

UNIVERZA V LJUBLJANI
PEDAGOŠKA FAKULTETA

ANJA STANIČ

**KONFLIKTI V PARTNERSKEM ODNOSU
IN DOŽIVLJANJE SPOLNOSTI
DIPLOMSKO DELO**

LJUBLJANA, 2013

UNIVERZA V LJUBLJANI
PEDAGOŠKA FAKULTETA
SOCIALNA PEDAGOGIKA

ANJA STANIČ

Mentorica: DOC. DR. OLGA POLJŠAK ŠKRABAN

Somentorica: ASIST. DR. MIJA MARIJA KLEMENČIČ ROZMAN

**KONFLIKTI V PARTNERSKEM ODNOSU IN
DOŽIVLJANJE SPOLNOSTI**

DIPLOMSKO DELO

LJUBLJANA, 2013

ZAHVALA

Zahvaljujem se somentorici dr. Miji Mariji Klemenčič Rozman za vse njene usmeritve in napotke, ki so mi pri pisanju diplomskega dela prišli zelo prav.

Hvala paru, s katerim sem izvedla intervju, da sta se mi bila pripravljena razkriti.

Zahvaljujem se staršema, ker sta mi omogočila študij ter za vso njuno podporo v vseh študijskih letih in pri pisanju diplomskega dela.

Zahvala velja tudi mojim prijateljem, ki so mi kakorkoli stali ob strani in mi pomagali pri nastajanju diplomskega dela.

POVZETEK

Diplomsko delo prikazuje doživljanje partnerskih konfliktov in spolnosti v partnerskem odnosu.

V teoretičnem delu sem se osredotočila na pojme zaljubljenosti, ljubezni, pomen privlačnosti ter nadalje na partnerske odnose, razvijanje odnosov ter vpliv zgodnjih otrokovih izkušenj na poznejše partnerske odnose. Nato sem predstavila partnerski konflikt, vrste prepirov, nekonstruktivno partnersko komunikacijo in pomembnost pogovorov v dvoje. V zadnjem delu teorije sem se posvetila pojmom intimnosti, spolnosti, seksualnosti, spolnosti v povezavi z ljubeznijo, razlikam v doživljanju spolnosti med moškim in žensko, spolnosti v povezavi z zadovoljstvom in težavami ter komunikaciji v spolnosti.

V empiričnem delu sem poskušala s kvalitativno analizo dveh polstrukturiranih intervjujev, enega z moškim in enega z žensko, dobiti čim globlji in celosten vpogled v njuno doživljanje partnerskega odnosa ter z njim povezanimi konflikti in spolnostjo. Dobljene rezultate sem v empiričnem delu predstavila v petih vsebinskih sklopih, in sicer: proces spoznavanja v povezavi z zaljubljenostjo in ljubeznijo, pomen partnerskega odnosa, doživljanje partnerskega konflikta, doživljanje spolnosti ter spolnost v povezavi s konflikti in težavami.

Nekatere komponente partnerskega odnosa partnerja doživljata podobno, druge različno. Moja raziskava potrjuje, da konflikti v partnerskem odnosu vplivajo na doživljanje, kvaliteto in pogostost spolnosti.

KLJUČNE BESEDE: zaljubljenost, ljubezen, partnerski odnosi, partnerski konflikti, spolnost, doživljanje spolnosti, doživljanje spolnosti v konfliktnem obdobju

ABSTRACT

The thesis presents how people in partner relationships experience conflicts and sexuality.

In the theoretical part I focused on the concepts of infatuation, love, the importance of attraction, and furthermore on partner relationships, developing relationships, and the impact of childhood experiences on partner relationships later in life. I presented conflict in partner relationships, types of arguments, troublesome communication and the importance of conversation between partners. In the last part, I focused on the concepts of intimacy, sexuality, sexuality in relation to love, differences in men and women experiencing sexuality, sexuality in connection with sexual satisfaction, and difficulties and communication within sexuality.

With qualitative analysis of two semi-structured interviews, one with a man and one with a woman, I tried to get a comprehensive and holistic insight into their experience of a partner relationship and the related conflicts and sexuality. The results in the empirical part are split into five thematic sets: the process of getting to know someone in relation to infatuation and love, the importance of a partner relationship, the experience of conflict in a relationship, and sexual experience and sexuality in relation to conflicts and problems in a partner relationship.

Partners experience some components of a partner relationship similarly and others differently. The study confirms that conflicts in a partner relationship affect the experience, quality and frequency of sexuality.

KEY WORDS: infatuation, love, partner relationships, partnership conflicts, sexuality, sexual experience, sexual experience in a time of conflict

KAZALO

I. UVOD	1
II. TEORETIČNI DEL	2
1 LJUBEZEN	2
1.1 Zaljubljenost	3
1.2 Pomen privlačnosti.....	3
2 PARTNERSKI ODNOS	4
2.1 Razvijanje odnosov	4
2.2 Vpliv otroštva na poznejše partnerske odnose	5
3 PARTNERSKI KONFLIKT	6
3.1 Vrste preprirov	7
3.2 Nekonstruktivna partnerska komunikacija.....	8
3.3 Pogovori v dvoje	9
4 INTIMNOST	9
5 SPOLNOST	10
5.1 Seksualnost	11
5.2 Spolnost in ljubezen	11
5.3 Razlike v doživljanju spolnosti med moškim in žensko	12
5.4 Spolnost in zadovoljstvo	13
5.5 Težave v spolnosti.....	13
5.6 Komunikacija o spolnosti.....	15
III. EMPIRIČNI DEL	16
1 OPREDELITEV PROBLEMA	16
2 RAZISKOVALNA VPRAŠANJA	16
3 RAZISKOVALNA METODA	16
3.1 Predstavitev vzorca in postopek zbiranja podatkov	17
3.2 Izbor raziskovalnih instrumentov	17
3.3 Postopek obdelave podatkov	17
4 REZULTATI IN INTERPRETACIJA	18
4.1 Proces spoznavanja v povezavi z zaljubljenostjo in ljubeznijo	18
4.2 Pomen partnerskega odnosa.....	20
4.3 Doživljanje partnerskega konflikta	24
4.4 Doživljanje spolnosti	27

4.5 Spolnost v povezavi s konflikti in težavami	31
IV. SKLEP	34
V. VIRI IN LITERATURA	37
VI. PRILOGE	40
1 PRILOGA – INTERVJU	40
2 PRILOGA – PRIMER KODIRANJA	41

I. UVOD

Ob razmišljanju o tem, katero temo naj izberem za diplomsko delo, so se mi zdele zanimive različne ideje. Nazadnje sem se odločila, da bom raziskovala temo v povezavi s partnerskimi odnosi, saj me že od nekdaj bolj zanima. Ker pa je diplomskih del na to temo že relativno veliko, sem se odločila, da povežem delovanje, doživljanje partnerskega odnosa še s spolnostjo in konflikti v partnerskem odnosu. Opažam namreč, da je spolnost še vedno tabu tema, ki se ji v pogovorih velikokrat izognemo. Po drugi strani pa se spolnost velikokrat pojmuje kot nekaj, česar bi nas naj bilo sram ali celo kot nekaj vulgarnega. In to kljub temu, da je povsem normalni del življenja posameznika, sicer eden najbolj intimnih sestavin, ki pa si morda prav zato zasluži, da ga čim bolj spoznamo. Prav tako je k moji odločitvi prispevalo to, da si želim v poklicni prihodnosti med drugim delati s pari z različnimi težavami.

Življenja brez partnerjev¹, ljubezni, spolnosti si najbrž nihče izmed nas ne predstavlja. *»Za ogromno večino ljudi te komponente predstavljajo življenjski domet, v njem najdejo vse najbolj dragoceno, od temeljne varnosti do najvišje izpolnitve,«* meni Musek (2010, str. 433). So pa poleg navedenega za partnerski odnos enako značilni tudi konflikti, nesoglasja, težave, ki se ob tem razvijejo. Razlogi največkrat tičijo v nezavednih vzorcih obeh partnerjev ter pri mnogih drugih razlikah med njima. Vsa nesoglasja imajo velik vpliv na partnerski odnos in posledično tudi na spolnost.

Cilj diplomskega dela je teoretično predstaviti pojme zaljubljenosti, ljubezni, partnerskega odnosa in doživljanje le-tega, vpliv najzgodnejših odnosov na poznejše partnerske odnose, značilnosti partnerskega konflikta in nekonstruktivne partnerske komunikacije na sam partnerski odnos ter nazadnje poudariti pomen intimnosti in spolnosti, razlike v doživljanju spolnosti med moškim in žensko ter preučiti spolnost v povezavi z zadovoljstvom, težavami in komunikacijo. V empiričnem delu bom na osnovi analize dveh polstrukturiranih intervjujev te procese poskušala čim bolj kompleksno prikazati.

¹ Izraz »partner« bom v nadaljevanju uporabljala za moški in ženski spol, prav tako bom izraz »partnerstvo« uporabljala ne glede na spol partnerjev.

II. TEORETIČNI DEL

1 LJUBEZEN

Avtorji pišejo o pojmi ljubezni na bolj ali manj podobne načine. V nadaljevanju je predstavljenih nekaj opredelitev.

Milivojević (2008) ljubezen opisuje z naslednjimi besedami: »*Ljubezen je prijetno čustvo, ki ga oseba občuti do objekta, ki ga doživlja kot zelo dragocenega in ga ima za del svojega intimnega sveta*« (str. 620). Za ljubezen je značilna čustvena navezanost subjekta na objekt ljubezni (prijetni občutki ob partnerjevi prisotnosti in neprijetni ob njegovi odsotnosti) in posledično proces ponotranjenja objekta; to pomeni, da ni procesa čustvenega navezovanja brez ponotranjenja objekta, in prav tako ni procesa ponotranjenja objekta brez čustvenega navezovanja (Milivojević, 2009). Ko je vsak izmed partnerjev istočasno objekt in subjekt ljubezni, govorimo o ljubezni, sestavljeni iz dveh čustev, in sicer »*čustva ljubiti*« (ko nekemu dajemo svojo ljubezen) in »*čustva biti ljubljen*« (ko od nekoga sprejemamo ljubezen) (Milivojević, 2008). Ljubezen prav tako niso samo občutki ljubezni, temveč je predvsem trajen, stabilen odnos subjekta do objekta in obratno (Milivojević, 2009). V primeru, da ljubezen pojmuje kot odnos, oseba ve, da občuti ljubezen do nekoga in da jo prav tako od nekoga prejema, tudi kadar ni čustev, povezanih z ljubeznijo (prav tam).

Ljubezen je po Freudu (1901, v Musek, 1995) »*sublimirana oblika spolnosti, torej socialno sprejemljiv način izražanja spolnih želja*« (str. 90).

Sternberg (1986, v Musek, 2010) je opredelil tri komponente ljubezni, in sicer intimnost, ki je čustvena komponenta; pri tem posameznik teži k obojestranski bližini, povezanosti, čustveni podpori, razumevanju, vživljanju v drugega, zadovoljevanju medsebojnih potreb. Strastnost je motivacijska komponenta. Izraža se kot težnja po zadovoljitvi čustvenih, socialnih idr. potreb v odnosu do partnerja. Zavezanost pa je kognitivna komponenta ljubezni, ki se povezuje z odločitvijo, da do nekoga izražamo čustva ljubezni in da se bomo za odnos trudili. Dimenzija strastnosti je značilna predvsem za začetno stopnjo ljubezni; razlog za upadanje le-te je zadovoljenost spolnih potreb. V nasprotju z dimenzijo strastnosti, intimnost in zavezanost naraščata s časom trajanja partnerske zveze (prav tam).

Glede na zgoraj omenjene dimenzije ljubezni po Sternbergu (prav tam, str. 450) ločujemo sedem tipov odnosa, in sicer: »ugajanje« – prisotnost intimnosti; »tovariška ljubezen« – prisotnost intimnosti in zavezanosti; »romantična ljubezen« – prisotnost strastnosti in intimnosti; »strastna ljubezen« – prisotnost strastnosti; »nora ljubezen« – prisotnost strastnosti in zavezanosti; »prazna ljubezen« – prisotnost zavezanosti; »popolna ljubezen« – prisotnost vseh treh komponent.

Scott in Fromm definirata ljubezen na podoben način. Fromm (1995) pojmuje ljubezen kot neko dejavnost v človeku. V ljubezni postaneta dve osebi eno in hkrati ohranita individualnost. Scott Peck (2006) ljubezen opredeljuje kot »željo [...], da bi gojili svojo duhovno rast ali pa duhovno rast nekoga drugega« (str. 88).

1.1 Zaljubljenost

Zaljubljenost je za razliko od ljubezni intenzivno prijetno čustvo, ki temelji na projiciranju svoje idealizirane predstave na partnerja in posledično izkrivljanju realnosti (Milivojević, 2008). Zaljubljeni v tem primeru ne ljubi drugega, kakršen ta v resnici je, ampak zgolj svojo idealizirano predstavo o njem (Borneman, 1978, v Brajša, 1985). Na zaljubljenost vpliva veliko faktorjev, eden izmed ključnih je privlačnost, ki jo občutimo do drugega (Musek, 1995).

Milivojević (2008) piše o tem, da veliko ljudi enači zaljubljenost in ljubezen; menijo namreč, da je zaljubljenost prvi korak k ljubezni. V realnosti pa je to povsem drugače, saj se veliko odnosov, ki se začne z zaljubljenostjo, ne konča z ljubeznijo. V resnici sta ljubezen in zaljubljenost ravno nasprotni čustvi. Ljubezen običajno traja, zaljubljenost pa se nekoč konča.

1.2 Pomen privlačnosti

Musek (1995) piše, da so prve izmed komponent, ki sestavljajo privlačnost, telesne lastnosti oz. prvine fizične privlačnosti (videz, višina, barva oči, las ...). Te so pomemben dejavnik pri vzburjanju spolne privlačnosti (prav tam). Naslednje so duševne lastnosti oz. prvine karakterne privlačnosti (duhovitost, prijetnost, iskrenost ...) in nazadnje še družbene lastnosti oz. prvine socialne privlačnosti (delo, zaslužek ...). Privlačnost je povezana z bližino. Privlačni se nam bodo zdeli predvsem ljudje, ki so nam blizu in ki jih dobro poznamo (prav tam). Prav tako se privlačnost povezuje s podobnostjo med partnerjema; v več raziskavah so namreč ugotovili,

da imajo partnerji bolj podobne poglede na svet kot naključno izbrani pari (Papalia in Olds, 1988, prav tam).

Ena izmed študij, ki je izbrane pare raziskovala devet mesecev, je pokazala, da so tisti pari, ki so si bili medsebojno bolj privlačni, v nadaljevanju partnerskega odnosa pokazali večje zanimanje za ljubljeno osebo in izkazovali več ljubezni drug drugemu (White, 1980, v Pines, 1999). Prav tako je ena izmed raziskav (Buss, 1989) potrdila, da imajo ženske raje moške, ki so dobro materialno preskrbljeni, imajo socialni status, moški pa imajo radi ženske, ki so fizično privlačne, zdrave in plodne. Naj omenim še raziskavo, ki sta jo opravila Buss in Barnes (1986), v kateri so sodelovali dodiplomski študentje. Po pomembnosti so razvrščali karakteristike, ki so se jim zdele pomembne za izbiro partnerja/-ke za dolgotrajen partnerski odnos. Skupne kategorije moškim in ženskam so bile prijazen/-na in razumevajoč/-a, zanimiva osebnost ter inteligen/-na. Kategorije, ki so bile najmanj pomembne in skupne obema spoloma, so bile dobre dedne dispozicije, dober/-ra gospodinjec/-a, religiozen/-na. To, da je ženska fizično privlačna, je bilo bolj pomembno moškim, materialna preskrbljenost moškega pa ženskam. Glede na zapisano se da hitro sklepati, katere so tiste komponente, ki se moškemu in ženski zdijo najbolj pomembne pri izbiri partnerja.

2 PARTNERSKI ODNOS

Vsakemu izmed nas se zdi v posameznih življenjskih obdobjih pomembno navezovanje medsebojnih stikov in pozneje partnerskih odnosov (Musek, 1995). Partnerski odnos je *»osnova za doseganje intimnosti in [...] spolno partnerstvo pri oblikovanju skupnega življenja [...]«* (prav tam, str. 109).

Lewis (1996, v Gostečnik, 2001) je v svojih študijah opredelil temelj partnerskega odnosa, ki ga sestavlja pet komponent, in sicer bližina, ki pomeni, da si partnerja želita živeti drug z drugim; zaveza, ki pomeni odločitev, da se bosta partnerja trudila za partnerski odnos; intimnost (temu pojmu se bom natančneje posvetila pozneje pri poglavju o intimnosti); separiranost, ki pomeni, da partnerja sprejmeta drugačnost drug drugega, ter moč, ki se kaže v tem, da partnerja ustvarjata enakopravnost predvsem tam, kjer se soočata z različnostjo.

2.1 Razvijanje odnosov

Levinger in Snoek (1972, v Musek, 1995) sta ugotovila, da se tesni medosebni odnosi razvijajo v procesu, in sicer v štirih fazah. Prvo fazo sta imenovala *»ničelni stik«*, v kateri

osebi še ne poznata druga druge. Druga faza je »bežni stik«, v kateri sta osebi že izvedeli nekaj druga o drugi, a še nista imeli konkretnega stika. V tretji fazi, t. i. »površinskem stiku«, se začne bežno spoznavanje. Poglobljanje teh stikov vodi v četrto fazo, v »vzajemni stik«; tu se začenjajo npr. dejavnosti obeh oseb prepletati. Ključni dejavniki za uspešen partnerski odnos so sposobnost nekoga ljubiti in ga s tem sprejemati takšnega, kakršen je, ter sposobnost prilagajanja in sklepanja kompromisov (Čačinovič Vogrinčič, 1998).

2.2 Vpliv otroštva na poznejše partnerske odnose

Bowlby (1982) je razvil teorijo navezanosti. Odkril je, da partnerski odnosi odraslih oseb nastanejo na podlagi zgodnjih odnosov z najbližjimi; ti vplivajo na posameznikova prepričanja o tem, ali je vreden ljubezni, zaupanja, spoštovanja drugih. Odrasli ljudje nezavedno iščejo tak odnos, ki se bo čim bolj skladal z odnosi, ki so jih imeli z najbližjimi v zgodnjem otroštvu (Pines, 1999).

