



VILNIAUS UNIVERSITETAS

FILOSOFIJOS FAKULTETAS

PSICHOLOGIJOS INSTITUTAS

Kamilė Naujalytė

**Intymumo santykiuose sąsaja su pasitenkinimu tarpusavio santykiais ir
pasitenkinimu seksualiniais santykiais**
Bakalauro darbas

Psichologijos studijų programa

Darbo vadovas: lekt. Kęstutis Dragūnevičius

Vilnius, 2018

Studentė Kamilė Naujalytė, 1410505

(Studento vardas ir pavardė, studento pažymėjimo Nr.)

Bakalauro darbą „Intymumo santykiuose sąsaja su pasitenkinimu tarpusavio santykiais ir pasitenkinimu seksualiniais santykiais“, patvirtintą Filosofijos fakulteto dekanų įsakymu Nr., parengiau savarankiškai, galutinai suredagavau ir įteikiau vadovui.

Kamilė Naujalytė

(Studentės vardas, pavardė)

(Parašas)

(Data)

Darbo vadovas lekt. Kęstutis Dragūnevičius

(Moksl. laipsnis, vardas, pavardė)

Darbas atitinka bakalauro darbams keliamus reikalavimus ir gali būti ginamas:

Taip

☐

Ne

☐

Kęstutis Dragūnevičius

(Vadovėo vardas, pavardė)

(Parašas)

(Data)

Instituto vyr. specialistė Danguolė Žiūraitienė

(vardas, pavardė)

Bakalauro darbą su vadovo tarpininkavimu Psichologijos institutas gavo.

Danguolė Žiūraitienė

(Instituto vyr. specialistė)

(Parašas)

(Data)

TURINYS

SANTRAUKA	4
SUMMARY	5
PRATARMĖ	6
SVARBIAUSIOS SĄVOKOS	7
1. ĮVADAS	8
1.1. Intymumas ir jo apibrėžimo problematika.....	8
1.2. Intymių santykių svarba.....	10
1.3. Pasitenkinimas seksualiniais santykiais ir jo veiksniai.....	12
1.4. Pasitenkinimas tarpusavio santykiais ir jo veiksniai.....	13
1.5. Intymumas ir pasitenkinimas tarpusavio santykiais	14
1.6. Intymumas ir pasitenkinimas seksualiniais santykiais.....	15
1.7. Pasitenkinimas seksualiniais santykiais ir pasitenkinimas tarpusavio santykiais.....	16
1.8. Moterų ir vyrų intymumo, pasitenkinimo santykiais ir pasitenkinimo seksualiniais santykiais skirtumai	17
1.9. Intymumas, pasitenkinimas tarpusavio santykiais, pasitenkinimas seksualiniais santykiais ir amžius	20
1.10. Tyrimo tikslai ir hipotezės	20
2. TYRIMO METODIKA	22
2.1. Tyrimo dalyviai.....	22
2.2. Tyrimo instrumentai	22
2.3. Tyrimo eiga.....	24
2.4. Duomenų analizė	25
3. REZULTATAI	26
3.1. Intymumo ir pasitenkinimo tarpusavio santykiais sąsajos.....	26
3.2. Intymumo sąsajos su pasitenkinimu seksualiniais santykiais.....	27
3.3. Pasitenkinimo tarpusavio santykiais sąsajos su pasitenkinimu seksualiniais santykiais	27
3.4. Skirtumai tarp vyrų ir moterų intymumo, pasitenkinimo tarpusavio santykiais, pasitenkinimo seksualiniais santykiais	28
3.5. Skirtumai tarp vyrų ir moterų sąsajų tarp intymumo, pasitenkinimo tarpusavio santykiais, pasitenkinimo seksualiniais santykiais	30
4. REZULTATŲ APTARIMAS.....	33
IŠVADOS.....	37
LITERATŪRA	38
PRIEDAI	42

SANTRAUKA

Kamilė Naujalytė. „Intymumo santykiuose sąsaja su pasitenkinimu tarpusavio santykiais ir pasitenkinimu seksualiniais santykiais“. Vilnius, Vilniaus Universitetas, 2018, 44 p.

Tyrimo tikslas - ištirti, kaip yra susiję intymumas, pasitenkinimas tarpusavio santykiais ir pasitenkinimas seksualiniais santykiais romantiniuose santykiuose, bei palyginti vyrų ir moterų rezultatus.

Tyrimo dalyviai ir metodai: tyrime dalyvavo 222 respondentų (62 vyrų ir 160 moterų.), turinčių romantinius santykius. Vyrų amžiaus vidurkis 22,66 metų (SD = 1,79), moterų 22,66 metų (SD = 2,25). Intymumui santykiuose įvertinti naudota Miller socialinio intymumo skalė, pasitenkinimui tarpusavio santykiais – Santykių vertinimo forma, pasitenkinimui seksualiniais santykiais - Naujoji pasitenkinimo seksualiniais santykiais skalė. Tyrimo strategija – koreliacinis tyrimas.

Rezultatai ir išvados: tyrimo rezultatai parodė, kad tirtoje imtyje intymumas buvo teigiamai susijęs su pasitenkinimu tarpusavio santykiais ir pasitenkinimu seksualiniais santykiais. Taip pat, vyrų imtyje šie ryšiai buvo stipresni negu moterų. Geresniam šių santykių aspektų ryšių supratimui reikėtų išsamesnių tyrimų.

Raktažodžiai: intymumas, pasitenkinimas tarpusavio santykiais, pasitenkinimas seksualiniais santykiais, romantiniai santykiai, lyčių skirtumai.

SUMMARY

Kamilė Naujalytė. " Linking intimacy to relationship satisfaction and sexual satisfaction ". Vilnius, Vilnius University, 2018, 44 p.

Aim of the study – to examine the link between intimacy, relationship satisfaction and sexual satisfaction in romantic relationships and to compare men's and women's results.

Participants and methods: a total of 222 participants took part in this study (62 men and 160 women). Men's mean age was 22,66 years (SD = 1,79), women's mean age was 22,66 years (SD = 2,25). To measure intimacy Miller Social Intimacy Scale was used. Relationship Rating Form was used to assess relationship satisfaction and The New Sexual Satisfaction Scale was used for measuring sexual satisfaction. The strategy of the study – correlational study.

Results and conclusions: the results of the study show that in the investigated sample intimacy was statistically significantly correlated with relationship satisfaction and sexual satisfaction. Men showed stronger correlations than women. A more comprehensive research is needed for better understanding of these relationship aspects.

Keywords: intimacy, relationship satisfaction, sexual satisfaction, romantic relationships, gender differences.

PRATARMĖ

„Yra dvi santuokos kiekvienoje santuokinėje sąjungoje – jo ir jos” (Bernard, cit. iš Conradi, Noordhof, Dingemanse, Barelds, & Kamphuis, 2017). Šiuo pasakymu jo autorius turėjo omenyje lyčių patyrimo santuokoje skirtumus. Turbūt tą patį galime pasakyti ir nebūtinai apie santuokos surištus santykius. Bet kokiuose romantiniuose santykiuose turime du atskirus individus, kurie tuos pačius santykius ir įvairius jų aspektus patiria savitai. Dažnas posakis, kad vyrai ir moterys yra iš skirtingų planetų nusako tą patį, kad žmonės jaučia egzistuojančius skirtumus tarp vyrų ir moterų. Nesuprantant šių skirtumų gali kilti įvairių santykių problemų.

Būti patenkintai savo romantiniais santykiais yra aktuali tema kiekvienai porai. Kiekvienas turbūt svajojame apie darnius, šiltus, ilgalaikius ir patenkinančius poreikius santykius su kitu žmogumi. Deja, realybėje tai pasiekti yra kur kas sunkiau, nes į tai reikia įdėti daug pastangų (LaFollete, 2017). Galvojant apie šiuolaikinius romantinius santykius, vis labiau galima pastebėti, kaip kinta tradicinių santykių modelis. Įsigalint moderniai šeimai, nyksta tradicinei šeimai būdingi bruožai - stipriai sumažėjo vedybų, padidėjo tuokimosi amžius, vis daugiau porų gyvena kartu neregistruotos santuokos (Stankūnienė, Jasilionienė ir Jančaitytė, 2005). Šiame darbe pasirinkta patyrinėti tokių santykių aspektų kaip intymumas, pasitenkinimas seksualiniais santykiais bei pasitenkinimas tarpusavio santykiais sąsajas nesusituokusiose porose. Kaip matysime vėliau, šie santykių aspektai yra labai susiję, tačiau ne visi tyrimai yra vienareikšmiai, be to nesusituokę asmenys yra mažiau tyrinėjami nei gyvenantys santuokoje. Dėl to yra svarbu atlikti daugiau tyrimų šia tema. Analizuojant šiuos santykių aspektus, atsižvelgsime į vyrų ir moterų skirtumus. Yra daugybė tyrimų, kuriuose ieškota lyčių skirtumų, tačiau vienuose jie randami, kituose ne. Panašių tyrimų nėra atlikta Lietuvoje, todėl toks darbas prisidėtų prie geresnio lietuvių romantinių santykių supratimo. Šio tyrimo rezultatai galėtų padėti numatyti pagalbos būdus konsultuojant nepatenkintas savo santykiais poras ateityje. Atskleistos sąsajos galėtų būti pagrindas kitiems tyrimams šioje srityje.

Pratarmę norėčiau užbaigti padėka visiems tyrimo dalyviams bei savo darbo vadovui lekt. Kęstučiui Dragūnevičiui.

SVARBIAUSIOS SĄVOKOS

Čia pateikiamos pagrindinių sąvokų, naudojamų šiame darbe, reikšmės:

Intymumas – tarpasmeninis procesas, kuriam vykstant asmuo jaučia iš savo partnerio supratimą, pripažinimą ir rūpinimąsi (Reis & Shaver, 1988).

Pasitenkinimas tarpusavio santykiais - subjektyvus požiūris ir emocinis patyrimas, vertinant savo santykius su kitu žmogumi (International Encyclopedia of the Social Sciences, 2008).

Pasitenkinimas seksualiniais santykiais – emocinis atsakas, kylantis vertinant savo seksualinius santykius, įskaitant suvokimą, ar asmeniniai seksualiniai poreikiai yra patenkinami, ir ar patenkinami savi ir partnerio lūkesčiai; pozityvus savo seksualinių veiklų vertinimas (Offman & Matheson, cit. iš Ashdown, Hackathorn, & Clark, 2011).

Emocinis intymumas – jausmų artumo patyrimas (Olson, cit. iš Schaefer & Olson, 1981).

Rekreacinis intymumas – bendrų hobijų, sportinių užsiėmimų turėjimo patyrimas (Olson, cit. iš Schaefer & Olson, 1981).

Socialinis intymumas – bendrų draugų ir panašumų socialiniame tinkle turėjimo patyrimas (Olson cit. iš Schaefer & Olson, 1981).

Intelektinis intymumas – dalinimosi idėjomis patyrimas (Olson, cit. iš Schaefer & Olson, 1981).

Seksualinis intymumas – prieraišumo patyrimas bei seksualinių veiklų atlikimas (Olson, cit. iš Schaefer & Olson, 1981).

Lyčių socializacija – tai procesas, kurio metu žmogus priima savo lyties vaidmenį sau, išmoksta būti vyru arba moterimi, prisiimdamas būdingą rolei elgesį ir požiūrius (Crespi, 2003).

1. ĮVADAS

1.1. Intymumas ir jo apibrėžimo problematika

Tikriausiai visi numanome, kas yra intymumas. Greičiausiai galvodami apie intymumą susietume jį su tokiais jausmais kaip meilė, pagarba, pasitikėjimas, artumas ir susietumas. Tačiau paklausti, kas tai tiksliai yra, susimąstytume – nėra lengva tai apibrėžti. Ar tai santykių savybė? Ar tai jausmas? Ar tai procesas? Intymumo tema domina psichologus jau daugybę metų. Dauguma mokslininkų sutaria, kad intymumas yra vienas svarbiausių romantinių santykių poroje aspektų. Tačiau tyrimus apsunkina operacinių apibrėžimų painiava. Moss ir Schwebel (1993) apžvelgę intymumo tyrimus, rado 61 unikalų intymumo apibrėžimą. Apibrėžimai varijavo nuo paprastų ir vienadimencinių iki sudėtingų ir multidimencinių. Kai kuriuose ankstyvuosiuose tyrimuose intymumas apibūdintas kaip atsiskleidimas arba tiesiog buvimas santuokoje. Vėlesnieji tyrimai intymumą apibūdina kaip susidedantį iš kelių dimensijų kaip, pavyzdžiui, meilės, seksualumo, emocijų atskleidimo ir pan. Taip pat pabrėžiama, kad intymumas gali būti draugiškuose ir kituose neromaniškuose santykiuose.

K. J. Prager, porų ir šeimos psichologė, atlikusi nemažai tyrimų, susijusių su intymumu, savo knygoje „The Psychology of Intimacy“ (1995) apžvelgia įvairius intymumo apibrėžimus ir daro išvadą, kad nėra nei vieno universalus apibrėžimo. Prager apibūdina keturias sąlygas, kurias turėtų atitikti toks apibrėžimas, kad būtų universalus. Pirmiausia, jis turėtų apjungti įvairius teorinius požiūrius, rasti, kas jiems yra bendra. Antra, geras intymumo apibrėžimas turėtų palengvinti supratimą apie intymumo sąsają su diadinėmis sąveikomis ir intymiais santykiais, taip pat apjungti individualų intymumo patyrimą. Trečia, intymumas turi būti kuo labiau atsietas nuo panašių sąvokų, tokių kaip meilė, artumas, atsivėrimas, palaikymas, prierašumas ir seksualumas. Suprantama, kad tai yra labai persidengiančios sąvokos, dėl to visiškai pašalinti panašumų neišeis. Todėl ketvirta, reikia suprasti, kad galutinis intymumo apibrėžimas yra nepasiekiamas. Intymumas yra gana neaiški ir kintanti sąvoka, kurios neįmanoma apriboti aiškiais bruožais (Prager, 1995).

Kalbėdama apie intymumą, Prager (1995) jį siūlo atskirti į **intymias sąveikas** ir **intymius santykius**, taip sukurdamą daugialypę intymumo sampratą. Intymios sąveikos vyksta apibrėžtame laiko tarpe, vos tik intymus elgesys pasibaigia, pasibaigia ir intymi sąveika (pavyzdžiui, vaikinai autobuse netyčia uždeda savo ranką ant nepažįstamos merginos rankos, mergina jam nusišypso). Intymios sąveikos, savo ruožtu, susideda iš **intymumo patyrimų** (tai supratingumo suvokimas, pozityvūs jausmai, pavyzdžiui šiluma, trauka) ir **intymaus elgesio**, kuris gali būti verbalinis ir neverbalinis. Tuo tarpu intymūs santykiai turi tęstinumą, vyksta tam tikrame, ilgesniame laiko tarpe,

neturi aiškios pradžios ir pabaigos bei susideda iš daug intymių sąveikų. Intymių santykių pavyzdžiai – romantiniai partneriai, tėvai ir vaikai, geri draugai.

