

*Simona Gomboc*  
**ANALIZA TEORIJE  
SOODVISNOSTI:  
POMEN  
SAMOSPOŠTOVANJA  
ZA DINAMIKO  
AVTONOMIJE IN  
PRIPADNOSTI V  
PARTNERSKIH  
ODNOSIH**

*9-28*

FAKULTETA ZA MATEMATIKO,  
NARAVOSLOVJE IN  
INFORMACIJSKE TEHNOLOGIJE  
GLAGOLJAŠKA 8  
SI-6000 KOPER

**::POVZETEK**

NAMEN PRIČUJOČEGA PRISPEVKA JE ODGOVORITI NA VPRAŠANJE, KAKO TRENUTNO ENA POMEMBNEJŠIH TEORETIČNIH ORIENTACIJ ZNOTRAJ PSIHLOGIJE PARTNERSKIH ODNOSOV, TJ. TEORIJA SOODVISNOSTI, RAZUME DINAMIKO MED TEŽNJAMI POSAMEZNIKOV PO PRIPADNOSTI IN PO AVTONOMIJI TER ČE IN KAKO RAZMIŠLJA O MOŽNOSTIH ZA RAZREŠEVANJE TEGA ANTAGONIZMA. NAJPREJ SO PREDSTAVLJENE KLJUČNE PREDPOSTAVKE T.I. DELOVNEGA MODELA SOODVISNEGA UMA, KATEREGA NALOGA JE URAVNAVATI INTERPERSONALNO RAZDALJO MED PARTNERJEMA V INTIMNEM ODNOSU. ANALIZA IZBRANIH KONCEPTOV TEGA MODELA POKAŽE, DA SO PARTNERSKI ODNOSI VIDENI KOT OGROŽAJOČI ZA POSAMEZNIKOVO DOBROBIT, TEŽNJE PO AVTONOMIJI IN PO PRIPADNOSTI SO DOJETE KOT NUJNO ANTAGONISTIČNE, RAZREŠITEV KONFLIKTA MED NJIMI PA NEMOGOČA. V SKLEPNEM DELU PRISPEVKA JE NAKAZAN POMEN IMPLIKACIJ DEJAVNIKA SAMOSPOŠTOVANJA ZA ŠIRŠE RAZUMEVANJE ODNOSA MED POSAMEZNIKOM IN SOCIALNIM OKOLJEM.

Ključne besede: teorija soodvisnosti, avtonomija, pripadnost, partnerski odnosi, samospoštovanje

**ABSTRACT**

*ANALYSIS OF INTERDEPENDENCE THEORY: THE MEANING OF SELF-ESTEEM FOR THE DYNAMICS BETWEEN AUTONOMY AND RELATEDNESS IN INTIMATE RELATIONSHIPS*

*The present article answers the question how one of the most important theoretical orientation within the research field of psychology of intimate relationship, i.e. interdependence theory, understands the dynamics between individuals' tendencies for relatedness and for autonomy and how it addresses the possibilities of this antagonism's resolution if they are even considered. Firstly, key assumptions of working model of interdependent mind, which main purpose is to regulate interpersonal distance between partners involved in an intimate relationship, are presented. Analysis of specific concepts within this model shows that intimate relationships are seen as posing a threat to individual's well-being, while the mentioned tendencies are considered antagonistic and the resolution of conflict between them impossible. Lastly, we imply the importance of self-esteem for broader understanding of relationship between an individual and his social environment.*

*Key words: interdependence theory, autonomy, relatedness, intimate relationships, self-esteem*

## ::OPREDELITEV IN UTEMELJITEV RAZISKOVALNEGA NAMENA

Kljub temu da avtorji navajajo, da je ključno vprašanje v partnerskih odnosih razreševanje konflikta med avtonomijo in pripadnostjo (Kumashiro, Rusbult in Finkel, 2008; Prager in Roberts, 2004), doseganje ravnovesja med obema pa težavno, a nujno (predstavlja namreč temelj zadovoljstva v partnerskih odnosih) (Mikulincer in Shaver, 2007; Ryan in Deci, 2000; Visserman, Righetti, Kumashiro in Van Lange, 2017), usmerjenega raziskovanja te dinamike ni zaslediti.

Namen pričujočega prispevka, in s tem njegov znanstveni prispevek, je odgovoriti na vprašanje, kako trenutno ena pomembnejših teorij znotraj raziskovalnega področja (socialne psihologije) partnerskih odnosov, tj. teorija soodvisnosti (Holmes, 2002; Murray in Holmes, 2009, 2011, 2017; Murray, Holmes in Collins, 2006; Thibaut in Kelley, 1959), razume dinamiko med težnjami posameznikov po pripadnosti in po avtonomiji ter če in kako razmišlja o možnostih za razreševanje tega antagonizma.

Prispevek je strukturiran na način, da posamezni (pod)naslovi predstavljajo ugotovitve opravljene teoretske analize. Predstavljena analiza je del širšega raziskovalnega projekta, katerega namen je bil prispevati k razumevanju (ne)nekonfliktnosti odnosa med posameznikom in socialnim okoljem (glej Gomboc, 2016).

## ::PARTNERSKI ODNOSI SO ODNOSI SOODVISNOSTI

Na predpostavkah teorije soodvisnosti (angl. *interdependence theory*), ki je del širše konceptualizirane teorije socialne izmenjave (angl. *social exchange theory*) (Kelley in Thibaut, 1978; Thibaut in Kelley, 1959)<sup>1</sup>, sta Sandra L. Murray in John G. Holmes s sodelavci (2009, 2011, 2017) oblikovala teoretični model intrapsihičnega mehanizma, ki naj bi posameznikom pomagal uravnavati doživljanje in vedenje v partnerskih odnosih. T.i. model uravnavanja motivacije vzajemno odzivnega vedenja (angl. *motivation-management theory of mutual responsiveness*) danes velja za eno od temeljnih teoretskih orientacij s področja dinamike intimnih odnosov (prim. Campbell, La Guardia, Olson in Zanna, 2012; Finkel, Simpson in Eastwick, 2016).

Model uravnavanja vzajemno odzivnega vedenja torej prevzema osnovne predpostavke teorije soodvisnosti, kar pomeni, da se, tako kot teorija soodvisnosti, osredotoča na poskuse razumevanja izmenjave t.i. nagrad in stroškov v socialnih odnosih, saj vidi socialne odnose kot prostor, kjer posamezniki izmenjuje zadovoljujejo svoje osnovne potrebe (Sprecher, 1998). Nagrade v tem kontekstu lahko predstavljajo različne usluge, poslušanje, sodelovanje, instrumentalno pomoč itd. (tj. vse, kar nam da

---

<sup>1</sup> Leta 1959 sta Thibaut in Kelley predstavila svoj poskus oblikovanja splošnega teoretičnega modela socialne psihologije (v delu, naslovljenem *The social psychology of groups*), do leta 1978 pa sta t.i. teorijo soodvisnosti (angl. *interdependence theory*) še dodatno konceptualizirala (v delu z naslovom *Interpersonal relations: A theory of interdependence*). Tako sta bila med pionirji razvoja področja psihologije intimnih odnosov (Campbell in Rubin, 2012).

partner v socialnem odnosu in je za nas zadovoljujoče), stroški pa odtegnitev le-teh (in katerih rezultat za nas predstavlja izgubo ali kazen). Procesi barantanja in pogajanja med člani skupine so tisti, ki imajo potencial za vzpostavitev zadovoljujoče izmenjave, kar pomeni, da se med njimi oblikuje socialni odnos. Ker imajo partnerji različne potrebe in različno socialno moč, je socialna izmenjava (in s tem socialni odnosi na splošno) videna kot v temelju konfliktna, skozi procese medsebojnega barantanja oblikovane norme pa kot zamrznjeno razmerje moči vpletenih in s tem sredstvo za »civiliziranje« odnosov, ki naj zagotovijo »pošten« izid pogajanj (Bečaj, 1997).

Kot ključni vidik zadovoljujočih in stabilnih partnerskih odnosov raziskovalci te usmeritve vidijo vzajemno odzivno vedenje obeh partnerjev (angl. *mutually responsive behaviour*) (prim. Reis, Clark in Holmes, 2004; Thibaut in Kelley, 1959), iz česar sledi, da je partnerski odnos dojet predvsem kot odnos soodvisnosti (angl. *interdependent relationship*): partnerja v odnosu vzajemno vplivata eden na drugega in se pri tem omejujeta v doseganju individualnih ciljev (Kelley, 1979). Tako partnerski odnos sestavlja serija situacij, ki zahtevajo socialno koordinacijo (Murray in Holmes, 2011): potrebe, cilji ali želje enega partnerja so lahko doseženi samo skozi primeren odziv s strani drugega partnerja (Kelley in Thibaut, 1978).<sup>2</sup>

Pozitivnega odzivnega vedenja obeh partnerjev v osnovi ni lahko doseči: razsežnosti soodvisnosti obeh partnerjev so tako velike, da je vsaj določen delež nekompatibilnosti v potrebah, željah ali ciljih obeh partnerjev nujen (Murray in Holmes, 2011). V t.i. situacijah konfliktov interesov potem obstaja težnja partnerjev po skrbi za svoje lastne interese na škodo zadovoljevanja interesov partnerja (Kelley idr., 2003), saj odzivnost na partnerjeve potrebe v tovrstnih situacijah pomeni grožnjo možnosti zadovoljitve lastnih potreb (Murray, Holmes idr., 2006). Zaradi soodvisnosti partnerjev tako motivacija za zadovoljevanje lastnih potreb (angl. *self-interest*) s strani prvega partnerja vedno sovпада z motivacijo drugega partnerja, da se pred izkoriščanjem zavaruje (angl. *self-protection*) (Murray in Holmes, 2009). Obe motivaciji, tako motivacija prvega partnerja po skrbi za lastne individualne potrebe kot motivacija drugega partnerja obvarovati se pred izkoriščanjem prvega partnerja, pa morajo biti presežene, v kolikor naj bo omogočeno vzajemno odzivno vedenje obeh partnerjev, s tem pa zadovoljen pogoj za vzpostavitev in ohranjanje (uspešnega) partnerskega odnosa (Murray in Holmes, 2011).

