Humanitas Pedagogika i Psychologia, ss. 245-262
ISSN 2956-3992

Komunikat o wynikach badań (research results article)

Data wpływu/Received: 21.12.2023
Data recenzji/Accepted: 26.11.2024
Data publikacji/Published: 31.12.2024

Źródła finansowania publikacji: środki własne

DOI: 10.5604/01.3001.0055.0308

Author's Contributions:
(A) Study Design (projekt badania)
(B) Data Collection (zbieranie danych)
(C) Statistical Analysis (analiza statystyczna)
(D) Data Interpretation (interpretacja danych)
(E) Manuscript Preparation (redagowanie opracowania)
(F) Literature Search (badania literaturowe)

Anna Zarazińska-Chromińska[1]

JA REALNE I JA IDEALNE KOBIET A SATYSFAKCJA ZE ZWIĄZKU: BADANIE KORELACYJNE PAR MŁODYCH DOROSŁYCH

WSTĘP

Jednym z istotnych problemów podejmowanych i pogłębianych na gruncie psychologii, szczególnie psychologii osobowości, jest zagadnienie istnienia oraz natury Ja (inaczej *self*, *ego*). Różnorodne nurty teoretyczne poruszały tę problematykę, jednocześnie przypisując zróżnicowane znaczenie strukturze Ja (zob. Bąk i Oleś, 2008; Kozielecki, 1986; Markus, 1977; Suszek, 2007). Ja, zwane również self, jest złożonym systemem różnych przekonań dotyczących własnej osoby i stanowi jeden z najważniejszych elementów osobowości człowieka. Współcześnie badania

[1] ORCID: 0000-0003-2709-9365; Akademia Pedagogiki Specjalnej im. Marii Grzegorzewskiej, Instytut Psychologii; instytutpsychologii@aps.edu.pl; azsd27@aps.edu.pl

nad zagadnieniem Ja i jego struktury rozwijają się najintensywniej w ramach nurtu poznawczego, a w szczególności w obszarze poznawczych koncepcji osobowości, w których Ja często stanowi jedno z kluczowych pojęć (Bąk, 2002).

Jedną z wielu koncepcji poruszających zagadnienie self jest teoria humanistyczna Rogersa (2002). Według tej koncepcji istnieją dwa aspekty Ja: Ja realne i Ja idealne. Ja realne jest postrzeganym przez jednostkę aktualnym obrazem siebie, zaś Ja idealne potencjałem, którym osoba najbardziej chciałaby się stać w przyszłości. Warto podkreślić, że nasze przekonania na temat nas samych składają się z obecnego obrazu Ja i jego wyobrażenia w przyszłości. Różni autorzy odmiennie definiowali Ja: jako zbiór przekonań i ocen związanych z tą strukturą (Epstein, 1973; Kihlstrom i Klein, 1994); jako system autoschematów stanowiących poznawcze uogólnienia odnoszące się do własnej osoby (Markus, 1977); jako ogół samowiedzy jednostki (Kozielecki, 1986); jako wiedzę dotyczącą Ja oraz innych obiektów, zawartą w różnych systemach pamięci (Wyer, 2007); czy jako system Ja będący złożoną, wieloelementową strukturą, w której fundamentalne elementy są nazywane stanami Ja (Bąk i Oleś, 2008). Ja stanowi strukturę wiedzy, w której są zawarte przekonania jednostki odnoszące się do posiadanych przez nią cech, zdolności, umiejętności, preferencji oraz pełnionych ról społecznych. Tym przekonaniom towarzyszą oceny, wartości i wyznaczone cele, zorganizowane w formie reprezentacji oraz teorii, które jednostka przyjmuje za swoje i do których dąży (Pilarska, 2012).

JA REALNE I JA IDEALNE KOBIETY

Zgodnie z teorią rozbieżności self (self-discrepancy theory), autorstwa E.T. Higginsa (1987), Ja jest strukturą, która składa się ze stanów Ja (*self representations*). Każdy ze stanów Ja może być opisywany w dwóch wymiarach: wymiarze przedmiotowym i wymiarze podmiotowym. Wymiar przedmiotowy może przyjmować trzy wartości: Ja realne (inaczej aktualne – *actual self*), Ja idealne (*ideal self*) oraz Ja powinnościowe (*ought self*). Ja realne stanowią poznawcze reprezentacje cech, które zgodnie z przekonaniem danej osoby aktualnie ją opisują, Ja idealne to poznawcze reprezentacje cech, którymi dana jednostka chciałaby się charakteryzować, natomiast Ja powinnościowe dotyczy cech, które dana jednostka powinna posiadać. Wymiar podmiotowy Ja dotyczy perspektywy, z której jednostka określa treść danego stanu Ja. System Ja jest także strukturą relacyjną, co oznacza, że jego funkcjonowanie zależy od relacji zachodzących między stanami Ja (Higgins, 1987). Relacje między stanami Ja można ujmować za pomocą pojęcia rozbieżności (*discrepancy*) – rozbieżność to pojęcie, które dotyczy stopnia treściowego podobieństwa dwóch elementów systemu Ja (Bąk, 2008).

Zgodnie z tym podejściem mała rozbieżność oznacza relację podobieństwa. Oznacza to, że treść dwóch porównywanych stanów Ja w znaczącym stopniu jest

ze sobą zgodna, a cechy składające się na opis tych stanów Ja są do siebie podobne. Natomiast duża rozbieżność ma miejsce wtedy, gdy treść dwóch porównywanych stanów Ja jest ze sobą sprzeczna lub istotnie różni się od siebie. W tej sytuacji cechy składające się na opis tych stanów są całkowicie ze sobą niezwiązane lub rozbieżne. Higgins (1987) wskazuje cztery najważniejsze rodzaje rozbieżności stanów Ja:

- rozbieżność między Ja realnym a Ja idealnym formułowanym z własnej perspektywy;
- rozbieżność między Ja realnym a Ja idealnym formułowanym z perspektywy osób znaczących;
- rozbieżność między Ja realnym a Ja powinnościowym formułowanym z perspektywy osób znaczących;
- Rozbieżność między Ja realnym a Ja powinnościowym formułowanym z własnej perspektywy (Bąk, 2002).

Biorąc pod uwagę cel niniejszego badania, główny obszar zainteresowań badawczych stanowić będzie rozbieżność między Ja realnym a Ja idealnym formułowanym z własnej perspektywy oraz rozbieżność między Ja realnym a Ja idealnym formułowanym z perspektywy osób znaczących.

