,001$), natomiast style pozabezpieczne wykazują istotne związki ujemne – zarówno styl lękowo-ambiwalentny ($r = -0,34$; $p < 0,001$), jak i styl unikowy ($r = -0,57$; $p < 0,001$), przy czym zależność dla stylu unikowego jest wyraźnie silniejsza.

Uzyskane wyniki pozostają zgodne z dotychczasowymi badaniami nad przywiązaniem w dorosłości, wskazującymi, że bezpieczny styl przywiązania wiąże się z bardziej satysfakcjonującym i stabilnym funkcjonowaniem relacji intymnych, natomiast style pozabezpieczne pozostają powiązane z większym nasileniem trudności relacyjnych oraz niższym poziomem satysfakcji ze związku (Feeney, 1999; Kaźmierczak i Plopa, 2006; Liberska i Suwalska, 2011a, 2011b; Mikulincer i Shaver, 2016). s

Obserwowane zależności można interpretować w kontekście funkcji stylów przywiązania jako systemów regulacji emocji i bliskości w relacji, organizujących sposób reagowania jednostki na dostępność partnera oraz sytuacje zagrożenia więzi (Mikulincer i Shaver, 2016). Bezpieczny styl przywiązania pozostaje związany z pozytywnymi wewnętrznymi modelami siebie i innych, co sprzyja zaufaniu, otwartości oraz bardziej

konstruktywnym sposobom funkcjonowania w relacji (Bowlby, 1988; Mikulincer i Shaver, 2016).

W przeciwieństwie do tego styl unikowy wiąże się z tendencją do dystansowania się od bliskości oraz ograniczania zaangażowania emocjonalnego, co może utrudniać budowanie intymności i satysfakcjonującego funkcjonowania relacji (Fraley i Shaver, 2000; Mikulincer i Shaver, 2016). Natomiast styl lękowo-ambiwalentny wiąże się z nasilonym lękiem przed odrzuceniem, nadmierną zależnością od partnera oraz większą niestabilnością emocjonalną relacji (Bartholomew i Horowitz, 1991; Feeney, 2006; Mikulincer i Shaver, 2016).

Uwzględnienie modelu APIM pozwala na pogłębienie interpretacji uzyskanych wyników poprzez rozróżnienie efektów aktora i partnera, a także umożliwiło weryfikację hipotez predykcyjnych dotyczących znaczenia stylów przywiązania dla jakości związku intymnego (H2d–H2f). Zastosowanie tego modelu pozwoliło określić, w jakim stopniu style przywiązania oddziałują zarówno na własną ocenę jakości relacji, jak i na perspektywę partnera. Dzięki takiemu podejściu możliwe było również uchwycenie wzajemnych oddziaływań między partnerami oraz określenie, które style przywiązania wykazują silniejsze znaczenie na poziomie efektów aktora, a które ujawniają się przede wszystkim w zakresie efektów partnera.

W grupie kobiet bezpieczny styl przywiązania stanowi istotny predyktor jakości związku intymnego na poziomie efektu aktora ($b = 0,65$; $\beta = 0,26$; $p = 0,004$). Istotnym predyktorem jakości związku pozostaje również unikowy styl przywiązania ($b = -0,67$; $\beta = -0,33$; $p < 0,001$). Oznacza to, że wyższy poziom bezpiecznego stylu przywiązania wpływa na wzrost jakości relacji ocenianej przez same kobiety, podczas gdy wyższy poziom unikowego stylu przywiązania obniża ocenę jakości związku. W zakresie efektów partnera wykazano ponadto, że bezpieczny styl przywiązania mężczyzn stanowi istotny predyktor

jakości związku raportowanej przez kobiety ($b = 0,76$; $\beta = 0,28$; $p = 0,002$), co wskazuje, że bezpieczny wzorzec przywiązania partnera pozostaje powiązany z wyższą jakością funkcjonowania relacji na poziomie diadycznym.

W grupie mężczyzn bezpieczny styl przywiązania również stanowi istotny predyktor jakości związku na poziomie efektu aktora ($b = 1,04$; $\beta = 0,38$; $p < 0,001$). W zakresie efektów partnera wykazano natomiast, że unikowy styl przywiązania kobiet stanowi istotny predyktor jakości związku raportowanej przez mężczyzn ($b = -0,65$; $\beta = -0,32$; $p = 0,002$), co wskazuje, że dystansowanie się partnerki oraz ograniczanie bliskości emocjonalnej obniżają ocenę jakości relacji z perspektywy partnera.

Uzyskane wyniki wskazują, że styl przywiązania pozostaje istotny zarówno na poziomie indywidualnego funkcjonowania jednostki w relacji (efekty aktora), jak i w kontekście doświadczenia relacyjnego partnera (efekty partnera). Jednocześnie obserwowane zależności pokazują, że efekty aktora mają charakter silniejszy i bardziej konsekwentny niż efekty partnera, co sugeruje, że sposób funkcjonowania jednostki w bliskim związku w większym stopniu wpływa na jej własną ocenę jakości relacji niż właściwości partnera.

Obserwowany wzorzec zależności można interpretować w świetle teorii przywiązania Bowlby'ego (1988), zgodnie z którą style przywiązania odzwierciedlają wewnętrzne modele robocze siebie i innych, organizujące sposób postrzegania bliskich relacji oraz interpretowania zachowań partnera. W tym ujęciu indywidualny styl przywiązania wpływa nie tylko na sposób regulowania bliskości i bezpieczeństwa emocjonalnego, lecz również na subiektywną ocenę jakości relacji. Może to wyjaśniać, dlaczego efekty aktora okazały się silniejsze i bardziej konsekwentne niż efekty partnera – sposób funkcjonowania jednostki w bliskim związku stanowi bowiem podstawowy filtr interpretowania doświadczeń relacyjnych.

Silniejszy związek stylu unikowego niż lękowo-ambiwalentnego z jakością związku można interpretować w kategoriach odmiennych mechanizmów regulacji bliskości charakterystycznych dla poszczególnych stylów przywiązania. Styl unikowy wiąże się z tendencją do ograniczania zaangażowania emocjonalnego oraz dystansowania się od partnera, co bezpośrednio utrudnia kształtowanie intymności – jednego z kluczowych komponentów jakości relacji (Fraley i Shaver, 2000; Mikulincer i Shaver, 2016). Z kolei styl lękowo-ambiwalentny, mimo nasilonego lęku przed odrzuceniem oraz podwyższonej reaktywności emocjonalnej, pozostaje związany z utrzymywaniem silnej orientacji na bliskość i dostępność partnera (Bartholomew i Horowitz, 1991; Mikulincer i Shaver, 2016). Może to częściowo podtrzymywać zaangażowanie w relację i osłabiać siłę negatywnych zależności między tym stylem przywiązania a jakością związku.

Na uwagę zasługuje również fakt, że bezpieczny styl przywiązania pozostawał konsekwentnie istotnym predyktorem jakości związku zarówno na poziomie analiz korelacyjnych, jak i modelowania strukturalnego. Wzorec ten obserwowano zarówno w grupie kobiet, jak i mężczyzn, a także na poziomie efektów aktora i częściowo efektów partnera. Uzyskane wyniki wskazują więc, że bezpieczny wzorec przywiązania może stanowić jeden z kluczowych zasobów sprzyjających wysokiej jakości relacji intymnej.

W literaturze podkreśla się, że osoby o bezpiecznym stylu przywiązania wykazują większą zdolność do regulacji emocji, otwartej komunikacji oraz utrzymywania bliskości przy jednoczesnym zachowaniu autonomii, co sprzyja bardziej stabilnemu i adaptacyjnemu funkcjonowaniu relacji (Bowlby, 1988; Mikulincer i Shaver, 2016; Feeney, 2006).

Podsumowując, style przywiązania stanowią istotne uwarunkowanie jakości związku intymnego, co pozwala na częściowe potwierdzenie hipotezy H2 oraz potwierdzenie hipotez szczegółowych H2a–H2d i H2f. Hipoteza H2e, zakładająca istotność stylu

lękowo-ambiwalentnego jako predyktora w modelu APIM, nie została potwierdzona – w żadnej z analiz efektu aktora ani partnera styl ten nie okazał się istotny. Uzyskane wyniki wskazują, że bezpieczny styl przywiązania sprzyja wyższej jakości relacji, natomiast style lękowo-ambiwalentny i unikowy pozostają z nią związane w sposób negatywny na poziomie analiz korelacyjnych. W analizach predykcyjnych szczególnie istotne znaczenie wykazuje bezpieczny oraz unikowy styl przywiązania. W ujęciu diadycznym jakość związku wyłania się z interakcji stylów przywiązania obojga partnerów, przy czym kluczowe znaczenie ma sposób funkcjonowania jednostki w bliskim związku. Obserwowane zależności mogą również wskazywać na znaczenie dodatkowych mechanizmów pośredniczących w relacji między stylem przywiązania a jakością związku, co zostanie szerzej omówione w kolejnych podrozdziałach poświęconych analizie komponentów relacyjnych.

5.3. Wrażliwość przetwarzania sensorycznego a jakość związku intymnego

Uzyskane wyniki pozwalają na częściowe potwierdzenie hipotez H3b i H3c, albowiem zależności te ujawniają się selektywnie, na poziomie pojedynczych wymiarów jakości związku, a nie na poziomie ogólnego wskaźnika tej zmiennej. Szczególnie interesujący jest związek głębokości przetwarzania ze spójnością związku, obserwowany na identycznym poziomie u obu płci ($r = 0,27$; $p < 0,001$). Zależność tę można wyjaśnić bliskością konceptualną obu konstruktów: głębokość przetwarzania odzwierciedla skłonność do analizowania sytuacji, dostrzegania niuansów oraz rozważania alternatyw przed podjęciem decyzji (Aron, 2017), co stanowi zasób szczególnie istotny dla spójności rozumianej – zgodnie z modelem Spaniera (1976, 1980) – jako zdolność pary do wspólnego podejmowania działań i konstruktywnej współpracy. Osoby o wyższej głębokości przetwarzania mogą być bardziej skłonne do uwzględniania perspektywy partnera oraz wypracowywania wspólnych rozwiązań w sytuacjach wymagających koordynacji, co sprzyja postrzeganiu relacji jako

spójnej. Z kolei nadmierna stymulacja, wiążąca się z podatnością na przeciążenie bodźcami (Aron, 2017), okazała się związana wyłącznie z wymiarami o silniejszym ładunku emocjonalno-ekspresyjnym – ekspresją uczuciowości u kobiet oraz satysfakcją u mężczyzn – co może wskazywać, że jej negatywny wpływ ujawnia się przede wszystkim w sytuacjach wymagających otwartego wyrażania emocji lub czerpania przyjemności z bliskości, a w mniejszym stopniu dotyczy zdolności do wspólnego działania czy porozumienia w kwestiach praktycznych.

W celu weryfikacji tych zależności w kontekście diadycznym przeprowadzono analizę Actor–Partner Interdependence Model (APIM), pozwalającą na rozdzielenie efektów aktora i partnera. Hipoteza H3d, zakładająca predykcyjne znaczenie ogólnego poziomu wrażliwości przetwarzania sensorycznego, nie została potwierdzona – wskaźnik ten nie okazał się istotnym predyktorem jakości związku w żadnej z analizowanych grup. W grupie kobiet, w zakresie efektów aktora, istotnymi predyktorami jakości związku są głębokość przetwarzania ($b = 0,87$; $\beta = 0,22$; $p = 0,006$) oraz nadmierna stymulacja ($b = -0,29$; $\beta = -0,16$; $p = 0,043$). Oznacza to, że większa zdolność do pogłębionego przetwarzania informacji wiąże się z wyższą jakością związku, natomiast większa podatność na przeciążenie bodźcami wiąże się z jej niższym poziomem.

Wyniki modelowania APIM wskazują natomiast, że po uwzględnieniu współwystępowania analizowanych zmiennych istotne efekty aktora ujawniają się wyłącznie u kobiet. Oznacza to, że choć analizy korelacyjne wskazywały na pewne związki również w grupie mężczyzn, zależności te nie utrzymały się w modelu regresyjnym. Różnica ta może wynikać z faktu, że korelacje nie uwzględniają jednoczesnego wpływu cech partnera ani pozostałych predyktorów, podczas gdy model APIM szacuje efekt aktora przy jednoczesnej kontroli efektów partnera. Uzyskany wzorzec wskazuje zatem, że znaczenie wrażliwości

przetwarzania sensorycznego dla jakości związku ujawnia się w sposób najbardziej spójny na poziomie indywidualnym kobiet i nie znajduje pełnego odzwierciedlenia ani w percepcji partnera, ani w wynikach uzyskanych w grupie mężczyzn po kontroli efektów diadycznych.

Uzyskane wyniki można interpretować w świetle koncepcji wrażliwości przetwarzania sensorycznego Aron i Aron (2017), zgodnie z którą cecha ta obejmuje pogłębione przetwarzanie informacji oraz zwiększoną wrażliwość na bodźce. Otrzymane wyniki sugerują, że poszczególne komponenty tej cechy mogą wykazywać odmienne znaczenie dla funkcjonowania w relacji intymnej. Głębokość przetwarzania, związana z refleksyjnością i dokładniejszym przetwarzaniem informacji, może sprzyjać lepszemu rozumieniu stanów emocjonalnych partnera i bardziej uważnemu funkcjonowaniu w relacji, co znajduje częściowe potwierdzenie w badaniach wskazujących na związek wysokiej wrażliwości z większą empatią i uważnością interpersonalną (Aron i in., 2012; Acevedo i in., 2014). Nadmierna stymulacja, która wiąże się z podatnością na przeciążenie bodźcami i napięciem emocjonalnym, może natomiast utrudniać regulację pobudzenia w sytuacjach wymagających intensywnego zaangażowania emocjonalnego, co odpowiada wynikom wskazującym na związek wysokiej reaktywności z mniej adaptacyjnymi strategiami radzenia sobie w sytuacjach konfliktowych (Zorlular i Uzer, 2022). Uzyskane wyniki sugerują, że rola wrażliwości przetwarzania sensorycznego w jakości związku może być bardziej złożona niż wynikałoby to z prostych zależności predykcyjnych. Możliwe, że znaczenie tej cechy ujawnia się przede wszystkim w interakcji innymi zmiennymi. W dalszej części pracy zweryfikowano zatem, czy wrażliwość przetwarzania sensorycznego pełni rolę moderatora zależności między stylami przywiązania a jakością związku. Interpretacja ta pozostaje spójna z podejściem akcentującym kontekstowy i warunkowy charakter działania cech temperamentalnych w relacjach interpersonalnych (Belsky i Pluess, 2009).

Podsumowując, wrażliwość przetwarzania sensorycznego stanowi złożone uwarunkowanie jakości związku intymnego, co pozwala na częściowe potwierdzenie hipotezy H3. Na poziomie korelacyjnym potwierdzenie znalazły hipotezy H3b i H3c, natomiast H3a nie została potwierdzona. Na poziomie predykcyjnym hipotezy H3e i H3f zostały potwierdzone wyłącznie w grupie kobiet, natomiast H3d, dotycząca predykcyjnego znaczenia ogólnego poziomu tej cechy, nie znalazła potwierdzenia w żadnej z grup. Ogólny poziom wrażliwości przetwarzania sensorycznego nie jest zatem ani istotnie związany z jakością związku, ani jej istotnym predyktorem – jej znaczenie ujawnia się wyłącznie na poziomie poszczególnych komponentów, i to selektywnie: głębokość przetwarzania pozostaje dodatnio związana z wyższą jakością związku, podczas gdy nadmierna stymulacja wiąże się z jej obniżeniem, przy czym efekty predykcyjne obu komponentów utrzymują się wyłącznie w analizach dotyczących kobiet po uwzględnieniu efektów diadycznych.

5.4. Dopasowanie cech osobowości partnerów a jakość związku intymnego

Zgodnie z hipotezami H4a–H4b analizowano, czy dopasowanie partnerów w zakresie cech osobowości wiąże się z jakością związku intymnego oraz czy stanowi jej istotny predyktor. Warto przypomnieć, że wskaźnik dopasowania partnerów operacjonalizowano jako bezwzględną różnicę ich wyników w poszczególnych cechach Wielkiej Piątki, w związku z czym niższa wartość tej zmiennej odpowiada większemu rzeczywistemu podobieństwu partnerów. Uzyskane wyniki wskazują na ograniczone i niespójne znaczenie dopasowania partnerów dla jakości związku intymnego.

W grupie kobiet dopasowanie partnerów w zakresie poszczególnych cech osobowości w większości nie pozostaje istotnie związane z jakością związku. Jedynym wyjątkiem jest dopasowanie w zakresie sumienności, które wykazuje słabe, ujemne korelacje z wybranymi wymiarami jakości związku, a mianowicie z wymiarem satysfakcja ($r = -0,17$; $p < 0,05$),

spójnością ($r = -0,18$; $p < 0,05$) oraz ekspresją uczuciowości ($r = -0,21$; $p < 0,01$). Uzyskane zależności wskazują, że im większe dopasowanie partnerów w zakresie sumienności (tj. im mniejsza bezwzględna różnica między ich wynikami), tym wyższy poziom satysfakcji, spójności oraz ekspresji uczuciowości deklarowany przez kobiety. Choć zależności te mają niewielką siłę, sugerują, że podobieństwo partnerów pod względem sumienności może sprzyjać bardziej harmonijnemu funkcjonowaniu relacji. Dopasowanie w zakresie ugodowości, ekstrawersji, otwartości na doświadczenie oraz stabilności emocjonalnej nie wykazuje istotnych związków ani z ogólną jakością związku, ani z jej wymiarami.

W grupie mężczyzn uzyskane wyniki również wskazują na selektywny i słaby charakter zależności. Dopasowanie w zakresie sumienności wykazuje słabe ujemne związki z wymiarem satysfakcja ($r = -0,18$; $p < 0,05$), spójnością ($r = -0,18$; $p < 0,05$) oraz ekspresją uczuciowości ($r = -0,16$; $p < 0,05$). Z kolei dopasowanie w zakresie stabilności emocjonalnej pozostaje słabo dodatnio związane z wybranymi wymiarami jakości związku, w tym ze zgodnością ($r = 0,18$; $p < 0,05$), ekspresją uczuciowości ($r = 0,17$; $p < 0,05$) oraz ogólną jakością związku ($r = 0,20$; $p < 0,05$). Pozostałe wymiary dopasowania nie wykazują istotnych zależności.

Wyniki analiz predykcyjnych nie potwierdzają roli dopasowania partnerów jako istotnego predyktora jakości związku w grupie kobiet. W grupie mężczyzn odnotowano częściowe potwierdzenie hipotez predykcyjnych, przy czym uzyskane efekty działają w przeciwnych kierunkach względem jakości związku. Dopasowanie w zakresie sumienności wiąże się ze wzrostem jakości związku deklarowanej przez mężczyzn ($b = -15,05$; $\beta = -0,18$; $p = 0,029$), natomiast dopasowanie w zakresie stabilności emocjonalnej – z jej obniżeniem ($b = 15,48$; $\beta = 0,20$; $p = 0,019$). Jednocześnie model APIM charakteryzuje się słabym dopasowaniem, co ogranicza możliwość jednoznacznej interpretacji uzyskanych efektów.

