

Maciej Adamski

*Uniwersytet Kardynała Stefana Wyszyńskiego*

*w Warszawie*

## **Miłość a satysfakcja małżeńska u par z krótkim i długim stażem małżeńskim**

### **Wprowadzenie**

Zainteresowanie badaczy małżeństwem obejmuje nie tylko aspekty psychologiczne i socjologiczne, lecz także demograficzne, etnologiczne, prawne, historyczne, czy pedagogiczne. Zainteresowanie tą tematyką wynika z tego, że małżeństwo jest trwałym związkiem kobiety i mężczyzny funkcjonującym w społeczeństwie, ale też warunkiem i kształtowaniem się małżeństwa jest wzajemna miłość kształtująca wzajemne relacje w związku.

Małżeństwo poddawane jest różnym badaniom. Socjologowie ujmują je jako związek, w którym realizowane są zasady partnerstwa, czy jako zespół osób realizujących role rodzinne (Kotarska-Michalska, 1993, s. 19). Badania demografów dotyczące małżeństwa obejmują problematykę związaną z prokreacją i zastępowalnością pokoleń. Badając średnią wieku ukazywana jest wskaźnik dojrzałości społecznej do wchodzenia w role małżeńskie, co jest wskaźnikiem procesu usamodzielniania się młodych ludzi. Etnolodzy badają obrzędowość i znaczenie małżeństwa w kulturze i obyczajach społeczeństwa. Natomiast badając historię instytucji małżeństwa docenia się znaczenie zmieniającej się obyczajowości, uwarunkowań społecznych towarzyszących decyzjom zawarcia związku, czy samym uroczystościom weselnym. Ważne jest także zmieniające się prawo, kwestie dotyczące pozycji społecznej i podejmowanych obowiązków.

Z psychologicznego punktu widzenia uwagę badaczy skupiają zagadnienia dotyczące dojrzałości osobowej do zawarcia małżeństwa, przebieg procesu rozwoju więzi interpersonalnych, podobieństwo cech osobowości i charakteru małżonków, ranga czynników sprzyjających szczęściu małżeńskiemu, motywy zawierania związku i ich wpływ na interakcje w małżeństwie (tamże).

Analizy psychologiczne dotyczące małżeństwa pozwalają na głębsze poznanie uwarunkowań powiązań między małżonkami. Przegląd literatury o tematyce małżeństwa dowodzi, że zainteresowanie tą kwestią wśród psychologów jest znaczące, a nawet w ostatnim czasie wzrasta.

Zastosowanie wielu podejść metodologicznych jest ciekawym rozwiązaniem i powodem, dla którego małżeństwo jest przedmiotem wielu badań.

Problematyką podjętą w ramach tego artykułu są zależności między miłością małżeńską a satysfakcją z małżeństwa u par z długim i krótkim stażem.

### **I. Teoretyczne wprowadzenie do badań własnych**

## 1. Pojęcie małżeństwa i miłości małżeńskiej

W większości encyklopedii znajdujemy ujęcie małżeństwa jako legalnego związku kobiety i mężczyzny, zawartego w sposób zgodny z obowiązującym prawem.

M. Braun-Galkowska związek małżeński określa jako związek zawarty między kobietą i mężczyzną, konstytuowany przez budowanie wspólnoty złożonej z wielu czynników, dążącej do wspólnego celu. Jest to dynamiczny system, w założeniu trwający całe życie (Braun – Galkowska, 1985)

Podstawą małżeństwa jest miłość, która jest rzeczywistością dynamiczną, podlegającą ciągłemu rozwojowi. Jakość miłości będzie zależeć od dojrzałości osobowej partnerów, a także od zdolności przezwycięzania samego siebie czy też wrażliwości na drugiego człowieka (Ryś, 1992). Miłość małżeńska jest więzią dwojga osób, która jest nie tylko bardzo głębokim uczuciem, ale postawą. Postawa ta ma bardzo duże znaczenie w budowaniu związku i jako fundament rozwija się i tworzy wspólnotę dwojga ludzi, nadając mu sens i wartość (tamże).