PODOBIEŃSTWO JA REALNEGO KOBIETY I MĘŻCZYZNY

Aby w pełni zrozumieć sposób, w jaki postrzegają się nawzajem partnerzy w związkach romantycznych, należałoby wyjść od podstawowych zasad doboru w pary. Psychologowie ewolucyjni wyodrębniają najważniejsze cechy determinujące wybór potencjalnego partnera oddzielnie z perspektywy mężczyzn i kobiet. Mężczyźni poszukują partnerek przede wszystkim atrakcyjnych fizycznie, duże znaczenie ma dla nich młodość, uroda, sylwetka i zdrowie. Kobiety natomiast większą wagę przywiązują do statusu mężczyzn: ich majątku, pozycji społecznej, wykształcenia (Buss, 2001). Odmienne priorytety przedstawicieli obu płci sięgają jeszcze czasów prehistorycznych: mężczyzna chciał gwarancji, że jego wybranka spłodzi zdrowe, silne dziecko (Williams, 1975), kobieta zaś pragnęła ochrony w czasie ciąży i zasobów dla siebie i dziecka po spłodzeniu potomstwa (Belsky i in., 1991). Badania pokazują, że stabilności związku sprzyja m.in. zgodność osobowości, poglądów i zainteresowań partnerów (Hill i in., 1976) oraz identyczny styl przywiązania (Frazier i in., 1996). Z drugiej strony badacze podają przykłady komplementarnego wiązania się partnerów, gdzie osoby dobierają się na zasadzie przeciwieństw osobowości (Hill i in., 1976) i stylów przywiązania (Collins i Read, 1990).

IDEALNA KOBIETA W OCZACH KOBIET I MĘŻCZYZN

Kulturowe stereotypy kultury zachodniej, kreujące pojęcie kobiecości, od przedstawicielek płci pięknej wymagają, aby te charakteryzowały się uczuciowo-

ścią, wrażliwością, troskliwością i opiekuńczością oraz atrakcyjnością fizyczną (Kochan-Wójcik i Piskorz, 2010). Warto w tym miejscu przyjrzeć się, z jakich elementów składa się stereotyp kobiecości. K. Deaux i L. Lewis (1984; za: Mandal, 2003) opisały strukturę stereotypu kobiecego, wskazując cztery obszary: cechy osobowości, role społeczne, wygląd zewnętrzny i zawód.

1. Komponenta cech osobowości:

- emocjonalność, zdolność do poświęceń, delikatność, czułość, troska o uczucia innych, umiejętność rozumienia innych, ciepło w relacjach z innymi, pomaganie

2. Komponenta ról społecznych:

- jest źródłem wsparcia emocjonalnego dla innych, zarządza domem, opiekuje się dziećmi, odpowiada za urządzenie domu

3. Komponenta wyglądu zewnętrznego:

- delikatny głos, schludność, wdzięk, płynność ruchów

4. Komponenta zawodu:

- terapeutka, logopeda, nauczycielka w szkole podstawowej, pielęgniarka.

Dziewczynka, wchodząc w dorosłość, internalizuje obowiązujące kanony piękna i standardy kobiecości. Te standardy stają się punktem odniesienia dla oceny własnej osoby oraz kształtują jej poczucie wartości, wpływają na samopoczucie jednostki, jej przekonania oraz podejmowane przez nią działania (Kochan-Wójcik i Piskorz, 2010). Od kobiet wymaga się, aby były piękne, opiekuńcze, a także spełniały się w roli dobrego pracownika. Takie wymagania rodzą w kobietach konflikt wewnętrzny, ponieważ mają one pragnienie założenia rodziny i posiadania potomstwa, zaś z drugiej strony boją się zależności od partnera lub małżonka (Bielak, 2015).

Warto przyjrzeć się, jaki jest kulturowy stereotyp idealnej kobiety wśród kobiet i mężczyzn w kulturze zachodniej. W społeczeństwach zachodnich od wieków funkcjonuje utrwalony wzorzec kobiety, który obejmuje jej powinności, styl życia, sposób zachowania i mówienia, a także role, jakie powinna pełnić w rodzinie, społeczeństwie i kręgu towarzyskim. Te normy, oparte na tradycyjnych wartościach i przekonaniach kulturowych, tworzą ramy dla postrzegania kobiecości (zob. Wojciszke, 2010), wpływając zarówno na samoocenę kobiet, jak i ich relacje z innymi (Drewniak, 2019). Biorąc pod uwagę cechy, jakie powinna posiadać idealna kobieta, dla mężczyzn najważniejszym przymiotem kobiecym jest opiekuńczość, a dla kobiety wierność. Na drugim miejscu zarówno kobiety, jak i mężczyźni stawiają pracowitość. Dla kobiet kolejną z zalet jest szczerość, zaś dla mężczyzn bycie spokojną. Idealna kobieta powinna zajmować się praniem, sprzątaniem, gotowaniem i wychowywaniem dzieci. Jeśli chodzi o pracę zawodową, idealna kobieta według mężczyzn oraz kobiet powinna trudnić się pracą biurową. Co więcej, musi być wykształcona, oczytana oraz uprawiać sport (Zaczek, 2014).

Przytoczone przykłady wskazują na rozbieżność pomiędzy tym, jaka jest idealna kobieta według mężczyzny, a jaka w oczach kobiety. Wobec tego istotne wydaje się zbadanie relacji między Ja realnym i idealnym kobiety, wizji idealnej kobiety w per-

spektywie obojga partnerów oraz odczuwaną przez nich satysfakcją ze związku.

SATYSFAKCJA ZE ZWIĄZKU

Związki romantyczne są zasadniczym i podstawowym aspektem życia większości ludzi. Z badań wynika, że satysfakcja ze związku ma duże znaczenie dla zdrowia, dobrego samopoczucia i długowieczności (Robles i in., 2014). Okazuje się bowiem, że ludzie zadowoleni ze swojego związku są bardziej zadowoleni ze swojego życia jako całości (Be i in., 2013). Dla jasności wywodu przyjmuje się, że satysfakcja ze związku to „globalna subiektywna ocena jakości relacji" (Li i Fung, 2011, s. 246). Jak się okazuje, satysfakcja ze związku jest czynnikiem zwiększającym poczucie sensu oraz poczucie szczęścia obojga partnerów (Plopa, 2011).

