

CECHY TEMPERAMENTALNE A SATYSFAKCJA ZE ZWIĄZKU

Izabella Rawicka, Teresa Rzepa

SWPS Uniwersytet Humanistycznospołeczny, Wydział Zamiejscowy w Poznaniu
SWPS University of Social Sciences and Humanities in Poznan

TEMPERAMENT TRAITS AND SATISFACTION WITH THE RELATIONSHIP

Summary. The aim of the study was to examine correlations between temperament traits and satisfaction with the relationship. Furthermore, it was investigated whether gender and relationship's type therefore differentiate felt satisfaction. Research, using correlational model, were performed on 38 heterosexual couples ($N = 76$), running common household and remaining in formal or informal relationships from 2 to 11 years. The conceptual base of the study was the Regulative Theory of Temperament, by Jan Strelau.

It was found that majority of the respondents felt great satisfaction with the close relationship. Contrary to the assumptions, the satisfaction levels did not correlate neither gender, nor the type of the relationship. The hypothesis about the correlations between satisfaction with the relationship and temperament traits (especially in the dimension of activity) and similarity of temperament traits in the investigated couples, was partially confirmed.

Key words: temperament, satisfaction with the relationship, type of relationship

Wprowadzenie

Inni ludzie są nam niezbędni do zaspokajania różnych potrzeb, zwłaszcza – potrzeby przynależności i miłości. W tym celu nawiązujemy bliskie relacje i zastanawiamy się nad tym, czy będziemy szczęśliwi z wybraną osobą. Rzeczywistość pokazuje, że takie pytania są zasadne. Z corocznych raportów Rządowej Rady Ludnościowej o Sytuacji Demograficznej Polski (*Sytuacja...*, 2011) wynika, iż granica wieku zawierania małżeństw przesunęła się z 20-24 na 25-29 lat, a równocześnie spadła długość ich trwania. Ponad 20% małżeństw rozwodzi się po 5-9 latach wspólnego życia. Jednym z najczęstszych powodów rozstania jest niezgodność charakterów. Przykładowo, w 2012 roku ponad 26% rozwodzących się par wskazało na tę przyczynę zakończenia związku (Główny Urząd Statystyczny, 2013). Dlatego tak ważnym aspektem funkcjonowania w bliskiej relacji jest dopasowanie partnerów

Adres do korespondencji: Teresa Rzepa, e-mail, trz@data.pl

pod względem typu temperamentu, cech osobowości, postaw życiowych czy uznawanych wartości. Ta konstatacja stanowi punkt wyjścia do analizy roli cech temperamentalnych u osób pozostających w bliskich relacjach, w kontekście ich satysfakcji ze związku.

Regulacyjna Teoria Temperamentu (RTT) uznaje temperament za konstrukt teoretyczny i przypisuje mu status biologicznie zdeterminowanej i zgeneralizowanej tendencji do określonych zachowań (Strelau, 1995, 2002, 2006). Cechy temperamentu odpowiadają za formalne aspekty zachowania i są opisywane przez wielkość, siłę, intensywność, szybkość reakcji i czas jej trwania (Ledzińska, Zajenkowski, Stolarski, 2013). Do najważniejszych cech temperamentu zalicza się (Strelau, 1985, 1995, 2006; Zawadzki, Strelau, 1995):

- reaktywność emocjonalną (RE) – tendencję do intensywnego reagowania na bodźce emotogenne, wyrażającą się w dużej wrażliwości i niskiej odporności emocjonalnej;
- aktywność (AK) – tendencję do podejmowania zachowań o dużej wartości stymulującej;
- wrażliwość sensoryczną (WS) – zdolność do reagowania na bodźce zmysłowe;
- wytrzymałość (WT) – zdolność do adekwatnego działania w warunkach silnie stymulujących lub długotrwałych;
- żwawość (ŻW) – tendencję do szybkiego i wydajnego działania, utrzymywania wysokiego tempa aktywności i do łatwego przechodzenia z jednego zachowania na inne, odpowiednio do zmian w otoczeniu;
- persewerację (PE) – skłonność do kontynuowania i powtarzania określonego zachowania po zaprzestaniu działania bodźca, który to zachowanie wywołał.

Ludzie różnią się intensywnością reakcji na bodźce wywołujące emocje (RE), a podejmując różne formy aktywności, regulują indywidualne zapotrzebowanie na stymulację (AK). Ponadto są bardziej lub mniej odporni na trudy i niewygody życia (WT) oraz na odbieranie bodźców zmysłowych (WS), a ponadto reagują szybko i łatwo na zmiany w otoczeniu (ŻW) bądź też wykazują tendencję do powtarzania i utrzymywania reakcji (PE) (Ledzińska, Zajenkowski, Stolarski, 2013). RTT traktuje zatem temperament jako jeden z mechanizmów regulujących również relacje społeczne (Strelau, 1995), wśród których najbardziej brzemiennie w skutki są związki małżeńskie/partnerskie.

Skoro temperament wyznacza i reguluje poziom aktywacji, to stanowi jeden z osiowych czynników warunkujących adaptację człowieka do wymagań otoczenia, w tym do oczekiwań ze strony partnera/małżonka (Zawadzki, 2001). Interesujące wyniki przyniosły badania Mieczysława Płopy (2011) dotyczące motywów zawarcia związku małżeńskiego przez osoby rozwodzące się i pozostające w trwałych związkach. Żony z trwałych związków wskazywały na charakter i temperament mężów jak na jeden z kluczowych powodów wyboru partnera. Ten motyw miał zdecydowanie mniejsze znaczenie dla małżonków rozwodzących się, co potwierdza tezę, iż temperament można traktować jako jeden z psychologicznych wyznaczników trwałości związku (Strelau, 2002; Kulesza-Jaworska, 2008).

