

# Povezanost privrženosti i nekih obilježja kvalitete partnerske veze kod mladih

---

Elvedi, Lea

Master's thesis / Diplomski rad

2024

Degree Grantor / Ustanova koja je dodijelila akademski / stručni stupanj: **University of Zagreb, Faculty of Law / Sveučilište u Zagrebu, Pravni fakultet**

Permanent link / Trajna poveznica: <https://um.nsk.hr/um:nbn:hr:199:479423>

Rights / Prava: [In copyright](#) / [Zaštićeno autorskim pravom.](#)

Download date / Datum preuzimanja: **2025-03-13**



Repository / Repozitorij:

[Repository Faculty of Law University of Zagreb](#)



**SVEUČILIŠTE U ZAGREBU**  
**PRAVNI FAKULTET**  
**STUDIJSKI CENTAR SOCIJALNOG RADA**

**Lea Elvedi**

**POVEZANOST PRIVRŽENOSTI I NEKIH OBILJEŽJA**  
**KVALITETE PARTNERSKE VEZE KOD MLADIH**  
**DIPLOMSKI RAD**

**Zagreb, 2024**

**SVEUČILIŠTE U ZAGREBU**  
**PRAVNI FAKULTET**  
**STUDIJSKI CENTAR SOCIJALNOG RADA**  
**DIPLOMSKI STUDIJ SOCIJALNOG RADA**

**Lea Elvedi**

**POVEZANOST PRIVRŽENOSTI I NEKIH OBILJEŽJA**  
**KVALITETE PARTNERSKE VEZE KOD MLADIH**  
**DIPLOMSKI RAD**

**Mentorica: prof.dr.sc. Marijana Majdak**

**Zagreb, 2024**

## Sadržaj

<b>1. Uvod</b> .....	1
1.1. <i>Privrženost</i> .....	3
1.2. <i>Zadovoljstvo vezom</i> .....	5
1.3. <i>Komunikacijski stil</i> .....	6
1.4. <i>Seksualno zadovoljstvo</i> .....	8
1.5. <i>Teorija privrženosti</i> .....	9
<b>2. Cilj, problemi i hipoteze istraživanja</b> .....	10
<b>3. Metoda</b> .....	11
3.1. <i>Uzorak</i> .....	11
3.2. <i>Postupak</i> .....	12
3.3. <i>Mjerni instrumenti</i> .....	13
3.3.1. <i>Sociodemografska obilježja sudionika i partnerske veze</i> .....	13
3.3.2. <i>Privrženost partneru</i> .....	14
3.3.3. <i>Zadovoljstvo vezom</i> .....	14
3.3.4. <i>Komunikacijski stil</i> .....	15
3.3.5. <i>Seksualno zadovoljstvo</i> .....	15
3.4. <i>Obrada podataka</i> .....	16
<b>4. Rezultati</b> .....	16
4.1. <i>Deskriptivna statistika</i> .....	16
4.2. <i>Povezanost između dimenzija privrženosti i zadovoljstva vezom</i> .....	17
4.3. <i>Povezanost između dimenzija privrženosti i komunikacijskog stila</i> .....	18
4.4. <i>Povezanost između dimenzija privrženosti i seksualnog zadovoljstva</i> .....	18
<b>5. Rasprava</b> .....	20
5.2. <i>Praktične implikacije rezultata</i> .....	24
5.1. <i>Ograničenja istraživanja</i> .....	25
<b>6. Zaključak</b> .....	26
<b>Literatura</b> .....	27

Povezanost privrženosti i nekih obilježja kvalitete partnerske veze kod mladih

*Partnerske veze predstavljaju jedan od glavnih faktora za održavanje osobne dobrobiti pojedinca te im se u današnje vrijeme posvećuje sve više pozornosti. Stoga je cilj ovog istraživanja bio ispitati odnos između privrženosti i nekih obilježja kvalitete veze. Ciljana populacija bili su mladi odrasli u dobi od 18 do 30 godina koji su trenutno u vezi ili imaju iskustvom partnerske veze. U istraživanju je sudjelovalo 167 ispitanika. Za prikupljanje podataka korištene su standardizirane skale. Rezultati su pokazali statistički značajnu negativnu povezanost između dimenzija privrženosti, anksioznosti i izbjegavanja, i zadovoljstva vezom, komunikacijskog stila i seksualnog zadovoljstva.*

**Ključne riječi:** privrženost, zadovoljstvo vezom, komunikacijski stil, seksualno zadovoljstvo, mladi odrasli

The correlation between attachment and some aspects of relationship quality among  
young adults

*Romantic relationships are one of the main factors in maintaining personal well-being, so nowadays there is increased focus on studying them. Therefore, the aim of this research was to examine the relationship between attachment and some aspects of relationship quality. The target population consisted of young adults aged 18 to 30 who are currently in a relationship or have experience with romantic relationships. The study included 167 participants. Standardized instruments were used to collect data. The results showed a statistically significant negative correlation between attachment anxiety and avoidance with relationship satisfaction, communication style, and sexual satisfaction.*

**Key words:** attachment, relationship satisfaction, communication style, sexual satisfaction, young adults

### **Izjava o izvornosti**

Ja, Lea Elveđi pod punom moralnom, materijalnom i kaznenom odgovornošću, izjavljujem da sam isključivi autorica diplomskog rada te da u radu nisu na nedozvoljeni način (bez pravilnog citiranja) korišteni dijelovi tuđih radova te da se prilikom izrade rada nisam koristila drugim izvorima do onih navedenih u radu.

Ime i prezime: Lea Elveđi

Datum: 23. 8. 2024.

## 1. Uvod

John Bowlby, tvorac teorije privrženosti rekao je : „*ljudi svih dobnih skupina najsretniji su i mogu maksimalno razvijati svoje talente kada su sigurni da uza sebe imaju bar jednu osobu kojoj vjeruju i na koju se mogu osloniti kada se susretnu sa poteškoćama.*“ (Bowlby, 1973.). Upravo su bliski odnosi temeljeni na povjerenju jedni od najvećih izvora subjektivne dobrobiti pojedinca te imaju veliku važnost u životima većine ljudi (Freedman, 1978., prema Hazan i Shaver, 1994.). Baš zbog njihove važnosti u svakodnevnom funkcioniranju čovjeka, u suvremeno doba partnerskim se odnosima te njihovoj kvaliteti posvećuje sve više pozornosti (Kansky, 2018.; Lantagne i Furman, 2017.; Zorić, 2022.). Partnerski odnosi, između ostaloga, mogu utjecati na mentalno i tjelesno zdravlje, seksualnost te financijski status pojedinca (Dush i Amato, 2005.).

Stvaranje bliskih i značajnih veza od iznimne je važnosti u ranoj odrasloj dobi kada će najvjerojatnije doći do potpunog formiranja ličnosti i karakteristika ponašanja pojedinca (Roisman i sur., 2004.). Rana odrasla dob najčešće se definira kao razdoblje od kasnijih tinejdžerskih do ranih 30-ih godina budući da je to razdoblje u kojoj se očekuje da će većina odraslih steći financijsku neovisnost i ostvariti samostalnost. No granice mlade odrasle dobi u današnje vrijeme nisu jasno određene, te je gotovo nemoguće moguće odrediti kada točno prestaje (Settersten, 2012., prema Tillman i sur., 2019). Društveno je očekivanje da u procesu odrastanja mlada osoba upozna potencijalnog partnera s kojim će uspostaviti partnerski odnos, zadovoljiti potrebu za ljubavlju i pripadanjem te kasnije zasnovati vlastitu obitelj (Blažeka Kokorić i Gabrić, 2009.). Sukladno tome, upravo se razvoj romantičnih odnosa smatra središnjim razvojnim zadatkom za mlade odrasle osobe (Brown i sur., 1999., prema Shulman i Connolly, 2013.). Mladi odrasli koji su sposobni uspostaviti i održavati pozitivne intimne odnose imaju tendenciju biti više zadovoljni svojim životima i bolje su prilagođeni kasnije u životu (Roisman i sur., 2004.).

U istraživanjima se često u vezu s partnerskim odnosom dovodi koncept privrženosti, budući da se privrženost odnosi na sveobuhvatni stil odnosa i povezivanja s bliskim osobama (Fitzpatrick i Lafontaine, 2017.). Konkretno, privrženost kao pojam predstavlja polazišnu točku za bliske odnose koji se stvaraju tijekom djetinjstva, ali i za buduće bliske odnose koji nastaju tijekom adolescencije te odrasle dobi (Bowlby, 1973.). U razdoblju adolescencije mlada osoba odvaja se od primarne figure privrženosti, koja je najčešće roditelj, te ulazi u fazu kada će figura privrženosti vjerojatnije postati partner ili supružnik (Hazan i Shaver, 1994.). Upravo kvaliteta veza koje su uspostavljene s primarnim figurama privrženosti u odrasloj dobi imaju značajan utjecaj na romantične odnose s romantičnim partnerima (Hazan i Shaver, 1994.).

