



# Wiek partnerów i staż związku a jakość bliskich relacji emocjonalnych

## The age of partners and the duration of the relationship versus the quality of close emotional relationships

Karolina Jarecka<sup>a</sup>

<sup>a</sup> Dr Karolina Jarecka, <https://orcid.org/0000-0002-6577-4360>, Instytut Psychologii Wydział Nauk o Wychowaniu Uniwersytet Łódzki

**Abstrakt:** Jakość związków emocjonalnych zależy od indywidualnych cech partnerów, ale przede wszystkim czynników relacyjnych, odpowiedzialnych za integrację czy stanowiących ryzyko dezintegracji związku. Ich ocena wymaga uwzględnienia perspektywy czasowej. Każdy trwały związek doświadcza zmian jego jakości, co może wiązać się z wiekiem partnerów oraz czasem ich wspólnego życia. Celem badań była ocena zależności między wiekiem partnerów i stażem ich związku a jakością bliskich relacji obejmujących: wzajemną komunikację, intymność i zachowania konfliktowe. Uznaje się je za kluczowe dla jakości związku, ale wciąż otwarty jest problem dotyczący ich zmian w czasie. W badaniu wzięło udział 696 osób w wieku 20-68 lat w tym 360 kobiet i 336 mężczyzn. Osoby badane zaklasyfikowano do trzech znaczących dla rozwoju człowieka grup, obejmujących 16 letnie przedziały wiekowe. W grupie pierwszej było 240 osób w wieku 20-35 lat - tj. w okresie wczesnej dorosłości, grupę drugą stanowiło 276 osób w wieku 36-51 lat, który uznawany jest za właściwy dla średniej i środkowej dorosłości oraz grupę trzecią, w ramach której wyróżniono 180 osób w wieku 52-68 lat tj. w okresie, który wiązany jest z drugą połową wieku średniego oraz wkraczaniem w późną dorosłość. Osoby badane pozostawały w trwałym związku od jednego roku do 47 lat. Do badań zastosowano ankietę socjodemograficzną oraz Kwestionariusz Relacji Partnerskich K. Halwega w adaptacji polskiej I. Janickiej. Stwierdzono, że wraz z wiekiem partnerów i stażem związku zwiększa się liczba zachowań konfliktowych oraz osłabieniu ulegają, ważne dla jego integracji, intymność i wzajemna komunikacja. Najbardziej narażone na tego typu zmiany są małżonkowie w drugiej połowie średniej dorosłości i wkraczający w wiek senioralny. Omówiono potencjalne procesy, które mogły doprowadzić do takich ustaleń. Wiek partnerów i związany z nim staż związku mogą prowadzić do zmian jego jakości. Nie można jednak ich traktować jako wystarczających do oceny zmian bliskich relacji.

**Słowa kluczowe:** efekt czasu, intymność, komunikacja, małżeństwo, zachowania w kłótni

**Abstract:** The quality of emotional relationships depends on the individual characteristics of the partners but, above all, on the relational factors responsible for integrating or risking disintegrating the relationship. Their assessment requires taking a time perspective into account. Each lasting relationship experiences changes in its quality, which may be related to the age of the partners and the time of their life together. The aim of the research was to assess the connection between the age of partners and the length of their relationship and the quality of close relationships, including mutual communication, intimacy and conflict behaviour. They are recognised as key to the quality of the relationship, but it is still open to question how they change over time. The study involved 696 people aged 20-68, including 360 women and 336 men. The respondents were classified into three groups significant for human development, including 16-year age ranges. In the first group, there were 240 people aged 20-35 years (i.e., in early adulthood), the second group consisted of 276 people aged 36-51 years (which is considered appropriate for middle adulthood), and the third group of 180 people aged 52-68 (i.e., in the period associated with the second half of middle age and entering late adulthood). The respondents were in a lasting relationship from one year to 47 years. The research used a socio-demographic survey questionnaire and K. Halweg's Partner Relations Questionnaire in the Polish adaptation of I. Janicka. It was found that with the age of the partners and duration of the relationship, the number of conflict behaviours increase and the intimacy and mutual communication important for its integration weakens. The most vulnerable to these types of changes are spouses in the second half of middle adulthood and entering old age. Potential processes driving these findings are discussed. The age of the partners and the related seniority of the relationship may lead to changes in its quality. However, they cannot be regarded as sufficient to assess changes in close relationships.

**Key words:** behaviour in quarrels, communication, intimacy, marriage, time effect

## 1. Wprowadzenie

Jakość bliskich relacji oceniana bywa na skali jednowymiarowej, kiedy celem badania jest subiektywny

poziom zadowolenia czy satysfakcji ze związku albo wielowymiarowej pozwalającej wnioskować o ich determinantach. W niniejszym artykule przyjęto to drugie, pełniejsze podejście. Uznano, że jakość zwią-

ków emocjonalnych zależy od indywidualnych cech partnerów, ale przede wszystkim czynników relacyjnych, odpowiedzialnych za integrację czy stanowiących ryzyko dezintegracji związku. Za ważne przyjmuje się: wzajemną komunikację, intymność i zachowania konfliktowe. Wzajemna i otwarta komunikacja zbliża partnerów do siebie, pozwala im lepiej się poznać, zrozumieć, lepiej współdziałać oraz umacniać łączącą ich więź emocjonalną (Harwas-Napierała, 2014; Kaźmierczak, Płopa, 2012; Ryś, Greszta, Grabarczyk, 2019). Intymność to szczególna bliskość emocjonalna i seksualna partnerów. Towarzyszy miłości i decyduje o sile związku (Dandurand, Lafontaine, 2013; Ryś, 2016; Wojciszke, 2021). Działa jak bufor dla stresów, które pojawiają się w bliskich związkach (Milek, Butler, Bodenmann, 2015). Intymność ma podłoże neurohormonalne, o czym świadczy wyzwalanie się oksycytocyny, której poziom koreluje dodatnio z poczuciem zaufania i więzi z drugą osobą (Rostowska, Rostowski, 2014). Z kolei konflikt jest oceniany na podstawie zachowań w kłótni. Do zachowań konfliktowych prowadzą zwykle antagonistyczne postawy czy oczekiwania partnerów oraz niewłaściwa interpretacja wzajemnych zachowań (Hahlweg 1996, w: Janicka, 2008; Jankowska, 2016).

Wspomniane wymiary jakości relacji są ze sobą powiązane. Przejawem intymności jest, werbalne i niewerbalne, komunikowanie uczuć. Intymność łączona jest z poświęcaniem czasu partnerowi, wspólnymi rozmowami i wzajemnym zainteresowaniem. Dotyczy porozumiewania się partnerów nie tylko w sferze emocjonalnej, ale również poznawczej i zadaniowej (Hassebrauch, Fehr, 2002; Ryś i in., 2019). Okazuje się jednak, że im bliższy związek tym większe ryzyko pojawiania się konfliktów. W małżeństwie są one nieuniknione. Konflikty wpływają niekorzystnie na seksualność partnerów, a w konsekwencji na satysfakcję ze związku. Taki negatywny skutek konfliktu zaobserwowano również u konserwatywnych par irańskich. Mimo, że w krajach muzułmańskich seksualność jest mniej dyskutowana publicznie i bardziej stygmatyzowana, to jednak kobiety i mężczyźni traktują ją jako bardzo ważną dla małżeństwa (Uhlich, Nouri, Jensen, Meuwly, Schoebi, 2021).

Konflikty ujawniają się w postaci nieodpowiedniej komunikacji werbalnej (np.: krytyka, złośliwe uwagi, ironia, wyśmiewanie, poniżanie) i niewerbalnej

(np.: obrażanie się, izolowanie się od partnera). Kłótnie, to komunikacja, ale o nietypowym przebiegu, ponieważ stymulowana negatywnymi emocjami. Konflikty nie muszą zagrażać szczęściu małżeńskiemu. Krótkotrwałe i o słabej sile mogą być konstruktywne i przyczyniać się do rozwiązania problemu. Nie dotyczy to długotrwałych o charakterze destrukcyjnym (Birditt, Brown, Orbuch, McIlvane, 2010; Halweg, 1996, za: Janicka, 2008; Mandale, Birditt, Orbuch, Antonucci, 2019; Ryś i in., 2019). Sposób, w jaki partnerzy angażują się w codzienne procesy komunikacji, jest związany z rozwiązywaniem konfliktów małżeńskich (Li, Cao, Zhou, Ju, Lan, Zhu, Fang, 2018).

