



A menedékkereső és -nyújtó érintésviselkedés alakulása kötődési stílusok mentén a felnőtt párkapcsolatokban a Covid járvány után

Kovordányi Luca Rita

Károli Gáspár Református Egyetem

Témavezető: Dr. Nyitrai Erika

2024.

A menedékkereső és -nyújtó érintésviselkedés alakulása kötődési stílusok mentén a felnőtt
párkapcsolatokban a Covid járvány után

Tartalomjegyzék

Absztrakt	2.
Szakirodalmi bevezető	3.
Érintési attitűdök mérésével kapcsolatos tapasztalatok.....	5.
Változás és állandóság a kötődési stílusban	6.
Párok egymásra hatása – a partner szerepe az érintési attitűdökben	8.
Életesemények hatásai a kötődésre és a biztonságos menedék érintésviselkedésre.....	9.
Hipotézisek.....	11.
Módszer	11.
Minta leírása	11.
Mérőeszközök.....	12.
Eredmények.....	13.
Diskusszió.....	17.
Kitekintés, korlátok	20.
Felhasznált irodalom	21.
Melléklet – plágium ellenőrzés	25.

Absztrakt

Célkitűzés: A kötődési stílusok és a párkapcsolatokra jellemző érintésviselkedések közötti összefüggéseket számos szakirodalom vizsgálta már. Kíváncsi voltam azonban, hogy kötődésükben eltérő összetételű pároknál hogyan alakul kifejezetten a biztonságos menedéket jelentő érintés; mennyire változhat idővel az adott érintési attitűd, és mennyire csökken a párok tagjai között az érintés, mint menedék érintésviselkedésben való különbség. Vizsgálom azt is, hogy egy retrospektív vizsgálati elrendezésből kapott adatok alapján a kötődési stílusok és a biztonságos menedéket jelentő érintések egy jelentős életesemény vagy stresszor hatására, mint amilyet a Covid időszak jelentett, elmozdulnak-e alap beállítódásukból. **Módszer:** A kérdőíveket párkapcsolatokban élő személyek töltötték ki az aktuális (2021 ősz) megéléseik -, illetve korábbi, járvány időszak előtti megéléseik alapján. Az általam használt kérdőívek az ECR – Tapasztalatok a Közeli Kapcsolatokban, illetve az STS – Hét Érintés Skála volt. Így 41 összetartozó heteroszexuális pár szerepel a mintánkban (összesen 82 ember), akik a felvétel időpontjában minimum 6 hónapja együtt vannak. **Eredmények:** Bár a leíró statisztikákból más tendencia rajzolódott ki elsőre, az elemzések alapján sem a kötődésük nem változott az egyéneknek a Covid előtti állapotukhoz képest, sem az, hogy mennyire volt jelen az életükben az érintés, mint menedék. Ezután összehasonlítottam a négy csoportot, melyeket a partnerek egymáshoz hasonló vagy eltérő kötődése alapján hoztam létre. A különféle párokról az mondható el, hogy mind hasonlóan használják az érintést, mint menedéket a Covid előtti időszakhoz képest, tehát a partnerek közötti különbségek az érintés, mint menedék skálán nem változtak szignifikánsan a korábbi különbségeikhez képest. Egyedül az figyelhető meg, hogy azokhoz a párokhoz viszonyítva, ahol a pár egyik tagja sem biztonságos kötődésű, azok között növekedett a különbség az érintés biztonságos menedék funkciójában a Covid előtti megélésekhez képest, ahol csak a nő biztonságos kötődésű. **Következtetések:** A kötődés és a biztonságos menedéket jelentő érintésviselkedés is egy stabil jellemzőnek bizonyult, melyet magyarázhat a korábbi szakirodalmak alapján a két változó szoros együtt járása. Az érintés, mint menedék attitűdben a partnerek közötti különbség a jelenben nem tér el szignifikánsan egyik csoportban sem a vizsgált érintési attitűdben való Covid előtti különbségüktől, csupán két csoport között volt tapasztalható kis eltérés. A jelenségek alaposabb vizsgálatára további kutatások ajánlottak.

Kulcsszavak: párkapcsolat, kötődés, érintési attitűdök, Covid-19

Szakirodalmi bevezető

A társas kapcsolatok alapvető és szerves részei az emberi életnek. Számos életterületet befolyásolnak, sőt, talán az összesre van ráhatásuk. Különösen nagy jelentőséggel bírnak a közeli, kötődéses kapcsolatok (mint a családi, baráti, vagy romantikus kapcsolatok), amikből egyaránt nyerhetünk úgy támogatást, mint feszültséget – de mindenképp nagy érzelmeket mozgatnak meg bennünk (Bowlby, 1980, idézi Fraley és Shaver, 2000). Nem véletlen tehát, hogy a pszichológia kiemelten foglalkozik a kapcsolatok szerteágazó témakörével, melyre számos kutatás irányul. Dolgozatomban én is az egyik legmeghatározóbb kapcsolati formával, a párkapcsolatokkal foglalkoznék.

A szociálpszichológia a párkapcsolatot egy közeli kapcsolatnak tekinti, melyre jellemző az élet számos területén megjelenő erős és gyakori kölcsönös függés, mely összeköti a feleket. (Smith, Mackie és Claypool, 2016). A felnőtt romantikus kapcsolatoknak is az alapja tehát a kötődés. Amikor erről a témakörrel beszélünk, megkerülhetetlen Bowlby munkássága, akinek eredeti kötődési elmélete az alapja mindazoknak a szakirodalmaknak és kutatásoknak, amik azóta a kötődés témakörével foglalkoztak (Fairchild és Finney, 2006). Ezen elmélet alapján a felnőtt kapcsolatainkat nagymértékben meghatározza az a kötődési stílus és belső munka modell, ami kora gyermekkorunkban alakul ki az elsődleges gondozóval (például anyja vagy apja) való kapcsolat és interakciók során.

Mary Ainsworth és munkatársai (1978) az idegen helyzet vizsgálat alapján írt először részletesen a három alap kötődési stílusról. A csecsemőket viselkedésük alapján a biztonságos-, szorongó-, és elkerülő csoportokba sorolta (Fülöp és Szabó, 2017).

A fenti kötődési stílusokat és elméletüket azóta sokan kutatták és fejlesztették. Bartholomew és Horowitz (1991) kétdimenziós modelljükben például egy negyedik kötődési stílussal egészítették ki a nagy elméletalkotók eredményeit. Náluk a négy csoport a következő:

1. A biztonságosan kötődő, aki komfortos az intimitással és az autonómiával is, és aki szerethetőnek érzi magát, illetve számít arra, hogy a kapcsolatban a másik elfogadó és válaszkész lesz.
2. Az aggódó és szorongó, aki nem érzi magát szerethetőnek, ám a másikat pozitívan értékeli, és tőle várja önbizalmának feltöltését. Tehát alacsony az önértékelése, és ezt próbálja növelni azáltal, hogy harcol az általa nagyra értékelt mások folyamatos elismeréséért és figyelméért – enélkül pedig elveszve és elhagyatva érzi magát.
3. A bizalmatlan-elkerülő, aki önmagáról sem hiszi el, hogy érdemes a szeretetre, és másokat is negatívan lát, hogy megbízhatatlanok és elutasítók. Az elutasítástól pedig úgy

védi magát, hogy nem létesít intim kapcsolatot. Ez lenne az a stílus, amiről Bartholomew és Horowitz (1991) ír először, de valójában az elkerülőnek egy félelemteli formája ez – fél az intimitástól és szociálisan elkerülő.

4. Illetve írnak még az elutasító-elkerülő típusról, aki pozitívan vélekedik magáról, de másokról rosszat feltételez. Elkerüléssel védi magát és sebezhetetlen próbál lenni, hogy ne csalódjon.

A kötődési sémákban és működésükben fontos komponens a gondozóval való közelség és annak fenntartása; illetve hogy ez az elsődleges személy milyen mértékben szolgál biztonságos bázisként a felfedezéshez (Bowlby 1973, 1977, 1982, idézi Fairchild és Finney, 2006). Továbbá a válaszkészség és az érintés is olyan tényezők, melyek esszenciálisak a kötődés alakulásában (Bowlby 1973, 1982, idézi Jakubiak és Feeney, 2016/b; Ainsworth és mtsai, 1978, idézi Jakubiak és Feeney, 2016/b).

Am nem csak kicsi korban, hanem felnőttként is alapvető szerepe van az érintésnek a kötődés kialakításában, azzal a többlettel, hogy a gondozó-csecsemő kapcsolathoz képest két felnőtt között kölcsönösebb ez a folyamat, illetve egy szexuális komponens is megjelenik ekkor már (Brennan és mtsai, 1998/b). Hazai szakirodalom is beszámol róla, hogy pozitív együtt járás tapasztalható a bizalmas érintések (pl. csók, puszi, ölelés) és a kapcsolat minősége között. Tehát ahogy szorosabbá válik egy kapcsolat, egyre több ilyen érintkezést figyelhetünk meg a felek között – illetve fordítva. Igaz, a kutatás a Covid járvány kontextusában vizsgálja e jelenséget: a pandémiának a kapcsolatokra való negatív hatásai ellen lehetséges védőfaktornak találták a pozitív érintési típusokat (Nyitrai, Kiss, Rózsa, 2022). Úgy tűnik azonban, hogy a járvány időszaktól függetlenül is megfigyelhető a fenti összefüggés a bizalmas érintés és a kapcsolati minőségek között, valamint hogy a gyakoribb szeretetteljes érintés nagyobb fokú intimitással jár együtt (Jakubiak és Feeney, 2016/b).