Wspierające i pełne zaangażowania związki zwiększają szanse partnerów/małżonków na fizyczny i psychiczny dobrostan, na wspólne dobre życie (Czapiński, 2008; Diener, Biswas-Diener, 2010; Jabłońska, 2013), rozumiane albo jako przeżywanie szczęścia, albo jako doświadczanie satysfakcji ze związku (Trzebińska, 2008). Tę tezę potwierdzają badania przeprowadzone przez Davida G. Meyersa, ponieważ większość ludzi w odpowiedzi na pytanie: „Co nadaje sens twojemu życiu?“, wymieniła satysfakcjonujące związki z rodziną, przyjaciółmi lub partnerami erotycznymi (Berscheid, 1985, za: Czapiński, 2008). Bliski związek pozwala bowiem zaspokoić takie potrzeby, jak dawanie i otrzymywanie wsparcia emocjonalnego i materialnego, wzajemne zrozumienie, miłość, czerpanie przyjemności z przebywania z ukochaną osobą, możliwość dzielenia radości, trosk i zobowiązań życiowych (Czapiński, 2008). Stopień tego zaspokojenia decyduje o satysfakcji z bliskiego związku i wpływa na ocenę jego jakości. Podkreśla się, że satysfakcja ze związku zależy od zgodności między postępowaniem partnera a własnymi oczekiwaniami (Płopa, 2006; Juczyński, 2012). Czynniki, które warunkują tę satysfakcję, pozostają w ścisłej zależności z afektywnym charakterem wzajemnych interakcji, tj. są zakotwiczone w sposobach reagowania na różne sytuacje życiowe, zwłaszcza wymagające udzielania pomocy, rozwiązywania problemów i przewycięzania trudności (Rostowska, 2009).

Bogdan Wojciszke (2012) wskazał na sześć faz rozwoju miłości, które pozwalają przewidywać poziom satysfakcji z bliskiego związku. Początkowo satysfakcja rośnie (zakochanie), następnie przez trzy kolejne etapy (romantyczne początki, związek kompletny i miłość przyjacielska) utrzymuje się na stałym i wysokim poziomie, by w fazie związku pustego i rozpadu spaść znacznie niżej niż początkowa wartość (Wojciszke, 2009). Dlatego w projekcie badawczym uwzględniono pary, których staż w związku mieścił się w przedziale od 2 lat (średni czas trwania romantycznych początków) do lat 11 (średni czas trwania miłości przyjacielskiej).

Badania nad tym, jakie cechy partnerów pozwalają przewidzieć sukces w bliskim związku, trwają od wielu lat, lecz ciągle nie przynoszą jednoznacznych wyników. Brakuje nawet dowodów na – wydawałoby się prostą do ustalenia – zależność, czy czynnik płci wpływa na poziom satysfakcji ze związku (Płopa, 2011). Ogólnie wskazuje się na to, że satysfakcja wiąże się z problematyką ról płciowych, intymności, równości czy władzy (Rostowski, 2003; Płopa, 2011). Niektóre analizy potwierdzają pozytywny wpływ podobieństwa cech osobowości partnerów na satysfakcję ze związku, a inne im przeczą (Małus, 2011). Wszak nawet w świadomości społecznej współlistnieją przeciwstawne przekonania na ten temat: niektórzy twierdzą, że „przeciwności się przyciągają”; inni zaś, że „ciągnie swój do swego” (Aronson, Wilson, Akert, Lilienfeld i in., 2011; Wojciszke, 2012; Rostowski, Rostowska, 2014). Z większym uznaniem spotyka się jednak teoria podobieństwa (niż komplementarności) oparta na przekonaniu, iż osoby podobne do siebie tworzą bardziej stałe i szczęśliwe związki (Rostowski, 1987; Płopa, 2011; Rostowski, Rostowska, 2014), chociaż badacze podkreślają, że istotny jest przede wszystkim zakres poten-

cialnej zgodności. Przykładowo wskazuje się też, że serdeczność jako podskala ekstrawersji jest predykatorem satysfakcji z małżeństwa (Rostowski, Rostowska, 2014) oraz że ludzie o skłonnościach neurotycznych, którzy ujawniają więcej negatywnych zachowań, są mniej szczęśliwi w bliskich związkach i „zarażają” tym swego partnera, co obniża również jego satysfakcję małżeńską (Caughlin i in., 2000, za: Wojciszke, 2012). Rostowski i Rostowska (2014) wykazali natomiast, że większe znaczenie ma tu odpowiednio niski poziom neurotyzmu u kobiet oraz że partnerzy w związkach dobranych są w większym stopniu introwertywni, a w niedobrych – ekstrawertywni. Zaś Kulesza-Jaworska (2008) ustaliła, że męską satysfakcję ze związku w aspekcie odczuwanej intymności i pożycia seksualnego w negatywny sposób determinuje kobieca ekstrawersja, a w dodatni – kobieca wytrzymałość jako cecha temperamentu oraz że reaktywność emocjonalna partnerów pozytywnie wpływa na wysoki poziom satysfakcji doświadczanej przez kobiety.