Gostečnik (2001) meni, da matere in očeta ne more nadomestiti nihče. Ugotavlja, da če oče v otroštvu otroka ni fizično ali psihično prisoten, ostane v otroku praznina. Trdi tudi, da otrok na podlagi odnosa z očetom v zgodnjem otroštvu izgradi občutek samozavesti. Prav tako kot oče je za otroka pomembna mati, ki da otroku občutek brezpogojne ljubezni. Brez odnosov s tema dvema pomembnima osebama, bo otrok pozneje, ko bo odrasel, težko vzpostavljajal intimne, partnerske odnose.

Nasprotno avtorice knjige Družine in družinsko življenje v Sloveniji (Rener idr., 2006) pojmujejo družino kot izredno spreminjajočo se družbeno skupino. Spremembe se kažejo v tem, da se družine odmikajo od modernega modela nuklearne družine, sestavljenega iz heteroseksualnih parov z otroki. Prav tako so se pomembno spremenile tudi predstave o družinskem življenju. G. Čačinovič Vogrinčič (1995, prav tam) piše o tem, da je zavedanje raznolikosti družinskega življenja pomembno, saj pomaga razumeti, da ljudje uresničujejo družino v zelo različnih oblikah družinskega življenja. Primeri takih družin so enostarševske, posvojiteljske, etnično mešane, gejevske in lezbične družine ... Za navezanost torej ni nujna prisotnost biološkega očeta in matere, kot trdi Gostečnik (2001), temveč lahko to navezanost uresničujejo tudi osebe, ki opravljajo starševsko/skrbniško funkcijo, kar imenujemo socialno starševstvo, in otroku prav tako lahko omogočajo varno navezanost (Rener idr., 2006).

Vsak posameznik želi s pomočjo partnerja nezavedno razrešiti travme iz otroštva. Seveda pa ni nihče izmed partnerjev v popolnosti to, kar išče drugi. Posledično imata partnerja velikokrat željo po spreminjanju drug drugega, kar lahko pripelje do konfliktov, nesoglasij. Premalo ljudi se namreč zaveda, da lahko spreminjajo le sami sebe (Glasser, 1998).

3 PARTNERSKI KONFLIKT

Kot sem že omenila, se ljudje v partnerskih odnosih nemalokrat srečujejo s konflikti, težavami, nesoglasji. Konflikti med partnerjema se pojavljajo pogosto, in skorajda ne obstaja partnerski odnos, v katerem ne bi včasih prišlo do konfliktov (Derlega, Rose in Winstead, 1997). Do konflikta običajno pride, ko eden od partnerjev želi nekaj, drugi pa nekaj drugega; obstajata izključujoča se pogleda na neko stvar (Milivojevič, 2009).

Prav tako osebni odnosi še dodatno povečujejo možnosti za nastanek in stopnjevanje medosebnih konfliktov (Hendrick in Hendrick, 2000). Čim bolj intimna in blizu sta si partnerja, tem večja je možnost za konflikte (Derlega idr., 1997). Ravno nasprotja v pričakovanjih in posledično nezmožnost konstruktivnega reševanja nesoglasij so dejavniki, ki velikokrat pripeljejo do konfliktov med partnerjema (prav tam). Med konflikti partnerja običajno čustveno reagirata drug na drugega (Kerr, 1988, v Gostečnik, 2001). Tako moški kot ženske pripisujejo v partnerskih odnosih več povodov za partnerske konflikte ženskam. Hendrick (1981, v Derlega idr., 1997) vidi razlog v tem, da se hočejo ženske pogovarjati o problemu, moški pa se temu izogibajo.

Ker so konflikti sestavni del partnerskih odnosov in slednji zaradi konfliktov velikokrat trpijo (Hendrick in Hendrick (2000) namreč pišeta o tem, da je spoprijemanje s konflikti težko in zahtevno za oba partnerja), lahko pride do krize v partnerskem odnosu. Ob tem moram poudariti, da je partnerska kriza lahko celo koristna, če pelje v reševanje nakopičenih konfliktov. Z izogibanjem reševanja problemov namreč ne storimo ničesar. Ključno je ravnanje s konflikti (Brajša, 1985).

Rusbult (1983) je opisal štiri možne odzive na partnerski konflikt, in sicer pasivni umik (partner ne stori ničesar, da bi rešil problem); glasen odziv (spodbujanje reševanja konfliktov v pozitivni smeri); izogibanje (izogibanje konfliktom in upanje, da se bodo rešili sami); odhod (zapustitev partnerja). Ženske se bolj odzivajo na prva dva načina, moški pa na druga dva.

Prepir po Milivojeviću (2009) ne moremo enačiti s konfliktom, saj prepir pomeni, da partnerja skušata rešiti nek konflikt ter uskladiti potrebe in želje drug drugega.

3.1 Vrste prepirov

Glede na to, kako se partnerja soočata s konfliktom, je odvisno tudi, ali je prepir konstruktiven ali destruktiven za partnerski odnos (Derlega idr., 1997). Na tem mestu naj omenim, da je pri parih, ki imajo težave v partnerskih odnosih, pogosto opaziti komunikacijski vzorec, ki obsega na eni strani zahtevanje enega partnerja in na drugi umikanje drugega (Christensen in Shenk, 1991, prav tam). En partner pritiska na drugega, in sicer z zahtevami, pritoževanjem, kritiziranjem, medtem ko se drugi umika. V konfliktnih situacijah so običajno ženske zahtevne in obtožujoče ter moški tisti, ki se umikajo. Ta vzorec lahko hitro postane začaran krog, v katerega se partnerja vedno znova zavrtita (Christensen in Heavey, 1993, prav tam). Razlog, da ženske velikokrat pritiskajo na svoje moške, je tudi ta, da si želijo več sprememb s strani moških v partnerskem odnosu (Heavey, Layne in Christensen, 1993, prav tam). Seveda na tem mestu velja poudariti pomembnost stvari za enega ali drugega partnerja; čim bolj mu je stvar pomembna, tem bolj bo pritiskal na drugega partnerja zaradi želje po spremembi.

Kot sem že prej omenila, poznamo konstruktiven in destruktiven prepir; konstruktiven je tisti, katerega povod je realni razlog in ga partner ne poskuša zamenjati z namišljenimi razlogi (Brajša, 1985). Rezultati konstruktivnega prepira so zmanjšana zamera in s tem večje zaupanje v partnerja in vase, močnejša čustvena povezanost med partnerjema. Pri takih prepirih se partnerja običajno osredotočata na sedanjost in ne toliko na preteklost (Slana, 2008, prav tam). Nasprotno je slab ali destruktiven prepir tisti, v katerem je resnični problem zamenjan z namišljenim razlogom (prav tam).

Drugi vzroki za prepire so nezadovoljstvo z odnosom ter posledična slabitev, kar lahko pripelje do vsakodnevnih prepиров zaradi malenkosti; pretirano pogovarjanje in obujanje preteklih partnerskih odnosov; prihajanje nezavednih, skritih motivov v človeku na plan. Za odnos je izredno pomembno, da oba partnerja vlagata vanj, zato je lahko vzrok za prepire tudi nezadovoljstvo zaradi manjšega prizadevanja enega ali obeh partnerjev za ohranitev odnosa (prav tam).

Pari, ki so fleksibilni v partnerskem odnosu, so bolj zadovoljni z uspešnostjo reševanja konfliktov kot tisti, ki so rigidni. Fleksibilnost partnerjev omogoča konstruktivno reševanje problemov brez večanja resnosti (Hendrick in Hendrick, 2000). Od tega, kako oseba doživlja partnerja, je odvisno to, kako se bo do njega vedla. Vzrok za partnerski prepir je potemtakem velikokrat napačno doživljanje partnerja in ne prepoznavanje njegovih potreb. Lahko pride tudi do tega, da eden izmed partnerjev ne zna, ne more sprejeti delovanja, doživljanja drugega. Prav tako je velikokrat povod za partnerske prepire tudi nekonstruktivna partnerska komunikacija (Brajša, 1985).

3.2 Nekonstruktivna partnerska komunikacija

Komunikacija je ključnega pomena za vzpostavljanje medsebojnih odnosov. To, da se v partnerskem odnosu znamo pogovarjati, je temeljni pogoj za obstoj in razvoj partnerskega odnosa (Satir, 1995), četudi partnerja nasprotno velikokrat tlačita nesoglasja, konflikte, v namen ohranjanja odnosnega ravnovesja.

Avtorja Engl in Thurmaier (2005) navajata vzorce nekonstruktivne komunikacije med partnerjema. Naj naštejemo nekatere, ki se jih partnerji velikokrat poslužujejo. Pogosto eden ali oba partnerja posredno izražata svoje želje, potrebe, saj meni(-ta), da lahko z neposrednim izražanjem izgubita drugega. Prav tako je v partnerskih odnosih prisotno veliko potlačevanja neprijetnih čustev, namesto pojasnjevanja lastnih občutkov. Nekatere izmed značilnosti t. i. destruktivnih preprirov so še sporočila v negativnem smislu, s katerimi pripisujemo lastne občutke partnerju; posledično se pri partnerju vključi obrambna naravnost. Pogoste so posplošitve, kot so vedno, nikoli, ki služijo izražanju jeze na partnerja; pripisovanje negativnih lastnosti na partnerjevo osebnost in ne na moteče vedenje; pripisovanje krivde, pri čemer partnerja obtožujemo, namesto da bi se z njim pogovorili; negativne razlage, s katerimi lahko partnerja razvrednotimo; utemeljevanje, s katerim hočemo partnerju dokazati svoj prav itd. Vsi zgoraj naštetih vzorci, naša verbalna in neverbalna komunikacija ter vedenje do partnerja so osnovani na tem, kako mi vidimo, občutimo drugega (Hendrick in Hendrick, 2000).

Posledice nekonstruktivne partnerske komunikacije so lahko, da partnerja živita v partnerskem odnosu, vendar ne drug z drugim in za drugega, temveč zgolj drug ob drugem in še hujše, drug proti drugemu. Takšni partnerji imajo pomanjkljive sposobnosti za reševanje konfliktov in posledično se medsebojni odnosi skrhajo, zanemarjajo se potrebe obeh.

Partnerja začneta živeti čustveno osiromašeno življenje in njun odnos kmalu postane bojišče, kjer se bojujeta drug proti drugemu (Engl in Thurmaier, 2005).

3.3 Pogovori v dvoje

Če želita partnerja prekiniti oz. popraviti slabo partnersko komunikacijo, se morata začeti pogovarjati. Prvo, kar je treba storiti, je, da do svojega partnerskega odnosa vzpostavita odnos; s pogovorom imata partnerja večjo možnost, da se začutita (Moeller, 1995). S priznanjem lastnih negotovosti, strahov drug drugemu raste tudi medsebojna naklonjenost. Moeller (prav tam) meni, da parom primanjkuje medsebojne komunikacije. V tem primeru smo priča dvema začaranima krogoma; prvi krepi odmikanje, ne komuniciranje, drugi pa hromi ljubezenska čustva. V obeh primerih partnerja nista seznanjena s potrebami drug drugega in posledica je lahko njuna nezadovoljenost. Tako ne pride ne do pogovora in običajno tudi ne do spolnosti. Večinoma sledi razočaranje, ugašanje ljubezni, nezadovoljstvo ... Pogovori v dvoje pa pomenijo delo na partnerskem odnosu, ki je ključnega pomena. Prav tako avtorja knjige *Kako govoriš z menoj? Dobra in slaba partnerska komunikacija* (Engl in Thurmaier, 2005) pišeta o tem, da se je partnerske komunikacije s trudom in pripravljenostjo obeh partnerjev mogoče naučiti in jo izboljšati.

4 INTIMNOST

Intimnost je ena izmed pogosteje obravnavanih vidikov delovanja partnerske zveze; zaznamuje lastnost človekovih najpomembnejših odnosov ter napoveduje najvišje ravni zadovoljstva, ljubezni, zaupanja in bližine (Prager, 1995). Vpliva in je hkrati vplivana s strani drugih procesov, ki prav tako vplivajo na razvijanje partnerskega odnosa. Raziskave so pokazale, da je intimnost povezana z ljubeznijo, zaupanjem, zadovoljstvom, predajanjem in razumevanjem partnerja (prav tam).

Intimnost je proces, v katerem ena osebi drugi razkrije svoja globlja doživljanja in je pri tem ni strah, da bi bila od druge osebe zavrnjena (Tysoe, 1997). Waring (1988, v Gostečnik, 2001), ki je raziskoval intimnost, meni, da je »*intimnost v svojem jedru zmožnost deliti ranljivost*« (str. 130). Ranljivost je sestavljena iz notranjih čustev, doživljanj, strahov, želja posameznega človeka, katerih običajno ne deli z drugimi. Ko si ta doživljanja partnerja med seboj delita, lahko rečemo, da je v njunem odnosu prisotna intimnost. Intimnost pomeni predvsem to, da je človek povezan s seboj in hkrati deli svoj notranji svet z drugim, brez strahu, da bi bil prizadet (prav tam).

Čim bolj intimna in blizu sta si partnerja, tem bolj neodvisen postaja njun partnerski odnos (Berne, 1971). Intimni kontakt med partnerjema spodbuja tako lastno zadovoljstvo kot uspešnost v partnerskem odnosu. Ker je intimnost tako pomembna komponenta partnerskih odnosov in ima velik vpliv tudi na spolnost v partnerskem odnosu, bi jo morali kot proces bolje razumeti in nanjo dati več poudarka (Prager, 1995).

5 SPOLNOST

Spolnost je bila nekoč in je še danes tema, ki se ji ljudje v pogovorih velikokrat ognejo. V preteklosti se niso veliko posvečali raziskovanju tega področja (Weeks, 2003). Dandanes človeško spolnost doživljamo kot izjemno pomembno področje človekovega življenja, katerega raziskovanje moramo čim bolj razvijati (Milivojević, 2009).

Naj opredelim nekaj klasifikacij spolnosti.

E. Borneman (1987, v Brajša, 1985) pojmuje spolni odnos kot »*model vseh medčloveških odnosov*« (str. 24). Temeljiti bi moral na treh osnovnih principih: aktivnemu in skupnemu delovanju ter medsebojni izmenjavi. Brajša sam (prav tam) meni, da obstajata dve vrsti spolnosti, in sicer taka, ki je namenjena izpolnjevanju človeka v odnosih z drugimi – medosebna spolnost, ki je višja raven spolnosti, in taka, kateri človek služi s svojimi odnosi – nagonska spolnost, ki je nižja raven le-te. Nagonska spolnost lahko sčasoma preide v medosebno. Prva je povezana in napolnjuje človekovo osebnost, druga pa je zgolj nagonsko usmerjena. V prvi je poleg orgazma pomembno tudi čustveno doživljanje, v drugi pa je glavna potešitev.

Prav tako Hendrick in Hendrick (2000) pišeta, da se spolnost v partnerskih odnosih razlikuje od fizičnega užitka pri t. i. priložnostnih spolnih odnosih. Partnerjema spolnost ne pomeni zgolj fizične zadovoljitve ampak tudi priložnost za izražanje čustev ljubezni, intimnosti in emocionalne bližine, da lahko s tem vedno znova potrjujeta svojo zavezanost in pripadnost odnosu ter drug drugemu. Spolnost, ki poteka v bližnjih partnerskih odnosih, pomembno vpliva na partnerski odnos in obratno – čustveno doživljanje, partnerski odnos, komunikacija pomembno vplivajo na spolnost med partnerjema.

Skyenner (1978, v Brajša, 1985) meni, da mora biti partnerski odnos kvaliteten, da je lahko tudi spolno življenje kvalitetno. Trdi, da je spolnost vsekakor pokazatelj dogajanja v partnerskem odnosu. Ob tem pa Lederer in Jackson (1976, prav tam) opozarjata, da se je treba

spolnosti naučiti ter da kvalitetna spolnost ni nekaj samoumevnega. Raziskala sta osnovne principe spolnosti in ugotovila, da je spolnost posledica kvalitetnega odnosa. Zmotno je mišljenje, da je pogoj za kvaliteten odnos tudi zadovoljujoča spolnost. Po njunem bi moralo biti ravno obratno; najprej morata posameznika funkcionirati kot partnerja, da lahko funkcionirata tudi kot spolna partnerja. Spolnosti ne povezujeta toliko s spolnim aktom, ampak bolj s čustvenim zadovoljevanjem potreb obeh partnerjev. Prav tako je spolnost povezana s komunikacijo. Pomemben je obojestranski trud partnerjev in ključno to, da partnerja svoj odnos in z njim spolnost skupaj razvijata in se medsebojno odkrivata ter poskušata najti načine, ki bi ju najbolj zadovoljili.

5.1 Seksualnost

Seksualnost je definirana kot skupek medosebnih vedenj, ki vodijo do fiziološkega vzbujenja in posledično povečanja možnosti orgazma enega ali obeh partnerjev, prav tako pa je povezana s pojavi, kot so spolna sla, spolno zadovoljstvo in spolne navade (Hendrick in Hendrick, 2000). Namenjena naj bi bila razmnoževanju, užitku ali dejanju naklonjenosti (Shelton in Stepleman, 2008). Seksualnost lahko definiramo tudi kot bio-psiho-socialni fenomen, ki vsebuje fiziološke, psihološke, medosebne, socialne in kulturne prvine – torej je seksualnost osnovna človeška izkušnja, ki je kompleksna v vseh pogledih (prav tam).

Milivojević (2009) opredeljuje seksualni razvoj po naslednjem kontinuumu. Za otroke v zgodnjih letih razvoja je značilna »*infantilna masturbacija*«. Vse, kar se dogaja v otroštvu v zvezi s seksualnostjo, vpliva na poznejše spolne odnose. V puberteti se razmahne razvoj seksualnosti z masturbacijo, fantaziranjem, navezovanjem prvih spolnih stikov in spolnih izkušenj ter poznejšo graditvijo spolnih odnosov. Običajno poteka seksualni razvoj neodvisno od ljubezenskega razvoja, vse do pubertete, ko pride do medsebojnega prepletanja (prav tam). Posameznikovi občutki, stališča o spolnosti se oblikujejo tekom otrokovega razvojnega procesa. Otroci pridobivajo lastno razumevanje seksualnosti na podlagi opazovanja drugih, skozi sporočila, ki jih vsakodnevno prenašajo mediji, družina, prijatelji, avtoritete, še posebno učitelji v šoli ter tudi na podlagi lastnih izkušenj (Shelton in Stepleman, 2008).