## 2. Trójczynnikowa koncepcja miłości R. Sternberga

Zjawisko miłości jest bardzo złożonym zjawiskiem. Powstały więc teorie, które pozwalają wyodrębnić prostsze składniki. Robert Sternberg stworzył trójczynnikową koncepcję miłości (Sternberg, 1996), którą określa jako miłość między mężczyzną i kobietą składającą się z trzech zasadniczych czynników: intymności, zwaną również w literaturze bliskością, namiętności (pasji) oraz zaangażowania (zwana też tu za B. Wojciszke, 2013 - zobowiązaniem).

Intymność to poczucie bliskości, wsparcia w bliskiej relacji (Sternberg, 1997, s. 315). Oznacza wzajemne zrozumienie, szacunek dla drugiej osoby, wzajemne dzielenie się przeżyciami. Według Sternberga, na tak pojmowaną intymność składają się: pragnienie dbania o dobro partnera, przeżywanie szczęścia w obecności partnera i z jego powodu, szacunek dla partnera, przekonanie, że można na niego liczyć w potrzebie, wzajemne zrozumienie, wzajemne dzielenie się przeżyciami i dobrami duchowymi i materialnymi, dawanie i otrzymywanie uczuciowego wsparcia, wymiana intymnych informacji, uważanie partnera za ważny element własnego życia (tamże).

Jednak jeżeli brak któregoś z powyższych uczuć czy zachowań w związku, to związek może być intymny. Zdaniem Wojciszke nie wszystkie te uczucia muszą być przeżywane (Wojciszke, 2013), a działania podejmowane, aby można było mówić o zaistnieniu intymności. Dla jej pojawienia się wystarczy dowolna konfiguracja wystarczająco dużej liczby tych składników (tamże, s. 11).

Następny czynnik – namiętność - w dużej mierze opiera się na pociągu fizycznym do drugiej osoby. Składa się zarówno z uczuć pozytywnych (radość, szczęście), jak i negatywnych emocji (zazdrość, ból). Wiąże się ona z dążeniem do zjednoczenia (również fizycznego) z ukochaną osobą (tamże). Warto

podkreślić, że namiętność nie jest samym tylko pożądaniem, gdyż zakłada także tęsknotę za ukochaną osobą, zaspokaja potrzebę dowartościowania, afiliacji. Dynamika namiętności (w przeciwieństwie do intymności) rośnie szybko, ale i szybko upada. Jednak spadek namiętności nie jest równoznaczny z końcem samej miłości.

Z kolei zaangażowanie, według Sternberga, można rozpatrywać z dwojakiej perspektywy: krótko i długoterminowej (Sternberg, 1997) W pierwszym przypadku o zaangażowaniu świadczy już samo podjęcie decyzji o związaniu się z daną osobą (oświadczyzny, ślub). W dłuższej perspektywie o zaangażowaniu świadczą wszelkie działania mające na celu utrzymanie relacji: świadome ukierunkowanie wysiłku i ponoszenie wyrzeczeń w celu budowania relacji (w tym rozwiązywanie problemów), dostosowywanie własnych działań do wspólnego dobra, wywiązywanie się z obowiązków (tamże, s. 318).

### **3. Koncepcja dobranego małżeństwa**

Twórcą koncepcji dobranego małżeństwa jest Jan Rostowski. Według autora dobrany związek małżeński to złożony stan z kilku wymiarów, tak samo jak jakość małżeństwa (Rostowski, 1987). Między koncepcją dobranego małżeństwa a jakości małżeńskiej zakładane jest istnienie zależności, na której mogą być rozmieszczone pary małżeńskie. Sam Rostowski definiuje dobrany związek małżeński jako swoisty proces, którego wyniki są określane przez odpowiedni stopień: miłości, więzi interpersonalnej, intymności, podobieństwa, pożycia seksualnego, stosunku do dzieci, typu motywów wyboru partnera do małżeństwa (tamże). Istnieje duże podobieństwo pomiędzy koncepcją dobrego związku małżeńskiego i jakości małżeństwa.