Jak wspomniano, z danych statystycznych (*Sytuacja...*, 2011; Główny Urząd Statystyczny, 2013) wynika, że instytucja małżeństwa przeżywa obecnie kryzys oraz że umacnia się tendencja do wyboru alternatywnych form bycia razem (Kwak, 2005). Jednocześnie młodzi Polacy nadal postrzegają związek małżeński jako bardziej atrakcyjną formę bycia razem niż związek partnerski (Płopa, 2010). Małżeństwo preferuje 68% osób stanu wolnego, do których przemawiają następujące jego atrybuty: większe poczucie bezpieczeństwa, stabilizacji i więzi emocjonalnej, współodpowiedzialność za trwanie związku oraz wzajemne zaufanie. Postanowiono wobec tego sprawdzić, czy osoby pozostające w związku małżeńskim odczuwają większą satysfakcję z bliskiej relacji niż pozostające w związku partnerskim.

Założenia i metody badawcze

Na podstawie Regulacyjnej Teorii Temperamentu (Strelau, 1985, 1995, 2006) oraz analizy wyników badań na temat satysfakcji z bliskiego związku (Zawadzki, 2001; Kwak, 2005; Płopa, 2006, 2010; Czapiński, 2008; Rostowska, 2009; Wojciszke, 2009, 2011, 2012) sformułowano następujące hipotezy:

1. Cechy temperamentalne osób pozostających w bliskich związkach wykazują zależność z poziomem satysfakcji ze związku.
2. Cechy temperamentalne osób pozostających w bliskich związkach wykazują zależność z poziomem satysfakcji ze związku odczuwanej przez ich partnerów: im większe podobieństwo cech temperamentalnych, tym wyższy poziom satysfakcji ze związku.
3. Płeć łączy się z poziomem satysfakcji ze związku.
4. Osoby pozostające w związku małżeńskim odczuwają wyższy poziom satysfakcji ze związku niż osoby pozostające w związku partnerskim.

Badanie obejmowało pomiar zmiennej wyjaśnianej (satysfakcja ze związku) oraz zmiennych wyjaśniających, tj. cech temperamentalnych, płci i formy związku. W badaniu uwzględniono także zmienne kontrolowane i niemanipulowalne, tj.: staż

związku (od 2 do 11 lat) i wspólne zamieszkiwanie. Do pomiaru zmiennych zastosowano następujące narzędzia badawcze:

Kwestionariusz Temperamentu FCZ-KT (Zawadzki, Strelau, 1997; Zawadzki i in., 2003; Strelau, 2006) opierający się na RTT i złożony ze 120 pytań z dwukategorialnym formatem odpowiedzi. Pozycje kwestionariusza tworzą sześć skal odpowiadających poszczególnym cechom temperamentu: reaktywności emocjonalnej (RE), aktywności (AK), wrażliwości sensorycznej (WS), wytrzymałości (WT), żwawości (ŻW) i perseweratywności (PE). Narzędzie charakteryzują zadowalające właściwości psychometryczne, a jego rzetelność ustalana metodą *alfa* Cronbacha jest wysoka dla wszystkich skal (od 0,73 do 0,88) (Ledzińska, Zajenkowski, Stolarski, 2013).

Skala Satysfakcji z Życia (Diener i in., 1985; Juczyński, 2012) złożona z pięciu stwierdzeń składających się na ogólny wskaźnik satysfakcji życiowej. W badaniu zastosowano zmodyfikowaną wersję SWLS, tj. zamiast słowa „życie” wpisano „związek”. Odpowiedzi na pytania udzielano na siedmiostopniowej skali Likerta (od 1 – „zupełnie nie zgadzam się”; do 7 – „całkowicie zgadzam się”). Moc dyskryminacyjna wszystkich twierdzeń jest zadowalająca; na wysokim poziomie kształtuje się wskaźnik rzetelności *alfa* Cronbacha (0,81).

Badanie przeprowadzono od października 2014 do stycznia 2015 roku. W badaniu wzięło udział 38 par ($N = 76$), prowadzących wspólne gospodarstwo domowe, pozostających w formalnym (25 par) bądź niesformalizowanym (13 par) związku, ze stażem od 2 do 11 lat. Rozpiętość wieku osób badanych sięgała od 20 do 58 lat, przy czym średni wiek kobiet wynosił 31,5 lat ($SD = 5,57$), zaś mężczyzn – 33 lata ($SD = 6,26$).

Analizę statystyczną wykonano za pomocą programu STATISTICA PL, wersja 10.0 firmy StatSoft. Zastosowano nieparametryczny test Wilcozona dla zmiennych powiązanych oraz nieparametryczny test Manna-Whitneya. Zależności między zmiennymi weryfikowano za pomocą współczynnika korelacji rang Spearmana. Wszystkie wyniki uznano za istotne statystycznie przy $p < 0,05$.

Wyniki

Na podstawie statystyk opisowych ustalono, że wrażliwość sensoryczna i żwawość – to cechy temperamentalne najbardziej charakterystyczne dla badanych kobiet i mężczyzn, przy czym dla mężczyzn – w odwrotnej kolejności. Kobiety wyróżniała wrażliwość sensoryczna na poziomie istotnie statystycznie wyższym niż mężczyzn ($p < 0,001$). Choć mężczyźni cechowała wyższa żwawość niż wrażliwość sensoryczna, to cecha ta uplasowała się na niższym poziomie niż u kobiet, a różnica była nieistotna statystycznie. Mężczyźni charakteryzowała najniższa aktywność, statystycznie istotnie niższa niż w przypadku kobiet ($p < 0,044$), zaś kobiety – niska wytrzymałość, niższa niż u mężczyzn, choć ta różnica nie była istotna statystycznie. Poza tym mężczyźni cechowała niższa niż kobiety reaktywność emocjonalna i per-

seweratywność. Statystycznie istotna okazała się różnica w zakresie reaktywności emocjonalnej ($p < 0,010$).

