

# Satysfakcja seksualna, życiowa i partnerska

## Sexual satisfaction, quality of life and relationship satisfaction

### Abstract

*The theme of the presented research is the quality of life considered in the context of the sexual life satisfaction and the relationship satisfaction. 148 persons staying in informal or formal relationship have been examined. The Quality of Life Questionnaire by Juczyński, Sexual Life Satisfaction Questionnaire by Nomejko, Dolińska-Zygmunt and Questionnaire of Well Accorded Marriage by Plopa, Rostowski have been just in the measurement. Results have revealed important links between sexual satisfaction, quality of life and marriage satisfaction. There are no differences between sexes in the quality of life. Quality of life is important for both men and women in connection with sexual satisfaction. There are differences between sexes in this area – sexual life satisfaction is not equally correlated with relationship satisfaction for both men and women.*

### Keywords:

*quality of life; sexual satisfaction; relationship satisfaction.*

### Wstęp

Współcześnie obserwuje się wzrost zainteresowania badaczy spostrzeganiem seksualności człowieka w perspektywie jakości życia. Przyczyny tego według Lwa-Starowicza (2006) związane są z opublikowaniem w 1994 roku przez Międzynarodową Konferencję ONZ na Rzecz Ludności i Rozwoju nowej definicji zdrowia seksualnego. Zgodnie z nią polega ono na zdrowym rozwoju seksualnym, równych

i odpowiedzialnych relacjach partnerskich, satysfakcji seksualnej, wolności od chorób, niedomagań, niemocy seksualnej, przemocy.

W 1992 roku wprowadzono do Międzynarodowej Statystycznej Klasyfikacji Chorób i Problemów Zdrowotnych nowe kryteria diagnostyczne przy rozpoznawaniu zaburzeń seksualnych, m.in. odczuwanie braku zadowolenia z życia seksualnego, cierpienia z powodu nieudanych relacji partnerskich, doświadczania przemocy. Opublikowanie przez Światową Organizację Zdrowia – Deklaracji Praw Seksualnych, w których stwierdza się między innymi, że seksualność jest integralną częścią osobowości każdej istoty ludzkiej, jej rozwój zależy od zaspokojenia podstawowych potrzeb (intymności, czułości, miłości), a pełny rozwój seksualności jest niezbędny do osiągnięcia dobrostanu w wymiarze indywidualnym, interpersonalnym i społecznym, zmieniło percepcję relacji seksualność – jakość życia. Opisanie wyżej rozumienie zdrowia seksualnego przedstawia ludzką seksualność nie jako wartość autonomiczną, wyizolowaną, lecz ściśle związaną z całą strukturą osobowości, z systemem wartości i potrzeb, obrazem własnego ja, relacjami interpersonalnymi, rolami partnerskimi, rodzicielskimi i społecznymi (Dolczewska-Samela, 2006).

Wielu badaczy akcentuje wzajemny wpływ satysfakcji seksualnej i globalnej jakości życia oraz oceny jakości życia na życie seksualne. Podkreśla się zarówno pogląd, że zdrowie seksualne jest istotne, jak i że owa istotność jest bardzo subiektywna lub w ogóle nie znacząca. Dla wielu małżeństw sfera seksualna z czasem wygasa, a mimo tego deklarują wysoki poziom jakości życia i zadowolenia z relacji z partnerem życiowym. Celem badań opisanych w artykule było zbadanie związku pomiędzy satysfakcją seksualną a oceną jakości życia oraz ogólną satysfakcją ze związku i jej wymiarami: intymnością, samorealizacją, podobieństwem i rozczarowaniem w grupie badanych kobiet i mężczyzn będących w związkach małżeńskich i partnerskich.

## Jakość życia

Zdefiniowanie jakości życia w świecie psychologii jest trudne ze względu na mnogość podejść teoretycznych, jak i brak jednego kryterium. Definicja zależy od obszaru do jakiego się odnosi i perspektywy podmiotu obiektywnej, czy też subiektywnej (Bańka, 1994). Pośród tematów pokrewnych można wymienić: ogólny dobrostan psychiczny (Kahneman, Krueger, 2006), szczęście i satysfakcja (Oishi, Diener, Lucas, 2007; Krok, 2009), zadowolenie (Zalewska, 2003b). Satysfakcja z życia w dziedzinie psychologii ujmowana jest w aspekcie subiektywnym, rozumiana jest jako dobrostan psychiczny jednostki i dotyczy szeregu badań nad

oceną satysfakcji, zadowolenia, czy jakości życia (Bartosz, Klebaniuk, 2006; Czapieński, 2008; Derbis, 2000; Diener, Lucas, Oishi, 2008; Zalewska, 2003b).

Ratajczak (2005) subiektywny aspekt jakości życia ujmuje w kontekście stanów psychicznych jednostki, towarzyszących jej w zaspokajaniu potrzeb, realizacji celów. Na określenie poziomu jakości życia składa się spojrzenie na rzeczywistość z punktu widzenia jednostki i ocena jej subiektywnego poczucia harmonii vs. dysharmonii pomiędzy indywidualnymi potrzebami a zasobami środowiska. Implikuje to konieczność ujęcia oceny jakości środowiska, jednostki, jak i relacji między nimi. Według Tomaszewskiego (1984) jakość życia jest wypadkową jakości środowiska i jakości jednostki.

