

UNIVERZA NA PRIMORSKEM
FAKULTETA ZA MATEMATIKO, NARAVOSLOVJE IN
INFORMACIJSKE TEHNOLOGIJE

ZAKLJUČNA NALOGA

VPLIV LASTNOSTI TEMNE TROJICE NA STIL
NAVEZANOSTI V LJUBEZENSKIH ODNOSIH
ODRASLIH IN NEZVESTOBO

IRINA JOVANOVSKI

UNIVERZA NA PRIMORSKEM
FAKULTETA ZA MATEMATIKO, NARAVOSLOVJE IN
INFORMACIJSKE TEHNOLOGIJE

Zaključna naloga

**Vpliv lastnosti Temne trojice na stil navezanosti v ljubezenskih
odnosih odraslih in nezvestobo**

(How the Dark triad properties influence attachment styles in adult romantic
relationships and infidelity)

Ime in priimek: Irina Jovanovski
Študijski program: Biopsihologija
Mentor: doc. dr. Kristijan Musek Lešnik

Koper, julij 2017

Ključna dokumentacijska informacija

Ime in PRIIMEK: Irina JOVANOVSKI

Naslov zaključne naloge: Vpliv lastnosti Temne trojice na stil navezanosti v ljubezenskih odnosih in nezvestobo

Kraj: Koper

Leto: 2017

Število listov: 88

Število slik: 3

Število tabel: 16

Število prilog: 1

Št. strani prilog: 3

Število referenc: 52

Mentor: doc. dr. Kristijan Musek Lešnik

Ključne besede: Temna trojica, Teorija navezanosti, nezvestoba, ljubezenski odnosi, odrasli

Izveček: Osnovni namen zaključne naloge je bil osvetliti pojav nezvestobe v odnosih odraslih oseb z vidika Teorije navezanosti in lastnosti Temne trojice. V teoretičnem delu sem se osredotočila na razlago Teorije navezanosti, kako se je razvijala in kako določeni stili navezanosti vplivajo na odnose. Nadalje sem se osredotočila na to, kako na odnose in nezvestobo vplivajo narcisizem, psihopatija in Makiavelizem. Na koncu pa sem predelala še različne teorije o nezvestobi, predvsem evolucijski vidik in pa, kaj so pokazale dosedanje raziskave glede povezave med različnimi stili navezanosti in nezvestobo. V empiričnem delu sem se osredotočila na šest glavnih hipotez, s katerimi sem preverjala najprej povezavo med različnimi stili navezanosti in lastnostmi Temne trojice, potem povezavo lastnosti Temne trojice z nezvestobo, na koncu pa sem se osredotočila še na razlike med spoloma. Rezultati so pokazali, da je bilo nezvestih skoraj 40% udeležencev, velika večina pa je bila žensk. Hkrati se je pokazalo, da je ženska nezvestoba bolj povezana z določenim stilom navezanosti (zavračujočim) ter določenima lastnostima Temne trojice (Makiavelizem in narcisizem), pri moških pa je za pojav nezvestobe ključno predvsem nezadovoljstvo s pogostostjo spolnih odnosov in pa splošno nezadovoljstvo v odnosu.

Key words documentation

Name and SURNAME: Irina JOVANOVSKI

Title of the final project paper: How the Dark triad properties influence attachment styles in adult romantic relationships and infidelity

Place: Koper

Year: 2017

Number of pages: 88 Number of figures: 3 Number of tables: 16

Number of appendix: 1 Number of appendix pages: 3

Number of references: 52

Mentor: Assist. Prof. Kristijan Musek Lešnik, PhD

Keywords: Dark triad, Attachment theory, infidelity, romantic relationships, adults

Abstract: The basic purpose of my thesis is to shed light on the phenomenon of infidelity in adult relationships in relation to the Attachment theory and Dark triad characteristics. In theoretical part I first focused on the basics of the Attachment theory, how it developed over the years and how different attachment styles influence relationships. After that I focused on narcissism, psychopathy and Machiavellianism and their impact on relationships and infidelity. In the end I wrote about different theories of infidelity, especially about the evolutionary theory and about what previous researches show about the relation between different attachment styles and infidelity. In empirical part of my thesis I focused on six main hypotheses to investigate the relation between different attachment styles and Dark triad characteristics, the relation between Dark triad characteristics and infidelity and how big is the role of gender. My results have shown that almost 40% of participants were unfaithful, with prevalence of women. Results have also shown that women infidelity is linked to specific attachment style (dismissive) and specific Dark triad traits (Machiavellianism and narcissism), while on the other hand male infidelity is mainly linked to dissatisfaction with the frequency of sexual intercourse and overall dissatisfaction in their relationship.

ZAHVALA

Najprej bi se rada zahvalila svojemu mentorju za vso pomoč pri pisanju. Zahvalila bi se tudi mami Nataši in Gregorju Kočarju za pomoč s statistiko, Ursu Zulaufu za tehnično pomoč in pa seveda vsem, ki so mi tekom pisanja pomagali na takšen ali drugačen način.

Hvala!

KAZALO VSEBINE

1	UVOD.....	1
1.1	Teorija navezanosti.....	1
1.1.1	Uvod v teorijo navezanosti.....	1
1.1.2	Razvoj teorije navezanosti.....	5
1.1.3	Razvoj odnosov glede na teorijo navezanosti.....	11
1.1.4	Odnosi ljudi z različnimi stili navezanosti.....	14
1.1.5	Evolucijski in biopsihološki pogled na teorijo navezanosti.....	21
1.2	Temna trojica.....	28
1.2.1	Uvod v teorijo Temne trojice.....	28
1.2.2	Evolucijski pogled na lastnosti Temne trojice.....	32
1.2.3	Lastnosti Temne trojice in odnosi.....	35
1.2.4	Lastnosti Temne trojice in nezvestoba.....	39
1.3	Nezvestoba.....	42
1.3.1	Evolucijski pogled na nezvestobo.....	47
1.3.2	Nezvestoba v številkah.....	48
1.3.3	Zaupanje in ljubosumje.....	49
1.4	Namen in cilji raziskave.....	52
1.4.1	Hipoteze.....	52
2	METODA.....	55
2.1	Vzorec.....	55
2.2	Pripomočki.....	55
2.3	Postopek.....	55
3	REZULTATI.....	56
3.1	Narcisizem pozitivno korelira s plašljivim stilom navezanosti.....	56
3.2	Psihopatija pozitivno korelira z zavračujočim stilom navezanosti.....	56
3.3	Makiavelizem pozitivno korelira s zavračujočim stilom navezanosti.....	57
3.4	Osebe z visokimi rezultati na lastnostih Temne trojice so bolj nagnjene k nezvestobi, kot osebe z nizkimi rezultati.....	57
3.5	Pri ženskah nezvestoba pozitivno korelira z narcisizmom.....	58
3.6	Pri moških nezvestoba pozitivno korelira s psihopatijo.....	59
3.7	Drugo.....	60
3.7.1	Povezava stilov navezanosti z moško in žensko nezvestobo.....	60
3.7.2	Povezava med nezvestobo in zadovoljstvom v odnosu ter pogostostjo spolnih odnosov.....	60
3.7.3	Povezava med zadovoljstvom v odnosu ter pogostostjo spolnih odnosov in stili navezanosti.....	62
3.7.4	Razlogi za nezvestobo.....	62

4	INTERPRETACIJA	64
4.1	H1: Narcisizem pozitivno korelira s plašljivim stilom navezanosti	64
4.2	H2: Psihopatija pozitivno korelira z zavračujočim stilom navezanosti	64
4.3	H3: Makiavelizem pozitivno korelira z zavračujočim stilom navezanosti	65
4.4	H4: Osebe z visokimi rezultati na lastnostih Temne trojice so bolj nagnjene k nezvestobi, kot osebe z nizkimi rezultati.....	65
4.5	H5: Pri ženskah nezvestoba pozitivno korelira z narcisizmom	66
4.6	H6: Pri moških nezvestoba pozitivno korelira s psihopatijo.....	67
4.7	Drugo	67
4.7.1	Nezvestoba v številkah	67
4.7.2	Povezava stilov navezanosti z moško in žensko nezvestobo	68
4.7.3	Povezava med nezvestobo in zadovoljstvom v odnosu ter pogostostjo spolnih odnosov.....	68
4.7.4	Povezava med zadovoljstvom v odnosu ter pogostostjo spolnih odnosov in stili navezanosti.....	69
4.7.5	Razlogi za nezvestobo	69
4.8	Omejitve raziskave.....	69
5	SKLEPI.....	70
6	LITERATURA	71

KAZALO PREGLEDNIC

Tabela 3.01 : Korelacije med narcisizmom in stili navezanosti.....	64
Tabela 3.02: Korelacije med psihopatijo in stili navezanosti	64
Tabela 3.03: Korelacije med makiavelizmom in stili navezanosti.	65
Tabela 3.04: Korelacije med nezvestobo in rezultati na Temni trojici.	65
Tabela 3.05: Povezava med nezvestobo in različnimi stili navezanosti.	66
Tabela 3.06: Korelacije med žensko nezvestobo in lastnostmi Temne trojice	67
Tabela 3.07: Korelacije med moško nezvestobo in lastnostmi Temne trojice.....	67
Tabela 3.08: Frekvenca in procent nezvestih žensk.....	67
Tabela 3.09: Frekvenca in procent nezvestih moških	67
Tabela 3.10: Korelacija med moško nezvestobo in stili navezanosti.	68
Tabela 3.11: Korelacija med žensko nezvestobo in stili navezanosti.	68
Tabela 3.12: Korelacija med nezvestobo in zadovoljstvom v odnosu.....	69
Tabela 3.13: Korelacija med nezvestobo in pogostostjo spolnih odnosov v odnosu.....	69
Tabela 3.14: Korelacije med stili navezanosti in zadovoljstvom v odnosih.....	70
Tabela 3.15: Korelacije med stili navezanosti in pogostostjo spolnih odnosov v odnosih..	70

KAZALO SLIK IN GRAFIKONOV

Slika 1.01: Model štirih vzorcev navezanosti	9
Slika 3.01: Grafični prikaz korelacij med nezvestobo in višino rezultata na Temni trojici.....	58
Slika 3.02: Grafični prikaz razlogov za nezvestobo	63

KAZALO PRILOG

Priloga: Vprašanja, uporabljena v spletnem vprašalniku

1 UVOD

1.1 Teorija navezanosti

1.1.1 Uvod v teorijo navezanosti

Kaj je ljubezen? Neskončno odgovorov nam je bilo že ponujeno s strani filozofov, teologov, kreativnih pisateljev in – v današnjih časih tudi – psihiatrov in psihologov. V poznih 1980ih so Shaver in njegovi soavtorji (Hazan & Shaver, 1987; Shaver & Hazan, 1988; Shaver, Hazan, & Bradshaw, 1988) predlagali razširiti Bowlbyjevo (1969/1982, 1973, 1979, 1980) teorijo navezanosti, katera je bila ustvarjena za karakteriziranje ljubezni dojenčkov in njihove navezanosti na svoje skrbnike, da bi postavili okvirje za študije romantične ljubezni v odraslih navezanih odnosih (Mikulincer, 2006).

Hazan in Shaver sta menila, da je romantična ljubezen proces navezanosti (proces postati navezan), katerega različni posamezniki različno doživljajo, predvsem zaradi svojih različnih navezanosti v preteklosti. Čeprav so mnogi raziskovalci (e.g., Rubin, 1973; Hatfield & Sprecher, 1985) uspeli opredeliti ljubezen na enodimenzionalno lestvico, se dosti ostalih strinja, da se ljubezen pojavlja v različnih oblikah (e.g., Dion & Dion, 1985; Hendrick & Hendrick, 1986; Lee, 1973; Stock, Levitan, McLane, & Kelley, 1982; Sternberg, 1986; Tennov, 1979). Teorija navezanosti pojasnjuje, kako se vsaj določene od teh oblik ljubezni oblikujejo in kako se enake dinamične podlage, ki so skupne vsem ljudem, oblikujejo glede na socialno izkušnjo, ter kako to potem vpliva na razvoj različnih stilov odnosov (Hazan & Shaver, 1987).

Teorija navezanosti je široka, celovita teorija, ki zagotavlja evolucijsko, na bioloških temeljih postavljeno razlago za to, zakaj ljudje vzpostavljamo in vzdržujemo bližnje čustvene vezi z drugimi. Bowlby (1969, 1973, 1979, 1980) je prvotno predpostavljal, da ima vedenjski sistem navezanosti funkcijo zaščite dojenčkov pred vsem, kar bi jim lahko škodilo in da povečuje njihovo možnost preživetja s tem, da jih obdrži blizu skrbnikov ter jih tako vodi, da iščejo bližino in kontakt z njimi, ko se znajdejo v potencialno ogrožujočih ali nevarnih situacijah (Pietromonaco & Beck, 2015).

Bowlby (1979) je verjel, da je navezanost pomembna komponenta človeškega doživljanja »od zibelke do groba« ” (p. 129). Navezane odnose je videl kot nekaj, kar igra pomembno vlogo tudi v čustvenem življenju odraslih (Fraley & Shaver, 2000). Čeprav se je primarno usmeril bolj na raziskovanje navezanosti dojenčkov in mlajših otrok, je priznaval tudi pomembnost raziskovanja procesov navezanosti v odraslosti in trdil, da se osnovne

se bo sistem navezanosti v odraslosti aktiviral vsakič, ko bo navadno občutena varnost ogrožena, tako da bodo, ko se bodo odrasli soočili z dogodki, ki jih bodo zaznali kot stresne ali ogrožujoče, iskali oz. želeli imeti kontakt s svojimi partnerji. Torej, vedenje, s katerim iščemo podporo (npr. izražanje nelagodja, iskanje pomiritve in pomoči) v odraslosti, lahko označimo kot manifestacijo vedenjskega sistema navezanosti. Nadalje teorija navezanosti nakazuje, da je čustveno dobro počutje v odraslosti, tako kot tudi v otroštvu, odvisno na enem delu od tega, ali imamo figuro navezanosti, ki je dostopna in katera nam lahko služi kot zanesljivo varno zatočišče v težjih časih (Collins & Feeney, 2000).

Bowlby je opisal vedenjski sistem navezanosti kot sistem kontrole motivacije, katerega cilj so občutki varnosti skozi celotno otroštvo v odnosu - navezanosti s skrbnikom (Bowlby, 1969/1982). Vedenja, povezana z navezanostjo, so elementi, ki jih lahko opazujemo (npr. jokanje, klicanje, iskanje...) in katera reflektirajo »aktivacijo vedenja, ki ga ne moremo direktno opazovati, ampak je povzeto« (Stevenson-Hinde, 1994, p. 62). Ta sistem se aktivira v času nevarnosti, stresa in novosti, njegov namen pa je pridobivanje in ohranjanje kontakta s figuro navezanosti. Figura navezanosti promovira vedenje povezano z navezanostjo tako, da je dostopna, odzivna, protektivna in pomirjujoča, kadar pride do stresa (Waters, Kondo-Ikemura, Posada, & Richters, 1991). Dostopnost, odzivnost in aktivna podpora skrbnika pomagajo otroku, da samozavestno raziskuje svoje okolje pod normalnimi okoliščinami ter da se počuti varno vedoč, da je figura navezanosti oz. skrbnik blizu, če ga bi potreboval (Crowell & Treboux, 1995).

Sposobnost otroka, da dojema svojo figuro navezanosti kot *varno zatočišče* v težkih trenutkih, naj bi bila ključna komponenta dobrega delovanja vezi navezanosti in ključen napovednik zdravega čustvenega razvoja otroka (Collins & Feeney, 2000). Tolažba in kontakt s skrbnikom pomagata dojenčku regulirati občutke stiske in ponovno vzpostaviti občutek čustvenega dobrega počutja ali »občutka varnosti« (Sroufe & Waters, 1977). Primarna funkcija vedenjskega sistema navezanosti je torej regulirati občutke stiske: percepcija grožnje potisne dojenčka bližje k svoji figuri navezanosti, katera navadno zagotavlja tolažbo in varnost, kar v dojenčku povzroči, da občuti olajšanje (Mikulincer & Shaver, 2007). Preko takšne vrste interakcij potem ljudje razvijemo svoje notranje delovne modele (mentalne reprezentacije) o sebi v povezavi z nam pomembnimi drugimi, ti notranji modeli pa naj bi vodili proces navezanosti od začetka otroštva pa do odraslosti (Bowlby, 1973; Mikulincer & Shaver, 2007; Pietromonaco & Barrett, 2000) (Pietromonaco & Beck, 2015).

Teorija navezanosti poudarja tako normativne procese navezanosti, ki so temeljni za človeško doživljanje (npr. iskanje figure navezanosti za zaščito ob nevarnosti), kot tudi

individualne razlike v procesih navezovanja, ki bazirajo na preteklih izkušnjah vsakega človeka s svojimi skrbniki (npr. s skrbniki, ki so vedno na voljo ali takšnimi ki niso ali ki so brezbrizni) (Pietromonaco & Beck, 2015).

Ko osebe doživljajo stresne ali ogrožujoče dogodke, se dostikrat obrnejo na svoje bližnje, da jih ti pomirijo, jim pomagajo in jih podprejo. Veliko raziskav potrjuje, da če dobivamo podporo družbe oz. če smom prepričani, da nam bo ta družba oz. oseba na voljo, ko jo bomo potrebovali, nam to pomaga, da se bolj učinkovito soočamo s stresnimi življenjskimi dogodki in izgleda, da ima to tudi dolgoročne pozitivne vplive na naše zdravje in psihološko dobro počutje (glej: Cohen & Syme, 1985; Pierce, Sarason, & Sarason, 1996; B. R. Sarason, Sarason, & Gurung, 1997; Vaux, 1988). Teorija navezanosti eksplicitno priznava, da je družbena podpora diaden proces, ki vključuje interakcijo med dvema različnima vedenjskima sistemoma: *Sistemom navezanosti* in *sistemom skrbi* (Bowlby, 1982) (Collins & Feeney, 2000).

Čeprav se vsesplošno verjame, da je potreba po občutenju varnosti univerzalna, se ljudje sistematično razlikujemo med seboj glede na to, na kakšen način obvladujemo svoje stiske in kako uravnavamo občutke varnosti (Ainsworth, Blehar, Waters, & Wall, 1978). Te razlike v »stilu navezanosti« naj bi reflektirale razlike v podlagi notranjega delovnega modela vsakega izmed nas (kot npr. ali je vreden ljubezni in podpore, ali ne) in ostalih (npr. kot da so odzivni, ali ne), kar se razvije, vsaj do neke mere, z interakcijami s pomembnimi figurami navezanosti (Ainsworth et al., 1978; Bowlby, 1973; Bretherton, 1985; Main, Kaplan, & Cassidy, 1985). Teorija navezanosti poudarja pomembnost procesov podpore in skrbi za razvoj zaupanja in občutka varnosti v intimnih odnosih ter identificira pomembne individualne razlike v stilu navezanosti, ki lahko vplivajo na naravo in kvaliteto izmenjave podpore med intimnima partnerjema (Collins & Feeney, 2000).

Vedenjski sistem navezanosti je torej konceptualiziran kot prirojen biološki sistem, ki služi zaščiti posameznikov tako, da jih drži blizu svojih skrbnikov (figure navezanosti) v času nevarnosti ali grožnje (Bowlby, 1969). Percepcija grožnje je ključna v prebujenju procesov navezanosti (Bowlby, 1980; Simpson & Rholes, 1994; Simpson, Rholes, & Phillips, 1996). Vsakršna situacija, ki ogroža vez navezanosti (npr. fizična nevarnost, bolezen, neuspeh, zavrnitev, izguba ljubljene osebe, konflikt), realna ali imaginarna, lahko aktivira vedenje navezanosti (npr. oklepanje, jok, iskanje pozornosti), katerega namen je, da znova vzpostavi in vzdržuje to vez (glej Mikulincer & Shaver, 2007). Sistem navezanosti promovira preživetje dojenčkov tako, da spodbuja njihovo varnost hkrati pa omogoča tudi posameznikom katerekoli starosti, da znova vzpostavijo občutek varnosti preko kontakta in tolažbe, ki jo nudi figura navezanosti, kadar se počutijo ogrožene. Bowlby (1988) trdi, da je to, da se posameznik obrne k svoji figuri navezanosti, normalen in zdrav odgovor na stisko in ogroženost (Pietromonaco & Beck, 2015).

Sistem navezanosti pa ne služi samo zaščiti posameznikov pred fizičnimi poškodbami, ampak jim tudi pomaga regulirati negativne občutke in povrniti občutek pomirjenosti, miru in varnosti (Bowlby, 1973; Sroufe & Waters, 1977). Ta funkcija regulacije čustev je razvidna predvsem kadar dojenček v stiski išče bližino svojih skrbnikov in kadar se skrbnik odzove tako, da dojenčku zagotovi tolažbo in pomiritev, preko tega pa mu pomaga regulirati negativna čustva in znova vzpostaviti občutek varnosti. Podobno kot proces, ki je bil opazovan pri otrocih, tudi odrasli, ko so v stiski, kot odgovor na grožnjo iščejo svojo figuro navezanosti (npr. svojega partnerja), saj želijo preko njega obnoviti čustveno dobro počutje. Odrasli partnerji se na to navadno odzovejo tako, da zagotovijo skrb preko pomiritve, tolažbe in/ali nudenja konkretne podpore (Collins & Feeney, 2010; Simpson & Rholes, 1994). Tako torej navezan odnos služi kot regulatorni sistem v katerem posameznik, ko je v stiski, poišče pomoč svojega partnerja, kateri se nato odzove tako, da ali spodbudi ali pa inhibira trud za obvladovanje in olajšanje stiske ter negativnih čustev prvega posameznika. Čeprav ta proces dostikrat vključuje dejansko asistenco/pomoč partnerja, se lahko odrasli prav tako spomnijo ali si le predstavljajo podporo svojega partnerja in pomirjujoče odzive v časih, ko njihova figura navezanosti ni dostopna (e.g., Bowlby, 1969; Mikulincer & Shaver, 2007) (Pietromonaco & Beck, 2015).

Tradicionalno je navezanost razdeljena v dve kategoriji: *gotovo* in *negotovo*. Gotovo navezanost karakterizirajo pričakovanje da bodo drugi na voljo, odzivni in dostopni, zmožnost toleriranja in zmanjševanja negativnih čustev, pa tudi prijetni občutki glede intimnosti. Negotova navezanost pa je povezana s pomankljivo oskrbo v otroštvu, katero karakterizira vsiljivo, zastrašujoče, zanemarjujoče in primanjkujoče vedenje skrbnika. Glede na to, da izgleda da je kvaliteta navezanosti organizator čustvenih in vedenjskih odzivov (Grossman & Grossman, 1991), je potrebno omeniti tudi, da je negotova navezanost, čeprav sama po sebi ni patološka, povezana z večjo verjetnostjo psihopatoloških motenj (Bartholomew & Horowitz, 1991; Allen et al., 1996; Amini et al., 1996; Goldberg, 2003; Troisi & D'Argenio, 2004) in tudi z določenimi fizičnimi boleznimi (Feeney, 2000; Eberhart & Hammen, 2009; Mauer & Hunter, 2008) (Marazziti et al., 2010).

Orientacija navezanosti odkriva temeljna zadevanja glede odvisnosti v odnosih in občutkov varnosti; veliko temeljev teorije navezanosti bazira na tem, ali se posamezniki počutijo dobro glede zaupanja drugim in ali jim lahko njihovi partnerji služijo kot varna baza. Gotova navezanost se razvije kadar so skrbniki zaznani kot da so na voljo in odgovorni glede tega, ter nastane kadar imajo posamezniki pozitivne delovne modele sebe in drugih (Bartholomew & Horowitz, 1991). Na primer, gotovo navezani posamezniki navadno verjamejo, da so vredni ljubezni in da lahko računajo na svoje bližnje ter da jim lahko

zaupajo. Tako se torej počutijo dobro glede bližine z drugimi in jim to, da bi bili zapuščeni, ne povzroča prevelikih skrbi (Mikulincer & Shaver, 2007).

Nasprotno pa je anksiozna/negotova navezanost karakterizirana preko negativnega pogleda nase in pozitivnega pogleda na druge (i.e., preokupirana navezanost; Bartholomew & Horowitz, 1991). Negotovo navezani posamezniki so nagnjeni k temu, da jih skrbi, da se ne morejo zanesti na svoje bližnje, doživljajo pa tudi močan in kroničen strah pred zavrnitvijo (Mikulincer & Shaver, 2003). Aktivno opazujejo vedenje svojega romantičnega partnerja, da bi zaznali znake ali jim je na voljo (ali da jim ni) in dostikrat zaznavajo dvoumne signale kot nevarne za odnos (Collins, 1996). Negotovi posamezniki tudi dosti razmišljajo o teh zaznanih »nevarnostih« (Shaver & Hazan, 1993) in izdelujejo katastrofalne izide v svojih mislih glede prihodnosti odnosa (Campbell, Simpson, Boldry, & Kashy, 2005) (Rodriguez et al.).

1.1.2 Razvoj teorije navezanosti

Prve raziskave stilov navezanosti so kategorizirale odrasle v tri (varen, anksiozno-ambivalenten, izogibajoč; Hazan & Shaver, 1987) ali štiri (varen, preokupiran/anksiozen, plašljivo-izogibajoč, zavračujoče-izogibajoč; Bartholomew & Horowitz, 1991) kategorije, ki so bile identificirane pri dojenčkih. Kasnejše raziskave so pokazale, da se odraslo navezanost najbolje opiše preko dveh dimenzij: *anksioznost* in *izogibanje* (Fraley, Waller, & Brennan, 2000). Ljudje z visoko anksioznostjo pretirano iščejo bližino in jih skrbi, da njihov partner ne bo na voljo, ko ga bodo rabili oz. da jih bo zapustil, dostikrat pa se tudi vidijo kot nevredne ljubezni. Ljudje z visokim izogibanjem pa se po drugi strani ne počutijo dobro glede bližine in se ne želijo zanašati na druge, rajši vidijo, da lahko ohranijo svojo čustveno distanco in samozadostnost (Pietromonaco & Beck, 2015).

Najprej sta svojo študijo objavila Hazan in Shaver, a kmalu po tem, ko je bila ta objavljena, so se pojavile različne debate glede tri kategoričnega modela (Fraley & Shaver, 2000). Glede na Hazan in Shaver-ja (1987) delovni modeli navezanosti vodijo in oblikujejo bližnje odnose skozi življenje. Ko ljudje vzpostavljajo nove odnose, se delno zanašajo na pretekle izkušnje o tem, kako so drugi želeli, da se vedejo in občutijo proti njim, te modele pa potem uporabijo za interpretacijo ciljev in namer svojih trenutnih partnerjev. Verjame se, da so delovni modeli precej nespremenljivi, saj se bolj verjetno asimilirajo v novo relacijsko informacijo, celo tako, da jo izkrivijo, namesto da bi prilagodili sebe informaciji, ki je v nasprotju z obstajajočimi pričakovanji (Fraley & Shaver, 2000).

Hazan in Shaver (1987, 1990) sta v svojih prvotnih študijah oblikovala večstavčne opise vseh treh tedaj opisanih stilov navezanosti, kot jih doživljajo osebe, ki imajo določen stil navezanosti; »Nekoliko mi je neprijetno si biti blizu z drugimi; Težko povsem zaupam,

težko mi je dopustiti, da se zanašam na druge; Sem nervozen, kadar mi kdo pride preblizu in Večinoma drugi želijo biti v odnosu bolj intimni kot jaz« (izogibajoč stil navezanosti). »Lahko mi je biti blizu z drugimi; Všeč mi je, da se lahko zanašam na druge in oni name; Ne skrbi me, da bi bil zapuščen ali da bi mi kdo prišel preblizu« (varen stil navezanosti). Vidim, da si ostali ne želijo biti tako blizu z mano, kot si jaz želim biti blizu z njimi; Dostikrat me skrbi, da me partner v resnici nima rad in ne bo ostal z mano; Želim si biti zelo blizu s partnerjem, kar ljudi dostikrat prestraši« (anksiozno-ambivalentni stil navezanosti) (Fraley & Shaver, 2000).

Kmalu po objavi teh študij je Bartholomew (1990; Bartholomew & Horowitz, 1991), opazila, da je izogibajoči vzorec, ki sta ga Hazan in Shaver opisala, sestavljen iz dveh teoretično ločenih oblik izogibanja, kateri je poimenovala *plašljivo-izogibajoč stil navezanosti* in *zavračujoče-izogibajoč stil navezanosti*. Bartholomew je menila, da določene osebe, kateri so plašljivo-izogibajoči, pridobijo izogibajočo usmerjenost proti navezanim odnosom, da bi preprečili to, da bi jih kdo prizadel ali da bi bili zavrnjeni s strani partnerjev. Zavračujoče-izogibajoči ljudje pa so po njenem razvili izogibajočo usmerjenost kot način, da vzdržujejo svojo obrambo, samozadostnost in neodvisnost (Fraley & Shaver, 2000).

Bartholomew je tako predlagala štiri kategorični model individualnih razlik v navezanosti odraslih. V tem modelu je obdržala klasifikacije tri kategoričnega modela za *varno navezan* in *preokupiran* oz. *anksiozno-ambivalentni* stil, razcepila pa je izogibajočo kategorijo na dva dela: *plašljivo izogibajoča navezanost* in *zavračujoče izogibajoča navezanost*. Prav tako je menila, da se lahko te štiri kategorije postavi v dvodimenzionalen model, ki definira valenco človeških reprezentacij samega sebe in drugih. Na ta način lahko karakteriziramo varno navezane ljudi kot take, da imajo pozitivno reprezentacijo sebe (torej se vidijo kot vredne in zmožne biti ljubljene) in drugih (torej jih vidijo kot odzivajoče, pozorne). V tem okvirju ima vsak od štirih tipov navezanosti določeno kombinacijo pozitivnih in negativnih modelov sebe in drugih (Fraley & Shaver, 2000). Podrobneje o njenem modelu predstavim v poglavju 1.1.2.1.

Drugo omejitev tri kategoričnega modela Hazan in Shaver-ja pa sta razkrila Levy in Davis (1989). Med delom, ko sta ponavljajoče ocenjevala tri kategorične opise, sta opazila, da so rezultati varno navezanih in izogibajoče navezanih vzorcev precej bolj negativno korelirani kot varno navezani in anksiozno-ambivalentni vzorci, kar nakazuje na dvo dimenzionalno strukturo. Ta opazka je prinesla nova vprašanja o veljavnosti kategoričnega modela navezanosti. To je pozneje pripeljalo tudi do debate o »tipih proti dimenzijam« (Collins & Read, 1990; Fraley & Waller, 1998; Griffin & Bartholomew, 1994a). Nekateri raziskovalci so bili bolj naklonjeni tipološkemu pristopu, saj tipi ponujajo organizirane, funkcionalne celote, iz katerih lahko dobimo hipoteze (e.g., Brennan & Shaver, 1995; Brennan, Shaver,

& Tobey, 1991). Drugi pa so bili bolj naklonjeni dimenzijam za psihometrijo (Fraley & Waller, 1998; Simpson, 1990) (Fraley & Shaver, 2000).

Analize Brennan, Clark in Shaver-ja (1998) so razkrile da lahko individualne razlike v romantičnih navezanostih organiziramo v dvodimenzionalnem prostoru. Ena od dimenzij, katero so Brennan et al. poimenovali *anksioznost* in je povezana z anksioznostjo in pazljivosti glede zavrnitve in zapuščenosti. Druga dimenzija, ki so jo Brennan et al. poimenovali *izogibanje*, pa je povezana z nelagodjem glede bližine in odvisnosti od drugih ter odporom do intimnosti z drugimi. Empirično, se te dimenzije skladajo z dimenzijami modela sebe in drugih oz. teoretičnim modelom Bartholomew (Brennan, Clark, and Shaver (1998) (Fraley & Shaver, 2000).

