



UNIVERZITET CRNE GORE
FILOZOFSKI FAKULTET - NIKŠIĆ

Katarina Kosović

**TRIJADA LJUBAVNOG ODNOSA:
AFEKTIVNA VEZANOST, PAŽNJA I SEKS**

Master rad

Nikšić, 2023. godina.



UNIVERZITET CRNE GORE
FILOZOFSKI FAKULTET - NIKŠIĆ

Katarina Kosović

**TRIJADA LJUBAVNOG ODNOSA:
AFEKTIVNA VEZANOST, PAŽNJA I SEKS**

Master rad

Mentor:

Doc. dr Rosandić Helena

Kandidat:

Kosović Katarina

St. program: Psihologija

Br. indeksa: 13/21

Nikšić, 2023. godina.

PODACI I INFORMACIJE O MAGISTRANDU

Ime prezime: Katarina Kosović

Datum i mjesto rođenja: 19. 11. 1999, godine, Berane, Crna Gora

Naziv završenog studijskog programa i godina završetka: Psihologija, Filozofski fakultet Univerziteta Crne Gore, 2023. godine

INFORMACIJE O MASTER RADU

Naziv master studija: Master akademske studije Psihologije

Naslov rada: Trijada ljubavnog odnosa: afektivna vezanost, pažnja i seks

Fakultet: Filozofski fakultet Nikšić, Univerzitet Crne Gore

OCJENA I ODBRANA MASTER RADA

Datum prijave master rada: 05. 06. 2023. godine

Datum sjednice Vijeća na kojoj je prihvaćena tema: 23. 06. 2023. godine

Komisija za ocjenu teme i podobnosti magistranda:

Doc. dr Rosandić Helena,
dr Milović Veselinka,
dr Miletić Bojana.

Mentor:

Doc. dr Rosandić Helena.

Komisija za ocjenu/odbranu rada:

Doc. dr Rosandić Helena,
dr Milović Veselinka,
dr Miletić Bojana.

Datum odbrane:

Datum promocije: ---

Univerzitet Crne Gore

Filozofski fakultet

IZJAVA O AUTORSTVU

Kandidat Katarina Kosović

Na osnovu člana 22 Zakona o akademskom integritetu, ja, dolje potpisani/potpisana

IZJAVLJUJEM

pod punom krivičnom i materijalnom odgovornošću da je master rad pod nazivom *„Trijada ljubavnog odnosa: afektivna vezanost, pažnja i seks“* rezultat sopstvenog istraživačkog rada, da nijesam kršio/kršila autorska prava i koristio/koristila intelektualnu svojinu drugih lica i da je navedeni rad moje originalno djelo.

Nikšić, datum:

Potpis studenta:

Zahvalnost dugujem svojoj mentorki Doc. dr Rosandić Heleni na stečenom znanju, ukazanom povjerenju, spremnosti da u svakom trenutku odvoji vrijeme da odgovori na moja pitanja i nesebičnoj pomoći koju mi je pružala tokom studiranja i prilikom izrade ovog rada. Njeno znanje, stručno i životno iskustvo, a posebno autentičan pristup predstavljaju svakodnevnu inspiraciju.

Hvala i mojoj porodici i prijateljima na konstantnoj podršci, strpljenju i razumijevanju.

Sažetak

Predstavnici teorije afektivne vezanosti opisuju ljubavni odnos kao konstrukt koji se sastoji iz tri komponente i to afektivne vezanosti, pažnje i seksualnog ponašanja. Prema teoriji afektivne vezanosti u osnovi povezanosti ove tri komponente je rano usvojena strategija regulacije emocija. Ovim radom se teži ispitivanju i provjeri opisanog koncepta. Rad se oslanja na teoriju afektivnog vezivanja (Bowlby, 1951) i pristup ljubavi iz ugla teorije afektivne vezanosti koji su ponudili Sindi Hazan i Fil Šejver (Hazan & Shaver, 1987). Ispitivanju ove tematike smo pristupili primjenom sledećeg instrumentarijuma: upitnik o sociodemografskim podacima; upitnik za procjenu stila partnerske afektivne vezanosti – PAVa; subskale testa IRI (Interpersonal Reactivity Index, Davis, 1983) za procjenu dimenzija pažnje u partnerskoj vezi; te za procjenu dimenzija seksualnog ponašanja EHIS (Experience of Heterosexual Intercourse Scale, G. Birnbaum, 2002).

Ključne riječi: afektivna vezanost, seksualno ponašanje, pažnja, ljubavni odnos

LOVE RELATIONSHIP AS THE TRIAD: ATTACHMENT, ATTENTION AND SEX

Summary

Representatives of the theory of affective attachment describe a love relationship as a construct consisting of three components: affective attachment, attention, and sexual behavior. According to the theory of affective attachment, the connection between these three components is based on an early adopted emotion regulation strategy. This work aims to examine and verify the described concept. The work is based on the theory of affective attachment (Bowlby, 1951) and the approach to love from the perspective of the theory of affective attachment offered by Cindy Hazan and Phil Shaver (Hazan & Shaver, 1987). We approached the examination of this topic by applying the following instruments: a questionnaire on sociodemographic data; a questionnaire for assessing the style of the partners affective relationship – PAVa; a subscales of the IRI test (Interpersonal Reactivity Index, Davis, 1983) for assessment of dimensions of care in related partnerships and for assessment of dimensions of sexual behavior EHIS (Heterosexual Relationship Experience Scale, G. Birnbaum, 2002).

Key words: affective attachment, sexual behavior, attention, love relationship

SADRŽAJ

UVOD	1
1. Teorijski okvir.....	4
1.1. Pregled dosadašnjih istraživanja	4
1.2. Partnerski odnosi i njihov razvojni značaj	7
1.3. Odlike ljubavnih odnosa	10
1.4. Šta ljubavnu vezu čini uspješnom?	13
1.5. Afektivna vezanost	16
1.6. Seksualno ponašanje	19
1.7. Kontrolni sistem vezanosti kao regulator odnosa u djetinjstvu	21
1.8. Kontrolni sistem vezanosti kao regulator odnosa u partnerskom odnosu	23
1.9. Kontrolni sistemi seksualnog ponašanja i pažnje kao regulatori odnosa u partnerskom odnosu	26
2. Metodološki dio	30
2.1. Problem istraživanja	30
2.2. Hipoteze istraživanja	30
2.3. Varijable istraživanja	31
2.4. Uzorak	32
2.5. Instrumenti	33
2.6. Procedura	35
3. Rezultati	37
4. Diskusija	46

5. Zaključak.....	49
6. PRILOZI	51
6.1. Prilog 1. Upitnik o sociodemografskim podacima.	51
6.2. Prilog 2. Upitnik za procenjivanje partnerske afektivne vezanosti (PAVa).....	52
6.3. Prilog 3. Indeks interpersonalne reaktivnosti – upitnik IRI.....	54
6.4. Prilog 4. Experience of Heterosexual Intercourse Scale – upitnik EHIS	56
7. LITERATURA	60

UVOD

Fenomen ljubavi i ljubavni odnosi su vjekovima unazad mnogim pjesnicima, piscima, umjetnicima inspirativna tema. Možemo reći da je to jedan od najčešće predstavljenih motiva u ljudskom stvaralaštvu. Laičko iskustvo, ali i brojna istraživanja potvrđuju značaj ljubavi kada je u pitanju zadovoljstvo životom u odraslom dobu. S druge strane, postoji veoma malo analiza ljubavnih odnosa koje su empirijski zasnovane. Mogući razlog može biti to da je fenomen ljubavi često opšte prihvaćen kao nešto što pripada domenu fantazije i umjetnosti i da prema tome ne može biti operacionalizovan niti empirijski proučavan. Pregledom literature pronađen je pristup ljubavi iz ugla teorije afektivne vezanosti koji su ponudili Sindi Hazan i Fil Šejver (Hazan & Shaver, 1987), a koji zaslužuje pažnju. Autori posmatraju ljubav oslanjajući se na teoriju afektivne vezanosti Džona Bolbija, prema kojoj kontrolni sistem ponašanja reguliše odnos. Zaključili su da odnos između romantičnih partnera obuhvata tri komponente: afektivnu vezanost, pažnju i seksualno ponašanje.

Kako predmet istraživanja za okvir ovog rada obuhvata proučavanje ljubavnog odnosa koji uključuje navedene komponente, inicijalno će se napraviti distinkcija ključnih pojmova. U području proučavanja ljubavnih odnosa postoji tendencija podvođenja različitih teorija o ljubavi pod koncept teorije o privrženosti koja je dominantna psihološka teorija o emocionalnom razvoju. Afektivne veze se u djetinjstvu formiraju između djeteta i roditelja, u adolescenciji između vršnjaka, a u odraslom dobu između partnera (Bolwby, 1969). Iz ugla teorije afektivne vezanosti, ove veze se formiraju u kontekstu fizičke blizine, koju u djetinjstvu reguliše sistem afektivne vezanosti i djetetova potrebnom za sigurnošću. U odraslom dobu, seksualna privlačnost je prva stepenica ka formiranju emotivne veze. Kod djeteta, kao kod odraslih, emotivno stanje zavisi od ponašanja figure vezanosti, te responzivnost vodi zadovoljstvu i sigurnosti, dok

neresponzivnost vodi ka anksioznosti i stresu. Jasno nam je da bliski fizički kontakt omogućava formiranje veza kod djece i odraslih. Istraživanja (Vukelić – Basarić, 2010; prema Zajić i Tiković, 2013) pokazuju da međusobna privlačnost i seksualna strast povezuje par, ali zadovoljstvo slabi ukoliko partner ne uspije da zadovolji potrebe za utjehom i osjećajem sigurnosti. Zadovoljstvo ljubavnim odnosom u velikoj mjeri zavisi od zadovoljena potreba koje su bazične, potreba za privrženosti, brižnošću i seksom.

Za ovaj rad značajni su nalazi Hazanove i Šejvera sa Dejvis univerziteta u Kaliforniji (Hazan & Shaver, 1987; Shaver, Hazan & Brandshaw, 1988) koji govore o mogućnosti da je ljubav odraslih koncipirana kao proces privrženosti. Autori pretpostavljaju da je ponašanje povezanosti karakteristično za ljudska bića tokom čitavog njihovog života. Pored toga, radni modeli povezanosti koji nastaju u ranom djetinjstvu u odnosu sa roditeljima ili odgajateljima, utiču na ponašanje odraslih u partnerskim vezama, kao i da u odrasloj dobi ulogu primarne figure vezanosti preuzima ljubavni partner. Kroz opsežan istraživački rad izdvajaju:

1. da se tri stila afektivne vezanosti u istraživanjima o djeci (sigurni, ambivalentni i odbacujući) manifestuju u romantičnim vezama odraslih;
2. da partnerski odnos obuhvata tri različita sistema ponašanja, privrženost, brižnost i seksualno ponašanje (Hazan & Shaver, 1987; Shaver, Hazan & Brandshaw, 1988).

Takođe, važno je naglasiti da su ova dva autora pošli od Bolbijevih pretpostavki o privrženosti i pretpostavili su da će u ljubavnom odnosu aktiviranje sva tri sistema biti usmjereno na jednu osobu. Ono što je značajan zaključak u svim istraživanjima jeste mogućnost da osnovna figura povezanosti u odrasloj dobi postaje romantični partner koji je istovremeno seksualni partner, osnovni davalac i primalac njege i emocionalne podrške. Iz ugla teorije afektivne vezanosti zrela partnerska ljubav se definiše kao uzajamno funkcionisanje tri komponente: afektivne vezanosti, pažnje i seksa. Hazan i Šejver (1987) oslanjajući se na shvatanje Džona Bolbija da kontrolni sistem ponašanja reguliše odnos između majke i djeteta, predlažu isti sistem kao regulator odraslih

ljubavnih odnosa. Temeljni cilj ovog rada jeste utvrđivanje povezanosti prethodno pomenutih komponenti u okviru ljubavnog odnosa.

1. Teorijski okvir

1.1. Pregled dosadašnjih istraživanja

Predstavници teorije afektivne vezanosti pretpostavljaju postojanje povezanosti između ranih obrazaca djeteta i kasnijih partnerskih obrazaca odrasle osobe, daju teorijsko utemeljenje ovoj pretpostavci, ali obezbijavaju i metodološku osnovu za provjeru iste. Afektivna vezanost predstavlja specifičan odnos koji se u najranijem djetinjstvu formira između majke i djeteta i traje kroz čitav život (Rakočević – Medojević, 2016). Džon Bolbi (1988) je pretpostavio da su rano formirani modeli afektivne vezanosti trajni, stabilni i otporni na promjene i kao takvi utiču na oblikovanje svih naših odraslih odnosa. Drugim riječima, afektivne veze su prisutne tokom cijelog ljudskog vijeka, dok ljubavni partner predstavlja figuru na koju se prenosi obrazac afektivne vezanosti usvojen u djetinjstvu. Afektivne veze se u djetinjstvu formiraju između djeteta i roditelja, u adolescenciji između vršnjaka, dok se u odraslom dobu formiraju između partnera. Prema teoriji o privrženosti, ove veze se formiraju u zavisnosti od konteksta, konkretno fizičke blizine. Kako navode Zajić i Živković (2016) blizinu tokom djetinjstva reguliše sistem afektivne vezanosti i potreba za sigurnošću, gdje će kod odraslih seksualna privlačnost biti prva stepenica u formiranju emotivne veze.

Često se postavlja i pitanje da li se obrasci afektivne vezanosti kod čovjeka jednako očitavaju u odnosima sa različitim figurama vezanosti, poput majke, oca, braće, sestara, bliskih prijatelja i ljubavnih partnera. Vukčević (2014) u svom radu objašnjava da s obzirom na to da formirani unutrašnji radni modeli u odnosu sa primarnim negovateljem djeluju tako što regulišu ponašanje u predstojećim vezama i utiču na odabir potencijalnih figura vezanosti u budućnosti, pretpostavlja se da će biti prisutna uniformisanost obrasca afektivne vezanosti sa različitim figurama. Autor ističe važnost preklapanja obrasca vezanosti za roditelje u ranom djetinjstvu i za emocionalne partnere u ranom odraslom dobu. Pretpostavlja se da najveći broj ljudi isti obrazac koji su imali u

odnosu sa primarnim njegovateljem zadržava i u emotivnim vezama u budućnosti (Stefanović – Stanojević, 2011).

Istraživači poput Hazanove i Šejvera ponudili su inicijalni opis privrženosti u bliskim ljubavnim odnosima, kao i razumijevanje individualnih razlika u modalitetima romantičnih odnosa odraslih. Tom prilikom povezali su teoriju afektivne vezanosti o odnosu majke i djeteta i teoriju o romantičnoj ljubavi, te zainteresovali značajan broj istraživača (Stefanović Stanojević, 2011). Todorović, Vujičić, Ignjatović (2014) objašnjavaju da se odrasli takođe osjećaju sigurnije i bezbjednije kada im je partner fizički blizu, kada je pristupačan i pun razumijevanja. Na taj način partner predstavlja sigurnu bazu.

Kako navodi Stefanović Stanojević (2011) u svojoj knjizi *Afektivna vezanost, razvoj, modaliteti i procjena*, partnerska ljubav podrazumijeva recipročno djelovanje privrženosti, brige i veze. Takođe, povezanost afektivne vezanosti sa pažnjom i seksualnošću je potvrđena i u istraživanju na našim prostorima (Nikić, 2008). Jasno je da je seksualnost od velike važnosti za razumijevanje partnerske ljubavi, međutim, istraživanja seksualnosti se obično više fokusiraju na fiziološke nego na psihološke aspekte (Hazan & Zeifman, 1994; prema Stefanović Stanojević, 2011), dok je istraživači afektivne vezanosti zanemaruju. Razlog možemo tražiti u tome što su sistemi koji regulišu afektivnu vezanost i seksualnost različiti. No, teorija afektivne vezanosti nudi određene elemente koji mogu poslužiti za tumačenje povezanosti i razumijevanja individualnih razlika u seksualnom ponašanju.

Sistemi brižnosti i seksa su praktično isprepleteni, ali teorijski odvojivi. Autori izdvajaju da se „obično jedan partner doživljava kao bespomoćniji, nesigurniji, ugroženiji, a drugi sigurniji, zaštitnički raspoloženiji, spremniji za empatiju“, ali i to da „u dugotrajnijim odnosima uloge privrženosti i brižnosti često se smjenjuju“ (Todorović, Vujičić, Ignjatović, 2016, str. 114). Dio sistema afektivne vezanosti je i stvaranje strategija koje obezbijeduju pristrasnost, ljubav značajnih osoba. Drugim riječima, osoba će težiti

različitim seksualnim ponašanjima u zavisnosti od obrasca kojem pripada, s ciljem da u skladu sa njenim unutrašnjim radnim modelom joj budu zadovoljene potrebe za sigurnošću, bliskošću, nezavisnošću i zaštitom. Istraživanja (Feeney Van Vleet & Jakubiak, 2015) govore i o ulozi figura afektivne vezanosti u stvaranju optimalnih ili suboptimalnih nivoa zavisnosti u odnosima.