Mimo rozbieżności większość definicji oparta jest na poniższych założeniach, które są bazą wyjściową. Według Woodwill i współpracowników jakość życia to „stopień w jakim osoba cieszy się ważnymi możliwościami swojego życia” (Woodwill, 1994, s.67). Za autorami definicję tę można sprowadzić do pytania: „jak dobre jest twoje życie dla ciebie samego?” Najważniejsza jest subiektywna ocena życia dokonywana w kategoriach szczęścia, bez odniesienia do obiektywnych warunków, które mogą być różne dla różnych osób. Liczy się indywidualna percepcja. Podobną definicję proponują Goode i Hogg (1994) jakość życia to indywidualne odczucia jednostki i jej oceny na temat własnego życia dokonane na podstawie własnych kryteriów. Michalos (2004) podkreśla możliwość określania jakości życia poprzez wyrażanie szczęścia i satysfakcji, według niego jednostka potrafi najlepiej określić wartość własnego życia. Gdy poziom szczęścia i satysfakcji wzrasta bądź obniża się, poziom jakości życia analogicznie. Jednostka (Zalewska, 2003b) jest najlepszym ekspertem, potrafi kompetentnie i rzetelnie ocenić jakość swojego życia, wykorzystując osobiste kryteria oceny i decydując, które aspekty z życia są najważniejsze.

W tym artykule interesujące jest rozumienie zadowolenia z życia rozumianego jako ogólna ocena jakości życia odniesiona do wybranych przez siebie kryteriów. Na subiektywne dobre samopoczucie składają się elementy: poziom satysfakcji, pozytywne uczucia, brak negatywnych uczuć. Ocena satysfakcji z życia jest wynikiem porównania własnej sytuacji z ustalonymi przez siebie standardami. Jeżeli wynik porównania jest zadowalający, to jego skutkiem jest odczucie satysfakcji (Diener, 1984; Pavot, Diener, 1993).

## Satysfakcja seksualna

Seksualność dla wielu ludzi odgrywa ważną rolę na różnych etapach ich życia. Temat zachowań seksualnych człowieka wzbudza od lat duże zainteresowanie ba-

daczy. W literaturze seksualność jest określana jako: aktywność seksualna, bycie seksualnym, wszelkie aspekty zachowań związanych z płcią i seksem, zasadniczy czynnik motywujący ludzi do nawiązania relacji interpersonalnych, nadrzędne pojęcie obejmujące wszelkie procesy fizyczne i psychiczne związane ze sferą seksualną w jej wymiarze indywidualnym i społecznym (Lew-Starowicz, 2010). Seksualność rozwija się na skutek interakcji wielu czynników: biologicznych, psychologicznych, społecznych. Jest pojęciem interdyscyplinarnym. Współcześnie w badaniach nad seksualnością wiele uwagi poświęca się czynnikom biologicznym, psychicznym oraz społecznym. Duży wymiar przestrzeni czynników wpływających na zachowania i reakcje seksualne utrudnia stworzenie spójnego modelu opisującego seksualność człowieka (Radomski, 2007).

Istotnym elementem aktywności seksualnej jest satysfakcja seksualna. W literaturze przedmiotu nie ma jednej, powszechnie przyjętej definicji satysfakcji seksualnej. Potocznie rozumiana jest jako fizyczna przyjemność i doznanie w czasie aktu seksualnego. Janicka (2008) odnosi satysfakcję seksualną do subiektywnego zadowolenia partnerów z jakości życia seksualnego. Davies i współpracownicy (2006) wyodrębnili w niej składowe: satysfakcja fizyczna, satysfakcja emocjonalna, satysfakcja wynikająca z kontroli.

W niniejszej pracy satysfakcja z życia seksualnego rozumiana jest jako subiektywne poczucie zadowolenia z własnego życia seksualnego. Pojęcie to związane jest z pozytywną postawą, a więc z myślami, zachowaniami i emocjami wobec własnej atrakcyjności seksualnej, relacji i partnerów seksualnych oraz samego seksu (Nomejko, Dolińska-Zygmunt, Zdrojewicz, 2012).

Seksualność pełni istotną rolę w sumarycznej ocenie jakości życia (Kuczyńska, 1992). Satysfakcja seksualna traktowana jest jako istotny wskaźnik zdrowia w sferze seksualnej, a także jako istoty wyznacznik dobrostanu i jakości życia (Janowski, Czyżowska, 2013).

Satysfakcjonujące życie seksualne jest podstawą utrzymania związku (Lew-Starowicz, Długołęcka, 2002), umacnia więzi partnerskie (Duch-Krzysztozek, 1997). Badania podłużne pokazują, że zmiany w poziomie satysfakcji seksualnej i poziomie zadowolenia ze związku współwystępują ze sobą w czasie (Lewandowski, Schrage, 2010). Satysfakcja seksualna par małżeńskich dodatkowo koreluje z częstością podejmowanych aktywności seksualnych oraz z zadowoleniem z małżeństwa (Yucel, Gassanov, 2010). Janicka, Niebrzydowski (1994) wskazują między innymi satysfakcję seksualną jako czynnik różnicujący związki zadowolone i niezadowolone, wyższy poziom zadowolenia odnotowali wśród par o wyższym poziomie satysfakcji seksualnej. Podobne wyniki uzyskali Izdebski i Ostrowska (2003). Wykazali silny związek oceny jakości życia seksualnego z oceną związku małżeńskiego. Oznacza to według autorów badań, że dla bada-

nych udany związek był tożsamy z satysfakcjonującym życiem seksualnym, co wskazywać może na niski stopień autonomizacji seksu od wartości małżeństwa/partnerstwa. Jednocześnie, obniżona zdolność do uprawiania seksu niekorzystnie wpływała na związek, więzi z partnerem, samoocenę, wyniki w pracy i relacje rodzinne.

Satysfakcja seksualna może być tylko częściowo wyjaśniana przez funkcje seksualne. Niezależnie od nich, satysfakcję seksualną można było przewidywać na podstawie dopasowania do związku oraz psychologicznego dobrostanu (Dundon, Rellini, 2010).

