

# Seksualność a przywiązanie

## Sexuality and attachment

### Abstract:

*This publication refers to the J. Bowlby's attachment theory. This theory says that in human there is a biologically conditioned tendency to search and create proximity to significant persons. Followers of Bowlby – C. Hazan i P. Shaver considered romantic relation as an attachment relation. They have found that both in child-parent and romantic relation the same biological system is responsible for emotional and behavioral evolution of relation. The base of attachment is emotional and psychical proximity.*

*In this work it is emphasized how important for creation of attachment in romantic relation first sexual contacts are. It is also underlined that breaking romantic or child-mother relation may provoke serious traumatism.*

*The author of the publication claims that among factors influencing proximity in sexual relation are: emotional proximity, sex (stronger impact in case of women), earlier effort to abstain from this relation (eg. religiously motivated), whether the partner is or is not the first one (stronger impact in case of the first sexual partner).*

### Key words:

*attachment, attachment styles, premarital sex, imprinting, proximity*

## 1. Teoria przywiązania J. Bowlby'ego

J. Bowlby wysunął tezę, że w człowieku istnieje biologicznie uwarunkowana tendencja do poszukiwania i tworzenia bliskości ze znaczącymi osobami<sup>1</sup>. Nawiązaniu więzi z rodzicem służą tzw. zachowania wyzwalające dziecka (ssanie, płacz, śmiech, gaworzenie, podążanie za matką). W odpowiedzi rodzice podejmują zachowania opiekuńcze. To, z kim dziecko jest związane, ujawnia się zwłaszcza w sytuacjach trudnych. Stąd osoba będąca obiektem

---

<sup>1</sup> Por. J. BOWLBY, *Przywiązanie*, Warszawa 2007.

przywiązania jest to ktoś, u kogo jednostka w sytuacji zagrażającej szuka wsparcia, ochrony.

Teoria przywiązania Bowlby'ego była kontynuowana przez jego uczennicę – M. Ainsworth, która wyodrębniła trzy style przywiązania: bezpieczny, unikający, lękowo-ambiwalentny<sup>2</sup>. Dziecko o bezpiecznym stylu przywiązania jest przeświadczone o dostępności rodzica (głównie matki), wie, że w każdej sytuacji może szukać u niej wsparcia. Dzieci charakteryzujące się unikającym stylem przywiązania na skutek stałej niedostępności obiektu przywiązania mają problem z okazaniem zaufania i otwarciem się na drugą osobę, ukrywają swoje uczucia, są nadmiernie kontrolujące. Unikanie jest u nich obroną przed zranieniem, najlepiej czują się, zachowując dystans do innych. Z kolei dzieci z lękowo-ambiwalentnym stylem przywiązania żyją w stałej obawie przed utratą bliskiej osoby, wątpią w stałość jej uczuć, mają tendencję do zamartwiania się.

## 2. Miłość romantyczna jako proces przywiązaniowy – teoria Hazan i Shavera

W latach 80. ubiegłego stulecia, dwaj badacze – C. Hazan i P. Shaver – potraktowali relację romantyczną jako proces przywiązaniowy. Stwierdzili oni, że zarówno w relacji rodzic–dziecko, jak i romantycznej, ten sam biologiczny system jest odpowiedzialny za emocjonalną i behawioralną dynamikę relacji<sup>3</sup>. Wielką rolę odgrywa poczucie fizycznej i psychicznej bliskości, co oznacza, że w sytuacjach zagrożenia jednostka poszukuje wsparcia i opieki (odpowiednio: u rodzica oraz u obiektu zakochania)<sup>4</sup>. „Zależnie od ostrości lękowych odczuć zachowanie przywiązaniowe dziecka wyraża się na kontinuum: od pojedynczych wizualnych poszukiwań do intensywnej, emocjonalnej reakcji i energicznej aktywności (krzyk, intensywne przywieranie)”<sup>5</sup>. Prawdopodobnie ta występuje również u wielu zwierząt, w chwili zaniepokojenia nawet starsze młodociane osobniki dążą do bliskości fizycznej z matką<sup>6</sup>. Według D. Bussa również u zakochanych w sytuacji zagrożenia podejmowane są podobne zachowania<sup>7</sup>.

<sup>2</sup> Por. M. AINSWORTH, M. BLEHAR, E. WATERS, S. WALL, *Patterns of attachment: a psychological study of the strange situation*, New York 1978.

<sup>3</sup> Por. C. HAZAN, P. SHAVER, *Romantic love conceptualized as an attachment process*, „*Journal of Personality and Social Psychology*”, 52 (1987), s. 511–524.

<sup>4</sup> Por. M. PLOPA, *Psychologia rodziny. Teoria i badania*, Kraków 2008, s. 100.