Konstruk **kvalitete veze** vrlo je značajna u studijama o romantičnim odnosima. Općenito, kvaliteta veze je **višedimenzionalan konstrukt**, a definira se kroz to kako i koliko pozitivno ili negativno pojedinac percipira odnos s drugom osobom (Morry i sur., 2010.). Procjene kvalitete partnerskih veza usredotočile su se na indikatore kao što su zadovoljstvo vezom, predanost, intimnost i seksualno zadovoljstvo (Belu i O'Sullivan, 2019.), sposobnost konstruktivnog rješavanja sukoba, stabilnost i privrženost partneru (Madsen i Collins, 2011.). Visoka kvaliteta veze uključuje subjektivna iskustva poput privrženosti, intimnosti i brige, dok nisku kvalitetu veze karakteriziraju sukobi, iritacija i antagonizam (Dush i Amato, 2005.). Pojam kvaliteta veze kompleksan je konstrukt kojeg razni autori prikazuju kroz različite indikatore, a za potrebe ovog rada odabrani su zadovoljstvo vezom, komunikacijski stil i seksualno zadovoljstvo pri čemu je promatrana njihova povezanost s dimenzijama privrženosti.



### *1.1. Privrženost*

**Privrženost** se opisuje kao snažna veza pojedinca u odnosu na određene osobe s kojima se želi ostvariti bliskost i sigurnost, osobito u situacijama neugode ili prijetnje (Bowlby, 1973.). Razvoj privrženosti započinje od najranijeg djetinjstva kada na temelju kvalitete interakcija sa primarnim skrbnicima djeteta stvara internalizirane radne obrasce koji se nazivaju unutarnjim radnim modelima, te upravo oni služe kao prototip za buduće odnose izvan obitelji (Bowlby, 1973.). Privrženost u odrasloj dobi ima osnovne sličnosti sa privrženosti u djetinjstvu, ali unatoč tome postoje neke razlike. (Weiss, 1982., prema Hazan i Shaver, 1994.). Naime odnos privrženosti između djeteta i primarnog skrbnika koji služi kao figura privrženosti obično je komplementaran; djeteta traži sigurnost ali ju obično ne pruža, figura privrženosti pruža ali zauzvrat ne dobiva njegu. Nasuprot tome, odnos privrženosti u odrasloj dobi recipročan je, partneri u partnerskoj vezi istovremeno su i primatelji i pružatelji (Hazan i Shaver, 1994.). Osim toga, odnos privrženosti prolazi transformaciju iz eksternaliziranog ponašanja u najranijoj dobi do internaliziranih očekivanja i uvjerenja u adolescenciji i odrasloj dobi (Main i sur., 1985., prema Hazan i Shaver, 1994.).

Kombinacijom dviju dimenzija unutarnjeg radnog modela; jedne koja se odnosi na pojedinčevu percepciju sebe, bilo pozitivnu ili negativnu (doživljavanje sebe kao vrijednog ljubavi i podrške ili kao nevrijednog), i druge koja se odnosi na percepciju drugih, također pozitivnu ili negativnu (doživljavanje drugih kao pouzdanih i dostupnih ili kao nepouzdanih i odbijajućih) formiraju se četiri obrasca privrženosti u odrasloj dobi. (Bartholomew i Horowitz, 1991.).

**1. Sigurna privrženosti** (niska razina anksioznosti i izbjegavanja) - pojedince sa ovim stilom privrženosti karakterizira pozitivna slika o sebi i o drugima, oni obično imaju uglavnom pozitivna iskustva u primarnoj obitelji te iskazuju povjerenje prema drugima. Sukladno tome, opisani su kao komunikativni i topli, osjećaju se ugodno pri međuovisnosti i intimnosti te nemaju problem sa asertivnošću.

**2. Anksiozna privrženost** (visoka razina anksioznosti, niska razina izbjegavanja) - ovaj stil privrženosti karakterizira negativna slika o sebi dok je slika o drugima pozitivna. Upravo zbog negativnog modela o sebi koji rezultira niskim samopoštovanjem, u situacijama kada ih ljudi odbiju krive sebe te tako zadržavaju pozitivnu sliku o drugima. Pojedinci sa ovim obrascem privrženosti preokupirani su odnosom, žele veću međuovisnost nego što im partner pruža, te su često u iracionalnom strahu da će ih partner napustiti (Bartholomew i Horowitz, 1991.).

**3. Izbjegavajuća privrženost** (visoka razina izbjegavanja, niska razina anksioznosti) - Pojedinci s ovim obrascem imaju visok stupanj samopouzdanja, ali nizak stupanj emocionalnog izražavanja, što znači da izbjegavaju pokazivanje emocija pred drugima, zbog čega mogu djelovati hladno. Ovaj obrazac odgovara njihovom unutarnjem radnom modelu koji uključuje pozitivnu sliku o sebi, ali negativnu sliku o drugima. Zbog toga često nailaze na poteškoće u socijalnim interakcijama, imaju problema s uspostavljanjem bliskosti, razvijanjem povjerenja i oslanjanjem na druge. Kada dožive odbijanje, skloni su umanjivati vrijednost drugih osoba (Bartholomew i Horowitz, 1991.).

**4. Dezorganizirana privrženost** (visoka razina anksioznosti i izbjegavanja) - ovaj obrazac karakterizira negativna slika o sebi ali i o drugima što rezultira socijalnom nesigurnosti te manjkom asertivnosti. Pojedinci sa ovim stilom privrženosti zbog nepovjerenja prema drugima izbjegavaju interpersonalne odnose te imaju probleme sa pretjeranom submisivnošću i introvertiranosti (Bartholomew i Horowitz, 1991.).

Opisane individualne razlike koje određuju svaki stil privrženosti definiraju dvije ortogonalne dimenzije. Prva dimenzija, **izbjegavanje**, odražava stupanj nelagode koju osoba osjeća u vezi s bliskošću i emocionalnom intimnošću u partnerskim odnosima. Druga dimenzija, **anksioznost**, izražava razinu zabrinutosti i straha od odbacivanja ili napuštanja od strane partnera. (Hazan i Shaver, 1994.).

Anksiozni stil privrženosti obilježava preokupiranost odnosom s partnerom, intenzivna zabrinutost za partnera te preosjetljivost na znakove odbijanja i strah od napuštanja. Suprotno tome, izbjegavajući stil privrženosti obilježen je potrebom da se izbjegnju bliski odnosi kako bi se spriječila potencijalna bol i ranjivost. U skladu sa tim, sigurni stil privrženosti imaju pojedinci sa niskim razinama anksioznosti i izbjegavanja dok dezorganizirani stil karakterizira visoka razina na obje dimenzije (Hazan i Shaver, 1994.).

Opisani tipovi privrženosti koriste različite strategije kako bi osigurali osjećaj sigurnosti kada se osjećaju ugroženo ili su pod stresom. Anksiozno privrženi pojedinci koriste „hiperaktivirajuće“ strategije kako bi izazvali reakcije od partnera, bojeći se da neće imati njihovu stalnu emocionalnu podršku. S druge strane, pojedinci s visokim stupnjem izbjegavanja koriste „deaktivirajuće“ strategije kojima potiskuju svoje potrebe i gase sustav privrženosti, jer zbog prošlih iskustava ne očekuju odgovor od partnera. (Mikulincer i Shaver, 2007.).

### *1.2. Zadovoljstvo vezom*

**Zadovoljstvo vezom** može se definirati kao subjektivni stav (zadovoljstvo) i afektivno iskustvo (sreća) (Ayduk i Gyurak, 2019.). **Subjektivna procjena** pojedinca o tome koliko je njihov odnos povoljan ili nepovoljan važna je komponenta percepcije partnera te predviđa samu kvalitetu veze (Morry i sur., 2010.). Zadovoljstvo vezom uključuje pozitivne i negativne emocije prema partneru, ukupnu privlačnost prema vezi te vjerovanje koliko partner ispunjava potrebe druge osobe (Ayduk i Gyurak, 2019.). Ono je snažan pokazatelj duljine veze te je povezano s nizom važnih ishoda odnosa, osobito razvodom braka (Anderson i Emmer-Sommer, 2006.). Istraživači su otkrili značajne individualne varijacije u stupnju zadovoljstva vezom s obzirom na različite percepcije pojedinca, različite stavove i komunikacijske stilove (Guerrero, 1994., prema Anderson i Emmer-Sommer, 2006.). Brojna istraživanja upućuju na to kako je siguran tip privrženosti najpoželjniji tip u partnerskim vezama. Usprkos tome, ljudi nerijetko odabiru partnera koji će svojim tipom privrženosti potvrditi njihova temeljna uvjerenja i očekivanja u vezi sebe i drugih (Kirkpatrick i Davis, 1994., prema Blažeka Kokorić i Gabrić, 2009.; Brennan i Shaver, 1995., prema Blažeka Kokorić i Gabrić, 2009.).

Rezultati istraživanja ukazuju na to kako osobe s **anksioznim i izbjegavajućim** tipom privrženosti iskazuju **niži stupanj zadovoljstva** romantičnom vezom te općenito niži stupanj zadovoljstva životom za razliku od osoba sa sigurnim tipom privrženosti (Waring i sur., 2019.). Fitzpatrick i Lafontaine (2017.) navode kako nesigurna privrženost kod muškaraca i žena podrazumijeva niži stupanj međusobnog povjerenja među partnerima te posljedično može dovesti do nižeg stupnja zadovoljstva partnerskom vezom. Nadalje Kohn i suradnici (2012.) u svom istraživanju došli su do spoznaje kako su osobe s anksioznim tipom privrženosti imali niži stupanj zadovoljstva vezom kada su partnerovo ponašanje doživljavali negativnije te kada je percipirana količina primljene podrške od partnera manja u odnosu na njihova očekivanja, dok su osobe s izbjegavajućim tipom privrženosti percipirali zadovoljstvo partnerskom vezom nižim kada su se suočavali s većim zahtjevima od strane partnera (Fitzpatrick i Lafontaine 2017.; Kohn i sur. 2012.).