Panašiai intymumą apibrėžti bandyta jau anksčiau. Pasak Schaefer ir Olson (1981), intymumas yra procesas, kuris susideda iš dviejų dalių – **intymių patyrimų** ir **intymių santykių**. Intymūs patyrimai yra artimumo arba dalijimosi jausmas vienoje ar daugiau iš septynių sričių. Įmanoma turėti intymių patirčių, nesukuriant intymių santykių. Minėtos septynios intymumo sritys arba tipai, kuriuos išskyrė Olson 1975-aisiais metais, yra šie (Olson, cit. iš Schaefer & Olson, 1981):

1. Emocinis intymumas – jausmų artumo patyrimas.
2. Socialinis intymumas – bendrų draugų ir panašumų socialiniame tinkle turėjimo patyrimas.
3. Intelektinis intymumas – dalinimosi idėjomis patyrimas.
4. Seksualinis intymumas – prierašumo patyrimas bei seksualinių veiklų atlikimas.
5. Rekreacinis intymumas – bendrų hobijų, sportinių užsiėmimų turėjimo patyrimas.
6. Dvasinis intymumas – panašaus gyvenimo tikslo turėjimo ir/arba religinio panašumo patyrimas.
7. Estetinis intymumas – artumas, kuris kyla iš grožio suvokimo ir dalijimosi patyrimo.

Intymūs santykiai yra tokie, kai intymumas patiriamas keliose iš septynių sričių ir yra tikimasi, kad intymūs patyrimai ir santykiai tęsis ilgesnį laiką. Tad, intymumas yra procesas, kuris vystosi laikui bėgant ir niekada nėra pilnai pasiektas. Todėl poros gali klaidingai manyti, kad intymumas jau yra pasiektas ir nebereikia stengtis jį palaikyti. Intymūs santykiai reikalauja laiko, darbo ir pastangų, kad išliktų, tokie, kokie yra (Schaefer & Olson, 1981).

Kiti mokslininkai intymumą klasifikuoja į keturis tipus: fizinį, emocinį, kognityvųjį ir patirtinį intymumą. Fizinis intymumas – tai juslinis artumas arba lietimasis, pavyzdžiui buvimas kito asmeninėje zonoje, laikymasis už rankų, apsikabinimas, bučiavimasis, glamonėjimasis ir kitos seksualinės veiklos. Emocinis intymumas paprastai išsivysto, kai pasiekiamas tam tikras pasitikėjimo ir susietumo lygis. Kognityvinis arba intelektualinis intymumas pasireiškia tada, kai du žmonės pasidalina savo mintimis, idėjomis ir mėgaujasi panašumais ir skirtumais tarp savo nuomonių. Patirtinis intymumas būna tada, kai du žmonės aktyviai būna vienas su kitu, atlieka bendras veiklas (pavyzdžiui, dažo namus ar žiūri filmą), net nebūtinai šnekėdamiesi, dalindamiesi mintimis ar jausmais (Muniruzzaman, 2017). Šioje klasifikacijoje intymumas pabrėžia artimą tarpasmeninį ryšį ir priklausymą vienas kitam tiek fizine, tiek psichologine prasme.

Dar vienas modelis, aprašantis intymumą poroje – Tarpasmeninis Intymumo Proceso Modelis (the Interpersonal Process Model of Intimacy) (Reis & Shaver, 1988; Laurenceau, Barrett, & Pietromonaco, 1998). Jis intymumą apibūdina kaip transakcinį procesą, kuris turi tris dimensijas: atsivėrimas (angl. *self-disclosure*) (gebėjimas išreikšti savo emocijas, mintis ir informaciją partneriui), partnerio atsivėrimas (angl. *partner disclosure*) (suvokimas, kad partneris taip pat atviras dialogui), suvoktas partnerio reaktyvumas (angl. *perceived partner responsiveness*) (suvokimas, kad abu partneriai gali klausytis ir suprasti vienas kitą). Pats intymumas autorių apibrėžiamas taip – tai tarpasmeninis procesas, kuriame du partneriai patiria ir išreiškia jausmus, komunikuoja tiek verbaliai, tiek neverbaliai, kalbasi ir mokosi vienas apie kitą ir tampa artimais. Intymumas atsiranda dinaminio proceso metu, kai asmuo atskleidžia informaciją, mintis ir jausmus kitam partneriui, partneris sureaguoja į tai ir jo reakcija interpretuojama kaip supratinga, pritarianti ir rūpestinga (Reis & Shaver, 1988). Taigi, šiame modelyje pabrėžiamas abipusiškumo aspektas.

Kiti mokslininkai bandydami apibrėžti intymumą neišskiria jo tipų, bet stengiasi apibūdinti, kaip santykiuose pasireiškia intymumas. Pagal R. J. Sternberg meilės teoriją, meilė susideda iš trijų pagrindinių komponentų – intymumo, aistros ir įsipareigojimo. Intymumo komponentas šioje teorijoje suprantamas kaip artumo, susietumo ir šilumos jausmas su romantiniu partneriu (Sternberg, 1986). Pasak šios teorijos, intymumas susideda iš šių jausmų: a) noras prisidėti prie mylimo žmogaus gerovės kūrimo; b) patirta laimė su partneriu; c) didelė pagarba partneriui; d) galėjimas pasikliauti partneriu; e) abipusis partnerių supratimas; f) dalinimasis tuom, ką turi; g) emocinė parama iš partnerio; h) emocinės paramos suteikimas partneriui; i) intymus bendravimas su partneriu; j) partnerio branginimas (Sternberg & Grajek, 1984). Bendrai paėmus, intymumas daugiausia kyla iš emocinio santykių aspekto.

LaFollete (2017) intymius santykius apibūdina kaip tokius, kuriuose kiekvienas partneris a) reguliariai dalinasi su kitu informacija apie savo norus, troškimus ir gilesnes mintis; b) patinka vienas kitam tokie, kokie yra; c) pasitiki ir yra nuoširdus su kitu; d) rūpinasi kitu; e) siekia ir mėgaujasi kito kompanija. Pasiiekti tokį intymumą, pasak autorės, nėra lengva ir yra gana reta.

Taigi, matome, kad intymumo apibrėžimų įvairovė yra be galo didelė. Skirtingi apibrėžimai pabrėžia skirtingus dalykus, kaip pvz.: informacijos apie save atskleidimas, emocinė parama, pasitikėjimas kitu, susietumo jausmas.

1.2. Intymių santykių svarba

Turėti intymius santykius su kitu žmogumi yra svarbu dėl kelių priežasčių. Jas pasiaiškinsime plačiau.

Visų pirma, tai yra svarbi žmogaus raidos dalis. Eriksono (1959) psichosocialinėje žmogaus raidos teorijoje, jaunystėje ištinka intymumo – izoliacijos krizė, kurios metu jauni suaugę žmonės siekia kito žmogaus meilės ir draugystės arba lieka izoliuoti nuo kitų, yra vieniši, jei neišsprendžia šios raidos užduoties. Pasak E. H. Eriksono, intymumas yra svarbi savybė, be kurios ateityje yra sunku sudaryti tvirtą sąjungą su kitu žmogumi, jam įsipareigoti.

Antra, intymūs santykiai patenkina žmogaus bazinius psichologinius poreikius. Maslow (1966) poreikių piramidėje poreikis mylėti ir būti mylimam užima trečiąją piramidės laiptelį – socialinius poreikius. Sudarius intymius santykius su kitais, kurie suteikia pripažinimą, saugumą ir padrąsina, galima siekti ir aukštesniųjų poreikių patenkinimo – pagarbos ir saviraiškos. Prager ir Buhrmester (1998) tyrė intymių santykių ir psichologinių poreikių patenkinimą porose. Jų teigimu, intymumas – dalinimasis giliausiomis ir asmeniškiausiomis mintimis apie save su priimančiu ir rūpestingu žmogumi – patenkina tokius psichologinius poreikius kaip savigarba, priklausymas kitam, buvimas priimtu kito ir pritarimas iš kito, o tai veda prie didesnės psichologinės gerovės.

Kita priežastis, dėl ko intymumas yra svarbus žmogaus gyvenime, tai didesnė psichinė gerovė. Pavyzdžiui, didesnį intymumo lygį turinčios poros yra linkusios mažiau nerimauti, nei mažesnio intymumo lygio poros. Taip pat, žmonės, turintys intymius santykius, rečiau suserga psichinėmis ligomis. Tie žmonės, kurie neturi intymių santykių, yra labiau linkę į depresiškumą ir vienišumo jausmą (Prager, 1995). Brown ir Harris (1978) nustatė, kad moterys, kurios neturi intymių santykių su vyru ar kitu romantiniu partneriu, buvo 4 kartus labiau linkusios į depresiją, kai susidurdavo su dideliu, kažkokių gyvenimo įvykių, stresu. Be to, intymių santykių turėjimas padeda geriau susitvarkyti su stresinėmis situacijomis (Miller & Lefcourt, 1983).

Intymumas taip pat yra svarbus fizinės sveikatos faktorius. Žmonės, kurie neturi intymių santykių, turi silpnesnę imuninę sistemą, todėl yra mažiau atsparūs įvairioms ligoms. Be to, jie yra labiau linkę ir į nelaimingus atsitikimus, nei tie žmonės, kurie turi intymius santykius (Prager, 1995). Taip yra greičiausiai dėl to, kad žmonės turintys artimus ryšius su mylimais žmonėmis labiau save saugo. Keli tyrimai parodė, kad intymumas yra susijęs net su mirtingumu. Pavyzdžiui, House, Robbins ir Metzner (1982) ištyrė 2754 žmones (35-69 metų amžiaus) 10-12 metų tarpe. Tyrimo rezultatai parodė, kad vyrams, kurie neturėjo intymių santykių, tikimybė mirti tiriamuoju laikotarpiu buvo 2-3 kartus didesnė nei vyrų, turėjusių intymius santykius. Moterų, kurios neturėjo intymių santykių, mirtingumas buvo 1,5-2 kartus didesnis nei turėjusių. Artumų ryšių turėjimas yra kaip apsauginis veiksnys įvairioms fizinėms problemoms.

Tad, matome, kad jei žmogus neturi intymių santykių, jam gali kilti įvairūs sunkumai, susiję su fizine, psichine ir emocine gerove.

1.3 Pasitenkinimas seksualiniais santykiais ir jo veiksniai

Seksualinis pasitenkinimas santykiuose yra svarbus tuo, kad suteikia malonumą partneriams, sustiprina ir pagilina santykių intymumą, sumažina įtampą, stresą (McCarthy, 2003). Pasak Sprecher ir Cate (2004), pasitenkinimas seksualiniais santykiais pagrįste priklauso nuo keturių dalykų - seksualinio elgesio dažnumo, seksualinio elgesio įvairovės ir tipų, seksualinės komunikacijos ir seksualinio konflikto (angl. *sexual conflict*). Šiuos veiksnius apžvelgsime plačiau.

Seksualinio elgesio dažnumas. Kai kurie tyrimai, kuriuose buvo tirtas seksualinio elgesio dažnumas ir pasitenkinimas seksualiniais santykiais, parodė, kad tai yra teigiamai susiję dalykai. Poros, kurios dažniau užsiima seksu, yra labiau patenkintos savo seksualiniu santykių aspektu, nei poros, kurios užsiima seksu retai (Brody & Costa, 2009). Tačiau koks turėtų būti seksualinių santykių dažnumas, kad pora būtų patenkinta savo seksualiniais santykiais, sunku pasakyti. Kai kurie autoriai išskiria tokį skaičių – 2 kartai per savaitę. Tačiau panašu, kad pasitenkinimą seksualiniais santykiais labiausiai lemia atitikimo lygis tarp norimo ir esamo sekso dažnumo. Smith ir kitų (2011) atliktas tyrimas parodė, kad vyrai, kurie buvo nepatenkinti savo seksualiniais santykiais, norėjo užsiimti seksu dažniau nei realiai tuo užsiimdavo. Moterų rezultatai šiek tiek skyrėsi – iš tų, kurios buvo nepatenkintos savo seksualiniais santykiais, du trečdaliai norėjo užsiimti seksualinėmis veiklomis dažniau. Taip gali būti todėl, kad moterys labiau vertina ne tiek sekso dažnumą, bet jo kokybę bei įvairumą. Panašu, kad kuo seksualinės veiklos retesnės, tuo pasitenkinimas savo seksualiniu gyvenimu yra mažesnis.

Seksualinio elgesio įvairovė ir tipai. Laikui bėgant seksualinės veiklos gali labai suvienodėti ir pasikartoti, įnešdamos tam tikrą rutiną, dėl ko gali būti sunkiau susijaudinti ir pasitenkinimas seksualiniais santykiais gali sumažėti. Todėl nenuostabu, kad poros, kurios dažniau eksperimentuoja, yra labiau patenkintos savo seksualiniais santykiais. Viename tyrime imtis tiriamųjų buvo paklausta, kaip dažnai jie eksperimentuoja lovoje. Daugiau kaip pusė atsakė, kad tai daro bent retkarčiais, ir jų grupėje atsakiusiųjų, kad jie yra patenkinti savo seksualiniais santykiais, buvo dvigubai daugiau nei tų grupėje, kurie beveik neeksperimentuoja. Aukštą pasitenkinimą seksualiniais santykiais parodė tų rezultatai, kurie savaitgaliais nueina su sutuoktiniu į viešbutį ar motelį, maudosi vonioje ar duše kartu, plaukioja nuogi kartu, vienas kitą nurenginėja, perka erotiškus apatinius rūbus, užsiima seksu ne namuose, ilgiau išbūna glamonėse prieš sueitį (Greeley, 1991). Tad, užsiimant įvairesnėmis ir labiau netikėtomis seksualinėmis veiklomis, galima pagerinti pasitenkinimą savo seksualiniu gyvenimu.

Seksualinė komunikacija. Viena iš seksualinės komunikacijos funkcijų yra išreikšti, kas seksualinėse veiklose žmogui patinka ir kas nepatinka. Tokiu būdu yra padidinama tikimybė, kad

kitus kartus bus daroma tai, kas partneriui patinka ir vengiama daryti tai, kas jam nepatinka. Savo ruožtu padidėja ir pasitenkinimas seksualiniais santykiais (Sprecher & Cate, 2004).

Seksualinis konfliktas. Seksualiniai konfliktai yra dažna porų problema, kelianti įtampą ir nesutarimus. Jei atsiranda skirtumų tarp partnerių norų, gali kilti seksualinis konfliktas. Jis įvyksta tada, kai yra skirtumų tarp partnerių norų, jie nesutaria dėl sekso dažnumo, seksualinių veiklų, kažkuris partneris nėra patenkinamas seksualiai ir t.t. Atlikti tyrimai parodė, kad seksualiniai konfliktai yra neigiamai susiję su seksualiniu pasitenkinimu santykiais (Long, Cate, Fehsenfeld, & Williams, 1996). Neradant bendrų pomėgių lovoje, gali kilti nepasitenkinimas savo seksualiniais santykiais.