Wśród predyktorów satysfakcji ze związku wymienia się między innymi podobieństwo cech osobowości (Watson i in., 2000), niski neurotyzm (Eysenck i Wakefield, 1981), postrzeganą wzajemną empatię (Kimmes i in., 2014), zwłaszcza spostrzegana empatia mężczyzny jest istotnym predyktorem satysfakcji ze związku (Kaźmierczak, 2013). Znaczącym czynnikiem jest zaangażowanie (Rusbult, 1983), w tym postrzegane zaangażowanie partnera, uznanie, satysfakcja seksualna, postrzegana satysfakcja partnera (Yoo i in., 2014; Joel i in., 2020) i wierność (Barta i Kiene, 2005). Badania pokazały, że stosowanie strategii prosopołecznych (Guerrero, Anderson i Afifi, 2011), sposób zarządzania sytuacją konfliktową (Guerrero i in., 2011) oraz negatywny styl konfliktu są istotnie powiązane z satysfakcją ze związku (Cramer, 2000). Innym istotnym predyktorem satysfakcji ze związku okazuje się być umiejętność otwierania się przed drugą osobą (Millar i Millar, 1988), poziom zadowolenia z jakości komunikacji między partnerami (Traci i Emmers-Sommer, 2006; Litzinger i Gordon, 2007), w tym komunikacji intymnej, odnoszącej się do sfery seksualnej (Byers, 2005), jak również pozytywna percepcja partnera (Murray i in., 1996).

AKTUALNE BADANIE

Podejmując się pogłębienia wiedzy dotyczącej Ja idealnego i Ja realnego kobiety, Ja realnego i Ja idealnego mężczyzny oraz ich wizji idealnej kobiety, zdecydowano podjąć analizę związków między tymi konstruktami a odczuwaną przez partnerów satysfakcją ze związku. Głównym celem badania jest sprawdzenie dynamiki Ja realnego i idealnego w diadach partnerskich oraz zbadanie, w jakim stopniu zachodzi między tymi stanami podobieństwo. Badanie ma na celu sprawdzenie, czy Ja idealne kobiety różni się od wizji idealnej kobiety jej partnera i czy zgodność tych konstruktów będzie dodatnio korelować z satysfakcją ze związku. Jest to o tyle znaczące, ponieważ z badań wynika, że w aktualnym związku ludzie pozytywniej oceniają partnera wtedy, gdy jego cechy pokrywają się z cechami partnera idealnego (Eastwick i in., 2011), a także dokonują wyższej oceny jakości tegoż związku

(Zentner, 2005). Celem badania jest sprawdzenie, czy niewielka rozbieżność między Ja realnym i Ja idealnym partnerów (a tym samym realizacja własnego ideału) może być czynnikiem przewidującym satysfakcję ze związku. Sformułowano następujące pytania badawcze:

Q1: Czy istnieje różnica w satysfakcji ze związku między kobietami i mężczyznami?

Q2: Czy podobieństwo Ja realnego kobiety i jej Ja idealnego koreluje z satysfakcją ze związku tej kobiety?

Q3: Czy podobieństwo między Ja idealnym kobiety a wizją idealnej kobiety jej partnera koreluje z satysfakcją ze związku pary?

Na podstawie rozważań teoretycznych sformułowano następujące hipotezy:

H1: Wysoka satysfakcja ze związku jest związana z podobieństwem Ja realnego kobiety i Ja realnego mężczyzny.

H2: Zgodność Ja realnego jednostki z jej Ja idealnym będzie dodatnio korelować z satysfakcją ze związku tej osoby.

H3: Zgodność Ja realnego kobiety z wizją idealnej kobiety jej partnera będzie dodatnio korelować z satysfakcją ze związku tej pary.

W artykule skupiono się na analizie związku między satysfakcją ze związku u kobiet i mężczyzn a rozbieżnością między Ja realnym i Ja idealnym przede wszystkim u kobiet. Chociaż badanie przeprowadzono na parach heteroseksualnych, to główny nacisk położono na Ja idealne kobiet i jego związek z wizją idealnej kobiety formułowaną przez ich partnerów. Ograniczenie zakresu badania do kobiet wynika z przyjętego podejścia teoretycznego oraz specyfiki postawionych hipotez badawczych.

METODA

Osoby badane

W badaniu udział wzięło 26 heteroseksualnych par deklarujących bycie w związku romantycznym. Docelową grupę badanych stanowili młodzi dorośli w wieku 18-35 lat (M = 24,48, SD = 4,11). Średni wiek badanych kobiet wynosił 23,85 (SD = 3,89), z kolei średni wiek mężczyzn to 25,12 (SD = 4,29). Rekrutacja osób badanych polegała na ogłoszeniu w Internecie na różnych grupach społecznościowych naboru osób do badania internetowego dotyczącego relacji między partnerami.

Procedura badania

Badanie zostało przeprowadzone przez Internet w marcu 2019 roku na platformie LimeSurvey, za pomocą autorskiego narzędzia pt. „Młodzi dorośli w związkach romantycznych", składającego się z czterech kwestionariuszy. Badanie miało

charakter anonimowy i indywidualny. Przebadano (osobno) pary kwestionariuszami mierzącymi Ja realne i Ja idealne oraz satysfakcję ze związku. Załączona metryczka zawierała pytania o podstawowe dane demograficzne.

Badane pary wypełniały indywidualnie kwestionariusze w stałym porządku:

- Jaka/Jaki jesteś?
- Jaka/Jaki chciał(a)byś być?
- Jaka według Ciebie jest idealna kobieta?
- Satysfakcja ze związku.

Zastosowane narzędzia

Satysfakcja ze związku. Do pomiaru satysfakcji ze związku wykorzystano Skalę Satysfakcji ze Związku CSI-32 (Funk i Rogge, 2007; w polskiej adaptacji: Stawska, 2011). Skala zawiera 32 pozycje, na które składają się pytania i twierdzenia, wobec których badany odnosi się na skali od 0 do 5 lub od 0 do 6 w zależności od pozycji kwestionariuszowej (przykładowe twierdzenia: *Nie wyobrażam sobie, że związek z moim partnerem/moją partnerką kończy się*; *Ostatnio mam wątpliwości co do tego związku*; α Cronbacha wynosi 0,98).

Wizja idealnej kobiety. Do pomiaru wizji idealnej kobiety w perspektywie kobiety i mężczyzny wykorzystano Listę Przymiotnikową ACL (Gough i Heilbrun, 1980; w polskiej adaptacji: Martowska, 2012). Test Przymiotnikowy ACL jest zestawem 300 określeń przymiotnikowych wykorzystywanych do opisu szerokiego zakresu ludzkiej działalności (α Cronbacha dla kobiet wynosi od 0,53 do 0,94, natomiast dla mężczyzn α Cronbacha wynosi od 0,56 do 0,95). Uzyskane w teście ACL wyniki pozwalają na dokonanie oceny obrazu siebie – realnego (Ja realne) i idealnego (Ja idealne) – w zakresie potrzeb psychicznych, a także na wykazanie ewentualnych rozbieżności pomiędzy nimi (Hall i Lindzey, 2001). Osoby badane odpowiadały na pytanie: Jaka według Ciebie jest idealna kobieta?