M. Płopa (2006) jakość małżeńską określa przez cztery wymiary: intymność, samorealizację, podobieństwo oraz rozczarowanie.

Czynnik intymności jest tu pojmowany jako wysoki poziom satysfakcji z bycia w bliskiej relacji z partnerem, a charakteryzuje go potrzeba tworzenia relacji otwartej, polegającej na zaufaniu, bliskości i szczerości. Miłość jest głównym elementem łączącym małżonków, którzy czują się mocno ze sobą związani. Z odczuwaniem satysfakcji jest silnie związana samorealizacja, co pozwala na spełnianie własnych zadań życiowych, realizowanie siebie i budowanie swojego systemu wartości. Czynniki podobieństwa dotyczy zgodności partnerów w zakresie wspólnie podejmowanych decyzji, jak i realizacji celów małżeńskich. Ważne są także poglądy partnerów w różnych obszarach życia w związku, np. dotyczące spędzania wolnego czasu, czy kwestii wychowania dzieci. Z kolei ostatni czynnik, czyli rozczarowanie stanowi o poczuciu porażki życiowej, wynikającej z zawarcia związku małżeńskiego. Rozczarowanie jest silnie powiązane ze zmniejszonym poczuciem odpowiedzialności za związek i w związku z tym pojawiających się myśli o rozstaniu z partnerem, rozwodzie i podjęciem nowego życia samemu (tamże).

## **II. Badania własne**

## 1. Problematyka badań

Głównym problemem badawczym była analiza związków zachodzących pomiędzy intymnością, namiętnością i zobowiązaniem, a satysfakcją małżeńską u par z krótkim i długim stażem małżeńskim. Przystępując do badań przyjęto hipotezę, że istnieje zależność między satysfakcją małżeńską a wyodrębnionymi składowymi miłości, że występują różnice pomiędzy czynnikami u par w krótkim i długim stażu małżeńskim. Powyższy problem wymagał odpowiedzi na następujące pytania badawcze: Jaki jest stopień dobranego małżeństwa w krótkim i długim stażu małżeńskim? Jak jest zaangażowanie małżonków? Jak kształtuje się intymność i namiętność w małżeństwach z krótkim i długim stażem?

## 2. Zastosowane metody i grupa badawcza

Do pomiaru satysfakcji małżeńskiej wykorzystano Kwestionariusz Dobranego Małżeństwa opracowany przez M. Plopę i J. Rostowskiego (Plopa, 2006). Składa się on z 32 twierdzeń i bada poziom satysfakcji małżeńskiej w czterech szczegółowych wymiarach: intymność – potrzeba budowania relacji charakteryzująca się otwarciem, zaufaniem, bliskością oraz szczerością; samorealizacja – satysfakcja wynika z możliwości bycia tym, kim jednostka chciałaby być; podobieństwo – zgodność partnerów odnośnie realizacji ważnych celów małżeńskich; rozczarowanie – dotyczy sytuacji poczucia porażki życiowej wynikającej z faktu zawarcia związku. Wszystkie wymiary zsumowane dają wynik ogólny – odzwierciedlając ogólny poziom satysfakcji małżeńskiej. Badana osoba, udzielając odpowiedzi na pytania, ma za zadanie zakreślić jedną z pięciu odpowiedzi na skali od A do E, gdzie kolejne litery oznaczają: A – całkowicie się zgadzam; B - zgadzam się; C – nie mam zdania; D – nie zgadzam się; E – całkowicie się nie zgadzam.

Wyniki uzyskane przez badanych mieszczą się w granicach 32 - 162 punktów.