Birnbaum (2015) ističe da procesi afektivne vezanosti mogu objasniti neke individualne razlike u seksualnim iskustvima, te da usvojeni obrasci afektivne vezanosti u ranom dobu mogu oblikovati ono što ljudi očekuju od seksualnog iskustva, način na koji zadovoljavaju svoje potrebe i kakvu ulogu seks ima u njihovim ljubavnim vezama. Takođe, autorka zaključuje da optimalno seksualno funkcionisanje može podstaći razvoj odnosa vezanosti, pa tako i da poremećaji u funkcionisanju seksualnog sistema mogu dovesti do poremećenog funkcionisanja u partnerskom odnosu. Birnbaum (2014) govori da seksualno ponašanje partnera može služiti ciljevima koji su zasnovani na privrženosti i načinima smanjivanja nesigurnosti u partnerskim odnosima.

Istraživanja (Stefanović Stanojević, 2010) potvrđuju i da je pripadnost različitim obrascima uzrok težnji mnogim strategijama, kao što je suvišno udovoljavanje ljubavnom partneru u cilju što čvršćeg vezivanja ili promiskuitetno upuštanje u veze na jednu noć. Takođe, studije poput *Uticaj poboljšanja sigurnosti, prijetnji samopouzdanju i mentalne iscrpljenosti na pružanje sigurnog utočišta i sigurne baze romantičnom partneru* (Mikulincer, Shaver, Bar - On & Sahdra, 2014) i *Mogu li intervencije za poboljšanje osjećaja sigurnosti pomoći u prevazilaženju psiholoških barijera ka održivosti u partnerskom odnosu?* (Mikulincer, Shaver, Sahdra & Bar - On, 2013) su neke od zapaženijih koje se bave istraživanjem brižnosti prema romantičnom partneru.

Zajić i Živković (2016) ističu da zadovoljstvo vezom prema teoriji afektivne vezanosti zavisi od zadovoljena osnovnih potreba za brigom, udobnošću, tj. od uvjerenja pojedinca da mu partner ispunjava te potrebe. Takođe, rezultati određenih istraživanja (Stefanović Stanojević, 2013) ne potkrepljuju pretpostavku o modelu funkcionisanja ljubavnog

odnosa kao kontrolnog sistema koji se zasniva na strategiji regulacije emocija, ali navode razliku između muškog i ženskog pola. Naime, djevojke su sklonije empatijskoj brizi i fokusu na ljubavna osjećanja u seksu, kao i strategiji izbjegavanja, te fokusu na sopstveno zadovoljstvo u seksu. S druge strane, muški pol postiže više rezultate na dimenziji fokusa na brigu u seksu. Ono što se ističe jeste potreba za konstrukcijom adekvatnijih instrumenata, jer po mišljenju Mikulincera (2002) instrumenti za procjenu dimenzija pažnje i aspekata seksualnog ponašanja jesu najbolji postojeći izbor, ali nisu konstruisani sa zadatkom mjerenja strategija regulacija emocija.

1.2. Partnerski odnosi i njihov razvojni značaj

Jedna od mnogobrojnih ljudskih potreba jeste potreba za ljubavlju i osjećajem pripadanja, a koju većina ljudi teži zadovoljiti ljubavnim odnosom. Biti u stabilnoj romantičnoj vezi koja je visokog kvaliteta unaprijeđuje dobrobit i zdravlje pojedinca (Robles, Slatcher, Trombello & McGinn, 2014; prema Bošković, 2020). Ako se osvrnemo na razvojni značaj partnerskih odnosa, oni su prije svega jedna vrsta vršnjačkih odnosa, koji su po prirodi egalitarni što dalje podrazumijeva da osobe u okviru odnosa imaju isti status i moć, te se razlikuju od odnosa roditelj – dijete, gdje roditelj ima veću moć i autoritet (Petrović, 2016). Ljubavni odnosi koji su simetrični, a nisu obavezujući, zahtijevaju od pojedinca mnogo više prilagođavanja i mjerenja ko je koliko dao, a koliko dobio. Tokom rane adolescencije dominantna su stanja zaljubljenosti, a sam proces zaljubljivanja karakteriše se idealizacijom druge osobe; u srednjoj adolescenciji dodaje se i seksualna komponenta, dok se nešto kasnije omogućava i trajnije obavezivanje. Kako objašnjava Petrović (2016) razlika adolescentske veze i veze u ranom odraslom dobu je promjena u razmišljanju o pojmu partnerstva, te se pomjera tačka od „sada i ovdje“ do razmišljanja koje uključuje i projekciju budućnosti. Istraživanja ukazuju na kvalitativnu razliku između partnerskih odnosa u ranoj i kasnoj adolescenciji, te da tokom sazrijevanja intimnost, dubina osjećanja i podrška bivaju sve značajniji kvaliteti u partnerskim

odnosima (Connolly & Johnson, 1996; Furman et al., 1999; prema Petrović, 2016). Rana adolescencija je karakteristična po neobaveznim, kratkotrajnim partnerskim relacijama koje su manjeg intenziteta; srednja adolescencija po povišenom interesovanju i interakcijama sa suprotnim polom; dok kasniju adolescenciju karakteriše važnost partnera kao izvora podrške i intimnosti. Petrović (2016) navodi tri faze tokom razvoja partnerskih veza u adolescenciji:

1. *Privlačnost i pripadanje* (11 – 13 godina) – karakteristična po početku promjena koje donosi pubertet kada su adolescenti veoma zainteresovani za suprotni pol. Pokreću se procesi zaljubljivanja i to postaje središnja tema razgovora sa vršnjacima.
2. *Istraživanje partnerskih odnosa* (14 – 16 godina) – karakteristična po neobaveznim druženjima i izlascima u grupama (dvije osnovne forme uključivanja u partnerske odnose). Ova neobavezna druženja se rađaju između dvije osobe koje međusobno pokazuju dopadanje, kratkotrajna su i obično traju od par nedjelja do nekoliko mjeseci.
3. *Konsolidovanje dijadnih partnerskih odnosa* (17 – 19 godina) – u ovoj fazi se razvijaju ozbiljniji partnerski odnosi koje odlikuje snažno emocionalno vezivanje, a koji liče odnosima odraslih osoba. Ljubavne veze u ovom periodu su stabilnije i obično njihovo trajanje je od godinu dana pa naviše.

Posmatrano iz ugla razvoja, ulaženje u partnerske odnose ima značajan uticaj na sam razvoj intimnosti i identiteta što su psihosocijalni zadaci krucijalni u periodu adolescencije (Petrović, 2006). Prvi put se uspostavljaju veze van porodične sredine, te kako ističe Petrović (2016) ljubavne veze u ovom razvojnem periodu pospješuju „kapacitet za bliskost“ kao dio razvoja identiteta. U nastavku teksta biće navedeno osam različitih funkcija u okviru partnerskih odnosa (Paul & White, 1990; prema Petrović, 2016):

1. *Izvor rekreacije i zabave* – doprinosi osjećanju zadovoljstva u vezi;

2. *Razvoj intimnosti* – omogućava učenje intimnosti i uspostavljanje jedinstvene smislene veze sa osobom suprotnog pola;
3. *Seksualno eksperimentisanje i istraživanje*;
4. *Druženje, prijateljstvo* – kroz interakciju i dijeljenje zajedničkih aktivnosti;
5. *Razvoj identiteta* – partnerske veze podstiču odvajanje od primarne porodice i omogućavaju precizniji osjećaj ličnih granica;
6. *Pokazatelji statusa i postignuća* – partner kao „statusni simbol“;
7. *Proces socijalizacije* – partnerski odnosi pomažu učenje kreiranja odnosa sa drugima i socijalnog ponašanja;
8. *Proces sortiranja i selekcije partnera* – partnerski odnosi pomažu učenje ovih procesa uz zadržavanje svoje originalne funkcije udvaranja.

Generalno, kvalitet interakcije u ljubavnim vezama u ovom razvojnem periodu značajan je faktor kapaciteta koji će pojedinac ostvariti u budućim intimnim odnosima te se u praksi pridaje pažnja radu na osnaživanju upravo ovog kvaliteta (Branković, 2016). Ono što je takođe važno istaći jeste da tokom formiranja zdravog odnosa ulogu ima socijalna, psihološka ali i biološka komponenta. Ističe se posebno zanimljiva povezanost lučenja hormona vazopresina i oksitocina tokom seksualnog uzbuđenja, formiranja socijalnih veza, kao i u odnosu majke i djeteta. Lučenjem hormona podstiče još veća povezanost između osoba, što dalje objašnjava i perpetualni krug konzumiranja ljubavi i požude za povezanošću (Marčinko, Jakovljević, Rudan, 2019; prema Yago, 2020). Takođe, novija istraživanja objašnjavaju neuralnu aktivacijsku putanju ljubavi koja se proseže kroz inzulu, hipotalamus, jezgro accumbens, striatum te deaktivaciju amigdale (Marčinko, Jakovljević, Rudan, 2019; prema Yago, 2020). Hormon oksitocin je neraskidivo povezan sa ljudskom seksualnošću te ima značaj od prve interakcije muškarca i žene, kao i stvaranja osjećaja povezanosti, sigurnosti i zaljubljenosti pa sve do seksualnog uzbuđenja, postizanja orgazma i razrješenja. Nije ni čudo što je ovaj hormon dobio epitet „hormon ljubavi“, jer se njegovo lučenje povećava tokom prisnosti, grljenja i orgazma (Haramina, 2021). Prema prethodno navedenom, zaključujemo da je hormon oksitocin

zadužen za uspostavljanje bliskosti i zahvaljujući njemu žene nakon seksa žude za muškarcem sa kojim su uspostavile bliskost. Nešto je drugačija situacija sa muškim polom. Kada muškarac doživi orgazam, u njegovom tijelu se luči najviše dopamin koji je zaslužan za uživanje, te nije neobično da muškarci žele još seksa (Stefanović Stanojević, 2020).

1.3. Odlike ljubavnih odnosa

Ne zaljubljujemo se slučajno, već svjesno i nesvjesno biramo u koga ćemo se zaljubiti (Pines, 2005; prema Tomljanović, 2018). Proces zaljubljivanja prati idealizacija druge osobe, intenzivno divljenje njenom ličnošću, fizičkim karakteristikama i seksualnim osobinama, zainteresovanost za sistem vrijednosti te osobe, te jaka želja za emocionalnom bliskošću i seksualnom intimnošću. Zaljubljivanje je prva stepenica ka formiranju ljubavne veze (Erceg, 2020), a potraga za smislom ljubavi obično i započinje zaljubljivanjem, te osoba spoznavši taj predivan doživljaj poželi zauvijek ostati u njemu (Foretić, 2014). Prema Fromu (1956) čovjek se zaljubljuje u partnera takvih ljudskih kvaliteta kakve su dostupne njegovoj vlastitoj mogućnosti razmjenjivanja. Nakon određenog vremena idealizacija osobe u koju je pojedinac zaljubljen počinje da slabi i pojedinac postaje svjesan partnerove nesavršenosti i mana, te javlja se potreba ka integraciji dobrih i loših osobina iste osobe (Erceg, 2020). Takođe, često nakon tog perioda početne zaljubljenosti, partneri spoznaju da jedno drugom uopšte i ne odgovaraju i da su prisutne ogromne međusobne razlike koje je teško prihvatiti. Foretić (2014) ističe naučno tumačenje zaljubljenosti te navodi da zaljubljenost predstavlja i dokumentirano stanje mozga, te mozak tokom zaljubljenosti postaje „nelogičan“ i „slijep“ za mane voljene osobe. Moždani krugovi koji se aktiviraju tokom perioda zaljubljenosti su slični onim moždanim krugovima kod zavisnika o nekoj psihoaktivnoj supstanci (Louann, 2008; prema Foretić, 2014), ali to iracionalno stanje mozga u zaljubljenosti otprilike traje šest do

osam mjeseci, prolazno je i shodno tome ne možemo govoriti o pravoj ljubavi (Foretić, 2014).

Jedna od odlika, a koja je centralni aspekt sposobnosti zrelih ljubavnih odnosa, je zainteresovanost za život partnera. U ovom slučaju „zainteresovanost se odnosi na neprestanu znatiželju i interes za život voljene osobe, za njene emocionalne doživljaje, ličnu istoriju, ideale i aspiracije“ (Erceg, 2020, str. 24). Ta sposobnost se ogleda i u razvijanju dubokih objektnih odnosa, kao i zainteresovanošću za emocionalni razvoj partnera. To je ujedno i izvor bogatstva na ličnom planu osobe koja voli što osnažuje ljubav, osjećanja, povezanost i zahvalnost za ono što par posjeduje.

Temeljno povjerenje između partnera, koje je još jedna od odlika ljubavnih odnosa, pretpostavlja postojanje razvijene sigurne afektivne vezanosti. Dobra slika o sebi i drugima u okviru sigurnog obrasca afektivnog vezivanja, daje šansu odnosu da bude ispunjen povjerenjem i obostranim zadovoljstvom (Stefanović Stanojević, 2011). U slučaju konflikta ovaj obrazac obezbjeđuje otvoren razgovor i velike šanse za uspješno prevazilaženje istog. Prisutnost povjerenja može učvrstiti intimni odnos, ali u slučaju njegove gubitka doći će do udaljavanja (Knez, 2021). Erceg (2020) ističe da otvorenost i iskrenost među partnerima treba bi biti jednaka, tako da oboje mogu slobodno otkrivati sebe i putem takvog iskustva razvijati i raditi na ljubavnom odnosu ali i na sebi kao pojedincu.

Još jedna od odlika zrelih ljubavnih odnosa jeste i zahvalnost. Zahvalnost određeni autori definišu kao osobinu, te osoba koja je posjeduje ima tendenciju prepoznavanja pozitivnih akcija druge osobe prema njemu/njoj i da je na to prepoznavanje sklonija reagovati zahvalnošću kao emocijom (McCullough, Emmons & Tsang, 2002; prema Kantor, 2018). Erceg (2020) ističe da pored duboke zahvalnosti, zrela ljubav uvijek sadrži i element poniznosti. Važna je prisutnost iskrenog međusobnog prihvatanja koje uključuje i prihvatanje zavisnih potreba. Takvu poniznost potrebno je razlikovati od one koja je prisutna u odnosu u kojem jedan partner nije spreman na kraj, te ga odbija prihvatiti, a

istovremeno nije spreman ni nositi se sa tugom koja nastaje nakon razdvajanja od partnera (Erceg, 2020).

Sposobnost jednog ljubavnog para da nakon ozbiljnog konflikta krene dalje može se posmatrati i kao test zrele ljubavi. Zreli ljubavni odnos karakteriše i mogućnost za oprost partneru za neko njegovo ponašanje (Erceg, 2020). Pravo opraštanje podrazumijeva zaboravljanje, puštanje, nastavljanje dalje i umnogome donosi više koristi osobi koja oprašta nego onoj kojoj je oprošteno (Caldwell & Dixon, 2010; prema Šenjug 2018). U slučaju kada se osoba ne osjeća shvaćeno ili je povrijeđena, a ne pokušava izazvati osjećaj krivice kod partnera, mogućnost otvorenog razgovora i postavljanja pitanja su veoma važne karike zrelih ljubavnih odnosa. Važno je naglasiti i da „kapacitet za oprost reflektuje postizanje depresivne pozicije, priznavanje vlastitog agresivnog potencijala i povjerenje u mogućnost popravke narušenog partnerskog odnosa“ (Erceg, 2020, str. 26).

Ljubavna veza, kakvu je u konačnici cilj postići, odlikuje i zajednički ego ideal (Šenjug, 2018), koji predstavlja temelj za neprekidan rad na odnosu, zaštitu granica unutar odnosa i prevladavanje konflikata koji su povremeni i neizbježni (Erceg, 2020). Glavni aspekt koji se prožima kroz sve ovo jeste posvećenost partnerskom odnosu i percepcija istog kao životnog projekta. Erceg (2020) poseban akcenat stavlja na važnost iskazivanja ljubavi u svakodnevnoj komunikaciji, kao i na dijeljenje užitaka koje partneri međusobno dobijaju u običnim svakodnevnim iskustvima, a koji formiraju snažnu povezanost između njih.

Trajna seksualna strast je još jedna od značajnih odlika ljubavnih odnosa koji su najčešće ispunjeni intenzivnom seksualnom požudom i erotskom privlačnošću, a koja postepeno slabi i prepušta mjesto emocionalnoj povezanosti koja je duboka i tom prilikom se seksu pridaje manji značaj (Erceg, 2020). Uopšteno je mišljenje da su ljubavni partneri srećniji ukoliko je omjer između intimnosti, privrženosti i strasti uravnoteženiji (Pernar, 2010). Strast kao pokretač rezultira tjelesnu privlačnost, sviđanje i seksualne odnose, gdje je ključni momenat seksualna potreba, ali intenzitet strasti uslovljava npr. samopoštovanje osobe ili potrebe koje se nalaze na relaciji submisivnost-dominantnost ili potrebe za

samopotvrđivanjem (Čudina – Obradović, 2006; prema Pernar, 2010). Dalje autori intimnost objašnjavaju kroz Sternbergovu triangularnu teoriju ljubavi, kao uspostavljanje osjećajno povezanih odnosa između dvije osobe, dok privrženost opisuju kao odluku o trajnijem ili trajnom održavanju intimnih odnosa. U zrelim partnerskim odnosima prisutna je trajna idealizacija partnerovog tijela i na nju obično ne utiču promjene uslijed staranja ili bolesti (Erceg, 2020).

