

Andrzej Dakowicz

## **Psychotransgresyjna analiza sfery emocjonalnej małżonków o wyższym i niższym poziomie zadowolenia ze swojego związku**

### **1. Wprowadzenie**

Naturalnym oczekiwaniem małżonków jest wysoka jakość tworzonej przez nich relacji. Pojawiające się trudności, które obniżają poczucie zadowolenia z małżeństwa, bardzo często są impulsem do podjęcia pracy nad wzajemną relacją. W wielu przypadkach podjęty wysiłek prowadzi do wzrostu satysfakcji z tworzonego związku [Sternberg, 2001a: 247–252], ale bywa też i tak, że małżonkowie sami nie są w stanie uporać się z napotkanymi problemami. Mogą wówczas zwrócić się z prośbą o pomoc do osób zaufanych ze swojego środowiska lub skorzystać z oferty profesjonalistów w tej dziedzinie [Ładyżyński, 2017: 206]. Niestety nie zawsze daje to pożądane efekty i dochodzi do separacji lub rozvodu [Błazek, 2014: 464].

Spadek satysfakcji małżeńskiej nie jest zjawiskiem skokowym, lecz trwa w czasie, coraz częściej staje się przedmiotem badań pozwalających na odkrycie i opisanie rządzących nim

prawidłowości [Jankowiak, 2007]. W zależności od przyjętej przez badacza koncepcji człowieka kładzie się szczególny nacisk na uwarunkowania związane z wczesnymi etapami rozwoju struktur psychicznych małżonków [np. Goldenberg, Goldenberg, 2006: 131–159], uwarunkowania związane z wpływem środowiska społecznego [np. Crane, 2004: 36–39] lub mechanizmy związane z odbiorem, przetwarzaniem i komunikowaniem treści we wzajemnych relacjach [np. Beck, 1996; Kratochvil, 2002: 77–88]. Nową propozycją wyjaśniającą mechanizmy relacji interpersonalnych jest skoncentrowany na zmianie i rozwoju psychotransgresjonizm, opracowany przez Józefa Kozielskiego [2007]. Autor wyjaśnia sposób funkcjonowania ludzkiej psychiki w oparciu o pojęcie granicy, zachowania ochronne i transgresyjne, a także proponuje nowe, sieciowe ujęcie struktury osobowości.

Ludzie mają skłonność do wyznaczania granic, które przekraczają, zmieniając swoją egzystencję. Według Masłowa [1990: 152] człowiek, dążąc do zaspokojenia najwyższej potrzeby samorealizacji, przejawia zdrową tendencję oddalającą go od obszaru psychopatologii. Podobnie proces rozwoju człowieka ujmują Maria Grzywak-Kaczyńska [1988: 18], zwracając uwagę na udział człowieka w swoim rozwoju polegający na poszerzeniu granic realizacji potrzeb rozwojowych, którym podporządkowane zostają potrzeby biologiczne.

Funkcjonowanie człowieka w świecie opiera się na wartościach materialnych, intelektualnych i duchowych. Ich niedobór zaburza homeostazę i skłania do podjęcia działań ochronnych (zachowawczych). W odniesieniu do małżeństwa będą to czynności związane z codziennym funkcjonowaniem, które pozwalają zachować zdrowie fizyczne i psychiczne, wzmacniają wiarę we własne siły i możliwości przystosowania się. Nie pozwalają

jednak na przekształcanie rzeczywistości, burzenie starych i budowanie nowych struktur, nie prowadzą do kształtowania ludzkiej osobowości [Kozielecki, 2017: 39]. Zachowania transgresyjne związane są z ekspansją, twórczością, dążeniem do zwiększenia władzy. Mają pewne cechy wspólne decydujące o ich swoistości oraz jednolitości. Charakteryzują się wykraczaniem poza dotychczasowe osobiste osiągnięcia oraz wzbogacaniem indywidualnego „być” i „mieć” o to, co do tej pory było transcendentne wobec jednostki. Podejmowanie działań transgresyjnych w małżeństwie stwarza okazje, aby poznać siebie, współmałżonka i lepiej zrozumieć otaczającą rzeczywistość. Otwiera to drogę ku temu, by w relacji małżeńskiej sprawniej posługiwać się nabytymi kompetencjami w rozpoznawaniu pojawiających się trudności, szukaniu ich przyczyn i podejmowaniu wspólnych działań zmierzających do ich przezwyciężenia, doświadczając przy tym wspólnie radości.