Do pomiaru poziomu namiętności, intymności i zaangażowania wykorzystano kwestionariusz skonstruowany na podstawie koncepcji Sternberga (za: Wojciszke, 2013, s. 20-21). Kwestionariusz do pomiaru składowych miłości składa się z 36 stwierdzeń, gdzie po 12 przypada na każdy z czynników miłości Sternberga (intymność, zaangażowanie i namiętność). Wypełniający kwestionariusz ustosunkowuje się do każdego stwierdzenia na skali 7-punktowej, gdzie 1 oznacza „zdecydowanie się nie zgadzam” a 7 „zdecydowanie się zgadzam”. Wyniki uzyskane w każdej ze skal mieszczą się w przedziale od 12 do 84.

Grupę badawczą stanowiło 30 małżeństw z dwóch grup różniących się stażem. Średnia arytmetyczna stażu krótkiego stażu związku małżeńskiego wyniosła 3 i pół roku, a długiego 28 i pół. Średnia wieku u mężczyzn w krótkim stażu wyniosła 32 lata, w długim 53, a kobiet kolejno 30 i 51 lat. Udział w badaniu był dobrowolny i anonimowy.

### 3. Uzyskane wyniki

Poniżej przedstawiono statystykę wartości testu U Manna Whitneya. Z badań wynika, że średnia ranga jest wyższa w skalach namiętności, intymności i podobieństwa u par z krótkim stażem. Na tej podstawie można wysnuć przypuszczenie, iż te czynniki mają większe znaczenie w związku z krótkim stażem. Różnice te są one istotne statystycznie i wynoszą kolejno: w przypadku namiętności  $U=221,5$ ;  $p<0,05$ , podobieństwa  $U=316,5$ ;  $p<0,05$ , natomiast intymności istotność jest nieco ponad 0,05 przy  $U=319$ . Różnice między grupami z krótki i z długim stażem w skalach zaangażowanie, intymność DM, rozczarowanie i samorealizacja okazały się nieistotne statystycznie.

Tabela 1: Wyniki testu U Manna Whitneya

	Namiętność	Intymność	Zaangażowanie	DM_Intymność	Rozczarowanie	Samorealizacja	Podobieństwo
U Manna-Whitneya	221,500	319,000	392,000	368,500	357,500	426,00	316,500
W Wilcoxon	685,500	784,000	857,000	833,500	822,500	891,000	781,500
Z	-3,381	-1,939	-0,858	-1,210	-1,373	-0,356	-1,991
Istotność asymptotyczna (dwustrona)	0,001	0,052	0,391	0,226	0,170	0,722	0,046

Następnie zbadano korelacje pomiędzy czynnikami miłości i satysfakcji małżeńskiej u par o krótkim stażu. Wyniki przedstawiono w tabeli 2. W analizie statystycznej danych wykorzystano współczynnik korelacji Pearsona. Poniżej przedstawiono wyniki uzyskanych analiz zależności pomiędzy składowymi miłości (namiętnością, intymnością i zaangażowaniem) oraz składowymi dobranego małżeństwa (także intymności, samorealizacji i podobieństwa oraz rozczarowania).

Tabela 2: Korelacje między czynnikami miłości i składowymi dobranego małżeństwa – wyniki badań małżeństw o krótkim stażu

	Namiętność	Intymność	Zaangażowanie	DM_Intymność	Rozczarowanie	Samorealizacja	Podobieństwo
Namiętność	1						
Intymność	0,09	1					
Zaangażowanie	0,22	0,03	1				
DM_Intymność	0,20	0,56**	0,27	1			
Rozczarowanie	-0,17	-0,38*	0,17	-0,23	1		
Samorealizacja	0,14	0,34	0,15	0,53**	-0,34	1	
Podobieństwo	0,15	0,57**	-0,01	0,84**	-0,35	0,36	1

\*\* Korelacja istotna na poziomie 0.01 (dwustronnie), \* Korelacja istotna na poziomie 0.05 (dwustronnie)

Jak wynika z tabeli nr 2 uzyskano istotną, bardzo słabą pozytywną korelację między namiętnością a intymnością ( $r=0,09$ ); namiętnością i intymnością w Skali Dobranego Małżeństwa, gdzie występuje

istotna słaba korelacja ( $r=0,2$ ), a także samorealizacją ( $r=0,14$ ) i podobieństwem ( $r=0,15$ ). Korelacja namiętności z rozczarowaniem jest słabą ujemną korelacją i wynosi  $r=-0,17$ .