Prie suvokiamo savo seksualinių santykių sėkmingumo prisideda ir socializacijos procesas. Televizijoje, internete vaizduojamas seksualinis gyvenimas dažniausiai pasižymi tuo, kad vyksta dažnai, įvairiausiose vietose ir nekelia jokių problemų ar konfliktų. Dėl to poros, kurių seksualinis gyvenimas tuo nepasižymi, gali jausti nepasitenkinimą juo (Rampage, 1994). Čia svarbu suprasti, kad net būnant maksimaliai patenkintu savo seksualiniais santykiais, dauguma seksualinių suečių nebūna „tobulos“. Holivudinis sekso scenarijus, kai seksas yra smarkus, vedamas didelės aistros ir labai erotiškais, vykstantis „be žodžių“ yra nerealistinis ir tikėtis jo būtų nerealistiška. Realistiškai lūkesčiai turėtų atrodyti maždaug taip: 40-50% suečių būna patenkinti abudu partneriai, 20-25% suečių būna labai geros vienam partneriui (paprastai vyrui) ir tik geros kitam partneriui, 20-25% kartų būna priimtinių, bet neypatingų, 5-15% suečių būna vidutinės, nepatenkinančios ar visiškai nesėkmingos. Svarbu suprasti, kad kartais patirti nesėkmę lovoje yra normalu, ir kad tie, kurie geba iš to pasijuokti ar numoti į tai ranka, po kelių dienų geba visa tai užmiršti ir grįžti į „senas vėžes“ (McCarthy, 2003).

1.4. Pasitenkinimas tarpusavio santykiais ir jo veiksniai

Būti patenkintu savo romantiniais santykiais yra svarbu, nes nuo to priklauso ir asmeninė psichologinė gerovė (Proulx, Helms, & Buehler, 2007). Pasitenkinimas tarpusavio santykiais yra plačiai tyrinėjamas, literatūroje galima rasti labai įvairių veiksnių, susijusių su pasitenkinimu savo santykiais.

Vienas iš galimų veiksnių, kuris veikia poros pasitenkinimą santykiais, tai vaikų turėjimas. Slavinskienės ir Žardeckaitės-Matulaitienės (2013) atliktame tyrime Lietuvoje, tiriant prielaidą dėl vaikų turėjimo ir pasitenkinimo santykiais ryšio, išskirtos trys grupės – vaikų neturinčios poros, poros, turinčios iki 2 metų amžiaus vaikų ir poros, auginančios vyresnius vaikus. Tyrimo rezultatai parodė, kad labiausiai santuoka patenkintos tos poros, kurios neturi nei vieno vaiko, o mažiausiai patenkintos poros su iki 2 metų amžiaus vaikais. Pasak Cowan ir Cowan (1995), atsiradus vaikui, poros pasitenkinimas santykiais yra linkęs sumažėti, nes tapus tėvais reikia adaptuotis prie savo

naujų rolių, skirti daugiau dėmesio naujam šeimos nariui, pertvarkyti tarpusavio santykius. Taigi, vaikų turėjimas gali neigiamai paveikti poros pasitenkinimą savo santykiais.

Kitas įdomus veiksnys, kuris veikia pasitenkinimą santykiais, tai buvimas santuokoje. Tą rodo ir užsienyje ir Lietuvoje atlikti tyrimai. Pasirodo, kad porų, kurios gyvena kartu nesusituokusios, pasitenkinimas santykiais yra mažesnis, nei susituokusių porų (Smock, 2000). Lietuvoje atliktas tyrimas parodė tą patį - kartu gyvenančios poros yra mažiau patenkintos savo santykiais nei susituokusios poros. Įdomu ir tai, kad poros, kurios prieš susituokdamos negyveno kartu, buvo labiau patenkintos savo santykiais, nei poros gyvenusios kartu prieš santuoką (Legkauskas, 2008). Panašu, kad didesnis įsipareigojimas lemia didesnę pasitenkinimą tarpusavio santykiais.

Turint omeny, kad pasitenkinimas santykiais yra labai subjektyvus dalykas, kyla klausimas, kaip galima paaiškinti šį reiškinį. Thibaut ir Kelley 1959 m. socialinių mainų modelis gerai paaiškina, kodėl vieni žmonės yra labiau patenkinti savo santykiais nei kiti. Teorija remiasi idėja, kad tai, kaip mes vertiname savo santykius, lemia tam tikri lūkesčiai santykiams. Pagrindinis modelio principas: žmonės renkasi tuos santykius, kurie yra labiau apdovanojantys nei bet kurie kiti santykiai (teigiamos pasekmės) ir mažiausiai „kainuojantys“. Palyginimo laipsnis (angl. *comparison level*) yra svarbus vertinant santykių teikiamas pasekmes ir jis lemia pasitenkinimą santykiais. Palyginimo laipsnis turi dvi orientacijas - „normatyvią“ (santykių normos, kurios yra susiformavusios visuomenėje) ir „kognityvią“ (individualūs kiekvieno žmogaus lūkesčiai). Kai pasekmės pateisina lūkesčius ar juos viršija, žmonės linkę būti patenkinti savo santykiais, kai pasekmės nepateisina lūkesčių – atsiranda nepasitenkinimas santykiais (Sabatelli, 1988). Palyginimo laipsnis paaiškina, kodėl vieni žmonės yra patenkinti savo santykiais, kuriuos kiti laikytų prastais ir kodėl kiti yra nepatenkinti savo santykiais, nors kitiems jie iš šono atrodo geri.

1.5. Intymumas ir pasitenkinimas tarpusavio santykiais

Intymumo stoka santykiuose yra viena pagrindinių priežasčių, kodėl poros yra nepatenkintos savo santykiais ir kreipiasi į šeimos psichologus pagalbos (Doss, Simpson, & Christensen, 2004). Daugelyje tyrimų rastas ryšys tarp intymumo lygio ir pasitenkinimo tarpusavio santykiais. Hassenbrauck ir Fehr (2002) atliktame tyrime buvo išskirti keturi santykių kokybės aspektai – intymumas, nepriklausomybė, sutarimas ir seksualumas, ir žiūrėta, kas geriausiai prognozuoja pasitenkinimą tarpusavio santykiais. Rezultatai parodė, kad su pasitenkinimu santykiais visi komponentai yra susiję, bet labiausiai - intymumas, o mažiausiai – seksualumas.

Tyrimai, kuriuose intymumas yra išskirstytas į kelis tipus, parodė, kad įvairūs intymumo tipai gali būti nevienodai reikšmingi pasitenkinimui tarpusavio santykiais. Tolstedt ir Stokes (1983) savo

tyrime išskyrė verbalinį, emocinį ir fizinį intymumą. Verbalinis intymumas buvo apibrėžtas kaip savęs atskleidimas, emocinis intymumas – artimumo ir emocinio ryšio santykiuose suvokimas ir fizinis intymumas – partnerio patrauklumas ir fizinės bei seksualinės veiklos. Tyrimo rezultatai parodė, kad visi trys intymumo tipai buvo susiję su pasitenkinimu santykiais, tačiau nevienodai. Verbalinis ir emocinis intymumas buvo stipriau susiję su pasitenkinimu santykiais nei fizinis intymumas. Šio tyrimo rezultatai rodo, kad skirtingi intymumo tipai gali būti nevienodai susiję su pasitenkinimu santykiais. Jei verbalinis ir emocinis intymumas yra svarbesni nei fizinis intymumas, tai santykiuose, kuriuose yra aukštas verbalinis ir emocinis intymumas, santykiai gali būti patenkinami net jei fizinis intymumas žemas. Ir atvirkščiai, santykiai, kuriuose verbalinis ir emocinis intymumas yra žemas, gali būti nepatenkinami net jei fizinis intymumas yra aukštas. Schaefer ir Olson (1981) savo tyrime gavo panašius rezultatus. Jie intymumą išskyrė į emocinį (jausmų artumo patyrimas), socialinį (bendrų draugų ir panašumų socialiniame tinkle turėjimo patyrimas), intelektinį (dalinimosi idėjomis patyrimas), seksualinį (prieraišumo patyrimas bei seksualinių veiklų atlikimas) ir rekreacinį intymumą (bendrų hobijų, sportinių užsiėmimų turėjimo patyrimas). Tyrimas parodė, kad visi šie intymumo tipai yra susiję su pasitenkinimu santykiais tik skirtingu lygiu. Su pasitenkinimu santykiais labiau koreliavo emocinis, rekreacinis ir intelektinis intymumas. Panašu, kad emocinis, verbalinis artumas yra svarbesnis nei fizinis ar seksualinis intymumas.

Schaefer ir Olson (1981) teigimu, ryšyje tarp pasitenkinimo santykiais ir intymumo svarbiausia yra neatitikimas tarp suvokto ir trokštamo intymumo lygio tarp partnerių. Gali būti, kad poroje intymumo lygis yra mažas, tačiau pasitenkinimas santykiais yra aukštas. Ir atvirkščiai, būna santykių, kuriuose intymumo lygis aukštas, bet pasitenkinimas santykiais žemas. Taip greičiausiai yra todėl, kad egzistuoja nemažas skirtumas tarp suvokto ir trokštamo intymumo lygio. Jei šis skirtumas yra nedidelis, didesnė tikimybė, kad pora bus labiau patenkinta savo santykiais.

Tad, matome, kad yra atlikta nemažai tyrimų, parodančių teigiamą intymumo ir pasitenkinimo tarpusavio santykiais ryšį. Toliau apžvelkime intymumo ir pasitenkinimo seksualiniais santykiais ryšio tyrimus.

1.6. Intymumas ir pasitenkinimas seksualiniais santykiais

Vienas būdas, norint sukurti ir palaikyti pasitenkinimą keliančius santykius, tai puoselėti intymumą, reikalingą savo ir kito asmeniniams poreikiams patenkinti (Reis & Shaver, 1988). Dėl to stebėtina, kaip mažai tyrinėjama sąsaja tarp intymumo ir pasitenkinimo seksualiniais santykiais. Vieno tyrimo, atlikto šia tema, rezultatai parodė, kad vyrams ir moterims didesnis pasitenkinimas seksualiniais santykiais lemia didesnę emocinį intymumą, bet ne atvirkščiai (Yoo, Bartle-Haring, Day, & Gangamma, 2014). Kitokius rezultatus parodė kitas tyrimas, kuriame emocinis intymumas

statistiškai reikšmingai lėmė pasitenkinimą seksualiniais santykiais (Štulhofer, Ferreira, & Landripet, 2014). Deja, šiame tyrime buvo tirti tik vyrai. Tame pačiame tyrime nustatyta, kad vyrai, kurių seksualinis potraukis buvo sumažėjęs, surinko mažus ir intymumo įverčius. Be to, aukšti emocinio intymumo įverčiai padidino tikimybę, kad vyrų seksualinis potraukis bus nesumažėjęs. Ryšį tarp emocinio intymumo ir pasitenkinimo seksualiniais santykiais tiek vyrams, tiek moterims parodė Haning (2005) atliktas tyrimas. Taigi, matome, kad egzistuojantys tyrimai rodo santykių artumo ir pasitenkinimo seksualinėmis savo veiklomis sąsają.

Sąsaja tarp intymumo ir pasitenkinimo seksualiniais santykiais gali egzistuoti dėl fiziologinių mechanizmų. Žinduolių neurotransmiteris ir hormonas oksitocinas, kuris yra gaminamas galvos smegenyse, gali būti atsakingas už seksualinių ir neseksualinių santykių aspektų ryšį. Pavyzdžiui, tyrimuose su žinduoliais, oksitocino leidimas į smegenis sustiprino tiek ryšį tarp gyvūnų, tiek seksualinį interesą bei elgesį (Diamond, 2003). Kitaip sakant, gali būti, kad kai seksualinė sistema yra aktyvuojama, išsiskiria oksitocinas, kuris aktyvuoja tarpasmeninio ryšio (angl. *interpersonal bonding*) sistemą. Arba gali būti atvirkščiai – tarpasmeninio ryšio sistemos aktyvavimas išsiskiria oksitociną, kuris aktyvuoja seksualinę sistemą. Fiziologinis tarpininkavimas tarp seksualinės ir tarpasmeninio ryšio sistemų atitinka evoliucinį požiūrį. Mūsų protėviai turėjo didesnę reprodukcinę tikimybę, jei sugebėdavo sukurti stiprų tarpasmeninį ryšį su poravimosi partneriu. Moterims toks stiprus ryšys sumažindavo tikimybę, kad vyras paskirs resursų kitoms moterims. Vyrui stiprus artimas ryšys užtikrindavo, kad moteris neieškos kitų vyrų, taip padidinant tikimybę vyrui turėti palikuonių. Tačiau, pastebėtina, kad gali būti taip, jog žmogus jaučia emocinį ryšį su partneriu, bet nejaučia seksualinio potraukio ir atvirkščiai – galima jausti kitam seksualinį potraukį ir užsiimti seksualine veikla, bet nejaušti emocinio artumo (Diamond, 2003). Dėl to toks aiškinimas nėra išsamus.

Plačiau tyrinėjama sritis yra pasitenkinimas seksualiniais ir tarpusavio santykiais, todėl prie jos toliau ir pereikime.

1.7. Pasitenkinimas seksualiniais santykiais ir pasitenkinimas tarpusavio santykiais

Yra atlikta nemažai tyrimų, kurie parodė teigiamą sąsają tarp pasitenkinimo savo seksualiniu gyvenimu ir pasitenkinimo tarpusavio santykiais (Byers, Demmons, & Lawrance, 1998; Sprecher, 2002; Byers, 2005). Pavyzdžiui, Sprecher (2002) savo tyrime nustatė, kad pasitenkinimas seksualiniais santykiais buvo susijęs tiek su pasitenkinimu tarpusavio santykiais, tiek su meile, įsipareigojimu bei santykių stabilumu. Ryšys tarp pasitenkinimo seksualiniais santykiais ir pasitenkinimo tarpusavio santykiais buvo stipresnis vyrų imtyje negu moterų.

Prasti seksualiniai santykiai gali būti nulemti tam tikrų seksualinių problemų ir sutrikimų. Tokių problemų pavyzdžiai – užslopintas seksualinis potraukis (ypač moterims), ankstyva

ejakuliacija ir erekcijos sutrikimas vyrams, orgazmo nebuvimas ir skausminga sueitis moterims. Seksualinės problemos mažina pasitenkinimą tarpusavio santykiais ir yra viena pagrindinių priežasčių, kodėl poros išsiskiria, ypač per pirmuosius trejus santuokos metus (McCarthy, 2003).