Jakość związku, ujmowana jako proces, wymaga uwzględniania perspektywy czasowej. Każdy trwały związek doświadcza zmian jego jakości, co może wiązać się z wiekiem partnerów oraz stażem ich wspólnego życia.

Wiek łączony jest z rozwojem jednostki, ale też określa ważne, a nawet przełomowe etapy jej życia. Okres dorosłości dzielony jest na wczesny – od 18 do 30/35 roku życia, środkowy od 35/40 do 65 roku życia i późny – po 65 roku życia. Wczesna dorosłość wiąże się głównie z planami zawodowymi oraz tworzeniem bliskiego – intymnego związku, co uznaje się za kryterium rozwojowe tego okresu (Brzezińska, Appelt, Ziółkowska, 2016). Tu ważne stają się bliskość i intymność. Decyzje o małżeństwie, a zwłaszcza o rodzicielstwie są jednak odraczane. Najnowsze dane statystyczne z 2020 roku wskazują, że opóźnia się wiek partnerów, którzy wstępują w związek małżeński. W 2020 roku najwięcej tj. 34 406 mężczyzn zalegalizowało związek w wieku 25-29 lat i tyle samo w wieku 30-34 lata. Z kolei najwięcej – 56 258 kobiet zawarło związek małżeński w wieku 25-29 lat (Rocznik Demograficzny, 2021). Młodzi dorośli często decydują się na mniej zobowiązującą formę wspólnego życia - kohabitację. Przyczyną takich zmian, zgodnie z modelem regulacji ryzyka, jest jednoczesne zorientowanie na dwa konkurencyjne cele: promowanie relacji, zabieganie o bliski związek oraz zachowanie niezależności. Dążenie do ochrony własnego ja zagraża wzajemnej bliskości. Takie osoby na ogół obawiają się odrzucenia, dlatego unikają bliskości i intymności (Murray, Holmes, Collins, 2006).

Badania potwierdzają, że mniej zależnościowe związki młodszych partnerów szybciej się rozpadają niż te dojrzałe i zalegalizowane (Janicka, Szymczak, 2019).

W fazie środkowej dorosłości oprócz dominujących rodziny i pracy pojawia się wiele dodatkowych ról i zadań. Badania wskazują, że osoby te funkcjonują jednocześnie w trzech obszarach zadań: rodzinnym, zawodowym i jako opiekunowie starszej generacji. Zwykle też pomagają, wkraczającym w dorosłość, dzieciom i angażują się w opiekę nad wnukami. Takie przeciążenie rolami może wpływać niekorzystnie na relacje między partnerami (Brzezinska i in., 2016, Szelendak, 2015). Z badań wynika, że największego nasilenia ról i zadań doświadczają osoby między 36. a 55. rokiem życia (Duxbury, Higgins, 2001).

Zmiany w okresie dorosłości skutkują szeroko rozumianą dojrzałością będącą wynikiem złożonych przemian rozwojowych (Ryś, Sztajerwald, 2019). Szczególnie ważne są: dojrzałość społeczna oraz emocjonalna. Powinny one wzrastać z wraz wiekiem jednostki i sprzyjać satysfakcjonującym relacjom. Nie zawsze jednak tak się dzieje. Dojrzałe związki również ulegają dezintegracji co oznacza, że jednostkowa dojrzałość nie gwarantuje relacyjnej. Przyczyną może być proces starzenia się. Wiek 50+ wiąże się bowiem z pojawianiem się objawów zmian hormonalnych - menopauzalnych u kobiet i andropauzalnych u mężczyzn, które łączone są z kryzysem wieku średniego (Jarecka, 2021). Wspomnianym zmianom często towarzyszą dolegliwości, choroby, co skutkuje poczuciem nieatrakcyjności, osłabieniem wzajemnej więzi a także nieporozumieniami. Słaba jakość małżeństwa jest związana np.: z chorobami układu krążenia (Birditt, Newton, Cranford, Ryan, 2016; Donoho, Seeman, Sloan, Crimmins, 2015; Smith, Baron, Deits-Lebehn, Uchino, Berg, 2020), z ryzykiem zachorowania na cukrzycę (Roberson, Fincham, 2018; Whisman, Sbarra, Raison, 2014). Nawet w rodzinach o wysokiej wspólnotowości – latynoamerykańskich potwierdzono, że objawy somatyczne mogą sprzyjać zachowaniom negatywnym i niekorzystnie prognozować dla jakości małżeństwa (Wheeler, Updegraff, Kimberly, Umaña-Taylor, 2018). Zgodnie z przeglądem badań (Goldfarb, Trudel, 2019) szczególnie niebezpieczna jest depresja. Badania podłużne osób 50+ wykazały wzajemną

zależność między niezgodą małżeńską a objawami depresji. Dotyczy to, w takim samym stopniu, mężczyzn i kobiet w wieku średnim i starszych. Życie z partnerem depresyjnym prowadzi do poczucia odrzucenia, które narusza jakość związku (Whisman, Uebelacker, 2009). W później prowadzonych badaniach uzyskano podobne rezultaty. Objawy depresji u męża lub żony wpływały negatywnie na ich satysfakcję małżeńską (Jenkins, Fredman, Le, Sun, Brick, Skinner, McHale, 2020).

Z kolei staż związku wiąże się z normatywnymi i nienormatywnymi etapami funkcjonowania rodziny, które wymagają dostosowywania się pary do nowych warunków czy sytuacji trudnych takich jak np.: zmiana miejsca zamieszkania, narodziny dziecka, utrata pracy, choroba osoby bliskiej itp. Przyjmuje się, że za staż małżeństwa odpowiadają oboje partnerzy, że jest on efektem satysfakcjonujących relacji i/lub podobnych oczekiwań odnośnie trwałości związku. Bywa jednak, że związek ulega dezintegracji z winy lub potrzeby tylko jednego z partnerów. W latach od 1980 do 2019 zaobserwowano wzrost liczby rozwodów (od 39 833 do 65 341). Częściej powództwo o rozwód wnoszą żony niż mężowie oraz częściej mężom, niż żonom przypisywana jest wina za rozkład pożycia małżeńskiego (Rocznik Demograficzny, 2020).

Czas wspólnego życia partnerów powinien wiązać się z umacnianiem wspólnotowości: emocjonalnej, której przejawem jest wzajemna miłość i wsparcie; poznawczej tj. wspólnoty planów życiowych, postaw; duchowej związanej z religijnością i tradycjami rodzinnymi oraz materialnej i terytorialnej, wymagających zabezpieczeń ekonomicznych, współzamieszkiwania i codziennej dostępności. Wszystkie rodzaje wspólnotowości wymagają bliskości i wzajemnej zależności (Walęcka-Matyja, Janicka, 2021). Takie zależnościowe umocowanie związku może powodować, że staż pracuje na korzyść pary. Badania wskazują, że partnerzy ze stażem 10 letnim kłócą się, średnio, dwa razy częściej niż ci ze stażem 30-letnim. Wiążąc długi staż związku ze starszym wiekiem wyjaśnia się, że takie osoby są słabsze, bardziej tolerancyjne, ugodowe, a także mniej zainteresowane wzajemną walką i konfliktami (Szelendak, 2015).

Badania Głównego Urzędu Statystycznego przeprowadzone w 2019 r. pokazały jednak, że małżonkowie starsi i z długim stażem również się rozstają, ale niechętnie rozwodzą. Najwięcej było orzeczonych separacji dla grupy wiekowej 55 lat i więcej (360 separacji) i powództw o separację złożonych przez partnerów, których staż małżeński wynosił 30 lat i więcej (283 separacji). Natomiast najwięcej rozwiodło się osób w wieku 40-49 lat (19 062 par) oraz w okresie trwania ich małżeństwa od 5 do 9 lat (14 466) oraz od 10 do 14 lat (12057) (Rocznik Demograficzny, 2020).

## 2. Cel badań i hipotezy badawcze

Celem podjętych badań była ocena zależności między wiekiem partnerów i stażem ich związku a jakością bliskich relacji.

Podane wcześniej wyniki badań pokazały, że określony wiek partnerów i staż ich wspólnego życia mogą sprzyjać zmianom jakości relacji. Upoważnia to do sformułowania następujących hipotez:

Hipoteza 1. Występuje zależność między wiekiem osób badanych, a jakością relacji partnerskich (zachowaniami w kłótni, intymnością i wzajemną komunikacją).

Hipoteza 2. Wiek różnicuje wszystkie wymiary jakości relacji w grupie kobiet i mężczyzn.

Hipoteza 3. Płeć partnerów istotnie różnicuje jakość ich relacji (zachowania w kłótni, intymność, wzajemną komunikację).