Między intymnością miłości a intymnością określoną dzięki Skali Dobranego Małżeństwa uzyskano istotną, silną korelację, która wyniosła  $r=0,56$ . Uzyskany wynik pokazał, że im większa intymność miłości, tym większa deklarowana intymność w Skali Dobranego Małżeństwa. Uzyskano korelację istotnie silną, wynoszącą  $r=0,57$  intymności oraz podobieństwa. Uzyskano także istotną, ale bardzo słabą korelację intymności z zaangażowaniem ( $r=0,27$ ). Istotny, umiarkowany negatywny związek uzyskano między intymnością a rozczarowaniem ( $r=-0,37$ ). Uzyskany wynik pokazał, że im większa intymność, tym mniejsze deklarowane rozczarowanie.

Uzyskano istotną, bardzo słabą negatywną korelację między intymnością w Skali Dobranego Małżeństwa a rozczarowaniem ( $r=-0,23$ ). Dany rezultat ujawnił więc, że im wyższa intymność w związku, tym mniejsze rozczarowanie. Pomiedzy intymnością a podobieństwem uzyskano istotną, silną korelację ( $r=0,84$ ). Natomiast korelacja między intymnością DM a samorealizacją wynosi  $r=0,53$ , dając istotną silną zależność.

Między rozczarowaniem a samorealizacją uzyskano istotnie umiarkowaną ujemną korelację ( $r=-0,34$ ), a korelacja rozczarowania z podobieństwem wskazuje na istotny umiarkowany ujemny związek ( $r=-0,35$ ). Samorealizacja natomiast istotnie, umiarkowanie pozytywnie koreluje z podobieństwem ( $r=0,36$ ).

W następnej kolejności zbadano korelacje pomiędzy czynnikami miłości a satysfakcji małżeńskiej u par o długim stażu. Wyniki przedstawiono w tabeli 3.

Tabela 3: Korelacje między czynnikami miłości i składowymi dobranego małżeństwa – wyniki badań małżeństw o długim stażu

	Namiętność	Intymność	Zaangażowanie	DM_Intymność	Rozczarowanie	Samorealizacja	Podobieństwo
Namiętność	1						
Intymność	0,75**	1					
Zaangażowanie	0,81**	0,71**	1				
DM_Intymność	0,64**	0,90**	0,58**	1			
Rozczarowanie	-0,46*	-0,75**	-0,39*	-0,74**	1		
Samorealizacja	0,52**	0,73**	0,53**	0,78*	-0,62**	1	
Podobieństwo	0,49**	0,71**	0,42*	0,84**	-0,65**	0,71**	1

\*\* Korelacja istotna na poziomie 0.01 (dwustronnie)

\* Korelacja istotna na poziomie 0.05 (dwustronnie)

Jak wynika z tabeli 3 uzyskano istotne, bardzo silne korelacje pomiędzy namiętnością a intymnością ( $r=0,75$ ) i zaangażowaniem ( $r=0,81$ ). Oznacza to, że im wyższe wyniki w skali namiętności, tym silniejsze doświadczenie intymności i zaangażowania w relacji małżeńskiej. Między namiętnością a intymnością Skali Dobranego Małżeństwa i samorealizacją uzyskano silnie pozytywną korelację (kolejno wyniki  $r=0,64$  i  $r=0,52$ ). Jeśli chodzi o korelację namiętności i rozczarowania, to wynik uzyskano istotny,

umiarkowanie negatywnie korelujący ( $r=-0,46$ ). Korelacja między intymnością a podobieństwem wynosi  $r=0,49$ . Jest to umiarkowana pozytywna korelacja.

