

DOROTA KATARZYNA SUWALSKA-BARANCEWICZ

Instytut Psychologii, Uniwersytet Kazimierza Wielkiego w Bydgoszczy
Institute of Psychology, Kazimierz Wielki University, Bydgoszcz
e-mail: dsbarancewicz@ukw.edu.pl

Przywiązanie w dorosłości a jakość funkcjonowania w bliskim związku emocjonalnym w świetle wybranych wyników badań

Attachment in adulthood and the quality of close relationships in the light of selected study results

Abstract. The attachment theory is one of the more significant and empirically confirmed theories, which provides a relatively full explanation of the specificity of close relationships. Continuators of Bowlby (2007), while making a significant contribution to the development of research in this area, contributed to the knowledge of how people with variously shaped attachment styles function.

In the presented study we analyze relationships of attachment, with such variables as: emotional control, communication, preference as regards the partner, perception of the partner, as well as aggression and violence towards the partner.

This article presents empirical evidence that safely, confidently attached people (whose avoidance and anxiety level is low), have the ability to function in relationships, increasing the chance of success in a relationship and the sense of contentment of the partners. In contrast, individuals with insecure attachment patterns may be more likely to experience difficulty in a close relationship.

Key words: attachment, quality of a relationship, satisfaction of couples

Słowa kluczowe: przywiązanie, jakość funkcjonowania związku, satysfakcja z relacji

WPROWADZENIE

Koncepcja przywiązania Johna Bowlby'ego ukazuje znaczenie wczesnodziecięcych doświadczeń i ich roli w procesie budowania satysfakcjonujących relacji z innymi ludźmi w ciągu całego życia (Ainsworth i in., 1978; Hazan, Shaver, 1987; Bartholomew, Horowitz, 1991; Płopa, 2014). Twórca teorii przywiązania wyraźnie podkreślił, że uformowane na bazie wczesnych relacji z opiekunem modele operacyjne własnej osoby oraz innych ludzi są istotne w procesie nawiązywania bliskich relacji w dorosłości (Bowlby, 2007). Oczekiwania i przekonania

na temat tych interakcji wpływają na późniejsze doświadczanie bliskich związków, skłaniają jednostki do budowania określonego rodzaju relacji z innymi osobami i funkcjonowania w nich (Crowell, Treboux, 1995; Bretherton, Munholland, 1999).

Charakter relacji przywiązaniowej, kształtowanej we wczesnych latach, jest ważny dla rozwoju psychospołecznego i emocjonalnego człowieka w ciągu całego jego życia, a nawiązywanie uczuciowych kontaktów i budowanie intymnych relacji z drugim człowiekiem to jedne z istotnych zadań, przed jakimi staje człowiek w okresie wczesnej dorosłości (Havighurst,

1981; Erikson, 1997; Ziółkowska, 2005). Wejście w bliską relację z drugą osobą i nawiązana z nią więź stwarzają partnerom okazję do realizacji wielu ludzkich potrzeb, od zaspokojenia których zależy nie tylko powodzenie związku, ale również jakość ich życia (Hazan, Shaver, 1987; Doroszewicz, 2008). Dzięki intymnej relacji jednostka realizuje jedno z trudniejszych zadań rozwojowych, rozwiązując kryzys między intymnością a izolacją społeczną (Hall, Lindzey, Campbell, 2004). Sposób, w jaki to uczyni, tworząc nową koncepcję życia (wspólnie z wybranym towarzyszem), określony jest przez ukształtowany wzorec przywiązania (Malina, 2014). Doniesienia badawcze wskazujące na trafność ustaleń teorii przywiązania – w odniesieniu do indywidualnych osób, jak i tworzonych przez nie relacji – są przedmiotem prezentowanego opracowania.

BADANIA NAD PRZYWIĄZANIEM W OKRESIE DOROSŁOŚCI

Zdaniem Johna Bowlby'ego przywiązanie to wrodzony system motywacyjno-behawioralny o wymiarze afektywnym, poznawczym oraz neurofizjologicznym (Bowlby, 1978, 1980, 1988). To także wewnętrzna, intrapsychniczna struktura, budowana i rozwijana na podstawie indywidualnych doświadczeń z obiektem przywiązania już w najwcześniejszym okresie życia.

Przywiązanie, jako szczególny rodzaj więzi, cechuje się kilkoma właściwościami. Jest ono różnicujące i specyficzne, gdyż osobę, z którą nawiązana jest więź, trudno zastąpić. Cechuje je także wyjątkowa stałość, gdyż przywiązanie nie zanika na skutek habituacji, trwa nawet pomimo braku wzmocnienia, a rozłąka z figurą przywiązania wywołuje tęsknotę, która znika bardzo powoli, opornie i niecałkowicie, nawet wtedy, gdy w otoczeniu dziecka pojawiają się inni opiekunowie. Ponadto przywiązanie wykazuje także pewną „odporność”, „wytrzymałość” na negatywne doświadczenia, na przykład utrzymuje się pomimo zaniedbywania i krzywdzenia przez opiekuna (Stawicka, 2008). Nie wyklucza to jednak możliwości modyfikacji więzi pod wpływem pozytywnych doświadczeń,

gdyż model relacji społecznych może podlegać zmianom rozwojowym. Zdaniem twórców teorii przywiązania znacząco wpływa na zachowanie, regulację emocji, spostrzeganie oraz interpretację bodźców dotyczących przywiązania (Plopa, 2014, s. 142).

Wiele badań wskazuje, że model przywiązania wyraźnie różnicuje zadowolenie z dorosłych relacji, a przez to w pewien sposób decyduje o strukturze doświadczeń podmiotu (np.: Hazan, Shaver, 1987; Collins, Read, 1990; Bartholomew, Horowitz, 1991; Carnelley, Pietromonaco, Jaffe, 1994; Feeney, 1996; Cobb, Davila, Bradbury, 2001). Rezultaty licznych badań podkreślają znamienne rolę bezpiecznego przywiązania jako predyktora satysfakcjonujących, bliskich, ciepłych i intymnych relacji, w przeciwieństwie do pozabezpiecznych stylów przywiązania, czyli lękowo-ambiwalentnego i unikającego (Kaźmierczak, Plopa, 2006; Liberska, Suwalska, 2011a, 2011b, 2011c). Bezpieczne przywiązanie stanowi też istotny element satysfakcjonującego i pozytywnego współżycia. Osoby o tak ukształtowanym stylu przywiązania z łatwością nawiązują intymne relacje, nie boją się być zależnym od partnera, a siebie i innych postrzegają jako godnych miłości i wartościowych. Są empatyczne i otwarte, angażują się w swój związek, cechują się pozytywnym stylem komunikacji i tendencją do rozwiązywania problemów oraz sytuacji konfliktowych. Jednostki przywiązane w sposób lękowo-ambiwalentny wyrażają przekonanie, że ich partner nie jest gotowy angażować się w bliskie relacje, co jest powodem ich zdenerwowania i wzmożonej chęci bycia w bliskości. Nadmiernie niepokoją się o trwałość związku z partnerem. Ich relacje często przepełnione są konfliktami, zazdrością, zanikiem romantyzmu. Styl unikający charakteryzuje się natomiast stroniением od partnera relacji, brakiem zaangażowania w związek, nieumiejętnością wspierania bliskiej osoby. Jednostki o tak ukształtowanym stylu nie wykazują potrzeby bliskości i drażni je poczucie współzależności, dlatego też w bliskich relacjach odczuwają dyskomfort, z obawą traktują intymność, są zdystansowane. Trudność sprawia im bycie blisko z drugim człowiekiem (Hazan, Shaver, 1987; Feeney, Noller, 1990; Simpson,