Mehanizem razreševanja tega konflikta sta avtorja (Murray in Holmes, 2009) imenovala *soodvisni um* (angl. *interdependent mind*). Gre za intrapsihični regulatorni mehanizem, ki na kognitivni, emocionalni in vedenjski ravni pomaga posameznikom pomaga uravnati razdaljo do partnerja preko dveh osnovnih algoritmov; pravila približevanja, tj. če je partner sprejemajoč, potem se mu približaj (angl. *If*

<sup>2</sup> Raziskovalci (prim. Braiker in Kelley, 1979; Holmes 2002) razlikujejo tri ravni, na katerih v partnerskih odnosih poteka socialna koordinacija: področje vsakodnevnih življenjskih nalog (npr. delitev skrbi za otroke), osebnih preferenc in osebosti (npr. usklajevanje različnih težnj introvertnega in ekstravertnega partnerja) in odnosnih ciljev (npr. kako ekskluziven je partnerski odnos).

*partner accepting, then connect.*) in pravila oddaljevanja, tj. če je partner zavračajoč, potem se zavaruj (angl. *If partner rejecting, then self-protect.*). Delovni model soodvisnega uma obsega tudi posameznikovo vedenje o načinih doseganja zaželenega odzivnega vedenja s strani partnerja, torej načinih motiviranja partnerja, da bo namesto skrbi za lastne interese izbral soodvisno vedenje (Murray in Holmes, 2009, 2011). Termin soodvisno vedenje označuje vedenje partnerja, ki je nasprotno samozaščitniškemu vedenju ali skrbi za lastne potrebe, tj. vedenje, ki je v korist drugemu partnerju. To vedenje potem omogoči vzajemno odzivno vedenje obeh partnerjev, saj v nasprotnem primeru na skrb za lastne potrebe prvega partnerja drugi partner reagira s samozaščitnim vedenjem, posledično pa se možnosti za ohranitev odnosa krčijo (Murray in Holmes, 2011; Murray, Holmes idr., 2006).

## **::PARTNERSKI ODNOSI SO OGROŽAJOČI ZA POSAMEZNIKOVO BLAGOSTANJE: ZALJUBLJENOST IN ZAUPANJE KOT INHIBITORJA ZAVEDANJA ŠKODE**

Hkrati s poglobljanjem intimnega odnosa raste tudi grožnja psihološko intenzivno negativne izkušnje zavrnitve s strani partnerja in posledično motiv posameznika po samozaščiti (Jaremka, Bunyan, Collins in Sherman, 2011; Kelley, 1979; Leary in Baumeister, 2000; Menaghan in Lieberman, 1986). Avtorji teorije soodvisnosti se slikovito sprašujejo, »kako ljudje sploh najdemo pogum« (Murray, Holmes idr., 2006: 641), ki je potreben za ljubezenski odnos: biti v odnosu je za psihološko blagostanje visoko tvegano, kar nakazujejo tudi visoke korelacije med zavrnitvijo s strani partnerja v primeru razveze zakonske zveze in pojavom depresije (Menaghan in Lieberman, 1986; Merikangas, 1984).

Osnovna premisa, na kateri je zgrajen model reguliranja groženj (Murray, Holmes idr., 2006) predpostavlja, da zahtevajo soodvisni socialni odnosi obstoj regulatornega mehanizma, ki na kognitivni, emocionalni in vedenjski ravni uravnava konflikt med samovarovalnimi težnjami posameznika ter motivi po vzpostavljanju in ohranjanju intimnih socialnih odnosov (Murray, Holmes idr., 2006). Grožnja posameznikovi dobrobiti je torej inherentna vzpostavljenemu partnerskemu odnosu (Murray in Holmes, 2011), težnje po samozaščiti so posledično dominantne (Murray in Holmes, 2009). Da bi posamezniki lahko oblikovali in ohranjali partnerske odnose, mora delovni model soodvisnega uma obsegi mehanizme, ki te težnje omejujejo.

V začetnem obdobju partnerskega odnosa težnje po samozaščiti omejuje zaljubljenost. Strah pred zavrnitvijo je namreč še posebej akuten v začetnih obdobjih partnerskega odnosa, ko oseba še nima vedenja o partnerjevih preferencah in ciljih (Holmes in Rempel, 1989). Ker predstavljajo začetne interakcije med partnerjema situacije z visoko mero tveganja, obstaja posledično močna težnja partnerjev po samozaščiti (Murray in Holmes, 2009). Ker je težnja po samozaščiti v osnovi težnja po povečevanju razdalje med partnerjema, lahko ta sploh prepreči razvoj stabilnega partnerskega odnosa (Holmes in Rempel, 1989). Posledično mora delovni model

soodvisnega uma obsegati mehanizem, ki omeji posameznikovo težnjo po samozaščiti in omogoči, da se skozi realne izkušnje oblikuje stabilna raven zaupanja v partnerjevo zavezanost odnosu (Murray in Holmes, 2009). Nadomestilo občutenju zaupanja v partnerja v začetnem obdobju odnosa avtorji tega modela vidijo v strastni ljubezni oz. v občutkih zaljubljenosti<sup>3</sup> (Murray, Holmes idr., 2006).

Zaupanje se v fazi zaljubljenosti kaže kot impulzivna težnja po približevanju partnerju (Holmes in Rempel, 1989; Murray in Holmes, 2011; Murray idr., 2010). To je omogočeno preko doživljanja nagrajujočih interakcij v situacijah socialne koordinacije (tj. situacij, ki zahtevajo usklajevanje med potrebami in željami obeh partnerjev). Zaljubljeni partnerji namreč primarno preferirajo skupne dejavnosti namesto individualnega zadovoljevanja lastnih interesov (Kelley, 1979). Tako zaljubljen par več časa kot kasneje v odnosu nameni seksualnim aktivnostim (Klusmann, 2002), ki preko izločanja hormona oksitocina omogočajo oblikovanje navezanosti med partnerjema podobno, kot se to dogaja v odnosu med materjo in otrokom (Diamond, 2004). V začetnem obdobju odnosa partnerja veliko časa preživita v medsebojnem raziskovanju novih skupnih aktivnosti, kar vodi v zadovoljujoče občutenje širitve self koncepta preko doživljanja samoučinkovitosti na novih področjih delovanja in posledično se oblikovanje odnosa krepi (Aron in Aron, 1986; Aron, Paris in Aron, 1995). Nenazadnje pa spoznavanje novega partnerja vzpostavlja kontekst, v katerem samopredstavljanje (lahko) poteka na način selektivnega pozitivnega samorazkrivanja, to pa ponovno omogoča krepitev odnosa zaradi implicitnega asociiranja partnerja s pozitivnimi občutki (Altman in Taylor, 1973; Brickman, 1987). Zaljubljena partnerja tako čutita največje zadovoljstvo ob opisanih aktivnostih in tako ne premoreta sebičnih teženj, ki bi v kontekstu koordinacijskih dilem preferirale samostojne aktivnosti (Kelley, 1979).

Analize interakcij med partnerjema tekom let odnosa kažejo prehod od situacij, ki jih zaznamuje večja verjetnost za pozitivne izide pri obeh partnerjih (zaljubljenost vedno daje prednost skupnim aktivnostim pred zadovoljevanjem individualnih želja), k situacijam, kjer zadovoljevanje interesov enega partnerja preprečuje zadovoljevanje potreb drugega (Huston, Caughlin, Houts, Smith in George, 2001; Huston in Vangelisti, 1991). Gre torej za prehod od teženj obeh partnerjev po približevanju k dilemam med težnjami približevanja ali oddaljevanja partnerju (McNulty in Karney, 2004). Tako postane presojanje o upravičenosti zaupanja v odzivnost partnerja zavestno relevantno in s tem se poveča vedenje, ki je skladno s pravili soodvisnega uma za presojanje upravičenosti zaupanja v partnerjevo odzivnost (Holmes in Rempel, 1989). Odsotnost dvomov v partnerjevo odzivnost kot posledica

<sup>3</sup> Meritve s funkcionalno magnetno resonanco so pokazale, da predstavlja zaljubljenost na nevrološki ravni stanje podobno zasvojenosti s kokainom (Aron, Norman, Aron, McKenna in Heyman, 2000): že slikovna podoba partnerja pri zaljubljenih osebah aktivira dopaminergični nagrajevalni sistem in inhibira področja, povezana z zaznavanjem strahu in občutljivostjo na kaznovanje (Bartels in Zeki, 2000). Na ta način stanje zaljubljenosti omogoča inhibicijo samozaščitniškega vedenja, aktivira približevanje partnerju (Reis in Aron, 2008) in posledično omogoča oblikovanje navezanosti med partnerjema (Fisher, Aron in Brown, 2005; Fisher, Aron, Mashek, Li in Brown, 2002).

zaljubljenosti v prvih fazah odnosa (Murray, Holmes idr., 2006) zamenja potreba po zavestni, kritični oceni verjetnosti partnerjevega pozitivnega odzivnega vedenja – tj. zaupanje postane odločitev (Murray in Holmes, 2011).