### *1.3. Komunikacijski stil*

**Komunikacija** je bihevioralni sustav koji regulira, održava i omogućava međuljudske odnose. Definira se kao proces razmjene informacija, misli, osjećaja i ideja između ljudi a može se odvijati verbalnim putem (govorom ili pisanjem) ili neverbalnim putem (kroz geste, izraze lica i ton glasa) (Sánchez Aragón i Díaz Loving 2003.). Predstavlja idealan medij kroz koji se osoba može izraziti, istovremeno dobivajući povratnu informaciju o sebi, podršku i prihvaćanje te potvrdu da je sposobna uspostaviti uspješnu intimnu vezu (Sánchez Aragón i Díaz Loving 2003.). Usprkos tome što svaki pojedinac, ovisno o svojim osobnim karakteristikama i iskustvima, definira, transformira i prilagođava vlastiti komunikacijski stil, u literaturi su identificirani određeni komunikacijski obrasci. Ti obrasci pomažu u prepoznavanju specifičnih komunikacijskih stilova koji se definiraju prema načinu komuniciranja i korištenim komunikacijskim strategijama (Hawkins i sur., 1980.; Miller i sur., 1976.). Postoji mnoštvo opisanih komunikacijskih stilova u partnerskim odnosima, a jedna od podjela opisuje dva suprotna stila: **pozitivan** i **negativan** (Sánchez Aragón i Díaz Loving 2003.).

Pozitivan komunikacijski stil definira ljude koji su komunikativni te bez većih problema prenose svoje misli i osjećaje svojim partnerima, pokazuju naklonost, otvoreni su, prijateljski raspoloženi, spremni na suradnju, pažljivi i puni razumijevanja. Nasuprot tome, negativni komunikacijski stil teži neeksplicitnoj verbalizaciji, pokazuje zatvorenu komunikaciju koja je često popraćena neverbalnim signalima. Osobe koje koriste ovaj stil komuniciranja često umanjuju važnost partnerovog iskustva, prenose informacije na neadekvatan način, nastoje stvarati konflikte i u svemu pronalaze zamjerke, te su umjesto na komunikaciju usmjereniji na kritiziranje i nepoštivanje druge osobe (Sánchez Aragón i Díaz Loving 2003.).

Komunikacija se pokazala ključnom za ostvarivanje veće kvalitetne romantične veze, a upravo pozitivna i konstruktivna komunikacija predstavlja temelj partnerskog odnosa te služi kao zaštitni čimbenik koji umanjuje percepciju stresa i produžuje trajanje veze (Noller i sur., 1994.). S druge strane negativna i destruktivna komunikacija može imati štetan učinak na dobrobit para te opće zadovoljstvo vezom (Ledermann i sur. 2010., prema Inglesias-Garcia i sur., 2019.). Istraživanja su pokazala da je razina zadovoljstva vezom niža kada partner izbjegava komunikaciju te kada komunikacija sa partnerom ne ispunjava osobna očekivanja (Näslund i Reinholdsson, 2016.).

Studije o privrženosti i komunikaciji u partnerskoj vezi povezale su stil privrženosti s kvalitetom komunikacije i odnosa (Kobak i Hazan, 1991.). Naime uočeno je da razlike u kvaliteti odnosa među grupama s različitim stilovima privrženosti mogu biti posredovane, barem djelomično, komunikacijskim obrascima. Sukladno tome, veza između sigurne privrženosti i kvalitete odnosa može se objasniti činjenicom da se sigurni pojedinci upuštaju u konstruktivnije oblike komunikacije (Kobak i Hazan, 1991.; Freeny i sur., 1999.). Rezultati longitudinalne studije parova koji su nedavno stupili u brak pokazali su da je sigurna privrženost (niska razina izbjegavanja i niska anksioznost u vezi) bila povezana s bračnim zadovoljstvom i konstruktivnom komunikacijom (Noller i sur., 1994.).

#### *1.4. Seksualno zadovoljstvo*

**Seksualno zadovoljstvo** autori jednostavno definiraju kao zadovoljenje seksualnih zahtjeva određene osobe, odnosno kao pozitivan i ugodan seksualni odnos (Shahhosseini i sur., 2014.). Općenito, seksualnost predstavlja jedan od glavnih aspekata za određenje kvalitete veze, pri čemu je veći stupanj seksualnog zadovoljstva povezan s većom kvalitetom i stabilnošću veze (Butzer i Campbell, 2008.) te s većim stupnjem zadovoljstva vezom (Byers, 2005.). Seksualno zadovoljstvo ima vrlo važnu ulogu u očuvanju zadovoljstva brakom i izgradnji trajnih i zdravih obiteljskih odnosa te prevenciji rizičnih seksualnih ponašanja, teških psihičkih bolesti, društvenih zločina i razvoda (Yoo i sur., 2014.; prema Shahhosseini i sur., 2014.).

Određena istraživanja pokazala su kako je visoka razina seksualne intimnosti među partnerima povezana s visokom razinom bračnog zadovoljstva te kako visoka razina romantične intimnosti u partnerskim vezama predstavlja snažan prediktor zadovoljstva vezom (Schaefer i Olson, 1981.; prema Dandurand i Lafontaine, 2013.). Nadalje, rezultati istraživanja upućuju na to kako je upravo tip privrženosti pojedinca prediktor seksualnog zadovoljstva (Antičević i sur., 2018.). Pri tome pojedinci sa **sigurnim tipom privrženosti** iskazuju pozitivnija seksualna iskustva te **viši stupanj seksualnog zadovoljstva** u vezama s obzirom da koriste uspješne strategije za održavanje blizine i intimnosti s partnerom. S druge strane, anksiozni tipovi su preokupirani napuštanjem i odbijanjem te koriste seksualne odnose kako bi uspostavili intenzivnu bliskost i smanjili svoju nesigurnost. To često rezultira izbjegavanjem razgovora i rasprava o seksu iz straha da će se zbog njih partner udaljiti (Antičević i sur., 2018.). Istraživanje Butzer i Campbell (2008.) pokazalo je kako će osobe s izbjegavajućom i anksioznom privrženosti imati niži stupanj seksualnog zadovoljstva na individualnoj razini te da će partneri osoba s izbjegavajućom i anksioznom privrženosti također imati niži stupanj seksualnog zadovoljstva (Butzer i Campbell, 2008.).

### *1.5. Teorija privrženosti*

Tijekom godina razvijene su razne teorije kojima je cilj objasniti kako partnerske veze nastaju te koji to faktori utječu na pojedinčevo zadovoljstvo kvalitetom veze. Jedna njih je i teorija privrženosti, prvotno osmišljena kako bi objasnila razvoj snažne emocionalne veze između djeteta i skrbnika ali nakon godina razvoja postala je temelj za razumijevanje bliskih odnosa pojedinca tijekom cijelog života. (Bowlby 1973.; Hazan i Shaver 1994.). Tvorac teorije privrženosti, britanski psiholog i psihijatar John Bowlby, uočio je da na temelju kvalitete interakcija s primarnim skrbnicima djeteta stvara internalizirane radne obrasce, to jest unutarnje radne modele, koji služe kao prototip za buduće odnose izvan obitelji (Bowlby, 1973.). Za razvijanje tog radnog modela („slike o sebi“ te „slike o drugima“) ključnu ulogu imaju responzivnost i osjetljivost skrbnika na djetetove signale kojima pokazuje da je pod stresom (Bowlby, 1973.).

Provođenjem eksperimenata na temelju postavljene teorije, Mary Ainsworth uočila je postojanje različitih tipova privrženosti, a svaki od njih karakteriziraju drugačiji obrasci ponašanja u bliskim vezama (Ainsworth i sur., 1978.). Sukladno navedenom, teorija privrženosti zasniva se na interpersonalnoj interakciji među ljudima na temelju kojih razvijamo mišljenje i svijest o svojoj okolini te je po tome ona proširenje teorije objektnih odnosa, to jest psihodinamske teorije Sigmunda Freuda (Flores, 2017.). U teoriji privrženosti su, nakon godina istraživanja, povezane ideje psihodinamske teorije i neuroznanosti te je teorija privrženosti modificirana i proširena u kompleksniji i relevantniji model koji je primjenjiv na odrasle te na njihove partnerske odnose (Flores, 2017.). Naime, naš živčani sustav u interakcijama s drugim ljudima zahtjeva stalnu regulaciju izvana, a upravo je ta interaktivna regulacija baza sustava privrženosti (Zovko Grbeša i Sesar, 2021.). Prema teoriji privrženosti, tip privrženosti koju pojedinac ima direktno je povezan s njegovim iskustvima u romantičnim vezama, a zadovoljstvo kvalitetom veze, iz perspektive privrženosti, uvelike ovisi o zadovoljavanju osnovnih potreba pojedinca (Feeney i Noller, 1991.).

Vjerovanje da partner želi i može zadovoljiti te potrebe djelomično je oblikovano partnerovim ponašanjem, a djelomično osobnim uvjerenjima koja osoba donosi u odnos (Feeney i Noller, 1991.).