Wynik ten można wiązać z funkcją, jaką sumienność pełni w codziennym funkcjonowaniu diady – cecha ta wiąże się m.in. z organizacją, przewidywalnością działania oraz sposobem realizowania obowiązków i zobowiązań w związku. Znaczące różnice między partnerami w tym zakresie mogą prowadzić do rozbieżnych oczekiwań dotyczących np. podziału obowiązków, planowania czy odpowiedzialności, co może generować napięcia obniżające ogólną satysfakcję oraz spójność relacji. Z kolei zbliżony poziom sumienności może sprzyjać większej przewidywalności zachowań partnera oraz łatwiejszemu uzgadnianiu wspólnych norm funkcjonowania. Warto podkreślić, że w przypadku sumienności kierunek zależności pozostaje spójny na obu poziomach analizy – zarówno korelacje, jak i model APIM wskazują, że większe dopasowanie partnerów (mniejsza różnica) wiąże się z wyższą jakością związku. Ta zbieżność wyników analizy korelacji oraz modelowania strukturalnego wzmacnia wiarygodność tego efektu i odróżnia go od wyniku uzyskanego dla stabilności emocjonalnej, opisanego poniżej.

Odmienne wzorce zależności ujawnia się w odniesieniu do stabilności emocjonalnej, odnotowany wyłącznie w grupie mężczyzn. Zarówno analiza korelacyjna ($r = 0,20$; $p < 0,05$), jak i modelowanie APIM ($b = 15,48$; $\beta = 0,20$; $p = 0,019$) wskazują na ten sam kierunek zależności: to większa, a nie mniejsza, różnica między partnerami w poziomie stabilności emocjonalnej współwystępuje z wyższą jakością związku – identyczna wartość współczynnika korelacji i standaryzowanej ścieżki (0,20) dodatkowo potwierdza spójność tego efektu na obu poziomach analizy. Taki kierunek zależności mógłby sugerować, że w odniesieniu do stabilności emocjonalnej korzystniejsza dla funkcjonowania diady jest komplementarność partnerów, a nie ich podobieństwo – np. sytuacja, w której wyższy poziom stabilności emocjonalnej jednego z partnerów może pełnić funkcję buforującą wobec wyższej neurotyczności drugiego. Należy jednak podkreślić, że interpretację tę należy traktować z ostrożnością ze względu na słabe globalne dopasowanie samego modelu APIM ($RMSEA =$

0,22; $\chi^2/df = 8,76$). Sama zgodność kierunku efektu między analizą korelacyjną a modelowaniem strukturalnym nie rekompensuje tego ograniczenia – niezadowolające dopasowanie modelu ogranicza wiarygodność oszacowanych parametrów niezależnie od tego, czy wskazują one na spójny kierunek zależności.

Warto jednocześnie podkreślić, że dopasowanie w zakresie ugodowości, ekstrawersji oraz otwartości na doświadczenie nie wykazuje istotnych związków z jakością związku w żadnej z badanych grup, co wskazuje, że dopasowanie partnerów nie stanowi uniwersalnego korelatu jakości związku, lecz jego znaczenie ujawnia się selektywnie – w odniesieniu do sumienności (w obu grupach) oraz, w sposób spójny na obu poziomach analizy, do stabilności emocjonalnej (wyłącznie w grupie mężczyzn). Może to sugerować, że nie każda cecha osobowości wymaga podobieństwa partnerów, by relacja funkcjonowała prawidłowo – zgodność w niektórych wymiarach może być mniej istotna niż komplementarność lub indywidualny poziom cechy u każdego z partnerów, podczas gdy w przypadku sumienności to właśnie podobieństwo wydaje się mieć spójne znaczenie funkcjonalne dla jakości relacji.

Interpretując uzyskane wyniki, można zauważyć, że dostarczają one wybiórczego, lecz spójnego wewnątrznie wsparcia zarówno dla hipotezy podobieństwa, jak i dla hipotezy komplementarności partnerów – w zależności od analizowanej cechy osobowości. Taki wzorzec jest spójny z literaturą, w której znaczenie dopasowania partnerów w zakresie osobowości pozostaje niejednoznaczne w ujęciu ogólnym, choć bardziej przewidywalne przy uwzględnieniu specyfiki poszczególnych cech. Z jednej strony wskazuje się, że podobieństwo partnerów sprzyja wyższej satysfakcji ze związku oraz niższemu poziomowi negatywnego afektu, szczególnie w zakresie cech silnie związanych z płcią psychiczną (Gaunt, 2006). Z drugiej strony, badania na dużych, reprezentatywnych próbach wskazują, że po uwzględnieniu poziomu indywidualnych cech partnerów, efekt samego dopasowania jest

niewielki lub nieistotny dla większości cech, natomiast to właśnie cechy indywidualne (efekty aktora i partnera) pozostają głównym, powtarzalnym predyktorem satysfakcji ze związku (Dyrenforth i in., 2010; Watson, Hubbard i Wiese, 2000).

Uzyskane wyniki częściowo wpisują się w ten drugi nurt, wskazując, że dla większości analizowanych cech (ugodowość, ekstrawersja, otwartość) większe znaczenie dla jakości związku mają najprawdopodobniej poziomy indywidualnych cech partnerów niż ich dopasowanie. Jednocześnie, w przypadku sumienności i stabilności emocjonalnej, uzyskano spójne na obu poziomach analizy dowody na to, że różnice między partnerami nie muszą mieć wyłącznie negatywnego znaczenia – niektóre badania wskazują, że komplementarność cech osobowości może mieć wartość w określonych konfiguracjach, sprzyjając funkcjonowaniu relacji w obszarze podziału ról i organizacji codziennego życia (Gattis, Berns, Simpson i Christensen, 2004). W tym ujęciu różnice między partnerami mogą stanowić zasób, a nie wyłącznie czynnik ryzyka.

W tym świetle ograniczony, lecz selektywnie spójny charakter efektów dopasowania w niniejszym badaniu może wskazywać, że jego rola zależy od specyfiki danej cechy osobowości oraz, potencjalnie, od interakcji z innymi zmiennymi, takimi jak style przywiązania, regulacja emocji czy wzorce komunikacji. Oznacza to, że zarówno podobieństwo, jak i różnice między partnerami mogą sprzyjać jakości związku, jednak to, która z tych zależności się ujawni, zależy od konkretnej cechy osobowości oraz sposobu funkcjonowania partnerów w relacji.

Podsumowując, dopasowanie partnerów w zakresie cech osobowości stanowi ograniczone, choć w niektórych przypadkach spójne uwarunkowanie jakości związku intymnego. Uzyskane wyniki pozwalają na częściowe potwierdzenie hipotezy H4a w obu grupach. Hipoteza H4b nie znalazła potwierdzenia w grupie kobiet, natomiast w grupie

mężczyzn została potwierdzona częściowo – dopasowanie w zakresie sumienności i stabilności emocjonalnej okazało się istotnym i spójnym na obu poziomach analizy predyktorem jakości związku, choć efekty te działały w przeciwnych kierunkach względem siebie (wspierając odpowiednio hipotezę podobieństwa i komplementarności), a globalne dopasowanie modelu APIM pozostawało niezadowalające, co nakazuje ostrożność w interpretacji siły tych efektów. Uzyskane wyniki sugerują, że rola dopasowania partnerów w zakresie cech osobowości jest wysoce selektywna i zależna od konkretnej cechy, a jej interpretacja powinna uwzględniać zarówno mechanizm podobieństwa, jak i komplementarności, w zależności od analizowanego wymiaru osobowości.

5.5. Składniki miłości a jakość związku intymnego

Zgodnie z hipotezami H5a–H5f analizowano związki pomiędzy składnikami miłości – intymnością, namiętnością i zobowiązaniem – a jakością związku intymnego oraz ich rolę predykcyjną w ujęciu diadycznym.

W zakresie intymności (H5a), zarówno w grupie kobiet, jak i mężczyzn, odnotowano silne dodatnie związki ze wszystkimi wymiarami jakości związku, przy czym w większości wymiarów związku te są nieco silniejsze w grupie kobiet – jedynym wyjątkiem jest zgodność, dla której różnica między grupami jest minimalna. W grupie kobiet intymność pozostaje dodatnio związana z satysfakcją ($r = 0,71$; $p < 0,001$), spójnością ($r = 0,70$; $p < 0,001$), zgodnością ($r = 0,47$; $p < 0,001$), ekspresją uczuciowości ($r = 0,70$; $p < 0,001$) oraz ogólną jakością związku ($r = 0,67$; $p < 0,001$). W grupie mężczyzn intymność koreluje z satysfakcją ($r = 0,60$; $p < 0,001$), spójnością ($r = 0,67$; $p < 0,001$), zgodnością ($r = 0,48$; $p < 0,001$), ekspresją uczuciowości ($r = 0,64$; $p < 0,001$) oraz ogólną jakością związku ($r = 0,65$; $p < 0,001$).

W przypadku namiętności odnotowano zbliżony pod względem siły wzorzec dodatnich zależności w obu grupach. W grupie kobiet namiętność pozostaje dodatnio związana z satysfakcją ($r = 0,50$; $p < 0,001$), spójnością ($r = 0,66$; $p < 0,001$), zgodnością ($r = 0,32$; $p < 0,001$), ekspresją uczuciowości ($r = 0,65$; $p < 0,001$) oraz ogólną jakością związku ($r = 0,49$; $p < 0,001$). W grupie mężczyzn namiętność koreluje z satysfakcją ($r = 0,50$; $p < 0,001$), spójnością ($r = 0,62$; $p < 0,001$), zgodnością ($r = 0,37$; $p < 0,001$), ekspresją uczuciowości ($r = 0,55$; $p < 0,001$) oraz ogólną jakością związku ($r = 0,54$; $p < 0,001$).

Zobowiązanie również pozostaje w dodatnich, umiarkowanych i silnych korelacjach z jakością związku w obu grupach, przy czym w tym przypadku nieco silniejsze związki odnotowano w grupie mężczyzn. W grupie kobiet zobowiązanie koreluje z satysfakcją ($r = 0,44$; $p < 0,001$), spójnością ($r = 0,52$; $p < 0,001$), zgodnością ($r = 0,28$; $p < 0,001$), ekspresją uczuciowości ($r = 0,47$; $p < 0,001$) oraz ogólną jakością związku ($r = 0,41$; $p < 0,001$). W grupie mężczyzn zobowiązanie koreluje z satysfakcją ($r = 0,49$; $p < 0,001$), spójnością ($r = 0,59$; $p < 0,001$), zgodnością ($r = 0,39$; $p < 0,001$), ekspresją uczuciowości ($r = 0,60$; $p < 0,001$) oraz ogólną jakością związku ($r = 0,54$; $p < 0,001$).

Uzyskane wyniki korelacyjne wskazują na wysoką spójność oraz wyraźny wzorzec dodatnich związków między wszystkimi składnikami miłości a jakością związku intymnego w obu grupach, przy czym ujawnia się przy tym interesująca różnica w sile efektów: intymność silniej wiąże się z jakością związku w grupie kobiet, natomiast zobowiązanie – w grupie mężczyzn, podczas gdy namiętność wykazuje zbliżoną siłę związku niezależnie od płci. Rezultaty te pozostają zgodne zarówno z klasycznymi ujęciami teoretycznymi (Sternberg, 1986, 1997), jak i dotychczasowymi badaniami empirycznymi, w których wykazano, że intymność, namiętność i zobowiązanie pozostają istotnie i dodatnio związane z

jakością oraz satysfakcją ze związku (Acker i Davis, 1992; Nabila, 2023), a także są zgodne z ujęciami teoretycznymi w polskiej literaturze psychologicznej (Wojciszke, 2009, 2015).

W analizach predykcyjnych (APIM) uzyskano bardziej zróżnicowany obraz zależności. W przeciwieństwie do wyników analiz korelacyjnych, po jednoczesnym uwzględnieniu wszystkich składników miłości w modelu APIM jedynie intymność zachowała istotne znaczenie predykcyjne.

W grupie kobiet, w zakresie efektów aktora, istotnym predyktorem jakości związku jest intymność ($b = 0,70$; $\beta = 0,62$; $p < 0,001$). W zakresie efektów partnera istotny jest poziom intymności mężczyzn ($b = 0,74$; $\beta = 0,44$; $p < 0,001$). Porównanie wartości współczynników standaryzowanych wskazuje, że silniejszy jest efekt aktora niż efekt partnera.

W grupie mężczyzn uzyskano analogiczny wzorzec zależności. Intymność pozostaje istotnym predyktorem jakości związku zarówno na poziomie efektu aktora ($b = 0,83$; $\beta = 0,56$; $p < 0,001$), jak i efektu partnera ($b = 0,55$; $\beta = 0,38$; $p < 0,001$), przy czym również w tym przypadku silniejszy jest efekt aktora.

Uzyskane wyniki wskazują zatem, że intymność stanowi najsilniejszy i najbardziej konsekwentny predyktor jakości związku intymnego zarówno na poziomie indywidualnym, jak i diadycznym, przy czym własne doświadczenie bliskości pozostaje silniej związane z oceną jakości związku niż poziom intymności deklarowanej przez partnera.

Interpretacja tych wyników pozostaje spójna z ujęciem trójczynnika teorii miłości Sternberga, w której intymność definiowana jest jako komponent odpowiadający za emocjonalną bliskość, zaufanie i poczucie więzi (Sternberg, 1986). Warto jednak zauważyć, że wyniki niniejszego badania nie są w tym zakresie jednoznacznie zgodne z całą

dotychczasową literaturą – w klasycznym badaniu Acker i Davis (1992) to właśnie zobowiązanie, a nie intymność, okazało się najsilniejszym i najbardziej spójnym predyktorem satysfakcji ze związku, szczególnie w związkach o dłuższym stażu. Rozbieżność ta może wynikać z różnic w charakterystyce badanych prób (np. długości trwania związków, etapu rozwoju relacji) lub z zastosowania odmiennego podejścia analitycznego – podczas gdy Acker i Davis (1992) analizowali efekty na poziomie indywidualnym, w niniejszym badaniu zastosowano modelowanie diadyczne (APIM), uwzględniające jednocześnie efekty aktora i partnera. Możliwe jest również, że względne znaczenie poszczególnych komponentów miłości zależy od etapu relacji – im dłuższy staż związku, tym większą rolę może odgrywać zobowiązanie, podczas gdy intymność pozostaje kluczowa niezależnie od etapu relacji. Warto przy tym zauważyć, że stwierdzona wcześniej różnica w sile korelacji między płciami – silniejszy związek intymności z jakością związku u kobiet oraz silniejszy związek zobowiązania u mężczyzn – może odzwierciedlać odmienne akcenty w tym, co buduje subiektywną ocenę relacji: u kobiet w większym stopniu bliskość emocjonalna i poczucie więzi, u mężczyzn zaś w większym stopniu poczucie trwałości i decyzja o kontynuowaniu relacji. Interpretacja ta ma charakter eksploracyjny i wymaga ostrożności, niemniej pozostaje spójna z częścią literatury wskazującej na różnice płciowe w względnym znaczeniu poszczególnych komponentów bliskości dla jakości związku.

Nie bez znaczenia pozostaje również dystans czasowy dzielący oba badania – ponad trzydzieści lat, w ciągu których zaszły istotne przemiany społeczno-kulturowe dotyczące funkcjonowania związków romantycznych. Literatura poświęcona przemianom rodziny i małżeństwa wskazuje na postępującą indywidualizację relacji (Slany, 2002), odraczanie w czasie decyzji małżeńsko-rodzinnych (Gębuś, 2013) oraz przesunięcie akcentu z funkcji instytucjonalnych i stabilizacyjnych związku w stronę osobistego spełnienia i bliskości emocjonalnej partnerów (Giddens, 2006). Zmiany te mogły wpłynąć na relatywne znaczenie

zobowiązania i intymności jako predyktorów satysfakcji, choć należy podkreślić, że jest to wyjaśnienie o charakterze eksploracyjnym, wykraczające poza zakres zmiennych zmierzonych w niniejszym badaniu, i wymagające dalszej weryfikacji empirycznej.

W odniesieniu do zobowiązania, brak istotnych efektów predykcyjnych przy jednoczesnej obecności istotnych korelacji może wskazywać, że jego rola dotyczy przede wszystkim stabilizacji relacji i utrzymywania jej w czasie. Interpretacja ta znajduje uzasadnienie w teorii inwestycyjnej Rusbult (1980), zgodnie z którą zobowiązanie odzwierciedla decyzję o trwaniu w relacji oraz poziom inwestycji, a jego znaczenie ujawnia się szczególnie w kontekście trwałości związku.

Podobnie namiętność, mimo istotnych związków korelacyjnych, nie pełni roli niezależnego predyktora w modelu uwzględniającym jednocześnie wszystkie trzy składniki miłości. Wynik ten pozostaje w pewnym napięciu z częścią literatury anglojęzycznej — badania Lemieux i Hale (1999) oraz nowsza analiza diadyczna Beaudoin i in. (2021) wykazały, że namiętność stanowi niezależny, pozytywny predyktor satysfakcji i funkcjonowania związku, również po uwzględnieniu pozostałych komponentów miłości. Wyjaśnienia tej rozbieżności można jednak upatrywać w koncepcji samego Wojciszke (2010), który wskazuje, że związki namiętności i zobowiązania z satysfakcją ze związku mają w znacznej mierze charakter pozorny, wynikający z tego, że oba te składniki korelują z intymnością — to właśnie intymność, a nie namiętność czy zobowiązanie, stanowi w tym ujęciu rzeczywiste źródło wspólnej wariancji z jakością związku. Interpretacja ta pozostaje w pełni spójna z uzyskanym w niniejszym badaniu wzorcem wyników. W analizach korelacyjnych wszystkie trzy składniki miłości pozostawały istotnie związane z jakością związku, jednak po jednoczesnym uwzględnieniu ich w modelu predykcyjnym jedynie intymność zachowała niezależne znaczenie. Sugeruje to, że po uwzględnieniu jej wpływu

namiętność i zobowiązanie nie wnoszą już istotnego, dodatkowego wyjaśnienia wariacji jakości związku. Rozbieżność względem badań Lemieux i Hale (1999) oraz Beaudoin i in. (2021) może dodatkowo wynikać z różnic w specyfikacji modelu (regresja jednoetapowa vs. modelowanie diadyczne APIM) oraz z odmiennego sposobu operacjonalizacji namiętności w tych badaniach.

Podsumowując, składniki miłości stanowią istotne uwarunkowanie jakości związku intymnego, co potwierdza hipotezy H5a–H5c. W zakresie hipotez predykcyjnych uzyskane wyniki wskazują na szczególną rolę intymności jako najsilniejszego predyktora jakości związku, co pozwala na częściowe potwierdzenie hipotezy H5d, natomiast hipotezy H5e–H5f nie znajdują potwierdzenia. Uzyskane rezultaty podkreślają centralne znaczenie bliskości emocjonalnej jako kluczowego komponentu jakości związku oraz wskazują, że doświadczenie intymności stanowi jeden z najważniejszych elementów funkcjonowania relacji zarówno na poziomie indywidualnym, jak i diadycznym.

5.6. Moderacyjna rola faz związku dla związku zmiennych - osobowości, wrażliwości przetwarzania sensorycznego, stylu przywiązania - z jakością związku

Uzyskane wyniki nie pozwoliły na empiryczne wyodrębnienie faz związku w sposób zgodny z założeniami teorii trójskładnikowej miłości Sternberga, co uniemożliwiło weryfikację hipotez dotyczących moderacyjnej roli fazy związku (H6a–H6e). Zamiast zróżnicowanych konfiguracji składników miłości odpowiadających kolejnym etapom rozwoju relacji, uzyskany podział odzwierciedlał przede wszystkim ogólny poziom ich nasilenia. Może to wskazywać, że w badanej próbie intymność, namiętność i zobowiązanie współwystępują w sposób względnie jednorodny, tworząc raczej wymiar natężenia relacji niż jakościowo odrębne fazy jej rozwoju.