### Satysfakcja ze związku

Spanier i Lewis (1980, za: Ryś, 1994) są twórcami pojęcia jakości małżeństwa, definiowali je jako subiektywną ocenę związku na podstawie wymiarów, takich jak poczucie integracji, satysfakcji, szczęścia, przystosowania, komunikacji. Powstało wiele teorii opisujących jakość związku oraz wiele pokrewnych terminów. O zadowoleniu, satysfakcji, powodzeniu, szczęściu czy doborze małżeńskim pisze Janicka i Niebrzydowski (1994). Jakość opisują jako subiektywne zadowolenie z bycia w związku, „małżeństwo ocenia się jako udane, dobrane, czy też o wysokiej jakości jedynie wtedy, gdy istnieje u partnerów subiektywne poczucie szczęścia” (Janicka, Niebrzydowski, 1994 s. 66). Wymieniają oni otwartość, empatię i satysfakcję seksualną jako czynniki wpływające na jakość interpersonalnej relacji w związku. Lubowicz pisze o integracji małżeńskiej, definiując ją jako „celowe dążenie małżonków do zharmonizowanego działania w różnych dziedzinach życia małżeńskiego oraz charakter wzajemnych relacji między nimi” (Lubowicz, 1987, s. 175, za: Jankowiak, 2007). Braun-Gałkowska (1976) przyjęła za kryterium powodzenia w małżeństwie subiektywne zadowolenie małżonków. Sam związek małżeński określa (Braun-Gałkowska, 1985) jako związek zawarty między kobietą i mężczyzną, konstytuowany przez budowanie wspólnoty złożonej z wielu czynników dążącej do wspólnego celu. Jest to dynamiczny system, w założeniu trwający całe życie. Rostowski jest autorem koncepcji dobranego związku małżeńskiego, definiuje go jako „swoisty proces, którego wyniki są określane przez odpowiedni stopień: miłości, więzi interpersonalnej, intymności, podobieństwa, pożycia seksualnego, stosunku do dzieci, typu motywów wyboru partnera do małżeństwa” (Rostowski, 1987, s. 30). Zgodnie z teorią dobrany związek jest to stan złożony z pewnych wymiarów. Płopa (2006) jakość małżeńską definiuje przez wymiary: intymność, samorealizację, podobieństwo oraz rozczarowanie. Sposób definiowania przez Płopę tych wy-

miarów jest szczególnie istotny dla autorów artykułu ze względu na wykorzystanie narzędzia badawczego opartego na teorii dobranego małżeństwa Plopy. Intymność definiowana jest jako wysoki poziom satysfakcji z bycia w bliskiej relacji z partnerem. Intymność charakteryzuje potrzeba budowania otwartej, polegającej na zaufaniu, bliskości oraz szczerości relacji. Małżonkowie czują się mocno ze sobą związani i przeświadczeni o łączącym ich uczuciu miłości. Samorealizacja związana jest z odczuwaniem satysfakcji z małżeństwa, co umożliwia realizowanie siebie, własnego systemu wartości, własnych zadań życiowych. Samorealizacja związana jest z możliwością bycia tym, kim osoba w związku chce być, realizowania się dzięki możliwości pełnienia ról małżeńskich. Z czynnikiem podobieństwa związana jest zgodność partnerów dotycząca realizacji istotnych celów małżeńskich. Odnosi się do poglądów partnerów w różnych obszarach życia związku, między innymi rozwoju związku, sposobu spędzania wolnego czasu, organizowania życia codziennego, sposobu wychowywania dzieci. Poczucie porażki życiowej, wynikającej z faktu zawarcia związku małżeńskiego to ostatni, czwarty czynnik wymieniany przez Plopę. Pełnienie roli współmałżonka ogranicza poczucie niezależności, autonomii oraz nie sprawia przyjemności. Można zauważyć zachowania związane z oddalaniem się od partnera, czy myśli dotyczące zerwania związku, poczucie odpowiedzialności za związek ulega wyraźnie obniżeniu.

Według wyników badań istotnymi czynnikami jednostkowymi wpływającymi na powodzenie w małżeństwie są temperament, cechy osobowości, cechy fizyczne i postawy, a czynnikami relacyjnymi są: sprzężenie zwrotne, komunikacja, porozumienie seksualne i relacje z innymi osobami (Braun-Gałkowska, 1992). Rostowski w kontekście zadowolenia małżeńskiego podkreśla kilka kluczowych czynników. Podobieństwo między partnerami w zakresie rozumienia i przeżywania miłości. Uważa, iż „kluczowa jest rola miłości w rozumieniu partnerskich związków interpersonalnych, zarówno tych przedmałżeńskich, małżeńskich, pomałżeńskich, a także pozamałżeńskich” (Rostowski, 1987, s. 32). Autor podkreśla zaangażowanie w trwałość małżeństwa i jego rozwój oraz wymienia szereg innych czynników związanych z funkcjonowaniem w małżeństwie: więź emocjonalna, podobieństwo zachowania się, intymność, komunikacja, posiadanie dziecka, pożycie seksualne. Znaczenie pożycia seksualnego z poziomem jakości związku małżeńskiego uzależnione jest od pozostałych wymiarów, głównie od więzi emocjonalnej i miłości. W licznych badaniach przeprowadzonych przez Plopę (2002 a, 2002 b, 2005, 2006) poruszana jest tematyka związku różnych czynników z jakością w związkach małżeńskich. Jak pokazały jedne z wyników badań, wśród motywów wyboru partnerki mężczyźni często brali pod uwagę satysfakcję z podjętego przed ślubem współżycia seksualnego, żony natomiast charakter partnera.