5.2 Spolnost in ljubezen

Spolnost in ljubezen sta kompleksno povezani komponenti; Aron in Aron (1991, v Harvey, Wenzel in Sprecher, 2008) sta oblikovala dimenzionalni pristop, nanašajoč se na ljubezen in

spolnost, v katerem je spolnost dominantna na eni strani dimenzije, ljubezen na drugi, obe komponenti pa sta enako pomembni na sredini iste dimenzije.

Milivojević (2009) podobno piše o tem, in sicer, da sta seksualna in partnerska ljubezen v človekovem razvoju do neke mere povezani, obstajajo pa tudi odstopanja, pri katerih ljudje delajo razcep med spolnim odnosom in ljubeznijo. Nekateri menijo, da ljubezen izključuje spolnost, ali pa se po njihovem ljubezen in spolnost popolnoma prekrivata, kar pomeni, da ljubezen pomeni spolnost in obratno; v tem primeru mora oseba najprej nekoga ljubiti, da bi lahko z njim imela spolni odnos, obratno pa mora oseba najprej imeti spolni odnos, preden lahko nekoga vzljubi. Obe prepričanji sta napačni, saj se ljubezen in spolnost le delno prekrivata. To delno prekrivanje pomeni, da lahko ima nekdo dober spolni odnos z nekom, ki ga ne ljubi, in prav tako lahko ima nezadovoljiv spolni odnos z nekom, ki ga ljubi. Kvaliteta spolnega življenja torej ni nujno povezana z ljubeznijo v odnosu.

5.3 Razlike v doživljanju spolnosti med moškim in žensko

Tudi spol ima velik vpliv na seksualnost v partnerskih odnosih; obstajajo namreč fiziološke in psihološke razlike med moškimi in ženskami. Fiziološke razlike so penis pri moškemu in klitoris pri ženski (Berne, 1971). Moški se vzburijo hitreje, ženske počasneje (Derlega idr., 1997).

Moški in ženske se razlikujejo tudi v doživljanju spolnosti; moškim je pomembnejša fizična zadovoljitev, sama spolnost, ženskam pa čustvena bližina v odnosu, izrazi naklonjenosti, prvine čustvenosti (Cimbalo in Novell, 1993, v Musek, 1995). Če upoštevamo razlike med spoloma, so lahko povezave med spolnostjo in čustveno vpletenostjo dokaj zapletene. Levesque (1993, prav tam), ki je delal raziskave z adolescenti, meni, da so fantje najbolj zadovoljni s partnerskim odnosom, ko je prisotna čustvena vpletenost v odnos, punce pa tedaj, ko je v partnerskem odnosu prisotna spolnost. Glede na to sklepa, da se zdi spolnost v odnosu fantom nekaj povsem normalnega in da jim korak več pomeni čustvena vpletenost, pri puncah pa je ravno obratno, in sicer je zanje čustvena komponenta v odnosu nekaj čisto normalnega in jim spolnost posledično pomeni znak nečesa globljega v odnosu.

Tudi Ellis in Symons (1990, v Tysoe, 1997), ki sta naredila vrsto raziskav o spolnih fantazijah, sklepata na podoben način kot Levesque v zgornji raziskavi. Z anonimno anketo sta odkrila velike razlike med spoloma. Moški so se v raziskavi bolj osredotočali na fizične

lastnosti partnerke ter na sam spolni odnos, medtem ko so se ženske bolj osredotočale na partnerjeve in svoje občutke, čustva. Moškim se potemtakem zdi pomembnejša komponenta zadovoljitve spolnih potreb, ženskam pa čustvena zadovoljitev.

5.4 Spolnost in zadovoljstvo

Hendrick in Hendrick (2000) navajata izsledke raziskav mnogih avtorjev (Blumstein in Schwartz, 1983; Brown in Auerback, 1981; Edwards in Booth, 1994; Greeley, 1991; Laumann idr., 1994; vsi v Hendrick in Hendrick, 2000), ki so raziskovali povezanost med spolnostjo in zadovoljstvom. Ugotovili so, da so bolj zadovoljni pari, ki imajo pogostejšo spolnost. Prišli so še do naslednjih spoznanj, in sicer, da je zadovoljstvo povezano z naslednjimi spolnimi aktivnostmi: oralnim spolnim odnosom, ki je pomemben predvsem za spolno zadovoljitev moških, orgazmom in s tem, da ženske doživijo orgazem prej ali hkrati s partnerjem. Po drugi strani naj bi bila kvaliteta spolnosti pomembnejša kot kvantiteta. Poleg tega avtorja navajata izsledke številnih študij (Cupach in Comstock, 1990; Edwards in Booth, 1994; Greeley, 1991; Henderson – King in Veroff, 1994; Kurdek, 1991; Lawrance in Byers, 1995; Oggins, Leber in Veroff, 1993; vsi v Hendrick in Hendrick, 2000), ki so pokazale, da je zadovoljstvo v spolnosti povezano z generalnim zadovoljstvom v partnerskem odnosu.

Greeley (1991, prav tam) je v raziskavi poročenih posameznikov dokazal, da kvaliteta spolnosti ne vpliva več na kvaliteto v partnerskem odnosu tedaj, ko je spolnost redna. Zanimivo je, da niti kvaliteta niti pogostost spolnosti nista tako pomembni kot druge kvalitete v partnerskem odnosu, kot so izkazovanje intimnosti, naklonjenosti, vdanosti.

Na koncu moram poudariti, da je spolnost vsekakor koristna za naše fizično, psihično in mentalno počutje ter zdravje (Cross in Weeks, 2007). Butt (1990, prav tam) je pojmoval spolni odnos kot enega od osnovnih načinov telovadbe in kot šport, ki zahteva intenziven napor.

5.5 Težave v spolnosti

Spolnost lahko v partnerskem odnosu povzroča tudi velike težave, skrbi, konflikte med partnerjema. Vzrokov za spolne težave je nešteto, lahko so telesno ali psihološko pogojeni (Tysoe, 1997).

Probleme s spolnim poželenjem imajo pogosteje ženske kot moški (prav tam). Klusmann (2002) je med nemškimi študenti raziskoval povezanost med spolno motivacijo in trajanjem partnerskega odnosa. Vzorec je vseboval 1865 študentov, starih od 19 do 35 let, ki so bili v heteroseksualni dolgotrajni partnerski zvezi. Rezultati so pokazali, da je spolna dejavnost in spolno zadovoljstvo pri ženskah padalo glede na čas trajanja partnerske zveze in se, obratno, večalo pri moških; želja po spolnosti je pri ženskah upadla; želja po nežnosti pa je upadla pri moških in se povečala pri ženskah. Ker ti rezultati temeljijo na presečnih podatkih, je longitudinalna razlaga nezanesljiva.

Moški imajo fizično najpogosteje težave s prezgodnjo ejakulacijo ali s tem, da ne morejo doseči erekcije oz. je ne morejo obdržati dovolj dolgo za zadovoljiv spolni odnos. Pri ženskah so lahko težave s spolnim poželenjem in vznurjenostjo večje kot pri moških (Tysoe, 1997). Psihološki vzroki na drugi strani se povezujejo predvsem s človekovo preteklostjo (npr. če je bila spolnost v primarni družini obravnavana kot tabu, se ji človek kot odrasel izogiba, je nesproščen, ko je govora o spolnosti; v primeru spolne zlorabe v otroštvu ima odrasel pozneje izjemen strah pred predajanjem partnerju v spolnem odnosu) (prav tam).

Mnenja strokovnjakov o tem, ali lahko nezadovoljenost v spolnosti vpliva na kvaliteto partnerskega odnosa, se razhajajo. Nekateri strokovnjaki menijo, da nesoglasja v partnerskem odnosu vplivajo tudi na spolnost in obratno, v smislu, da težave v spolnosti škodijo samemu partnerskemu odnosu. Partnerja imata lahko težave v spolnosti, ne da bi se počutila nesrečna v odnosu (prav tam). Pogosto lahko eno na drugo vpliva do take mere, da je težko odkriti prvotni vzrok (Brajša, 1985).

Berne (1964, v Milivojević, 2009) je v svoji raziskavi pokazal, da je lahko konflikt povod k temu, da se partnerja seksualno ne zbližujeta. Prav tako velja tudi obratno, in sicer, da prepir vodi v seksualnost. Pri slednjem je »*spolni odnos stabilizator odnosa, ker je potrditev in dokaz ljubezni, to pa vsa druga nesoglasja potisne v drugi plan*« (prav tam, str. 227).

Za kvalitetno spolnost je pomembno, da posameznik najde nekoga, ki ga bo ljubil, in da bo njuna ljubezen vzajemna. Če lahko najdemo takega človeka, obstaja velika možnost, da pridemo do najboljše intimne izkušnje. Ustvariti jo je težje kot samo spolnost, kajti doživimo jo lahko le skozi odnos, v katerem sta partnerja tudi prijatelja. Če par, ki ima pri spolnosti težave, pridobi nekaj prijateljstva ali ljubezni, se tudi spolnost lahko vrne (Glasser, 1998).

5.6 Komunikacija o spolnosti

Komunikacija o spolnosti je ena izmed najbolj zahtevnih in bistvenih vidikov partnerskega odnosa, četudi partnerja v spolnosti nimata posebnih težav. Dobro komunikacijo o spolnosti je težko doseči, prav tako ta predstavlja proces, ki se nikoli ne konča in za katerega se je treba vedno znova truditi (Harvey idr., 2008).

Tysoe (1997) piše o tem, da si je treba prav tako kot za spolnost vzeti čas tudi za pogovor o željah, potrebah glede spolnosti ter imeti pri vsem skupaj še kanček domišljije ter znanja. V neki britanski raziskavi o moških s težavami z erekcijo jih je skoraj polovica kot glavni vzrok navedla, da se s partnerko ne morejo pogovoriti o spolnosti.

Psihologinja Hyde (prav tam) je analizirala tehnike komunikacije za izboljšavo spolnega življenja. Kot pomembno je poudarila to, da je partnerja treba poslušati, ga upoštevati ter mu povedati, kaj si želimo. Večina parov se težko pogovarja o svojem spolnem življenju, ker se tega sramujejo; ljudem se spolni odnos zdi manj intimen kot pogovor o njem. Pri pogovoru o spolnosti je treba skrbno izbirati besede, saj je lahko spolnost za marsikoga občutljivo področje. Treba se je posluževati govorjenja o sebi, poslušanja, odzivanja, skratka pozitivne komunikacije (prav tam).

Kvalitetna komunikacija med partnerjema, tudi o spolnosti, vpliva na kvaliteto spolnosti v partnerskem odnosu. Raziskovalci so proučevali poseben vidik komunikacije o spolnosti, in sicer glede dajanja povodov in zavračanj v spolnosti. Od moških se pričakuje, da bodo dali povod za spolnost, ženske pa naj bi nato sprejele ali zavrnille njihove pobude. Mnogi pari sledijo tem pravilom, žensko dajanje pobud pa je pogojeno s trajanjem partnerskega odnosa, in sicer čim dlje traja partnerski odnos, tem večkrat daje povod za spolnost tudi ženska. Najpomembneje je, da se oba partnerja strinjata s tem, kakšna in kako pogosta je spolnost (Hendrick in Hendrick, 2000).

III. EMPIRIČNI DEL

1 OPREDELITEV PROBLEMA

Ljubezen, spolnost, partnerski odnos in s tem povezani konflikti so nekatere izmed osrednjih tem, ki se dotikajo vseh ljudi. Musek (1995) meni, da je predvsem partnerski odnos tista komponenta, s pomočjo katere lahko dosežemo intimnost in spolnost.

Kljub temu, da je poljudnih knjig o partnerskih odnosih, življenju v dvoje veliko, se o spolnosti v partnerskem odnosu, predvsem v slovenskem prostoru, govori premalo, zato sklepam, da je spolnost tabu tema. O tem govori tudi dejstvo, da sem na temo spolnosti v slovenščini našla malo strokovne literature. Ker pa je spolnost v partnerskem odnosu ključnega pomena, bom v svojem diplomskem delu raziskovala, kakšna je spolnost v partnerskem odnosu in kako lahko partnerski problemi, konflikti, nesoglasja, nezadovoljstvo oz. zadovoljstvo med partnerjema vplivajo na doživljanje, kvaliteto in pogostost spolnosti. Prav tako me bo zanimalo doživljanje zaljubljenosti, ljubezni, partnerskega odnosa in z njim povezanih konfliktov ter razlike v doživljanju različnih, zgoraj omenjenih komponent med moškimi in žensko.

V ta namen sem si za raziskovanje izbrala kvalitativno analizo, saj sem želela pridobiti čim bolj celosten vpogled v partnerski odnos in doživljanje le-tega.

2 RAZISKOVALNA VPRAŠANJA

1. Kako partnerja doživljata zaljubljenost, ljubezen in partnerski odnos?
2. Kako se partnerja soočata s konflikti v odnosu?
3. Kaj jima pomeni spolnost?
4. Kako doživljata njuno spolno življenje?
5. Kako konflikti, težave v partnerskem odnosu vplivajo na spolnost?

3 RAZISKOVALNA METODA

V empiričnem delu sem uporabila kvalitativni raziskovalni pristop, saj je bil moj namen, kot piše Bryman (2004, v Vogrinc, 2008) o kvalitativnem raziskovanju, videti perspektivo o temah raziskovanja skozi oči para, katerega sem intervjuvala, ter pri tem upoštevati predvsem kontekst in proces nastajanja raziskave. Za kvalitativni raziskovalni pristop sem se odločila

tudi zato, ker nudi več prožnosti, prilagajanja različnim situacijam. V ta namen sem uporabila delno strukturiran intervju.

3.1 Predstavitev vzorca in postopek zbiranja podatkov

Vzorec je priložnostno izbran par, moški in ženska. Skupaj sta približno dve leti, leto in pol pa živita v skupnem gospodinjstvu. Ker je tema moje diplomske naloge intimnega značaja, sem izbrala par, katerega poznam že nekaj časa (nismo pa v tesnih prijateljskih odnosih), saj menim, da se je o takih temah lažje pogovarjati s poznano osebo.

Na intervju sem se pripravila tako, da sem prej sestavila vprašanja ter jih med intervjujem prilagajala različnim okoliščinam in predvsem sogovorcema. Z izvedbo intervjuja nisem imela posebnih težav. Intervju sem izvedla 25. aprila 2013 pri njiju doma. Intervjuvala sem vsakega posebej, v kratkem vmesnem časovnem razmiku, da bi se preprečila medsebojna kontrola in izmenjava; najprej sem se pogovarjala z žensko, približno dve uri, nato še z moškim, približno uro in pol. Oba intervjuja sem snemala s pomočjo diktafona, nato sem ju dobesedno prepisala. Transkript obeh intervjujev obsega 31 strani. Imena intervjuvancev so v transkriptu zaradi varovanja osebnih podatkov spremenjena.

3.2 Izbor raziskovalnih instrumentov

Za izvedbo raziskave sem uporabila metodo spraševanja, in sicer delno strukturiran intervju; okvirna vprašanja za intervju sem namreč oblikovala že pred izvedbo intervjuja. Delno strukturiran intervju sem izbrala zaradi določenih prednosti, saj lahko z njegovo pomočjo raziskovalec natančno spozna intervjuvančeve misli, čustva, pomene, ki jih intervjuvanec pripisuje določenim dogodkom, povezanih s temo raziskovanja. Prav tako je delno strukturiran intervju prožna tehnika, saj jo lahko sproti prilagajamo različnim situacijam (Vogrinc, 2008).

3.3 Postopek obdelave podatkov

Podatke sem obdelala na način, da sem najprej dobesedno prepisala oba intervjuja, ju večkrat prebrala ter določila vsebinsko pomembne dele besedila in jih podčrtala. Tako so nastale enote kodiranja, podatki, pomembni za raziskavo, ki sem jih pozneje analizirala. Ta pristop je induktiven, saj sem kode določila na podlagi besedila. Celotno besedilo obeh intervjujev s podčrtanimi enotami besedila sem vnesla v prvi stolpec štiristolpčne razpredelnice in začela s postopkom kodiranja (Priloga številka 2). Najprej sem kodirnim enotam določila kode prvega

reda, ki pomenijo krajši zapis tistega, kar sta intervjuvanca povedala. Nato sem kodam prvega reda določila kode drugega reda, ki so še bolj natančne, specifične. Iz tega so nastale kategorije, s pomočjo katerih sem analizirala intervjuja in ju med seboj primerjala ter osnovala utemeljeno teorijo. Dobljene rezultate sem povezala s teorijo.

4 REZULTATI IN INTERPRETACIJA

V analizi empiričnega dela sem dobila pet kategorij, in sicer: proces spoznavanja v povezavi z zaljubljenostjo in ljubeznijo, pomen partnerskega odnosa, doživljanje partnerskega konflikta, doživljanje spolnosti ter spolnost v povezavi s konflikti in težavami. Vsako izmed kategorij sem razdelila še na podkategorije, ki jih bom v nadaljevanju povezovala s teorijo.