Hipoteza 4. Jakość relacji partnerskich tj. zachowania w kłótni, intymność, wzajemna komunikacja zależą od stażu związku.

## 3. Materiał i metoda

### 3.1. Osoby badane

W badaniu wzięło udział 696 osób w wieku 20-68 lat ( $M=43,51$ ;  $SD=12,57$ ), w tym 360 kobiet (51,7%) w wieku 21-68 lat ( $M=43,51$ ;  $SD=12,62$ ) i 336 mężczyzn (48,3%) w wieku 20-68 lat ( $M=43,57$ ;

$SD=12,53$ ). Osób z wykształceniem wyższym było 369, z wykształceniem średnim - 237, a zawodowym - 90. Osoby badane pozostawały w związku przez okres od jednego roku do 47 lat ( $M=43,57$ ;  $SD=12,53$ ). Wszyscy ocenili swoją sytuację ekonomiczną jako stabilną. W 633 przypadkach (92,9%) były to związki małżeńskie, w 45 przypadkach (7,1%) – kohabitacyjne. Kohabitacje, jako alternatywa dla małżeństwa, okazały się popularne wśród młodych dorosłych. Potwierdzają to dotychczasowe badania polskie (Janicka, Szymczak, 2019).

Żeby bardziej wnikliwie przyjrzeć się ewentualnym zmianom osoby badane zaklasyfikowano do trzech znaczących dla rozwoju człowieka grup, obejmujących 16 letnie przedziały wiekowe. W grupie pierwszej było 240 osób w wieku 20-35 lat - tj. w okresie wczesnej dorosłości ( $M=29,08$ ;  $SD=4,19$ ), grupę drugą stanowiło 276 osób w wieku 36-51 lat ( $M=46,02$ ;  $SD=4,48$ ), który uznawany jest za właściwy dla średniej i środkowej dorosłości oraz grupę trzecią, w ramach której wyróżniono 180 osób w wieku 52-68 lat ( $M=59,02$ ;  $SD=5,27$ ) w okresie, który wiązany jest z drugą połową wieku średniego oraz wkraczania w późną dorosłość.

W tabeli 1 przedstawiono charakterystykę osób badanych pod względem ich wieku i stażu związku.

W oparciu o wartości testu t Studenta dla prób niezależnych nie stwierdzono istotnych statystycznie różnic pomiędzy wiekiem kobiet i wiekiem mężczyzn w wyróżnionych grupach, tj. w grupie osób w wieku 20-35 lat,  $t(238)=-1,48$ ,  $p>0,05$ , w grupie osób w wieku 36-51 lat,  $t(274)=-0,30$ ,  $p>0,05$ , ani w grupie osób w wieku 52-65 lat,  $t(178)=0,95$ ,  $p>0,05$ .

Analizy nie wykazały istotnych statystycznie różnic pomiędzy kobietami i mężczyznami odnośnie stażu związku w grupie wiekowej 20-35 lat,  $t(238)=-1,64$ ,  $p>0,05$ , ani w grupie wiekowej 36-50 lat,  $t(273,04)=-0,30$ ,  $p>0,05$ . Natomiast, w grupie wiekowej 52-65 lat, staż małżeństwa kobiet był istotnie dłuższy, niż w grupie mężczyzn,  $t(178)=2,96$ ;  $p<0,01$ . Ze względu na istotne statystycznie odchylenia od rozkładu normalnego istotność statystyczną różnic zweryfikowano w oparciu o metodę bootstrappingu.

Tabela 1. Wiek i staż związku badanych kobiet i mężczyzn

	Wiek											
	20-35 lat				36-51 lat				52-68 lat			
	Kobiety		Mężczyźni		Kobiety		Mężczyźni		Mężczyźni		Men	
	<i>M</i>	<i>SD</i>	<i>M</i>	<i>SD</i>	<i>M</i>	<i>SD</i>	<i>M</i>	<i>SD</i>	<i>M</i>	<i>SD</i>	<i>M</i>	<i>SD</i>
Wiek	28.68	4.29	29.48	4.07	45.95	4.36	46.11	4.64	59.39	5.16	58.65	5.38
Staż związku	2.76	1.87	3.18	2.07	17.56	8.37	17.35	7.35	33.07	8.37	29.21	9.08

*M* - wartość średnia; *SD* - odchylenie standardowe

### 3.2. Procedura i materiały

Dobór osób do badań miał charakter celowy. Osoby rekrutowano zgodnie z zasadą śnieżnej kuli. Kryterium włączenia był wiek badanych – min. 20 lat oraz pozostawanie w trwałym heteroseksualnym związku min. 1 rok. Zakwalifikowano do badań również osoby w związkach kohabitacyjnych, ale tylko wtedy, gdy deklarowały one wspólną przyszłość z obecnym partnerem.

Uczestników poinformowano o naukowym celu badania oraz sposobie jego przeprowadzania. Wszyscy badani wyrazili świadomą zgodę na udział w badaniu. Do analiz statystycznych wykorzystano program *IBM SPSS 25*. Poziom istotności statystycznej *p* ustalono na 0,05.

Do badań zastosowano ankietę socjodemograficzną oraz Kwestionariusz Relacji Partnerskich K. Halwega w adaptacji polskiej I. Janickiej (2008).

Ankieta, skonstruowana na potrzeby badania, służyła do uzyskania informacji dotyczących płci, wieku, wykształcenia, sytuacji ekonomicznej, formy bliskiego związku oraz jego stażu.

Kwestionariusz Relacji Partnerskich (PFB -Partnerschaftsfragebogen) służy do mierzenia jakości relacji między partnerami w związkach małżeńskich i kohabitacyjnych. Obejmuje trzy wymiary: Zachowania w Kłótni (obwinianie, krytykowanie, przypominanie błędów -np.: *On / ona kłóci się ze mną o byle drobiazgi*); Intymność (przytulanie, pieszczoty, mówienie o uczuciach, potrzebach seksualnych - np. *On/ ona przytula mnie*) oraz Wzajemna Komunikacja (okazywanie zainteresowania, otwarte rozmowy, słuchanie partnera -np. *Razem uzgadniamy wspólne plany na przyszłość*). Na każdy z wymiarów przypada

10 stwierdzeń. Są one oceniane na czterostopniowej skali od 0 („nigdy”) do 3 („bardzo często”). Narzędzie ma dobre parametry psychometryczne. Współczynniki rzetelności wyniosły: 0,93– dla skali Zachowania w Kłótni, 0,91 – dla skali Intymności, 0,88 - dla skali Wzajemnej Komunikacji (Halweg, 1996, w: Janicka, 2008). Adaptacja, do warunków polskich potwierdziła zadawalającą trafność i rzetelność (Janicka, 2008).

Kwestionariusz Relacji Partnerskich jest powszechnie stosowany w Europie. Został przetłumaczony na dziesięć języków. Może być również wykorzystywany do diagnozowania zaburzeń w relacjach między partnerami (Hinz, Stöbel-Richter, Brähler, 2001).

## 4. Wyniki badań

### 4.1. Statystyki opisowe

Statystyki opisowe dla analizowanych zmiennych przedziałowych, otrzymane w badanej próbie, zostały przedstawione w tabeli 2. Do zweryfikowania założenia o normalnym rozkładzie, analizowanych zmiennych, zastosowano test Kołmogorowa-Smirnowa.

Stwierdzono istotne statystycznie odchylenia od rozkładu normalnego w zakresie analizowanych wymiarów jakości relacji tj. zachowań w kłótni, intymności i wzajemnej komunikacji. Jednak wartości miar skośności i kurtozy zawierały się w przedziale od -1 do 1, co oznacza, że odchylenia od rozkładu normalnego nie dotyczyły symetrii rozkładu ani zróżnicowania wyników pomiędzy osobami badanymi. Ze względu na otrzymane istotne statystycznie

Tabela 2. Statystyki opisowe dla analizowanych zmiennych przedziałowych

Zmienne	<i>M</i>	<i>SD</i>	<i>min.</i>	<i>max.</i>	<i>S</i>	<i>K</i>	<i>K-S</i>	<i>p</i>
Zachowania w kłótni	8.35	5.14	0	26	0.57	-0.07	0.09	0.001
Intymność	18.82	6.58	1	30	-0.33	-0.60	0.08	0.001
Wzajemna komunikacja	18.55	5.81	1	30	-0.18	-0.55	0.06	0.001

*M* – wartość średnia; *SD* – odchylenie standardowe; *min.* – wartość minimalna; *max.* – wartość maksymalna; *S* – wartość miary skośności; *K* – wartość miary kurtozy; *K-S* – wartość testu Kołmogorowa-Smirnowa; *p* – istotność statystyczna

odchylenia od rozkładu normalnego kolejne analizy statystyczne zostały przeprowadzone w oparciu o metodę bootstrappingu.