Svarbus mediatorius tarp seksualinių ir neseksualinių santykių aspektų – sekso dažnumas poroje. Tyrimai rodo, kad sekso dažnumas yra teigiamai susijęs su seksualiniu pasitenkinimu ir bendru pasitenkinimu santykiais. Tikėtina, kad kai žmonės yra patenkinti santykiais, jie dažniau užsiima seksu, kas veda prie didesnio seksualinio pasitenkinimo. Taip susidaro cikliškas procesas. Kai žmonės yra nepatenkinti santykiais, jie gali dažniau atsisakyti sekso, dėl ko sumažėja seksualinis pasitenkinimas. Arba, žmonės, kurie nėra patenkinti seksualiniu gyvenimu, gali atsisakyti užsiimti seksu, kad išvengtų nemalonaus sekso, kuris vestų prie pasitenkinimo santykiais sumažėjimo (Sprecher, Christopher, & Cate, 2006). Deja, šis cikliškas procesas mažai tyrinėjamas.

Seksualinė komunikacija yra susijusi tiek su seksualiniu pasitenkinimu, tiek su bendru pasitenkinimu santykiais (Byers & Demmons, 1999), dėl ko seksualinė komunikacija yra galimas mediatorius. Seksualinė komunikacija – tai šnekėjimasis apie tai, koks seksualinis elgesys asmeniui patinka ir nepatinka. Šių dalykų atskleidimas partneriui yra teigiamai susijęs su seksualiniu pasitenkinimu ir bendru pasitenkinimu tarpusavio santykiais. Žmonės, kurie šnekasi apie tai, seksualinių veiklų metu turi galimybę atlikti mėgstamus veiksmus ir neatlikti nemėgstamų, kas padidina seksualinį pasitenkinimą ir savo ruožtu – pasitenkinimą tarpusavio santykiais. Gali būti ir atvirkštinis ryšys – žmonės, kurie yra patenkinti santykiais gali jaustis patogiai išsakydami tai, kas jiems patinka ir nepatinka, taip padidėja seksualinis pasitenkinimas (Byers & Demmons, 1999).

Jei atsiranda skirtumų tarp partnerių norų, gali kilti seksualinis konfliktas (angl. *sexual conflict*). Tokių tyrimų yra mažai, bet egzistuojantys tyrimai parodė, kad seksualiniai konfliktai yra neigiamai susiję su seksualiniu bei bendru pasitenkinimu tarpusavio santykiais (Long et al., 1996).

Taigi, matome, dėl ko pasitenkinimas savo seksualiniu gyvenimu galėtų būti susijęs su bendru pasitenkinimu santykiais. Iki šiol panagrinėjome įvairius santykių aspektus ir parodėme, kad jie yra susiję tarpusavyje. Tačiau ar tą patį galima teigti, kai kalbame apie vyrus ir moteris? Ar yra skirtumų, kaip intymumą, pasitenkinimą seksualiniais ir tarpusavio santykiais patiria vyrai ir moterys? Tą panagrinėsime tolimesniame skyrelyje.

1.8. Moterų ir vyrų intymumo, pasitenkinimo santykiais ir pasitenkinimo seksualiniais santykiais skirtumai

Yra atlikta nemažai tyrimų, norint išsiaiškinti ar egzistuoja skirtumai tarp vyrų ir moterų, suvokiant intymumą. Intymumo tyrimuose tai turbūt daugiausia tiriama tema. Vieni tyrimai randa

šiuos skirtumus, kiti ne. Kai kurie mokslininkai mano, kad moterys apie intymumą mąsto kaip apie gilius, asmeninius ir verbalinius mainus bei susietumo jausmą tarp partnerių. Tuo tarpu vyrai intymumą yra labiau linkę sieti su bendra veikla bei fiziniu kontaktu, įskaitant seksualines veiklas (Sherman, 1993; Rampage, 1994). Dėl to randasi šie skirtumai. Yra lyčių skirtumų ir verbalinėse ir neverbalinėse intymumo išraiškose. Pavyzdžiui, vyrai bendraudami yra linkę apsiriboti mažiau asmeniškais temomis nei moterys. Vyrai taip pat mažiau linkę naudoti žvilgsnio ir lietimosi veiksmus, kai bendrauja su partnere (Prager, 1995). Taip pat svarbu, kad moterys labiau linkusios jausti, kad intymumas jų santykiuose yra nepakankamas ir, apskritai, intymumas labiau susijęs su moterų pasitenkinimu santykiais nei vyrų (Prager, 1995). Taigi, vyrai ir moterys intymumą gali suprasti skirtingai, dėl to teikia jam ir skirtingą reikšmę.

Intymumo suvokimo skirtumai tarp vyrų ir moterų galėjo rasti dėl socializacijos proceso. Vyrai nuo pat mažens mokomi neparodyti savo pažeidžiamumo. Pasakymas „dideli berniukai neverkia“ berniukams nurodo, kad savo jausmus reikia pasilaikyti sau. Tokia savikontrolė turi privalumų, tačiau riboja atvirumą, kuris yra svarbus intymiems santykiams suformuoti. Vyrai nuo mažumės labiausiai apdovanojami už problemų sprendimo gebėjimus, todėl jei žmona pasiskundžia kokia nors problema (pvz.: motinos sveikatos pablogėjimu), vyras greičiausiai ieškos jos sprendimo, kai tuo tarpu moteriai labiausiai reikia emocinio palaikymo. Vienintelė situacija, kurioje vyrams „galima“ parodyti savo pažeidžiamumą ir jausmus, tai seksualinis suartėjimas (Rampage, 1994). Todėl siekdami emocinio artumo, vyrai siekia seksualinio kontakto.

Tuo tarpu moterys socializacijos proceso metu išmoka, kad vyrai turėtų intymumą parodyti taip pat kaip ir moterys. Romantinė literatūra, muilo operos televizijoje, dainos labai iškreipia ir padidina tai, kaip vyrai iš tikrųjų kalbasi apie savo jausmus – nenoriai. O moterims tokie pokalbiai yra turbūt pagrindinis intymių santykių komponentas (Rampage, 1994). Dėl to gali rasti pojūtis, kad santykiai yra nepakankamai intymūs – moteris tikisi, kad vyras atsiskleis, kalbės apie savo jausmus, o vyras to nedaro.

Tačiau ne visada taip yra. Ne visuose tyrimuose matomas skirtumas tarp vyrų ir moterų intymumo (Singer-Hendrick, 1981). Vienas galimas paaiškinimas, kodėl nerandami šie skirtumai, tai santykių tipas bei trukmė. Prager (1995) pastebėjo, kad lyčių skirtumai intymumo klausimu yra mažesni, kai santykiai yra romantinio pobūdžio ir yra ilgalaikiai. Pavyzdžiui, romantiniuose santykiuose esantys vyrai ir moterys atsiskleidžia ir išsipasakoja panašiu dažnumu ir panašiomis temomis. Singer-Hendrick (1981) tyrusi 51 vedusią porą atskleidė, kad vyrų ir jų žmonių polinkis atsiskleisti koreliavo tarpusavyje – kuo daugiau vienas iš partnerių atsiskleisdavo, tuo daugiau atsiskleisdavo ir kitas partneris. Panašu, kad lyčių intymumo suvokimo skirtumai turėtų būti minimalūs ilgalaikiuose romantiniuose santykiuose.

Pasitenkinimo seksualiniais santykiais bei pasitenkinimo tarpusavio santykiais skirtumai tarp vyrų ir moterų nėra iki galo aiškūs. Mark ir Murray (2012) teigimu, moterys poroje jaučiasi taip, kad iš seksualinių veiklų gaunami apdovanojimai yra mažesni ir jų kaina yra didesnė nei vyrams. Dėl to, moterys gali prasčiau vertinti savo seksualinius santykius nei vyrai. Kalbant apie pasitenkinimą tarpusavio santykiais, kai kurie tyrimai rodo, kad nėra statistiškai reikšmingo skirtumo tarp vyrų ir moterų pasitenkinimo savo santykiais (Jackson, Miller, Oka, & Henry, 2014). Tačiau kiti tyrimai rodo priešingus rezultatus – moterys yra linkusios būti mažiau patenkintos savo santykiais nei vyrai (Schumm, Webb & Bollman, 1998). Tyrėjų teigimu, taip gali būti dėl to, kad mažiau patenkintos savo santykiais moterys yra apskritai labiau linkusios atsakinėti į anketas apie santykius. Tad, šioje vietoje tyrimai yra priešaringi.

Patton ir Waring (1985) rado įdomius lyčių skirtumus tiriant intymumą ir pasitenkinimą seksualiniais santykiais. Tyrimo rezultatai parodė, kad vyrai galėdavo būti patenkinti seksualiniais santykiais net jei kiti intymumo tipai buvo žemo lygio, o moterų rezultatai rodė, kad intymumo tipai buvo labiau susiję su pasitenkinimu seksualiniais santykiais. Priešingus rezultatus savo tyrime gavo Haning (2005), kuris parodė, kad intymumas su pasitenkinimu seksualiniais santykiais labiau siejosi vyrams nei moterims. Prager (1995) teigimu, vyrai labiau vertina seksualinį intymumą nei verbalinį intymumą, o moterys labiau vertina verbalinį intymumą nei seksualinį. Taigi, matome, kad šioje vietoje tyrimai yra nevienareikšmiai. Lieka neaišku, ar vyrams, ar moterims intymumas labiau laiduoja pasitenkinimą seksualiniais santykiais.

Skirtumai tarp vyrų ir moterų, kalbant apie ryšį tarp pasitenkinimo santykiais ir intymumo bei pasitenkinimo seksualiniais santykiais nėra iki galo aiškūs, kadangi yra labai mažai tyrinėti. Hassenbrauck ir Fehr (2002) atliktame tyrime nustatyta, kad iš keturių santykių kokybės aspektų – intymumo, nepriklausomybės, sutarimo ir seksualumo, labiausiai pasitenkinimą tarpusavio santykiais tiek vyrams, tiek moterims prognozuoja intymumas. Tačiau moterims šis ryšys buvo stipresnis nei vyrams. Viename tyrime buvo tirta, kaip pasitenkinimas tarpusavio bei seksualiniais santykiais lemia vyrų ir moterų apsisprendimą išsiskirti. Išsiskyrimo tikimybė vyrams yra labiau susijusi su nepasitenkinimu seksualiniais santykiais, o moterims išsiskyrimo tikimybė didesnė, kai jos yra nepatenkintos bendrais tarpusavio santykiais (Sprecher, 2002). Tad, galime sakyti, kad tyrimai, siekiant išsiaiškinti lyčių skirtumus šioje srityje yra labai skurdūs. Panašu, kad moterims intymumas yra labiau susijęs su pasitenkinimu tarpusavio santykiais, o pasitenkinimas tarpusavio santykiais yra siejamas su pasitenkinimu seksualiniais santykiais labiau vyrams nei moterims.

1.9. Intymumas, pasitenkinimas tarpusavio santykiais, pasitenkinimas seksualiniais santykiais ir amžius

Labiausiai intymumo klausimu tyrinėjamas amžiaus tarpsnis yra 18-30 metų. Keturiasdešimtmečiai ir vyresni žmonės yra mažai tyrinėjami, nors jie turi didesnę galimybę būti ilgalaikiuose artimuose santykiuose (Prager, 1995). Prager (1995) teigimu, su laiku kai kurių intymių veiksmų dažnumas mažėja (pvz.: lietimasis), bet intymumo patyrimas (kaip meilės ir susietumo jausmas) nemažėja. Be to, Lowenthal ir Haven (1968) savo tyrimu atskleidė, kad laimingiausi ir sveikiausi iš senų žmonių buvo tie, kurie turėjo artimus santykius. Nors tyrimų šioje srityje dar trūksta, galima teigti, kad intymumas santykiuose bėgant laikui išlieka panašus.

Pasitenkinimas seksualiniais santykiais su amžiumi paprastai mažėja. Taip gali būti todėl, kad poros vis mažiau užsiima seksu, vis rečiau patiria malonumą jo metu, mažiau eksperimentuoja (Greeley, 1991). Su amžiumi atsiranda įvairių sveikatos ir seksualinio funkcionavimo problemų, dėl ko taip pat sumažėja seksualinių veiklų dažnumas bei pasitenkinimas jomis. Moterims tai tokios problemos kaip sumažėjęs lytinis potraukis, vaginalinis išsausėjimas, negebėjimas patirti orgazmo, skausmingas lytinis aktas (Hughes, Rostant, & Pelon, 2015). Tarp vyrų dažniausios problemos būna sumažėjęs seksualinis potraukis ir erekcijos problemos (Lindau et al., 2007). Vyrų ir moterų, kurie savo sveikatą vertina kaip prastą, yra daug mažiau seksualiai aktyvūs nei sveiki žmonės (Lindau et al., 2007). Tačiau pasitenkinimas seksualiniais santykiais tiek daug nesumažėja, palyginus su jų dažnumu. Taip gali būti todėl, kad sendami žmonės supranta, kad seksualinės veiklos su amžiumi retėja ir prastėja (Sprecher & Cate, 2004). Matome, kad pasitenkinimas seksualinėmis veiklomis su amžiumi tik prastėja.

Tad, literatūroje randame, kad intymumas su amžiumi paprastai išlieka nepakitęs, o pasitenkinimas seksualinėmis veiklomis sumažėja. Ar amžius turi įtakos trečiam mūsų nagrinėjamam santykių aspektui – pasitenkinimui tarpusavio santykiais – sunku atsakyti, nes tyrimų, tiriančių tokią ryšį, atsižvelgiant ir į santykių trukmę, beveik nėra. Toliau iškelsime šio tyrimo tikslus ir hipotezes.

1.10. Tyrimo tikslai ir hipotezės

Nors yra atlikta nemažai tyrimų, bandant išsiaiškinti intymumo, pasitenkinimo seksualiniais ir tarpusavio santykiais sąsajas, tai yra sritis, kuri neturi vienareikšmių atsakymų, be to, nėra žinoma panašių tyrimų, atliktų Lietuvoje. Šio tyrimo **tikslas** – ištirti, kaip yra susiję intymumas, pasitenkinimas tarpusavio santykiais ir pasitenkinimas seksualiniais santykiais romantiniuose santykiuose, bei palyginti vyrų ir moterų rezultatus.