A felnőtt párkapcsolatokon belül számos jelentéssel bírhat egy-egy érintésforma. Először is, ahogy kisgyermekkorban, úgy felnőttként is szerepe van a kötődés kialakulásában, illetve aztán a kialakult közeli kapcsolat fenntartásában (Brennan és mtsai, 1998/b). A kötődés alakulása mellett még számos dologra hatással van partnerünk érintése. A megfelelő minőségű és mennyiségű érintés például elősegíti a mentális és fizikai jóllétünket; a szóbeli biztatásnál nagyobb mértékben képes mérsékelni a stresszt; illetve összefüggést mutat azzal ahogy a kihívásokat és újdonságokat fogadjuk – hiszen ahogy kisgyermekkorban biztonságos bázist nyújt a felfedezéshez a gondozó, úgy támaszkodunk önkéntelenül is partnerünkre az ismeretlen

A menedékkereső és -nyújtó érintésviselkedés alakulása kötődési stílusok mentén a felnőtt párkapcsolatokban a Covid járvány után

vagy újdonságot jelentő helyzetekben (Debrot és mtsai, 2020; Jakubiak és Feeney, 2016/b, 2016/c).

Érintési attitűdök mérésével kapcsolatos tapasztalatok

A párkapcsolaton belüli érintés formáit először Brennan és munkatársai (1998/b) rendezték meghatározott számú kategóriába, hogy aztán egy jól használható mérőeszközt készíthessenek a téma kutatásához. Szempontként vizsgálták, hogy a különböző személyeknél hogyan jelenik meg az érintés utáni vágy, vagy éppen az érintés kerülése; hogy az érintés szerepe lehet akár az elkötelezettség nyilvános megnyilvánulása; a szexuális szándék kommunikálása; hogy menedéket és biztonságot nyújtson; hogy a kötődési köteléket kialakítsa és fenntartsa; de agressziót és bizonytalanságot is lehet kommunikálni vele. Megfigyeléseik alapján hét fajta érintésviselkedést különítettek el, hét skálát hoztak létre:

1. Desires more touch – Több érintésre vágyik
2. Affectionate Proximity – Érzelmi közelség
3. Sexual touch – Szexuális érintés
4. Touch aversion – Idegenkedés az érintéstől
5. Discomfort with public touch – Nyilvánosság előtti érintéssel kapcsolatos kényelmetlenség érzése
6. Coercive Control – Kontroll (agresszió, dominancia kifejezése)
7. Safe haven touch – Biztonságos menedék

(Nyitrai és Takács, 2022)

A Hét Érintés Skála adaptációja megtörtént hazai mintára is, ahol azt láthatjuk, hogy magyar vizsgálati személyek esetében gyakorlatilag az eredeti faktorstruktúrák rajzolódnak ki (Nyitrai és Takács, 2022).

A mérőeszköz kialakítása után természetesen megkezdődtek a kutatások arra vonatkozóan, hogy vajon melyik kötődési stílusra mely érintési viselkedések lehetnek jellemzők, és milyen mértékben (Brennan és mtsai, 1998/a; 1998/b). Érdekes eredmény volt Brennan és munkatársai (1998/a) kutatásában, hogy a biztonságos és az aggódó-szorongó kötődésűek hasonló pontokat értek el az érintéses skálákon: például az érzelmi közelség kifejezésére használt érintés igen jellemző náluk, míg az érintéstől való averzió jóval kevésbé. Emellett a két elkerülő kötődésű csoport is hasonló volt az érintéstől való idegenkedésben, amiben magas pontszámokat értek el.

Hasonlóak a tapasztalatok itthon is. Azt találták, hogy minél erősebb szorongás van jelen valaki kötődésében, annál több érintésre vágyik és annál inkább igyekszik kontrollját és ellenséges érzéseit ilyen módon kifejezni. Ezzel szemben minél magasabb elkerüléssel volt

jellemezhető egy alany, annál távolabb állt tőle az érintésnek az érzelmi közelség -, illetve a biztonság, megnyugtató kifejezésére való használata; ugyanakkor annál nagyobb mértékben volt rájuk jellemző az érintéstől való idegenkedés. Érdekes eredmény továbbá, hogy ezeken a skálákon a férfiak és a nők között is szignifikáns eltéréseket találtak: a nők többnyire magasabb pontokat értek el a Kontroll, Érzelmi közelség és a Biztonságos menedék skálákon (Nyitrai és Takács, 2022). Ugyan a nemek közötti különbségeket nem foglalom majd hipotéziseimbe, de érdemes lehet majd szem előtt tartani ezt az eredményt is saját kérdéseim vizsgálatakor.

Visszakanyarodva a kötődési stílusokhoz, az elkerülő kötődésűek mérsékelt mértékű érintéshiányról is beszámoltak, ami arra utal, hogy - ambivalens módon – annak kerülése mellett azért az ő kapcsolataikban is fontos szerepet kap az érintés, nekik is szükségük lenne rá a kiegyensúlyozottabb párkapcsolathoz. (Brennan és mtsai, 1998/a).

Brennanék mellett más is arra az eredményre jutott, hogy a megfelelő mennyiségű és minőségű érintés a párkapcsolatokban mindenképp a jóllétet segíti elő (Debrot és mtsai, 2020). Mégis vannak olyan személyek, akik a kötődési stílusukból fakadóan viszolyognak attól, hogy ők vagy partnerük az érzelmeiket az érintésen keresztül fejezzék ki (Brennan és mtsai, 1998/a), ám így az ő jóllétük alacsonyabb szintű is lesz, mint mondjuk a biztonságosan kötődő embereké (Debrot és mtsai, 2020).

Változás és állandóság a kötődési stílusban

Bár jelen írásomban nem vizsgálom a különböző jelenségek változását, mégis érdekesek lehetnek azonban azok az eredmények, melyek a párkapcsolatokban fellépő személyiség- vagy viselkedésváltozásokat írják le – ezek ugyanis arra utalhatnak, meglátásom szerint, hogy a romantikus kapcsolatban élő egyének hatással lehetnek egymásra. Utánajárásom alapján még nem olyan széles az erre irányuló vizsgálatok köre, azonban több szakirodalom is olvasható arra vonatkozóan, hogy a különböző kapcsolati típusok mentén milyen személyiségbeli alakulások léphetnek fel. Az egyének változásában mutatkozó individuális különbségek lényegesen összefüggenek a kortárs és családi kapcsolatokban bekövetkezett változásokkal, illetve a párkapcsolat hatással van például a személy érettebbé válására, mégpedig a neuroticizmus csökkenésével és a lelkiismeretesség növekedésével (Neyer és Asendorpf, 2001; Neyer és Lehnart, 2007). Felnőtt korra ugyan a személyiségünk megszilárdul, de minden korosztályban van lehetőség a változásra, például egy meghatározó esemény vagy egy megváltozott környezet hatására (Caspi és Roberts, 2001).

A menedékkereső és -nyújtó érintésviselkedés alakulása kötődési stílusok mentén a felnőtt párkapcsolatokban a Covid járvány után

Különböző kutatások irányulnak arra is, hogy az alapvetően szilárdnak vélt kötődési stílusok (Hazan és Shaver, 1987) képesek-e változni, alakulni még felnőtt korban – vagy a gyerekkorban megszilárdult alapok kísérnek egész életünkben. Davila és munkatársai (1997) inkább az előbbi kijelentést támasztották alá tanulmányukkal. Egyrészt tapasztaltak különböző változásokat a résztvevők nagyjából egyharmadánál a kötődési stílusukban az idő haladtával (például szorongóból elkerülővé, bizonytalanból biztonságossá, sőt, biztonságosból bizonytalanná válást is tapasztaltak), illetve úgy látták, hogy ezekhez a változásokhoz általában egy jelentősebb élethelyzetváltozás vezetett. Meg kell azonban említeni, hogy kutatásukban csak nők vettek részt, így arról, hogy ebben a kérdésben a férfiakra mi a jellemző, más irodalmakból következtethetünk.

Bizonyos tekintetben ellentmondó eredményekre jutott Zhang és Labouvie-Vief (2004), akik hatéves longitudinális vizsgálatuk során azt tapasztalták, hogy a kötődési stílus felnőtt korban egy viszonylag stabil konstruktum; mindazonáltal inkább a változékonysággal (fluidity), mint a stabilitással (stability) jellemezhető. Ez annyit jelent, hogy bár nagyvonalakban a felnőttkorra megszilárdult kötődési mód és belső munkamodellje az embernek már nem igen változik (legalábbis beavatkozás nélkül), ám e körül az úgynevezett alapvonal, alapérték (baseline) körül ingadozhat az egyén különböző változók függvényében. Például abban az időszakban, amikor a résztvevők hatékonyabban birkóztak meg a nehezebb, stresszes helyzetekkel, illetve magasabb jóllétről számoltak be, mint az átlagos közérzetük, a biztonságosabb kötődés felé mozdultak el az általános kiindulási állapotuktól.

Még korábban Baldwin és Keelan (1996) is hasonló struktúrában gondolkodott erről, mégpedig, hogy állapot-, és vonás kötődést vizsgáltak. Bowlby munkamodellje alapján ők kötődési sémákban gondolkodtak, amik a vonás szintű kötődési stílusok helyett (amik minden helyzetben ugyanolyan viselkedést jósolnak be) inkább állapot kötődésként írhatók le, amik a kontextustól függően aktiválódnak, mint a sémák – például a partner kötődése és viselkedése alapján. Tehát eredményeik szerint az adott szituáció által aktivált állapot kötődés jobban befolyásolja az egyének viszonyulásait, mint egy vonás szintű, krónikus kötődési stílus, és így az egyén megélhet különböző kapcsolatokban különböző kötődési jellemzőket.

