

**Izabela Kurowska**, Uniwersytet Zielonogórski

**Łukasz Nickel**, Uniwersytet Zielonogórski

# Cechy temperamentu i zachowania komunikacyjne pomiędzy partnerami a satysfakcja ze związku

**Streszczenie:** Celem przeprowadzonego badania była analiza i ocena okoliczności powstawania satysfakcji ze związku za pomocą cech temperamentu i zachowań komunikacyjnych. Osoby badane wypełniły Kwestionariusz Temperamentu EAS-D, Kwestionariusz Komunikacji Małżeńskiej oraz Kwestionariusz Dobranego Małżeństwa. Badana grupa liczyła 31 par ( $N = 62$ ) będących w związku formalnym lub nieformalnym. Przeprowadzone badanie wykazało pozytywny związek satysfakcji ze związku z zachowaniami komunikacyjnymi; zaangażowaniem i wsparciem oraz negatywny związek z niezadowoleniem, strachem i złością – jako wymiarem emocjonalności w teście temperamentu EAS-D, a także z deprecjacją, będącą zachowaniem komunikacyjnym. Najistotniejszym predyktorem satysfakcji ze związku było wsparcie i deprecjacja. Zachowania komunikacyjne istotnie mediowały relację pomiędzy cechami temperamentu a satysfakcją ze związku. Przeprowadzone badanie jest znaczące z wielu perspektyw – uzyskane wyniki można wykorzystać w terapii par, których poziom satysfakcji ze związku jest niezadowalający.

**Słowa kluczowe:** temperament, komunikacja w związku, satysfakcja ze związku, terapia par, relacje w związkach.

## 1. Wprowadzenie

Dynamiczne zmiany zachodzące w relacjach partnerskich wymagają ciągłego poszerzania i aktualizowania wiedzy w tym zakresie. Temat ten wydaje się być szczególnie istotny ze względu na wzrost liczby udzielanych rozwodów oraz spadek liczby zawieranych małżeństw. Przekłada się to na większą liczbę związków nieformalnych i kohabitacji, a ponadto spadek liczby urodzonych

dzieci i wzrost samotnego wychowywania<sup>1</sup>. Wraz z przyrostem rozstań wzrosła liczba osób poszukujących specjalistycznej pomocy<sup>2</sup>. Osoby będące w związku dążą do pozyskiwania szczęścia wynikającego z relacji<sup>3</sup>. W związku z powyższym istotne jest poznanie predyktorów, od których może zależeć satysfakcja ze związku oraz które mogą przeciwdziałać jego rozpadowi.

Związek partnerski jest to relacja osób będących ze sobą w związku formalnym lub nieformalnym. Jako partnera uznać można małżonka, sympatię, partnera życiowego, narzeczonego bądź narzeczoną, ale też kochanka/kochankę czy konkubenta/konkubinę. Partner jest więc towarzyszem życia, z którym zawiera się więź emocjonalną oraz podejmuje aktywność seksualną<sup>4</sup>.

Satysfakcja w związkach jest przedmiotem zainteresowania wielu badaczy<sup>5</sup>, co z kolei skutkuje funkcjonowaniem w literaturze tematu różnych określeń odpowiadających temu terminowi. Satysfakcję w związku wiąże się z takimi terminami, jak: jakość małżeńska, dobór małżeński, powodzenie małżeńskie, integracja małżeńska, szczęście małżeńskie, zadowolenie czy satysfakcja z małżeństwa<sup>6</sup>. Uczeni, poruszając te kwestie w badaniach, starali się ustalić stan zadowolenia partnerów z faktu bycia w związku z wybraną osobą oraz wykazać predyktory wysokiej i niskiej jakości związku.

Satysfakcja w związkach partnerskich w ujęciu Mieczysława Płopy opisywana jest poprzez cztery kategorie: intymność, samorealizację, podobieństwo oraz rozczarowanie. Intymność rozumiana jest jako relacja oparta na zaufaniu,

<sup>1</sup> J. Stańczak, K. Stelmach, M. Urbanowicz, *Małżeństwa oraz dzieciństwo w Polsce*, Główny Urząd Statystyczny, Departament Badań Demograficznych i Rynku Pracy, Warszawa 2016, s. 1–16; GUS, *Rocznik demograficzny*, Zakład Wydawnictw Statystycznych, Warszawa 2021.