Uždaviniai ir hipotezės:

1. Nustatyti asmenų intymumo sąsajas su pasitenkinimu tarpusavio santykiais.
H1: asmenų intymumo lygis turi teigiamas sąsajas su pasitenkinimu tarpusavio santykiais.
2. Nustatyti asmenų intymumo sąsajas su pasitenkinimu seksualiniais santykiais.
H2: asmenų intymumo lygis turi teigiamas sąsajas su pasitenkinimu seksualiniais santykiais.
3. Nustatyti asmenų pasitenkinimo tarpusavio santykiais sąsajas su pasitenkinimu seksualiniais santykiais.
H3: asmenų pasitenkinimas tarpusavio santykiais turi teigiamas sąsajas su pasitenkinimu seksualiniais santykiais.
4. Nustatyti, ar egzistuoja skirtumai tarp vyrų ir moterų intymumo, pasitenkinimo tarpusavio santykiais, pasitenkinimo seksualiniais santykiais.
H4: egzistuoja skirtumai tarp moterų ir vyrų intymumo, pasitenkinimo tarpusavio santykiais bei pasitenkinimo seksualiniais santykiais.
5. Nustatyti, ar egzistuoja skirtumai tarp vyrų ir moterų intymumo, pasitenkinimo tarpusavio santykiais, pasitenkinimo seksualiniais santykiais sąsajų.
H5: egzistuoja skirtumai tarp moterų ir vyrų sąsajų tarp intymumo, pasitenkinimo tarpusavio santykiais bei pasitenkinimo seksualiniais santykiais.

2. TYRIMO METODIKA

2.1. Tyrimo dalyviai

Tyrime dalyvavo vyrai ir moterys, kurie tiriamuoju momentu turėjo romantinius santykius, trunkančius bent pusę metų, su kitu asmeniu ir nebuvo susituokę bei neturėjo vaikų. Iš viso į klausimyną atsakė 242 respondentai, iš jų 20 (12 moterų ir 8 vyrų) atsakymų nebuvo įtraukti į analizę, nes atsakiusieji buvo susituokę ir/arba turėjo vaikų. Tyrime buvo pasirinkta tirti tik nesusituokusius asmenis, nes pagal literatūrą, yra skirtumas tarp susituokusių ir nesusituokusių asmenų pasitenkinimo santykiais - susituokę asmenys yra statistiškai reikšmingai labiau patenkinti savo santykiais nei nesusituokę (Smock, 2000; Legkauskas, 2008). Literatūroje taip pat randame, kad vaikų turėjimas gali neigiamai paveikti pasitenkinimą tarpusavio santykiais, todėl pasirinkta tirti tik vaikų neturinčius asmenis (Slavinskienė ir Žardeckaitė-Matulaitienė, 2013). Taip siekta didesnio tyrimo dalyvių homogeniškumo. Taigi, iš viso panaudota 222 respondentų atsakymai, iš kurių 62 – vyrų, 160 – moterų. Vyrų tyrimo sudarė 27,9 proc., o moterų 72,1 proc.

Tyrimo dalyvių amžius svyravo nuo 18 iki 37 metų, vidurkis 22,66 metai ($SD = 2,13$). Vyrų amžiaus vidurkis 22,66 metų ($SD = 1,79$), moterų 22,66 metų ($SD = 2,25$). Respondentų santykių trukmė su romantiniu partneriu svyravo nuo pusės metų iki 9 metų, vidurkis – 2,74 metų ($SD = 1,77$), moterų – $M = 2,79$, $SD = 1,73$, vyrų – $M = 2,61$, $SD = 1,87$.

Tyrime buvo renkama informacija ir apie išsilavinimą. 50,9 proc. tyrimo dalyvių turėjo aukštąjį universitetinį išsilavinimą, 39,6 proc. – vidurinį, 6,8 proc. – aukštąjį neuniversitetinį ir 2,7 proc. – profesinį.

2.2. Tyrimo instrumentai

Tyrimo dalyviai užpildė keturių dalių klausimyną, kurį sudarė demografiniai klausimai, Miller socialinio intymumo skalė, Santykių vertinimo forma ir Naujoji pasitenkinimo seksualiniais santykiais skalė.

1. Demografiniai klausimai surinkti buvo užduoti 6 klausimai apie tiriamųjų lytį, amžių, išsilavinimą, šeimyninę padėtį, santykių trukmę, vaikų (ne)turėjimą. Demografiniai klausimai pateikiami 2 priede (2 priedas). 1 priede pateikiamas prisistatymas tyrimo dalyviams (1 priedas).
2. **Miller socialinio intymumo skalė** (Miller & Lefcourt, 1982).

Miller socialinio intymumo skalė (Miller Social Intimacy Scale) yra vienas populiariausių instrumentų, kuriuo vertinamas įvairaus pobūdžio santykių intymumas. Jis sudarytas iš 17 klausimų, iš kurių 6 klausimai yra apie intymų elgesį ir 11 klausimų apie jausmus. Kiekvienas klausimas

vertinamas 10 balų Likerto skalėje, kur 1 - „labai retai“ arba „tik truputį“, 5 - „kartais“ arba „mažai“, 10 - „labai daug“ arba „beveik visada“. Galima surinkti nuo 17 iki 170 balų, didesnis balas rodo didesnę poros intymumo lygį.

Klausimų pavyzdžiai: „Kai turite laisvo laiko, ar dažnai pasirenkate jį praleisti su juo/ja dviese?“, „Dažniausiai kiek artimas/a jaučiatės jam/jai?“.

Atsiklausus autorės R. S. Miller, buvo gautas leidimas skalę versti į lietuvių kalbą bei naudoti šio tyrimo tikslais.

Autorių nurodomas skalės patikimumo koeficientas – 0,91. Pakartotinio testavimo būdu vertintas patikimumas 0,96 (2 mėnesiai). Šiame tyrime lietuviškosios skalės versijos patikimumas gautas aukštas – vidinio suderintumo koeficientas (Cronbach α) lygus 0,87.

3. **Santykių vertinimo forma** (Davis & Todd, 1982).

Santykių vertinimo forma (Relationship Rating Form) yra sudaryta iš kelių skalių, matuojančių įvairius santykių konstruktus. Šiam tyrimui buvo naudota tik pasitenkinimo santykiais skalė pasitenkinimo tarpusavio santykiais lygiui matuoti. Skalė yra sudaryta iš 11 klausimų ir 4-ių subskalių – sėkmė (3 klausimai), malonumas (3 klausimai), abipusiškumas (3 klausimai) ir savigarba (2 klausimai).

Klausimų pavyzdžiai: sėkmės subskalėje „Ar Jūsų tarpusavio santykiai patenkina Jūsų poreikius?“, malonumo subskalėje „Ar tam tikra veikla su juo/ja Jums teikia didesnę malonumą nei ta pati veikla su kuo nors kitu?“, abipusiškumo skalėje „Kaip manote, ar Jūs rūpitate jam/jai tiek pat, kiek jis/ji rūpi Jums?“, pagarbos subskalėje „Ar jis/ji verčia Jus savimi didžiuotis?“. Kiekvienas klausimas matuojamas 9-ių balų Likerto skalėje, kur 1 - „Visiškai nesutinku“, 5 - „Pakankamai“, 9 - „Visiškai sutinku“. Iš viso galima surinkti nuo 11 iki 99 balų, kuo jis aukštesnis, tuo pasitenkinimas santykiais didesnis.

Gautas leidimas iš autorių versti skalę į lietuvių kalbą ir naudoti šio tyrimo tikslais.

Autorių nurodytas skalės vidinio suderintumo koeficientas yra 0,90, sėkmės subskalės – 0,83, malonumo – 0,81, abipusiškumo – 0,77 ir savigarbos – 0,90. Šiame tyrime lietuviškosios skalės versijos patikimumas gautas aukštas – vidinio suderintumo koeficientas (Cronbach α) lygus 0,93, sėkmės subskalės – 0,94, malonumo – 0,73, abipusiškumo – 0,91 ir savigarbos – 0,87.

4. **Naujoji pasitenkinimo seksualiniais santykiais skalė** (Štulhofer, Buško, & Brouillard, 2008).

Naujoji pasitenkinimo seksualiniais santykiais skalė (The New Sexual Satisfaction Scale) yra sudaryta iš 20 teiginių apie seksualinį santykių aspektą. Autorių teigimu tai naudingas instrumentas

pasitenkinimui seksualiniais santykiais tirti, nepriklausomai nuo tiriamųjų lyties, seksualinės orientacijos ir santykių statuso. Šiame tyrime naudota trumpesnė, 12 teiginių versija NSSS-S. Joje subskalių nėra. Kiekvienas teiginys vertinamas 5-ių balų Likerto skalėje, kurioje 1 = visiškai nepatenkintas, 2 = mažai patenkintas, 3 = vidutiniškai patenkintas, 4 = daugumoje patenkintas, 5 = visiškai patenkintas. Iš viso galima surinkti nuo 12 iki 60 balų, kuo jis aukštesnis, tuo pasitenkinimas santykiais didesnis. Kuriant skalę buvo remiamasi 5-ių dimensijų modeliu, kuriame pabrėžiami šie pasitenkinimo seksualiniais santykiais aspektai: seksualiniai jautimai, seksualinis susifokusavimas, seksualiniai mainai, emocinis artumas ir seksualinės veiklos.

Skalės autorių atliktame tyrime dalyvavo virš 2000 tiriamųjų iš Kroatijos bei JAV, kurių amžius buvo 18-55 metų. Nustatytas geras skalės patikimumas abiejų kultūrų imtyse. Skalės vidinis suderintumas Kroatijos ir JAV imtyse buvo aukštas ir pilnoje ($\alpha=.94-.96$), ir trumpoje versijoje ($\alpha=.90-.93$). Pakartotinio testavimo būdu gautas patikimumas buvo patenkinamas vieno mėnesio laikotarpyje. Šiame tyrime lietuviškosios skalės versijos patikimumas gautas aukštas – vidinio suderintumo koeficientas (Cronbach α) lygus 0,85.

Tyrimo dalyviai turi įvertinti, kiek yra patenkinti kiekvienu teiginiu apie savo santykius. Teiginių pavyzdžiai: „Mano orgazmų kokybė“, „Mano partnerio (-ės) seksualinis kūrybiškumas“, „Seksualinių veiklų dažnumas“.

A. Štulhofer leido NSSS-S skalę versti į lietuvių kalbą ir naudoti šiame tyrime.

2.3. Tyrimo eiga

Nei viena iš šių skalių nėra adaptuota Lietuvoje, todėl pirmiausia reikėjo jas išversti. Tai buvo daroma konsultuojantis su darbo vadovu bei vertėju. Siekiant patikrinti skalių vertimo aiškumą, buvo atliktas bandomasis tyrimas su trimis žmonėmis. Jie turėjo perskaityti kreipimąsi, instrukcijas ir atsakyti į visus klausimus. Visi klausimai bandomojo tyrimo dalyviams buvo aiškūs, vieno klausimo formuluotė šiek tiek pakeista.

Šio darbo tyrimo strategija – koreliacinis tyrimas. Tyrimo dalyviai buvo surinkti patogiosios atrankos būdu. Klausimynas buvo sukurtas internetiniame puslapyje www.google.com/forms, o jo nuoroda buvo pasidalinta individualiai su pažįstamais, taip pat patalpinta socialiniame tinkle www.facebook.lt. Taigi, klausimyną tyrimo dalyviai užpildė internetu. Pildymo trukmė nurodyta apie 10 minučių, laikas ribojamas nebuvo. Prieš pradėdami atsakinėti į klausimus, respondentai buvo supažindinami su tyrimo tema, instrukcijomis, informuojami apie konfidencialumo užtikrinimą, kur galėtų kreiptis kilus klausimams.

2.4. Duomenų analizė

Tyrimo duomenų apdorojimas ir statistiniai skaičiavimai buvo atliekami SPSS Statistics 21 programa. Buvo skaičiuojama aprašomoji statistika (vidurkiai, standartiniai nuokrypiai), skalių patikimumas vidinio suderintumo būdu (Cronbach α). Duomenų pasiskirstymo normalumas patikrintas *Shapiro-Wilk* testu, nenormaliai pasiskirsčiusių duomenų koreliacijos apskaičiuotos *Spearman* koreliacijomis. Vidurkių palyginimui naudotas *Mann-Whitney U* testas.

3. REZULTATAI

3.1. Intymumo ir pasitenkinimo tarpusavio santykiais sąsajos

Pirmiausia buvo nustatyta, ar tyrimo duomenys pasiskirstę normaliai ar ne. Atlikus *Shapiro-Wilk* testą, buvo nustatyta, kad visų skalių duomenys pasiskirstę nenormaliai, tą patį rodė ir asimetrijos (*skewness*) ir eksceso (*kurtosis*) rodikliai bei histograma, stačiakampė diagrama ir kvantilių grafikas (*Q-Q*). *Shapiro-Wilk* testo koeficientai visoms skalėms pateikiami 3 priede. Dėl to, ryšiams tarp konstrukto tirti buvo naudojama *Spearman* koreliacija. Koreliacijų koeficientai interpretuoti pagal Čekanavičių ir Murauską (2006) (**1 lentelė**).

1 lentelė. *Koreliacijų koeficientų interpretacija.*

r reikšmė	Interpretacija
0,3 – 0,5	silpna teigiama koreliacija
0,5 – 0,7	vidutinė teigiama koreliacija
0,7 – 0,9	stipri teigiama koreliacija

Pirmasis tyrimo uždavinys – ištirti intymumo, patiriamo poroje, bei pasitenkinimo tarpusavio santykiais ryšį (*H1: asmenų intymumo lygis turi teigiamas sąsajas su pasitenkinimu tarpusavio santykiais*). Nustatyti šiam ryšiui tarp intymumo ir pasitenkinimo tarpusavio santykiais bei jo subskalių - sėkmė, malonumas, abipusiškumas ir savigarba – ir intymumo, buvo taikoma *Spearman* koreliacija, **2 lentelėje** pateikiami koreliacijos koeficientai (*rs*).

2 lentelė. *Respondentų (N = 222) intymumo sąsajos su pasitenkinimu tarpusavio santykiais bei jo subskalėmis.*

	Intymumas
Pasitenkinimas tarpusavio santykiais	0,68***
Sėkmė	0,69***
Malonumas	0,50***
Abipusiškumas	0,60***
Savigarba	0,54***

Pastaba. Statistiškai reikšmingos koreliacijos pažymėtos paryškintu šriftu. * $p < 0,05$; ** $p < 0,01$; *** $p < 0,001$.

Ieškant ryšio tarp poroje patiriamo intymumo ir pasitenkinimo tarpusavio santykiais, buvo rasta vidutinio stiprumo, teigiama ir statistiškai reikšminga koreliacija. Vadinasi, kuo santykiai yra labiau intymūs, tuo pasitenkinimas tarpusavio santykiais yra didesnis. Žiūrint į pasitenkinimo tarpusavio santykiais subskales, visos jos buvo teigiamai ir statistiškai reikšmingai susijusios su intymumu. Stipriausiai intymumas koreliavo su sėkme ($r_s = 0,69, p < 0,001$), mažiau su abipusiškumu ($r_s = 0,60, p < 0,001$) ir savigarba ($r_s = 0,54, p < 0,001$), mažiausiai su malonumu ($r_s = 0,50, p < 0,001$). Taigi, kuo santykiai yra labiau intymūs, tuo jie vertinami kaip labiau sėkmingi, abipusiški (kad romantinis partneris jaučia panašius jausmus), keliantys savigarbą ir teikiantys malonumą. Taigi, pirmoji hipotezė pasitvirtino.