Još jedna odlika partnerskih odnosa jeste i zavisnost od bliske osobe u intimnom odnosu, uz osjećaj zahvalnosti zbog primljene ljubavi, gdje se ona ne shvata olako. Ono što se posebno ističe kada je u pitanju zrela zavisnost jeste dopuštanje partnera da se brinu jedno o drugom bez osjećaja inferiornosti, krivice ili posramljenosti (Balfour, 2009; prema Erceg, 2020).

1.4. Šta ljubavnu vezu čini uspješnom?

Oblast ljubavnih veza je veoma siromašna teorijskim objašnjenjima, a istraživanja koja postoje obično objašnjavaju neku užu ili specifičnu tematiku partnerskih odnosa. Pojam uspješne veze u svakodnevnom govoru je vrlo jasan, međutim, različite su individualne percepcije ljudi oko samog značenja tog pojma. Zadovoljstvo ljubavnom vezom, kao najviše ispitana odrednica romantičnih odnosa, je samodefinišuća i odnosi se na globalnu procjenu zadovoljstva vezom od strane partnera (Ostrman, 2019). U nastavku teksta osvrnućemo se na neke teorije ljubavi, kao i na faktore koji utiču na uspješnost partnerske veze.

Teorija socijalne razmjene (Kelley, Thibaut, 1978; Thibaut i Kelley, 1959; prema Aronson, Wilson i Akert, 2005) je jedna od najzastupljenih socijalnih teorija. Prema ovoj teoriji percepcija pozitivnosti, odnosno negativnosti ishoda veze, utiče na zadovoljstvo partnerskim odnosom. Pojedinci će u bliskom odnosu biti nezadovoljni kada stepen davanja i primanja nije jednak za oba partnera. Shodno tome nezadovoljstvo se može

javiti i kod „povlaštenih“ zbog osjećaja krivice jer u okviru odnosa dobijaju mnogo više nego što vjeruju da zaslužuju, dok sa druge strane, „uskraćeni“ mogu osjećati ljutnju ili žalost jer dobijaju manje nego što vjeruju da zaslužuju (Sprecher, 1986; Hewstone & Stroebe, 2011; prema Dautbegović, Đapo, 2009). Predstavnici teorije socijalne razmjene objašnjavaju ponašanje terminima kao što su dobici, gubici, privlačnost alternative i stepen očekivanja. Tadinac i saradnici (2005) navode da se dobici u ljubavnim vezama odnose na ljubav, prijateljstvo, podršku i zadovoljstvo u seksu, dok gubici podrazumijevaju vrijeme i trud investiran u odnos, negativne emocije nastale zbog konflikata, kompromise, kao i na različita žrtvovanja u korist odnosa. Takođe, isti autori objašnjavaju da se stepen očekivanja zasniva na iskustvu iz prošlih veza, te ako je u prošlim vezama pojedinac osjećao nezadovoljstvo neće očekivati puno ni od sadašnje. S druge strane, osobi koja je imala u prošlosti zadovoljavajuće veze, velika količina dobitaka može biti i nedovoljna.

Prema Rusbultovoj (Rusbult, 1983; prema Tadinac i sar., 2005) zadovoljstvo ljubavnom vezom, takođe zavisi od dobitaka i gubitaka u okviru odnosa uz određeni stepen očekivanja, ali uvodi i komponentu ulaganja u odnos. Shodno tome, ulaganje se definiše „kao sve što pojedinac ulaže (unos) u vezu (npr. imovina, djeca, vrijeme provedeno u vezi), a što će mu biti vraćeno u slučaju prekida veze“ (Tadinac i sar., 2005, str. 13). Prema tome ulaganja učvršćuju odnos među partnerima. Tadinac i saradnici (2007) ističu da ako osoba koja je mnogo investirala u vezu sa kojom nije zadovoljna može ostati u istoj i svojevrijem pružati svom partneru još više, jer bi prekidom izgubila sve što je do tog momenta uložila, čime opravdava pretrpljene gubitke i ne prekidanje odnosa.

Prema teoriji jednakosti najuspješniji odnosi su oni u kojima oba partnera imaju jednaku percepciju dobitaka, gubitaka i ulaganja, te pojedinci teže jednakosti i ravnopravnosti u odnosu. U odnosima u kojima to nije slučaj, oni koji su uskraćeni osjećaću ljutnju, a oni koji su povlašteni osjećaću se krivima (Tadinac i sar., 2005). Potrebno je istaći da ovdje nije važna vrijednost primanja i davanja, već da je stepen između primanja i davanja isti za oba partnera, te da ako to nije slučaj dolazi do nezadovoljstva koje je veće što su razlike

izraženije. Takođe, potrebno je naglasiti da jednakost ne znači da su partneri posve jednaki (bave se istim stvarima, imaju isto okruženje, finansije dijele tačno na pola i slično) već je ona subjektivni doživljaj stanja međusobnog poštovanja i ravnopravnosti (Tuites & Tuites, 1986, prema Tadinac i sar., 2005).

Marković (2022) ističe Sternbergovu triangularnu teoriju ljubavi koja se sastoji od tri komponente: *intimnost*, *strast* i *odanost*. Intimnost karakteriše osjećaj bliskosti i povezanosti, što predstavlja emocionalni aspekt veze. Strast se odnosi na seks, privlačnost i ponašanje u odnosu. Odanost predstavlja kognitivni aspekt odnosa, jer ga karakteriše odluka da budemo s nekom osobom i potencijalno ostvarimo dugoročnu vezu. Takođe, sve tri komponente su visoko povezane sa zadovoljstvom u vezi (Lemieux & Hale, 2000; prema Marković, 2022).

Bihevioralna teorija objašnjava da je bračni kvalitet posledica međusobnih nagrađivanja i kažnjavanja bračnih partnera tokom vremena (Obradović, 1998; prema Dautbegović, Đapo, 2009). Prema tome, bračni kvalitet je veći što su češći pozitivni oblici ponašanja među partnerima, poput komplimenata, izjava ljubavi i podrške, dok su kritike i osuđivanja negativni oblici koji takođe utiču na kvalitet odnosa (Dautbegović, Đapo, 2009). Prednost ove teorije je u tome što brak opisuje kao dinamični fenomen u kojem se odvijaju stalne promjene. Dautbegović i Đapo (2009) kao kritiku navode da se zanemaruje širi kontekst koji se odnosi na uslove u kojima se interakcija supružnika odvija, kao i to da ostavlja nejasnim kako obrasci interakcija koji su na početku odnosa bili adekvatni vremenom postaju negativni.

Komunikacija među ljubavnim partnerima je jedan od značajnih faktora koji utiče na stabilnost i kvalitet veze. Ona uključuje sposobnost da se obrati pažnja na ono što drugi misle i osjećaju, a ujedno i omogućava partnerima da izraze svoje želje i potrebe u odnosu na onog drugog (Ostrman, 2019). Tadinac i saradnici (2005) navode da su za komunikaciju u intimnim odnosima značajno važne potrebe oba partnera. Istraživanja koja su se bavila komunikacijom fokusirana su na različite specifične komponente poput

verbalne i neverbalne komunikacije, asertivnosti, empatije, otvaranja, skladnosti stilova komunikacije kao i njenih pravila. Čest predmet istraživanja u ovoj oblasti je prevazilaženje konflikata i problema među partnerima, odnosno rešavanje istih (Sanford, 2003; prema Tadinac i sar., 2005). Komunikacija koja je „loša“ vrlo je čest uzrok problema u vezama, dok je „dobra“ komunikacija u većini slučajeva zaslužna za očuvanje veze (Ostrman, 2019). Takođe, Ostrman (2019) navodi razlike u načinu komuniciranja između polova, a koje mogu dovesti do nesporazuma. Prema tome, žene očekuju da budu pažljivo saslušane, da dobiju razumijevanje i potvrdu svojih razmišljanja. S druge strane, muški pol je karakterističan po tome što kao odgovor daje informacije i nudi savjet za rešavanje problema. Kako dalje autorka objašnjava, muškarci mogu steći utisak da žene samo pričaju o problemima umjesto da raspravljaju o praktičnim načinima rešavanja, dok ženski pol smatra da muškarci ne shvataju poentu problema i nisu spremni da pruže razumijevanje. Kokorić (2007) kroz svoje istraživanje zaključuje da pol ima važnu ulogu u procjeni učestalosti korištenja određenih stilova ponašanja partnera u partnerskim konfliktima. Pored toga, navodi i da postoje značajne statističke razlike u percepciji načina na kojima ispitanici rješavaju svoje sukobe u aktuelnim ili prošlim vezama, ali i da vremenski okvir trajanja partnerskog odnosa ima značajan uticaj na način na koji partneri pokušavaju riješiti probleme. Takođe, važno je istaći da uvjerenja koja pojedinci donose u vezu oblikuju njihovo ponašanje i percepciju partnerovog ponašanja, što utiče na kvalitet veze oba partnera. Černeli (2015) izvodi zaključak da što je partnerima važniji faktor intimnosti za uspjehnost veze to će se u njoj ponašati afektivnije, manje antagonistički i u skladu s tim vezu će procjenjivati kvalitetnijom.

1.5. Afektivna vezanost

Teorija afektivne vezanosti govori o porijeklu i prirodi čovjekove osjećajnosti. Nastala je sredinom prošlog vijeka kao rezultat saradnje Džona Bolbija i Meri Ejnsvort, a od svog nastanka do danas ostala je jedna od najprihvaćenijih teorija emocionalnog razvoja

čovjeka. Iako je Bolbi uveo u nauku pojam afektivne vezanosti, nije ga prvi definisao. Predstavnici psihoanalize su govorili o odnosu emocionalne zavisnosti koji se zasniva na tvrdnji da majka obezbjeđuje zadovoljenje djetetovih osnovnih potreba, te da je uslov normalnog dječijeg razvoja blizak odnosu djeteta i majke (Zazo, 1980; prema Stefanović – Stanojević, 2011). Kako bi svoja poimanja odnosa odvojio od psihoanalitičkih, uvodi pojam afektivne vezanosti. Odnos koji formira majka sa djetetom u njegovom najranijem djetinjstvu, a koji je specifičan i traje tokom cijelog života, poput trajne psihološke veze uspostavljene između dvije osobe predstavlja afektivnu vezanost (Bowlby, 1988). Takođe, važno je istaći razliku između tri termina: *afektivna vezanost* „kao globalni termin koji se odnosi na stanje i kvalitet afektivne vezanosti pojedinca“; *ponašanje* afektivne vezanosti „kao bilo koju formu ponašanja koja rezultira postizanjem ili održavanjem bliskosti sa određenom i preferiranom figurom“ i *bihevioralni sistem* afektivne vezanosti koji je najbliži „shemi ili modelu svijeta koji predstavlja osobu, za osobu značajne druge i njihove međuodnose“ (Stefanović Stanojević, 2011, str. 19). Prema Holmsu (Holmes, 2004; prema Stefanović Stanojević, 2011) sve ovo se odražava na obrazac afektivne vezanosti osobe. Shodno tome da je potreba za kontaktom jedna od bazičnih ljudskih potreba, a beba je fizički nesposobna da sama zadovolji potrebe, ona razvija socijalne moći poput gukanja, osmjeha ili plača. Odrasla osoba reaguje na signale koje beba šalje i u zavisnosti od kvaliteta njenog odgovora, beba formira sliku o sebi i svijetu – unutrašnji radni model. Dijete iskustva sa majkom internalizuje i formira predstavu o samom sebi kao biću koje je manje više vrijedno majčine pažnje, kao i predstavu o majci koja je prisutna ili nije kada mu je potrebna (Todorović, Vujičić, Ignjatović, 2014). Meri Ejnsvort (1989) pravi razliku između četiri obrasca afektivne vezanosti kod djece:

1. *Sigurni obrazac afektivne vezanosti* – Dijete će formirati model sebe kao bića koje je vrijedno ljubavi i pažnje i model drugih kao osoba na koje se može osloniti i kojima može vjerovati ako je majka dostupna i osjetljiva na njegove potrebe. Stefanović Stanojević i saradnici (2009) navode da, zahvaljujući osjetljivosti roditelja, u

adolescenciji dolazi do obostranog pomicanja granica u skladu sa potrebom adolescenata za formiranje novih i značajnih odnosa sa vršnjacima i partnerima.

2. *Izbjegavajući obrazac afektivne vezanosti* – Dijete će formirati model sebe kao bića koje nije dovoljno cijenjeno od strane drugih i model drugih kao osoba koje nisu naklonjene ako majka dosljedno ne odgovara na njegove potrebe. U ovom slučaju, majka može biti prisutna i brinuti o djetetu na specifičan način koji nije u skladu sa signalima koje dijete upućuje. Dijete pokušava da se zaštiti podizanjem oklopa između sebe i drugih, oslanjanjem na sebe, očekivanjem i ulaganjem u sebe. Ovaj obrazac afektivne vezanosti karakteriše negativan model drugih i pozitivan model sebe. Rani osjećajni nedostatak istraživači su povezivali za odvojenost djeteta od majke, te je poznat i kao fenomen *hospitalizma* (Bowlby, 1988; prema Stefanović – Stanojević, Vidanović, Anđelković, 2010). Adolescenti koji su formirali izbjegavajući obrazac vezanosti izbjegavaju nove i drugačije izazove i teže novim strategijama za suočavanjem sa značajnim drugim.
3. *Ambivalentni obrazac afektivne vezanosti* – S obzirom na to da je potreba za majkom primarna, dijete tumači majčino ponašanje. Ukoliko majka reaguje selektivno na signale djeteta, ono pokušava da otkrije koji su to tačno signali, te biva nesigurno u dostupnost majke. Kada ih otkrije postaje takvo kakvo je majci potrebno. Slika djeteta o sebi je negativna, dok je slika o drugima pozitivna i usklađena sa emocionalnim ulaganjem u druge. Djetetov unutrašnji radni model određen je borbom za naklonost i pažnju (Bowlby, 1969). U slučaju ambivalentnog obrasca majka je nametljiva kada djetetu nije potrebna podrška, a nedostupna u situacijama kada ono traži njeno prisustvo (Ainsworth et al., 1978; prema Todorović, Vujičić, Ignjatović, 2014).
4. *Dezorganizovani obrazac afektivne vezanosti* – Ono što je odvojilo ovu djecu su bili različiti stepeni dezorganizacije i dezorijentacije. Stefanović Stanojević i saradnici (2010) navode istraživanja koja su ponudila objašnjenje da traumatizovani, haotični roditelji ne mogu pružiti svojoj djeci smislene strategije za rešavanje životnih situacija. Shodno tome, dijete formira negativan model i sebe i drugih,

razvija se izbjegavanje i anksioznost koja preplavljuje. Tokom adolescencije, s jedne strane imaju potrebu da uz pomoć partnera ili prijatelja transcendiraju manjkavosti odnosa s roditeljima, dok s druge strane osjećaju strah da će biti odbačeni.

1.6. Seksualno ponašanje

Seksualnost je značajan multidimenzionalan aspekt čovjeka, te je za njegovo razumijevanje potrebno poučavanje biološke, socijalne, kulturalne, evolucijske, religijske, kao i psihološke perspektive (Tye, 2013; prema Marković, 2015). Nakon Frojdovog razdvajanja seksualnosti od perverzije, seksualnost je postala nešto što pojedinac može sam formirati i oblikovati u skladu sa svojim željama i sklonostima, te tako izgraditi vlastiti seksualni identitet (Juratović, 2021). Takođe, seksualnost u adolescenciji se definiše kao period povećanog interesa za vlastito i tuđa tijela koji karakterišu aktivnosti poput samozadovoljavanja i stupanja u seksualne odnose sa drugim osobama, dok je u periodu odraslog doba prisutno zadovoljstvo vlastitom seksualnošću i potreba za ljubavlju i nježnošću (Raffauf, 2006; prema Komljenović, 2022). Pubertet je period gdje dijete sazrijeva i fizički i biološki kako bi bilo sposobno za polne odnose, dok mu je tokom adolescencije potrebno vrijeme da razvije seksualni identitet uz pomoć kojeg uspostavlja kvalitetne seksualne odnose s drugima. Početak pubertetskih promjena, prvo seksualno iskustvo ali i seksualno ponašanje, razlikuje se od osobe do osobe (James et al, 2012; prema Petrović, Vuković, 2016).

Nekoliko je faza razvoja usmjerenog ka potpunom formiranju zrele ljudske seksualnosti (Brzev – Čurčić i Čurčić, 2004; prema Petrović, Vuković, 2016):

1. *Autoerotska faza* – prati je želja za posmatranjem i uljepšavanjem sopstvenog tijela, erotska mašta i veća privlačnost za dodir. Seksualne potrebe se zadovoljavaju obično kroz snove.

2. *Homoerotska faza* – tokom ove faze pored sopstvenog tijela, predmet interesa su tuđa tijela, te se erotske želje pojavljuju i pri opažanju ili dodirivanju osobe istog pola. Seksualne potrebe tokom ove faze zadovoljavaju se putem posmatranja tuđeg tijela, zajedničke masturbacije, dodirivanjem i sl.
3. *Heteroerotska faza* – javlja se interes za osobe suprotnog pola. Ova faza je karakteristična i po slabljenju emocionalne veze sa roditeljima i prijateljima, te razvijanjem prve čvršće veze sa osobom suprotnog pola.
4. *Heteroseksualna faza* – karakteriše je konačno polno uobličavanje i usmjeravanje polnog interesa prema osobama suprotnog pola.