Współczynniki korelacji *r* Pearsona, pomiędzy analizowanymi zmiennymi, okazały się istotne statystycznie ( $p < 0,05$ ). Korelacje były ujemne między wynikami na skali konfliktów, a wynikami na skalach intymności ( $r = -0,44$  i  $r = -0,32$ ) i wzajemnej komunikacji ( $r = -0,43$  i  $r = -0,31$ ) oraz dodatnie między wynikami na skalach intymności i wzajemnej komunikacji ( $r = 0,60$  i  $r = 0,70$ ).

#### 4.2. Wiek badanych kobiet i mężczyzn a jakość ich relacji partnerskich

Poddano analizie zależności między wiekiem badanych kobiet i mężczyzn a jakością ich relacji z partnerem / partnerką. Do analiz zastosowano korelacje *r* – Pearsona.

Okazało się, że zarówno w grupie kobiet jak i w grupie mężczyzn korelacje pomiędzy wiekiem osób badanych a wynikami odnośnie konfliktów, intymności i komunikacji, okazały się istotne statystycznie ( $p < 0,05$ ). Wraz z wiekiem wzrasta liczba zachowań konfliktowych, natomiast słabną: intymność

i wzajemna komunikacja. Potwierdzono hipotezę 1 – występuje zależność między wiekiem, badanych kobiet i mężczyzn, a jakością relacji partnerskich.

Dalsze analizy miały na celu porównanie średnich wartości zmiennych dotyczących jakości relacji tj. zachowań w kłótni, intymności i wzajemnej komunikacji wśród kobiet i wśród mężczyzn w wyróżnionych grupach wiekowych. Zestawienie uzupełniono wartościami jednoczynnikowej analizy wariancji. Wielkości efektu oszacowano odnosząc się do zakresów przyjętych dla miernika: brak efektu:  $< 0,01$ ; słaby efekt:  $0,01 \leq 0,06$ ; efekt umiarkowany:  $0,06 \leq 0,14$ ; silny efekt:  $\geq 0,14$  (Sink, Mvududu, 2010).

Otrzymano istotne statystycznie różnice międzygrupowe odnośnie wszystkich analizowanych zmiennych zarówno w zakresie wyników kobiet jak i w zakresie wyników mężczyzn (tabela 4).

Analizując wyniki kobiet w oparciu o wartość testu post-hoc Gamesa-Howella stwierdzono, że istotne statystycznie różnice, odnośnie wyników na skali zachowań w kłótni, wystąpiły pomiędzy osobami w wieku 52-65 lat a osobami w wieku 20-35 lat (2,41; 4,57) i osobami w wieku 36-51 lat (2,43; 4,38); (efekt umiarkowany). Średnia wartość wyników na skali zachowania w kłótni w grupie kobiet w wieku 52-65 lat była wyższa niż w pozostałych dwóch grupach wiekowych. Istotne statystycznie różnice, odnośnie wyników na skali intymności, zachodziły pomiędzy grupą kobiet w wieku 20-35 lat a grupą kobiet w wieku 36-51 lat (2,75; 5,40) i grupą kobiet w wieku 52-65 lat (5,75; 9,00), a także pomiędzy grupą kobiet w wieku 36-51 lat i grupą kobiet w wieku 52-65 lat (1,56; 5,04). Efekt dla tych różnic okazał się silny. Średnia wartość wyników na skali intymności była najwyższa w grupie kobiet w wieku 20-35 lat, niższa w grupie

Tabela 3. Współczynniki korelacji pomiędzy wiekiem kobiet i wiekiem mężczyzn a wynikami na analizowanych skalach

	Wiek	
	Kobiety	Mężczyźni
Konflikty	0.139; 0.325	0.328; 0.498
Intymność	-0.502; -0.339	-0.612; -0.463
Wzajemna komunikacja	-0.401; -0.211	-0.398; -0.192

Tabela 4. Średnie wartości jakości relacji partnerskich wśród kobiet i wśród mężczyzn w wyróżnionych grupach wiekowych

		Wiek						F	df	p	$\eta^2$
		20-35 lat		36-51 lat		52-65 lat					
		M	SD	M	SD	M	SD				
Kobiety	Kłótnie	6.59	4.73	6.63	4.01	10.08	3.52	23.34	2.357	0.001	0.12
	Intymność	22.14	5.08	18.13	6.21	14.84	7.03	37.75	2.357	0.001	0.18
	Komunikacja	21.42	5.30	18.80	5.96	16.29	5.94	20.59	2.357	0.001	0.10
Męż- czyźni	Quarrels	7.28	5.32	8.35	5.29	13.26	4.65	38.47	2.333	0.001	0.19
	Intymność	22.61	4.59	18.94	5.99	14.32	6.30	56.28	2.333	0.001	0.25
	Komunikacja	20.02	4.93	17.38	5.18	16.22	5.85	14.76	2.333	0.001	0.08

M – wartość średnia; SD – odchylenie standardowe; F – wartość analizy wariancji; df – liczba stopni swobody; p – istotność statystyczna;  $\eta^2$  – miara siły efektu

kobiet w wieku 36-51 lat a najniższa w grupie kobiet w wieku 52-65 lat. Istotne statystycznie różnice, dotyczące wyników na skali wzajemnej komunikacji, wystąpiły pomiędzy grupą kobiet w wieku 20-35 lat a grupą kobiet w wieku 36-51 lat (1,28; 3,98) i grupą kobiet w wieku 52-65 lat (3,63; 6,77) a także pomiędzy grupą kobiet w wieku 36-51 lat i grupą kobiet w wieku 52-65 lat (0,94; 4,15); (efekt umiarkowany). Średnia wartość wyników na skali wzajemnej komunikacji również była najwyższa w grupie kobiet w wieku 20-35 lat, niższa w grupie kobiet w wieku 36-51 lat, a najniższa w grupie kobiet w wieku 52-65 lat.

Analizując wyniki mężczyzn w oparciu o wartość testu post-hoc Gamesa-Howella stwierdzono, że istotne statystycznie różnice, w zakresie wyników na skali zachowania w kłótni, zachodziły pomiędzy osobami w wieku 52-65 lat a osobami w wieku 20-35 lat (4,58; 7,35) i osobami w wieku 36-51 lat (3,44; 6,26); (efekt silny). Średnia wartość wyników odnośnie konfliktów w grupie mężczyzn w wieku 52-68 lat była wyższa, niż w pozostałych dwóch grupach wiekowych. Istotne statystycznie różnice, w zakresie wyników na skali intymności, zachodziły pomiędzy grupą mężczyzn w wieku 20-35 lat a grupą w wieku 36-51 lat (2,27; 5,06) i w wieku 52-68 lat (6,66; 9,82) a także pomiędzy grupą mężczyzn w wieku 36-51 lat i grupą mężczyzn w wieku 52-68 lat (2,90; 6,27); (efekt silny). Średnia wartość wyników na skali intymności była najwyższa w grupie mężczyzn w wieku 20-35 lat, niższa w grupie mężczyzn w wieku 36-51 lat a najniższa w grupie