1990; Bartholomew, Horowitz, 1991; Fitzpatrick i in. 1993; Kirkpatrick, Davis, 1994; Kobak, Deummler, 1994; Simpson, Rholes, Phillips, 1996; Feeney, 1996; Feeney, Noller, Roberts, 2000; Cobb, Davila, Bradbury, 2001; Mikulincer i in. 2002; Kerr i in. 2003; Mikulincer, Shaver, 2007; Davila, Kashy, 2009).

W większości badań skupiano się na analizie znaczenia wzorca więzi dla funkcjonowania w relacjach romantycznych. Poszukiwano znaczenia orientacji przywiązaniowej między innymi dla określenia satysfakcji z relacji, komunikacji w związku, poziomu zaangażowania, wsparcia, sposobu rozwiązywania konfliktów czy też strategii radzenia sobie w trudnych sytuacjach. Poznanie tych zależności dostarczyło wielu istotnych informacji na temat sposobów funkcjonowania związków intymnych. Badania w tym zakresie często jednak ograniczały się do tylko do rozpoznawania znaczenia wzorca więzi każdego partnera z osobna dla określenia przebiegu wzajemnych interakcji. Obecnie coraz większa liczba badaczy podkreśla, że w celu pełniejszego zrozumienia relacji w związkach partnerskich należy wziąć pod uwagę nie tylko jednostkowy charakter partnerów, ale całą diadę, ponieważ partnerzy nie tylko indywidualnie, ale również wspólnie kształtują swoją relację (Rutter, 1983; Harwas-Napierała, 2006; Robins, Caspi, Moffitt, 2000). Uwzględnienie specyfiki procesu interakcji partnerów, a nie tylko właściwości indywidualnych każdego z nich (Rutter, 1983; Gottman, 1994; Fincham, 1994), umożliwia bardziej precyzyjne zrozumienie dynamiki rodziny (Akister, Reibstein, 2004).

Teoria współzależności w bliskich związkach (Holmes, 2002; Wojciszke, 2005) odwołuje się do wzajemnych interakcji partnerów. Zakłada, że spostrzeganie i zachowanie jednego partnera nie są niezależne od drugiego partnera, a wręcz przeciwnie – są z sobą powiązane (Kelley, Thibaut, 1978) i partnerzy wpływają obustronnie na swoje reakcje i zachowania (Kenny, Ledermann, 2010; Loeys, Molenberghs, 2013). Interakcje między partnerami sprzyjają wzajemnym oddziaływaniom i wpływom na doświadczenia własne i partnera (Eid, Boucher, 2012). Model zakładający, że jednostki

diady w sposób naturalny oddziałują na siebie, pozwala badać współzależności w ramach relacji międzyludzkich. Bywa on wykorzystywany w badaniu par systemu rodzinnego, w tym związków romantycznych, diady matka–dziecko czy też rodzeństwa (Knabb, Vogt, 2011). Poniżej zostaną przedstawione wyniki wybranych badań rozpatrujących znaczenie przywiązania dla jakości bliskiego związku emocjonalnego.

PRZYWIĄZANIE, KONTROLA I EKSPRESJA EMOCJONALNA A SATYSFAKCJA Z RELACJI

Judith Feeney (1996) w swoich badaniach dotyczących przywiązania, kontroli emocjonalnej i satysfakcji ze związku dowiodła, że styl przywiązania i zmienne dotyczące kontroli emocjonalnej są predyktorami satysfakcji ze związku i odgrywają ważną rolę w kształtowaniu klimatu emocjonalnego małżeństwa. Wynik ten podkreśla znaczenie ekspresji emocjonalnej dla jakości relacji (Noller, Fitzpatrick, 1990). Pozytywny afekt i otwarte wyrażanie emocji charakterystyczne są dla jednostek bezpiecznie przywiązanych, a związki tych osób częściej rozpoznawalne są jako satysfakcjonujące. Z kolei częstsze i intensywniejsze doświadczanie emocji negatywnych charakteryzuje osoby niepewnie przywiązane, które mają tendencję do obawiania się o swój związek z partnerem i oceniają go mniej pozytywnie.

Prowadzono również badania związku przywiązania z emocjami, a ściślej z ekspresją emocjonalną, oraz doświadczeniami młodych dorosłych. Jedne z nich wykazały, że osoby bezpiecznie przywiązane przejawiają wyższy poziom ekspresji emocjonalnej, relacjonują niski poziom doświadczanego smutku, charakteryzuje je natomiast częstsze odczuwanie przyjemności. W przeciwieństwie do nich osoby przywiązane w sposób lękowo-ambiwalentny wskazywały na większą liczbę negatywnych doświadczeń, zahamowanie emocjonalne oraz przewagę negatywnej ekspresji emocjonalnej, na którą składały się takie uczucia, jak gniew, obrzydzenie, wina, strach i zdenerwowanie (Kerr i in., 2003). Jednostki te czują się zazdrosne o swojego part-

nera i są pełne podejrzliwości, co skłania je do podejmowania takich zachowań, jak śledzenie swojego partnera albo natarczywość względem niego (Mikulincer, Shaver, 2007). Jednostki o przywiązaniu unikającym także charakteryzują się wyższym zahamowaniem emocjonalnym w porównaniu z osobami bezpiecznie przywiązanymi i doświadczają mniej negatywnego afektu niż lękowo-ambivalentne osoby – więcej jednak niż osoby bezpiecznie przywiązane.