4.1 Proces spoznavanja v povezavi z zaljubljenostjo in ljubeznijo

Tina in Jan sta se spoznala pred približno dvema letoma preko spleta in se tako spoznavala približno mesec dni. Prvi stik se je zgodil ravno v času, ko je Jan nameraval prvič zapustiti družabna omrežja. Pred tem je bil prijavljen na različne spletne strani za spoznavanje ljudi, saj je na ta način želel preboleti bivšo partnerko (*»sm v bistvu predeloval [...] žaloval za staro zvezo, in takrat sm bil v enmu procesu poglobljanja v samga sebe ...«*). Po nekaj slabih izkušnjah na spletnem portalu (neuspešen seks, poskus prevare), je ponovno hotel zapustiti družabna omrežja, nato pa se je na povabilo kolegice prijavil na drugi spletni portal, kjer je spoznal Tino. Še pred tem si je zamislil idealno žensko zase (*»ko sm biu sam in ko sm delau na sebi, pršu do spoznanja [...], kakšno žensko hočem«*). Želel si je partnerko, ki bi mu bila podobna. To se sklada z ugotovitvami Don Bryna (1997, v Pines, 1999), ki je dokazal, da so si med seboj bolj privlačni ljudje, ki imajo podobno življenjsko naravnost. Na začetku sta komunicirala le preko spleta; kar dobro sta se spoznala, ne da bi se videla (*»js sm hotu [...], da se najprej spoznava, da vidva [...] še predn se vidva, kako razmišljava, js sm biu čist iskren [...] in tud pr njej sm dobu občutek, da je iskrena ...«*). Je pa Jan na začetku čutil Tinino previdnost, s katero lahko povežem Tinin strah zaradi, v nadaljevanju omenjenih, razočaranj v preteklih partnerskih odnosih.

Sprva ni nihče od njiju čutil tipične zaljubljenosti. Ona se je vanj zaljubljala postopoma (*»sm si rekla, dej si usaj možnost [...], da ga spoznavaš in takrat [...] sem se vanjga zaljubla ...«*). Tudi Pines (1999) je predstavil analizo intervjujev raziskave, ki je pokazala, da so v eni tretjini primerov intervjuvanca ljubezen opisali kot postopen proces, in le v desetini primerov so se intervjuvanca zaljubili na prvi pogled. Glede na njeno izjavo (*»ja, js sm si v bistvu tudi*

želela, da bi šla mal bolj razumsko v naslednjo zvezo«), lahko sklepam, da je šla bolj razumsko v zvezo z Janom, saj je imela prej slabe izkušnje z moškimi, v katere se je noro zaljubila (*»ko sm bla js zaljubljena, vedno se je, tko kot sm se zaljubla tud dramatično končal ...*«). Tudi Jan je poudaril razumski vstop v odnos (*»sm se postopoma zaljubu [...], ta način se mi zdi tko al tko bolj zrel [...] al pa blj primeren za neko trajno razmerje [...]...*«). Tina zaljubljenosti, ki jo je opisala z naslednjimi besedami *»js si jo predstavlam k ena nora čustva, k en vulkan čustev, k je v men*«, ne pripisuje velikega pomena; spoznala je namreč, da so bile vse njene dotedanje zaljubljenosti slepilo. Tudi Milivojević (2008) piše o zaljubljenosti kot o čustvu, ki temelji na projekciji svoje idealizirane predstave na partnerja. Podobno občuti zaljubljenost tudi Jan.

Po pol leta so se njuni občutki zaljubljenosti prevesili v ljubezen. Obema ljubezen pomeni veliko. Tini *»razumevanje drug drugga, v bistvu vživljanje drug v drugga, sprejemanje drug drugga ...*« in Janu *»predanost, iskrenost, potem zavedanje, da nekomu pripadaš, si z nekom povezan, si prpravljen za to osebo naredit v bistvu vse, hmmm ...*«. Milivojević (prav tam) piše o ljubezni kot o stabilnem odnosu subjekta do objekta in obratno. Njuni odgovori potrjujejo teorijo, saj se iz njih da sklepati, da so občutki ljubezni pri njiju trdni in obojestranski.

Jan meni, da pri izražanju ljubezni zaradi njune različnosti pride včasih do neskladij (*»velikrat ne tak, kokr bi si ona želela, al pa si ona predstavlja, pač js izražm [...] moja ljubezenska čustva*«), vendar gre kljub temu njun odnos v smeri razumevanja, sožitja, podpore, naklonjenosti ...

Ko sem ju vprašala o prisotnosti treh komponent (intimnosti, strastnosti, zavezanosti) po Sternbergu (1986, v Musek, 2010), sta potrdila, da so v njunem odnosu prisotne vse tri. Oba sta poudarila obojestransko, razumsko odločitev za odnos – zavezanost, prav tako se jima intimnost in strastnost v partnerskem odnosu zdita pomembni. Tip ljubezni, pri katerem so prisotne vse tri komponente, imenujemo popolna ljubezen (prav tam). O prisotnosti intimnosti in zavezanosti Sternberg (prav tam) meni, da s časom trajanja partnerskega odnosa naraščata. Morda je k temu, da sta pri njiju obe komponenti prisotni že na relativnem začetku, prispevalo to, da sta se že na začetku zveze odločila za partnersko urejanje (*»[...] pa s tem, da sva v terapevtski skupnosti*«). V terapevtski skupnosti pridobivata pomembna znanja, ključna za kreiranje partnerskega odnosa.

4.2 Pomen partnerskega odnosa

Prejšnji partnerski odnosi

V prejšnjih partnerskih odnosih je Tino privlačilo dramatično dogajanje (*»prou rabla sm to dramo takrat, ker mi to umirjeno življenje [...] kvalitetno življenje takrat sploh ni potegnl«*). Nekateri njeni bivši partnerji so bili podrejeni, drugi nezanesljivi; nihče pa je ni zadovoljil. V odnosu z Janom se je prvič prepustila in se trudi dovoliti, da jo nekdo sprejema. Z Janom so v prejšnjih partnerskih zvezah partnerke manipulirale, ker takrat ni bil dovolj močan v sebi; podobno bi se dogajalo v odnosu s Tino, če se ne bi znal postaviti zase.

Partnerski odnos in pričakovanja

Glede pričakovanj, s katerimi sta vstopila v partnerski odnos, se prav tako razlikujeta. Tina na začetku ni imela posebnih pričakovanj, saj je iz prejšnjih odnosov imela slabe izkušnje (*»se bom prepustila [...], ker kadar kol mam js neka pričakovanja, so ta lahko previsoka, ponavadi z moje strani [...] nerealna in se vse sfiži«*). Jan, ki je kot moški bolj razumski, je že na začetku odnosa izrazil svoja pričakovanja (*»sm šu odprto, s tem da sm zlo jasn povedu, kaj pričakujem, česa si želim«*). Že med dopisovanjem po internetu sta bila odkrita glede tega, kako se vidita, kakšne izkušnje imata, česa si želita. Jan si je želel predvsem ženske, ki jo bodo zanimale podobne stvari kot njega (šport, narava). Don Bryne (1997, v Pines, 1999) je v svoji raziskavi potrdil, da je podobnost interesov med partnerjema zelo pomembna. Dalo bi se sklepati, da njuni podobni interesi odločilno pripomorejo k večji skladnosti in lažjemu medsebojnemu funkcioniranju.

Razvoj partnerskega odnosa

Tina in Jan sta dokaj hitro, že po štirih mesecih poznanstva, dopisovanja po internetu in pozneje spoznavanja v živo, začela skupaj živeti. Pri opredeljevanju partnerskega odnosa sta oba poudarila odločitev za partnerski odnos. On: *»v partnerstvu se odločš še za marsikiro drugo stvar«* in ona *»najprej je bla zaljubljenost, nato pa je to preraslo v neko odločitev za odnos«*. Tudi Lewis (1996, v Gostečnik, 2001) je pisal o tem, da je odločitev za odnos ključnega pomena. Jan je poudaril, da se mu zdi odločitev za partnerski odnos pomembnejša od zaljubljenosti in ljubezni (*»partnerski odnos je [...] neki bolj resnga [...], ker za sabo potegne določene stvari, ki niso na začetku sploh prisotne, ker si zaljubljen ...«*).

Na osnovi Tininega komentarja (*»zavedam se svojga manka, in to je ta, da sprejem druga tazga, kot je, pač tak je, je drugačen, ne bo naredu, kukr si js predstavlam«*) predvidevam, da včasih težko funkcionirata skupaj, saj sta si osebnostno različna. Nekaj študij je pokazalo, da pari, ki so si osebnostno podobni, poročajo o večjem zadovoljstvu z odnosom, kot pari, ki so si osebnostno različni (Caspi in Harbener, 1990; Richard idr., 1990; v Pines, 1999). Mislim pa, da različnost ni nujno zavora, kajti lahko se značajske lastnosti dopolnjujejo tako, da se partnerja bolj razumeta. Tina tako pravi *»všeč mi je iskrenost, tud umirjenost, pa stabilnost, ker sm js mal nasprotna, zdi se mi, da mi je všeč neki, kr js nimam«*.

Partnerski odnos in bližina

Tini in Janu se zdi bližina zelo pomembna. Ona je njemu čustveno blizu, zanj pa meni, da je na tem področju malce čustveno okrnjen, saj ne izraža veliko čustev, pa tudi govori ne o njih, po njenem, premalo (*»želim, da bi mal blj se odprl, da bi bolj o čustvih govoru«*). Raziskava, ki jo je opravil Levesque (1993, v Musek, 1995), potrjuje, da je bolj ženskam kot moškim pomembna čustvena vpletenost v partnerskem odnosu. Jan zase nasprotno pravi, da je Tini blizu, se pa zaveda možnosti, da Tina tega ne doživlja tako (*»prhaja do razhajanj, kjer ona mogoče te povezanosti ne čuti tako, kot jo jz [...]«*). Tysoe (1997) prav tako piše o tem, da moški manj razkrivajo svoja čustva. Iz tega lahko sklepam, da se Jan svojega manjka zaveda, zato se trudi, da bi se čim bolj čustveno odprl in se s tem približal Tini, četudi to ni v njegovi naravi oz. nima potrebe po tem. Kljub občasnim razhajanjem Tina čuti bližino z Janom, predvsem v pogovorih in skupnih aktivnostih v naravi.

Partnerski odnos in privlačnost

Privlačnost je ena izmed ključnih komponent, ki je potrebna, da lahko partnerja začneta graditi partnerski odnos. Obema se zdi privlačnost izjemno pomembna, tako njene fizične, karakterne kot socialne prvine. Glede karakternih lastnosti se mi je zdelo zanimivo, da vsakega od njiju na drugemu privlači to, kar sam nima; ona ima rada pri njem ... *»iskrenost, tud umirjenost, pa stabilnost, ker sm js mal nasprotna, zdi se mi, da mi je všeč neki, kr js nimam«*, on pa ... *»značajsko njena odprtost, iskrenost, direktnost, neposrednost, mmm, predanost, energija, požrtvovalnost [...], njena komunikativnost [...] ubistvu to, kjer js nisem ravno mojster ...«*. Janov reden dohodek se zdi Tini zelo pomemben, saj je imela nekoč daljši partnerski odnos z moškim, ki ga je morala preživljati. Buss (1989) potrjuje to, da imajo ženske raje moške, ki so dobro materialno preskrbljeni (moški pa imajo radi ženske, ki so

fizično privlačne) (Buss, 1989). Predvidevam, da je najverjetneje Tini Janova materialna preskrbljenost trenutno še bolj pomembna, saj sama nima zaposlitve.

Kljub temu, da je Tina zadovoljna s partnerjevimi lastnostmi, kot so stabilnost, umirjenost, vztrajnost, premišljenost, česar ona nima, si hkrati želi, da bi imel nekatere njene lastnosti (*»fajn, da je bl energičen v kakšnih situacijah«*). Tudi različnost med partnerjema pozitivno vpliva na partnerski odnos. Zgodnje študije na temo različnosti med partnerjema so pokazale, da je veliko bolj kot podobnost pomembna partnerjeva drugačnost, saj se v tem smislu partnerja dopolnjujeta (Jones idr., 1971, v Pines, 1999). Janove različnosti Tina ne vidi kot manjka, meni pa, da Jan zadržuje še več energičnosti v sebi. Menim, da vse navedeno izvira iz tega, da Tina še ni v popolnosti sprejela sebe in posledično tudi partnerja ne more sprejeti takega, kot je, saj ima potrebo po tem, da bi ga spreminjala (*»... js se zavedam svojga manka, in to je ta, da sprejem drugga tazga, kot je ...«* in pa *»... ja, ker če js sama s sabo nisem zadovoljna, pol tud s partnerjem nisem ...«*). Slednje potrjuje razvojni psiholog Erikson (1959, prav tam), ki meni, da se moramo najprej osebno razviti in sprejeti sebe, preden lahko razvijemo intimne partnerske odnose.

Na drugi strani se Jan sprejema (*[...] konc koncu mam sebe najrajši ...«*) in ne dovoli, da Tina prestopa njegove meje (*»če začutm, da me ona s čim izsiljuje [...], potlej ji js jasno povem, da tega ne dovolim, ker tuki nočem sam sebe zgubit ...«*). Njeno nezadovoljstvo s seboj se posledično manifestira v partnerskem odnosu, ko se njena stiska izraža navzven. Pravi: *»da bom sprejela sebe [...], da bom pomirjena, zbotana s sabo, takrat bo po mojem tudi odnos funkcioniru čist ...«* ali pa tudi *»če js sama s sabo nisem zadovoljna, pol tud z odnosom nisem ...«*. Jan poskuša to razumeti, a včasih mu ne uspe (*»ločujem dve zadevi, razumem njeno stisko [...], nisem pa še sposoben v popolnosti, hmm, prepoznat teh njenih stanj«*).

Partnerski odnos in primarna družina

Preden nadaljujem s konflikti in spolnostjo v partnerskem odnosu, bi se dotaknila še vplivov primarne družine na njun odnos. Veliko stvari v poznejših partnerskih odnosih namreč izvira iz vzorcev, ki smo jih prinesli iz primarne družine, in tu bi povezala partnerski odnos in odnose z najožjimi družinskimi člani. Tudi Bowlby (1982), ki je razvil teorijo navezanosti, poudarja, da se intimni odnosi odraslih oseb razvijajo na podlagi zgodnjih odnosov.

Tinina mati je bila skrbna, ustrežljiva, v puberteti sta imeli veliko konfliktov. Ko jo je Tina najbolj potrebovala, je bila neodzivna (Tina je pomislila na takratno možnost materine depresije zaradi očetove smrti); prav tako se ji sama ni znala približati. Očeta je doživljala kot fizično in čustveno odsotnega (*»okrnjen je bil v dajanju svojih občutkov, da bi me stisnu k sebi al pa da bi reku, ne spomnem se nič kaj tazga ...«*). Gostečnik (2001) piše o tem, da lahko pomanjkanje biološke matere in očeta oz., če razširim še z Renerjevo idr. (2006), ki poudarjajo pomen socialnega starševstva, pripelje do težav v poznejših partnerskih odnosih. Tu bi lahko sklepala, da ima odsotnost očeta v njenem otroštvu in prav tako nefunkcioniranje odnosa med staršema (*»... nisem vidla, kako odnos zares funkcionira doma, ker očija ni blo, al pa tudi, če je pršou, je biu po svoje velik egoist, velik mu je pomenu šah, družinsko življenje pa ne ...«*) velik vpliv na njun odnos z Janom. Tina namreč ni ponotranjila lika očeta in konstruktivnega partnerskega odnosa med staršema. Pravi, da v Janu išče očeta, ki ni znal izražati čustev. Odrasli ljudje nezavedno iščejo takšen odnos, ki se bo čim bolj skladal z odnosi, ki so jih imeli z najbližjimi v otroštvu (Pines, 1999). Menim, da obstaja Tinina želja po tem, da bi Jan bolj izražal čustva in več govoril o njih ravno zato, ker tega ni dobila od svojega očeta.

Jan je prav tako omenil konflikte z očetom, saj ga ta ni bil sposoben potrditi (*»lahko rečem, da me oče ni znal, ni bil sposoben potrdit, pa mi pokazat pot v svet, ker tudi sam ni bil potrjen in z njim sm imu težave, pa ene konflikte ...«*). Otrok naj bi na podlagi odnosa z očetom oz. skrbnikom v zgodnjem otroštvu med drugim izgradil občutek samozavesti (Gostečnik, 2001; Rener idr., 2006). Jan si posledično ni izgradil prave samozavesti. Njegova mati je bila v nasprotju z očetom pretirano ustrežljiva, vendar se ji je pozneje upal postaviti mejo. Do 31. leta je živel doma, saj namreč ni čutil potrebe po tem, da bi se odselil. Nato se je sam vključil v terapevtsko skupnost, kmalu zatem dobil diagnozo kronične bolezni, nakar je odšel od doma in se osamosvojil. Dve leti je čutil občutke dolžnosti do domačih in se vračal domov, nato je to izzvenelo. Kmalu potem je spoznal Tino, sedaj živita v njegovem domačem kraju.

Jan ugotavlja, da sta njegova starša v preteklosti funkcionirala neustrezno (*»vs čas sm gledu, kako onadva funkcionirata, in vem, kire stvari mi v njunem odnosu niso ble in mi niso všeč in tega zagotov nočem ponavljat ...«*). Sedaj se trudi, da sam živi drugače in predvsem poskuša oblikovati boljši partnerski odnos. V odnosu pa ni vse odvisno od njega, saj je na drugi strani tudi Tina s svojimi vzorci. Ti prej ali slej trčijo med seboj in pripeljejo do različnih nesoglasij, konfliktov (*»iščeva nek presek, to je pa kompromis, ki ga bova postopoma naredla, nek se*

bova pomojem najdla [...]»). Derlega idr. (1997) menijo, da so konflikti nekaj vsakdanjega in običajnega v partnerskih odnosih. Upoštevajoč njegovo izjavo, menim, da oba stremita k temu, da sproti rešujeta konflikte, nesoglasja in da prav tako verjameta v uspeh njunega odnosa.

4.3 Doživljanje partnerskega konflikta

Partnerski konflikt in vedenje med partnerskim konfliktom

Med drugim sta mi oba zaupala, da so v zadnjem času partnerski konflikti v njunem odnosu bolj pogosti. Derlega idr. (1997) pišejo o tem, da so konflikti nekaj vsakdanjega v partnerskih odnosih. Njuni konflikti so povezani predvsem z neskladnostjo pričakovanj, predstav in nezmožnostjo življenja drug v drugega. Milivojević (2009) ter Derlega idr. (1997) pišejo o tem, da so v partnerskih odnosih problem predvsem različna pričakovanja partnerjev. Glede na Tinino izjavo (*»moja pričakovanja so drugačna [...], nerealna al pa višja od tega, kar mi realno Jan sploh lahko nud«*), pa vseeno lahko zaključim, da so pri njunih konfliktnih problemih predvsem Tinina pričakovanja. Že s tem, ko nekaj zahteva oz. pričakuje, običajno sproži konflikt; npr. pritiska nanj glede njegovega učenja za izpit, četudi ima on drugače razporejen svoj čas za študij. Zaveda se, da ne sprejema Janove drugačnosti (*»če bi on živel z neko osebo, ko je tko kt on, pol se nkol ne bo skregu«*). Glede na to lahko sklepam, da je pobudnica konfliktov ona. Tako moški kot ženske v partnerskih odnosih pripisujejo več povodov za konflikte ženskam (Hendrick, 1981, prav tam). Iz tega bi se morda dalo sklepati tudi to, da imajo ženske nasploh večjo potrebo po spreminjanju moških kot obratno ali pa je potencialen razlog v tem, da moški manj motečih vsebin izražajo navzven.