Továbbá elgondolkodtató lehet, hogy a koragyermekkori élmények és a felnőttkori kötődés között - bár van egyértelmű összefüggés, amit senki nem vitat el vagy cáfol meg - számos longitudinális kísérletet összegezve Fraley és Roisman (2019) arra a megfigyelésre jutott, hogy az összefüggések nem feltétlen olyan következetesek. Tehát nem kizárólagos és determinisztikus bejósolója adott gondozói viselkedés a későbbi párkapcsolati kötődésnek,

hanem emellett lehetnek még olyan tényezők, amiknek van hatása annak alakulására – főleg, ha figyelembe vesszük, hogy az élet korai szakaszában a kötődési mintázatok és a személyiség még könnyebben formálható.

Párok egymásra hatása – a partner szerepe az érintési attitűdökben

Vizsgálatuk szempontjából van egy fontos aspektusa a párkapcsolatoknak; mégpedig, hogy párok alkotják. Úgy értem ezt, hogy az adott párkapcsolatban élő személyek talán bizonyos kérdésekben vizsgálhatók egymástól függetlenül, de nem szabad elfelejteni azt sem, hogy kapcsolatuk szempontjából ők szorosan hatnak egymásra, bizonyos tekintetben függenek is egymástól. Statisztikai szóhasználattal élve: összetartozó mintás csoportokat alkotnak (Takács, 2016). Ugyanakkor 'csoportoknak' nevezni őket talán nagyvonalú, hiszen ezen dolgozatomban és majd a felhasznált mintában is két ember romantikus kötelékét tekintem egy kapcsolatnak – így talán megfelelőbb diádikus kapcsolatoknak tekinteni ezeket. A diádikus kapcsolatokra pedig gyakran jellemző, hogy akik alkotják, hatással vannak egymás érzelmeire, megismerési folyamataira és viselkedésére is akár (Vajda és Rózsa, 2018).

Conradi és munkatársai (2017) például a kötődési stílus és a kapcsolati-, illetve szexuális elégedettség kutatására használták az actor-partner modellt, ahol negatív összefüggést találtak mind az 'actor', mind a 'partner' kötődésében való elkerülés mértéke, illetve az elégedettség különböző formái között. De összetartozó párokat vizsgáltak Falconier és munkatársai (2013) is, akik latinamerikai párok bevándorlással kapcsolatos stresszét, kapcsolati elégedettségét és a diádikus megküzdés ezekre való hatását kutatták. Az APIM segítségével többek között azt találták, hogy a férfi partner által nyújtott támogatás pozitív kapcsolatban állt a párjuk párkapcsolati elégedettségével. Ugyanakkor számos olyan jelenséget is találhatunk, ahol az 'actor' hatása erősebb, mint a 'partneré', tehát egy személy saját adottságai jobban hatnak a saját függő változóira, mint párjéé (Molero és mtsai, 2017; Proyer és mtsai, 2019). A romantikus érintéssel kapcsolatos attitűdök, illetve az érintésviselkedés vonatkozásában azonban még nehezen találhatók előzetes eredmények, hogy vajon a párok milyen mértékben hatnak egymásra kapcsolatuk előrehaladtával, illetve különböző kötődési összetételű pároknál hogyan alakulnak az érintésviselkedések. Így tehát dolgozatom ezt célozná meg, hogy egy első lépést tegyen a párkapcsolatok tanulmányozásának ebbe az irányába.

Életesemények hatásai a kötődésre és a biztonságos menedék érintésviselkedésre

Mindezek mellett kutatásomnak van még egy aspektusa, amivel kapcsolatban számítok arra, hogy hatással lesz eredményeimre. A résztvevő párok ugyanis a Covid-19 és a karantén időszak után töltötték ki a kérdőíveket; egyszer úgy, hogy mik a megéléseik a jelenben, másodjára pedig úgy, hogy miként emlékeznek vissza a járvány előtti időszakra, mi volt rájuk jellemző akkor.

A vírus az egész világra hatást gyakorolt, és fenyegető jelenséggé vált jelen az életünkben. Számos beszámoló és kutatás is rámutat, hogy globálisan egy stresszes időszakot jelentett a járvány időszaka, hatással volt a mentális egészségre, és különböző megküzdési stratégiákat hívott elő (Detrovics és Király, 2021). Továbbá a párkapcsolatok minőségére is hatással volt a járványidőszak (Pietromonaco és Overall, 2021).

Erre a világméretű krízis helyzetre természetesen senki sem számított – így longitudinális vizsgálati elrendezésben utólag igen nehéz lenne vizsgálni hatásait, hogy a Covid-19 előtti állapotokhoz képest ma hogyan alakulnak bizonyos jelenségek. Egy lehetőség lenne erre az adott változókra vonatkozó járvány előtti adatok összevetése járvány után felvett adatokkal, azonban ebben az esetben nem ugyanazoknak az embereknek a jellemzőit hasonlíthatnánk össze, így a változásokról is egy pontatlanabb képet kapnánk. Bizonyos torzításokkal természetesen a retrospektív vizsgálati elrendezés is bír, mégis dolgozatomban ezzel a módszerrel gyűjtött adatokat használok, mivel így ugyanazoknál a pároknál tudom vizsgálni az egyes jelenségeket, illetve azok alakulását a Covid előtti megéléseikhez képest. Torzításokkal a jelen állapotra vonatkozó önkitaló kérdőívek esetében is kell számolni (például az extrém – vagy éppen a beleegyező válaszstílussal (Nagybányai-Nagy, 2021)); tehát egyik vizsgálati elrendezés sem veszélytelen, azonban jellegzetességeiket figyelembe véve értéket adhat hozzá az adott témáról felhalmozott tudásbázishoz a retrospektív szemlélettel végzett kutatás is.

Ahogy azt a különböző kötődésméletek is leírják, tudhatjuk, hogy egy-egy félelemteli vagy szorongást és stresszt okozó helyzetben (mint amit a Covid is jelentett sokak számára (Detrovics és Király, 2021)) aktiválódik a kötődési stílusunknak megfelelő viselkedés, és a munkamódban kódolt mechanizmusainkkal igyekszünk megnyugvást találni – gondoljunk csak Harlow majom-kísérletére, ahol veszély észlelésekor a kismajom a szőrányához szaladt vissza menedékért (Harlow és Harlow, 1969, idézi Cole és Cole, 2006). Ugyanígy érdekes lehet az, hogy felnőttként a különböző kötődési stílusok egyáltalán konzisztensek maradnak-e stresszor mellett, vagy egy ilyen globális behatás hatással lehetett-e egy állandó konstruktmra – akár Baldwin és Keelan (1996) elmélete mentén – és elegendő behatást jelentett-e a Covid időszak

az állapot kötődés elbillenéséhez, vagy a „baseline”-tól való elmozduláshoz (Zhang és Labouvie-Vief, 2004).

A kötődést vizsgálva fontos még megemlíteni, hogy szakirodalmak alapján nagyjából 2 év után alakul ki teljeskörűen a kötődés minden aspektusa; ám kutatásunkban sok résztvevő a fiatal felnőtt korosztályból került ki, ahol nehéz ilyen hosszú ideje tartó párkapcsolatokat találni. Így a jelen mintába olyan párok kerültek, akik legalább hat hónapja együtt vannak; ekkor ugyanis már elkezdhetett kialakulni egy számottevő kötődés közöttük, amit lehet mérni, és amit fel tudok használni hipotéziseim teszteléséhez. Emellett számos szakirodalom, mely párkapcsolati jelenségeket vizsgál, nem a minimum 2 együtt töltött évet tűzik ki, hanem van, ahol az együtt töltött idő mediánja nagyjából 1 év, azonban egy hét és több év között ingadozik (Brennan és mtsai, 1998/a), vagy minimumnak 3 hónapot jelölnek meg kutatói szabadságuknál fogva (Jakubiak és Feeney, 2016/b).

Ezzel együtt érdemes megnézni azt is, hogy egyes érintésviselkedések felerősödtek vagy csökkentek-e a szorongást keltő helyzet, vagy a sok bezártság, karantén hatására, mely gyakran előfordult a Covid enyhüléséig. Összességében azt mára sikerült igazolni, hogy az emberekben a bezártság hatására erősödött az érintések utáni vágy (Ujitoko és mtsai, 2022), így több érintési attitűdnek is indokolt lehet a vizsgálata, azonban én jelenleg csak a menedék kereső funkciót emelem ki ebben a kutatásban, amikor az érintés által a partnerénél keres az egyén megnyugvást egy stresszhelyzetben (Brennan és mtsai, 1998/b). Az adott stresszhelyzet miatt feltételezem, hogy olyanoknál is felerősödhetett ez az érintésviselkedés, akikre alapvetően kevésbé lenne jellemző.

Továbbá - kihasználva, hogy mintám összetartozó párokból áll – vizsgálom azt is, hogy a kötődésük mentén különböző pároknál hogy alakult az érintésviselkedés a Covidot megelőző időszak óta. Jelenleg ennél az elemzésnél is az érintés menedék funkciójára fókuszálok. Megnézem, hogy volt-e olyan pár, akiknél változás figyelhető meg ennél a jelenségnél, hiszen talán a világjárvány is tekinthető olyan meghatározó eseménynek, ami képes lehet a személyiséget befolyásolni (Caspi és Roberts, 2001). Illetve kíváncsi vagyok, hogy a párok közötti különbségek az érintési attitűdben csökkennek-e idővel, csiszolódnak-e egymáshoz ebben a tekintetben – ahogy más tekintetben is hatnak egymásra a párkapcsolatokban az emberek (Neyer és Asendorpf, 2001; Neyer és Lehnart, 2007) – vagy ez is egy állandó konstruktumnak tekinthető?