<sup>2</sup> H. Przybyła-Basista, *Zmieniające się rodziny w zmieniającym się świecie a wyzwania dla współpracy rodzicielskiej*, „Humanum. Międzynarodowe Studia Społeczno-Humanistyczne” 2017, t. 2, s. 5–18.

<sup>3</sup> I. Namysłowska, A. Siewierska, *Terapia rodzin a terapia par*, „Psychoterapia” 2007, nr 3(142), s. 37–42.

<sup>4</sup> K. Adamczyk, *Pojęcie partnera życiowego w percepcji młodych dorosłych żyjących w pojedynkę i w związku nieformalnym*, „Polskie Forum Psychologiczne” 2015, nr 3, s. 305–323.

<sup>5</sup> I. Rawicka, T. Rzepa, *Cechy temperamentalne a satysfakcja ze związku*, „Polskie Forum Psychologiczne” 2017, nr 22(4), s. 623–635; T.C. Taggart, S.M. Bannon, J.F. Hammett, *Personality traits moderate the association between conflict resolution and subsequent relationship satisfaction in dating couples*, „Personality and Individual Differences” 2019, nr 139, s. 281–289; M. Jankowska, *Komunikacja pomiędzy małżonkami a ocena jakości związku małżeńskiego*, „Kwartalnik Naukowy Towarzystwa Uniwersyteckiego Fides et Ratio” 2016, nr 28(4), s. 119–139.

<sup>6</sup> M. Jankowska, *op. cit.*, s. 119–139.

bliskości i szczerości. Samorealizacja określana jest przez spełnianie i realizowanie swoich dążeń oraz celów życiowych. Podobieństwo odnosi się do zgodności i jedności obu stron związku w zakresie podejmowania decyzji oraz realizacji wspólnych dążeń. Z kolei rozczarowanie odnosi się do poczucia niepowodzenia życiowego wiążanego z zawarciem i pozostawaniem w związku<sup>7</sup>.

Satysfakcja ze związku może być zależna od komunikacji pomiędzy partnerami. Ma ona bardzo duże znaczenie, ponieważ nie tylko świadczy o poziomie ich relacji, ale także wpływa na kształtowanie się więzi między nimi. Charakter komunikacji partnerskiej obrazuje klimat emocjonalny związku, poziom zaufania, a także zaangażowania jednostek w tę relację<sup>8</sup>. Według Jana Rostowskiego, niezależnie od stażu i poziomu związku, zachowanie dobrej komunikacji jest konieczne do rozwoju relacji. Prawidłowy przebieg komunikacji między partnerami oddaje ich zaangażowanie oraz uzewnętrznia uczucie miłości. Ponadto sprzyja to szybszemu rozwiązywaniu konfliktów oraz ogranicza ich występowanie<sup>9</sup>. Aby proces komunikacji pomiędzy małżonkami przebiegał prawidłowo, muszą oni wypracować efektywny sposób porozumiewania się ze sobą – w celu obustronnego zrozumienia. Komunikacja w małżeństwie pełni nie tylko formę wymiany informacji, ale także odzwierciedla zaangażowanie, wsparcie, szacunek, troskę i emocje, jakimi darzymy partnera<sup>10</sup>.

Kolejnym istotnym predyktorem satysfakcji ze związku może być temperament partnera. Typ temperamentu – obok cech osobowości, prezentowanych postaw oraz wizerunku (a więc cech swoistych człowieka) – jest jednym z kluczowych czynników wpływających bezpośrednio na powodzenie w małżeństwie<sup>11</sup>.

Temperament partnerów jako względnie stała cecha osobowości determinuje sposób działania i zachowania jednostki, przez co bezpośrednio wpływa na kształtowanie się tożsamości związku. Wyniki badań sugerują, że istnieją zależności pomiędzy dopasowaniem się partnerów pod względem

<sup>7</sup> M. Plopa, *Więzi w małżeństwie i rodzinie. Metody badań*, Oficyna Wydawnicza IMPULS, Kraków 2006, s. 69–74.

<sup>8</sup> T. Rostowska, *Konflikt międzypokoleniowy w rodzinie*, Wydawnictwo Uniwersytetu Łódzkiego, Łódź 2001, s. 91–121.

<sup>9</sup> J. Rostowski, *Zarys psychologii małżeństwa*, PWN, Warszawa 1987, s. 35.

<sup>10</sup> M. Plopa, *op. cit.*, s. 109–127.