Interpretacja ta pozostaje spójna z wynikami przedstawionych powyżej analiz korelacyjnych w badaniu własnym (zob. podrozdział 5.1.5), w których wszystkie składniki miłości wykazywały silne i dodatnie związki z jakością związku intymnego, co może sugerować ich wspólną podstawę w postaci ogólnego poziomu bliskości i zaangażowania w relację. Jednocześnie brak wyraźnego zróżnicowania faz może wskazywać, że rozwój związku ma charakter bardziej ciągły niż kategorialny, a przejścia między poszczególnymi etapami nie przyjmują wyraźnie odgraniczonych form. Interpretacja ta koresponduje z propozycją Cassepp-Borges i in. (2023), którzy na podstawie własnych analiz zasugerowali, że etap związku powinien być traktowany jako zmienna o charakterze porządkowym/ciągłym, a nie kategorialnym – co stanowi niezależne, międzynarodowe wsparcie dla wniosku, że rozwój relacji romantycznej niekoniecznie przebiega poprzez jakościowo odrębne, wyraźnie rozgraniczone etapy.

Brak efektów zgodnych z ujęciem teoretycznym przy uwzględnieniu stażu związku dodatkowo wspiera to założenie – nawet uwzględnienie czasu trwania relacji nie zmieniło wyników analizy i nadal nie udało się wyodrębnić jakościowo odrębnych faz związku. Wynik ten pozostaje w częściowej rozbieżności z modelem fazowym Wojciszke (2015), zakładającym istnienie jakościowo odrębnych etapów rozwoju związku (zakochanie, romantyczne początki, związek kompletny, związek przyjacielski, związek pusty i jego rozpad), różniących się konfiguracją nasilenia poszczególnych składników miłości. Choć Wojciszke (2015) zastrzega, że tempo i długość trwania poszczególnych faz mają charakter indywidualny, sama koncepcja jakościowo odrębnych konfiguracji nie znalazła potwierdzenia w niniejszym badaniu – uzyskany podział odzwierciedlał wyłącznie ogólny poziom nasilenia komponentów miłości, a nie ich zróżnicowaną strukturę fazową.

Rozbieżność ta może wynikać z odmiennej procedury, na której oparto pierwotną koncepcję faz. Model Wojciszke został wyprowadzony na podstawie badania, w którym uczestnicy samodzielnie dopasowywali opis swojego związku do jednej z sześciu wcześniej skonstruowanych charakterystyk fazowych – co stanowi test trafności modelu oparty na subiektywnym rozpoznawaniu gotowej kategorii, a nie na statystycznej ekstrakcji profili z ciągłych danych ilościowych. Zastosowana w niniejszym badaniu analiza skupień stanowiła w tym sensie bardziej rygorystyczny test założenia o jakościowej odrębności faz, niezależny od tego, czy badani potrafili subiektywnie rozpoznać siebie w opisowych kategoriach.

Należy jednocześnie zaznaczyć, że brak potwierdzenia struktury fazowej w niniejszym badaniu może częściowo wynikać z charakterystyki samej próby. Badaniem objęto 163 pary heteroseksualne ($N = 326$ osób) pozostające w związkach od co najmniej sześciu miesięcy, przy czym staż związku wahał się od 0,67 roku do 56 lat ($M = 16,43$; $SD = 12,82$). Tak szeroki rozstęp, przy jednocześnie wysokiej średniej stażu, wskazuje, że próba mogła być przesunięta w stronę związków długoterminowych, co mogło ograniczyć liczebną reprezentację wczesnych, teoretycznie krótkotrwałych faz modelu Wojciszke (2015, 2009), takich jak zakochanie czy romantyczne początki – fazy te, trwające zwykle nie dłużej niż dwa lata, mogły być w badanej próbie zbyt nielicznie reprezentowane, by analiza skupień mogła je wyodrębnić jako osobną, statystycznie odrębną konfigurację. Możliwe jest również, że przekrojowy, a nie longitudinalny, charakter badania dodatkowo ograniczył zdolność wykrycia struktury fazowej, która ze swej natury zakłada zmianę w czasie – jednorazowy pomiar pozwala jedynie na porównanie osób znajdujących się aktualnie na różnych etapach związku, nie zaś na obserwację rzeczywistych przejść między fazami u tych samych par. Nie można też odrzucić przypuszczenia, że każda para intymna tworzy lub rozwija relację w sposób indywidualny, zależny od czynników innych niż uwzględnione w badaniu własnym.

5.7. Moderacyjna rola wrażliwości przetwarzania sensorycznego dla związku stylu przywiązania z jakością związku

Uzyskane wyniki wskazują na ograniczoną, lecz spójną rolę wrażliwości przetwarzania sensorycznego jako moderatora zależności między stylami przywiązania a jakością związku intymnego. Istotne efekty interakcji odnotowano wyłącznie dla wrażliwości przetwarzania sensorycznego mężczyzn, przy czym – co szczególnie istotne – w obu przypadkach kierunek moderacji okazał się przeciwny do przewidywanego w hipotezach H7a i H7b: zamiast nasilać siłę zależności, wyższy poziom wrażliwości przetwarzania sensorycznego konsekwentnie ją osłabiał, niezależnie od tego, czy wyjściowy związek miał charakter “dodatni” (styl bezpieczny), czy “ujemny” (styl lękowo-ambiwalentny). Mechanizm ten przyjmował odmienną strukturę diadyczną w zależności od analizowanego stylu przywiązania: dla stylu bezpiecznego istotnej moderacji podlegał efekt partnera – wpływ stylu przywiązania mężczyzn na jakość związku raportowaną przez kobiety był osłabiany przez wrażliwość przetwarzania sensorycznego samych mężczyzn – natomiast dla stylu lękowo-ambiwalentnego moderacji podlegał efekt aktora, dotyczący jakości związku raportowanej przez samych mężczyzn.

W przypadku bezpiecznego stylu przywiązania wykazano istotny efekt interakcji moderujący efekt partnera: wyższy poziom wrażliwości przetwarzania sensorycznego mężczyzn wiąże się z osłabieniem dodatniego związku między ich bezpiecznym stylem przywiązania a jakością związku raportowaną przez kobiety. Wynik ten można interpretować w odniesieniu do właściwości tej cechy, obejmującej zarówno głębokość przetwarzania, jak i nadmierną stymulację. Może to wskazywać, że u mężczyzn o wyższym poziomie wrażliwości przetwarzania sensorycznego, nawet przy obecności bezpiecznego stylu przywiązania, sposób funkcjonowania w relacji przyjmuje bardziej złożony i mniej stabilny charakter, co może

ograniczać siłę dodatniego związku między stylem przywiązania mężczyzn a jakością związku ocenianą przez partnerkę. Warto jednocześnie zaznaczyć, że efekt ten uzyskano w modelu jedynie częściowo dopasowanym do danych, co nakazuje ostrożność w jego interpretacji i wskazuje na potrzebę replikacji na innej próbie.

W odniesieniu do stylu lękowo-ambiwalentnego odnotowano istotny efekt interakcji o odmiennej strukturze diadycznej – dotyczący efektu aktora. Wyższy poziom wrażliwości przetwarzania sensorycznego mężczyzn wiąże się z osłabieniem ujemnego związku między ich lękowo-ambiwalentnym stylem przywiązania a jakością związku raportowaną przez nich samych. Wynik ten można interpretować w odniesieniu do funkcji, jaką głębokość przetwarzania informacji – jeden z komponentów wrażliwości przetwarzania sensorycznego – może pełnić w radzeniu sobie z lękiem relacyjnym. Mężczyźni o wyższym poziomie tej cechy mogą być bardziej świadomi własnej emocjonalności i reaktywności, co sprzyja wypracowywaniu bardziej refleksyjnych sposobów radzenia sobie z niepokojem charakterystycznym dla lękowo-ambiwalentnego stylu przywiązania – w przeciwieństwie do mężczyzn o niższym jej poziomie, u których ten sam lęk nie jest w podobny sposób rozpoznawany ani regulowany, co skutkuje silniejszym, bardziej bezpośrednim przełożeniem stylu przywiązania na niższą ocenę jakości własnego związku. Warto jednak zaznaczyć, że nadmierna stymulacja – drugi komponent wrażliwości przetwarzania sensorycznego – mogłaby teoretycznie działać w kierunku przeciwnym, nasilając reaktywność emocjonalną; uzyskany wynik sugeruje jednak, że w tym przypadku funkcja regulacyjna głębokości przetwarzania okazuje się dominująca. W przeciwieństwie do efektu odnotowanego dla stylu bezpiecznego, wynik ten uzyskano w modelu o pełnym, satysfakcjonującym dopasowaniu do danych, co zwiększa jego wiarygodność. Warto również odnotować, że w tym samym modelu zbliżony, choć nieistotny statystycznie efekt interakcji ($\beta = 0,15$; $p = 0,051$) zaobserwowano dla wrażliwości przetwarzania sensorycznego kobiet w relacji do jakości związku

raportowanej przez same kobiety, co może sugerować analogiczny, choć słabszy mechanizm po stronie kobiet i stanowić kierunek dla przyszłych badań na większej próbie.

Kontrast między obiema strukturami diadycznymi – efektem partnera dla stylu bezpiecznego oraz efektem aktora dla stylu lękowo-ambiwalentnego – można interpretować w świetle różnej funkcji, jaką pełnią te dwa style przywiązania w relacji. Bezpieczny styl przywiązania wiąże się z otwartością na bliskość i konsekwentnym, przewidywalnym reagowaniem na potrzeby partnera, co czyni go stylem o silnym oddziaływaniu interpersonalnym – stąd moderacja tej zależności ujawnia się w jakości związku raportowanej przez partnerkę. Styl lękowo-ambiwalentny wiąże się natomiast przede wszystkim z wewnętrznym, subiektywnym doświadczeniem niepewności i lęku przed odrzuceniem, co może tłumaczyć, dlaczego jego modyfikacja przez wrażliwość przetwarzania sensorycznego ujawnia się głównie na poziomie własnej oceny relacji mężczyzn, a nie w ocenie partnerki.

W odniesieniu do stylu unikowego nie odnotowano istotnych efektów interakcji, co wskazuje, że wrażliwość przetwarzania sensorycznego nie moderuje zależności między unikowym stylem przywiązania a jakością związku intymnego. Wynik ten może wskazywać, że charakterystyczne dla tego stylu strategie dezaktywujące – w tym dystansowanie się w bliskości, tłumienie potrzeb przywiązaniowych oraz ograniczone angażowanie się emocjonalne – funkcjonują w sposób względnie sztywny i mało podatny na modyfikację przez indywidualne różnice w przetwarzaniu bodźców. Można to interpretować – w ramach niniejszej pracy – jako spójne z charakterystyką unikowego stylu przywiązania jako strategii zorientowanej na minimalizowanie zależności od czynników interpersonalnych..

Zaobserwowany kierunek moderacji – konsekwentnie osłabiający, a nie wzmacniający charakter obu istotnych efektów – pozostaje w wyraźnej rozbieżności z klasycznymi przewidywaniami teorii różnicowej podatności na środowisko (ang. *differential susceptibility*;

Belsky i Pluess, 2009) , zgodnie z którą wyższy poziom wrażliwości przetwarzania sensorycznego powinien symetrycznie wzmacniać reakcję jednostki na oddziaływania środowiskowe – zarówno korzystne, jak i niekorzystne. Taki symetrycznie wzmacniający mechanizm znajduje potwierdzenie np. w badaniach nad interakcją wrażliwości przetwarzania sensorycznego z niekorzystnym środowiskiem dzieciństwa, gdzie u osób o wyższym poziomie tej cechy ścieżka od niekorzystnych doświadczeń do negatywnej afektywności okazała się silniejsza niż u osób o niższym jej poziomie (Aron i in., 2005). W niniejszym badaniu, w kontekście stylu przywiązania w relacjach romantycznych, wrażliwość przetwarzania sensorycznego zdaje się jednak pełnić funkcję odwrotną – łagodzącą, a nie wzmacniającą siłę oddziaływania stylu przywiązania na jakość związku. Rozbieżność tę można wstępnie wyjaśnić odmienną funkcją, jaką głębokość przetwarzania – kluczowy komponent wrażliwości przetwarzania sensorycznego – może pełnić na różnych etapach rozwoju: podczas gdy w dzieciństwie wyższy poziom tej cechy zwiększa podatność na wpływ środowiska ze względu na ograniczone zasoby regulacyjne jednostki, w dorosłości ta sama głębokość przetwarzania może umożliwiać bardziej refleksyjne, świadome radzenie sobie z własną emocjonalnością, co osłabia – zamiast wzmacniać – związek między stylem przywiązania a jakością relacji. Interpretacja ta ma charakter wstępny i wymaga dalszej weryfikacji empirycznej, stanowi jednak propozycję spójnego wyjaśnienia obu uzyskanych efektów.

Łącznie uzyskany wzorzec wyników wskazuje, że wrażliwość przetwarzania sensorycznego moderuje siłę – lecz nie kierunek – zależności między stylami przywiązania a jakością związku intymnego, przy czym kierunek tej moderacji jest w niniejszym badaniu konsekwentnie osłabiający, a nie wzmacniający, co stanowi wyraźną rozbieżność względem klasycznych przewidywań teorii różnicowej podatności. Efekty te mają ponadto charakter selektywny, dotyczą wyłącznie mężczyzn oraz ujawniają się w odmiennych konfiguracjach

diadycznych w zależności od analizowanego stylu przywiązania, co wskazuje na potrzebę dalszych badań nad osłabiającą, a nie wyłącznie wzmacniającą, funkcją tej cechy w kontekście relacji romantycznych.

Podsumowując, weryfikacja hipotez H7a–H7c nie potwierdziła założeń badawczych w przewidywanym kierunku. Hipotezy H7a i H7b nie zostały potwierdzone w zakładanym kierunku – wrażliwość przetwarzania sensorycznego mężczyźni okazała się istotnym moderatorem obu analizowanych zależności, jednak kierunek moderacji był przeciwny do przewidywanego: zamiast nasilać, wyższy jej poziom konsekwentnie osłabiał zarówno dodatni związek stylu bezpiecznego z jakością związku ocenianą przez partnerki, jak i ujemny związek stylu lękowo-ambiwalentnego z jakością własnego związku mężczyzn. Hipoteza H7c, zakładająca nasilającą rolę wysokiego poziomu wrażliwości przetwarzania sensorycznego dla związku stylu unikowego z jakością związku, nie znalazła potwierdzenia – nie odnotowano żadnego istotnego efektu interakcji dla tego stylu przywiązania. Warto jednocześnie zaznaczyć, że u kobiet nie odnotowano istotnych statystycznie efektów moderacji w żadnym z analizowanych modeli, choć w przypadku stylu lękowo-ambiwalentnego zaobserwowano zbliżony kierunkowo efekt na granicy istotności statystycznej ($\beta = 0,15$; $p = 0,051$), co może wskazywać na potrzebę weryfikacji analogicznego mechanizmu po stronie kobiet w badaniach na większej próbie.

5.8 Mediacyjna rola intymności dla związku między stylami przywiązania a jakością związku intymnego

Uzyskane wyniki potwierdzają mediacyjną rolę intymności w relacji między stylami przywiązania a jakością związku intymnego, przy czym charakter tej mediacji różni się w zależności od analizowanej ścieżki – zarówno pod względem jej kompletności (całkowita vs. częściowa), jak i struktury diadycznej (efekt aktora vs. efekt partnera). Analizą mediacyjną

objęto wyłącznie te ścieżki, dla których na wcześniejszym etapie analiz potwierdzono istotny związek stylu przywiązania z jakością związku – a więc bezpieczny styl przywiązania kobiet i mężczyzn oraz unikowy styl przywiązania kobiet. Styl lękowo-ambiwalentny nie został objęty analizą mediacyjną, ponieważ – zgodnie z wynikami przedstawionymi w podrozdziale 5.1.2 – hipoteza H2e, zakładająca predykcyjne znaczenie tego stylu w modelu APIM, nie znalazła potwierdzenia, co wykluczyło zasadność testowania jego mediacji przez intymność.

W przypadku bezpiecznego stylu przywiązania kobiet odnotowano mediację całkowitą na poziomie efektu aktora: związek między ich bezpiecznym stylem przywiązania a jakością własnego związku okazał się w pełni wyjaśniany przez poziom ich własnej intymności, a efekt bezpośredni po uwzględnieniu mediatora przestał być istotny statystycznie. Wynik ten sugeruje, że u kobiet bezpieczny styl przywiązania wiąże się z jakością własnego związku niemal wyłącznie za pośrednictwem ich zdolności do budowania bliskości emocjonalnej. Interpretacja ta pozostaje spójna z badaniami Schudlich i in. (2013), którzy wykazali, że intymność emocjonalna pośredniczy między stylem przywiązania a funkcjonowaniem relacji, w tym zachowaniami w sytuacjach konfliktowych.

Odmienne wzorce odnotowano dla bezpiecznego stylu przywiązania mężczyzn, gdzie na poziomie efektu aktora mediacja miała charakter częściowy – efekt bezpośredni między ich bezpiecznym stylem przywiązania a jakością własnego związku pozostał istotny statystycznie nawet po uwzględnieniu ich własnej intymności jako mediatora. Oznacza to, że u mężczyzn bezpieczny styl przywiązania wiąże się z jakością własnego związku nie tylko za pośrednictwem intymności, lecz również innymi drogami, których niniejszy model nie uwzględniał. Może to wskazywać na większe zróżnicowanie mechanizmów łączących bezpieczny styl przywiązania mężczyzn z jakością związku – obok intymności emocjonalnej rolę mogą odgrywać także inne komponenty funkcjonowania w związku, na przykład

kompetencje emocjonalne (regulacja emocji), na których znaczenie w podobnym kontekście wskazują Mónaco i in. (2022), lub postrzegana responsywność partnera, wykazana jako istotny mediator relacji między stylami przywiązania a satysfakcją małżeńską w badaniu diadycznym z wykorzystaniem modelu APIM (Lu i in., 2024).

Warto odnotować, że w badaniu Wendołowskiej i współpracowników (2022), opartym na podobnej metodologii, styl bezpieczny nie wykazał wystarczająco silnych korelacji z intymnością, by zostać uwzględnionym w finalnym modelu APIM – analizie poddano tam wyłącznie styl unikowy. W niniejszym badaniu natomiast również styl bezpieczny okazał się istotnym predyktorem intymności i jakości związku. Rozbieżność ta może wynikać z różnic w próbie badanej (m.in. wieku, długości trwania związków) lub w zastosowanych narzędziach pomiarowych.

W odniesieniu do unikowego stylu przywiązania kobiet odnotowano szczególnie interesujący wzorzec o mieszanej strukturze aktor–partner: rolę mediatora pełniła wyłącznie intymność mężczyzn (a więc mediator na poziomie partnera względem predyktora), a nie intymność samych kobiet, przy czym efekt ten dotyczył jakości związku obu partnerów – zarówno w ramach ścieżki partnera (do jakości związku mężczyzn), jak i ścieżki dalszej, wtórnej wobec obniżonej intymności mężczyzn (do jakości związku kobiet). Oznacza to, że wyższy poziom unikowego stylu przywiązania kobiet współwystępuje z niższym poziomem intymności deklarowanej przez ich partnerów, co z kolei wiąże się z niższą jakością związku odczuwaną zarówno przez kobiety, jak i przez mężczyzn. Wynik ten można interpretować w świetle charakterystycznych dla stylu unikowego strategii dezaktywujących – dystansowania się w bliskości i ograniczonego zaangażowania emocjonalnego – które mogą utrudniać partnerowi budowanie i wyrażanie własnej intymności w relacji. Mediacja miała w tym przypadku charakter częściowy, co wskazuje na istnienie dodatkowych mechanizmów

przenoszenia efektu unikowego stylu przywiązania na jakość związku, niewyjaśnionych przez sam poziom intymności.