Wysoki poziom satysfakcji ze związku ujawniło 25 kobiet i 28 mężczyzn, średni – 7 kobiet i 8 mężczyzn, a niski – 6 kobiet i 2 mężczyzn (Me : kobiet = 26,00; mężczyzn = 26,50). Ustalono, iż płeć nie różnicuje satysfakcji ze związku, choć jednocześnie odnotowano, że wynik uplasował się na poziomie tendencji statystycznej ($p = 0,058$), w kierunku wyższego poziomu satysfakcji wśród mężczyzn niż kobiet.

Ponadto ustalono brak zależności między wszystkimi własnymi cechami temperamentalnymi a satysfakcją ze związku. Analiza danych korelacyjnych (tabela 1 i 2) wykazała statystycznie istotną zależność między satysfakcją ze związku a wartością bezwzględną z różnicy cech temperamentu kobiet i mężczyzn (w danym związku). Mianowicie na satysfakcję ze związku odczuwaną przez kobiety i przez mężczyzn wpływa stopień podobieństwa między cechą aktywności charakteryzującą obie osoby. Im mniejsza różnica pomiędzy tą zmienną w danej parze, tym większe zadowolenie ze związku, i odwrotnie. Takiej zależności nie odnotowano w przypadku pozostałych cech temperamentalnych.

Tabela 1. Różnice pomiędzy cechami temperamentu partnerów w danej parze a satysfakcja kobiet ze związku

Wartość bezwzględna z różnicy pomiędzy cechami temperamentu w parze	N	r_s	p
ŻW	38	0,098	0,560
WT	38	-0,150	0,370
PE	38	0,191	0,252
RE	38	-0,063	0,708
AK	38	-0,452	0,004*
WS	38	-0,120	0,472

* $p < 0,05$. Oznaczenia: ŻW – żwawość, WT – wytrzymałość, PE – perseweratywność, RE – reaktywność emocjonalna, AK – aktywność, WS – wrażliwość sensoryczna.

Źródło: badanie własne.

Odnotowano statystycznie istotną ujemną korelację między cechą aktywności u kobiet a zadowoleniem ich partnerów z relacji (tabela 3). Satysfakcja mężczyzn ze związku rosła wraz ze spadkiem aktywności ich partnerek, i odwrotnie. Statystycznie istotnych zależności nie stwierdzono w przypadku pozostałych cech temperamentalnych kobiet i mężczyzn.

Tabela 2. Różnice pomiędzy cechami temperamentu partnerów w danej parze a satysfakcja mężczyzn ze związku

Wartość bezwzględna z różnicy pomiędzy cechami temperamentu w parze	<i>N</i>	<i>r_s</i>	<i>p</i>
ŻW	38	0,152	0,364
WT	38	-0,141	0,397
PE	38	0,236	0,154
RE	38	-0,030	0,858
AK	38	-0,457	0,004*
WS	38	-0,029	0,862

**p* < 0,05. Oznaczenia cech: ŻW – żwawość, WT – wytrzymałość, PE – perseweratywność, RE – reaktywność emocjonalna, AK – aktywność, WS – wrażliwość sensoryczna.

Źródło: badanie własne.

Tabela 3. Cechy temperamentu kobiet a satysfakcja mężczyzn ze związku

Cechy temperamentu kobiet	<i>N</i>	<i>r_s</i>	<i>p</i>
ŻW	38	-0,042	0,800
WT	38	-0,262	0,113
PE	38	-0,190	0,253
RE	38	-0,062	0,711
AK	38	-0,322	0,048*
WS	38	0,153	0,360

**p* < 0,05. Oznaczenia: ŻW – żwawość, WT – wytrzymałość, PE – perseweratywność, RE – reaktywność emocjonalna, AK – aktywność, WS – wrażliwość sensoryczna.

Źródło: badanie własne.

Nie wykazano różnic pomiędzy poziomem satysfakcji kobiet i mężczyzn ze związku w zależności od jego formy (małżeństwo lub związek nieformalny), zarówno ujmowanych razem, jak i z podziałem na płeć.

Dyskusja

Przeprowadzone badanie pozwoliło przede wszystkim na ustalenie, że dla odczuwania satysfakcji ze związku mniej istotne są własne cechy temperamentalne niż cechy partnerów. Nie stwierdzono bowiem prostej zależności między własnymi

cechami temperamentalnymi a satysfakcją ze związku (hipoteza pierwsza). Prawdopodobnie ta zależność jest o wiele bardziej skomplikowana: satysfakcja wiąże się raczej z jakością wzajemnych relacji i zależy od postępowania bliskiej osoby, tj. od jej aktywności poznawczej i motorycznej, odpowiedniej komunikacji oraz reakcji emocjonalnych. Te zaś składają się na typowy styl funkcjonowania wyznaczany przez cechy temperamentalne (Ledzińska, Zajenkowski, Stolarski, 2013). Takie wyjaśnienie koresponduje ze stanowiskiem Plopy (2006), który podkreśla, że satysfakcja ze związku zależy od zgodności postępowania partnera z własnymi oczekiwaniami.