Ja realne. Ja realne kobiety oraz Ja realne mężczyzny zbadano za pomocą Listy Przymiotnikowej ACL (Gough i Heilbrun, 1980; w polskiej adaptacji: Martowska, 2012). Osoby badane odpowiadały na pytanie: Jaka / Jaki jesteś?

Ja idealne. Ja idealne kobiety oraz Ja idealne mężczyzny zbadano za pomocą Listy Przymiotnikowej ACL (Gough i Heilbrun, 1980; w polskiej adaptacji: Martowska, 2012). Osoby badane odpowiadały na pytanie: Jaka / Jaki chciał(a)byś być?

Analizy

Następnie przeprowadzono analizę statystyczną, obejmującą zarówno analizę ilościową, jak i jakościową zebranych danych. W tym celu zastosowano jednoczynnikową analizę wariancji (ANOVA) oraz obliczono korelację r-Pearsona,

uwzględniając pełne odpowiedzi uczestników z danej pary. Jednoczynnikowa analiza wariancji (ANOVA) została wybrana jako metoda oceny różnic w satysfakcji ze związku między grupami kobiet i mężczyzn, ponieważ pozwala na porównanie średnich wartości jednej zmiennej zależnej (tj. satysfakcji ze związku) między dwiema grupami. Weryfikacja hipotez została przeprowadzona przy użyciu oprogramowania statystycznego *IBM SPSS 24.0*.

WYNIKI

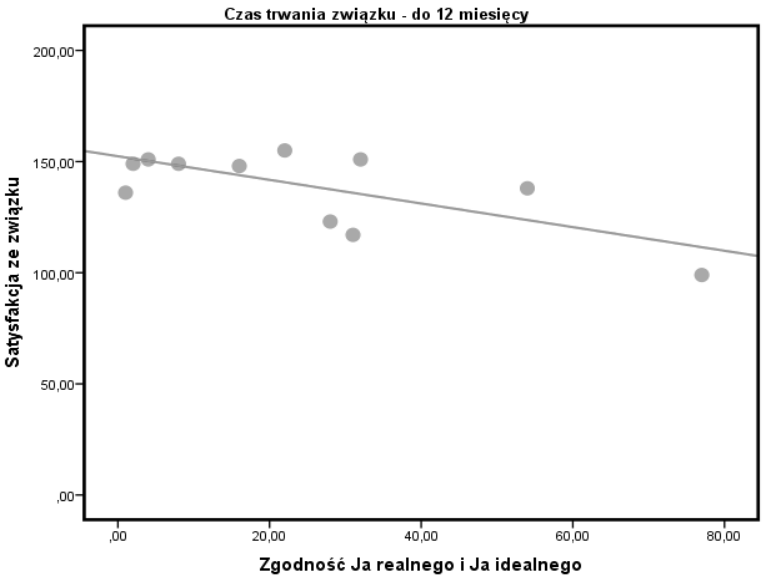
W celu weryfikacji postawionych hipotez przeprowadzono analizę korelacji r-Pearsona. Okazało się, że zarówno hipoteza (H1) mówiąca o tym, że wysoka satysfakcja ze związku jest związana z podobieństwem Ja realnego kobiety i Ja realnego mężczyzny, hipoteza dotycząca zgodności Ja realnego jednostki z jej Ja idealnym i ich związku z satysfakcją z relacji (H2) oraz hipoteza mówiąca o tym, że istnieje związek między zgodnością Ja realnego kobiety z wizją idealnej kobiety jej partnera i z satysfakcją ze związku tej pary (H3), nie zostały potwierdzone ($p > 0{,}05$). W kolejnym kroku sprawdzono, czy istnieją różnice w satysfakcji ze związku między kobietami a mężczyznami (Q1). W tym celu przeprowadzono jednoczynnikową analizę wariancji ANOVA, która wykazała, że nie ma istotnych statystycznie różnic w satysfakcji ze związku pomiędzy kobietami a mężczyznami ($p > 0{,}05$). Ponadto okazało się, że nie ma związku między podobieństwem Ja realnego i Ja idealnego kobiety a odczuwanym przez nią poziomem zadowolenia ze związku (Q2) i podobieństwem Ja idealnego kobiety i wizji idealnej kobiety jej partnera a satysfakcją ze związku (Q3) ($p > 0{,}05$).

W sytuacji niepotwierdzenia postawionych hipotez oraz braku satysfakcjonujących odpowiedzi na postawione pytania badawcze postanowiono stworzyć dodatkową zmienną moderującą – staż związku. W zależności od czasu trwania związku pary zostały przyporządkowane do jednej z trzech grup. Podział odbył się po konsultacji z grupą sędziów kompetentnych na:

- związki krótkie – do 12 miesięcy ($N = 6$),
- związki średnie – od 12 do 60 miesięcy ($N = 11$),
- związki długie – powyżej 60 miesięcy ($N = 9$).

Po wprowadzeniu moderatora stażu możliwe było częściowe potwierdzenie dwóch hipotez, mianowicie wśród osób będących w związku maksymalnie 12 miesięcy obliczono współczynnik korelacji r-Pearsona pomiędzy podobieństwem Ja realnego osoby i jej Ja idealnego (H2) a odczuwaną satysfakcją ze związku: $r = -0{,}67$; $p = 0{,}02$. Korelacja okazała się istotna statystycznie (zob. rysunek 1).