Skuteczność działań transgresyjnych małżonków jest tym większa, im wyższa jest potencjalna moc psychonów tworzących ich sieciową strukturę osobowości oraz siła powiązań między nimi. Dzięki temu tworzą sprawnie działające sieci, zdolne efektywnie funkcjonować w nieustannie zmieniającej się rzeczywistości życia małżeńskiego. Psychony (poznawczy, instrumentalny, motywacyjny, emocjonalny i osobisty) to względnie trwale i równoważne składniki psychiczne [Kozielecki, 2007: 123–141]. Psychon poznawczy zawiera wiedzę, m.in. na temat współmałżonka i życia małżeńskiego, poszerzającą przestrzeń poznawczą, bez której trudno funkcjonować na co dzień. Psychon instrumentalny wpływa na to, jak małżonkowie wykonują codzienne zadania i jak rozwiązują nietypowe problemy. Jego istotnym elementem jest inteligencja, często rozumiana jako umiejętność radzenia sobie w nowych sytuacjach przy wykorzystaniu

własnych procesów umysłowych [Sternberg, 2001b: 368]. Sprawność w tej kwestii niewątpliwie wpływa na atmosferę życia małżeńskiego, gdzie pojawiające się problemy angażują małżonków do podjęcia wysiłków zmierzających do ich przezwyciężenia lub wywołują stan napięcia emocjonalnego prowadzącego do destrukcji. Psychon motywacyjny oparty jest na potrzebach funkcjonujących w przestrzeni czterech światów: materialnego – potrzeby witalne, poznawczego (symbolicznego) – potrzeby poznawcze, społecznego – potrzeby społeczne, wewnętrznego – potrzeby osobiste. Wymienione potrzeby uruchamiają proces motywacyjny, wyznaczają ogólny kierunek, podtrzymują go, wpływają na dokończenie czy przerwanie podjętych myśli lub czynów. Psychon emocjonalny składa się z trwałych układów neurofizjologicznych i psychicznych generujących stany, procesy emocjonalne, afekty i nastroje, którym towarzyszą zmiany somatyczne, charakterystyczna mimika twarzy i zachowania. Podejmowaniu aktów konstruktywnych, które najczęściej mają charakter transgresyjny, sprzyja zjawisko pozytywnego przesunięcia afektywnego, polegającego na tym, że większą, korzystną rolę odgrywają uczucia pozytywne niż negatywne [Kozielecki, 2007: 135]. Psychon osobisty stanowi głęboką strukturę neurofizjologiczną, psychiczną i duchową, zawierającą treści egzystencjalno-tożsamościowe dotyczące danej osoby. Są one zakodowane w świadomych przekonaniach i w prawie niewyraźnych stanach świadomych, zwanych poczuciami. Najważniejsze z nich to przekonanie (poczucie): o własnym istnieniu jako osoby i bytu sprawczego, o afirmacji świata, o własnej jedności i integralności, o swojej ciągłości, o niepowtarzalności własnej osoby.

Dynamiczna sieć psychonów wpływa na kierunek życia, jego unikatowość oraz spójność, stałość w rozmaitych sytuacjach

i w różnym czasie. Wewnątrz psychonów, jak i między nimi, znajdują się powiązania umożliwiające przepływ informacji i energii, dzięki czemu osobowość funkcjonuje jako pewna całość posiadająca poczucie tożsamości i zdolność wchodzenia w interakcje ze środowiskiem. Wśród nich najbardziej istotne są bliskie relacje interpersonalne, których charakter bezpośrednio wpływa na jakość życia.

Celem prezentowanych badań jest analiza sfery emocjonalnej małżonków różniących się poziomem zadowolenia ze swojego związku. Biorąc pod uwagę strukturę osobowości w ujęciu psychotransgresyjnym, skupiono się na dwóch psychonach, które odwołują się do jej warstwy emocjonalnej – poznawczym, zawierającym m.in. wiedzę na temat współmałżonka w aspekcie uczuciowym, i emocjonalnym, generującym różnorodność emocji, które modyfikują zarówno życie osobiste, jak i relacje z innymi.

Ponieważ sfera emocjonalna stanowi istotny element struktury osobowości, problemy badawcze określono następująco: Czy osoby o wyższym i niższym poziomie zadowolenia z małżeństwa różnią się zakresem wiedzy na temat sfery emocjonalnej współmałżonka? Czy występują różnice związane z przesunięciem afektywnym u małżonków o wyższym i niższym poziomie zadowolenia ze swojego związku?

Zaprezentowana powyżej psychotransgresyjna analiza dotycząca istotnego znaczenia sfery emocjonalnej w sieciowej strukturze osobowości skłania ku sformułowaniu następujących hipotez badawczych:

**H1:** Żony o wyższym poziomie zadowolenia z małżeństwa mają bogatszą wiedzę na temat sfery emocjonalnej swojego męża niż żony o niższym poziomie zadowolenia z małżeństwa.

**H2:** Mężowie o wyższym poziomie zadowolenia z małżeństwa mają bogatszą wiedzę na temat sfery emocjonalnej swojej żony niż mężowie o niższym poziomie zadowolenia z małżeństwa.

**H3:** Żony o wyższym poziomie zadowolenia z małżeństwa charakteryzują się większym pozytywnym przesunięciem afektywnym niż żony o niższym poziomie zadowolenia z małżeństwa.