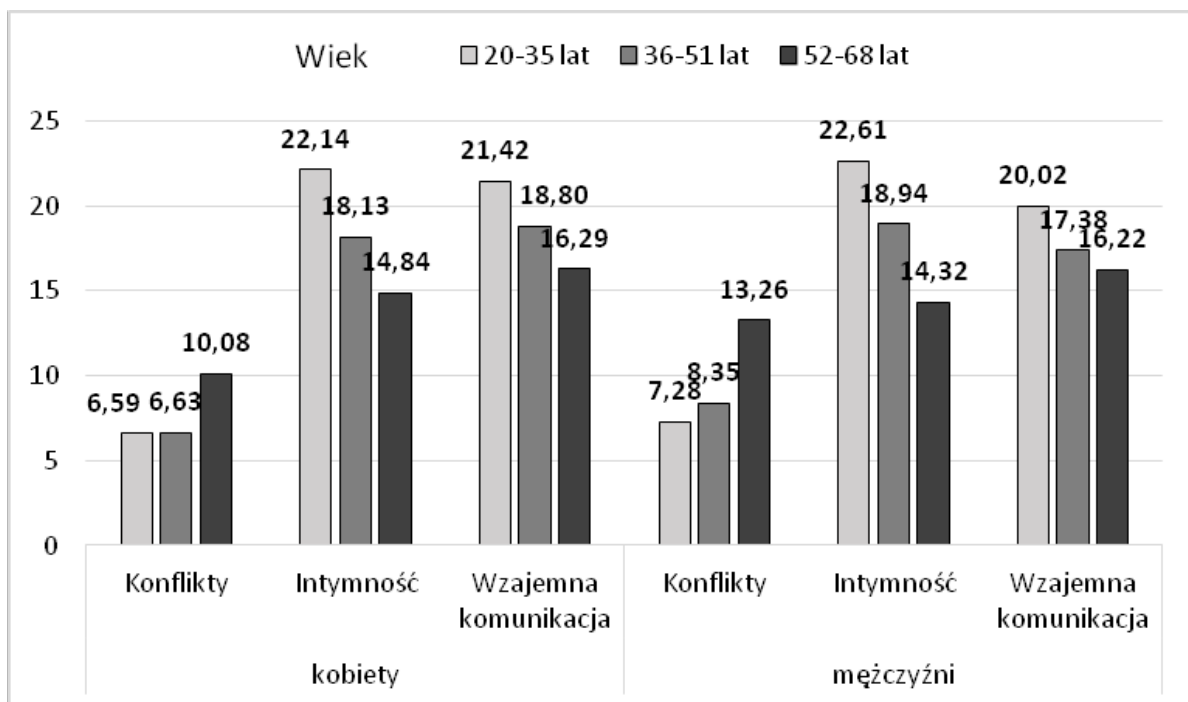
mężczyzn w wieku 52-68 lat. Istotne statystycznie różnice, w zakresie wyników na skali wzajemnej komunikacji, zachodziły pomiędzy grupą mężczyzn w wieku 20-35 lat a grupą mężczyzn w wieku 36-51 lat (1,29; 3,95) i grupą mężczyzn w wieku 52-68 lat (2,17; 5,37); (efekt umiarkowany). Średnia wartość wyników na skali wzajemnej komunikacji była wyższa w grupie mężczyzn w wieku 20-35 lat niż w grupie mężczyzn w wieku 36-51 lat i w grupie mężczyzn w wieku 52-68 lat.

Uzyskane wyniki upoważniają do przyjęcia hipotezy 2 – Wiek różnicuje wszystkie wymiary jakości relacji w grupie kobiet i w grupie mężczyzn.

Wyniki analiz pokazały, że najmniej korzystna jakość związków czego przejawem jest najwięcej zachowań konfliktowych oraz najniższa intymność i wzajemna komunikacja charakteryzuje najstarszą grupę kobiet i mężczyzn (52-68 lat). Z kolei najkorzystniejsze wyniki uzyskali badani z grupy najmłodszej (20-35 lat) (rys. 1).

#### 4.3. Jakość relacji kobiet i mężczyzn w wyróżnionych grupach wiekowych

Porównano kobiety i mężczyzn odnośnie średnich wartości wymiarów stanowiących o jakości relacji partnerskich tj. kłótni, intymności i wzajemnej komunikacji. Wyniki zaprezentowano w tabeli 5. Ze-stawienie uzupełniono wartościami testu t Studenta dla prób niezależnych.



Rysunek 1. Średnie wartości wyników na analizowanych skalach w porównywanych grupach wiekowych wśród kobiet i wśród mężczyzn

W grupie wiekowej 20-35 lat kobiety istotnie wyżej, niż mężczyźni ( $p < 0,05$ ) oceniły komunikację w swoich bliskich związkach. W grupie wiekowej 36-51 lat mężczyźni, przyznawali się do większej ilości

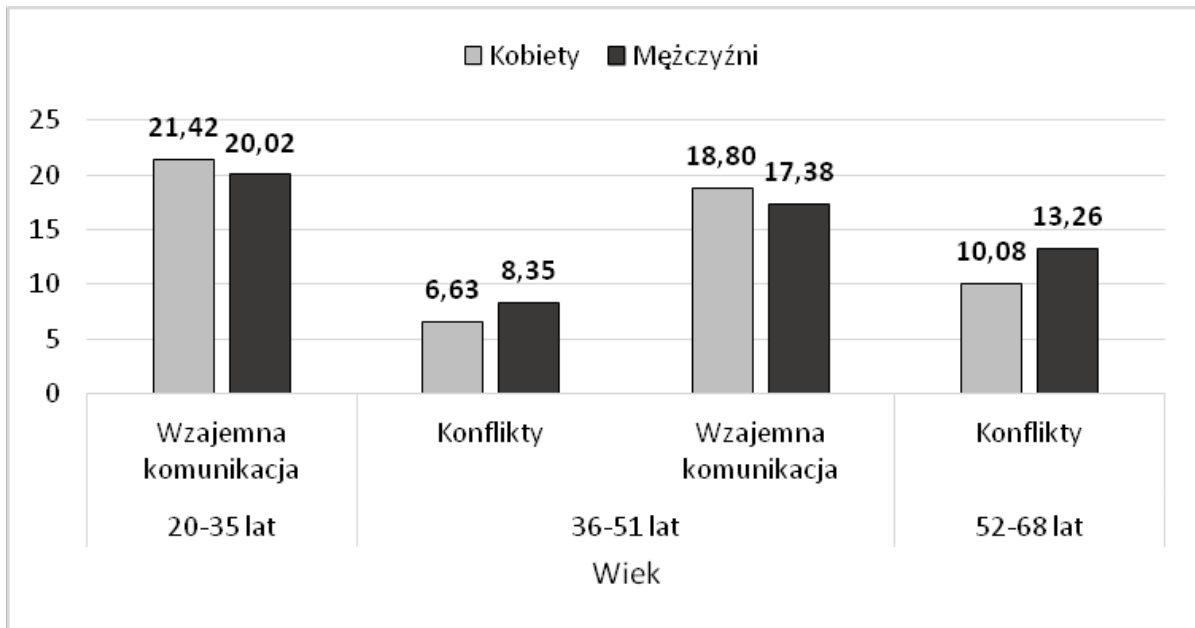
zachowań konfliktowych oraz słabszej komunikacji, niż kobiety ( $p < 0,05$ ). Z kolei kobiety i mężczyźni, z grupy wiekowej 52-68 lat, istotnie różnicowały zachowania konfliktowe ( $p < 0,05$ ). Częściej występo-

Tabela 5. Zachowania konfliktowe, intymność i wzajemna komunikacja u kobiet i mężczyzn w odpowiednich wiekowo grupach

	Zmienne	Kobiety		Mężczyźni		<i>t</i>	<i>df</i>	<i>p</i>
		<i>M</i>	<i>SD</i>	<i>M</i>	<i>SD</i>			
20-35 lat	Kłótnie	6.59	4.73	7.28	5.32	-1.06	238	0.291
	Intymność	22.14	5.08	22.61	4.59	-0.75	238	0.456
	Wzajemna komunikacja	21.42	5.30	20.02	4.93	2.12	238	0.043
36-51 lat	Kłótnie	6.63	4.01	8.35	5.29	-3.00	227.23	0.004
	Intymność	18.13	6.21	18.94	5.99	-1.09	274	0.288
	Wzajemna komunikacja	18.80	5.96	17.38	5.18	2.11	273.37	0.036
52-68 lat	Intymność	10.08	3.52	13.26	4.65	-5.19	167.65	0.001
	Kłótnie	14.84	7.03	14.32	6.30	0.53	178	0.599
	Wzajemna komunikacja	16.29	5.94	16.22	5.85	0.08	178	0.930

*M* – wartość średnia; *SD* – odchylenie standardowe; *t* – wartość testu t Studenta dla prób niezależnych; *df* – liczba stopni swobody; *p* – dwustronna istotność statystyczna





Rysunek 2. Istotne statystycznie różnice, odnośnie analizowanych zmiennych, pomiędzy kobietami i mężczyznami w wyróżnionych grupach wiekowych

wały u mężczyzn niż u kobiet. Ostatecznie można zaobserwować, że średnie wartości wyników na skali wzajemnej komunikacji były wyższe w grupie kobiet niż w grupie mężczyzn w wieku 20-35 lat i w wieku 36-51 lat. Średnie wartości wyników na skali konfliktów były wyższe w grupie mężczyzn niż w grupie kobiet w wieku 36-51 lat i w wieku 52-68 lat (por. rys. 2).