Hipotézisek

Összegezve tehát három hipotézist vizsgálok:

1. Korábbi kutatások alapján feltételezem, hogy egy olyan globális stresszor hatására, mint amit a Covid járvány jelentett, képes elmozdulni az emberek kötődési stílusa (Hazan és Shaver, 1987; Davila és mtsai, 1997). Ebben az esetben nullhipotézisem: a korábbra és a jelenre vonatkozó beszámolók alapján nincs változás a kötődési stílusokban.
2. Feltételezem továbbá, hogy egy olyan globális stresszor hatására, mint amit a Covid járvány jelentett, fokozottabban kezdik el használni az emberek az érintést menedékként, megnyugtatót keresve partnerüknél (Nyitrai, Kiss, Rózsa, 2022 ; Ujitoko és mtsai, 2022). Ebben az esetben nullhipotézisem: az érintés biztonságos menedék funkciójában nem tapasztalható változás.
3. Illetve a pároknál is vizsgálom, hogy hogyan alakul a menedék kereső érintés, és feltételezem, hogy a Covid hatására fokozottabbá válik, illetve, hogy egy páron belül a társaknak az érintés, mint menedék attitűdjei elkezdjenek egymáséihoz hasonlítani, és a jelenre csökken a partnerek közötti különbség a járvány előtti időszakhoz képest (Caspi és Roberts, 2001; Neyer és Asendorpf, 2001; Neyer és Lehnart, 2007). Ebben az esetben nullhipotézisem: a párokból alkotott csoportok között nincs változás az érintési attitűdben, és nem változnak az érintési attitűdök.

Módszer

Szakdolgozatom elkészítéséhez és hipotéziseim teszteléséhez lehetőséget kaptam, hogy csatlakozzam a BTK/4921-1/2021 kutatásetikai engedély számú "Felnőtt kötődés – párkapcsolat – érintés" című vizsgálatba, melynek Nyitrai Erika egyetemi docens a kutatásvezetője, és felhasználhassam a hozzá összegyűjtött adatokat. Mivel ez a kutatás már korábban elkezdődött, és egy kész adatbázist tudtam használni, az erre ráépülő és kibővített vizsgálat adatbevitelében tudtam aktívan segíteni és kivenni a részem a közös munkából.

Minta leírása

Az általam vizsgált mintában minimum 6 együtt töltött hónap volt a kritérium. Ezzel a feltétellel 82 fős mintát kaptunk, 41 heteroszexuális párral, ahol a párok mindkét tagja kitöltötte a kérdőíveket, így összetartozó mintán van lehetőségünk végezni az elemzéseket.

A mintába különböző kapcsolati státuszú párok kerültek, az együtt járás időszakától kezdve, az élettársi kapcsolaton át a házasságig tudták magukat besorolni kategóriákba. 7 hónaptól

kezdve több évre nyúló párkapcsolatokig terjed az együtt töltött idő hossza a vizsgálati személyeknek; a leghosszabb ideje együtt lévő pár 30 éve volt együtt a kérdőív felvétel időpontjában. Az átlagosan együtt töltött idő a mintában szereplő pároknál kicsit több, mint 4 és fél év (55,59 hónap) melynek szórása 70,37 hónap; a másik középérték mértéke kicsit több a szűk 3 évnél (35 hónap), ami a mediánja ennek a változónak.

A felvétel időpontjában való életkort tekintve is nagy a szórás: 20 éves volt a legfiatalabb kitöltő és 72 éves a legidősebb, az átlagéletkor 28,63 év (12,64 szórással), mely pár évvel tért el az életkorok mediánjától, ami 24 év.

Az eljárás szempontjából fontos változók még a kötődés mérésére szolgáló ECR kérdőívre adott válaszok, illetve az érintésviselkedések közül a biztonságos menedékként használt érintések mérésére szolgáló itemek a Hét Érintés Skálából. Ahogy arról még később is írni fogok, az ECR kérdőív két skálára bontható, melyek a kötődési szorongás-, illetve a kötődési elkerülés mértékét mérik. A skálapontok esetében 1 és 5 közé esnek, ahol minél több pontot ér el egy személy, annál nagyobb szorongás vagy elkerülés jellemző rá. A Hét Érintés Skálákat is hasonlóképpen szemlélhetjük; itt 1 és 7 közötti pontszámokkal dolgozunk, és minél nagyobb az elért pontszám, annál markánsabban jellemző az adott érintésviselkedés az illetőre. Ahogy azt már korábban említettem, a kérdőíveket minden résztvevő kétszer töltötte ki: először aktuális állapotára reflektálva (2021 őszén, amikor is a kitöltők be lettek vonva a kutatásba), majd visszaemlékezve a Covid előtti megéléseire. Így dolgozatomban arra tud rávilágítani, hogy egy ilyen retrospektív vizsgálati elrendezésben hogyan alakulnak a vizsgált változók.

Mérőeszközök

Az adatfelvétel során a vizsgálati személyekkel egy kérdőív csomagot töltettek ki a hallgatók. A párok jeligéket adtak meg, így összetartozó mintákkal dolgozhatunk. A kérdőív csomagból a következő mérőeszközöket fogom szakdolgozatomban felhasználni:

A felnőtt kötődés mérésére az ECR – „Tapasztalatok a Közeli Kapcsolatokban” kérdőív felülvizsgált változatát fogom használni, mely magyar mintán is validálva lett (Dupont és mtsai, 2022). A kutatásban használt mérőeszköz 36 Likert-skála típusú itemből áll, melyeket a vizsgálati személyeknek 1-től 5-ig kell értékelnie (1: egyáltalán nem, 5: teljes mértékben), hogy az adott állítással mennyire ért egyet, milyen mértékben jellemző rá és párjára (például: „Gyakran aggódom, hogy elhagynak.” – a szorongás mérésére, vagy: „Kényelmetlenül érzem magam, ha a partnerem nagyon közel akar kerülni hozzám.” – az elkerülés mérésére). A kérdőívre adott válaszok alapján lehetséges a kötődési stílusok alapján a csoportba sorolás is,

illetve a pontszámok dimenzionális felhasználása is, ahol azt tudjuk nézni, hogy kire milyen mértékben jellemző az elkerülés vagy a szorongás (Brennan és mtsai, 1998/a; Dupont és mtsai, 2022; Fraley és mtsai, 2000, Gervai és mtsai, 2018). Én az előbbi lehetőséget választottam, így Bartholomew és Horowitz (1991) négy csoportjába tudtam besorolni az embereket.

Mindemellett az érintési viselkedés vizsgálatára az STS – Hét Érintés Skálát használom. Ez a kérdőív 51 állításból áll, melyeket a vizsgálati személynek 1-től 7-ig kell értékelni, az alapján, hogy mennyire tartja jellemzőnek az adott kijelentést magára és a partnerére nézve (1: egyáltalán nem, 7: teljes mértékben). A kérdőív alapvetően hét skálára oszlik, amik közül a Biztonságos menedék (Safe heaven) eredményeit szeretném majd vizsgálni a kötődés és az idő függvényében. (Brennan és mtsai, 1998/b; Nyitrai és Takács, 2022). Ezen érintés skála olyan tételeket tartalmaz, mint például: „Amikor a partnerem rosszkedvű, első reakcióm, hogy megérintsem.” – illetve fordított tételekkel is mér, például: „Ha feszült vagy beteg vagyok, jobb szeretem, ha partnerem nem ér hozzám.” (Nyitrai és Takács, 2022).

Eredmények

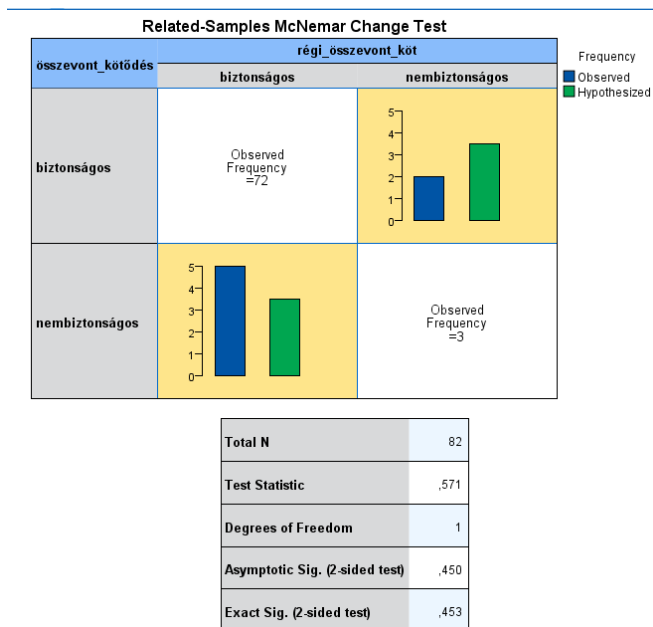
Az első vizsgálatban azt fogom megnézni, hogy egy olyan globális stresszor hatására, mint amit a Covid járvány jelentett, képes-e elmozdulni az emberek kötődési stílusa.