**H4:** Mężowie o wyższym poziomie zadowolenia z małżeństwa charakteryzują się większym pozytywnym przesunięciem afektywnym niż mężowie o niższym poziomie zadowolenia z małżeństwa.

Weryfikacja powyższych hipotez pozwoli na określenie ewentualnej zależności pomiędzy jakością sfery emocjonalnej, będącej istotnym elementem struktury osobowości małżonków, a zadowoleniem z tworzonych przez nich związków.

## 2. Metodologia badań

Dobór badanych małżeństw oraz narzędzi pomiaru poziomu zadowolenia z małżeństwa i specyfiki sfery afektywnej małżonków został powiązany z teoretycznymi założeniami operacyjnymi biorącymi pod uwagę główne idee psychotransgresjonizmu.

Pary małżeńskie, pochodzące z różnych środowisk, dobierano według kryteriów losowych<sup>1</sup>, korzystając z pośrednictwa zakładów pracy i szkół wyższych. Badania przeprowadzono w okresie od lutego 2010 r. do kwietnia 2011 r. wśród par małżeńskich mieszkających w Białymstoku i jego najbliższych okolicach. Objęto nimi 200 par będących w pierwszym

<sup>1</sup> Informacje o doborze próby, w tym o operacji, znajdują się u autora tekstu.

formalnym związku małżeńskim z minimum 5-letnim stażem, posiadających wykształcenie średnie lub wyższe, aktywnych zawodowo i pełniących funkcje rodzicielskie. Przyjęcie powyższych kryteriów zmierzało ku jak największemu ujednoliceniu grupy badanych małżeństw, aby zminimalizować modyfikujący wpływ na sferę afektywną innych zmiennych niż kontrolowana zmienna niezależna – poziom zadowolenia badanych małżonków ze swojego związku. Na podstawie wyniku uzyskanego w Kwestionariuszu Dobranego Małżeństwa [Plopa, 2005: 104–106] wyodrębniono grupę 100 żon i grupę 100 mężów o wyższym poziomie zadowolenia z małżeństwa oraz grupę 100 żon i grupę 100 mężów o niższym poziomie zadowolenia z małżeństwa. Szczegółowe dane na temat badanych małżonków zawiera tabela 1.

**Tabela 1. Charakterystyka badanych małżonków**

| Wybrane cechy                    |          | Typy badanych małżonków |                 |                 |                 |
|----------------------------------|----------|-------------------------|-----------------|-----------------|-----------------|
|                                  |          | ŻW<br>(n = 100)         | ŻN<br>(n = 100) | MW<br>(n = 100) | MN<br>(n = 100) |
| Stopień zadowolenia z małżeństwa |          | 142,6                   | 117,8           | 140,4           | 118,1           |
| Wiek                             |          | 36,1 roku               | 36,7 roku       | 37,5 roku       | 37,8 roku       |
| Staż małżeński                   |          | 11,9 roku               | 12,9 roku       | 12,2 roku       | 12,6 roku       |
| Wykształcenie                    | Wyższe   | 86 (86%)                | 76 (76%)        | 74 (74%)        | 73 (73%)        |
|                                  | Średnie  | 14 (14%)                | 24 (24%)        | 26 (26%)        | 27 (27%)        |
| Liczba posiadanych dzieci        | Jedno    | 37 (37%)                | 35 (35%)        | 30 (30%)        | 43 (43%)        |
|                                  | Dwoje    | 39 (39%)                | 56 (56%)        | 50 (50%)        | 43 (43%)        |
|                                  | Troje    | 18 (18%)                | 9 (9%)          | 15 (15%)        | 13 (13%)        |
|                                  | Czworo   | 4 (4%)                  | –               | 3 (3%)          | 1 (1%)          |
|                                  | Pięcioro | 2 (2%)                  | –               | 2 (2%)          | –               |

Uwaga. ŻW – żony o wyższym poziomie zadowolenia z małżeństwa; ŻN – żony o niższym poziomie zadowolenia z małżeństwa; MW – mężowie o wyższym poziomie zadowolenia z małżeństwa; MN – mężowie o niższym poziomie zadowolenia z małżeństwa.

Źródło: badania własne.

Psychon poznawczy zapewnia orientację w świecie, pozwala zrozumieć skomplikowane relacje ja – inni oraz dostarcza wiedzy o własnej osobie [Kozielecki, 2007: 126–128]. W przypadku relacji małżeńskiej, która stanowi szczególnie bliski związek interpersonalny, znaczenia nabiera wiedza małżonków o sobie nawzajem. Operacjonalizując psychon poznawczy, skupiono się na czterech obszarach wiedzy o współmałżonku: ogólnym, uczuciowym, zadaniowym i wartości [Piasecka, 2003: 78–88]. Nieustanna aktualizacja owej wiedzy daje szansę autentycznego poznania współmałżonka i podjęcia działań adekwatnych do jego oczekiwań. Ponieważ poruszany problem badawczy dotyczy warstwy emocjonalnej badanych, w prezentowanym opracowaniu zostanie poddany analizie obszar wiedzy o sobie małżonków w zakresie sfery uczuciowej. Generalnie chodzi o znajomość świata uczuć, sposobów reagowania i przeżywania emocji pojawiających się w sytuacjach życiowych, unikanie zachowań destrukcyjnych oraz podejmowanie zachowań wspierających współmałżonka, co najczęściej prowadzi do rozwiązań konstruktywnych, tworzących dobry klimat emocjonalny wzajemnej relacji.