Razlog konfliktov pri njima je najpogosteje Tinino pričakovanje, da bi on sprejel njen pogled. Jan jo sicer posluša, nato pa umirjeno pove svoje argumente. Ona kljub njegovi mirnosti ne popusti, posledično sledi njegova burna reakcija in zvišanje glasu, s katerim ji poskuša postaviti mejo. Večinoma to pripelje do tega, da Tina odneha. Pri njiju se da zaznati del komunikacijskega vzorca, ki ga najdemo tudi v literaturi: tj. na eni strani zahtevanje, pritoževanje enega partnerja in na drugi umikanje drugega (prav tam), s tem, da se Jan v tem primeru ne umakne dokončno, ampak na koncu postavi mejo. Tinino ravnanje se pokriva s prvo vlogo. Prav tako Christensen in Shenk (1991, prav tam) menita, da so v konfliktnih situacijah običajno ženske obtožujoče ter moški tisti, ki se umikajo. Morebiten razlog vidim tudi v tem, da družba ženskam narekuje izražanje čustev, moškim pa ne.

Tina v stanju razburjenja ni sposobna razumeti njegovih pogledov (*»nisem sposobna razumet, da ma lahko usak svoje mnenje«*). Tudi Brajša (1985) piše o tem, da je lahko vzrok, povod k konfliktu nesprejemanje delovanja in doživljanja drugega. Predpostavljam, da predvsem zaradi nevrotične zazrtosti vase, prizadetosti, užaljenosti velikokrat odreagirata v afektu; v mojem primeru predvsem partnerka težje zrelo funkcionira v konfliktih. Jan se ji v takšnem stanju težko približa, a vseeno zna postaviti mejo. Težave pri upoštevanju Janovih meja Tina poveže z materino permisivno vzgojo, saj ji mati ni znala postaviti nobenih meja. Tukaj lahko partnerske odnose v odraslosti znova povežem z dogajanjem v otroštvu, ki močno vpliva na vse poznejše odnose (Bowlby, 1982).

Med prepiri z Janom doživlja Tina neke vrste zadoščenje, a se kljub temu ne počuti dobro, ko ga prepričuje v svoj prav. To lahko povežem z njenimi bivšimi partnerskimi odnosi, v katerih je vedno potrebovala dogajanje (dramo), da je partnerski odnos sploh lahko obstal. Jan pa nima potrebe po dramati in konfliktih (*»razumsko dost hitr poment pa pridet do nekih bolj konstruktivnih zaključkov ...«*), saj je karakterno umirjen in si posledično želi tudi takega odnosa. Ona pa se, obratno, še ne zna razumsko vesti v konfliktu in mu večkrat očita stvari, ki niso neposredno povezane z njim (*»vid, da js ubistvu se ne pizdim res nanjga [...], ampak da sm js nezadovoljna z nečim globlje v seb [...]«*). Ta njun konflikt bi lahko, tako kot Brajša (1985), imenovala kot slab ali destruktiven, katerega povod je namišljeni razlog. V tem primeru predvidevam, da so morebitni razlogi Tinine nezavedne vsebine oz. neke potlačene zamere iz njenih preteklih odnosov.

Svojih težav se zavedata oba, vendar je pogosto on tisti, ki ji stopi naproti in uvidi, da impulzivno vedenje, umik ali kaj podobnega ne bo pomagalo pri spravi. Včasih je treba, da oba hkrati sestopita iz obrambne drže in se spravita. V zvezi s tem Hendrick in Hendrick (2000) menita, da pari, ki so fleksibilni v partnerskem odnosu, tudi uspešneje rešujejo konflikte. Menim pa, da v primeru večjih nesoglasij preteče do pravega pogovora več časa, hkrati pa potrebujeta daljši pogovor, v katerega vložita več energije.

Navedeno je prikaz tega, kako lahko posameznikova notranjost in občutki do sebe vplivajo na partnerski odnos. Le če sta oba partnerja relativno zadovoljna s sabo, bo tudi njun odnos funkcioniral. Predvsem Tinino nesprejemanje sebe vodi do tega, da njun odnos ne funkcionira tako, kot bi lahko (*»js tok časa to delam, ko da bi si hotla potrdit, da ga v resnici nisem vredna«*). Ker sebe v polnosti še ni sprejela, meni, da si ne zasluži, da je sprejeta od Jana. Se

pa kljub vsemu zaveda, da je delovanje odnosa v veliko pogledih odvisno od nje (*»js mirna, pa da bova midva odnos znala stabilizirat [...], da bo v eni harmoniji ta najin odnos«*). Erikson (1959, v Pines, 1999) prav tako poudarja povezanost med lastnim sprejemanjem in funkcioniranjem partnerskega odnosa.

Tudi sama sem med intervjuvanjem opazila, da Tina pravzaprav težko živi s tem, da je globoko v sebi nezadovoljna. Skrbi jo za zamujene stvari, ki jih ne more takoj realizirati; želi si dokončati fakulteto, dobiti ustrezno službo in postati mama. Vse to ji predstavlja problem, a se kljub temu trudi živeti v sedanosti. Njune konflikte sicer dojemam kot nekaj dobrega, saj s pomočjo reševanja le-teh prihaja do uvidov in sprememb. Tudi teorija potrjuje, da so ženske velikokrat tiste, ki si želijo več sprememb v odnosu (Derlega idr., 1997). Predvsem Tina bi se rada naučila bolj konstruktivno reagirati v konfliktu in zato razmišlja o potencialnih rešitvah za pomirjanje svojih afektivnih stanj (*»umes teč al pa za hišo, teptat al pa boksat, in k priš nazaj, si res pomirjen [...], ne odreagiraš več tolk v afektu«*).

Partnerska kriza

Glede na to, da so konflikti pri njej dokaj pogosti, pomislita tudi na možnost krize (*»kljub različnim poskusom se ne premakneva s tiste točke, na kiri se zahakljava ...«*). Ko konflikti postanejo sestavni del partnerskih odnosov, lahko pride do krize v partnerskem odnosu (Hendrick in Hendrick, 2000). Tina bi resno krizo občutila takrat, ko bi bila že nekaj časa čustveno, fizično oddaljena drug od drugega oz. ko bi bila pred tem, da se razideta. Ob Janovi refleksiji je nekoč že doživela ta skrajno tesnobni občutek (*»k sm ga tok špikala, ne, mi je prvič reku v življenju, da on tko ne bo mogu več živet in takrt sm se prvič tko zares ustrašla«*). Najbrž se globlja partnerska kriza pri njej ni razvila zaradi tega, ker se trudita sproti reševati konflikte.

Komunikacija med partnerskimi konflikti

Med ponavljajočimi se konflikti je pri njima komunikacija glasnejša in težje izvedljiva, vendar vseskozi prisotna. Na koncu se kljub vsemu znata spraviti in zrelo pogovoriti. Tina pravi: *»vedno se pogovoriva do konca, tud ne greva spat skregana ...«*. Moeller (1995) poudarja pomembnost pogovorov za reševanje konfliktov. Mislim, da je to izraz zrelosti in pripravljenosti obeh, da delata na odnosu in sproti rešujeta probleme. Pri upravljanju s konflikti, nesoglasji jima pomaga tudi terapevtska skupnost, ki jo obiskujeta že leto in pol ter

tudi izpolnjujeta predviden program raznih terapevtskih sredstev, kot so skupinska srečanja, tek, branje, pisanje, gornišstvo in še številne druge.

4.4 Doživljanje spolnosti

Spolnost v povezavi s primarno družino in spolnostjo nekoč

V Tinini primarni družini se niso nikoli pogovarjali o spolnosti, kljub temu, da sta bila starša, sodeč po Tininih spominih, pogosto spolno aktivna (*»mi se nikol nismo doma pogovarjal o spolnosti [...], mmm, sm pa vedla, da je to pr nas kr dost prisotno, ker v bistvu sta bla mama pa oče kr dost spolno aktivna, sm to tudi jst, ko smo bli v skupni sobi, nevem, tega se zlo spomnem [...], nisem pa imela pojma, kva to spolnost sploh je ...«*). Tysoe (1997) poudarja, da se večina ljudi lastne spolnosti sramuje; ljudem se namreč spolni odnos zdi manj intimen kot pogovor o njem. Glede na to sklepam, da je bil pogovor o spolnosti v Tinini družini tema, o kateri se niso pogovarjali, sama spolnost pa ne. Posledično je Tina že od otroštva dalje vse v zvezi s spolnostjo doživljala kot manj prijetno, kljub temu, da je veliko informacij glede spolnosti dobila v šoli. Shelton in Stepleman (2008) pišeta o tem, da otroci pridobivajo lastno razumevanje seksualnosti na podlagi sporočil iz medijev, od družine, prijateljev, učiteljev ...

V Janovi primarni družini se prav tako niso veliko pogovarjali o spolnosti; oče je bil glede te teme nedostopen, mama pa je njima z bratom le nekajkrat brala teme o spolni vzgoji. Podobno kot Tina, je tudi on poiskal informacije med vrstniki (*»dogajat se je začel tm v osnovni šoli, 6. in 7., 8. razred, tudi 5., ko smo se začel prebujat [...].«*). Ker je bil zaradi športnih aktivnosti iz šole veliko odsoten, je čutil zaostajanje v spolnosti za vrstniki. Večkrat se je posluževal gledanja pornografije, ob kateri mu je bilo neprijetno. Milivojević (2009) piše o razmahu seksualnosti v puberteti; običajno se to dogaja s pojavi, kot so masturbacija, fantaziranje, navezovanje prvih seksualnih stikov. Konec osnovne šole je imel prvi spolni odnos (*»ne bom reku, da je bil ta spoln odnos izsiljen, ampak potem sm se počutu obupan [...] blo je tudi normaln, zlo hitr končan«*). Pozneje se je odločil, da bo v prihodnosti do nasprotnega spola korekten.

Doživljanje intimnosti

Tina in Jan intimnost doživljata kot telesno in čustveno bližino. Tudi raziskave, o katerih piše Prager (1995), so pokazale, da je intimnost povezana z ljubeznijo, zadovoljstvom, predajanjem in razumevanjem. Intimnost jima pomeni prav to.

Ob izražanju intimnosti ponovno pride do izraza njuna različnost. Ker je Jan nekoliko čustveno zaprt, si ona želi, da bi se bolj razkrival (*»bi svoj doživljajski svet njej bolj približu, da bi ji povedu, kaj občuti«*). Tysoe (1997) piše o tem, da ženske izražajo večjo intimnost kot moški. Jan se svoje čustvene zavrtosti zaveda, se pa kljub temu počuti povezanega sam s sabo. Glede lastnega sprejemanja pravi: *»absolutno [...] sm se definitivno in sm ful miren zaradi tega in se ful dobr počutim ...«*. Ponovno navajam Eriksona (1959, v Pines, 1999), ki potrjuje pomembnost lastnega samosprejemanja za partnerski odnos. Morda bi našli razloge za Janove težave v vzgoji dečkov, za katero je značilno, da ne spodbuja čustvenega izražanja, kot je to značilno za vzgojo deklic.

A njuna še večja težava je različen pogled na izražanje čustev (*»na drugačen način izkazujem, izražam, kot ona, al pa kot bi ona pričakovala od mene«*). Berne (1971) piše o tem, da so si moški in ženske fizično ter psihično med seboj različni. Lahko zaključim, da je edino pomembno, da Tina sprejme Janovo drugačnost in seveda Jan Tinino, saj bosta lahko le na ta način lažje funkcionirala.

Je pa globoka intimnost z izražanjem čustev in medsebojnim razkrivanjem pomemben dejavnik pri kvaliteti spolnosti; tega se zaveda tudi Jan (*»[...] blj ko veva za čustva en družga, lažje se recimo tud predava edn drugmu, zlijeva, spolnost je recimo takrt blj kvalitetna«*). Prager (1995) in Tysoe (1997) pišeta, da intimnost med partnerjema spodbuja tako splošno zadovoljstvo kot uspešnost v partnerskem odnosu in spolnosti. Po mojem mnenju bi še večji trud za čustveno razkrivanje vsekakor pripomogel k bolj kvalitetnemu in zadovoljajočemu se odnosu.

Spolnost v povezavi z lastnim doživljanjem, ljubeznijo in komunikacijo

Spolnost ter že prej omenjeni intimnost in ljubezen so za moja intervjuvanca pomembni dejavniki partnerskega odnosa, ki ne obstajajo eden brez drugega. Tina pojmuje spolnost kot predajanje v čustvenem odnosu (*»čustveno doživljanje drug družga, predajanje ...«*), Jan pa kot *»ljubljenje, mm, neko globlje srečanje z ljubljeno osebo ...«*. O spolnosti kot priložnosti za izražanje čustev ljubezni, intimnosti, predanosti pišeta tudi Hendrick in Hendrick (2000). Glede na povedano in teoretične izsledke, sklepam, da spolnost doživljata tako na telesni kot duhovni ravni.

Tina je imela nekoč povsem nerealne predstave o spolnosti (*»če se masta dva rada, pa seksata vsak dan, po večkrat«*), prav tako se niso skladale z Janovimi predstavami, vendar se jih trudi spreminjati, in s tem njene napačne predstave nimajo več tolikšnega vpliva na njuno spolnost. Slednje kaže na njeno sposobnost prilagajanja in splošno osebnostno zrelost.

Kot sem že zapisala, je v njenem partnerstvu kvaliteta in pogostost spolnosti v veliki meri odvisna predvsem od njunega čustvenega stanja (*»je obdobje, k sva zelo aktivna spolno, mava pa obdobje, k v enmu tednu vsak dan, v drugmu pa mogoče ne«*). Skynner (1987, v Brajša, 1985) to potrjuje. Pomembno se mi zdi to, da nobenega od njiju ne moti, da imata obdobja, ko spolnosti ni. Tini se zdi pomembno predvsem to, da si spolnosti vseskozi želi in jo doživlja na način: *»zlo pomembn [...] js se počutim ob njem privlačno v spolnem odnosu, on je pa tudi men s svojo agresivnostjo, aktivnostjo v odnosu, strastjo, energijo«*. Jan je, denimo, povedal, da se mu zdi pomembno, da do spolnosti prihaja spontano (*»js mal večkrat, mi pa tudi ona včash nakaže [...] edn drugmu dat vedt [...], kaj prčakujemo al pa hočemo«*) ter da zaznata potrebe drug drugega. V prejšnjih partnerskih odnosih tega nista doživljala tako, zato bi lahko sklepala, da sta v času skupnega življenja, ki približno sovпада s partnerskim urejanjem, precej dozorela.

Tina se je začela seksualno prebujati šele po 30. letu. S svojo spolnostjo je v glavnem zadovoljna (*»mi je všeč tudi moje telo, k sva spolno aktivna«*). V spolnem odnosu z Janom se je telesno sprejela, kljub temu, da ima včasih še manjše zadržke, npr. prikrita svetloba pri seksu. Tysoe (1997) potrjuje to, da pri ženski obstaja povezava med lastnim telesnim sprejemanjem in predajanjem pri spolnem odnosu. Morda je vzrok tega, da se Tina še ne more povsem predati, iskati v tem, da se nasploh še ni telesno povsem sprejela; čim bolj je namreč ženska zadovoljna s svojim telesnim izgledom, tem bolj se lahko preda v spolnosti. Je pa zaupala, da je včasih treba, da se preseže (*»kdaj tudi kej potruditi v smislu, da če si kje zavrt na kerih delih«*). Spolnost ji daje fizično potešitev, občutek ljubljenosti, pomiritev, sprejetost s strani partnerja, povezanost ... Pri Janu se ji zdi pomembno, da je v spolnosti pravo nasprotje svoje osebnostne zadržanosti (*»pomembno, da ga js doživljam strastno v spolnem aktu in predigri«*).

Eno od vprašanj se je nanašalo tudi na želje glede spolnosti. Tina si želi, da bi bil Jan v spolnosti še bolj energičen, da bi uresničil svoje fantazije, prav tako si želi še več spontanosti in situacij, ki jo vzburijo, ter daljšo predigo. Od njega si želi, da bi podaljšal čas spolnega

akta, saj je včasih ona šele pripravljena, ko on že ejakulira. Lederer in Jackson (1976, v Brajša, 1985) pišeta o tem, da se je treba za kvalitetno spolnost vedno znova potruditi. Poleg tega menim, da je ključen pogovor o željah v spolnosti in poslušanje ter odzivanje drug na drugega. K razlikam v spolnosti prav tako botrujejo fiziološke in psihološke razlike med moškimi in ženskami (Derlega idr., 1997).

Jan je s svojo spolnostjo na splošno zadovoljen (*»v osnovi sm, rd bi mogoče, da bi mau dlje zdržou«*). Prav tako kot Tina si želi večje raznolikosti v spolnosti, čeprav meni, da Tino nekoliko ovira njena zadržanost.

Ko sem mu postavila vprašanje, kako je zadovoljen s Tinino spolnostjo, je odgovoril: *»js vem, da jo lahko zadovoljim, a ne, mmm, da bi jo še bolj in bolj pogosto, če bi dlje času zdržou [...]«*. Iz tega je razvidno, da mu je izredno pomembno, da je ona potešena oz. da oba doživita orgazem. Želi si pogostejše spolnosti (*»pr njej občutek, da ji je en seks zadost, sam spet tuki morem js sam sprovat, si jo vzet«*). Tu lahko navedem raziskave Cimbala in Novella (1993, v Musek, 1995), ki potrjujejo različno doživljanje spolnosti pri moškemu in ženski; moškim je pomembnejša fizična zadovoljitev, sam spolni odnos, ženskam pa čustveno doživljanje spolnosti. Na podlagi raziskave lahko sklepam, da je Janu pomembnejša pogostost spolnosti, čeprav sta oba povedala, da si želita bolj raznolike spolnosti. Glede na to, da sta šele na začetku partnerskega odnosa, vsekakor menim, da med njima obstaja še kar nekaj možnosti za medsebojno vsestransko odkrivanje.