Rysunek 1. Podobieństwo Ja realnego i idealnego jednego z partnerów a odczuwana przez niego satysfakcja ze związku z krótkim stażem (do 12 miesięcy)

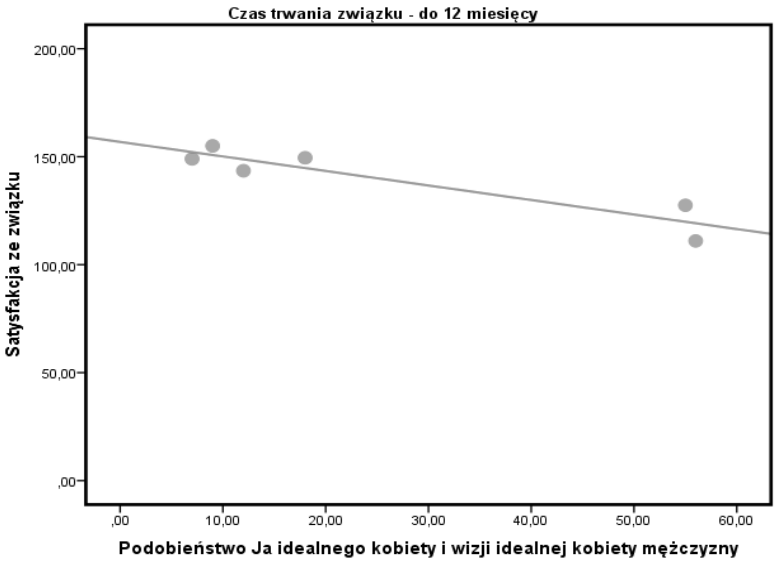


Źródło: badania własne.

Otóż między zmiennymi istnieje silny, istotny ujemny związek, co oznacza, że wśród par z krótkim stażem związku im bardziej dana osoba jest podobna do idealnej wizji siebie, tym mniejsza jest jej satysfakcja ze związku.

W kolejnym kroku obliczono współczynnik korelacji r-Pearsona pomiędzy podobieństwem Ja idealnego kobiety i wizją idealnej kobiety według jej partnera (Q3) w parach o stażu do 12 miesięcy, a satysfakcją ze związku tej pary: r = -0,93; p = 0,01. Korelacja okazała się istotna statystycznie.

Rysunek 2. Ja idealne kobiety i wizja idealnej kobiety jej partnera a satysfakcja ze związku w parze z krótkim stażem (do 12 miesięcy)

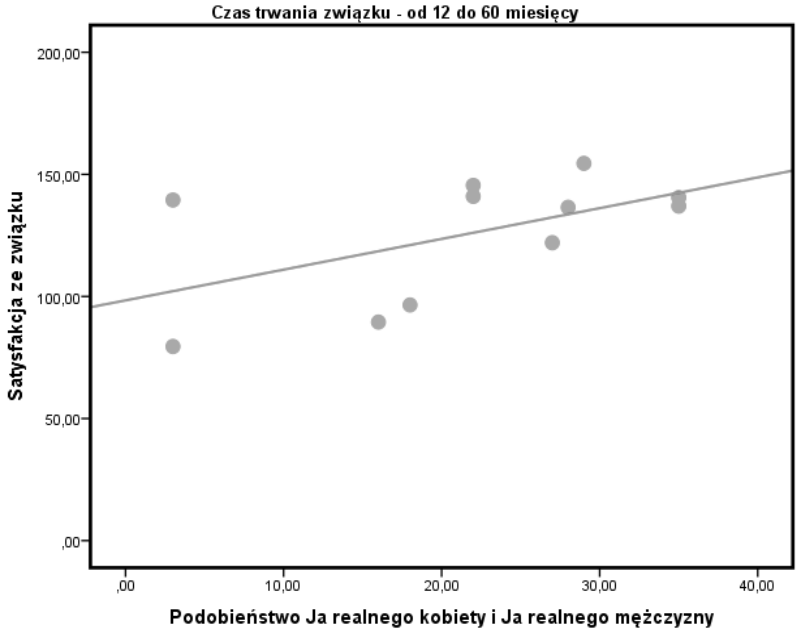


Źródło: badania własne.

Między zmiennymi istnieje silny, istotny związek ujemny. Zatem w parach o stażu do 12 miesięcy, im bardziej Ja idealne kobiety jest zbliżone do wizji idealnej kobiety jej partnera, tym mniejsza satysfakcja ze związku tej pary.

W parach o stażu pomiędzy 12 a 60 miesięcy obliczono współczynnik korelacji r-Pearsona pomiędzy podobieństwem Ja realnego kobiety i Ja realnego mężczyzny (H1), a satysfakcją ze związku tej pary: $r = 0{,}55$; $p = 0{,}08$. Korelacja okazała się być na poziomie tendencji.

Rysunek 3. Podobieństwo Ja realnego kobiety i Ja realnego mężczyzny a satysfakcja ze związku w parze ze średnim stażem (od 12 do 60 miesięcy)



Źródło: badania własne.

Okazuje się, że między zmiennymi istnieje umiarkowany związek dodatni na poziomie tendencji statystycznej. Zatem im bardziej partnerzy ze średnim stażem związku (od 12 do 60 miesięcy) są do siebie podobni, tym większą odczuwają satysfakcję ze związku.

Ponadto zastanawiający jest brak różnic w satysfakcji ze związku między kobietami i mężczyznami (Q1), dlatego zdecydowano się przeprowadzić analizę korelacji r-Pearsona pomiędzy satysfakcją ze związku kobiety i satysfakcją ze związku mężczyzny w tej samej parze: $r = 0{,}61$; $p = 0{,}001$. Przeprowadzona analiza wykazała, że między zmiennymi istnieje silny, istotny związek dodatni. Zatem im bardziej zadowolona ze związku jest kobieta, tym bardziej ze związku zadowolony jest mężczyzna (i odwrotnie). Wiedząc, że zgodność Ja realnego kobiety z wizją idealnej kobiety jej partnera nie koreluje z satysfakcją ze związku tej pary (H3), postanowiono sprawdzić, czy wizja idealnej kobiety w oczach kobiet i mężczyzn różni się między sobą (zob. tabela 1). W tym celu została przeprowadzona analiza jakościowa na podstawie wskazanych przez osoby badane cech idealnej kobiety.

Tabela 1. Cechy idealnej kobiety wśród kobiet i mężczyzn

Kobiety	Procent wskazań	Mężczyźni	Procent wskazań
czuła	96	czuła	96
kobieca	89	radosna	89
troskliwa	89	urocza	85
urocza	85	cierpliwa	85
radosna	85	zdolna	81
cierpliwa	85	troskliwa	81
ambitna	81	zaradna	81
umiejąca doceniać	81	atrakcyjna	77
miła	81	spokojna	77
atrakcyjna	77	przyjazna	77
pełna humoru	77		
mądra	77		

Źródło: badania własne.