Dinić i Knežević (2008) navode da je većina istraživanja koja proučavaju seksualno ponašanje fokusirano na bihevioralne pokazatelje, poput učestalosti masturbacije, ljubljenja, oralnog, analnog i vaginalnog seksa, ili na rizično seksualno ponašanje, upotrebu kontraceptivnih sredstava i upražnjavanje seksa „za jednu noć“. Isti autori navode i istraživanja koja govore da seksualno ponašanje treba posmatrati kao širi koncept koji pored seksualnih aktivnosti uključuje i koketiranje, čitanje pornografskog sadržaja, zavođenje. Takođe, u određenju seksualnog ponašanja treba uzeti u obzir i kogniciju, emocije i sociokulturalne faktore (Masters, Johnson & Kolodny, 2006; DeLamater, Hyde, 2004; prema Dinić, Knežević, 2008). Koncept seksualnosti moguće je definisati kroz četiri dimenzije i to: *biološku, psihosocijalnu, ponašajnu i kulturološku*. Biološka dimenzija kroz manifestaciju biološki reakcija (aktiviranje i reagovanje polnih organa, ubrzani rad srca, uzbuđenje u tijelu, osjećaj topline) pokreće seksualne želje, funkcionisanje i zadovoljstvo. Psihosocijalnu dimenziju karakterišu seksualne emocije i misli koje su povezane s osobinama ličnosti pojedinca, kao i međuljudski odnosi koji su pod uticajem okoline. Kada je riječ o ponašajnoj dimenziji, ona se odnosi na razloge seksualne aktivnosti pojedinca, dok kulturološka dimenzija razlikuje pojedince u odnosu na mjesto i kulturu kojoj pripadaju (Masters i sar., 2006; prema Komljenović, 2022). Dinić i Knežević (2008) ukazuju na isprepletenost bioloških i kulturoloških faktora u određenju i oblikovanju seksualnog ponašanja. Takođe, ukazuju i na razlike između polova u

ispoljavanju seksualnog ponašanja, ali i na uticaj socijalnog konteksta poput veličine mjesta stanovanja.

1.7. Kontrolni sistem vezanosti kao regulator odnosa u djetinjstvu

Pojam kontrolnog sistema ponašanja predstavlja ponašanje koje doprinosi vjerovatnoći opstajanja pred zahtjevima koje okruženje nameće (Bowlby, 1969). Niz pokretačkih okidača koji čine osnovnu strategiju kontrolnog sistema ponašanja igraju važnu ulogu u postizanju željenog cilja. Kako navode Stefanović Stanojević i Nedeljković (2013) kontrolni sistemi su „djelimično urođene nervne strukture koje djeluju na supkortikalnom nivou i automatski, njihova sposobnost da postignu željeni cilj zavisi od mjere do koje se mogu korigovati i prilagoditi u odgovoru na kontekstualne zahtjeve i mogućnosti“ (str. 46). Kontrolni sistemi sadrže i mehanizme koji su po prirodi kognitivno-bihevioralni, a uz čiju pomoć se omogućava fleksibilnost i korigovanje pri promjeni primarne strategije. Prema tome, u zavisnosti od zahtjeva sredine, dolazi do udaljavanja od primarne, te uspostavljanja nekih od sekundarnih strategija za realizaciju željenog cilja. U tom slučaju raspravljamo o „hiperaktivaciji“ ili o „hipoaktivaciji“ kontrolnog sistema ponašanja (Bowlby, 1969/1980; prema Stefanović Stanojević i Nedeljković, 2013).

Dijete je po rođenju najbespomoćnije i najnesamostalnije živo biće. Shodno tome da je potreba za drugima osnovna, ljudska beba šalje signale odrasloj osobi o svojim potrebama i u zavisnosti od odgovora odrasle osobe oblikuje specifičnu strategiju reagovanja, odnosno specifični obrazac afektivne vezanosti. Stefanović Stanojević i Nedeljković (2013) navode da je „formativni dio obrasca afektivne vezanosti strategija regulacije doživljaja ugroženosti i da je Bolbi smatrao da se čitav sistem afektivne vezanosti može razumijeti kao kontrolni sistem“ (str. 46). Rodić i Knežević (2013) govore o afektivnoj vezanosti kao „kontrolnom sistemu koji je dizajniran da održi optimalnu distancu djeteta od figura afektivne vezanosti“ (str. 161). Pod uticajem spoljašnjih i

unutrašnjih faktora mehanizmi prouzrokuju aktivaciju sistema što dalje stvara potrebu za prisustvo majke. Takođe, Rodić i Knežević (2013) izdvajaju da „svaka opažena prepreka održavanju bliskosti rezultira anksioznošću i ona zauzvrat uključuje ponašanja afektivne vezanosti, dizajnirane da ponovo uspostave fizičku blizinu figure“ (str. 161).

Način aktivacije kontrolnog sistema koji zavisi od obrasca afektivne vezanosti najjasnije možemo vidjeti u opisu ponašanja djeteta u eksperimentalnoj situaciji (*Strana situacija*) dizajniranu od strane M. Ejnsvort. Eksperimentalna situacija se sastoji od osam činova u kojima su akteri majka, dijete, stranac i posmatrač. Majka i dijete se nalaze u laboratoriji; majka izlazi i ostavlja dijete samo ili sa strancem; nakon toga se vraća u prostoriju, pa ponovo odlazi. Cilj dramske situacije je provociranje ponašanja koje je tipično za određeno dijete u situaciji stresa. Samo jedno ponašanje je u ovoj situaciji urođeno, a to je traženje majke kada ona ode i smirivanje kada se ona vrati. Očekivana ponašanja poput plača, negodovanja i traženja majke su primarna strategija (Stefanović Stanojević, 2011). Ako je riječ o sigurnom obrascu vezanosti kontrolni sistem je aktivan kada osoba ima doživljaj ugroženosti i po njegovom prestanku kontrolni sistem će se deaktivirati.

Djeca reaguju i tzv. sekundarnim strategijama koje mogu imati više različitih formi i mogu značiti adaptaciju na različita iskustva koja su stečena kroz svakodnevni kontakt sa majkom. Kako navodi Stefanović Stanojević (2011) „svakodnevna iskustva sa majkom koja ne odgovara na potrebe i signale djeteta, naučiće dijete sekundarnoj strategiji ne traženja, ne reagovanja, ne očekivanja“ (str. 40). U slučaju odbacujućeg obrasca, dijete će težiti da kontrolni sistem vezanosti drži neprekidno deaktiviranim, što znači da dijete naučeno majčinim doslijednim nereagovanjem neće slati signale, odnosno ignorisaće okolnosti koje u njemu bude strah, izazivaju bol ili zamor. S druge strane, nalazi se strategija hiperventilacije koja se razvija kod djece koja imaju iskustvo nedoslednog reagovanja staratelja na signale koje upućuju i posjeduju ambivalentni obrazac afektivne vezanosti. S obzirom na to da su ova djeca nesigurna u dostupnost majke, ona pokušavaju da neprekidnim slanjem signala obezbijede njenu dostupnost. Drugim riječima ova djeca drže svoj sistem afektivne vezanosti stalno aktiviranim što se ostvaruje spuštanjem praga

za identifikovanje mogućih nepovoljnih situacija (Stefanović Stanojević i Nedeljković, 2013). Postavlja se i pitanje na koji način se obrasci vezanosti prenose sa roditelja na dijete. Mnoga istraživanja (Stefanović Stanojević, Hanak i Mihić, 2012) potvrđuju postojanje transgeneracijskog prenosa, ali ostaje otvoreno pitanje modaliteta u kojima se to dešava, na koji način se proces odvija i kako ga je moguće ispitati.

Da se zaključiti da je rano djetinjstvo kritični period za vrijeme kojeg se stvara prototip stila afektivne vezanosti, kao i sistema afektivne vezanosti. Uvrstavanjem unutrašnjih radnih modela u teoriju, Bolbi pruža objašnjenje djelovanja prvih veza sa roditeljima ili starateljima na veze sa značajnim osobama u budućnosti i time stvara pravac teoriji emocionalnog razvoja čiji se temelj zasniva na afektivnoj vezanosti (Vukčević, 2014).

1.8. Kontrolni sistem vezanosti kao regulator odnosa u partnerskom odnosu

Većina ljudi svoj život provodi u partnerskim vezama. Te modalitete u kojima romantični partneri funkcionišu nije jednostavno ni objasniti zbog njihove raznovrsnosti i brojnosti. Oblast partnerske afektivne vezanosti nastaje na osnovu Bolbijeve ideje o ljubavnim partnerima kao figurama afektivne vezanosti odraslih osoba. Predstavници teorije afektivne vezanosti poput Hazanove i Šejvera zastupaju stav da su ljubavni odnosi zasnovani na unutrašnjim radnim modelima usvojenim u djetinjstvu. Rano formirani obrasci afektivne vezanosti prenose se kroz sazrijevanje i u značajnoj mjeri formulišu ponašanje, osjećanja i stavove prema značajnim osobama. Ljubavni odnos je dominantan u životu odrasle osobe, a rano usvojeni obrazac afektivne vezanosti se prenosi u partnersku vezu. U cilju skretanja pažnje na nedostatak teorijskog okvira ljubavnih fenomena, pomenuti autori objavljuju *Studiju o romantičnoj ljubavi* gdje nude argumente o shvatanju partnerske ljubavi kao procesa afektivnog vezivanja (Hazan & Shaver, 1987).

Postulati na kojima Hazan i Šejver (Hazan & Shaver, 1987; prema Stefanović Stanojević, 2007, str. 69) baziraju svoj stav su sledeći:

- Emocionalnom dinamikom i ranog afektivnog i partnerskog odnosa upravlja isti bihevioralni sistem.
- Individualne razlike u ponašanju afektivnog vezivanja odraslih su posledice očekivanja i vjerovanja koje su ljudi stvorili o sebi samima i sopstvenim bliskim vezama na osnovu svojih afektivnih veza u prošlosti.
- Partnerska ljubav podrazumijeva uzajamno dejstvo privrženosti, brižnosti i seksa.
- Vrste individualnih razlika primijećenih u odnosima djetete – majka slične su individualnim razlikama identifikovanim u partnerskim odnosima.

Kada je riječ o bihevioralnom kontrolnom sistemu, odrasli se baš kao i djeca osjećaju bezbjednije i sigurnije kada im je partner koji ih razumije dostupan, te im partner može služiti kao sigurna baza. Stefanović Stanojević (2011) navodi da su Hazan i Šejver ustanovili i niz drugih analogija između odnosa majka-dijete i ljubavnog odnosa odraslih. Oba tipa odnosa uključuju kontakt trbuh-trbuh, tepanje i razmjenu iskustava koja su intimna, te shodno tome emocije i ponašanje, koji su karakteristični za ljubavne odnose, sadrže slične uslove i ispoljavaju sličnu dinamiku kao i ponašanje i emocije koje se ispoljavaju u odnosu majka – djetete.

Kako navodi Stefanović Stanojević (2011) Hazanova i Šejver su prvo usvojili Ejnsvortin model za organizaciju individualnih razlika u mišljenjima, osjećanjima i ponašanjima u ljubavnim odnosima. U okviru date sheme utvrdili su tri kvalitativno različite vrste partnerske afektivne vezanosti, a to su: *sigurna, nesigurno ambivalentna i nesigurno odbacujuća*.

Kada je riječ o individualnim razlikama u ponašanju afektivne vezanosti ono je posledica očekivanja i uvjerenja iz djetinjstva. Prilikom formiranja novih odnosa čovjek se oslanja dominantno na stečena očekivanja o ponašanju drugih i osjećanja koja će drugi imati. Hazan i Šejver (1987) mišljenja su da radni modeli usvojeni u djetinjstvu važe i kreiraju ponašanje u bliskim odnosima tokom cijelog života, shodno tome radni modeli se koriste prilikom tumačenja namjera partnera. Važno je istaći da su radni modeli vrlo otporni na promjenu, te da će vjerovatnije novu informaciju asimilovati, promijeniti prije nego da

se prilagode informaciji koja nije u skladu sa njihovim konceptom. Shodno tome, teorija afektivne vezanosti pojašnjava kontinuitet procesa putem kojeg odrasle osobe formiraju veze sa drugima (Stefanović Stanojević, 2011).

Kim Bartholomeu ponudila je četirikategorijalan model vezanosti adolescenata i odraslih koji se zasniva na Bolbijevim teorijskim pretpostavkama o postojanju dva tipa unutrašnjih radnih modela – *modela drugog i modela sebe* i da se oba mogu predstaviti kao pozitivan i negativan (Stefanović Stanojević, 2007). U osnovi ovog modela su dimenzija anksioznosti i dimenzija odbacivanja. Kombinovanjem ovih dimenzija sa unutrašnjim radnim modelima izdvajaju se četiri ključna stila vezanosti, a svaki od stilova karakteriše specifičan pristup partnerskim odnosima i specifične strategije emocionalne regulacije i interpersonalnog ponašanja (Stefanović Stanojević, 2007).

Kategorizacija partnerskih afektivnih veza:

- *Izbjegavajući obrazac partnerske vezanosti* karakteriše niska anksioznost i visoko izbjegavanje (pozitivni model sebe i negativni model drugog).
- *Sigurni obrazac partnerske vezanosti* karakteriše niska anksioznosti i nisko izbjegavanje (pozitivan model sebe i pozitivan model drugog).
- *Preokupirani obrazac partnerske vezanosti* određen je visokom anksioznošću i niskim izbjegavanjem (negativnim modelom sebe i pozitivnim modelom drugih).
- *Bojažljivi obrazac partnerske vezanosti* određen je visokom anksioznošću i visokim izbjegavanjem (negativnim modelom sebe i negativnim modelom drugog).

Obrasci afektivne vezanosti u velikoj mjeri utiču na samo poimanje ljubavnog odnosa. Sigurni pojedinci ljubavne odnose doživljavaju kao ugodne, pune povjerenja sa mogućnosti prihvatanja i davanja potpore partneru uprkos njegovim manama, dok oni sa izbjegavajućim obrascem pokazuju strah od intimnosti, emocionalne uspone i padove, ljubomoru, a koje uz opsesivnost, ekstremnu seksualnu privlačnost, želju za recipročnosti i ujedinjenjem, doživljavaju i anksiozno–ambivalentni (Opat, 2017). Obrasce vezanosti u odraslom dobu određuje strategija regulacije emocija u potencijalno ugrožavajućoj

situaciji. Prema tome, kod odrasle osobe sa sigurnim obrascem afektivne vezanosti u takvim okolnostima će se aktivirati primarna strategija, tj. biće joj potrebne pomoć ili podrška, a kada joj budu pružene, njen kontrolni sistem će se deaktivirati (Hazan & Shaver, 1987). Kada je riječ o odbacujućem obrascu, kontrolni sistem je uglavnom deaktiviran, jer osoba uspijeva da izbjegne situacije koje bi mogle aktivirati sistem i dominira dimenzija izbjegavanja. Primjer tome jeste da u slučaju privremenog rastanka od ljubavnog partnera, fokus osobe je pomjeren na posao ili neku drugu aktivnost te ne dolazi do reakcije na razdvajanje. U slučaju ambivalentnog (preokupiranog) obrasca kontrolni sistem je stalno aktiviran, te shodno tome osoba neprekidno šalje signale partneru da joj obezbijedi pažnju, njegu i da joj bude dostupan. U slučaju privremenog rastanka, osoba je neutješna i pokušava da spriječi partnerov odlazak, prema tome dominira dimenzija anksioznosti (Hazan & Shaver, 1987).

1.9. Kontrolni sistemi seksualnog ponašanja i pažnje kao regulatori odnosa u partnerskom odnosu

Predstavnici teorije afektivne vezanosti smatraju da se ljubavni odnos ne može posmatrati samo u okviru afektivne vezanosti, već je potrebno razmotriti i kvalitet pažnje i kvalitet seksualnog ponašanja partnera. Sve tri komponente ljubavnog odnosa potrebno je sagledati kao kontrolne sisteme, a Hazan i Šejver tragali su za konkretnim terminom u dinamici komponenata u ljubavnom odnosu i predložili „formativni činilac kontrolnog sistema, strategiju reagovanja na signale iz sredine, odnosno strategiju regulacije emocija u potencijalno ugrožavajućoj situaciji“ (Stefanović Stanojević i Nedeljković, 2013, str. 48).

Pažnja se odnosi na ogroman dijapazon ponašanja, koja su odgovor na ponašanje i signale potrebe druge osobe. Cilj je smanjene patnje druge osobe ili pomaganje njenog rasta i razvoja (Mikulincer, Goodman, 2006). Prema tome, pažnja jednog partnera trebalo bi da se automatski aktivira ponašanjem afektivne vezanosti drugog partnera ili

signalima potrebe. Jasno je da dobro funkcionisanje sistema pažnje u partnerskim vezama ima važne implikacije za zadovoljstvo vezom i stabilnost veze. U slučaju da se desi propust da se bez empatije odgovori na partnerove potrebe dolazi do tenzije i konflikata u vezi, a potom i brige, stavova koji su negativni i destruktivnog ponašanja. Dakle, kontrolni sistem pažnje je usmjeren ka drugima, osoba stavlja svoj fokus na potrebe druge osobe prije nego na sopstveno emotivno stanje.