Verjetnost, da bo partner našel drugo osebo, ki jo bo dojemal kot boljšo izbiro, ni nikoli nična. Ker so posamezniki nenehno v kompetitivnem iskanju primernejših partnerjev (Gangestad in Simpson, 2000), posledično osebe ne morejo biti nikoli prepričane v partnerjevo popolno zavezanost (Jaremka idr., 2011; Murray in Holmes, 2011). Da bi bilo še vedno mogoče oblikovati stabilen odnos, morajo osebe nujno oblikovati iracionalno verjetje, da si partner ne more predstavljati boljšega partnerja od njih samih (Murray in Holmes, 2008; Murray idr., 2009; Tooby in Cosmides, 1996). Verjetje v lastno nenadomestljivost daje osebi občutek gotovosti, da bo partner v kriznih situacijah odziven (Murray in Holmes, 2011), in tako predstavlja razrešitev adaptivnega problema o upravičenosti izpostavljanja nevarnosti zavrnitve s strani partnerja, ki lahko končno ogrozi tudi preživetje in prenos genov (Reis idr., 2004; Tooby in Cosmides, 1996).

Zaupanje kot osrednji koncept v modelu soodvisnega uma raziskovalcev Murray in Holmesa (2009, 2011) tako predstavlja posameznikovo verjetje, da je v očeh partnerja poseben in nenadomestljiv. Na tej podlagi potem oseba oblikuje zaupanje, da je partner odnosu zavezan (Murray in Holmes, 2011). Je kazalec tega, kdaj se je varno partnerju približevati in kdaj se je bolje pred potencialno zavrnitvijo zavarovati (Cavallo, Fitzsimons in Holmes, 2009; Murray, Holmes idr., 2006).

## **::ZARADI POTENCIALNIH MANIPULATIVNIH TEŽENJ PARTNERJA OBSTAJA POTREBA PO PREVERJANJU UTEMELJENOSTI ZAUPANJA**

Posamezniki so zainteresirani za oblikovanje ocene o partnerjevi pripravljenosti za pozitivno odzivno vedenje v prihodnosti. Verjetje v njegovo zavezanost odnosu, tj. zaupanje v partnerja, osebe oblikujejo na podlagi partnerjevih spontanizrazov ljubezni in zavezanosti (Holmes in Rempel, 1989) ter njegovi pripravljenosti za deljenje intimnih vsebin (Collins in Miller, 1994); bolj kot partner telesno izraža naklonjenost, je verbalno podporen in odprto izraža svoje odobravanje (Murray, Derrick, Leder in Holmes, 2008), višjo stopnjo zaupanja oseba razvije.

Vendar partnerjeve deklarativne izjave zavezanosti in njegovo manifestno vedenje niso nujno odslikava njegovih resničnih namenov: partner se lahko svojih resničnih občutkov in motivov ne zaveda (Wilson, 2002), lahko zavestno omejuje izražanje resničnih čustev zaradi strahu pred zavrnitvijo ali iz želje po biti prijazen in olikan (Murray, Holmes idr., 2006), nenazadnje pa lahko različne evolucijske strategije obeh spolov vodijo v manipulativno vedenje z namenom doseganja želene odzivnosti partnerja (Haselton in Buss, 2000).

Osebe se zato pri oblikovanju ocene o utemeljenosti zaupanja v partnerja poslužujejo naslednjih proceduralnih pravilih delovnega modela soodvisnega uma (Murray in Holmes, 2011):

*Proceduralno pravilo: Če se partner žrtvuje zame, potem mu lahko zaupam.* Najboljši indikator partnerjeve zavezanosti in njegove pripravljenosti za pozitivno odzivno vedenje je njegovo dejansko ravnanje v realnih situacijah (Murray in Holmes, 2011). V kolikor so posamezniki priča partnerjevemu žrtvovanju svojih interesov za dosego njihovih interesov ali njegovi pripravljenosti, da oprostí njihove napake, to signalizira, da partner čuti veliko mero zavezanosti odnosu in da mu je upravičeno zaupati (Wieselquist, Rusbult, Foster in Agnew, 1999). Zaznavanje partnerja kot odzivnega v tovrstnih situacijah velikega rizika celo napoveduje zadovoljstvo v odnosu po času petih let (Markman, 1979, 1981).

*Proceduralno pravilo: Če partner ceni moje lastnosti, potem mu lahko zaupam.* Posamezniki nenehno preverjajo, kako njihove specifične značilnosti ocenjuje njihov partner, saj to predstavlja indikator vrednosti, ki jo imajo za partnerja (Murray, Holmes, Dolderman in Griffin, 2000). Ocena lastne vrednosti v očeh partnerja je pomembna, saj je povezana z verjetnostjo ohranitve partnerskega odnosa: če so lastnosti posameznika s strani partnerja visoko cenjene, je manjša verjetnost, da bo partner razdril vzpostavljen odnos in iskal drugega potencialnega partnerja (Murray, Holmes, Griffin, Bellavia in Rose, 2001).

*Proceduralno pravilo: Če sem izenačen v vrednosti s partnerjem, potem mu lahko zaupam.* V skladu s teorijo socialne izmenjave (Thibaut in Kelley, 1959) se predpostavlja, da posamezniki implicitno razumejo principe pravične izmenjave (angl. *fair-trade principle*) tudi na področju partnerskih izbir in da posledično prilagodijo izbiro zelenega partnerja zaznavanju lastne socialne vrednosti (angl. *social net worth*) (Montoya, 2008; Murstein, 1970). Empirično so raziskave (Campbell, Simpson, Kashy in Fletcher, 2001; Murray, Holmes in Griffin, 1996a; Murray, Holmes in Griffin, 1996b) potrdile, da imajo posamezniki z nižjo samopodobo<sup>4</sup> tudi nižja pričakovanja glede privlačnosti svojih potencialnih partnerjev, medtem ko posamezniki z visoko samopodobo izbirajo bolj privlačne potencialne partnerje. Primerjanje lastne socialne vrednosti s partnerjevo pa poteka tudi znotraj že vzpostavljenega odnosa. Tako posamezniki, ki sebe dojemajo kot tistega, ki v partnerski odnos prinaša manj kvalitet, poročajo o nižji stopnji zaupanja v partnerjevo naklonjenost in zavezanost (Murray idr., 2005), medtem ko je zaznavanje podobnosti med partnerjema močan prediktor medosebne privlačnosti (Bersheid in Reis, 1998), saj posamezniki podobnost uporabljajo kot indikator izenačenosti v socialni vrednosti in torej posledično pričakujejo partnerjevo zavezanost odnosu (Condon in Crano, 1988).

*Proceduralno pravilo: Če sem boljši/-a od partnerjevih alternativ, potem mu lahko zaupam.* Na podlagi dinamike pravične socialne izmenjave (Thibaut in Kelley, 1959) posamezniki, tudi ko so že v odnosu, primerjajo zaznано lastno (socialno) vrednost s privlačnostjo partnerjevih potencialnih izbir (Murray idr., 2009). Ker je partnerjeva zavezanost omejena s privlačnostjo alternativ obstoječemu odnosu (Rusbult in

<sup>4</sup> Dojemajo se npr. kot manj inteligentni in manj fizično privlačni od večine ostalih ljudi (Campbell idr., 2001; Murray idr., 1996a; Murray idr., 1996b).



Van Lange, 2003), je verjetje, da posameznikove lastne pozitivne karakteristike presegajo privlačnost alternativnih izbir, povezano z večjo mero zaupanja v partnerjevo zavezanost, saj to pomeni, da je posameznik težje zamenljiv (Murray idr., 2009).

*Proceduralno pravilo: Če je partner omejen v izbirah, potem mu lahko zaupam.* V zavezanost partnerja in njegovo pripravljenost na soodvisno vedenje posamezniki lažje zaupajo, v kolikor zaznavajo pri partnerju zadržke pred razdorom odnosa (Murray in Holmes, 2011). Tovrstne omejitve v težnjah po prekinitvi obstoječega odnosa in iskanju potencialnega novega partnerja lahko predstavljajo določene osebnostne značilnosti, kot je potreba po čustveni podpori (Drigotas in Rusbult, 1992); zmanjševanje lastne spolne privlačnosti z vidika potencialnih novih partnerjev (Rusbult, Martz in Agnew, 1998); kulturno pogojeno neodobravanje ločitev zakonskih zvez (Levinger, 1980) in število skupnih otrok (Murray in Holmes, 2011). Posamezniki lahko tudi aktivno delujejo, da bi partnerja omejili v njegovih izbirah in s tem povečali njegovo zavezanost odnosu ter si zagotovili, da bo partner še naprej zadovoljeval njihove potrebe: lahko povečujejo partnerjevo instrumentalno in čustveno odvisnost od njih samih na način, da ga odtujujejo od njegove prijateljske mreže, si na drugi strani prizadevajo, da postanejo njegovi prijatelji skupni (Murray in Holmes, 2011), ali pa si prizadevajo predstaviti potencialne nove partnerje v slabši luči (Simpson, 1987).