Przedstawiona tabela zawiera najczęściej wskazywane cechy wśród badanych kobiet i mężczyzn. Wizja idealnej kobiety wśród badanych kobiet i mężczyzn jest zaskakująco zbieżna. Zarówno kobiety, jak i mężczyźni uznali, że idealna kobieta jest czuła. Tę cechę wskazali niemal wszyscy badani (96% kobiet i 96% mężczyzn). Według kobiet i mężczyzn cechy idealnej kobiety to także: troskliwa (89% kobiet i 81% mężczyzn), urocza (85% kobiet i 85% mężczyzn), radosna (85% kobiet i 89% mężczyzn), cierpliwa (85% kobiet i 85% mężczyzn) i atrakcyjna (77% kobiet i 77% mężczyzn). Można stwierdzić, że ideał kobiety wśród kobiet i mężczyzn jest zbliżony do siebie. W tej grupie znalazły się cechy, które pojawiły się tylko wśród danej płci. Biorąc pod uwagę odpowiedzi kobiet, wśród cech, które nie pojawiły się u mężczyzn, jest kobieca (89% wskazań). Kobiety jako cechy idealnej kobiety wskazały: ambitna (81% odpowiedzi), umiejąca doceniać (81% odpowiedzi), miła (81% odpowiedzi), pełna humoru (77% odpowiedzi) i mądra (77% odpowiedzi). Wśród mężczyzn pojawiły się takie cechy, jak: zdolna (81% wskazań), zaradna (81% wskazań), spokojna (77% wskazań) i przyjazna (77% wskazań).

DYSKUSJA

Okazuje się, że partnerzy, którzy są do siebie bardziej podobni pod względem cech osobowościowych, nie odczuwają wyższej satysfakcji ze związku w porównaniu do mniej podobnych do siebie partnerów. Nie oznacza to jednak, że możliwe jest przyjęcie hipotezy o większym znaczeniu komplementarności (uzupełniania się)

w satysfakcji ze związku, zwłaszcza że moderacja stażu potwierdza znaczenie podobieństwa dla satysfakcji ze związku u partnerów będących razem od 12 do 60 miesięcy. Przypuszcza się, że w tych parach mógł zachodzić efekt upodabniania, jednak to nie wyjaśniałoby braku podobnej zależności w parach o stażu powyżej 60 miesięcy.

Zgodnie z teorią Higginsa, odnoszącą się do rozbieżności między Ja realnym i idealnym, założono, że zgodność Ja realnego z Ja idealnym danej osoby będzie dodatnio korelować z odczuwaną przez nią satysfakcją ze związku. Zakładano, że niemożność realizacji wizji idealnej siebie może powodować wiele niekorzystnych skutków, które miałyby swoje odzwierciedlenie również w relacjach damsko-męskich. Jak się okazuje, poziom realizacji swojego ideału nie zwiększa odczuwanej satysfakcji ze związku (niezależnie od tego, czy badano kobiety, mężczyzn czy całą próbę). Co więcej, w parach o stażu związku wynoszącym do 12 miesięcy trend jest odwrotny – im bardziej dana osoba realizuje swój ideał, tym mniejsza jest jej satysfakcja ze związku. Być może osoba coraz bardziej zbliża się do swojego Ja idealnego w nadziei na poprawę własnego samopoczucia, samooceny lub też w celu osiągnięcia bardziej pozytywnego obrazu siebie w oczach partnera i w konsekwencji aby osiągnąć większe zadowolenie i satysfakcję ze związku. Niepowodzenie w osiągnięciu tych celów może skutkować rozpadem związku, co wyjaśniałoby fakt występowania powyższej zależności jedynie wśród par o krótkim stażu.

Badanie pokazało, że nie ma związku między podobieństwem Ja realnego kobiety, wizją idealnej kobiety jej partnera a odczuwaną przez nich satysfakcją ze związku. Prawdopodobnie oznacza to, że mężczyźni posiadają pewne wyobrażenia dotyczące idealnej kobiety i jednocześnie mają świadomość, że jest to wizja idealna, która nie ma odzwierciedlenia w rzeczywistości. Badanie pokazało, że zgodnie z doniesieniami z innych badań (Santtila i in., 2008) kobiety i mężczyźni nie różnią się w odczuwanej satysfakcji ze związku, co pokazuje, że żadna z płci nie ma inherentnych inklinacji do bycia bardziej zadowoloną z relacji romantycznych. Okazało się, że najsilniejszym predyktorem satysfakcji ze związku kobiety jest satysfakcja ze związku mężczyzny (i vice versa).

Okazało się również, że podobieństwo między Ja idealnym kobiety a wizją idealnej kobiety w oczach jej partnera nie wiąże się z satysfakcją ze związku. Może to oznaczać, że partnerzy nie mają dostępu do abstrakcyjnych idei na swój temat – kobieta do wizji idealnej kobiety według jej partnera, a mężczyzna do Ja idealnego swojej partnerki. Jednak znaczącą trudność sprawia interpretacja wyniku mówiącego o silnej korelacji ujemnej pomiędzy podobieństwem Ja idealnego kobiety i wizją idealnej kobiety jej partnera a satysfakcją w związkach o krótkim stażu. Być może uzyskany wynik jest artefaktem statystycznym.

Najistotniejszą korelacją w całym badaniu okazała się ta łącząca satysfakcję ze związku partnerów – im bardziej zadowolona ze związku jest kobieta, tym bardziej zadowolony jest jej partner (i odwrotnie). Oznacza to, że chociaż w badaniu nie uda-

ło się potwierdzić hipotezy podobieństwa, uzyskano ważny czynnik mogący przewidywać nie tylko satysfakcję ze związku, ale również jego trwałość. Tym samym to badanie zachęca do dalszych poszukiwań i badań. Być może jeśli z satysfakcją nie koreluje podobieństwo struktur Ja, to może zrobią to ich różnice, tym samym potwierdzając teorię o komplementarności doboru partnerów romantycznych.

PODSUMOWANIE

Sformułowane hipotezy dotyczące Ja realnego i Ja idealnego, wizji idealnej kobiety oraz satysfakcji ze związku nie przeszły próby empirycznego potwierdzenia. Okazało się, że podobieństwo między Ja realnym, idealnym czy wizją idealnej kobiety nie wiąże się z satysfakcją ze związku.