<sup>5</sup> Cyt. za: *tamże*, s. 100.

<sup>6</sup> Por. J. BOWLBY, *Przywiązanie...*, s. 230.

<sup>7</sup> Por. D. BUSS, *Psychologia pożądania. Jak ludzie dobierają się w pary*, Gdańsk 2000.

Osoby o bezpiecznym stylu przywiązania w związku romantycznym czują się bezpiecznie, są ufne i otwarte<sup>8</sup>. Charakteryzują się wysoką, stabilną samooceną, co ułatwia im konstruktywne rozwiązywanie konfliktów. Jednostki te są postrzegane jako godne zaufania, zrozumiałe, pomocne<sup>9</sup>. Z kolei osoby o lękowo-ambivalentnym stylu przywiązania z jednej strony chcą bliskości w związku romantycznym, a z drugiej obawiają się jej<sup>10</sup>. Wykazują strach przed odrzuceniem i wzmożoną czujność na sygnały rozstania. Natomiast osoby z unikającym stylem przywiązania unikają bliskości. Często są zdystansowane wobec drugiej osoby, nie chcą się angażować<sup>11</sup>. Nierzadko zamiast bliskości preferują kontakt seksualny<sup>12</sup>.

Warto podkreślić ogromną rolę dotyku i fizycznej bliskości w powstawaniu przywiązania. Element ten jest widoczny również w relacji z obiektem zakochania – w sytuacji zagrożenia zakochani silnie dążą do wzajemnej bliskości, również fizycznej, co objawia się m.in. wzajemnym przytulaniem. „W literaturze jest jeszcze mało prac opartych na idei Hazan i Shavera odnośnie do roli seksualnego, behawioralnego systemu w tworzeniu bliskich więzi między partnerami w okresie dorosłości”<sup>13</sup>.

W ramach teorii przywiązania podkreśla się, że choć systemy behawioralne zachowań przywiązaniowych i zachowań seksualnych uważane są za odrębne, to jednak łączą je pewne ściśle związki<sup>14</sup>. „Istnieją więc mocne dowody świadczące o tym, że u naczelných, podobnie jak u innych rzędów i gromad zwierząt, zachowanie przywiązaniowe i seksualne mają różne właściwości. Nie ma też powodu, by przypuszczać, że człowiek stanowi jakiś wyjątek. Niemniej jednak, chociaż oba te systemy różnią się, istnieje sporo dowodów także na to, że rzutują one na siebie i wywierają wzajemny wpływ na swój rozwój. Innych gatunków dotyczy to tak samo, jak człowieka”<sup>15</sup>.

Miłość między mężczyzną i kobietą różni się od miłości rodzicielskiej w kilku wymiarach. Dziecko, szczególnie na początku rozwoju, jest niemal całkowicie zależne od rodzica, gdy tymczasem dorosłe zakochane osoby mają (przynajmniej potencjalnie) podobną siłę i status, mogą być obiektami przywiązania i równo-

---

<sup>8</sup> Por. C. HAZAN, P. SHAVER, *Romantic love...*, s. 511–524.

<sup>9</sup> Por. B. TRYJARSKA, *Style przywiązania partnerów a tworzenie bliskich związków w dorosłości*, w: B. TRYJARSKA (red.), *Więzi w dzieciństwie a zaburzenia w dorosłości*, Warszawa 2012, s. 187.

<sup>10</sup> Por. C. HAZAN, P. SHAVER, *Romantic love...*, s. 511–524.

<sup>11</sup> Por. B. TRYJARSKA, *Style przywiązania...*, s. 187.

<sup>12</sup> Por. K. BRENNAN, P. SHAVER, *Dimensions of adult attachment, affect regulation and romantic relationship functioning*, „Personality and Social Psychology Bulletin” 21 (1995), s. 267–283.

<sup>13</sup> Cyt. za: M. PLOPA, *Psychologia rodziny. Teoria...*, s. 109.

<sup>14</sup> Por. J. BOWLBY, *Przywiązanie...*, s. 263.

<sup>15</sup> Cyt. za: *tamże*, s. 266.

częściej przywiązywać się<sup>16</sup>. Dodatkowo – i ten czynnik jest ważny z punktu widzenia niniejszego opracowania – włącza się aspekt atrakcyjności seksualnej.