## **::POZITIVNE ILUZIJE KOT POGOJ ZA OHRANITEV PARTNERSKEGA ODNOSA**

Proceduralna pravila delovnega modela soodvisnega uma osebi pomagajo pri odgovarjanju na vprašanje o utemeljenosti vzpostavljene ravni zaupanja v partnerjevo pozitivno odzivnost v prihodnosti (Murray in Holmes, 2009, 2011). Ker je prihodnje vedenje partnerja v osnovi nepredvidljivo, predstavlja zaupanje odgovor na vprašanje, ki ne more biti nikoli z gotovostjo odgovorjeno: verjetje oseb, da jim bo partner v prihodnosti vedno stal ob strani, je tako primerljivo z religioznim občutkom vere v boga (Brickman, 1987).

Gotovost v obliki popolnega zaupanja torej nikoli ni racionalno utemeljena, kar hkrati pomeni, da je tudi trenutna raven zaupanja v partnerja v osnovi le delno osnovana v realnem vedenju partnerja. Iz tega še naprej sledi, da občutijo osebe visoko raven zaupanja v partnerja samo v primeru, da v določeni meri ignorirajo avtomatične zaznave delovnega modela soodvisnega uma glede utemeljenosti zaupanja v partnerja na način, da uspejo prezreti vsaj nekatera vedenja partnerja, ki bi lahko ogrožala že vzpostavljeno zaupanje (Holmes in Rempel, 1989). Brez tovrstnega ravnanja bi bilo stabilno soodvisno delovanje para onemogočeno, saj bi ga konstantno prekinjale situacije upada zaupanja in dvomov v vzpostavljen odnos (Arriaga, 2001).

*Ohranjanje stabilne ravni zaupanja v partnerjevo odzivno vedenje v prihodnosti je omogočeno s pozitivnimi iluzijami.* Da bi posameznik lahko uspešno uravnaval vedenje do partnerja, mora biti zaznana raven partnerjeve zavezanosti relativno stabilna.

V kolikor oseba nima stabilne ocene o partnerjevi zavezanosti, bo vsaka nezadovoljenost še tako minorne potrebe s strani partnerja vodila v resne dvome o nadaljevanju partnerskega odnosa (Murray in Holmes, 2009, 2011). Popolno pozitivno odzivno vedenje s strani partnerja je v realnem življenju nerealno pričakovati, zato soodvisni um z namenom doseganja stabilnosti občutka zavezanosti (kljub občasni oškodovanosti osebe zaradi neodzivnosti partnerja) teži k nerealno visoki oceni partnerjeve zavezanosti (Brickman, 1987). Z drugimi besedami, občutek zavezanosti deluje kot vnaprej določen odgovor na skrbi o potencialni neodzivnosti partnerja, ki se ohranja s pomočjo nerealne ocene partnerjevega dejanskega odzivanja (Murray in Holmes, 2009). Na ta način osebe kompenzirajo primanjkljaje v zadovoljevanju svojih potreb in želja (angl. *costs*), ki jih s sabo nujno prinese vzpostavljen partnerski odnos (Johnson in Rusbult, 1989; Murray, 1999; Murray idr., 2009; Rusbult in Van Lange, 2003).

Osebe tako ne zaznajo partnerjevega neodzivnega vedenja (Balcetis in Dunning, 2007), znižujejo pomembnost zaznane partnerjeve neodzivnosti (Murray in Holmes, 1999) in zaznavajo partnerja bolj pozitivno kot njuni znanci (Murray, Holmes, Dolderman idr., 2000) in celo kot partner sam (Murray idr., 1996a).

T.i. pozitivne iluzije o partnerju, evidentirane empirično tudi transkulturno (prim. Endo, Heine in Lehman, 2000), torej omogočajo, da osebe ohranijo visoko raven zadovoljstva z obstoječim partnerskim odnosom (Murray idr., 1996a) kljub partnerjevim resnim vedenjskim in osebnostnim šibkostim (Arriaga, Slaughterbeck, Capezza in Hmurovic, 2007). Učinek je dolgoročen, saj je bil ugotovljen tudi v 13 let trajajočih partnerskih odnosih (Miller, Niehuis in Huston, 2006).

Pozitivne iluzije o partnerskem odnosu kot celoti, torej dojemanju lastnega odnosa kot superiornega napram drugim odnosom, kažejo tudi, da je ta nerealno visoka ocena lastnega odnosa v visoki korelaciji tako z izraženo mero zavezanosti temu odnosu kot tudi pomemben prediktor trajanja partnerskega odnosa (Martz idr., 1998; Rusbult, Van Lange, Wildschut, Yovetich in Verette, 2000; Van Lange in Rusbult, 1995).

*Ker partnerski odnos nujno omejuje avtonomijo posameznikov, nam pozitivne iluzije omogočijo, da vidimo partnerja kot teh omejitev vrednega.* Partnerja se z vstopom v odnos odpovesta deležu lastne avtonomije: prepustita se življenju, kjer »ne moreta več delati točno tega, kar bi želela sama, ko bi to želela, /.../ ne moreta ubežati občutku, da ju kdaj njuno skupno življenje omejuje« (Murray in Holmes, 2011: 121).

Soodvisnost v odnosu in torej pripravljenost partnerjev zadovoljevati potrebe drugega nujno vodi do omejevanja avtonomije posameznikov (Kelley idr., 2003). Osebna svoboda posameznika je omejena s samo strukturo soodvisnosti (Clark in Grote, 1998): posameznik čuti škodo tako zaradi zadovoljevanja partnerjevih potreb na račun zadovoljevanja svojih kot tudi zaradi posledic, ki jih ustvarja že sama partnerjeva prisotnost in njegovo aktivno zadovoljevanje lastnih potreb. Vsak, še tako dobronameren partner, torej omejuje svobodo in avtonomijo drugega. Murray in Holmes (2011) celo predvidevata, da je omejitev avtonomije največja v zadovo-

ljujočih partnerskih odnosih: delovni model soodvisnega uma namreč ob čutenju zadovoljstva v odnosu reagira z željo po še večji bližini, to pa vedno vodi v še večje omejevanje svobode in avtonomije obeh partnerjev.

Ker po drugi strani doživljanje omejitev osebne avtonomije znižuje raven zadovoljstva v odnosu in preprečuje razvoj zavezanosti odnosu (Murray in Holmes, 2011), delovni model soodvisnega uma ob vsaki grožnji avtonomije pri posamezniku avtomatično aktivira zaznavo partnerja kot te izgube vrednega, kar posledično ohranja visoko raven zavezanosti odnosu (Holmes in Rempel, 1989; Kelley idr., 1983; Taylor in Gollwitzer, 1995). Raziskovalka Murray je s sodelavci (Murray idr., 2009) ugotovila, da osebe cenijo partnerjeve lastnosti tem bolj, bolj jih njegovo vedenje omejuje. Bolj dosledno posamezniki kompenzirajo občutek izgube avtonomije s tovrstnimi obrambnimi razlagami, bolj so z odnosom zadovoljni (prav tam). Ker potencialni drugi partnerju ogrožajo trenutni odnos (Rusbult, 1983), osebe aktivno zanikajo željo po drugih partnerjih in hkrati celo najbolj privlačne potencialne partnerje zaznavajo kot manj privlačne (Johnson in Rusbult, 1989).

## **::DINAMIKA TEŽENJ PO AVTONOMIJI IN PO PRIPADNOSTI V TEORIJI SOODVISNOSTI**

Preden predstavimo kako dejavnik samospoštovanja predružači posameznikovo intrapsihično doživljanje in interpersonalno vedenje, najprej še povzemamo ključne ugotovitve opravljene analize:

Teorija soodvisnosti izhaja iz predpostavke, da je *izguba osebne avtonomije inherentna sami naravi soodvisnosti* (Clark in Grote, 1998): posameznik plačuje ceno izgube avtonomije i) zaradi zadovoljevanja partnerjevih potreb na račun zadovoljevanja svojih; ii) zaradi posledic, ki jih ustvarja že sama partnerjeva prisotnost, kot tudi iii) zaradi partnerjevega zadovoljevanja njegovih lastnih potreb. Pripravljenost partnerjev zadovoljevati potrebe drug drugega torej nujno vodi v omejitve njune avtonomije (Kelley idr., 2003).

Omejitev avtonomije je največja v zadovoljujočih partnerskih odnosih. Bolj je partner dobronameren, bolj omejuje svobodo in avtonomijo drugega. Delovni model soodvisnega uma namreč ob čutenju zadovoljstva v odnosu reagira z željo po še večji bližini, to pa vedno vodi v še večje omejevanje svobode in avtonomije obeh partnerjev (Holmes in Murray, 2011).