Wynik ten jest częściowo zbieżny z wcześniej przywołanymi ustaleniami Wendołowskiej i in. (2022), którzy w badaniu diadycznym metodą APIM wykazali, że unikowe przywiązanie kobiet istotnie wiązało się z niższą intymnością zgłaszaną przez ich partnerów, podczas gdy własne unikowe przywiązanie kobiet nie było istotnie związane z ich własną intymnością – dokładnie ten sam wzorzec asymetrii aktor–partner, jaki odnotowano w niniejszym badaniu. Różnica dotyczy jednak struktury analitycznej – podczas gdy Wendołowska i in. (2022) traktowali intymność jako zmienną wynikową, w niniejszym badaniu pełniła ona funkcję mediatora prowadzącego do odrębnie mierzonej jakości związku.

Warto również odnotować, że analiza specyficznych efektów bezpośrednich ujawniła istotną ścieżkę mediacyjną wykraczającą poza pierwotnie postawione hipotezy – intymność mężczyźni okazała się istotnym mediatorem także w relacji między bezpiecznym stylem przywiązania kobiet a jakością związku obojga partnerów. Sugeruje to, że bezpieczny styl przywiązania kobiet współwystępuje z wyższym poziomem intymności deklarowanej także przez ich partnerów, co wiąże się z wyższą jakością relacji po obu stronach diady. Wynik ten wskazuje na możliwe efekty przenoszenia intymności między partnerami jako dodatkowy element mechanizmu łączącego przywiązanie z jakością związku.

Łącznie uzyskane wyniki wskazują, że intymność stanowi ważny, choć niejedyny mechanizm pośredniczący w relacji między stylem przywiązania a jakością związku intymnego. Jej rola jest szczególnie silna – i statystycznie wystarczająca – w przypadku bezpiecznego stylu przywiązania kobiet, natomiast w pozostałych analizowanych ścieżkach współwystępuje z innymi, niezidentyfikowanymi w niniejszym modelu mechanizmami. Uzyskany wzorzec podkreśla ponadto znaczenie ujęcia diadycznego w badaniu mediacji – w

przypadku stylu unikowego kobiet to właśnie intymność partnera, a nie intymność własna, okazała się kluczowym ogniwem statystycznie łączącym ten styl przywiązania z jakością związku.

Interpretując powyższe wyniki, należy zachować istotną ostrożność wynikającą z przekrojowego charakteru danych. Analiza mediacyjna pozwala oszacować, w jakim stopniu statystyczny związek między stylem przywiązania a jakością związku przebiega za pośrednictwem intymności, nie stanowi jednak dowodu na rzeczywisty mechanizm przyczynowo-skutkowy ani na kierunek oddziaływania w czasie. Nie można wykluczyć, że część zależności ma charakter odwrotny lub dwukierunkowy – np. że wyższa jakość związku sprzyja rozwojowi intymności, a nie odwrotnie, lub że oba procesy wzajemnie się wzmacniają. Weryfikacja rzeczywistego kierunku i mechanizmu tych zależności wymagałaby danych podłużnych. Dodatkowo, ze względu na bardzo niską liczbę stopni swobody zastosowanego modelu ($df = 3$), wartość RMSEA znacząco przekraczała konwencjonalnie akceptowalne granice, co jest znanym ograniczeniem tego wskaźnika w modelach o małej liczbie parametrów (Kenny i in., 2014), a nie koniecznie oznaką rzeczywistego niedopasowania modelu do danych.

Podsumowując, uzyskane wyniki pozwalają na częściowe potwierdzenie hipotezy H8, wskazując, że intymność pełni istotną funkcję mediacyjną w relacji między stylami przywiązania a jakością związku intymnego, przy czym charakter tej mediacji – jej kompletność oraz struktura diadyczna – zależy od konkretnego stylu przywiązania oraz płci osoby, której ten styl dotyczy.

5.9. Czynniki demograficzne i kontekstowe a jakość związku intymnego

W przeciwieństwie do poprzednich podrozdziałów, analiza zmiennych demograficznych i kontekstowych miała charakter eksploracyjny i nie była przedmiotem odrębnych hipotez badawczych. Analiza zależności między zmiennymi demograficznymi a jakością związku intymnego wskazuje, że ich znaczenie jest ograniczone. Uzyskane korelacje są nieliczne i mają niewielką siłę, co sugeruje, że zmienne takie jak wiek, staż związku czy liczba dzieci pozostają słabo powiązane z ogólną jakością związku oraz jej wymiarami.

W odniesieniu do wieku odnotowano słabe dodatnie korelacje z wybranymi wymiarami jakości związku. W grupie kobiet wiek pozostaje dodatnio związany z ogólną jakością związku oraz jej wymiarami – satysfakcją i zgodnością – natomiast w grupie mężczyzn z satysfakcją oraz wybranymi składnikami miłości, takimi jak intymność i zobowiązanie. Warto odnotować tę uchwyconą asymetrię: u kobiet wiek wiąże się z ogólną oceną jakości związku wprost, natomiast u mężczyzn – wyłącznie z satysfakcją oraz wybranymi składnikami miłości, bez istotnego związku z ogólnym wskaźnikiem jakości związku. Może to sugerować, że wiek "przekłada się" na postrzeganą jakość związku odmiennymi kanałami u obu płci, choć niewielka siła tych związków nakazuje ostrożność w formułowaniu dalej idących wniosków i wskazuje, że wiek nie stanowi zmiennej jednoznacznie i silnie związanej z jakością związku, lecz może odzwierciedlać szerszy kontekst rozwojowy, w którym zmienia się sposób funkcjonowania partnerów w relacji.

W przypadku stażu związku odnotowano jedynie bardzo słabą dodatnią korelację z wymiarem zgodności w grupie kobiet, co może wskazywać, że dłużej pozostające razem pary z czasem osiągają lepsze dopasowanie w zakresie codziennego funkcjonowania. Jednocześnie brak istotnych związków między stażem a ogólną jakością związku sugeruje względną stabilność jakości relacji w ujęciu przekrojowym. Jest to zgodne z najnowszymi metaanalizami badań podłużnych, które podważają dawniej dominujący pogląd o

nieuchronnym, jednokierunkowym spadku satysfakcji w miarę upływu lat. Bühler, Krauss i Orth (2021) wykazali w metaanalizie obejmującej 165 niezależnych próbek, że przeciętny poziom satysfakcji relacyjnej w populacji podlega złożonym, niekoniecznie liniowym zmianom w kolejnych fazach życia – ich analiza ujawniła wzorzec w kształcie litery U dla wieku oraz bardziej dynamiczny, zróżnicowany przebieg dla stażu związku, co podważa uproszczony obraz jednostajnego, ciągłego spadku satysfakcji wraz z czasem trwania relacji.

W zakresie rodzicielstwa nie odnotowano istotnych związków między liczbą dzieci a ogólną jakością związku ani jej wymiarami. W grupie kobiet liczba dzieci pozostaje słabo i ujemnie związana z nadmierną stymulacją oraz ogólnym poziomem wrażliwości przetwarzania sensorycznego. Interesującym spostrzeżeniem jest zatem, że większa liczba dzieci wiąże się z niższym deklarowanym poziomem tej cechy. Związek ten może być interpretowany dwukierunkowo: z jednej strony osoby o niższej wrażliwości mogą częściej decydować się na większą liczbę dzieci, z drugiej – funkcjonowanie w środowisku o wysokim poziomie bodźców może wiązać się z adaptacyjnym obniżeniem reaktywności na stymulację. Ze względu na charakter danych interpretacja ta pozostaje jednak hipotetyczna.

Pozostałe zmienne demograficzne, takie jak liczba wcześniejszych związków, nie wykazują istotnych związków z jakością związku ani jej wymiarami. Wyjątek stanowi słaba ujemna korelacja między liczbą planowanych dzieci a zgodnością w grupie kobiet ($r = -0,17$; $p < 0,05$) – pozostałe związki tej zmiennej z jakością relacji i jej wymiarami nie osiągnęły istotności statystycznej. Również w analizie diadycznej nie uzyskano systematycznych efektów zmiennych demograficznych. Jedynym istotnym wynikiem był dodatni związek wieku mężczyzn z jakością związku raportowaną zarówno przez nich samych, jak i przez partnerki, jednak interpretacja tego efektu jest ograniczona ze względu na niezadowalające dopasowanie modelu.

Łącznie uzyskane wyniki wskazują, że zmienne demograficzne pozostają słabo powiązane z jakością związku intymnego, a ich znaczenie ujawnia się w ograniczonym zakresie i nie ma charakteru jednoznacznego. Należy przy tym podkreślić, że wszystkie zaprezentowane zależności opierają się na danych przekrojowych, co nie pozwala na wnioskowanie o rzeczywistej dynamice zmian jakości związku w czasie – zwłaszcza w odniesieniu do wieku i stażu związku, gdzie łatwo o “pokusę” interpretacji rozwojowej, której dane przekrojowe wprost nie uzasadniają. Weryfikacja tych zależności w ujęciu dynamicznym wymagałaby badań podłużnych.

5.10. Podsumowanie wszystkich wyników

Przeprowadzone badanie dostarczyło wielowymiarowego obrazu uwarunkowań jakości związku intymnego, ukazując ją jako zjawisko niejako osadzone na styku właściwości jednostki oraz procesów relacyjnych zachodzących w diadzie. Uzyskane wyniki jednoznacznie wskazują, że jakość związku nie jest funkcją pojedynczego czynnika, lecz wyłania się z konfiguracji powiązanych ze sobą mechanizmów o charakterze podmiotowym i interpersonalnym.

W obszarze czynników indywidualnych szczególne znaczenie mają cechy osobowości związane z funkcjonowaniem interpersonalnym. Ugodowość oraz sumienność pozostają najistotniej powiązane z jakością związku – zarówno na poziomie korelacyjnym, jak i predykcyjnym – co wskazuje, że orientacja na współpracę oraz sumienne, odpowiedzialne funkcjonowanie w relacji stanowią podstawowe zasoby sprzyjające adaptacyjnemu funkcjonowaniu w związku. Stabilność emocjonalna wykazuje słabszy, choć widoczny związek na poziomie korelacyjnym, nieprzekładający się jednak na istotną rolę predykcyjną w modelu APIM. Pozostałe wymiary osobowości wykazują ograniczone znaczenie bezpośrednie, co sugeruje, że ich rola ujawnia się raczej w sposób pośredni i kontekstowy.

Silniejszy i bardziej bezpośredni charakter mają zależności związane ze stylami przywiązania, co potwierdza ich kluczową rolę w kształtowaniu jakości związku w relacjach romantycznych. Bezpieczny styl przywiązania wiąże się konsekwentnie z wyższą jakością związku, natomiast style unikowy i lękowo-ambiwalentny pozostają z nią ujemnie związane. Wyniki wskazują przy tym, że zarówno własny styl przywiązania jednostki (efekt aktora), jak i styl przywiązania jej partnera (efekt partnera) mają istotne znaczenie dla jakości związku, przy czym efekty aktora okazały się konsekwentnie silniejsze i bardziej spójne niż efekty partnera, niezależnie od płci i analizowanego stylu przywiązania. Oznacza to, że jakość związku zakorzeniona jest zarówno w indywidualnych wzorcach przywiązaniowych, jak i w sposobie, w jaki przenikają one na poziom diadyczny.

Wrażliwość przetwarzania sensorycznego ujawnia się jako czynnik o bardziej złożonym i warunkowym charakterze. Nie stanowi ona silnego, bezpośredniego korelatu jakości związku, a jej komponenty wykazują zróżnicowane znaczenie. Głębokość przetwarzania sprzyja lepszemu funkcjonowaniu relacyjnemu, podczas gdy podatność na nadmierną stymulację wiąże się z jego obniżeniem. Jednocześnie uzyskane wyniki wskazują, że drażliwość pełni rolę moderującą – zmienia siłę zależności między stylem przywiązania a jakością związku, przy czym kierunek tej moderacji miał charakter osłabiający, a nie wzmacniający, co pozostaje w wyraźnej rozbieżności z klasycznymi przewidywaniami teorii różnicowej podatności na środowisko. Sugeruje to, że w kontekście relacji romantycznych wysoka drażliwość może pełnić funkcję regulacyjną, łagodzącą siłę oddziaływania stylu przywiązania na jakość związku, a nie funkcję wzmacniającą, jak zakłada się w odniesieniu do wcześniejszych etapów rozwoju jednostki.

Na poziomie relacyjnym kluczowe znaczenie mają komponenty miłości, spośród których szczególną rolę odgrywa intymność. Uzyskane wyniki wskazują, że to właśnie

doświadczenie bliskości emocjonalnej stanowi najważniejszy i najbardziej stabilny predyktor jakości związku – zarówno na poziomie indywidualnym, jak i diadycznym. Namiętność i zobowiązanie pozostają istotnie powiązane z jakością związku, jednak ich znaczenie ma bardziej uzupełniający i kontekstowy charakter. Wskazuje to, że jakość związku opiera się przede wszystkim na zdolności do tworzenia i podtrzymywania więzi emocjonalnej.

Intymność pełni ponadto istotną funkcję medacyjną w relacji między stylami przywiązania a jakością związku, choć charakter tej mediacji zależy od konkretnego stylu przywiązania oraz płci. W przypadku bezpiecznego stylu przywiązania kobiet mediacja miała charakter całkowity, podczas gdy u mężczyzn – częściowy, co wskazuje na istnienie dodatkowych, niezidentyfikowanych w niniejszym modelu mechanizmów łączących przywiązanie mężczyzn z jakością związku. Szczególnie interesującym wynikiem jest mediacja o charakterze diadycznym odnotowana dla unikowego stylu przywiązania kobiet, gdzie rolę pośredniczącą pełniła intymność deklarowana przez partnerów, a nie same kobiety – co podkreśla znaczenie ujęcia diadycznego w rozumieniu mechanizmów łączących przywiązanie z jakością związku.

Wbrew intuicyjnym założeniom, dopasowanie partnerów w zakresie cech osobowości nie stanowi uniwersalnego uwarunkowania jakości związku – jego znaczenie okazało się selektywne i ograniczone wyłącznie do dwóch cech. Sumienność partnerów wykazała spójny na obu poziomach analizy efekt zgodny z hipotezą podobieństwa – większe podobieństwo partnerów wiązało się z wyższą jakością związku. Stabilność emocjonalna wykazała natomiast równie spójny, lecz przeciwnie skierowany efekt, zgodny z hipotezą komplementarności – większa różnica między partnerami w tym zakresie współwystępowała z wyższą jakością relacji. Dla pozostałych analizowanych cech (ugodowość, ekstrawersja, otwartość) nie odnotowano istotnego znaczenia dopasowania. Sugeruje to, że to, czy dla

jakości związku korzystniejsze jest podobieństwo czy komplementarność partnerów, zależy od konkretnej cechy osobowości, a nie stanowi jednolitej zasady.

Czynniki demograficzne i kontekstowe wykazują marginalne znaczenie dla jakości związku. Ich rola ma charakter ograniczony i niesystematyczny, co wskazuje, że nie determinują one w sposób bezpośredni jakości relacji, lecz mogą stanowić tło dla procesów psychologicznych zachodzących w diadzie. Wyniki te podkreślają względną niezależność jakości związku od zmiennych strukturalnych na rzecz procesów wewnątrzrelacyjnych.

Na uwagę zasługuje ponadto powtarzający się w kilku obszarach analiz wzorzec, w którym istotne efekty predykcyjne i moderacyjne koncentrowały się przede wszystkim w grupie mężczyzn, podczas gdy analogiczne zależności u kobiet nie osiągały istotności statystycznej. Może to sugerować, że jakość związku kobiet kształtowana jest przez bardziej zróżnicowany, trudniejszy do uchwycenia w niniejszym modelu zestaw czynników, podczas gdy u mężczyzn zależności te mają bardziej skoncentrowany i przewidywalny charakter.

Integracja uzyskanych rezultatów pozwala sformułować bardziej ogólny wniosek: jakość związku intymnego jest efektem dynamicznej współzależności pomiędzy trwałymi właściwościami jednostki a procesami zachodzącymi w relacji. Szczególne znaczenie mają tu cechy osobowości (ugodowość, sumienność), wzorce przywiązaniowe ukształtowane we wczesnych relacjach, oraz poziom intymności budowanej między partnerami – wspólnie tworzące podstawę funkcjonowania diady.

Najbardziej sprzyjającą konfiguracją jest relacja, w której partnerzy dysponują zasobami w zakresie ugodowości i sumienności oraz mają bezpieczny styl przywiązania i zdolność do budowania bliskości. Sprzyja temu również wyższa głębokość przetwarzania (komponent wrażliwości przetwarzania sensorycznej) oraz umiejętność regulowania napięć wynikających z indywidualnych różnic. Z kolei kumulacja czynników ryzyka – takich jak

niska stabilność emocjonalna, pozabezpieczne style przywiązania, wysoki poziom nadmiernej stymulacji (drugi z komponentów tej cechy) oraz niska intymność – wiąże się z wyraźnym obniżeniem jakości relacji.

Z przeprowadzonego projektu badawczego, obejmującego wielowymiarową analizę uwarunkowań jakości związku intymnego wyprowadzono, wnioski, poszerzające wiedzę psychologiczną na temat relacji intymnych. Najważniejsze z nich, w ocenie autorki, przedstawiono poniżej:

1. Styl przywiązania okazał się najsilniej i najbardziej konsekwentnie powiązaną zmienną indywidualną z jakością związku intymnego — zarówno na poziomie korelacyjnym, jak i predykcyjnym w modelu APIM. Zgodnie z założeniami teorii przywiązania, styl ukształtowany we wczesnych relacjach z opiekunami funkcjonuje w dorosłości jako wewnętrzny model roboczy — swoisty filtr percepcyjny, przez który jednostka interpretuje doświadczenia relacyjne i ocenia jakość relacji łączącej ją z partnerem. Uzyskane wyniki wspierają tę interpretację: efekt aktora okazał się konsekwentnie silniejszy i bardziej spójny niż efekt partnera, niezależnie od płci i analizowanego stylu przywiązania. Oznacza to, że styl przywiązania partnera kształtuje postrzeganie jakości związku w mniejszym stopniu niż własny styl przywiązania jednostki — co sugeruje, że to głównie własny filtr percepcyjny, a nie wzorzec przywiązaniowy partnera, definiuje subiektywne doświadczenie relacji.
2. Analiza efektów aktora i partnera ujawniła wyraźnie zróżnicowany, komplementarny wzorzec znaczenia cech osobowości w zależności od płci. U kobiet kluczowym predyktorem własnej oceny jakości związku okazała się ugodowość, podczas gdy u mężczyzn analogiczną rolę pełniła sumienność — każda z tych cech pozostawała jedynym istotnym predyktorem w swojej grupie. Wzorzec ten ujawnił się również na

poziomie efektów partnera: wyższa ugodowość kobiet wiązała się z wyższą oceną jakości związku dokonywaną przez partnerów, a wyższa sumienność mężczyzn — z wyższą oceną formułowaną przez partnerki. Sugeruje to funkcjonalne zróżnicowanie znaczenia, jakie te cechy pełnią w diadzie: ugodowość kobiet sprzyja przede wszystkim regulacji emocjonalno-interpersonalnej, natomiast sumienność mężczyzn — organizacji i przewidywalności funkcjonowania w związku, co przekłada się na poczucie stabilności odczuwane przez partnerkę.