### 3. Rola kontaktu fizycznego w formowaniu się przywiązania u dziecka i dorosłego

W literaturze przedmiotu podkreśla się, że zdolność kochania nabywana jest bezsłownie, poprzez atmosferę domu rodzinnego wyrastającą z naturalnej więzi między członkami rodziny<sup>17</sup>. Dziecko, obserwując relację rodziców, uczy się, na czym polega miłość małżeńska. Bardzo ważną rolę pełni też klimat emocjonalny w samej relacji rodzic-dziecko. Według A. Kępińskiego więzi uczuciowe z matką są matrycą późniejszych kontaktów z otoczeniem<sup>18</sup>. „Intymność tego pierwszego i podstawowego związku z otoczeniem powraca dopiero w związku seksualnym; wszystkie inne są bardziej powierzchowne, dystans jest większy. Zrozumiałe więc, że gdy po latach wraca się do tak bliskiego złączenia z otoczeniem społecznym, jakie osiąga się tylko w pierwszych latach życia, odzwierciedlają się w nim utrwalone stereotypy emocjonalne z wczesnego dzieciństwa”<sup>19</sup>. W sferze intensywności przeżyć Kępiński podkreśla duże podobieństwo między relacją z matką a relacją seksualną (oczywiście nie każdą, ale tą nacechowaną dużą bliskością emocjonalną).

Jak już wspomniano, mechanizm powstawania więzi jest rezultatem odpowiedzi rodziców na zachowania wyzwajające dziecka. Każda forma zachowania młodego osobnika, która skutkuje bliskością, może być uważana za składnik zachowania przywiązaniowego<sup>20</sup>. Zachowanie przywiązaniowe początkowo prawie zawsze ukierunkowane jest na matkę, później również na ojca, ewentualnie na kilka innych osób<sup>21</sup>.

Należy jeszcze raz podkreślić, że zarówno w przywiązaniu, jak i seksualności, istotną rolę odgrywa dotyk. Zachowania przywiązaniowe, w szczególności

<sup>16</sup> Por. M. PLOPA, *Więzi w małżeństwie...*, s. 285.

<sup>17</sup> Por. M. DOROTA, *Wychowanie do miłości małżeńskiej*, „Roczniki Pedagogiczne”, 39 (2011), s. 103–110; M. DZIEWIECKI, *Katecheza a wychowanie prorodzinne*, „Wychowawca”, 169 (2007), s. 20–23; M. RYŚ, *Poziom zaspokojenia potrzeb w dzieciństwie a zaspokojenie potrzeb w małżeństwie*, „Problemy Rodziny”, 187 (1993), s. 20–23; A. SIUDEM, *Postawy wychowawcze matek i ojców a przystosowanie społeczne ich 8–9 letnich dzieci*, „Małżeństwo i Rodzina”, 7 (2003), s. 31–34.

<sup>18</sup> Por. A. KĘPIŃSKI, *Z psychopatologii życia seksualnego*, Kraków 1992, s. 32.

<sup>19</sup> Cyt. za: tamże, s. 32.

<sup>20</sup> Por. J. BOWLBY, *Przywiązanie...*, s. 214.

<sup>21</sup> Por. tamże, s. 214.

we wczesnych etapach rozwoju, mają charakter fizyczny, wiążą się z dotykiem. W tym miejscu warto przywołać powszechnie znane w psychologii badanie H. Harlowa nad małpkami. Harlow przyjął założenie, że niemowlę jest w stanie przywiązać się do tej osoby, do której może się przytulić. W tym celu oddzielił małe małpki od matek i umieścił je w klatce z dwoma sztucznymi „matkami” – drucianą i stworzoną z miękkiej tkaniny frotte<sup>22</sup>. Rezultaty eksperymentu ujawniły, że małpki w sytuacji zagrożenia zawsze preferowały matkę „szmacianą”, nawet gdy otrzymywały mleko wyłącznie od matki drucianej. Wynik ten pokazuje, że zaspokojenie potrzeby bycia pocieszonym przez dotyk, w szczególności w sytuacji zagrożenia, jest ogromnie ważne dla rozwoju naczelnych<sup>23</sup>.

#### 4. Pierwsze doświadczenia seksualne a przywiązanie

Badania nad wdrukowaniem (*imprintingiem*) zapoczątkował K. Lorenz. Zauważył, że u nowo narodzonych przedstawicieli niektórych gatunków (np. gęsi) przywiązanie kształtuje się automatycznie wobec pierwszego (dostrzeżonego po narodzeniu) poruszającego się obiektu<sup>24</sup>. Oczywiście ludzkie niemowlęta w mniejszym stopniu podlegają instynktowemu przywiązaniu. *Imprinting* definiowany jest jako zespół schematów reakcji odruchowo-warunkowych, które mogą wystąpić zarówno w odniesieniu do ogólnych doświadczeń emocjonalnych i społecznych, jak i przy pierwszych kontaktach seksualnych<sup>25</sup>. „Suma tych doświadczeń stanowi swoisty, zakodowany w układzie nerwowym bank informacji, z których w sposób świadomy lub nieświadomy korzysta człowiek przy „uruchamianiu” kolejnych zachowań<sup>26</sup>.