Usprkos brojnim istraživanjima i saznanjima koje imamo o važnosti privrženosti u pojedinčevu životu postoji mnogo aspekata koji nisu dovoljno obrađeni, posebno na našim prostorima. Kao što je već spomenuto, partnerski odnosi imaju važnu ulogu u svakodnevnom funkcioniranju pojedinca, posebno u mladoj odrasloj dobi kada se formiraju ozbiljnije veze u kojima pojedinac nastoji zadovoljiti potrebu za ljubavlju i pripadanjem (Blažeka Kokorić i Gabrić, 2009.). Ovo istraživanje pružiti će detaljniji uvid u to koliko se tipovi privrženosti razlikuju s obzirom na tri odabrana obilježja kvalitete veze i jedno je od rijetkih koje se bavi opisanim aspektima na populaciji mladih odraslih osoba. Nadalje, dokazano je postojanje kulturalnih razlika u obrascima privrženosti kod ljudi iz različitih zemalja te rezultati mnogobrojnih inozemnih istraživanja možda nisu u potpunosti relevantna za našu populaciju (Berk, 2015.). Baš zbog toga nužno je prikupljati nove spoznaje koje će se moći iskoristiti za unaprjeđenje praktičnog rada sa mladima u Republici Hrvatskoj koji iskazuju poteškoća u održavanju kvalitetnih partnerskih odnosa.

## **2. Cilj, problemi i hipoteze istraživanja**

Cilj ovog istraživanja je ispitati povezanost između privrženosti i nekih obilježja kvalitete partnerske veze kod mladih osoba.

**P1:** Postoji li povezanost između dimenzija privrženosti i razine zadovoljstva vezom kod mladih osoba?

**H1:** Postoji statistički značajna negativna povezanost između dimenzija privrženosti i razine zadovoljstva vezom kod mladih, pri čemu mlade osobe sa nižom razinom anksioznosti i izbjegavanja imaju višu razinu zadovoljstva vezom.



**P2:** Postoji li povezanost između dimenzija privrženosti i komunikacijskog stila kod mladih osoba?

**H2:** Postoji statistički značajna negativna povezanost između dimenzija privrženosti i komunikacijskog stila, pri čemu mlade osobe sa nižom razinom anksioznosti i izbjegavanja imaju pozitivniji komunikacijski stil.

**P3:** Postoji li povezanost između dimenzija privrženosti i razine seksualnog zadovoljstva kod mladih osoba?

**H3:** Postoji statistički značajna negativna povezanost između dimenzija privrženosti i razine seksualnog zadovoljstva, pri čemu mlade osobe sa nižom razinom anksioznosti i izbjegavanja imaju višu razinu seksualnog zadovoljstva.

### **3. Metoda**

S obzirom da se u ovom istraživanju nastojala ispitati i utvrditi povezanost između varijabli odnosno konstrukata, korišten je ne-eksperimentalni korelacijski nacrt. U ne-eksperimentalnom nacrtu mjerenje se odvija u prirodnom okruženju i nekontroliranim uvjetima bez manipuliranja varijablama te je zbog toga nemoguće donositi uzročno posljedične zaključke (Milas, 2005.). Nadalje, riječ je o konfirmatornom nacrtu u kojem provjeravamo direktivne hipoteze postavljene na temelju teorijske osnove i rezultata prijašnjih istraživanja.

#### *3.1. Uzorak*

Ciljana populacija ovog istraživanja bili su mladi u dobi od 18 do 30 godina koji su trenutno u partnerskoj vezi ili imaju iskustvo partnerske veze. Istraživanju je pristupilo 215 sudionika pri čemu ih je 48 isključeno zbog nepotpuno ispunjenih upitnika te je u obradu podataka uključeno 167 sudionika. S obzirom na spol, u istraživanju je sudjelovalo 86 žena i 74 muškaraca dok 7 ispitanika nije dalo odgovor.

Dob sudionika kretala se u rasponu od 18 do 30 godina, a prosječna dob bila je  $M = 24.24$  godine ( $SD = 3.03$ ,  $Mdn = 25$  godina). Nešto manje od polovine sudionika ima završenu srednju školu (njih 44,7 %), slijede sudionici koji imaju završen prijediplomski studij (30,7 %) te diplomski studij (22,6 %), završenu samo osnovnu školu ima tek 1.5 % sudionika, a završen doktorat tek 0.5 %. Gledajući radni status, najveći broj sudionika čine studenti i učenici (47,7 %) te zaposlene osobe (43,7 %), dok nezaposleni sudionici čine 8 % uzorka.

S obzirom na iskustvo partnerske veze svih 167 sudionika imalo je prethodno iskustvo, dok su 153 sudionika trenutno u partnerskoj vezi, pri čemu je najveći broj (40,5 %) u vezi trajanja od 1 do 3 godine.

Od 167 sudionika koji su odgovorili na pitanje o seksualnoj aktivnosti, njih 151 (90,4 %) seksualno je aktivno.

Tablica 3.1.1.

*Deskriptivni podatci o trajanju partnerske veze*

Trajanje veze	0-2 mj.	3-6 mj.	7-11 mj.	1-3 god.	4-6 god.	7-10 god.	10+ god.
Broj sudionika	9	15	19	62	35	10	3

### 3.2. Postupak

Prikupljanje podataka potrebnih za ovo istraživanje vršilo se putem online ankete, tehnike anketiranja koja se pokazala kao najefikasnija i najisplativija s obzirom na dostupne resurse i ciljanu populaciju. Naime najveći broj korisnika interneta predstavljaju upravo mladi odrasli, koristi ih čak 90% mladih u dobi od 18 do 29 godina (Vannucci i sur., 2017). Upravo zbog toga online anketa omogućila je jednostavan dolazak u kontakt sa velikim brojem ljudi koji ispunjavaju zadane kriterije te brzo širenje sa novim potencijalnim sudionicima.

Anketa je napravljena u programu LimeSurvey, a link ankete slan je inicijalnim kontaktima i postavljen u grupe na društvenim mrežama (npr. Facebook grupa “Ekipe s Cvjetnog”) u kojima su članovi pretežno mlade odrasle osobe. Anketa je aktivirana 18. 6. 2024., aktivno prikupljanje sudionika trajalo je tri tjedna. Početna stranica koja se otvara prilikom pokretanja ankete sadržavala je ključne informacije o istraživanju: svrhu i relevantnost istraživanja, kriterije odabira sudionika, vrijeme potrebno za rješavanje ankete (prosječno 7 minuta), a poseban naglasak stavljen je na etička načela.

Potencijalni sudionici upoznati su sa mogućnosti odustajanja od rješavanja u bilo kojem trenutku čime je osigurana dobrovoljnost u sudjelovanju. Osim toga zajamčena im je anonimnost: prikupljeni podaci bili su dostupni samo autorici i mentorici u svrhe izrade ovog rada, a sama obrada podataka izvršena je na grupnoj razini bez mogućnosti povezivanja ispitanika i odgovora. Pitanja u anketi nisu bila socijalno osjetljive prirode pa nije bilo potrebno tražiti odobrenje Etičkog povjerenstva, no nekoliko pitanja bila su intimnija te su potencijalni sudionici upoznati sa mogućnošću preskakanja pitanja ukoliko osjete nelagodu. Po završetku ispunjavanja ankete sudionicima je još jednom zahvaljeno za sudjelovanje te je ostavljen kontakt autorice u slučaju bilo kakve potrebe, vezano za samo istraživanje.

### *3.3. Mjerni instrumenti*

#### *3.3.1. Sociodemografska obilježja sudionika i partnerske veze*

Na početku upitnika postavljena su sociodemografska pitanja o spolu, dobi, stupnju obrazovanja i radnom statusu sudionika. Nakon toga slijedi filter pitanje o iskustvu partnerske veze, na taj način eliminirane su osobe koje nemaju iskustvo partnerske veze i time ne spadaju u uzorak, dok se osobama koje bi potvrdno odgovorile otvarala prva skala. Naredno pitanje također je bilo filter pitanje i odnosilo se na to je li sudionik trenutno u partnerskoj vezi, ukoliko bi odgovor bio potvrđan pojavilo bi se pitanje o duljini veze i dvije skale koje se odnose samo na sudionike koji zadovoljavaju taj uvjet. Posljednje filter pitanje ispitivalo je jesu li sudionici seksualno aktivni, ukoliko bi odgovor bio potvrđan otvorila bi se i posljednja skala u upitniku.

### 3.3.2. Privrženost partneru

**Modificirani inventar iskustva u bliskim vezama** (Kamenov i Jelić, 2003.) korišten je za mjerenje privrženosti u partnerskom odnosu s ljubavnim/om partnerom/icom i to pomoću dvije dimenzije privrženosti: anksioznost i izbjegavanje. Upitnik se sastoji od 18 čestica na koje ispitanik odgovara izražavanjem svog slaganja s tvrdnjom na Likertovoj ljestvici od 7 uporišnih točaka (1 - uopće se ne slažem, 7 - potpuno se slažem). Čestice 9, 13 i 17 boduju se obrnuto. Rezultat se kreira zbrajanjem odgovora kojeg je ispitanik odabrao za svaku česticu, pri čemu se rezultat na parnim česticama odnosi na dimenziju anksioznosti (primjer čestice: “*Jako se brinem da ću izgubiti partnera.*”), a rezultat na nepranim česticama na dimenziju izbjegavanja (primjer čestice: “*Pokušavam izbjeći preveliko zbližavanje s partnerom.*”). Veći ukupni rezultat na svakoj subskali označava višu razinu anksioznosti/ izbjegavanja. Koeficijenti pouzdanosti za subskale kretali su se od  $\alpha = .80$  do  $\alpha = .88$  za skalu izbjegavanja te  $\alpha = .80$  do  $\alpha = .83$  za skalu anksioznosti (Kamenov i Jelić, 2003.), u ovom istraživanju izračunati su  $\alpha = .82$  za skalu izbjegavanja i  $\alpha = .87$  za anksioznost.