3. Wrażliwość przetwarzania sensorycznego ujawniła się jako selektywny moderator powiązania między stylem przywiązania a jakością związku, ograniczony wyłącznie do drażliwości przetwarzania sensorycznego mężczyzn i działający w kierunku przeciwnym do przewidywań teorii różnicowej podatności na środowisko — zamiast wzmacniać, konsekwentnie osłabiał on zarówno dodatni związek stylu bezpiecznego z jakością związku ocenianą przez partnerki, jak i ujemny związek stylu lękowo-ambiwalentnego z jakością związku ocenianą przez samych mężczyzn; dla stylu unikowego moderacji nie odnotowano. Rozbieżność ta sugeruje, że w relacjach romantycznych osób dorosłych drażliwość przetwarzania sensorycznego mężczyzn może pełnić funkcję regulacyjną, łagodzącą oddziaływanie ich wzorców przywiazaniowych na jakość związku, a nie intensyfikującą — odwrotnie niż zakłada się w odniesieniu do wcześniejszych etapów rozwoju jednostki.
4. Dopasowanie partnerów w zakresie cech osobowości nie stanowiło uniwersalnego uwarunkowania jakości związku — jego kierunek okazał się zależny od konkretnej analizowanej cechy. Dla sumienności potwierdziła się hipoteza podobieństwa: większa zbieżność partnerów wiązała się z wyższą jakością związku. Dla stabilności emocjonalnej potwierdził się natomiast wzorzec przeciwny, zgodny z hipotezą komplementarności — to większa różnica między partnerami współwystępowała z

wyższą jakością relacji. Zatem pytanie o to, czy dla jakości związku korzystniejsze jest podobieństwo czy zróżnicowanie partnerów, wymaga odpowiedzi swoistej dla danej cechy osobowości - nie rozpoznano jednolitej reguły dla obu płci.

5. Zestawienie uzyskanych wyników mediacji i moderacji pozwala sformułować wniosek o charakterze bardziej ogólnym: powiązanie stylu przywiązania z jakością związku intymnego jest w literaturze przedmiotu ugruntowane, natomiast obszarem wymagającym dalszej eksploracji pozostaje identyfikacja mechanizmów pośredniczących oraz warunków różnicujących siłę i kierunek tego powiązania. Zarówno mediacyjna funkcja intymności, jak i moderacyjna rola wrażliwości przetwarzania sensorycznego odnoszą się do tej samej podstawowej zależności, co wskazuje, że wartość poznawcza niniejszego badania leży nie w potwierdzeniu istnienia powiązania między stylem przywiązania a jakością związku, lecz w wyjaśnieniu, za pośrednictwem jakich procesów oraz w jakich warunkach powiązanie to się realizuje.

5.11. Implikacje praktyczne i ograniczenia badania

Uzyskane wyniki mają istotne znaczenie zarówno teoretyczne, jak i praktyczne. Z perspektywy teoretycznej wspierają podejścia integrujące różne poziomy analizy funkcjonowania w relacji – od cech osobowości, przez style przywiązania, po komponenty miłości – wskazując na potrzebę dalszego rozwijania modeli uwzględniających ich wzajemne powiązania. Z perspektywy praktycznej podkreślają, że jakość związku nie jest dana raz na zawsze, lecz może być kształtowana poprzez rozwijanie kompetencji emocjonalnych, budowanie bezpiecznej więzi oraz świadome wzmacnianie bliskości emocjonalnej w relacji.

Uzyskane wyniki wskazują, że jakość związku intymnego stanowi rezultat współdziałania zróżnicowanych mechanizmów psychologicznych, obejmujących zarówno

względnie trwałe właściwości jednostki, jak i procesy zachodzące na poziomie diady. Taka perspektywa uzasadnia potrzebę stosowania w praktyce podejścia zintegrowanego, w którym diagnoza i oddziaływania psychologiczne uwzględniają jednocześnie cechy osobowości, wzorce przywiązaniowe oraz indywidualne różnice w zakresie wrażliwości przetwarzania sensorycznego.

W szczególności wyniki podkreślają znaczenie stylów przywiązania jako centralnego mechanizmu organizującego funkcjonowanie jednostki w bliskości. W praktyce oznacza to, że rozumienie jakości relacji wymaga odniesienia do sposobu regulacji emocji i bliskości, a nie jedynie do obserwowalnych zachowań partnerów. Oddziaływania ukierunkowane na modyfikację wzorców relacyjnych powinny zatem koncentrować się na poziomie reprezentacji siebie i innych oraz na sposobach reagowania w sytuacjach zagrożenia więzi – założenia te znajdują odzwierciedlenie w terapii skoncentrowanej na emocjach (EFT), opartym na teorii przywiązania podejściu terapeutycznym dla par, którego celem jest deeskalacja negatywnych wzorców interakcji oraz budowanie bezpiecznej więzi emocjonalnej między partnerami (Johnson, 2020).

Istotną implikacją jest również rola wrażliwości przetwarzania sensorycznego jako czynnika różnicującego przebieg procesów relacyjnych. Uzyskane wyniki wskazują, że ogólny poziom tej cechy nie działa w sposób bezpośredni, lecz modyfikuje siłę zależności między innymi zmiennymi, podczas gdy jej poszczególne komponenty – głębokość przetwarzania oraz nadmierna symulacja – wykazują własne, bezpośrednie znaczenie predykcyjne. W praktyce może to oznaczać konieczność uwzględniania zróżnicowanych potrzeb w zakresie regulacji pobudzenia oraz tolerancji na stymulację w kontekście funkcjonowania diady.

Na szczególne podkreślenie zasługuje znaczenie intymności jako najbardziej stabilnego i konsekwentnego predyktora jakości związku. Wyniki wskazują, że zdolność do tworzenia i utrzymywania bliskości emocjonalnej stanowi kluczowy wymiar funkcjonowania relacyjnego, który powinien być traktowany jako centralny punkt odniesienia dla oddziaływań psychologicznych. W tym ujęciu jakość związku nie wynika wyłącznie z redukcji konfliktów, lecz przede wszystkim z budowania i podtrzymywania więzi. Wyniki wskazują ponadto, że intymność pełni funkcję pośredniczącą między stylami przywiązania a jakością związku, co sugeruje, że oddziaływania wzmacniające zdolność do budowania bliskości emocjonalnej mogą częściowo łagodzić negatywny wpływ niebezpiecznych wzorców przywiązaniowych na jakość relacji.

Uzyskane rezultaty wskazują również, że dopasowanie partnerów w zakresie cech osobowości ma ograniczone znaczenie w porównaniu z poziomem indywidualnych właściwości partnerów. W praktyce oznacza to, że funkcjonowanie relacji zależy w większym stopniu od sposobu, w jaki partnerzy regulują swoje zasoby i ograniczenia, niż od samego stopnia ich podobieństwa.

Interpretacja uzyskanych wyników powinna uwzględniać ograniczenia wynikające z zastosowanego schematu badawczego. Przede wszystkim badanie miało charakter przekrojowy – dane zostały zebrane w jednym punkcie czasowym, co, mimo zastosowania zaawansowanego modelowania strukturalnego w postaci modelu współzależności aktor–partner (APIM), uniemożliwia formułowanie wniosków dotyczących kierunku zależności między analizowanymi zmiennymi. Stwierdzone związki mogą odzwierciedlać zarówno wpływ właściwości jednostki na jakość relacji, jak i odwrotne oddziaływania, w których doświadczenie relacyjne modyfikuje struktury psychologiczne partnerów. W związku

z tym zasadne jest prowadzenie dalszych badań o charakterze podłużnym, pozwalających na uchwycenie dynamiki tych zależności w czasie.

Kolejnym ograniczeniem jest zastosowanie wyłącznie metod samoopisowych, co wiąże się z ryzykiem wspólnego źródła wariancji oraz subiektywnego charakteru ocen. Chociaż wykorzystanie modelu aktor–partner częściowo redukuje to ograniczenie poprzez uwzględnienie perspektywy obojga partnerów, przyszłe badania powinny obejmować również metody obserwacyjne oraz jakościowe, umożliwiające analizę rzeczywistych interakcji w relacji.

Ograniczenia dotyczą również charakterystyki próby badanej, obejmującej wyłącznie pary heteroseksualne, co zawęży zakres uogólnień uzyskanych wyników. Ponadto rekrutacja za pośrednictwem panelu internetowego mogła wiązać się z określonym profilem uczestników, co również należy uwzględnić w interpretacji rezultatów.

Warto również odnotować dwa dodatkowe ograniczenia o charakterze przekrojowym, dotyczące nie pojedynczej analizy, lecz całości uzyskanych wyników. Po pierwsze, w kilku niezależnych modelach strukturalnych i moderacyjnych (m.in. w analizie dopasowania osobowości oraz w modelu moderacji dla bezpiecznego stylu przywiązania) odnotowano niezadowalające lub graniczne wskaźniki dopasowania modelu do danych, co ogranicza wiarygodność oszacowanych w nich parametrów i wskazuje na potrzebę replikacji tych wyników na większej próbie lub przy zastosowaniu prostszych modeli. Po drugie, istotne efekty predykcyjne i moderacyjne w kilku obszarach analiz (m.in. w zakresie dopasowania osobowości oraz moderacyjnej roli wrażliwości przetwarzania sensorycznego) koncentrowały się niemal wyłącznie w grupie mężczyzn, podczas gdy analogiczne zależności u kobiet nie osiągały istotności statystycznej. Może to wynikać zarówno z ograniczeń mocy statystycznej zastosowanych modeli, jak i z rzeczywistych różnic w mechanizmach kształtujących jakość

związku u kobiet i mężczyzn – rozstrzygnięcie tej kwestii wymagałoby badań na większej i bardziej zróżnicowanej próbie.

Dodatkowym ograniczeniem jest brak możliwości weryfikacji hipotez dotyczących moderacyjnej roli fazy związku, co wynika z trudności w empirycznym wyodrębnieniu odrębnych etapów relacji. Wskazuje to na potrzebę dalszych badań nad sposobami operacjonalizacji rozwoju relacji oraz jego znaczenia dla funkcjonowania diady.

Uzyskane wyniki otwierają również nowe kierunki analiz, w szczególności w zakresie złożonych interakcji między wrażliwością przetwarzania sensorycznego a stylami przywiązania oraz ich znaczenia dla funkcjonowania relacji. Obiecującym kierunkiem jest także rozwijanie modeli integrujących różne poziomy analizy, pozwalających uchwycić relację jako system wzajemnie powiązanych procesów.

Przyszłe badania mogłyby również uwzględnić dodatkowe zmienne o potencjalnym znaczeniu dla jakości związku, które nie zostały objęte niniejszym modelem. Interesującym kierunkiem wydaje się włączenie płci psychologicznej partnerów – zasygnalizowana we wcześniejszej części dyskusji interpretacja odwołująca się do komplementarności funkcji wspólnotowych i sprawczych (Bem, 1974; Mandal, 2004) mogłaby zostać bezpośrednio zweryfikowana poprzez pomiar tej zmiennej, zamiast wnioskowania o niej pośrednio na podstawie cech osobowości. Warto również rozważyć uwzględnienie zgodności partnerów w zakresie celów i wartości życiowych, rozumianej jako element wspólnych inwestycji w relację w duchu teorii inwestycyjnej Rusbult (1980) – zbieżność długoterminowych planów i priorytetów może stanowić istotny, dotąd nieuwzględniony w niniejszym modelu predyktor jakości i trwałości związku. Kolejnym potencjalnie istotnym obszarem jest nasilające się zjawisko nadmiernego korzystania z mediów społecznościowych, które w literaturze przedmiotu wiąże się z częstszym zakłócaniem codziennych interakcji między partnerami

oraz obniżoną satysfakcją ze związku (tzw. technoference; McDaniel i Coyne, 2016).

Włączenie tej zmiennej do przyszłych badań mogłoby dostarczyć wiedzy o tym, w jaki sposób czynniki związane ze współczesnym rozwojem technologicznym współwystępują z indywidualnymi i relacyjnymi uwarunkowaniami jakości związku analizowanymi w niniejszej pracy.

Ostatecznie zrozumienie jakości związku wymaga perspektywy integrującej, w której uwzględnia się zarówno to, kim są partnerzy, jak i to, w jaki sposób pozostają ze sobą w relacji.

Literatura cytowana

Abele, A. E., i Wojciszke, B. (2007). Agency and communion from the perspective of self versus others. *Journal of Personality and Social Psychology*, 93(5), 751–763.

<https://doi.org/10.1037/0022-3514.93.5.751>

Abele, A. E., i Wojciszke, B. (2014). Communal and agentic content in social cognition: A dual perspective model. *Advances in Experimental Social Psychology*, 50, 195–255. <https://doi.org/10.1016/B978-0-12-800284-1.00004-7>

Abramiuk, A., i Konopka, K. (2020). Zgodność między płcią psychologiczną partnerów a preferencje dotyczące partnera realnego i idealnego oraz jakość relacji. *Polskie Forum Psychologiczne*, 25(2), 213–232.

Acevedo, B., Aron, E., i Aron, A. (2010, sierpień). Association of sensory processing sensitivity when perceiving positive and negative emotional states [prezentacja]. *American Psychological Association*, San Diego, CA.

Acevedo, B. P., Aron, E. N., Aron, A., Sangster, M. D., Collins, N., i Brown, L. L. (2014). The highly sensitive brain: An fMRI study of sensory processing sensitivity and response to others' emotions. *Brain and Behavior*, 4(4), 580–594.

<https://doi.org/10.1002/brb3.242>

Acker, M., i Davis, M. H. (1992). *Intimacy, passion and commitment in adult romantic relationships: A test of the triangular theory of love*. *Journal of Social and Personal Relationships*, 9(1), 21-50. <https://doi.org/10.1177/0265407592091002>

Adamski, F. (1984). *Socjologia małżeństwa i rodziny*. Państwowe Wydawnictwo Naukowe.

Adler, R. B., Rosenfeld, L. B., i Proctor, R. F. II. (2007). *Relacje interpersonalne. Proces porozumiewania się*. Dom Wydawniczy Rebis.

Ainsworth, M. D. S., Blehar, M. C., Waters, E., i Wall, S. (1978). *Patterns of attachment: A psychological study of the strange situation*. Erlbaum.

Aksu, G., Eser, M. T., i Emekli, H. (2023). The relationship between marital satisfaction and life satisfaction: A meta-analysis study. *International Journal on New Trends in Education and Their Implications*, 14(2), 7–22.

Aron, A., i Aron, E. N. (2010, sierpień). Are there positive and negative facets of high sensitivity? [prezentacja]. *American Psychological Association*, San Diego, CA.

Aron, E. (1998). *The highly sensitive person: How to thrive when the world overwhelms you*. Three Rivers Press.

Aron, E. N. (2010). *The highly sensitive person: How to thrive when the world overwhelms you*. Broadway Books.

Aron, E. N. (2017). *Psychoterapia osób wysoko wrażliwych*. Gdańskie Wydawnictwo Psychologiczne.

Aron, E. N., i Aron, A. (1997). Sensory processing sensitivity and its relation to introversion and emotionality. *Journal of Personality and Social Psychology*, 73(2), 345–368.
<https://doi.org/10.1037/0022-3514.73.2.345>

Aron, E., Aron, A., i Davies, K. (2005). Adult Shyness: The Interaction of Temperamental Sensitivity and an Adverse Childhood Environment. *Personality and Social Psychology Bulletin*, 31, 181-197. <https://doi.org/10.1177/0146167204271419>

Aron, E. N., Aron, A., i Jagiellowicz, J. (2012). Sensory processing sensitivity: A review in the light of the evolution of biological responsivity. *Personality and Social Psychology Review*, 16(3), 262–282. <https://doi.org/10.1177/1088868311434213>

Aronson, E. (2005). *Człowiek – istota społeczna* (przeł. J. Radzicki, wyd. 6). Wydawnictwo Naukowe PWN.

Aronson, E., Wilson, T. D., i Akert, R. M. (2012). *Psychologia społeczna*. Zysk i S-ka.

Babbie, E. (2019). *Badania społeczne w praktyce*. PWN.

Barelds, D. P. H. (2005). Self and partner personality in intimate relationships. *European Journal of Personality*, 19, 501–518. <https://doi.org/10.1002/per.549>

Barelds, D. P. H., i Barelds-Dijkstra, P. (2007). Love at first sight or friends first? Ties among partner personality trait similarity, relationship onset, relationship quality, and love. *Journal of Social and Personal Relationships*, 24(4), 479–496. <https://doi.org/10.1177/0265407507079235>

Bartels, A., i Zeki, S. (2000). The neural basis of romantic love. *NeuroReport*, 11(17), 3829–3834. <https://doi.org/10.1097/00001756-200011270-00046>

Bartholomew, K., i Horowitz, L. M. (1991). Attachment styles among young adults: A test of a four-category model. *Journal of Personality and Social Psychology*, 61(2), 226–244.

Bartholomew, K. (1990). Avoidance of intimacy: An attachment perspective. *Journal of Social and Personal Relationships*, 7(2), 147–178. <https://doi.org/10.1177/0265407590072001>

Baryła-Matejczuk, M., Ferrer-Cascales, R., Albaladejo-Blázquez, N., Ruiz-Robledillo, N., Fernández-Alcántara, M., Rubio-Aparicio, M., Lillo-Crespo, M., i Costa-López, B.

(2022). Theoretical background of high sensitivity – systematic review. *Przegląd Psychologiczny*, 65(3), 79–96. <https://doi.org/10.31648/przegldpsychologiczny.8806>

Baryła-Matejczuk, M., Poleszak, W., i Porzak, R. (2023). Short Polish version of the Highly Sensitive Person Scale – exploring its multidimensional structure in a sample of emerging adults. *Current Issues in Personality Psychology*, 11(1), 72–86.

<https://doi.org/10.5114/cipp.2021.107339>

Beaudoin, J., Bouizegarene, N., Fortin, A., Philippe, F. L., i Vallerand, R. J. (2021). The role of sexual passion in romantic relationship functioning: A dyadic analysis. *Journal of Social and Personal Relationships*, 38(4), 1258–1279.

<https://doi.org/10.1177/0265407520972191>

Belsky, J., i Pluess, M. (2009). Beyond diathesis–stress: Differential susceptibility to environmental influences. *Psychological Bulletin*, 135(6), 885–908.

Bem, S. L. (1974). The measurement of psychological androgyny. *Journal of Consulting and Clinical Psychology*, 42(2), 155–162. <https://doi.org/10.1037/h0036215>

Bem, S. L. (1981). Gender schema theory: A cognitive account of sex typing. *Psychological Review*, 88(4), 354–364. <https://doi.org/10.1037/0033-295X.88.4.354>

Berscheid, E., i Reis, H. T. (1998). Attraction and close relationships. W D. T. Gilbert, S. T. Fiske i G. Lindzey (red.), *Handbook of Social Psychology* (4. wyd., t. 2, ss. 193–281). McGraw-Hill.

Blau, P. M. (1964). *Exchange and power in social life*. Wiley.

Bobrowska, M., i Liberska, H. (2023). Polska adaptacja narzędzia Highly Sensitive Person Scale. *Przegląd Psychologiczny*, 66(4), 27–41.

<https://doi.org/10.31648/przegldpsychologiczny.9249>

Bodenmann, G. (2005). Dyadic coping and its significance for marital functioning. W T. Revenson, K. Kayser i G. Bodenmann (Red.), *Couples coping with stress: Emerging perspectives on dyadic coping* (ss. 33–50). American Psychological Association.

Bogdan, I., Turliuc, M. N. i Candel, O. S. (2022). Transition to parenthood and marital satisfaction: A meta-analysis. *Frontiers in Psychology*, 13, 901362.