A. Kępiński podkreśla, że pierwsze przeżycia seksualne mają większą siłę utrwalenia się niż późniejsze<sup>27</sup>. Z punktu widzenia niniejszego opracowania ważny jest wpływ pierwszych doświadczeń seksualnych na powstawanie więzi między osobami podejmującymi współżycie seksualne. Zależność ta prawdopodobnie nie jest wszechobowiązująca, dotyczy ona bardziej kobiet niż

---

<sup>22</sup> Por. R. GERRIG, P. ZIMBARDO, *Psychologia i życie*, Warszawa 2006, s. 333.

<sup>23</sup> Jak podkreślają R. Gerrig i P. Zimbardo, dalsze badania Harlowa wykazały, że do pełnego rozwoju małpki potrzebny jest kontakt z żywą, wrażliwie reagującą matką. Małpki wychowywane tylko przez sztuczną matkę z tkaniny nie radziły sobie w sytuacjach własnego macierzyństwa (nie potrafiły się zaopiekować swoimi młodymi).

<sup>24</sup> Por. R. GERRIG, P. ZIMBARDO, *Psychologia...*, s. 330.

<sup>25</sup> Por. K. IMIELIŃSKI, *Seksuologia społeczna*, Warszawa 1977, s. 302.

<sup>26</sup> Cyt. za: tamże, s. 302.

<sup>27</sup> Cyt. za: A. KĘPIŃSKI, *Z psychopatologii...*, s. 34.

mężczyzn, dodatkowo u niektórych przedstawicieli płci męskiej po podjęciu współżycia pojawia się wręcz agresja i niechęć do kobiety – prawdopodobnie dzieje się tak w szczególności wtedy, gdy mężczyzna nie ma kontaktu uczuciowego z kobietą. Postawie niechęci może też sprzyjać unikający styl przywiązania mężczyzny.

Bazą przywiązania jest przede wszystkim emocjonalna dostępność drugiej osoby, jak i kontakt fizyczny. Te dwa czynniki są obecne przede wszystkim w kontakcie z matką oraz w relacji romantycznej.

Z punktu widzenia niniejszego opracowania istotne jest to, jakie konsekwencje w sferze przywiązania powoduje fakt zerwania relacji romantycznej (gdzie para dodatkowo współżyła seksualnie). „Najlepszym markerem przywiązania może być czas trwania dystresu lub zakłóceń w emocjonalnym funkcjonowaniu po zakończeniu bądź zerwaniu relacji”<sup>28</sup>.

W sytuacji zerwania relacji może istnieć pewne podobieństwo między relacją z pierwszym, znaczącym opiekunem (najczęściej matką) a pierwszym partnerem seksualnym. Bowlby, powołując się na swoje obserwacje prowadzone w sierocińcu, podaje wiele wstrząsających przykładów reakcji dzieci na rozstanie z matką. Można przypuszczać, że również rozstanie po nawiązaniu pierwszej relacji seksualnej może nosić pewne cechy traumy. Trudno jednak powołać się na badania analizujące zakres negatywnych zmian w funkcjonowaniu psychicznym po zerwaniu relacji seksualnej (przede wszystkim pierwszej w życiu jednostki), gdyż w literaturze przedmiotu właściwie takie nie istnieją.

Wydaje się, że bardzo interesujących informacji w analizowanej kwestii dostarczyły najnowsze badania H. Liberskiej i D. Suwalskiej, które poddały analizie znaczenie stylu przywiązania dla osób pozostających w różnych typach związków (małżeństwie, narzeczeństwie, związku kohabitacyjnym)<sup>29</sup>. Wspomniane badaczki postawiły następujące pytania badawcze: Czy styl przywiązania ma znaczenie dla relacji w związku? Czy forma związku ma znaczenie dla wzajemnych relacji? Czy liczba poprzednich związków partnerów ma znaczenie dla ich relacji? Czy forma związku wiąże się ze stylem przywiązania osób tworzących dany związek? Czy liczba poprzednich związków partnerów wiąże się z ich stylem przywiązania? Dobór badanych miał charakter celowy. Badana grupa składała się z osób będących w różnych typach związku: małżeństwie (20 osób), narzeczeństwie (20 osób) i związku kohabitacyjnym (20 osób), w wieku od 20 do 30 lat.

---

<sup>28</sup> Cyt. za: M. PLOPA, *Psychologia rodziny. Teoria...*, s. 103.