### 3.3.3. Zadovoljstvo vezom

Skala eng. **Relationship Satisfaction Scale** (Burns, 1993.) prevedena je na hrvatski jezik i korištena je za procjenu stupnja zadovoljstva partnerskom vezom. Upitnik se sastoji od 7 čestica (primjer čestica: “*Koliko ste zadovoljni rješavanjem konflikata i svađa?*” “*Koliko ste zadovoljni razinom privrženosti i brige?*”) na koje ispitanik odgovara izražavanjem svog zadovoljstva na Likertovoj ljestvici od 6 uporišnih točaka (0 - vrlo nezadovoljan, 6 - vrlo zadovoljan). Rezultat se kreira zbrajanjem odgovora kojeg je ispitanik odabrao za svaku česticu, pri čemu viši rezultat označava veći stupanj zadovoljstva vezom. Koeficijent pouzdanost u prijašnjim istraživanjima iznosio je  $\alpha = .95$  (Näslund i Reinholdsson, 2016.), a u ovom istraživanju izračunat je  $\alpha = .91$ .

#### 3.3.4. Komunikacijski stil

Za određivanje komunikacijskog stila u partnerskoj vezi korištena je eng. **Scale of Self-perceived Communication in the Couple Relationship** (SCCR) (Inglesias-Garcia i sur., 2019.) koja je za potrebe ovog rada prevedena na hrvatski jezik. Skala se sastoji od 8 čestica (primjer čestice: “*Dogodilo se da sam tokom svađe izgovorio/la uvredu svom partneru/ici.*” “*Obično vičem na svog partnera/icu tokom svađe.*”), odgovori se označavaju na Likertovoj ljestvici od 4 uporišne točke (1 - u potpunosti se ne slažem, 5 - u potpunosti se slažem). Čestice 5, 6, 7, i 8 boduju se obrnuto, a ukupni rezultat formira se zbrajanjem odgovora na svakoj čestici pri čemu viši rezultat označava pozitivni/asertivni komunikacijski stil dok niži rezultat ukazuje na negativniji/agresivniji komunikacijski stil. Koeficijen pouzdanosti  $\alpha$  za skalu iznosio je 0.75 (Inglesias-Garcia i sur., 2019.), a u ovom istraživanju iznosio je  $\alpha = .85$ .

#### 3.3.5. Seksualno zadovoljstvo

Za mjerenje seksualnog zadovoljstva korištena je skala eng. **The Sexual Satisfaction Index** (SSI) (Leath-Nissen i sur., 2024.) koja je za potrebe ovog rada prevedena na hrvatski jezik. Skala se sastoji od 9 čestica koje opisuju različite aspekte seksualnog života u trenutnoj vezi te je zadatak ispitanika bio označiti koliko se slažu sa pojedinom tvrdnjom (primjer čestice: “*Često se osjećam seksualno odbijeno od strane svog partnera/partnerice.*” “*Želio/ željela bih da moj partner/partnerica češće inicira seks.*”). Stupanj slaganja označava se na Likertovoj ljestvici od 5 uporišnih točaka (1 - u potpunosti se ne slažem, 5 - u potpunosti se slažem) te se ukupni rezultat dobiva zbrajanjem odgovora na svakoj čestici pri čemu se čestice 4, 5, 6 i 7 boduju obrnuto. Maksimalni broj bodova je 36 te viši ukupni rezultat označava viši stupanj seksualnog zadovoljstva. Koeficijent pouzdanosti skale iznosio je  $\alpha = .87$

### 3.4. Obrada podataka

Statistička obrada podataka izvršena je u programu IBM SPSS Statistics. Prvo su izračunati ukupni rezultati za dimenzije privrženosti, zadovoljstvo veze, komunikacijski stil i seksualno zadovoljstvo. Nakon provjere kriterija za provođenje parametrijskog testa, povezanost između varijabli računala se Pearsonovim koeficijentima korelacije.

## 4. Rezultati

### 4.1. Deskriptivna statistika

Za početak će u tablici 4.1.1., biti prikazana i analizirana deskriptivna statistika skala korištenih u ovom istraživanju, to jest presjek odgovora sudionika, standardna devijacija te minimalni i maksimalni rezultati ostvareni na pojedinoj skali. Nakon obrade podataka mogu se izvesti sljedeći zaključci. Dimenzije privrženosti su procijenjene relativno nisko, što znači da su sudionici većinom sigurno privrženi, pri čemu su rezultati kod dimenzije anksioznosti ( $M = 3.15$ ,  $SD = 1.23$ ) viši nego kod dimenzije izbjegavanja ( $M = 2.36$ ,  $SD = 1.27$ ). Većina sudionika ima visoku razinu zadovoljstva vezom ( $M = 4.88$ ,  $SD = 0.92$ ), te visoku razinu seksualnog zadovoljstva ( $M = 3.97$ ,  $SD = 0.75$ ). Prosječni rezultati na skali komunikacijskog stila relativno su visoki što ukazuje na to da većina sudionika ima pozitivan komunikacijski stil.

Tablica 4.1.1

#### *Deskriptivna statistika skala korištenih u istraživanju*

	<i>M</i>	<i>SD</i>	<i>Min</i>	<i>Max</i>	<i>N</i>
1. Dimenzija izbjegavanja	2.36	1.27	1	6	167
2. Dimenzija anksioznosti	3.15	1.23	1	7	166
3. Zadovoljstvo vezom	4.88	.92	2	6	153
4. Komunikacijski stil	3.21	.58	2	4	150
5. Seksualno zadovoljstvo	3.97	.75	2	5	144

#### 4.2. Povezanost između dimenzija privrženosti i zadovoljstva vezom

Kako bi se dobio odgovor na prvo istraživačko pitanje, podatci dobiveni na subskalama dimenzije anksioznosti i dimenzije izbjegavanja te podatci dobiveni na skali zadovoljstva vezom analizirani su uz pomoć Pearsonovog koeficijenta korelacije.

Tablica 4.2.1.

*Korelacija između dimenzija privrženosti i razine zadovoljstva vezom*

Varijabla	<i>M</i>	<i>SD</i>	<i>N</i>	1.	2.	3.
1. Dimenzija izbjegavanja	2.36	1.27	167	-	.272**	-.629**
2. Dimenzija anksioznosti	3.15	1.23	166		-	-.403**
3. Zadovoljstvo vezom	4.88	.97	153			-

\*\*  $p < .001$

Dobiveni rezultati pokazuju da postoji statistički značajna pozitivna povezanost između dimenzije anksioznosti i dimenzije izbjegavanja, no to se ovim pitanjem nije ispitivalo. Nadalje, rezultati pokazuju postojanje statistički značajne negativne povezanosti između dimenzije izbjegavanja i razine zadovoljstva vezom ( $r = -.629$ ,  $p < .001$ ), te između dimenzije anksioznosti i razine zadovoljstva vezom ( $r = -.403$ ,  $p < .001$ ), čime je postavljena hipoteza potvrđena. Sudionici koji imaju nižu razinu anksioznosti i izbjegavanja, to jest sigurno su privrženi, imaju višu razinu zadovoljstva vezom.

#### 4.3. Povezanost između dimenzija privrženosti i komunikacijskog stila

Kako bi se dobio odgovor na drugo istraživačko pitanje, podatci dobiveni na subskalama anksioznosti i izbjegavanja te podatci dobiveni na skali komunikacijskog stila analizirani su uz pomoć Pearsonovog koeficijenta korelacije.

Tablica 4.3.1.

##### *Korelacija između dimenzija privrženosti i komunikacijskog stila*

Varijabla	<i>M</i>	<i>SD</i>	<i>N</i>	1.	2.	3.
1. Dimenzija izbjegavanja	2.36	1.27	167	-	.272**	-.675**
2. Dimenzija anksioznosti	3.15	1.23	166		-	-.395**
3. Komunikacijski stil	3.21	.58	150			-

\*\*  $p < .001$

Dobiveni rezultati pokazuju kako postoji statistički značajna negativna povezanost između dimenzije izbjegavanja i komunikacijskog stila ( $r = -.675$ ,  $p < .001$ ) te između dimenzije anksioznosti i komunikacijskog stila ( $r = -.395$ ,  $p < .001$ ). Takvi rezultati potvrđuju postavljenu hipotezu, pojedinci koji imaju nižu razinu anksioznosti i nižu razinu izbjegavanja imaju pozitivniji komunikacijski stil.

#### 4.4. Povezanost između dimenzija privrženosti i seksualnog zadovoljstva

Kako bi se dobio odgovor na treće istraživačko pitanje, podatci dobiveni na subskalama anksioznosti i izbjegavanja te podatci dobiveni na skali seksualnog zadovoljstva analizirani su uz pomoć Pearsonovog koeficijenta korelacije.



Tablica 4.4.1.

*Korelacija između dimenzija privrženosti i razine seksualnog zadovoljstva*

Varijabla	<i>M</i>	<i>SD</i>	<i>N</i>	1.	2.	3.
1. Dimenzija izbjegavanja	2.36	1.27	167	-	.272**	-.459**
2. Dimenzija anksioznosti	3.15	1.23	166		-	-.390**
3. Seksualno zadovoljstvo	3.97	.75	144			-

\*\* $p < .001$

Dobiveni rezultati pokazuju da postoji statistički značajna negativna povezanost između dimenzije izbjegavanja i razine seksualnog zadovoljstva ( $r = -.390$ ,  $p < .001$ ) te dimenzije anksioznosti i razine seksualnog zadovoljstva ( $r = -.459$ ,  $p < .001$ ). Sukladno tome, postavljena hipoteza je potvrđena.