Kada je riječ o viđenju seksualnog ponašanja iz ugla teorije afektivne vezanosti sigurno vezani pojedinci (pozitivan model sebe i pozitivan model drugog) otvoreni su za seksualno istraživanje, različite seksualne aktivnosti, uživaju u fizičkom kontaktu, ali pretežno ako je riječ o vezi koja traje. Takođe, dobro se osjećaju u vezi sa svojom seksualnošću i uživaju u brojnim iskustvima sa drugima (Stefanović Stanojević i Tošić, 2011). Unutar preokupiranog obrasca afektivne vezanosti prisutna je pozitivna slika o drugom, a negativna o sebi, te seks može pružiti učvršćavanje privrženosti sa partnerom (Petrović i Vuković, 2016). Preokupirane osobe preferiraju romantično intimne aspekte seksualnosti, tj. više insistiraju nježnost i intimnost nego genitalne aspekte (Stefanović Stanojević i Tošić, 2011). Kod bojažljivo vezanih pojedinaca često je prisutna čežnja za ulaskom u seksualnu vezu, međutim, i najmanji znak da nisu dovoljno prihvaćeni može uzrokovati prekid veze, te kako ističu Stefanović Stanojević i Tošić (2011) njihove veze su nepromišljene, haotične i često seksualno rizične. Pojedinci čiji je obrazac afektivne vezanosti izbjegavajući manje su zainteresovani za romantične veze i razvijanju intimnosti. Seksualne potrebe zadovoljavaju uglavnom masturbacijom, skloni su seksualnim aktivnostima koje karakteriše izbjegavanje prave aktivnosti, poput promiskuitetnih veza, seksa na jednu noć i sl. (Stefanović Stanojević i Tošić, 2011).

Stefanović Stanojević i Nedeljković (2013) ističu značaj seksualnog sistema kako u početnim fazama romantične ljubavi, tako i na definisanju i uspostavljanju dugotrajne partnerske veze koja je zadovoljavajuća. Kontrolni sistem seksualnog ponašanja je takođe usmjeren ka zadovoljenju kako partnerovih, tako i sopstvenih potreba, te se aktivira na njihovo iskazivanje. Kako dalje navode autorke: „primarna strategija koja je odredila

formiranje sigurnog obrasca afektivne vezanosti važiće i za segment seksualnog ponašanja i segment pažnje, te će kontrolni sistem biti pobuđen u stanju potrebe, a nakon zadovoljenja potrebe biće deaktiviran“ (Stefanović Stanojević i Nedeljković, 2013, str. 48-49). U slučaju formiranja izbjegavajućeg obrasca, težnja ka hiporegulaciji će važiti i za sistem pažnje i za seksualno ponašanje, što znači da osoba u situacijama kada partner od nje traži empatiju, neće odgovoriti adekvatno na te potrebe ili će izbjegavati seksualnu bliskost. Kada je riječ o preokupiranom obrascu tendencija hiperregulacije važi će i za sistem pažnje i za seksualno ponašanje.

Ova očekivanja još uvijek nisu u potpunosti naučno dokazana i razlozi tome su metodološke prirode. Da bi provjerili povezanost afektivne vezanosti, pažnje i seksualnog ponašanja u ljubavnoj vezi, sva tri aspekta moraju biti mjerljiva. Aspekt afektivne vezanosti je mjerljiv preko dimenzija anksioznosti i izbjegavanja, te je ovaj uslov ispunjen, ali bitno je istaći da je dimenzija anksioznosti vezana za sklonost hiperregulaciji, a dimenzija izbjegavanja za sklonost hiporegulaciji. Dalje, nailazimo na prepreku jer ne postoji instrument za procjenu kontrolnog sistema pažnje u ljubavnoj vezi. Stefanović Stanojević i Nedeljković (2013) navode da se „na osnovu teorijskih radova može zaključiti da bi osoba koja ima optimalnu pažnju za partnera, morala imati sposobnost empatije, dok bi hiporegulacija sistema pažnje mogla da se odnosi na odsustvo empatije, a hiperregulacija na pretjeranu, stresogenu brigu za druge“ (Stefanović Stanojević i Nedeljković, 2013, str. 49). Trenutno ne postoji instrument kojim bi se obuhvatili prethodno opisani aspekti, međutim u teorijskim istraživanjima (Mikulincer, 2007; prema Stefanović Stanojević i Nedeljković, 2013) kao preporuka navedene su baterije testova u kojima se mogu naći adekvatne subskale poput *empatijske brige* i *ličnog stresa* (Interpersonal Reactivity Index, Davis 1983). Isti je slučaj i kada je riječ o mjerenju hiperregulacije i hiporegulacije seksualnog kontrolnog sistema ponašanja. Preporuka je korišćenje *Skale iskustva heteroseksualnog odnosa* (Experience of Heterosexual Intercourse Scale; G. Birnbaum, 2002), a koja mjeri ljubavna osjećanja prema partneru,

osjećanja fokusirana na brigu povodom seksa i osjećanja koja se tiču sopstvenog zadovoljstva u seksu.

Prema prethodno opisanom, možemo pretpostaviti da će osobe koje su podložne hiporegulaciji emocija postizati niže skorove na pomenutim dimenzijama od osoba podložnim hiperregulaciji. Postavlja se pitanje da li je moguće pronaći vezu između dimenzija afektivne vezanosti, dimenzija pažnje i dimenzija seksualnog ponašanja u okviru ljubavnog odnosa.

2. Metodološki dio

2.1. Problem istraživanja

Kao što smo već prethodno naveli, teoretičari smatraju da komponente ljubavnog odnosa, afektivna vezanost, pažnja i seksualno ponašanje reaguju kao kontrolni sistem, dio koji je strategija regulacija emocija usvojila u djetinjstvu. Prema tome, strategija regulacije je zajednička svim navedenim komponentama. Korelacija između ove tri komponente mogla bi ići u korist pretpostavci o funkcionisanju zajedničke strategije regulacija emocija. Shodno problemu istraživanja, cilj istraživanja odnosio se na provjeru navedene pretpostavke.

2.2. Hipoteze istraživanja

Kada je riječ o hipotezama istraživanja, izvedene su iz pristupa ljubavnog odnosa koji su ponudili Hazanova i Šejver (Hazan & Shaver, 1987), kao i istraživanja koja su bavila sličnom tematikom (Stefanović Stanojević i Nedeljković, 2013; Shaver, Hazan & Brandshaw, 2021; Péloquin, Brassard, Lafontaine & Shaver, 2014).

H: Očekuje se da postoji povezanost između dimenzija afektivne vezanosti, dimenzija pažnje i dimenzija seksualnog ponašanja (Hazan & Shaver, 1987).

Specifične hipoteze:

H1: Očekuje se da postoji značajna razlika između dimenzija afektivne vezanosti, dimenzija pažnje i dimenzija seksualnog ponašanja u odnosu na pol. (Stefanović Stanojević i Nedeljković, 2013).

H2: Očekuje se da postoji pozitivna povezanost između dimenzije anksioznosti i dimenzija pažnje (Stefanović Stanojević i Nedeljković, 2013).

H3: Očekuje se da postoji negativna povezanost između dimenzije izbjegavanja i dimenzija pažnje (Stefanović Stanojević i Nedeljković, 2013).

H4: Očekuje se da postoji pozitivna povezanost između dimenzije anksioznosti i dimenzija seksualnog ponašanja (Stefanović Stanojević i Nedeljković, 2013).

H5: Očekuje se da postoji negativna povezanost između dimenzije izbjegavanja i dimenzija seksualnog ponašanja (Stefanović Stanojević i Nedeljković, 2013).

Prema prethodno navedenom, problem istraživanja je izražen uz pomoć sledećeg *istraživačkog pitanja*: Da li je moguće ustanoviti povezanost dimenzija afektivne vezanosti, dimenzija pažnje i dimenzija seksualnog ponašanja u okviru ljubavnog odnosa?

2.3. Varijable istraživanja

Nezavisna varijabla

Kontrolni sistem afektivne vezanosti – afektivna vezanost je jedinstven, asimetričan odnos koji se u ranom djetinjstvu formira između staratelja i djeteta i u formi unutrašnjeg radnog modela traje tokom cijelog života. Djeluje kao kontrolni sistem koji se aktivira i deaktivira zavisno od unutrašnjih i spoljašnjih signala (Bowlby, 1978; prema Stefanović Stanojević i Nedeljković, 2013).

Zavisne varijable

Kontrolni sistem pažnje – pažnja podrazumijeva širok dijapazon ponašanja koja su paralelna signalima potrebe koje druga osoba upućuje.

Kontrolni sistem seksualnog ponašanja – seksualno ponašanje podrazumijeva ponašanja kojima se teži ostvariti zadovoljenje kako svojih tako i partnerovih potreba. (Mikulincer, Goodman, 2006).

Kontrolna varijabla

Pol – društveno konstruisane uloge, ponašanja, aktivnosti, atributi i mogućnosti koje svako društvo smatra prikladnim za muškarce i žene, dječake i djevojčice (WHO, 2020).

2.4. Uzorak

Istraživanje je sprovedeno na uzorku od 212 osoba, prosječne starosti 27,89 godina. Ispitanici su crnogorske nacionalnosti.

Tabela 1. *Distribucija uzorka u odnosu na socio-demografske varijable*

Varijable		Frekvencije	Procenti (%)
Pol	Muški	81	38.21
	Ženski	131	61.79
Starost	Do 25 godina	105	49.53
	Od 26 do 30 godina	50	23.58
	Preko 30 godina	57	26.89

Ono što se može zaključiti pregledom Tabele 1 jeste da je ženski dio populacije prisutniji u uzorku, obzirom da zauzima 61,79% ispitanika. U odnosu na starost ispitanika, najviše je onih koji su mlađi od 25 godina (49,53%), njih 23,58% su starosti između 26 i 30 godina, dok je njih 26,89% starije od 30 godina.

2.5. Instrumenti

Instrument korišćen u ovom istraživanju je upitnik, u Google formi, koji se sastoji iz četiri dijela.

- 1) Za potrebe istraživanja sastavljen je upitnik za procjenu sociodemografskih podataka.
- 2) Za procjenu partnerske afektivne vezanosti koristi se upitnik PAVa (Brennan, Clark & Shaver, 1995). Upitnik se sastoji iz 18 tvrdnji koje se odnose na osjećanja ispitanika u ljubavnim vezama, a zadatak ispitanika jeste da na sedmostepenoj skali izraze svoje slaganje sa opisanim stavkama, tj. u kom stepenu je opisana stavka karakteristična za njih. Potrebno je rekodiranje stavki 9., 13. i 17. (pri čemu je 1=7, 2=6, 3=5, 5=3, 6=2, 7=1.), a nakon toga sumiranje bodova na svim neparnim i bodova na svim parnim stavkama. Zbir bodova na neparnim stavkama govori o *izbjegavanju*, dok na parnim govori o *anksioznosti*. Više izražena dimenzija je ona kod koje je viši skor.
- 3) Za procjenu dimenzije pažnje u partnerskoj vezi koristi se IRI (Interpersonal Reactivity Index, Davis, 1983) koji obuhvata 28 stavki. Sedam stavki povezane su sa *skalom perspektive drugih*, *skalom fantazije*, *skalom empatijske brige* i *skalom ličnog stresa*. Zadatak ispitanika jeste da na petostepenoj skali izraze svoje slaganje sa opisanim stavkama, tj. u kom stepenu je opisana stavka karakteristična za njih. Potrebno je rekodiranje pojedinih stavki, a skorovi na dimenzijama se dobijaju sabiranjem odgovora, te je izražena dimenzija ona kod koje je viši skor. Rezultati ispitanika na *skalama empatijaska briga* i *lični stres* biće korišćeni za potrebe ovog istraživanja.
- 4) Za procjenu dimenzija seksualnog ponašanja koristi se EHS (Experience of Heterosexual Intercourse Scale, G. Birnbaum, 2002). Upitnik obuhvata 79 stavki (29 stavki odnosi se na dimenziju *fokus na osjećanje ljubavi povodom seksualnog zadovoljstva*, 26 na dimenziju *fokus na osjećanje brige povodom seksualnog iskustva* i 24 na dimenziju *fokus na osjećanje zadovoljstva povodom seksualnog iskustva*). Zadatak

ispitanika jeste da na devetostepenoj skali izraze svoje slaganje sa opisanom stavkom, tj. u kom stepenu ih stavka opisuje. Skorovi na dimenzijama se izdvajaju sumiranjem odgovora, te viši skor upućuje na više izraženu dimenziju.

Tabela 2. Alfa – Kronbah koeficijent na dimenzijama kontinuiranih varijabli

Naziv dimenzije	Alfa-Kronbah koeficijent	N (broj ajtema na skali)
PAVa Izbjegavanje	.828	9
PAVa Anksioznost	.843	9
IRI Empatijska briga	.582	7
IRI Lični stres	.715	7
EHIS Fokus na ljubav u seksu	.960	29
EHIS Fokus na brigu u seksu	.957	26
EHIS Fokus na sopstveno zadovoljstvo u seksu	.860	24

Pregledom Tabele 2 da se konstatovati da su mjerni instrumenti visoko pouzdani. Kada se fokusiramo na subskale instrumenta PAVa, vidjećemo da Alfa koeficijent na dimenziji *izbjegavanja* .828, a na dimenziji *anksioznosti* .843, što su prilično visoki parametri. Nešto manji parametri su prisutni na dimenzijama skale IRI, iako je i dalje riječ o visokoj pouzdanosti. Kada je riječ o dimenziji *empatijske brige*, koeficijent pouzdanosti je .582, dok je visina istog parametra na subskali *ličnog stresa* .715. Ubjedljivo najveća pouzdanost je prisutna na svim dimenzijama mjernog instrumenta EHIS, gdje Alfa koeficijenti redom iznose: .960 za dimenziju *fokus na ljubav u seksu*, .957 za dimenziju *fokus na brigu u seksu*, .860 za dimenziju *fokus na sopstveno zadovoljstvo u seksu*.

U nastavku teksta, biće prikazani rezultati Kolmogorov-Smirnov testa za sve dimenzije na tri mjerna instrumenta, kako bi se provjerilo da li će statistička obrada podataka biti zasnovana na postupcima parametrijske ili neparametrijske statistike.

Tabela 3. *Kolmogorov-Smirnov test na dimenzijama kontinuiranih varijabli*

Naziv dimenzije	Kolmogorov-Smirnov test	P
PAVa Izbjegavanje	.084	.001
PAVa Anksioznost	.088	.000
IRI Empatijska briga	.107	.000
IRI Lični stres	.073	.009
EHIS Fokus na ljubav u seksu	.137	.000
EHIS Fokus na brigu u seksu	.172	.000
EHIS Fokus na sopstveno zadovoljstvo u seksu	.097	.000

Da se primjetiti pregledom Tabele 3 da skorovi na svim dimenzijama kontinuiranih varijabli statistički značajno odstupaju od normalne krive. Takav zaključak se donosi na osnovu visine parametra p, koji je na svim subskalama niži od graničnih .05. To dalje znači da će u statističkoj obradi podataka biti upotrijebljeni postupci neparametrijske statistike, Spirmanov koeficijent korelacije i Men - Vitnjev U test, kao ekvivalenti parametrijskih tehnika Pirsonovog koeficijenta korelacije i T - testa.

2.6. Procedura

Istraživanje je sprovedeno na uzorku, koji je uključio 212 odraslu osobu. Uzorak je prigodan, mjerni instrumenti su dijeljeni kolegama, poznanicima putem društvenih

mreža. Prikupljanje podataka je sprovedeno tokom jula, avgusta i septembra 2023. godine. Prema odgovorima ispitanika, svi oni imaju i iskustvo ljubavne veze, kao i seksualno iskustvo.

3. Rezultati

U nastavku teksta biće prikazani najvažniji rezultati istraživačkog procesa. Na samom početku poglavlja, uslijediće deskriptivna statistika, gdje će u Tabeli 4 biti predloženi rezultati na dimenzijama PAVa skale.

Tabela 4. Deskriptivna statistika na dimenzijama PAVa mjernog instrumenta

Dimenzije PAVa	MIN	MAX	AS sume	AS stavke	SD	Skjunis	Kurtozis
Izbjegavanje	9.00	57.00	23.34	2.59	10.38	.851	.491
Anksioznost	9.00	63.00	25.29	2.81	11.54	.739	.069

Kada je riječ o dimenziji *izbjegavanje* na skali PAVa, može se primjetiti da minimalna i maksimalna suma skorova iznose 9 i 57, što sugerise da je raspon skorova vrlo širok. Srednja vrijednost sume skorova iznosi 23.34, što znači da je srednja vrijednost odgovora na dimenziji *izbjegavanje* 2.59. Ako se ima u vidu da je riječ o sedmostepenoj skali, zaključuje se da je partnersko izbjegavanje umjereno nisko prisutno na ispitanjoj populaciji. To potvrđuju i pozitivne vrijednosti disperzivnih faktora, skjunis i kurtozisa. Skjunis iznosi .851, a kurtozis .491, što ukazuje da je distribucija skorova leptokurtična i pomjerena ulijevo, ka nižim skorovima.

