

# Wprowadzenie

EUGENIA MANDAL

*All you need is love* to znany i pięknie przez The Beatles zaśpiewany hymn „dzieci kwiatów” lat 60. ubiegłego stulecia. I chociaż ruch hippisowski od tamtego czasu spotkał się z szeroką falą krytyki, a współcześnie nie cieszy się już tak dużą popularnością jak niegdyś, to z twierdzeniem, że *wszystko czego potrzebujesz to miłość* zgadzają się wszyscy.

Prawdziwość tezy, że oparte na uczuciu miłości bliskie związki są niezwykle ważne dla człowieka potwierdza współczesna psychologia. Bliskie związki z ludźmi, a pośród nich unikalne, bliskie relacje między kobietami i mężczyznami, okazują się istotnymi uwarunkowaniami dobrostanu, jakości życia i poczucia szczęścia człowieka. Są czynnikami niezbędnymi dla jego narodzin, wychowania i rozwoju. Badania psychologiczne pokazują, że bliskie związki wpływają na bardzo szerokie spektrum funkcjonowania biologicznego i psychicznego, na funkcjonowanie poznawcze, emocjonalne, behawioralne każdego z nas. „Szczęściorodny” wpływ bliskich relacji jest przemożny, gdy są one udane dla obojga bliskich osób, a gdy takie nie są – przyczyniają się do smutku i cierpienia, a *gdy brakuje jednego człowieka, czujemy się jakby nie było całego świata wokół nas.*

Oddawana dzisiaj do rąk Czytelników książka jest poświęcona bliskim relacjom kobiet i mężczyzn. Przedstawiono w niej wiele zagadnień, starając się opisać różne oblicza bliskich relacji między płciami, rozmaite zjawiska, ich uwarunkowania, różne motywacje, strategie postępowania w związku oraz ich konsekwencje.

Książkę rozpoczyna rozdział autorstwa Andrzeja Łukasika – *Ekologia strategii reprodukcyjnych kobiet i mężczyzn* – w którym skupiono się na strukturalnych, funkcjonalnych i behawioralnych adaptacjach funkcjonowania bliskich związków, ułatwiających zdobycie partnera, zwiększających możliwość zapłodnienia i poprawiających szanse przeżycia potomstwa. Przedstawiono kluczowe założenia ewolucyjnej teorii życia (*life history theory*, LHT), według której gatunki i jednostki wykształcają specyficzne strategie reprodukcyjne na podstawie wskazówek zawartych w środowisku, w którym rozwijają się we wczesnym okresie życia. W kontekście tej teorii analizowano specyficzne strategie reprodukcyjne kobiet i mężczyzn. Przedstawiono i omówiono także orientację socjoseksualną, style miłości i praktyki seksualne jako wybrane korelaty strategii reprodukcyjnych kobiet i mężczyzn.

W kolejnym rozdziale *Wyrwać się ze złotej (?) klatki... Strategie opierania się przez kobiety strategiom utrzymywania ich przy sobie przez mężczyzn*, napisanym przez Eugenię Mandal i Marcina Moronia, także nawiązano do teorii ewolucyjnych. Pokazano, iż utrzymywanie przy sobie partnera bliskiego związku jest realizowane z pomocą repertuaru zróżnicowanych strategii, które można przyporządkować do trzech ogólnych kategorii: ograniczanie dostępu do partnera, eliminowanie potencjalnych konkurentów lub powstrzymywanie partnera przed opuszczeniem relacji. Stosowanie tych strategii może spotykać się ze sprzeciwem i próbami aktywnego opierania się ze strony partnera, które są realizowane za pomocą komplementarnego zestawu strategii behawioralnych, takich jak: ukrywanie, unikanie publicznych demonstracji uczuć, reakcje przeciw rywalom, opór z wykorzystaniem nowych technologii, unikanie kontaktu z partnerem, opieranie się kontroli (Cousins, Fugère i Franklin, 2015). Podczas gdy intymność i zaangażowanie w związek obniżają tendencję do opierania się strategiom utrzymywania partnera przy sobie, orientacja socjoseksualna, postrzegana kontrola ze strony partnera, przywiązanie lękowe i unikowe, a także doświadczanie zachowań utrzymujących stosowanych przez partnera sprzyja wykorzystaniu technik opierania się. W przedstawionych własnych badaniach Autorów analizowano poziom gotowości kobiet do opierania się strategiom utrzymywania ich