Brennan és munkatársai (1998/a) szakirodalma alapján történt meg a vizsgálati személyeknek a négy kötődési stílus egyikébe való sorolása, mégpedig a publikációjuk végén található egyenletek segítségével, melyekbe a saját mintám adatait helyettesítettem be. Először is leíró statisztikák segítségével néztem meg a kötődési stílusok eloszlását. A mintámban szereplő férfiak 87,8%-a biztonságosan-, 2,4%-a bizonytalan-elkerülő-, 9,8%-a pedig elutasító-elkerülő kötődő a jelenben. Visszaemlékezve 90,2%-uk vallja magát biztonságosnak, 9,8% pedig elutasító-elkerülőnek. Mindez a nőknél a következő képen alakult: 92,7%-a biztonságos-, 2,4% szorongó, és 4,9% elutasító-elkerülő kötődésű a jelenben, és 97,6% biztonságos-, illetve 2,4% szorongó kötődésű visszaemlékezve a Covid előtti időre. Összességében pedig a résztvevők átlagos kötődési szorongás pontszáma 2,16 volt a múltban (szórás=0,624) és a jelenben (szórás=0,615) is, átlagos kötődési elkerülés pontszámuk pedig 2,17-ről (szórás=0,447) 2,11-re (szórás=0,47) változott.

Mivel a biztonságosan kötődők csoportján kívül minden más csoportban igen alacsony az elemszám, ezért összevontam azokat a személyeket, akik nem biztonságosan kötődnek (tehát azokat, akik a szorongó-, elutasító-elkerülő-, és a bizonytalan-elkerülő kötődésű csoportokba tartoztak), így egy 2 értékű változót létrehozva, a jelenre és múltba vonatkozó adatokkal is, ahol a két érték a biztonságosan kötődő és a nem biztonságosan kötődő. Mivel két helyzetben

A menedékkereső és -nyújtó érintésviselkedés alakulása kötődési stílusok mentén a felnőtt párkapcsolatokban a Covid járvány után

vizsgálók egy kétértékű változót, így a McNemar-próbát fogom alkalmazni, melynek más feltétele nincsen. Ennek p értéke 0,453 ($p < 0,05$ szignifikancia szint mellett), így nem vethető el a nullhipotézis. Tehát nincs szignifikáns különbség a Covid járvány előtti, és a kérdőív kitöltésekor jellemző kötődési stílusok között.



1. ábra

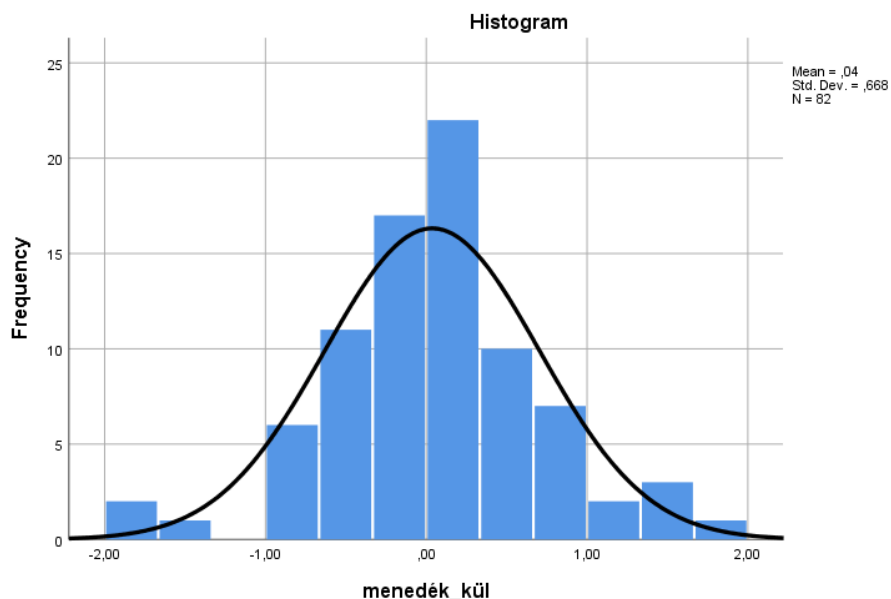
A második elemzésem arra irányulna, hogy egy olyan globális stresszor hatására, mint amit a Covid járvány jelentett, fokozottabban kezdik el használni az emberek az érintést menedékként, megnyugtatót keresve partnerüknél.

Első lépésként az érintés, mint Biztonságos menedék változónak is a leíróstatisztikáit néztem meg, hogy mi jellemzi a mintámat ebből a szempontból. E skála átlaga a járvány előtről a jelenre 4,84-ről (szórás=1,275) 4,80-ra (szórás=1,263) változott, tehát az rajzolódik ki, hogy egy fokozott stresszor hatására inkább kevesebb lesz az érintés, mint menedék mértéke. A következőkben pedig megnézem, hogy ez a változás szignifikánsnak mondható-e.

Ennek tesztelésére létrehoztam egy különbség változót a múltra és a jelenre vonatkozó menedékpontszámokból, mégpedig úgy, hogy a Covid előtt jellemző érintés, mint menedék pontszámokból kivontam a jelenre vonatkozó érintés, mint menedék pontszámokat. Ennek a változónak a középértékét fogom ellenőrizni, hogy különbözik-e 0-tól. Első lépésben megvizsgáltam a kapott különbségváltozó ferdeségét és csúcsosságát. A ferdeség és a csúcsosság értékeiből és a hozzájuk tartozó standard hibákból létrehozott 95%-os intervallumok alapján a ferdeség nem sérült, a csúcsosság viszont igen (mivel az ehhez tartozó intervallumon kívül esik a 0 értéke); és a hisztogram alapján látható a 2. ábrán, hogy csúcsosabb, mint a

A menedékkereső és -nyújtó érintésviselkedés alakulása kötődési stílusok mentén a felnőtt párkapcsolatokban a Covid járvány után

normális eloszlás, így az átlagot továbbra is tesztelhetem – csak egy robosztus eljárást is érdemes megvizsgálni az egymintás t-próba mellé.



2. ábra

Az egymintás t-próba eredményét tekintve $t(81)=0,496$, $p=0,621$ ($p<0,05$ szignifikancia szint mellett), tehát nem különbözik szignifikánsan a középérték nullától – így a leíró statisztikákból látható tendenciák ellenére sem mondható ki, hogy az érintés, mint menedék attitűd számottevően változott volna a Covid előtti – és a jelenlegi időszak között. A Wilcoxon-teszt próbastatisztikája=0,530, $p=0,596$ (ahol $p<0,05$ a szignifikancia szint) alapján is hasonló eredményre juthatunk; tehát nincs szignifikáns különbség a járványidőszak előtti időpont és a kérdőív felvétel időpontja között abban, hogy mennyire használják az emberek az érintést menedékként és megnyugtatóként.

Végül a pároknál is vizsgálom, hogy hogyan alakul a menedék kereső érintés, és feltételezem, hogy a Covid hatására fokozottabbá válik, illetve, hogy egy páron belül a társaknak az érintés, mint menedék attitűdjei elkezdenek egymáséihoz hasonlítani, és a jelenre csökken a partnerek közötti különbség az érintés, mint menedék attitűdben a járvány előtti időszakhoz képest.

A dolgozatomhoz felhasznált minta egyik nagy előnye, hogy összetartozó párokat figyelhetünk meg, így a párösszetételt is vizsgálhatjuk, például abból a szempontból, hogy a pár egyik, illetve másik tagja biztonságos kötődésű-e vagy sem. Ennek mentén az aktuális kötődési stílusuk alapján hoztam létre csoportokat, négy kategóriába sorolva így a párokat: ahol mindketten biztonságos kötődésűek; ahol egyikőjük sem az; ahol csak a nő biztonságos

A menedékkereső és -nyújtó érintésviselkedés alakulása kötődési stílusok mentén a felnőtt párkapcsolatokban a Covid járvány után

kötődésű és a férfi valamelyik bizonytalan kötődésű stílusba tartozik; illetve ahol csak a férfi biztonságos kötődésű és a nő tartozik valamely bizonytalan kötődésű (tehát nem biztonságos) csoportba. A csoportok eloszlása az 1. táblázatban megtekinthető.

	A férfi biztonságosan kötődő	A férfi nem biztonságosan kötődő
A nő biztonságosan kötődő	Mindketten biztonságosan kötődők (85,36%)	Csak a nő biztonságosan kötődő (7,32%)
A nő nem biztonságosan kötődő	Csak a férfi biztonságosan kötődő (2,44%)	Egyik sem biztonságosan kötődő (4,88%)

1. táblázat

A különböző csoportokban szeretném megnézni, hogy a korábbi és jelenlegi megélésben van-e különbség az érintés, mint menedék funkció partnerek közötti eltéréseiben. Ehhez két különbségváltozót hoznék létre. Először is ahhoz, hogy lássuk, mekkora a különbség a nők és a férfiak Biztonságos menedék pontszámai között, kivontam egymásból a női és férfi pontszámokat – minden nő pontszámából a párjának a pontszámát. Majd, hogy ne keletkezzenek negatív pontszámok, az abszolútértékét vettem az eredményeknek, mely értékek ezután 0-tól 6-ig terjedhetnek. Így sajnos eltűnik az az információ, hogy a pár férfi vagy női tagja használja jobban az érintést menedékként, viszont a számomra fontos adat, hogy mekkora közöttük a különbség, megmaradt. E gondolatmenet alapján hoztam létre a másik különbségváltozót a visszaemlékezés szerinti, korábbi időszakra vonatkozó menedékpontszámokból is. Tehát minden nő Covid előtt jellemző Biztonságos menedék pontszámából kivontam a saját (férfi) partnerük Covid előtt jellemző Biztonságos menedék pontszámát, aminek aztán az abszolút értékét vettem itt is. Tehát ebben az esetben is csak egy adott párkapcsolaton belül a partnereknek az érintés, mint menedék attitűdben való eltérésük nagyságát mutatja meg a kapott változó, és ebben az esetben is 0-tól 6-ig terjedhetnek az értékek.