Nawiązując do czterech obszarów wiedzy, utworzono Kwestionariusz Wiedzy o Współmałżonku [Dakowicz, 2012a: 53]. W pierwszej części badania małżonkowie odpowiadali na pytania kwestionariuszowe, zgodnie z posiadaną wiedzą, na temat swojego współmałżonka, w drugiej – na te same pytania odnośnie do siebie. Porównanie obu list oraz stwierdzenie liczby zgodnych odpowiedzi dało wymierny wynik poziomu wiedzy na temat współmałżonka w obszarze czterech badanych sfer.

Psychon emocjonalny, generując różnorodne emocje, odgrywa istotną rolę w kształtowaniu dynamiki związków małżeńskich. Ponieważ podejmowaniu działań transgresyjnych

sprzyjają bardziej uczucia pozytywne niż negatywne, w operacjonalizacji psychonu emocjonalnego skupiono się na wymiernym ujęciu przesunięcia afektywnego, wykorzystując do tego celu dyferencjał semantyczny [Babbie, 2004: 192–193]. Wybrano po trzy pojęcia dotyczące czterech podstawowych obszarów życia ludzkiego, znaczących dla badanych małżonków: 1. egzystencjalnego, np. zdrowie; 2. rodziny pochodzenia, np. ojciec; 3. rodziny aktualnej, np. mieszkanie; 4. pracy, np. firma. Badani na siedmio-stopniowej skali, pomiędzy skrajnościami: ciepłe – zimne, brzydkie – ładne, ciekawe – nieciekawe, smutne – radosne, zaznaczali, jak się im one kojarzą. Sumując zaznaczone przez badanych wybory, można określić, jaki kierunek przesunięcia afektywnego ich charakteryzuje: pozytywny, neutralny czy negatywny [Dakowicz, 2012b: 84]. Zgodnie z założeniami psychotransgresjonizmu im większe jest pozytywne przesunięcie afektywne, tym większa jest potencjalna moc psychonu emocjonalnego, który ostatecznie swoją siłą wzmacnia funkcjonowanie sieciowej struktury całej osobowości.

Otrzymane wyniki opracowano statystycznie, obliczając wartość testu *t*-Studenta dla porównywanych grup małżonków o wyższym i niższym poziomie zadowolenia ze swojego związku przy użyciu programu komputerowego SPSS 25.0 PL for Windows [Cypryńska, Bedyńska, 2013: 179–185].

### 3. Wyniki badań

W obszarze wiedzy o swoim współmałżonku w zakresie sfery uczuciowej obie grupy badanych żon uzyskały wyniki powyżej średnich (tabela 2). Wiedza żon o wyższym poziomie zadowolenia ze związku dotycząca sfery uczuciowej swoich mężów jest

zdecydowanie bogatsza niż wiedza żon o niższym poziomie zadowolenia ze związku –  $t(198) = 3,82; p < 0,001$ .

**Tabela 2. Wiedza o mężu a poziom zadowolenia ze związku**

| Sfery wiedzy o mężu | ŻW<br>(n = 100) |      | ŻN<br>(n = 100) |      | Istotność różnic |       |
|---------------------|-----------------|------|-----------------|------|------------------|-------|
|                     | M               | s    | M               | s    | t                | p<    |
| Ogólna              | 6,31            | 1,63 | 6,17            | 1,66 | 0,60             | n.i.  |
| Uczuciowa           | 7,28            | 1,58 | 6,43            | 1,57 | 3,82             | 0,001 |
| Zadaniowa           | 6,98            | 1,79 | 6,84            | 1,61 | 0,58             | n.i.  |
| Wartości            | 8,91            | 1,10 | 7,72            | 1,52 | 6,34             | 0,001 |
| Razem               | 29,52           | 3,27 | 27,16           | 3,46 | 4,95             | 0,001 |

Uwaga. Jak przy tabeli 1. M – średnia, s – odchylenie standardowe, p – istotność statystyczna, n.i. – różnica nieistotna statystycznie.

Źródło: badania własne.

Podobnie badani mężowie w obszarze wiedzy o współmałżonce w zakresie sfery uczuciowej uzyskali wyniki powyżej średnich (tabela 3). Wiedza mężów o wyższym poziomie zadowolenia ze związku dotycząca sfery uczuciowej swoich żon jest zdecydowanie bogatsza niż wiedza mężów o niższym poziomie zadowolenia ze związku –  $t(198) = 2,96; p < 0,003$ .