Včasih je imela Tina napačne predstave (npr. napačno razumevanje t. i. hitrega seksa, ki je običajno namenjen zgolj moški fizični zadovoljivosti). Sedaj se trudi razumeti Jana tudi s tega zornega kota (*»moški drug ta bioritem [...], majo drugačno potrebo«*). Včasih vseeno seksata zgolj zaradi fizične sprostitve napetosti (*»seks je odvisen od tega, kakšno okolje midva prej vzpostavva [...] zgodi se, da je seks posledica ene strasti [...], takrat je bl fizičen seks, takrat ko pa se počutva drugač povezana, bolj intimno, takrt je pa tud seks spet drugačen, globlji, blj intimen, blj dožvet«*), ki ju vseeno zadovolji.

Zanimivo dejstvo v njuni spolnosti je, da se funkcioniranje v spolnosti ne sklada z njunim karakterjem. On je namreč nasploh karakterno zadržan, miren, v spolnosti strasten, ona pa karakterno energična, v spolnosti zadržana.

O spolnosti odkrito komunicirata po seksu (*»takrat si poveva recimo, da bi mogoče drugič pa še kej družga, recimo [...] drugič bi pa mal dlje, da traja [...], si poveva, kako sva se občutla«*), med vožnjo, pravzaprav nimata posebnih pravil. Pogovarjata se tudi o težavah in obdobjih z manj spolnosti. Tysoe (1997) ter Hendrick in Hendrick (2000) pišejo o pomembnosti poslušanja, izražanju lastnih želja, upoštevanju partnerjevih želja glede spolnosti ter njihovem vplivu na kvaliteto v spolnosti. Glede na vse povedano sem mnenja, da je spolnost tista komponenta v odnosu, ki je v glavnem odvisna od tega, koliko časa si partnerja vzameta zanjo in za pogovor o njej.

4.5 Spolnost v povezavi s konflikti in težavami

Spolnost in konflikti

O tem, da so konflikti med njima pogosti in da sta že pomislila na možnost krize, je že bilo govora. V tem poglavju se bom osredotočila na to, kako je z doživljanjem spolnosti v času konfliktov. Da bo bolj nazorno, navajam citat Tine: *»takrat je tud kr dost živa spolnost [...], celo bolj živa, kot kadar nimava konfliktov [...] bolj pogostokrat [...] ko se nazaj pobotava, po konfliktu, takrat je recimo k en spravni seks ...«* in Jana: *»k se pomenva, se spet blj začutva, potlej je tud spolnost [...] v času konfliktov je bolj strastna«*. Reševanje konfliktov in sprava vplivajo na še večjo medsebojno povezanost, posledično se tudi Tina v času konfliktov čuti bolj fizično in čustveno pripravljena na spolnost. Pri njiju konflikti vplivajo na spolnost na pozitiven način, obratno kot menijo nekateri strokovnjaki, in sicer, da nesoglasja, težave v partnerskem odnosu škodijo sami spolnosti (Tysoe, 1997). Vendar tu ni pravila, kajti Brajša (1985) meni, da je težko priti do prvotnega vzroka sovplivanja odnosa in spolnosti. Lahko sklenem, da je spolnost kompleksna in spreminjajoča se komponenta v partnerskem odnosu, ki je odvisna od mnogih dejavnikov in doživljanj, čustvenih stanj obeh partnerjev.

Na drugi strani je pri konkretnem paru spolnost pogojena z močjo konfliktov. Če se v obdobju konfliktov zavračata in kaznujeta, tudi spolnost posledično ni pogosta (*»od tok, kolk pogosta je spolnost, tud kaže na to, kolk globok sva zabredla«*). Ko se ponovno vzpostavi harmonija, je tudi spolnost pogostejša, vendar *»spolnost še zmir intimna, ampak ni tok strastna, tko energična«*, kakor je v konfliktnem obdobju. Hendrick in Hendrick (2000) slednje potrjujeta, ko pišeta o vplivu čustvenega doživljanja in komunikacije na odvijanje spolnosti pri določenem paru. Glede na vse povedano lahko sklenem, da obstaja pri njima močna povezanost med čustvenim doživljanjem in spolnostjo.

Pri spolnosti in konfliktih sem se pri vprašanjih navezala tudi na kratka ali daljša obdobja, ko nista spolno aktivna. Ta obdobja večinoma niso konfliktna, so pa povezana s tem, da je eden, drugi ali pa sta celo oba v nekem čustvenem krču. Lederer in Jackson (1976, v Brajša, 1985) menita, da mora najprej funkcionirati partnerski odnos, da lahko posledično funkcionira tudi spolnost. Glede na to predpostavljam, da spolnost ne more biti tako sproščena, če je eden od njiju v procesu poglobljanja vase, zato je takrat bistveno manj zainteresiranosti za spolnost.

Glede reševanja konfliktov s pomočjo spolnosti sta zatrdila, da s spolnostjo ne rešujeta konfliktov. Menita pa, da je pomembno, da se najprej spravita, da se lahko posledično sprostita tudi v spolnosti. Tina je vseeno pomislila, da morda včasih nezavedno s spolnostjo rešujeta konflikte. Berne (1964, v Milivojevič, 2009) je v svoji raziskavi dokazal, da je lahko zavestna konfliktnost enega od partnerjev razlog za to, da se noče seksualno zblížati. Prav tako velja tudi obratno, in sicer, da prepir lahko vodi v spolnost. V tem primeru je spolnost stabilizator odnosa, ki vsa druga nesoglasja potisne na stran.

Spolnost in težave

Vzrokov za spolne težave je veliko; razlogi so telesni ali psihološki (npr. stres, depresija, izčrpanost, utrujenost), kot jih opredeljuje Tysoe (1997). Jan je večkrat poudaril, da bi si želel podaljšati čas, preden pride do izliva, na podlagi česar sklepam, da mu je zelo pomembno, da je tudi Tina zadovoljena oz. da oba doživita vrhunec. Ni se še poglobljal v vzroke za to težavo (*»na kakšen način bi to dosegu [...] a je to kokrkol psihično pogojen pr men, da mam kšno težavo [...] al pa preprost fiziološko, anatomsko ...«*). Moški imajo najpogosteje težave s prezgodnjo ejakulacijo ali s tem, da erekcije ne morejo obdržati dovolj dolgo za zadovoljiv spolni odnos (prav tam). Tukaj lahko ponovno zaključim, da pride do težav v spolnosti zaradi same zapletenosti spolnosti in vpliva različnih sfer človekovega življenja nanjo. Prav tako kot je spolnost najbolj običajen del življenja posameznika, je večina težav v povezavi s spolnostjo povsem normalnih.

Tini se zdi pomembno, da je Jan vzdržljiv, ampak glede tega ne komplicira (*»ne očitam [...] to se mi zdijo občutljive stvari in da bi ga tuki zagrenila, se mi pa zdi tko res nefer pa nezrelo«*). Tysoe (prav tam) piše o tem, da je pri pogovoru o spolnosti treba paziti na besede, saj je spolnost za marsikoga občutljivo področje. Pomembno je, da je Tina glede tega do Jana empatična, saj pri njem opaža, da se trudi in dela na spremembi, četudi včasih počasneje. Jan je analiziral svoje prezgodnje izlive in ugotovil, da po nekem obdobju, ko nista spolno

aktivna, hitreje doživi izliv in obratno; ko sta redno spolno aktivna, izliv doživi pozneje. Želi si biti uspešen v spolnosti (*»prčakval, da bova seksala, sm se hotu na to prpravit, da bi biu izliv kasnejši [...] sm tud masturbirou zjutri«*). Zaradi masturbiranja se je počutil uspešnejšega v spolnosti, že približno pol leta pa se tega ne poslužuje več. Tina omenja, da pride do težav v spolnosti pred pomembnimi situacijami, kot so nova služba, izpit na fakulteti. Vendar lahko pride tudi do tega, da se pred podobnimi dogodki s seksom sprostita (*»nekak tako sprostita s seksom [...] zgolj fizična sprostitiv napetosti ...«*). Ponovno lahko to povežem z izsledki Hendricka in Hendricka (2000), ki povezujeta čustveni svet partnerjev s pogostostjo spolnosti, in sklenem, da je spolnost odvisna od mnogih komponent, zunanjih dejavnikov (okolja) in čustvenega doživljanja obeh partnerjev.

Tina je v lanskem letu doživela kar dva spontana splava. To obdobje je bilo glede spolnosti zelo težavno, saj se nista mogla seksualno zblížati. Predvsem drugi splav, ko se je že zelo veselila otroka, jo je čustveno prizadel (*»člouk potrt, k ubistvu te neki prizadane, js sm takrt v krču in js takrt ne morem bit sproščena in ne morem sploh normalno funkcionirat«*). Kljub temu, da se je po mesecu dni pobrala, tega v sebi še ni povsem predelala. Je pa poudarila pomembnost partnerja ob takih dogodkih (*»da ga čutm, res takrat mi je blo grozn [...] kok je v takih težkih trenutkih pomembno, da maš nekoga, da se lah nanj obrneš«*). V obdobju žalovanja, ki je sledilo, Tina ni bila pripravljena na spolnost, Jan pa tudi ni silil vanjo. Počakal jo je, da stisko predela in mu nakaže, da je pripravljena narediti korak naprej. Hendrick in Hendrick (prav tam) pišeta o tem, da je pomembno, da se oba partnerja strinjata s tem, kakšna in kako pogosta bo spolnost. To, da jo je Jan počakal, da je bila ponovno pripravljena na spolnost, kaže na njegovo zrelost in sposobnost vživljanja vanjo.

Na podlagi vseh teoretičnih in empiričnih izsledkov zaključujem, da je kvaliteta spolnosti odvisna od mnogih dejavnikov ter da je izredno kompleksna in spreminjajoča se komponenta partnerskega odnosa.

IV. SKLEP

Glavni namen diplomskega dela je bil analizirati doživljanje partnerskega odnosa in z njim povezanimi konflikti ter spolnostjo pri izbranem paru. Partnerski odnos, konflikti in spolnost so namreč soodvisne, med seboj tesno povezane in prepletene komponente. Pri teoriji sem se posvetila pojmom zaljubljenosti, ljubezni, partnerskemu odnosu, intimnosti, spolnosti ter v empiričnem delu svoje ugotovitve podprla s teoretičnimi izsledki. Spodaj navedene ugotovitve se nanašajo na raziskovalna vprašanja, ki sem jih zastavila na začetku. V sklepu bom poskušala odgovoriti na ta vprašanja. Ugotovila sem, da se doživljanja moškega in ženske glede raziskovanih tem v nekaterih pogledih razlikujejo, v drugih pa so si podobna. Prav tako sem na tem mestu povezovala svoje ugotovitve s teoretičnimi izsledki.

Moje prvo raziskovalno vprašanje se nanaša na doživljanje zaljubljenosti, ljubezni in partnerskega odnosa. Ugotovila sem, da sta partnerja na začetku doživljala kratkotrajno zaljubljenost in se medsebojno idealizirala, kar o doživljanju zaljubljenosti na začetku zveze omenja tudi Milivojević (2008). Pozneje je zaljubljenost med njima prešla v nekaj globljega: razumevanje, sprejemanje, medsebojno vživljanje. Poudarila sta razumsko odločitev za odnos, na kar opozarja tudi Lewis (1996, v Gostečnik, 2001), ko poudarja pomembnost odločitve oz. zavezanosti za partnerski odnos. Oba se zavedata tega, da njun osebni razvoj, kot razvoj dveh posameznikov, močno vpliva na odnos, kajti osebno zadovoljstvo se v njem zelo očitno manifestira. Na slednje opozarja tudi psiholog Erikson (1959, v Pines, 1999). Prav tako na njun partnerski odnos vpliva ranjenost, zaznamovanost (predvsem negativna – npr. pomanjkanje lika starša oz. skrbnika v zgodnjem otroštvu ali nefunkcioniranje odnosa med staršema) iz zgodnjega otroštva (Bowlby, 1982). Vendar jo s trdom za osebni razvoj in v medsebojni podpori oba presegata. To v največji meri uresničujeta tako, da sproti razčiščujeta svoje konflikte s poglobljanjem vase, branjem, pisanjem, tekom, planinarjenjem, aktivnostmi v naravi ter obiskovanjem terapevtske skupnosti.

Moja naslednja ugotovitev se nanaša na povezanost individualnih nihanj pri enem ali obeh partnerjih in partnerskih konfliktov. Pri paru je razlog za konflikte pogosto nezmožnost preseganja nezavednega s strani enega ali obeh. Tovrstni konflikti ju vodijo v destruktivne prepire, kar omenja tudi Brajša (1985). Ugotavljam, da pri konfliktih sodelujeta oba partnerja, vendar povode za konflikte večkrat daje partnerka, kar je skladno z ugotovitvami (Hendrick, 2008, v Derlega idr., 1997), partner pa prehaja od branjenja in umikanja do zrelejših reakcij,

kot so umirjeno argumentiranje in korektno postavljanje meja, kar se nekoliko razlikuje od teoretičnih predpostavk (Christensen in Shenk, 1991, prav tam). Menim, da je poleg že ugotovljenih razlogov, razlog njune večje pogostosti konfliktov prav v pomanjkanju veččin komunikacije in prepoznavanju lastnih čustev.

Naslednja ugotovitev se nanaša na doživljanje intimnosti, spolnosti in njuno spolno življenje. Pri sodelujočem paru sem ugotovila, da se moški in ženske močno razlikujejo v izražanju intimnosti; partnerka namreč veliko lažje govori o svojih čustvih in doživljanju kot partner, kar se sklada z ugotovitvami Tysoa (1997). Potrdim lahko teoretične izsledke o povezanosti intimnosti in kvalitete spolnosti (Prager, 1995); pri paru je namreč spolnost veliko bolj zadovoljujoča, ko si zaupata svoja čustva ter drug drugemu ob dialogu razkrivata svojo ranljivost in strahove, skratka sebe oz. svojo intimo.

Intervjuvanca spolnost doživljata na telesni in duhovni ravni; ta je pri njima pogojena s čustvenim doživljanjem, kar je skladno z ugotovitvami Skynnerja (1987, v Brajša, 1985) ter Hendricka in Hendricka (2000). Od njunega čustvenega sveta je odvisno, ali jo doživljata kot razbremenitev psihične napetosti ali kot bolj intimno oz. duhovno izkušnjo.

Iz zapisanega prav tako ugotavljam, da je spolnost pri paru rezultat zrelosti partnerskega odnosa; čim zrelejši partnerski odnos ustvarita, tem bolj zadovoljujoča je tudi spolnost. Enako velja tudi za pogovor o spolnosti. To se sklada z ugotovitvami Ledererja in Jacksona (1976, v Brajša, 1985). Pomembno je, da se partnerja medsebojno poslušata in se odzivata drug na drugega, saj je tako tudi spolnost bolj kvalitetna.

Pred izvedbo intervjuja sem predvidevala, da konflikti v partnerskem odnosu negativno vplivajo na samo spolnost oz. da je lahko spolnost v času konfliktov redkejša. Nasprotno sem pri paru ugotovila, da konflikti vplivajo na pogostejšo in bolj strastno spolnost. To deloma nasprotuje ugotovitvam Tysoa (1997), Skynnerja (1987, v Brajša, 1985) ter Ledererja in Jacksona (1976, v Brajša, 1985), ki pišejo o tem, da konflikti škodijo sami spolnosti. Ob tem se mi odpira še eno zanimivo vprašanje: ali partnerka namerno – vsaj nezavedno, če ne zavedno – izziva konflikte, da se posledično s partnerjem lažje seksualno zblížata? Berne (1964, v Milivojević, 2009) dopušča obe možnosti, kot prvo to, da se zaradi konfliktov partnerja seksualno ne moreta zblížati, ali pa, da se zaradi konfliktov lažje zblížata.

Kvalitativno raziskovanje sem uporabila z namenom, da bi dobila globlji vpogled v delovanje in doživljanje para v povezavi z raziskovanimi temami. Svoje raziskave ne morem kontekstualno posploševati, saj je vzorec raziskovanja premajhen in nereprezentativen. V primeru, da bi intervjuvala drugi par, bi dobila drugačne odgovore na svoja raziskovalna vprašanja. Kljub temu, da sem bila že na začetku omejena s številom strani, vidim pomanjkljivost svoje raziskave predvsem v majhnosti vzorca, zato lahko rečem, da moja raziskava odraža zgolj subjektivno interpretacijo odnosa intervjuvanega para. Če bi želela svojo raziskavo razširiti, bi morala opraviti intervjuje še vsaj z dvema paroma, denimo enim mlajšim in enim starejšim po letih trajanja partnerske zveze, tako da bi lahko na koncu primerjala doživljanja vseh treh parov.

Pred začetkom raziskovanja in poglobljanja v literaturo sem imela pomisleke, ali bom imela z iskanjem para težave, saj je spolnost občutljiva tema, ki se ji ljudje, kot rečeno v pogovorih, raje izognemo. Zato sem poskusila pri paru, ki ga poznam že nekaj časa. Takoj sta privolila v sodelovanje. Pri pisanju teoretičnega dela sem si, predvsem pri temah o intimnosti, spolnosti, seksualnosti, pomagala z angleškimi viri, saj sem si želela izpopolniti svoj strokovni besednjak tudi v angleškem jeziku. Pred in ob pisanju se mi je pojavilo več dilem. Kot prvo sem imela pomisleke, kako bom lahko sproščeno izvedla intervju o tako intimnih temah. Največja dilema, ki se mi je tekom pisanja empiričnega dela pojavila, pa je bila povezana s tem, kako bo par sprejel mojo interpretacijo njunega odnosa, vendar sem jo pozneje ob pogovoru z mentorico razčistila in predelala.