Powyższy wniosek znalazł swe potwierdzenie w zaobserwowanej zależności między cechami temperamentalnymi osób pozostających w bliskim związku a poziomem satysfakcji ich partnerów (hipoteza druga). Mianowicie spośród badanych cech temperamentu kobiet istotna dla satysfakcji odczuwanej przez ich mężów/partnerów okazała się aktywność. Satysfakcja mężczyzn ze związku rosła wraz ze spadkiem aktywności ich żon/partnerek, i odwrotnie, tj. im kobiety cechowała wyższa aktywność, tym satysfakcja mężczyzn malała. Warto nadmienić, że aktywność jest tą właściwością temperamentu, która determinuje liczbę i zakres podejmowanych działań o określonej wartości stymulacyjnej oraz odpowiada za regulację poziomu energetycznego organizmu (Strelau, 1985). Osoby charakteryzujące się wysoką aktywnością łatwo nawiązują kontakty, lubią podejmować nowe i różnorodne czynności, w których wykonanie intensywnie się angażują. Nadto mają tendencję do poszukiwania wrażeń i do zachowań ryzykownych, ponieważ potrzebują dopływu silnej stymulacji.

Jednocześnie ustalenie istotnie wyższej cechy aktywności u kobiet pokazuje, że to one przejawiają większą inicjatywę w związkach, godząc obowiązki zawodowe z domowymi (Mandal, 2012; Orzeszek, 2013; Szyszka, 2013; Kowalczyk, Rzepa, 2015). W efekcie obciążenia podwójnymi rolami kobiety są postrzegane głównie przez pryzmat ich aktywności, gdy tymczasem mężczyźni starają się przechodzić od tradycyjnej roli „głowy rodziny” do roli partnera w związku (Pawłowicz, Eichelberger, 2012; Rybarczyk, Zimbardo, 2014). Odwołując się do szeroko dziś dyskutowanego „kryzysu męskości”, można stwierdzić, że – ze względu na środowisko wychowawcze i dominujące stereotypy – mężczyzna jest „oswojony” z aktywną rolą partnerki dbającej o dom, związek i o niego. Jednakże gdy partnerka zaczyna wykazywać zbyt dużą inicjatywę, mężczyzna może poczuć się stłamszony, zaś partnerka – stracić na atrakcyjności w jego oczach. To przekłada się na spadek poziomu satysfakcji ze związku. Podobną prawidłowość, tj. że męskie zadowolenie ze związku w zakresie odczuwanej intymności i pożycia seksualnego w negatywny sposób determinuje kobieca ekstrawersja, wykazano w innym badaniu (Kulesza-Jaworska, 2008).

Temperamentalna cecha aktywności okazała się istotna także dla satysfakcji ze związku odczuwanej przez konkretne pary. Mianowicie im mniejsza różnica w nasileniu tej zmiennej w danej parze, tym większa satysfakcja, i odwrotnie, tzn. im większa różnica w nasileniu aktywności, tym mniejsza satysfakcja ze związku. To ustalenie potwierdza trafność teorii podobieństwa i koresponduje ze stanowiskiem autorów hołdujących przekonaniu, że osoby podobne do siebie tworzą bardziej stałe

i szczęśliwe związki (Rostowski, 1987; Burpee, Langer, 2005; Lilienfeld i in., 2011; Plopa, 2011; Rostowski, Rostowska, 2014) oraz że różnice w zakresie cech temperamentu, uznawanych wartości czy stylu życia mogą doprowadzić do angażowania się w niepotrzebne kłótnie i do obniżenia jakości wzajemnych relacji (Lazarus, 2008; Lilienfeld i in., 2011).

Jednakże wśród badaczy problemu oraz w świadomości społecznej współistnieje przeciwstawne przekonanie, że to właśnie „przeciwieństwa się przyciągają”. Mówi o tym teoria komplementarności, która zakłada, że kobiety i mężczyźni dobierają się na zasadzie uzupełniania swoich cech, gdyż to gwarantuje wzajemne zaspokajanie potrzeb, a co za tym idzie – satysfakcję ze związku. Na przykład osoba nieśmiała może być atrakcyjna dla kogoś otwartego i odważnego w sytuacjach społecznych (Aronson, Wilson, Akert, 1997).

Nie rozstrzygając tego sporu, Wojciszke (2009, 2012) zauważa, że podobieństwo pod względem cech osobowości jest stwierdzalne, lecz niewielkie; nadto wskazuje na badania, które ujawniają szkodliwy wpływ podobieństwa cech na jakość związku oraz wyraża przekonanie, że o udanym życiu we dwoje decyduje postępowanie partnerów. Tak więc dotąd brakuje jasnej odpowiedzi na pytanie, czy przeciwieństwa, czy też podobieństwo partnerów gwarantuje wyższy stopień zadowolenia ze związku (Rostowski, Rostowska, 2014). Tym niemniej podkreśla się, że podobnym partnerom łatwiej osiągać założone cele, zrozumieć się wzajemnie i motywować do wspólnego działania, a w efekcie – doświadczać satysfakcji z bycia razem.