Vrlo slična situacija je i sa dimenzijom partnerske anksioznosti. Minimalna i maksimalna suma skorova iznose 9 i 63, dok je srednja vrijednost sume skorova 25.29. Aritmetička sredina jednog odgovora na ovoj skali iznosi 2.81, pa se konstatuje da je i ova dimenzija umjereno nisko zastupljena na uzorku ispitanika. Skjunis je pozitivan i iznosi .739, baš kao i kurtozis čija je vrijednost .069, pa i ovdje možemo konstatovati blagu leptokurtičnu distribuciju, pomjerenu ka lijevoj strani kontinuuma.

U nastavku teksta, u Tabeli 5, na identičan način će biti prikazana deskriptivna statistika na mjernom instrumentu IRI.

Tabela 5. *Deskriptivna statistika na dimenzijama IRI mjernog instrumenta*

Dimenzije IRI	Min	Max	AS sume	AS stavke	SD	Skjunis	Kurtozis
Empatijska briga	7	35	26.02	3.71	4.58	-.657	1.432
Lični stres	7	31	18.00	2.57	5.22	.119	-.400

Na dimenziji *empatijska briga* riječ je o maksimalnom rasponu, gdje minimalna i maksimalna suma skorova je 7 i 35. Srednja vrijednost sume skorova jednog odgovora iznosi 26.02, a jednog odgovora 3.71. Iz date tabele vidimo da je *empatijska briga* veoma izražena dimenzija na IRI mjernom instrumentu. To potvrđuju i vrijednosti skjunis (-.657) i kurtozisa (1.432), koji kao takvi sugerišu na izrađeniju leptokurtičnu distribuciju pomjereno udesno.

Kada je riječ o subskali *ličnog stresa*, raspon iznosi 24 jedinice, obzirom da su minimalna i maksimalna suma skorova 7 i 31, pri čemu je srednja vrijednost sume skorova 18, a jednog odgovora 2.57. Riječ je o vrijednosti ispod matematičkog prosjeka koja implicira da je stres zastupljen u umjereno visokom intenzitetu. Skjunis koji je pozitivan i iznosi .119, implicira pomjerenost distribucije ulijevo, ka manjim skorovima, a kurtozis koji je vrijednosti -.400, govori o platikurtičnoj distribuciji skorova.

U nastavku teksta, u Tabeli 6, biće prikazana identična deskriptivna statistika, samo u odnosu na mjerni instrument EHIS.

Tabela 6. Deskriptivna statistika na dimenzijama EHIS mjernog instrumenta

Dimenzije EHIS	Min	Max	AS sume	AS stavke	SD	Skjunis	Kurtozis
Fokus na ljubav u seksu	29	261	206.91	7.13	45.17	-1.798	3.901
Fokus na brigu u seksu	26	217	67.30	2.59	43.57	1.452	1.780
Fokus na sopstveno zadovoljstvo u seksu	24	191	126.56	5.27	29.64	-.998	1.923

Kada je riječ o dimenziji *fokus na ljubav u seksu*, vidno je da minimalna suma skorova iznosi 29, a maksimalna 261, pri čemu je srednja vrijednost sume skorova 206.91, a srednja vrijednost jednog odgovora 7.13. Ako imamo u vidu da je u pitanju devetostepena skala, dolazimo do zaključka da je data dimenzija izuzetno visoko zastupljena na uzorku ispitanika. Takav zaključak jasno potkrepljuju disperzivni parametri, skjunis i kurtozis koji su visokog intenziteta. Skjunis iznosi 1.798, a kurtozis 3.901, što je znak snažne leptokurtične distribucije pomjerene udesno, gdje se nalaze visoki skorovi.

Rezultati na dimenziji *fokus na brigu u seksu* su potpuno različiti. Raspon je prilično veliki, jer minimalna i maksimalna suma skorova iznose 26 i 217. Međutim, srednje vrijednosti su mnogo niže u odnosu na prethodnu dimenziju i iznose 67.30 (suma skorova) i 2.59 (suma jedne stavke). Dakle, riječ je o izuzetno niskom parametru koji ukazuje da briga u odnosu na seksualne partnerske odnose je jako nisko izražena. To potvrđuju skjunis (1.452) i kurtozis (1.780), koji impliciraju snažnu leptokurtičnu asimetriju pomjerenu ulijevo.

Konačno, kada govorimo o dimenziji *fokus na sopstveno zadovoljstvo u seksu*, minimalna i maksimalna suma skorova iznose 24 i 191, dok srednje vrijednosti za sumu skorova i

jednu stavku iznose 126.56 i 5.27. To je znak da je data varijabla umjereno visoko zastupljena na ovoj devetostepenoj skali. Skjunis koji iznosi -.998, ukazuje na asimetriju pomjerenu udesno ka višim skorovima, dok kurtosis čija je vrijednost 1.923, implicirana leptokurtičnu distribuciju skorova.

U nastavku teksta, u Tabeli 7, biće prikazane razlike u dimenzijama instrumenata PAVa, u odnosu na pol ispitanika.

Tabela 7. Razlike u dimenzijama instrumenta PAVa, u odnosu na pol ispitanika

Pol – Izbjegavanje	N	AS	Komparativni parametri
Muški	81	2.74	Men-Vitni U=4508.50, Z=-1.838, p=.066
Ženski	131	2.50	
Pol – Anksioznost	N	AS	Komparativni parametri
Muški	81	2.72	Men-Vitni U=5047.00, Z=-.596, p=.551
Ženski	131	2.87	

Kao što se može vidjeti pregledom Tabele 7, ne postoje statistički značajne razlike u dimenzijama PAVa mjernog instrumenta u odnosu na pol ispitanika. Što se tiče dimenzije *izbjegavanje*, u tom slučaju Men – Vitnijev U test iznosi 4508.50, sa nivoom značajnosti od .066, pri čemu su srednje vrijednosti po kategorijama 2.74 i 2.50. Dakle, muškarci ispoljavaju češće zavisnu varijablu u ovom slučaju. Kod dimenzije *anksioznost*, Men – Vitnijev U test iznosi 5047.00, sa nivoom značajnosti od .551, pri čemu su srednje vrijednosti po kategorijama ujednačenije i iznose 2.72 i 2.87, pa se da zaključiti da žene ispoljavaju veći nivo partnerske anksioznosti.

U nastavku teksta, u Tabeli 8, biće prikazane razlike u dimenzijama instrumenta IRI u odnosu na pol ispitanika.

Tabela 8. Razlike u dimenzijama instrumenta IRI u odnosu na pol ispitanika

Pol – Empatijska briga	N	AS	Komparativni parametri
Muški	81	3.49	Men-Vitni U=3533.00, Z=-4.099, p=.00
Ženski	131	3.85	
Pol – Lični stres	N	AS	Komparativni parametri
Muški	81	2.25	Men-Vitni U=3157.00, Z=-4.959, p=.000
Ženski	131	2.77	

Za razliku od prethodno analiziranog slučaja, u ovom postoje statistički značajne razlike u zavisnoj varijabli u odnosu na pol ispitanika. Što se tiče dimenzije *empatijska briga*, Men – Vitnijev U test iznosi 3533.00, sa nivoom značajnosti od .000, pri čemu su srednje vrijednosti takve da ukazuju na značajno veće prisustvo zavisne varijable kod ženskog pola (AS 3.85 nasprem 3.49). To je očekivan epilog s obzirom da je ženski pol skloniji empatičnosti, djeljenju emocija sa drugim ljudima, dok su muškarci uzdržaniji i konzervativniji.

Na skali *lični stres* se izvode isti zaključci, obzirom da je Men – Vitnijev U test 3157.00, sa nivoom značajnosti od .000. Baš kao i u prethodnom slučaju, i ovdje ženski pol ima u prosjeku značajno veće skorove, gdje srednje vrijednosti po kategorijama iznose 2.25 i 2.77.

U nastavku teksta, na identičan način biće prikazane razlike u dimenzijama EHIS mjernog instrumenta u odnosu na pol ispitanika.

Tabela 9. Razlike u dimenzijama instrumenta EHIS u odnosu na pol ispitanika

Pol – Fokus na ljubav u seksu	N	AS	Komparativni parametri
Muški	81	7.28	Men-Vitni U=5001.50, Z=-.701, p=.484
Ženski	131	7.04	
Pol – Fokus na brigu u seksu	N	AS	Komparativni parametri
Muški	81	2.65	Men-Vitni U=5168.50, Z=-.316, p=.752
Ženski	131	2.54	
Pol – Fokus na sopstveno zadovoljstvo u seksu	N	AS	Komparativni parametri
Muški	81	5.37	Men-Vitni U=5127.50, Z=-.410, p=.682
Ženski	131	5.21	

Što se tiče dimenzija na skali EHIS, može se konstatovati da ne postoje statistički značajne razlike u zavisnoj varijabli u odnosu na pol ispitanika, pa se cjelokupna hipoteza 1, može samo polovično prihvatiti.

Konkretno, kada govorimo o uticaju pola na dimenziju *fokus na ljubav u seksu*, Men – Vitnijev U test iznosi 5001.50, sa nivoom značajnosti od .484, što je daleko od granice statističke značajnosti. Srednje vrijednosti ukazuju da razlike nisu velike. Muškarci imaju nešto veće skorove na ovoj dimenziji, obzirom da srednje vrijednosti po kategorijama iznose 7.28 i 7.04. Što se tiče dimenzije *fokus na brigu u seksu*, Men – Vitnijev U test iznosi 5168.50, sa nivoom značajnosti od .752, gdje ponovo možemo konstatovati blagu prednost u smjeru muškog pola.

Ništa drugačija situacija nije ni na skali *fokus na sopstveno zadovoljstvo u seksu*. Glavni komparativni parametar, Men – Vitnijev U test iznosi 5127.50, sa nivoom značajnosti od

.682. Muškarci i u ovom slučaju ostvaruju neznatno višije skorove obzirom da postignuća po kategorijama iznose 5.37 i 5.21.

U nastavku teksta, u Tabeli 10, biće prikazana korelacija partnerske anksioznosti i dimenzija na mjernom instrumentu IRI, čime će se dati odgovor na hipotezu 2.

Tabela 10. *Povezanost partnerske Anksioznosti (PAVa) i dimenzija na testu IRI*

Tip relacije	Spirman R	P
Anksioznost (PAVa) * Empatijska briga (IRI)	-.085	.220
Anksioznost (PAVa) * Lični stres (IRI)	.338	.000

Ono što se može primjetiti jeste da postoji polovičnost u značajnosti korelacija *anksioznosti* i dimenzija na mjernom instrumentu IRI, pa se samim tim i postavljena hipoteza se može polovično prihvatiti. Spirmanov koeficijent korelacije između *anksioznosti* i *empatijske brige* iznosi -.085, sa nivoom značajnosti od .220. Takav intenzitet u relaciji nije dovoljan da bi govorili o statističkoj značajnosti. Može se konstatovati da partnerski posmatrano, anksiozniji pojedinci razvijaju i nešto manju empatijsku brigu.

Relacija koja sa sobom nosi ubjedljivu statističku značajnost jeste ona između partnerske *anksioznosti* i *ličnog stresa*. Koeficijent korelacije iznosi .338, sa nivoom značajnosti od .000, što nam jasno ukazuje na trend da pojedinci sa većom partnerskom anksioznošću imaju značajno veće skorove na skali *ličnog stresa*, na mjernom instrumentu IRI. Takav epilog je lako objašnjiv, obzirom da govorimo o negativnim psihološkim fenomenima koji međusobno utiču jedan na drugi.

U nastavku teksta, u Tabeli 11, biće prikazana povezanost dimenzija partnerskog *izbjegavanja* i dimenzija na mjernom instrumentu IRI, čime će biti dat odgovor na hipotezu 3.

Tabela 11. Povezanost partnerskog Izbjegavanja (PAVa) i dimenzija na testu IRI

Tip relacije	Spirman R	P
Izbjegavanje (PAVa) * Empatijska briga (IRI)	-.365	.000
Izbjegavanje (PAVa) * Lični stres (IRI)	.213	.000

Na osnovu podataka koji se nalaze u Tabeli 11, može se zaključiti da postoji statistički značajna povezanost između partnerskog *izbjegavanja* sa jedne strane i dimenzija *empatijske brige* i *ličnog stresa* sa druge strane. Na osnovu toga se prethodno postavljena hipoteza može prihvatiti. Kada govorimo o korelaciji *izbjegavanja* i *empatijske brige*, koeficijent korelacije iznosi -.365, sa nivoom značajnosti .000, što sugeriše da veći skorovi na *izbjegavanju* dovode do manje *empatijske brige*. Što se tiče korelacije *izbjegavanja* i *ličnog stresa*, koeficijent korelacije iznosi .213, sa nivoom značajnosti .000, što nas navodi na zaključak da povećano *izbjegavanje* implicira povećan *lični stres*.

Na identičan način u Tabeli 12, biće prikazana povezanost partnerske *anksioznosti* i dimenzija na testu EHIS, čime će se dati odgovor na hipotezu 4.

Tabela 12. Povezanost partnerske Anksioznosti (PAVa) i dimenzija na testu EHIS

Tip relacije	Spirman R	P
Anksioznost (PAVa) * Fokus na ljubav u seksu (EHIS)	-.239	.000
Anksioznost (PAVa) * Fokus na brigu u seksu (EHIS)	.471	.000
Anksioznost (PAVa) * Fokus na sopstveno zadovoljstvo u seksu (EHIS)	-.142	.039

Baš kao i u prethodnom slučaju i ovdje možemo konstatovati statističku značajnost u posmatranom odnosu, na osnovu čega se prihvata prethodno postavljena hipoteza. Koeficijent korelacije između partnerske *anksioznosti* i *fokusa na ljubav u seksu* iznosi -.239,

sa nivoom značajnosti .000, što navodi na zaključak da pojačana partnerska *anksioznost* negativno utiče na koncept ljubavi u seksu. Dalje, tabela 12. pokazuje da povećana anksioznost implicira povećanu brigu povodom seksa, obzirom da Spirmanov koeficijent korelacije u tom odnosu iznosi .471, sa nivoom značajnosti od .000. Konačno, što se tiče odnosa partnerske *anksioznosti* i dimenzije *fokus na sopstveno zadovoljstvo u seksu*, koeficijent korelacije iznosi -.142, sa nivoom značajnosti od .039, što znači da povećana anksioznost među partnerima redukuje zadovoljstvo povodom seksa.

U nastavku teksta, u Tabeli 13, preostalo je dati odgovor na hipotezu 5 i ispitati uticaj partnerskog *izbjegavanja* na dimenzije EHIS mjernog instrumenta.

Tabela 13. *Povezanost partnerskog Izbjegavanja (PAVa) i dimenzija na testu EHIS*

Tip relacije	Spirman R	p
Izbjegavanje (PAVa) * Fokus na ljubav u seksu (EHIS)	-.529	.000
Izbjegavanje (PAVa) * Fokus na briga u seksu (EHIS)	.377	.000
Izbjegavanje (PAVa) * Fokus na sopstveno zadovoljstvo u seksu (EHIS)	-.213	.002

U Tabeli 13 je prikazana još jedna potpuna statistička značajnost, čime se hipoteza 5 može prihvatiti. Svaka od tri razmatrane relacije je unutar zone statističke značajnosti. Kada govorimo o uticaju partnerskog *izbjegavanja* na dimenziju *fokus na ljubav u seksu*, Spirmanov koeficijent korelacije iznosi -.529, sa nivoom značajnosti od .000. Ovako visok i negativan koeficijent sugerise da partnersko izbjegavanje snažno redukuje osjećaj ljubavi povodom seksa. Sa druge strane, visoko partnersko izbjegavanje pospješuje brigu povodom seksa, obzirom da je koeficijent korelacije .377, sa nivoom značajnosti od .000. Konačno, u odnosu partnerskog *izbjegavanja* i *fokusa na sopstveno zadovoljstvo povodom seksa*, konstatuje se koeficijent korelacije u visini od -.213, sa nivoom značajnosti od .002, što znači da povećano partnersko izbjegavanje redukuje osjećaj zadovoljstva povodom seksa.

4. Diskusija

Cilj ovog istraživanja bio je ispitati povezanost komponenata ljubavnog odnosa, odnosno dimenzija afektivne vezanosti, pažnje i seksualnog ponašanja. Provjerene su i polne razlike u ovim odnosima. Prema dobijenim rezultatima, može se reći da je osnovna hipoteza o povezanosti dimenzija afektivne vezanosti, pažnje i seksualnog ponašanja djelimično potvrđena. Međutim, analiza rezultata koje smo dobili ovim istraživanjem onemogućava zaključivanje o teorijski pretpostavljenoj usaglašenoj regulaciji emocija u okviru sve tri komponente ljubavnog odnosa.