Čeprav se zdi, da dve glavni dimenziji predstavljata podlago individualnih razlik v romantični navezanosti odraslih, obstajata vsaj dva različna pogleda na ti dimenziji. Nekateri raziskovalci so bolj naklonjeni interpretaciji »modela sebe in modela drugih« (e.g., Klohnen & John, 1998; Carnelley, Pietromonaco, & Jaffe, 1994), medtem ko so drugi bolj naklonjeni interpretaciji, ki temelji na čustveni in vedenjski regulaciji (Fraley & Shaver, 1998; Shaver et al., 1988). V okvirih Bartholomew (1990; Griffin & Bartholomew, 1994b), so individualne razlike videne kot razlike v modelih, katere ljudje vzdržujejo do sebe in do drugih. Glede tega je dosti raziskovalcev poskušalo določiti dejanska prepričanja ljudi različnih navezanostnih usmeritev (e.g., Baldwin, Fehr, Keedian, Seidel, & Thomson, 1993; Collins, 1996; Klohnen & John, 1998) (Fraley & Shaver, 2000).

Fraley in Shaver, na primer verjameta, da je konstrukt delovnih modelov uporaben, da pa je treba spoštovati predvsem to, koliko vpliva imata na operacijo sistema navezanosti. Poskušali so spremeniti okvirje individualnih razlik v navezanosti, da bi bili bolj povezani s sistemom vedenja navezanosti in ne le reprezentacijama sebe in drugih (e.g., Fraley & Shaver, 1998). Iz te perspektive lahko dve dimenziji, ki sta opisani v samo-ocenjevalnih instrumentih za odraslo navezanost, vidimo kot nekaj, kar reflektira raznolikost v delovanju dveh temeljnih subsystemov ali komponent sistema vedenja navezanosti (Fraley & Shaver, 2000).

1.1.2.1 Razvoj štirikategoričnega modela

Glede na Bowlbyjevo teorijo, otroci s časom ponotranjijo izkušnje s svojimi skrbniki tako, da postanejo zgodnje vezi kot nekakšen prototip za naslednje odnose izven družinskih odnosov. Bowlby (1973) je identificiral dve ključni značilnosti teh notranjih reprezentacij delovnih modelov navezanosti: »(a) ali je figura navezanosti ocenjena kot oseba, ki se navadno odzove kadar se jo pokliče na pomoč in za zaščito ali ne; [in] (b) ali sami sebe vidimo kot osebo, kateri bi kdorkoli, predvsem naša figura navezanosti, želel pomagati, priskočiti na pomoč« (p. 204) Prva značilnost je povezana z otroško predstavo o drugih

ljudeh, druga pa s predstavo otroka o samem sebi. S kombiniranjem teh dveh stopenj percepcije o sebi (pozitivna vs. negativna) in dveh stopenj percepcije drugih (pozitivna vs. negativna), lahko logično pridobimo štiri kategorije (Bartholomew & Horowitz, 1991).

Naslednje študije so pokazale naravo notranjih delovnih modelov v povezavi z otroškimi zgodnjimi stili navezanosti. Podatki so pokazali, na primer, da imajo otroci, ki so bili klasificirani kot ambivalentni, negativne poglede o sebi, podatki pa niso bili toliko dosledni glede otrok, ki so bili klasificirani kot izogibajoči (Cassidy, 1988; Kaplan & Main, 1985; Main, Kaplan, & Cassidy, 1985). Določene raziskave prav tako povezujejo stil navezanosti otrok med 12 in 18 mesecev starosti, z otroško socialno in čustveno prilagoditvijo v zgodnjem otroštvu (glej Bretherton, 1985) (Bartholomew & Horowitz, 1991).

Model sebe in drugih, kot ju je konceptualiziral Bowlby, lahko uporabimo za opis prototipičnih oblik navezanosti odraslih (Bartholomew, 1990). Če je posameznikova abstraktna slika o sebi dihotomizirana kot pozitivna ali negativna (da posameznik vidi sebe kot da je vreden ljubezni in podpore ali kot da je ni) in če je njegova abstraktna slika o drugih prav tako dihotomizirana kot pozitivna ali negativna (da so vredni zaupanja in da so na voljo ali kot da so nezanesljivi in zavračajo), potem lahko dobimo iz tega štiri kombinacije. Slika 1.01 kaže štiri vzorce navezanosti, ki so pridobljeni preko kombinacij teh dveh dimenzij. Vsaka celica predstavlja teoretično idejo ali prototip (Cantor, Smith, French, & Mezzich, 1980; Horowitz, Wright, Lowenstein, & Parad, 1981; Rosen, 1978), kateremu lahko različni ljudje do določene mere ustrezajo (Bartholomew & Horowitz, 1991).

Celica I (Cell I) kaže na občutek vrednosti (da smo lahko ljubljene) skupaj s pričakovanjem, da so drugi ljudje navadno sprejemajoči in odzivni, ko jih potrebujemo. Ker ta celica korespondira s kategorijami, katere raziskovalci imenujejo »varno navezane« (Hazan & Shaver, 1987; Main et al, 1985), so jo (Bartholomew & Horowitz, 1991) označili kot *varna (secure)* (Bartholomew & Horowitz, 1991).

Celica II (Cell II) kaže na občutek nevrednosti (da ne moremo biti ljubljene), v kombinaciji s pozitivno sliko o drugih. Ta kombinacija lastnosti vodi človeka v to, da išče samosprejemanje s tem, da pridobiva sprejemanje od drugih ljudi, tistih, ki jih spoštuje. Ta vzorec korespondira s konceptom ambivalentne skupine po Hazan in Shaverju (Hazan & Shaver, 1987) in Mainovim preokupiranim vzrocom navezanosti (Main et al., 1985) in ga zato imenujemo *preokupirana (preoccupied)* (Bartholomew & Horowitz, 1991).

Celica III (Cell III) kaže na občutek nevrednosti v kombinaciji s pričakovanji da ostali ne bodo na voljo, ko jih bomo potrebovali. Ta stil omogoča ljudem, da se zaščitijo pred pričakovano zavrnitvijo od drugih tako, da se izogibajo globljim zapletanjem v odnose z drugimi. Čeprav pred tem še ni bil eksplicitno opisan v prejšnjem delu o navezanosti v odraslosti, je ta stil delno povezan s stilom, ki sta ga Hazan in Shaver (1987) opisala kot

izogibajoči stil. Zato so ga označili kot *plašljivo navezan (fearful avoidant)* (Bartholomew & Horowitz, 1991).

Na koncu pa celica IV (Cell IV) kaže na občutek vrednosti, ki je kombiniran z negativno naravnostjo proti drugim ljudem. Takšne osebe se zaščitijo pred razočaranjem tako, da se izogibajo bližnjim odnosom in da vzdržujejo občutek neodvisnosti in neranljivosti. Ta stil konceptualno korespondira z nezavezanim oz. zavračujočim stilom navezanosti po Main et al. (1985), zato smo ga označili kot *zavračujoče izogibajoč (dismissing avoidant)* (Bartholomew & Horowitz, 1991).

		MODEL OF SELF (Dependence)	
		Positive (Low)	Negative (High)
MODEL OF OTHER (Avoidance)	Positive (Low)	CELL I SECURE Comfortable with intimacy and autonomy	CELL II PREOCCUPIED Preoccupied with relationships
	Negative (High)	CELL IV DISMISSING Dismissing of intimacy Counter-dependent	CELL III FEARFUL Fearful of intimacy Socially avoidant

Slika 1.01: Model štirih vzorcev navezanosti

Dimenzije v Sliki 1.01 lahko konceptualiziramo tudi v pogledu odvisnosti na horizontalni osi in izogibanju intimnosti na vertikalni osi. Odvisnost lahko variira od nizke (pozitivna samopodoba je vzpostavljena interno in ne potrebuje zunanje validacije) do visoke (pozitivna samopodoba je lahko dosežena le z odobravanjem in sprejemanjem s strani drugih). Izogibanje intimnosti pa reflektira stopnjo, do katere se ljudje izogibajo bližnjim odnosom z drugimi, kot rezultat njihovih pričakovanj averzivnih posledic. *Zavračujoč* in *plašljivi stil* sta si tu podobna v tem, da oba reflektirata izogibanje intimnosti. Se pa razlikujeta v človekovi potrebi po tem, da ga drugi sprejemajo in da preko tega pridobi pozitivno samopodobo. Podobno sta si podobna *preokupirana* in *plašljiva* skupina, saj oba kažeta močno odvisnost od drugih za ohranjanje pozitivne samopodobe, se pa razlikujeta glede pripravljenosti postati vključen v bližnji odnos. *Preokupirana* celica nakazuje na potrebo po bližini drugih ljudi, da se zadovoljijo odvisnostne potrebe posameznika, *plašljiva* celica pa kaže na izogibanje bližine da bi se minimaliziralo končno razočaranje. Torej, celice v stikajočih se kvadrantih Slike 1.01 so si konceptualno bolj podobne kot tiste v nasprotnih (Bartholomew & Horowitz, 1991).

Štiri teoretične tipe, ki jih je opisala Bartholomew, lahko vidimo tudi kot linearne kombinacije anksioznosti in izogibanja. Na primer, varna navezanost in zavračujoče-izogibajoča navezanost sta lastnosti ljudi, ki imajo visoke pragove za iskanje znakov, ki bi pomenili zavrnitev. Preokupirana navezanost in plašljivo-izogibajoča navezanost pa sta

lastnosti ljudi, ki imajo nizek prag za iskanje teh znakov, kar jim povzroča skrbi glede tega, ali so vredni ljubezni in tega, da bodo zavrtnjeni. Varna navezanost in preokupirana navezanost sta lastnosti, ki sta skupni ljudem, kateri bi si bili radi blizu z drugimi in ki bi bili radi intimni s svojimi partnerji. Zavračujoče izogibanje in plašljivo izogibanje pa sta lastnosti ljudi, ki poskušajo zanikati pomembnost bližnjih odnosov in ki se želijo prisiliti postati nanje neobčutljivi (Fraley & Shaver, 2000).

V študiji, ki sta jo opravila Bartholomew in Horowitz (1991) sta skupini, ki imata negativen model sebe (preokupirana in plašljiva) pokazali podobne odgovore na merjenje osebne negotovosti, razlikovali pa sta se na merah, ki kažejo na pripravljenost postati intimen z drugimi in ali se nanje začeti zanašati. Ti dve skupini sta prav tako pokazali diametrično nasprotno vzorce interpersonalnih težav; Problem pri preokupiranih subjektih je bil centriran okoli toplega - dominantnega kvadranta, problemi plašljivih subjektov pa v hladnem -pasivnem kvadrantu (Bartholomew & Horowitz, 1991).

Podobno sta tudi skupini, ki sta bili definirani kot izogibajoči bližnjim odnosom (plašljiva in zavračujoča), obe pokazali težave postati bolj povezani z drugimi ali se nanje zanašati, sta pa si bili močno različni glede rezultatov na merah, ki reflektirajo internaliziran občutek samovrednosti. Samo plašljivi stil je bil stalno asociiran s socialno negotovostjo in pomanjkanjem asertivnosti. Torej, splošno prepričanje da ljudje ohranjajo interpersonalno distanco le zaradi strahu pred intimiteto, je izgleda preveč poenostavljeno. V obeh primerih pa oseba, ki se izogiba intimiteti, s tem preglasi možnost vzpostavitve bližnjih odnosov, ki bi ji lahko po drugi strani pomagali posodobiti delovne modele o drugih ljudeh (Bartholomew & Horowitz, 1991).

Dva od štirih stilov navezanosti, preokupiran in zavračujoč stil, sta bila definirana v okvirih različnih valenc modelov sebe in modelov drugih. Raziskava Bartholomew in Horowitz (1991) je identificirala interpersonalne vzorce s neskladnimi valencami med sprejemanjem sebe in drugih (Epstein & Feist, 1988). Ti dve skupini demonstrirata dve strategiji, ki ju ljudje navadno uporabljajo v časih, ko se soočajo z negativnimi socialnimi informacijami. Ljudje s preokupiranim stilom navezanosti za to, da so bili zavrtnjeni od drugih, krivijo sami sebe, in tako uspejo ohranjati pozitiven pogled na druge. Ljudje z zavračujočim stilom navezanosti pa zmanjšajo pomembnost ostalih, od katerih so bili zavrtnjeni, in so tako sposobni ohranjati svojo visoko samozavest. Torej, modela sebe in drugih se lahko povežeta in en drugega potrjujeta, brez da bi se ujemala. Noben od opazovancev v tem projektu pa ni ustrezal le točno enemu stilu navezanosti. Namesto tega se je pokazalo, da ima večina ljudi mešane težnje glede navezanosti skozi čas in tudi v in skozi odnose. Veliko subjektov je pokazalo elemente dveh, treh, včasih tudi celo vseh štirih tipov navezanosti (Bartholomew & Horowitz, 1991).

Če torej povzamemo glavne pojme; Raziskovalci navezanosti v odraslosti navadno definirajo štiri prototipe stilov navezanosti, ki izhajajo iz dveh osnovnih dimenzij: *anksioznosti* in *izogibanja* (Bartholomew & Horowitz, 1991; Brennan, Clark, & Shaver, 1998; Fraley & Waller, 1998). *Varno navezani* odrasli imajo nizke vrednosti na obeh dimenzijah; dobro se počutijo v intimnih odnosih, so pripravljeni zanesti se na druge, v času ko potrebujejo podporo in so samozavestni, verjamejo da jih drugi cenijo. *Anksiozno-ambivalentno navezani* (preokupirano navezani) odrasli imajo visok rezultat na anksioznosti in nizkega na izogibanju; imajo veliko željo po bližini in odvisnosti od bližnjih, hkrati pa imajo velike strahove pred tem, da bi bili zavrjeni. *Zavračujoče izogibajoče navezani* odrasli imajo nizek rezultat na anksioznosti, a visokega na izogibanju; bližnje odnose vidijo kot nekaj relativno nepomembnega, cenijo pa samostojnost in samozadostnost. Na koncu pa so *plašljivo izogibajoče navezani* odrasli z visokim rezultatom na obeh dimenzijah; čeprav si želijo bližnjih, intimnih odnosov in tega, da bi jih drugi sprejemali, se izogibajo intimnosti, ker se preveč bojijo, da bi bili zavrjeni (Collins & Feeney, 2000). Delovni modeli odraslih kažejo na to, kako odrasli izražajo in regulirajo svoje potrebe navezanosti. Kobak in Sceery (1988) sta predlagala, da se lahko različne stile navezanosti razume v okvirih pravil, ki vodijo odzive na čustveno negativne situacije (glej tudi Bartholomew, Cobb, & Poole, 1997). Konsistentno s to predpostavko veliko študij, kjer so udeleženci sami poročali o sebi, kaže na to, da se odrasli, ki imajo različen stil navezanosti, razlikujejo v svojih težnjah v iskanju družbene podpore kot strategije obvladovanja stresa. Kot pričakovano, izogibajoče navezani odrasli poročajo o manj iskanja podpore kot odgovor na stresne situacije, kot varno navezani (Mikulincer & Florian, 1995; Mikulincer, Florian, & Weller, 1993; Ognibene & Collins, 1998) (Collins & Feeney, 2000).

1.1.3 Razvoj odnosov glede na teorijo navezanosti

Ljubezen in samota sta čustvena procesa, katera služita biološkim funkcijam. Teorija navezanosti ju predstavlja v luči, katera nas spodbuja, da gremo preko preprostih in teoretično manj integrativnih modelov, ki vključujejo koncepte kot so osebni vidik (e.g., Rubin, 1973) in fiziološko vzburjenje (Berscheid & Walster, 1974). Iz teh razlogov izgleda pristop navezanosti vreden raziskovanja, tudi če bi prihodnje študije razkrile (in zagotovo tudi bodo), da odrasla romantična ljubezen potrebuje dodajanje ali spremembe v teoriji navezanosti. Ne bi bilo presenetljivo, če bi dokazali, da je odrasla ljubezen bolj kompleksna kot navezanost med dojenčkom in skrbnikom, čeprav imata podobno podlago (Hazan & Shaver, 1987).

Teorija navezanosti torej konceptualizira »nagnjenost ljudi k temu, da naredijo močne čustvene vezi z določenimi drugimi ljudmi« (Bowlby, 1977, p. 201). Bowlby je

predvideval, da se je sistem navezanosti razvil zato, da vzdržuje bližino med dojenčki in njihovimi skrbniki, kadar pride do nevarnosti ali ogroženosti. Kasnejše formulacije so gledale na sistem navezanosti kot na nekaj, kar stalno deluje v otroku, da zagotavlja občutek varnosti, kateri potem spodbuja otroka k raziskovanju (Ainsworth, Blehar, Waters, & Wall, 1978; Sroufe & Waters, 1977). Kvaliteta zgodnjih navezanih odnosov je torej temelj tega, koliko se bo dojenček zanašal na figuro navezanosti kot na izvor varnosti (Ainsworth et al., 1978) (Bartholomew & Horowitz, 1991).

Glede na teorijo navezanosti so izkušnje ljudi v bližnjih odnosih tiste, ki oblikujejo njihovo verjetje in pričakovanja od drugih odnosov in interakcij (Ainsworth, Blehar, Waters, & Wall, 1978; Bowlby, 1980). V romantičnih odnosih je prav navezanost tista, ki igra pomembno vlogo glede občutkov varnosti in zagotavlja udobje med časom čustvenih stresov (Du Rocher Schudlich et al., 2013).

Bowlby je to med drugim opisal tako: »Ostati v dostopu poznane osebe, za katero vemo da bi nam pomagala in da lahko pride ko jo potrebujemo, je očitno dobra zavarovalna polica – ne glede na našo starost« (Bowlby, 1988, p. 27) (Collins & Feeney, 2000).

Izkušnje v bližnjih odnosih se vključijo v notranji delovni model, kateri deluje kot interpretativni filter za razumevanje in odzivanje v vedenjih, povezanih z navezanostjo, mislih in čustvih (Bowlby, 1980). Skozi čas ponavljajoče interakcije v odnosih oblikujejo to, kako se bo nekdo odzval v primeru groženj temu svojemu sistemu navezanosti. Osebe, ki imajo gotovo reprezentacijo navezanosti, so navajene dobivati dosledne skrbne odzive od svoje figure navezanosti, torej lahko učinkovito uporabljajo partnerja kot izvir pomirjanja in čustvene regulacije, medtem ko mu to simultano vračajo. Osebe z negotovimi stili navezanosti pa zaradi preteklih izkušenj ne pričakujejo, da bo njihova figura navezanosti vedno tam zanje (Ainsworth et al., 1978; Bowlby, 1980). Notranji delovni modeli izkušenj glede navezanosti vplivajo predvsem na to, kolikšen vpliv bo imelo to, kako partnerji zaznavajo konflikte in kako se nanje odzivajo (Mikulincer & Shaver, 2005; Shi, 2003) (Du Rocher Schudlich et al., 2013).

Vsesplošno verjamemo, da na naravo in kvaliteto določenega bližnjega odnosa v odraslosti vplivajo čustveni dogodki, ki so se zgodili v otroštvu, predvsem v odnosu otroka s skrbnikom. Če imajo torej ti stili navezanosti res tako pomembne posledice na obnašanje v odnosih, bi mogli imeti vlogo tudi pri iskanju ljubezenskih partnerjev in kvaliteti romantičnih odnosov (Collins & Read, 1990). Varno navezan vzorec se ujema s tem opisom, saj otrok išče in dobi varnost in pomiritev, ko je pod stresom. Samozavestno raziskovanje otroka je tedaj optimizirano, saj ima na voljo podporo skrbnika. Negotovi stili navezanosti pa se razvijejo, kadar otroku figura navezanosti daje občutke odpora, nedoslednosti, celo grožnje, kar v otroku povzroči negotovost glede tega, ali bo skrbnik tam zanj ali ne, temu pa sledijo ostali s tem povezani problemi (Crowell & Treboux, 1995).

Na primer, otroci, ki imajo vedenje navezanosti rutinsko prekinjeno ali zavrnjeno, razvijejo negotov/izogibajoč vzorec navezovanja. Ko je tak otrok v stresni situaciji, se izogiba kontaktu ali celu pogledu na figuro navezanosti, da minimizira ekspresijo stresa in da ne doživi zavrnitve s strani svoje figure navezanosti (Main, 1981; Main & Goldwyn, 1984). Po drugi strani pa je negotov/ambivalentni vzorec navezanosti povezan s preveč navezanostnega vedenja in nedosledne figure navezanosti (Cassidy & Berlin, 1994). Hazan and Shaver (1994) pravita, da je razvojni proces povezava vseh teh elementov skozi adolescenco. Torej, da so v zgodnji adolescenci bližnji odnosi predvsem označeni z iskanjem čustvene bližine in željo po fizični bližini (Fisher, 1992). Naslednja stopnja razvoja je po njuno iskanje partnerja v času težav, torej uporaba partnerja kot »varno zatočišče«. Na koncu tega razvoja, v pozni adolescenci, pa je partner uporabljen kot varna baza, najverjetneje ker je relativno težko vzdrževati odnos dan za dne (Crowell & Waters, 1994) (Crowell & Treboux, 1995).

Povezava med izkušnjami glede navezanosti v mladosti in romantične navezanostne usmeritve je bila prav tako raziskovana v različnih retrospektivnih študijah. Hazan in Shaver (1987) sta na primer ugotovila, da odrasli, ki imajo v romantičnih odnosih varno navezan stil, večkrat opišejo svoje odnose s starši v otroštvu kot ljubeče, skrbne in sprejemajoče (glej tudi Feeney & Noller, 1990, in Levy, Blatt, & Shaver, 1998). Druge študije pa so pokazale sočasno prekrivanje občutka varnosti v odnosih med otrokom in starši ter romantičnih domen. Nekateri raziskovalci so opazili, da veliko osamljenih odraslih poroča o težavnih odnosih s starši v otroštvu ali pa oddaljenimi oz. ujetimi odnosi z romantičnimi partnerji, kar sugerira na to, da zgodovina navezanosti vpliva na frekvenco osamljenosti v odraslosti in da jo lahko tudi povzroča (Rubenstein & Shaver, 1982; Shaver & Hazan, 1987; Weiss, 1973) (Fraley & Shaver, 2000).

Udeleženci v raziskavi Gleeson in Fitzgeralda (2014) z varnim stilom navezanosti so prav tako uporabljali bolj pozitivne pridevnike za opis svoje matere, očeta in odnosov svojih staršev. Bolj specifično, nagnjeni so bili k opisovanju svoje matere kot samozavestne in simpatične, očeta pa kot pravičnega, razumevajočega in pozornega. Po drugi strani pa so udeleženci z plašljivo izogibajočim stilom navezanosti uporabljali bolj negativne pridevnike za opis svojih staršev. Nagnjeni so bili naprimer k temu, da opisujejo svojo mati kot nepredvidljivo in nedosledno, očeta pa kot živčnega in nezainteresiranega, odnos svojih staršev pa so opisovali kot nesrečen (Gleeson & Fitzgerald, 2014).

Tudi odrasli se navadno počutijo varnejše, kadar je njihov partner blizu, na voljo in odziven. Pod takšnimi okoliščinami je partner lahko uporabljen kot »varna baza« preko katere lahko raziskujejo okolje (ali začnejo kreativen projekt kot del službe; Hazan & Shaver, 1990). Kadar pa se oseba ne počuti dobro, ali pa se počuti ogroženo, je partner uporabljen kot izvor varnosti, pomiritve in zaščite (Fraley & Shaver, 2000).

Veliko najmočnejših čustev nastane prav med nastankom, ohranjanjem in prekinitvijo ter ponovnim popravljanjem navezanih odnosov. Formiranje vezi je tu opisano kot zaljubljanje, vzdrževanje vezi s to osebo pa kot ljubiti nekoga. Izguba partnerja pa je tu opisana kot žalovanje. Podobno kot grožnja izgube povzroča anksioznost in dejanska izguba občutek žalosti in bolečine, vsaka od takšnih težkih situacij hkrati tudi povzroča jezo. Nesporno vzdrževanje vezi se občuti kot izvor varnosti, ponovno vzpostavljanje vezi pa kot izvor sreče. Ker vsa ta čustva navadno reflektirajo stanje čustvenih vezi osebe, je psihologija in psihopatologija čustev znana kot močan del psihologije in psihopatologije čustvenih vezi (Bowlby, 1980, p. 40) (Fraley & Shaver, 2000).

Navezovajoča vez je zaznamovana z željo osebe, da bi ostala blizu v kontaktu s svojo figuro navezanosti. Če je torej figura navezanosti uporabljena kot tarča ohranjanja bližine, ločitve, ko se zgodijo, navadno vzpostavijo določeno stopnjo stiske in protesta. Figura navezanosti je prav tako uporabljena kot varno zatočišče v časih bolezn, nevarnosti in grožnje. Z drugimi besedami, navezana oseba uporablja figuro navezanosti kot varno zatočišče, zaščito in podporo. Na figuro navezanosti se zanaša kot na varno bazo za raziskovanje. Prisotnost figure navezanosti spodbuja občutke varnosti in samozavesti, s tem pa vpliva na neovirano in nemoteno raziskovanje (Fraley & Shaver, 2000).

Opazno zmanjšanje v fascinaciji in preokupaciji, ko se ljubimca premakneta od romantične (navezovalne) faze v fazo, ki lahko postane desetletja dolga varna navezanost je opazno, ne samo v primeru romantične ljubezni, pač pa tudi v zgodnjem otroštvu, ko večina varno navezanih otrok začne jemati podporo staršev kot nekaj samoumevnega (z izjemo nepredvidljivih ločitev). Kot je Berscheid (1983) pokazala v svoji analizi očitnih nečustvenosti v mnogih zakonih, prekinitve in motnje, kot naprimer ločitev ali vdovstvo, pogosto »aktivirajo navezovalni sistem«, če uporabimo Bowlbyjeva frazo, in razkrijejo moč vezi, katere so bile prej nevidne. Samota in žalovanje sta pogosto znaka o globini zlomljenih navezanosti (Hazan & Shaver, 1987).

Vedenja iskanja pomoči in skrbi so zelo močno povezana, močno torej vplivajo drugo na drugo na načine, ki se dopolnjujejo. Te ugotovitve so močno kompatibilne z Bowlbyjevim pojmom navezanosti in skrbi kot diadnim procesom, hkrati pa osvetljujejo skupne prispevke iskalcev pomoči in skrbnikov, s pomočjo katerih prvi oblikujejo naravo in kvaliteto svojih interakcij. Takšne ugotovitve jasno pokažejo, da niti iskalec pomoči, niti skrbnik nista izključno odgovorna za izid interakcije (Barbee, 1990; Cutrona, 1996) (Collins & Feeney, 2000).

1.1.4 Odnosi ljudi z različnimi stili navezanosti

Razjasniti je treba, da ko imenujemo romantično ljubezen za proces navezanosti, ne želimo implicirati na to, da je zgodnja faza romance ekvivalentna navezanosti. Ideja, katera potrebuje še nadaljnjo dopolnitev je, da je romantična ljubezen biološki proces, ki je nastal

z evolucijo, da olajša nastanek navezanosti med odraslimi spolnimi partnerji, kateri so, v tistem času, najverjetneje tudi postali starši dojenčku, kateri bi potreboval njuno zanesljivo skrb. Pristop teorije navezanosti k romantični ljubezni predvideva, da je ljubezen biološki, hkrati pa tudi socialni proces, ki bazira na živčnem sistemu in služi eni ali večim pomembnim funkcijam. Ta pogled kontrira vedno bolj popularni ideji, da je romantična ljubezen zgodovinsko kulturni izum, morda kreacija dvornih ljubimcev iz 13. stoletja iz Evrope (e.g., Averill, 1985; de Rougement, 1940) (Hazan & Shaver, 1987).

Ne bi smeli tudi implicitno domnevati, da so vsi romantični odnosi tudi navezani odnosi. Čeprav originalna teorija ne trdi eksplicitno, da so vsi vezani partnerji tudi navezani v tehničnem smislu, Hazan in Shaver nista gledala na možnost, da so določeni partnerji navezani, določeni pa ne, niti nista podala metode, s katero bi lahko to empirično preverili. V zadnjih letih se raziskovalci opirajo tudi na ta problem in iščejo uporabne metode, ki jih bomo lahko uporabili v prihodnih študijah (Fraley & Shaver, 2000).

Levy in Davis sta opazila močno koleracijo med različnimi stili navezanosti in stili ljubezni, kar vsaj delno podpira odnose, ki sta jih predlagala Shaver in Hazan. Opazila pa sta tudi empirično podporo vseh (tedaj opisanih) treh stilov navezanosti: Varna navezanost je navadno bolj povezana s pozitivnimi karakteristikami odnosa; Izogibajoča navezanost korelira z manj izpolnjujočimi in manj intimnimi odnosi; Anksiozno-ambivalentna navezanost pa je bila negativno povezana z vsemi pozitivnimi karakteristikami odnosa, razen s strastjo (Feeney & Noller, 1990).

Varno navezani odrasli vidijo stresne situacije v odnosih kot nekaj normalnega in potrebnega, zaradi tega se potem nanje odzovejo z minimalno stopnjo frustracije, anksioznosti ali strahu. Anksiozno-ambivalentno navezani odrasli pa se po drugi strani, odzivajo na stresne situacije v odnosih s povišanimi stopnjami strahu, anksioznosti in jeze. Izogibajoči posamezniki pa si po drugi strani naprimer ne priznavajo, da bi občutili katerikoli tip negativnih emocij med konflikti (Fuller & Fincham, 1995).

Partnerjevo bolj ali manj prijetno obnašanje lahko poveča čustvene reakcije anksioznih posameznikov, saj nakazuje ali na sprejemanje, ali na zavračanje. Izogibajoči posamezniki pa po drugi strani ne reagirajo tako močno na te signale, ker jih ne skrbi toliko za to, koliko jih ostali odobravajo. Podobno tudi posamezniki, ki imajo višji rezultat na izogibanju, kažejo manjšo povezanost med percepcijo manj prijetnega obnašanja svojih partnerjev in negativnimi ali pozitivnimi čustvi kot tisti, ki imajo nižji rezultat na izogibanju. Efekti stila navezanosti so torej bolj opazni v interakcijah z romantičnimi partnerji, kar je pomembno omeniti, saj so romantični partnerji navadno tisti, ki služijo pri navezanostnih potrebah odraslih (Pietromonaco & Beck, 2015).

Negotova navezanost je med drugim povezana tudi s pesimističnimi prepričanji in pričakovanji o tveganjih, stroških in jalovostjo iskanja pomoči od drugih (Wallace & Vaux, 1993), ter s subjektivno percepcijo o tem, ali je pomoč na voljo (Bartels & Frazier, 1994; Blain, Thompson, & Whiffen, 1993; Davis, Morris, & Kraus, 1998; Kobak & Sceery, 1988; Ognibene & Collins, 1998; Priel & Shamai, 1995). Varno navezani, gotovi odrasli pa so navadno samozavestni glede tega, da jim je pomoč na voljo in so navadno tudi zadovoljni s pomočjo, ki jo dobijo. Po drugi strani negotovi odrasli poročajo o manj pomoči, ki bi bila na voljo, manj zadovoljstva s pomočjo, ki jo dobijo, pa tudi večjo razliko med tem, kar povedo, da potrebujejo in tem, kaj potem dejansko tudi dobijo (Collins & Feeney, 2000).

Zanimive rezultate je dala tudi raziskava Pietromonaco in Becka (2015) glede depresivnih simptomov in stilov navezanosti; Ko anksiozni posamezniki vidijo, da jim njihovi partnerji zagotavljajo manj podpore, pri ženskah (ženah) simptomi depresije ostanejo visoki skozi čas, pri moških (možeh) pa se stopnja simptomov depresije povečuje. Nasprotni vzorec pa se pojavi anksioznim posameznikom, kateri dobijo od partnerja več podpore: v tem primeru tako ženske kot moški kažejo zmanjšanje depresivnih simptomov. Po drugi strani pa je pri izogibajočih posameznikih depresija povezana z njihovo skrbjo o lastni avtonomiji. Na primer, izogibajoči posamezniki občutijo večjo začetno depresijo, ki se poveča s časom, kadar vidijo da naprimer otrok vpliva na njihovo možnost biti več časa s svojim partnerjem, izogibajoči posamezniki, ki tega občutka glede otroka niso dobili pa imajo nižje začetne simptome, ki se manjšajo z časom (Pietromonaco & Beck, 2015).

Simpson, Rholes, and Nelligan (1992) so v svoji raziskavi ženske izpostavili stresni laboratorijski situaciji in dognali, da izogibajoče navezane ženske iščejo manj podpore svojih romantičnih partnerjev, kadar se njihov nivo anksioznosti poviša. Podobno sta tudi Fraley in Shaver (1998) opazovala pare, ki so se poslavljali drug od drugega na letališču in opazila, da ženske, ki so imele višji rezultat na lestvici izogibanja, v teh primerih iščejo manj kontaktov s svojim partnerjem (Collins & Feeney, 2000).