W pierwszej fazie bliskiego związku zakochani ludzie pragną z całą mocą swej aktywności pokazać się drugiej osobie z jak najlepszej strony, są zaciekawieni jej światem i wspólnym działaniem. Jednak w miarę upływu czasu, wraz ze słabnącą ekscytacją i motywacją, różnice w zakresie aktywności dwojga ludzi mogą prowadzić do negatywnych emocji (Zawadzki, Strelau, 1997) i frustracji wskutek zmuszania się do innego stylu działania niż preferowany indywidualnie bądź do ostentacyjnego prowadzenia życia wyłącznie „w zgodzie ze sobą”. Następstwem takich form funkcjonowania jest spadek satysfakcji ze związku, gdyż osoby o wysokim natężeniu aktywności będą negatywnie reagowały na brak nowych zajęć, monotonię, niedostatek wrażeń i zmian w otoczeniu, zaś osoby charakteryzujące się jej niskim natężeniem nie odnajdą się w „dynamicznej” rzeczywistości partnera. Ponadto trzeba uwzględnić, że osoby o dużym natężeniu aktywności łatwo i chętnie wchodzą w nowe relacje i szukają nowych doznań, co może stanowić poważne zagrożenie dla związku. Z drugiej strony nawet znaczne rozbieżności w zakresie omawianej cechy mogą być regulowane wysoką jakością innych cech umożliwiających zgodne współdziałanie (Strelau, 1985; Zawadzki, Strelau, 1997; Wojciszke, 2012).

W niniejszym badaniu ustalono również, że płeć nie różnicuje satysfakcji ze związku, choć odnotowano tendencję statystyczną świadczącą o wyższym poziomie satysfakcji odczuwanej przez mężczyzn niż kobiety (hipoteza trzecia). Przyczyną niezbyt wyrazistego rezultatu może być liczebność grupy badanej (76 osób) bądź jej homogeniczność. Symptomatyczne bowiem jest to, że badani przeważnie oceniali

swą satysfakcję ze związku jako wysoką (około 66% kobiet i 74% mężczyzn). Wszak pozostają oni w związkach małżeńskich bądź partnerskich od 2 do 11 lat, który to okres wiąże się najsilniej z doświadczaniem intymności i bliskości, co pozytywnie wpływa na satysfakcję ze związku (Wojciszke, 2009). Mimo że z innych badań wynika, iż poczucie szczęścia małżeńskiego maleje – niezależnie od płci – wraz ze wzrostem wieku i stażu związku (Mandal, 2012), to odnotowana tendencja jest zbieżna z wynikami badań (Plopa, 2011), które pokazują, iż kobiety są mniej zadowolone ze swoich małżeństw niż ich partnerzy.

Kobiety okazały się bardziej wrażliwe sensorycznie, reaktywne emocjonalnie i perseweratywne niż mężczyźni, choć ostatnia różnica jest statystycznie nieistotna. Wymienione cechy temperamentalne wiążą się z łatwością reagowania intensywnymi emocjami, wyczuleniem ma subtelności w sferze poznawczej i emocjonalnej oraz z tendencją do wnikliwej analizy sytuacji i do długotrwałego utrzymywania się pobudzenia emocjonalnego (Ledzińska, Zajenkowski, Stolarski, 2013). Można zatem stwierdzić, że uzyskany wynik koresponduje zarówno z powszechnym przekonaniem, jak i z licznymi badaniami wskazującymi na to, że kobiety są bardziej niż mężczyźni pobudliwe emocjonalnie, bardziej uczuciowe, działające na rzecz wspólnoty, dostarczające wsparcia innym – w przeciwieństwie do mężczyzn postrzeganych jako sprawczy indywidualiści, ukierunkowani na zadania i ukrywający emocje (Lilienfeld i in., 2011; Wojciszke, 2011).

Na koniec ustalono, że fakt sformalizowania związku nie wiąże się z wyższą satysfakcją partnerów/małżonków (hipoteza czwarta). Przeczy to wynikom badań, które sugerują, że osoby żyjące w konkubinacie nie są tak usatysfakcjonowane ze związku jak pary małżeńskie (Diener, Biswas-Diener, 2010; Plopa, 2010) oraz które ujawniają, że młodzi ludzie – mimo coraz większej aprobaty społecznej związków partnerskich – postrzegają małżeństwo jako bardziej atrakcyjną formę bycia razem (Kwak, 2005; Plopa, 2010). Wyjaśnieniem dla braku zróżnicowania wyniku w tym aspekcie może być to, że większość badanych oceniła wysoko swą satysfakcję ze związku. Można więc przypuszczać, że nie tylko małżeństwa, ale i związki nieformalne zaspokajają potrzebę bezpieczeństwa i stabilizacji, wzajemnego zrozumienia, troski i zaangażowania. To ustalenie koresponduje z następującym stanowiskiem: ponieważ satysfakcja z życia rośnie gwałtownie wraz z zawarciem związku małżeńskiego, a potem wraca do stanu sprzed ślubu, stąd też trzeba przyznać, że małżeństwo nie jest jedyną drogą do szczęścia (Diener, Biswas-Diener, 2010). Nadto nowsze badania informują, że kohabitujące osoby wskazują na więcej zalet niż obciążeń związanych ze związkiem partnerskim oraz że decyzja o kohabitacji wiąże się z poważnym traktowaniem swej roli w związku (Piotrowicz, 2013).

Niniejsze badanie potwierdziło tezę o wpływie cech temperamentalnych na budowanie satysfakcjonującego związku, chociaż istotnym czynnikiem okazała się jedynie aktywność. Ustalono, że aktywność odgrywa znaczącą rolę jako cecha temperamentu charakteryzująca żonę/partnerkę oraz że stopień podobieństwa w zakresie aktywności partnerów wskazuje na poziom ich satysfakcji ze związku. Na satysfakcję ze związku nie wywiera natomiast wpływu ani jego forma, ani też płeć.