<sup>11</sup> A. Dakowicz, *Powodzenie małżeństwa: uwarunkowania psychologiczne w perspektywie transgresyjnego modelu Józefa Kozielskiego*, Wydawnictwo Uniwersyteckie Trans Humana, Białystok 2014, s. 82–83; T.C. Taggart, S.M. Bannon, J.F. Hammett, *op. cit.*, s. 281–289.

typu temperamentu a ich satysfakcją ze związku<sup>12</sup>. Dopasowanie partnerów pod kątem podobieństwa cech osobowości ma pozytywny wpływ na odczuwane zadowolenie z małżeństwa. Podobieństwo w tym zakresie przekłada się na porównywalne mechanizmy działania człowieka, co powoduje zmniejszenie częstości występowania sytuacji konfliktowych, a ponadto sprzyja spostrzeganiu partnera jako atrakcyjnego<sup>13</sup>.

## 2. Badania własne

### 2.1. Cel badań i hipotezy badawcze

Celem przeprowadzonego badania było wyjaśnienie satysfakcji ze związku za pomocą cech temperamentu i zachowań komunikacyjnych. Na podstawie przeglądu literatury przedmiotu sformułowano cztery hipotezy: H1 i H2 w formie kierunkowej wskazujące zależności pomiędzy badanymi zmiennymi oraz H3 i H4 w formie niekierunkowej o charakterze eksploracyjnym. Założono, że:

- **H1:** Z zachowań komunikacyjnych – zaangażowanie i wsparcie będą powiązane pozytywnie, a deprecjacja negatywnie z satysfakcją ze związku.
- **H2:** Pośród cech temperamentu – niezadowolenie, strach i złość będą powiązane negatywnie, a aktywność i towarzyskość pozytywnie z satysfakcją ze związku.
- **H3:** Cechy temperamentu i zachowania komunikacyjne będą istotnie przewidywały satysfakcję ze związku.
- **H4:** Zachowania komunikacyjne będą istotnymi mediatorami relacji pomiędzy cechami temperamentu a satysfakcją ze związku.

---

<sup>12</sup> A. Dakowicz, *op. cit.*, s. 82–83.

<sup>13</sup> M. Ryś, *Jakość małżeństwa a komunikowanie się małżonków i sposoby rozwiązywania konfliktów*, „Problemy Rodziny” 1996, nr 1, s. 5–16; T.C. Taggart, *op. cit.*, s. 281–289.

## 2.2. Uczestnicy i procedura badania

Dobór osób biorących udział w badaniu miał charakter celowy. Uczestnicy badania musieli pozostawać w związku heteroseksualnym formalnym lub nieformalnym. Łącznie przebadano 62 osoby, a liczba kobiet i mężczyzn była równa. Średni wiek respondentów to 35 lat (od 19 do 62 lat), a średni staż związku wynosił 14 lat (od 6 mies. do 39 lat).

Badani wypełniali kwestionariusze, takie jak: Kwestionariusz Temperamentu EAS-D, Kwestionariusz Komunikacji Małżeńskiej, Kwestionariusz Dobranego Małżeństwa. Każdy badany został poinformowany o poufności i anonimowości badania, a udział w nim był dobrowolny.

## 2.3. Narzędzia badawcze

Satysfakcja ze związku została zbadana za pomocą Kwestionariusza Dobranego Małżeństwa autorstwa Mieczysława Plopy i Jana Rostowskiego<sup>14</sup>. Test składa się z 32 twierdzeń. Uzyskane dane pozwalają obliczyć poziom intymności, samorealizacji, podobieństwa i rozczarowania oraz ogólny wynik zadowolenia ze związku. Badani udzielali odpowiedzi na pięciostopniowej skali Likerta (od „całkowicie się zgadzam” – 5 pkt do „całkowicie się nie zgadzam” – 1 pkt). Badani odpowiadali na pytania, zaznaczając jedną z możliwych odpowiedzi – tę, która najbardziej odzwierciedlała ich przekonania w danej kwestii.

Zachowania komunikacyjne partnerów zbadano za pomocą Kwestionariusza Komunikacji Małżeńskiej (KKM) autorstwa Marii Kaźmierczak i Mieczysława Plopy<sup>15</sup>. Kwestionariusz składa się z dwóch części: pierwsza służy do oceny własnych zachowań komunikacyjnych, z kolei druga odnosi się do oceny zachowań partnera. Każda część zawiera 30 stwierdzeń. Udzielone odpowiedzi pozwalają obliczyć wyniki dla 3 skal: wsparcie, zaangażowanie i deprecjacja. Badani udzielają odpowiedzi na pięciostopniowej skali (od „nigdy” – 1 pkt do „zawsze” – 5 pkt).