Tablica 4.5.

*Korelacija između razine zadovoljstva vezom, komunikacijskog stila i razine seksualnog zadovoljstva*

Varijabla	<i>M</i>	<i>SD</i>	<i>N</i>	1.	2.	3.
1.Zadovoljstvo vezom	4.88	.92	153	-	.733**	.623**
2.Komunikacijski stil	3.21	.58	150		-	.551**
3.Seksualno zadovoljstvo	3.97	.75	144			-

\*\* $p < .001$

Dobiveni rezultati pokazuju da postoji statistički značajna pozitivna povezanost između razine zadovoljstva vezom i komunikacijskog stila ( $r = .733, p < .001$ ). Nadalje, dobivena je i statistički značajna pozitivna povezanost između razine seksualnog zadovoljstva i razine zadovoljstva vezom ( $r = .623, p < .001$ ) te između razine seksualnog zadovoljstva i komunikacijskog stila ( $r = .551, p < .001$ ).

## **5. Rasprava**

Provedeno istraživanje za cilj je imalo ispitati povezanost između privrženosti i nekih obilježja partnerske veze kod mladih odraslih osoba na području Republike Hrvatske, s obzirom na važnost romantičnih odnosa u svakodnevnom životu i nedostatku relevantnih istraživanja na navedenoj populaciji.

Direktivne hipoteze postavljene su na temelju spoznaja prikupljenim dosadašnjim istraživanjima te u skladu sa postavkama teorije privrženosti, a dobivenim rezultatima sve hipoteze su i potvrđene.

Prvo istraživačko pitanje bilo je ispitati postoji li povezanost između dimenzija privrženosti i zadovoljstva vezom. Hipoteza je u skladu sa prethodnim istraživanjima postavljena u negativnom smjeru (Blažeka Kokorić i Gabrić, 2009.; Fitzpatrick i Lafontaine 2017.; Kohn i sur. 2012.; Waring i sur., 2019.). Pretpostavljalo se da će pojedinci sa nižom razinom anksioznosti i nižom razinom izbjegavanja imati višu razinu zadovoljstva vezom te je ta pretpostavka potvrđena. Pojedinci sa sigurnom privrženosti, to jest niskim razinama anksioznosti i izbjegavanja, osjećaju se ugodno pri intimnosti i nemaju problema sa asertivnošću, u većoj mjeri ostvaruju ljubavne veze, one su trajnije te je njihova razina zadovoljstvom veze veća (Kokorić i Gabrić, 2009.). Suprotno tome, anksiozni i izbjegavajući stil privrženosti imaju negativan utjecaj na stupanj zadovoljstva vezom, no rezultati ovog i prethodnih istraživanja pokazala su da i među njima postoje neke razlike (Hazan i Shaver, 1994.; Mohammadi i sur., 2016; Li i Chan., 2012.).

Izbjegavajući stil pri tome ima jači negativni utjecaj te su pojedinci sa ovim stilom generalno nezadovoljniji u vezama, što se može objasniti njihovim strahom od bliskosti. Upravo u namjeri da budu što samostalniji nerijetko ne dozvoljavaju da im romantična veza bude bitan dio života (Hazan i Shaver, 1994.; Li i Chan., 2012.). Usprkos tome što su pojedinci sa anksioznom privrženosti preosjetljivi na znakove odbijanja, za njih partnerski odnosi imaju veliku vrijednost, a kada su sigurni da im je partner dostupan osjećaju zadovoljstvo svojom vezom (Li i Chan., 2012.; Mohammadi i sur., 2016.). Rezultati ovog istraživanja pokazali su da su nesigurno privrženi mladi, između ostaloga, nezadovoljniji svojom i partnerovom ulogom u vezi, razinom privrženosti i bliskosti te rješavanjem konflikata i svađa što kumulativno dovodi do niže razine zadovoljstva vezom.

Drugo istraživačko pitanje ispitivalo je postoji li povezanost između dimenzija privrženosti i komunikacijskog stila. Uzimajući u obzir rezultate prethodnih istraživanja, hipoteza je postavljena u negativnom smjeru (Kobak i Hazan, 1991.; Noller i sur., 1994.; Freeny i sur., 1999.; Anders i Tucker, 2000.). Očekivala se statistički značajna negativna povezanost, što znači da pojedinci sa nižom razinom anksioznosti i izbjegavanja imaju pozitivniji komunikacijski stil. Dobiveni rezultati potvrdili su postavljenu hipotezu. Sigurno privrženi pojedinci češće imaju pozitivan, to jest asertivan komunikacijski stil te bez problema svoje misli i osjećaje prenose partneru, spremni su na suradnju i puni razumijevanja (Anders i Tucker, 2000.). Poznato je da su vještine interpersonalne komunikacije u socijalnim interakcijama ključne u stvaranju i održavanju partnerskih odnosa i socijalnog kruga, a upravo kod nesigurnih tipova privrženosti te su vještine slabije razvijene (Li i Chan., 2012.). Nesigurna privrženost povezana je sa povećanim korištenjem negativnih odnosno agresivnih komunikacijskih obrazaca, a to su potvrdili i rezultati ovog istraživanja. Sukladno tome, pojedinci koji imaju visoku razinu anksioznosti skloniji su tražiti više povratnih informacija kako bi potvrdili partnerovu privrženost, učestalije provjeravati svoje partnere te mogu pokazivati više ljutnje, neprijateljstva i uznemirenosti dok raspravljaju o neriješenom problemu (Hawkins i sur., 1980.; Freeny i sur., 1999.; Kobak i Hazan, 1991.).

Usprkos njihovoj preokupiranosti sa vezom i željom za blizinom, nedostaju im komunikacijske vještine kojima bi zadovoljili te potrebe na konstruktivan način. Nadalje, pojedinci sa višom razinom izbjegavanja manje se otvaraju svojim partnerima, više ih omalovažavaju te se češće povlače iz razgovora (Anders i Tucker, 2000.; Mikulincer i Shaver, 2007.). Rezultati ovog istraživanja pokazali su da je upravo izbjegavajuća privrženost snažnije povezana sa negativnim komunikacijskim stilom. Važno je spomenuti da nesigurni tipovi privrženosti predstavljaju faktor rizika za pojavu nasilnog ponašanja prema partneru, naime upravo su različite destruktivne strategije komunikacije prilikom rješavanja partnerskih konflikata značajno povezane sa pojavom različitih oblika nasilja doživljenih u partnerskim odnosima (Bonache i sur., 2016.). Upravo bi te spoznaje trebale poslužiti stručnjacima za rad sa pojedincima i parovima u disfunkcionalnih odnosima ali i u prevenciji istih, posebno zbog njihove prevalencije u mladoj odrasloj dobi i prvim ozbiljnijim partnerskom vezama.

Promatrajući rezultate u tablici 4.5. vidljivo je da je komunikacijski stil pojedinca značajno pozitivno povezan i sa razinom zadovoljstva vezom te razinom seksualnog zadovoljstva. Takvi nalazi u skladu su sa prijašnjim istraživanjima koji naglašavaju važnost konstruktivne i pozitivne komunikacije za kvalitetu veze te veću razinu zadovoljstva istom (Noller i sur., 1994.; Näslund i Reinholdsson, 2016.; Inglesias-Garcia i sur., 2019.). Pozitivni komunikacijski obrasci smanjuju doživljaj stresa u vezi i mogu spriječiti njezino propadanje (Ledermann i sur., 2010., prema Inglesias-Garcia i sur., 2019.). Osim toga, komunikacijski obrasci imaju ključnu ulogu i u seksualnosti, naime i muškarci i žene ističu važnost komunikacije u seksualnom aspektu veze (Uribe Alvarado, 2012., prema Inglesias-Garcia i sur., 2019.).

Treće istraživačko pitanje ispitalo je odnos između dimenzija privrženosti i seksualnog zadovoljstva. Na temelju rezultata prijašnjih istraživanja, hipoteza je postavljena u negativnom smjeru (Antičević i sur., 2018.; Butzer i Campbell, 2008.). Očekivala se statistički značajna negativna povezanost, što znači da pojedinci sa nižom razinom izbjegavanja i anksioznosti imaju višu razinu seksualnog zadovoljstva, a dobiveni rezultati potvrdili su postavljenu hipotezu.

Sigurno privrženi pojedinci koriste uspješnije strategije za održavanje intimnosti s partnerom te im je zbog toga razina seksualnog zadovoljstva u vezama viša, dok nesigurno privrženi pojedinci koriste destruktivne strategije što rezultira nižom razinom seksualnog zadovoljstva kod njih ali i kod njihovih partnera (Butzer i Campbell, 2008.). Pa tako anksiozni pojedinci zbog brige i straha da će ih partner napustiti ili odbiti koriste seksualne odnose kako bi smanjili svoju nesigurnost, a takva preokupiranost rezultira izbjegavanjem razgovora i rasprava o seksu iz straha da će se zbog njih partner udaljiti (Butzer i Campbell, 2008.). I pojedinci sa višom razinom izbjegavanja imaju poteškoća u seksualnom funkcioniranju, upravo dimenzija izbjegavanja povezana je sa nelagodnom u vezi intimnosti i željom se održi osjećaj kontrole u partnerskim odnosima, te se takvi pojedinci češće upuštaju u odnose bez emocionalnog vezivanja kao i odnose sa nepoznatim osobama (Shaver i sur., 2004., prema Antičević i sur., 2018.). No određene poteškoće sa seksualnim funkcioniranjem te osjećaj nelagode javljaju se i u trajnijim partnerskim vezama pojedinaca sa izbjegavajućom privrženosti (Butzer i Campbell, 2008.). Prema rezultatima ovog istraživanja, mlade osobe sa nesigurnom privrženosti češće imaju poteškoća sa iniciranjem seksa, osjećaju se odbijeno od strane svoga partnera, te su generalno nezadovoljniji svojim seksualnim životom. Ovakvi rezultati posebno su značajni kad uzmemo u obzir da se sposobnost stvaranja i održavanja seksualnih odnosa s drugima ponekad smatra ključnom vještinom za individualni razvoj u ranoj odrasloj dobi. Upravo u toj dobi, za razliku od ranijih faza, pojedinac može slobodno izražavati svoju seksualnost bez straha ili krivnje kao u prethodnim fazama (Jozefacka i sur., 2023.).