Literatura cytowana

- Aronson, E., Wilson, T.D., Akert, R.M. (1997). *Psychologia społeczna. Serce i umysł*. Poznań: Zysk i S-ka Wydawnictwo.
- Burpee, L.C., Langer, E.J. (2005). Mindfulness and marital satisfaction. *Journal of Adult Development*, 12, 1, 43-51.
- Czapiński, J. (2008). Bliskie związki a jakość życia. W: D.G. Myers (red.), *Psychologia pozytywna. Nauka o szczęściu, zdrowiu, sile i cnotach człowieka* (s. 204-234). Warszawa: Wydawnictwo Naukowe PWN.
- Diener, E., Biswas-Diener, R. (2010). *Szczęście. Odkrywanie bogactwa psychicznego*. Sopot: Wydawnictwo Smak Słowa.
- Diener, E., Emmons, R.A., Larsen, R.J., Gryffin, S. (1985). The Satisfaction with Life Scale. *Journal of Personality Assessment*, 49, 1, 71-75.
- Juczyński, Z. (2012). *Narzędzia pomiaru w promocji i psychologii zdrowia*. Warszawa: Pracownia Testów Psychologicznych Polskiego Towarzystwa Psychologicznego.
- Kowalczyk, J., Rzepa, T. (2015). Konflikt ról społecznych i zawodowych a poczucie satysfakcji z życia. *Opuscula Sociologica*, 2, 67-76.
- Kulesza-Jaworska, A. (2008). Cechy temperamentu partnerów a poznawcza ocena jakości życia małżeńskiego. W: W. Ciarkowska, W. Oniszczenko (red.), *Szkice z psychologii różnic indywidualnych* (s. 162-177). Warszawa: Wydawnictwo Naukowe Scholar.
- Kwak, A. (2005). *Rodzina w dobie przemian. Małżeństwo i kohabitacja*. Warszawa: Wydawnictwo Akademickie Żak.
- Lazarus, A. (2008). *Mity na temat małżeństwa. O powszechnych przekonaniach, które niszczą związki*. Gdańsk: Gdańskie Towarzystwo Psychologiczne.
- Ledzińska, M., Zajenkowski, M., Stolarski, M. (2013). *Temperament i poznanie. Energetyczne i czasowe zaplecze umysłu*. Warszawa: Wydawnictwo Naukowe Scholar.
- Lilienfeld, S.O., Lynn, S.J., Ruscio, J., Beyerstein, B.L. (2011). *50 wielkich mitów psychologii popularnej*. Warszawa-Stare Groszki: Wydawnictwo CiS.
- Małus, A. (2011). Cechy osobowościowe małżonków zgłaszających się na terapię małżeńską. *Psychoterapia*, 4, 159, 17-30.
- Mandal, E. (2012). *Miłość, władza i manipulacja w bliskich związkach*. Warszawa: Wydawnictwo Naukowe PWN.
- Orzeszek, A. (2013). Miejsce rodziny i pracy w planach życiowych kobiet. Studium empiryczne. W: M. Szyszka (red.), *Rodzina polska. Wybrane aspekty funkcjonowania* (s. 31-44). Lublin: Instytut Sądecko-Lubelski.
- Piotrowicz, B. (2013). Kohabitacja i małżeństwo w opinii par kohabituujących. W: M. Szyszka (red.), *Rodzina polska. Wybrane aspekty funkcjonowania* (s. 47-62). Lublin: Instytut Sądecko-Lubelski.
- Płopa, M. (2006). *Więzi w małżeństwie i rodzinie. Metody badań*. Kraków: Oficyna Wydawnicza Impuls.
- Płopa, M. (2010). Małżeństwo w percepcji młodych Polaków. W: T. Rostowska, A. Peplińska (red.), *Psychospołeczne aspekty życia rodzinnego* (s. 64-93). Warszawa: Difin.