Ezután, annak vizsgálatára, hogy a partnerek múltbeli különbségeihez képest mekkora különbségek figyelhetők meg a kérdőív kitöltésének pillanatában a menedékként szolgáló érintés használatában a különböző kötődési összetételű csoportokban, kovariancia analízist (ANCOVA) fogok használni. Kovariáns változóm a Covid előtti időszakra vonatkozó érintés, mint menedék pontszámok különbségváltozója lesz, hogy ennek értékeit egy szinten tartsam, és a kiindulási pontszám ne befolyásolja a jelenben kapott pontszámok nagyságát.

A menedékkereső és -nyújtó érintésviselkedés alakulása kötődési stílusok mentén a felnőtt párkapcsolatokban a Covid járvány után

A Levene-próba nem mutat szignifikáns eltérést ($F=2,574$; $p=0,069$, $p<0,05$ szignifikancia szint mellett), tehát a csoportok homogenitása nem sérül. Az ANCOVA eredményeit vizsgálva ($F(3,36)=1,968$, $p=0,136$, $p<0,05$ szignifikancia szint mellett) az olvasható le, hogy - a korábbi menedék pontszámok közötti különbséget egységes szinten tartva - nincs szignifikáns eltérés a kötődésük alapján különféle csoportokba sorolt párok között abban, hogy mekkora az érintés, mint menedék pontszámok különbsége a párok tagjai között a jelenben. Ha a páronkénti összehasonlításokat is tekintjük, akkor azonban van két csoport, akik egymáshoz képest szignifikáns különbséget mutatnak ($p=0,048$, $p<0,05$ szignifikancia szint mellett): ahol a pár egyik tagja sem biztonságos kötődésű és ahol csak a nő biztonságos kötődésű és a férfi nem – közöttük tehát van eltérés, és azok kezdték el jobban használni az érintés biztonságos menedék funkcióját, ahol csak a nő biztonságos kötődésű. Ebben a csoportban tehát nőttek a partnerek közötti különbségek e tekintetben.

Diszkusszió

Ahogy arra korábbi kutatások is rámutatnak, az érintésnek meghatározó szerepe van a kötődés kialakulásában, és a felnőtt párkapcsolatok megértéséhez is egy fontos sarokpont (Brennan és mtsai, 1998/b). Mind az érintési attitűdöket, mind a kötődési stílusokat sokan kutatták már, és a különböző kötődésű személyekre jellemző érintésviselkedésekről is olvashatunk. A kötődési stílusok rugalmasságáról és lehetséges felnőttkori változásairól viszonylag újabban kezdtek el gondolkodni (például Davila és mtsai, 1997), így számos egymásnak ellentmondó eredményről is olvashatunk azokhoz képest, akik szerint az elsődleges gondozóval kialakult kötődés utána egész életén át stabilan befolyásolja a kapcsolatait és partnereivel való elvárásait (Fairchild és Finney, 2006). Éppen ezért kíváncsi voltam, hogy az általam vizsgált minta melyik oldalt erősíti – a kötődési stílusok állandóságáról vagy rugalmasságáról tanúskodik?

A kötődési stílusokat összehasonlítva - a Covid előtti és a jelenlegi helyzetben – a leíró statisztikák alapján kirajzolódott valamiféle eltérés, mégpedig, hogy visszaemlékezve mind a nők, mind a férfiak közül többen számolnak be biztonságos kötődésről a járvány előtti időszakból, mint a jelenből. Mintámban a biztonságosan kötődők aránya jóval magasabb, mint amit általában kimutatnak az átlagpopulációban (Fülöp és Szabó, 2017)– mindez a kutatás lényegének is köszönhető, hiszen olyan adatokat használok, ahol a párok mindkét tagja kitöltötte a kérdőíveket. Mindez feltételez egyrészt működő párkapcsolatokat, akik megbízhatóan együtt vannak és szívesen gondolkodnak kapcsolatukról, másrészt

következtethetünk egyfajta motivációra is, ahol egyik fél sem kerüli el a vizsgálati helyzetet. A vizsgálati személyek átlagos kötődési szorongás pontszáma 2,16 volt a múltban (szórás=0,624) és a jelenben (szórás=0,615) is, átlagos kötődési elkerülés pontszámuk pedig 2,17-ről (szórás=0,447) 2,11-re (szórás=0,47) változott. Továbbá a mintában szereplő férfiak kötődésének az eloszlása is más volt a kutatás időpontjában (*biztonságos* ($n=36$), *szorongó* ($n=0$), *elutasító-elkerülő* ($n=4$), *bizonytalan-elkerülő* ($n=1$)), mint visszaemlékezve a járvány előtti időszakra (*biztonságos* ($n=37$), *szorongó* ($n=0$), *elutasító-elkerülő* ($n=4$), *bizonytalan-elkerülő* ($n=0$)); és a nők jelenlegi (*biztonságos* ($n=38$), *szorongó* ($n=1$), *elutasító-elkerülő* ($n=2$), *bizonytalan-elkerülő* ($n=0$)), illetve korábbra vonatkozó (*biztonságos* ($n=40$), *szorongó* ($n=1$), *elutasító-elkerülő* ($n=0$), *bizonytalan-elkerülő* ($n=0$)) önbevallása szerinti kötődésének az eloszlása is. Az átlagok és az eloszlások alapján egy olyan tendencia látszódik, miszerint visszaemlékezve biztonságosabb kötődés felé mozdultak el az emberek a Covid járvány ideje előtt; illetve azóta volt olyan, akinél fel- vagy visszaerősödtek a bizonytalan kötődési stílusok. Zhang és Labouvie-Vief (2004) eredményeivel ez egybehangzik, akik azt találták, hogy akik kevésbé hatékonyan birkóztak meg a nehezebb, stresszes helyzetekkel, azoknak a kötődési stílusa valamely nem biztonságos típus felé mozdult el az alapvető kiindulási állapotától („baseline”-tól”). A járványidőszakot vehetjük olyan stresszornak, amivel a megküzdés sokaknak nehézséget jelentett (Demetrovics és Király, 2021), így a kevésbé sikeres megküzdéssel a kötődési stílusuk is bizonytalanabb irányba mozdulhatott el (Zhang és Labouvie-Vief, 2004). Ez a kérdéskör azonban már nem képezte vizsgálataim részét, és e felvetés mellett még számos háttérváltozó játszhat szerepet akár közvetve, akár közvetetten e mögött az eredmény mögött. Pietromonaco és Overall (2021) például több olyan külső stresszort (mint például az életkor, társadalmi osztály, vagy kisebbséghez tartozás), és belső sebezhetőséget (mint a kötődési bizonytalanság) is vizsgált, melyek hatással voltak a párkapcsolatok minőségére a Covid alatt, és melyeket érdemes vizsgálni ebben a témában.

A lefuttatott elemzések azonban ezt nem támasztották végül alá, és mintában nem figyelhető meg szignifikáns változás a kötődési stílusokban e két időpont között. Az általános vélekedések és számos szakirodalom ugyanezen az állásponton van, miszerint a kötődés – miután már kialakult a gyermekkor elején – egy állandó konstruktum, nem jellemző benne változás (legalábbis komoly terápiás behatás nélkül), és a felnőtt kapcsolatokban is ez a gyermekkori munkamodell aktiválódik (Bowlby, 1969, idézi: Cole és Cole 2006; Fairchild és Finney, 2006; Hazan és Shaver, 1987).

A menedékkereső és -nyújtó érintésviselkedés alakulása kötődési stílusok mentén a felnőtt párkapcsolatokban a Covid járvány után

Hasonló tendencia volt tapasztalható a biztonságos menedékként szolgáló érintésviselkedés esetében is. Bár az átlagok közötti eltérés alapján (a járvány előttről a jelenre 4,84-ről (szórás=1,275) 4,80-ra (szórás=1,263) változott) azt láthattunk, hogy egy stresszes nagy életesemény hatására a mintában szereplő személyek kevésbé használták egymás megnyugtására a testi érintést később, a statisztikai elemzés nem igazolta, hogy ez a különbség a Covid előtti -, és a jelenlegi menedékpontszámok között számottevő lenne. Ezen eredmény alapján tehát nagyobb valószínűséggel mondható ki, hogy az érintési attitűdök is állandók és nehezen változnak az idők során. Ez bizonyos fokig ellentétes azzal az eredménnyel, amit például Ujitoko és munkatársainál (2022) láthattunk, miszerint a Covid járvány kitörése után jelentősen megnövekedett az emberek érintés utáni igénye, vágyakozása. Ők azonban nem kifejezetten a párkapcsolaton belüli érintésviselkedést vizsgálták, melyek különböző formáiról korábbi kutatások alapján elmondható, hogy egyértelműen kapcsolódnak adott kötődési stílusokhoz (Brennan és mtsai, 1998/a; Nyitrai és Takács, 2022). Így elképzelhető, hogy ahogy a kötődési stílusok állandóak, úgy a rájuk jellemző érintési attitűdök is stabilak, hiszen az adott belső munkamodell ugyanazokat a hiedelmeket, érzelmeket, illetve viselkedéseket fogja aktiválni.

Végezetül, kihasználva mintában a párok összetartozó és egymáshoz viszonyítható adatait, kíváncsi voltam arra is, hogy a párok tagjai közötti különbségek az érintés, mint menedék attitűdben csökkennek-e. Elemzéseim nem igazolták összességében, hogy bármelyik csoportban szignifikánsan csökkentek volna a különbségek a párok között a menedékként szolgáló érintések tekintetében. Előző két eredményem alapján ez a jelenség nem is annyira meglepő, hiszen ha mindkét változó egy stabil és állandó jellemzőnek bizonyult, akkor egymás függvényében sem várható nagy változás.