<sup>29</sup> Por. H. LIBERSKA, D. SUWALSKA, *Znaczenie przywiązania dla funkcjonowania młodych dorosłych w związkach intymnych*, w: H. LIBERSKA, A. MALINA (red.), *Wybrane problemy współczesnych małżeństw i rodzin*, Warszawa 2011, s. 69–86.

Uzyskane rezultaty ujawniły, że im większe nasilenie bezpiecznego stylu przywiązania, tym większa deklarowana satysfakcja ze związku (oceniana m.in. na podstawie poziomu namiętności, intymności i zaangażowania). Lękowo-ambivalentny styl przywiązania korelował ujemnie z intymnością i namiętnością. Nie uzyskano istotnej zależności korelacyjnej między przytoczonym stylem przywiązania a zaangażowaniem. Uzyskano natomiast istotną negatywną zależność między unikającym stylem przywiązania a satysfakcją ze związku<sup>30</sup>

W przytoczonym badaniu Liberskiej i Suwalskiej zaobserwowano również, że bezpieczny styl przywiązania jest bardziej nasilony wśród małżeństw niż wśród narzeczonych oraz osób kohabitujących. Nie uzyskano istotnej zależności korelacyjnej między liczbą poprzednich związków a unikającym oraz lękowo-ambivalentnym stylem przywiązania. Natomiast otrzymano słabą istotną zależność między liczbą poprzednich związków a bezpiecznym stylem przywiązania. Rezultat ten oznacza, że im mniej osoby badane miały za sobą związków romantycznych, w tym większym stopniu charakteryzowały się bezpiecznym stylem przywiązania. Autorki tłumaczą uzyskany rezultat tym, że trwanie w jednej relacji romantycznej zwiększa poczucie bezpieczeństwa. „Odnieść to można także do teorii przywiązania i badań nad depriwacją macierzyńską, które udowodniły, że często zmieniające się osoby w życiu małego dziecka utrudniają bezpieczne przywiązanie, a czasem uniemożliwiają przywiązanie do kogokolwiek”<sup>31</sup>.

Rezultaty badań przeprowadzonych przez Liberską i Suwalską ujawniły również (i ten rezultat jest najistotniejszy z punktu widzenia niniejszego opracowania), że liczba poprzednich związków ma negatywne znaczenie dla satysfakcji z aktualnej relacji. Oznacza to, że im więcej związków budowały w przeszłości badane osoby, tym niższe jest ich zadowolenie w obecnej relacji<sup>32</sup>. Można przypuszczać, że współżycie seksualne podejmowane w poprzedniej relacji romantycznej utrudnia nawiązanie więzi z następną osobą.

---

<sup>30</sup> Podobne zagadnienie analizowały W. JUROSZEK, O. HABERLA, W. KUBECZKO, *Zależności między stylami przywiązania a intymnością, namiętnością i zaangażowaniem u narzeczonych*, „Fides et Ratio”, 10 (2012), s. 89–101. Otrzymane rezultaty pokazały, że styl bezpieczny koreluje dodatnio z intymnością, namiętnością i zaangażowaniem (składowymi miłości wg Sternberga). Wyniki potwierdziły istotną negatywną zależność między unikającym stylem przywiązania a składowymi miłości. Nie uzyskano istotnej zależności między lękowo-ambivalentnym stylem przywiązania a analizowanymi składowymi miłości. Wykazano, że płeć nie różnicuje uzyskanych rezultatów: wyniki uzyskane w grupie mężczyzn i kobiet nie różniły się istotnie od siebie.

<sup>31</sup> Cyt. za: *tamże*, s. 83.

<sup>32</sup> Por. *tamże*, s. 82.

Z punktu widzenia teorii przywiązania fakt przerwania relacji po wcześniejszym zaistnieniu bardzo intymnego dotyku (którego najmocniejszą formą jest współżycie seksualne) prawdopodobnie ma negatywny wpływ na jakość więzi w kolejnym związku. W kolejnych badaniach warto wziąć pod uwagę czynnik nasycenia wcześniejszej relacji treściami erotycznymi<sup>33</sup>.

Na podstawie przytoczonych rozważań można sformułować wniosek, że współżycie seksualne, przynajmniej potencjalnie, wiąże ze sobą jednostki. Nie jest to jednak bezwarunkowe. Bardzo często, gdy decyzja o byciu razem do końca życia nie została jeszcze podjęta (czego wyrazem byłoby małżeństwo), ambiwalentne uczucia do drugiej osoby przyjmują formę konfliktu typu przyciąganie-odpychanie. Czynnikiem odpowiedzialnym za przyciąganie jest pociąg seksualny, natomiast odpychająco mogą działać określone zachowania drugiej osoby (np. alkoholizm), nieakceptowane cechy osobowości, jej system wartości czy sposób bycia. Z tego względu K. Wiśniewska-Roszkowska podkreśla, że jeśli małżonkowie rozpoczynają małżeństwo bez doświadczeń seksualnych, a równocześnie wiąże ich wzajemna miłość, to w ich współżyciu seksualnym ta uczuciowa atmosfera zwiąże się z cielesnymi reakcjami, cielesne reakcje będą wzmacniać uczuciowe, i na odwrót – przeżycia psychiczne i duchowe będą wzmacniać reakcje cielesne<sup>34</sup>.