Temperament został zbadany za pomocą Kwestionariusza Temperamentu EAS-D Arnolda Bussa oraz Roberta Plomina, w polskiej adaptacji

<sup>14</sup> M. Plopa, *op. cit.*, s. 71–104.

<sup>15</sup> *Ibidem*, s. 131–149.

Włodzimierza Oniszczenko<sup>16</sup>. Test składa się z 20 twierdzeń. Badani metodą samoopisu odnoszą się do różnych cech temperamentu, udzielając odpowiedzi na pięciostopniowej skali (od „zdecydowanie nie” – 1 pkt do „zdecydowanie tak” – 5 pkt). Kwestionariusz zawiera trzy główne skale: emocjonalność, aktywność i towarzyskość, przy czym emocjonalność zawiera trzy składowe: niezadowolenie, strach i złość.

### 3. Wyniki badań

Na etapie analiz statystycznych w pierwszej kolejności przeprowadzono test normalności rozkładu dla badanych zmiennych (test Kołmogorowa-Smirnowa). Część zmiennych odbiegała od rozkładu normalnego. Były to: niezadowolenie, strach, towarzyskość i rozczarowanie. W związku z tym kolejne analizy zostały przeprowadzone w oparciu o metodę bootstrappingu. Pozwoliła ona na użycie testów parametrycznych pomimo braku rozkładu normalnego.

W tabeli 1 zaprezentowano statystyki opisowe mierzonych zmiennych ilościowych oraz wyniki analizy korelacji  $r$  Pearsona pomiędzy badanymi zmiennymi. Wartości współczynników korelacji wyznaczono w oparciu o wspomnianą metodę bootstrappingu. Otrzymano istotne statystycznie dodatnie korelacje pomiędzy satysfakcją ze związku a zachowaniami komunikacyjnymi, jak wsparcie i zaangażowanie, oraz istotne statystycznie ujemne korelacje pomiędzy cechami temperamentu, jak niezadowolenie, strach, złość i zachowaniem komunikacyjnym polegającym na deprecjacji.

W kolejnym kroku przeprowadzono hierarchiczną analizę regresji, aby sprawdzić, które z cech temperamentu i zachowań komunikacyjnych w największym stopniu wyjaśniają satysfakcję ze związku. W pierwszym bloku, w oparciu o metodę wprowadzania<sup>17</sup>, analizowano wskaźniki temperamentu; w drugim bloku, również w oparciu o metodę wprowadzania – zachowania komunikacyjne. W analizie uwzględniono te zmienne, które były istotnie powiązane z satysfakcją ze związku. Analizę przeprowadzono, opierając się na metodzie bootstrappingu. Wyniki przedstawiono w tabeli 2.

---

<sup>16</sup> W. Oniszczenko, *Kwestionariusz Temperamentu EAS Arnolda H. Bussa i Roberta Plomina. Wersje dla dorosłych i dla dzieci. Adaptacja polska*, Pracownia Testów Psychologicznych, Warszawa 1997.

<sup>17</sup> Zmienne wyjaśniające wprowadzono do analizowanego modelu w kolejnych krokach – zgodnie z przyjętymi założeniami badawczymi.

**Tabela 1. Statystyki opisowe i wartości korelacji analizowanych zmiennych**

Zmienne	1	2	3	4	5	6	7	8	9
1. Satysfakcja ze związku	1	-0,42**	-0,27*	-0,34**	0,24	0,21	0,73**	0,58**	-0,70**
2. Niezadowolenie		1	0,56**	0,31*	-0,25	-0,35**	-0,39**	-0,30*	0,30*
3. Strach			1	0,20	-0,15	-0,36**	-0,33**	-0,37**	0,20
4. Złość				1	0,02	-0,11	-0,15	-0,11	0,50**
5. Aktywność					1	0,35**	0,21	0,16	-0,07
6. Towarzystwość						1	0,35**	0,25	-0,06
7. Wsparcie							1	0,79**	-0,63**
8. Zaangażowanie								1	-0,47**
9. Deprecjacja									1
<i>M</i>	116,69	10,16	9,32	12,23	13,55	12,90	43,44	33,67	22,50
<i>SD</i>	15,06	3,44	2,96	2,33	3,29	3,21	5,76	4,48	7,05

\*  $p < 0,05$ ; \*\*  $p < 0,01$ .