Jednym z czynników powodujących załamanie się planu badawczego mogła być mała próba oraz brak losowości osób do niej dobranych. Kwestionariusze uzupełniali ochotnicy, co pozwala stawiać pytanie, czy osoby, które wypełniły narzędzie do końca, nie były bardziej zadowolone w związku od tych, które do badania nie przystąpiły. Tę hipotezę zdaje się potwierdzać fakt, że kilku badanych przerwało wypełnianie testów, gdy przystąpili do CSI-32. Ogólna satysfakcja ze związku przebadanych par również była wysoka, a wyniki niskie stanowiły rzadkość. Gdyby badanie miało być powtórzone, należałoby znaleźć sposób na zachęcenie do wypełnienia kwestionariuszy również pary mniej zadowolone ze swoich związków. W przyszłości warto byłoby rozważyć wykorzystanie krótszego narzędzia niż Skala Przymiotnikowa ACL, która zawiera 300 przymiotników, natomiast osoby badane trzykrotnie musiały wypełniać to narzędzie. Poszukiwanie właściwych przymiotników wśród 300 pozycji (i to wielokrotnie) mogło być dla badanych nużące, ponadto część z przymiotników w narzędziu była nieaktualna lub mogła być opacznie zrozumiana przez badanych (przykładowo: z ikrą, spolegliwy, oportunistyczny).

Brak jednoznacznej konkluzji wyników zachęca do poszerzenia badania o nowe zmienne przewidujące, takie jak satysfakcja z życia, a także skupienie się nie tylko na podobieństwie badanych, ale również ich różnicach. Dzięki temu możliwe stałoby się bezpośrednie porównanie siły efektu podobieństwa i komplementarności na satysfakcję ze związku. Ponadto choć badanie skupiło się głównie na Ja idealnym i Ja realnym kobiet, uwzględnienie analogicznych analiz u mężczyzn mogłoby pogłębić zrozumienie dynamiki w związkach romantycznych.

BIBLIOGRAFIA

Anderson, T.L., & Emmers-Sommer, T.M. (2006). Predictors of Relationship Satisfaction in Online Romantic Relationships, *Communication Studies,* 57(2), 153-172.

Barta, W.D., & Kiene, S.M. (2005). Motivations for infidelity in heterosexual dating couples: The roles of gender, personality differences, and sociosexual orientation. *Journal of Social and Personal Relationships, 22*(3), 339-360.

Bąk, W. (2002). E. Tory Higginsa teoria rozbieżności ja. *Przegląd Psychologiczny*, *45*(1), 39-55.

Bąk, W. (2008). Struktura rozbieżności Ja w zaburzeniach psychicznych. *Czasopismo Psychologiczne, tom 14, nr 2*, 115–129.

Bąk, W., Oleś, P. (2008). Koncepcja trzech planów organizacji systemu Ja. W: M. Plopa, M. Błażek (red.), *Współczesny człowiek w świetle dylematów i wyzwań: perspektywa psychologiczna* (s. 45–55). Oficyna Wydawnicza Impuls, Kraków.

Be, D., Whisman, M.A., & Uebelacker, L.A. (2013). Prospective associations between marital adjustment and life satisfaction. *Personal Relationships, 20*(4), 728–739.

Belsky, J., Steinberg, L., & Draper, P. (1991). Childhood experience, interpersonal development, and reproductive strategy: An evolutionary theory of socialization. *Child development, 62*(4), 647-670.

Bielak, A. (2015). Kobieta jako więzień konwencji. Kształtowanie etosu życiowego wobec współczesnych uwarunkowań i stereotypów. *Acta Humana, 6*, 103-117.

Buss, D.M., i Przylipiak, P.M. (2001). Psychologia ewolucyjna. Jak wytłumaczyć społeczne zachowania człowieka? Najnowsze koncepcje. GWP Gdańskie Wydawnictwo Psychologiczne, Gdańsk.

Byers, E.S. (2005) Relationship satisfaction and sexual satisfaction: A longitudinal study of individuals in long- term relationships, *The Journal of Sex Research, 42*(2), 113-118.

Collins, N., & Read, S. J. (1990). Adult attachment, working models, and relationship quality in dating couples. *Journal of Personality and Social Psychology, 58*, 644–663.

Cramer, D. (2000). Relationship Satisfaction and Conflict Style in Romantic Relationships, *The Journal of Psychology, 134*(3), 337-341.

Deux, K., & Lewis, L.L. (1984). The structure of gender stereotypes: Interrelationships among components and gender label. *Journal of Personality and Social Psychology, 46*, 991-1004.

Eastwick, P.W., Finkel, E.J., & Eagly, A.H. (2011). When and why do ideal partner preferences affect the process of initiating and maintaining romantic relationships? *Journal of Personality and Social Psychology, 101*(5), 1012–1032.

Epstein, S. (1973). The self-concept revised: Or a theory of a theory. *American Psychologist, 28(5)*, 404-416.

Eysenck, H.J., & Wakefield, J.A. (1981). Psychological factors as predictors of marital satisfaction. *Advances in Behavior Research and Therapy, 3*, 151–192.

Frazier, P.A., Byer, A.L., Fischer, A.R., Wright, D.M., & DeBord, K.A. (1996). Adult attachment style and partner choice: Correlational and experimental findings. *Personal Relationships, 3*, 117–136.

Funk, J.L., & Rogge, R.D. (2007). Testing the ruler with item response theory: Increasing precision of measurement for relationship satisfaction with the Couples Satisfaction Index. *Journal of Family Psychology, 21*(4), 572–583.

Gough, H.G., Heilbrun, A.B. (1980). *The Adjective Check List*. Manual 1980 Edition. Palo Alto: Consulting Psychologists Press.

Guerrero, L.K., Anderson, P.A., & Afifi, W.A. (2011). *Close Encounters: Communication in Relationships* (3rd ed.). Los Angeles: Sage.

Hall, C.S., Lindzey, G. (2001). *Teorie osobowości.* PWN, Warszawa.

Higgins, E.T. (1987). Self-discrepancy: A theory relating self and affect. *Psychological Review, 94*(3), 319-340.

Hill, C.T., Rubin, Z., & Peplau, L.A. (1976). Breakups before marriage: The end of 103 affairs. *Journal of Social Issues*, *32*(1), 147-168.

Joel, S., Eastwick, P.W., Allison, C.J., Arriaga, X.B., Baker, Z.G., Bar-Kalifa, E., Bergeron, S. et al. (2020). *Machine learning uncovers the most robust self-report predictors of relationship quality across 43 longitudinal couples studies*. *PNAS, 117* (32) 19061-19071.

Kaźmierska, M. (2013). Postrzegana empatia partnera jako predyktor satysfakcji ze związku romantycznego. *Psychologia Społeczna, VIII*(27), 435–447.

Kihlstrom, J.F., & Klein, S.B. (1994). The self as a knowledge structure. W: R.S. Wyer, T.K. Srull (red.), *Handbook of social cognition*, Vol. 1: Basic processes (153-208). Erlbaum, New Jersey.