## 5. Pierwsze doświadczenia seksualne a przywiązanie – różnice międzypłciowe

W ramach teorii przywiązania Bowlby'ego nie stwierdza się różnic między płciami w przywiązaniu do rodzica. Innymi słowy: dziewczynki nie różnią się od chłopców w intensywności przywiązania<sup>35</sup>. Inaczej przedstawia się zagadnienie w odniesieniu do przywiązania będącego rezultatem kontaktów seksualnych. Przywiązanie do partnera seksualnego jest silniejsze u kobiet niż u mężczyzn<sup>36</sup>. Dodatkowo wydaje się, że dzieje się tak w szczególności w sytuacji pierwszych kontaktów seksualnych.

---

<sup>33</sup> Ten sam wniosek podałam w artykule *Psychologiczne konsekwencje przedmałżeńskiego współżycia seksualnego*, „Fides et Ratio” 7 (2011), s. 17–27.

<sup>34</sup> Por. K. WIŚNIEWSKA-ROSZKOWSKA, *Problemy współczesnego erotyzmu*, Warszawa 1986, s. 231.

<sup>35</sup> J. Bowlby w swoich pracach nie analizuje relacji matka-dziecko z uwzględnieniem kwestii płci.

<sup>36</sup> Por. J. TEACHMAN, *Premarital sex, premarital cohabitation and the risk of subsequent marital dissolution among women*, *Journal of Marriage and Family*, 65 (2003), s. 444–455.



Ciekawych rezultatów w odniesieniu do wspomnianej problematyki dostarczyły badania hinduskich badaczy, którzy analizowali, jaki procent osób po rozpoczęciu współżycia seksualnego chce kontynuować relację<sup>37</sup>. Badanie było przeprowadzone wśród populacji indyjskiej, gdzie seks przedmałżeński jest bardzo rzadki, a więc można przyjąć założenie, że dla zdecydowanej większości osób była to pierwsza relacja o charakterze seksualnym. Okazało się, że po nawiązaniu kontaktu seksualnego 1/3 mężczyzn i aż 2/3 kobiet chciało kontynuować znajomość<sup>38</sup>. Warto więc podkreślić, że zdecydowanie więcej kobiet niż mężczyzn było zainteresowanych dalszą znajomością. Jako komentarz do przytoczonych rezultatów warto podać cytaty H. Krzysteczko: „A kochać w jej (kobiety) rozumieniu, to znaczy dać wszystko. Wyrazem jej miłości jest postawa: «Kocham, więc daję». I daje to, czego chłopiec czy dorosły mężczyzna chce. Ale nawet jeśli on daje swoje ciało, to ona przede wszystkim chce dać swoją czułość, przynajmniej do momentu rozbudzenia jej potrzeba zbliżenia seksualnego nie ma charakteru popędowego (...). Stąd u niej po oddaniu się w sensie fizycznym pozostaje pragnienie pozostania z tym mężczyzną”<sup>39</sup>. Jak podkreśla dalej Krzysteczko, u młodego mężczyzny napięcie seksualne jest dużo większe aniżeli u kobiety. Mężczyzna zaczyna mieć problem ze swoim popędem niezależnie od obecności kobiety w swoim życiu. „Taka jest fizjologia męska, że życie popędowe jest u mężczyzny w pewnym sensie niezależne od miłości”<sup>40</sup>. Jeśli na drodze do dojrzałości psychoseksualnej mężczyzna nie opanuje swojego popędu, to może być mu obojętne to, z jaką dziewczyną go zaspokaja – w skrajnym przypadku mężczyzna może prowadzić życie seksualne z jedną kobietą, a kochać inną<sup>41</sup>. U kobiet taka sytuacja zdarza się dużo rzadziej. Erotyzm kobiety, bardziej aniżeli erotyzm mężczyzny, jest przesiąknięty uczuciowością, kobiecie trudniej jest oddzielić potrzeby seksualne od innych potrzeb, takich jak tęsknota, pragnienie miłości<sup>42</sup>. Przykładowo badanie M. Dobrowolskiej wykazało, że statystycznie wię-

---

<sup>37</sup> Por. M. ALEXANDER, L. GARDA, S. KANADE, S. JEEBHOY, B. GANATRA, *Romance and sex: Pre-marital partnership formation among young women and men*, “Reproductive Health Matters”, 14(2006), s. 144–155. Na rezultaty przytoczonych badań powoływałam się w artykule *Psychologiczne konsekwencje przedmałżeńskiego współżycia seksualnego*, „Fides et Ratio”, 7 (2011), s. 17–27.

