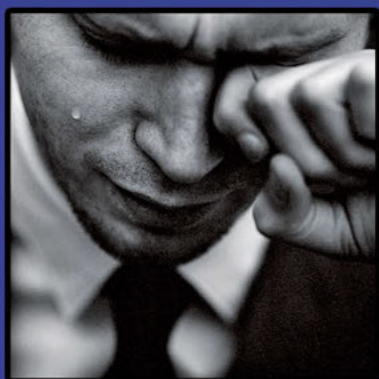




Monika Kornaszewska-Polak



EMOCJE I PŁEĆ



Studium dynamiki
zaangażowania
i dystansowania
w związkach
romantycznych



UNIWERSYTET ŚLĄSKI
WYDAWNICTWO



Foto: Magdalena Kyzioł

Monika Kornaszewska-Polak

Doktor nauk humanistycznych w zakresie psychologii, kierownik interdyscyplinarnego zespołu badań nad rodziną WTL UŚ, członek Polskiego Towarzystwa Psychologicznego o. Katowice - przewodnicząca Komisji Rewizyjnej, członek Polskiego Oddziału Towarzystwa Badań nad Emocjami i Przywiązaniem „SEAS Polska”. Czynna uczestniczka konferencji międzynarodowych na Węgrzech, w Belgii, Niemczech, Czechach, Wielkiej Brytanii i Kanadzie. Redaktorka dwóch monografií naukowych: *Wystarczająco dobre życie. Konteksty psychologiczne* (2015) i *Asystentura rodzin. Teoria, praktyka, badania* (2016). Autorka kilkudziesięciu artykułów naukowych podejmujących takie zagadnienia jak relacje romantyczne, więzi małżeńskie, więzi w rodzinie, teoria przywiązania, poczucie osamotnienia, różnice indywidualne w zakresie płci, stres i radzenie sobie ze stresem, emocjonalne uwarunkowania bliskich relacji. Autorka wielu rozdziałów w monografiach i artykułów popularnonaukowych poświęconych wyżej wymienionym tematom.

Emocje i płeć

Studium dynamiki zaangażowania i dystansowania
w związkach romantycznych

Monika Kornaszewska-Polak

Emocje i płeć

Studium dynamiki zaangażowania i dystansowania
w związkach romantycznych

Recenzent
Maria Kaźmierczak

Patronat



SEAS Polska

Polski Oddział Towarzystwa
Badań nad Emocjami
i Przywiązaniem

Spis treści

Wstęp	9
Rozdział 1. Teoretyczne podstawy zagadnienia płci i różnic indywidualnych	13
Fenomen płci i kultura	15
Pojęcie tożsamości i konstrukty Ja	18
Definiowanie płciowości	24
Emocje, stres i różnice indywidualne	28
Stereotypy związane z płcią	34
Wczesne różnice indywidualne	39
Różnice indywidualne występujące w trakcie procesu rozwoju	47
Rozdział 2. Kobiety. Emocjonalność i style radzenia sobie ze stresem	57
Ja współzależne	59
Tożsamość kobiety – matki – żony	59
Różnice w wymiarze biologicznym	62
Różnice w wymiarze psychologicznym	65
Różnice w wymiarze społecznym	67
Emocjonalność kobiet	70
Różnice w doświadczaniu zjawisk afektywnych	70
Ekspresja emocji	71
Wyrażanie pozytywnych stanów afektywnych	74
Wyrażanie negatywnych stanów afektywnych	76
Komunikowanie się a emocje	79
Znaczenie empatii, inteligencji emocjonalnej i zaangażowania	80
Stres i style radzenia sobie z nim u kobiet	83
Kobieca reakcja na stres	83
Strategie radzenia sobie kobiet ze stresem	84
Radzenie sobie ze stresem i emocjonalność kobiet – efekty współdziałania	86
Kobiety XXI wieku	88
Nowe kobiety	88
Cechy nowej tożsamości kobiet	89
Dylematy łączenia ról: „życie pomiędzy”	91

Współczesna kobieta sukcesu	94
Równowaga praca-dom a sytuacja zawodowa kobiet	98
Zrównoważony rozwój	101
Rozdział 3. Mężczyźni. Emocjonalność i style radzenia sobie ze stresem	107
Ja niezależne	109
Tożsamość mężczyzny – męża – ojca	109
Różnice w wymiarze biologicznym	112
Różnice w wymiarze psychologicznym	116
Różnice w wymiarze społecznym	118
Emocjonalność mężczyzn	121
Różnice w doświadczaniu zjawisk afektywnych	121
Ekspresja emocji	125
Wyrażanie pozytywnych stanów afektywnych	127
Wyrażanie negatywnych stanów afektywnych	128
Komunikowanie się a emocje	131
Znaczenie empatii, aleksytymii i makiawelizmu	132
Stres i style radzenia sobie z nim u mężczyzn	134
Męska reakcja na stres	134
Strategie radzenia sobie mężczyźni ze stresem	136
Radzenie sobie ze stresem i emocjonalność mężczyzn – efekty współdziałania	139
Mężczyźni XXI wieku	141
Cechy obecnej tożsamości mężczyzn	141
Ojcowie XX i XXI wieku	144
Współczesne wyzwania zawodowe mężczyzn	149
Równowaga praca-dom a wyzwania zawodowe mężczyzn	153
Wytyczne dla zrównoważonego rozwoju mężczyzn	155
Rozdział 4. Emocjonalność i sposoby radzenia sobie ze stresem u kobiet i mężczyzn – prezentacja badań własnych	159
Problem i metoda badań	161
Narzędzia badawcze	161
Dobór osób badanych	166
Model badawczy i badane zmienne	167
Prezentacja wyników badań własnych	169
Charakterystyka emocjonalności kobiet	169
Charakterystyka emocjonalności mężczyzn	174
Charakterystyka stosowanych przez kobiety sposobów radzenia sobie ze stresem	176
Emocjonalność kobiet a wybór strategii zaradczej	177
Charakterystyka stosowanych przez mężczyzn sposobów radzenia sobie ze stresem	181
Emocjonalność mężczyzn a wybór strategii zaradczej	182
Wnioski i dyskusja	185
Typ emocjonalności kobiecej	185