Potwierdzono hipotezę 3 - Płeć istotnie różnicuje jakość relacji partnerskich. Różnice dotyczyły wzajemnej komunikacji i zachowań w kłótni. We wszystkich analizowanych grupach wiekowych kobiety korzystniej oceniły jakość relacji w bliskich związkach niż mężczyźni.

#### 4.4. Staż związku a jakość relacji

W tabeli 6 przedstawiono współczynniki korelacji  $r$  Pearsona pomiędzy stażem związku a wynikami na analizowanych skalach w grupie kobiet i w grupie mężczyzn.

Zarówno w grupie kobiet jak i w grupie mężczyzn stwierdzono istotne statystycznie dodatnie korelacje pomiędzy stażem związku a wynikami na skali konfliktów oraz istotne statystycznie ujemne korelacje pomiędzy stażem związku, a wynikami na skalach intymności i wzajemnej komunikacji

Tabela 6. Współczynniki korelacji pomiędzy stażem związku a wynikami na analizowanych skalach w grupie kobiet i w grupie mężczyzn

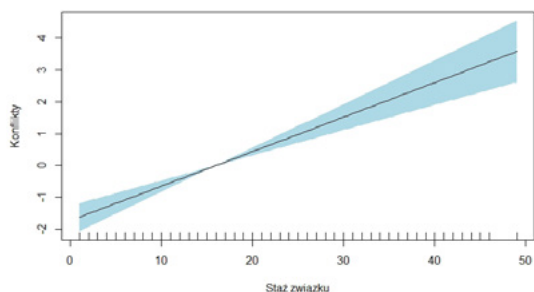
	Staż	
	Kobiety	Mężczyźni
Konflikty	0.091; 0.289	0.275; 0.470
Intymność	-0.493; -0.317	-0.608; -0.458
Wzajemna komunikacja	-0.401; -0.208	-0.368; -0.158

( $p < 0,05$ ). Wraz ze stażem związku, badanych kobiet i mężczyzn, wzrasta liczba zachowań konfliktowych oraz słabnie intymność i wzajemna komunikacja.

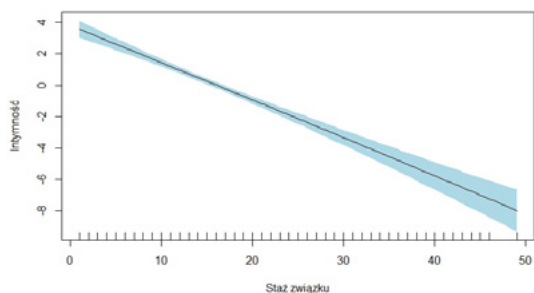
W celu zweryfikowania charakteru zależności, pomiędzy stażem związku a zachowaniami konfliktowymi, intymnością i wzajemną komunikacją, przeprowadzono analizę opartą na uogólniony modelach addytywnych (*GAM*). Pozwalają one na analizę nieliniowych zależności pomiędzy zmiennymi wyjaśniającymi i zmiennymi wyjaśnianymi.

W badanej próbie, czyli w grupie kobiet i mężczyzn łącznie stwierdzono, że zależność pomiędzy stażem związku a wynikami na skali konfliktów była istotna statystycznie,  $F(1,00; 1,00) = 54,92$ ,  $p < 0,001$ . Staż związku wyjaśniał 7,2% wariacji wyników

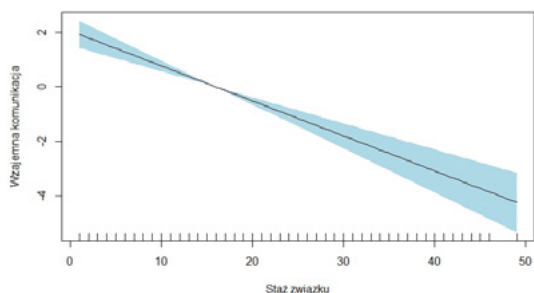
na skali konfliktów. Zależność pomiędzy stażem związku a wynikami na skali konfliktów była liniowa i dodatnia (rys. 3).



Rysunek 3. Zależność pomiędzy stażem związku a wynikami na skali konfliktów w badanej próbie (N=696)



Rysunek 4. Zależność pomiędzy stażem związku a wynikami na skali intymności w badanej próbie (N=696)



Rysunek 5. Zależność pomiędzy stażem związku a wynikami na skali wzajemnej komunikacji w badanej próbie (N=696)

Istotnie statystycznie okazały się zależności: pomiędzy stażem związku a wynikami na skali intymności -  $F(1,11; 1,22)=160,20, p<0,001$  (rys. 4) oraz pomiędzy stażem związku a wynikami na skali wzajemnej komunikacji  $F(1,00; 1,00)=61,05, p<0,001$ . (rys. 5). Staż związku wyjaśniał 21,7% wariacji wyników na skali intymności i 8,0% wariacji wyników na skali wzajemnej komunikacji. Zależności pomiędzy stażem związku a wynikami na skali intymności i wzajemnej komunikacji, w badanej próbie, była ujemna i liniowa.

Przeprowadzone wyżej analizy upoważniają do wniosku, że jakość relacji partnerskich zależy od stażu związku. Wraz ze stażem związku zwiększa się liczba zachowań konfliktowych, słabnie intymność i wzajemna komunikacja. Potwierdzono hipotezę czwartą.

## 5. Dyskusja wyników

Zaprezentowane wyniki badań miały na celu ocenę wieku partnerów i stażu ich związku dla jakości bliskich relacji obejmujących istotne jej parametry tj. zachowania konfliktowe, intymność i wzajemną komunikację. Nie kwestionuje się ich znaczenia dla jakości związku, ale wciąż otwarty jest problem dotyczący zmian w czasie.

Wiek i staż wiążą się z określonymi zmianami rozwojowymi jednostki i związku. Badani zostali odpowiednio zaklasyfikowani do trzech, ważnych dla rozwoju człowieka, grup obejmujących 16 letnie przedziały wiekowe: 20-35 lat (grupa 1); 36-51 lat (grupa 2) i 52- 68 lat (grupa 3). Najkrótszy staż miały osoby z grupy 1 a najdłuższy osoby z grupy 3.

Badania wykazały zależność między wiekiem partnerów a jakością ich bliskich relacji. Najkorzystniejsze wyniki, tj. najwyższe odnośnie intymności i komunikacji oraz najmniej konfliktów (w porównaniu z pozostałymi grupami wiekowymi), uzyskali kobiety i mężczyźni w okresie wczesnej dorosłości tj. w wieku 20-35 lat. Rokuje to dobrze dla ich związków. Badania potwierdzają, że szczególnie ważne dla jakości związku są intymność emocjonalna partnerów (Dandurand, Lafontaine, 2013; Hasebrauch, Fehr, 2002; Ryś, 2016; Wojciszke, 2021) oraz komunikacja (Dakowicz, Dakowicz, 2021; Harwas-Napierała,

2014; Kaźmierczak, Plopa, 2012; Ryś i in. 2019). W badaniach własnych stwierdzono zależność pozytywną między intymnością a wzajemną komunikacją partnerów, a ich negatywny związek z zachowaniami konfliktowymi. Podobnie Jankowska (2016) podała, że intymność pozytywnie koreluje z komunikacją wspierającą i zaangażowaną partnerów, a negatywnie z deprecjonującą. Zdaniem Milek i in (2015) słaba intymność prowadzi do negatywnych zachowań - gniewu, drażliwości, wycofywania się z kontaktów.

Zaobserwowano, że wraz z wiekiem badanych wzrastają zachowania niepożądane – konfliktowe oraz słabną, znaczące dla integracji związku, intymność i wzajemna komunikacja. Taka prawidłowość okazała się właściwa dla grupy badanych kobiet i grupy badanych mężczyzn. Badania niemieckie potwierdzają, że jakość relacji między partnerami maleje wraz z wiekiem. Pokazały również, że kobiety średnio osiągają wyższe wyniki niż mężczyźni (Hinz i in., 2001). W badaniach własnych kobiety wyżej oceniły komunikację oraz wskazały na mniej konfliktów w swoich związkach, niż mężczyźni. Taki kierunek różnic zaobserwowano odnośnie komunikacji w związku dla osób w wieku 20-35 lat i w wieku 36-51 lat oraz dla zachowań w kłótni dla osób w wieku 36-51 lat i w wieku 52-68 lat. Wcześniejsze badania dowodzą, że na małżeńskie napięcia bardziej wrażliwe są kobiety niż mężczyźni (za: Mandale i in., 2019). Rezultaty, niniejszych badań, nie upoważniają do stwierdzenia takiej prawidłowości, ponieważ poziom intymności i komunikacji okazały się podobnie niskie i nie różnicowały kobiet i mężczyzn, którzy zgłaszali najwięcej konfliktów.