*Pozitivne iluzije imajo funkcijo racionalizacije stroškov izgube avtonomije partnerjev v vzpostavljenem partnerskem odnosu.* Ker doživljanje omejitev osebne avtonomije znižuje raven zadovoljstva v odnosu in preprečuje razvoj zavezanosti odnosu (Murray in Holmes, 2011), delovni model soodvisnega uma ob vsaki grožnji avtonomije pri posamezniku avtomatično aktivira percepcijo partnerja kot te izgube vrednega (Holmes in Rempel, 1989; Kelley idr. 1983; Taylor in Gollwitzer 1995). Bolj kot osebe cenijo partnerjeve lastnosti, bolj njegovo vedenje predstavlja zanje večje omejitve avtonomije (Murray idr., 2009), hkrati pa osebe tudi aktivno zanika-

jo željo po drugih partnerjih in celo najbolj privlačne potencialne partnerje zaznavajo kot najmanj privlačne (Johnson in Rusbult, 1989).

*Normativno vedenje oseb v partnerskem odnosu je obrambno.* Posamezniki težijo k zaznavah, ki imajo namen ohraniti videnje podobnosti med partnerjema in s tem doživljanjem njih samih kot vrednih partnerjeve naklonjenosti. Posamezniki tako sebe zaznavajo kot podobno fizično privlačne, kot je partner, tudi v primeru, da to ni tako (Feingold, 1988), in podajajo nerealno visoke ocene medosebne podobnosti tudi na področjih vrednot, osebnosti značilnosti in občutenjih (Murray, Rose, Bellavia, Holmes in Garrett Kusche, 2002). Ko se zaznavanju večjih razlik v določeni sposobnosti v prid partnerju ne morejo izogniti, pa to dojamejo kot možnost konstruktivnega dopolnjevanje partnerjev namesto tega, da bi sebe videli kot oviro razvoju bolj sposobnega partnerja (Beach, Whitaker, Jones in Teser, 2001). Posamezniki lahko tudi zavestno delujejo v smeri omejevanja partnerjevih izbir z namenom povečevanja njegove zavezanosti odnosu (in preko tega povečevanja verjetnosti, da bo partner še naprej zadovoljeval njihove potrebe): tako lahko posamezniki povečujejo partnerjevo instrumentalno in čustveno odvisnost od njih samih na način, da ga odtujujejo od njegove prijateljske mreže; si na drugi strani prizadevajo, da postanejo njegovi prijatelji skupni (Murray in Holmes, 2011) ali si prizadevajo postaviti potencialne nove partnerje v slabši luči (Simpson, 1987). Da bi posameznik postal bolj privlačen od partnerjevih alternativ, lahko sebe predstavlja kot tistega, ki partnerju nudi to, kar mu alternativni partnerji verjetno ne bi mogli (Murray in Holmes, 2011).

## **::RAZREŠEVANJE ANTAGONIZMOV MED TEŽNJAMI PO AVTONOMIJI IN TEŽNJAMI PO PRIPADNOSTI: DEJAVNIK SAMOSPOŠTOVANJA**

Če sprejmemo predpostavko teorije soodvisnosti, da je izguba avtonomije inherentna sami naravi soodvisnosti in je celoten model soodvisnega uma osnovan na vprašanju o tem, zakaj ob nujnih grožnjah lastne dobrobiti posamezniki sploh želijo vstopiti v odnos in kako se v odnosu varujejo pred izkoriščanjem, je razumljivo, da znotraj te teoretične perspektive ni najti razmišljanj o strategijah razreševanja antagonistične dinamike preučevanih teženj. Posamezniki namreč ohranjajo lastno avtonomijo skozi odklanjanje vzpostavljanja partnerskega odnosa ali pa se v vzpostavljenem partnerskem odnosu nujno odrečejo pomembnemu deležu avtonomije (pri čemer jim pomagajo strategije delovnega modela soodvisnega uma, kot je npr. oblikovanje pozitivnih iluzij, ki potem naredijo partnerja vrednega izgube avtonomije).

Tovrstno normativno doživljanje in delovanje posameznika v partnerskem odnosu torej ne predpostavlja možnosti zadovoljenosti obeh vrst teženj. Ker pa se je znotraj teorije soodvisnega uma kot ključen dejavnik (ne)uporabe pravil delovnega modela soodvisnega uma izpostavilo posameznikovo samospoštovanje, ki ga avtorji vidijo tudi kot ključen dejavnik (ne)uspešnosti zadovoljevanja potreb po pripadnosti (prim. Murray, Bellavia, Rose in Griffin, 2003), lahko razmislek o razlikah v

doživljanju in delovanju posameznikov z visokim napram posameznikom z nizkim samospoštovanjem pomaga odgovoriti na vprašanje, zastavljeno v podnaslovu. Namreč, ker v osnovi visoko spoštovanje omejuje delovanje modela soodvisnega uma (katerega primarne težnje so v funkciji samozaščite in torej odmikanja od partnerja), to pomeni, da posamezniki z visokim samospoštovanjem niso v visoki meri obrambno naravnani. Iz tega izhaja vprašanje vzrokov in posledic odsotnosti (nujnosti) samovarovalnih teženj in potencialne implikacije za (obstoj in razreševanje) antagonistične dinamike teženj po avtonomiji in pripadnosti v partnerskih odnosih. Pojavi se namreč možnost, da osebe z visokim samospoštovanjem zaradi nizko izražene potrebe po samozaščiti konflikta med težnjami po avtonomiji in težnjami po pripadnosti ne čutijo oz. ga čutijo le v manjši meri. V nadaljevanju predstavljam ugotovitve raziskav, ki so preučevale intrapsihično doživljanje in interpersonalno vedenja oseb z različno mero samospoštovanja.

V primeru zavestnih dvomov v partnerjevo odzivnost osebe z nizkim samospoštovanjem avtomatično reagirajo s samozaščitnimi težnjami po umiku iz odnosa (Murray, Griffin, Rose in Bellavia, 2006), medtem ko se v istem primeru osebe z visokim samospoštovanjem vedenjsko avtomatično odzovejo s težnjami po približevanju partnerju, kar še poglobi in zavaruje obstoj odnosa (Murray idr., 2002). Primarna težnja delovnega modela soodvisnega uma je samozaščita, kar ob zavrnitvi v nasprotju z iskanjem bližine s partnerjem vodi v izogibanje bolečine in s tem izogibanju izpostavljanja riziku zavrnitve. Osebe, ki čutijo manj zaupanja v partnerja, se tako izpostavljajo večji verjetnosti dejanske izgube v situacijah konfliktnih interesov kot tudi večji možnosti za doživljanje psihološke bolečine ob zavrnitvi (Holmes in Rempel, 1989; Murray, Griffin idr., 2006). Osebe z nizkim zaupanjem npr. ob spominskem priklicu preteklih izkušenj zavrnitve s strani partnerja reagirajo z zaznavanjem trenutnega partnerjevega vedenja kot bolj zavračajočega, kar je nasprotno od vedenja oseb z visokim zaupanjem v partnerja, ki se odzovejo z doživljanjem partnerjevega vedenja kot bolj sprejemajočega (Holmes in Rempel, 1989).

Osebe z nizkim samospoštovanjem pri oblikovanju vtisa o partnerjevem mnenju o njih samih ne morejo ubežati vplivu lastne nizke samopodobe: lastno negativno mnenje jim preprečuje, da bi verjeli v pozitivno mnenje partnerja glede njihovih značilnosti (Kenny, 1995; Murray, Holmes in Griffin, 2000). Kronično pričakovane zavrnitve s strani partnerja jih dela hipersenzitivne na znake zavrnitve, tako da partnerjevemu vedenju nenehno pripisujejo negativne namere (Downey in Feldman, 1996). Težko verjamejo, da partner ceni njihove kvalitete, razloge za slabo razpoloženje partnerja pripisujejo sebi (Bellavia in Murray, 2003; Murray idr., 2003; Murray idr., 2002) in na splošno podcenjujejo intenziteto partnerjeve naklonjenosti (Murray idr., 2001). Sebe pogosto vidijo kot manj uspešne od partnerja, kar vodi v upad zaupanja v partnerjevo odzivnost (Murray in Pinkus, 2008).

Osebe z nizkim samospoštovanjem zaradi prevladujočih teženj po samozaščiti iniciirajo vedenje, ki vodi v resnejše partnerske težave (Gottman, 1994). Nagnjenost k zaznavanju groženj ima sicer varovalno funkcijo (Pietrzak, Downe in Ayduk,

2005), saj hipersenzitivizacija na znake potencialne zavrtnitve poveča verjetnost, da se bo oseba izognila tovrstnim situacijam (Lang, Bradley in Cuthbert, 1990; Mineka in Sutton, 1992). Vendar so pričakovanja oseb z nizkim samospoštovanjem pogosto samouresničuječa – ravno njihova negativna pričakovanja povzročajo več neodzivnega vedenja in več negativnega vrednotenja njih samih in partnerskega odnosa s strani njihovih partnerjev (Murray idr., 2003; Murray idr., 1996b).