Na podstawie przytoczonych wyników można wysnuć wniosek, że osoby przywiązane w sposób lękowo-ambivalentny, pozostające w bliskiej relacji z partnerem, wykazywały poziom ekspresji emocjonalnej zbliżony do osób przywiązanych w sposób bezpieczny oraz niższe od nich zahamowanie emocjonalne. W przypadku gdy nie były w związku, ich ekspresja była porównywalna z ekspresją osób o przywiązaniu unikającym. Wniosek z tych badań potwierdza doniosłą rolę bliskich relacji w dorosłym życiu i podbudowuje tezę głoszącą, że styl przywiązania może być modyfikowany pod wpływem pozytywnych oraz negatywnych doświadczeń z nim związanych (Scharfe, Bartholomew, 1994; Crowell, Treboux, Waters, 2002).

PRZYWIĄZANIE, KOMUNIKACJA A SATYSFAKCJA Z RELACJI

Badania Maria Mikulincera, Victora Floriana, Carolyn Cowan i Philipa Cowana (2002) nad znaczeniem przywiązania dla jakości związku partnerów spotykających się na randkach również dowiodły, że bezpieczne przywiązanie związane jest z większą satysfakcją z relacji, która charakteryzuje się emocjonalnym zaangażowaniem, intymnością, opiekuńczością, wiarą i przyjazną komunikacją – w odróżnieniu od innych jego rodzajów. Także Mary Fitzpatrick, Joyce Fey, Chris Segrin i Janet Schiff (1993) rozpatrywali rolę komunikacji w związku partnerów i jej związek z przywiązaniem. W swoich badaniach wykazali, że wyższy poziom wzajemnej, partnerskiej komunikacji, niestawianie wymagań i brak wycofywania się określają jednostki bezpiecznie przywiązane. Marilyn Senchak i Kenneth Leonard (1992) dodatkowo wskazu-

ją, że relacje partnerów są bardziej pozytywne wtedy, gdy oboje z nich cechują się bezpiecznym stylem przywiązania, niż w przypadku, gdy jeden z nich (lub oboje) prezentuje niepewny wzorzec więzi. W badaniach dotyczących przywiązania, współzależności i zaangażowania w relacje między partnerami okazało się, że partnerzy o bezpiecznym typie więzi cechują się większym zaangażowaniem w związek i częściej podejmują zobowiązania względem partnera niż jednostki charakteryzujące się niepewnymi wzorcami przywiązania, które w mniejszym stopniu skłonne są angażować się w relację (Simpson, 1990).

W badaniach Thomasa Morrisona, Beth Goodlin-Jones i Anthony'ego Urquiza (1997) zaklasyfikowano badane osoby do trzech grup, z których każda reprezentowała poszczególne style przywiązania według typologii Cindy Hazan i Philipa Shavera (1987)¹. Badani zostali poproszeni o dokonanie oceny swojego związku pod względem zachowań atakujących i poziomu kontroli. Okazało się, że osoby zaklasyfikowane jako unikające i lękowo-ambivalentne określały swoje relacje jako wrogie i mniej bezpieczne oraz ujawniały tendencję do oddalania się od partnera. Osoby, które doświadczały mniej bezpieczeństwa przywiązaniowego, opisywały również inne osoby (nie tylko partnerów) jako bardziej wrogie. W przeciwieństwie do nich ufnie przywiązane jednostki wykazywały pozytywny afekt w swoich relacjach i nie dystansowały się od partnera. Ponadto zgłaszały mniej zachowań atakujących i protestujących w swoich związkach oraz były bardziej uległe niż osoby przywiązane w sposób unikający czy lękowo-ambivalentny. Na tej podstawie stwierdzono, że większe bezpieczeństwo w związku wiąże się również z większą współzależnością między partnerami.

PRZYWIĄZANIE, PERCEPCJA I PREFERENCJA PARTNERA A JAKOŚĆ RELACJI

Z perspektywy teorii przywiązania dla zadowalającego funkcjonowania związku partnerów kluczowym aspektem jest również preferencja

dotycząca stylu przywiązania życiowego partnera. Bjarne Holmes i Kimberly Johnson (2009) oraz Nancy L. Collins i Stephen J. Read (1990) wykazali, że bezpiecznie przywiązane jednostki wybierają bezpiecznie przywiązanych partnerów. Ufny styl więzi sprawia, że osoby ją reprezentujące stają się atrakcyjnymi partnerami dla jednostek o wszystkich stylach przywiązaniowych (Feeney, Noller, Roberts, 2000). Z kolei jednostki przywiązane lękowo są atrakcyjne dla osób lękowo przywiązanych ze względu na podobną potrzebę i pragnienie intymności. Jednostki o przywiązaniu unikającym są atrakcyjne dla innych podobnych pod tym względem ze względu na cechujące je silne pragnienie autonomii. Wybór partnera jest dokonywany na podstawie prawdopodobieństwa odpowiedniego reagowania na potrzeby, wynikającego z systemu przywiązania oraz zapewnienia pozytywnych opinii, niezbędnych do samooceny. Ponadto B. Holmes i K. Johnson (2009) twierdzą, że lękowo przywiązane jednostki mogą utrzymać związek z unikającym partnerem. Literatura wskazuje, że są to „najtrudniejsze” związki. Paradoksalnie partnerzy w takim związku otrzymują potwierdzenie tego, czego boją się najbardziej. Jednostki lękowo-ambiwalentne obawiają się, że niedostępny emocjonalnie partner może je porzucić, ponieważ mają większą niż on potrzebę bliskości. Potrzeba niezależności i niski poziom intymności partnera unikającego utwierdzają lękowo przywiązaną jednostkę, że jest niewarta miłości. Z kolei jednostki unikające, minimalizując zaangażowanie, pragnienia intymności i nadmiernej zależności osoby lękowej, utwierdzają siebie w przekonaniu, że są godne miłości, a inni są zależni i potrzebujący wsparcia. Związki te, pomimo paradoksalnego wzorca interakcji, powodującego wzajemne niezadowolenie, są zaskakująco trwałe, co pokazały badania podłużne Lee Kirkpatricka i Keitha Davisa (1994).

Oczekiwania partnerów względem siebie oraz drugiej osoby, wynikające z wewnętrznie ukształtowanych modeli operacyjnych relacji przywiązaniowej, a także sposób ich percypowania, mogą być ważnym predyktorem w definiowaniu natury i jakości funkcjonowania związku. Wyniki badań w tym zakresie

wskazują, że im bardziej pozytywnie postrzegany jest partner, tym zadowolenie z relacji jest wyższe (Cobb, Davila, Bradbury, 2001). Spostrzeganie partnera w sposób pozytywny, jako zdolnego zaspokoić potrzeby drugiego człowieka i dążącego do bliskości z nim w sytuacji problemowej, może promować poczucie bezpieczeństwa w związku, podnosząc w ten sposób jakość jego funkcjonowania.