Źródło: opracowanie własne.

Model pierwszy wyjaśniał 23%, a model drugi 42% wariacji satysfakcji ze związku. Wykazano, że kluczowymi zmiennymi przewidującymi satysfakcję ze związku były dwa zachowania komunikacyjne – zaangażowanie i deprecjacja. Model drugi ze wszystkimi zmiennymi łącznie wyjaśniał 62% wariacji. Im wyższe wsparcie oraz niższa deprecjacja, tym większa satysfakcja ze związku.

**Tabela 2. Wyniki analizy regresji w zakresie wyodrębnienia czynników kluczowych dla satysfakcji ze związku**

	Predyktory	b	Beta	Przedziały ufności 95%	
				Dolna granica	Górna granica
Blok 1	1. Niezadowolenie	-0,67	-0,15	-1,81	0,51
	2. Strach	0,27	0,05	-1,17	1,61
	3. Złość	-0,40	-0,06	-1,66	0,82
Blok 2	4. Wsparcie	1,06	0,41	0,35	2,21
	5. Zaangażowanie	0,22	0,06	-0,64	0,85
	6. Deprecjacja	-0,74	-0,35	-1,24	-0,16

Źródło: opracowanie własne.

Ostatnim krokiem była analiza mediacji, w której testowano efekt mediacji metodą bootstrappingu. Sprawdzono istnienie mediacji związku pomiędzy

cechami temperamentu i satysfakcją ze związku przez zachowania komunikacyjne. Analiza wykazała, że istotnymi mediatorami były: a) wsparcie w relacji pomiędzy strachem a satysfakcją ze związku  $[-2,17, -0,26]$  oraz w relacji pomiędzy niezadowolaniem a satysfakcją ze związku  $[-2,07, -0,35]$ , b) zaangażowanie w relacji pomiędzy niezadowolaniem a satysfakcją ze związku  $[-1,25, -0,09]$  oraz w relacji pomiędzy strachem a satysfakcją ze związku  $[-1,87, -0,40]$ , c) deprecjacja w relacji pomiędzy niezadowolaniem a satysfakcją ze związku  $[-1,55, -0,14]$  oraz w relacji pomiędzy złością a satysfakcją ze związku  $[-3,81, -1,04]$ . Wyniki analizy mediacji wraz ze standaryzowanymi współczynnikami *Beta* zaprezentowano w tabeli 3, a teoretyczny model mediacji na ilustracji 1.

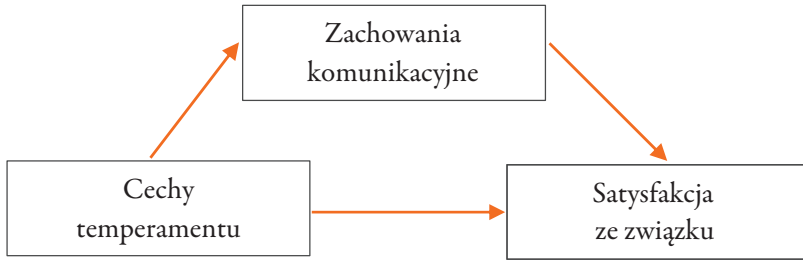
**Tabela 3. Analiza regresji ze zmienną wyjaśniającą i mediatorem przewidyującym zmienną wyjaśnianą**

Zmienna wyjaśniająca	Zmienna wyjaśniana Satysfakcja ze związku		Zmienna wyjaśniana Wsparcie	
	$\beta$	<i>t</i>	$\beta$	<i>t</i>
Niezadowolenie	-0,17	-1,76	-0,39	-3,24**
Wsparcie	0,66	7,02**		
Strach	-0,03	-0,35	-0,33	-2,72**
Wsparcie	0,71	7,57**		
	Zmienna wyjaśniana Satysfakcja ze związku		Zmienna wyjaśniana Zaangażowanie	
	$\beta$	<i>t</i>	$\beta$	<i>t</i>
Niezadowolenie	-0,27	-2,59*	-0,30	-2,43*
Zaangażowanie	0,50	4,77**		
Strach	-0,06	-0,54	-0,37	-3,12**
Zaangażowanie	0,56	4,92**		
	Zmienna wyjaśniana Satysfakcja ze związku		Zmienna wyjaśniana Deprecjacja	
	$\beta$	<i>t</i>	$\beta$	<i>t</i>
Niezadowolenie	-0,23	-2,52*	0,30	2,43*
Deprecjacja	-0,63	-6,80**		
Złość	0,01	0,09	0,50	4,42**
Deprecjacja	-0,70	-6,58**		

\*  $p < 0,05$ ; \*\*  $p < 0,01$ .