Rezultati Collins in Feeneya (2000) kažejo na to, da so osebe, ki ocenijo svoj problem kot bolj stresen, bolj dejavne v direktnem vedenju za iskanje pomoči, kar je nadaljnje povezano z bolj efektivnimi skrbnimi odzivi njihovih partnerjev. Ti skrbni odzivi so nadaljnje povezani s subjektivnim dožemanjem pomoči osebe, ki je iskala pomoč, kar napoveduje izboljšanje v njenem počutju (Collins & Feeney, 2000).

Anksiozno navezani posamezniki se navadno odzivajo z bolj intenzivno jezo in sovražnostjo (e.g., Dutton, Saunders, Starzomski, & Bartholomew, 1994; Mikulincer, 1998a) ter povečanimi občutki zapostavljenosti in negativnih občutkov glede sebe kot odgovor na bolečo medosebno izkušnjo (Cassidy, Shaver, Mikulincer, & Lavy, 2009). Prav tako poročajo o večji čustveni bolečini (Feeney & Ryan, 1994) in doživljajo večjo senzitivnost za čustveno bolečino, ki je bila inducirana skozi laboratorijske naloge

(Meredith et al., 2006; Wilson & Ruben, 2011). Nadalje se kaže, da so izjemno občutljivi na čustvene signale, ki bi lahko kazali na to, da je nekaj narobe, npr. bolj anksiozni posamezniki bodo prej opazili razlike v izražanju čustev svojega partnerja kot posamezniki, ki niso toliko anksiozni (Fraley, Niedenthal, Marks, Brumbaugh, & Vicary, 2006). Po drugi strani pa izogibajoči posamezniki navadno poročajo o oslABLJENI čustvenosti (Pietromonaco & Barrett, 1997), ocenjeni so bili tudi kot manj ekspresivni glede čustev (Bartholomew & Horowitz, 1991, Study 1). Prav tako lažje zatrejo svoja čustva (Fraley & Shaver, 1997) in bolj tolerirajo čustveno bolečino (Wilson & Ruben, 2011). Drugače pa izogibajoči posamezniki načeloma ne pokažejo vedno oslABLJENIH čustevnih reakcij, kar nakazuje na to, da deaktivacijske strategije tudi pri njih ne delujejo vedno. Izogibajoči posamezniki kažejo povečano stisko v situacijah, ki vključujejo močan, kroničen stres, npr. v skrbi za dojenčka z težkim srčno žilnim defektom (Berant, Mikulincer, & Shaver, 2008) ali kadar naloga od njih zahteva, da inhibirajo svojo sposobnost kontrole odzivov (Mikulincer, Dolev, & Shaver, 2004). Nadalje sta tako anksiozna, kot tudi izogibajoča navezanost povezani z depresivnimi simptomi (e.g., Carnelley, Pietromonaco, & Jaffe, 1994; Cooper, Shaver, & Collins, 1998; Davila, 2001; Simpson, Rholes, Campbell, Tran, & Wilson, 2003; Wei, Mallinckrodt, Larson, & Zakalik, 2005), kateri lahko nastanejo kot reakcija na kroničen ali nekontroliran stres (Pietromonaco & Beck, 2015).

Gotovo navezani ljudje imajo daljše in stabilnejše odnose od negotovo navezanih (Feeney & Noller, 1990; Hill, Young, & Nord, 1994). Hkrati negotovi stili navezanosti predvidevajo prenehanje odnosa (Duemmler & Kobak, 2001; Kirkpatrick & Hazan, 1994; Shaver & Brennan, 1992) in ločitev pri poročenih parih (e.g., Birnbaum, Orr, Mikulincer, & Florian, 1997; Crowell & Treboux, 2001; Hill et al., 1994). Pomembno je omeniti tudi, da tako anksiozni, kot izogibajoči posamezniki lahko doživijo razpadanje odnosa na različne načine. Izogibajoči posamezniki želijo oditi iz odnosa takoj, ko se počutijo v stiski (Kirkpatrick & Hazan, 1994), kar je konsistentno z njihovo strategijo reguliranja čustev, da obrnejo svojo pozornost stran od grožnje. Anksiozni posamezniki pa po drugi strani lahko prekinejo odnos s partnerjem in ga potem znova obnovijo, včasih tudi več kot le enkrat (Kirkpatrick & Hazan, 1994), kar sovпада z njihovimi poskusi regulacije čustev s tem, da iščejo bližino. Anksiozna navezanost lahko prav tako vodi k odporu do tega, da bi zapustili romantično razmerje, tudi kadar to ni več izpolnjujoče. Na primer, longitudinalna študija o parih je pokazala, da ko partnerji ljudem ne znajo več pomagati zadovoljevati njihovih potreb po avtonomiji in povezanosti z njimi, posamezniki z nizko anksioznostjo, a ne tisti z visoko, kažejo manj obveze v tem odnosu na začetku študije, ki se je s časom še slabšala, s tem pa se je večalo tveganje za razpad odnosa (Slotter & Finkel, 2009). Anksiozni ljudje lahko torej ohranjajo svoje romantične odnose tudi kadar partnerji ne zadovoljujejo njihovih psiholoških potreb (Pietromonaco & Beck, 2015).

Dokazi navadno kažejo, da so gotovo navezani posamezniki bolj nagnjeni k temu, da dajejo svojim partnerjem manj dvomov in da interpretirajo negativne dogodke kot manj ogrožujoče za odnos, medtem ko negotovo navezani posamezniki kažejo večjo nagnjenost k temu, da vsemu pripisujejo negativne interpretacije. V študijah pripisovalnih vzorcev posamezniki navadno berejo hipotetične scenarije, ki jih povežejo s partnerjem (ali imaginarnim, ali pravim), kateri izvaja negativna ali pozitivna vedenja, povezana z navezanostjo. Med veliko takšnimi študijami so bili anksiozni posamezniki bolj nagnjeni k temu, da so razlagali partnerjevo negativno vedenje kot bolj pesimistično in ogrožujoče za odnos (Collins, 1996; Collins, Ford, Guichard, & Allard, 2006; Gallo & Smith, 2001; Pearce & Halford, 2008). Dodatno pa so še anksiozni posamezniki izbirali bolj pesimistične interpretacije za razlago partnerjevih negativnih ali pozitivnih vedenj, še posebej če so bili manj zadovoljni v svojem trenutnem romantičnem odnosu (Collins et al., 2006). Izogibajoča navezanost pa je bila manj povezana s pesimističnimi atributi, čeprav so nekatere študije so pokazale, da izogibajoč stil predvideva bolj negativne (ali manj pozitivne) attribute (Pietromonaco & Beck, 2015).

Negotovi posamezniki (tako anksiozni kot izogibajoči) so torej bolj nagnjeni k temu, da interpretirajo dvoumne povratne informacije svojih romantičnih partnerjev v negativni luči (Collins & Feeney, 2004) in da dvoumnem vedenju svojih romantičnih partnerjev pripisujejo bolj sovražne namere (Mikulincer, 1998a). Ti dokazi nakazujejo na to, da naj bi imeli negotovi posamezniki več težav z regulacijo čustev, saj so bolj nagnjeni k konstruiranju partnerjevih vedenj v bolj pesimističnih okvirjih, preko česar ohranjajo svojo lastno stisko. Nadalje lahko njihovi partnerji postanejo bolj frustrirani, če stiska negotove osebe ostaja nerešena, kar jih lahko vodi v umik ali celo v sovražnost (Pietromonaco & Beck, 2015).

Vsi posamezniki pa seveda ne obdržijo istega stila navezanosti skozi celotno življenje. Da promovirajo adaptacijo, morajo delovni modeli ne le prilagajati nove izkušnje že znanim, ampak tudi subjektivno pregledati določene čustvene izkušnje, nove informacije in spremembe v odnosih, zaradi katerih lahko potem ovržejo prejšnje modele. Bowlby (1980) je ta proces imenoval *akomodacija* (Fuller & Fincham, 1995).

Malo je znanega o faktorjih, ki vplivajo na proces akomodacije. Reorganizacija delovnih modelov naj bi se dogajala predvsem med obdobji dramatičnih sprememb, kot npr. nastanek ali izguba navezanega odnosa ali kake druge večje življenjske spremembe (Kobak & Hazan, 1991; Main, Kaplan, & Cassidy, 1985). Posamezniki na vse to reagirajo različno, a navadno so njihovi delovni modeli odprti za posodabljanje in pregled (Bowlby, 1988), določeni aspekti modelov pa so tudi bolj nagnjeni k spremembam kot drugi (Fuller & Fincham, 1995). Povprečen človek je udeležen v veliko pomembnih prijateljskih in ljubezenskih odnosih, vsak od njih pa zagotavlja priložnost popraviti mentalne modele sebe in drugih (Hazan & Shaver, 1987).

Seveda pa stil navezanosti močno vpliva tudi na to, kako osebe vidijo svoje odnose in kako se v njih počutijo; Plašljiva skupina predstavlja posameznike z negativnimi modeli tako drugih, kot sebe. Posamezniki s plašljivim stilom navezanosti si želijo socialnih kontaktov in intimnosti, ampak doživljajo zelo močan strah pred zavrnitvijo. Da izključijo možnost zavrnitve, se takšni posamezniki aktivno izogibajo situacijam in odnosom, v katerih se počutijo ranljive za zavrnitev (Fuller & Fincham, 1995). Varno navezani udeleženci so opisali svoje ljubezenske izkušnje kot prijazne, srečne in zaupajoče, medtem ko so izogibajoči subjekti opisovali strah pred bližino, anksiozno-ambivalentni subjekti pa so opisali svoje odnose kot ljubosumne, čustveno nihajoče in z željo po recipročnosti (Hazan & Shaver, 1987). Gotovo navezani preučevalci bodo bolj verjetno opisali svoje otroške odnose s starši kot odzivne, naklonjene, skrbne in sprejemajoče kot pa negotovo navezani preučevalci, kateri navadno zgodnje odnose opisujejo kot hladne in nesprejemajoče (Hazan, Shaver, 1987; Vorria et al., 2007). Osebe z anksiozno-ambivalentnim stilom navezanosti pa prav tako opisujejo odnose s starši kot nedosledne in nepravilne (Hazan, Shaver, 1987). Raziskave kažejo, da varno navezani posamezniki pogosto poročajo o pozitivnih percepcijah zgodnjih družinskih odnosov (Feeney & Noller, 1990; Diehl et al., 1998; Levy et al., 1998). Po drugi strani se anksiozno-ambivalentno navezani udeleženci bolj nagibajo k temu, da je bila njihova zgodnja starševska podpora nedosledna, medtem ko izogibajoče navezani posamezniki največkrat poročajo o tem, da so bili v otroštvu ločeni od mame in da ne zaupajo drugim (Collins & Read, 1990; Feeney & Noller, 1990) (Gleeson & Fitzgerald, 2014).

Zgodnejše študije so pokazale, da varno navezane odnose karakterizira zaveza ter visoke ravni zaupanja, obojestranske odvisnosti in zadovoljstva (Collins & Read, 1990; Feeney & Noller, 1990; Simpson, 1990). Feeney in Noller (1990) sta dokazala, da izogibajoče navezani udeleženci večkrat poročajo o tem, da nikoli niso bili zaljubljeni, kot varno navezani udeleženci. Varno navezani udeleženci imajo navadno daljše odnose kot anksiozno-ambivalentni udeleženci, imajo pa tudi manj možnosti, da se bodo tekom zakona ločili (Feeney & Noller, 1990). Raziskave z drugačnimi meritvami so prav tako zagotovile empirično podporo povezave med gotovimi delovnimi modeli navezanosti in možnostjo doživljanja pozitivnejših odnosov (Haydon et al., 2011; Holand & Roisman, 2010). To vse korespondira s prejšnjimi raziskavami, katere kažejo, da bodo tisti, ki imajo varen stil navezanosti, bolj pripravljeni priti bližje drugim, da bodo imeli višji občutek svoje lastne vrednosti in da bodo bolj spoštovali ostale (Vorria et al., 2007). Po drugi strani pa posamezniki, kategorizirani kot izogibajoče plašljivi, dostikrat vidijo sebe kot nevredne in se tudi izogibajo odnosom z drugimi, da bi se zaščitili pred zavrnitvijo, katero pričakujejo (Bartholomew & Horowitz, 1991) (Gleeson & Fitzgerald, 2014).

Večina moških v raziskavi Gleeson in Fitzgeralda (2014) je bila klasificirana kot izogibajoče-plašljiva, kar sovпада z ugotovitvami prejšnjih raziskav (Vorria et al., 2007), medtem ko so bile ženske klasificirane ali kot plašljivo-izogibajoče ali pa varno navezane.

Razlike med spoloma so bile ugotovljene tudi kar se tiče izogibajoče navezanosti, moški so bili namreč bolj nagnjeni k tem, da bodo imeli izogibajoče-zavračujoč stil navezanosti, ženske pa plašljivo izogibajoč (Bartholomew & Horowitz, 1991; Brennan et al., 1991; Koskina & Giovazolias, 2010). Druga nepričakovana ugotovitev v tej študiji pa je bil relativno nizek procent varno navezanih moških in žensk, kar je v nasprotju s prejšnjimi raziskavami (Hazan & Shaver, 1987), se pa je pojavila ta ugotovitev tudi v drugih študijah, ki so raziskovale mlade odrasle (Vorria et al., 2007) (Gleeson & Fitzgerald, 2014).

Ta raziskava je pokazala tudi, da so varno navezani udeleženci bolj zadovoljni v svojih trenutnih odnosih, kot udeleženci, kategorizirani v treh ostalih, negotovih tipih navezanosti, kar lahko reflektira njihovo kapaciteto zagotavljati in izkušati ljubezen, skrb in podporo (Hazan & Shaver, 1987, Feeney & Noller, 1990). Plašljivo izogibajoči udeleženci so bili najmanj zadovoljni s svojimi odnosi. Raziskave kažejo, da ima več izogibajočih in anksioznih udeležencev različno disfunkcionalno vedenje, misli in občutke v odnosih, kateri privedejo do tega da se oni in njihovi partnerji počutijo manj zadovoljne (Feeney, 2008) (Gleeson & Fitzgerald, 2014).

V odnosih je pomembno tudi to, kakšen stil navezanosti ima partner. Oba namreč vplivata drug na drugega; Varno navezana oseba, ki se trudi zgraditi odnos z anksiozno-ambivalenstno osebo, je lahko prisiljena v to, da se počuti in vede izogibajoče. Izogibajoča oseba lahko povzroči, da se varno navezan partner počuti in obnaša anksiozno, in tako naprej. Te sorte interakcije bi potrebovale svojo lastno študijo (Hazan & Shaver, 1987).

Razlika v stilih navezanosti pa vpliva tudi na nezvestobo v odnosih. Partnerji, ki razvijejo višje ravni anksioznosti, so torej negotovi glede tega, ali bodo bližnji res tam zanje, s tem pa se lahko spopadajo tako, da iščejo pomiritev v tem, da se partnerja oklepajo (Brennan & Shaver, 1995; Feeney & Noller, 1990). Po drugi strani osebe, ki razvijejo visoke ravni izogibanja, dvomijo v to, da bodo bližnji tam zanje, s tem pa se lahko spoprijemajo tako, da se izogibajo vedenjem, ki promovirajo intimnost (Brennan & Shaver, 1995; Campbell, Simpson, Kashy, & Rholes, 2001; Gentzler & Kerns, 2004; Pistole, 1993; Simpson, Rholes, & Nelligan, 1992). Oba tipa negotovosti sta povezana tudi z nezvestobo. Posamezniki z visoko anksioznostjo so nagnjeni k temu, da se počutijo, kot da je njihova potreba po intimnosti višja od partnerjeve oz. da ni zadovoljena (glej: Shaver & Mikulincer, in press), da bi te potrebe zadovoljili pa se poslužujejo spolnih odnosov z drugimi osebami (Birnbau, Reis, Mikulincer, Gillath, & Orpaz, 2006). Posamezniki z višjimi ravnmi izogibanja pa so nagnjeni k kronični nepredanosti v svojih odnosih (DeWall et al., 2011), hkrati pa imajo bolj permisiven pogled na spolnost (Brennan & Shaver, 1995; Gentzler & Kerns, 2004; Hazan, Zeifman, & Middleton, 1994). Ker sta obe te težnji povezani z nezvestobo (Drigotas, Safstrom, & Gentilia, 1999; Smith, 1994), lahko sklepamo, da so tudi osebe, ki so izogibajoče navezane, večkrat nezveste (Russel, Baker & McNulty, 2013).

Seveda pa stil navezanosti vsaj do neke mere vpliva tudi na ostala življenjska področja, ne izključno na odnose; Mary Ainsworth (1991) izpostavlja funkcijo sistema vedenja navezanosti v odraslosti, saj sugerira, da se bo varna navezanost v odnosih pokazala tudi v delovanju izven odnosa. Pravi da: »...iskanje, da bi dosegli občutek varnosti in udobnosti v odnosu s partnerjem. Če je ta varnost in udobje na voljo, se oseba lahko premika od te »varne baze«, partnerja, s samozavestjo, ki se odraža v drugih aktivnostih« (p. 38)(Ainsworth, 1991). Weiss (1982) pa pravi, da figure navezanosti v odraslosti ne rabijo biti protektivne figure, ampak morajo biti videne kot »ohranjanje možnosti obvladovanja situacije navezanega odraslega« (p. 173). Navezane odnose razlikujemo med tistimi, ki zagotavljajo občutke varnosti in nečesa, brez česar bi občutili samoto in nemir, v primerjavi z odnosi, ki zagotavljajo vodstvo in družabništvo, prijateljstvo, možnosti da se čutimo potrebovane ali da imamo podobne interese, izkušnje, občutke kompetentnosti, veze in medsebojno pomoč (Ainsworth, 1985; Weiss, 1974) (Crowell & Treboux, 1995). Obstaja pa tudi povezava med vsakim tipom navezanostne nesigurnosti in depresije, ki je odvisna od tega, ali situacija nepredvidljivih dogodkov vzbudi grožnjo, ki je relevantna anksioznosti (npr. strah pred zapuščenostjo in zavrnitvijo) ali izogibanju (strah pred izgubo avtonomije) (Pietromonaco & Beck, 2015).

1.1.5 Evolucijski in biopsihološki pogled na teorijo navezanosti

Navezanost je precej močno povezana z biološkimi in nevrološki mehanizmi, ki vplivajo na čustvene reakcije (e.g., Carter, 1998; Schore, 2001; Siegel, 2001). Fiziološke reakcije, ki so avtomatske in se zgodijo nezavedno, lahko zagotavljajo drugačen vpogled v čustvene reakcije, kot tiste, ki so opazne in delujejo bolj zavestno in kontrolirano (Pietromonaco & Beck, 2015).

Nekaj literature predvideva, da je negotova navezanost povezana s povečano aktivacijo oz. nereguliranimi vzorci aktivacije v avtonomnem živčnem sistemu in HPA osi. Na primer, udeleženci raziskave, ki so imeli visoke rezultate ali na dimenziji anksioznosti, ali pa na izogibanju, so kazali povišan srčni utrip in krvni pritisk, kadar so bili ločeni od svojih romantičnih partnerjev med stresno nalogo (Carpenter & Kirkpatrick, 1996; Feeney & Kirkpatrick, 1996), ali pa kadar so si predstavljali sebe v scenarijih, ki vzpodbujajo jezo in so povezani z njihovimi romantičnimi partnerji (Mikulincer, 1998a). Negotova navezanost (anksioznost, izogibanje ali oboje) je bila prav tako povezana večjo HPA aktivacijo (ocenjeno preko ravni kortizola) kot odgovor na stres (Brooks, Robles, & Dunkel Schetter, 2011; Diamond, Hicks, & Otter-Henderson, 2008; Powers, Pietromonaco, Gunlicks, & Sayer, 2006; Quirin, Pruessner, & Kuhl, 2008). Na primer, raziskava, ki je preučevala kortizolske reakcije udeležencev 124 vezanih parov (Powers et al., 2006) je v konfliktni diskusiji pokazala, da moški, ki so bolj anksiozno navezani, kažejo povišane ravni

kortizola v reakciji z diskusijo in počasnejše okrevanje od tega. Bolj izogibajoče navezane ženske pa so kazale povišane ravni kortizola pred in med diskusijo, a so se te ravni hitro uravnale, ko se je diskusija končala. Prav tako moški, katerih partnerji so bolj varno navezani, kažejo manj kortizolske reakcije in hitrejše okrevanje v primerjavi z moškimi, ki imajo bolj negotove (anksiozne, izogibajoče ali oboje) partnerje (Pietromonaco & Beck, 2015).

Določene študije so preučile tudi, kako je navezanost povezana z procesi pozornosti in rezultati nakazujejo, da izogibajoči posamezniki svojo pozornost obrnejo stran od čustvenih informacij, ki so relevantne za odnos (e.g., Dewitte, 2011; Dewitte, Koster, De Houwer, & Buysse, 2007; Edelstein & Gillath, 2008; Fraley, Garner, & Shaver, 2000; Rholes, Simpson, Tran, Martin, & Friedman, 2007). Te raziskave kažejo, da posamezniki, ki imajo višjo izogibajočo navezanost (a ne anksioznosti), inhibirajo svojo pozornost do negativnih (jeznih ali žalostnih obrazov), a ne do pozitivnih (veseli obrazi) informacij. Ta inhibitorni proces omogoča izogibajočim posameznikom preprečiti stisko, ki bi jo lahko takšne informacije povzročile (Dewitte, 2011). Izogibajoče navezani posamezniki se ne udeležujejo manj v čustvenem materialu ki ni povezan z navezanostjo. Nadalje veljajo ti efekti samo za izogibajoče posameznike, ki so bili v tistem času v romantičnem razmerju, najverjetneje zato, ker kontekst razmerja poviša njihovo potrebo za defenzivne, samozaščitne strategije, ki regulirajo njihova čustva. Dodatno pa izogibajoči posamezniki kažejo tudi pozornostne pristranskosti samo, kadar niso pod kognitivnimi bremen; reševanje simultanih težkih kognitivnih nalog moti njihovo sposobnost umakniti pozornost stran od informacij, ki so povezane z navezanostjo oz. odnosom. Izogibajoči ljudje torej preusmerjajo pozornost od informacij, ki bi lahko aktivirale njihov sistem navezanost, kar jim omogoča preprečiti stisko, ki je povezana z navezanostjo (Bowlby, 1980) (Pietromonaco & Beck, 2015).

Študije konsistentno razkrivajo, da imajo izogibajoči posamezniki težavo si zapomniti informacije, ki so povezane z navezanostjo ali odnosom (e.g., Edelstein, 2006; Fraley & Brumbaugh, 2007; Mikulincer & Orbach, 1995; Simpson, Rholes, & Winterheld, 2010), kar lahko pomaga regulirati negativna čustva in jih prepreči. Na primer, bolj izogibajoči posamezniki kažejo deficite v delovnem spominu kadar naloga vključuje tako pozitivne, kot negativne besede, povezane z navezanostjo ali odnosom, ne pa tudi kadar vsebuje čustvene ali nečustvene besede, ki niso povezane z navezanostjo ali odnosom; po drugi strani pa navezanostna anksioznost ni kazala povezav s kapaciteto delovnega spomina (Edelstein, 2006). Ljudje lahko prav tako rekonstruirajo svoje spomine tako, da podprejo svoje preferirane strategije reguliranja čustev, s katerimi iščejo bližino ali distanco. Bolj izogibajoči posamezniki se sebe spomnijo kot da so dajali manj podpore, medtem ko se bolj anksiozni posamezniki sebe spomnijo kot manj oddaljene v odnosu. V vsakem primeru pa si posamezniki zapomnijo svoje vedenje na način, ki podpira njihova

prepričanja, ki so posledica njihovega stila navezanosti in njihove cilje v tem, ter na način, ki se ujema z njihovim preferiranim pristopom reguliranja stiske (Pietromonaco & Beck, 2015).

Ein-Dor et al. so predlagali da si anksiozni posamezniki bolj zapomnijo informacije, ki so povezane s hitro detekcijo nevarnosti in opozoritvijo drugih, medtem ko so skupaj z njimi (varovalna shema), ker so takšne informacije adaptivne, prirojene in značilne za tiste, ki doživljajo intenzivno stisko kot odgovor na grožnjo ter se nato obrnejo k drugim za pomoč pri čustveni regulaciji. Po drugi strani pa so Ein-Dor et al. dokazali tudi, da si izogibajoči posamezniki bolj zapomnijo informacije, ki so povezane s hitrim in neodvisnim vedenjem, ki jih je obvarovalo (hitra boj-beg shema), ker so takšne informacije pomembne za posameznike, ki iščejo zaščito sami pri sebi v primerih stiske in pri katerih je primarna strategija regulacije čustev to, da se zanašajo nase in da vzdržujejo distanco od drugih. S tem, ko so povezali ideje iz teorije navezanosti z nevrobiološkim modelom integrativnega čustvenega sistema (Nelson & Panksepp, 1998), so Beckes et al. utemeljili, da grožnja sproži separacijski/stresni subsistem, kar proizvede potrebo po podpori/tolažbi; če je druga oseba odzivna, potem se aktivira tolažilni subsistem, ki tako zmanjša stisko (Pietromonaco & Beck, 2015).

Kot sta predlagala Mikulincer in Shaver (2007), se kontrolni sistemi dinamike anksiozne navezanosti proti izogibajoči zanašajo na različne strategije reguliranja čustev, s katerimi se soočamo z grožnjami in nevarnostjo. Anksiozni posamezniki pričakujejo, da njihova figura navezanosti ne bo zadostno na voljo in zaradi tega čutijo potrebo po pritegnitvi pozornosti do svoje stiske. Rezultat tega je vzorec hiperaktivacije kot odgovor na grožnjo, v katerem anksiozno navezani posamezniki prikažejo povečano stisko in vztrajno iščejo bližino in olajšanje od svoje figure navezanosti. Po drugi strani pa izogibajoči posamezniki predvidevajo da se njihova figura navezanosti ne bo odzivala ali bila na voljo. Kot posledica pa kažejo vzorec deaktivacije kot odgovor na grožnjo, skozi katerega minimizirajo stisko in svojo pozornost usmerijo stran od grožnje ter se pretirano zanašajo le nase. Varno navezani posamezniki so samozavestni, da bo njihova figura navezanosti tam zanje, ko jo bodo potrebovali in so sposobni znova vzpostaviti občutek varnosti in čustvenega dobrega počutja tako, da se obrnejo k svojim partnerjem (ali notranji reprezentaciji svojega partnerja) (Pietromonaco & Beck, 2015).

Vzorec hiperaktivacije, ki je povezan z anksiono-ambivalentno navezanostjo predvideva, da bodo anksiozni posamezniki pokazali pretirane čustvene reakcije, medtem ko je vzorec deaktivacije povezan z izogibajočimi posamezniki in vodi v otopelost čustvenih reakcij (Mikulincer & Shaver, 2007). Konsistentno z idejo o hiperaktivaciji, ljudje z bolj anksioznim stilom navezanosti kažejo bolj čustvene reakcije in stiske kot odgovor na averzivne situacije (e.g., Bartholomew & Horowitz, 1991; Hazan & Shaver, 1987; Pietromonaco & Barrett, 1997; Simpson et al., 1992). Poročajo tudi o bolj intenzivnih

čustvih (Collins & Read, 1990; Pietromonaco & Barrett, 1997; Pietromonaco & Carnelley, 1994), pogostih in ponavljajočih se čustvenih nihanjih (Hazan & Shaver, 1987), močnem čustvenem izražanju (Bartholomew & Horowitz, 1991) in visoki anksioznosti ter impulzivnosti (Shaver & Brennan, 1992) (Pietromonaco & Beck, 2015).

1.1.5.1 Evolucijski pogled

Predlagano je bilo, da navezanost pri odraslih v kontekstu romantičnih odnosov služi evolucijskim, adaptivnim ciljem in da so primerljivi z odnosom otroka s staršem (Feeney, 2008) (Gleeson & Fitzgerald, 2014).

Monogamija je adaptivna v vsaj treh pogledih. Kot prvo, izgleda da reši oz. pomaga rešiti problem gotovosti glede očetovstva. Ker se ovulacija dogaja skrita v ženskah (se ne vidi navzven, kdaj je ženska v obdobju ovulacije), moški tvegajo, da bodo investirali svoje vire v potomca, ki ni njihov. En način, da se poveča gotovost očetovstva je to, da se vzdržuje bližina med partnerjema. Komparativna raziskava na več kot 60 višjih primatih (SillénTullberg and Møller, 1993) kaže na to, da je monogamen sistem resnično bolj skupen vrstam s prikrito ovulacijo kot vrstam, kjer ima ovulacija vidne znake. Glede na te avtorje in njihove filogenetske analize, se je pomanjkanje signalov ovulacije zgodilo pred pojavom monogamije med evolucijsko zgodovino, kar nakazuje na to, da je prikrita ovulacija lahko povzročila zmedo pri moškem spolu kar se tiče gotovosti očetovstva in tako indirektno povzročila vezanje med partnerji (Fraley & Shaver, 2000).

Vez med partnerjema izgleda tudi izboljšuje fitness, saj zagotavlja dodatno zaščito neodraslih potomcev. Obstajajo dokazi, da imajo potomci več možnosti, da preživijo do svoje rodne dobe, če odraščajo v družinah, kjer sta mati in oče vezana. Pri ljudeh, na primer, sta Daly in Wilson dokazala, da imajo otroci večjo možnost, da bodo umorjeni od nadomestnih, kot od svojih bioloških očetov (Daly & Wilson, 1988). Prav tako sta Daly in Wilson (1994) opazila, da se nevezane ženske večkrat odrečejo skrbi za otroka, saj niso sposobne vzgojiti otroka same. Imeti otroka brez partnerja lahko ženski zmanjša možnost dobiti partnerje v prihodnosti, če pa ga kljub temu dobi, obstaja velika možnost, da bo njenega otroka diskriminiral (Wilson & Daly, 1994; tudi: Hrdy, 1992) (Fraley & Shaver, 2000).

Vezanje je torej pomembno in adaptivno, saj imajo otroci in dojenčki podaljšano obdobje nezrelosti in so tudi precej ranljivi ter nesamostojni (Bjorklund, 1997), potrebujejo namreč dvakrat toliko časa, da dosežejo spolno zrelost, kot šimpanzi, naši najbližji biološki sorodniki (Poirier & Smith, 1974). Kot pravi Bjorklund (1997): »Vezanje in določeni deli poroda ... so potrebne adaptacije na pritiske, ki jih povzroča počasna rast in razvoj potomcev, to pa poveča možnost, da bodo otroci preživeli do spolne zrelosti. Dolgo obdobje nesamostojnosti in odvisnosti prav tako pomeni, da ne moremo ocenjevati

genetskega uspeha moškega samo glede na to, koliko žensk je oplodil ali koliko otrok je zaplodil. Njegov celotni fitnes je odvisen od tega, koliko njegovih potomcev je odraslo do spolne zrelosti ... Da bi povečal možnosti, da se to zgodi, pa je potrebna njegova pomoč pri vzgoji otrok.« (Bjorklund, 1997 p. 156) (Fraley & Shaver, 2000).

Romantična razmerja – ali parne vezi (*pair bonds*), kot jim pravijo evlucijski psihologi – vključujejo kombinacijo treh prirojenih vedenjskih sistemov, ki jih je Bowlby (1969/1982) opisal kot: navezanost, skrb in seksualnost. Vsak od teh vedenjskih sistemov ima svojo lastno evlucijsko funkcijo in čeprav močno vplivajo drug na drugega, so konceptualizirani kot različni. Če pogledamo s teoretične perspektive, je ljubezen dinamično stanje, ki vključuje potrebo in kapaciteto za navezanost, skrb in spolnost s strani obeh partnerjev. Globoka sreča in naklonjenost, samo-zaščitniška anksioznost, otopelost dolčasa, močna jeza, strastno poželenje, nekontrolirano ljubosumje in močna žalost, ki jih občutimo v romantičnih odnosih so odsevi centralne pomembnosti teh vedenjskih sistemov v človeškem čustvenem življenju (Mikulincer, 2006).