Znaczenie modeli roboczych relacji przywiązaniowej w kontekście codziennych interakcji partnerów analizowały również Paula Pietromonaco i Lisa Feldman Barrett (1997). W zastosowanej przez nie procedurze badawczej uczestnicy badania opisywali swoje myśli i uczucia dotyczące interakcji z partnerem, a także wypełniali kwestionariusze samoopisowe. Wyniki dowiodły, że partnerzy przywiązani w sposób bezpieczny i zaabsorbowany² pozytywniej oceniali wzajemne interakcje i odczuwali z nich większą satysfakcję niż partnerzy charakteryzujący się pozabezpiecznymi stylami przywiązania. Zaabsorbowane jednostki postrzegały większą intymność i ujawnianie siebie w codziennych interakcjach z partnerem niż partnerzy odrzucająco-unikający, ale jednocześnie przejawiały niższą samoocenę niż ufnie przywiązane osoby. Dodatkowo odrzucająco-unikający doświadczali więcej negatywnych emocji w codziennych spotkaniach ze swoim partnerem niż osoby bezpiecznie przywiązane. Te ostatnie w sytuacjach konfliktowych potrafiły na nowo odzyskać poczucie bezpieczeństwa, w przeciwieństwie do jednostek odrzucających, które negatywnie, często gniewnie reagowały w obliczu konfliktów (Barrett, Holmes, 2001). Wyniki te potwierdzają, że różne ukształtowane modele operacyjne wpływają na różnorodne zachowania człowieka w specyficznych sytuacjach społecznych.

PRZYWIĄZANIE, INTYMNOŚĆ A JAKOŚĆ FUNKCJONOWANIA PARTNERÓW W ZWIĄZKU

Jak już wielokrotnie wspomniano, wiele badań dotyczących jakości funkcjonowania partnerów w związku w zależności od charakte-

rystycznego dla nich typu więzi bezspornie potwierdza istotne znaczenie bezpiecznej więzi dla jakości relacji między partnerami. Mario Mikulincer i Phillip Shaver (2007) wskazują, że bezpiecznie przywiązane jednostki budują bardziej stabilne, romantyczne i małżeńskie związki, w których przejawiają wyższą intymność, wyższe zaangażowanie. Innych postrzegają jako rzetelnych, pomocnych, działających w dobrej wierze i posiadających dobre serce (Fuller, Fincham, 1995). Wymienieni badacze dowodzą, że bliskie relacje osób przywiązanych w sposób lękowo-ambiwalentny są pełne lęku, niepokoju i złości. W wyniku wczesnodziecięcych doświadczeń, które utwierdziły je w przekonaniu, że nie można liczyć na wsparcie i pomoc najbliższej osoby, nauczyły się wymagać więcej uwagi i zapewnień oraz dowodów miłości od partnerów bliskich relacji, co łatwo uszkadza i niszczy ich wzajemne relacje. Zranione uczucia i gniew, przepełniające jednostki lękowo-ambiwalentne, czasami skłaniają je do popełniania przestępstw względem swojego partnera, takich jak na przykład nadużycia seksualne czy też innego rodzaju przemoc, gdy ten chce zrezygnować z relacji. Z kolei osoby o ukształtowanym unikającym stylu przywiązania są niewrażliwe na potrzeby swojego partnera, nie wykazują względem niego empatii, nie reagują na jego prośby o pomoc i wsparcie oraz odczuwają dyskomfort płynący z bliskości.

Na podstawie badań związku przywiązania i intymności w relacji stwierdzono, że związki osób o bezpiecznym stylu przywiązania, poza wysokim zaufaniem i przyjacielskim nastawieniem względem partnera, charakteryzują się również wysokim poziomem intymności seksualnej (Schachner, Shaver, Gillath, 2004; Tracy i in., 2003). Kontakt fizyczny stanowi dla nich wzbogacenie i pogłębienie intymności, jest doznaniem pełnym przyjemności, ale tylko w kontekście trwałych związków interpersonalnych, a nie przygodnych. Lękowo-ambiwalentne jednostki, niepokojąc się oceną ich atrakcyjności przez partnera, bojąc się potencjalnego odrzucenia i opuszczenia przez niego, mogą postrzegać kontakty seksualne jako jedyny sposób na zaspokojenie własnej potrzeby intymności w związku. Może to skutkować

znacznym zubożeniem związku, ograniczeniem go do stosunków seksualnych. W przeciwieństwie do nich osoby o przywiązaniu unikającym stronią od intymnych relacji, niechętnie przejawiają własną seksualność, gdyż ta może prowokować partnera do bliskości fizycznej i intymności psychicznej. Kontakt seksualny traktowany jest przez nich jedynie jako źródło przyjemności. Częściej niż lękowo-ambiwalentnie i bezpiecznie przywiązane osoby angażują się oni w przypadkowe związki oparte na relacji seksualnej (Fraley, Davis, Shaver, 1998; Schachner, Schaver, Gillath, 2004; Rostowski, 2003).

PRZYWIĄZANIE A ZACHOWANIA ZAGRAŻAJĄCE RELACJI

Analizując znaczenie stylu przywiązania w powstawaniu zachowań agresywnych, w tym nadużyć i przemocy seksualnej względem swojego partnera, Amy Holtzworth-Munroe, Gregor Stuart i Glenn Hutchinson (1997) wykazali, że mężczyźni stosujący przemoc cechują się wyższym poziomem lęku przed odrzuceniem (niepokój przywiązaniowy) niż mężczyźni, którzy w ostatnich latach nie nadużywali przemocy. Alicja Malina i Dorota Suwalska (2012) wykazały istotny związek między stylem przywiązania partnerów a agresją w ich związku. Wyższym poziomem agresji zarówno fizycznej, słownej, jak i wyrażanej przez gniew i wrogość cechują się partnerzy o ukształtowanych pozabezpiecznych stylach przywiązania, niższy zaś poziom agresji jest charakterystyczny dla jednostek o bezpiecznym stylu przywiązania³.

Pozabezpieczne wzorce przywiązaniowe mogą być predyktorami zarówno bycia sprawcą, jak i ofiarą przestępczych czynów. Diana Dumas i współpracownicy (2008) wykazali, że niepokój przywiązaniowy mężczyzny oraz niepokój przywiązaniowy kobiety umożliwiają prognozowanie przemocy względem kobiet. Z kolei lęk i niepokój przywiązaniowy ujawniany przez kobiety w relacji pozwalają przewidzieć, że stanie się ona ofiarą agresji i przemocy ze strony mężczyzn. Pozabezpieczne wzorce przywiązania wiążą się ze skłonnością do negatywnego reagowania w obliczu przeszkód,

nasileniem zachowań agresywnych, a także z osłabieniem empatii względem drugiej osoby (Czub, 2005).