Badając korelację intymności można zauważyć, że uzyskano istotnie bardzo silne korelacje z czynnikami zaangażowania ( $r=0,71$ ), intymności i dobranego małżeństwa ( $r=0,90$ ), samorealizacji ( $r=0,73$ ) i podobieństwa ( $r=0,71$ ). Korelacja intymności a rozczarowania jest istotnie bardzo silna, ujemna ( $r=-0,75$ ).

Korelacja pomiędzy zaangażowaniem a intymnością dobranego małżeństwa, samorealizacją i podobieństwem uzyskała wynik silnej korelacji i umiarkowanej dla podobieństwa (kolejno  $r=0,58$ ,  $r=0,53$  i  $r=0,42$ ). Natomiast umiarkowanie istotną, ale ujemną korelację uzyskano między zaangażowaniem a rozczarowaniem (wynik  $r=-0,39$ ).

Uzyskano istotny, bardzo silny negatywny związek między czynnikiem intymności dobranego małżeństwa a rozczarowaniem ( $r=-0,74$ ). Uzyskane rezultaty pokazały więc, że im większe nasilenie czynnika intymności, tym mniejsze deklarowane rozczarowanie małżonków. Korelacja między intymnością dobranego małżeństwa a samorealizacją i podobieństwem uzyskała istotny, bardzo silny wynik, dając kolejno wyniki:  $r=0,78$  i  $r=0,84$ .

Okazało się także, że korelacje rozczarowania z samorealizacją i podobieństwem uzyskały istotny, silny negatywny wynik ( $r=-0,62$  i  $r=-0,65$ ). Biorąc pod uwagę korelację samorealizacji i podobieństwa, uzyskano istotny, bardzo silny wynik ( $r=0,71$ ).

#### 4. Uzyskane rezultaty badań i dyskusja wyników

W niniejszym opracowaniu analizowano, czy istnieją zależności między wyodrębnionymi przez Sternberga składowymi miłości: namiętnością, intymnością i zaangażowaniem a czynnikami dobranego małżeństwa. Należy zwrócić uwagę, że badanie zostało przeprowadzone u dwóch grup, u małżeństw z krótkim stażem i u małżeństw z długim stażem małżeńskim, więc w dwóch szczególnych okresach trwania małżeństwa.

W tymże artykule dobrane małżeństwo charakteryzowano jako związek kobiety i mężczyzny, który cechuje swoisty proces, a którego wyniki są określane przez odpowiedni stopień: miłości, więzi interpersonalnej, intymności, podobieństwa, pożycia seksualnego, stosunku do dzieci, typu motywów wyboru partnera do małżeństwa. Według Mieczysława Płopy (2005) decydującymi czynnikami o satysfakcji wynikającej z małżeńskiej więzi są intymność, samorealizacja, podobieństwo i brak rozczarowania (por. także: Klimaszewska, 2013).

Do zbadania poziomu stanu dobranego małżeństwa został wykorzystany Kwestionariusz Dobranego Małżeństwa Płopy i Rostowskiego (Płopa 2006). Do pomiaru czynnika miłości wykorzystano kwestionariusz skonstruowany na podstawie koncepcji Sternberga przez Wojciszke (2013). Kwestionariusz bada pomiar takich składowych miłości jak namiętność, intymność i zaangażowanie).

Uzyskane wyniki potwierdzają hipotezę o tym, że istnieje pozytywna zależność między satysfakcją małżeńską a wyodrębnionymi składowymi miłości.