przy sobie przez mężczyzn. Wskazują one na istnienie sześciu strategii oporu: ukryty opór, opór przeciw publicznemu okazywaniu uczuć, opór przeciw konfrontowaniu się partnera z rywalami, opór w sferze mediów elektronicznych, unikanie kontaktu z partnerem i opieranie się kontroli. Kobiety pozostające w związkach małżeńskich wykazywały niższą gotowość do opierania się strategiom utrzymywania przy sobie niż kobiety w związkach nieformalnych. Wysoka ocena własnej atrakcyjności, własnej jakości alternatyw korelowały dodatnio, a wysoka ocena atrakcyjności partnera – ujemnie z oporem względem podejmowanych przez niego strategii utrzymywania partnerki przy sobie.

W rozdziale autorstwa Anny Latusek – *Wymiary przywiązania, płć psychologiczna i samoocena osób będących w bliskich związkach a taktyki utrzymywania przy sobie partnera* – skupiono się na uwarunkowaniach specyficznych zachowań kobiet i mężczyzn mających na celu powstrzymanie partnera bliskiej relacji przed odejściem. Przedstawiono badania, które pokazały, że psychologiczna kobiecość wiąże się z wieloma taktykami stosowanymi, aby utrzymać przy sobie partnera, podczas gdy psychologiczna męskość ma związek przede wszystkim z jedną taktyką zatrzymywania – czujnością. Wykazano, że lękowy styl przywiązania oraz wysoka samoocena nasilają gotowość do stosowania taktyk utrzymywania przy sobie partnera, podczas gdy unikowy styl przywiązania obniża tę gotowość.

W rozdziale napisanym przez Eugenię Mandal i Magdalenę Sitko-Dominik – *Taktyki wywierania wpływu w bliskich związkach stosowane przez kobiety w okresach wczesnej i średniej dorosłości* – zajmowano się gotowością do stosowania różnych taktyk wywierania wpływu na partnera lub współmałżonka w zależności od czasu trwania bliskiego związku. W badaniach własnych pokazano, że kobiety w okresie wczesnej dorosłości w celu wywarcia wpływu na partnera chętniej posługują się taktyką Nieporadność i przytulanie, a kobiety w środkowej dorosłości taktyką Autorytet własny. Wykazano też, że wraz z upływem czasu trwania bliskiego związku wśród kobiet spada gotowość do stosowania pozytywnych taktyk wywierania wpływu, takich jak: Argumentowanie i prośby, Romantyzm i niespodzianki oraz Nieporadność i przytulanie.

Rozdział autorstwa Eugenii Mandal – *Poświęcenie w bliskich związkach kobiet i mężczyzn* – omawia sposoby doświadczania i wyjaśniania przyczyn poświęcenia w relacjach damsko-męskich. Przedstawiono w nim własne badania dotyczące różnych rodzajów poświęceń, liczne ich przykłady oraz motywy poświęceń analizowane w dwóch perspektywach: motywacji dążenia do stanów pozytywnych i motywacji do unikania stanów negatywnych. Wykonano analizy jakościowe oraz analizy ilościowe różnych rodzajów poświęceń w bliskich związkach kobiet i mężczyzn. Najczęstsze okazały się poświęcenia dotyczące pracy i kariery zawodowej, poświęcenia dla dzieci i rodziny, trwanie z bliskimi w chorobie, rezygnacja z własnych przyjemności, a najrzadsze było rezygnowanie z własnych wartości i przekonań. Wskazano też poświęcenia związane z wyjazdami zagranicznymi, emigracją, zmianami miejsca zamieszkania. Motywacje dążenia do stanów pozytywnych znacznie przeważała nad motywacjami unikania stanów negatywnych. Najczęstszym motywem poświęceń była miłość. Mężczyźni częściej niż kobiety relacjonowali poświęcenia polegające na zmianach stylu życia, ograniczenia życia towarzyskiego oraz rezygnację z własnych przyjemności. U kobiet większe znaczenie miał motyw miłości, a u mężczyzn motywy budowania lub poprawiania bliskiej relacji, antycypowane korzyści i poczucie obowiązku.