Visoka raven samospoštovanja osebam omogoča, da ignorirajo signale soodvisnega uma o neutemeljenosti zaupanja v partnerja: ker verjamejo, da premorejo lastnosti, zaradi katerih jih drugi resnično cenijo in hkrati želijo ohranjati odnose z njimi, lahko občasne znake o nasprotnem enostavno prezrejo (Murray in Holmes, 2011). Njihovo vedenje torej ni obrambno, kot je to v primeru samovarovalnih teženj oseb z nizkim samospoštovanjem. To pomeni, da pogosto ignorirajo pravila soodvisnega uma o utemeljenosti zaupanja v partnerja. Ker npr. redko uporabljajo pravilo o povezavi zaupanja v partnerja z doživljanjem lastne (več)vrednosti (»Če sem boljši od partnerja, potem mu zaupam.«), doživljanje, da so manj uspešni od partnerja, ne vpliva na upad zaupanja v partnerjevo odzivnost (Murray in Pinkus, 2008), prav tako pa v primeru videnja sebe kot najboljše možne partnerjeve izbire ne reagirajo s povečano ravno zaupanja v partnerjevo odzivnost, kot to obrambno storijo osebe z nizkim samospoštovanjem (Murray idr., 2009).

Osebe z visokim samospoštovanjem pri zaznavanju področij, ki jih partner pri njih samih ceni, nimajo težav in posledično bolj realno, kot je to primer pri osebah z nizkim samospoštovanjem, zaznavajo partnerjevo mnenje o njihovih osebnih kvalitetah (Murray, Holmes, Griffin idr., 2000). Posamične situacije zavrtnitev oseb z visokim samospoštovanjem ne prizadenejo v tolikšni meri zato, ker teh dogodkov ne dojemajo kot pomembnih za oceno utemeljenosti globalnega zaupanja v partnerja (Murray idr., 2003).

Predstavljene razlike doživljanj in vedenj posameznikov z nizkim oz. posameznikov z visokim samospoštovanjem kažejo na možnost, da te razlike vplivajo tudi na doživljanje antagonistične narave teženj po avtonomiji in po pripadnosti.

Če namreč v skladu z ugotovitvami predvsem s področja klinične psihologije (prim. Žvelc, 2011) predpostavim, da je samospoštovanje inherentno povezano z avtonomijo na način, da pomanjkanje občutka lastne vrednosti osebe z nizkim samospoštovanjem dela neavtonomne oz. odvisne zaradi njihovih velikih potreb po potrditvah lastne vrednosti s strani drugih ljudi, se s tem potencialno generira tudi doživljanje konfliktnosti dinamike med težnjami po avtonomiji in po pripadnosti. V kolikor namreč osebe z nizkim samospoštovanjem čutijo, kako pomembna je zanje partnerjeva prisotnost, se temu pridružuje tudi občutek neavtonomnosti – zdi se torej, da je v njihovem doživljanju zadovoljitev teženj po pripadnosti (ki so povezana z občutenjem odvisnosti od partnerja) nasprotna zadovoljenosti teženj po avtonomiji (kot povezana s pomanjkanjem občutka lastne vrednosti in notranjega lokusa kontrole).

Še naprej se zdi, da zaradi dosledne uporabe pravil soodvisnega uma osebe z nizkim samospoštovanjem dodatno generirajo konfliktno partnersko dinamiko in s tem

tudi večajo stopnjo antagonizmov med obema preučevanima težnjama: njihova obrambna naravnost potencira videnje partnerja kot ogrožajočega za njihovo dobrobit in s tem verjetno tudi kot tistega, ki preprečuje doseganje njihove avtonomije. Še naprej lahko doživljanje posameznikov z nizkim samospoštovanjem, da je partner tisti, ki jim preko pozitivnih potrditev omogoča relativno visoko raven psihološke dobrobiti (ki je sami ne premorejo), vodi v večje skrbi glede zapustitve (nefunkcionalnega) odnosa. Ker je njihova psihološka stabilnost odvisna od potrditev, ki jih dobijo v kontekstu partnerskega odnosa, to nadalje vpliva na občutek pomanjkanja avtonomije, saj ne čutijo, da lahko odnos prekinejo. Posledično se še bolj ostro vzpostavi doseganje zadovoljenosti teženj po avtonomiji kot nasprotno zadovoljevanju teženj po pripadnosti.

Z drugimi besedami, posamezniki z nizkim samospoštovanjem doživljajo, da avtonomija v partnerskem odnosu ni mogoča, vendar pa zaradi občutenja močne odvisnosti od partnerja in torej primanjkljaja zadovoljenosti teženj po avtonomiji še vedno težijo k nefunkcionalnemu doseganju avtonomije v partnerskem odnosu, kar dodatno generira antagonistično dinamiko teženj po avtonomiji in teženj po pripadnosti med partnerjema. Nasprotno posamezniki z visokim samospoštovanjem partnerja ne vidijo kot ogrožajočega za njihovo psihološko stabilnost in dobrobit, iz česar lahko sledi, da pripadnost partnerskemu odnosu v njihovem doživljanju ne izključuje zadovoljenosti teženj po avtonomiji. Posledično antagonistična dinamika preučevanih teženj pri njih verjetno ni prisotna, saj znajo težnje po avtonomiji zadovoljevati v kontekstu partnerskega odnosa, torej ob zadovoljenih težnjah po pripadnosti.

## **::SKLEPI IN IMPLIKACIJE**

Predstavljene značilnosti interpersonalne dinamike partnerskih odnosov je mogoče povezati z značilnostmi osnovne socialne resničnosti po Černigoju (2002, 2007), s sekundarno funkcijo socialne interakcije po Bečaju (1997) in s sekundarnim nivojem socialne interakcije po Vecu (2006). Posameznikom torej socialno okolje predstavlja medij doseganja osebnih in skupinskih ciljev, kjer se skozi konfliktno odnose barantanja (Bečaj, 1997) vrši usklajevanje vedenj in doživljanj (Černigoj 2002, 2007). Vendar analize vpliva dejavnika samospoštovanja na doživljanje teženj po avtonomiji in po pripadnosti kažejo tudi na možnost doživljanja nekonfliktnosti teh teženj in posledično tudi (vsaj pomembnega dela) interpersonalne dinamike. To bi imelo pomembne implikacije za razumevanje odnosa med posameznikom in socialnim okoljem, kot ga razume večina socialnopsiholoških teorij. Kaže namreč na potrebo po prevpraševanju aktualnega razumevanja normativne (socialno) psihološke dinamike sodobne socialne psihologije z vidika osvetljevanja pomena mentalnega zdravja posameznikov za dinamiko socialne resničnosti in družbene realnosti kot takšne. Nadaljne raziskovanje dejavnika samospoštovanja v kontekstu socialne dinamike je zato vsekakor relevantno.

## ::LITERATURA

- Altman, I. in Taylor, D. A. (1973): *Social penetration: The development of interpersonal relationships*. Oxford: Holt, Rinehart and Winston.
- Aron, A. in Aron, E. N. (1986): *Love and the expansion of self: Understanding attraction and satisfaction*. New York: Hemisphere Publishing Corp/Harper & Row Publishers.
- Aron, A., Norman, C. C., Aron, E. N., McKenna, C. in Heyman, R. E. (2000): »Couple's shared participation in novel and arousing activities and experienced relationship quality.« V: *Journal of Personality and Social Psychology*, 78(2), str. 273–284.
- Aron, A., Paris, M. in Aron, E. N. (1995): »Falling in love: Prospective studies of self-concept change.« V: *Journal of Personality and Social Psychology*, 69(6), 1102–1112.
- Arriaga, X. B. (2001): »The ups and downs of dating: fluctuations in satisfaction in newly formed romantic relationships.« V: *Journal of personality and social psychology*, 80(5), str. 754.
- Arriaga, X. B., Slaughterbeck, E. S., Cappelz, N. M. in Hmurovic, J. L. (2007): »From bad to worse: Relationship commitment and vulnerability to partner imperfections.« V: *Personal Relationships*, 14(3), str. 389–409.
- Balcetis, E. in Dunning, D. (2007): »Cognitive dissonance and the perception of natural environments.« V: *Psychological Science*, 18(10), str. 917–921.
- Bartels, A. in Zeki, S. (2000): »The neural basis of romantic love.« V: *Neuroreport*, 11(17), str. 3829–3834.
- Beach, S. R. H., Whitaker, D. J., Jones, D. J. in Teser, A. (2001): »When does performance feedback prompt complementary in romantic relationships?« V: *Personal Relationships*, 8, str. 231–248.
- Bečaj, J. (1997): *Temelji socialnega vplivanja*. Ljubljana: Filozofska fakulteta.
- Bellavia, G. in Murray, S. L. (2003): »Did I do that? Self-esteem, related differences in reactions to romantic partners moods.« V: *Personal Relationships*, 10, str. 77–96.
- Bersheid, E. in Reis, H. T. (1998): »Attraction and close relationships.« V: Gilbert, D. T., Fiske, S. T. in Lindzey, G. (ur.): *Handbook of Social Psychology Vol. 2*. Boston, MA: McGraw-Hill, str. 193–281.
- Braiker, H. B. in Kelley, H. H. (1979): »Conflict in the development of close relationships.« V: Burgess, R. L. in Huston, T. L. (ur.): *Social Exchange in Developing Relationships*. New York, San Francisco, London: Academic Press, str. 135–168.
- Brglez, M. (2006): *Pomen nepozitivističnih epistemoloških in realističnih ontoloških predpostavk za osmišljanje mednarodnih odnosov in metodologije njihovega proučevanja* (Neobjavljena doktorska disertacija). Fakulteta za družbene vede, Ljubljana.
- Brickman, P. (1987): *Commitment, Conflict, and Caring*. Englewood Cliffs: Prentice Hall.
- Campbell, L., La Guardia, J. G., Olson, J. M. in Zanna, M. P. (ur.) (2012): *The Science of the Couple: The Ontario Symposium Vol. 12*. New York, London: Psychology Press, Taylor & Francis Group.
- Campbell, L. in Rubin, H. (2012): »Modelling dyadic processes.« V: Campbell, L., La Guardia, J. G., Olson, J. M. in Zanna, M. P. (ur.): *The Science of the Couple: The Ontario Symposium Vol. 12*. New York, London: Psychology Press, Taylor & Francis Group, str. 1–17.
- Campbell L., Simpson, J. A., Kashy, D. A. in Fletcher, G. J. O. (2001): »Ideal standards, the self, and flexibility of ideals in close relationships.« V: *Personality and Social Psychology Bulletin*, 27, str. 447–462.
- Cavallo, J. V., Fitzsimons, G. M. in Holmes, J. G. (2009): »Taking chances in the face of threat: Romantic risk regulation and approach motivation.« V: *Personality and Social Psychology Bulletin*, 35(6), str. 737–751.
- Clark, M. S. in Grote, N. K. (1998): »Why aren't indices of relationship costs always negatively related to indices to relationship quality?« V: *Personality and Social Psychology Review*, 2, str. 2–17.