## Metodologia badań własnych

Głównym problemem badawczym było zagadnienie związków zachodzących pomiędzy satysfakcją seksualną, życiową i partnerską. Przedstawiony problem badawczy polegający na znalezieniu powyższych zależności wymagał odpowiedzi na następujące pytania badawcze:

Czy istnieje zależność między satysfakcją seksualną a satysfakcją z życia i związku? Jaka jest zależność między omawianymi zmiennymi wśród grupy badanych kobiet, a jak wśród grupy badanych mężczyzn? Jaka jest zależność między mierzonymi zmiennymi w związkach małżeńskich, a jaka w związkach partnerskich?

## Narzędzia badawcze i opis sposobu przeprowadzenia badania

W celu poznania poziomu określonych zmiennych zastosowano opisane poniżej metody badawcze. Ankieta składała się z metryczki oraz trzech kwestionariuszy: Skali Satysfakcji z Życia (SWLS), Kwestionariusza Satysfakcji Seksualnej (KSS) oraz Kwestionariusza Dobranego Małżeństwa (KDM-2).

Skala Satysfakcji z Życia, SWLS autorstwa Diener'a i współpracowników (*The Satisfaction with Life Scale*, 1985) składa się z 5 twierdzeń ocenianych w skali siedmiostopniowej, osoba badana ocenia, w jakim stopniu każde stwierdzenie odnosi się do jej dotychczasowego życia. Skala jest przeznaczona do badania osób dorosłych. Jest użytecznym narzędziem do pomiaru satysfakcji życiowej *per se*. Ocena satysfakcji z życia jest wynikiem porównania własnej sytuacji z ustalonymi przez siebie standardami. Jeżeli wynik porównania jest zadowalający, to jego skutkiem jest odczucie satysfakcji. Wynikiem pomiaru jest ogólny wskaźnik poczucia zadowolenia z życia. Rzetelność skali  $\alpha$  Cronbacha = 0.82 (Juczyński, 2009).

Kwestionariusz Satysfakcji Seksualnej, KSS autorstwa Nomejko, Dolińskiej-Zygmunt (2011). Służy do pomiaru poczucia satysfakcji seksualnej, związanej z dwoma obszarami: atrakcyjności seksualnej jednostki i aktywności seksualnej. Składa się z 10 twierdzeń, czterostopniowej skali odpowiedzi Likerta. Narzędzie jest jednowymiarowe,  $\alpha$  Cronbacha = 0.89. Satysfakcja seksualna związana jest z postawami jednostki (poznawczymi i emocjonalnymi) przejawianymi w stosunku do jej atrakcyjności seksualnej i podejmowanej aktywności seksualnej.

Kwestionariusz Dobranego Małżeństwa, KDM-2 autorstwa Plopa, Rostowski (2004) jest nową i zrewidowaną wersją Kwestionariusza Dobranego Małżeństwa Rostowskiego (1987) opracowaną przez Plopę (2004). Kwestionariusz ten zawiera 32 itemy pozwalające uchwycić ogólne poczucie satysfakcji ze związku w percep-

cji każdego z małżonków w czterech wymiarach: intymność – potrzeba budowania relacji charakteryzująca się otwarciem, zaufaniem, bliskością oraz szczerością; samorealizacja – satysfakcja wynika z możliwości bycia tym, kim jednostka chciałaby być; podobieństwo – zgodność partnerów odnośnie realizacji ważnych celów małżeńskich; rozczarowanie – dotyczy sytuacji poczucia porażki życiowej wynikającej z faktu zawarcia związku. Ogólny wynik poczucia satysfakcji ze związku małżeńskiego jest wyznaczany jako suma wartości czterech poszczególnych wymiarów,  $\alpha$  Cronbacha = 0.81. Wartości rzetelności poszczególnych wymiarów:  $\alpha$  Cronbacha = 0,89 dla wymiaru intymność,  $\alpha$  Cronbacha = 0,83 dla wymiaru samorealizacja,  $\alpha$  Cronbacha = 0,81 dla wymiaru podobieństwo,  $\alpha$  Cronbacha = 0,88 dla wymiaru rozczarowanie.

Kwestionariusz został dopasowany do potrzeb badania w grupie, w wybranych pytaniach zostały zmienione zwroty związane z małżeństwem na partnerskie. Po wprowadzonych zmianach rzetelność narzędzia nie uległa zmianie.

Grupę badawczą stanowiło 148 osób dorosłych będących w związku. 113 kobiet i 35 mężczyzn oraz 34 osoby w związku małżeńskim i 114 w związku partnerskim. Związek partnerski rozumiany jest w badaniu jako niezalegalizowany małżeństwem, natomiast badane osoby żyły razem tworząc wspólnotę. Osoby badane objęte analizą przedstawionych w artykule wyników mieściły się w przedziale wiekowym między 25 a 45 rokiem życia. Dobór osób spełniających kryterium bycia w związku miał charakter losowy. Udział w badaniu był dobrowolny i anonimowy.

## Wyniki badania

W obliczeniach statystycznych zastosowano test statystyczny: test korelacji  $r$ -Pearsona, co pozwoliło odpowiedzieć na pytanie, czy badane zmienne są zależne względem siebie, pozwala ustalić kierunek ewentualnych zależności oraz poziomy ich istotności statystycznych.

Ogólny poziom uzyskanych wyników na poszczególnych skalach przedstawia wykres 1. Jak pokazują uzyskane wyniki średni poziom satysfakcji seksualnej, życiowej i związku jest wysoki.

wartość max >            40    35    160

Wykres 1. Poziom uzyskanych średnich wartości.