3.2. Intymumo sąsajos su pasitenkinimu seksualiniais santykiais

Antrasis tyrimo uždavinys buvo ištirti ryšį tarp poroje patiriamo intymumo ir pasitenkinimo savo seksualiniais santykiais (*H2: asmenų intymumo lygis turi teigiamas sąsajas su pasitenkinimu seksualiniais santykiais*). Šiam ryšiui nustatyti buvo skaičiuojamas *Spearman* koreliacijos koeficientas tarp Miller socialinio intymumo skalės ir Naujosios pasitenkinimo seksualiniais santykiais skalės įverčių. Rezultatai pateikiami **3 lentelėje**.

3 lentelė. Respondentų ($N = 222$) intymumo sąsajos su pasitenkinimu seksualiniais santykiais.

	Intymumas
Pasitenkinimas seksualiniais santykiais	0,42***

Pastaba. Statistiškai reikšmingos koreliacijos pažymėtos paryškintu šriftu. * $p < 0,05$; ** $p < 0,01$; *** $p < 0,001$.

Tiriant poroje patiriamo intymumo ryšį su pasitenkinimu seksualiniais santykiais buvo nustatyta silpna, teigiama ir statistiškai reikšminga koreliacija. Tai rodo, kad kuo intymumas didesnis, tuo didesnis ir pasitenkinimas seksualiniais santykiais. Antroji hipotezė pasitvirtino.

3.3. Pasitenkinimo tarpusavio santykiais sąsajos su pasitenkinimu seksualiniais santykiais

Kitas tyrime iškeltas uždavinys buvo ištirti ryšį tarp pasitenkinimo tarpusavio santykiais ir pasitenkinimo seksualiniais santykiais (*H3: asmenų pasitenkinimas tarpusavio santykiais turi teigiamas sąsajas su pasitenkinimu seksualiniais santykiais*). Šiam ryšiui nustatyti apskaičiuota *Spearman* koreliacija tarp pasitenkinimo seksualiniais santykiais (Naujosios pasitenkinimo

seksualiniais santykiais skalės įvertis) ir pasitenkinimo tarpusavio santykiais bei jo subskalių (Santykių vertinimo formos įverčiai). Koreliacijos koeficientai pateikiami **4 lentelėje**.

4 lentelė. Respondentų ($N = 222$) pasitenkinimo tarpusavio santykiais sąsajos su pasitenkinimu seksualiniais santykiais.

	Pasitenkinimas seksualiniais santykiais
Pasitenkinimas tarpusavio santykiais	0,55***
Sėkmė	0,57***
Malonumas	0,37***
Abipusiškumas	0,39***
Savigarba	0,41***

Pastaba. Statistiškai reikšmingos koreliacijos pažymėtos paryškintu šriftu. * $p < 0,05$; ** $p < 0,01$; *** $p < 0,001$.

Ieškant ryšio tarp pasitenkinimo tarpusavio santykiais ir pasitenkinimo seksualiniais santykiais, buvo rasta vidutinio stiprumo, teigiama ir statistiškai reikšminga koreliacija. Vadinasi, tie asmenys, kurie buvo labiau patenkinti savo seksualiniais santykiais, buvo labiau patenkinti ir bendrais tarpusavio santykiais. Žiūrint į pasitenkinimo tarpusavio santykiais subskales, visos jos buvo teigiamai ir statistiškai reikšmingai susijusios su pasitenkinimu seksualiniais santykiais. Stipriausiai (vidutinio stiprumo koreliacija) pasitenkinimas seksualiniais santykiais koreliavo su sėkme ($r_s = 0,57$, $p < 0,001$), mažiau (silpna koreliacija) su savigarpa ($r_s = 0,41$, $p < 0,001$) ir abipusiškumu ($r_s = 0,39$, $p < 0,001$), mažiausiai su malonumu ($r_s = 0,37$, $p < 0,001$). Taigi, kuo žmonės yra labiau patenkinti savo seksualiniais santykiais, tuo savo tarpusavio santykius vertina kaip labiau sėkmingus, keliančius savigarbą, abipusiškus ir teikiančius malonumą. Taigi, trečioji hipotezė pasitvirtino.

3.4. Skirtumai tarp vyrų ir moterų intymumo, pasitenkinimo tarpusavio santykiais, pasitenkinimo seksualiniais santykiais

Ketvirtasis tyrimo uždavinys buvo nustatyti, ar egzistuoja skirtumai tarp vyrų ir moterų intymumo, pasitenkinimo tarpusavio santykiais, pasitenkinimo seksualiniais santykiais (H_4 : egzistuoja skirtumai tarp moterų ir vyrų intymumo, pasitenkinimo tarpusavio santykiais bei pasitenkinimo seksualiniais santykiais).

Atsakyti į šį uždavinį buvo atliktas vidurkių palyginimas *Mann-Whitney U* testu. **5 lentelėje** pateikiami intymumo, pasitenkinimo tarpusavio santykiais bei pasitenkinimo seksualiniais santykiais vidurkių palyginimai vyrų ir moterų imtyse.

5 lentelė. *Vyrų (N = 62) ir moterų (N = 160) intymumo, pasitenkinimo tarpusavio santykiais bei pasitenkinimo seksualiniais santykiais vidurkių palyginimai.*

		M	SD	Vidurkinis rangas	U	Z	p
Intymumas	Vyrai	132,67	15,04	95,25	3952,50	- 2,34	0,019
	Moterys	137,75	12,74	117,80			
Pasitenkinimas tarpusavio santykiais	Vyrai	84,96	14,29	105,76	4604,00	- 0,83	0,406
	Moterys	86,39	13,74	113,73			
Pasitenkinimas seksualiniais santykiais	Vyrai	48,80	7,25	110,53	4900,00	- 0,14	0,889
	Moterys	48,93	7,01	111,88			

Pastaba. M – vidurkis, SD – standartinis nuokrypis. Statistiškai reikšmingi skirtumai pažymėti paryškintu šriftu ($p < 0,05$).

Mann-Whitney U testo rezultatai parodė, kad moterys intymumo lygį savo santykiuose įvertino kaip didesnę ir šis skirtumas yra statistiškai reikšmingas. Pasitenkinimas tarpusavio santykiais ir pasitenkinimas seksualiniais santykiais pas vyrus ir moteris buvo panašus ir statistiškai reikšmingų skirtumų nerasta. Moterų ir vyrų įverčių vidurkių palyginimai pasitenkinimo tarpusavio santykiais subskalėse pateikiami **4 priede**.

Kaip matome 4 priede, nerasta jokių statistiškai reikšmingų skirtumų tarp moterų ir vyrų pasitenkinimo tarpusavio santykiais subskalių. Tirtoje imtyje tiek vyrai, tiek moterys panašiai įvertino savo santykių sėkmingumą, teikiamą malonumą, abipusiškumą bei keliamą savigarbą.

Ketvirtoji hipotezė pasitvirtino iš dalies. Rastas statistiškai reikšmingas skirtumas tarp vyrų ir moterų patiriamo intymumo, bet ne tarp pasitenkinimo seksualiniais santykiais ir pasitenkinimo tarpusavio santykiais.

3.5. Skirtumai tarp vyrų ir moterų sąsajų tarp intymumo, pasitenkinimo tarpusavio santykiais, pasitenkinimo seksualiniais santykiais

Paskutinis tyrimo uždavinys buvo nustatyti, ar egzistuoja skirtumai tarp vyrų ir moterų intymumo, pasitenkinimo tarpusavio santykiais, pasitenkinimo seksualiniais santykiais sąsajų (*H5: egzistuoja skirtumai tarp moterų ir vyrų sąsajų tarp intymumo, pasitenkinimo tarpusavio santykiais bei pasitenkinimo seksualiniais santykiais*).

Šiam uždaviniui įgyvendinti buvo apskaičiuotos *Spearman* koreliacijos. Pirmiausia palyginome vyrų ir moterų sąsajas tarp patiriamo intymumo bei pasitenkinimo tarpusavio santykiais ir jo subskalių, apskaičiuodami *Spearman* koreliacijas tarp Miller socialinio intymumo skalės ir Santykių vertinimo formos įverčių. Koreliacijų koeficientai pateikiami **6 lentelėje**.

6 lentelė. Vyrų ($N = 62$) ir moterų ($N = 160$) sąsajos tarp intymumo ir pasitenkinimo tarpusavio santykiais bei jo subskalių.

	Intymumas	
	Vyrai	Moterys
Pasitenkinimas tarpusavio santykiais	0,73***	0,64***
Sėkmė	0,82***	0,65***
Malonumas	0,51***	0,45***
Abipusiškumas	0,66***	0,57***
Savigarba	0,58***	0,50***

Pastaba. Statistiškai reikšmingos koreliacijos pažymėtos paryškintu šriftu. * $p < 0,05$; ** $p < 0,01$; *** $p < 0,001$.

Kaip matome, koreliacijos tarp intymumo ir pasitenkinimo tarpusavio santykiais vyrų ir moterų imtyse yra teigiamos ir statistiškai reikšmingos, moterų imtyje koreliacija šiek tiek mažesnė, vidutinė ($r_s = 0,64, p < 0,001$), o vyrų imtyje – stipri ($r_s = 0,73, p < 0,001$). Taigi, tiek moterims, tiek vyrams intymumas yra panašiai susijęs su pasitenkinimu tarpusavio santykiais – kuo intymumas didesnis, tuo pasitenkinimas tarpusavio santykiais didesnis. Moterims šis ryšys šiek tiek silpnesnis.

Pažvelgus į intymumo koreliacijas su pasitenkinimo tarpusavio santykiais subskalėmis, matyti, kad labiausiai tarp vyrų ir moterų išsiskiria ryšys tarp intymumo ir santykių vertinimo kaip sėkmingais. Vyrai, kurių santykiuose yra daugiau intymumo, savo santykius suvokia kaip labiau

sėkmingus (stipri koreliacija, $r_s = 0,82$, $p < 0,001$). Tą patį galima pasakyti ir apie moteris, tačiau šis ryšys jų imtyje buvo silpnesnis nei vyrų (vidutinio stiprumo koreliacija, $r_s = 0,65$, $p < 0,001$). Likusių pasitenkinimo tarpusavio santykiais subskalių koreliacijos su intymumu vyrų ir moterų imtyse yra panašios, vyrų imtyje jos šiek tiek didesnės (vyrų imtyje malonumo, abipusiškumo ir savigarbos koreliacijos su intymumu yra vidutinio stiprumo, taipogi ir moterų imtyje, bet moterų imtyje malonumo koreliacija su intymumu - silpna). Vadinas, vyrai ir moterys, kurie savo santykius vertina kaip labiau intymius, labiau juos vertina ir kaip abipusiškus, keliančius savigarbą ir teikiančius malonumą, tačiau šis ryšys šiek tiek stipresnis vyrams nei moterims.

Toliau buvo palygintos koreliacijas tarp intymumo ir pasitenkinimo seksualiniais santykiais vyrų ir moterų imtyse. *Spearman* koreliacijos apskaičiuotos tarp Miller socialinio intymumo skalės ir Naujosios pasitenkinimo seksualiniais santykiais skalės įverčių. Koreliacijos koeficientai pateikiami 7 lentelėje.

7 lentelė. Vyrų ($N = 62$) ir moterų ($N = 160$) sąsajos tarp intymumo ir pasitenkinimo seksualiniais santykiais.

	Intymumas	
	Vyrai	Moterys
Pasitenkinimas seksualiniais santykiais	0,61***	0,33***

Pastaba. Statistiškai reikšmingos koreliacijos pažymėtos paryškintu šriftu. * $p < 0,05$; ** $p < 0,01$; *** $p < 0,001$.

Kaip matome, ryšys tarp intymumo ir pasitenkinimo seksualiniais santykiais skiriasi vyrų ir moterų imtyje. Nors koreliacijos koeficientai teigiami ir statistiškai reikšmingi abiejose imtyse, vyrų koreliacija yra vidutinio stiprumo, o moterų – silpna. Vadinas, tiek moterims tiek vyrams, kuomet pasitenkinimas seksualiniais santykiais didesnis, tuo intymumas didesnis. Vyrų imtyje šis ryšys stipresnis negu moterų.

Paskutinis dalykas, kuris buvo ištirtas, tai ryšys tarp pasitenkinimo seksualiniais santykiais ir pasitenkinimo tarpusavio santykiais bei jo subskalių (sėkmė, malonumas, abipusiškumas, savigarba) moterų ir vyrų imtyse. Apskaičiuotos *Spearman* koreliacijos tarp Naujosios pasitenkinimo seksualiniais santykiais skalės ir Santykių vertinimo formos įverčių. Koreliacijos koeficientai pateikiami 8 lentelėje.

8 lentelė. Vyrų ($N = 62$) ir moterų ($N = 160$) sąsajos tarp pasitenkinimo seksualiniais santykiais ir pasitenkinimu tarpusavio santykiais bei jo subskalių.

	Pasitenkinimas seksualiniais santykiais	
	Vyrai	Moterys
Pasitenkinimas tarpusavio santykiais	0,73***	0,46***
Sėkmė	0,71***	0,51***
Malonumas	0,52***	0,30***
Abipusiškumas	0,59***	0,31***
Savigarba	0,59***	0,34***

Pastaba. Statistiškai reikšmingos koreliacijos pažymėtos paryškintu šriftu. * $p < 0,05$; ** $p < 0,01$; *** $p < 0,001$.

Kaip matyti, tiek moterims tiek vyrams, ryšys tarp pasitenkinimo seksualiniais santykiais ir pasitenkinimo tarpusavio santykiais yra teigiamas ir statistiškai reikšmingas, tačiau vyrų koreliacijos koeficientas yra didesnis (stipri koreliacija, $r_s = 0,73$, $p < 0,001$) nei moterų (vidutinio stiprumo koreliacija, $r_s = 0,46$, $p < 0,001$). Vadinasi, vyrams pasitenkinimas seksualiniais santykiais labiau siejasi su pasitenkinimu tarpusavio santykiais nei moterims. Sėkmės koreliacija su pasitenkinimu seksualiniais santykiais vyrų imtyje gauta stipri, o moterų – vidutinio stiprumo. Malonumo, abipusiškumo ir savigarbos koreliacija su pasitenkinimu seksualiniais santykiais vyrų imtyje buvo vidutinio stiprumo, o moterų – silpna. Taigi, vyrams labiau nei moterims pasitenkinimas seksualiniais santykiais siejasi su santykių sėkmingumu, abipusiškumu, savigarpa ir malonumu.

Taigi, rasti didesni ar mažesni skirtumai tarp sąsajų tarp intymumo, pasitenkinimo tarpusavio santykiais ir pasitenkinimo seksualiniais santykiais vyrų ir moterų imtyse.