Okresem szczególnie narażonym na niekorzystne zmiany okazała się druga połowa średniej dorosłości oraz początki późnej. Dla osób w wieku 52-68 lat odnotowano najwięcej zachowań konfliktowych oraz najniższe wskaźniki dotyczące intymności i komunikacji. Mogą temu sprzyjać, właściwe dla tej grupy wiekowej, zmiany hormonalne - menopauzalne u kobiet i andropauzalne u mężczyzn. Występują one po 50 roku życia oraz wpływają niekorzystnie na funkcjonowanie psychofizyczne i społeczne jednostki. Mogą im towarzyszyć niepokój, a nawet lęk. Spada zainteresowanie bliskością fizyczną, częściej dochodzi do nieporozumień, między partnerami, a nawet

konfliktów, co z kolei może intensyfikować objawy (Jarecka, 2016). Słaba jakość małżeństwa jest też związana z różnymi wskaźnikami złego stanu zdrowia, pojawianiem się chorób przewlekłych (Donoho i in., 2015; Jenkins i in., 2020; Wheeler i in., 2018; Whisman, Uebelacker, 2009; Whisman i in., 2014), które częściej diagnozuje się u osób starszych. Wiele uwagi poświęca się zagrażającym życiu chorobom sercowo-naczyniowym (Donoho i in., 2015; Smith, Baucom, 2017; Smith, i in., 2020; Tulloch, Johnson, Demidenko, Clyde, Boucharde, Greenman, 2021). Zaznacza się jednak, że może im sprzyjać nie tyle sam konflikt małżeński, ale wrogość i kontrola stanowiące o zaangażowaniu w konflikt (Smith, i in., 2020). Jakość relacji między małżonkami wiąże się bowiem z markerami sercowo-naczyniowymi i ich czynnikami ryzyka (np. zwapnieniem tętnic wieńcowych, wzrostem ciśnienia krwi). Dlatego uznaje się, że terapia osób z chorobą serca powinna obejmować również ich relacje małżeńskie (Birditt i in., 2016; Tulloch i in, 2021).

Wiek średni to też czas, w którym dokonywana jest ocena swojego dotychczasowego życia, a negatywny jego bilans może przyczynić się do niezadowolienia, obwiniania partnera a nawet do rozpadu związku (Brzezinska i in., 2016; Szelendak, 2015).

Przeprowadzone badania upoważniają też do wnioskowania, że jakość bliskich relacji, słabnie wraz ze stażem związku. Znajduje to potwierdzenie w dotychczasowych badaniach o charakterze longitudinalnym. Lavner, Justin, Karney, Benjamin, Bradbury (2014) wykazali obniżanie się satysfakcji z małżeństwa nawet u par z krótkim 4-letnim stażem. Birditt, Wan, Orbuch, Antonucci (2017), opierając się na 16- letnich badaniach, stwierdzili, że występujące (między mężczyznami i kobietami) napięcie będące efektem konfliktów, rozczarowań wzrasta wraz z czasem trwania ich małżeństwa. Również inne badania (Mandale i in., 2019; Umberson i in., 2006) pokazały większe tendencje do negatywnych zachowań i napięć między partnerami wraz z czasem trwania małżeństwa, co obniża jego jakość. Natomiast VanLaningham Johnson, Amato (2001) wskazali na występowanie krzywoliniowej zależności mię-

dzy stażem a jakością związku. Podali, że szczęście małżeńskie jest najniższe we wczesnych i późnych latach trwania związku.

W badaniach własnych młode osoby, legitymujące się krótkim stażem, osiągnęły najbardziej korzystne parametry jakości relacji. Badania empiryczne konsekwentnie wykazały (Hülür, Castano, 2019; Kamp Dush, Taylor, 2012; Leonhardt i in., 2020), że wyższej jakości małżeństwa sprzyja partnerski i egalitarny charakter związku. Taki typ związku jest bardziej popularny wśród par młodych niż starszych. Może to wyjaśniać niską jego jakość u osób starszych, które częściej preferują tradycyjny podział ról, co nadmiernie obciąża kobietę, szczególnie wtedy, gdy jest zaangażowana w pracę zawodową.

## Bibliografia

- Birditt, K.S., Brown, E., Orbuch, T.L., McIlvane, J.M. (2010). Marital conflict behaviors and implications for divorce over 16 years. *Journal of Marriage and Family*, 72, 1188–1204, <http://doi.org/10.1111/j.1741-3737.2010.00758.x>.
- Birditt, K.S., Newton, N.J., Cranford, J.A., Ryan, L.H. (2016). Stress and Negative Relationship Quality among Older Couples: Implications for Blood Pressure. *Journal Gerontology*, 71(5):775-85, (za:) <http://www.ncbi.nlm.nih.gov/pubmed/25852106?dopt>.
- Birditt, K.S., Wan, W.H., Orbuch, T.L., Antonucci, T.C. (2017). The development of marital tension: Implications for divorce among married couples. *Developmental Psychology*, 53(10), 1995-2006, <https://doi.org/10.1037/dev0000379>.
- Brzezińska, A., Appelt, K., Ziótkowska, B. (2016) *Psychologia rozwoju człowieka [Psychology of human development]*. Sopot: GWP.
- Dandurand, C., Lafontaine, M.F. (2013). Intimacy and Couple Satisfaction: The Moderating Role of Romantic Attachment. *International Journal of Psychological Studies*, 1, 74-90, <https://doi.org/10.5539/ijps.v5n1p74>.
- Dakowicz, A., Dakowicz, L. (2021). The quality of marital communication of spouses with a higher and lower level of satisfaction with their relationship. *Kwartalnik Naukowy Fides Et Ratio*, 46(2), 129-141, <https://doi.org/10.34766/fetr.v46i2.797>.
- Donoho, C.J., Seeman, T.E., Sloan, R.P., Crimmins, E.M. (2015). Marital status, marital quality, and heart rate variability in the MIDUS cohort. *Journal of Family Psychology*, 29(2), 290-295, <https://doi.org/10.1037/fam0000068>.
- Duxbury, L., Chiggins, Ch. (2001). *Work-life balance in the new millennium: Where are we? Where do we need go?* Work Network, Canadian Policy Research Networks, Inc. Ottawa.
- Goldfarb, M., Trudel, G. (2019). Marital quality and depression: a review. *Marriage&Family Review*, 55(8), 737-763, <https://doi.org/10.1080/01494929.2019.1610136>.
- Harwas-Napierała, B. (2014). Specyfika komunikacji interpersonalnej w rodzinie ujmowanej jako system. [The specificity of interpersonal communication in a family perceived as a system.] In: I. Janicka, H. Liberska (eds.), *Psychologia rodziny [Family psychology]*, (47-72). Warszawa: PWN.
- Hassebrauck, M., Fehr B. (2002). Dimensions of relationship quality. *Personal Relationships* 9, 253-270, <https://doi.org/10.1111/1475-6811.00017>.
- Hinz, A., Stöbel-Richter, Y., Brähler, E. (2001). Der Partnerschaftsfragebogen (PFB): Normierung und soziodemographische Einflussgrößen auf die Partnerschaftsqualität [Partnership Questionnaire: Standardization and the impact of sociodemographic characteristics on the relationship quality]. *Diagnostica*, 47, 132-141, <http://doi.org/10.1026//0012-1924.47.3.132>.
- Hülür, G., Castano, Ch. (2019). Historical differences in relationship functioning: Findings from three national population-based samples in Europe. *Psychology and Aging*, 34(8), 1185-1197, <http://doi.org/10.1037/pag0000411>.
- Janicka, I. (2008). Stosunki partnerskie w związkach niemałżeńskich [Partner relations in non-marital couples]. *Przegląd Psychologiczny*, 1, 37-53.
- Janicka, I., Szymczak, W. (2019). Can close romantic relationships last? The commitment of partners in married and cohabitant couples. *Current Issues in Personality Psychology*, 7(3), 203-211, <https://doi.org/10.5114/cipp.2019.86129>.
- Jankowska, M. (2016). Komunikacja pomiędzy małżonkami a ocena jakości związku małżeńskiego [Communication between spouses and the assessment of the quality of a marriage relationship]. *Kwartalnik Naukowy Fides et Ratio*, 4(28), 119-139, (za:) <https://fidesetratio.com.pl/ojs/index.php/FetR/article/view/728>.
- Jarecka, K. (2016). Zmiany hormonalne u kobiet w wieku średnim a ich funkcjonowanie psychospołeczne [Hormonal changes in women of middle age and their psychosocial functioning]. *Psychologiczne Zeszyty Naukowe*, 2, 51-64.