Veliko vlogo v razumevanju romantične ljubezni ima torej tudi seksualnost. Čeprav je veliko dobrih razlogov, da gledamo na navezanost in seksualnost kot na dva različna sistema, je težko zanikati, da ne vplivata drug na drugega. Na primer, oseba se lahko odreče svoji seksualni želji ali potrebi, ko se počuti negotovo ali anksiozno glede svojega dolgotrajnega partnerja. Podobno, kot lahko oseba prevzame seksualne strategije (npr. strategije iskanja kratkotrajnih partnerjev), ki mu pomagajo zavreti razvoj globokih čustvenih navezanosti (Fraley & Shaver, 2000). Postavljeni cilji seksualnega sistema so oploditev partnerke oz. pridobitev partnerja za oploditev, da se lahko geni prenesejo na naslednje generacije. Ključni mehanizmi za doseganje teh ciljev so pristop k potencialno plodnemu partnerju, prepričanje njega ali nje v spolni odnos in v njem potem tudi sodelovati. Primarne strategije seksualnega sistema so torej sestavljene iz pripeljanja plodnih partnerjev skupaj, da se pariyo, to pa dosežejo tako, da povečajo občutljivost na signale plodnosti pri partnerjih nasprotnega spola, s povečanjem njihove privlačnosti kot potencialnega seksualnega partnerja in z uporabo učinkovitih prepričevalnih tehnik, da ga zapeljejo. Iz te perspektive je spolna privlačnost motivacijska sila, ki pripravi posameznike do tega, da poiščejo ali kratkoročno ali dolgoročno priložnost parjenja s potencialnim spolnim partnerjem (Buss, 1999; Fisher, Aron, Mashek, Li, & Brown, 2002) (Mikulincer, 2006).

Ker sta spolna privlačnost in navezanost diskretna in funkcionalno neodvisna čustveno-motivacijska sistema (e.g., Diamond, 2003; Fisher et al., 2002), se spolni odnosi dostikrat zgodijo brez naklonjenostnih vezi hkrati pa vezanje med odraslimi ni vedno povezano s seksualno željo. A še vedno je formacija romantičnih odnosov pogosto začeta prav zaradi zaljubljene zaslepljenosti (Hazan & Zeifman, 1994) ter spolne privlačnosti (e.g., Berscheid, 1984; Sprecher & Regan, 1998). Torej, uspešno človeško parjenje se

najverjetneje začne s seksualno željo in privlačnostjo, ti občutki, ki so povezani s privlačnostjo pa so močne komponente romantične ljubezni. Poleg svoje velike pomembnosti na začetnih fazah romantične ljubezni, pa igra seksualni sistem pomembno vlogo tudi pri utrjevanju in vzdrževanju zadovoljnih, dolgotrajnih romantičnih odnosov. Obstaja veliko dokazov za to, da interakcije, v katerih oba partnerja zadovoljita svoje seksualne potrebe, spodbujajo pozitivne čustvene reakcije (ljubezen, vznemirjenje, vitalnost, hvaležnost in pomirjenost) in pomagajo pri zadovoljstvu z odnosom in njegovo stabilnostjo (glej Sprecher & Cate, 2004). Po drugi strani pa so disfunkcije seksualnega sistema eden pomembnejših virov za konflikte v odnosih, kateri lahko sprožijo dvome o tem, ali smo res ljubljeni in ali res ljubimo partnerja, povečane skrbi o odnosu pa povečajo interes osebe, da išče alternativne spolne partnerje in na koncu uniči naklonjenostno vez in s tem odnos (e.g., Hassebrauck & Fehr, 2002; Sprecher & Cate, 2004) (Mikulincer, 2006). Disfunkcionalnost seksualnega vedenjskega sistema je lahko, tako kot disfunkcionalnost katerega koli drugega sistema, konceptualizirana v terminih hiperaktivacijskih in deaktivacijskih strategij. Hiperaktivacijske strategije vključujejo trud, mentalno preokupacijo, včasih tudi vsiljive ali celo prisilne poskuse pripraviti partnerja do spolnega odnosa. V tem procesu lahko človek pretirano poudarja pomembnost seksualnih aktivnosti v odnosu, pretirava v ocenah partnerjevih seksualnih potreb, postane lahko tudi pretirano pazljiv do partnerjevih signalov vznemirjenosti, privlačnosti in zavrnitve. Tej kronični aktivaciji seksualnega vedenjskega sistema je pridružena tudi povečana anksionost in skrbi o svoji lastni spolni privlačnosti ter tega, ali lahko oseba zadovolji svojega partnerja in njegove odzive. Ta anksioznost in skrbi lahko privedejo tudi do vsiljivih ali agresivnih odgovorov, ki so usmerjeni v prisiljevanje partnerja v spolni odnos, kar lahko skozi čas privede do zavračanja in poslabšanja disfunkcije seksualnega sistema (Mikulincer, 2006). Celotna disfunkcionalnost tega sistema je močno povezana tudi s pojavom nezvestobe, a več o tem v poglavju 1.3.

V svojem poskusu da bi prepletla ali integrirala sisteme navezanosti, skrbi in seksualnosti kot aspekte romantične ljubezni, sta Shaver in Hazan (1988) ponudila eksplicitne hipoteze, ki so se vrtele okoli povezanosti navezanosti in spolnosti. Mišljeno je bilo, da si varno navezani ljudje prizadevajo za obojestransko intimnost in užitek med seksualnimi aktivnostmi, da uživajo v spolnosti in so pozorni ter odzivni na partnerjeve potrebe. To so znaki dobro delujočega seksualnega sistema. Po drugi strani pa se pričakuje, da bodo imeli anksiozno navezani ljudje, kateri se fokusirajo na iskanje varnosti in zaščite, težave biti brez obupanega iskanja in zadovoljvanja partnerjevih seksualnih potreb in preferenc. Pričakovano je bilo tudi, da bodo težko obdržali mirno in gotovo stanje duha, ki bi pomagalo in pripeljalo do obojestranskih seksualnih užitkov (Shaver & Hazan, 1988). Za izogibajočo navezanost je bilo prav tako pričakovano da se bo vmešavala ali motila seksualni sistem. Ker je pri izogibajoči navezanosti več čustvene distance, se obojestransko

raziskovanje spolnih užitkov z manjšim tveganjem premakne proti psihološki intimnosti in ranljivosti. Ta povečana bližina pa lahko povzroči, da se izogibajoči ljudje počutijo posebej neprijetno med spolnim odnosom (Mikulincer, 2006).

Dokazi kažejo, da procesi navezanosti oblikujejo spolne motive, izkušnje in vedenje. Na primer, Tracy, Shaver, Albino in Cooper (2003) so ugotovili, da imajo varno navezani adolescenti spolne odnose primarno zato, da pokažejo ljubezen do svojih partnerjev in da pri tem občutijo manj negativnih čustev ter več pozitivnih in strastnih čustev med intimno aktivnostjo kot njihovi negotovo navezani vrstniki. Podobno imajo tudi v odraslosti varno navezani posamezniki bolj pozitivne seksualne sheme o sebi (Cyranowski & Andersen, 1998), njihov užitek izhaja iz izražanja naklonjenosti in seksualnega zanimanja preko dotika (Brennan, Wu, & Loev, 1998), svobodno pa tudi uživajo v raziskovanju seksualnosti, v kontekstu naklonjenih dolgotrajnih odnosov (Hazan & Zeifman, 1994). Obstajajo tudi dokazi, da adolescenti, ki imajo visoke rezultate na izogibajoči navezanosti, poročajo o relativno nizki seksualni želji, da bodo verjetno imeli manj spolnih odnosov in da bodo v njih manj uživali, ter bili motivirani k spolnim odnosom bolj zaradi želje po samoizboljšanju in javnemu ugledu, kot pa preko tega, kaj si želijo njihovi partnerji. Pravijo da so imeli spolni odnos, na primer, le zato, da so lahko rekli, da so izgubili nedolžnost (Tracy et al., 2003) ali da so se lahko hvalili s tem pred vrstniki (Schachner & Shaver, 2004). Izogibajoči odrasli zavračajo motive povezane s spolnostjo, na primer promocijo čustvene bližine ali dajanje užitka partnerju, in gredo namesto tega v spolni odnos rajši zato, da manipulirajo ali kontrolirajo svojega partnerja, da se zaščitijo pred partnerjevimi negativnimi čustvi ali da dosežejo kake druge neromantične cilje, na primer zmanjšanje stresa ali povečanje svojega ugleda med vrstniki (Davis et al., 2004; Schachner & Shaver, 2004) (Mikulincer, 2006).

Dokazano je bilo tudi, da se anksiozno navezani adolescenti spuščajo v spolne odnose primarno zato, da se izognejo, da bi jih partnerji zapustili in da se jih držijo skozi seksualno sprijaznitev/privolitev, celo kadar so določena seksualna dogajanja zanje drugače neželena (Tracy et al., 2003). V odraslosti, anksiozno navezani posamezniki dostikrat uporabljajo spolni odnos kot orodje s katerim dosežejo čustveno intimnost in zagotovilo, da izzovejo partnerjevo skrbno vedenje in zmanjšajo njegovo jezo (Davis et al., 2004; Schachner & Shaver, 2004). Seveda pa nezadovoljena pričakovanja v odnosu in skrbi glede partnerjeve ljubezni dostikrat pripeljejo anksiozno navezane posameznike k temu, da seksualno sami niso zadovoljni (Brennan et al., 1998) (Mikulincer, 2006).

1.2 Temna trojica

1.2.1 Uvod v teorijo Temne trojice

Termin »temne osebnosti« se navezuje na set socialno averzivnih lastnosti na subklinični ravni. Niso dovolj ekstremne, da bi potrebovale klinično ali forenzično pozornost, lahko torej delujejo in tudi »cvetijo« v vsakodnevnem življenju in družbi (Paulhus, 2014).

Paulhus in Williams sta leta 2002 vzbudila zanimanje za Temno trojico, skupek treh na videz oddaljenih, a empirično dokazano povezanih osebnostnih spremenljivk. Tri članice, Makiavelizem, narcisizem in subklinična psihopatija, dostikrat ne korelirajo druga z drugo, a kažejo podobno jedro glede brezčutnosti in manipulativnosti. V originalnem delu Paulhus in Williams (2002) poskušata razjasniti literaturo na osebnostih, ki so averzivne, a še vedno v »normalnem« oz. povprečnem rangu delovanja. Najbolj izrazite so tu tri spremenljivke, Makiavelizem, narcisizem in psihopatija (Furnham, Richards & Paulhus, 2013).

Koncepta narcisizma in psihopatije izhajata že iz klinične literature in dela (glej: Furnham & Crump, 2005). Oba obstajata opisana v DSM-IV-TR, kot osebnostni motnji. Psihiatrična klasifikacija je tradicionalno kategorična. Na primer, storilci so pogosto kategorizirani kot psihopati, če in samo, če so presegali 30 točk na Hare-vem (1991) kontrolnem seznamu psihopatije (Psychopathy Check List). Po drugi strani pa se v splošnem osebnostno ocenjevanje bolj zanaša na dimenzionalne modele, kot naprimer Velikih pet (Big Five) in ostale vprašalnike, ki se uporabljajo za osebnostno ocenjevanje. Tradicionalno so patološke lastnosti videne kot ekstremi »normalnosti« (Wiggins & Pincus, 1989). Psihopatija je bila tako na primer dostikrat uporabljena kot sinonim za ekstremno nizke rezultate na lestvici prijetnosti in vestnosti (Eysenck & Eysenck, 1985; Miller, Lynam, Widiger, & Leukefeld, 2001) (Furnham, Richards & Paulhus, 2013).

Osebe z visokim narcisizmom so grandiozni samopromotorji, kateri neprestano iščejo pozornost (glej Campbell & Miller, 2011), osebe z visokim makavelizmom so mojstri manipulacije (glej Jones & Paulhus, 2011), verjetno najbolj zlonamerne od treh pa so osebe z visoko izraženo psihopatijo, ki lahko ljudem povzročijo veliko škode preko svoje impulzivnosti in brezčutnega iskanja vznemirjenja (Hare & Neumann, 2008) (Paulhus, 2014).

Osebe z visokim Makiavelizmom so torej navadno manipulativne, medtem ko imajo hladen odnos do ostalih (Christie & Geis, 1970; Hunter, Gerbing, & Boster, 1982). Subklinični narcisisti, dostikrat imenovani tudi »normalni narcisisti« (Sedikides, Rudich, Gregg, Kumashiro, & Rusbult, 2004) potrebujejo občutek da so nekaj več, iščejo občudovanje, pozornost, prestiž in status (House & Howell, 1992; Morf & Rhodewalt,

2001; Raskin & Hall, 1979), subklinične psihopate pa karakterizira visoka impulzivnost in iskanje tveganja ter nizka empatija (Paulhus, Hemphill, & Hare, in press) (Jonason Et Al., 2009).

Čeprav je njihova etiologija različna, so vse tri lastnosti povezane preko določenih lastnosti, recimo ne-prijetnosti (Paulhus & Williams, 2002), manipulativnosti in brezčutnosti (Jones & Figueredo, 2013) ter žaljivosti (Jonason, Li, & Teicher, 2010). Niso torej ekvivalentne, pač pa se kot konstrukti prekrivajo (Paulhus & Williams, 2002, p. 556) (Roeser Et Al., 2016).

Do neke mere imajo vse tri lastnosti Temne trojice socialno zlonameren karakter z vedenji, ki so usmerjena v samopromocijo, čustveno hladnost, dvoličnost in agresivnost. V klinični literaturi so bile povezave med lastnostmi Temne trojice že dlje časa opažene (Hart & Hare, 1998). Nedavni razvoj nekliničnih mer za te tri konstrukte pa je dovolil evalvacijo teh lastnosti tudi na »normalni« populaciji. Kot rezultat lahko vidimo empirične dokaze prekrivanja Makiavelizma in psihopatije (Fehr, Samsom, & Paulhus, 1992; McHoskey, Worzel, & Szyarto, 1998), narcizma in psihopatije (Gustafson & Ritzer, 1995), ter Makiavelizma in narcizma (McHoskey, 1995) (Paulhus & Williams, 2002).

Moški navadno dosegajo višje rezultate na lastnostih Temne trojice (Paulhus & Williams, 2002).

Osebe z visokimi rezultati na lastnostih Temne trojice se zelo ženejo za svojimi cilji (Jonason & Webster, 2012), so pa tudi čustveno hladne, kar jim pomaga, da se na svoji poti ne ozirajo na čustva drugih ljudi (Jonason et al., 2013) (James et al., 2014).

V svoji impulzivnosti pa lastnosti temne trojice ne ravnajo enako, temveč se kažejo razlike v njihovem antisocialnem vedenju v različnih situacijah. Posamezniki z visoko psihopatijo in Makiavelizmom se na primer ne odzovejo agresivno na provokacijo njihovega ega (npr. na žalitve ali grožnje samozavesti), medtem ko posamezniki z visokim narcizmom se (Jones & Paulhus, 2010; see also Kerig & Stellwagen, 2010). Jonas in Paulhus (2010) sta prišla tudi do ugotovitev, da se posamezniki z visokim narcizmom in Makiavelizmom ne odzovejo agresivno na fizično provokacijo, se pa nanjo odzovejo agresivno posamezniki z visoko psihopatijo. Narcisistična agresija je torej sprožena preko groženj ega (Bushman & Baumeister, 1998; Twenge & Campbell, 2003; Bushman, Bonacci, van Dijk, & Baumeister, 2003), medtem ko je agresija psihopatov sprožena preko direktne grožnje (Jones & Paulhus, 2010) ali včasih tudi brez groženj (Reidy, Zeichner, & Martinez, 2008) (Jones, Olderbak, 2014).

Te tri lastnosti si torej delijo izkoriščevalski način vedenja, na račun neupoštevanja dobrobiti drugih (Jonason & Webster, 2010; Jones & Paulhus, 2011; Paulhus & Williams, 2002). Čeprav naj bi bile lastnosti Temne trojice označene kot socialno nezaželene, pa naj

bi imele tudi dobre lastnosti, sploh na področju vodenja in podjetništva (Grijalva, Harms, Newman, Gaddis, & Fraley, 2015; Mathieu & St-Jean, 2013), pa tudi na področju iskanja partnerja (Geher & Kaufman, 2013). Temne lastnosti, kot npr. narcisizem, znajo biti privlačne nasprotnemu spolu, predvsem za kratkotrajne odnose (e.g. Dufner, Rauthmann, Czarna, & Denissen, 2013; Rauthmann & Kolar, 2013) (Jauk et al., 2016).

1.2.1.1 Makiavelizem

Makiavelizem je koncept, povezan z italjanskim renesančnim političnim filozofom Nicolo Machiavellijem in se nanaša na vedenje, ko osebe uporabljajo in zagovarjajo pristope, kjer je bolj pomembna učinkovitost kot pa njihova etičnost ali moralnost. Makiavelizem kaže na sposobnost in željo po manipulaciji, zavajanju in pa samostojno strateško mišljenje (Gunnthorsdottir, 2016).

V primerjavi z psihopatijo in narcisizmom ima konstrukt Makiavelizma popolnoma drugačno etiologijo. Namesto po kliničnem sindromu (torej kot osebnostna motnja) je koncept imenovan po filozofu. Christie in Geis (1970) sta sestavila vprašalnik, ki meri strinjanje s filozofijo in taktičnimi priporočili iz Machiavellijeva originalnega teksta. Raziskave so prišle do zaključkov, da se ljudje, ki se strinjajo z Machiavellijevimi pogledi, tudi drugače v vsakodnevnem življenju tako vedejo. Visoki rezultati na tem vprašalniku kažejo na ciničnost, nenačelnost ter vero, da je medosebna manipulacija ključ do uspešnega življenja in tako se te osebe tudi vedejo (glej tudi: Jones & Paulhus, 2009) (Furnham, Richards & Paulhus, 2013).

Makiavelistične strategije, kot so zavajanje in manipulacija, morajo do neke mere obstajati v socialnem sistemu. Osebe, ki imajo nizek rezultat pri Makiavelizmu se namreč čustveno vpletajo v situacije, medtem ko so Makiavelisti hladni in strateški misleci (Gunnthorsdottir, 2016), kar je zelo iskano na npr. področjih vodenja. Strateški Makiavelisti skrbijo glede vsega, kar bi jim lahko prišlo prav, medtem pa so zelo pazljivi, da jih ljudje pri tem ne zasačijo. (Paulhus, 2014)

Makiavelizem je povezan tudi z nemoralnim, pragmatičnim in ciničnim razmišljanjem, hladnostjo, gonom za denarjem, statusom in močjo, zavajanjem, izkoriščanjem in pa s strateškimi dolgoročnimi taktikami manipuliranja (Christie & Geis, 1970; Fehr, Samsom, & Paulhus, 1992; Rauthmann, 2012; Rauthmann & Will, 2011) (Jauk et al., 2016).

Osebe, z visokim Makiavelizmom motivira predvsem želja po moči in statusu (Christie & Geis, 1970), zaradi česar več energije vlagajo v akademske kontekste, kjer si lahko pridobijo status, in ne toliko v partnerske odnose (Baughman et al., 2014).

1.2.1.2 Psihopatija

Celo na subkliničnem levelu je psihopatija videna kot najbolj zlonamerna izmed lastnosti Temne trojice (Rauthmann, 2012). Ta lastnost je označena z visoko mero impulzivnosti in iskanja tveganja, v povezavi z nizko stopnjo empatije (Hare, 1985; Lilienfeld & Andrews, 1996) (Furnham, Richards & Paulhus, 2013).

Osebe z visoko psihopatijo impulzivno grabijo vse, kar si želijo in ne gledajo na to, da bodo s tem prizadele druge (Paulhus, 2014). Psihopatija je povezana tudi z brezčutnostjo, medosebno manipulacijo, impulzivnostjo, iskanjem tveganja, ter anti-socialnim vedenjem (Cleckley, 1941/1964; Hare, 2003) (Jauk et al., 2016).

Predstavljena je torej z sovražnim medosebnim stilom, ki vsebuje poniževanje, maščevalnost in kritične interakcije, katere v drugih sprožijo strah (Leary, 1957). Empirične raziskave kažejo, da je psihopatija povezana s sovražnim dominantnim interpersonalnim stilom (e.g., Blackburn, 1998; Kosson, Steuerwald, Forth, & Kirkhart, 1997) (Ali & Chamorro-Premuzic, 2010).

V teoriji je psihopatija diadična, saj jo lahko delimo na primarno in sekundarno psihopatijo (Levenson, Kiehl, & Fitzpatrick, 1995), njeno heterogenost pa so potrdile tudi raziskave (e.g., Blackburn, Logan, Donnelly, & Renwick, 2008). Vprašalnik antisocialnih osebnosti (APQ: Blackburn & Fawcett, 1999) kaže, da primarna psihopatija vsebuje impulzivnost, agresijo, sovražnost, ekstravertiranost, samozavest in nizko do povprečno anksioznost. Sekundarna psihopatija pa je, kot primarna, povezana s sovražnostjo, impulzivnostjo in agresivnostjo, po drugi strani pa je povezana tudi s socialno anksioznostjo, introvertiranostjo, muhavostjo in nizko samozavestjo (Ali & Chamorro-Premuzic, 2010).

Malterer et al. (2008) so dognali, da je primarna psihopatija negativno povezana s pozornostjo na čustva, kar predvideva, da ljudje z visokim rezultatom na psihopatiji kažejo manj pozornosti na svoja lastna čustva. Sekundarna psihopatija je drugače negativno povezana tudi z izboljševanjem svoje volje, kar nakazuje, da ljudje z visokim rezultatom na sekundarni psihopatiji niso samozavestni glede reguliranja svojih razpoloženj in jih ne »popravljajo« (Petrides et al., 2011).

1.2.1.3 Narcisizem

Kriteriji za NPD (narcisistično osebnostno motnjo) po DSM-IV klasifikaciji so: 1. Občutenje veličastnosti in pomembnosti; 2. Obsedenost s fantazijami neskončnega uspeha, slave, strahovite moči, neprimerljive bistrosti, telesne lepote in seksapilnosti ali idealne, neskončne ljubezni in strasti; 3. Prepričanje o lastni edinstvenosti in posebnosti, ki jo lahko razumejo le drugi enako posebni ljudje, po možnosti predstavniki institucij z visokim statusom; 4. Zahteve po pretiranem občudovanju, laskanju in pozornosti, v primeru, če to spodleti, pa želja po ustrahovanju (narcisistična dopolnitev); 5. Želja po naslavljanju in

zahteva po uslužnosti drugih ter nerazumna pričakovanja posebnega prioritetnega obravnavanja; 6. Izkoriščanje drugih za doseganje lastnih ciljev; 7. Odsotnost empatije – nesposobnost identifikacije s čustvi, potrebami, prioritetami in dosežki drugih; 8. Nenehno zavidanje drugim in prizadevanje za uničenje objekta svoje frustracije. Paranoidno prepričanje, da drugi čutijo enako; 9. Arogantno in ošabno obnašanje, občutek vsevednosti, neobčutljivosti pred zakonom. Besnenje ob frustracijah in konfrontacijah z “manjvrednimi in nepomembnimi” ljudmi. Za klinično diagnozo bolezni je potrebno izpolnjevati najmanj pet zgoraj navedenih kriterijev (Vodopivec, 2008, str. 26).

Narcisisti so torej znani po svojem občutku, da so nekaj več ter po dominanci in grandioznem pogledu nase (Raskin & Terry, 1988). Raziskave kažejo, da je narcisizma več pri moških, tudi medkulturno (Foster, Campbell, & Twenge, 2003) (Carter, Campbell & Muncer, 2013).

Narcisisti imajo grandiozno, a precej ranljivo mnenje o sebi, so domišljavi, arogantni, eksihibicionistični in pa šarmerski, manipulatorski in izkoriščevalski. Hkrati čutijo superiornost in upravičenost do vsega. Narcisizem je tako povezan tudi s težnjami iskanja občudovanja in pozornosti (Morf & Rhodewalt, 2001; Raskin & Hall, 1979) (Jauk et al., 2016). V iskanju javnega občudovanja narcisisti nimajo emaptije za tiste, na katere stopijo (Paulhus, 2014).

Narcisizem je povezan tudi z funkcionalno impulzivnostjo (hitro razmišljanje in odzivanje v odnosih), medtem ko je naprimer psihopatija povezana z nefunkcionalno impulzivnostjo (slabše odločanje in nezmožnost nadzorovanja svojih antisocialnih impulzov) (Jones & Paulhus, 2011) (James et al., 2014).

Glede na raziskavo Grijalva et al. (2015) naj bi bilo narcisizma več pri moških, kot pri ženskah (Grijalva et al., 2015).

1.2.2 Evolucijski pogled na lastnosti Temne trojice

Za lastnosti Temne trojice je značilen občutek privilegiranosti, superiornosti, dominance (predvsem v narcisizmu), socialni šarm, zavajanje, manipulativnost (predvsem v Makiavelizmu), nepredvidljivost, antisocialno vedenje, impulzivnost ter medosebni antagonizem (predvsem pri psihopatiji). Psihologija iskanja partnerja, povezana s temi lastnostmi je navadno kratkoročne narave (Jonason, Li, & Buss, 2010; Jonason, Li, Webster, & Schmitt, 2009) pri obeh spolih. Evolucijski psihologi menijo, da so te lastnosti lahko adaptirane, saj olajšujejo izbire in vedenje, katero vpliva na fitnes osebkov (Jonason, Lyons & Blanchard, 2015).

Vedenjsko-genetske raziskave so potrdile, da genetika prispeva določen procent k različnosti vseh lastnosti Temne trojice (Vernon, Villani, Vickers, & Harris, 2008). Ista raziskava pa je pokazala tudi, da so te lastnosti prav tako povezane z okoljem, kar je

veljalo predvsem za Makiavelizem (Paulhus, 2014). Za razvoj lastnosti Temne trojice je torej odgovorna tako genetska zasnova, kot tudi okolje.

Raziskave na dvojčkih so pokazale tudi korelacijo med fenotipi in »mentalno trdnostjo«, ki je del vseh treh lastnosti Temne trojice. Pokazalo se je, da psihopatija in Makiavelizem kažeta določene genetske efekte, korelacija med genetskimi faktorji in psihopatijo je bila namreč zelo močna. To nakazuje, da genetska predispozicija vpliva na razvoj psihopatije in »mentalne trdnosti«. Pri Makiavelizmu pa se je poleg genetskega faktorja kazal tudi večji vpliv okolja, predvsem izkušnje in socialne interakcije zunaj družine (Onley et al., 2013). Linda Mealey (1995) je drugače prva opazila, da osebe s temnejšimi osebnostmi »cvetijo« kot socialni paraziti in tako izpostavila evolucijsko teorijo, ki predvideva te predatorske podskupine osebnosti (Furnham, Richards & Paulhus, 2013).

Ljudje se razlikujemo na kontinuumu reproduktivnih strategij. Tisti, ki empatizirajo iskanje partnerjev, pravimo da imajo hitro-življenjsko strategijo, tisti, ki so bolj nagnjeni k starševstvu pa počasno reproduktivno strategijo. Raziskovalci se strinjajo, da so posamezniki z visokimi rezultati na lastnostih Temne trojice bolj nagnjeni k hitro-življenjskim strategijam. Karakterizira jih namreč pomanjkanje samokontrole, dostikrat imajo kratkotrajna razmerja, so sebični in imajo tudi ostale antisocialne manifestacije. Relativno »mylejši« lastnosti Temne trojice, Makiavelizem in narcisizem, vsebujeta tudi vidike, ki zmanjšajo socialno nezaželenost, povezano z hitro-življenjsko strategijo. Ti dve lastnosti lahko torej lažje funkcionirata v družbi, medtem ko ima psihopatija s tem malo več težav (Furnham, Richards & Paulhus, 2013).

Evolucijski psihologi menijo, da so določene lastnosti Temne trojice v določenih kontekstih bolj zaželjene za partnerske odnose, druge lastnosti pa za avanture (Jonason et al., 2009, 2011). To velja za oba spola, saj morata v dolgotrajno zvezo oba partnerja investirati svojo energijo (Buss & Schmitt, 1993). Od tega investiranja imata prav tako korist oba spola, zaradi česar tudi oba investirata več energije v to, da najdeta dobrega partnerja zase. Zanimivo pa je, da so ljudje označili osebe z visoko psihopatijo in Makiavelizmom kot manj privlačne od tistih, z nižjimi rezultati na teh lastnostih (Jonason, Lyons & Blanchard, 2015).

V svoji evolucijski teoriji Holtzman in Strube (2010) predpostavljata, da je narcisizem povezan z iskanjem partnerjev, ki so vredni več, čemur naj bi bilo tako zato, ker obstaja (majhna) korelacija med narcisizmom in fizično privlačnostjo (Holtzman & Strube, 2010). Ne le, da naj bi bili narcisisti fizično privlačnejši, bili naj bi tudi bolj šarmantni in očarljivi (Back, Schmukle, & Egloff, 2010), kar je izjemna kombinacija za uspeh pri iskanju partnerja (Jauk et al., 2016).

Jonason in Kavanagh (2010) sta zagotovila bolj detaljni vpogled v stile iskanja partnerja. Osebam sta dodelila na seksualne, manipulativne, praktične, trajne, nesebične in zaljubljene stile iskanja partnerja. Po več raziskavah sta ugotovila, da je manipulativen stil najbolj povezan s psihopatijo, zaljubljeni pa z Makiavelizmom. Praktični stil je pozitivno koreliral z Makiavelizmom in narcisizmom, a negativno s psihopatijo. Nesebični stil je bil pozitivno povezan z Makiavelizmom, a negativno z psihopatijo. Na kratko, izgleda, da so Makiavelisti najbolj fleksibilni v svojih stilih iskanja partnerja (Furnham, Richards & Paulhus, 2013).

Rekli bi lahko tudi, da te lastnosti vsaj kratkoročno dajejo prednost predvsem moškim (Jonason et al., 2009; Jonason, Valentine, Li, & Harbeson, 2011), ženskam pa lahko te lastnosti pomagajo »ujeti« boljše gene pri partnerju (Carter, Campbell, & Muncer, 2014; Lyons, Marcinkowska, Helle, & McGrath, 2015) (Jonason, Lyons & Blanchard, 2015). Želja po kratkotrajnih partnerskih odnosih pri ženskah naj bi bila tako torej podzavestno usmerjena skozi željo najti najboljše gene za svojega potomca (Li & Kenrick, 2006) (Lyons et al., 2015).

Če povzamemo, te raziskave kažejo, da ima vsaka od lastnosti Temne trojice svoj pristop k reprodukciji. Glavne razlike so vidne predvsem v tem, ali preferira dolgotrajna ali kratkotrajna razmerja; Psihopati recimo svoje paritvene možnosti povečujejo z impulzivno in agresivno strategijo iskanja partnerja, Makiavelistom pa bolj pomaga strateški pristop, ki ohranja odnos (Furnham, Richards & Paulhus, 2013).

Nekateri raziskovalci menijo tudi, da so lastnosti Temne trojice adaptacija, specializirana za varanje (Jonason & Webster, 2012; Mealey, 1995) (Jonason et al., 2014). Cosmides in Tooby (1992) na primer menita, da obstaja koevolucionarno rivalstvo med osebami, ki varajo, ter osebami, ki jih želijo pri tem zasačiti in kaznovati (Cummins, 1999). Lastnosti Temne trojice bi lahko predstavljale specializirane adaptacije, da se varajoče osebe izognejo temu, da bi jih zasačili (Jonason & Webster, 2012). Ljudje z visoko stopnjo na lastnostih Temne trojice naj bi znali bolj izkoristiti nočno nišo, ko je budnih manj ljudi, in svetlobe, hkrsti pa so »jutranji« ljudje tedaj kognitivno manj sposobni, kar lahko varajoči posamezniki izkoristijo kot »strategijo varanja« (Jonason & Webster, 2012; Mealey, 1995), saj je to lažje ponoči, ko je manj možnosti, da bodo razkrinkani in s tem manj tveganja (Jonason, Jones & Lyons, 2013).