Rezultati u tablici 4.5. pokazuju kako je razina seksualnog zadovoljstva značajno povezana sa razinom zadovoljstva vezom, a takvi nalazi ne iznenađuju kada se u obzir uzmu saznanja iz prijašnjih istraživanja u kojima mlade odrasle osobe ističu upravo seksualno zadovoljstvo kao najvažniji faktor zadovoljstva veze (Jozefacka i sur., 2023.).

## *5.2. Praktične implikacije rezultata*

Uzimajući u obzir sve navedeno, neupitna je važnost razvoja i održavanja sigurne privrženosti, kako za kvalitetu romantičnih veza mladih tako i za sveobuhvatno funkcioniranje pojedinca. Poteškoće u romantičnim vezama koje su osobe iskusile u ranoj odrasloj dobi imaju značajan utjecaj na mentalno zdravlje, a poteškoće u romantičnim vezama posebno su povezane s usamljenošću, visokim stupnjevima tjeskobe i depresije te su prijavljene kao najčešći razlog za razmišljanje o samoubojstvu i traženju psihološke pomoći u ovoj dobnoj skupini (Adnams i Karantzas, 2006.). Nasuprot tome, uspješno stvaranje intimnih i zadovoljavajućih romantičnih odnosa u mladoj odrasloj dobi povezuje se sa zdravim psihosocijalnim razvojem, sveukupnim blagostanjem, zadovoljstvom životom i uspjehom budućih veza (Adnams i Karantzas, 2006.). Spoznaje iz teorije privrženosti pružaju teorijski okvir za razumijevanje partnerskih veza, a mogućnost mijenjanja unutarnjeg radnog modela i stila privrženosti uslijed novih emocionalnih iskustava ostavlja prostor za napredak putem terapije (Goldstein i Thau, 2004.). Stručnjaci koji u svom radu dolaze u kontakt sa mladim odraslim osobama, posebno socijalni radnici koji su nerijetko uključeni u različita izazovne i konfliktne situacije kroz koje prolaze njihovi korisnici, trebali bi imati znanja o tome koliko i kako su osobna obilježja pojedinca povezana sa njihovim funkcioniranjem u partnerskim odnosima. Znati prepoznati i razumjeti različite obrasce privrženosti te njihov odnos sa komunikacijskim stilom, zadovoljstvom vezom i seksualnim zadovoljstvom u mladoj odrasloj dobi može biti ključno za prevenciju ozbiljnijih poteškoća. Zadatak stručnjaka je pokušati osvijestiti pojedinca o destruktivnim ponašanjima koja su rezultat nesigurne privrženosti te pružanje podrške u radu na promjeni. Ciljana populacija pri provođenju preventivnih programa trebali bi biti već učenici završnih razreda srednjih škola s obzirom da je to vrijeme netom prije ulaska u prve ozbiljnije veze u kojima opisane poteškoće dolaze do izražaja. Posebna bi se pažnja trebala dati radu na detekciji i promjeni negativnih komunikacijskih stilova ali i na osvještavanje o važnosti seksualnosti i seksualnog zadovoljstva za kvalitetnu partnersku vezu s obzirom da je to tema koja je nerijetko zanemarena.

### *5.1. Ograničenja istraživanja*

Neprobabilističke metode uzorkovanja, prigodni uzorak i snježna gruda, koje su korištene u svrhu prikupljanja sudionika u ovom istraživanju, kao najveće ograničenje imaju nereprezentativnost uzorka, to jest nemogućnost generalizacije dobivenih rezultata na opću populaciju (Milas, 2005). Poželjno bi bilo slično istraživanje provesti koristeći neku od probabilističkih metoda uzorkovanja. Nadalje, s obzirom da se radi o korelacijskom nacrtu, koji je s obzirom na etičke aspekte najprimjereniji za odabranu temu, nemoguće je donositi zaključke o uzročno posljedičnim vezama. To znači da na temelju dobivenih rezultata možemo zaključiti samo postoji li povezanost među ispitanim konstruktima, ali ne i kojeg je smjera, to jest koja varijabla predstavlja uzrok a koja posljedicu (Milas, 2005.).

S obzirom da se radilo o online anketi, upitna je i istinitost prikupljenih podataka s obzirom da istraživač nema mogućnost provjeriti zadovoljavaju li osobe koje pristupaju rješavanju uvjete određene za sudjelovanje. Od ograničenja vezanih uz metodu prikupljanja podataka izdvaja se izostanak dijela ili svih odgovora kod pitanja koje su sudionici mogli percipirati kao preosobne ili su im izazvala nelagodu, na primjer pitanja o seksualnom zadovoljstvu. Moguć je bio i selektivan odaziv na sudjelovanje zbog samog sadržaja ankete pa je tako osobe s lošim iskustvom u partnerskoj vezi možda nisu željele ispuniti. Još jedno ograničenje predstavlja davanje neiskrenih odgovora i prikazivanje veze boljom nego što u stvarnosti je, no neki autori navode smanjenu učestalost davanja socijalno poželjnih odgovora u online istraživanjima (Galeši, 2003.). S obzirom da se anketi pristupalo sa mobilnih uređaja ili računala u nekontroliranom okruženju, postojala je mogućnost za javljanje raznih tehničkih poteškoća ali i drugih okolinskih čimbenika koji su mogli rezultirati ometanjem koncentracije ispitanika tokom rješavanja. Na posljetku, relativno nizak odaziv na sudjelovanje u istraživanju, do kojeg je moglo doći zbog nedovoljne motiviranosti potencijalnih sudionika ali i niza drugih faktora, može predstavljati nedostatak te je preporuka je provesti slično istraživanje na većem broju sudionika.

## 6. Zaključak

Cilj ovog istraživanja bio je ispitati odnos između dimenzija privrženosti, anksioznosti i izbjegavanja, i nekih obilježja kvalitete veze kod mladih odraslih osoba. Korišten je neeksperimentalni, korelacijski nacrt poprečnog presjeka na prigodnom uzorku. Postavljena su tri istraživačka problema kojima se nastojao utvrditi postoji li povezanost između dvije dimenzije privrženosti i zadovoljstva vezom, komunikacijskog stila i seksualnog zadovoljstva. Dobiveni rezultati u potpunosti su potvrdili postavljene hipoteze. Statistički značajna negativna povezanost dobivena je između dimenzija anksioznosti i izbjegavanja te razine zadovoljstva vezom, komunikacijskog stila i razine seksualnog zadovoljstva. To znači da pojedinci koji imaju niže razine anksioznosti i izbjegavanja imaju više razine zadovoljstva vezom i seksualnog zadovoljstva te pozitivniji komunikacijski stil.

Spoznaje prikupljene ovim istraživanjem u skladu su sa većinom ranije provedenih istraživanja te pružaju uvid u partnerske veze mladih odraslih osoba na ovom području. S obzirom na prethodno opisanu važnost bliskih odnosa u gotovo svim aspektima života, dobiveni rezultati mogu biti posebno korisni stručnjacima pomažućih profesija u praktičnom radu sa korisnicima. Naime upravo prepoznavanje i razumijevanje različitih obrazaca privrženosti može biti ključno tokom rada sa parovima u disfunkcionalnim odnosima te mijenjanju istih. Nadalje, teme seksualnosti i seksualnog zadovoljstva potrebno je normalizirati i detaljnije ispitati s obzirom da su rezultati ovog istraživanja potvrdili važnost koju imaju u partnerskim vezama mladih. Preporuka je provesti slično istraživanje na probabilističkom uzorku čime bi se dobiveni rezultati mogli generalizirati na opću populaciju, a poželjna bi bila i provedba kvalitativnog istraživanja kojim bi se dodatno produbilo razumijevanje nerijetko složenih partnerskih odnosa.



## Literatura

1. Adnams, K. A. & Karantzas, G. (2006). Relationship satisfaction in young adulthood: The role of attachment, intimacy and coping strategies. *Relationships – near and far*. Melbourne: The Australian Psychological Society, 1-9.
2. Ainsworth, M. D. S., Blehar, M. C., Waters, E., & Wall, S. (1978). *Patterns of Attachment: A Psychological Study of the Strange Situation Hillsdale*. NJ: Lawrence Erlbaum Associates.
3. Anderson, T. L., & Emmers-Sommer, T. M. (2006). Predictors of Relationship Satisfaction in Online Romantic Relationships. *Communication Studies*, 57(2), 153–172.
4. Anders, S., & Tucker, J., (2000). Adult attachment style, interpersonal communication competence, and social support. *Personal Relationships*, 7, 379-389.
5. Antičević, V., Britvić, D., & Jokić-Begić, N., (2018). Stilovi privrženosti i seksualnost: doprinos roda, dobi i statusa partnerske veze. *Socijalna Psihijatrija* 46, 125-141.
6. Ayduk, O. & Gyurak, A. (2019). *Relationship Satisfaction*. Posjećeno 15.5.2024. Na mrežnoj stranici Encyclopedia.com: <https://www.encyclopedia.com/social-sciences/applied-and-social-sciences-magazines/relationship-satisfaction>.
7. Bartholomew, K., & Horowitz, L. M. (1991). Attachment Styles among Young Adults: A Test of a Four-Category Model. *Journal of Personality and Social Psychology*, 61(2), 226–244.
8. Belu, C. F., & Sullivan, L. F. (2019). Roving Eyes: Predictors of Crushes in Ongoing Romantic Relationships and Implications for Relationship Quality. *Journal of Relationships Research*, 10, E2.
9. Berk, E., L. (2015). *Dječja razvojna psihologija*. Jastrebarsko, Naklada Slap.