Zależności pomiędzy satysfakcją seksualną, jakością życia i satysfakcją z bycia w związku przedstawia tabela 1. Analizy wykazały, iż wszystkie wyniki są istotne. Uzyskano dodatnią korelację pomiędzy wynikami satysfakcji seksualnej a zadowoleniem z życia ( $r = 0,373$ ;  $p < 0,01$ ). Uzyskany wynik oznacza, że wraz ze wzrostem wartości satysfakcji seksualnej należy spodziewać się wzrostu zadowolenia z życia. Satysfakcja seksualna dodatnio korelowała z jakością związku ( $r = 0,378$ ;  $p < 0,01$ ). Im wyższa satysfakcja seksualna, tym wyższa jakość związku. Uwzględniając poszczególne wymiary jakości związku, satysfakcja seksualna dodatnio korelowała z intymnością ( $r = 0,319$ ;  $p < 0,01$ ), samorealizacją ( $r = 0,291$ ;  $p < 0,01$ ), podobieństwem ( $r = 0,178$ ;  $p < 0,05$ ). Co oznacza, że wraz ze wzrostem satysfakcji seksualnej można spodziewać się wzrostu intymności, samorealizacji w związku oraz zgodności partnerów. Uzyskano jeden wynik ujemnej korelacji pomiędzy satysfakcją seksualną a wymiarem jakości związku – rozczarowanie ( $r = -0,382$ ;  $p < 0,01$ ). Co oznacza, że wraz ze wzrostem satysfakcji seksualnej można spodziewać się mniejszego poziomu rozczarowania związanego z byciem w związku.

Tabela 1. Współczynniki korelacji  $r$ -Pearsona między badanymi zmiennymi.

	Jakość życia	Satysfakcja ze związku	Intymność	Samorealizacja	Podobieństwo	Rozczarowanie
Satysfakcja seksualna	0,373**	0,378**	0,319**	0,291**	0,178*	-0,382**
p	0,000	0,000	0,000	0,000	0,030	0,000

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

W następnej kolejności sprawdzono zależności pomiędzy omawianymi zmiennymi osobno w grupie badanych kobiet (tabela 2) i grupie badanych mężczyzn (tabela 3).

W grupie kobiet uzyskano istotne statystycznie wyniki. Wyniki są analogiczne jak w przypadku całej badanej grupy. Uzyskano dodatnie korelacje pomiędzy satysfakcją seksualną a jakością życia ( $r = 0,341$ ;  $p < 0,01$ ) oraz satysfakcją ze związku ( $r = 0,382$ ;  $p < 0,01$ ). Im wyższa satysfakcja seksualna, tym wyższe zadowolenie z życia i wyższa satysfakcja związku zarówno w odniesieniu do ogólnego wymiaru, jak i wymiarów intymność ( $r = 0,324$ ;  $p < 0,01$ ), samorealizacja ( $r = 0,306$ ;  $p < 0,05$ ) i podobieństwo ( $r = 0,193$ ;  $p < 0,05$ ). Pomiedzy satysfakcją seksualną a wymiarem satysfakcji ze związku – rozczarowanie uzyskano wynik ujemny ( $r = -0,395$ ;  $p < 0,01$ ). Im wyższa satysfakcja seksualna, tym niższe rozczarowanie w grupie kobiet.

Tabela 2. Współczynniki korelacji  $r$ -Pearsona między badanymi zmiennymi w grupie kobiet.

	Jakość życia	Satysfakcja ze związku	Intymność	Samorealizacja	Podobieństwo	Rozczarowanie
Satysfakcja seksualna	0,341**	0,382**	0,324**	0,306**	0,193*	- 0,395**
p	0,000	0,000	0,000	0,000	0,041	0,000

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

W grupie badanych mężczyzn uzyskano inne wyniki. Dodatkowo istotnie statystycznie korelowała satysfakcja seksualna z jakością życia ( $r = 0,487$ ;  $p < 0,01$ ) oraz ogólną satysfakcją ze związku ( $r = 0,365$ ;  $p < 0,05$ ). Im wyższe zadowolenie seksualne, tym wyższe zadowolenie z życia i ze związku. Uzyskano wynik ujemny pomiędzy satysfakcją seksualną a rozczarowaniem ( $r = - 0,337$ ;  $p < 0,05$ ). Nie uzyskano wyniku istotnego statystycznie pomiędzy satysfakcją seksualną a wymiarami satysfakcji ze związku: intymność, samorealizacja i podobieństwo.

Tabela 3. Współczynniki korelacji  $r$ -Pearsona między badanymi zmiennymi w grupie mężczyzn.

	Jakość życia	Satysfakcja ze związku	Intymność	Samorealizacja	Podobieństwo	Rozczarowanie
Satysfakcja seksualna	0,487**	0,365*	0,308	0,225	0,113	- 0,337**
p	0,003	0,031	0,072	0,194	0,518	0,048

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

Przeprowadzono podobne analizy uwzględniając formę związku (tabela 4, tabela 5). W grupie osób będących w związku małżeńskim istnieje korelacja pomiędzy satysfakcją seksualną a satysfakcją ze związku ( $r = 0,434$ ;  $p < 0,05$ ) oraz dwoma jej wymiarami: intymnością ( $r = 0,372$ ;  $p < 0,05$ ) i rozczarowaniem ( $r = - 0,473$ ;  $p < 0,05$ ). Im wyższa satysfakcja seksualna, tym wyższy poziom ogólnego zadowolenia z bycia w związku małżeńskim oraz wyższy poziom intymności i niższy rozczarowania związanego z faktem bycia małżonkiem, małżonką. Analizy nie wykazały związku pomiędzy satysfakcją seksualną a jakością życia, a także dwoma wymiarami jakości związku: samorealizacją i podobieństwem w grupie osób będących w związku małżeńskim.