Steven Rholes, Jeffrey Simpson (1999, za: Plopa, 2005), w swoich badaniach wykazali, że unikający styl przywiązania, zarówno u kobiet, jak i u mężczyzn, sprzyja ekspresji gniewu. Inne badania wykazały, że osoby bezpiecznie przywiązane aktywnie dążą do poprawy dobrostanu partnera w przeciwieństwie do reprezentantów pozostałych stylów, którzy biernie czekają na okazane przez partnera wsparcie. Te same badania wykazały, że osoby bezpiecznie przywiązane darzą partnera dużym zaufaniem, a w sytuacji gdy doznają z jego strony zawodu, otwarcie z nim o tym rozmawiają. Osoby lękowe i unikające nie darzą partnerów zaufaniem, a od związku oczekują przede wszystkim poczucia kontroli (unikający) i poczucia bezpieczeństwa (lękowi). Osoby lękowe w przypadku nadużycia zaufania przez partnera zamartwiają się, unikające natomiast dystansują się (Plopa, 2005). Wszystkie omówione reakcje mogą prowadzić do zachowań biernie lub czynnie agresywnych.

Badania Maria Mikulincera i współpracowników (2006) dotyczące wdzięczności i przebaczenia w związku dowiodły, że pozabezpiecznie przywiązani ludzie mają trudności z przebaczeniem bliskiej osobie i robią to mniej chętnie. W przeciwieństwie do nich bezpiecznie przywiązane jednostki są bardziej skłonne wybaczać swoim partnerom, nawet gdy ci nie dążyli do porozumienia i ugody.

Poza udziałem przywiązania w budowaniu i kształtowaniu związków intymnych badacze skupili się również na diagnozie jego znaczenia w obliczu rozpadu relacji czy też rozvodu. Badania Judith Solomon i Carol George (1999) wykazały, że wśród rozwodzących się małżonków bardziej bezpiecznie przywiązane osoby znajdują się w uprzywilejowanej pozycji w stosunku do osób o ukształtowanych pozabezpiecznych wzorcach przywiązaniowych, a to ze względu na ich stosunkowo dobre umiejętności komunikacyjne, konstruktywne strategie radzenia sobie ze stresem, zdolność do regulacji i integracji emocji oraz umiejętność wspólnego rozwiązywania konfliktów. Dzięki temu

możliwa jest reorganizacja ich życia w sytuacji separacji czy rozvodu.

IMPLIKACJE PRAKTYCZNE I PERSPEKTYWY DALSZYCH BADAŃ

Badania nad związkiem między stylami przywiązania partnerów a ich wzajemnymi relacjami niosą interesujące wnioski dla praktyki terapeutycznej szczególnie w ujęciu systemowym. Podsystem diadyczny (partnerski/małżeński) odgrywa bowiem istotną rolę w systemie rodzinnym. Przede wszystkim daje początek rodzinie, wpływa na funkcjonowanie całych systemów rodzinnych. Klimat rodziny i poczucie bezpieczeństwa poszczególnych jej członków uzależnione są od poczucia satysfakcji z relacji partnerów/małżonków. Decyduje również o jakości i intensywności komunikacji rodzinnej (Świętochowski, 2014). Dlatego też uwzględnienie podejścia systemowego w terapii może okazać się użyteczne w rozumieniu i rozwiązywaniu niektórych problemów występujących w związkach intymnych, a także może się przyczynić do podniesienia skuteczności terapii par, lepszego zrozumienia relacji diadycznych czy też do pełniejszego zrozumienia specyfiki przywiązania dorosłych.

Zasadne wydaje się uwzględnienie stylów przywiązania partnerów w poradnictwie psychologicznym, w przygotowaniu partnerów do wspólnego życia i radzenia sobie z jego wyzwaniami. Uświadomienie partnerom ich strategii przywiązania, jak i wynikających z tego konsekwencji dla jakości ich związku i wzajemnego funkcjonowania może podnieść efektywność terapii czy też być skuteczne w interwencji psychoterapeutycznej dla par. Rezultaty omawianych badań mogą być pomocne w diagnozie związku. Przykładowo ufnie przywiązani partnerzy, wspierając, niwelując niepokój i wzmacniając poczucie bezpieczeństwa partnerów przywiązanych w sposób lękowy, przyczyniają się do korzystnego przekształcenia relacji. Na podstawie rozpoznania wzorca przywiązania obojga partnerów można wnioskować o ich poczucie bezpieczeństwa w związku, a także o umiejętnościach komunikacyjnych, umiejętności wyra-

żania swych potrzeb, uczuć, oczekiwań, wsparcia, którego potrzebują i którego są w stanie udzielić partnerowi. Jest to istotne między innymi w pracy z parami o zaburzonym poczuciu bezpieczeństwa, gdyż może się to przyczynić do zmodyfikowania ich więzi (Johnson, Mäkinen, Millikin, 2001). Uświadomienie partnerom podczas terapii, jakiego typu wzorce więzi prezentuje każdy z nich z osobna, zwiększa ich zasoby, dzięki czemu mają oni większe szanse, aby odkryć nawzajem swoje myśli i uczucia i uzyskać większe poczucie bezpieczeństwa w związku (Lowyck i in., 2008).

Rezultaty przedstawionych badań umożliwiają włączenie tez teorii więzi w szersze ramy teorii systemowej, co zwiększa szanse pary uczestniczącej w terapii. Takie podejście umożliwia wieloaspektowe zrozumienie dynamiki związku (Akister, Reibstein, 2004). Wyniki przedstawionych badań wspierają zasadność poszukiwania wyjaśnień dynamiki relacji pary intymnej w teorii współzależności (Kelly, Thibaut, 1978; Wojciszke, 2005), współdecydując o jakości jej związku.

Wiele badań analizujących znaczenie przywiązania dla jakości relacji partnerów wskazuje na względną stabilność wzorców przywiązania, jednak niektóre wyniki dowodzą, że styl przywiązania może zmienić się pod wpływem silnie stresujących doświadczeń (Scharfe, Bartholomew, 1994). Dlatego też wartościowe byłoby przeprowadzenie badań podłużnych, dzięki którym możliwe byłoby rozpoznanie zmian zachodzących w obrębie funkcjonowania partnerów w czasie trwania związku. W przyszłych badaniach w obszarze eksploracji warto byłoby włączyć również inne zmienne, które mogą okazać się istotne z punktu widzenia jakości funkcjonowania partnerów. Jedną z nich może być osobowość partnerów (Ro-

stowski, 1987; Robins, Caspi, Moffitt, 2000) oraz podobieństwo partnerów w zakresie osobowości. Dotychczasowe badania podkreślają bowiem, że podobieństwo osobowości partnerów stanowi jeden z ważnych elementów decydujących o jakości funkcjonowania związku (Rostowski, 1987).