Prije svega, očekivana povezanost dimenzija ljubavnog odnosa sa polom djelimično je potvrđena. Kada je riječ o mjernom upitniku PAVa, namjenjenom za procjenu partnerske afektivne vezanosti, a koji sadrži dvije dimenzije *izbjegavanje* i *anksioznost*, ne postoje statistički značajne razlike u odnosu na pol ispitanika. Zabilježene su statistički značajne razlike između muškog i ženskog pola kada je riječ o dimenzijama *empatijska briga* i *lični stres*. Aritmetičke sredine ukazuju da muški pol postiže više rezultate na dimenziji *izbjegavanja*, kao i na sve tri dimenzije koje opisuju seksualno ponašanje (*fokus na ljubav u seksu*, *fokus na brigu u seksu*, *fokus na sopstveno zadovoljstvo u seksu*), te ženski pol više rezultate na dimenzijama *anksioznosti*, *empatijske brige* i *ličnog stresa*. Neočekivan je nalaz o sklonosti muškog pola ka brizi i ljubavi u seksu u odnosu na ženski pol, ali je u pitanju blaga prednost u smjeru muškog pola. Iako je neočekivan, dobijeni nalaz o sklonosti muškog pola ka brizi u seksualnom odnosu je u skladu s dosadašnjim istraživanjima na našim prostorima (Stefanović Stanojević i Nedeljković, 2013). Što se tiče rezultata na dimenzijama *empatijske brige* i *ličnog stresa*, nalazi su očekivani s obzirom na to da je ženski pol skloniji pokazivanju empatije, djeljenju emocija sa drugim ljudima, pokazivanju svojih slabosti, dok su muškarci nešto uzdržaniji i konzervativniji. S obzirom na to da su prema dobijenim rezultatima muškarci skloniji izbjegavanju, a o čemu nam govore i prošla istraživanja (Stefanović Stanojević i Nedeljković, 2013) karakteristično je da mogu

uspijeti izbjeći situacije koje bi mogle izazvati aktivaciju kontrolnog sistema upravo zbog dominacije dimenzije izbjegavanja. U partnerskoj afektivnoj vezanosti, polne razlike nisu u potpunosti jednoznačne, postoje pokazatelji da je kod muškaraca nešto izraženija upravo dimenzija izbjegavanja, a kod žena dimenzija anksioznosti (Schmitt, 2003; prema Maričić i Dmitrović, 2015)

Kada je riječ o postojanju pozitivne povezanosti između dimenzije *anksioznosti* i dimenzija pažnje (*empatijska briga* i *lični stres*), rezultati na ispitanom uzorku pokazuju da anksiozniji ispitanici razvijaju nešto manju *empatijsku brigu*, dok imaju značajno veće skorove na skali *ličnog stresa*. Na osnovu navedenog, istraživačka hipoteza koja pretpostavlja ovu povezanost nam je polovično prihvaćena, te shodno tome potvrđuje se pretpostavka o sklonosti hiperregulaciji emocija samo u domenu *ličnog stresa*. Što dalje navodi na to da ispitanici uzorak je sklon pretjeranoj, stresogenoj brizi za druge. S druge strane, pretpostavljanje o negativnoj povezanosti između dimenzije *izbjegavanja* i dimenzija pažnje je potvrđeno za oba domena (*empatijska briga* i *lični stres*). Veći skorovi na dimenziji *izbjegavanja* dovode do manje empatijske brige, a povećano izbjegavanje implicira i povećan lični stres. Kao što smo već prethodno u teorijskom djelu naveli, a ovdje bi posebno istakli, dobro funkcionisanje sistema pažnje u ljubavnim odnosima je izuzetno važno za stabilnost i zadovoljstvo ljubavnom vezom (Mikulincer, Goodman, 2006). U slučaju propusta a koji se tiče odsustva empatije prema partneru kada mu je ona potrebna dolazi do konflikata i tenzija u vezi, brige i stavova koji su negativni. Takođe, ovi rezultati su u skladu s dosadašnjim istraživanjima koja govore da osobe koje su anksioznije imaju izraženije procjene prijetnje i u skladu s tim emocionalno reaguju prije ostalih i teže potiskuju negativne misli i osjećaje (Ein - Dor, Mikulincer i Shaver, 2011; Mikulincer, Birnbaum, Woddis i Nachmias, 2000; Mikulincer, Dovel i Shaver, 2004; prema Ivančić, 2020).

Dobijeni rezultati, takođe, nam ukazuju i na statistički značajnu povezanost dimenzije anksioznosti i dimenzija seksualnog ponašanja (*fokus na brigu u seksu, fokus na ljubav u seksu, fokus na sopstveno zadovoljstvo u seksu*), što je u skladu sa pretpostavkom o

hiperregulaciji emocija. Dalje se zaključuje da pojačana partnerska anksioznost negativno utiče na koncept ljubavi povodom seksa i da povećana anksioznost implicira i povećanu brigu povodom seksa, kao i da redukuje sopstveno zadovoljstvo povodom seksa. Drugim riječima, disfunkcije sistema vezanosti mogu poremetiti aktivaciju seksualnog sistema i ometati seksualne aktivnosti (Bowlby, 1969), bilo da se to manifestuje brigom u vezi ili osjećajem nelagode zbog intimnosti, malo je vjerovatno da će seksualni sistem pojedinca sa anksioznim obrascem funkcionisati optimalno (Birnbaum, 2015). Istraživanja (Bartholomew & Horowitz, 1991; Mikulincer & Shaver, 2007b; Davis, Shaver & Vernon, 2004; prema Birnbaum, 2015), takođe, govore i da je osoba sa anksioznim obrascem vezanosti zaokupljena strahom od odbacivanja, te je strah može motivisati da putem seksa ostvari bliskost, kako bi zadovoljila svoje potrebe za ljubavlju i sigurnošću.

Kada je riječ o povezanosti dimenzije izbjegavanja i dimenzija seksualnog ponašanja, dobijeni rezultati ukazuju na statističku značajnost u potpunosti. Partnersko izbjegavanje snažno redukuje osjećaj ljubavi povodom seksa, ali i sopstveno zadovoljstvo tokom seksa. S druge strane, visoko partnersko izbjegavanje pospješuje brigu povodom seksa. Takođe, ovi nalazi nam potvrđuju pretpostavku o hiporegulaciji emocija za navedene domene, a gdje je karakteristično prisustvo izbjegavanja seksualne bliskosti. Korištenje izbjegavajućih strategija, a koje bi bile povezane sa negiranjem vlastitih emocionalnih i seksualnih potreba, uključuje i nespremnost za odgovor na partnerove potrebe, ali i da će pojedinac zbog izbjegavanja biti u manjoj mjeri u mogućnosti da odgovori na iste (Feeney i Collins, 2001; prema Ivančić, 2020).

5. Zaključak

Iako rezultati istraživanja djelimično potvrđuju dvije, a u potpunosti ostale tri postavljene hipoteze ne mogu potvrditi pretpostavljeni način funkcionisanja partnerskog odnosa kao kontrolnog sistema koji se zasniva na strategiji regulacije emocija.

Sažeto, ne postoji statistički značajna razlika između polova kada su u pitanju dimenzije izbjegavanje i anksioznost. Ono što je važno istaknuti jeste omjer razlike između muškog i ženskog pola u odnosu na empatijsku brigu i lični stres. Rezultati ukazuju na to da su muškarci skloniji izbjegavanju, fokusu na ljubav u seksu, fokusu na brigu u seksu kao i fokusu na sopstveno zadovoljstvo tokom seksa. Ženski pol je anksiozniji, te skloniji empatijskoj brizi i ličnom stresu, što je negdje bio i očekivan nalaz.

Dalje, anksiozniji ispitanici razvijaju nešto manju empatijsku brigu, ali imaju znatno veće skorove na skali ličnog stresa, što bi išlo u prilog pretpostavci o sklonosti hiperregulaciji emocija, ali u domenu ličnog stresa. Naime, osobe koje su sklone izbjegavanju između ostalog su sklone i ličnom stresu. Ovo upućuje na mogućnost postojanja faktora koji nije obuhvaćen sprovedenim istraživanjem a koji se može nalaziti u osnovi ponašanja u partnerskim odnosima.

Nalaz koji takođe, ide u prilog pretpostavci o hiperregulaciji emocija jeste potvrđena povezanost između dimenzije anksioznosti i dimenzija seksualnog ponašanja. Izražena partnerska anksioznost negativno utiče na koncept ljubavi u seksu, implicira i povećanu brigu povodom istog, ali i redukuje sopstveno zadovoljstvo u seksu.

Povezanost između dimenzije izbjegavanja i dimenzija seksualnog ponašanja je u velikoj mjeri potvrđena. Pojedinci koji su skloni izbjegavanju skloni su redukovanju osjećaja ljubavi povodom seksa i sopstvenog zadovoljstva tokom seksa. Međutim, visoko

partnersko izbjegavanje pospješuje brigu povodom seksa, što sveobuhvatno potvrđuje pretpostavku o hiporegulaciji emocija za prethodno navedene domene.

Važno je istaći da je prije razmatranja koje se tiče odbacivanja teorijskog koncepta, potrebno sagledati ograničenja i moguće nedostatke sprovedenog istraživanja. Takođe, poželjno bi bilo organizovati istraživanje na većem uzorku, kao i provjeru koncepta u bolje kontrolisanim uslovima, te pronaći ili konstruisati adekvatnije instrumente za procjenu dimenzija pažnje i aspekata seksualnog ponašanja. Nedostatak ovog istraživanja može biti i korištenje mjera samoprocjene, iako su one jedne od najpopularnijih metoda u društvenim naukama, iz razloga što pojedinci mogu imati iskrivljenu sliku o sebi, jer teže vidjeti i prikazati sebe u što boljem svijetlu.

Početna zamisao ovog istraživanja bila je da se ispituju ljubavni parovi, međutim, zbog komplikovanosti obezbjeđivanja uzorka u predviđenom roku za izradu rada, tako nešto nije bilo moguće ostvariti. S obzirom na to da je ljubavni odnos dijada, predlog za buduća istraživanja je da se istraži percepcija strategija regulacije emocija konkretno ljubavnih parova, tj. percepcija oba člana dijade, strategije koje koriste i načini regulacije emocija. Posebno ističemo ovo jer su procjene ispitanika koji su učestovali u ovom istraživanju subjektivne i individualne, te bi bilo poželjno uzeti obje osobe iz para.

6. PRILOZI

6.1. Prilog 1. Upitnik o sociodemografskim podacima.

1. Vaš pol:

- Muški
- Ženski

2. Koliko imate godina?

3. Da li ste imali iskustvo ljubavne veze?

- Da, jesam.
- Ne, nisam.

4. Da li ste imali seksualno iskustvo?

- Da, jesam.
- Ne, nisam.

6.2. Prilog 2. Upitnik za procenjivanje partnerske afektivne vezanosti (PAVa)

U ovom upitniku nalazi se 18 tvrdnji koje se odnose na Vaša osećanja u ljubavnim vezama. Zanima nas kako se vi osećate u bilo kojoj vezi sa ljubavnim partnerom (devojka, dečko, suprug, supruga), a ne to kako se osećate specifično u vezi, ukoliko je imate. Molimo Vas da pažljivo pročitate svaku tvrdnju i odgovorite u kojoj meri se slažete sa njom. Stepen svog slaganja izrazite na skali od 1 do 7 na sledeći način:

1	—	2	—	3	—	4	—	5	—	6	—	7
uopšte se ne slažem				nisam siguran				u potpunosti se slažem				

1. Radije ne pokazujem šta zaista osjećam.
2. Plašim se da moj partner neće mariti za mene, onoliko koliko je meni stalo do njega/nje.
3. U trenutku kada se moj partner počne zbližavati sa mnom, primjećujem da ja počnem da se udaljavam.
4. Jako se brinem da ću izgubiti partnera.
5. Ne osjećam se prijatno kada sam emotivno otvoren/na prema partneru/partnerki.
6. Ako ne mogu da navedem partnera da pokaže interesovanje za mene postajem uznemiren/na ili ljut/a.
7. Nervozan/nervozna sam kada dijelim svoje intimne misli ili osjećanja sa partnerom.
8. Brinem se da ću ostati sam/a.
9. Osjećam se prijatno kada dijelim svoje intimne misli ili osjećanja sa partnerom.
10. Moja želja za bliskošću ponekad uplaši i otjera ljude.

11. Pokušavam da izbjegnem emotivno zbližavanje sa partnerom.
12. Ponekad osjećam da prisiljavam partnere da pokažu više osjećanja i više vezanosti.
13. Gotovo sve govorim svojim partnerima.
14. Kada nisam u vezi osjećam se nesigurno i mučno.
15. Osjećam se jako neprijatno kada sam blizak/bliska sa partnerima.
16. Postanem nezadovoljan/na kada mi partner nije na raspolaganju kada mi je potreban/na.
17. Obraćam se partneru iz puno razloga, pa i kad mi je potrebna utjeha i smirenje.
18. Zamjeram partneru kad provodi vrijeme odvojeno od mene.

6.3. Prilog 3. Indeks interpersonalne reaktivnosti – upitnik IRI

Sledeće izjave ispituju Vaše misli i osjećanja u različitim situacijama. Za svaku stavku označite koliko Vas dobro opisuje tako što ćete izabrati odgovarajuće broj na skali od 1 do 5 (1 – uopšte se ne slažem, 2 – ne slažem se, 3 – neodlučan sam, 4 – slažem se, 5 – potpuno se slažem). PAŽLJIVO PROČITAJTE SVAKU STAVKU prije nego što odgovorite. Odgovorite što je moguće iskrenije. Hvala Vam.

1. Maštam i fantaziram, sa određenom regularnošću, o stvarima koje bi mi se mogle desiti. (FS)
2. Često imam nježna, zabrinuta osjećanja prema ljudima koji manje srećni od mene. (EC)
3. Ponekad mi je teško da sagledam stvari iz ugla „druge osobe“. (PT)
4. Ponekad mi nije žao drugih ljudi koji imaju probleme. (EC)
5. Zaista se uživim u osjećanja likova iz romana. (FS)
6. U hitnim situacijama, osjećam se uplašeno i nelagodno. (PD)
7. Obično sam objektivan kada gledam film ili predstavu i ne uživim se često potpuno u to. (FS)
8. Pokušavam da sagledam svačiju stranu neslaganja prije nego što donesem odluku. (PT)
9. Kada vidim da je neko iskorišten, osjećam se nekako zaštitnički prema njemu. (EC)
10. Ponekad se osjećam bespomoćno kada sam usred veoma emotivne situacije. (PD)
11. Ponekad pokušavam da bolje razumijem svoje prijatelje tako što zamišljam kako stvari izgledaju iz njihove perspektive. (PT)
12. Biti izuzetno uključen u dobru knjigu ili film je rijetkost za mene. (FS)
13. Kada vidim da je neko povrijeđen, težim da ostanem miran. (PD)
14. Tuđe nesreće me obično ne uznemiravaju mnogo. (EC)
15. Ako sam siguran da sam u nečemu u pravu, ne gubim mnogo vremena slušajući tuđe argumente. (PT)
16. Nakon što odgledam predstavu ili film, osjećam se kao jedan od likova. (FS)

17. Biti u napetoj emocionalnoj situaciji me plaši. (PD)
18. Kada vidim da se prema nekome postupa nepravedno, ponekad ne osjećam mnogo sažaljenja prema toj osobi. (EC)
19. Obično sam prilično efikasno u rešavanju hitnih slučajeva. (PD)
20. Često sam prilično dirnut stvarima koje vidim da se dešavaju. (EC)
21. Vjerujem da svako pitanje ima dvije strane i pokušavam da sagledam obje. (PT)
22. Sebe bih opisao kao osobu koja prilično ima meko srce. (EC)
23. Kada pogledam dobar film, vrlo lako mogu da se stavim na mjesto glumca. (FS)
24. Sklon sam da izgubim kontrolu u hitnim slučajevima (PD)
25. Kada sam ljut na nekoga, obično pokušavam da se „stavim u njegovu kožu“ neko vrijeme. (PT)
26. Kada čitam zanimljivu priču ili roman, zamišljam kako bih se osjećao da se događaji iz priče dešavaju meni. (FS)
27. Kada vidim nekoga kome je hitno potrebna pomoć, raspadnem se u komadiće. (PD)
28. Prije nego što nekoga kritikujem, pokušavam da zamislim kako bih se osjećao da sam na njegovom mjestu. (PT)

6.4. Prilog 4. Experience of Heterosexual Intercourse Scale – upitnik EHIS

Pokušajte da se sjetite neke situacije ili više situacije u kojima ste imali seksualni odnos i razmislite /ili zamislite/ (što je moguće detaljnije), šta Vam se desilo tokom cijelog iskustva. Pokušajte da u svom umu ponovo stvorite stvari koje su se desile tokom tog seksualnog iskustva. U ovom odjeljku nalazi se spisak rečenica koje se odnose na situaciju/e koje ste se sjetili. Zaokružite pored svake rečenice stepen slaganja sa iskustvom koje ste imali. Za svaku tvrdnju postoji skala brojeva od 1, što ukazuje na potpuno neslaganje, do 9, što predstavlja potpuno slaganje. Ako rečenica u velikoj mjeri odgovara doživljaju, označite veći broj, ako ne odgovara, označite manji broj. Važno nam je da vaši odgovori budu zasnovani na iskustvu ili iskustvima heteroseksualnog odnosa koje ste imali tokom svog života, prema tome pokušajte da odgovorite na pitanja iz svog ličnog iskustva i zanemarite ono što ste čuli ili pročitali o ovoj temi. Takođe, ovdje želimo posebno da istaknemo da su ovi upitnici anonimni i povjerljivi.