Żony o wyższym i niższym poziomie zadowolenia z małżeństwa istotnie różnią się między sobą pod względem specyfiki sfery afektywnej (tabela 4). Pozytywne konotacje emocjonalne żon o wyższym poziomie zadowolenia z małżeństwa są zdecydowanie silniejsze niż żon o niższym poziomie zadowolenia z małżeństwa –  $t(198) = 3,19; p < 0,002$ . Natomiast konotacje emocjonalne negatywne żon o wyższym poziomie zadowolenia z małżeństwa są zdecydowanie słabsze niż żon o niższym poziomie zadowolenia z małżeństwa –  $t(198) = -3,15; p < 0,002$ .

Podobna tendencja wystąpiła w przypadku konotacji emocjonalnych neutralnych –  $t(198) = 2,01$ ;  $p < 0,046$ .

**Tabela 3. Wiedza o żonie a poziom zadowolenia ze związku**

| Sfery wiedzy o żonie | MW<br>(n = 100) |      | MN<br>(n = 100) |      | Istotność różnic |       |
|----------------------|-----------------|------|-----------------|------|------------------|-------|
|                      | M               | s    | M               | s    | t                | p<    |
| Ogólna               | 5,24            | 1,60 | 5,19            | 1,48 | 0,23             | n.i.  |
| Uczuciowa            | 7,12            | 1,44 | 6,49            | 1,57 | 2,96             | 0,003 |
| Zadaniowa            | 6,85            | 1,68 | 6,85            | 1,58 | 0,00             | n.i.  |
| Wartości             | 8,91            | 1,18 | 8,17            | 1,56 | 3,79             | 0,001 |
| Razem                | 28,12           | 3,41 | 26,70           | 3,34 | 2,97             | 0,003 |

Uwaga. Jak przy tabelach 1 i 2.

Źródło: badania własne.

**Tabela 4. Wpływ poziomu zadowolenia ze związku na konotacje emocjonalne żon**

| Rodzaje konotacji | ŻW<br>(n = 100) |      | ŻN<br>(n = 100) |      | Istotność różnic |       |
|-------------------|-----------------|------|-----------------|------|------------------|-------|
|                   | M               | s    | M               | s    | t                | p<    |
| Pozytywne         | 39,58           | 7,24 | 36,12           | 8,06 | 3,19             | 0,002 |
| Neutralne         | 5,37            | 5,35 | 6,94            | 5,70 | -2,01            | 0,046 |
| Negatywne         | 3,05            | 4,19 | 4,94            | 4,31 | -3,15            | 0,002 |

Uwaga. Jak przy tabelach 1 i 2.

Źródło: badania własne.

Różnice pomiędzy mężami o wyższym i niższym poziomie zadowolenia ze związku pod względem specyfiki sfery afektywnej wystąpiły w przypadku dwóch badanych rodzajów konotacji emocjonalnych (tabela 5). Pozytywne konotacje emocjonalne mężów o wyższym poziomie zadowolenia z małżeństwa są zdecydowanie silniejsze niż mężów o niższym poziomie zadowolenia z małżeństwa –  $t(198) = 3,37$ ;  $p < 0,001$ , natomiast

konotacje emocjonalne neutralne mężów o niższym poziomie zadowolenia z małżeństwa są zdecydowanie silniejsze niż mężów o wyższym poziomie zadowolenia z małżeństwa –  $t(198) = -3,46; p < 0,001$ .

**Tabela 5. Wpływ poziomu zadowolenia ze związku na konotacje emocjonalne mężów**

| Rodzaje konotacji | MW<br>(n = 100) |      | MN<br>(n = 100) |      | Istotność różnic |       |
|-------------------|-----------------|------|-----------------|------|------------------|-------|
|                   | M               | s    | M               | s    | t                | p<    |
| Pozytywne         | 40,77           | 6,48 | 37,52           | 7,16 | 3,37             | 0,001 |
| Neutralne         | 4,58            | 5,10 | 7,07            | 5,08 | -3,46            | 0,001 |
| Negatywne         | 2,78            | 4,26 | 3,41            | 4,13 | -1,06            | n.i.  |

Uwaga. Jak przy tabelach 1 i 2.

Źródło: badania własne.

#### 4. Wnioski

Potwierdziły się sformułowane na wstępie hipotezy zakładające większe bogactwo sfery emocjonalnej małżonków charakteryzujących się wyższym poziomem zadowolenia ze związku w porównaniu do małżonków o niższym poziomie zadowolenia ze związku.