Przedstawione zależności pomiędzy miłością (ujmowaną jako namiętność, intymność i zaangażowanie) a satysfakcją małżeńską (ujmowaną jako intymność, rozczarowanie, samorealizacja i podobieństwo) potwierdziły hipotezę, że te zależności istnieją. Badania wskazują także, że małżeństwa par z krótkim i długim stażem różnią się od siebie.

Uzyskane korelacje wykazały, że bardzo istotna w młodym małżeństwie jest intymność, w uzyskaniu której istotne jest podobieństwo pomiędzy małżonkami. Korelacje intymności w miłości i intymności w ramach dobranego małżeństwa są istotnie silne. Istotny, umiarkowany negatywny związek uzyskano między intymnością a rozczarowaniem, co wskazuje, że im większa intymność, tym mniejsze deklarowane rozczarowanie małżonków.

Natomiast korelacje u par z długim stażem wskazują na zależności intymności i zaangażowania oraz intymności i samorealizacji, a także podobieństwa. Z badań wynika także ujemna zależność intymności dobranego małżeństwa i rozczarowania - im większe nasilenie intymności, tym mniejsze deklarowane rozczarowanie przez małżonków.

Wyniki pokazały też, że płeć nie różnicuje uzyskanych rezultatów.

Barbara Jankowiak (2007), przeprowadzając analizy wyników swoich badań uzyskała między innymi wyniki sugerujące, że wiek i poziom wykształcenia zasadniczo nie wpływają na odczuwanie satysfakcji z małżeństwa.

Jolanta Klimaszewska (2013) w swojej pracy pisze, że poczucie intymności zależy od stażu małżeńskiego. Jak pokazują analizowane w tym artykule badania, poziom intymności u par z krótkim stażem małżeńskim jest wyraźnie niższy niż u par małżeńskich z długim stażem. Taka tendencja daje przypuszczenie, że młode pary małżeńskie napotykają trudności na początku małżeństwa w związku

z nowym podziałem zadań i ról, gdzie w małżeństwach z długim stażem ten podział jest przydzielony i role są ustabilizowane.

Intymność skali miłości koreluje także z intymnością w skali dobranego małżeństwa, samorealizacją i podobieństwem u par z krótkim stażem małżeńskim. Jednak dużo wyższe wyniki uzyskano w badaniu intymności u par z długim stażem małżeńskim. Intymność jest istotnym czynnikiem wzrostu zaangażowania, samorealizacji i podobieństwa.

Wyniki te wskazują na istotną rolę intymności w budowaniu relacji w małżeństwie, w odczuwaniu szczęścia i spełnienia. Szczególnie ważnym czynnikiem wiążącym małżonków są ich relacje seksualne (Kuczyńska, 1998, s. 89-90). Także David Buss twierdzi, że satysfakcja z intymnego pożycia ściśle wiąże się ze szczęściem w małżeństwie (za: Komorowska-Pudło, 2014).

Podobieństwo małżonków wynika z ich podobnych poglądów dotyczących rozwoju małżeństwa, spędzania wolnego czasu, planów rodzinnych, kultywowania tradycji rodzinnych oraz sposobu wychowania dzieci. Osiągnięcie określonego poziomu podobieństwa daje poczucie zadowolenia w związku u obojga partnerów. Jednakże nie oznacza to, że im wyższe podobieństwo, tym wyższe poczucie zadowolenia (Klimaszewska, 2013). Wyższy poziom podobieństwa jest wynikiem wzrostu przede wszystkim intymności małżonków, zarówno o krótkim, jak i długim stażu małżeńskim - im wyższa



intymność, tym także wyższe odczuwalne podobieństwo między małżonkami niezależnie od stażu małżeńskiego.

Samorealizacja jest kolejną cechą dobranego małżeństwa, która decyduje o poziomie zadowolenia z małżeństwa i jest wyznacznikiem indywidualnego rozwoju każdego z partnerów, a w dalszej mierze spełnieniem marzeń (tamże). Analizy wykazały, że samorealizacja obydwójga małżonków wpływa pozytywnie na ich pozycje i relacje między małżonkami.