1. Osjećam se sigurno.
2. Osjećam se željeno
3. Osjećam da je moj partner pažljiv prema meni.
4. Osjećam se ženstveno.
5. Osjećam se posebno.
6. Osjećam se poželjno.
7. Osjećam da me partner prihvata.
8. Osjećam da je moj partner fokusiran na mene.
9. Osjećam se shvaćeno.
10. Osjećam da sam važan svom partneru.
11. Osjećam da me partner poznaje.
12. Fokusiran sam na uživanje svog partnera.

13. Zaokupljen sam zavodjenjem svog partnera.
14. Fokusiran sam na zadovoljavanje svog partnera.
15. Pokušavam udovoljiti svom partneru.
16. Zadovoljstvo mog partnera me zadovoljava.
17. Razmišljam o tome šta moj partner misli/osjeća.
18. Razmišljam kako privući svog partnera.
19. Osjećam da odgovaram na partnerove potrebe.
20. Osjećam ljubav prema svom partneru.
21. Osjećam toplinu prema svom partneru.
22. Osjećam intimnost i bliskost sa svojim partnerom.
23. Osjećam da se spajam sa svojim partnerom.
24. Privlači me moj partner.
25. Želim da moj partner izrazi toplinu prema meni.
26. Želim da bude više predigre.
27. Želim se osjećati voljeno.
28. Želim da bude više osjećaja.
29. Želim privući pažnju svog partnera.
30. Osjećam se usamljeno.
31. Osjećam prazninu.
32. Osjećam samosažaljenje.
33. Želim biti sam/a.
34. Osjećam ljutnju prema svom partneru.
35. Osjećam tugu.
36. Osjećam se otuđeno i odvojeno.
37. Bojim se ishoda svojih postupaka.
38. Osjećam mržnju prema sebi.

39. Osjećam da radim nešto nečisto.
40. Osjećam se krivim/krivom.
41. Osjećam da radim nešto zabranjeno.
42. Osjećam gađenje.
43. Bojim se penetracije,
44. Osjećam se posramljeno.
45. Osjećam da me moj partner ne zna uzbuditi.
46. Ljubomoran sam na svog partnera.
47. Osjećam da mi je teško postići orgazam.
48. Osjećam nedostatak komunikacije sa svojim partnerom.
49. Osjećam da nešto nedostaje.
50. Uznemirujuće misli mi ometaju koncentraciju.
51. Moje misli lutaju na druge stvari.
52. Bojim se razočarati svog partnera.
53. Osjećam da nisam dovoljno „dobar“ u krevetu.
54. Teško mi je koncentrisati se tokom samog čina.
55. Osjećam uznemirenost.
56. Osjećam zadovoljstvo.
57. Osjećam se zadovoljno.
58. Osjećam se ispunjeno.
59. Osjećam olakšanje.
60. Osjećam uzbuđenje.
61. Osjećam da je moje ponašanje spontano.
62. Osjećam se opušteno.
63. Mislim da ne može biti bolje od ovoga.
64. Mislim samo na dobre stvari.

65. Osjećam smirenost.
66. Osjećam se upoznato sa svojim tijelom.
67. Osjećam gubitak kontrole.
68. Osjećam lebdeću senzaciju.
69. Osjećam se kao da sam se ohladio.
70. Dopuštam sebi da radim stvari koje ne radim u svakodnevnom životu.
71. U stanju sam ekstaze.
72. Osjećam neku vrstu maglovitosti u svom razmišljanju.
73. Osjećam se odvojeno od svijeta.
74. Koristim svog partnera da ispunim svoje potrebe.
75. Fokusiran sam na svoje potrebe.
76. Koncentrišem se samo na sebe.
77. Osjećam da sam rob svog tijela i želje.
78. Osjećam snagu i moć.
79. Osjećam osvajanje.

7. LITERATURA

- Aronson, E., Wilson, T. D., Akert, R. M., Franc, R., Kamenov, Ž., Šakić, M., & Šakić, V. (2005). *Socijalna psihologija*. Zagreb: Mate d.o.o.
- Birnbaum, G. E. (2014). Sexy building blocks: The contribution of the sexual system to attachment formation and maintenance. In M. Mikulincer & P. R. Shaver (Eds.), *Mechanisms of social connection: From brain to group* (pp. 315–332). Washington, DC: American Psychological Association. doi: 10.1037/14250-01
- Birnbaum, G. E. (2015). On the convergence of sexual urges and emotional bonds. In J. A. Simpson & W. S. Rholes (Eds.), *Attachment theory and research: New directions and emerging themes*, 170 - 194. The Guilford Press.
- Birnbaum, G. E., & Laser-Brandt, D. (2002). Gender differences in the experience of heterosexual intercourse. *Canadian Journal of Human Sexuality*, Vol. 11 (3). Preuzeto sa https://www.researchgate.net/publication/228806203_Gender_Differences_in_the_Experience_of_Heterosexual_Intercourse
- Bošković, A. (2020). *Emocionalna inteligencija i taktike manipulacije u ljubavnim vezama*. (Doktorska disertacija) Zadar: Sveučilište u Zadru.
- Bowlby, J. (1951). Maternal Care and Mental Health. *Bulletin of the World Health Organization*, 3, 355–533. Ženeva: World Health Organization.
- Bowlby, J. (1969), Attachment and loss. *Attachment Vol. 1*. 428. London: The Hogarth Press and Institute of Psycho-Analysis.
- Bowlby, J. (1988). *A secure base: Parent-child attachment and healthy human development*. New York: Basic Books.

- Branković, J. (2016). Savjetovanje mladih za funkcionalne partnerske odnose: značaj i primeri programa. U: J. Petrović (ured.), *Slika tela, seksualnost i partnerske veze u adolescenciji*, 131. Novi sad: Filozofski fakultet
- Brennan, D. & Shaver, P. R. (1995). Dimensions of adult attachment, affect regulation, and romantic relationship functioning. *Personality and Social Psychology Bulletin*, 21, 267–283. doi: 10.1177/0146167295213008.
- Černeli, A. (2015). *Odnos uvjerenja o odnosima i kvalitete intimne veze uz posredničku ulogu ponašanja partnera*. (Diplomski rad). Zagreb: Odsjek za psihologiju Filozofskog fakulteta. Preuzeto sa <http://darhiv.ffzg.unizg.hr/id/eprint/6482>
- Dautbegović, A., Đapo, J. K. (2009). Povezanost kvalitete braka i sociodemografskih obilježja. U: A. Kurtović, R. Šetić (ured.), 1. *Naučno stručni skup*. 113. Sarajevo: Štamparija Fojnica.
- Davis, M. H. (1983). Measuring individual differences in empathy: Evidence for a multidimensional approach. *Journal of personality and social psychology*, Vol 44(1), 113. doi: 10.1037/0022-3514.44.1.113
- Dinić, B., & Knežević, G. (2008). Dimenzije seksualnog ponašanja. *Primenjena psihologija*, 1(3-4), 161-186. DOI:10.19090.
- Erceg, J. (2020). *Uloga psihodinamike u razlikama zrelih i nezrelih ljubavnih odnosa*. (Diplomski rad), Zagreb: Sveučilište u Zagrebu. Preuzeto sa <https://repozitorij.mef.unizg.hr/islandora/object/mef%3A2939?language=en>
- Feeney, B. C., Van Vleet, M., & Jakubiak, B. K. (2015). An attachment-theoretical perspective on optimal dependence in close relationships. In J. A. Simpson & W. S. Rholes (Eds.), *Attachment theory and research: New directions and emerging themes*. 195–233. The Guilford Press.

- Foretić, V. (2014). Ljubav-stav i umijeće. *Spectrum: ogledi i prinosi studenata teologije*, 47 (3-4 1-2), 74-97. Zagreb: Katolički bogoslovni fakultet Sveučilišta u Zagrebu. Preuzeto sa <https://hrcak.srce.hr/130012>
- Fromm, E. (1956). *Umijeće ljubavi*, (M. Radić, prev.). Podgorica: Nova Knjiga (2015).
- Haramina, S. (2021). Oksitocin i ljudska seksualnost. *Primaljski vjesnik*, (30.), 1-10. Preuzeto sa <https://hrcak.srce.hr/file/377749>
- Hazan, Cindy; Shaver, Phillip (1987), Romantic love conceptualized as an attachment process. *Journal of Personality and Social Psychology*, Vol 52(3), 511-524. Denver: University of Denver.
- Ivančić, V. (2020). *Privrženost, regulacija afektivnih stanja i zadovoljstvo u ljubavnim vezama* (Diplomski rad). Osijek: Sveučilište Josipa Jurja Strossmayera u Osijeku, Filozofski fakultet. Preuzeto sa <https://zir.nsk.hr/islandora/object/ffos:5286>
- Juratović, L. (2021). *Upravljanje impresijama u suvremenim ljubavnim vezama*. (Doktorska disertacija). Zagreb: Fakultet hrvatskih studija. Preuzeto sa [view \(nsk.hr\)](http://view.nsk.hr)
- Kantor, E. (2018). *Zahvalnost i subjektivna dobrobit* (Završni rad). Osijek: Sveučilište Josipa Jurja Strossmayera u Osijeku, Filozofski fakultet. Preuzeto sa kantor_ena_ffos_2018_zavrs_sveuc.pdf
- Knez, N. (2021). *Ljubavni odnosi među mladima na društvenim mrežama: sociološko istraživanje*. (Završni rad), Split: Sveučilište u Splitu Filozofski fakultet. Preuzeto sa [view \(nsk.hr\)](http://view(nsk.hr))
- Komljenović, S. (2022). *Rizična seksualna ponašanja mladih* (Završni rad). Zagreb: Sveučilište u Zagrebu, Pravni fakultet. Preuzeto s: <https://urn.nsk.hr/urn:nbn:hr:199:874020>
- Maričić, N., & Dmitrović, J. (2015). Seksualna orijentacija i pol kao prediktori misaone supresije i partnerske afektivne vezanosti. U: V. Turjačanin, B. Mirković, S. Radetić Lovrić

(ured.), *Otvoreni dani psihologije*, 51. Banja Luka. Filozofski fakultet Univerziteta u Banja Luci.

Marković, I. (2022). *Psihosocijalne odrednice partnerskih odnosa* (Diplomski rad), Zagreb: Sveučilište u Zagrebu, Fakultet hrvatskih studija. Preuzeto sa <https://zir.nsk.hr/islandora/object/hrstud%3A3123>

Marković, M. (2015). *Kulturalne razlike-socijalne norme i spolnost* (Završni rad), Osijek: Sveučilište Josipa Jurja Strossmayera u Osijeku, Filozofski fakultet. Preuzeto sa <https://repozitorij.ffos.hr/islandora/object/ffos:53>

Mikulincer, M., & Goodman (2006). *Dynamics of romantic love: Attachment, caregiving, and sex*. New York: Guilford Press.

Mikulincer, M., Shaver, P. R., Bar-On, N., & Sahdra, B. K. (2014). Security enhancement, self-esteem threat, and mental depletion affect provision of a safe haven and secure base to a romantic partner. *Journal of Social and Personal Relationships*, 31(5), 630-650. DOI: 10.1177/0265407514525887

Mikulincer, M., Shaver, P. R., Sahdra, B. K., & Bar-On, N. (2013). Can security-enhancing interventions overcome psychological barriers to responsiveness in couple relationships? *Attachment & Human Development*, 15, 246-260. DOI:10.1080/14616734.2013.782653

Nikić, G. (2008). *Povezanost stilova ljubavi i činilaca bliskih partnerskih odnosa u kasnoj adolescenciji i odraslom dobu*. (Doktorska disertacija), Filozofski fakultet, Beograd.

Péloquin, K., Brassard, A., Lafontaine, M. F., & Shaver, P. R. (2014). Sexuality examined through the lens of attachment theory: Attachment, caregiving, and sexual satisfaction. *The Journal of Sex Research*, 51(5), 561-576. DOI:10.1080/00224499.2012.757281

Pernar, M. (2010). Ljubav i intimnost. *Medicina Fluminensis*, 46(3), 234-241. Rijeka: KBC Rijeka.

- Petrović, J. (2006). Percepcija kvaliteta socijalnih odnosa u adolescenciji, *Teme*, 2, 291-305. Novi Sad: Filozofski fakultet.
- Petrović, J. (2016). Ljubav u adolescenciji: razvojni značaj partnerskih odnosa. U: J. Petrović (ured.), *Slika tela, seksualnost i partnerske veze u adolescenciji*, 51. Novi Sad: Filozofski Fakultet
- Petrović, J., & Vuković, J. (2016). Seksualna inicijacija i motivacija za ulazak u seksualne odnose u adolescenciji. U: J. Petrović (ured.), *Slika tela, seksualnost i partnerske veze u adolescenciji*, 65. Novi Sad: Filozofski fakultet
- Rakočević Medojević, D. (2016). Rani stilovi afektivne vezanosti kao prediktori kvaliteta partnerskih veza i razvoda braka. *Sociološka Luča*, 10 (1). 39-49.
- Rodić, N., & Knežević, J. (2013). Samoregulišuća ponašanja dece i tehnike relaksacije tokom hospitalizacije. U: S. Vidanović, N. Miličević, J. Opsenica Koštić (ur.), *Razvoj i mentalno zdravlje*, 155-166. Niš: Izdavački centar Univerzitet u Nišu.
- Shaver, P. R., Hazan, C., & Bradshaw, D. (2021). The integration of three behavioral systems. *Attachment Theory and Research: A Reader*, 74.
- Stefanović Stanojević T. (2020). *Ljubav ili triP*. Beograd: Data Status, d.o.o.
- Stefanović Stanojević, T. (2007). Ljubavni odnosi i afektivna vezanost. U: V. Jovanović (ured.) *Zbornik Primenjena psihologija – društvo, porodica i ponašanje*. 67-76. Niš: Filozofski fakultet.
- Stefanović Stanojević, T. (2011) *Afektivna vezanost, razvoj, modaliteti i procena*. Niš: Filozofski fakultet.
- Stefanović Stanojević, T. i Nedeljković, J. (2013). Ljubavni odnosi kao trojstvo: afektivna vezanost, pažnja i seks. U: S. Vidanovic, N. Miličević, J. Opsenica Koštić (ur.), *Razvoj i mentalno zdravlje*, 45-60. Niš: Izdavački centar Univerzitet u Nišu.

- Stefanović Stanojević, T. i Tošić, M. (2011). Seksualno ponašanje u odnosu na obrasce afektivnog vezivanja. U: T. Stefanović Stanojević (ured.), *Ljubav, seks, mladi: Sociokulturni i emocionalni činioci rizičnog seksualnog ponašanja omladine*, 123-141. Niš: Centar za naučna istraživanja SANU i Univerziteta u Nišu.
- Stefanović Stanojević, T., Mihić, I., & Hanak, N. (2012). *Afektivna vezanost i porodični odnosi: razvoj i značaj*. Beograd: Centar za primenjenu psihologiju.
- Stefanović Stanojević, T., Vidanović, S. i Anđelković, V. (2010). Privrženost, agresivnost I potreba za traženjem uzbuđenja u adolescenciji. *Ljetopis socijalnog rada*, 17 (1). 71-92. Preuzeto sa <https://hrcak.srce.hr/52510>
- Šenjug, L. (2018). *Psihoanalitički modeli razumijevanja preobrazbe ljubavi u mržnju* (Diplomski rad). Zagreb: Sveučilište u Zagrebu, Medicinski fakultet. Preuzeto sa <https://urn.nsk.hr/urn:nbn:hr:105:047036>
- Tadinac, M., Kamenov, Ž., Jelić, M., & Hromatko, I. (2005). *Što ljubavnu vezu čini uspješnom?* Izvještaj s XV. Ljetne psihologijske škole. Brač. Zagreb: Odsjek za psihologiju i Klub studenata psihologije.
- Todorović, D., Vujičić, M., & Ignjatović, M. (2014). Dimenzije partnerske afektivne vezanosti, kvalitet interakcija u primarnoj porodici i potreba za psihološkim savetovanjem kod studenata različitih fakulteta. *Godišnjak za psihologiju*, 11 (13), 111-134.
- Tomljanović, M. (2018). *Tajne dugovječnosti sadomazohističkih odnosa*. (Diplomski rad), Zagreb: Sveučilište u Zagrebu, Medicinski fakultet. Preuzeto sa <https://urn.nsk.hr/urn:nbn:hr:105:628910>
- Vukčević, B. N. (2004). *Razvoj i promjene u afektivnoj vezanosti u adolescenciji*. (Doktorska disertacija) Niš: Univerzitet u Nišu, Filozofski fakultet. Preuzeto sa <https://nardus.mpn.gov.rs/bitstream/handle/123456789/4006/Disertacija.pdf?sequence=4&isAllowed=y>

World Health Organization. (2020). Incorporating intersectional gender analysis into research on infectious diseases of poverty: a toolkit for health researchers

Yago, H. (2020). *Afekti, nagoni i seksualnost u ljubavi i mržnji*. (Master rad) Zagreb: Sveučilište u Zagrebu, Medicinski fakultet. Preuzeto sa <https://urn.nsk.hr/urn:nbn:hr:105:387144>

Zajić, M., & Živković, S. (2016). Obrasci afektivne vezanosti i kvalitet braka. *Godišnjak za psihologiju*, 13(15), 35-53. Preuzeto sa <https://www.psihologijanis.rs/arhiva-godisnjak/godisnjak-2016/Godisnjak-Vol-13-No-15-%282016%29-35-53.pdf>