Źródło: opracowanie własne.





### Rysunek 1. Teoretyczny model mediacji

Źródło: opracowanie własne.

## 4. Dyskusja wyników

W przeprowadzonym badaniu postanowiono poszerzyć dotychczasową wiedzę o relacji zachodzącej pomiędzy temperamentem i zachowaniami komunikacyjnymi a satysfakcją ze związku. Wyniki analizy korelacji wykazały, że wyższy poziom satysfakcji ze związku mają osoby, które cechują się zaangażowaniem i wsparciem oraz niską deprecjacją. Uzyskane w ramach analiz wyniki potwierdzają w całości hipotezę pierwszą. Na podstawie trójczynnikowej koncepcji miłości Roberta Sternberga zaangażowanie uznawane jest przez Bogdanę Wojciszke za jeden z głównych czynników warunkujących miłość. W tym ujęciu zaangażowanie przekłada się na jakość i trwałość relacji pomiędzy partnerami<sup>18</sup>. Ponadto zaangażowanie jest powiązane z jakością relacji niezależnie od rodzaju związku (hetero- czy homoseksualnego)<sup>19</sup>. Z kolei wsparcie jest niezbędne do zbudowania wartościowego poziomu intymności. Wsparcie w relacji partnerskiej stanowi kluczowy element, który wpływa na poziom bezpieczeństwa, poczucie akceptacji i motywację do pokonywania trudności<sup>20</sup>.

W przeprowadzonym badaniu wraz ze wzrostem deprecjacji obniżał się poziom satysfakcji ze związku. Komunikacja negatywna, w której przeważają mocno dominujący styl, agresja i nieposzanowanie partnera, znacząco może

<sup>18</sup> B. Wojciszke, *Psychologia miłości*, Gdańskie Wydawnictwo Psychologiczne, Gdańsk 1993, s. 8–19.

<sup>19</sup> K. Kałczyńska, *Jakość relacji, satysfakcja seksualna i zaangażowanie partnerów w związkach jedнопłciowych*, Uniwersytet Łódzki, Łódź 2018, s. 42–53.

<sup>20</sup> B. Wojciszke, *op. cit.*, s. 8–19.

obniżyć poziom odczuwanej satysfakcji<sup>21</sup>. Również częste zachowania komunikacyjne o charakterze agresywnym i poniżającym obniżają poziom satysfakcji seksualnej, natomiast pozytywnie wpływają na nią zachowania komunikacyjne związane ze wsparciem i zaangażowaniem<sup>22</sup>.

Na podstawie analiz nie wykazano istotnej zależności pomiędzy aktywnością i towarzyskością a satysfakcją ze związku – chociaż te dwie cechy temperamentu znajdowały się na granicy istotności statystycznej. Nie było to zgodne z przewidywaniami (H2) zakładającymi, że partnerzy przejawiający zachowania towarzyskie, empatyczne, aktywne charakteryzują się wyższym poziomem satysfakcji ze związku<sup>23</sup>. Prawdopodobnie, biorąc pod uwagę cechy temperamentu, poza towarzyskością i aktywnością, satysfakcja ze związku zależy w większym stopniu od emocjonalności partnerów. Składowe tej cechy temperamentu były istotnie powiązane z satysfakcją ze związku (H2). Wykazano negatywny związek niezadowolenia, strachu i złości z satysfakcją. Aby móc utworzyć satysfakcjonujący związek z drugą osobą, kluczowe jest ogólne poczucie zadowolenia<sup>24</sup>. Podejrzliwość, nieufność i wzburzenia emocjonalne uważa się za czynniki obniżające zadowolenie ze związku<sup>25</sup>.