Tabela 4. Współczynniki korelacji *r*-Pearsona między badanymi zmiennymi związek małżeński.

	Jakość życia	Satysfakcja ze związku	Intymność	Samorealizacja	Podobieństwo	Rozczarowanie
Satysfakcja seksualna	0,146	0,434*	0,372*	0,337	0,111	- 0,473**
p	0,411	0,010	0,030	0,051	0,531	0,005

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

W grupie osób będących w związku partnerskim wszystkie wyniki były istotne statystycznie. Korelacje dodatnie uzyskano pomiędzy satysfakcją seksualną a ogólnym jakością życia ( $r = 0,456$ ;  $p < 0,01$ ) i ogólną satysfakcją ze związku ( $r = 0,361$ ;  $p < 0,05$ ) i wymiarami intymność ( $r = 0,300$ ;  $p < 0,01$ ), samorealizacja ( $r = 0,286$ ;  $p < 0,01$ ), podobieństwo ( $r = 0,213$ ;  $p < 0,023$ ). Ujemny związek ukazał się między satysfakcją seksualną a rozczarowaniem z faktu bycia w związku partnerskim ( $r = - 0,346$ ;  $p < 0,01$ ). Oznacza to, że im wyższa satysfakcja seksualna, tym wyższe zadowolenie z życia i bycia w związku, a także wyższa intymność, możliwość samorealizacji, podobieństwo między partnerami oraz niższe ich rozczarowanie.

Tabela 5. Współczynniki korelacji *r*-Pearsona między badanymi zmiennymi związek partnerski.

	Jakość życia	Satysfakcja ze związku	Intymność	Samorealizacja	Podobieństwo	Rozczarowanie
Satysfakcja seksualna	0,456**	0,361*	0,300**	0,286**	0,213*	- 0,346**
p	0,000	0,000	0,001	0,002	0,023	0,000

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

## Dyskusja

Autorki podjęły temat relacji satysfakcji seksualnej z jakością życia i jakością związku.

Przedstawione w pracy wyniki wskazują na istnienie związku pomiędzy tymi zmiennymi. Im wyższa satysfakcja seksualna, tym wyższe poczucie jakości życia

i jakości ze związku osób badanych. Poszczególne wymiary jakości związku: satysfakcja seksualna, samorealizacja, podobieństwo związane były z poziomem satysfakcji seksualnej. Im wyższa u osób badanych satysfakcja seksualna, tym wyższy poziom intymności, czyli potrzeba budowania relacji charakteryzującej się otwarciem, zaufaniem, bliskością, szczerością; samorealizacji, czyli satysfakcji z możliwości bycia tym, kim jednostka chciałaby być w związku oraz podobieństwo, czyli zgodności partnerów odnośnie realizacji ważnych celów małżeńskich/partnerskich. Uzyskane wyniki wskazują, iż wzrostowi satysfakcji seksualnej towarzyszy mniejsze rozczarowanie wynikające z faktu bycia w związku.

Wyniki kobiet w opisywanych badaniach są takie jak w całej grupie badanych. U kobiet satysfakcja seksualna jest powiązana nie tylko z ogólną jakością życia i z satysfakcją ze związku, ale także ważna jest potrzeba budowania otwartych, bliskich, szczerych relacji, realizowania siebie oraz osiągania wspólnych celów partnerów w związku. Im niższa satysfakcja seksualna, tym wyższe poczucie porażki w związku. Może mieć to związek z oddaleniem się od partnera oraz myśleniem o zakończeniu relacji.

Inaczej przedstawiają się wyniki badanych mężczyzn. Satysfakcja seksualna była dodatnio skorelowana z jakością życia oraz satysfakcją ze związku. Czyli im wyższa satysfakcja seksualna u badanych mężczyzn, tym wyższa ocena jakości życia i satysfakcji ze związku. Nie było istotnego związku pomiędzy satysfakcją seksualną a intymnością, samorealizacją i podobieństwem. Oznaczać to może, że dla mężczyzn obszar satysfakcji seksualnej, inaczej niż u kobiet, nie jest związany z potrzebą budowania opartej na otwartości, szczerości, bliskości relacji, czy potrzebą samorealizacji. Poczucie odpowiedzialności za związek ulega wyraźnie obniżeniu wraz z obniżeniem poczucia satysfakcji seksualnej również w grupie mężczyzn. Uzyskane wyniki są zbliżone do cytowanych wcześniej badań Plopy (2006).

Satysfakcja seksualna traktowana jest jako istotny wskaźnik zdrowia w sferze seksualnej, a także jako istotny wyznacznik dobrostanu i jakości życia oraz pełni istotną rolę w sumarycznej ocenie jakości życia. Interesujący z tej perspektywy wydaje się wynik uzyskany przez osoby będące w związkach małżeńskich, w których nie wystąpił związek istotny statystycznie między wymiarem satysfakcji seksualnej a jakością życia. Osoby będące w związku małżeńskim wiążą satysfakcję seksualną z satysfakcją ze związku, natomiast nie wiążą jej z ogólną jakością życia. Oceniając subiektywne poczucie jakości życia, osoby w związkach małżeńskich mogą brać pod uwagę inne aspekty niż związane z satysfakcją seksualną.

Inaczej przedstawiają się wyniki w grupie osób badanych, nie będących w związkach małżeńskich, tylko partnerskich. Satysfakcja seksualna związana była istotnie ze wszystkimi badanymi zmiennymi: jakością życia, ogólną satys-

fakcją ze związku, oraz poszczególnymi jej wymiarami: intymnością, samorealizacją, podobieństwem i rozczarowaniem.