Ker me partnerski odnosi in njihova dinamika zelo zanimajo, si v svoji poklicni karieri med drugim želim delati s pari. Menim, da je pri delu s pari, s čimer se želim v prihodnosti poklicno ukvarjati, pomembno, da kot terapevt najprej upoštevaš posameznika in šele nato funkcioniranje v partnerskem odnosu. Čustveno doživljanje posameznika ima namreč, sodeč po mnogih raziskavah in tudi moji, ki sem jo opravila, velik vpliv na kvaliteto samega partnerskega odnosa. Pri poglobljanju v literaturo in pozneje ob izvajanju ter analizi intervjuja sem pridobila kompleksen vpogled v doživljanje in funkcioniranje partnerskega odnosa. To temo si želim, kot sem že rekla, še razširiti; razmišljam o tem, da bi v prihodnosti med seboj primerjala vsaj še tri pare različnih starosti ali da bi opravila kvantitativno raziskavo na to temo v določeni skupnosti ljudi (npr. v terapevtski skupnosti). S kvantitativno raziskavo bi namreč lahko lažje posplošila podatke na populacijo, ki obiskuje tovrstne skupnosti.

V. VIRI IN LITERATURA

Berne, E. (1971). *Sex in human loving*. London: Deutsch, cop.

Bowlby, J. (1982). *Attachment*. New York: Basic Books. Pridobljeno s http://www.google.si/books?hl=sl&lr=&id=zMstxWSUJscC&oi=fnd&pg=PR11&dq=bowlby+attachment+and+loss+volume+1&ots=j1P9iZKXyF&sig=rTVRpoxT2ikOnh2znh2zjifuT_PShso&redir_esc=y#vpage&q=bowlby%20attachment%20and%20loss%20volume%201&f=false

Brajša, P. (1985). *Se da živeti v dvoje?*. Ljubljana: Delavska enotnost.

Buss, D. M. in Barnes, M. (1986). Preferences in human mate selection. *Journal of personality and Social psychology*, 50 (3), 559–570. Pridobljeno s http://www.homepage.psy.utexas.edu/homepage/group/busslab/pdf/prefs_mate_selection_1986_jpsp.pdf

Buss, D. M. (1989). Sex differences in human mate preferences: Evolutionary hypotheses tested in 37 cultures. *Behavioral and brain sciences*, 12 (1), 1–49. doi: <http://dx.doi.org/10.1017%2FS0140525X00023992>

Cross, C. L. in Weeks, G. R. (2007). Sex, sexuality and sensuality. V L. L'Abate (ur.), *Low-Cost Approaches to Promote Physical and Mental Health: Theory, Research, and Practice* (str. 385–394). Springer Science+Business Media, LLC. Pridobljeno s http://link.springer.com.nukweb.nuk.uni-lj.si/content/pdf/10.1007%2F0-387-36899-X_19.pdf

Čačinovič Vogrinčič, G. (1998). *Psihologija družine*. Ljubljana: Znanstveno in publicistično središče.

Derlega, V. J., Rose, S. in Winstead, B. A. (1997). *Gender and close relationships*. Thousand Oaks, London, New Delhi: Sage Publications.

Engl, J. in Thurmaier, F. (2005). *Kako govoriš z menoj? Dobra in slaba partnerska komunikacija*. Ljubljana: Inštitut Antona Trstenjaka.

Stanič, A. (2013). *Konflikti v partnerskem odnosu in doživljanje spolnosti*. Diplomsko delo. Ljubljana: Pedagoška fakulteta.

Fromm, E. (1995). *The art of loving*. London: Thorsons.

Glasser, W. (1998). *Ostati skupaj: vodnik teorije izbire za trajen zakon*. Radovljica: TOP d.o.o., Regionalni izobraževalni center.

Gostečnik, C. (2001). *Poskusiva znova*. Ljubljana: Brat Frančišek in Frančiškanski družinski inštitut.

Harvey, J. H., Wenzel, A. in Sprecher, S. (2008). *The handbook of sexuality in close relationships*. New Jersey: Lawrence Erlbaum Associates, Inc., Publishers. Pridobljeno s http://www.google.si/books?hl=sl&lr=&id=tZdkGTjkAZMC&oi=fnd&pg=PR9&dq=sexuality+and+communication+in+close+relationships&ots=9EcHED6gnS&sig=wtWX8YPJ3J9nIZD6ImVICugm8A&redir_esc=y#v=onepage&q=sexuality%20and%20communication%20in%20close%20relationships&f=false

Hendrick, C. in Hendrick, S. (2000). *Close relationships: A sourcebook*. Thousand Oaks, Calif: Sage Publications. Pridobljeno s http://ehis.ebscohost.com.nukweb.nuk.uni-lj.si/ehost/ebookviewer/ebook/nlebk_63246_AN?sid=6c2fd322-ed44-4c88-85d997b6166975df@sessionmgr13&vid=2&format=EB

Klusmann, D. (2002). Sexual motivation and duration of partnership. *Archives of Sexual Behavior*, 31 (3), 275–287. Pridobljeno s <http://link.springer.com.nukweb.nuk.uni-lj.si/content/pdf/10.1023%2FA%3A1015205020769.pdf>

Milivojević, Z. (2008). *Emocije – razumevanje čustev v psihoterapiji*. Novi Sad: Psihopolis institut.

Milivojević, Z. (2009). *Formule ljubezni: ne zapravimo življenja v iskanju prave ljubezni*. Ljubljana: Mladinska knjiga.

Moeller, M. L. (1995). *Resnica se začne v dvoje*. Celje: Mohorjeva družba.

Musek, J. (1995). *Ljubezen, družina, vrednote*. Ljubljana: Educy.

Stanič, A. (2013). *Konflikti v partnerskem odnosu in doživljanje spolnosti*. Diplomsko delo. Ljubljana: Pedagoška fakulteta.

Musek, J. (2010). *Psihologija življenja*. Ljubljana: Inštitut za psihologijo osebnosti.

Pines, A. M. (1999). *Falling in love: Why do we choose the lovers we chose*. New York: Routledge. Pridobljeno s http://englishstudentsforum.com/uploads/English%20related/Falling_In_Love.pdf

Prager, K. J. (1995). *The psychology of intimacy*. New York: Guilford. Pridobljeno s http://www.google.si/books?hl=sl&lr=&id=xGjOKn9TPj0C&oi=fnd&pg=PA1&dq=prager+the+psychology+of+intimacy&ots=yyV3RNmSh2&sig=Dgr5vty4aFyvvhQ11Rde9Df75_c&redir_esc=y

Renner, T., Sedmak, M., Švab, A. in Urek, M. (2006). *Družine in družinsko življenje v Sloveniji*. Koper: Založba Annales.

Rusbult, C. in Zembrodt, I. (1983). Responses to Dissatisfaction in Romantic Involvements: A Multidimensional Scaling Analysis. *Journal of experimental social psychology*, 19 (3), 274–293. doi: <http://dx.doi.org/10.1016%2F0022-1031%2883%2990042-2>

Satir, V. (1995). *Družina za naš čas*. Ljubljana: Cankarjeva založba.

Scott Peck, M. (2006). *Ljubezen in duhovna rast: nova psihologija ljubezni, tradicionalnih vrednot in duhovne rasti*. Ljubljana: Mladinska knjiga.

Shelton, S. in Stepleman, L. M. (2008). Sexuality. V S. Loue in M. Sajatovic (ur.), *Encyclopedia of Aging and public health* (str. 726–729). Springer Science+Business Media: LLC. Pridobljeno s http://link.springer.com.nukweb.nuk.uni-lj.si/content/pdf/10.1007%2F978-0-387-33754-8_396.pdf

Tysoe, M. (1997). *Ljubezen ni dovolj*. Ljubljana: Vodnikova založba.

Vogrinc, J. (2008). *Kvalitativno raziskovanje na pedagoškem področju*. Ljubljana: Pedagoška fakulteta.

Weeks, J. (2003). *Sexuality*. London and New York: Routledge.

VI. PRILOGE

PRILOGA 1

INTERVJU

- Kdaj, na kakšen način sta se spoznala? Kako je bilo z zaljubljenostjo na začetku, sta se zaljubila drug v drugega? Kaj ti pomeni zaljubljenost in, ali jo še občutiš? Na kakšen način jo občutiš? Kdaj se je zaljubljenost razvila v ljubezen?
- Kaj je zate ljubezen? Kako jo izražaš do partnerja/-ke?
- Katero obliko ljubezni po Sternberg-u živita? (Pokažem razpredelnico z vrstami ljubezni – na podlagi te se uvrstita.)

- Kaj je zate (kvalitetni) partnerski odnos in kako se je pri vaju razvijal?
- S kakšnimi pričakovanji si vstopil/-a v odnos?
- Kaj je zate bližina v odnosu? Koliko si sam/-a blizu partnerki/-ju?
- Kaj misliš, da te najbolj povezuje s partnerjem/-ko?
- Kako pomembna se ti zdi privlačnost v odnosu? Kaj te privlači na partnerju/-ki (telesne, značajske, socialne lastnosti)?
- Kako je s predajanjem v vajinem partnerskem odnosu?
- Ali si zadovoljen/-na s partnerko/-jem in s čim si zadovoljen/-na? Ali si želiš spremeniti partnerja/-ko, kaj bi spremenil/-a pri njem/njej in zakaj bi to spremenil/-a?
- Kaj je zate partnerski konflikt, prepir in zakaj običajno pride do njega?
- Kako potekajo konflikti v vajinem partnerskem odnosu (kakšna je komunikacija med konfliktom)? Kaj občutiš, ko se skregata? Kako se odzivata na konflikt? Kdo večkrat popušča? Kaj se zgodi po spravi?
- Misliš, da so konflikti včasih prerasli do te meje, da se ti je zdelo, da imata krizo v partnerskem odnosu?
- Kaj je zate kriza v partnerskem odnosu?
- Kaj je sprožilo krizo in koliko časa je trajala?
- Kaj je vplivalo na rešitev krize oz. ali kriza še traja?

- Kaj je zate intimnost, kako jo izkazuješ in kako jo doživljaš v vajinem partnerskem odnosu? Kako povezuješ intimnost in spolnost?

- Kaj ti pomeni spolnost, koliko se ti zdi pomembna za sam partnerski odnos in razvijanje le-tega?
- Kakšna sporočila o spolnosti si dobil/-a v primarni družini?
- Kakšen odnos si imel/-a z mamo in očetom oz. drugimi najbližjimi osebami? Kako menita, da so relacije v otroštvu vplivale na poznejše, predvsem partnerske odnose? Menita, da je odnos ponovitev primarnega odnosa?
- Kakšno je vajino spolno življenje in njegovo doživljanje?
- Kaj ti spolnost daje in kaj meniš, da spolnost daje tvojemu partnerju/-ki?
- Kako sta po tvojem povezana ljubezen in spolnost? Kako ljubezen vpliva na spolnost in obratno? Kaj je po tvojem mnenju bolj pomembno, ko gre za kvaliteto partnerskega odnosa in obojestransko zadovoljstvo ter zakaj? Meniš, da lahko obstaja eno brez drugega?
- Kako si zadovoljen/-na s svojo, partnerjevo spolnostjo? Če nisi, kaj bi spremenil/-a; pri sebi in pri partnerju/-ki?
- Na kakšen način se pogovarjata o svoji spolnosti? Kako je z izražanjem potreb, želja v spolnosti?
- Kaj je zate kvalitetna spolnost? Kako pomembna se ti zdi kvalitetna spolnost in koliko tega je prisotnega v vajini spolnosti? Kako ocenjuješ svojo uspešnost/kvaliteto v spolnosti in koliko je po tvojem uspešen/-a tvoj/-a partner/-ka?
- Kako pogosta je vajina spolnost?
- Kako spolnost vpliva na tvoje počutje (fizično, psihično)?
- Na kakšen način sta reševala morebitne težave v spolnosti?
- Kako je s spolnostjo v času konfliktov? Kako je splav vplival na vajino spolnost?
- Kako se spolnost v obdobju konfliktov razlikuje od spolnosti, ko med vama ni konfliktov?
- Kako vidiš povezavo med kvaliteto partnerskega odnosa in kvaliteto v spolnosti?

PRILOGA 2

PRIMER KODIRANJA

<p><u>1. Primer kodiranja za žensko</u></p> <p>A: Ok, gremo kar naprej. Kaj je zate kvaliteten partnerski odnos? Kako ti vidiš, kakšen bi moral bit partnerski odnos?</p> <p>B: Ja, spet to, se mi zdi, da je pomembno, da je recimo to <u>razumevanje, spoštovanje</u>, da je ta <u>intimnost</u> prisotna, hmm pa da v bistvu, to se mi zdi.</p> <p>A: Kku se je pa razvijal?</p> <p>B: <u>Najprej</u> je bla <u>zaljubljenost</u>, nato pa je to preraslo v neko <u>odločitev za odnos</u>.</p> <p>A: Preden si vstopla v ta odnos, si imela kakšna pričakovanja?</p> <p>B: Ne, sm rekla, da se <u>bom prepustila</u> in se mi zdi, da je to tudi <u>men dobro delo</u>, ker kadar kol mam js neka <u>pričakovanja</u>, so ta lahko <u>previsoka</u>, ponavadi <u>z moje strani</u>, lahko so tudi <u>nerealna</u> in se <u>vse sfiži</u>. Js sm se takrat <u>odločila</u>, da se <u>bom prepustila</u>, v odnosu, k ga bom <u>spoznavala</u> in bom <u>vidla</u>, kako se <u>bo razvijal</u> in če mi <u>bo ok</u>, če se mi <u>bo zdel trden</u>, da lahko <u>razvijeva</u> najin <u>odnos</u>, pol bom <u>vztrajala</u>, če pa slučajno <u>bi vidla</u>, da mi <u>ni naklonjen</u>, da se <u>čemu izogiba</u> al pa kej podobnega, tko ko sm mela že kdaj prej, bi rekla bobu bob, se <u>ne bi več martrala</u> al pa <u>čakala</u>, pač da je stvar jasna.</p> <p>A: Hmm, kaj pa ti pomeni bližina v odnosu?</p> <p>B: <u>Velik</u>.</p> <p>A: Koliko si pa sama blizu njemu in koliko misliš, da je on tebi blizu?</p> <p>B: Js mislim, da sm js njemu tok kokr je men dostopno, da sm js njemu <u>kr dost blizu</u> oz. <u>zlo blizu</u>, kok je pa on men, mogoče je <u>on malo čustveno</u></p>	<p>Partnerski odnos ji pomeni razumevanje, spoštovanje, izkazovanje intimnosti. Sprva je bila zaljubljenost, nato se je za odnos odločila.</p> <p>Pred vstopom v odnos ni imela pričakovanj, se je prepustila. Meni namreč, da lahko visoka, nerealna pričakovanja odnos uničijo. Če bo videla, da je odnos bolj trden, da se razvija, bo vztrajala.</p> <p>V primeru, da bi opazila, da ji partner ni naklonjen, da se čemu izogiba, bi odnos prekinila.</p> <p>Bližina v odnosu ji veliko pomeni.</p> <p>Ona je njemu zelo blizu, on malo čustveno okrnjen.</p>	<p>Pomen partnerskega odnosa</p> <p>Odločitev za odnos</p> <p>Brez pričakovanj</p> <p>Prepuščanje partnerju</p> <p>Previsoka pričakovanja</p> <p>Razvijanje odnosa</p> <p>Prekinitev odnosa</p> <p>Bližina v odnosu</p> <p>Njena bližina do njega</p>	<p>Partnerski odnos</p> <p>Partnerski odnos</p> <p>Partnerski odnos in pričakovanja</p> <p>Partnerski odnos in pričakovanja</p> <p>Partnerski odnos</p> <p>Partnerski odnos</p> <p>Partnerski odnos in bližina</p> <p>Partnerski odnos in bližina</p>
--	---	---	---

<p><u>okrnjen</u> al pa zaradi tega, ker je pač moški, velikrat si <u>želim, da bi mal blj se odprl</u>, da bi <u>bolj o čustvih</u> govoru, recimo. Še zdej se sprašujem, a je to zto, ker je <u>on moški</u>, pa <u>js ženska</u>, a je to normaln, hmm, všeč bi mi blo, da bi se še <u>mal čustveno prebudu</u>.</p> <p>A: Kaj pa misliš, da te najbolj povezuje z njim, v kirih stvareh se najbolj čutiš blizu z njim?</p> <p>B: <u>V pogovorih</u>, zdi se mi nekak tko, nevem, če je to <u>duhovna al intelektualna raven</u>, <u>čutim se mu blizu</u>, čutim, da <u>me razume</u>, da <u>se lahko vživlja vame</u> in to mi je ful pomembno. Blizu sva si tudi preko stvari, kokr je <u>šport, narava</u>, oba rada preživljava čas v naravi, drgač pa se mi zdi <u>ena taka povezanost</u>, js sploh nevem, kako bi jo opisala, mogoče imam premal znanja, da bi jo opisala, eno tako <u>čustveno bližino</u> čutim <u>ob njem</u>.</p> <p>A: Sorodna duša?</p> <p>B: Men se zdi, da kr ja, nevem, če je to sorodna duša, kljub temu, da <u>sva si različna</u>, sva si <u>v velikih stvari</u> kr dost <u>podobna</u>.</p> <p>A: Se ti zdi privlačnost v odnosu pomembna? Kaj te pa privlači na Janu? Glede telesnih lastnosti, značajskih in socialnih lastnosti.</p> <p>B: Všeč so mi <u>njegove oči</u>, <u>njegov obraz</u>, <u>njegov pogled</u>, <u>obrvi</u>... (smeh). To mi je všeč pr njemu, da je <u>temen</u>. Drugač pa ja, zanimiv pogled, obrvi... Js njega mogoče si pol predstavljam, nevem mene to <u>pritegne pr njemu</u>. V bistvu ima tak <u>strastno skrivnostn pogled</u>. Tko si js predstavljam,</p>	<p>Želja, da bi se odprl, več govoril o čustvih.</p> <p>Sprašuje se, če je razlog to, da je moški in ona ženska.</p> <p>Bližino čuti v pogovorih (duhovna, intelektualna), v naravi, športu.</p> <p>Čuti čustveno bližino, razumevanje, to, da se zna vživljati vanjo.</p> <p>Sta si različna, a hkrati podobna.</p> <p>Telesno jo privlačijo oči, obraz, strastno skrivnostn pogled, obrvi, temna polt.</p>	<p>Njegova čustvena okrnjenost</p> <p>Njegova čustvena okrnjenost</p> <p>Pomen bližine</p> <p>Bližina v odnosu</p> <p>Različnost in podobnost</p> <p>Fizična privlačnost</p>	<p>Partnerski odnos in bližina</p> <p>Partnerski odnos in bližina</p> <p>Partnerski odnos in bližina</p> <p>Partnerski odnos in bližina</p> <p>Partnerski odnos</p> <p>Partnerski odnos in privlačnost</p>
--	--	--	--