Wspólna analiza zachowań komunikacyjnych i cech temperamentu wykazała, że najistotniejszym predyktorem satysfakcji ze związku było wsparcie, a następnie deprecjacja, zaś cechy temperamentu wyjaśniały satysfakcję ze związku tylko pośrednio z uwagi na zachowania komunikacyjne. Taki wynik tylko częściowo potwierdza przewidywania zawarte w hipotezie trzeciej i w całości w hipotezie czwartej. Negatywne emocje uwarunkowane temperamentalnie znacznie będą pogarszały komunikację w związku (np. wzajemne zrozumienie czy okazywanie szacunku) oraz będą sprzyjały zachowaniom opryskliwym i agresywnym, co w efekcie będzie znacząco obniżało satysfakcję

<sup>21</sup> M.D. Johnson, J.A. Lavner, M. Mund, M. Zemp, S.M. Stanley, F.J. Neyer et al., *Within-couple associations between communication and relationship satisfaction over time*, „Personality and Social Psychology Bulletin” 2022, nr 48(4), s. 534–549.

<sup>22</sup> A. Nomejko, G. Dolińska-Zygmunt, A. Mucha, *Znaczenie jakości komunikacji dla satysfakcji seksualnej kobiet i mężczyzn w bliskich związkach o różnym stażu*, „Seksuologia Polska” 2017, nr 15(1), s. 1–8.

<sup>23</sup> M. Ryś, *op. cit.*, s. 5–16; I. Rawicka, T. Rzepa, *op. cit.*, s. 623–635.

<sup>24</sup> S.M. Bannon, T.C. Taggart, C.M. Kehoe, K.D. O’Leary, *Collaborative communication efficiency is linked to relationship satisfaction in dating couples*, „Personal Relationships” 2020, nr 27(2), s. 385–400.

<sup>25</sup> A. Małus, *Cechy osobowościowe małżonków zgłaszających się na terapię małżeńską*, „Psychoterapia” 2011, nr 4(159), s. 17–30; T.C. Taggart, *op. cit.*, s. 281–289.

ze związku. W tym kontekście nie tyle temperament osób w związku może być istotny dla odczuwanej satysfakcji ze związku, ile wzajemna komunikacja pomiędzy partnerami, która z kolei zależy w dużej mierze od temperamentu.

Zrealizowane badanie ma kilka ograniczeń. W pierwszej kolejności należy wskazać małą liczbę osób badanych oraz zróżnicowaną grupę badawczą pod względem wieku i stażu związku, co mogło wpłynąć na uzyskane wyniki. W kolejnych badaniach zaleca się dookreślenie i uściślenie respondentów pod względem wieku i stażu związku, ponieważ odczuwalna satysfakcja ze związku może być zależna od rozmaitych czynników na różnym etapie życia. Ponadto przeprowadzone badanie miało charakter korelacyjny. Uzyskane wyniki wskazują na współwystępowanie badanych zmiennych, a nie na relacje przyczynowo-skutkowe.

## 5. Podsumowanie

Dotychczasowe rozważania skłaniają do wysunięcia następujących wniosków:

- 1) Uzyskane wyniki w ramach przeprowadzonego badania mogą okazać się istotne dla psychologów, terapeutów i innych specjalistów pracujących z parami.
- 2) Satysfakcja ze związku nie tyle musi zależeć od temperamentu partnerów, ale od tego, w jaki sposób poszczególne cechy temperamentu mogą warunkować zachowania komunikacyjne w związku. Dlatego też, np. prowadząc terapię par, można przyspieszyć i poprawić jej przebieg, pracując w dużej mierze na nieprawidłowych wzorcach komunikacyjnych występujących w związku. Warto pamiętać, że osobom z reaktywnym emocjonalnie temperamentem może być trudniej utrzymać prawidłowe wzorce komunikacyjne, a więc trudniej będzie im osiągnąć cele terapeutyczne.

## 6. Bibliografia

Adamczyk K., *Pojęcie partner życiowy w percepcji młodych dorosłych żyjących w pojedynkę i w związku nieformalnym*, „Polskie Forum Psychologiczne” 2015, nr 3.