A páronkénti összehasonlításoknál látható egyedül két csoport között szignifikáns különbség a Covid előtti – és jelenlegi önbevallott érintésviselkedésük között: azok között, ahol a pár egyik tagja sem biztonságosan kötődő, és ahol csak a nő biztonságosan kötődő. Az eredmény alapján csak a két csoport közötti különbség mondható ki, és ugyanúgy lehetséges az, hogy a nem biztonságos kötődésű pároknál a partnerek között csökkent a különbség a biztonságos menedék érintési attitűdjében, mint az, hogy azoknál nőttek a partnerek közötti különbségek, ahol csak a nő biztonságos kötődésű. Utóbbi interpretációhoz kapcsolódhatnak a férfiak és nők közötti különbségeket kiemelő kutatások, ugyanis magyar mintán már igazolódott, hogy a nők általában is magasabb pontszámokat érnek el a Biztonságos menedék skálán (Nyitrai és Takács, 2022). Illetve az összevont kötődési stílusok miatt a „nem biztonságos” kötődésű emberek közé

tartoztak nem csak a szorongó, de a két elkerülő (elutasító és bizonytalan) kötődésű csoportba besorolható személyek is. Rájuk pedig alapvetően magasabb érintési averzió, illetve alacsonyabb pontok jellemzők a Biztonságos menedék skálán (Brennan és mtsai, 1998/a; Nyitrai és Takács, 2022) – mely funkciót a Covid-stressz elmúltával talán még kevésbé használnak, így ez is magyarázat lehet a megnövekedett különbségre.

Összességében tehát azt találtam, hogy - bár első pillantásra más tendenciák mutatkoztak – nincs változás a Covid időszak előtti-, illetve utáni megélések alapján sem a kötődési stílusában, sem az érintés mint menedék attitűdjében a vizsgálati személyeknek; továbbá azok között a párok között nőtt a különbség az érintés mint menedék attitűdben, ahol a nő biztonságos kötődésű és a férfi nem az – azon párokhoz hasonlítva őket, ahol az egyik fél sem biztonságos kötődésű.

Kitekintés, korlátok

A fenti eredmények összességében úgy gondolom, hogy jó kiindulási alapja lehet további kutatásoknak is a témában. Egyrészt a többi hat érintés skálával is érdemes megnézni ezeket az elemzéseket, hiszen a különböző érintési attitűdök különböző jellemzőkkel bírhatnak, amik feltérképezése még számos vizsgálatot elbír. Továbbá magasabb elemszámú mintán talán a kötődési csoportok is jobban kirajzolódnak, így érdekes lehet a fenti hipotéziseket nem csak a biztonságosan és nem-biztonságosan kötődő személyek között tesztelni, hanem a négy kötődési stílus mentén akár differenciáltabb csoportokon is.

Mind az érintési attitűd, mind a kötődés esetében felmerülhet azonban, hogy bizonyos torzítások lépnek életbe, ahogy a személy visszatekint egy adott időszakra; jelen esetben a Covid időszakán előttre. Így a kapott eredmények alapján, melyek kiindulási pontot jelenthetnek, érdemesnek látom egy longitudinális elrendezésben is vizsgálni ezen tényezők változásait vagy állandóságát a jövőben, ami alapján az is összehasonlíthatóvá válna, hogy a vizsgált jelenségek esetében milyen hatással van az eredményekre egy retrospektív-, illetve egy longitudinális vizsgálati elrendezés, melyből további következtetések is levonhatóvá válnának.

Szakirodalmi bevezetőm alapján javasolnám a felnőtt kötődési stílusok függvényében vizsgálni a különböző érintésviselkedéseket az APIM modell használatával is, minek segítségével akár a párok tagjainak egymásra hatásáról és annak mértékéről is egy pontosabb képet kapnánk (Vajda, Rózsa, 2018). Jól látszik tehát, hogy a felnőtt párkapcsolatoknak a kötődéssel és érintéssel kapcsolatos aspektusain belül is számos kutatási lehetőség rejlik még, mely témához ezzel a dolgozattal is talán egy kicsit új irányból tudunk közelíteni.

Felhasznált irodalom

Ainsworth, M. D. S., Blehar, M. C., Waters, E., & Wall, S. (1978). Patterns of attachment: A psychological study of the strange situation. Hillsdale, NJ: Lawrence Erlbaum. In: Fülöp M. és Szabó É. (2017). A kötődés kulturális különbségei. Magyar Pszichológiai Szemle, 72(1/3), 27-45.

Baldwin, M. W., Keelan, J. P. R., Fehr, B., Enns, V., & Koh-Rangarajoo, E. (1996). Social-cognitive conceptualization of attachment working models: Availability and accessibility effects. Journal of Personality and Social Psychology, 71(1), 94–109. doi:10.1037/0022-3514.71.1.94

Bartholomew, K., & Horowitz, L. M. (1991). Attachment styles among young adults: A test of a four-category model. Journal of Personality and Social Psychology, 61(2), 226–244. doi:10.1037/0022-3514.61.2.226

Bowlby, J. (1969). Attachment and loss (No. 79). Random House. In: Cole, M., & Cole, S. (2006). Fejlődéslélektan. Osiris Kiadó.

Bowlby, J. (1973). Attachment and loss: Vol. 2. Separation: Anxiety and anger. New York: Basic Books. In: Fairchild, A. J., & Finney, S. J. (2006). Investigating Validity Evidence for the Experiences in Close Relationships-Revised Questionnaire. Educational and Psychological Measurement, 66(1), 116–135. doi:10.1177/0013164405278564

Bowlby, J. (1977). The making and breaking of affectional bonds. British Journal of Psychiatry, 130, 201- 210. In: Fairchild, A. J., & Finney, S. J. (2006). Investigating Validity Evidence for the Experiences in Close Relationships-Revised Questionnaire. Educational and Psychological Measurement, 66(1), 116–135. doi:10.1177/0013164405278564

Bowlby, J. (1980). Attachment and loss: Vol. 3. Loss: Sadness and depression. New York: Basic Books. In: Fraley, R. C., & Shaver, P. R. (2000). Adult romantic attachment: Theoretical developments, emerging controversies, and unanswered questions. Review of General Psychology, 4(2), 132–154. doi:10.1037/1089-2680.4.2.132

Bowlby, J. (1982). Attachment and loss: Vol. 1. Attachment (2nd ed.). New York: Basic Books. In: Fairchild, A. J., & Finney, S. J. (2006). Investigating Validity Evidence for the Experiences

in Close Relationships-Revised Questionnaire. Educational and Psychological Measurement, 66(1), 116–135. doi:10.1177/0013164405278564

Brennan, K. A., Clark, C. L., & Shaver, P. R. (1998a). Self-report measurement of adult attachment: An integrative overview. Attachment theory and close relationships, 46, 76. (a)

Brennan, K. A., Wu, S., & Loev, J. (1998b). Adult romantic attachment and individual differences in attitudes toward physical contact in the context of adult romantic relationships. In J. A. Simpson & W. S. Rholes (Eds.), Attachment theory and close relationships (pp. 394–428). The Guilford Press. (b)

Caspi, A., & Roberts, B. W. (2001). Personality Development Across the Life Course: The Argument for Change and Continuity. Psychological Inquiry, 12(2), 49–66. doi:10.1207/s15327965pli1202_01

Conradi, H. J., Noordhof, A., Dingemanse, P., Barelds, D. P., & Kamphuis, J. H. (2017). Actor and partner effects of attachment on relationship satisfaction and sexual satisfaction across the genders: An APIM approach. Journal of Marital and Family Therapy, 43(4), 700-716.

Davila, J., Burge, D., & Hammen, C. (1997). Why does attachment style change? Journal of Personality and Social Psychology, 73(4), 826–838.

Debrot, A., Stellar, J. E., MacDonald, G., Keltner, D., & Impett, E. A. (2020). Is Touch in Romantic Relationships Universally Beneficial for Psychological Well-Being? The Role of Attachment Avoidance. Personality and Social Psychology Bulletin, 014616722097770. doi:10.1177/0146167220977709

Demetrovics Zs. & Király O. (2021). A COVID-19-világjárvány hatása a mentális egészségre. Tudományos és Műszaki Tájékoztatás, 68(5), 320-322.

Dupont, K., Gervai, J., Danis, I., Tóth, I., Koren, R., Török, S. (2022). Factor Structure, Psychometric Properties, and Validation of the Hungarian Version of the Experiences in Close Relationships Revised (ECR-R-HU) Questionnaire in a Nationally Representative Community Sample. J Pers Assess. 104(6):747-758. doi: 10.1080/00223891.2021.2019054.