- Plopa, M. (2011). *Psychologia rodziny. Teoria i badania*. Kraków: Oficyna Wydawnicza Impuls.
- Rostowska, T. (2009). *Matżeństwo, rodzina, praca a jakość życia*. Kraków: Oficyna Wydawnicza Impuls.
- Rostowski, J. (1987). *Zarys psychologii matżeństwa*. Warszawa: Państwowe Wydawnictwo Naukowe.
- Rostowski, J. (2003). Style przywiązania a kształtowanie się związków interpersonalnych w rodzinie. W: I. Janicka, T. Rostowska (red.), *Psychologia w służbie rodziny* (s. 19-31). Łódź: Wydawnictwo Uniwersytetu Łódzkiego.
- Rostowski, J., Rostowska, T. (2014). *Matżeństwo i miłość. Kontekst psychologiczny i neuropsychologiczny*. Warszawa: Difin.
- Strelau, J. (1985). *Temperament, osobowość, działanie*. Warszawa: Państwowe Wydawnictwo Naukowe.
- Strelau, J. (1995). Temperament. W: T. Tomaszewski (red.), *Psychologia ogólna. Temperament i inteligencja* (s. 7-82). Warszawa: Państwowe Wydawnictwo Naukowe.
- Strelau, J. (2002). *Psychologia temperamentu*. Warszawa: Wydawnictwo Naukowe PWN.
- Strelau, J. (2006). *Temperament jako regulator zachowania: z perspektywy półwiecza badań*. Gdańsk: Gdańskie Wydawnictwo Psychologiczne.
- Szyska, M. (2013). Rodzina mało- czy wielodzietna. O przemianach modelu rodziny w Polsce. W: M. Szyska (red.), *Rodzina polska. Wybrane aspekty funkcjonowania* (s. 47-62). Lublin: Instytut Sądecko-Lubelski.
- Trzebińska, E. (2008). *Psychologia pozytywna*. Warszawa: Wydawnictwa Akademickie i Profesjonalne.
- Wojciszke, B. (2009). *Kobieta zmienną jest*. Gdańsk: Gdańskie Wydawnictwo Psychologiczne.
- Wojciszke, B. (2011). *Psychologia społeczna*. Warszawa: Wydawnictwo Naukowe Scholar.
- Wojciszke, B. (2012). *Psychologia miłości. Intymność. Namietność. Zaangażowanie*. Gdańsk: Gdańskie Wydawnictwo Psychologiczne.
- Zawadzki, B. (2001). Temperamentalny czynnik ryzyka chorób somatycznych: raka płuca i zawału serca. W: W. Ciarkowska, A. Matczak (red.), *Różnice indywidualne: wybrane badania inspirowane Regulacyjną Teorią Temperamentu Profesora Jana Strelaua* (s. 27-52). Warszawa: Interdyscyplinarne Centrum Genetyki Zachowania Uniwersytetu Warszawskiego.
- Zawadzki, B., Angleitner, A., De Pascalis, V., Newberry, B., Clark, W., van den Berg, P.Th., van de Vijver, F.J.R., Hyun, M., Kim, I., Mitina, O., Menchuk, T., Kufel, M. (2003). Diagnostyka temperamentu z perspektywy międzykulturowej: analiza porównawcza dwóch wersji adaptacji kulturowej kwestionariusza temperamentu. W: M. Marszał-Wiśniewska, T. Klonowicz, M. Fajkowska-Stanik (red.), *Psychologia różnic indywidualnych. Wybrane zagadnienia* (s. 150-162). Gdańsk: Gdańskie Towarzystwo Psychologiczne.

- Zawadzki, B., Strelau, J. (1995). Podstawy teoretyczne, konstrukcja i właściwości psychometryczne inwentarza „Formalna Charakterystyka Zachowania – Kwestionariusz Temperamentu”. *Studia Psychologiczne*, 33, 49-96.
- Zawadzki, B., Strelau, J. (1997). *Formalna Charakterystyka Zachowania – Kwestionariusz Temperamentu (FCZ-KT)*. Podręcznik. Warszawa: Pracownia Testów Psychologicznych Polskiego Towarzystwa Psychologicznego.

Źródła internetowe

- Główny Urząd Statystyczny (2013). *Roczniki Branżowe. Rocznik Demograficzny 2013*. Warszawa, http://stat.gov.pl/cps/rde/xbcr/gus/rs_rocznik_demograficzny_2013.pdf [dostęp: 18.04.2014].
- Jabłońska, A. (2013). Czy będziemy ze sobą szczęśliwi – czyli cała rzecz o satysfakcji ze związku, <http://www.psychologia-spoeczna.pl/artykuly-czytelnia-48/28-inne/864czy-bdziemy-ze-sob-szczliwi-czyli-caa-rzecz-o-satysfakcji-ze-zwizku.html> [dostęp: 18.12.2013].
- Pawłowicz, B., Eichelberger, W. (2012). Wojciech Eichelberger: Mężczyźni są do niczego, <http://zwierciadlo.pl/2012/seks/partnerstwo/wojciech-eichelberger-mezczyzni-sa-do-niczego> [dostęp: 7.07.2015].
- Rybarczyk, M., Zimbardo, P. (2014). Facet, czyli ślimak bananowy. *Newsweek*, http://www.gdziecimezczyzni.pl/sites/default/files/media/files/20140728_NEWSWEEK_FACET_CZYLI_SLIMAK_587f2.pdf [dostęp: 20.06.2015].
- Sytuacja Demograficzna Polski. Raport 2010-2011* (2011), http://www.stat.gov.pl/cps/rde/xbcr/bip/BIP_raport_2010-2011.pdf [dostęp: 18.04.2015].

Streszczenie. Celem badania było ustalenie zależności między cechami temperamentalnymi a satysfakcją ze związku. Dodatkowo zbadano, czy płeć i forma związku różnicują tę satysfakcję. Badanie w modelu korelacyjnym przeprowadzono na 38 parach heteroseksualnych ($N = 76$), prowadzących wspólne gospodarstwo domowe i pozostających w związku formalnym bądź niesformalizowanym od 2 do 11 lat. Podstawą koncepcyjną pracy była Regulacyjna Teoria Temperamentu autorstwa Jana Strelaua. Ustalono, że większość osób badanych odczuwała dużą satysfakcję z bliskiej relacji. Wbrew założeniom z poziomem satysfakcji nie korelowała ani płeć, ani forma związku. Częściowo potwierdzono hipotezę o zależnościach między satysfakcją ze związku a cechami temperamentu (zwłaszcza aktywnością) i podobieństwem cech temperamentalnych w ramach badanych par.

Słowa kluczowe: temperament, satysfakcja ze związku, forma związku

Data wpłynięcia: 16.12.2015

Data wpłynięcia po poprawkach: 10.09.2016

Data zatwierdzenia tekstu do druku: 2.06.2017