»Kronotip« imenujemo individualne razlike, ki odražajo nagnjenost ljudi, ali gredo spat bolj zgodaj ali bolj pozno zvečer in ali vstanejo bolj zgodaj ali pozneje. Na enem koncu spektra so ljudje, ki vstajajo zgodaj in občutijo optimalno kognitivno delovanje bolj zgodaj v dnevu, na drugem koncu spektra pa so ljudje, ki občutijo optimalno kognitivno delovanje kasneje v dnevu (Horne, Brass, & Pettitt, 1980; Horne & Östberg, 1976; Roberts & Kyllonen, 1999; Tankova, Adan, & Buela-Casal, 1994). Empirični dokazi kažejo, da so lastnosti Temne trojice povezane s kronotipom, ki deluje bolj pozno. Najprej zato, ker so

tako lastnosti Temne trojice, kot tudi kronotip, dedne. Kot drugo ker je večerni kronotip bolj povezan z uspehom iskanja partnerja na kratkoročen način (Gunawardane, Piffer, & Custance, 2011; Piffer, 2010; Randler et al., 2012), povezan pa je tudi z impulzivnostjo, tveganim vedenjem, iskanjem vzburjenja (Adan, Natale, Caci, & Prat, 2010; Caci, Robert, & Boyer, 2004; Digdon & Howell, 2008; Killgore, 2007; Russo, Leone, Penolazzi, & Natale, 2012), ekstravertnostjo (Diaz-Morales, 2007; Matthews, 1988; Randler et al., 2012; ampak glej tudi Tonetti, Fabri, & Natale, 2009) in manj vestnosti ter prijetnosti (Randler, 2008; Tsaousis, 2010). Večerni kronotip je tudi pogostejši pri ljudeh, ki so bolj individualistično usmerjeni (Vollmer & Randler, 2012). Vse te lastnosti pa so povezane tudi s Temno trojico (Jonason, Koenig, & Tost, 2010; Jonason, Li, & Teicher, 2010; Jonason, Li, Webster, & Schmitt, 2009; Jonason & McCain, 2012; Jonason & Tost, 2010; Jonason, Valentine, Li, & Harbeson, 2011; Jonason & Webster, 2010; Jones & Paulhus, 2011; Lee & Ashton, 2005; Paulhus & Williams, 2002) (Jonason, Jones & Lyons, 2013).

1.2.3 Lastnosti Temne trojice in odnosi

Jasno je, da se ljudje spuščajo v odnose z osebami, ki imajo bolj izražene lastnosti kot so iskanje vznemirjenja (Glicksohn & Golan, 2001), antisocialno vedenje (Knight, 2011) in lastnosti Temne trojice (Smith et al., 2014) (Jonason, Lyons & Blanchard, 2015). Jasno pa je po drugi strani tudi to, da so lastnosti Temne trojice povezane z visoko stopnjo usmerjenosti vase in nizko stopnjo empatičnih kvalit. Torej, osebe visokimi rezultati na kateri od lastnosti Temne trojice niso najbolj sposobne, ali zainteresirane, da bi imele in obdržale dalj trajajoče odnose, za katere se bilo potrebno truditi (Bradlee & Emmons, 1992; Campbell & Foster, 2002; Foster et al., 2006) (Jonason et al., 2009).

Dolgotrajna razmerja naj torej ne bi bila idealna za ljudi, ki dosegajo visoke rezultate na kateri izmed lastnosti Temne trojice (Foster, Shrir, & Campbell, 2006; Jonason & Webster, 2010; Jonason et al., 2009, 2010). Te osebe so namreč impulzivne (Jonason & Tost, 2010; Jones & Paulhus, 2011), ne mislijo veliko na dolgoročne posledice (Jonason & Tost, 2010), in načeloma niso prijetne (Jones & Paulhus, 2010; Lee & Ashton, 2005; Paulhus & Williams, 2002) (Jonason, Luevano & Adams, 2012). Temne osebnosti so oportunistične, nepredvidljive in izkoriščevalske v kotnetkstu iskanja partnerja (Jonason & Kavanagh, 2010; Jonason et al., 2012b; Jonason, Valentine, Li, & Harbeson, 2011). Zaradi tega so te osebe tudi bolj nagnjene k iskanju kratkotrajnih, kot dolgotrajnih odnosov (Holtzman & Strube, 2013b; Jonason & Webster, 2010; Jonason et al., 2009; Jonason & Kavanagh, 2010) (Jauk et al., 2016).

Tudi raziskave kažejo, da so lastnosti Temne trojice ključnega pomena pri izbiri krajših odnosov, saj imajo precej nizke standarde za svoje kratkotrajne partnerje in ker preferirajo igranje ter pragmatični ljubezenski stil (Jonason & Kavanagh, 2010; Jonason et al., 2011).

Na splošno so lastnosti Temne trojice povezane z kratkotrajnimi partnerskimi odnosi. Narcisisti, kot najbolj socialni izmed trojice, si za partnerje izbirajo prijatelje (Foster & Trimm, 2008), pri tem pa iščejo zunanjo potrditev »ega« (Buffardi & Campbell, 2008) (Jonason, Luevano & Adams, 2012).

Narcisizem je definiran z dominanco, občutkom upravičenosti do stvari in superiornosti (Emmons, 1984). Makiavelizem je povezan z manipulativnostjo in socialnim šarmom (Christie & Geis, 1970). Psihopatija pa je predstavljena preko iskanja tveganja, impulzivnosti in nizke empatije (Hare, 1985). Čeprav te lastnosti izpadejo kot neželjene, so povezane z uspehom pri iskanju partnerja (Jonason, Li, Webster, & Schmitt, 2009) (Baughman et al., 2014).

Holtzman and Strube (2010) sta dognala, da je narcisizem odgovor na iskanje partnerjev za kratkotrajna razmerja pri moških. Narcisizem naj bi po njuno pomagal moškemu dati voljo za to, da tekmuje z drugimi moškimi in da jih lahko odbije že takoj po spolnem odnosu. Narcisistom je lahko začeti nove odnose, zaznavajo veliko možnosti in priložnosti v njih in zaradi tega težje in manj pogosto ostajajo monogamni (Campbell & Foster, 2002; Campbell, Foster, & Finkel, 2002). Po drugi strani so Makiavelisti v odnosih dvolični (McHoskey, 2001a), neiskreni (Christie & Geis, 1970) in ekstravertirani (Allsopp, Eysenck, & Eysenck, 1991). Moški dosegajo višje rezultate pri Makiavelizmu kot ženske (Lee & Ashton, 2005; McHoskey, 2001b). Makiavelizem je povezan tudi s socialno manipulacijo in oportunistmom, katera sta oba uporabna pri iskanju kratkotrajnih odnosov. Makiavelisti naj bi bili tudi bolj promiskuitetni (McHoskey, 2001b). Psihopatija pa sestoji iz brezčutnosti, pomanjkanja empatije in antisocialnega, nihajočega vedenja. (Hare, 2003). Moški kažejo večjo raven subklinične psihopatije kot ženske (Lee & Ashton, 2005). Reise in Wright (1996) sta dognala, da so psihopatske lastnosti (pomanjkanje morale, sovražnost v odnosih) nujne za kratkotrajno strategijo iskanja partnerja in da korelirajo s tem, da se v seksualnem vedenju ne omejujejo. Psihopatija je nadalje povezana tudi s površinskim šarmom in zavajajočim, seksualno-žaljivim medosebnim stilom (Paulhus & Williams, 2002) (Carter, Campbell & Muncer, 2013).

Psihopatija je znana kot najbolj izkoriščevalska izmed lastnosti Temne trojice (Jonason, Luévano, & Adams, 2012), po možnosti v kombinaciji s kognitivnimi izkrivjanji, ki povzročijo, da oseba zameša med partnerjem, ki je dober za zabavo in partnerjem, ki bi bil dober za starša njegovih otrok (Jonason, Lyons & Blanchard, 2015). Povezana je tudi z bolj oportunistično in izkoriščevalsko strategijo iskanja partnerja (Figueredo et al., 2006; Jonason et al., 2009b; Mealey, 1995). Te osebe preferirajo predvsem razmerja na klic, kjer lahko izkoriščajo drugo osebo, ko jim tako zapaše (Jonason et al., 2009). Čeprav so na začetku tudi Makiavelizem povezovali s preferiranjem kratkotrajnih razmerij (McHoskey, 2001), pa so natančnejše analize pokazale, da temu ni nujno tako (Jonason et al., 2011)

(Jonason, Luevano & Adams, 2012). Po drugi strani lahko narcisizem pri moških sproži veliko željo po reprodukciji (npr. »tako sem dober, da bi moral narediti kopije sebe«) in posledično iskanje, katera ženska bi bila dobra mati. Narcisizem je povezan z bolj oportunistično in ne toliko izkoriščevalsko strategijo iskanja partnerja (Jonason et al., 2012) in velja za najbolj socialno zaželjeno lastnost izmed lastnosti Temne trojice (Rauthmann & Kolar, 2012) (Jonason, Lyons & Blanchard, 2015).

Lastnosti Temne trojice so torej povezane z iskanjem strategij iskanja partnerja za krajši čas, imajo pa drugačen vpliv na dejanski uspeh iskanja partnerja. Pri moških naj bi bil za uspeh v kratkotrajnih razmerjih odgovoren narcisizem, medtem ko sta Makiavelizem in psihopatija tu škodljiva. Vidne pa so tudi še druge razlike med temi lastnostmi. Narcisizem je povezan z občutkom upravičenosti do stvari in razvrednotenjem drugih ljudi (Back et al., 2010, 2013), zaradi česar bi lahko bil povezan tudi s tem, da označijo druge osebe kot slabše za partnerje. Psihopatija je povezana s precej impulzivnim in izkoriščevalskim stilom iskanja partnerja (e.g. Figueredo et al., 2006; Jonason et al., 2009; Mealey, 1995), medtem ko je Makiavelizem povezan z manipulativnostjo, zavajanjem, in prisilo v strategijah iskanja partnerja (e.g. McHoskey, 2001; Jones & Paulhus, 2011). Vsekakor pa naj bi bil Makiavelizem povezan z oportunističnim iskanjem tako kratkotrajnih, kot tudi dolgotrajnih odnosov (e.g. Jones & Paulhus, 2011) (Jauk et al., 2016).

V kontekstu iskanja partnerja, so osebe z visokimi rezultati na Temni trojici dobro situirane za žaljive, kratkotrajne pristope. Na primer, vse tri lastnosti korelirajo z nizko prijetnostjo (Bradlee & Emmons, 1992; Paulhus, 2001; Paulhus & Williams, 2002), kar je povezano s konflikti v dlje trajajočih razmerjih (Buss, 1991b) in nezadovoljstvom v zakonu (Botwin, Buss, & Shackelford, 1997) (Jonason et al., 2009). Kombinacija brezčutnosti in pohlepnosti predispozira predstavnike Temne trojice, da izkoriščajo druge v svoje osebne namene (Jones & Paulhus, 2011). Ni presenečenje, da ta brezčutnost vpliva na iskanje partnerjev (e.g., Harms, Williams, & Paulhus, 2001; McHoskey, 2001; Reise & Wright, 1996, Schmitt, 2009). Vpliv brezčutnosti na trajanje medosebnega odnosa je povezan s kompleksnim prepletanjem sebičnosti in zaupanja (Clark & Waddell, 1985; Kenrick & Trost, 1989; Simpson, 2007). Brezčutne strategije iskanja partnerjev naj bi bile povezane tudi z več seksualne aktivnosti (Eysenck, 1976; Harms et al., 2001; Jonason, Li, Webster, & Schmitt, 2009; Linton & Weiner, 2001). Med brezčutnim vedenjem, ki naj bi vplivalo na več seksualne aktivnosti so predvsem neiskreno vezanje, navidezna vrednost oseb kot partnerjev in ostale oblike seksualnega zavajanja (Seto, Khattar, Lalumiere, & Quinsey, 1997; Tooke & Camire, 1991) (Jones & Paulhus, 2011).

Kljub vsem trem skupni brezčutnosti pa imajo člani Temne trojice različne interpersonalne taktike (Paulhus & Williams, 2002; Jones & Paulhus, 2011). Osebe, ki težje nadzorujejo

svoje impulze so sposobne le kratkoročnih taktik (Figueredo et al., 2006). Impulzivnost psihopatov (Hare, 1996; Gladden, Figueredo, & Jacobs, 2009) torej še poveča fokus na kratkotrajne odnose. Raziskave kažejo, da je psihopatija povezana tudi z agresivnim seksualnim vedenjem (Lalumiere & Quinsey, 1996), prisilo (Williams et al., 2009), in promiskuiteto (Fulton, Marcus, & Payne, in press; Harris, et. al., 2007). Narcisisti so prav tako na impulzivni strani tega kontinuuma (Vazire & Funder, 2006). Dolgotrajnejše strategije pa zahtevajo kontrolo impulzov, načrtovanje in orinetacijo v prihodnosti (Figueredo et. al., 2006). Takšno vedenje je najbolj kompatibilno z Makiavelizmom: Raziskave so pokazale, da Makiavelisti posedujejo večjo kognitivno kompleksnost (Hawley, 2003; Jones & Paulhus, 2009) in razvojno plastičnost (Vernon et al., 2008) kot psihopati in narcisi. Iz tega lahko sklepamo, da Makiavelisti lažje spreminjajo svoje taktike iskanja partnerjev glede na svoje cilje na dolgi rok (Jones & Paulhus, 2011).

Makiavelistični repertoar je bi-strategičen: Hawley (1999) s tem terminom označuje sposobnost uporabe tako prosocialnih, kot tudi antisocialnih taktik. Togo spoštovanje ene izmed teh dveh strategij omeji možnosti improvizacije (Christie & Geis, 1970) in s tem ne maksimizira kontrole sredstev (Hawley, 2003). Sploh na dolgi rok, je Makiavelistična sposobnost manipulacije tista, ki poveča dostopnost do seksualnih partnerjev (Harms et al., 2001, McHoskey, 2001). Lahko celo izkoriščajo kratkotrajne seksualne priložnosti, medtem ko vzdržujejo dolgotrajno razmerje (Jones & Paulhus, 2011).

Jauk et al. (2016) so v svoji raziskavi ugotovili, da naj bi bili moški z visoko stopnjo narcisizma bolj zaželeni kot partnerji tako za kratkotrajno, kot dolgotrajno razmerje, česar pa ne moremo reči za ostali dve lastnosti Temne trojice. Narcisizem torej korelira s privlačnostjo za partnerja, psihopatija pa se po drugi strani kaže kot pozitivno povezana v izboru za kratkotrajen odnos pri ženskah. Makiavelizem pa je po drugi strani precej negativno povezan s tem, da bi bil izbran kot privlačen za kratkotrajno razmerje pri ženskah. Glede na to, da Makiavelizem pomeni tudi ciničnost in manipulatorsko vedenje (Rauthmann, 2013), kar naj bi bilo še posebej negativno in »temno« (Rauthmann & Kolar, 2012) ter neprivlačno (Rauthmann & Kolar, 2013), bi lahko to razložilo rezultat, da ta vedenjski stil ljudje prepoznajo kot negativnega in se takšni osebi nato izognejo (Jauk et al., 2016).

Makiavelizem in primarna psihopatija drugače oba pozitivno korelirata s promiskuiteto, sekundarna psihopatija pa še negativno z navezovanjem. Makiavelizem je negativno povezan z zadovoljstvom v življenju in intimnostjo, kar ne preseneča, saj je ta lastnost povezana z negativnimi čustvi (e.g., McHoskey et al., 1998) in pomanjkanjem empatije ter želje po medosebnih odnosih (Christie & Geis, 1970) (Ali & Chamorro-Premuzic, 2010). Čeprav je veliko manj raziskav raziskovalo povezavo Makiavelizma in intimnih odnosov, pa te raziskave kažejo, da je Makiavelizem povezan s promiskuiteto, sovražno seksualno naravnostjo in sebičnimi ter zavajajočimi seksualnimi taktikami, kot je varanje,

razkrivanje intimnih seksualnih skrivnosti drugim, igranje ljubezni, prisiljevanje v nezaščitene spolne odnose in uporaba seksualne sile za doseg svojih ciljev (Jonason, Li, Webster, & Schmitt, 2009; McHoskey, 2001), se pa te lastnosti ne kažejo tako pogosto pri ženskah (McHoskey, 2001). Če upoštevamo manjšo empatijo in antagonistični vedenjski stil, ki se kaže tako v psihopatiji, kot tudi v Makiavelizmu, ni presenečenje, da so ti osebnostni stili povezani s slabšo kvaliteto intimnih odnosov. Psihopatske značilnosti (v kliničnih in nekliničnih primerih) so povezane s stiskami v odnosih, čustvenimi zlomi (Han, Weed, & Butcher, 2003; Savard, Sabourin, & Lussier, 2006) in nezvestobo (Egan & Angus, 2004) (Ali & Chamorro-Premuzic, 2010).

Določene linije raziskav tudi kažejo na to, da je Temna trojica povezana s socialnimi stili, ki so nagnjeni k poniževanju drugih v kratkotrajnih socialnih kontekstih. Na primer, narcisisti radi uporabijo druge ljudi kot sredstvo za doseg cilja. V želji po moči in dominanci (Bradlee & Emmons, 1992; Foster, Shrira, & Campbell, 2006), so manj usmerjeni v skupnost (Campbell, Rudich, & Sedikides, 2002) in težje čutijo krivdo ali sram (Gramzov & Tagney, 1992). Osebe z visokim Makiavelizmom so navadno šarmantni in tudi žaljivi (Wilson, Near, & Miller, 1996), kažejo manj empatije (Barnett & Thompson, 1985) in so manj pripravljeni pomagati drugim (Wolfson, 1981). Osebe z visoko psihopatijo pa so zelo žaljive po naravi (Mealey, 1995), z visokimi leveli egocentrizma, impulzivnosti in neodgovornosti, imajo pa tudi nizko stopnjo empatije, krivde in sramu (Larson & Buss, 2006) (Jonason et al., 2009).

Jonason et al. so dokazali (2009), da visoki rezultati na lastnostih Temne trojice pozitivno korelirajo z večjim številom spolnih partnerjev, neomejeno socioseksualnostjo in večjo preferenco za kratkotrajne odnose. Prav za narcisiste je značilna ta neomejena socioseksualnost (Foster et al., 2006) in višja stopnja nezvestobe (Campbell, Foster, Finkel, 2002a). Narcisisti zelo lahko začnejo novo razmerje (Bradlee & Emmons, 1992), a so manj predani in zainteresirani, da bi v njem ostali (Campbell & Foster, 2002; Foster et al., 2006), kar jih nato vleče k iskanju kratkotrajnih razmerij, ki izboljšujejo njihove reproduktivne interese do svojih partnerjev (Rowe, 1995) (Jonason et al., 2009).

1.2.4 Lastnosti Temne trojice in nezvestoba

Zaradi različnih razlogov naj bi bili predstavniki Temne trojice še posebej ne vredni zaupanja na področju partnerstva. (Jones & Paulhus, 2011). Nedavne raziskave namreč kažejo, da so lastnosti Temne trojice povezane z različnimi strategijami varanja (Jonason, Baughman, Lyons, & Vernon, 2014).

Psihopatija in Makiavelizem si delita veliko karakteristik (McHoskey, Worzel, & Szyarto, 1998), med drugim manipulativnost in zavajanje, katero se kaže skozi patološko laganje in ostala zavajajča vedenja (Hare, 1985; Christie & Geis, 1970) (Baughman et al., 2014).

Predhodne raziskave kažejo, da moški lažje več od žensk in da so njihovi rezultati na področju lastnosti Temne trojice višji (Jonason et al., 2009, 2014). Baughman et al. (2014) so ugotovili, da je psihopatija povezana z večjo verjetnostjo laganja in več užitka, ki izhaja iz laganja. Podoben vzorec je viden tudi pri narcisizmu, le z malo nižjimi rezultati. Po drugi strani pa je bil Makiavelizem bolj povezan z več kognitivnega truda za laganje, a bolj v »akademske« namene, kot v partnerske. Makiavelizem je torej povezan z večino aspektov laganja, a bolj v akademskih kontekstih. Manj naj bi bil torej vključen v partnerske odločitve (Jonason et al., 2012) in bolj v socialno manevriranje in pridobivanje statusa. To je tisto, kar najjasneje loči Makiavelizem od psihopatije (Baughman et al., 2014).

Kljub destruktivnemu vplivu na oba partnerja in razmerje, seksualna nezvestoba ostaja nekaj običajnega. Zdi se, da pojavljanje nezvestobe temelji na temeljnih reprodukcijskih gonih. Določeni posamezniki so že predispozirani da zaidejo v nezvestobo – pa naj so zadovoljni s svojim trenutnim odnosom, ali ne (Barta & Kiene, 2005). Znani prediktorji za nezvestobo v posameznikovi osebnosti vključujejo brezčutnost, antisocialne dispozicije in pomanjkanje empatije (Schmitt, 2004b). Glede na to, bi lahko sklepali, da so z nezvestobo povezane vse tri lastnosti Temne trojice (Jones & Paulhus, 2011).

Pri psihopatih nezvestobo sproži njihova impulzivnost (Egan & Angus, 2004), pri narcisistih pa je pomemben predvsem občutek superiornosti nad svojim partnerjem (Krizan & Bushman, 2010; Foster, Shrira, & Campbell, 2006) (Jones & Paulhus, 2011).

Pri raziskovanju nezvestobe pa se je treba obregniti tudi ob čustva sramu in krivde; Sram in krivda naj bi bili specifično človeški čustvi, kateri imata funkcijo v vzdrževanju kooperativnih odnosov (Frank, 1988). Krivda se dostikrat občuti po osebnih moralnih prestopkih, medtem ko je sram odziv na javno izpostavljen moralni prestopok ali osebno nesposobnost (Wolf, Cohen, Panter, & Insko, 2010). Krivda odvrča od antisocialnega vedenja (Hosser, Windzio, & Greve, 2008) in promovira pro-socialnost (De Hooge, Breugelmans, & Zellenberg, 2008; De Hooge, Zeelenberg, & Breugelmans, 2007; Ketelaar & Au, 2003), medtem ko sram dostikrat nima nobenega takšnega efekta (De Hooge et al.). Nagnjenje k občutenju krivde je povezano s tem, da se bolj trudimo popraviti napačno vedenje, kar je lahko v okviru vzdrževanja socialnih odnosov koristno. Sram, pa po drugi strani lahko povzroči umik od drugih ljudi, kar je lahko socialno škodljivo (Cohen, Wolf, Panter, & Insko, 2011). Med tema dvema čustvoma je krivda torej bolj orientirana proti drugim, sram pa bolj proti samemu sebi (Smith, Webster, Parrott, & Eyre, 2002; Tangney, Stuewig, & Mashek, 2007). Nagnjenost k sramu in krivdi sta bolj osebnostni lastnosti, kot čustveni stanji in kot takšni se tudi povezujeta z drugimi lastnostmi, kot na primer psihopatijo (Stuewig & Tangney, 2007). Dvofaktorski model psihopatije razlikuje med brezčutnim in nečustvenim interpersonalnim stilom (primarna psihopatija) ter tveganim in

impulzivnim vedenjem (sekundarna psihopatija) (McHoskey, Worzel, & Szyarto, 1998). Primarna psihopatija bi lahko bila evolucijsko oz. genetično pogojena strategija varanja, katero sestavlja povezava spretnosti in deficitov, kateri pomagajo pri socialni manipulaciji (Mealey, 1995). Sekundarna psihopatija pa naj bi bila po drugi strani pomembna za razvoj kompetitivnih strategij, ki se razvijejo iz slabih socio-ekoloških okolij in bi morale biti pod večjim okoljskimi vplivi kot primarna psihopatija (Mealey, 1995). Obstajajo tudi določeni empirični dokazi, ki te ideje potrjujejo (Lyons, 2015).

Čeprav sta empatija in moralnost v lastnosti psihopatije bili že močno raziskani (Jonason et al., 2013; Marsh & Cardinale, 2014; Seara-Cardoso et al., 2012; Seara-Cardoso, Dolberg, Neumann, Roiser, & Viding, 2013), je literature o psihopatiji, sramu in krivdi na neklinični, neforezični odrasli populaciji zelo malo, predvsem v povezavi z dvofaktorsko strukturo psihopatije. Študije, ki so kot udeležence uporabljale prestopnike, so ugotovile, da je psihopatija povezana z manj sramu (Holmqvist, 2008) in da je to tipično predvsem za primarne subtype (Morrison & Gilbert, 2001). Sekundarno, visoko anksiozni subtype lahko občutijo celo večjo krivdo v primerjavi z nepsihopatskimi udeleženci (Gudjonsson & Roberts, 1983). Campbell in Elison (2005) sta dognala, da bodo dodiplomski študentje, uporabljeni v raziskavi, kateri so imeli višjo primarno psihopatijo, v več primerih obtoževali druge za nek sramotni dogotek, medtem ko bodo tisti z visoko sekundarno psihopatijo prej obtoževali sami sebe (Lyons, 2015).

Rezultati študije Lyons (2015) so zagotovili podporo za prihodnost, za idejo, da je primarna psihopatija manj moralna od dveh dimenzij psihopatije, saj imajo posamezniki, ki imajo višji rezultat na primarni psihopatiji, nižji rezultat na nagnjenosti za sram in krivdo, so neobčutljivi za spolnost ter za starševsko oskrbo. Primarna psihopatija je bila predlagana tudi za uspešno »napačno« strategijo (Ashton, Lee, & Son, 2000; Mealey, 1995), kar bi lahko bilo olajšano s pomanjkanjem krivde in sramu. Primarna psihopatija je bila povezana z deficiti empatije (Jonason et al., 2013; Wai & Tiliopoulos, 2012) in občutki pozitivnosti po izpostavljenosti žalosti drugih ljudi (Ali et al., 2009), ter pomanjkanjem empatije proti drugim, kar lahko zmanjša moralna čustva po tem, ko se zgodi nek prestop. To lahko okoristi primarne psihopate s kapaciteto izkoristiti druge, saj jih od tega ne bodo odvrnila averzivna čustva sramu in krivde. Te ugotovitve kažejo tudi na to, da je sekundarna psihopatija resnično bolj moralna od obeh vidikov psihopatije, ne glede na nagnjenost k krivdi in sramu. Primarna psihopatija pa je po drugi strani povezana z manj sramu in krivde, kar bi lahko posameznike z visoko psihopatijo oskrbelo z zmožnostjo, da izkoriščajo druge brez občutka kesanja (Lyons, 2015).

Zadnje čase je drugače vedno več interesa glede »uspešne« psihopatije, ki se manifestira v obliki čustvenih deficitov primarne psihopatije (Gao & Raine, 2010). Dokazano je, da se psihopatija razvije kot rezultat zapletenega prepleta med geni in okoljem, kjer starševstvo igra pomembno vlogo (Beaver, Barnes, May, & Schwartz, 2011). Dejanja staršev,

predvsem starševska toplina, spodbujajo razvoj empatije in sposobnosti samevalvacije moralnih čustev, kot je krivda, medtem ko je hladno in restriktivno partnerstvo povezano z razvojem sramu (Lutwak & Ferrari, 1997; Sheikh & Janoff-Bulman, 2010). Možno je, da če želijo razviti uspešne strategije varanja, morajo imeti moški pozitiven starševski vložek od svojih očetov (Lyons, 2015).

Čeprav vse kaže, da temne osebnosti uporabljajo različne taktike socialnega vplivanja (Jonason & Webster, 2012), so Roeser et al. (2016) dokazali, da sta Makiavelizem in psihopatija drugače povezana z varanjem in laganjem. Makiavelizem laže bolj konstruktivno, zapleteno, psihopatija pa glede na impulze, nepremišljeno. Psihopatija je povezana z disfunkcionalno impulzivnostjo, ki izvira iz slabe samokontrole (Jones & Paulhus, 2011) (Roeser et al., 2016).

Osebe z visokimi rezultati na lastnostih Temne trojice imajo navadno več spolnih partnerjev in manj omejitev glede iskanja novih (Jonason et al., 2009). Posedovanje teh lastnosti prinaša torej poseben stil iskanja partnerjev. V odnosih bodo osebe z visokimi rezultati na lastnostih Temne trojice bolj verjetno zapustile primarnega partnerja zaradi nove osebe (Foster, Shrira, & Campbell, 2006). Sovpadajoče s tem, da osebe z visokimi rezultati na lastnostih Temne trojice potrebujejo več raznolikosti v seksu (Jonason et al., 2009), so bolj agresivne narave (Paulhus & Williams, 2002), in so tudi tekmvalne in individualne kar se tiče odnosov (Jonason et al., in press), so povezane tudi s tem, da rade lovijo partnerje in so tudi rade »lovljene« (Jonason, Li & Buss, 2010).

Določeni nezvesti partnerji sicer želijo obdržati svoj primarni odnos in so pri tem tudi uspešni (e.g., Belsky, Steinberg, & Draper, 1991). Ta strategija je najbolj značilna za Makiavelizem. Namesto, da bi iskali več seksualnih afer, si jih rajši izberejo manj, a bolj preračunane. Takšna nezvestoba je potem tudi varnejša in je manj možnosti, da bi ogrožala primaren odnos (Jones & Paulhus, 2011).

1.3 Nezvestoba

Jasno je, da je tema nezvestobe precej pomembna v delu terapevtov – in še pomembnejša partnerjem, ki se z njo spoprijemajo. A kljub temu na tem področju primanjkuje bolj robustnih in strogih raziskav (Blow & Hartnett, 2005a).

Nezvestoba je seksualni in/ali čustveni akt, ki ga počne oseba, ki je v zavezanem odnosu, kjer se takšen akt zgodi torej zunaj tega primarnega odnosa in predstavlja kršitev zaupanja in/ali kršitev dogovorjenih norm (odkrito ali prikrito) enega ali obeh posameznikov v tem odnosu v povezavi z romantično/čustveno ali seksualno ekskluzivnostjo (Blow & Hartnett, 2005a). Glede na Drigotas in Barta (2001) pa je nezvestoba definirana kot »partnerjeva kršitev norm, ki regulirajo stopnjo čustvene ali fizične intimitete z ljudmi zunaj razmerja«

(p. 177). Nezvestoba je lahko seksualna, čustvena ali oboje. *Seksualna nezvestoba* je katerokoli vedenje, ki vključuje spolni kontakt, kot na primer poljubljanje, intimni dotiki, oralni seks ali spolni odnos. *Čustvena nezvestoba* pa vključuje formacijo čustvene navezanosti ali naklonjenosti drugi osebi in lahko vključuje vedenja kot so spogledovanje, zmenki, intimni pogovori in zaljubljenost (Ahrndt, 2005).

Nezvestoba se lahko pojavi v zakonskem in zunajzakonskem odnosu, tudi v odnosih, kjer partnerja bivata skupaj in je tako navadno opisana kot ekstradiadično zapletanje (Thompson, 1983). Nekatera pomembna področja, kjer so se v raziskavah kazale razlike med spoloma glede nezvestobe vključujejo: pojavljanje nezvestega vedenja v odnosu, mnenje glede nezvestobe v odnosu, čustveni vpliv nezvestobe na odnos, opravičevanje nezvestobe in različni odzivi na nezvestobo (Ahrndt, 2005).

Dokazano je, da obstaja samo čustven, samo seksualen ali kombiniran seksualen in čustven tip nezvestobe (Glass & Wright, 1985; Thompson, 1984). Te kategorije ni nujno, da se med seboj izključujejo. Glass in Wright (1985) sta raziskala nezvestobo na kontinuumu seksualnega in čustvenega udejstvovanja. V vsaki od teh glavnih kategorij obstaja več različnih tipov. Na primer, čustveno nezvestobo lahko sestavlja razmerje preko interneta, razmerje na delovnem mestu ali razmerje na daljavo preko telefona. Seksualno nezvestobo pa lahko sestavljajo obiski spolnih delavk/delavcev, odnosi z osebo istega spola in različni tipi seksualnih aktivnosti. Potrebovali bi zelo precizno vodene študije, da bi lahko res natančno testirali hipoteze, ki so povezane s tipi nezvestobe in da bi determinirali njihovo stopnjo v splošni populaciji in specifičnih subpopulacijah (Blow & Hartnett, 2005b).