- Bannon S.M., Taggart T.C., Kehoe C.M., O'Leary K.D., *Collaborative communication efficiency is linked to relationship satisfaction in dating couples*, „Personal Relationships” 2020, nr 27(2).
- Dakowicz A., *Powodzenie małżeństwa: uwarunkowania psychologiczne w perspektywie transgresyjnego modelu Józefa Kozieleckiego*, Wydawnictwo Uniwersyteckie Trans Humana, Białystok 2014.
- GUS, *Rocznik demograficzny*, Zakład Wydawnictw Statystycznych, Warszawa 2021.
- Jankowska M., *Komunikacja pomiędzy małżonkami a ocena jakości związku małżeńskiego*, „Kwartalnik Naukowy Towarzystwa Uniwersyteckiego Fides et Ratio” 2016, t. 28(4).
- Johnson M.D., Lavner J.A., Mund M., Zemp M., Stanley S.M., Neyer F.J. et al., *Within-couple associations between communication and relationship satisfaction over time*, „Personality and Social Psychology Bulletin” 2022, nr 48(4).
- Kałczyńska K., *Jakość relacji, satysfakcja seksualna i zaangażowanie partnerów w związkach jednoptciowych*, Uniwersytet Łódzki, Łódź 2018.
- Małus A., *Cechy osobowościowe małżonków zgłaszających się na terapię małżeńską*, „Psychoterapia” 2011, t. 4(159).
- Namysłowska I., Siewierska A., *Terapia rodzin a terapia par*, „Psychoterapia” 2007, t. 3(142).
- Nomejko A., Dolińska-Zygmunt G., Mucha A., *Znaczenie jakości komunikacji dla satysfakcji seksualnej kobiet i mężczyzn w bliskich związkach o różnym stażu*, „Seksuologia Polska” 2017, t. 15(1).
- Oniszczenko W., *Kwestionariusz Temperamentu EAS Arnolda H. Bussa i Roberta Plomina. Wersje dla dorosłych i dla dzieci. Adaptacja polska*, Pracownia Testów Psychologicznych, Warszawa 1997.
- Płopa M., *Więzi w małżeństwie i rodzinie. Metody badań*, Oficyna Wydawnicza IMPULS, Kraków 2006.
- Przybyła-Basista H., *Zmieniające się rodziny w zmieniającym się świecie a wyzwania dla współpracy rodzicielskiej*, „Humanum. Międzynarodowe Studia Społeczno-Humanistyczne” 2017, t. 2.
- Rawicka I., Rzepa T., *Cechy temperamentalne a satysfakcja ze związku*, „Polskie Forum Psychologiczne” 2017, t. 22(4).
- Rostowska T., *Konflikt międzypokoleniowy w rodzinie*, Wydawnictwo Uniwersytetu Łódzkiego, Łódź 2001.

- Rostowski J., *Zarys psychologii małżeństwa*, PWN, Warszawa 1987.
- Ryś M., *Jakość małżeństwa a komunikowanie się małżonków i sposoby rozwiązywania konfliktów*, „Problemy Rodziny” 1996, t. 1.
- Stańczak J., Stelmach K., Urbanowicz M., *Małżeństwa oraz dzietność w Polsce*, Główny Urząd Statystyczny, Departament Badań Demograficznych i Rynku Pracy, Warszawa 2016.
- Taggart T.C., Bannon S.M., Hammett, J.F., *Personality traits moderate the association between conflict resolution and subsequent relationship satisfaction in dating couples*, „Personality and Individual Differences” 2019, nr 139.
- Wojciszke B., *Psychologia miłości*, Gdańskie Wydawnictwo Psychologiczne, Gdańsk 1993.

### Temperament traits, communication and relationship satisfaction in couples

**Summary:** The aim of the study was to explain relationship satisfaction in couples with the use of temperamental traits and communication behaviors. The following research tools were used: the EAS-D Temperament Questionnaire, the Marriage Communication Questionnaire and the Matched Marriage Questionnaire. The participants of the study were 31 couples ( $N = 62$ ) individuals in a marriage or domestic partnership. The results revealed a positive relationship of satisfaction with a) communication; commitment and support and b) negative relationship with distress, fear and anger as a dimension of emotionality in the EAS-D Questionnaire and communication – depreciation. The most important predictor of relationship satisfaction in couples were support and depreciation. Communication behavior was an important mediator between temperamental traits and relationship satisfaction in couples. The conducted study is significant from many perspectives, the obtained results can be applied to the treatment of couples whose level of satisfaction with the relationship is unsatisfactory.

**Keywords:** temperament traits, relationship satisfaction in couples, couples communication, couples therapy, marriage and domestic partnership.

Tytuł rozdziału i streszczenie w języku angielskim w tłumaczeniu własnym Autorów.