PODSUMOWANIE I WNIOSKI

Teoria przywiązania zaproponowana przez J. Bowlby'ego stanowi źródło wielu inspiracji badawczych w dziedzinie psychologii rozwojowej, zdrowia, klinicznej i społecznej. Dostarcza podstaw do wyjaśnienia funkcjonowania człowieka i jego relacji z innymi ludźmi, także relacji intymnych (Feeney, Noller, 1996; Simpson, Rholes, 1998; Bowlby, 2007; Mikulincer, Shaver, 2007).

W niniejszym opracowaniu skupiono się na znaczeniu przywiązania dla kontroli emocjonalnej, komunikacji, preferencji partnera życiowego, percepcji partnera oraz agresji i przemocy względem partnera. Zaprezentowane wyniki przyczyniają się do pogłębienia wiedzy psychologicznej, dotyczącej przywiązania i funkcjonowania partnerów w bliskich relacjach interpersonalnych. Poznane zależności są cenne w praktyce terapeutycznej i mogą być pomocne dla lepszego zrozumienia relacji diadycznych.

Zaprezentowany wyżej przegląd badań dotyczący związku poszczególnych stylów przywiązania i wyróżnionych komponent jakości funkcjonowania partnerów w romantycznej diadzie upoważnia do stwierdzenia, że to bezpieczna więź odgrywa istotną rolę w procesie budowania przez nich optymalnej, zadowolającej bądź szczęśliwej relacji.

PRZYPISY

¹ Twórcy koncepcji romantycznej miłości zauważyli, że style przywiązania dorosłych mogą być poklasyfikowane w podobne kategorie jak te wyodrębnione przez Mary Ainsworth w Procedurze Nieznanej Sytuacji. Ta idea pozwoliła badaczom na opisanie zróżnicowanych stylów przywiązania, jakie ujawniają się w dorosłych relacjach między partnerami, a mianowicie: bezpiecznego (*secure*), lękowo-ambiwalentnego (*anxious/ambivalent*) oraz unikającego (*avoidant*).

² Mowa o czterokategorialnej typologii stylów przywiązania w ujęciu Kim Bartholomew i Leonarda Horowitz (1991). Według tej typologii jednostki ufnie, bezpiecznie przywiązane (*secure*) posiadają pozytywnie ukształtowane modele siebie i innych. Charakterystyczne jest dla nich przekonanie, że inni ludzie są akceptujący i życzliwi, a oni sami zasługują na miłość i szacunek. Ufając swoim partnerom, czują się pewnie i bezpiecznie w związku. Mają świadomość, że istnieje ktoś, na kogo mogą liczyć, a także czują się komfortowo, będąc zależnym od drugiego człowieka. Osoby w taki sposób przywiązane nie boją się samotności i nie przejmują brakiem akceptacji ze strony innych – obcych im ludzi lub niebędących ich partnerami. Osoby zaabsorbowane (*preoccupied*) mają tendencję do negatywnego postrzegania samego siebie, a pozytywnego innych ludzi. Własną potrzebę samoakceptacji budują w oparciu o akceptację i aprobatę cenionych przez siebie „ważnych innych”. Ich silna potrzeba bliskości sprawia, że nadmiernie angażują się w związek i są nazbyt nim zaabsorbowane. Obawiają się samotności, wobec czego uzależniają się od bliskich osób, jednocześnie bojąc się, że te nie doceniają ich w sposób należyty i wystarczający. Wzór ten koncepcyjnie odpowiada utworzonemu w typologii Cindy Hazan i Philipa Shavera stylowi lękowo-ambivalentnemu (Bartholomew, Horowitz, 1991). Jeśli zaś chodzi o styl unikający, to u dorosłych wyodrębniono dwa takie style: odrzucająco-unikający i lękowo-unikający. Styl odrzucająco-unikający (*dismissive-avoidant*) charakteryzuje się pozytywnym postrzeganiem siebie i negatywnym innych osób. Osoby o tym stylu określają siebie jako zasługujących na miłość, inni natomiast oceniani są jako zagrażający i wrogo nastawieni. Jednostki o tak ukształtowanym stylu przywiązania, chcąc uniknąć rozczarowania, niechętnie nawiązują relacje, nie angażują się w nie w obawie przed utratą własnej niezależności (Mikulincer, Shaver, 2007). Styl ten nie jest reprezentowany w klasyfikacji C. Hazan i P. Shavera. Z kolei osoby lękowo-unikające (*fearful-avoidant*), na podstawie wykształconych negatywnych modeli siebie i innych ludzi, postrzegają siebie jako niewartych miłości i zainteresowania, a innych jako niegodnych zaufania i odrzucających. Nie chcą być zależne od innych oraz uznają, że nie warto darzyć ich zaufaniem, a także boją się być skrzywdzonym. Styl ten koresponduje z unikowym wzorcem przywiązania w koncepcji C. Hazan i P. Shavera (Bartholomew, Horowitz, 1991).

³ Więcej informacji Czytelnik znajdzie w: Malina, Suwalska, 2012.

BIBLIOGRAFIA

- Ainsworth M.D.S., Blehar M.C., Waters E., Wall S.N. (1978), *Patterns of Attachment: A Psychosocial Study of the Strange Situation and at Home*. Hillsdale, N.J.: Lawrence Erlbaum.
- Akister J., Reibstein J. (2004), Links between attachment theory and systemic practice: Some proposals. *Journal of Family Therapy*, 26, 2–16.
- Barrett P.M., Holmes J. (2001), Attachment relationships as predictors of cognitive interpretation and response bias in late adolescence. *Journal of Child & Family Studies*, 10(1), 51–61.
- Bartholomew K., Horowitz L.M. (1991), Attachment styles among young adults: A test of four-category model. *Journal of Personality and Social Psychology*, 61(2), 226–244.
- Bowlby J. (1978), *Wypowiedź druga*. W: R. Zazzo (red.), *Przywiązanie*, 142–155. London: Hogarth Press.
- Bowlby J. (1980), *Attachment and Loss: T. 3. Loss, Sadness and Depression*. New York: Basic Books.
- Bowlby J. (1988), *A Secure Base: Parent-Child Attachment and Healthy Human Development*. New York: Basic Books.
- Bowlby J. (2007), *Przywiązanie* (przeł. M. Polaszewska-Nicke). Warszawa: Wydawnictwo Naukowe PWN.
- Bretherton I., Munholland K.A. (1999), Internal working models in attachment relationships. W: J. Cassidy, P.R. Shaver (eds.), *Handbook of Attachment: Theory, Research, and Clinical Applications*, 89–111. New York: The Guilford Press.
- Carnelley K.B., Pietromonaco P.R., Jaffe K. (1994), Depression, working models of others, and relationship functioning. *Journal of Personality and Social Psychology*, 66, 127–140.
- Cobb R.J., Davila J., Bradbury T.N. (2001), Attachment security and marital satisfaction: The role of positive perceptions and social support. *Personality and Social Psychology Bulletin*, 27(9), 1131–1143.
- Collins N.L., Read S.J. (1990), Adult attachment, working models, and relationship quality in dating couples. *Journal of Personality and Social Psychology*, 58(4), 644–663.