10. Blažeka Kokorić, S., & Gabrić, M. (2009). Razlike u ljubavnim vezama studenata sa sigurnim i nesigurnim stilovima privrženosti. *Ljetopis socijalnog rada*, 16(3), 551-572.
11. Bonache, H., Gonzalez-Mendez, R., & Krahé, B. (2019). Adult Attachment Styles, Destructive Conflict Resolution, and the Experience of Intimate Partner Violence. *Journal of Interpersonal Violence*, 34(2), 287–309.
12. Bowlby, J. (1973). *Attachment and Loss: Vol. 2. Separation: Anxiety and Anger*. New York: Basic.
13. Burns D. D. (1993). *Ten days to self-esteem*. New York.
14. Butzer, B., & Campbell, L. (2008). Adult Attachment, Sexual Satisfaction, and Relationship Satisfaction: A Study of Married Couples. *Personal Relationships*, 15(1), 141–154.
15. Byers, E. S. (2005). Relationship Satisfaction and Sexual Satisfaction: A Longitudinal Study of Individuals in Long-Term Relationships. *Journal of Sex Research*, 42(2), 113–118.
16. Dandurand, C., & Lafontaine, M.-F. (2013). Intimacy and Couple Satisfaction: The Moderating Role of Romantic Attachment. *International Journal of Psychological Studies*, 5(1), 74-90.
17. Dush, C. M. K., & Amato, P. R. (2005). Consequences of relationship status and quality for subjective well-being. *Journal of Social and Personal Relationships*, 22(5), 607-627.
18. Fitzpatrick, J., & Lafontaine, M.-F. (2017). Attachment, Trust, and Satisfaction in Relationships: Investigating Actor, Partner, and Mediating Effects. *Personal Relationships*, 23(3), 640-662.
19. Flores, P. J. (2017). Attachment Theory and Group Psychotherapy. *International Journal of Group Psychotherapy*, 67, 50–59.
20. Feeney, J. A., Kelly, L., Gallois, C., Peterson, C., & Terry, D. J. (1999). Attachment style, assertive communication, and safer-sex behavior. *Journal of Applied Social Psychology*, 29(9), 1964–1983

21. Feeney, J. A., & Noller, P. (1990). Attachment Style as a Predictor of an Adult Romantic Relationships. *Journal of Personality and Social Psychology*, 58, 281-291
22. Galešić, M. (2003). Anketna istraživanja putem interneta: mogući izvor pogrešaka. *Drušivena istraživanja: časopis za opća društvena pitanja*, 14(2), 297-320
23. Goldstein, S., & Thau, S., (2004). Integrating Attachment Theory and Neuroscience in Couple Therapy. *International Journal of Applied Psychoanalytic Studies*, 1(3), 214-223.
24. Hazan, C., & Shaver, P. R. (1994). Attachment as an Organizational Framework for Research on Close Relationships. *Psychological Inquiry*, 5(1), 1–22.
25. Hawkins, J. L., Weisberg, C., & Ray, D. W. (1980). Spouse differences in communication and style: Preference, perception, behavior. *Journal of Marriage and the Family*, 42, 585-593.
26. Iglesias-García, M.-T., Urbano-Contreras, A., & Martínez-González, R. A. (2019). Scale of Self-perceived Communication in the Couple Relationship (SCCR). *Annals of Psychology*, 35(2), 314–322.
27. Jozefacka, N. M., Szpakiewicz, E., Lech, D., Guzowski, K. & Kania, G. (2023). What matters in a relationship – age, sexual satisfaction, relationship length and interpersonal closeness as predictors of relationship satisfaction in young adults. *Int J Environ Res Public Health*, 20(5), 1-12.
28. Kamenov, Ž. & Jelić, M. (2003). Validacija instrumenta za mjerenje privrženosti u različitim vrstama bliskih odnosa: Modifikacija Brennanova inventara iskustva u bliskim vezama. *Suvremena psihologija*, 6(1) 73-91.
29. Kansky, J. (2018). What's Love got to do with it? Romantic Relationships and well-being. In E. Diener, S. Oishi, i L. Tay (Eds.), *Handbook of well-being*. Salt Lake City, UT: DEF Publishers.
30. Kobak, R. R., & Hazan, C. (1991). Attachment in marriage: Effects of security and accuracy of working models. *Journal of Personality and Social Psychology*, 60,861-869.

31. Kohn, J., L., Rholes, W., S., Simpson, J., A., Martin, M., A., Tran, S., & Wilson, C. L. (2012). Changes in Marital Satisfaction Across the Transition to Parenthood: The Role of Adult Attachment Orientations. *Personality and Social Psychology Bulletin*, 38(11), 1506-1522.
32. Lantagne, A., & Furman, W. (2017). Romantic Relationship Development: The Interplay Between Age and Relationship Length. *Developmental Psychology*, 53(9), 1738–1749.
33. Leth-Nissen, A. B., Fentz, H., Wellnitz, K. B., & Trillingsgaard, T. L. (2024). Development and Validation of the Assessment Inventory on Relationship Risks and Resources. *Family Relations*, 73(3), 56-60.
34. Li, T., & Chan, D., (2012). How anxious and avoidant attachment affect romantic relationship quality differently: A meta-analytic review. *European Journal of Social Psychology*, 42(4), 406-419.
35. Madsen, S. D., & Collins, W. A. (2011). The Salience of Adolescent Romantic Experiences for Romantic Relationship Qualities in Young Adulthood. *Journal of Research on Adolescence*, 21(4), 789–801.
36. Mikulincer, M., & Shaver, P. R. (2007). *Attachment in adulthood: Structure, dynamics, and change*. The Guilford Press.
37. Milas, G. (2005). *Istraživačke metode u psihologiji i drugim društvenim znanostima*. Jastrebarsko: Naklada slap.
38. Miller, S., Nunnally, E. & Wackman, D. (1976). A communication training program for couples. *Social Casework*, 57(1), 9-18.
39. Mohammadi, K., Samavi, A., & Ghazavi, Z. (2016). The Relationship Between Attachment Styles and Lifestyle With Marital Satisfaction. *Iranian Red Crescent Medical Journal*, 18(4).
40. Morry, M. M., Reich, T., & Kito, M. (2010). How Do I See You Relative to Myself? Relationship Quality as a Predictor of Self- and Partner-Enhancement Within Cross-Sex Friendships, Dating Relationships, and Marriages. *The Journal of Social Psychology*, 150(4), 369–392.

41. Näslund T. & Reinholdsson S. (2016). *The features behind relationship satisfaction in friendship and romantic relationships*. Master thesis. Umeå University, Science program in Psychology.
42. Noller, P., Feeney, J. A., Bonncll, D., & Callan, V. J. (1994). A longitudinal study of conflict in early marriage. *Journal of Social and Personal Relationships*, *11*, 233-252.
43. Roisman, G. L., Masten, A. S., Coatsworth, J. D. & Tellegen, A. (2004). Salient and emerging developmental tasks in the transition to adulthood. *Child development*, *75*(1), 123-133.
44. Sánchez Aragón, R., & Díaz Loving, R. (2003). Patterns and styles of couple communication: Design of an inventory. *Annals of psychology*, *19*(2), 257-277.
45. Shahhosseini, Z., Gardeshi, Z., Poursaghar, M., & Salehi, F. (2014). A Review of Affecting Factors on Sexual Satisfaction in Women. *Materia Socio Medica*, *26*(6), 378-381.
46. Shulman, S. & Connolly, J. (2013). The challenge of romantic relationships in emerging adulthood: Reconceptualization of the field. *Emerging Adulthood*, *1*(1), 27–39.
47. Zovko Grbeša, A. & Sesar, K., (2021). Zlostavljanje i zanemarivanje u djetinjstvu, privrženost i razvoj mozga. *Med Jad*, *51*(4):383-392.
48. Tillman, K. H., Brewster, K. L. & Holway, G. V. (2019). Sexual and romantic relationships in young adulthood. *Annual Review of Sociology*, *45*(1), 133–153.
49. Vannucci, A., Flannery, K. M. & Ohannessian, C. M. (2017). Social media use and anxiety in emerging adults. *Journal of affective disorders*, *207*, 163-166.
50. Zorić, D. (2022). Romantični odnosi današnjeg doba: kako socijalna psihologija gleda na online dating, ghosting i kulturu kratkoročnih odnosa. *Psychē*, *5*(1), 23-39.
51. Waring, A., Kernes, J. L., & Bui, N. H. (2019). The Role of Attachment Anxiety, Attachment Avoidance, and Grit on Life Satisfaction and Relationship Satisfaction. *Journal of Humanistic Psychology*, *4*, 1-29.