Pri raziskovanju nezvestobe je pomembno je vzeti v obzir načine, na katere raziskovalci definirajo spremenljivko nezvestobe. Na kratko, tej spremenljivki primanjkuje stalne operativne definicije, kar je ena izmed najbolj pomembnih metodoloških kritik teh študij. Nezvestoba je definirana na veliko različnih načinov in lahko vključuje veliko različnih dejavnosti, kar vključuje: »imeti afero«, »izvenzakonsko razmerje«, »varanje«, »spolni odnos«, »oralni seks«, »poljubljanje«, »ljubkovanje«, »čustvene vezi, ki so nekaj več, kot le prijateljske«, »prijateljstvo«, »internetno razmerje«, »uporaba pornografije« in ostali. Pomen študij in podatkov lahko postane nekoliko zapleten, saj lahko vsak udeleženec v študiji definira nezvestobo malo drugače (Blow & Hartnett, 2005a). Jaz sem v svoji raziskavi nezvestobo definirala kot »fizični akt (npr. poljubljanje, intimni dotiki, spolni odnos..) in/ali emocionalen, ljubezenski odnos z osebo ki ni vaš primarni partner.«

Nezvestoba je za določene posameznike precej težka tema, da bi o njej odprto govorili, predvsem zaradi negativne percepcije nezvestobe v družbi kot celoti ter zaradi potencialno škodljivih učinkov na posameznike, njihove primarne odnose, družine, razširjene družine in njihove kariere. Kot rezultat tega je pri določenih udeležencih prisoten strah, da bi se prekršila zaupnost, ta strah pa je predvsem visok pri posameznikih, kateri so bili nezvesti.

Kot sta opisala Charny in Parnass (1995), določeni posamezniki, ki so udeleženi v raziskovanje nezvestobe ne morejo in tudi ne želijo govoriti o svojih izkušnjah (Blow & Hartnett, 2005a). Pred raziskovanjem nezvestobe je ravno zato zelo pomembno, da zagotovimo popolno anonimnost, saj bomo s tem pridobili tudi bolj iskrene odgovore.

Pogledi ljudi na nezvestobo so različni, predvsem zaradi interakcij učinkov drugih spremenljivk. Te spremenljivke vključujejo kulturo (Knodel, Low, Saengtienchai, & Lucas, 1997; Solstad & Mucic, 1999; Widmer, Treas, & Newcomb, 1998), spol (Glass & Wright, 1985), tip primarnega odnosa (npr.: heteroseksualen, lezbični, neporočen, poročen [Blumstein & Schwartz, 1983]), vedenja, s katerimi je oseba nezvesta (npr.: oralni seks, poljubljanje, spolni odnos, ljubezenska povezava [Blumstein & Schwartz, 1983]), in predhodna izkušnja z nezvestobo (Solstad & Mucic, 1999; Thompson, 1984; Wiederman, 1997). Ti pogledi na nezvestobo so pomembni dejavniki pri njenemraiskovanju. Nekatere raziskave pravijo, da imajo posamezniki, ki gledajo na nezvestobo v odnosih bolj permissivno, tudi večjo možnost, da bodo sami nezvesti (Treas & Giesen, 2000) (Blow & Hartnett, 2005b).

Glass in Wright (1992) sta ugotovila povezavo med spolom in pogledom na nezvestobo. V njunem vzorcu (povprečni, srednje do višji sloj, belci) so moški veliko natančneje ločili med spolnostjo in ljubeznijo, kot ženske. Moški so prej videli spolnost kot samo seksualno (torej brez čustvene vezi), medtem ko so ženske rajši povezovalе spolnost in čustvenost skupaj. Za moške je bila predvsem značilna povezava med njihovim pogledom na nezvestobo in njihovim dejanskim vedenjem (npr.: povezava med tem, da odobravajo nezvestobo in da so tudi zares nezvesti [to ne označuje slučajnosti]). Na Tajskem, na primer, je kvalitativna študija, ki so jo izvedli Knodel et al. (1997) pokazala, da so udeleženci menili, da imajo ženske »šibkejšo« in manj nujno željo po spolnosti, medtem ko so menili, da imajo moški naravno močno potrebo po spolnosti, ki od njih zahteva redno zadovoljitev. Ženske so bile videne, kot da lahko kontrolirajo svojo željo po spolnosti, tudi če je ta močna, medtem ko so bili moški videni kot takšni, da nad tem nimajo kontrole. Nadaljnje so se udeleženci strinjali, da je moralno bolj narobe, če je v zakonu nezvesta ženska, kot pa moški. Pri moških se je pogled na zunajzakonsko spolnost spreminjal glede na tip okoliščin nezvestobe v odnosu. Zelo pomemben kriterij tu je bil to, da ne smejo biti zanemarjene potrebe družine (Blow & Hartnett, 2005b). Seveda pa je vprašanje, kakšne rezultate bi dala enaka raziskava v zahodnem svetu, kjer v družbi vladajo nekoliko drugačne vrednote, kot na Tajskem.

Atkins, Baucom in Jacobson (2001) so prišli do zaključkov v svojem vzorcu, da ženske stare med 40 in 45 let, ter moški stari 55 do 65 let pogosteje poročajo o tem, da so imeli spolni odnos izven svojega zakona na neki točki v svojem življenju. Posamezniki izven teh starostnih okvirjev so poročali o manj izven zakonske spolnosti, prav tako pa se moški in

ženske, mlajši od 45 (glede na Wiederman, 1997, mlajši od 40) niso pomembno razlikovali glede tega, o koliko zunajzakonski spolnosti so poročali. Poročene ženske naj bi bile manj nezveste kot ženske v zunajzakonski zvezi ali v krajšem odnosu, saj naj bi ta dva tipa neporočenih žensk z enako verjetnostjo imele sekundarnega spolnega partnerja (Forste & Tanfer, 1996). Treas in Giesen (2000) sta prav tako prišla do zaključkov, da bodo poročene ženske manj verjetno nezveste kot tiste v zunajzakonskem odnosu, a dodajata, da ko se neporočene ženske poročijo, postanejo podobne že prej poročenim ženskam, katere nikoli niso bile v zunajzakonski zvezi, glede njihovih pričakovanj seksualne ekskluzivnosti. Izgleda, da obstaja nek obvezujoč mehanizem v poroki, ki služi kot zaščitni faktor pred nezvestobo nekaterih parov (Blow & Hartnett, 2005b).

Nekatere študije podpirajo tudi idejo, da so posamezniki nezvesti, kadar je nekaj narobe v njihovih primarnih razmerjih (npr.: ko se zmanjša sreča in zadovoljstvo v zakonu, se pojav zunajzakonskih spolnih odnosov poveča [Atkins, Baucom, & Jacobson, 2001; Glass & Wright, 1985]). Prins et al. (1993) menijo, da je nezadovoljstvo v primarnem odnosu tisto, kar poveča željo, da bi se spustili v zunajzakonske odnose. Glass in Wright (1985) sta našla negativno korelacijo med zadovoljstvom v zakonu in nezvestobo vseh različnih tipov zunajzakonskega udejstvovanja (seksualno, čustveno ter kombinirano seksualno in čustveno), ugotovili pa so tudi, da je nezadovoljstvo v odnosu predvsem povezano s čustveno nezvestobo. Nadalje, so tako moški, kot ženske, kateri so tako čustveno kot tudi seksualno nezvesti, celo bolj zadovoljni s svojimi zakoni, kot tisti, ki so nezvesti le čustveno ali le seksualno (Glass & Wright, 1985) (Blow & Hartnett, 2005b).

Allen in Baucom (2004) sta uporabila podobno vzorčno metodo kot Glass in Wright (1985, 1992), da bi raziskala odraslo navezanost in vzorce ekstradiadičnega udejstvovanja. Njun vzorec je vseboval 345 (celoten vzorec 504) dodiplomskih študentov ter 115 (250 vseh) odraslih iz okolice, kateri so poročali o predhodnem ekstradiadičnem udejstvovanju. V vzorcu študentov, so imeli moški z zavračujočim stilom navezanosti in ženske s preokupiranim stilom navezanosti največje število partnerjev izven svojega primarnega odnosa. V vzorcu odraslih pa so podatki kazali na to, da so bili udeleženci z zavračujočim stilom navezanosti bolj verjetno nezvesti, čeprav ni bilo nekih pomembnejših učinkov v zvezi s tem (Blow & Hartnett, 2005b).

Raziskovalci najpogosteje pridejo do zaključkov, da ima spol pomembno vlogo pri nezvestobi – moški naj bi glede na raziskave bili bolj nezvesti od žensk (e.g. Wiederman 1997; Atkins et al. 2001). Ostali faktorji, ki naj bi glede na raziskave vplivali na nezvestobo pa vključujejo nižjo starost (Edwards & Booth 1976; Wiederman 1997; Kimuna & Kjamba 2005), osebnostne lastnosti kot je narcisizem, psihotičizem in nizka vestnost (Buss & Shackelford 1997; Atkins et al. 2001), ter kontekstualne faktorje kot na

primer zadovoljstvo v zakonu (Thompson 1983), dolžina zakona (Fair 1978; Liu 2000) in priložnost (Greeley 1994; Atkins et al. 2001) (Winking et al., 2007).

Winking et al. (2007) so v svoji raziskavi prišli do zaključkov, da (i) so v prvih letih zakona moški manj predani, saj še vedno ocenjujejo potencial odnosa; (ii) med temi leti so moški bolj uspešni v iskanju odnosov izven svojega zakona; (iii) število otrok lahko reflektira plodnost, moški z manj plodnimi ženami pa so bolj nagnjeni k iskanju odnosov izven svojega zakona. Prvih nekaj mesecev ali celo let zakona služi kot obdobje ocenjevanja za oba partnerja in s tem predstavlja tudi največje tveganje za ločitev (Blurton Jones et al. 2000) (Winking et al., 2007).

Raziskovanje nezvestobe je navadno oteženo predvsem zato, ker posamezniki, ki so nezvesti, navadno naredijo zelo veliko na tem, da svojo nezvestobo zaščitijo pred odkritjem. Charny in Parnass (1995) verjameta, da je prva skrb zanje že po naravi takšna, da se izmikajo opazovanju in da prikrijejo pomembne aspekte resnice. To pa deluje nasprotno od ciljev raziskav, ki se trudijo najti »resnico« (Blow & Hartnett, 2005a). Ena večjih težav v raziskovanju nezvestobe pa je tudi razlika med spoloma, kar vključuje tudi preverjanje vpliva spola na ljubosumne odzive (in stiske), povezane s čustveno in seksualno nezvestobo. Nekateri raziskovalci (e.g., Buss, Shackelford, Kirkpatrick, Choe, Lim, Hasegawa, Hasegawa & Bennett, 1999; Abraham, Cramer, Fernandez and Mahler, 2001; Cramer, Manning-Ryan, Johnson & Barbo, 2000) so prišli do zaključkov, da moški kažejo večje neodobravanje glede seksualne nezvestobe, medtem ko se ženskam zdi hujša čustvena nezvestoba. Ti rezultati so bili uporabljeni za podporo evolucijske teorije (Ahrndt, 2005).

Na nezvestobo pa kot je bilo že opisano v poglavju 1.1.4 vplivajo tudi različni stili navezanosti. Levy in Kelly (2009), sta v iskanju povezave med ljubosumjem in stilom navezanosti prišla tudi do zaključkov, da varno navezane osebe obeh spolov kot bolj stresno vidijo čustveno nezvestobo, medtem ko zavračujoče navezane osebe, predvsem zavračujoče navezani moški, dajejo večjo čustveno težo seksualni nezvestobi (Levy & Kelly, 2009).

Vpliv stila navezanosti na to, kateri tip nezvestobe se osebam zdi čustveno težji, pa sta raziskovala tudi Treger in Sprecher (2013) ki sta prišla med drugim do zaključkov, da preokupirano navezani moški, v povezavi z ostalimi tremi tipi navezanosti, kot bolj bolečo izbirajo čustveno nezvestobo, medtem ko je pri ženskah čustvena nezvestoba že po navadi označena kot bolj boleča, z izjemo izogibajoče navezanih žensk, ki so kot bolj bolečo označile seksualno nezvestobo (Treger & Sprecher, 2013). Tako da dejstvo, ali se osebi zdi hujša čustvena ali seksualna nezvestoba ni pogojeno le s spolom, pač pa tudi s stilom navezanosti.

To, da stil navezanosti vpliva na nezvestobo so opazili tudi ostali raziskovalci. Občutek bližine in predanosti svojemu partnerju preprečuje ljudem, da bi si želeli alternativnih odnosov in bili nezvesti (Drigotas, Safstrom, & Gentilia, 1999; Rusbult, 1983), in ker se izogibajoče navezani ljudje boljše počutijo na distanci od svojih partnerjev (Fraley & Shaver, 2000; Mikulincer & Shaver, 2003, 2007), nanje bližina in predanost ne vplivata toliko, da bi omilila njihovo željo po alternativnih odnosih. Iz tega lahko sklepamo, da je izogibajoča navezanost povezana z določenim vzorcem vedenj, ki so povezani z željo po nezvestobi, to pa izhaja iz pomanjkanja predanosti svojemu partnerju (DeWall et al., 2011).

Russel in Harton (2005) menita, da večja ko je količina »ljubezni«, ki jo oseba čuti do partnerja, večja je možnost, da bo prišlo do akta nezvestobe. Ta hipoteza je bila potrjena s seksualno nezvestobo, saj so močnejši občutki ljubezni povezani tudi z močnejšimi občutki ljubosumja kot odgovor na seksualno nezvestobo. Obratno pa je pri čustveni nezvestobi, kjer so šibkejši občutki ljubezni povezani z močnejšimi občutki ljubosumja (Russel & Harton, 2005).

Kot razlog za nezvestobo pa Fife in Weeks (2008) navajata tudi to, da se pričakovanja enega in drugega partnerja razlikujejo. Po njunem dosti parov občuti določene frustracije, ki so povezane z vlogami v odnosu, odgovornostmi, starševstvom, financami, spolnostjo in tako dalje (Fife & Weeks, 2008), kar znova kaže na to, da je nezadovoljstvo v odnosu eden ključnih razlogov, da pride do nezvestobe.

1.3.1 Evolucijski pogled na nezvestobo

Evolucijska teorija, ki se nanaša na JSIM (Jealousy as a Specific Innate Module – Ljubosumje kot posebno prirojen modul) (Harris, 1996), je vodila večji del raziskav glede razlik med spoloma in čustvenih reakcij na partnerjevo nezvestobo. Evolucijski pogled kaže na to, da smo si moški in ženske podobni na vseh področjih, razen na tistih, na katerih smo bili izpostavljeni različnim adaptivnim problemom skozi človeško evolucijsko zgodovino. Buss (1995) in ostali evolucijski psihologi trdijo, da se moški in ženske razlikujemo v svojih odzivih na nezvestobo na načine, ki so nastali preko različnih adaptacij na različne reproduktivne težave, ki so se pojavljale skozi evolucijo (Ahrndt, 2005).

Evolucijska perspektiva ne trdi, da obe obliki nezvestobe, tako seksualna, kot čustvena, ne vplivata na oba spola. Trdi pa, da »moški in ženske dajejo drugačno čustveno težo različnim aspektom nezvestobe« (Buss et al., 1999, p.126). Moški naj bi bili bolj razburjeni glede seksualne nezvestobe, saj so se moški skozi evolucijo soočali z adaptivnim problemom negotovega očetovstva. Moški tvegajo investicijo svojih virov v otroka, ki morda sploh ni njihov. Torej, če moški zaznava, da je njihov partner seksualno nezvest, to

v njih sproži »alarm« in izzove seksualno ljubosumje. Ženske pa so, po drugi strani, vedno prepričane v materinstvo, kar obrne njihove skrbi v drugo smer. Ženski adaptivni problem je najti očeta, ki bo lahko in je pripravljen investirati svoje vire v otroka na dolgi rok. Glede na evlucijsko teorijo, je to razlog, zakaj čustvena nezvestoba bolj prizadene žensko, kot seksualna. Če izve, da je oče njenega otroka čustveno zapleten z drugo žensko, je to potencialna grožnja da bo začel svoja sredstva investirati v nov odnos. To sproži v ženski »alarm« drugačne narave kot pri moških – čustveno ljubosumje (Ahrndt, 2005).

Seveda pa določene raziskave kažejo, da ta razlika med moškimi in ženskami ni vedno signifikantna; Kar nekaj študij je testiralo dejanske izkušnje udeležencev s stisko kot odgovor na nezvestobo. V dveh študijah (Harris, 2002; 2003) odzivov na dejansko nezvestobo, moški in ženske niso pokazali nobene razlike v stopnji, v kateri so čutili razburjenost glede čustvene proti seksualni nezvestobi. Nadaljnje so tako moški kot ženske poročali, da so se malenkost bolj fokusirali na čustveno, kot na seksualni aspekt partnerjeve nezvestobe. (Ahrndt, 2005) Kljub temu, da je nezvestoba boleča za oba spola in da si oba prizadevata za ekskluzivnost pri svojih partnerjih, pa raziskave kažejo, da je njen pojav kar precej pogost.

1.3.2 Nezvestoba v številkah

Devetindevetdeset procentov poročenih oseb v raziskavi, ki sta jo izvedla Treas in Giesen (2000) meni, da je bil njihov partner zvest, odkar so poročeni, in 99% jih prav tako predvideva, da njihov partner od njih pričakuje spolno ekskluzivnost. Kljub tem pričakovanjem pa je dejanski pojav nezvestobe v zakonu veliko večji (e.g., Feldman & Cauffman, 1999). Glede na raziskavo National Opinion Research Centra leta 1991, narejeno s pomočjo več kot 1000 Američanov, 11% ženskih in 21% moških udeležencev priznava, da je že imelo spolni odnos izven svojega zakona (Greeley, 1994). Zakonska nezvestoba je torej zapleten fenomen, raziskovanje le tega pa nakazuje, da je tako tudi glede drugih tipov nezvestobe, npr. nezvestobe v zunajzakonskih razmerjih (Ahrndt, 2005).

Na področju Slovenije nisem našla dosti literature na temo nezvestobe in kolikšen je njen pojav v naši družbi. Izpostavila bi raziskavo diplomskega dela Breznik (2014) kjer rezultati za slovensko populacijo kažejo, da je bilo na neki točki v življenju nezvestih slabih 35% (34,9%), od tega zanemarljivo malo manj žensk, kot moških (49,1% žensk in 50,9% moških) (Breznik, 2014).

1.3.3 Zaupanje in ljubosumje

Pri pojavu nezvestobe in tudi pri njenemu prepoznavanju igra zelo pomembno vlogo tudi zaupanje med partnerjema in pojav ljubosumja. Da bi to razumeli, je potrebno pogledati na odnose bolj objektivno in razčljenjeno;

Zaupanje je bistvenega pomena za razvoj zdravega, varnega in zadovoljujočega odnosa (Simpson, 2007a). Stili navezanosti zagotavljajo teoretični okvir za razumevanje kako se posamezniki odzivajo na partnerjevo vedenje, ki ali potrjuje ali uničuje zaupanje (Hazan & Shaver, 1994). Eden izmed prvih konceptov zaupanja deli zaupanje na tri komponente: ocenjevanje partnerjev kot zanesljivih in predvidljivih; verjetje, da partnerje skrbi za naše potrebe in da se nanj lahko zanesemo v svojih težjih časih, da nam bo pomagal; ter občutki samozavesti v moči odnosa (Rempel, Holmes, & Zanna, 1985). Zaupanje, da ima naš partner najboljše interese v svojem srcu je ena najpomembnejših in visoko cenjenih kvalitiet v romantičnih odnosih (Clark & Lemay, 2010; Holmes & Rempel, 1989; Reis, Clark, & Holmes, 2004), ki predvideva veliko pozitivnih izidov, tako na individualni ravni, kot tudi na ravni odnosa (Arriaga, Reed, Goodfriend, & Agnew, 2006; Lemay, Clark, & Feeney, 2007; Murray, Holmes, & Griffin, 2000; glej Simpson, 2007a, 2007b). Poročanje o nižjih stopnjah zaupanja v romantičnih odnosih je povezano z negativnimi izidi na ravni odnosa. Na primer, Campbell et al. (2010) so dokazali, da posamezniki, ki manj zaupajo v odnosih, poročajo o bolj negativnih reakcijah na vsakodnevne konflikte v odnosih. Kadar zaupanja v odnosu primanjkuje, lahko to vpliva tudi na potencialni razvoj škodljivih kognitivnih vzorcev, kot naprimer pripisovanje negativnih lastnosti partnerju, sumničavost in ljubosumje. Teorija navezanosti (Bowlby, 1969; Rholes & Simpson, 2004) zagotavlja uporaben okvir za razumevanje povezave med zaupanjem in ljubosumjem v romantičnih odnosih. Posamezne razlike v stilih navezanosti vplivajo na način, na katerega se zaupanje razvija skozi čas (Givertz, Woszidlo, Segrin, & Knutson, 2013; Hazan & Shaver, 1994) (Rodriguez et al.).

Poznamo več različnih tipov ljubosumja: *Romantično ljubosumje* velja za kompleksno kombinacijo misli (npr. kognitivno ljubosumje), čustev (čustveno ljubosumje) in vedenj (vedenjsko ljubosumje) ki so rezultat zaznane grožnje romantičnemu odnosu posameznika. Ta zaznana grožnja ali možnost izgube partnerja prihaja iz percepcije potencialne romantične privlačnosti med posameznikovim partnerjem in tekmečem (White & Mullen, 1989).

Kognitivno ljubosumje predstavlja racionalne ali neracionalne misli, skrbi in sumničenja posameznika glede nezvestobe njegovega partnerja (*Verjamem da je možno, da se moj partner videva z nekom drugim*), kjer se čustveno ljubosumje nanaša na posameznikove občutke razburjenosti, ki nastanejo kot odgovor na situacijo, ki je ljubosumje izzvala (*Bill/a bi zelo užaloščen/a, če bi se moj partner videval še s kom drugim*). Po drugi strani pa se izrazno ljubosumje kaže v obliki različnih vedenjskih reakcij, manifestacij ali metod

spoprijemanja z občutki ljubosumja (Buunk & Dijkstra, 2001, 2006; Guerrero, Andersen, Jorgensen, Spitzberg, & Eloy, 1995; Pfeiffer & Wong, 1989).

Vedenjsko ljubosumje pa vključuje detektivne/zaščitne ukrepe, ki se jih posameznik poslužuje, kadar zaznava tekmece (resničnega ali imaginarnega) kot grožnjo svojemu odnosu (npr. da prebrska partnerjeve stvari, pregleduje njegova sporočila na telefonu ali e-pošto). Raziskovalci so identificirali tudi dva, glede na svoje temelje različna aspekta ljubosumja: izkustvo in izražanje. Specifično izkustvo ljubosumja se nanaša na kognitivne in čustvene reakcije posameznika v povezavi s tem, da je ljubosumen (Rodriguez et al.).

Raziskave kažejo, da so te tri vidiki ljubosumja (torej kognitivni, čustveni/romantični in vedenjski) različno povezani z različnimi izidi odnosa. Kognitivno in vedenjsko ljubosumje sta glede na raziskave negativno povezana z zadovoljstvom v odnosu in zavezo (Andersen, Eloy, Guerrero, & Spitzberg, 1995; Aylor & Dainton, 2001; Bevan, 2008). Po drugi strani pa je bilo čustveno ljubosumje povezano ali s pozitivnimi občutki (e.g., ljubezen; Pfeiffer & Wong, 1989) ali pa ni bilo povezano z zadovoljstvom v odnosu in zavezo (Bevan, 2008; Sidelinger & Booth-Butterfield, 2007) (Rodriguez et al.).

Raziskovalci so preverili tudi različna vedenja, ki v partnerju lahko sprožijo ljubosumje (Dijkstra, Barelds, & Groothof, 2010), tako kot tudi karakteristike tekmecev, ki sprožijo ljubosumje (Dijkstra & Buunk, 2002). Zanimivo je, da so Dijkstra, Barelds in Groothof (2010) prišli do zaključkov, da je druga stvar, ki najbolj prebuja ljubosumno vedenje partnerja, poleg dejanske videne nezvestobe, elektronska komunikacija z drugo osebo. Posamezniki so poročali o občutkih ljubosumja kot odgovor na to, da si partner piše preko e-pošte ali telefonskih sporočil z osebami nasprotnega spola, tudi kot odgovor na to, da ima partner močno čustveno vez z osebami nasprotnega spola, s katerimi tako komunicira. S pojavom elektronske komunikacije kot pomembnega vedenja ki vzbuja ljubosumno vedenje, lahko torej sedaj vedenjsko ljubosumje vključuje tudi vedenja, ki nadzorujejo ta tip komunikacije (Marshall, Bejanyan, Di Castro, & Lee, 2013) (Rodriguez et al.).

Romantično ljubosumje je kompleksen fenomen, katerega lahko definiramo kot »percepcija grožnje izgube nam pomembnega odnosa zaradi resničnega ali namišljenega tekmece« kar vključuje afektivne, kognitivne in vedenjske komponente (Mullen, 1991). Obstaja tudi širši dogovor glede tega, da je romantično ljubosumje heterogeno stanje, ki rangira od normalnosti do patologije, z različnimi stopnjami intenzitete, vztrajnosti in vpogleda (Tarrier et al., 1990; Parker & Barrett, 1997; Buss & Haselton, 2005). Romantično ljubosumje in navezanost imata kar nekaj skupnih karakteristik: oboje lahko interpretiramo kot dinamičnost, usmerjeno v vzdrževanje subjektov/partnerjev skupaj (Salovey, 1991), oboje je sproženo z ločitvijo od figure navezanosti/partnerja (Mathes, 1986), vključuje iste osnovna čustva, kot naprimer strah, jezo in žalost (Sommers Van, 1988), oboje pa tudi izzove občutek varnosti, ko je bližnja oseba blizu in na voljo, ali obratno, kadar je ni (Hazan & Shaver, 1987; Sheets et al., 1997) (Marazziti et al., 2010).

Pojav ljubosumja lahko pojasnimo torej tudi s pomočjo teorije navezanosti; Figura navezanosti je za otroka ponavadi starš, medtem ko je figura navezanosti za odraslega posameznika najpogosteje vrstnik, navadno spolni partner. Preko tega glede na določene avtorje torej zahteva njegove razpoložljivosti dostikrat vključuje tudi njegovo izključenost; iz tega razloga pa potem možnost, da bodo zapuščeni ter strah pred izgubo partnerja in njegove/njene ekskluzivnosti privede do romantičnega ljubosumja (Sharpsteen & Kirkpatrick, 1997) (Marazziti et al., 2010).

Preokupirani udeleženci so v raziskavi Marazziti et al. (2010) naprimer kazali bolj negativna čustva in so kazali več nadzornega vedenja kot udeleženci ostalih tipov navezanosti. Zavračujoče navezani subjekti, ko so ljubosumni, poročajo o manj žalostnih občutkih, kot varno navezani in preokupirani osebk (Guerrero, 1998). Izogibajoči subjekti asociirajo odnos s strahom pred bližino, preokupirani pa po drugi strani z ekstremnimi čustvi in močno željo po recipročnosti ter ljubosumjem (Hazan & Shaver, 1987). Stil navezanosti prav tako igra pomembno vlogo pri določanju, katera vrsta nezvestobe bo izzvala več ljubosumja: varno navezani posamezniki bodo kot bolj negativno videli čustveno nezvestobo, kot seksualno, medtem ko zavračujoči posamezniki menijo, da je seksualna nezvestoba večji problem (Levy & Kelly, 2006). Osebe, ki so bolj dvomljive in ljubosumne, kažejo tudi bolj negotovo ter anksiozno ali izogibajočo navezanost (Rydell & Bringle, 2007) (Marazziti et al., 2010).

Povezava med anksiozno navezanostjo in ljubosumjem je bila že vzpostavljena. Anksiozni posamezniki so nagnjeni k temu, da občutijo višje stopnje ljubosumja (Buunk, 1997), sumničavosti in skrbi, da bi jih partnerji zapustili zaradi nekoga drugega (i.e., kognitivno ljubosumje; Guerrero, 1998) in se na situacije, ki izzovejo ljubosumje, tudi odzivajo z večjimi občutki strahu, žalosti in jeze (Sharpsteen & Kirkpatrick, 1997). Posamezniki, ki imajo bolj anksiozno navezanost prav tako poročajo o več nadzora nad svojimi partnerji in njihovim vedenjem, da bi zaznali signale odnosa z drugo osebo ter več nadzorstvenega vedenja (vedenjsko ljubosumje), kar vključuje opazovanje partnerjevih vsakodnevnih aktivnosti, vohunjenje, ali pregledovanje partnerjevih osebnih stvari, da bi našli znake nezvestobe (Guerrero, 1998; Guerrero & Afifi, 1998; Guerrero et al., 1995). Raziskave prav tako kažejo, da se zaupanje razlikuje kot funkcija stilov navezanosti. Varno navezan stil je pozitivno povezan z zaupanjem v romantičnem odnosu, medtem ko anksiozno navezani posamezniki ne zaupajo toliko (e.g., Brennan & Shaver, 1995; Collins & Read, 1990; Feeney & Noller, 1990; Hazan & Shaver, 1987; Kirkpatrick & Davis, 1994; Mikulincer, 1998a; Mikulincer & Erev, 1991; Simpson, 1990). Prav tako negotovo navezani posamezniki kažejo boljši dostop do spominov, ki so povezani z negativnimi dogodki glede zaupanja, poročajo pa tudi o manj pozitivnih obdobjih v življenju, povezanih z zaupanjem ter da so doživeli kršitve zaupanja in negativne dogodke v odnosih

(Mikulincer, 1998a). Ocenjevanje in procesiranje izkušenj, ki so povezane z zaupanjem in odzivi, ki jih spremljajo, je povezano z delovnimi modeli posameznika glede odnosov in je tako lahko osnova razlikam v zaupanju pri različnih stilih navezanosti (Rodriguez et al.). Raziskave kažejo, da naj bi bilo pri posameznikih, ki so izogibajoče navezani, zaupanje močno povezano s tem, ali bodo občutili ljubosumne misli. Manj kot zaupajo partnerju, več ljubosumnih misli ti posamezniki občutijo. Podobno pa je tudi pri anksiozni navezanosti večje kognitivno ljubosumje povezano z nezaupanjem tako na visokih, kot nizkih stopnjah izogibanja navezanosti. Glede na odkritja o navezanostni anksioznosti, ti rezultati predvidevajo, da se bodo ljubosumne misli prej pojavile med negotovimi posamezniki, čeprav so tu jasne razlike med njimi, glede na vedenjske odzive na ljubosumje med tistimi, ki so anksiozno navezani in tistimi, ki so izogibajoče navezani (Rodriguez et al.).

1.4 Namen in cilji raziskave

Namen te naloge je raziskati področje nezvestobe in tega, katere spremenljivke nanjo najmočneje vplivajo. S tem želim še malo bolj razjasniti, zakaj pride do nezvestobe in kaj bi lahko storili, da bi bili naši odnosi bolj zadovoljujoči, da posledično ne bi prihajalo do toliko nezvestobe v njih. Predvsem me je zanimalo, kako na nezvestobo vplivajo naše temnejše lastnosti in potrebe, ki izhajajo iz njih. Moja raziskovalna vprašanja so se vrtela prav okoli tega, katere od lastnosti Temne trojice so povezane z nezvestobo, kakšen vpliv imajo na stile navezanosti v ljubezenskih odnosih odraslih, pa tudi, kako na vse skupaj vpliva zadovoljstvo v odnosu in pogostost spolnih odnosov v njem. Zanimalo me je tudi, kolikšen vpliv ima na vse te spremenljivke spol, ter kakšne razloge imajo ljudje za to, da so v odnosu nezvesti.

1.4.1 Hipoteze

1.4.1.1 H1: Narcisizem pozitivno korelira s plašljivim stilom navezanosti.

Kot sta opisala Campbell in Miller (2011), so narcisisti grandiozni samopromotorji, kateri neprestano iščejo pozornost (Campbell & Miller, 2011; Paulhus, 2014). Imajo grandiozno, a hkrati precej ranljivo mnenje o sebi, narcisizem je povezan tudi s težnjami iskanja občudovanja in pozornosti (Morf & Rhodewalt, 2001; Raskin & Hall, 1979; Jauk et al., 2016) ter tem, da nenehno zavidajo drugim in si tudi prizadevajo uničiti te objekte svoje frustracije (Vodopivec, 2008, str. 26). Vse to kaže na to, da morajo pri ohranjanju svoje lastne samozavesti paziti, da dobijo potrditev drugih ljudi o svoji dobroti, drugače se jim umaknejo. To je konceptualno podobno plašljivemu stilu navezanosti, kateri omogoča ljudem, da se zaščitijo pred zavrnitvijo od drugih tako, da se izognejo globljim odnosom z

drugimi (Bartholomew & Horowitz, 1991), zaradi česar sklepam, da bo narcisizem pozitivno koreliral s plašljivo izogibajočim stilom navezanosti.