Rozdział napisany przez Marcina Moronia – *Między potrzebą bliskości a unikaniem zranienia... Konfirmacyjna analiza modelu motywacji dążenia i unikania w związkach romantycznych* – podejmuje próbę wyjaśnienia regulatorów postulowanych w modelach reakcji na zagrożenia w relacjach romantycznych w terminach motywacji dążenia i unikania. W badaniu własnym Autor weryfikował konstrukty mające naturę regulatora zachowań partnerów w sytuacji doświadczania wykroczenia relacyjnego ze strony partnera. Odnotowano, że samoocena, zaufanie, a także poczucie bliskości z partnerem i poczucie władzy w relacji z nim są nasycone motywacją dążenia. Wrażliwość na wzmocnienia pozytywne i negatywne w relacji, a także orientacja na cele unikowe są nasycone motywacją unikania. Natomiast orientacja na cele dążeniowe stanowi wyraz obu motywów: dążenia i unikania. Ukazano także różnice międzypłciowe w motywacyjnym statusie badanych regulatorów.

W rozdziale napisanym przez Dagnę Kocur – *Motywacje seksualne a wiek, płeć i rodzaj bliskiego związku* – zaprezentowano badania własne nad motywami seksualnymi a zmiennymi osobowymi i rodzajem bliskiego związku. Wyniki pokazały, że najsilniej do aktywności seksualnej osoby badane motywowała chęć docenienia partnera, a najrzadziej wskazywanym motywem była chęć prokreacji. Rezultaty badania wskazały, że kobiety i mężczyźni różnią się pod względem motywacji seksualnej. Mężczyźni częściej kierowali się chęcią łagodzenia stresu, wzmacnianiem poczucia własnej siły, okazywaniem troski i przyjemnością jako motywami seksualnymi niż kobiety. Dodatkowo u kobiet wraz z wiekiem nasilenie większości motywów seksualnych ulegało osłabieniu. Jedynie rozładowanie stresu i napięcia jako motywacja seksualna nie ulegało zmianom wraz z wiekiem badanych.

Rozdział autorstwa Dominiki Ochnik – *Seksualność kobiet i mężczyzn singli* – zwraca uwagę na aspekty seksualne funkcjonowania osób żyjących w pojedynkę. Seksualność jest istotnym obszarem człowieka i kluczowym czynnikiem motywującym do budowania więzi, stąd ważne jest zrozumienie psychologicznego funkcjonowania osób żyjących bez stałego seksualnego partnera. W badaniach własnych analizowano różnice w zakresie wymiarów seksualności w zależności od płci singli. Mężczyźni żyjący w pojedynkę byli bardziej zaabsorbowani seksualnością, mieli wyższą motywację seksualną, zewnętrzną kontrolę seksualną i wyższy poziom monitorowania wrażenia seksualnego niż kobiety singielki. W wyższym stopniu odczuwali dyskomfort i niepokój związany z ich życiem seksualnym oraz mieli większą tendencję do przywiązywania wagi do publicznego wizerunku ich seksualności. Badania ukazały także pozytywne znaczenie psychicznej męskości dla kształtowania się samooceny seksualnej zarówno wśród kobiet, jak i mężczyzn singli.

W rozdziale autorstwa Tomasza Jakubowskiego – *Kobiety i mężczyźni nieheteroseksualni i transpłciowi – stres mniejszościowy i dyskryminacja społeczna* – podjęto temat społecznego funkcjonowania osób homoseksualnych i transpłciowych. Dokonano przeglądu literatury, prezentując zjawisko dyskryminacji osób homoseksualnych, biseksualnych i transpłciowych.

Przedstawiono uwarunkowania zjawiska dyskryminacji w środowisku pracy oraz jego psychologiczne konsekwencje.

Chociaż książka traktuje tylko o niewielkiej części tego, co może zdarzać się w bliskich związkach kobiet i mężczyzn, to zachęcam do lektury. Mam nadzieję, że zapełni lukę w niezbyt obszernej w Polsce literaturze z dziedziny psychologii bliskich związków. Liczę, że przedstawione w niej treści będą stanowić inspirację do samodzielnych przemyśleń i poszukiwań, zarówno w obszarze teorii, jak i praktyki psychologicznej. A i sama książka okaże się ciekawa... Życzę wszystkim Czytelnikom szczęśliwych bliskich związków.