<https://doi.org/10.3389/fpsyg.2022.901362>

Booth, C., Standage, H., i Fox, E. (2015). Sensory-processing sensitivity moderates the association between childhood experiences and adult life satisfaction. *Personality and Individual Differences*, 87, 24–29. <https://doi.org/10.1016/j.paid.2015.07.020>

Borries, F. (2012). *Do “The Highly Sensitive” exist? A taxometric investigation of the personality construct sensory-processing sensitivity* [niepublikowana praca doktorska]. University of Bielefeld.

Bowlby, J. (1988). *A secure base: Parent–child attachment and healthy human development*. Basic Books.

Bowlby, J. (2020). *Przywiązanie* (M. Polaszewska-Nicke, tłum.). Wydawnictwo Naukowe PWN.

Braun-Gałkowska, M. (1992). *Psychologiczna analiza systemów rodzinnych osób zadowolonych i niezadowolonych z małżeństwa*. Towarzystwo Naukowe KUL.

Brown, S. L., Manning, W. D. i Payne, K. K. (2017). Relationship quality among cohabiting versus married couples. *Journal of Family Issues*, 38(12), 1730–1753.

<https://doi.org/10.1177/0192513X15622236>

Brzeziński, J. (2019). Metodologia badań psychologicznych. Wydawnictwo Naukowe PWN.

Buchanan, T. (2007). Personality testing on the Internet: What we know, and what we do not. W A. Joinson, K. McKenna, T. Postmes, i U.-D. Reips (red.), *Oxford handbook of Internet psychology* (ss. 447–459). Oxford University Press.

Buchanan, T., i Smith, J. L. (1999). Using the Internet for psychological research: Personality testing on the World Wide Web. *British Journal of Psychology*, 90, 125–144.

Bühler, J. L. i Orth, U. (2022). Rank-order stability of relationship satisfaction: A meta-analysis of longitudinal studies. *Journal of Personality and Social Psychology*, 123(2), 450–472. <https://doi.org/10.1037/pspp0000393>

Bühler, J. L., Krauss, S. i Orth, U. (2021). Development of relationship satisfaction across the life span: A systematic review and meta-analysis. *Psychological Bulletin*, 147(10), 1012–1053. <https://doi.org/10.1037/bul0000341>

Buss, D. M., Abbott, M., Angleitner, A., Asherian, A., Biaggio, A., Blanco-Villasenor, A., i Yang, K. S. (1990). International preferences in selecting mates: A study of 37 cultures. *Journal of Cross-Cultural Psychology*, 21(1), 5–47.

<https://doi.org/10.1177/0022022190211001>

Byrne, B. M. (1994). *Structural equation modeling with EQS and EQS/Windows*. Sage Publications.

Cassepp-Borges, V., Gonzales, J. E., Frazier, A., i Ferrer, E. (2023). Love and relationship satisfaction as a function of romantic relationship stages. *Trends in Psychology*, 33(3), 1027–1042. <https://doi.org/10.1007/s43076-023-00333-4>

Candel, O.-S., i Turliuc, M. N. (2019). Insecure attachment and relationship satisfaction: A meta-analysis of actor and partner associations. *Personality and Individual Differences*, 147, 190–199. <https://doi.org/10.1016/j.paid.2019.04.037>

Caughlin, J. P., Huston, T. L., i Houts, R. M. (2000). How does personality matter in marriage? An examination of trait anxiety, interpersonal negativity, and marital satisfaction. *Journal of Personality and Social Psychology*, 78(2), 326–336.
<https://doi.org/10.1037/0022-3514.78.2.326>

Chacón, A., Pérez-Chacón, M., Borda-Mas, M., Avargues-Navarro, M. L., i López-Jiménez, A. M. (2021). Cross-cultural adaptation and validation of the Highly Sensitive Person Scale to the adult Spanish population (HSPS-S). *Psychology Research and Behavior Management*, 14, 1041–1052. <https://doi.org/10.2147/PRBM.S321277>

Chaudhary, A., Pandey, R., i Parul. (2021). Attachment styles and Big Five personality traits in young adults. *International Journal of Indian Psychology*, 9(3), 1121–1130.
<https://doi.org/10.25215/0903.117>

Cherlin, A. J. (2004). The deinstitutionalization of American marriage. *Journal of Marriage and Family*, 66(4), 848–861. <https://doi.org/10.1111/j.0022-2445.2004.00058.x>

Cherlin, A. J. (2020). Degrees of change: An assessment of the deinstitutionalization of marriage thesis. *Journal of Marriage and Family*, 82(1), 62–80.
<https://doi.org/10.1111/jomf.12605>

Cheek, J. M., i Buss, A. H. (1981). Shyness and sociability. *Journal of Personality and Social Psychology*, 41(2), 330–339.

Cheek, J. M., Bourgeois, M. L., Theran, S. A., Grimes, J. O., i Norem, J. K. (2009). Interpreting the factors of the Highly Sensitive Person Scale [prezentacja plakatu]. *Society for Personality and Social Psychology Annual Meeting*, Tampa, FL.

Chopik, W. J., Moors, A. C., Litman, D. J., Shuck, M. S., Stapleton, A. R., Abrom, M. C., Stevenson, K. A., Oh, J., i Purol, M. F. (2023). Individual difference predictors of starting a new romantic relationship during the COVID-19 pandemic. *Personality and Individual Differences*, 201, 111919. <https://doi.org/10.1016/j.paid.2022.111919>

Chybicka, A. (2008). Zadowolenie ze związku intymnego oraz psychologiczne zyski i koszty związane z pozostawaniem w relacji – analiza porównawcza bezdzietnych związków małżeńskich i niemałżeńskich o podobnym stażu. *Psychologia Rozwojowa*, 13(3), 79–90.

Clark, M. S. i Lemay, E. P. (2010). Close relationships. W: S. Fiske, D. T. Gilbert i G. Lindzey (red.), *Handbook of Social Psychology* (wyd. 5, t. 2, s. 898–940). John Wiley & Sons.

Conger, R. D., Rueter, M. A. i Elder, G. H., Jr. (1999). Couple resilience to economic pressure. *Journal of Personality and Social Psychology*, 76(1), 54–71. <https://doi.org/10.1037/0022-3514.76.1.54>

Conradi, H. J., Noordhof, A., i Kamphuis, J. H. (2022). Satisfying and stable couple relationships: Attachment similarity across partners can partially buffer the negative effects of attachment insecurity. *Frontiers in Psychology*, 13, 931065. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2022.931065>

Costa, P. T., i McCrae, R. R. (1992). Revised NEO Personality Inventory (NEO-PI-R) and NEO Five-Factor Inventory (NEO-FFI) Professional Manual. Psychological Assessment Resources.

Crane, D. R., Middleton, K. C. i Bean, R. A. (2000). Establishing criterion scores for the Kansas Marital Satisfaction Scale and the Revised Dyadic Adjustment Scale. *The American Journal of Family Therapy*, 28(1), 53–60.

<https://doi.org/10.1080/019261800261815>

Cronbach, L. J. (1951). Coefficient alpha and the internal structure of tests. *Psychometrika*, 16(3), 297–334. <https://doi.org/10.1007/BF02310555>

Czapliński, J., i Panek, T. (red.). (2007). *Diagnoza społeczna 2007. Warunki i jakość życia Polaków*. Rada Monitoringu Społecznego.

Davis, M. H. (1999). *Empatia. O umiejętności współodczuwania* (Z. Rummel-Syska, tłum.). Gdańskie Wydawnictwo Psychologiczne.

Dillon, L. M. i Beechler, M. P. (2010). Marital satisfaction and the impact of children in collectivist cultures: A meta-analysis. *Journal of Cultural and Evolutionary Psychology*, 8(1), 7–22.

Diener, E., i Biswas-Diener, R. (2008). *Happiness: Unlocking the mysteries of psychological wealth*. Blackwell Publishing.

Dobrowolska, M., Groyecka-Bernard, A., Sorokowski, P., Randall, A. K., Hilpert, P., Ahmadi, K., Alghraibeh, A. M., Aryeetey, R., Bertoni, A., Bettache, K., Błażejewska, M., Bodenmann, G., Bortolini, T. S., Bosc, C., Butovskaya, M., Castro, F. N., Cetinkaya, H.,

Cunha, D., David, D., ... Sorokowska, A. (2020). *Global perspective on marital satisfaction. Sustainability*, 12(21), 8817. <https://doi.org/10.3390/su12218817>

Donnellan, M. B., Larsen-Rife, D., i Conger, R. D. (2005). Personality, family history, and marital adjustment. *Journal of Family Psychology*, 19(1), 9–19.

Doroszewicz, K. (2008). *Psychologiczne aspekty ról małżeńskich i rodzinnych*. Wydawnictwo Akademickie.

Dużmańska-Misiarczyk, N. (2018). *Cechy osobowości oraz komunikacja w związku a poziom satysfakcji z małżeństwa* [niepublikowana praca magisterska]. Uniwersytet Jagielloński.

Durão, A., i Conde, A. (2026). Understanding love in couple relationships: A scoping review of Sternberg's triangular theory. *Journal of Sex Research*.
<https://doi.org/10.1177/00332941261464059>

Dyrenforth, P. S., Kashy, D. A., Donnellan, M. B., i Lucas, R. E. (2010). *The relative importance of actor, partner, and similarity effects for relationship and life satisfaction. Journal of Personality and Social Psychology*, 98(2), 267–279.

Ershova, R. V., Yarmotz, E. V., Koryagina, T. M., Semeniak, I. V., Shlyakhta, D. A., i Tarnow, E. (2018). A psychometric evaluation of the Highly Sensitive Person Scale: The components of sensory processing sensitivity. *Electronic Journal of General Medicine*, 15(6), em96. <https://doi.org/10.29333/ejgm/100634>

Eurostat. (2023, 29 listopada). Marriage and divorce statistics. Statistics Explained.
Pozyskano z

https://ec.europa.eu/eurostat/statistics-explained/index.php?title=Marriage_and_divorce_statistics

Evans, D. E., i Rothbart, M. K. (2008). Temperamental sensitivity: Two constructs or one? *Personality and Individual Differences*, 44(1), 108–118.

<https://doi.org/10.1016/j.paid.2007.07.016>

Eysenck, H. J. (1991). Biological dimensions of personality. W L. A. Pervin (red.), *Handbook of personality* (ss. 244–276). Guilford Press.

Fabrigar, L. R., Wegener, D. T., MacCallum, R. C., i Strahan, E. J. (1999). Evaluating the use of exploratory factor analysis in psychological research. *Psychological Methods*, 4(3), 272–299. <https://doi.org/10.1037/1082-989X.4.3.272>

Feeney, J. A. (2006). Attachment and close relationships. W J. Cassidy i P. R. Shaver (red.), *Handbook of attachment: Theory, research, and clinical applications* (2nd ed., ss. 327–347). Guilford Press.

Fincham, F. D., i Rogge, R. D. (2010). Understanding relationship quality: Theoretical challenges and new tools for assessment. *Journal of Family Theory and Review*, 2(4), 227–242. <https://doi.org/10.1111/j.1756-2589.2010.00059.x>

Fincham, F. D., i Bradbury, T. N. (1987). The assessment of marital quality: A reevaluation. *Journal of Marriage and the Family*, 49(4), 797–809. <https://doi.org/10.2307/351973>

Fisher, H. E., Aron, A., i Brown, L. L. (2005). *Romantic love: An fMRI study of a neural mechanism for mate choice*. *Journal of Comparative Neurology*, 493(1), 58–62. <https://doi.org/10.1002/cne.20772>

Fletcher, G. J. O., Simpson, J. A., Thomas, G., i Giles, L. (2000). *Ideals, perceptions, and evaluations in early relationship development*. *Journal of Personality and Social Psychology*, 79(3), 463–476.

Fraley, R. C. (2002). Attachment stability from infancy to adulthood: Meta-analysis and dynamic modeling of developmental mechanisms. *Personality and Social Psychology Review*, 6(2), 123–151. https://doi.org/10.1207/S15327957PSPR0602_03

Fraley, R. C., Roisman, G. I., Booth-LaForce, C., Owen, M. T., i Holland, A. S. (2013). Interpersonal and genetic origins of adult attachment styles: A longitudinal study of early caregiving experiences and attachment security. *Journal of Personality and Social Psychology*, 104(5), 817–838. <https://doi.org/10.1037/a0031435>

Garbarini, C., Gerino, E., Marino, E., Rollé, L. i Brustia, P. (2014). *Dyadic adjustment and relationship satisfaction: A study on Italian couples*. *Procedia – Social and Behavioral Sciences*, 140, 320–326. <https://doi.org/10.1016/j.sbspro.2014.04.425>

Gattis, K. S., Berns, S., Simpson, L. E. i Christensen, A. (2004). *Birds of a feather or strange birds? Ties among personality dimensions, similarity, and marital quality*. *Journal of Family Psychology*, 18(4), 564–574.

Gaunt, R. (2006). Couple similarity and marital satisfaction: Are similar spouses happier? *Journal of Personality*, 74, 1401–1420.

Gerrig, R. J., i Zimbardo, P. G. (2009). *Psychologia i życie*. Wydawnictwo Naukowe PWN.

Gerstenberg, F. (2012). Sensory-processing sensitivity predicts performance on a visual search task followed by an increase in perceived stress. *Personality and Individual Differences*, 53, 496–500.

Gębuś, D. (2013). Odraczanie ról małżeńskich i rodzicielskich – czy możliwe jest odwrócenie trendu? W: M. Piorunek, J. Kozielska, A. Skowrońska-Pućka (red.), *Rodzina – młodość – dziecko. Szkice z teorii i praktyki pomocy psychopedagogicznej i socjalnej* (s. 103–114). Wydawnictwo Naukowe UAM.

Giddens, A. (2006). *Przemiany intymności. Seksualność, miłość i erotyzm we współczesnych społeczeństwach*. Wydawnictwo Naukowe PWN.

Giddens, A., i Sutton, P. W. (2012). *Socjologia*. Wydawnictwo Naukowe PWN.

Gosling, S. D., Rentfrow, P. J., i Swann, W. B. Jr. (2003). A very brief measure of the Big-Five personality domains. *Journal of Research in Personality*, 37, 504–528.

Gottman, J. M. (1994a). *Why marriages succeed or fail: And how you can make yours last*. Simon and Schuster.

Gottman, J. M. (1994b). *What predicts divorce? The relationship between marital processes and marital outcomes*. Lawrence Erlbaum Associates.

Gottman, J. M. i Levenson, R. W. (2000). The timing of divorce: Predicting when a couple will divorce over a 14-year period. *Journal of Marriage and Family*, 62(3), 737–745.
<https://doi.org/10.1111/j.1741-3737.2000.00737.x>

Gómez-López, M., Viejo, C. i Ortega-Ruiz, R. (2019). Well-being and romantic relationships: A systematic review in adolescence and emerging adulthood. *International*

Journal of Environmental Research and Public Health, 16(13), 2415.

<https://doi.org/10.3390/ijerph16132415>

Graham, J. M., Liu, Y. J., i Jeziorski, J. L. (2006). The Dyadic Adjustment Scale: A reliability generalization meta-analysis. *Journal of Marriage and Family*, 68(3), 701–717.

<https://doi.org/10.1111/j.1741-3737.2006.00284.x>

Graziano, W. G. i Eisenberg, N. (1997). Agreeableness: A dimension of personality. W R. Hogan, J. Johnson i S. Briggs (red.), *Handbook of personality psychology* (s. 795–824). Academic Press.

Gray, J. A. (1981). A critique of Eysenck's theory of personality. W H. J. Eysenck (red.), *A model for personality* (ss. 246–276). Springer.

Gray, J. A. (1991). The neuropsychology of temperament. W J. Strelau i A. Angleitner (red.), *Explorations in temperament: International perspectives on theory and measurement* (ss. 105–128). Plenum Press.

George, D. i Mallery, P. (2022). *IBM SPSS Statistics 27 step by step: A simple guide and reference* (Wyd. 17). Routledge.

Greven, C. U., Lionetti, F., Booth, C., Aron, E. N., Fox, E., Schendan, H. E., Pluess, M., Bruining, H., Acevedo, B., Bijttebier, P., i Homberg, J. (2019). Sensory processing sensitivity in the context of environmental sensitivity: A critical review and development of research agenda. *Neuroscience and Biobehavioral Reviews*, 98, 287–305.

<https://doi.org/10.1016/j.neubiorev.2019.01.009>

Grimen, H. L., i Diseth, Å. (2016). Sensory processing sensitivity: Factors of the Highly Sensitive Person Scale and their relationships to personality and subjective health

complaints. *Perceptual and Motor Skills*, 123(3), 637–653.

<https://doi.org/10.1177/0031512516666114>

Grob, A., Weidmann, R., Wünsche, J., Burriss, R. P., Bühler, J. L., Traut, A. C., Uhlich, M., Arnold, K., i Gander, F. (2025). Personality change in the light of relationship transitions in partnered and single individuals: Study protocol of a prospective measurement burst design. *Swiss Psychology Open*, 5(1), 5. <https://doi.org/10.5334/spo.90>

Hazan, C., i Shaver, P. R. (1987). Romantic love conceptualized as an attachment process. *Journal of Personality and Social Psychology*, 52(3), 511–524.

<https://doi.org/10.1037/0022-3514.52.3.511>

Hazan, C., i Shaver, P. R. (1994a). Attachment as an organizational framework for research on close relationships. *Psychological Inquiry*, 5(1), 1–22.

Hazan, C., i Shaver, P. R. (1994b). Deeper into attachment theory. *Psychological Inquiry*, 5(1), 68–79. https://doi.org/10.1207/s15327965pli0501_15

Heller, D., Watson, D., i Hies, R. (2004). The role of person versus situation in life satisfaction: A critical examination. *Psychological Bulletin*, 130(4), 574–600.

<https://doi.org/10.1037/0033-2909.130.4.574>

Hofmann, S. G., i Bitran, S. (2007). Sensory-processing sensitivity in social anxiety disorder: Relationship to harm avoidance and diagnostic subtypes. *Journal of Anxiety Disorders*, 21(7), 944–954. <https://doi.org/10.1016/j.janxdis.2006.12.003>

Holmes, B. M., i Johnson, K. R. (2009). Adult attachment and romantic partner preference: A review. *Journal of Social and Personal Relationships*, 26(6–7), 833–852.

Homans, G. C. (1958). Social behavior as exchange. *American Journal of Sociology*, 63(6), 597–606. <https://doi.org/10.1086/222355>

Hook, J. N., Worthington, E. L., Utsey, S. O., Steger, M. F., i Allison, S. (2003). Cultural values and forgiveness. *Journal of Counseling Psychology*, 50(4), 400–409. <https://doi.org/10.1037/0022-0167.50.4.400>

Horn, J. L. (1965). A rationale and technique for estimating the number of factors in factor analysis. *Psychometrika*, 30, 179–185. <https://doi.org/10.1007/BF02289447>

Hornowska, E., i Paluchowski, W. J. (2004). Kulturowa adaptacja testów psychologicznych. W J. Brzeziński (red.), *Metodologia badań psychologicznych. Wybór tekstów* (ss. 151–191). Wydawnictwo Naukowe PWN.

Hornowska, E. (1989). Operacjonalizacja wielkości psychologicznych. Założenia – struktura – konsekwencje. Zakład Narodowy imienia Ossolińskich.