Kimmes, J.G., Edwards, A.B., Wetchler, J.L., & Bercik, J. (2014). Self and other ratings of dyadic empathy as predictors of relationship satisfaction. *The American Journal of Family Therapy, 42*(5), 426-437.

Kochan-Wójcik, M., Piskorz, J. (2010). Zmiany w zakresie postrzegania i oceny własnego ciała wśród kobiet od okresu dojrzewania do dorosłości, *Psychologia Rozwojowa*, *15(3)*, 21–32.

Kozielecki, J. (1986). *Psychologiczna teoria samowiedzy*. Wydawnictwo Naukowe PWN, Warszawa.

Li, T., & Fung, H.H. (2011). The dynamic goal theory of marital satisfaction. *Review of General Psychology, 15*(3), 246–254.

Litzinger S., & Gordon, C.C. (2005) Exploring Relationships Among Communication, Sexual Satisfaction, and Marital Satisfaction, *Journal of Sex & Marital Therapy, 31*(5), 409-424.

Mandal, E. (2003). *Kobiecość i męskość*. Wydawnictwo Akademickie „Żak", Warszawa.

Markus, H. (1977). Self-schemata and processing information about the self. *Journal of Personality and Social Psychology, 35*(2), 63-78.

Millar, K.U., & Millar, M.G. (1988). Sex differences in perceived self- and other-disclosure: A case where inequity increases satisfaction. *Social Behavior and Personality: An International Journal*, *16*(1), 59–64.

Murray, S.L., Holmes, J.G., & Griffin, D.W. (1996). The benefits of positive illusions: Idealization and the construction of satisfaction in close relationships. *Journal of Personality and Social Psychology, 70*(1), 79–98.

Pilarska, A. (2012). *Ja i tożsamość a dobrostan psychiczny*. Wydawnictwo Naukowe WNS UAM, Poznań.

Plopa, M. (2011). *Psychologia rodziny: teoria i badania*. Oficyna Wydawnicza Impuls. Kraków.

Robles, T.F., Slatcher, R.B., Trombello, J.M., & McGinn, M.M. (2014). Marital quality and health: A meta-analytic review. *Psychological Bulletin, 140*(1), 140–187.

Rogers C.R. (2002). *O stawaniu się osobą*. Dom Wydawniczy Rebis, Poznań.

Rusbult, C.E. (1983). A longitudinal test of the investment model: The development (and deterioration) of satisfaction and commitment in heterosexual involvements. *Journal of Personality and Social Psychology, 45*(1), 101-117.

Santtila, P., Wager, I., Witting, K., Harlaar, N., Jern, P., Johansson, A., & Sandnabba, N.K. (2007). Discrepancies between sexual desire and sexual activity: Gender differences and associations with relationship satisfaction. *Journal of Sex & Marital Therapy*, *34*(1), 31-44.

Suszek, H. (2007). Różnorodność wielości ja. *Roczniki Psychologiczne, 10*(2), 7-37.

Watson, D., Hubbard, B., & 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*(3), 413-449.

Williams, G.C. (1975). *Sex and evolution*. Princeton University Press.

Wojciszke, B. (2010). *Sprawczość i wspólnotowość. Podstawowe wymiary spostrzegania społecznego.* GWP, Gdańsk.

Wyer, R.S. (2007). Principles of mental representation. W: A. Kruglanski, E.T. Higgins (red.), *Social psychology: Handbook of basic principles* (285-231). Guilford, New York.

Yoo, H., & Bartle-Haring, S., Day, R.D., & Gangamma, R. (2014). Couple Communication, Emotional and Sexual Intimacy, and Relationship Satisfaction, *Journal of Sex & Marital Therapy, 40*(4), 275-293.
Zaczek, P. (2014). Ideały współczesnej kobiety i mężczyzny – doniesienie z badań. W: M. Stopikowska, R. Stopikowski (red.), *Ku małżeństwu. Media w procesie wychowania* (157-174). Wydawnictwo „Ateneum – Szkoła Wyższa", Gdańsk.

Zentner, M.R. (2005). Ideal mate personality concepts and compatibility in close relationships: A longitudinal analysis. *Journal of Personality and Social Psychology, 89*(2), 242–256.

JA REALNE I JA IDEALNE KOBIET A SATYSFAKCJA ZE ZWIĄZKU: BADANIE KORELACYJNE PAR MŁODYCH DOROSŁYCH

Streszczenie: Celem artykułu jest charakterystyka dynamiki Ja realnego i Ja idealnego w diadach partnerskich oraz zrozumienie ich znaczenia dla satysfakcji ze związku. Artykuł ma na celu odpowiedzieć na pytanie, czy Ja idealne kobiety różni się od wizji idealnej kobiety jej partnera. Czy zgodność tych konstruktów będzie dodatnio korelować z satysfakcją ze związku? Przeprowadzono badanie korelacyjne par młodych dorosłych, wykorzystując Listę Przymiotnikową ACL oraz Skalę Satysfakcji ze Związku CSI-32. Badanie pokazało, że im bardziej zadowolona ze związku jest kobieta, tym bardziej zadowolony jest jej partner i odwrotnie. W związkach krótkich (do 12 miesięcy), partnerzy nieusatysfakcjonowani silniej realizują swoje Ja idealne, w związkach średnich (od 12 do 60 miesięcy), partnerzy o podobnych cechach odczuwają wyższą satysfakcję ze związku niż partnerzy różniący się od siebie.

Słowa kluczowe: Ja idealne, Ja realne, młodzi dorośli, pary heteroseksualne, satysfakcja ze związku

REAL SELF AND IDEAL SELF OF WOMEN AND RELATIONSHIP SATISFACTION: A CORRELATIONAL STUDY OF YOUNG ADULT COUPLES

Abstract: The aim of this study is to describe the dynamics of the actual self and ideal self in romantic relationships and understand the link with relationship satisfaction. The article aims to answer the question of whether the ideal self of a woman differs from the partner's ideal self of a woman? Will the alignment of these constructs positively correlate with relationship satisfaction? It is a correlation study of young adult couples using The Adjective Check List ACL and Couples Satisfaction Index CSI-32. The study found that the more satisfied one person is with a relationship, the more satisfied the partner is. In short relationships (up to 12 months), dissatisfied partners strongly realize their ideal self, in medium relationships (from 12 to 60 months), partners with similar characteristics have higher relationship satisfaction than those who differ from each other.

Keywords: actual self, ideal self, heterosexual couples, relationship satisfaction, young adult