4. REZULTATŲ APTARIMAS

Šiame tyrime siekta tiksliau išsiaiškinti kaip romantiniuose santykiuose siejasi intymumas, pasitenkinimas tarpusavio santykiais ir pasitenkinimas seksualiniais santykiais, bei kokie yra skirtumai tarp vyrų ir moterų, kalbant apie šiuos santykių aspektus ir ryšius tarp jų. Toliau aptarsime, kokie rezultatai buvo gauti, kurie iš jų atitinka literatūroje pateiktų tyrimų tendencijas, o kurie ne, kokie yra tyrimo ribotumai bei tolesnės rekomendacijos.

Išnagrinėjus įvairią literatūrą apie romantinius santykius ir įvairius jų aspektus, darbo tyrimui buvo suformuluoti uždaviniai bei hipotezės. Pirmasis uždavinys buvo ištirti intymumo sąsajas su pasitenkinimu tarpusavio santykiais. Rezultatai patvirtino iškeltą hipotezę, parodydami, kad romantiniuose santykiuose patiriamas intymumas yra teigiamai susijęs su bendru pasitenkinimu tarpusavio santykiais. Tai reiškia, kad kuo labiau santykiuose asmuo jaučiasi emociškai artimas savo partneriui, suprastas ir palaikomas jo, tuo labiau tas asmuo bus patenkintas savo santykiais, jaus, kad jo santykiai yra sėkmingi ir abipusiški, teikiantys malonumą ir keliantys savigarbą. Tokie rezultatai prisideda prie literatūroje nagrinėtų tyrimų ir patvirtina jų rezultatus (Schaefer & Olson, 1981; Tolstedt & Stokes, 1983; Hassenbrauck & Fehr, 2002).

Antrasis tyrimo uždavinys buvo ištirti porų intymumo sąsajas su pasitenkinimu seksualiniais santykiais. Rezultatai patvirtino iškeltą hipotezę, kad asmenų patiriamas intymumas santykiuose turi teigiamas sąsajas su pasitenkinimu seksualiniais santykiais. Tą patį rodo ir kai kurie kiti tyrimai (Yoo et al., 2014; Štulhofer et al., 2014). Vadinasi, jei santykiai yra intymūs, suteikia galimybę dalintis savo emocijomis ir veiklomis, tai pasitenkinimas tų santykių seksualiniu aspektu taip pat bus didelis. Tyrimų, kurie tirtų sąsajas tarp šių dviejų konstrukto yra labai mažai, todėl sunku tiksliai pasakyti, kodėl egzistuoja ši sąsaja. Galima numanyti, kad suartėjus su žmogumi emociškai, jaučiantis saugiai ir laimingai su juo, siekiama ir fizinio suartėjimo, jis yra malonesnis ir artimesnis.

Trečiasis uždavinys buvo ištirti asmenų pasitenkinimo tarpusavio santykiais sąsajas su pasitenkinimu seksualiniais santykiais. Tyrimo rezultatai parodė, kad tirtoje imtyje asmenų pasitenkinimas tarpusavio santykiais turi teigiamas sąsajas su pasitenkinimu seksualiniais santykiais, ir patvirtino iškeltą hipotezę. Tai reiškia, kad kuo labiau esame patenkinti savo seksualinėmis veiklomis, jų dažnumu, įvairumu ir pan., tuo labiau esame patenkinti bendrais tarpusavio santykiais, t.y., labiau jaučiame, kad santykiai yra sėkmingi ir patenkinantys poreikius, keliantys savigarbą ir pasididžiavimą, teikiantys malonią kompaniją, kad partneris dėl santykių jaučiasi panašiai.

Paskutinis uždavinys buvo išsiaiškinti, ar egzistuoja skirtumai tarp vyrų ir moterų intymumo, pasitenkinimo tarpusavio santykiais, pasitenkinimo seksualiniais santykiais, bei jų sąsajų. Iškeltoje

hipotezėje buvo spėjama, kad šie skirtumai bus rasti, ką rodo dauguma literatūroje minėtų tyrimų rezultatai.

Pirmiausia buvo palygintas vyrų ir moterų patiriamas intymumo lygis. Tyrimo rezultatai parodė, kad moterys savo santykiuose patiriamą intymumą įvertino kaip aukštesnį nei vyrai. Tai prieštarauja analizuotai literatūrai, kurioje teigta, kad moterys yra labiau linkusios savo santykius vertinti kaip nepakankamai intymius (Prager, 1995). Toks paaiškinimas būtų logiškas lyčių socializacijos požiūriu, kuriame teigiama, kad moterys socializacijos dėka išmoksta moterims priskiriamų bruožų – kalbėtis apie savo jausmus, emocijas, ieškoti emocinio artumo su kitais – o vyrai išmoksta „vyriškų“ bruožų – būti emociškai tvirtiems, neparodyti savo emocinio pažeidžiamumo, nekalbėti apie jausmus. Taigi, moterys ieškodamos santykiuose stipraus emocinio artumo, jo negauna iš vyro, dėl to moterys galėtų intymumą savo santykiuose vertinti žemiau nei vyrai. Tačiau šio tyrimo rezultatai rodo ką kitą – moterys intymumą įvertino aukščiau nei vyrai. Sunku pasakyti, kodėl rezultatai būtų tokie. Taip galėtų būti dėl to, kad šiuolaikinėje modernėjančioje visuomenėje žmonės po truputį išsilaisvina iš lyčių rolių, vyrai drąsiau rodo savo jausmus, intymiau juos išreiškia, dėl to moterys galbūt ir nesiskundžia intymumo lygiu santykiuose.

Palyginus vyrų ir moterų pasitenkinimo tarpusavio santykiais įvertinimus, nebuvo rasta jokių statistiškai reikšmingų skirtumų. Vadinasi, tiek vyrai, tiek moterys buvo panašiai patenkinti savo santykiais. Egzistuojantys tyrimai pateikia prieštarigus rezultatus. Vienuose lyčių skirtumai šiuo aspektu nerandami (Jackson, Miller, Oka, & Henry, 2014), kituose parodoma, kas moterys yra linkusios būti mažiau patenkintos savo santykiais nei vyrai (Schumm, Webb & Bollman, 1998). Šis tyrimas prisideda prie tyrimų, neradusių jokių skirtumų tarp abiejų lyčių. Tą patį galime pasakyti ir apie pasitenkinimą seksualiniais santykiais. Vyrų ir moterų imtyse pasitenkinimas seksualiniu savo santykių aspektu praktiškai nesiskyrė. Toks rezultatas buvo gana netikėtas, nes literatūroje randame, kad moterys gauna daug mažiau pasitenkinimo iš seksualinių veiklų nei vyrai, dėl to jos yra mažiau patenkintos šiuo savo santykių aspektu (Mark & Murray, 2012). Svarstant, kodėl šis skirtumas nerastas, galima galvoti, kad galbūt moterys supranta, kad dauguma moterų sekso metu nėra iki galo patenkinamos arba pasitenkina daug rečiau nei vyrai, dėl to tai gali laikyti normaliu dalyku ir tai iš esmės nekeičia bendro pasitenkinimo seksualinėmis veiklomis. O kadangi moterims labiau rūpi bendra santykių atmosfera nei seksualinės veiklos (Sprecher, 2002), tai nepasitenkinimo seksualiniais santykiais taip nesureikšmina. Kitas galimas paaiškinimas, tai kad lyčių socializacijos proceso metu moterims nėra formuojamas toks stiprus seksualinio pasitenkinimo reikšmingumas kaip vyrams. Todėl tai, kas sukeltų nepasitenkinimą vyrams, nesukelia jo moterims.

Toliau palyginome vyrų ir moterų intymumo sąsają su pasitenkinimu tarpusavio santykiais. Rezultatai parodė, kad tiek moterims, tiek vyrams intymumas panašiai siejasi su pasitenkinimu

tarpusavio santykiais – kuo intymumas poroje didesnis, tuo pasitenkinimas tarpusavio santykiais didesnis, tie santykiai atrodo labiau patenkinantys poreikius, teikiantys malonią kompaniją, keliantys savigarbą ir abipusiški. Moterims šis ryšys šiek tiek silpnesnis nei vyrams. Analizuotoje literatūroje pateikiami prieštaringi rezultatai šia tema. Vieni tyrimai rodo, kad moterims intymumas santykiuose yra svarbesnis nei vyrams, vertinant, ar santykiai yra teikiantys pasitenkinimą (Hassenbrauck & Fehr, 2002), kiti tyrimai rodo, kad tokio skirtumo nėra – vyrai ir moterys intymumą vertina panašiai (Singer-Hendrick, 1981). Šio darbo tyrime lyčių skirtumai buvo minimalūs.

Intymumo ir pasitenkinimo seksualiniais santykiais ryšio tarp vyrų ir moterų skirtumai yra mažai tyrinėti. Egzistuojantys tyrimai randa prieštarigus rezultatus – vieni rodo, kad moterims šie du santykių aspektai yra labiau siejami tarpusavyje, kiti tyrimai rodo, kad šis ryšys stipresnis vyrams (Haning, 2005). Šio darbo tyrimo rezultatai parodė, kad vis dėlto vyrams ši sąsaja stipresnė – kuo asmuo labiau gali pasidžiaugti savo seksualiniu gyvenimu, tuo labiau patys santykiai jam yra artimesni ir reikšmingesni. Taip gali būti todėl, kad vyrai intymumą prilygina seksualumui. Vyrai per savo gyvenimą išmoka, kad seksualinis kontaktas yra vienintelis socialiai tinkamas būdas išreikšti savo jausmus ir pažeidžiamumą. Todėl dažnai poroje gali kilti toks neatitikimas – vyras, siekdamas emocinio artumo su moterimi, inicijuoja seksualinį kontaktą, tuo tarpu moteriai reikia emocinio artumo kaip pagrindo, kad ji seksualiai reaguotų į savo partnerį (Rampage, 1994).

Lyginant pasitenkinimo tarpusavio santykiais bei pasitenkinimo seksualiniais santykiais ryšį moterų ir vyrų imtyse, buvo gauti rezultatai tokie, kokių ir buvo tikėtasi. Tirtoje imtyje vyrams pasitenkinimas savo seksualiniu gyvenimu siejosi su pasitenkinimu savo santykiais daug stipriau negu moterims. Vyrai, kurių pasitenkinimas seksualiniais santykiais buvo aukštesnis, savo santykius vertino kaip labiau pasisekusius, teikiančius malonumą, keliančius pasididžiavimą ir abipusiškus. Tokie rezultatai atitinka literatūroje nagrinėtų tyrimų rezultatų tendencijas (Sprecher, 2002).

Toliau verta paminėti šio tyrimo ribotumus bei tolesnes rekomendacijas. Kalbant apie tyrimo rezultatus, visas padarytas išvadas galima taikyti tik šiame tyrime tirtai imčiai. Generalizuoti tyrimo rezultatų negalima, nes imtis nėra pakankamai didelė, be to tyrimo dalyviai buvo surinkti patogiosios atrankos būdu, vadinasi imtis nėra atsitiktinė. Kitas tyrimo trūkumas yra tai, kad moterų ir vyrų skaičius gerokai skyrėsi – vyrai sudarė 27,9 proc., o moterys - 72,1 proc. Sulyginus moterų ir vyrų skaičių bei padidinus imtį, rezultatai geriau atspindėtų intymumo, pasitenkinimo tarpusavio santykiais bei pasitenkinimo seksualiniais santykiais skirtumus.

Šiame tyrime buvo ieškoma tarpusavio ryšių tarp konstruktų, tačiau jie nenusako priežastingumo. Todėl sakydami, pavyzdžiui, kad didesnis pasitenkinimas seksualiniais santykiais veda prie didesnio intymumo, nesame visiškai teisūs. Neaišku, ar tas ryšys yra toks ar atvirkštinis –

gal didesnis intymumas veda prie didesnio pasitenkinimo seksualiniais santykiais. Ilgalaikis tyrimas ir išsamesnė analizė padėtų geriau suprasti ryšių tarp tirtų konstrukčių priežastingumą.

Dar vienas tyrimo ribotumas, tai kad nebuvo parodytas išverstų į lietuvių kalbą skalių validumas. Nors jų patikimumas buvo pakankamas, to neužtenka, nes nėra aišku ar jos matuoja tuos konstruktus, kuriuos turėtų matuoti. Todėl norint aiškesnių rezultatų, ateities tyrimai galėtų padėti patvirtinti šiame tyrime naudotų instrumentų validumą.

Tyrime buvo tirti asmenys, kurių amžius svyravo nuo 18 iki 37 metų. Norint platesnio suvokimo apie intymumo, pasitenkinimo tarpusavio santykiais bei pasitenkinimo seksualiniais santykiais dinamiką santykiuose, ateities tyrimuose galėtų būti tiriami ir vyresni žmonės. Taip pat, šiame tyrime tirti tik nesusituokę ir vaikų neturintys asmenys. Siekiant geriau suprasti įvairius sanykių aspektus, tolimesni tyrimai galėtų įtraukti ir susituokusius bei vaikų turinčius asmenis. Be to, galima būtų tirti sanykių ilgumo, išsilavinimo, socialinės padėties įtaką intymumui, pasitenkinimui tarpusavio santykiais bei pasitenkinimui seksualiniais santykiais.

Galiausiai, šio tyrimo rezultatai galėtų prisidėti prie geresnio suvokimo, kaip santykiuose siejasi intymumo patyrimas, pasitenkinimas seksualiniais bei tarpusavio santykiais. Tai galėtų padėti numatyti pagalbos būdus konsultuojant poras ateityje. Konsultantai, dirbdami su nepatenkintomis savo santykiais poromis, galėtų analizuoti ir gerinti jų intymumo ir seksualinius sanykių aspektus, atsižvelgdami į galimus lyčių skirtumus.

IŠVADOS

1. Intymumas turi teigiamas sąsajas su pasitenkinimu tarpusavio santykiais. Kuo poroje intymumas yra didesnis, tuo pasitenkinimas tarpusavio santykiais didesnis.
2. Intymumas turi teigiamas sąsajas su pasitenkinimu seksualiniais santykiais. Kuo intymumas yra didesnis, tuo pasitenkinimas seksualiniais santykiais didesnis.
3. Pasitenkinimas tarpusavio santykiais turi teigiamas sąsajas su pasitenkinimu seksualiniais santykiais. Kuo pasitenkinimas seksualiniais santykiais didesnis, tuo didesnis ir pasitenkinimas tarpusavio santykiais.
4. Moterys savo santykius vertina kaip labiau intymius nei vyrai, o pasitenkinimą seksualiniais bei tarpusavio santykiais moterys ir vyrai vertina panašiai.
5. Intymumo ryšys su pasitenkinimu tarpusavio santykiais ir pasitenkinimu seksualiniais santykiais bei ryšys tarp pasitenkinimas tarpusavio santykiais su pasitenkinimu seksualiniais santykiais yra stipresnis vyrams nei moterims.