- Crowell J.A., Treboux D. (1995), A review of adult attachment measures: Implications for theory and research. *Social Development*, 4, 294–327.
- Crowell J.A., Treboux D., Waters E. (2002), Stability of attachment representation: The transition to marriage. *Developmental Psychology*, 38(4), 467–479.
- Czub T. (2005), Wiek niemowlęcy. Jak rozpoznać ryzyko i jak pomagać? W: A.I. Brzezińska (red.), *Psychologiczne portrety człowieka*, 67–93. Gdańsk: Gdańskie Wydawnictwo Psychologiczne.
- Davila J., Kashy D.A. (2009), Secure base processes in couples: Daily associations between support experiences and attachment security. *Journal of Family Psychology*, 23(1), 76–88.
- Doroszewicz K. (2008), Bliskie związki a jakość życia. *Psychologia jakości życia*, 7(1–2), 5–18.
- Doumas D., Pearson C.L., Elgin J.E., McKinley L.L. (2008), Adult attachment as a risk factor for intimate partner violence: The „Mispairing” of partners’ attachment styles. *Journal of Interpersonal Violence*, 23(5), 616–634.
- Eid P., Boucher S. (2012), Alexithymia and dyadic adjustment in intimate relationships: Analyses using the actor partner interdependence model. *Journal of Social and Clinical Psychology*, 31(10), 1095–1111.
- Erikson E.H. (1997), *Dzieciństwo i społeczeństwo*. Poznań: Rebis.
- Feeney J.A. (1996), Attachment, caregiving, and marital satisfaction. *Personal Relationships*, 3, 401–416.
- Feeney J.A. (1999), Adult attachment, emotional control, and marital satisfaction. *Personal Relationships*, 6, 169–185.
- Feeney J.A., Noller P. (1990), Attachment style as a predictor of adult romantic relationships. *Journal of Personality and Social Psychology*, 58, 281–291.
- Feeney J.A., Noller P. (1996), *Adult Attachment*. Thousand Oaks, CA: Sage.
- Feeney J.A., Noller P., Roberts N. (2000), Attachment and close relationships. W: C. Hendrick S.S. Hendrick (eds.), *Close Relationships: A Sourcebook*, 184–201. Thousand Oaks–London: Sage Publication.
- Fincham F.D. (1994), Cognition in marriage: Current status and future challenges. *Applied and Preventive Psychology*, 3, 185–198.
- Fitzpatrick M.A., Fey J., Segrin C., Schiff J.L. (1993), Internal working models of relationships and marital communication. *Journal of Language and Social Psychology*, 12, 103–131.
- Fraley R.C., Davis K.E. (1997), Attachment formation and transfer in young adults’ close friendships and romantic relationships. *Personal Relationships*, 4, 131–144.
- Fraley R.C., Davis K.E., Shaver P.R. (1998). Dismissing-avoidance and the defensive organization of emotion, cognition, and behavior. W: J.A. Simpson, W.S. Rholes (eds.), *Attachment Theory and Close Relationships*, 249–279. New York: Guilford Press.
- Fuller T.L., Fincham F.D. (1995), Attachment style in married couples: Relation to current marital functioning, stability over time, and method of assessment. *Personal Relationships*, 2, 17–34.
- Gottman J.M. (1994), *What predicts divorce?* Hillsdale, NJ: Erlbaum.
- Hall C., Lindzey G., Campbell J. (2004), *Teorie osobowości*. Warszawa: Wydawnictwo Naukowe PWN.
- Harwas-Napierała B. (2006), Zmiany komunikacji w poszczególnych fazach małżeństwa. *Psychologia Rozwojowa*, 11 (4), 35–41.
- Havighurst R. (1981), *Developmental Tasks and Education*. New York: Longmans.
- Hazan C., Shaver P. (1987), Romantic love conceptualized as an attachment process. *Journal of Personality and Social Psychology*, 52, 511–524.
- Holmes J.G. (2002), Interpersonal expectations as the building blocks of social cognition: An interdependence theory perspective. *Personal Relationships*, 9, 1–26.
- Holmes B.M., Johnson K.R. (2009). Adult attachment and romantic partner preference: A review. *Journal of Social and Personal Relationships*, 26 (6–7), 833–852.
- Holtzworth-Munroe A., Stuart G.L., Hutchinson G. (1997), Violent versus nonviolent husbands: Differences in attachment patterns, dependency, and jealousy. *Journal of Family Psychology*, 11(3), 314–331.
- Johnson S.M., Makinen J.A., Millikin J.W. (2001), Attachment injuries in couple relationships: A new perspective on impasse in couples therapy. *Journal of Marital and Family Therapy*, 27, 145–155.
- Kaźmierczak M., Płopa M. (2006), Style przywiązaniowe partnerów a jakość komunikacji w małżeństwie. *Psychologia Rozwojowa*, 4, 115–126.
- Kelley H.H., Thibaut J.W. (1978), *Interpersonal Relations: A Theory of Interdependence*. New York: Wiley.