Można przyjąć, że zarówno w przypadku żon, jak i mężów lepsza jakość relacji małżeńskiej związana jest z bogatszą, pełniejszą wiedzą na temat współmałżonka w zakresie sfery uczuciowej. Świadczy ona o podjętym wcześniej wysiłku, który w dużej mierze związany był z nastawieniem na poznanie świata uczuciowego partnera. Znajomość świata uczuć, sposobów przeżywania i reagowania na zdarzenia życiowe pozwala tak planować rozmowy i wszelkie działania, aby unikać sytuacji, które

mogą prowadzić do spięć, zadrażeń czy niepotrzebnych nieporozumień [Tannen, 1994: 370]. Połączenie w praktyce codziennego życia małżeńskiego umiejętnego prowadzenia dialogu ze względu na aspekt emocjonalny daje zwiększone prawdopodobieństwo budowania relacji małżeńskiej odpowiadającej obydwu stronom. Przyjęcie przez jednego z małżonków realnego punktu widzenia drugiego małżonka, co ma miejsce przy wyższym poziomie wiedzy w zakresie sfery uczuciowej, prowadzi do otwartości, wzajemnego zaangażowania w relację oraz pogłębia analizę bieżących problemów, nierzadko podnosząc jakość związku [Kaźmierczak, Rostowska, 2010: 110–124]. Komunikacja uczuć jest ważnym predyktorem ogólnego zadowolenia z małżeństwa [Wałęcka-Matyja, Szkudlarek, 2019: 69]. Wyższy poziom wiedzy małżonków z zakresu sfery uczuciowej stwarza większe szanse na efektywne przetwarzanie informacji z tego obszaru [Kafetsios, 2004: 129–145], zmniejsza ryzyko pojawienia się niepożądanych, destrukcyjnych zachowań i w konsekwencji wpływa na wzrost poczucia satysfakcji ze związku małżeńskiego [Kriegelewicz, 2005: 439]. Mamy tutaj do czynienia z formułowaniem dążeń i wybieraniem zadań przekraczających osobisty interes małżonka na rzecz współmałżonka, co jest jedną z istotnych cech dojrzałej osobowości [Oleś, 2011: 133]. Może być też tak, że wiedza dotycząca świata uczuć współmałżonka, zdobywana w trakcie wspólnego życia, np. poprzez wzrost sympatii, zwiększa poczucie zadowolenia z tworzonego związku, a z kolei większe zadowolenie ze związku sprawia, że małżonkowie chcą wiedzieć o sobie coraz więcej [Mandal, 2008: 76].

Na zadowolenie z małżeństwa korzystnie wpływa pozytywne przesunięcie afektywne. Jego pojawienie się tworzy klimat emocjonalny poprawiający samopoczucie i satysfakcję

z codzienności. Jeżeli pozytywne emocje w relacji małżeńskiej występują częściej, to mózg wytwarza specyficzne mediatory, które mogą stan poczucia zadowolenia małżonków wydłużać [Berridge, Kringelbach, 2011: 1–3]. Postępy badań nad ludzkim mózgiem umożliwiły odkrycie ważnych neuronalnych struktur warunkujących doznawanie pozytywnych stanów emocjonalnych, które związane są ze specyfiką jego funkcjonowania. Zalicza się do nich m.in. niektóre struktury śródmózgowia i brzusznej części prądkowia oraz przedniej wyspy. Istotne znaczenie w ujęciu strukturalnym i funkcjonalnym ma zróżnicowanie kory nadoczodołowej (OFC). Boczna tylna, starsza filogenetycznie i ontogenetycznie, jest bardziej związana ze stanami emocjonalnymi uzależnionymi od nagród cielesnych (np. erotycznych), natomiast boczna przednia kora nadoczodołowa odpowiedzialna jest za stany emocjonalne wywoływane nagrodami pojawiającymi się w późniejszym rozwoju filogenetycznym, które mają charakter społeczno-kulturowy. Chodzi w tym przypadku o nagrody powstające w wyniku wzbudzenia motywacji wewnętrznej, poprzez którą można wykazać się posiadanymi sprawnościami czy umiejętnościami [Sescousse, Redoute, Dreher, 2010: 13095–13104]. Przykładem umiejętności, która kształtuje pozytywny klimat emocjonalny i wpływa na wzrost satysfakcji z relacji małżeńskiej, jest inteligencja emocjonalna [Malouff, Schutte, Thorsteinsson, 2014: 53–66]. W przeciwieństwie do inteligencji klasycznej, która jest wrodzona, inteligencję emocjonalną można ciągle rozwijać. Jednym z istotnych elementów inteligencji emocjonalnej jest znajomość własnych emocji, którymi potrafi się zarządzać, oraz rozpoznawanie emocji u innych [Jaworowska, Matczak, 2001: 7]. Tym, co może sprzyjać adekwatnemu wyrażaniu własnych emocji i dostrzeganiu emocji