<sup>38</sup> W tym miejscu warto podkreślić znaczenie odmiennej specyfiki kulturowej i wynikający z niej fakt, że w kulturze hinduskiej pozycja kobiety jest niższa niż w kulturze europejskiej.

<sup>39</sup> Cyt. za: H. KRZYTECZKO, *Pomoc w dojrzewaniu do miłości, małżeństwa i rodziny*, Katowice 2000, s. 254.

<sup>40</sup> Cyt. za: *tamże*, s. 253.

<sup>41</sup> Por. *tamże*, s. 254.

<sup>42</sup> Por. K. WIŚNIEWSKA-ROSKOWSKA, *Problemy...*, s. 30.

cej kobiet niż mężczyzn uznaje masturbację, seks-czat i oglądanie pornografii za zdradę i równocześnie częściej mężczyźni nie mają ugruntowanego zdania na ten temat<sup>43</sup>. Seks-czat został oceniony przez ankietowanych jako zdrada, niemniej jednak mniejszej wagi niż zdrada wymagająca fizycznego kontaktu. Psycholodzy zorientowani ewolucjonistycznie podkreślają, że zdrada w przypadku kobiet jest bardziej brzemienna w skutki, gdyż to one biorą na siebie ciężar macierzyństwa. Silnie zaznaczona opiekuńczość u kobiet, oraz rywalizacja, agresja u mężczyzn sprzyja wychowywaniu potomstwa i tym samym – przetrwaniu gatunku<sup>44</sup>. Właśnie w macierzyństwie uwidacznia się bardzo wyraźnie różnica między mężczyznami i kobietami.

W literaturze przedmiotu podkreśla się również, że mężczyźni, w porównaniu z kobietami, ulegają pobudzeniu seksualnemu pod wpływem odmiennych bodźców<sup>45</sup>. Mężczyźni reagują na obrazy (stąd prawie cały przemysł pornograficzny skierowany jest do mężczyzn), natomiast kobiety są bardziej wrażliwe na słowa oraz dotyk. Tzw. strefy erogenne u kobiet są umiejscowione na całym ciele (w przypadku mężczyzn – skoncentrowane przede wszystkim wokół genitaliów), co być może przyczynia się do tego, że kontakty seksualne i towarzyszący im dotyk mają bardziej więziotwórczy charakter w przypadku kobiet aniżeli mężczyzn.

## 6. Rola wysiłku podejmowanego na rzecz drugiej osoby a przywiązanie

W latach pięćdziesiątych ubiegłego stulecia L. Festinger stworzył teorię dysonansu poznawczego. Teoria ta głosi, że ludzie doświadczają przykrego napięcia, kiedy stają wobec elementów poznawczych odnoszących się do takich aspektów zachowań, które są niezgodne z ich przekonaniami<sup>46</sup>. Wówczas pozostają dwie możliwości poradzenia sobie z odczuwanym napięciem: zmiana nieakceptowanych zachowań lub usprawiedliwienie swojego zachowania w takim kierunku, żeby można było utrzymać dobrą samoocenę. Pisząc o uzasadnianiu wysiłku podejmowanego dla drugiej osoby, psycholodzy często odwołują się właśnie do tej teorii. Jeśli bowiem ktoś uzna, że zrobił coś dla kogoś, kto na to nie zasługuje, odczuwa napięcie wynikające z utraty dobrego

---

<sup>43</sup> Por. M. DOBROWOLSKA, *Wirtualny seks i zdrada w ocenie osób dorosłych*, w: B. SZMIGIELSKA (red.), *Całe życie w sieci*, Kraków 2008, s. 241–259.

<sup>44</sup> Por. D. BUSS, *Psychologia pożądania. Jak ludzie dobierają się w pary*. Gdańsk 2000.

<sup>45</sup> Por. K. WIŚNIEWSKA-ROSKOWSKA, *Problemy...*, s. 236.

<sup>46</sup> Por. E. ARONSON, T. WILSON, R. AKERT, *Psychologia społeczna. Serce i umysł*, Poznań 1997, s. 105.

mniemania o sobie. Zaczyna myśleć o sobie w kategoriach osoby naiwnej, którą łatwo wykorzystać. E. Aronson, T. Wilson, R. Akert w swojej książce „Psychologia społeczna. Serce i umysł” przytaczają *bon mot* Lwa Tołstoja „Nie kochamy ludzi tak bardzo za dobro, którym oni nas obdarzyli, ale za dobro, którym my obdarzyliśmy ich”<sup>47</sup>.