Howarth, E. (1986). Introversion and neuroticism: A persistent relationship. *Psychological Reports*, 58(2), 389–390. <https://doi.org/10.2466/pr0.1986.58.2.389>

Hudson, N. W., Lucas, R. E. i Donnellan, M. B. (2020). The highs and lows of love: Romantic relationship quality moderates whether spending time with one's partner predicts gains or losses in well-being. *Personality and Social Psychology Bulletin*, 46(4), 572–589. <https://doi.org/10.1177/0146167219867960>

Ilgen, S. i Akçaboza Kayabol, N. B. (2023). *Investment model (Investing in a relationship)*. W T. K. Shackelford (red.), *Encyclopedia of sexual psychology and behavior* (ss. 1–5). Springer Nature. https://doi.org/10.1007/978-3-031-08956-5_321-1

Jackson, J. B., Miller, R. B., Oka, M. i Henry, R. G. (2014). Gender differences in marital satisfaction: A meta-analysis. *Journal of Marriage and Family*, 76(1), 105–129.

<https://doi.org/10.1111/jomf.12077>

Jagiellowicz, J., Xu, X., Aron, A., Aron, E. N., Cao, G., Feng, T., i Weng, X. (2011). The trait of sensory processing sensitivity and neural responses to changes in visual scenes. *Social Cognitive and Affective Neuroscience*, 6(1), 38–47.

<https://doi.org/10.1093/scan/nsq001n>

Janicka, I. (2008). Stosunki partnerskie w związkach niemałżeńskich. *Przegląd Psychologiczny*, 51(1), 37–53.

Janicka, I., i Niebrzydowski, L. (1994). *Psychologia małżeństwa: zafascynowanie partnerem, otwartość, empatia, miłość, seks* Wydawnictwo Uniwersytetu Łódzkiego.

Janicka, I. (2011). Satisfaction with marriage in the case of prenuptially cohabitating and non-cohabitating couples. W H. Liberska (red.), *Relations in marriage and family: Genesis, quality and development* (ss. 51–66). Wydawnictwo Uniwersytetu Kazimierza Wielkiego.

Janicka, I. (2021). Satisfaction with marriage and family relations. W H. Liberska (red.), *Relations in marriage and family: Genesis, quality, and development* (ss. 51–66). Wydawnictwo Uniwersytetu Kazimierza Wielkiego.

Janicka, I., i Liberska, H. (red.). (2014). *Psychologia rodziny*. Wydawnictwo Naukowe PWN.

Janiszewski, L. (1986). *Sukces małżeński w rodzinach marynarzy: Studium socjologiczne*. Państwowe Wydawnictwo Naukowe.

Jankowiak, B. (2007). Problematyka jakości i trwałości relacji partnerskich w teorii i badaniach. *Przegląd Terapeutyczny*, 3, 1–25.

Kagan, J., Snidman, N., Arcus, D., i Reznick, J. S. (1994). *Galen's prophecy: Temperament in human nature*. Basic Books.

Kandler, C., Bleidorn, W., Riemann, R., Angleitner, A. i Spinath, F. M. (2017). The nature and nurture of personality development. *Annual Review of Psychology*, 68, 499–525.
<https://doi.org/10.1146/annurev-psych-010416-044201>

Kardasz, Z., i Dudka, D. (2019). Doświadczenie rozvodu rodziców w dzieciństwie a style przywiązania w związkach intymnych młodych dorosłych. *Annales Universitatis Paedagogicae Cracoviensis. Studia Psychologica*, 12, 259–273.

Karney, B. R., i Bradbury, T. N. (1995). The longitudinal course of marital quality and stability: A review of theory, method, and research. *Psychological Bulletin*, 118, 3–34.
<https://doi.org/10.1037/0033-2909.118.1.3>

Karney, B. R. i Bradbury, T. N. (2020). *Research on marital satisfaction and stability in the 2010s: Challenging conventional wisdom*. *Journal of Marriage and Family*, 82, 100–116. <https://doi.org/10.1111/jomf.12635>

Kaźmierczak, M., i Plopa, M. (2006). Style przywiązaniowe partnerów a jakość komunikacji w małżeństwie. *Psychologia Rozwojowa*, 4, 115–126.

Kaźmierczak, M. (2013). Postrzegana empatia partnera jako predyktor satysfakcji ze związku romantycznego. *Psychologia Społeczna*, 8(4), 435–447.

Kenny, D. A., Kashy, D. A., i Cook, W. L. (2006). *Dyadic Data Analysis*. Guilford Press.

Kenny, D. A., Kaniskan, B., i McCoach, D. B. (2014). The Performance of RMSEA in Models With Small Degrees of Freedom. *Sociological Methods & Research*, 44(3), 486-507.
<https://doi.org/10.1177/00491241145432>

Kerlinger, F. N., i Lee, H. B. (2000). Foundations of behavioral research (wyd. 4).
Harcourt College Publishers.

Kline, R. B. (2016). Principles and practice of structural equation modeling (wyd. 4).
The Guilford Press.

Kobak, R. R., i Sceery, A. (1988). Attachment in late adolescence: Working models, affect regulation, and behavior in romantic relationships. *Child Development*, 59(1), 135–146.

Konrad, S., i Herzberg, P. Y. (2017). Psychometric properties and validation of a German High Sensitive Person Scale (HSPS-G). *European Journal of Psychological Assessment*, 35(3), 364–378. <https://doi.org/10.1027/1015-5759/a000411>

Kornaszewska-Polak, M. (2020). *Emocje i płęć: Studium dynamiki zaangażowania i dystansowania w związkach romantycznych*. Wydawnictwo Uniwersytetu Śląskiego.

Korulczyk, T. (2018). Szacowanie dopasowania w parach: perspektywy i ograniczenia badawcze. *Polskie Forum Psychologiczne*, 23(2), 357–376.
<https://doi.org/10.14656/PFP20180208>

Kowal, M., Sorokowski, P., Groyecka-Bernard, A., Karwowski, M., Misiak, M., Pisanski, K. i Sorokowska, A. (2021). When and how does the number of children affect marital satisfaction? An international survey. *PLoS ONE*, 16(5), e0251163.
<https://doi.org/10.1371/journal.pone.0251163>

Kumashiro, M., Rusbult, C. E. i Finkenauer, C. (2003). Should I sacrifice for you? The role of attachment and communal orientation in daily sacrifice. *Journal of Personality and Social Psychology*, 84(3), 731–741. <https://doi.org/10.1037/0022-3514.84.3.731>

Kwak, A. (2005). *Rodzina w dobie przemian: Małżeństwo i kohabitacja*. Wydawnictwo Akademickie Żak.

Lahey, B. B. (2009). Public health significance of neuroticism. *American Psychologist*, 64(4), 241–256. <https://doi.org/10.1037/a0015309>

Lammers, J., i in. (2011). Power increases infidelity among men and women. *Psychological Science*, 22(9), 1191–1197.

Lavner, J. A., Karney, B. R., Williamson, H. C. i Bradbury, T. N. (2017). *Bidirectional associations between newlyweds' marital satisfaction and marital problems over time*. *Family Process*, 56(4), 869–882. <https://doi.org/10.1111/famp.12264>

Le, B., i Agnew, C. R. (2003). Commitment and its theorized determinants: A meta-analysis of the Investment Model. *Personal Relationships*, 10(1), 37–57. <https://doi.org/10.1111/1475-6811.00035>

Lemieux, R., i Hale, J. L. (1999). Intimacy, passion, and commitment in young romantic relationships: Successfully measuring the triangular theory of love. *Psychological Reports*, 85(2), 497–503. <https://doi.org/10.2466/pr0.1999.85.2.497>

Lengua, L. J. (2025). Personality and temperament in family relationships. In *Research Handbook on Couple and Family Relationships*. Edward Elgar Publishing.

Lewandowski, G. W., Aron, A., Bassis, S. i Kunak, J. (2006). Losing a self-expanding relationship: Implications for the self-concept. *Personal Relationships*, 13(3), 317–331.

<https://doi.org/10.1111/j.1475-6811.2006.00120.x>

Lewis, R. A., i Spanier, G. B. (1979). Theorizing about the quality and stability of marriage. W W. Burr, R. Hill, F. I. Nye, i I. Reiss (red.), *Contemporary theories about the family* (ss. 268–294). Free Press.

Li, T. i Chan, D. K. S. (2012). How anxious and avoidant attachment affect romantic relationship quality differently: A meta-analytic review. *Journal of Social and Personal Relationships*, 29(4), 561–586. <https://doi.org/10.1177/0265407511433257>

Liberska, H. (2014). *Rozwój bliskich związków interpersonalnych*. Wydawnictwo Naukowe UAM.

Liberska, H., i Malina, A. (2011). Wybrane osobowościowe determinanty wartościowania zadań związanych z małżeństwem i rodziną we wczesnej dorosłości. W H. Liberska i A. Malina (red.), *Wybrane problemy współczesnych małżeństw i rodzin* (ss. 97–119). Wydawnictwo Uniwersytetu Kazimierza Wielkiego.

Liberska, H., i Matuszewska, M. (2006). Role małżeńskie w procesie rozwoju dorosłych. *Psychologia Rozwojowa*, 11(4), 25–34.

Liberska, H., i Matuszewska, M. (2001). Wybrane psychologiczno-społeczne mechanizmy funkcjonowania małżeństwa. W: H. Liberska i M. Matuszewska (red.), *Małżeństwo: męskość, kobiecość, miłość, konflikt* (s. 13–43). Wydawnictwo Fundacji Humaniora.

Liberska, H., i Suwalska, D. (2011). Styl przywiązania a relacje partnerskie we wczesnej dorosłości. *Psychologia Rozwojowa*, 16(1), 85–96.

Liberska, H., i Suwalska, D. (2011a). Attachment and partnership in a close relationship. W H. Liberska (red.), *Relations in marriage and family: Genesis, quality, and development* (ss. 31–51). Wydawnictwo Uniwersytetu Kazimierza Wielkiego.

Liberska, H., i Suwalska, D. (2011b). Quality of close relationship from the viewpoint of attachment theory. W H. Liberska (red.), *Current psychosocial problems in traditional and novel approaches* (ss. 59–78). Wydawnictwo Uniwersytetu Kazimierza Wielkiego.

Liberska, H., i Suwalska, D. (2011c). Znaczenie przywiązania dla funkcjonowania młodych dorosłych w związkach intymnych. W H. Liberska i A. Malina (red.), *Wybrane problemy współczesnych małżeństw i rodzin* (ss. 69–86). Wydawnictwo Difin.

Liberska, H., i Suwalska-Barancewicz, D. (2012). The significance of dependency for the functioning of a human in close interpersonal relations. W H. Liberska (red.), *Current psychosocial problems in traditional and novel approaches. Volume 2: Effectiveness of functioning and life satisfaction: Resources and limitations* (ss. 187–202). Wydawnictwo Uniwersytetu Kazimierza Wielkiego.

Liberska, H. (2017). Konstruowanie dorosłości przez współczesnych młodych ludzi a ich poczucie dobrostanu. W H. Liberska, A. Malina, i D. Suwalska-Barancewicz (red.), *Tradycja a nowoczesność. Wartości współczesnego człowieka – przedmiot, źródła, obszary i konflikty* (ss. 33–41). Wydawnictwo Uniwersytetu Kazimierza Wielkiego.

Lionetti, F., Aron, A., Aron, E. N., Burns, L. G., Jagiellowicz, J., i Pluess, M. (2018). Dandelions, tulips and orchids: Evidence for the existence of low-sensitive, medium-sensitive, and high-sensitive individuals. *Translational Psychiatry*, 8(1), 24.

Lipińska-Grobelny, A. (2007). Podmiotowe uwarunkowania męskości, kobiecości i androgynii. *Acta Universitatis Lodziensis. Folia Psychologica*, 11, 5–18.

Luo, S. i Klohnen, E. C. (2005). Assortative mating and marital quality in newlyweds: A couple-centered approach. *Journal of Personality and Social Psychology*, 88(2), 304–326.
<https://doi.org/10.1037/0022-3514.88.2.304>

Lu, S., He, Y., Li, Q., Chen, Z. i Fang, X. (2024). Dyadic effects of attachment styles on marital satisfaction among Chinese couples: The mediating role of perceived partner responsiveness. *Journal of Social and Personal Relationships*, 41(12), 3770–3790.
<https://doi.org/10.1177/02654075241277227>

Main, M., Kaplan, N., i Cassidy, J. (1985). Security in infancy, childhood, and adulthood: A move to the level of representation. W I. Bretherton i E. Waters (red.), *Growing points of attachment theory and research. Monographs of the Society for Research in Child Development*, 50(1–2), 66–104.

Main, M., i Solomon, J. (1990). Procedures for identifying infants as disorganized/disoriented during the Ainsworth Strange Situation. University of California at Berkeley.

Malouff, J. M., Thorsteinsson, E. B., Schutte, N. S., Bhullar, N., i Rooke, S. E. (2010). The Five-Factor Model of personality and relationship satisfaction of intimate partners: A meta-analysis. *Journal of Research in Personality*, 44(1), 124–127.
<https://doi.org/10.1016/j.jrp.2009.09.004>

Mandal, E. (2004). *Podmiotowe i interpersonalne konsekwencje stereotypów związanych z płcią*. Wydawnictwo Uniwersytetu Śląskiego.

- Mandal, E. (2008). *Psychologia różnic płciowych*. Wydawnictwo Naukowe PWN.
- Marshall, T. C., Bejanyan, K., i Ferenczi, N. (2013). Attachment styles and personal growth following romantic breakup: The mediating roles of self-compassion and self-esteem. *Journal of Social and Personal Relationships*, 30(2), 230–247.
- May, A. K., Norris, S. A., Richter, L. M., i Pitman, M. M. (2022). A psychometric evaluation of the Highly Sensitive Person Scale in ethnically and culturally heterogeneous South African samples. *Current Psychology: A Journal for Diverse Perspectives on Diverse Psychological Issues*, 41(7), 4760–4774. <https://doi.org/10.1007/s12144-020-00988-7>
- May, A. K., i Pitman, M. M. (2021). The association between sensory processing sensitivity, the five-factor model and university adjustment amongst South African university students. *Current Psychology*, 42(10), 7938–7952. <https://doi.org/10.1007/s12144-021-02035-5>
- McDaniel, B. T., i Coyne, S. M. (2016). "Technoference": The interference of technology in couple relationships and implications for women's personal and relational well-being. *Psychology of Popular Media Culture*, 5(1), 85–98. <https://doi.org/10.1037/ppm0000065>
- Mikulincer, M., i Shaver, P. R. (2016). *Attachment in adulthood: Structure, dynamics, and change* (wyd. 2). Guilford Press.
- Mónaco, E., De-la-Barrera, U. i Montoya-Castilla, I. (2022). Are emotional competencies mediators between attachment and relationship satisfaction in young couples? *Behavioral Psychology / Psicología Conductual*, 30(2), 429–447.

Montoya-Pérez, K. S., Ortega, J. I. M., Montes-Delgado, R., Padrós-Blázquez, F., de la Roca Chiapas, J. M., i Montoya-Pérez, R. (2019). Psychometric properties of the Highly Sensitive Person Scale in Mexican population. *Psychology Research and Behavior Management*, 12, 1081–1086. <https://doi.org/10.2147/PRBM.S224808>

Muthen, L., i Muthen, B. O. (2012). *Mplus user's guide* (7th ed.). Muthen & Muthen.

Myers, D. G. (1999). *Psychologia społeczna* (przeł. M. Trzebiatowska). Zysk i S-ka.

Nabila, V. i Gunawan, M. C. (2023). The relationship between the triangular theory of love by Sternberg and romantic relationship satisfaction in emerging adulthood. *European Journal of Psychological Research*, 10(1), 82–90.

Noftle, E. E., i Shaver, P. R. (2006). Attachment dimensions and the Big Five personality traits: Associations and comparative ability to predict relationship quality. *Journal of Research in Personality*, 40(2), 179–208. <https://doi.org/10.1016/j.jrp.2004.11.003>

Obuchowski, K. (2001). *Od przedmiotu do podmiotu* (wyd. 2). Akademia Bydgoska im. Kazimierza Wielkiego.

O'Meara, A., i South, S. C. (2019). Big Five personality domains and relationship satisfaction: Direct effects and correlated change over time. *Journal of Research in Personality*, 78, 138–149. <https://doi.org/10.1111/jopy.12468>

Oravec, Z., Dirsmith, J., Heshmati, S., Vandekerckhove, J., i Brick, T. R. (2020). Psychological well-being and personality traits are associated with experiencing love in everyday life. *Personality and Individual Differences*, 153, 109620. <https://doi.org/10.1016/j.paid.2019.109620>

- Patterson, J. M. (2002). Understanding family resilience. *Journal of Clinical Psychology*, 58(3), 234–246. <https://doi.org/10.1002/jclp.10019>
- Perlman, D. (2007). The best of times, the worst of times: The place of close relationships in psychology and our daily lives. *Canadian Psychology*, 48(1), 7–18. <https://doi.org/10.1037/cp2007003>
- Plopa, M. (2004). *Psychologia rodziny: Teoria i badania*. Wydawnictwo EUH-E.
- Plopa, M. (2006). *Więzi w małżeństwie i rodzinie. Metody badań*. Oficyna Wydawnicza „Impuls”.
- Plopa, M. (2014). Więzi małżeńskie i rodzinne w perspektywie teorii przywiązania. W I. Janicka i H. Liberska (red.), *Psychologia rodziny* (s. 141–166). Wydawnictwo Naukowe PWN.
- Plopa, M. (2008). *Kwestionariusz Stylów Przywiązania (KSP)*. Pracownia Testów Psychologicznych Polskiego Towarzystwa Psychologicznego.
- Plopa, M. i Lorecka, K. (2019). Style przywiązaniowe a jakość relacji w bliskich związkach. *Przegląd Psychologiczny*, 62(4), 551–564.
- Pluess, M., i Belsky, J. (2013). Vantage sensitivity: Individual differences in response to positive experiences. *Psychological Bulletin*, 139(4), 901–916.
- Polskie Towarzystwo Psychologiczne. (2018). *Kodeks etyczno-zawodowy psychologa*. Polskie Towarzystwo Psychologiczne. Pobrano z <https://www.ptp.org.pl/>

Proulx, C. M., Helms, H. M., i Buehler, C. (2007). Marital quality and personal well-being: A meta-analysis. *Journal of Marriage and Family*, 69, 576–593.

<https://doi.org/10.1111/j.1741-3737.2007.00393.x>

Randall, A. K. i Bodenmann, G. (2009). *The role of stress on close relationships and marital satisfaction*. *Clinical Psychology Review*, 29(2), 105-115.

<https://doi.org/10.1016/j.cpr.2008.10.004>

Reis, H. T. i Gable, S. L. (2015). *Responsiveness*. *Current Opinion in Psychology*, 1, 67–71. <https://doi.org/10.1016/j.copsyc.2015.01.001>

Rempel, J. K., Ross, M., i Holmes, J. G. (2001). Trust and communicated attributions in close relationships. *Journal of Personality and Social Psychology*, 81, 57–64.

Revelle, W. (2022). *psych: Procedures for psychological, psychometric, and personality research* (wersja 2.2.5) [oprogramowanie komputerowe]. Northwestern University. <https://CRAN.R-project.org/package=psych>

Richter, M., Schlegel, K., Thomas, P., i Troche, S. J. (2022). Adult attachment and personality as predictors of jealousy in romantic relationships. *Frontiers in Psychology*, 13, 861481. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2022.861481>

Robins, R. W., Caspi, A., i Moffitt, T. E. (2000). Two personalities, one relationship: Both partners' personality traits shape the quality of their relationship. *Journal of Personality and Social Psychology*, 79, 251–259.

Robins, R. W., Caspi, A., i Moffitt, T. E. (2002). It's not just who you're with, it's who you are: Personality and relationship functioning. *Journal of Personality and Social Psychology*, 83(6), 1313–1330.