LITERATŪRA

1. Ashdown, B. K., Hackathorn, J., & Clark, E. M. (2011). In and out of the bedroom: sexual satisfaction in the marital relationship. *Journal of Integrated Social Sciences*, 2(1), 40-57.
2. Brody, S., & Costa, M. R. (2009). Satisfaction (sexual, life, relationship, and mental health) is associated directly with penile–vaginal intercourse, but inversely with other sexual behavior frequencies. *Journal of sex med*, 6(7), 1947–1954.
3. Brown, G. W., & Harris, T. (1978). *Social origins of depression*. New York: Macmillan Publishing Co.
4. Byers, E. S. (2005). Relationship satisfaction and sexual satisfaction: a longitudinal study of individuals in long-term relationships. *The Journal of Sex Research*, 42(2), 113-118.
5. Byers, E. S., & Demmons, S. (1999). Sexual satisfaction and sexual self-disclosure within dating relationships. *Journal of Sex Research*, 36, 180–189.
6. Byers, E. S., Demmons, S., & Lawrance, K. (1998). Sexual satisfaction within dating relationships: a test of the interpersonal exchange model of sexual satisfaction. *Journal of Social & Personal Relationships*, 15(2), 257 – 267.
7. Conradi, H. J., Noordhof, A., Dingemanse, P., Barelds, D. P. H., & Kamphuis, J. H. (2017). Actor and partner effects of attachment on relationship satisfaction and sexual satisfaction across the genders: an APIM approach. *Journal of Marital and Family Therapy*, 43(4), 700–716.
8. Cowan, C. P., & Cowan, P. A. (1995). Interventions to ease the transition to parenthood: why they are needed and what they can do. *Family relations*, 44(4), 412-423.
9. Crespi, I. (2003). Gender socialization within the family: a study on adolescents and their parents in Great Britain. *MCFA Annals*, 3, 1–8. Paimta iš https://www.researchgate.net/publication/228791394_Gender_socialization_within_the_family_a_study_on_adolescents_and_their_parents_in_Great_Britain
10. Čekanavičius, V. ir Murauskas, G. (2006). *Statistika ir jos taikymai. I*. Vilnius: TEV leidykla.
11. Darity, W. A. (2008). *International encyclopedia of the social sciences* (2nd edition). Detroit, Mich. : Macmillan Reference USA. doi: 10.1108/09504120810905060.
12. Diamond, L. (2003). What does sexual orientation orient? A biobehavioral model distinguishing romantic love and sexual desire. *Psychological Review*, 110, 173–192.
13. Doss, B. D., Simpson, L. E., & Christensen, A. (2004). Why do couples seek marital therapy? *Professional Psychology: Research and Practice*, 35(6), 608-614.

14. Erikson, E. H. (1959). Identity and the life cycle: selected papers. *Psychological Issues*, 1, 1-171.
15. Funk, J. L., & Rogge, R. D. (2007). Testing the ruler with item response theory: increasing precision of measurement for relationship satisfaction with the couples satisfaction index. *Journal of Family Psychology*, 21, 572-583.
16. Greeley, A. M. (1991). *Faithful attraction: discovering intimacy, love, and fidelity in american marriage*. A Tor Book, New York.
17. Haning, R. V. (2005). *Intimacy, orgasm likelihood of both partners, conflict, and partner response predict sexual satisfaction in heterosexual male and female respondents*. Unpublished doctoral dissertation. Marshall University, Huntington, West Virginia. Paimta iš <http://mds.marshall.edu/cgi/viewcontent.cgi?article=1624&context=etd>.
18. Hassenbrauck, M., & Fehr, B. (2002). Dimensions of relationship quality. *Personal Relationships*, 9, 253-270.
19. House, J. S., Robbins, C., & Metzner, H. L. (1982). The association of social relationships and activities with mortality: prospective evidence from the Tecumseh Community Health Study. *American Journal of Epidemiology*, 116(1), 123-140.
20. Hughes, A. K., Rostant, O. S., & Pelon, S. (2015). Sexual problems among older women by age and race. *Journal of Women's Health*, 24 (8), 663-669.
21. Jackson, J. B., Miller, R. B., Oka, M., & Henry, R. G. (2014). Gender differences in marital satisfaction: A meta-analysis. *Journal of Marriage and Family*, 76(1), 105–129. doi: 10.1111/jomf.12077.
22. LaFollette, H. (2017). Kinship and intimacy. *Nord J Appl Ethics*, 11(1), 33–40.
23. Laurenceau, J. P., Barrett, L. F., & Pietromonaco, P. R. (1998). Intimacy as an interpersonal process: the importance of self-disclosure, partner disclosure, and perceived partner responsiveness in interpersonal exchanges. *Journal of Personality and Social Psychology*, 74(5), 1238-1251.
24. Legkauskas, V. (2008). Effects of premarital cohabitation on relationship satisfaction and stability of cohabiting and married couples. *Socialiniai mokslai*, 3, 51-59.
25. Lindau, S. T., Schumm, L. P., Laumann, E. O., Levinson, W., O'Muircheartaigh, C. A., & Waite, L. J. (2007). *The New England Journal Of Medicine*, 357(8), 762-74.
26. Long, E. C. J., Cate, R. M. Fehsenfeld, D. A., & Williams, K. M. (1996). A longitudinal assessment of a measure of premarital sexual conflict. *Family Relations*, 45, 302–308.
27. Lowenthal, M.F., & Haven, C. (1968). Interaction and adaptation: intimacy as a critical variable. *American Sociological Review*, 33, 20-30.

28. Mark, K. P., & Murray, S. H. (2012). Gender differences in desire discrepancy as a predictor of sexual and relationship satisfaction in a college sample of heterosexual romantic relationships. *Journal of Sex & Marital Therapy*, 38, 198–215.
29. Maslow, A. H. (1966). *The psychology of science: A reconnaissance*. New York: Harper & Row.
30. McCarthy, B. (2003). Marital sex as it ought to be. *Journal of Family Psychotherapy*, 14(2), 1-13.
31. Miller, R. S., & Lefcourt, H. M. (1982). The assessment of social intimacy. *Journal of Personality Assessment*, 40(5), 514-518.
32. Miller, R. S., & Lefcourt, H. M. (1983). Social intimacy: an important moderator of stressful life events. *American Journal of Community Psychology*, 11(2), 127-139.
33. Moss, B.F., & Schwebel, A.I. (1993). Defining intimacy in romantic relationships. *Family Relations*, 42, 31-37.
34. Muniruzzaman, M.D. (2017). Transformation of intimacy and its impact in developing countries. *Life Sciences, Society and Policy*, 13(10), 1-19.
35. Patton, D., & Waring, E.M. (1985). Sex and marital intimacy. *Journal of Sex and Marital Therapy*, 11(3), 176-184.
36. Prager, K. J. (1995). *The psychology of intimacy*. New York: Guilford. Paimta iš <https://books.google.lt/books?id=xGjOKn9TPj0C&pg=PA191&lpg=PA191&dq#v=onepage&q&f=false>
37. Proulx, C. M., Helms, H. M., & Buehler, C. (2007). Marital quality and personal well-being: a meta-analysis. *Journal of Marriage and Family*, 69(3), 576–593.
38. Rampage, C. (1994). Power, gender, and marital intimacy. *Journal of Family Therapy*, 16, 125-137.
39. Reis, H. T., & Shaver, P. (1988). Intimacy as an interpersonal process. In S. W. Duck (Ed.), *Handbook of personal relationships* (pp. 367– 389). Chichester, England: Wiley.
40. Sabatelli, R. M. (1988). Exploring relationship satisfaction: a social exchange perspective on the interdependence between theory, research, and practice. *Family Relations*, 37(2), 217-222.
41. Schumm, W. R., Webb, F. J., & Bollman, S. R. (1998). Gender and marital satisfaction: data from the National Survey of Families and Households. *Psychol. Rep.* 83(1) , 319–327.
42. Schaefer, M. T., & Olson, D. H. (1981). Assessing intimacy: the Pair Inventory. *Journal of Marital and Family Therapy*, 7(1), 47-60.
43. Sherman, R. (1993). Marital issues of intimacy and technique for change: an Adlerian systems perspective. *Individual Psychology*, 49(34), 318-329.

44. Singer-Hendrick, S. (1981). Self-disclosure and marital satisfaction. *Journal of Personality and Social Psychology*, 40(6), 1150-1159.
45. Slavinskienė, J. ir Žardeckaitė-Matulaitienė, K. (2013). Sutuoctinių turimų klaidingų įsitikinimų apie bendravimą poroje ir pasitenkinimo santuoka ryšys. *Tarptautinis psichologijos žurnalas: biopsichosocialinis požiūris*, 13, 49–68.
46. Smith, A., Lyons, A., Ferris, J., Richters, J., Pitts, M., Shelley, J., & Simpson, J. M. (2011). Sexual and relationship satisfaction among heterosexual men and women: the importance of desired frequency of sex. *Journal of Sex & Marital Therapy*, 37, 104–115.
47. Smock, P. J. (2000). Cohabitation in the United States: an appraisal of research themes, findings, and implications. *Annual Review of Sociology*, 26, 1-20.
48. Sprecher, S. (2002). Sexual satisfaction in premarital relationships: associations with satisfaction, love, commitment, and stability. *The Journal of Sex Research*, 39(3), 190-196.
49. Sprecher, S., & Cate, R. M. (2004). Sexual satisfaction and sexual expression as predictors of relationship satisfaction and stability. In J. H. Harvey, A. Wenzel & S. Sprecher (Eds.), *The Handbook of Sexuality in Close Relationships* (pp. 235-257). New Jersey: Lawrence Erlbaum Associates, Inc.
50. Sprecher, S., Christopher, F.S., & Cate, R. (2006). Sexuality in Close Relationships. In A. L. Vangelisti & D. Perlman (Eds.), *The Cambridge Handbook of Personal Relationships* (pp. 463-484). New York: Cambridge University Press.
51. Stankūnienė, V., Jasilionienė A. ir Jančaitytė, R. (2005). *Šeima, vaikai, šeimos politika. Modernėjimo prieštaros*. Vilnius: Socialinių tyrimų institutas.
52. Sternberg, R. J. (1986). A Triangular Theory of Love. *Psychological Review*, 93(2), 119-135.
53. Sternberg, R. J., & Grajek, S. (1984). The nature of love. *Journal of Personality and Social Psychology*, 47(2), 312-329.
54. Štulhofer, A., Buško, V., & Brouillard, P. (2008). The New Sexual Satisfaction Scale and its short form. In Fisher, T. D., Davis, C. M., Yarber, W. L., & Davis, S. L. (Eds.) (2011), *Handbook of sexuality-related measures* (3rd edition) (pp. 530-532). New York: Routledge.
55. Štulhofer, A., Ferreira, L. C., & Landripet, I. (2014). Emotional intimacy, sexual desire, and sexual satisfaction among partnered heterosexual men. *Sexual and Relationship Therapy*, 29(2), 229–244.
56. Tolstedt, B.E., & Stokes, J.P. (1983). Relation of verbal, affective, and physical intimacy to marital satisfaction. *Journal of Counseling Psychology*, 30(4), 573-580.
57. Yoo, H., Bartle-Haring, S., Day, R. D., & Gangamma, R. (2014). Couple communication, emotional and sexual intimacy, and relationship satisfaction. *Journal of Sex & Marital Therapy*, 40(4), 275–293.

PRIEDAI

1 priedas. Prisistatymas tyrimo dalyviams.

Sveiki,

*Esu Vilniaus Universiteto ketvirtakursė psichologijos studentė Kamilė Naujalytė. Vadovaujama lekt. Kęstučio Dragūnevičiaus, atlieku tyrimą bakalauro darbui, kuriuo siekiu išsiaiškinti porų tarpusavio santykių ypatumus. Jūsų atsakymai yra labai svarbūs, siekiant suprasti porų pasitenkinimo santykiais, intymumo ir pasitenkinimo seksualiniais santykiais ryšį. **Svarbu: ieškomi dalyviai, kurie tiriamuoju momentu turi romantinius santykius, kurie trunka bent pusę metų, bet nėra susituokę ir neturi vaikų.***

Užpildydami anketą sutinkate dalyvauti tyrime. Užtikrinu Jūsų duomenų konfidencialumą ir tai, kad anketa yra visiškai anoniminė. Tyrimo rezultatai bus skelbiami tik apibendrintai ir naudojami tik moksliniais tikslais. Užtruksite apie 10 minučių.

Iš anksto ačiū už nuoširdžius atsakymus ir Jūsų dalyvavimą tyrime!

Jei kiltų klausimų apie tyrimą, galite rašyti čia: kamilen17@gmail.com

2 priedas. Anketos demografiniai klausimai.

Keli klausimai apie Jus ir Jūsų partnerį:

1. Jūsų lytis:
 - Vyras
 - Moteris
2. Jūsų amžius:
3. Jūsų išsilavinimas:
 - a) Pradinis
 - b) Vidurinis
 - c) Profesinis
 - d) Aukštasis neuniversitetinis
 - e) Aukštasis universitetinis
4. Kokia Jūsų šeimyninė padėtis?
 - Susituokę
 - Nesusituokę
5. Kiek laiko esate kartu?
6. Ar turite vaikų?
 - Taip
 - Ne

AČIŪ UŽ JŪSŲ ATSAKYMUS!

3 priedas. Shapiro-Wilk testo rezultatai tyrimo skalėms.

	Statistika	<i>p</i>
Miller socialinio intymumo skalė	0,84	< 0,001
Santykių vertinimo forma	0,81	< 0,001
Naujoji pasitenkinimo seksualiniais santykiais skalė	0,96	< 0,001

Pastaba. Reikšmingumo lygmuo 0,05. Jei $p < 0,05$, kintamasis statistiškai reikšmingai skiriasi nuo normaliojo.

4 priedas. Vyrų ($N = 62$) ir moterų ($N = 160$) pasitenkinimo tarpusavio santykiais subskalių įverčių vidurkių palyginimai.

		M	SD	Vidurkinis rangas	<i>U</i>	<i>Z</i>	<i>p</i>
Sėkmė	Vyrai	23,08	4,26	113,26	4851,00	- 0,25	0,79
	Moterys	23,14	4,13	110,82			
Malonumas	Vyrai	23,34	4,15	100,09	4252,50	- 1,69	0,09
	Moterys	24,18	3,89	115,92			
Abipusiškumas	Vyrai	23,74	4,26	107,20	4693,50	- 0,64	0,51
	Moterys	23,81	4,74	113,17			
Savigarba	Vyrai	14,81	3,65	105,84	4609,00	- 0,83	0,40
	Moterys	15,26	3,32	113,69			

Pastaba. M – vidurkis, SD – standartinis nuokrypis. Statistiškai reikšmingi skirtumai pažymėti paryškintu šriftu ($p < 0,05$).