- Fairchild, A. J., & Finney, S. J. (2006). Investigating Validity Evidence for the Experiences in Close Relationships-Revised Questionnaire. *Educational and Psychological Measurement*, 66(1), 116–135. doi:10.1177/0013164405278564
- Falconier, M. K., Nussbeck, F., Bodenmann, G. (2013): Immigration stress and relationship satisfaction in Latino couples: The role of dyadic coping. *Journal of Social and Clinical Psychology*, 32(8). 813–843.
- Fraley, R. C., & Roisman, G. I. (2019). The development of adult attachment styles: four lessons. *Current Opinion in Psychology*, 25, 26–30. doi:10.1016/j.copsy.2018.02.008
- Fraley, R. C., & Shaver, P. R. (2000). Adult romantic attachment: Theoretical developments, emerging controversies, and unanswered questions. *Review of General Psychology*, 4(2), 132–154. doi:10.1037/1089-2680.4.2.132
- Fraley, R. C., Waller, N. G., & Brennan, K. A. (2000). An item response theory analysis of self-report measures of adult attachment. *Journal of Personality and Social Psychology*, 78(2), 350–365. doi:10.1037/0022-3514.78.2.350
- Gervai J., Tóth I., Török Sz., Koren R., Danis I. (2018). Tapasztalatok szoros kapcsolatokban kérdőív – átdolgozott változat (ECR-R-HU).
- Hazan, C., & Shaver, P. (1987). Romantic love conceptualized as an attachment process. *Journal of Personality and Social Psychology*, 52(3), 511–524. <https://doi.org/10.1037/0022-3514.52.3.511>
- Holmes, B. M., & Johnson, K. R. (2009). Adult attachment and romantic partner preference: A review. *Journal of Social and Personal Relationships*, 26(6-7), 833–852. doi:10.1177/0265407509345653
- Jakubiak, B. K., & Feeney, B. C. (2016). Affectionate Touch to Promote Relational, Psychological, and Physical Well-Being in Adulthood: A Theoretical Model and Review of the Research. *Personality and Social Psychology Review*, 21(3), 228–252. doi:10.1177/1088868316650307 (a)

Jakubiak, B. K., & Feeney, B. C. (2016). A Sense of Security: Touch Promotes State Attachment Security. *Social Psychological and Personality Science*, 7(7), 745–753. doi:10.1177/1948550616646427 (b)

Jakubiak, B. K., & Feeney, B. C. (2016). Keep in touch: The effects of imagined touch support on stress and exploration. *Journal of Experimental Social Psychology*, 65, 59–67. <https://doi.org/10.1016/j.jesp.2016.04.001> (c)

Molero, F., Shaver, P. R., Fernández, I., Recio, P. (2017): Attachment insecurities, life satisfaction, and relationship satisfaction from a dyadic perspective. The role of positive and negative affect. *European Journal of Social Psychology*, 47(3). 337–347.

Neyer, F. J., & Asendorpf, J. B. (2001). Personality–relationship transaction in young adulthood. *Journal of Personality and Social Psychology*, 81(6), 1190–1204. doi:10.1037/0022-3514.81.6.1190

Neyer, F. J., & Lehnart, J. (2007). Relationships Matter in Personality Development: Evidence From an 8-Year Longitudinal Study Across Young Adulthood. *Journal of Personality*, 75(3), 535–568. doi:10.1111/j.1467-6494.2007.00448.x

Nyitrai, E., Kiss, E. C., & Rózsa, S. (2022). Az affektív érintés és a kapcsolati jóllét a COVID-19 járvány idején. *Psychologia Hungarica Caroliensis*, 10(2), 33-50.

Nyitrai, E., & Takács, S. (2022). A Hét Érintés Skálával szerzett hazai tapasztalatok. *Psychologia Hungarica Caroliensis*, 24(1), 52-74. <https://doi.org/10.52993/PSYHUNG.10.2022.1.4>

Pietromonaco, P. R., & Overall, N. C. (2021). Applying relationship science to evaluate how the COVID-19 pandemic may impact couples' relationships. *American Psychologist*, 76(3), 438. (absztrakt)

Proyer, R. T., Brauer, K., Wolf, A., & Chick, G. (2019). Adult playfulness and relationship satisfaction: An APIM analysis of romantic couples. *Journal of Research in Personality*, 79, 40-48.

Smith, E. R., Mackie, D. M., & Claypool, H. M. (2016). Szociálpszichológia. Budapest: ELTE Eötvös Kiadó.

A menedékkereső és -nyújtó érintésviselkedés alakulása kötődési stílusok mentén a felnőtt párkapcsolatokban a Covid járvány után

Takács Sz. (2016). Bevezetés a matematikai statisztikába. Elmélet és gyakorlat. Budapest: Antaresz Kiadó.

Ujitoko, Y., Yokosaka, T., Ban, Y., & Ho, H. N. (2022). Tracking changes in touch desire and touch avoidance before and after the COVID-19 outbreak. *Frontiers in Psychology*, 13, 1016909.

Vajda, D. B., & Rózsa, S. (2018). Diádikus Adatelemzés: actor–partner interdependence model. *Alkalmazott Pszichológia*, 18(3), 99-123.

Zhang, F., & Labouvie-Vief, G. (2004). Stability and fluctuation in adult attachment style over a 6-year period. *Attachment & human development*, 6(4), 419-437.

A menedékkereső és -nyújtó érintésviselkedés alakulása kötődési stílusok mentén a felnőtt párkapcsolatokban a Covid járvány után

Melléklet – plágium ellenőrzés

szlaki kopi

Dun & Bradstreet
Ingyenes próbaverzió

Üzenetek

DokumentumaimPlágiumkeresőÜzenetek

[Új üzenet küldése]

From: KOPI

Date: 2024.10.14.

Subject: 1 dokumentum összehasonlítása internetes adatbázissal (tesztüzem).

[Üzenet törlése]

A menedékkereső és -nyújtó érintésviselkedés alakulása kötődési stílusok mentén a felnőtt párkapcsolatokban a Covid járvány után (Kovordányi Luca Rita) - Az Ön által indított plágiumkeresés befejeződött. A rendszer nem talált hasonló dokumentumot.

magyar | english

Betűméret - +

Nagy kontraszt

Súgó

KOPI

Kezdőlap

Webkereső

SZDG

Plágiumkeresés

Dokumentumaim

Plágiumkereső

Üzenetek

magyar | english

Betűméret - +

Nagy kontraszt

Súgó

KOPI

Kezdőlap

Webkereső

SZDG

Plágiumkeresés

Dokumentumaim

Plágiumkereső

Üzenetek

[Új üzenet küldése]

From: KOPI

Date: 2024.10.14.

Subject: 1 dokumentum összehasonlítása minden felhasználó dokumentumaival.

[Üzenet törlése]

Az Ön által indított plágiumkeresés eredménye.

1. A menedékkereső és -nyújtó érintésviselkedés alakulása kötődési stílusok mentén a felnőtt párkapcsolatokban a Covid járvány után (szerző: Kovordányi Luca Rita, feltöltötte: Kovordányi Luca Rita) 3%-a egyenlő személyiség műhely elvileg kész (szerző: -, feltöltötte: noemi.r) 3%-ával (több mint 240 szavas egyezés):
A két dokumentum tartalmaz kisebb közös részt, vagy részeket.
... .. Érintési attitűdök mérésével Érintés biztonságos menedék következő: 1. A biztonságosan pozitívan vélekedik magáról, de másokról Brennan és mtsai, 1998/ Érintési attitűdök mérésével Brennan és munkatársai (1998/ Hét Érintés Skála érintési viselkedések lehetnek jellemzők, és érintéstől való idegenkedésben, amiben érintéstől való idegenkedés, érintés biztonságos menedék BTK/4921-1/ Hét Érintés Skálából. Hét Érintés Skálát is elkerülés vagy a szorongás (Brennan és mtsai, 1998/a; Brennan és munkatársai (1998/a) érintés, mint Biztonságos menedék használni az érintés biztonságos irodalom Ainsworth, M. ... Wall, S. (1978). Patterns of attachment: A psychologic.....

2. A menedékkereső és -nyújtó érintésviselkedés alakulása kötődési stílusok mentén a felnőtt párkapcsolatokban a Covid járvány után (szerző: Kovordányi Luca Rita, feltöltötte: Kovordányi Luca Rita) 3%-a egyenlő PhdOK (szerző: -, feltöltötte: *vica*) kevesebb mint 1%-ával (több mint 240 szavas egyezés):
A két dokumentum tartalmaz kisebb közös részt, vagy részeket.
... .. Vizsgálom azt is, hogy a kötődési stílusok és a kötődési stílusról. A csecsemőket negyedik kötődési stílussal hatéves longitudinális vizsgálatuk kötődési stílusokban. 2. Egy olyan érzem magam, ha a partnerem nagyon közel akar négy kötődési stílus férfi biztonságosan kötődő A férfi nem biztonságosan biztonságosan kötődők (... .. nő biztonságosan kötődő Davila és mtsai, 1997), így korábbra vonatkozó (biztonságos (n= adott belső munkamodell nő biztonságosan kötődő. Az általában is magasabb pontszámokat magasabb elemszámú mintán négy kötődési stílus kötődési stílusok függvényében Wall, S. (1978). Patterns K., és Horowitz, L. M. (1991). Attachment styles among youn.....

3. A menedékkereső és -nyújtó érintésviselkedés alakulása kötődési stílusok mentén a felnőtt párkapcsolatokban a Covid járvány után (szerző: Kovordányi Luca Rita, feltöltötte: Kovordányi Luca Rita) 3%-a egyenlő sz3 (szerző: dóra, feltöltötte: brigi444) 1%-ával (több mint 220 szavas egyezés):
A két dokumentum tartalmaz kisebb közös részt, vagy részeket.
... .. Ainsworth és munkatársai (1978) az negyedik kötődési stílussal kötődési stílusa mely kötődési szorongás-, illetve a kötődési négy kötődési stílus négy kötődési stílus C., Waters, E., & Wall, S. (1978). Patterns of attachment: A psychological study of the strange situation. Hillsdale, NJ: Bartholomew, K., & Horowitz, L. M. (1991). Attachment styles among young adults: A test of a four-category ... Psychology, 61(2), 1973). Attachment and loss: Vol. 2. Separation: Anxiety and anger. New York: the Experiences in Close Relationships-Revised the Experiences in Close Relationships-Revised J. (1980). Attachment ... 3. Loss: Sadness and depression. New Vol. 1. Attachment (... .. the Experiences in Close Relationships-Revised Brennan, K. A., Clark, C. L., & Shaver.....

Kovordányi Luca Rita

26.

2024.10.15.