Robles, T. F., Slatcher, R. B., Trombello, J. M., i McGinn, M. M. (2014). Marital quality and health: A meta-analytic review. *Psychological Bulletin*, 140(1), 140–187.

<https://doi.org/10.1037/a0031859>

Romanowicz, J. (2021). *Kultura a role rodzinne: Współczesne przemiany i wyzwania*. Wydawnictwo Uniwersytetu Jagiellońskiego.

Rostowska, T., i Rostowski, J. (2014). *Małżeństwo i miłość*. Difin.

Rostowska, T., (2009). Psychologia rodziny - małżeństwo i rodzina wobec współczesnych wyzwań. Difin

Rostowska, T., i Spryszyńska, M. (2014). Małżeństwo a funkcjonowanie rodziny. *Roczniki Pedagogiczne*, 6(42), 29–51.

Rostowski, J. (1987). *Zarys psychologii małżeństwa*. Państwowe Wydawnictwo Naukowe.

Rostowski, J. (2003). Style przywiązania a kształtowanie się związków interpersonalnych w rodzinie. W I. Janicka i T. Rostowska (red.), *Psychologia w służbie rodziny* (s. 19–31). Wydawnictwo Uniwersytetu Łódzkiego.

Rubin, Z. (1970). Measurement of romantic love. *Journal of Personality and Social Psychology*, 16(2), 265–273.

Rusbult, C. E. (1980). Commitment and satisfaction in romantic associations: A test of the investment model. *Journal of Experimental Social Psychology*, 16(2), 172–186.

[https://doi.org/10.1016/0022-1031\(80\)90007-4](https://doi.org/10.1016/0022-1031(80)90007-4)

Rusbult, C. E., Van Lange, P. A. M., Wildschut, T., Yovetich, N. A., i Verette, J. (2000). Perceived superiority in close relationships: Why it exists and persists. *Journal of Personality and Social Psychology*, 79, 521–545.

Ruscio, J., i Roche, B. (2012). Determining the number of factors to retain in an exploratory factor analysis using comparison data of a known factorial structure. *Psychological Assessment*, 24(2), 282–292. <https://doi.org/10.1037/a0025697>

Ryś, M. (1996). Jakość małżeństwa a komunikowanie się małżonków i sposoby rozwiązywania wzajemnych konfliktów. *Problemy Rodziny*, 36(5).

Ryś, M. (1994). Jakość i trwałość małżeństwa. Propozycja skali. *Problemy Rodziny*, 4, 19-24.

Ryś, M. (1999). Psychologia małżeństwa w zarysie. Centrum Metodyczne Pomocy Psychologiczno-Pedagogicznej.

Sabourin, S., Valois, P. i Lussier, Y. (2005). Development and validation of a brief version of the Dyadic Adjustment Scale with a nonparametric item analysis model. *Psychological Assessment*, 17(1), 15–27. <https://doi.org/10.1037/1040-3590.17.1.15>

Sayehmiri, K., Kareem, K. I., Abdi, K., Dalvand, S., i Gheshlagh, R. G. (2020). The relationship between personality traits and marital satisfaction: A systematic review and meta-analysis. *BMC Psychology*, 8, 15. <https://doi.org/10.1186/s40359-020-0383-z>

Sbarra, D. A., i Emery, R. E. (2005). The emotional sequelae of nonmarital relationship dissolution: Analysis of change and intraindividual variability over time. *Personal Relationships*, 12(2), 213–232.s

Sbarra, D. A. (2006). Predicting the onset of emotional recovery following nonmarital relationship dissolution: Survival analyses of sadness and anger. *Personality and Social Psychology Bulletin*, 32(3), 298–312. <https://doi.org/10.1177/0146167205280913>

Scharfe, E., i Bartholomew, K. (1994). Reliability and stability of adult attachment patterns. *Personal Relationships*, 1, 23–43.

Schmitt, D. P., Realo, A., Voracek, M., i Allik, J. (2008). Why can't a man be more like a woman? Sex differences in Big Five personality traits across 55 cultures. *Journal of Personality and Social Psychology*, 94(1), 168–182.

<https://doi.org/10.1037/0022-3514.94.1.168>

Schudlich, T. D. D. R., Stettler, N. M., Stouder, K. A. i Harrington, C. (2013). Adult romantic attachment and couple conflict behaviors: Intimacy as a multi-dimensional mediator. *Interpersona: An International Journal on Personal Relationships*, 7(1), 26–43.

<https://doi.org/10.5964/ijpr.v7i1.107>

Shaughnessy, J. J., Zechmeister, E. B., i Zechmeister, J. S. (2002). Metody badawcze w psychologii. GWP.

Shaver, P. R., Schachner, D. A. i Mikulincer, M. (2005). Attachment style, excessive reassurance seeking, relationship processes, and depression. *Personality and Social Psychology Bulletin*, 31(3), 343–359. <https://doi.org/10.1177/014616720427>

Slany, K. (2002). *Alternatywne formy życia małżeńsko-rodzinnego w ponowoczesnym świecie*. Nomos.

Slotter, E. B., Gardner, W. L., i Finkel, E. J. (2010). Who am I without you? The influence of romantic breakup on the self-concept. *Personality and Social Psychology Bulletin*, 36(2), 147–160.

Smolewska, K. A., McCabe, S. B., i Woody, E. Z. (2006). A psychometric evaluation of the Highly Sensitive Person Scale: The components of sensory-processing sensitivity and their relation to the BIS/BAS and Big Five. *Personality and Individual Differences*, 40(6), 1269–1279. <https://doi.org/10.1016/j.paid.2005.09.028>

Sokal, U. (2013) Obraz małżeństwa i przyszłej rodziny u młodych dorosłych. W: B. M. Kaja (red.). *Małżeństwo. Rodzina. Rozwód* (s. 54-77). Wydawnictwo Uniwersytetu Kazimierza Wielkiego

Sorokowska, A., Słowińska, A., Zbieg, A., i Sorokowski, P. (2014). Polska adaptacja testu Ten Item Personality Inventory (TIPI) – TIPI-PL – wersja standardowa i internetowa. *Instytut Psychologii Uniwersytetu Wrocławskiego*.

Sorokowski, P., Sorokowska, A., Karwowski, M., Groyecka, A., Aavik, T., Akello, G., Alm, C., Amjad, N., Anjum, A., Asao, K., Atama, C. S., Atamtürk Duyar, D., Ayebare, R., Batres, C., Bendixen, M., Bensafia, A., Bizumic, B., Boussena, M., Buss, D. M., ... Sternberg, R. J. (2021). *Universality of the Triangular Theory of Love: Adaptation and psychometric properties of the Triangular Love Scale in 25 countries*. *The Journal of Sex Research*, 58(1), 106–115. <https://doi.org/10.1080/00224499.2020.1787318>

Spanier, G. B. (1976). Measuring dyadic adjustment: New scales for assessing the quality of marriage and similar dyads. *Journal of Marriage and the Family*, 38(1), 15–28. <https://doi.org/10.2307/350547>

Spanier G.B., Lewis R.A. (1980), Marital quality: A review of the seventies. *Journal of the Marriage and the Family*, 38, 15–38.

Stankowska, M. (2023). „Świat nam się przewrócił do góry nogami”: Relacje kobiet po narodzinach dziecka. *Przegląd Socjologii Jakościowej*, 19(1), 40–59.

<https://doi.org/10.18778/1733-8069.19.1.03>

Sternberg, R. J. (1986). A triangular theory of love. *Psychological Review*, 93, 119–135.

Strelau, J. (1983). A regulative theory of temperament. *Australian Journal of Psychology*, 35(3), 305–317. <https://doi.org/10.1080/00049538308258746>

Strelau, J. (2006). *Psychologia różnic indywidualnych*. Wydawnictwo Naukowe Scholar.

Strelau, J. (2012). *Psychologia temperamentu*. Wydawnictwo Naukowe PWN.

Suwała-Barancewicz, D. (2016). *Jakość bliskich związków interpersonalnych: Znaczenie przywiązania i zależności w budowaniu trwałych relacji*. Wydawnictwo Uniwersytetu Kazimierza Wielkiego.

Suwała-Barancewicz, D., i Malina, A. (2017). Wzajemne przywiązanie partnerów i wsparcie a ich satysfakcja z życia na różnych etapach rozwoju rodziny. *Psychologia Rozwojowa*, 22, 55–69. <https://doi.org/10.4467/20843879PR.17.010.7042>

Szafraniec, K. (2011). *Młodzi 2011*. Kancelaria Prezesa Rady Ministrów

Thibaut, J. W., i Kelley, H. H. (1959). *The social psychology of groups*. Wiley.

Szczepański, J. (1973). *Elementarne pojęcia socjologii*. Państwowy Instytut Wydawniczy

Tillmann, T., El Matany, K., i Duttweiler, H. (2018). Measuring environmental sensitivity in educational contexts: A validation study with German-speaking students. *Journal of Educational and Developmental Psychology*, 8(2), 17–28.

<https://doi.org/10.5539/jedp.v8n2p17>

Toeplitz-Winiewska, M. (2002). Etyczne aspekty uprawiania zawodu psychologa. W: Strelau, J. (red.), *Psychologia Podręcznik akademicki t. 3* (s. 823–836).

GWP.

Tran, S., i Simpson, J. A. (2009). Pro-relationship maintenance behaviors: The joint roles of attachment and commitment. *Journal of Personality and Social Psychology*, 97(4), 685–698. <https://doi.org/10.1037/a0016418>

Tryjarska, B. (2010). Style przywiązania partnerów a tworzenie bliskich związków w dorosłości. W B. Tryjarska (red.), *Bliskość w rodzinie: Więzy w dzieciństwie a zaburzenia w dorosłości* (ss. 185–217). Wydawnictwo Naukowe Scholar.

Twenge, J. M., Campbell, W. K. i Foster, C. A. (2003). Parenthood and marital satisfaction: A meta-analytic review. *Journal of Marriage and Family*, 65(3), 574–583. <https://doi.org/10.1111/j.1741-3737.2003.00574.x>

Umberson, D., Williams, K., Powers, D. A., Liu, H. i Needham, B. (2006). You make me sick: Marital quality and health over the life course. *Journal of Health and Social Behavior*, 47(1), 1–16. <https://doi.org/10.1177/002214650604700101>

Velicer, W. F. (1976). Determining the number of components from the matrix of partial correlations. *Psychometrika*, 41, 321–327. <https://doi.org/10.1007/BF02293557>

Visser, L., Pat-El, R., Lataster, J., van Lankveld, J., i Jacobs, N. (2025). The relation between Big Five personality traits and relationship formation through matchmaking. *Psychology International*, 7(2), 52. <https://doi.org/10.3390/psycholint7020052>

Watson, D., Hubbard, B., i Wiese, D. (2000). General traits of personality and affectivity as predictors of satisfaction in intimate relationships: Evidence from self and partner ratings. *Journal of Personality*, 68, 413–449.

Whisman, M. A. (2001). The association between personality and relationship satisfaction: A review of the literature. *Personality and Social Psychology Review*, 5(2), 158–171.

Weisberg, Y. J., DeYoung, C. G., i Hirsh, J. B. (2011). Gender differences in personality across the Ten Aspects of the Big Five. *Frontiers in Psychology*, 2, 178. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2011.00178>

Wendołowska, A., Czyżowska N., i Czyżowska, D. (2022). The role of attachment and dyadic coping in shaping relational intimacy: Actor–partner interdependence model. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 19(23), 16211. <https://doi.org/10.3390/ijerph192316211>

Wojciechowska, L. (2017). Praktyczna wiedza o rozwoju życia rodzinnego. W J. Trempała (red.), *Psychologia rozwoju człowieka: podręcznik akademicki* (s. 395–406). Wydawnictwo Naukowe PWN.

Wojciszke, B. (1995). Mierzenie miłości – skale namiętności, intymności i zobowiązania. *Przegląd Psychologiczny*, 38, 215–234.

Wojciszke, B. (2002). *Kobiety i mężczyźni: Odmienne spojrzenia na różnice*. Gdańskie Wydawnictwo Psychologiczne.

Wojciszke, B. (2009). *Psychologia miłości*. Gdańskie Wydawnictwo Psychologiczne.

Wojciszke, B. (2015). *Psychologia społeczna*. Wydawnictwo Naukowe Scholar.

Wojciszke, B. (2002). From the first sight to the last drop: A six-stage model of the dynamics of love. *Polish Psychological Bulletin*, 33(1), 15–25.

Wrochna, M. (2018). Dobrowolność i zmienność relacji romantycznych. *Psychologia Relacji*, 10(3), 45–62.

Young, L. J., i Wang, Z. (2004). The neurobiology of pair bonding. *Nature Neuroscience*, 7(10), 1048–1054. <https://doi.org/10.1038/nn1327>

Zawadzki, B., Strelau, J., Szczepaniak, P., i Śliwińska, M. (1998). *Inwentarz Osobowości Paula T. Costy Jr i Roberta R. McCrea: Adaptacja polska*. Pracownia Testów Psychologicznych Polskiego Towarzystwa Psychologicznego.

Zhang, Y. i Liang, Y. (2023). The impact of education level on marital satisfaction: Evidence from China. *China Economic Review*, 78, 101930. <https://doi.org/10.1016/j.chieco.2023.101930>

Zielony-Koryczan, E. (2020). Kohabitacja: Zmiany w bliskich relacjach romantycznych. *Psychologia Wychowawcza*, 59(17), 129–139. <https://doi.org/10.5604/01.3001.0014.2655>

Zimbardo, P., i Gerrig, R. (2009). *Psychologia i życie*. Wydawnictwo Naukowe PWN.

Zorlular, M., i Uzer, T. (2022). Investigating the relationship between sensory processing sensitivity and relationship satisfaction: Mediating roles of negative affectivity and conflict resolution style. *Current Psychology*. <https://doi.org/10.1007/s12144-022-03795-6>

Spis tabel

Tabela 1. Współczynniki dopasowania modeli pomiarowych opisanych w literaturze

Tabela 2. Rotowane ładunki czynnikowe

Tabela 3. Korelacje między skalą HSPS oraz NEO-FFI

Tabela 4. Kategorie zmiennych uwzględnionych w modelu badawczym

Tabela 5. Rola poszczególnych zmiennych w modelu oraz zastosowane narzędzia badawcze

Tabela 6. Charakterystyka zmiennych ilościowych w próbie (N = 326)

Tabela 7. Charakterystyka socjodemograficzna próby (N = 326)

Tabela 8. Współczynniki rzetelności (α Cronbacha) w grupie kobiet

Tabela 9. Współczynniki rzetelności (α Cronbacha) w grupie mężczyzn

Tabela 10. Podstawowe statystyki opisowe wraz z wynikiem testu Kołmogorowa-Smirnowa dla zmiennych niezróżnicowanych wewnątrz diady

Tabela 11. Podstawowe statystyki opisowe wraz z wynikiem testu Kołmogorowa-Smirnowa dla kobiet

Tabela 12. Podstawowe statystyki opisowe wraz z wynikiem testu Kołmogorowa-Smirnowa dla mężczyzn

Tabela 13. Wyniki analizy korelacji r Pearsona i rho Spearmana pomiędzy zmiennymi w grupie kobiet

Tabela 14. Wyniki analizy korelacji r Pearsona i rho Spearmana pomiędzy zmiennymi w grupie mężczyzn

Tabela 15. Wyniki modelu współzależności aktora i partnera dla jakości związku jako zmiennej wynikowej a cech osobowości jako predyktorów

Tabela 16. Wyniki modelu dla jakości związku jako zmiennej wynikowej a stylów przywiązania jako predyktorów

Tabela 17. Wyniki modelu dla jakości związku jako zmiennej wynikowej a wrażliwością przetwarzania sensorycznego jako predyktorów

Tabela 18. Wyniki modelu dla jakości związku jako zmiennej wynikowej a dopasowanie cech osobowości jako predyktorów

Tabela 19. Wyniki modelu dla jakości związku jako zmiennej wynikowej a składnikami miłości jako predyktorów

Tabela 20. Wyniki testu ANOVA dla prób zależnych dla porównań składników miłości w zależności od stażu związku

Tabela 21. Statystyki opisowe dla efektów głównych i interakcji składników miłości w zależności od stażu związku

- Tabela 22.** Wyniki analizy moderacji w modelu APIM dla związku bezpiecznego stylu przywiązania z jakością związku oraz wrażliwością przetwarzania sensorycznego jako moderatorem
- Tabela 23.** Wyniki analizy moderacji w modelu APIM dla związku lękowo-ambiwalentnego stylu przywiązania z jakością związku oraz wrażliwością przetwarzania sensorycznego jako moderatorem
- Tabela 24.** Wyniki analizy moderacji w modelu APIM dla związku unikowego stylu przywiązania z jakością związku oraz wrażliwością przetwarzania sensorycznego jako moderatorem
- Tabela 25.** Wyniki mediacyjnego modelu APIM dla związku stylów przywiązania z jakością związku i intymnością jako mediatorem
- Tabela 26.** Współczynniki niestandardyzowane metody bootstrapowej dla efektów pośrednich intymności w relacji stylów przywiązania z jakością związku
- Tabela 27.** Specyficzne efekty bezpośrednie mediacyjnej roli intymności dla związku stylów przywiązania z jakością związku
- Tabela 28.** Wyniki analizy korelacji pomiędzy zmiennymi kontrolowanymi a zmiennymi głównymi
- Tabela 29.** Wyniki modelu dla jakości związku jako zmiennej wynikowej a zmiennych kontrolowanych jako predyktorów
- Tabela 30.** Weryfikacja hipotez badawczych H1a-H1j – cechy osobowości partnerów a jakość związku
- Tabela 31.** Weryfikacja hipotez badawczych H2a-H2f – style przywiązania partnerów a jakość związku
- Tabela 32.** Weryfikacja hipotez badawczych H3a-H3f – wrażliwość przetwarzania sensorycznego a jakość związku
- Tabela 33.** Weryfikacja hipotez badawczych H4a-H4j – dopasowanie partnerów w zakresie cech osobowości a jakość związku
- Tabela 34.** Weryfikacja hipotez badawczych H5a-H5f – składniki miłości a jakość związku
- Tabela 35.** Weryfikacja hipotez badawczych H6a-H6d – moderacyjna rola fazy związku w zależności między zmiennymi psychologicznymi a jakością związku
- Tabela 36.** Weryfikacja hipotez badawczych H7a-H7c – moderacyjna rola wrażliwości przetwarzania sensorycznego w zależności między stylami przywiązania a jakością związku
- Tabela 37.** Weryfikacja hipotezy badawczej H8 – mediacyjna rola intymności w zależności między stylami przywiązania a jakością związku

Spis rycin

Rycina 1. Zróźnicowanie dynamiki składników miłości w każdej fazie związku

Rycina 2. Empiryczne i symulowane wartości własne poszczególnych czynników w analizie równoległej

Rycina 3. Graficzna reprezentacja modelu pomiarowego wraz ze standaryzowanymi ładunkami czynnikowymi

Rycina 4. Model badawczy przedstawiający relacje bezpośrednie między predyktorami a jakością związku intymnego (H1–H5) oraz efekty moderacyjne fazy związku (H6a–H6d) i wrażliwości przetwarzania sensorycznego (H7)

Rycina 5. Model badawczy przedstawiający relację mediacyjną między stylami przywiązania, intymnością a jakością związku intymnego (H8).

Rycina 6. Wrażliwość przetwarzania sensorycznego mężczyzn jako moderator związku między bezpiecznym stylem przywiązania a jakością związku

Rycina 7. Wrażliwość przetwarzania sensorycznego mężczyzn jako moderator związku między lękowo-ambiwalentnym stylem przywiązania a jakością związku