- Collins, N. L. in Miller, L. C. (1994): »Self-disclosure and liking: a meta-analytic review.« V: *Psychological bulletin*, 116(3), str. 457.
- Condon, J. W. in Crano, W. D. (1988): »Inferred evaluation and the relation between attitude similarity and interpersonal attraction.« V: *Journal of Personality and Social Psychology*, 54, str. 789–797.
- Černigoj, M. (2002): *Struktura in dinamika socialne resničnosti z vidika odnosa med posameznikom in socialnim okoljem* (Neobjavljena doktorska disertacija). Filozofska fakulteta, Ljubljana.
- 2007: *Jaz in mi. Raziskovanje temeljev socialne psihologije*. Ljubljana: IPSA, Inštitut za integrativno psihoterapijo in svetovanje.
- Diamond, L. M. (2004): »Emerging perspectives on distinctions between romantic love and sexual desire.« V: *Current Directions in Psychological Science*, 13(3), str. 116–119.
- Downey, G. in Feldman, S. I. (1996): »Implications of rejection sensitivity for intimate relationships.« V: *Journal of Personality and Social Psychology*, 70(6), str. 1327–1343.
- Drigotas, S. M. in Rusbult, C. E. (1992): »Should I stay or should I go? A dependence model of breakups.« V: *Journal of Personality and Social Psychology*, 75, str. 545–560.
- Endo, Y., Heine, S. J. in Lehman, D. R. (2000). »Culture and positive illusions in close relationships: How my relationships are better than yours.« V: *Personality and Social Psychology Bulletin*, 26(12), str. 1571–1586.
- Feingold, A. (1988): »Matching for attractiveness in romantic partners and same-sex friends: A meta-analysis and theoretical critique.« V: *Psychological Bulletin*, 104, str. 226–235.
- Finkel, E. J., Simpson, J. A. in Eastwick, P. W. (2017): »The Psychology of Close Relationships: Fourteen Core Principles.« V: *Annual Review of Psychology*, 68(4), str. 383–411.
- Fisher, H., Aron, A. in Brown, L. L. (2005): »Romantic love: an fMRI study of a neural mechanism for mate choice.« V: *Journal of Comparative Neurology*, 493(1), str. 58–62.
- Fisher, H. E., Aron, A., Mashek, D., Li, H. in Brown, L. L. (2002): »Defining the brain systems of lust, romantic attraction and attachment.« V: *Archives of Sexual Behavior*, 31(5), str. 413–419.
- Gangestad, S. W. in Simpson, J. A. (2000): »The evolution of human mating: Trade-offs and strategic pluralism.« V: *Behavioral and Brain Sciences*, 23(4), str. 573–587.
- Gomboc, S. (2016): *Onkraj socialne resničnosti: poskusi preseganja paradoksa socialne psihologije* (Neobjavljena doktorska disertacija). Fakulteta za družbene vede, Ljubljana.
- Gottman, J. M. (1994): *What Predicts Divorce? The Relationship Between Marital Processes and Marital Outcomes*. Hillsdale, NJ: Erlbaum.
- Haselton, M. G. in Buss, D. M. (2000): »Error management theory: a new perspective on biases in cross-sex mind reading.« V: *Journal of Personality and Social Psychology*, 78(1), str. 81–91.
- Holmes, J. G. (2002): »Interpersonal expectations as the building blocks of social cognition: An interdependence theory perspective.« V: *Personal Relationships*, 9(1), str. 1–26.
- Holmes, J. G. in Rempel, J. K. (1989): »Trust in close relationships.« V: Clyde, H. (ur.): *Close relationships. Review of Personality and Social Psychology Vol. 10*. Thousand Oaks, CA: Sage, str. 187–220.
- Huston, T. L., Caughlin, J. P., Houts, R. M., Smith, S. E. in George, L. J. (2001): »The connubial crucible: newlywed years as predictors of marital delight, distress, and divorce.« V: *Journal of Personality and Social Psychology*, 80(2), str. 237–252.
- Huston, T. L. in Vangelisti, A. L. (1991): »Socioemotional behavior and satisfaction in marital relationships: a longitudinal study.« V: *Journal of Personality and Social Psychology*, 61(5), str. 721–733.
- Jaremka, L. M., Bunyan, D. P., Collins, N. L. in Sherman, D. K. (2011): »Reducing defensive distancing: Self-affirmation and risk regulation in response to relationship threats.« V: *Journal of Experimental Social Psychology*, 47, str. 264–268.
- Johnson, D. in Rusbult, C. E. (1989): »Resisting temptation: Devaluation of alternative partners as a means of maintaining commitment in close relationships.« V: *Journal of Personality and Social Psychology*, 57(6), str. 967–980.

- Kelley, H. H. (1979): *Personal Relationships: Their Structures and Processes*. Hillsdale, NJ: Erlbaum.
- Kelley, H. H., Berscheid, E., Christensen, A., Harvey, J. H., Huston, T. L., Levinger, G., ... Peterson, D. R. (1983): *Close Relationships*. New York, NY: W.H. Freeman.
- Kelley, H. H., Holmes, J. G., Kerr, N. L., Reis, H. T., Rusbult, C. E. in Van Lange, P. A. M. (2003): *An Atlas of Interpersonal Situations*. Cambridge, UK: Cambridge University Press.
- Kelley, H. H. in Thibaut, J. W. (1978): *Interpersonal relations: A theory of interdependence*. New York, NY: Wiley.
- Kenny, D. A. (1995): »The effect of nonindependence in dyadic research.« V: *Personal Relationships*, 2, str. 67–75.
- Klusmann, D. (2002): »Sexual motivation and the duration of partnership.« V: *Archives of sexual behavior*, 31(3), str. 275–287.
- Kumashiro, M., Rusbult, C. E. in Finkel, E. J. (2008): »Navigating personal and relational concerns: The quest for equilibrium.« V: *Journal of Personality and Social Psychology*, 95, str. 94–110. doi:10.1037/0022-3514.95.1.94
- Lang, P. J., Bradley, M. M. in Cuthbert, B. N. (1990): »Emotion, attention, and the startle reflex.« V: *Psychological Review*, 97(3), str. 377–395.
- Leary, M. R. in Baumeister, R. F. (2000): »The nature and function of self-esteem: Sociometer theory.« V: *Advances in Experimental Social Psychology*, 32, str. 1–62.
- Levinger, G. (1980): »Toward the analysis of close relationships.« V: *Journal of experimental social psychology*, 16(6), str. 510–544.
- Markman, H. J. (1979): »Application of a behavioral model of marriage in predicting relationship satisfaction of couples planning marriage.« V: *Journal of Consulting and Clinical Psychology*, 47(4), str. 743–749.
- Markman, H. J. (1981): »Prediction of marital distress: a 5-year follow-up.« V: *Journal of Consulting and Clinical Psychology*, 49(5), str. 760–762.
- Martz, J. M., Verette, J., Arriaga, X. B., Slovik, L. F., Cox, C. L. in Rusbult, C. E. (1998): »Positive illusion in close relationships.« V: *Personal Relationships*, 5(2), str. 159–181.
- McNulty, J. K. in Karney, B. R. (2004): »Positive expectations in the early years of marriage: Should couples expect the best or brace for the worst?« V: *Journal of Personality and Social Psychology*, 86(5), str. 729–743.
- Menaghan, E. G. in Lieberman, M. A. (1986): »Changes in depression following divorce: A panel study.« V: *Journal of Marriage and the Family*, 4(2), str. 319–328.
- Merikangas, K. R. (1984): »Divorce and assortative mating among depressed patients.« V: *American Journal of Psychiatry*, 141(1), str. 74–76.
- Mikulincer, M. in Shaver, P. R. (2007): *Attachment in Adulthood: Structure, Dynamics, and Change*. New York, NY: Academic Press.
- Miller, P. J. E., Niehuis, S. in Huston, T. L. (2006): »Positive illusions in marital relationships: A 13-year longitudinal study.« V: *Personality and Social Psychology Bulletin*, 32(12), str. 1579–1594.
- Mineka, S. in Sutton, S. K. (1992): »Cognitive biases and the emotional disorders.« V: *Psychological Science*, 3(1), str. 65–69.
- Montoya, R. M. (2008): »I'm hot, so I'd say you're not: The influence of objective physical attractiveness on mate selection.« V: *Personality and Social Psychology Bulletin*, 34(10), str. 1315–1331.
- Murray, S. L. (1999): »The quest for conviction: Motivated cognition in romantic relationships.« V: *Psychological Inquiry*, 10(1), str. 23–34.
- Murray, S. L., Bellavia, G. M., Rose, P. in Griffin, D. W. (2003): »Once hurt, twice hurtful: how perceived regard regulates daily marital interactions.« V: *Journal of Personality and Social Psychology*, 84(1), str. 126–147.