przeżywanych przez współmałżonka, jest aktywna świadomość polegająca na regularnym monitorowaniu wydarzeń w jego otoczeniu. Świeżość percepcji połączona z autorefleksją w przeciwieństwie do stereotypowego spostrzegania współmałżonka zmniejsza poziom zachowań konfliktowych, wyzwalających wiele negatywnych emocji i obniżających poczucie zadowolenia z tworzonego związku [Goleman, 1995: 33–45]. Aktywna świadomość niewątpliwie powiększa i aktualizuje samowiedzę współmałżonków, która według przeprowadzonych badań w połączeniu z ekstrawersją wpływa pozytywnie na odczuwaną satysfakcję z tworzonej relacji [Jones, Welton, Oliver, Thorburn, 2011: 357–361]. Jeżeli przy wyrażaniu stanów emocjonalnych dojdzie do nieporozumień, to ich pojawienie się może być bodźcem motywującym do poszukiwania uwarunkowań, które do tego doprowadziły, i w konsekwencji prowadzić do aktualizacji wiedzy współmałżonków na swój temat w zakresie tej sfery.

W kontekście przedstawionej analizy uzyskanych wyników badań rodzą się pytania, na które warto poszukiwać odpowiedzi. Czy zadowolenie ze związku małżeńskiego prowadzi do ubogacenia wiedzy małżonków o sobie nawzajem w sferze uczuciowej, czy też małżonkowie nabywający wiedzę o sobie nawzajem odnośnie do świata uczuć stają się bardziej zadowoleni ze swojego związku? Czy zadowolenie ze związku małżeńskiego generuje pozytywne przesunięcie afektywne, czy też małżonkowie charakteryzujący się pozytywnym przesunięciem afektywnym są bardziej zadowoleni ze swojego związku? Odpowiedzi na te pytania mogą stanowić istotne wskazania w skutecznym prowadzeniu terapii par małżeńskich, jak również mogą być bardzo pomocne w tworzeniu programów przygotowujących młodzież do podjęcia odpowiedzialnego życia w małżeństwie i rodzinie.

## Bibliografia

- Babbie E. (2004), *Badania społeczne w praktyce*, przeł. W. Betkiewicz i in., Warszawa: Wydawnictwo Naukowe PWN.
- Beck A. T. (1996), *Miłość nie wystarczy. Jak rozwiązywać nieporozumienia i konflikty małżeńskie*, przeł. A. Jankowski, Poznań: Media Rodzina.
- Berridge K. C., Kringelbach M. L. (2011), *Building a neuroscience of pleasure and well-being*, „Psychology of Well-Being”, 1, s. 1–3.
- Błażek M. (2014), *Rozwód jako sytuacja kryzysowa w rodzinie*, w: I. Janicka, H. Liberska (red.), *Psychologia rodziny*, Warszawa: Wydawnictwo Naukowe PWN, s. 459–481.
- Crane D. R. (2004), *Podstawy terapii małżeństw*, przeł. L. Lewicka, Gdańsk: Gdańskie Wydawnictwo Psychologiczne.
- Cypryańska M., Bedyńska S. (2013), *Testy t-Studenta i ich nieparametryczne odpowiedniki*, w: S. Bedyńska, M. Cypryańska (red.), *Statystyczny drogowskaz 1. Praktyczne wprowadzenie do wnioskowania statystycznego*, Warszawa: Wydawnictwo Akademickie Sedno, s. 159–193.
- Dakowicz A. (2012a), *Wiedza na temat współmałżonka w małżeństwach zadowolonych i niezadowolonych ze swojego związku*, w: A. Mitręga, I. Jagoszewska (red.), *Komunikacja jako narzędzie (po)rozumienia we wspólnotach społecznych*, Toruń: Wydawnictwo Adam Marszałek, s. 49–58.
- Dakowicz A. (2012b), *Psychologiczna analiza małżonków o wysokim i niskim poziomie transgresji*, w: T. Rostowska, A. Lewandowska-Walter (red.), *Małżeństwo i rodzicielstwo a zdrowie*, Toruń: Wydawnictwo Adam Marszałek, s. 79–101.
- Goldenberg H., Goldenberg I. (2006), *Terapia rodzin*, przeł. M. Łuczak, M. Młynarz, K. Siemieniuk, Kraków: Wydawnictwo Uniwersytetu Jagiellońskiego.
- Goleman D. (1995), *Emotional intelligence*, New York: Bantam Books.
- Grzywak-Kaczyńska M. (1988), *Trud rozwoju*, Warszawa: Instytut Wydawniczy Pax.