<p>ko gledam njega v oči. A: Kaj pa značajske lastnosti, to je npr. duhovitost, prijetnost, iskrenost? B: Ja, hm, vseč mi je <u>iskrenost</u>, tud <u>umirjenost</u>, pa <u>stabilnost</u>, ker sm <u>js</u> mal <u>nasprotna</u>, zdi se mi, da mi je <u>všeč neki</u>, <u>kr js nimam</u>. Nevem, če je to prou... A: Kaj pa glede socialnih lastnosti, delo, zaslužek, položaj? B: Tudi sm <u>zlo zadovoljna</u>, ker mi je tudi to pomembno, ker sm imela že <u>moškega</u>, pa <u>ni imel službe</u>, pa sm ga tudi <u>js preživljala</u>. Sm mu <u>js plačevala</u> kosilo, pa dala za položnce v stanovanju...se mi zdi pomembno, da se <u>ohranja</u> ena taka, <u>lastnosti ženske in moškega</u>, se mi zdi to pomembn. A: Kako je pa s predajanjem, si se mu predala v odnosu, čutiš, da si mu predana, kakor ti vidiš predajanje, fizično, psihično? B: Zdi se mi, da sm <u>do njega zlo iskrena</u>, <u>kr čutim, mu povem</u>, zdej nevem, kakšno predajanje je to, ampak...Hmm, <u>mam še kr bremze</u>, tko da se <u>še nisem tist čist predala</u>, mogoče zarad prejšnjih razočaranj...mm, vem da to ni v redu, ampak ne morem se še čist predat no... A: Kok časa pa sta v vezi? B: <u>2 leti pa 2 mesca</u>. A: Pred približno enim letom pa sta šla živet skupaj? B: Ja, prej sva pa <u>eno leto v Lj živela</u>. Midva sva recimo <u>marca začela</u>, pol <u>sred julija</u> sva pa že <u>skupi začela živet</u>, se pravi <u>po štirih mescih</u> dobivanja, spoznavanja, tako da sm vidla, da <u>mi je zanimiv</u>,</p>	<p>Karakterno jo privlači njegova umirjenost, stabilnost – lastnosti, ki jih ona nima.</p> <p>Glede socialnega udejstvovanja je zelo zadovoljna – ohranjanje moških in ženskih lastnosti. Imela moškega, ki ga je preživljala.</p> <p>Iskrenost v odnosu, ni se še čisto predala.</p> <p>Skupaj sta 2 leti in 2 meseca.</p> <p>Prej živela skupaj eno leto v Ljubljani, po štirih mesecih poznanstva sta začela skupaj živeti.</p>	<p>Karakterna privlačnost</p> <p>Socialna privlačnost</p> <p>Pomen socialnih lastnosti</p> <p>Predajanje v odnosu</p> <p>Dolžina partnerskega odnosa</p> <p>Skupno življenje</p>	<p>Partnerski odnos in privlačnost</p> <p>Partnerski odnos in privlačnost</p> <p>Partnerski odnos in privlačnost</p> <p>Partnerski odnos</p> <p>Partnerski odnos</p> <p>Partnerski odnos</p>
--	--	--	--

<p>da bi js <u>z njim</u> takoj živila, pa tudi <u>on z mano</u>, sm se pol odločila, da grem k njemu živet, čeprou <u>me je blo strah</u>, ker sm vedla, da to <u>za sabo potegne</u> tudi vse ostalo, <u>vse ostale odločitve</u>, to je zame že ena odločitev, da greš živet skupi...</p> <p>A: S čim si najbolj zadovoljna glede Jana?</p> <p>B: S tem, da je tok <u>umirjen</u>, pa da je <u>vztrajen</u>, zdi se mi drugač, da <u>moški</u> kar <u>hitro dajo rep med noge</u>, če se <u>pojavijo kašne težave</u>, tko ko so konflikti prvi pa to...Zdi se mi, da je to <u>odraz</u> ene <u>zrelosti</u>, da <u>ne zbeži</u> in da me <u>posluša</u>... Razumet me ne more, to itak, ampak usaj <u>prova me razumet</u>...<u>stabilnost, trdnost</u>, ta njegova <u>neomajnost</u>, to mi je <u>privlačno in všeč</u>...</p>	<p>Zdel se ji je zanimiv, želela si je živeti z njim, kljub strahu zaradi vseh odločitev, ki jih skupno življenje potegne s sabo.</p> <p>Zadovoljna z njegovo umirjenostjo, vztrajnostjo, zrelostjo, da jo zna poslušat, da jo poskuša razumet, s stabilnostjo, trdnostjo, neomajnostjo. Nekateri moški hitro zbežijo, ko se pojavijo prve težave.</p>	<p>Želja po odnosu</p> <p>Strah pred skupnim življenjem</p> <p>Zadovoljstvo s partnerjem</p> <p>Partner</p>	<p>Partnerski odnos</p> <p>Partnerski odnos</p> <p>Lastna doživljanja</p> <p>Lastna doživljanja</p>
---	--	---	---

<p><u>2. Primer kodiranja za moškega</u></p> <p>A: Ok, gremo naprej...Kaj tebi pomeni partnerski odnos? B: Mm, v bistvu <u>zavedanje</u>, da to, kar sm že prej nekak povedu, <u>z ljubeznijo</u>, s tem, da <u>v partnerstvu</u>, se <u>odločš</u> še <u>za marsikiro drugo stvar</u>, da <u>se preselš</u>, da <u>začneš skupi živet</u>, da <u>začneš ene stvari načrtovat</u>, da se <u>pogovarjaš o temah, ki so ti skupne</u>, da se <u>v odnosu brusš</u> in da <u>rešuješ pač probleme</u>, <u>skupne, pomagaš rešvat probleme družga, stat ob stran</u>, da...<u>partnerstvo je že odločitev</u>, ljubezen je lahko ljubezen...<u>partnerski odnos je že neki več, neki bolj resnga</u>...<u>ker za sabo potegne tud bom reku mm, določene stvari, ki niso na začetku sploh prisotne, ker si zaljubljen al ker si marsičesa ne priznaš, se še nepoznaš tolk, določene stvari se šele potlej skozi sobivanje pokažejo, razkrijejo, pač rabiš določen čas, kilometrino, da se to razkrije</u>... A: Se pravi, <u>zaljubljenost se je postopoma razvijala</u>, sam si se pa <u>razumsko odloču</u>, da se boš ti <u>trudu za ta odnos</u>... B: Js sm se že zelo <u>zgodil odloču za odnos s Tino</u>. A: Kokr sm prej razumela nisi imeu pričakovanj glede odnosa, si šou odprto? B: Sm šu odprto, s tem da sm zlo <u>jasn povedu, kaj pričakujem, česa si želim</u>, ker to sva midva, rečva temu <u>absolvirala, ko sva četala</u>, ane, takrat sva se res <u>odkrit pogovarjala o vsem</u>, o tem, <u>kko se vidva</u>, o tem, <u>kakšne izkušnje mava</u>, o tem, <u>česa si želiva, s kakšnim</u></p>	<p>Partnerski odnos mu pomeni odločitev za stvari (preselitev, skupno življenje, načrtovanje stvari, pogovarjanje o skupnih temah, brušenje v odnosu, reševanje skupnih problemov, stanje ob strani).</p> <p>Partnerski odnos je nekaj bolj resnega kot ljubezen, ki za sabo potegne določene stvari, ki na začetku niso prisotne, ko si zaljubljen. Določene stvari se skozi sobivanje pokažejo, razkrijejo.</p> <p>Zaljubljenost se je postopoma razvijala, razumsko se je odločil, da se bo trudil za odnos. Že zelo zgodaj se je odločil za odnos s Tino.</p> <p>Jasno je povedal, kaj pričakuje, kaj si želi. Ko sta se pogovarjala preko interneta, sta bila odkrita drug z drugim (o tem, kako se vidita, o izkušnjah, željah, s</p>	<p>Pomen partnerskega odnosa</p> <p>Partnerski odnos v povezavi z ljubeznijo</p> <p>Razkrivanje stvari</p> <p>Razvoj zaljubljenosti</p> <p>Razumska odločitev</p> <p>Odločitev za odnos</p> <p>Jasna pričakovanja, želje</p> <p>Odkritost</p>	<p>Partnerski odnos</p> <p>Partnerski odnos</p> <p>Partnerski odnos</p> <p>Zaljubljenost</p> <p>Partnerski odnos</p> <p>Partnerski odnos</p> <p>Partnerski odnos in pričakovanja</p> <p>Spoznavanje</p>
--	--	---	---

<p><u>človekom</u>...zrt tega se mi zdi, da je <u>biu ta del zlo pomemben</u> in da sva s tem, ko sva se samo pogovarjala, ko <u>sva si dopisovala, preprečila</u> to, da bi <u>pršlo do enih motilcou</u> tega <u>spoznavnega procesa</u>, ki bi bli <u>povezani s tem, da bi se vidla</u>, da bi se mogoč <u>že prej zakurla</u> in...bi to preskočila...in bi lahko <u>kako stvar</u>, ki bi bla bistvena <u>spregledala</u> in bi se <u>kasnej izkazala za nepremostljivo</u>, pa <u>zlo motečo</u>...</p> <p>A: Kuk ti je pa pomembna bližina in kuk si ti sam blizu Tini?</p> <p>B: <u>Bližina je zlo zlo pomembna</u>, js mam <u>občutek, da sm Tini blizu</u>, je pa tuki spet <u>to vprašanje, kako en in drug to razumeva</u>...tuki pa lahko oz. <u>prhaja do razhajanj</u>, kjer <u>ona mogoče te povezanosti ne čuti tako kot jo jz</u> oz. tuki <u>imava različne predstave</u> in je to <u>dostikrat problem</u>, sploh <u>v kakšnih slabših fazah</u> enga al pa družga...</p> <p>A: Kako se ti pa zdi pomembna privlačnost?</p> <p>B: Je <u>pomembna</u>...</p> <p>A: Kaj pa te privlači na Tini glede fizičnih, značajskih in socialnih lastnosti?</p> <p>B: Po izgledu me privlačijo vse tri skupine...<u>fizično prsa, obraz, hrbet, usklajenost telesa mi</u> je zelo pomembna in me to pri njej privlači, <u>u redu fizionomija njenga obraza</u>, čeprou na obraz glih ne padam več...ker se po svoje za obrazom marskej družga lah skriva...<u>značajsko njena odprtost, iskrenost, direktnost, neposrednost, mm, predanost, energija, požrtvovalnost</u>...všeč</p>	<p>kakšnim človekom).</p> <p>Ko sta si dopisovala, sta preprečila to, da bi prišlo do motilcev spoznavnega procesa; posledično bi lahko kako stvar spregledala, pozneje bi se lahko izkazala za motečo.</p> <p>Bližina mu je zelo pomembna. Meni, da je Tini blizu.</p> <p>Tu lahko prihaja do razhajanj, saj imata različne predstave o tem, kaj je povezanost. To zna biti problem, sploh v kakšnih slabših fazah.</p> <p>Privlačnost se mu zdi pomembna.</p> <p>Fizično ga privlačijo prsi, obraz, hrbet, usklajenost telesa, fizionomija obraza.</p> <p>Značajsko ga privlači odprtost, iskrenost, neposrednost, predanost, energija,</p>	<p>Začetno dopisovanje</p> <p>Pomen bližine</p> <p>Njegova bližina</p> <p>Različne predstave</p> <p>Problem v slabših fazah</p> <p>Pomen privlačnosti</p> <p>Fizična privlačnost</p> <p>Karakterna privlačnost</p>	<p>Spoznavanje</p> <p>Partnerski odnos in bližina</p> <p>Partnerski odnos in bližina</p> <p>Partnerski odnos in bližina</p> <p>Partnerski odnos in bližina</p> <p>Partnerski odnos in privlačnost</p> <p>Partnerski odnos in privlačnost</p> <p>Partnerski odnos in privlačnost</p>
--	---	--	---

<p>mi je njena <u>komunikativnost</u>, to, <u>da ma jajca</u>, ubistvu to, kjer js nisem ravno mojster, to je z mojim karakterjem povezano, mogoč <u>to, kar js nisem</u>, js sm <u>mal bolj zadržan</u>, <u>ona je bolj neposredna, energična, ne špara jezika</u>, je taka <u>srborita</u>, pa bi se najbrž tudi kej v lase, bi se zlasala s kom, če bi blo treba...<u>všeč</u> mi je njena <u>socialnost</u>, torej njena <u>energija s katero zastopa</u>, <u>govori, se bori za pravičnost</u>, predvsem tistih socialno prikrajšanih, to...</p> <p>A: Kku je pa s predajanjem, kuk si ti njej predan in kuk misliš, da je ona tebi predana v odnosu?</p> <p>B: Hmm, s časom se kaže, s tem, ko se midva <u>bolj spoznavava</u>, da <u>zarad zgodovine enga in drugga</u>, mogoče <u>kdaj pa kdaj en al pa drug mal stop na bremzo</u>...js na vsak način, glede na moje pretekle izkušnje, si <u>ne dovolim</u>, da bi <u>kdo z mano manipulirou</u>..da bi me <u>preizkušou</u>, da <u>bi me</u> (razmišlja) da bi me <u>kokrkol hotu si prikrojit po svojih merilih</u>...to sm <u>dovolu v svojem prejšnjem odnosu</u>, ker nisem bil dovolj močen...in sm na ta del zlo pozoren, tko da, če <u>začutm</u>, da me <u>ona s čim izsiljuje</u>, če me nekak <u>poskuša ukalupt</u>, potlej ji js <u>jasno povem</u>, da <u>tega ne dovolim</u>, ker tuki <u>nočem sam sebe zgubit</u>, in <u>ne bom tega dopustu, tudi za ceno odnosa</u>...konec koncu mam <u>sebe najrajši</u>...</p> <p>A: Se pravi, generalno si zadovoljen s Tino?</p> <p>B: <u>Sem</u>...</p> <p>A: Kaj bi pa pri njej</p>	<p>požrtvovalnost, da ima jajca. Privlači ga to, kar on ni. Ona je bolj neposredna, energična, srborita, on bolj zadržan.</p> <p>Všeč mu je njena socialnost, energija.</p> <p>Včasih eden ali drugi malo stopi na »bremzo« zaradi zgodovine enega ali drugega.</p> <p>Ne dovoli, da bi kdo z njim manipuliral, da bi ga preizkušal in poskušal prikrojit po svojih merilih. To je dovolil v prejšnjih razmerjih, ker ni bil dovolj močen. Če začuti, da ona izsiljuje, jasno pove, da tega ne dovoli. Noče sam sebe zgubit, saj ima sebe najraje.</p> <p>S Tino je zadovoljen.</p>	<p>Njegove nasprotne lastnosti Njene lastnosti</p> <p>Socialna privlačnost</p> <p>Upočasnjevanje</p> <p>Njegova pričakovanja</p> <p>Prejšnja razmerja</p> <p>Njeno izsiljevanje</p> <p>Ljubezen do samega sebe</p> <p>Zadovoljstvo s Tino</p>	<p>Partnerski odnos in privlačnost Partnerski odnos in privlačnost</p> <p>Partnerski odnos in privlačnost</p> <p>Partnerski odnos</p> <p>Partnerski odnos in pričakovanja</p> <p>Prejšnji partnerski odnosi</p> <p>Partnerski konflikt</p> <p>Lastno doživljanje sebe</p> <p>Lastno doživljanje</p>
---	---	---	---

<p>sprememu?</p> <p>B: Mm, v bistvu bi si <u>zaželu</u> tega, da je <u>ona sama s sabo zadovoljna</u>, da si <u>izboljša samopodobo</u>, da bi se <u>nehala kriviti</u>, da <u>nebi vidla tolik stvari ogrožajočih</u>, kot jih vid, ker se mi zdi, da jo to <u>v zadnjem času bremza in se manifestira tudi v odnosu</u>, s tem da, mm, je to <u>dediščina</u>, ki jo je že <u>prnesla v odnos</u>...js jo najbrž <u>s kšnim svojim delovanjem na kšno stvar spomnem</u>, v njej <u>kej izzovem</u>, kšno <u>potlačeno čustvo</u>, da se <u>na neki nezavedni ravni razburka in pač se to odraža tudi v odnosu</u>, mm, tko da ja, tega bi si najbolj želu, da se <u>ona sprosti</u>, <u>neha tuhtat</u>, da <u>neha razglablat</u>, <u>se kriviti</u>, ker verjamem, da bi se pol tud <u>marsikej družga uredilo</u>...nenazadnje mislm, <u>ona bi bla definitivno bolj zadovoln člouk</u>...</p>	<p>Želi, da bi bila bolj ona zadovoljna s sabo, da se ji izboljša samopodoba.</p> <p>V zadnjem čase se njeno nezadovoljstvo manifestira v odnosu, s tem, da je to dediščina, ki jo je že prinesla v odnos.</p> <p>Izzove kakšno stvar iz preteklosti in jo razburka na nezavedni ravni.</p> <p>Želi si, da se ona sprosti, da neha razglabljat in se kriviti.</p> <p>Ona bo bolj zadovoljna.</p>	<p>Želje zanjo</p> <p>Povezava njenega nezadovoljstva z odnosom</p> <p>Odnos in preteklost</p> <p>Želje zanjo</p> <p>Želje zanjo</p>	<p>Partnerski odnos</p> <p>Partnerski odnos</p> <p>Partnerski odnos</p> <p>Partnerski odnos</p> <p>Partnerski odnos</p>
---	--	--	---