- Kenny D.A., Ledermann T. (2010), Detecting, measuring, and testing dyadic patterns in the actor-partner interdependence model. *Journal of Family Psychology*, 24(3), 359–366.
- Kerr S.L., Melley A.M., Travea L., Pole M. (2003), The relationship of emotional expression and experience to adult attachment style. *Individual Differences Research*, 1, 108–123.
- Kirkpatrick L.A., Davis K.E. (1994), Attachment style, gender, and relationship stability: A longitudinal analysis. *Journal of Personality and Social Psychology*, 66(3), 502–512.
- Knabb J.J., Vogt R.G. (2011), The relationship between personality and marital adjustment among distressed married couples seen in intensive marital therapy: An actor-partner interdependence model analysis. *Contemporary Family Therapy*, 33, 417–440.
- Kobak R., Duemmler S. (1994), Attachment and conversation: Toward a discourse analysis of adolescent and adult security. *Attachment Processes in Adulthood*, 5, 121–149.
- Liberska H., Suwalska D. (2011a), Attachment and partnership in a close relationship. W: H. Liberska (ed.), *Relations in Marriage and Family: Genesis, Quality, and Development*, 31–51. Bydgoszcz: Wydawnictwo Uniwersytetu Kazimierza Wielkiego.
- Liberska H., Suwalska D. (2011b), Quality of close relationship from the viewpoint of attachment theory. W: H. Liberska (ed.), *Current Psychosocial Problems in Traditional and Novel Approaches*, 59–78. Bydgoszcz: Wydawnictwo Uniwersytetu Kazimierza Wielkiego.
- Liberska H., Suwalska D. (2011c), Znaczenie przywiązania dla funkcjonowania młodych dorosłych w związkach intymnych. W: H. Liberska, A. Malina (red.), *Wybrane problemy współczesnych małżeństw i rodzin*, 69–86. Warszawa: Wydawnictwo Difin.
- Loeys T., Molenberghs G. (2013), Modeling actor and partner effects in dyadic data when outcomes are categorical. *Psychological Methods*, 18(2), 220–236.
- Lowyck B., Luyten P., Demyttenaere K., Corveleyn J. (2008), The role of romantic attachment and self-criticism and dependency for the relationships satisfaction of community adults. *Journal of Family Therapy*, 30(1), 78–95.
- Malina A. (2014), *Wczesna dorosłość w cyklu życia człowieka. Współczesne problemy z realizacją zadań rozwojowych młodych dorosłych*. Bydgoszcz: Wydawnictwo Uniwersytetu Kazimierza Wielkiego.
- Malina A., Suwalska D. (2012), Przywiązanie i satysfakcja z realizacji zadań rozwojowych w bliskich związkach a zachowania agresywne między partnerami. *Psychologia Rozwojowa*, 17(2), 71–86.
- Mikulincer M. (1998), Attachment working models and the sense of trust: An exploration of interaction goals and affect regulation. *Journal of Personality and Social Psychology*, 74, 513–524.
- Mikulincer M., Florian V., Cowan P.A., Cowan C.P. (2002), Attachment security in couple relationships: A systemic model and its implications for family dynamics. *Family Process*, 41(3), 405–434.
- Mikulincer M., Shaver P.R., Slav K. (2006), Attachment, mental representation of others, and gratitude and forgiveness in romantic relationships. W: M. Mikulincer, G.S. Goodman (eds.), *Dynamics of Romantic Love: Attachment, Caregiving, and Sex*, 190–215. New York: Guilford Press.
- Mikulincer M., Shaver P.R. (eds.). (2007), *Attachment in Adulthood: Structure, Dynamics, and Change*. New York–London: The Guilford Press.
- Morrison T.L., Goodlin-Jones B., Urquiza A.J. (1997), Attachment and the representation of intimate relationships in adulthood. *Journal of Psychology*, 131, 57–71.
- Noller P., Fitzpatrick M.A. (1990), Marital communication in the eighties. *Journal of Marriage and the Family*, 52, 832–843.
- Pietromonaco P.R., Feldman Barrett L. (1997), Working models of attachment and daily social interactions. *Journal of Personality and Social Psychology*, 73(6), 1409–1423.
- Pistole M.C. (1994), Adult attachment styles: Some thoughts on closeness-distance struggles. *Family Process*, 33(2), 147–159.
- Płopa M. (2005), *Więzi w małżeństwie i rodzinie – metody badań*. Kraków: Wydawnictwo Impuls.
- Płopa M. (2014), Więzi małżeńskie i rodzinne w perspektywie teorii przywiązania. W: I. Janicka, H. Liberska (red.), *Psychologia rodziny*, 141–166. Warszawa: Wydawnictwo Naukowe PWN.
- Rholes W.S., Simpson J.A., Oriña M.M. (1999), Attachment and anger in an anxiety-provoking situation. *Journal of Personality and Social Psychology*, 76, 6, 940–957.
- Robins R.W., Caspi A., Moffitt T.E. (2000), Two personalities, one relationship: Both partner's personality traits shape the quality of their relationship. *Journal of Personality and Social Psychology*, 79(2), 251–259.

- Rostowski J. (1987), *Zarys psychologii małżeństwa*. 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*, 19–31. Łódź: Wydawnictwo Uniwersytetu Łódzkiego.
- Rutter M. (1983), Statistical and personal interactions: Facets and perspective. W: D. Magnusson, V.L. Allen (eds.), *Human Development: An Interactional Perspective*, 295–319. New York: Academic Press.
- Saffrey C., Bartholomew K., Scharfe E., Henderson A.J.Z., Koopman R. (2003), Self and partner-perception of interpersonal problems and relationship functioning. *Journal of Social and Personal Relationships*, 20(1), 117–139.
- Schachner D.A., Shaver P.R., Gillath O. (2004), Attachment style and long-term singlehood. *Personal Relationships*, 15, 479–491.
- Scharfe E., Bartholomew K. (1994). Reliability and stability of adult attachment patterns. *Personal Relationships*, 1, 23–43.
- Senchak M., Leonard K.E. (1992), Attachment styles and marital adjustment among newlywed couples. *Journal of Social and Personal Relationships*, 9, 51–64.
- Simpson J.A. (1990), Influence of attachment styles on romantic relationships. *Journal of Personality and Social Psychology*, 59, 971–980.
- Simpson J.A., Rholes W., Phillips D. (1996), Conflict in close relationships: An attachment perspective. *Journal of Personality and Social Psychology*, 71, 899–914.
- Simpson J.A., Rholes W. (1998), *Attachment Theory and Close Relationships*. New York: Guilford Press.
- Solomon J., George C. (1999), The development of attachment in separated and divorced families: Effects of overnight visitation, parent and couple variables. *Attachment and Human Development*, 1(1), 2–33.
- Stawicka M. (2008), *Autodestruktywność dziecięca w świetle teorii przywiązania*. Poznań: Wydawnictwo Naukowe UAM.
- Świętochowski W. (2014), Rodzina w ujęciu systemowym. W: I. Janicka, H. Liberska (red.), *Psychologia rodziny*, 21–45. Warszawa: Wydawnictwo Naukowe PWN.
- Tracy J.L., Shaver P.R., Albino A.W., Cooper M.L. (2003), Attachment styles and adolescent sexuality. W: P. Florsheim (ed.), *Adolescent Romance and Sexual Behavior: Theory, Research, and Practical Implications*, 137–159. Mahwah, NJ: Erlbaum.
- Welch R.D., Houser M.E. (2010), Extending the four-category model of adult attachment: An interpersonal model of friendship attachment. *Journal of Social and Personal Relationships*, 27(3), 351–366.
- Wojciszke B. (2005), *Psychologia miłości*. Gdańsk: Gdańskie Wydawnictwo Psychologiczne.
- Ziółkowska B. (2005), Okres wczesnej dorosłości. Jak rozpoznać potencjał młodych dorosłych? W: A.I. Brzezińska (red.), *Psychologiczne portrety człowieka*, 423–468. Gdańsk: Gdańskie Wydawnictwo Psychologiczne.