Przeprowadzone badania wskazują, iż wyższy poziom rozczarowania u par z krótkim i długim stażem koreluje z niskim poziomem samorealizacji i podobieństwa. Podobne wyniki przeprowadzonych już badań przez Klimaszewską (2013) pokazały, że im więcej składowych jakości związku osiąga niższe oceny, tym większe staje się rozczarowanie małżonka związkiem. Rozczarowanie wiąże się też bezpośrednio z niskim poziomem intymności w małżeństwie. Z badania wynika, że wyższy poziom rozczarowania współwystępuje z odczuwalną małą intymnością zarówno u par małżeńskich z długim i krótkim stażem.

Badania D.R. Johnsona, T. O. Amyloza i A. Bootha ukazały, że jakość małżeństwa w czasie trwania związku jest zjawiskiem stabilnym (za: Jankowiak, 2007). Wyniki badań analizowanych w tym artykule dotyczące porównania jakości małżeństwa u par z krótkim i długim stażem wskazują na tendencję wzrostu odczuwalnej jakości małżeństwa. Wyniki u par z długim stażem małżeńskim były dużo wyższe niż u par z krótkim stażem.

Podsumowując - warto raz jeszcze podkreślić bardzo duże znaczenie dla satysfakcji z życia małżeńskiego u par z krótkim i długim stażem małżeńskim wysokiego poziomu intymności. Badania wskazują także, że wraz z długością stażu poziom poczucie dobranego małżeństwa i satysfakcji ze związku wzrasta. Także wraz z czasem trwania związku wzrasta podobieństwo i miłość między małżonkami.

### **Bibliografia:**

- Braun-Galkowska M., (1985), *Miłość aktywna. Psychologiczne uwarunkowania powodzenia w małżeństwie*, wyd. 2, Warszawa: Instytut Wydawniczy Pax.
- Janicka I., Niebrzydowski L., (1994), *Psychologia małżeństwa*, Łódź: Wydawnictwo Uniwersytetu Łódzkiego.
- Jankowiak B., (2007), *Problematyka jakości i trwałości relacji partnerskich w teorii i badaniach*, przegląd Terapeutyczny, nr 3.
- Juroszek W., Haberla O., Kubeczko W., (2012), *Zależności między stylami przywiązania a intymnością, namiętnością i zaangażowaniem u narzeczonych*, Kwartalnik Naukowy Fides et Ratio, nr 2(10), s. 89-101.
- Klimaszewska J., (2013), *Satysfakcja małżeńska i jej uwarunkowania na podstawie wybranych analiz badawczych*, [www.psychologia.net.pl/artukul.php?level=696](http://www.psychologia.net.pl/artukul.php?level=696), w dniu 02.12.2015
- Komorowska-Pudło M., (2014), *Satysfakcja seksualna małżonków a jakość ich relacji w innych sferach funkcjonowania związku*, Kwartalnik Naukowy Fides et Ratio, nr 4(20), s. 164-195.
- Kotarska-Michalska A., (1993), *Małżeństwo jako przedmiot badań socjologicznych*, Roczniki Socjologii Rodziny, tom V.
- Plopa, M., (2005), *Więzi w małżeństwie i rodzinie. Metody badań*, Kraków Oficyna Wydawnicza Impuls.

Rostowski J., (1987), *Zarys psychologii małżeństwa*, Warszawa; PWN.

Ryś M., (1992), *Psychologia małżeństwa w zarysie*, Warszawa: Centrum Pomocy Psychologiczno-Pedagogicznej.

Sternberg, R. (1986). *A triangular theory of love*. Psychological Review, 93, s. 119-135.

Sternberg, R. (1997). *Construct validation of a triangular love scale*. European Journal of Social Psychology, 27, s. 313-335.

Wojciszke B. (2013). *Psychologia miłości*. Gdańsk: Gdańskie Wydawnictwo Psychologiczne.