Wyniki w relacjach partnerskich pokazują, iż wyższa satysfakcja seksualna sprzyja podtrzymywaniu relacji, szukaniu kompromisów, większej dbałości o rozwijający się związek. Być może partnerzy w związkach niesformalizowanych mają większą motywację do samorealizowania siebie, mimo bycia w satysfakcjonującym związku oraz nastawienia na realizowanie wspólnych celów życiowych.

W badaniach Tuszyńskiej-Boguckiej, Boguckiego, Dziduch (2013) kobiety kohabitujące odczuwały istotnie większe nasilenie wsparcia i zaangażowania ze strony partnerów w porównaniu z grupą mężatek. Otrzymywały więcej ciepła, zrozumienia, okazywane im były częściej niż w stosunku do mężatek uczucia i pozytywne emocje. Kobiety niezamężne otrzymywały częściej od swoich partnerów aktywną pomoc przy rozwiązywaniu problemów, częściej niż mężatki wypracowywały kompromisy w negocjacjach rodzinnych. Partnerzy kohabitanek częściej podkreślali wyjątkowość i atrakcyjność swoich partnerek. Janicka (2006, 2009) twierdzi, że związki niemałżeńskie, stanowią zagrożenie dla rozwoju jednostki i rodziny. Partnerzy ujawniają mniejszą niż małżonkowie zależność od siebie oraz są mniej efektywni w pozyskiwaniu i dostarczaniu wsparcia. W badaniach auterek satysfakcja seksualna i jakość związku w relacjach partnerskich była powiązana z budowaniem intymnej relacji, dawaniem sobie wsparcia, wspólnym osiągnięciem celów ważnych dla związku, a przy tym samorealizacji partnerów.

Zagadnienie satysfakcji seksualnej, życiowej i partnerskiej jest często podejmowanym tematem w kontekście dyskusji o jakości relacji. Przedstawione w pracy wyniki badań wskazują na satysfakcję seksualną jako istotny czynnik związany z jakością życia i satysfakcją z bycia w związku. Inaczej rozkładają się zależności między omawianymi czynnikami w grupie kobiet, a inaczej w grupie mężczyzn. Nie wykazano w artykule wyników badań różnicowych ze względu na dużą dysproporcję w badanych grupach kobiet i mężczyzn oraz ze względu na formę związku. Przeprowadzone nie zamieszczone w niniejszym artykule analizy różnicowe pokazały brak różnic istotnych statystycznie ze względu na płeć, ale pokazały istotne różnice odnośnie satysfakcji seksualnej między osobami w związkach partnerskich a małżeńskich (wyższy poziom satysfakcji w grupie związków partnerskich).

Opisane badania nie przedstawiają wszystkich aspektów związanych z badanymi czynnikami. Obszar badań wymaga dalszych analiz, szczególnie wprowadzenia innych zmiennych kontrolnych, między innymi takich jak staż partnerów, czy wiek.

Przedstawione w artykule wyniki mogą przyczynić się do zwiększenia wiedzy dotyczącej psychologii rodziny, relacji interpersonalnych, co może być wykorzystywane w praktyce oraz do budowania nowych modeli badawczych. Warto wspomnieć, iż badania te są częścią prowadzonego szerszego projektu badawczego, ujmującego inne zmienne, takie jak agresja, empatia, staż, wiek, posiadanie dzieci. Badania są w trakcie realizacji.

## Bibliografia:

- BAŃKA, A. (1994). Jakość życia w psychologicznych koncepcjach człowieka i pracy. W: A. BAŃKA, R. DERBIS (red.), *Psychologiczne i pedagogiczne wymiary jakości życia* (s. 19–40). Częstochowa.
- BARTOSZ, B., KLEBANIUK, J. (2006). Wokół jakości życia. *Studia Psychologiczne*, Wrocław.
- BRAUN-GAŁKOWSKA, M. (1976). Psychospołeczne uwarunkowania powodzenia w małżeństwie. *Rocznik Nauk Społecznych*, t. 4, (s. 209–236).
- BRAUN-GAŁKOWSKA, M. (1985). *Miłość aktywna. Psychologiczne uwarunkowania powodzenia w małżeństwie*, wyd. 2, Warszawa.
- BRAUN-GAŁKOWSKA, M. (1992). *Psychologiczna analiza systemów rodzinnych osób zadowolonych i niezadowolonych z małżeństwa*. Lublin.
- CZAPIŃSKI, J. (2008). *Psychologia pozytywna. Nauka o szczęściu, zdrowiu, sile i cnotach człowieka*. Warszawa.
- DERBIS, R. (2000). *Jakość rozwoju a jakość życia*. Częstochowa.
- DIENER, E. (1984). Subjective well-being. *Psychological Bulletin*, 95, 542–575.
- DOLCZEWSKA-SAMELA A. (2006). Promocja zdrowia seksualnego jako forma profilaktyki zaburzeń. *Polski Przegląd Nauk o Zdrowiu* nr 3 (8), Poznań.
- DUNDON C.M., RELLINI, A.H. (2010). More than sexual function: predictors of sexual satisfaction in sample of woman age 40–70. *Journal of Sexual Medicine* 7: 1209–1215.
- GOODE D., HOGG, J. (1994). Towards an understanding of holistic quality of life in people with profound intellectual and multiple disabilities. W: D. GOODE (red.), *Quality of life for persons with disabilities. International Perspectives and Issues* (s. 197–207), Cambridge M.A.
- IZDEBSKI Z., OSTROWSKA, A. (2003). *Seks po polsku. Zachowania Seksualne jako element stylu życia Polaków*. Warszawa.
- JANICKA I. (2006). *Kohabitacja a małżeństwo w perspektywie psychologicznej. Studium porównawcze*, Łódź.