Przytoczona teoria tłumaczy, dlaczego nierzadko czujemy zwiększoną sympatię do kogoś, dla kogo podjęliśmy pewien wysiłek. Można wysunąć przypuszczenie, że mężczyzna, dla którego opanowanie popędu stanowi nie-raz duży wysiłek, może zwiększyć swoje pozytywne wartościowanie kobiety, dla której owy wysiłek podjął. Skoro dla kochanej kobiety dokonał czegoś, co tak dużo go kosztowało, musi stwierdzić przed samym sobą, że ta kobieta po prostu była tego warta. Wielce prawdopodobne jest to, że często u podstaw takiego wysiłku leży motywacja religijna.

Podjęcie kontaktów seksualnych może bardzo mocno wiązać ze sobą partnerów. Jednak biorąc pod uwagę fakt, że nie każda relacja seksualna jest relacją przywiązaniową, warto poddać weryfikacji empirycznej oddziaływanie tych czynników, które prawdopodobnie przyczyniają się do powstania przywiązania w relacji seksualnej. Wielce prawdopodobne jest to, że należy do nich: pierwszeństwo kontaktów seksualnych (pierwsze kontakty seksualne jako *imprinting*), płeć (pierwsze kontakty seksualne wiążą bardziej kobiety niż mężczyzn), nasycenie relacji treściami uczuciowymi (tkliwość, czułość, zakochanie), wcześniejsze podjęcie decyzji o opanowaniu swojego popędu jako wysiłek podejmowany dla ukochanej osoby (bardziej dotyczy mężczyzn).

Na podstawie niniejszych rozważań nasuwa się wniosek, że najlepiej byłoby, gdyby jednostka podejmowała współżycie seksualne z jedną osobą, taką, z którą pozostanie do końca życia. Rezultaty badań analizujących zależności między seksualnością a satysfakcją z małżeństwa wykazały, że małżonkowie, którzy rozpoczęli współżycie seksualne po podjęciu ostatecznej decyzji o byciu razem do końca życia (czego wyrazem był ślub), w porównaniu z małżonkami, którzy prowadzili przedślubne życie seksualne, częściej deklarowali szczęście i zadowolenie z małżeństwa<sup>48</sup>. Wynik ten sugeruje, że współżycie seksualne jako działanie o charakterze przywiązaniowym, powinno być podejmowane w warunkach pewnych i stabilnych, takich, które są obarczone najmniejszym ryzykiem zerwania relacji przywiązaniowej<sup>49</sup>.

---

<sup>47</sup> Cyt. za: *tamże*, s. 446.

<sup>48</sup> D. BUSBY, J. CARROLL, B. WILLONGHBY, *Compatibility or restraint? The effects of...* s. 744–766.

<sup>49</sup> Pomimo zwiększającej się liczby rozwodów, małżeństwo, w porównaniu z innymi formami związków, charakteryzuje się największą trwałością, K. SLANY, *Alter-*

## Podsumowanie

W niniejszym opracowaniu analizowano zależności między seksualnością a przywiązaniem. W tym celu wykorzystano teorię C. Hazan i P. Shavera, którzy potraktowali relację romantyczną jako proces przywiązaniowy.

Bazą przywiązania jest emocjonalna dostępność drugiej osoby oraz kontakt fizyczny. Te dwa elementy są obecne przede wszystkim w dwóch rodzajach relacji: z osobą znaczącą (głównie matką) oraz romantycznej. W przypadku tej ostatniej wyjątkową rolę odgrywa kontakt seksualny. W niniejszym opracowaniu przyjęto założenie, że podobnie jak we wczesnym dzieciństwie kontakt z pierwszą osobą znaczącą wpływa na jakość kolejnych relacji z otoczeniem, tak i pierwsze przeżycia seksualne mają większą siłę utrwalenia się niż późniejsze. Odnośnie do seksualności zależność ta prawdopodobnie dotyczy bardziej kobiet niż mężczyzn.

Podobieństwo między relacją z rodzicem (głównie matką) a pierwszym partnerem seksualnym może ujawniać się w sytuacji zerwania relacji. Reakcje dzieci po rozstaniu z matką mają wstrząsający charakter. Prawdopodobnie wiele osób po rozstaniu z pierwszym partnerem seksualnym również doświadcza traumy. Czynniki ten powinien być uwzględniany podczas terapii psychologicznej osób mających problemy z nawiązaniem głębokiej więzi w relacji romantycznej.