## Konkluzje

Niewątpliwie wiek partnerów i związany z nim staż związku mogą prowadzić do zmian jego jakości. Nie można jednak ich traktować jako jedynych i wystarczających do oceny bliskich relacji. Należy je rozpatrywać w kontekście zmian rozwojowych i szerokiego spektrum uwarunkowań.

Wyniki niniejszych badań mogą mieć zastosowanie w terapii par. Komunikacja, intymność i zachowania konfliktowe są zwykle przedmiotem interwencji terapeutycznych. Należy je rozpatrywać w odniesieniu do wieku partnerów i stażu ich związku.

Prezentowane badania nie są pozbawione ograniczeń. Badanie jakości bliskich związków byłoby pełniejsze, gdyby uwzględniono pary. Tego typu badania powinny mieć charakter longitudinalny, co pozwoliłoby uchwycić dynamikę zmian jakości relacji.

- Jarecka, K. (2021). Symptoms of hormonal changes in Polish men and women in the second half of life. Andropause and menopause – similarities and differences. *Health Psychology Report*, 9(3), 252–263, (za:) <https://czasopisma.bg.edu.pl/index.php/HPR/article/view/5811>.
- Jenkins, A.I.C., Fredman, S.J., Le, Y., Sun, X., Brick, T.R., Skinner, O.D., McHale, S.M. (2020). Prospective associations between depressive symptoms and marital satisfaction in Black couples. *Journal of Family Psychology*, 34(1), 12–23, <https://doi.org/10.1037/fam0000573>.
- Kamp Dush, C.M., Taylor, M.G. (2012). Trajectories of marital conflict across the life course. *Journal of Family Issues*, 33, 341–368, <https://doi.org/10.1177/0192513X11409684>.
- Każmierczak, M., Plopa, M. (2012). *Komunikacja w bliskich związkach* [Communication in close relationships.] Warszawa: Vizja Press & IT.
- Lavner, J.A., Karney, B.R., Bradbury, T.N. (2014). Relationship problems over the early years of marriage: Stability or change? *Journal of Family Psychology*, 28(6), 979–985, <https://doi.org/10.1037/a0037752>.
- Leonhardt, N.D., Willoughby, B.J. Dyer, W.J., Carroll, J.S. (2020). Longitudinal influence of shared marital power on marital quality and attachment security. *Journal of Family Psychology*, 34(1), 1–11, <https://doi.org/10.1037/fam0000566>.
- Li, X.L., Cao, H, Zhou, N., Ju, X., Lan, J., Zhu, Q., Fang, X. (2018). Daily communication, conflict resolution, and marital quality in Chinese marriage: A three-wave, cross-lagged analysis. *Journal of Family Psychology*, 32(6), 733–742, <http://doi.org/10.1037/fam0000430>.
- Mandale, J.A., Birditt, K.S., Orbuch, T.L., Antonucci, T.C. (2019). Beyond Destructive Conflict: Implications of Marital Tension for Marital Well-Being. *Journal of Family Psychology*, 5, 597–606, <https://doi.org/10.1037%2Ffam0000512>.
- Milek, A., Butler, E.A., Bodenmann, G. (2015). The interplay of couple's shared time, women's intimacy, and intradyadic stress. *Journal of Family Psychology*, 29(6), 831–842, <https://doi.org/10.1037/fam0000133>.
- Murray, S.A, Holmes, J.G., Collins, N.L. (2006). Optimizing Assurance: The Risk Regulation System in Relationships. *Psychological Bulletin*, 132, 5, 641– 666, <https://doi.org/10.1037/0033-2909.132.5.641>.
- Roberson, P.N.E., Fincham, F. (2018). Is relationship quality linked to diabetes risk and management? It depends on what you look at. *Families, Systems, & Health*, 36(3), 315–326, <https://doi.org/10.1037/fsh0000336>.
- Rocznik Demograficzny* [Demographic Yearbook] (2020). Warszawa: Główny Urząd Statystyczny [Central Statistical Office].
- Rocznik Demograficzny* [Demographic Yearbook] (2021). Warszawa: Główny Urząd Statystyczny [Central Statistical Office].
- Rostowska, T., Rostowski, J. (2014). *Małżeństwo i miłość. Kontekst psychologiczny i neuropsychologiczny* [Marriage and love. Psychological and neuropsychological context]. Warszawa: Difin.
- Ryś, M. (2016). Miłość jako podstawa wspólnoty małżeńskiej. Ujęcie psychologiczne [Love as the basis of the marital community. A psychological approach]. *Kwartalnik Naukowy Fides et Ratio*, 3(27), 57–74.
- Ryś, M., Greszta, E., Grabarczyk, K. (2019). Intelktualna, emocjonalna i działaniowa bliskość małżonków a ich gotowość do rozwiązywania konfliktów oraz przebaczenia [Intellectual, emotional and actional closeness of the couple and their will ingness to conflict resoluti on and forgiveness]. *Kwartalnik Naukowy Fides et Ratio*, 2(38), 221–254, <https://doi.org/10.34766/fetr.v2i38.77>.
- Smith, T.W., Baucom, B.R.W. (2017). Intimate relationships, individual adjustment, and coronary heart disease: Implications of overlapping associations in psychosocial risk. *American Psychologist*, 72, 578 – 589, <http://doi.org/10.1037/amp0000123>.
- Smith, T.W., Baron, C.E., Deits-Lebehn, C., Uchino, B.N., Berg, C.A. (2020). Is it me or you? Marital conflict behavior and blood pressure reactivity. *Journal of Family Psychology*, 34(4). 503–508, <http://doi.org/10.1037/fam0000624>.
- Sink, C.A., Mvududu, N.H. (2010). Statistical Power, Sampling, and Effect Sizes: Three Keys to Research Relevancy. *Counseling Outcome Research and Evaluation*, 1, 2, 1–18, <https://doi.org/10.1177/2150137810373613>.
- Straś-Romanowska, M. (2017). Późna dorosłość [Late adulthood], (w:) J. Trmpała (red.), *Psychologia rozwoju człowieka* [Psychology of human development] (326– 349). Warszawa: PWN.
- Szelendak, T. (2015). *Socjologia rodziny* [Sociology of the family]. Warszawa: PWN.
- Tulloch, H., Johnson, S., Demidenko, N., Clyde, M., Bouchard, K., Greenman, P.S. (2021). An attachment-based intervention for patients with cardiovascular disease and their partners. A proof-of-concept study. *Health Psychology*, Advance online publication, <https://doi.org/10.1037/hea0001034>.
- Uhlich, M., Nouri, N., Jensen, R., Meuwly, N., Schoebi, D. (2021). Associations of conflict frequency and sexual satisfaction with weekly relationship satisfaction in Iranian couples. *Journal of Family Psychology*, Advance online publication, <http://doi.org/10.1037/fam0000878>.
- Umberson, D., Williams, K., Powers, D. A., Liu, H., Needham, B. (2006). You make me sick: Marital quality and health over the life course. *Journal of Health and Social Behavior*, 47, 1–16, <http://doi.org/10.1177/002214650604700101>.
- VanLaningham, J., Johnson, D.R., Amato, P.R. (2011). Marital happiness, marital duration, and the U-shaped curve: Evidence from a five-wave panel study. *Social Forces*, 79, 1313–1341.
- Whisman, M.A., Uebelacker, L.A. (2009). Prospective associations between marital discord and depressive symptoms in middle-aged and older adults. *Psychology and Aging*, 24(1), 184–189, <https://doi.org/10.1037/a0014759>.
- Whisman, M.A., Li A., Sbarra, D.A., Raison, C.L. (2014). Marital quality and diabetes: Results from the Health and Retirement Study. *Health Psychology*, 33(8), 832–840, <https://doi.org/10.1037/hea0000064>.
- Wheeler, L.A., Updegraff, K.A., Umaña-Taylor, A.J. (2018). A dyadic data analytic primer: An illustration with Mexican-origin couples. *Journal of Latina/o Psychology*, 6(4), 276–290, <https://doi.org/10.1037/lat0000118>.
- Walecka-Matyja, K., Janicka, I. (2021). *Rodzina jako wartość. Analiza psychologiczna wartości rodzinnych* [Family as a value. A psychological analysis of family values]. Łódź: University of Lodz.
- Wojciszke, B. (2021). *Psychologia miłości* [The psychology of love]. Sopot: GWP.