- Jankowiak B. (2007), *Problematyka jakości i trwałości relacji partnerskich w teorii i badaniach*, „Przegląd Terapeutyczny”, 3, s. 1–25.
- Jaworowska A., Matczak A. (2001), *Kwestionariusz Inteligencji Emocjonalnej INTE* N. S. Schutte, J. M. Malouffa, L. E. Hall, D. J. Haggerty'ego, J. T. Cooper, C. J. Goldena, L. Dornheim. Podręcznik, Warszawa: Pracownia Testów Psychologicznych Polskiego Towarzystwa Psychologicznego.
- Jones K. C., Welton S. R., Oliver T. C., Thorburn J. W. (2011), *Mindfulness, Spousal Attachment, and Marital Satisfaction: A Mediated Model*, „The Family Journal”, 4, s. 357–361.
- Kafetsios K. (2004), *Attachment and emotional intelligence abilities cross the life course*, „Personality and Individual Differences”, 37, s. 129–145.
- Kaźmierczak M., Rostowska T. (2010), *Percepcja relacji małżeńskich i poziom empatii partnerów a jakość życia*, w: T. Rostowska, A. Peplińska (red.), *Psychospołeczne aspekty życia rodzinnego*, Warszawa: Difin, s. 110–124.
- Kozielecki J. (2007), *Psychotransgresjonizm. Nowy kierunek psychologii*, wydanie trzecie, Warszawa: Wydawnictwo Akademickie „Żak”.
- Kratochvil S. (2003), *Podstawy psychoterapii*, przeł. M. Czabak, E. Matuska, Poznań: Zysk i S-ka Wydawnictwo.
- Kriegelewicz O. (2005), *Inteligencja emocjonalna partnerów a zadowolenie ze związku i strategie rozwiązywania konfliktów w małżeństwie*, „Przegląd Psychologiczny”, 4, s. 431–452.
- Ładyżyński A. (2017), *Terapia jako forma pomocy rodzinie w powrocie do równowagi*, w: M. Parzyszek, M. Samorańska (red.), *Rodzina – wsparcie i pomoc*, Lublin: Wydawnictwo Episteme, s. 205–212.
- Malouff J. M., Schutte N. S., Thorsteinsson E. B. (2014), *Trait emotional intelligence and romantic relationship satisfaction: A meta-analysis*, „The American Journal of Family Therapy”, 42, s. 53–66.
- Mandal E. (2008), *Miłość, władza i manipulacja w bliskich związkach*, Warszawa: Wydawnictwo Naukowe PWN.
- Maslow A. H. (1990), *Motywacja i osobowość*, przeł. P. Sawicka, Warszawa: Instytut Wydawniczy Pax.

- Oleś P. K. (2011), *Wprowadzenie do psychologii osobowości*, Warszawa: Wydawnictwo Naukowe Scholar.
- Piasecka M. (2003), *Wiedza o sobie i wiedza o partnerze a ocena jakości małżeństwa*, w: I. Janicka, T. Rostowska (red.), *Psychologia w służbie rodziny*, Łódź: Wydawnictwo Uniwersytetu Łódzkiego, s. 78–88.
- Płopa M. (2005), *Więzi w małżeństwie i rodzinie. Metody badań*, Kraków: Oficyna Wydawnicza „Impuls”.
- Sescousse G., Redoute J., Dreher J. C. (2010), *The architecture of reward value coding in the human orbitofrontal cortex*, „The Journal of Neuroscience”, 30, s. 13095–13104.
- Sternberg R. J. (2001a), *Miłość jest opowieścią*, przeł. T. Oljasz, Poznań: Dom Wydawniczy Rebis.
- Sternberg R. J. (2001b), *Psychologia poznawcza*, przeł. E. Czerniawska, A. Matczak, Warszawa: Wydawnictwa Szkolne i Pedagogiczne.
- Tannen D. (1994), *Ty nic nie rozumiesz! Kobieta i mężczyzna w rozmowie*, przeł. A. Sylwanowicz, Warszawa: Wydawnictwo W. A. B.
- Wałęcka-Matyja K., Szkudlarek A. (2019), *Psychologiczne predyktory zadowolenia z bliskiego związku interpersonalnego. Rola komunikacji emocjonalnej*, „Kwartalnik Naukowy Fides et Ratio”, 2(38), s. 50–73.

## **Psychotransgressive analysis of the emotional sphere of spouses with a higher or lower level of satisfaction with their relationship**

### **Abstract**

Psychotransgression developed by Józef Kozielecki provides a new look on the functioning of human psyche. The mechanisms of close interpersonal relations, among which marriage has a special place, are explained based on the concept of protective and transgressive behaviours. Their effectiveness depends to a large extent on the dynamic spouses' personality structure, which is a network of five equivalent psychons: cognitive, instrumental, motivational,

emotional and personal. The emotional sphere, referring in its substance to the content of the cognitive and emotional psychon, is an important element of the personality structure. In the case of the cognitive psychon, the knowledge of one's spouse regards the world of feelings, whereas in the case of the emotional psychon it is associated with a positive affective shift. Spouses with a higher level of satisfaction with their relationship have a richer knowledge of each other regarding the emotional sphere than spouses with a lower level of satisfaction with their relationship. A similar relation occurs in the case of effective shift. Spouses with a higher level of satisfaction with their relationship are characterized by a much greater positive affective shift than the spouses with a lower level of satisfaction with their relationship.