- JANICKA I. (2008). Staż wspólnego życia a satysfakcja seksualna partnerów kohabitujących. W: D. CZYŻOWSKA (red.), *Psychologia rozwojowa*, t. 13, nr 4, s. 37–48.
- JANICKA I. (2009). Ryzyko kryzysów i konfliktów z związkach kohabitacyjnych, *Przegląd Psychologiczny*, nr 1, s. 293–308.
- JANICKA, I., NIEBRZYDOWSKI, L. (1994). *Psychologia małżeństwa*. Łódź.
- JANKOWIAK, B. (2007). Problematyka jakości i trwałości partnerskich w teorii i badaniach. *Przegląd terapeutyczny*, nr 3, 2007.
- JANOWSKI K., CZYŻOWSKA A. (2013). Właściwości psychometryczne polskiej wersji skali zadowolenia z życia seksualnego dla kobiet. *Przegląd Seksuologiczny*, t. 9, z. 4, nr 36, 3–10.
- JUCZYŃSKI, Z. (2009). *Narzędzia pomiaru w Promocji i Psychologii Zdrowia*. Warszawa.
- KAHNEMAN, D., KRUEGER, A.B. (2006). Developments in the measurement of subjective well-being. *Journal of Economic Perspectives*, 20, 1, 3–24.
- KROK, D. (2009). *Religijność a jakość życia w perspektywie mediatorów psychospołecznych*. Opole.
- KUCZYŃSKA A. (1992). Koncepcja jakości życia w psychoseksuologii. W: A. KUCZYŃSKA (red.) *Psychologiczne aspekty funkcjonowania w rodzinie. Prace Psychologiczne*. Wrocław 24, 79–84.
- LEW-STAROWICZ Z., SKRZYPULEC V. (2010). *Podstawy seksuologii*. Warszawa.
- LEW-STAROWICZ Z. (2006). Seksualność a jakość życia człowieka, *Przegląd Seksuologiczny*, 2006, t. 2, z. 1, nr 5.
- LEWANDOWSKI K, SCHRAGE T. (2010). A comparison of relationship satisfaction and sexual satisfaction in short-term and long-term relationships, *Journal of Undergraduate Research*, 13, 1–4.
- MICHALOS, A.C. (2004). Social indicators research and health-related quality of life research. *Social Indicators Research*, 65, 1, 27–72.
- NOMEJKO A., DOLIŃSKA-ZYGMUNT G., ZDROJEWICZ, Z. (2012). Poczucie jakości a satysfakcja z życia seksualnego – badania własne. *Seksuologia Polska*, 10, 54–60.
- NOMEJKO, A., DOLIŃSKA-ZYGMUNT, G. (2011). Sexual satisfaction's contribution to a sense of quality of life in early adulthood. *Polish Journal of Applied Psychology*. 9, 1, s. 65–73.
- OISHI, S., DIENER, E., LUCAS, R.E. (2007). The optimum level of well-being: Can people be too happy? *Perspectives on Psychological Science*, 2, 4, 346–360.
- PAVOT, W., DIENER, E. (1993). Review of the Satisfaction with Life Scale. *Psychological Assessment*, 5, 164–172.
- PLOPA, M. (2002a). Doświadczenie intymności a satysfakcja z małżeństwa. *Małżeństwo i Rodzina*, t. 3, nr 3.

- PLOPA, M. (2002b). Z badań nad podmiotowymi uwarunkowaniami powodzenia i dezintegracji związków małżeńskich. W: L. GAPIK, A. WOŹNIAK (red.) *Postępy psychoterapii. Problemy małżeństwa i rodziny*, t. 4, Poznań.
- PLOPA, M. (2005). *Psychologia rodziny. Teoria i badania*. Kraków.
- PLOPA, M. (2006). *Więzi w małżeństwie i rodzinie. Metody badań*. Kraków.
- RADOMSKI D. (2007). Od poznania się do seksualnej satysfakcji, czyli biologiczne mechanizmy seksualności człowieka. *Seksuologia Polska*, 5,1,18–24.
- RATAJCZAK, Z. (2005). Jakość życia w warunkach narastających zagrożeń. *Kolokwia Psychologiczne*, 13, 231–241.
- ROSTOWSKI J. (1987). *Zarys psychologii małżeństwa*. Warszawa.
- RYŚ, M. (1994). Jakość i trwałość małżeństwa: propozycja skali. *Problemy Rodziny*, t. 34, nr 3.
- TOMASZEWSKI, T. (1984). *Ślady i wzorce*, Warszawa.
- TUSZYŃSKA-BOGUĆKA W., BOGUĆKI J., DZIDUCH D. (2013). Satysfakcja i poczucie własnej wartości u kobiet w różnych typach związków. *Przegląd Badań Edukacyjnych*, t. 2. nr 17, 69–85
- WOODWILL, G., RENWICK, R., BROWN, I. RAPHAEL, D. (1994). Being, belonging, becoming: an approach to the quality of life of persons with development disabilities. W: D.A. GOODE (red.), *Quality of life for persons with disabilities: International perspectives and issues* (s. 56–67). Cambridge.
- YUCEL, D. GASSANOV, M.A. (2010). Exploring actor and partner correlates of sexual satisfaction among married couples. *Social Science Research* 39, 725–738.
- ZALEWSKA, A. (2003b). „Skala Satysfakcji z Pracy” – pomiar poznawczego aspektu ogólnego zadowolenia z pracy. Zadowolenie z pracy i jego komponenty. *Folia Psychologica* 7, 49–61.