1.4.1.2 H2: Psihopatija pozitivno korelira z zavračujoče izogibajočim stilom navezanosti.

Osebe z visoko psihopatijo impulzivno grabijo vse, kar si želijo in ne gledajo na to, da bodo s tem prizadele druge (Paulhus, 2014). Povezana je tudi z brezčutnostjo, medosebno manipulacijo, impulzivnostjo, iskanjem tveganja, ter anti-socialnim vedenjem (Cleckley, 1941/1964; Hare, 2003; Jauk et al., 2016). Psihopati potemtakem ne čutijo potrebe po vezanju, ne potrebujejo potrditve drugih ljudi, za razliko od narcisistov. To je konceptualno najbolj podobno zavračujoče izogibajočemu stilu navezanosti, v katerem se osebe zaščitijo pred razočaranjem tako, da se izogibajo bližnjim odnosom in da vzdržujejo občutek neodvisnosti in neranljivosti (Bartholomew & Horowitz, 1991), zaradi česar sklepam, da bo psihopatija pozitivno korelirala z zavračujoče izogibajočim stilom navezanosti.

1.4.1.3 H3: Makiavelizem pozitivno korelira s zavračujočim stilom navezanosti.

Makiavelizem kaže na sposobnost in željo po manipulaciji, zavajanju in pa samostojnem strateškem mišljenju (Gunnthorsdottir, 2016). Makiavelisti so hladni in strateški misleci (Gunnthorsdottir, 2016), ki so skrbni glede vsega, kar bi jim lahko prišlo prav, medtem pa so zelo pazljivi, da jih ljudje pri tem ne zasačijo (Paulhus, 2014). Makiavelizem je povezan tudi z gonom za statusom in močjo, zavajanjem, izkoriščanjem in s strateškimi dolgoročnimi taktikami manipuliranja (Christie & Geis, 1970; Fehr, Samsom, & Paulhus, 1992; Rauthmann, 2012; Rauthmann & Will, 2011; Jauk et al., 2016). Ker jih motivira predvsem želja po moči in statusu (Christie & Geis, 1970), več energije vlagajo v akademske kontekste, kjer si lahko pridobijo status, in ne toliko v partnerske odnose (Baughman et al., 2014). Tudi to je konceptualno podobno zavračujoče izogibajočemu stilu navezanosti, zaradi česar sklepam, da bo tudi Makiavelizem pozitivno koreliral z njim.

1.4.1.4 H4: Osebe z visokimi rezultati na lastnostih Temne trojice so bolj nagnjene k nezvestobi, kot osebe z nizkimi rezultati.

Zaradi različnih razlogov naj bi bili predstavniki Temne trojice še posebej ne vredni zaupanja na področju partnerstva (Jones & Paulhus, 2011). Raziskave kažejo, da so lastnosti Temne trojice povezane z različnimi strategijami varanja (Jonason, Baughman, Lyons, & Vernon, 2014; Baughman et al., 2014). Barta in Kiene (2005) menita, da so določeni posamezniki že predispozirani da zaidejo v nezvestobo – pa naj so zadovoljni s

svojim trenutnim odnosom, ali ne (Barta & Kiene, 2005), Schmitt (2004b) dodaja, da znani prediktorji za nezvestobo v posameznikovi osebnosti vključujejo brezčutnost, antisocialne dispozicije in pomanjkanje empatije (Schmitt, 2004b). Glede na vse to, lahko sklepamo, da so z nezvestobo povezane vse tri lastnosti Temne trojice (Jones & Paulhus, 2011). Pri psihopatih nezvestobo sproži njihova impulzivnost (Egan & Angus, 2004), pri narcisistih pa je pomemben predvsem občutek superiornosti nad svojim partnerjem (Krizan & Bushman, 2010; Foster, Shrira, & Campbell, 2006; Jones & Paulhus, 2011). To so osnovni razlogi, zaradi katerih sklepam, da bodo rezultati pokazali, da so osebe z visokimi rezultati na lastnostih Temne trojice bolj nagnjene k nezvestobi.

1.4.1.5 H5: Pri ženskah nezvestoba pozitivno korelira z narcisizmom.

V svoji evolucijski teoriji Holtzman in Strube (2010) predpostavljata, da je narcisizem povezan z iskanjem partnerjev, ki so vredni več (Holtzman & Strube, 2010; Jauk et al., 2016), ženskam lahko torej te lastnosti pomagajo »ujeti«[»] boljše gene pri partnerju (Carter, Campbell, & Muncer, 2014; Lyons, Marcinkowska, Helle, & McGrath, 2015) (Jonason, Lyons & Blanchard, 2015). Želja po kratkotrajnih partnerskih odnosih naj bi bila pri ženskah tako torej usmerjena podzavestno skozi željo najti najboljše gene za svojega potomca (Li & Kenrick, 2006; Lyons et al., 2015). Glede na to sklepam, da je ženska nezvestoba povezana z iskanjem čim boljšega partnerja, kar je glede na Holtzman in Strube (2010) značilno za narcisizem.

1.4.1.6 H6: Pri moških nezvestoba pozitivno korelira s psihopatijo.

Moški kažejo večjo raven subklinične psihopatije kot ženske (Lee & Ashton, 2005; Carter, Campbell & Muncer, 2013), je pa psihopatija povezana tudi s površinskim šarmom in zavajajočim, seksualno-žaljivim medosebnim stilom (Paulhus & Williams, 2002) (Carter, Campbell & Muncer, 2013). Za psihopatijo so značilna tudi kognitivna izkrivjanja, ki povzročijo, da oseba zameša med partnerjem, ki je dober za zabavo in partnerjem, ki bi bil dober za starša njegovih otrok (Jonason, Lyons & Blanchard, 2015). Povezana je tudi z bolj oportunistično in izkoriščevalsko strategijo iskanja partnerja (Figueredo et al., 2006; Jonason et al., 2009b; Mealey, 1995). Impulzivnost psihopatov (Hare, 1996; Gladden, Figueredo, & Jacobs, 2009) torej še poveča fokus na kratkotrajne odnose. Raziskave kažejo, da je psihopatija povezana tudi z agresivnim seksualnim vedenjem (Lalumiere & Quinsey, 1996), prisilo (Williams et al., 2009), in promiskuiteto (Fulton, Marcus, & Payne, in press; Harris, et. al., 2007), Moški tudi prej vidijo spolnost kot samo seksualno (torej brez čustvene vezi) (Glass & Wright, 1992; Blow & Hartnett, 2005b), kar bi lahko pri njih povzročilo mišljenje, da so lahko upravičeni do skakanja čez plot. Zaradi vsega tega

sklepam, da bodo rezultati pokazali pozitivno korelacijo med moško nezvestobo in psihopatijo.

2 METODA

2.1 Vzorec

Moj vzorec je obsegal 186 rešenih vprašalnikov, od tega je bilo 54 delno izpolnjenih, 132 pa jih je bilo izpolnjenih do konca. V vzorcu je bilo 66 moških in 120 žensk različnih starosti, največ med 18 in 25 let (39%), malo manj v skupinah 26 do 35 let (27%) ter 36 do 50 let (28%), najmanj pa jih je bilo starejših od 50 let (5%). Največji procent (40%) udeležencev je bilo v zunajzakonski zvezi, 25% jih je bilo samskih, 20% poročenih, 11% v nedefiniranem odnosu oz. »prijateljstvu z ugodnostmi« z eno osebo, le 3% udeleženi pa je bilo ločenih.

2.2 Pripomočki

Uporabila sem vprašalnik RSQ (Relationship Style Questionnaire) (Griffin & Bartholomew, 1994) za izračun stilov navezanosti, ter vprašalnik Dirty Dozen (Jonason & Webster, 2010) za izračun lastnosti Temne trojice. Za raziskovanje nezvestobe sem vprašanja sestavila sama, z njimi sem želela izvedeti ali so bile osebe nezveste in zakaj, če je bila njihova nezvestoba odkrita in pa, koliko so zadovoljne s svojimi ljubezenskimi odnosi ter pogostostjo spolnih odnosov v njih.

2.3 Postopek

Vprašalnik so udeleženci reševali preko spleta, rezultate pa sem po tem obdelala v programu SPSS. Za izračun korelacij sem uporabila izračun Spearmanovega koeficienta, ker sem računala stopnjo povezanosti nezveznih spremenljivk. Pri četrti hipotezi sem narisala tudi graf za boljši prikaz rezultatov. Izračunala sem tudi procente nezvestobe glede na spol.

3 REZULTATI

3.1 Narcisizem pozitivno korelira s plašljivim stilom navezanosti.

Prvo hipotezo lahko potrdim, saj je korelacija med narcisizmom in plašljivim stilom navezanosti zelo visoka (0,692). Narcisizem drugače pozitivno korelira tudi z zavračujočim (0,253) in preokupiranim (0,220) stilom navezanosti, z varnim pa nekoliko negativno (-0,151), a korelacija z varnim stilom navezanosti ni signifikantna. Iz tega lahko sklepamo, da je največ oseb z visokim narcisizmom v ljubezenskih odnosih plašljivo izogibajoče navezanih, najmanj pa varno navezanih.

Tabela 3.01
Korelacije med narcisizmom in stili navezanosti

		Varen	Preokupiran	Zavračujoč	Plašljiv
Narcisizem	Korelacijski koeficient	-0,151	0,220*	0,253**	0,692**
	Sig. (2-tailed)	0,134	0,022	0,008	0,000
	N	100	108	108	186

** . Correlation is significant at the 0.01 level (2-tailed).

* . Correlation is significant at the 0.05 level (2-tailed).

3.2 Psihopatija pozitivno korelira z zavračujočim stilom navezanosti.

Tudi drugo hipotezo lahko potrdim, saj psihopatija res pozitivno korelira z zavračujočim stilom navezanosti (0,218). A hkrati rezultati kažejo, da je korelacija med psihopatijo in plašljivim stilom navezanosti precej višja (0,715), kar pomeni, da je največ ljudi z visoko psihopatijo plašljivo navezanih, malo manj pa zavračujoče. Je pa psihopatija rahlo negativno povezana s preokupiranim stilom navezanosti in pomembno negativno z varnim stilom navezanosti, tako da iz tega lahko sklepamo, da med osebami z visoko psihopatijo ni dosti oseb, ki bi bile v ljubezenskih odnosih varno navezane, največ pa jih je plašljivo navezanih.

Tabela 3.02
Korelacije med psihopatijo in stili navezanosti

		Varen	Preokupiran	Zavračujoč	Plašljiv
PSIHOPATIJA	Korelacijski koeficient	-0,238*	-0,063	0,218*	0,715**
	Sig. (2-tailed)	0,017	0,515	0,023	0,000
	N	100	108	108	186

** . Correlation is significant at the 0.01 level (2-tailed).

* . Correlation is significant at the 0.05 level (2-tailed).

3.3 Makiavelizem pozitivno korelira s zavračujočim stilom navezanosti.

Pri tej hipotezi so rezultati dokaj podobni kot pri prejšnji. Hipotezo lahko potrdim, saj ima Makiavelizem res visoko pozitivno korelacijo z zavračujočim stilom navezanosti (0,316), a hkrati je korelacija še višja s plašljivim stilom navezanosti (0,661). Vse to kaže, da je večina oseb z visokim Makiavelizmom plašljivo izogibajoče, malo manj pa zavračujoče izogibajoče navezana.

Tabela 3.03
Korelacije med makiavelizmom in stili navezanosti

		Varen	Preokupiran	Zavračujoč	Plašljiv
MAKIAVELIZEM	Korelacijski koeficient	-0,162	0,115	0,316**	0,661**
	Sig. (2-tailed)	0,107	0,236	0,001	0,000
	N	100	108	108	186

** . Correlation is significant at the 0.01 level (2-tailed).

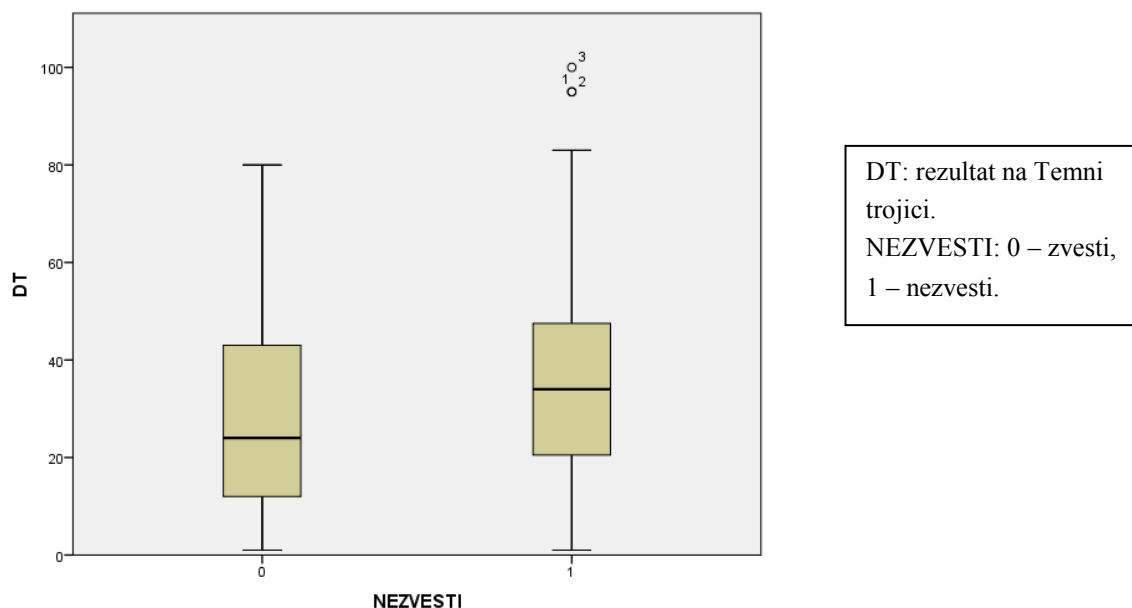
3.4 Osebe z visokimi rezultati na lastnostih Temne trojice so bolj nagnjene k nezvestobi, kot osebe z nizkimi rezultati.

Tudi to hipotezo lahko potrdim, rezultati namreč kažejo pozitivno korelacijo med rezultatom na lastnosti Temne trojice in nezvestobo. S tem torej potrjujem, da osebe z višjim rezultatom na lastnostih Temne trojice tudi več varajo. Za boljši prikaz sem narisala tudi graf (Slika 3.01), kjer se vidi, da je pri osebah z višjim rezultatom na lastnostih Temne trojice res tudi več nezvestobe.

Tabela 3.04
Korelacije med nezvestobo in rezultati na Temni trojici

		TEMNA TROJICA
NEZVESTI	Korelacijski koeficient	-0,166*
	Sig. (2-tailed)	0,050
	N	140

*. Correlation is significant at the 0.05 level (2-tailed).



Slika 3.01. Grafični prikaz korelacij med nezvestobo in višino rezultata na Temni trojici

Če temno trojico še razdelimo na tri lastnosti, lahko vidimo, da je nezvestoba pomembno povezana z narcisizmom, manj pa z Makiavelizmom in psihopatijo, kar torej pomeni, da je največ nezvestobe med osebami, ki imajo visok rezultat na narcisizmu.

Tabela 3.05
Povezava med nezvestobo in različnimi stili navezanosti

		MAKIAVELIZEM	PSIHOPATIJA	NARCISIZEM
NEZVESTI	Korelacijski koeficient	0,163	0,115	0,185*
	Sig. (2-tailed)	0,054	0,178	0,029
	N	140	140	140

*. Correlation is significant at the 0.05 level (2-tailed).

3.5 Pri ženskah nezvestoba pozitivno korelira z narcisizmom.

Tudi to hipotezo lahko potrdim, saj obstaja pozitivna korelacija med narcisizmom in nezvestobo pri ženskah (0,190). Se pa kaže, da je ženska nezvestoba še močnejše povezana z Makiavelizmom (0,211). Iz tega lahko sklepamo, da so ženske z visokim Makiavelizmom ter narcisizmom bolj nagnjene k nezvestobi, kot ženske z visoko psihopatijo.

Tabela 3.06
Korelacije med žensko nezvestobo in lastnostmi Temne trojice

		MAKIAVELIZEM	PSIHOPATIJA	NARCISIZEM
ŽENSKA NEZVESTоба	Korelacijski koeficient	0,211*	0,133	0,190*
	Sig. (2-tailed)	0,012	0,116	0,025
	N	140	140	140

*. Correlation is significant at the 0.05 level (2-tailed).

3.6 Pri moških nezvestoba pozitivno korelira s psihopatijo.

Te hipoteze žal ne morem potrditi, saj se ne kaže nobena pomembna, niti pozitivna korelacija med moško nezvestobo in katero od lastnosti Temne trojice. Korelacije z nezvestobo so z vsemi tremi lastnostih negativne, najmanj pri narcisizmu (-0,001), najbolj pri makiavelizmu (-0,104), a niso dovolj velike, da bi lahko bile signifikantne. Ta rezultat me je presenetil, je pa res, da je od vseh moških udeležencev, ki so rešili vprašalnik, le 6 (9%) priznalo nezvestobo, kar je premajhen vzorec, da bi lahko bil reprezentativen. Te težave pri ženski nezvestobi nisem imela, nezvestobo je namreč priznalo skoraj 41% (49) žensk (glej Tabeli 3.08 in 3.09).

Tabela 3.07
Korelacije med moško nezvestobo in lastnostmi Temne trojice

		MAKIAVELIZEM	PSIHOPATIJA	NARCISIZEM
MOŠKA NEZVESTоба	Korelacijski koeficient	-0,104	-0,038	-0,001
	Sig. (2-tailed)	0,223	0,655	0,988
	N	140	140	140

Tabela 3.08
Frekvenca in procent nezvestih žensk

		FREKVENCA	PROCENT
ŽENSKЕ	Zveste	71	59,17%
	Nezveste	49	40,83%
	Skupaj	120	100%

Tabela 3.09
Frekvenca in procent nezvestih moških

		FREKVENCA	PROCENT
MOŠKI:	Zvesti	60	90,91%
	Nezvesti	6	9,09%
	Skupaj	66	100%

3.7 Drugo

Rada bi izpostavila še določene druge rezultate, ki razširjajo pogled na pojav nezvestobe in so se mi zdeli za razumevanje celotne naloge pomembni.

3.7.1 Povezava stilov navezanosti z moško in žensko nezvestobo

Kaže se, da so stili navezanosti povezani le z žensko, ne pa tudi z moško nezvestobo, natančneje, pri ženskah je največ nezvestobe prisotne pri tistih, katere imajo zavračujoč stil navezanosti, najmanj pa pri tistih, ki imajo varen ali preokupiran stil navezanosti.

Tabela 3.10
Korelacija med moško nezvestobo in stili navezanosti

		Varen	Preokupiran	Zavračujoč	Plašljiv
MOŠKA	Korelacijski	0,070	0,071	-0,017	-0,078
NEZVESTOBA:	koeficient				
	Sig. (2-tailed)	0,046	0,241	0,003	0,000
	N	100	108	108	186

Tabela 3.11
Korelacija med žensko nezvestobo in stili navezanosti

		Varen	Preokupiran	Zavračujoč	Plašljiv
ŽENSKA	Korelacijski	0,111	0,111	0,212*	0,146
NEZVESTOBA:	koeficient				
	Sig. (2-tailed)	0,273	0,263	0,031	0,085
	N	99	104	104	140

*. Correlation is significant at the 0.05 level (2-tailed).

3.7.2 Povezava med nezvestobo in zadovoljstvom v odnosu ter pogostostjo spolnih odnosov

Pomembne odgovore pa so dale tudi korelacije med nezvestobo in zadovoljstvom v odnosu ter pogostostjo spolnih odnosov. Iz teh rezultatov lahko vidimo, da je prav to dvoje močan dejavnik glede tega, ali bo oseba nezvesta ali ne. Je pa zanimivo, da so ženske večkrat nezveste tedaj, kadar so v odnosu še kar zadovoljne in kadar se jim zdi, da so spolni odnosi še kar pogosti, manj pa tedaj, kadar so v odnosu nezadovoljne in kadar se jim zdi, da spolni odnosi niso dovolj pogosti. Pri moških se kaže, da so nezvesti tedaj, ko so z odnosom nezadovoljni in ko menijo, da spolnost v odnosu ni dovolj pogosta, kar sem tudi pričakovala.

Tabela 3.12

Korelacija med nezvestobo in zadovoljstvom v odnosu

		Zadovoljni	Še kar	Nezadovoljni
NEZVESTI	Korelacijski koeficient	-0,143	0,146	0,037
	Sig. (2-tailed)	0,092	0,086	0,665
	N	140	140	140
ŽENSKA NEZVESTOBA	Korelacijski koeficient	0,034	0,193*	-0,011
	Sig. (2-tailed)	0,659	0,012	0,887
	N	168	168	168
MOŠKA NEZVESTOBA	Korelacijski koeficient	-0,144	0,067	0,200*
	Sig. (2-tailed)	0,089	0,435	0,018
	N	140	140	140

*. Correlation is significant at the 0.05 level (2-tailed).

Tabela 3.13

Korelacija med nezvestobo in pogostostjo spolnih odnosov v odnosu

		Pogosto	Še kar	Premalo
NEZVESTI	Korelacijski koeficient	-0,115	0,115	-0,020
	Sig. (2-tailed)	0,175	0,176	0,816
	N	140	140	140
ŽENSKA NEZVESTOBA	Korelacijski koeficient	-0,004	0,222*	-0,064
	Sig. (2-tailed)	0,962	0,004	0,412
	N	168	168	168
MOŠKA NEZVESTOBA	Korelacijski koeficient	-0,070	-0,081	0,225*
	Sig. (2-tailed)	0,410	0,339	0,008
	N	140	140	140

*. Correlation is significant at the 0.05 level (2-tailed).

3.7.3 Povezava med zadovoljstvom v odnosu ter pogostostjo spolnih odnosov in stili navezanosti

Za jasnejšo sliko sem primerjala tudi povezanost med zadovoljstvom v odnosih in pogostostjo spolnih odnosov s stili navezanosti. Rezultati kažejo, da na zadovoljstvo v odnosu stili navezanosti nimajo pomembnejšega vpliva, so pa s pogostostjo spolnih odnosov bolj zadovoljne osebe, ki imajo varen stil navezanosti.

Tabela 3.14
Korelacije med stili navezanosti in zadovoljstvom v odnosih

		Varen	Preokupiran	Zavračujoč	Plašljiv
Zadovoljni	Korelacijski koeficient	0,106	.0,005	0,149	-0,014
	Sig. (2-tailed)	0,302	0,961	0,140	0,874
	N	96	100	100	131
Še kar	Korelacijski koeficient	-0,126	0,017	-0,089	0,033
	Sig. (2-tailed)	0,219	0,870	0,379	0,708
	N	96	100	100	131
Nezadovoljni	Korelacijski koeficient	0,029	-0,021	-0,114	-0,032
	Sig. (2-tailed)	0,781	0,839	0,258	0,713
	N	96	100	100	131

Tabela 3.15
Korelacije med stili navezanosti in pogostostjo spolnih odnosov v odnosih

		Varen	Preokupiran	Zavračujoč	Plašljiv
Pogosto	Korelacijski koeficient	0,286**	.0,045	-0,063	-0,101
	Sig. (2-tailed)	0,005	0,656	0,534	0,289
	N	95	99	99	113
Še kar	Korelacijski koeficient	-0,261*	-0,121	0,028	0,109
	Sig. (2-tailed)	0,011	0,234	0,786	0,249
	N	95	99	99	113
Premalo	Korelacijski koeficient	-0,031	0,102	0,047	-0,013
	Sig. (2-tailed)	0,766	0,315	0,642	0,891
	N	95	99	99	113

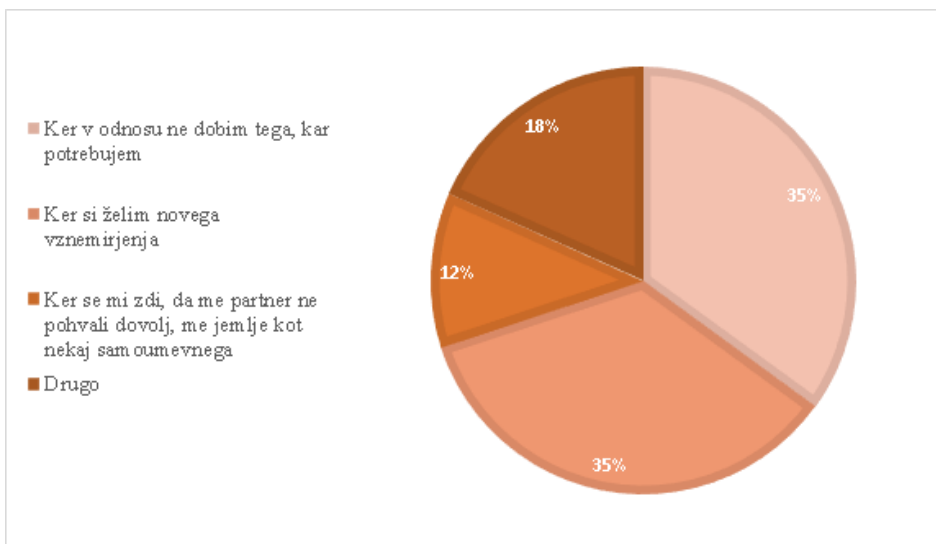
** . Correlation is significant at the 0.01 level (2-tailed).

* . Correlation is significant at the 0.05 level (2-tailed).

3.7.4 Razlogi za nezvestobo

Za razumevanje nezvestobe pa so pomembni tudi razlogi za nezvestobo, ki so jih osebe navedle. Največ oseb je bilo nezvestih ker v odnosu niso dobili tistega, kar so potrebovali

in ker so si želeli novega vznemirjenja (oboje po 35%), manj (12%) jih je bilo nezvestih, ker so imeli občutek, da jih partner ne ceni dovolj in da jih jemlje kot nekaj samoumevnega. 18% oseb pa je navedlo svoj razlog, med drugim: »ker je bilo že dejansko konec med nama«, »pijanost«, »ker zveze nisem jemala resno«, »osebe so hotele mene, jaz sem jim dal« in »mascevanje za njegovo varanje«.



Slika 3.02. Grafični prikaz razlogov za nezvestobo

4 INTERPRETACIJA

Rezultati kažejo na to, da moški varajo veliko manj kot ženske in da njihova nezvestoba ni pomembno povezana z lastnostmi Temne trojice, medtem ko ženska nezvestoba je. Moška nezvestoba prav tako ne kaže pomembnih korelacij z različnimi stili navezanosti, medtem ko je ženska nezvestoba močno povezana z zavračujočim stilom navezanosti.

4.1H1: Narcisizem pozitivno korelira s plašljivim stilom navezanosti.

Rezultati so pokazali, da so lastnosti Temne trojice povezane z izogibajočima stiloma navezanosti (zavračujočim in plašljivim), le narcisizem tudi s preokupiranim stilom navezanosti. To lahko pojasnimo s tem, da imajo narcisisti grandiozno, a hkrati precej ranljivo mnenje o sebi, ter da je narcisizem povezan tudi s težnjami iskanja občudovanja in pozornosti (Morf & Rhodewalt, 2001; Raskin & Hall, 1979; Jauk et al., 2016), kar pomeni, da narcisisti potrebujejo veliko pozornosti v odnosih, to pa sovpada z opisom preokupiranega stila navezanosti po Bartholomew in Horowitz (1991), ki pravita, da kombinacija lastnosti, ki so povezane s tem stilom navezanosti, vodi človeka v to, da išče samosprejemanje s tem, da pridobiva sprejemanje od drugih ljudi (Bartholomew & Horowitz, 1991). Narcisizem je povezan tudi z občutkom upravičenosti do stvari (Back et al., 2010, 2013; Jauk et al., 2016), iz česar lahko sklepamo, da v odnosih potrebujejo potrditve, to pa sovpada z dimenzijo anksioznosti (Brennan et al., 1998), na kateri sta visoka tako preokupiran, kot tudi plašljivi stil navezanosti. Tu bi izpostavila tudi raziskavo Dakanalis et al. (2016), ki so raziskovali narcisizem v svojih dveh oblikah; grandiozni in ranljivi, njihovi rezultati pa kažejo, da je prvi povezan z dimenzijo izogibanja, drugi pa dimenzijo anksioznosti (Dakanalis, Clerici & Carra, 2016). Grandiozni narcisisti so tipični prikaz narcisistične osebnosti motnje, karakterizira pa jih osebno precenjevanje, visoka samopodoba, eksihibicionistično vedenje ter aroganca kot odgovor na kritiko. Za ranljivi narcisizem pa je značilna šibka samopodoba, skrbi glede lastne ustreznosti, hipersenzitivnost na kritiko, kadar njihove narcisistične potrebe niso zadovoljene (Fossati et al., 2014; Marcinko et al., 2014) (Dakanalis, Clerici & Carra, 2016). Iz tega lahko sklepamo, da obstaja razlika tudi med narcisisti in da se določeni (grandiozni) v odnosih najverjetneje vežejo bolj izogibajoče (zavračujoče, plašljivo), drugi (ranljivi) pa bolj anksiozno (preokupirano, plašljivo).

4.2H2: Psihopatija pozitivno korelira z zavračujočim stilom navezanosti.

Psihopatija je glede na moje rezultate najbolj povezana s plašljivim stilom navezanosti, čeprav sem glede na teorijo in prejšnje raziskave pričakovala, da bo korelacija višja z

zavračujočim stilom navezanosti. Ta rezultat nakazuje na to, da je psihopatija vsekakor povezana z dimenzijo izogibanja (Brennan et al., 1998), da pa se očitno večji procent ljudi z visoko psihopatijo, kot sem pričakovala, boji, da bodo v odnosih prizadeti. Vredno bi bilo raziskati, kakšna je tu razlika med primarno in sekundarno psihopatijo, saj glede na Campbell in Ellison (2005) osebe z višjo primarno psihopatijo v več primerih obtožujejo druge za nek sramotni dogodek, medtem ko osebe z visoko sekundarno psihopatijo prej obtožujejo same sebe (Campbell & Ellison, 2005; Lyons, 2015), kar bi lahko pomenilo, da imajo nesrečni odnosi več vpliva na osebe z višjo sekundarno psihopatijo in so te torej bolj plašljivo navezane, da se izognejo čustvenim bolečinam. Psihopatske značilnosti (v kliničnih in nekliničnih primerih) so povezane tudi s stiskami v odnosih, čustvenimi zlomi (Han, Weed, & Butcher, 2003; Savard, Sabourin, & Lussier, 2006) in nezvestobo (Egan & Angus, 2004) (Ali & Chamorro-Premuzic, 2010), kar prav tako poudarja, da so za določene osebe z visoko psihopatijo lahko odnosi čustveno precej naporni in se jih zato rajši izogibajo.

4.3H3: Makiavelizem pozitivno korelira z zavračujočim stilom navezanosti.

Makiavelizem je prav tako, kot psihopatija, povezan s plašljivim in zavračujočim stilom navezanosti in tudi tu me je presenetilo, da je povezava s plašljivim stilom toliko višja od povezave z zavračujočim stilom navezanosti. Makiavelizem je povezan med drugim tudi z gonom za denarjem in statusom, močjo, zavajanjem, izkoriščanjem in pa strateške dolgoročne taktike manipuliranja (Christie & Geis, 1970; Fehr, Samsom, & Paulhus, 1992; Rauthmann, 2012; Rauthmann & Will, 2011; Jauk et al., 2016), kar bi lahko pojasnilo to, da če v odnosih niso uspešni in če jim odnos ne prinese tega, kar iščejo oz. ne omogoča uporabe teh taktik, jim to lahko prinese čustveno bolečino in s tem to, da se odnosom in tej bolečini rajši izognejo. Tu bi bilo zanimivo raziskati preteklost odnosov oseb z visokim Makiavelizmom, da bi lahko preverili, ali so tisti, ki so plašljivo navezani resnično imeli slabše in boleče izkušnje v preteklosti.