- Murray, S. L., Derrick, J. L., Leder, S. in Holmes, J. G. (2008): »Balancing connectedness and self-protection goals in close relationships: A levels of processing perspective on risk regulation.« V: *Journal of Personality and Social Psychology*, 94, str. 429–459.
- Murray, S. L., Griffin, D. W., Rose, P. in Bellavia, G. (2006): »For better or worse? Self-esteem and the contingencies of acceptance in marriage.« V: *Personality and Social Psychology Bulletin*, 32(7), str. 866–880.
- Murray, S. L. in Holmes, J. G. (1999): »The (mental) ties that bind: Cognitive structures that predict relationships resilience.« V: *Journal of Personality and Social Psychology*, 77, str. 1228–1244.
- 2008: »The commitment-insurance system: Self-esteem and the regulation of connection in close relationships.« V: Zanna, M. P. (ur.): *Advances in Experimental Social Psychology Vol. 40*. Amsterdam: Elsevier, str. 1–60.
- 2009: »The architecture of interdependent minds: A motivation-management theory of mutual responsiveness.« V: *Psychological Review*, 166, str. 256–278.
- 2011: *Interdependent Minds: The Dynamics of Close Relationships*. New York, London: The Guilford Press.
- 2017: *Motivated Cognition in Relationships: In Pursuit of Safety and Value*. New York, NY: Routledge.
- Murray, S. L., Holmes, J. G., Aloni, M., Pinkus, R. T., Derrick, J. L. in Leder, S. (2009): »Commitment insurance: Compensating for the autonomy costs interdependence in close relationships.« V: *Journal of Personality and Social Psychology*, 97(2), str. 256–278.
- Murray, S. L., Holmes, J. G. in Collins, N. L. (2006): »Optimizing assurance: The risk-regulation system in relationships.« V: *Psychological Bulletin*, 132, str. 641–666.
- Murray, S. L., Holmes, J. G., Dolderman, D. in Griffin, D. W. (2000): »What the motivated mind sees: Comparing friends' perspectives to married partners' views of each other.« V: *Journal of Experimental Social Psychology*, 36(6), str. 600–620.
- Murray, S. L., Holmes, J. G. in Griffin, D. W. (1996a): »The benefits of positive illusions: Idealization and the construction in close relationships.« V: *Journal of Personality and Social Psychology*, 70, str. 79–98.
- 1996b: »The self-fulfilling nature of positive illusions in romantic relationships: Love is not blind, but prescient.« V: *Journal of Personality and Social Psychology*, 71, str. 1155–1180.
- 2000: »Self-esteem and the quest for felt security: How perceived regard regulates attachment processes.« V: *Journal of Personality and Social Psychology*, 78, str. 478–498.
- Murray, S. L., Holmes, J. G., Griffin, D. W., Bellavia, G. in Rose, P. (2001): »The mismeasure of love: How self-doubt contaminates relationship beliefs.« V: *Personality and Social Psychology Bulletin*, 27(4), str. 423–436.
- Murray, S. L. in Pinkus, R. T. (2008): *The Insecurity-inducing Effects of Upward Social Comparisons to Romantic Partners*. Neobjavljeno gradivo, State University of New York at Buffalo.
- Murray S. L., Pinkus, R. T., Holmes, J. G., Harris, B., Aloni, M. in drugi (2010): *When Rejection Loses its Motivational Sting: The Power of Automatic Partner Attitudes in Close Relationships*. Neobjavljeno gradivo, State University of New York at Buffalo.
- Murray, S. L., Rose, P., Bellavia, G., Holmes, J. G. in Garrett Kusche, A. (2002): »When rejection stings: How self-esteem constrains relationships-enhancement processes.« V: *Journal of Personality and Social Psychology*, 83, str. 556–573.
- Murray, S. L., Rose, P., Holmes, J. G., Derrick, J., Podchaski, E., Bellavia, G. in Griffin, D. W. (2005): »Putting the partner within reach: A dyadic perspective on felt security in close relationships.« V: *Journal of Personality and Social Psychology*, 88, str. 327–347.
- Murstein, B. I. (1970): »Stimulus. Value. Role: A theory of marital choice.« V: *Journal of Marriage and the Family*, 32(3), str. 465–481.
- Pietrzak, J., Downe, G. in Ayduk, O. (2005): »Rejection sensitivity as an interpersonal vulnerability.« V: Baldwin, M. W. (ur.): *Interpersonal Cognition*. New York, NY: Guilford Press, str. 62–84.

- Prager, K. J. in Roberts, L. J. (2004): »Deep intimate connection: Self and intimacy in couple relationships.« V: Mashek, D. J. in Aron, A. (ur.): *Handbook of Closeness and Intimacy*. Mahwah, NJ: Erlbaum, str. 43–60.
- Reis, H. T. in Aron, A. (2008): »Love: What is it, why does it matter, and how does it operate?« V: *Perspectives on Psychological Science*, 3(1), str. 80–86.
- Reis, H. T., Clark, M. S. in Holmes, J. G. (2004): »Perceived partner responsiveness as an organizing construct in the study of intimacy and closeness.« V: Mashek, D. J. in Aron, A. (ur.): *Handbook of Closeness and Intimacy*. Mahwah, NJ: Erlbaum, str. 201–225.
- Rusbult, C. E. (1983): »A longitudinal test of the investment model: The development (and deterioration) of satisfaction and commitment in heterosexual involvements.« V: *Journal of Personality and Social Psychology*, 45(1), str. 101–117.
- Rusbult, C. E., Martz, J. M. in Agnew, C. R. (1998): »The investment model scale: Measuring commitment level, satisfaction level, quality of alternatives, and investment size.« V: *Personal Relationships*, 5, str. 357–391.
- Rusbult, C. E. in Van Lange, P. A. M. (2003): »Interdependence, interaction, and relationships.« V: *Annual Review of Psychology*, 54(1), str. 351–375.
- Rusbult, C. E., Van Lange, P. A. M., Wildschut, T., Yovetich, N.A. in Verette, J. (2000): »Perceived superiority in close relationships: why it exists and persists.« V: *Journal of Personality and Social Psychology*, 79(4), str. 521–545.
- Ryan, R. in Deci, E. L. (2000): »Self-determination theory and the facilitation of intrinsic motivation, social development, and well-being.« V: *American Psychologist*, 55, str. 68–78.
- Simpson, J. A. (1987): »The dissolution of romantic relationships: Factors involved in relationship stability and emotional distress.« V: *Journal of Personality and Social Psychology*, 53(4), str. 683–692.
- Sprecher, S. (1998): »Social exchange theories and sexuality.« V: *Journal of Sex Research*, 35(1), str. 32–43.
- Taylor, S. E. in Gollwitzer, P. M. (1995): »Effects of mindset on positive illusions.« V: *Journal of Personality and Social Psychology*, 69(2), str. 213–226.
- Thibaut, J. W. in Kelley H. H. (1959): *The Social Psychology of Groups*. New York, NY: Wiley.
- Tooby, J. in Cosmides, L. (1996): »Friendship and the banker's paradox: Other pathways to the evolution of adaptations for altruism.« V: *Proceedings of the British Academy*, 88, str. 119–143.
- Van Lange, P. A. M. in Rusbult, C. E. (1995): »My Relationship is Better than—and Not as Bad as—Yours is: The Perception of Superiority in Close Relationships.« V: *Personality and Social Psychology Bulletin*, 21(1), str. 32–44.
- Vec, T. (2006): *Socialna resničnost in skupinska dinamika malih skupin* (Neobjavljena doktorska disertacija). Filozofska fakulteta, Ljubljana.
- Visserman, M. L., Righetti, F., Kumashiro, M. in Van Lange, P. A. M. (2017): »Me or us? Self-control promotes a healthy balance between personal and relationship concerns.« V: *Social Psychological and Personality Science*, 8(1), str. 55–65. doi:10.1177/1948440616662121
- Wieselquist, J., Rusbult, C. E., Foster, C. A. in Agnew, C. R. (1999): »Commitment, pro-relationship behavior, and trust in close relationships.« V: *Journal of Personality and Social Psychology*, 77, str. 942–966.
- Wilson, T. D. (2002): *Strangers to Ourselves: Discovering the Adaptive Unconscious*. Boston, MA: Harvard University Press.
- Žvelc, G. (2011): *Razvojne teorije v psihoterapiji: integrativni model medosebnih odnosov*. Ljubljana: IPISA.