4.4H4: Osebe z visokimi rezultati na lastnostih Temne trojice so bolj nagnjene k nezvestobi, kot osebe z nizkimi rezultati.

Rezultati so pokazali, da je Temna trojica resnično povezana z nezvestobo, kar sovпада z ugotovitvami Jonason et al. (2014), ki pravijo, da je Temna trojica povezana z različnimi strategijami varanja (Jonason et al., 2014) in Jonason et al. (2009), ki pravijo, da imajo osebe z višjimi rezultati na lastnostih Temne trojice navadno več spolnih partnerjev ter manj omejitev glede iskanja novih (Jonason et al., 2009). Zanimivo je, da je največ nezvestobe prav med narcisisti in da med nezvestobo in Makiavelizmom ter psihopatijo ni

pomembne povezanosti. Pričakovala sem namreč, da bo pozitivna korelacija vidna pri vseh treh lastnostih. Nezvestobo pri narcisizmu lahko razložimo s tem, da narcisisti iščejo potrditev, ki je v primarnem odnosu morda ne dobijo, pa tudi s tem, da je narcisistom zelo lahko začeti nove odnose, saj zaznavajo veliko možnosti in priložnosti v njih in zaradi tega težje in manj pogosto ostajajo monogamni (Campbell & Foster, 2002; Campbell, Foster, & Finkel, 2002; Carter et al., 2013). Narcisizem je povezan tudi s funkcionalno impulzivnostjo (hitro razmišljanje in odzivanje v odnosih), medtem ko je naprimer psihopatija povezana z nefunkcionalno impulzivnostjo (slabše odločanje in nezmožnost nadzorovanja svojih antisocialnih impulzov) (Jones & Paulhus, 2011; James et al., 2014), zaradi česar sem menila, da bo nezvestobe več tudi pri osebah z visoko psihopatijo. To, da je nezvestobe manj pri osebah z visokim Makiavelizmom pa lahko pojasnimo s tem, da jih motivira predvsem želja po moči in statusu (Christie & Geis, 1970), zaradi česar več energije vlagajo v akademske kontekste, kjer si lahko pridobijo status, in ne toliko v partnerske odnose (Baughman et al., 2014), zaradi česar bi lahko imele osebe z visokim Makiavelizmom tudi manj opravka z odnosi in preko tega z nezvestobo. Za Makiavelizem je hkrati značilno tudi to, da si večinoma želijo ostati v svojem primarnem odnosu (e.g., Belsky, Steinberg, & Draper, 1991; Jones & Paulhus, 2011) in če so že nezvesti, si izberejo manj afer in bolj preračunane, za razliko od impulzivnejših psihopatov in narcisistov.

4.5 H5: Pri ženskah nezvestoba pozitivno korelira z narcisizmom.

Seveda se je bilo potrebno osredotočiti tudi na razliko med spoloma. Pri ženskah nezvestoba pozitivno korelira z narcisizmom in Makiavelizmom. To povsem sovпада z evolucijsko teorijo, ki trdi, da je narcisizem povezan z iskanjem partnerjev, ki so vredni več (Holtzman & Strube, 2010; Jauk et al., 2016), kar ženskam lahko pomaga »ujeti«
boljše gene pri partnerju (Carter, Campbell, & Muncer, 2014; Lyons, Marcinkowska, Helle, & McGrath, 2015; Jonason, Lyons & Blanchard, 2015). Narcisisti naj bi bili tudi fizično privlačnejši (Holtzman & Strube, 2010), ter bolj šarmerski in očarljivi (Back, Schmukle, & Egloff, 2010), kar v povezavi s potrebo po pozornosti in občudovanju (Morf & Rhodewalt, 2001; Raskin & Hall, 1979; Jauk et al., 2016) in tem, da z lahkoto najdejo novega partnerja, a niso predani in zainteresirani, da bi v odnosu tudi ostali (Bradlee & Emmons, 1992; Campbell & Foster, 2002; Foster et al., 2006; Jonason et al., 2009), predstavlja popolno kombinacijo za več nezvestobe. Je pa pri ženskah pomembna tudi povezava nezvestobe z Makiavelizmom, kar bi prav tako lahko povezali z evolucijsko teorijo preko tega, da se ženske z visokim Makiavelizmom najverjetneje vežejo premišljeno, strateško, da bi dosegle svoje cilje, morda željo po denarju in statusu, kar je glede na mnogo raziskovalcev (npr.: Christie & Geis, 1970; Fehr, Samsom, & Paulhus, 1992; Rauthmann, 2012; Rauthmann & Will, 2011) ena od glavnih značilnosti Makiavelizma. Glede na rezultate bi lahko torej sklepali, da ženske z visokim

Makiavelizmom iščejo najboljšega partnerja zase strateško, njihov cilj je uresničiti svoje želje preko tega odnosa, pri tem pa se poslužujejo tudi nezvestobe.

4.6 H6: Pri moških nezvestoba pozitivno korelira s psihopatijo.

Pri moških pa glede na moje rezultate nezvestoba ni pomembno povezana z lastnostmi Temne trojice. Ta rezultat je v nasprotju s tem, kar sem pričakovala (pričakovala sem namreč, da bo moška nezvestoba pozitivno korelirala s psihopatijo), saj so tudi prejšnje raziskave kazale, da moški dosegajo višje rezultate na lastnostih Temne trojice, predvsem na psihopatiji (Lee & Ashton, 2005; Carter, Campbell & Muncer, 2013). Hkrati pa sta Holtzman and Strube (2010) dognala, da je narcisizem odgovor na iskanje partnerjev za kratkotrajna razmerja pri moških, saj naj bi po njuno pomagal moškemu dati voljo, da tekmuje z drugimi moškimi in da jih lahko odbije že takoj po spolnem odnosu (Carter, Campbell & Muncer, 2013). A rezultati ne kažejo niti pomembne povezave moške nezvestobe z narcisizmom. Zopet lahko za takšne rezultate »okrivim« majhen vzorec moških, lahko pa seveda tudi sklepam, da je v slovenski populaciji med moškimi manj nezvestobe, kot tudi manj moških z visokim rezultatom na lastnostih Temne trojice.

4.7 Drugo

Za konec bi komentirala še rezultate, ki sicer niso del mojih hipotez, ampak so z njimi povezani in prav tako osvetljujejo temo nezvestobe in odgovarjajo na moja raziskovalna vprašanja.

4.7.1 Nezvestoba v številkah

V mojem vzorcu je bilo nezvestih 39% udeležencev, od tega 40,83% (26,34% vseh udeležencev) žensk in 9,09% (3,23% vseh udeležencev) moških. Dejstvo, da je razlika med spoloma kar se tiče nezvestobe tako velika me je presenetilo, čeprav sem pričakovala, da se bo nezvestobe med ženskami pokazalo nekoliko več, kot v prejšnjih raziskavah (npr. Breznik, 2014; Greeley, 1994). Seveda moram znova poudariti, da je bilo v vzorcu premalo moških, da bi lahko te odstotke aplicirali na širšo družbo. So pa vseeno lahko pokazatelj, da je nezvestobe med ženskami več, kot med moškimi ali vsaj več, kot vlada splošno prepričanje v družbi. So pa moji rezultati pokazali na splošno večji odstotek nezvestobe, kot pri prejšnjih raziskavah, omenjenih v poglavju 1.3.2 (Breznik, 2014; Greeley, 1994), kar sem tudi pričakovala. Tu se je potrebno vprašati, ali se resnično odstotek nezvestobe z leti viša, ali je morda le več ljudi, ki si nezvestobo upa priznati v raziskavah. Hkrati pa je tako velik odstotek nezvestobe pokazatelj, da (v trenutnem času) v naši družbi odnosi niso najbolj trdni, da se morda v njih ne potrudimo dovolj ali celo, da se

premalo potrudimo najti pravega, kompatibilnega partnerja, s katerim bi lahko imeli izpolnjujoč odnos.

4.7.2 Povezava stilov navezanosti z moško in žensko nezvestobo

Nadalje se je pokazalo, da nezvestoba pri moških ni povezana z nekim specifičnim stilom navezanosti, pri ženskah pa je izstopala povezava z zavračujočim stilom navezanosti. Osebe z zavračujoče izogibajočim stilom navezanosti se izogibajo bližnjim odnosom in da vzdržujejo občutek neodvisnosti in neranljivosti (Bartholomew & Horowitz, 1991), preko tega pa lahko sklepamo, da jim odnosi ne pomenijo dosti, da se vanje takšne osebe torej ne bodo vlagale svoje energije in glede na moje rezultate pri ženskah tudi ne zvestobe. Je pa zanimivo, da se kaj podobnega ne kaže pri moških, kjer se je še največ (a še vedno ne dovolj, da bi bila korelacija signifikantna) nezvestobe pokazalo prav v preokupiranem in varno navezanem odnosu. To bi lahko pojasnili preko ugotovitev Russel in Harton (2005) ki pravita, da večja ko je količina »ljubezni«, ki jo oseba čuti do partnerja, večja je možnost, da bo prišlo do akta nezvestobe. Za preokupiran in varen stil navezanosti pa je značilno prav to, da je oseba močnejše čustveno navezana na svojega partnerja.

4.7.3 Povezava med nezvestobo in zadovoljstvom v odnosu ter pogostostjo spolnih odnosov

Glede zadovoljstva v odnosih rezultati kažejo, da so ženske večkrat nezveste v odnosih, za katere menijo, da so »še kar v redu« in ne v odnosih, za katere pravijo, da jim ne dajejo zadovoljstva. Ta rezultat torej nakazuje, da ženska ki je zares zadovoljna v svojem odnosu, ne bo skočila čez plot, hkrati pa varala tudi ne bo tudi ženska, ki s svojim odnosom ni zadovoljna. Podobna je bila tudi povezava med žensko nezvestobo in pogostostjo spolnih odnosov, saj se kaže pomembna korelacija med žensko nezvestobo in odnosi, kjer je bilo po njihovo »še kar dovolj« spolnih odnosov, medtem ko pomembne korelacije med nezvestobo in odnosi, kjer so ženske menile, da spolnih odnosov ni dovolj, ni. Zanimivo bi bilo ta fenomen raziskati malo podrobneje, da bi bolje razumeli ozadje. Se pa po drugi strani kaže, da je moška nezvestoba močno povezana tako z nezadovoljstvom s pogostostjo spolnih odnosov, kot tudi s splošnim nezadovoljstvom v odnosu. To sovpada z prejšnjimi raziskavami (Atkins, Baucom, & Jacobson, 2001; Glass & Wright, 1985), ki so potrdile, da težave v primarnem odnosu (nezadovoljstvo) prinesejo več zunajzakonskih spolnih odnosov in pa, da je nezadovoljstvo v odnosu poveča željo spustiti se v odnos izven svojega primarnega odnosa (Prins et al., 1993).

4.7.4 Povezava med zadovoljstvom v odnosu ter pogostostjo spolnih odnosov in stili navezanosti

Pri raziskovanju povezave zadovoljstva v odnosu ter pogostostjo spolnih odnosov in stili navezanosti so rezultati pokazali pomembno povezavo le med pogostostjo spolnih odnosov in varno navezanim stilom navezanosti. Varno navezani ljudje torej menijo, da je v njihovih odnosih spolnosti dovolj, kar je verjetno tudi eden od razlogov, zakaj je v varno navezanih odnosih manj nezvestobe. To sovпада s tem, da imajo varno navezane osebe pozitivno sliko tako o sebi, kot tudi o drugih (Bartholomew & Horowitz, 1991), s čimer imajo najverjetneje potem tudi pozitivnejšo sliko o samem odnosu ter – glede na rezultate – tudi na pogostost spolnih odnosov.

4.7.5 Razlogi za nezvestobo

Izpostavila bi tudi razloge, ki so jih udeleženci navedli za nezvestobo. V grafu na Sliki 3.02, lahko vidimo, da sta najpogostejša razloga (35%) za varanje to, da si oseba želi novega vznemirjenja in pa to, da v odnosu ne dobi več tega, kar si želi. To sovпада z rezultati, ki so pokazali povezanost med nezvestobo in zadovoljstvom v odnosu. 18% oseb je kot razlog za nezvestobo navedlo svoje razloge (med drugim: »ker je bilo že dejansko konec med nama«, »pijanost«, »ker zveze nisem jemala resno«, »osebe so hotele mene, jaz sem jim dal« in »mascevanje za njegovo varanje«), 12% pa jih je prevaralo zaradi občutka, da jih partner ne ceni dovolj, da jih ima za nekaj samoumevnega. To je znova povezano z nezadovoljstvom v odnosih in povezavo tega z nezvestobo.

4.8 Omejitve raziskave

Glavni omejitvi te raziskave sta bili premalo moških udeležencev in preveč nepopolno rešenih vprašalnikov. To bi lahko rešila s tem, da bi vprašalnik preko spleta ponujala dlje časa in nanj tudi opominjala, da bi ga rešilo več ljudi. Žal pa je na to, da osebe ne rešijo vprašalnika v celoti težko vplivati, lahko se le poskuša narediti čim krajši in preglednejši vprašalnik, nad katerim ne bodo prehitro obupali.

Če bi torej raziskavo ponovila, bi v vprašalniku jasneje napisala, da ga je potrebno rešiti celega, hkrati pa bi ga dlje časa promovirala na spletu, da bi ga rešilo več ljudi. Hkrati bi se osredotočila tudi podrobneje na podtipa psihopatije (primarna in sekundarna) in narcisizma (grandiozen in ranljiv) ter njun vpliv na stil navezanosti. Zanimivo bi bilo tudi preveriti, kako na nezvestobo vpliva trajanje odnosa in spolna usmerjenost. Seveda pa je v raziskovanju nezvestobe toliko različnih možnosti za raziskati, da bi zelo težko vse predelali le v eni raziskavi.

5 SKLEPI

V tej raziskavi sem prišla do zaključkov, da obstaja medsebojna povezava med lastnostmi Temne trojice, stili navezanosti in nezvestobo. Narcisizem pozitivno korelira s plašljivim, zavračujočim in malo manj z preokupiranim stilom navezanosti, psihopatija in Makiavelizem pa s plašljivim in zavračujočim. Rezultati so pokazali tudi, da so osebe z višjim rezultatom na lastnostih Temne trojice bolj nagnjene k nezvestobi, predvsem se ta nagnjenost kaže pri narcisizmu. Glede na spol se kaže, da so k nezvestobi najbolj nagnjene ženske z visokim rezultatom pri narcisizmu, pri moških pa se ni pokazalo pomembnejše povezave med nezvestobo katero od lastnosti Temne trojice in nezvestobo. Rezultati so pokazali, da je bilo nezvestih 39% udeležencev, od tega 40,83% (26,34% vseh udeležencev) žensk in 9,09% (3,23% vseh udeležencev) moških, kar kljubuje splošnemu prepričanju, da so nezvesti večinoma moški. Najpogostejša razloga za nezvestobo sta bila to, da oseba v odnosu ne dobi, kar potrebuje in to, da si oseba želi novega vznemirjenja, kar sovpada z rezultati, ki so pokazali, da je zadovoljstvo v odnosu in pogostost spolnih odnosov pomemben faktor pri nezvestobi. Prišla sem do ugotovitev, da moški varajo predvsem tedaj, ko so v odnosu nezadovoljni in kadar se jim zdi, da je spolnih odnosov premalo. Po drugi strani pa bodo glede na moje rezultate ženske prej nezveste, če bodo še kar zadovoljne v odnosu in kadar se jim bo zdelo, da je spolnih odnosov še kar dovolj, ne pa ko bodo povsem nezadovoljne z odnosom in pogostostjo spolnih odnosov. Tako kot v rezultatih nisem zaznala pomembnejše povezave med moško nezvestobo in lastnostmi Temne trojice, se povezava prav tako ni pokazala med moško nezvestobo in različnimi stili navezanosti. Po drugi strani pa se je pokazalo, da je ženska nezvestoba pomembno povezana z zavračujočim stilom navezanosti.

Če torej povzamem vse skupaj, je nezvestoba močno prisotna v naši družbi, razlogi zanjo pa so pri vsaki osebi individualni. Gre za zelo zapleten in širok fenomen, katerega s tako majhno raziskavo ne moremo do potankosti razložiti. Da bi se nezvestobi v odnosih izognili, je glede na moje rezultate najpomembnejše to, da smo v odnosu zadovoljni sami, da smo pozorni na zadovoljstvo svojega partnerja, da najdemo osebo, s katero se bomo strinjali glede pomembnejših aspektov odnosa in seveda, da se o svojih željah v odnosu s partnerjem pogovarjamo in jih razjasnimo. Res je, da so določene osebe bolj nagnjene k nezvestobi in da jih tudi srečen in izpolnjujoč odnos tu ne bi ustavil, a to je le eno od tveganj, ki jih je treba sprejeti ko vstopamo v partnerski odnos.

6 LITERATURA

Ahrndt, S. (2005). Distress in response to infidelity: An examination of the evolutionary perspective. *University of Wisconsin—Milwaukee*.

Ali, F. in Chamorro-Premuzic, T. (2010). The dark side of love and life satisfaction: Associations with intimate relationships, psychopathy and Machiavellianism. *Personality and Individual Differences*. 48 (2010) 228-233

Bartholomew, K. in Horowitz, L.M. (1991). Attachment Styles Among young Adults: A Test of a Four-Category Model. *Journal of Personality and Social Psychology*. (1991). "WJL. 61, No. 2, 226-244

Baughman, H.M., Jonason, P.K., Lyons, M., Vernon, P.A. (2014). Liar liar pants on fire: Cheater strategies linked to the dark triad. *Personality and Individual Differences*. 71 (2014) 35-38

Blow, A. J., & Hartnett, K. (2005). Infidelity in committed relationships I: A methodological review. *Journal of marital and family therapy*, 31(2), 183-216.

Blow, A. J., & Hartnett, K. (2005). Infidelity in committed relationships ii: A substantive review. *Journal of marital and family therapy*, 31(2), 217-233.

Breznik, K. (2014). *Nezvestoba – Ali obstaja razlika med moško in žensko nezvestobo*. Diplomsko delo, Maribor: Univerza v Mariboru, Filozofska fakulteta

Carter, G.L., Campbell, A.C., Muncer, S. (2013). The Dark Triad personality: Attractiveness to women. *Personality and Individual Differences*. 56 (2014) 57-6

Collins, N.L., Feeney, B.C. (2000). A safe haven: An attachment theory perspective on support seeking and caregiving in intimate relationships. *Journal of Personality and Social Psychology*. 78 (2000) 1053-1073

Collins, N.L., Read, S.J. (1990). Adult attachment, working models, and relationship quality in dating couples. *Journal of Personality and Social Psychology*. 58 (1990) 644-663

Crowell, C.A., Treboux, D. (1995). A review of adult attachment measures: Implications for theory and research. *Social Development*. 4 (1995) 294-327

Dakanalis, A., Clerici, M., & Carrà, G. (2016). Narcissistic Vulnerability and Grandiosity as Mediators Between Insecure Attachment and Future Eating Disordered Behaviors: A Prospective Analysis of Over 2,000 Freshmen. *Journal of clinical psychology*, 72(3), 279-292

DeWall, C. N., Lambert, N. M., Slotter, E. B., Pond Jr, R. S., Deckman, T., Finkel, E. J., ... & Fincham, F. D. (2011). So far away from one's partner, yet so close to romantic alternatives: avoidant attachment, interest in alternatives, and infidelity. *Journal of personality and social psychology*, 101(6), 1302.

Du Rocher Schudlich, T.D., Stettler, N.M., Stouder, K.A., Harrington, C. (2013). Adult romantic attachment and couple conflict behaviors: Intimacy as a multi-dimensional mediator. *Interpersona: An International Journal on Personal Relationships*. 7 (2013) 26-43

Feeney, J.A., Noller, P. (1990). Attachment style as a predictor of adult romantic relationships. *Journal of Personality and Social Psychology*. 58 (1990) 281-291

Fife, S. T., Weeks, G. R., & Gambescia, N. (2008). Treating infidelity: An integrative approach. *The Family Journal*, 16(4), 316-323.

Fraley, R.C., Shaver, P.R. (2000). Adult romantic attachment: Theoretical developments, emerging controversies, and unanswered questions. *Review of General Psychology*. 4 (2000) 132-154

Fuller, T.L., Fincham, F.D. (1995). Attachment style in married couples: Relation to current marital functioning, stability over time, and method of assessment. *Personal Relationships*. 2 (1995) 17-34

Furnham, A., Richards, C.S. in Paulhus, D.L. (2013). The Dark Triad of Personality: A 10 Year Review. *Social and Personality Psychology Compass*. 7/3 (2013): 199–216.

Gleeson, G., & Fitzgerald, A. (2014). Exploring the association between adult attachment styles in romantic relationships, perceptions of parents from childhood and relationship satisfaction. *Health*, 2014.

Griffin, D. W., & Bartholomew, K. (1994). The metaphysics of measurement: The case of adult attachment. In K. Bartholomew & D. Perlman (Eds.), *Advances in personal relationships: Attachment processes in adulthood* (Vol. 5, pp. 17–52). London: Kingsley.

Grijalva, E., Newman, D. A., Tay, L., Donnellan, M. B., Harms, P. D., Robins, R. W., & Yan, T. (2015). Gender differences in narcissism: A meta-analytic review. *Psychological bulletin*, 141(2), 261.

Gunthorsdottir, A. *Machiavellianism*. [online] (2016). [8.8.2016]. Dostopno na: <https://www.academia.edu/6287245/Machiavellianism>

Hazan, C., & Shaver, P. (1987). Romantic love conceptualized as an attachment process. *Journal of personality and social psychology*, 52(3), 511.

James, S., Kavanagh, P.S., Jonason, P.K., Chonody, J.M., Scrutton, H.E. (2014). The dark triad, schadenfreude, and sensational interests: Dark personalities, dark emotions, and dark behaviors. *Personality and Individual Differences*. 68 (2014) 211-216

Jauk, E., Neubauer, A.C., Mairunteregger, T., Pemp, S., Sieber, K.P., Rauthmann, J.F. (2016). How alluring are dark personalities? The dark triad and attractiveness in speed dating. *European Journal of Personality*. 30 (2016) 125-138

Jonason, P.K., Jones, A. in Lyons, M. (2013). Creatures of the night: Chronotypes and the dark triad traits. *Personality and Individual Differences*. 55 (2013) 538-541

Jonason, P.K., Li, N.P., Buss, D.M. (2010). The costs and benefits of the dark triad: Implications for mate poaching and mate retention tactics. *Personality and Individual Differences*. 48 (2010) 373-378

Jonason, P.K., Li, N.P., Webster, G.D., Schmitt, D.P. (2009). The dark triad: Facilitating a short-term mating strategy in men. *European Journal of Personality*. 23 (2009) 5-18

Jonason, P.K., Luevano, V.X. in Adams, H.M. (2012). How the Dark Triad traits predict relationship choices. *Personality and Individual Differences*. 53 (2012) 180-184

Jonason, P.K., Lyons, M., Baughman, H.M., Vernon, P.A. (2014). What a tangled web we weave: The dark triad traits and deception. *Personality and Individual Differences*. 70 (2014) 117-119

Jonason, P.K., Lyons, M. in Blanchard, A. (2015). Birds of a ‘bad’ feather flock together: The Dark Triad and mate choice. *Personality and Individual Differences*. 78 (2015) 34–38

Jonason P. K., Webster G. D. (2010): The Dirty Dozen: A concise measure of the Dark Triad. *Psychological Assessment*, 22, str. 420-432.

Jones, D. N., & Olderbak, S. G. (2014). The associations among dark personalities and sexual tactics across different scenarios. *Journal of interpersonal violence*, 29(6), 1050-1070.

Jones, D.N. in Paulhus, D.L. *DARK TRIAD STRATEGIES: mating strategies among the dark triad: Relationship focus, retention, and infidelity*. [online] (2011). [8.8.2016]. Dostopno na: <http://www.sakkyndig.com/psykologi/artvit/jones2010.pdf>

Levy, K. N., & Kelly, K. M. (2009). Sex Differences in Jealousy A Contribution From Attachment Theory. *Psychological Science*.

Lyons, M. T. (2015). Evidence for an evolutionary cheater strategy—Relationships between primary and secondary psychopathy, parenting, and shame and guilt. *The Journal of psychology*, 149(6), 570-581.

Lyons, M.T., Marcinkowska, U.M., Helle, S., McGrath, L. (2015). Mirror, mirror, on the wall, who is the most masculine of them all? The dark triad, masculinity, and women's mate choice. *Personality and Individual Differences*. 74 (2015) 153-158

Marazziti, D., Consoli, G., Albanese, F., Laquidara, E., Baroni, S., & Dell'Osso, M. C. (2010). Romantic attachment and subtypes/dimensions of jealousy. *Clinical practice and epidemiology in mental health: CP & EMH*, 6, 53.

Mikulincer, M. (2006). Attachment, caregiving, and sex within romantic relationships. *Dynamics of romantic love: Attachment, caregiving, and sex*, 23-42.

Onley, M., Veselka, L., Schermer, J. A., & Vernon, P. A. (2013). Survival of the scheming: a genetically informed link between the dark triad and mental toughness. *Twin Research and Human Genetics*, 16(06), 1087-1095.

Paulhus, D.L. (2014). Toward a Taxonomy of Dark Personalities. *Current Directions in Psychological Science*. 23 (2014) 421–426

Paulhus, D.L. in Williams, K. M. (2002). The Dark Triad of personality: Narcissism, Machiavellianism, and psychopathy. *Journal of Research in Personality*. 36 (2002) 556–563

Petrides, K.V., Vernon, P.A., Schermer, J.A., Veselka, L. (2011). Trait emotional intelligence and the dark triad traits of personality. *Twin Research and Human Genetics*, 14 (2011) 35-41

Pietromonaco, P. R., & Beck, L. A. (2015). Attachment processes in adult romantic relationships.. *APA handbook of personality and social psychology, Volume 3: Interpersonal relations*. 33-64 [8.8.2016]. Dostopno na: <http://www.socialpsychology.org/download/9163/pietromonacoandbeckchapterinpress.pdf>

Rodriguez, L. M., DiBello A.M., Øverup, C.S. in Neighbors, C. The Price of Distrust: Trust, Anxious Attachment, Jealousy, and Partner Abuse. *University of Houston*. [online] [8.8.2016]. Dostopno na: http://lindseymrodriguez.com/uploads/3/5/5/1/3551332/rodriguez_dibello_overup_neighbors_in_press.pdf

Roeser, K., McGregor, V.E., Stegmaier, S., Mathew, J., Kübler, A., Meule, A. (2016). The dark triad of personality and unethical behavior at different times of day. *Personality and Individual Differences*. 88 (2016) 73-77

Russell, V. M., Baker, L. R., & McNulty, J. K. (2013). Attachment insecurity and infidelity in marriage: Do studies of dating relationships really inform us about marriage?. *Journal of Family Psychology*, 27(2), 242.

Russell, E.B., & Harton, H.C. (2005). The “other factors”: Using individual and relationship characteristics to predict sexual and emotional infidelity. *Current Psychology*, 24, 242257.

Treger, S., & Sprecher, S. (2011). The influences of sociosexuality and attachment style on reactions to emotional versus sexual infidelity. *Journal of sex research*, 48(5), 413-422.

Vodopivec, K. (2008). *Patološki narcis kot produkt permisivne vzgoje – analiza situacije v izbranih slovenskih šolah*. Magistrsko delo, Ljubljana: Univerza v Ljubljani, Fakulteta za družbene vede, Biotehniška fakulteta.

Winking, J., Kaplan, H., Gurven, M., & Rucas, S. (2007). Why do men marry and why do they stray?. *Proceedings of the Royal Society of London B: Biological Sciences*, 274(1618), 1643-1649.

PRILOGA

Relationship Style Questionnaire (RSQ):

1. Težko se zanašam na druge ljudi.
2. Zelo pomembno se mi zdi, da se počutim neodvisno, samostojno.
3. Z lahkoto se čustveno zblížam z drugimi ljudmi.
4. Želim se povsem povezati, združiti z drugo osebo.
5. Bojim se, da če bom spustil/a koga pre blizu, da bom prizadet/a.
6. Dobro se počutim brez čustvenih odnosov.
7. Nisem prepričan/a, da se lahko vedno zanesem na druge, da bodo tam, ko jih bom potreboval/a.
8. Želim si biti popolnoma čustveno intimen/a z drugimi.
9. Skrbi me, da bi ostal/a sam/a.
10. Dobro se počutim, ko se lahko zanesem na druge.
11. Pogosto me skrbi, da me partner/ka v resnici nima rad/a.
12. Težko povsem zaupam drugim.
13. Skrbi me, da bi mi kdo prišel pre blizu.
14. Želim si čustvene bližine v odnosu.
15. Dobro se počutim, ko se ljudje lahko zanesejo name.
16. Skrbi me, da me drugi ne cenijo toliko, kolikor jih cenim jaz.
17. Ljudi ni nikoli tam, ko jih potrebuješ.
18. Moja želja po tem, da bi se popolnoma združil/a z nekom je že prestrašila ljudi, da so se umaknili od mene.
19. Veliko mi pomeni, da se počutim samozadostno.
20. Ni mi prijetno oz. me živcira, če se mi kdo preveč približa.
21. Pogosto me skrbi, da partner/ka ne bo ostal/a z mano.
22. Rajši vidim, da se ljudje ne zanašajo name.
23. Skrbi me, da bom zapuščen/a.
24. Ne počutim se najbolje glede bližine z drugimi.
25. Opažam, da se drugi ne želijo toliko zblížati v odnosu kot bi si jaz želel/a.
26. Rajši vidim, da nisem od nikogar odvisen/a.
27. Vem, da bodo drugi tam, ko jih bom potreboval/a.
28. Skrbi me, da me drugi ne bodo sprejeli.
29. Partnerji/ke se pogosto želijo zblížati bolj, kot je meni všeč.
30. Z lahkoto se zblížam z drugimi.

(Griffin & Bartholomew, 1994)

Dirty Dozen

Rad/a manipuliram z drugimi, da bi bilo po moje.
Da bi bilo po moje, uporabljam prevaro ali se zlažem.
Rad/a polaskam, da bi bilo po moje.
Nagnjen/a sem k izkoriščanju drugih, da bi dosegel/a svoje.
Nerad/a obžalujem, čeprav sem kaj narobe storil/a.
Ponavadi se ne menim za moralnost svojih dejanj.
Nagnjen/a sem k neusmiljenosti ali neobčutljivosti.
Nagibam se k ciničnosti.
Želim, da bi me drugi občudovali.
Čutim željo, da bi mi drugi posvečali pozornost.
Rad/a iščem prestiž ali status.
Rad/a pričakujem posebne usluge od drugih.

(Jonason & Webster, 2010)

Vprašanja o nezvestobi

Ta vprašanja se nanašajo na katerikoli partnerski odnos v vašem življenju. Torej, če ste prevarali v prejšnji zvezi, v sedajšnji pa ne, vseeno odgovorite, da ste partnerja/ko že prevarali. Kot varanje se razume tukaj fizični akt (npr. poljubljanje, spolni odnos, intimni dotiki):

Partnerja sem že prevaral/a.

Čutim močno potrebo po tem, da bi partnerja prevarala, a ga še nisem

Zakaj? (več možnih odgovorov)

Ker v odnosu ne dobim tega, kar potrebujem.

Ker si želim novega vznemirjenja.

Ker se mi zdi, da me partner ne pohvali dovolj, me jemlje kot nekaj samoumevnega.

Ker od partnerja v odnosu ne dobim tega, kar potrebujem.

Drugo: _____

Če ste že bili nezvesti, ne bila vaša nezvestoba odkrita?

Partnerja ne bi nikoli prevaral/a

Zakaj? (več možnih odgovorov)

Ker v odnosu dobim vse, kar potrebujem.

Ker bi imel/a slabo vest.

Ker se bojim, da bi izvedel/a in imela slabo mnenje o meni.

Ker se bojim, da bi za to izvedeli drugi in imeli slabo mnenje o meni.

Drugo: _____

V odnosu* sem ponavadi zadovoljen/a s spolnim življenjem. (1-sploh ne, 2-še kar, 3-zelo)
Zdi se mi, da ima s partnerjem/ko* ponavadi dovolj pogoste spolne odnose. (1-se sploh ne
strinjam, 2-se delno strinjam, 3-se povsem strinjam)

**V odnosu, v katerem ste trenutno, ali v odnosih na splošno v življenju.*