Typ emocjonalności męskiej	187
Cechy emocjonalności kobiet i mężczyzn – próba porównania	190
Kobięcy styl reakcji w sytuacji stresu	195
Męski styl reakcji w sytuacji stresu	199
Cechy stylów radzenia sobie kobiet i mężczyzn – próba porównania	200
Rozdział 5. Znaczenie emocjonalności w związkach romantycznych XXI wieku	205
Nowy charakter związków XXI wieku	207
Kultura globalna – indywidualizm – egalitaryzm	207
Współczesny model bliskości	210
Komunikacja w parze	213
Dobór interpersonalny a niedokończone sprawy z przeszłości	216
Emocjonalność w związkach XXI wieku	217
Wykorzystanie emocji jako zasobów osobowych	217
Przywiązanie i satysfakcja w związkach	220
Emocjonalne zarażanie się	222
Empatia i jej brak w bliskich związkach	224
Zaangażowanie a satysfakcja i przywiązanie	228
Komplementarność kobiety i mężczyzny	232
Komplementarność, wspólnota, uzupełnianie się	232
Dopasowanie w związkach: układ wzajemny	234
Taniec małżeński: zaangażowanie – dystansowanie	235
Ku przyszłości	239
Nowe role w nowoczesnym świecie	239
Ja współzależne i Ja niezależne: współzależność w związkach	241
Rytm bliskości i dystansu	245
Równowaga praca–dom a jakość życia	250
Zakończenie	257
Sylwetki ekspertów	263
Bibliografia	265
Indeks osobowy	315
Indeks rzeczowy (opracowała Paulina Włodarczyk)	319
Spis rycin i tabel	333
Summary	335
Podziękowania	337

Wstęp

Monografia powstawała z motywów życia, pasji i pracy dotyczącej związków romantycznych i wszelkich perturbacji, jakie spotykają je w biegu życia. Badanie natury bliskich relacji jest fascynującym zadaniem dlatego, że związki te są niejednorodne, zmienne, dynamiczne i po prostu ciekawe. Codzienna rzeczywistość pokazuje, że niektóre z tych relacji są satysfakcjonujące, a inne nie. Poszukiwania przyczyn i uwarunkowań dobrostanu w bliskich relacjach mają wielowiekowe tradycje, lecz nadal nie znaleziono adekwatnej odpowiedzi na pytanie dotyczące szczęśliwego życia. Niniejsza publikacja jest głosem w bogatej dyskusji na tematy płci, tożsamości, emocjonalności, ról społecznych oraz tworzenia związków. Najważniejszy akcent został w niej położony na ludzką emocjonalność, jako czynnik różnicujący i spajający bliskie relacje, w tym związki intymne.

Związek romantyczny dwojga osób to coś więcej niż tylko jedna i druga płeć razem dodane, nie jest to bowiem wynik prostego dodawania. Bogactwo rzeczywistości ukazuje wielość różnorodnych układów społecznych, w których odnajduje się człowiek. Monografia porusza zagadnienia związane z nimi dwojgiem: kobietą i mężczyzną, oraz z tym, co im się przytrafia w trakcie procesu kształtowania się związku; związku traktowanego poważnie, czyli trwałego i w miarę stabilnego. Takie jest marzenie większości osób podejmujących decyzję o znalezieniu partnerki życiowej czy partnera życiowego, co potwierdzają najnowsze sondaże społeczne – najwyższe miejsce w strukturze wartości Polaków zajmuje rodzina i szczęśliwe życie rodzinne (Boguszewski, 2019).

Docenienie bliskich związków oznacza zauważenie i podkreślenie roli płci. Temat ten jest niezwykle przedyskutowany. Wydawałoby się, że niewiele więcej można powiedzieć w tym obszarze. Liczne poradniki, quizy, programy telewizyjne wypełniają szczerlnie tę przestrzeń. A jednak... tożsamość kobiety czy tożsamość mężczyzny wciąż nie są w oczywisty sposób zdefiniowane. Przeformułowań wymagają zmiany w relacjach intymnych powstające wraz z upływającym czasem, dookreślenia wymagają pytania: Kim jestem jako człowiek? W czym jestem podobny do innych, a czym się od nich różnię?

Studium dynamiki związku to studium przyciągania i odpychania: zaangażowania, troski oraz dystansu, chłodu. Nieustanny rytm życia wybijany falami

zainteresowania i jego braku pomiędzy parą – jak linia łądu niepokojona wiecznymi zmaganiem ziemi i wody. W książce poruszony jest temat fenomenu ludzkich więzi, można byłoby powiedzieć: miłości. Jednak samo uczucie to przecież nie wszystko. Może to **miłość**, **namiętność**, **zaangażowanie**, jak ujmują ludzkie więzi Robert J. Sternberg czy Bogdan Wojciszke, ale także **przywiązanie** w związkach osób dorosłych na kształt więzi pomiędzy dzieckiem a jego podstawowym opiekunem, jak ujęli to w swej teorii John Bowlby i Mary Ainsworth, a potem zaadaptowali do związków romantycznych Cindy Hazan i Phillip Shaver. Marzenie o stworzeniu idealnego wzorca czy idealnej zasady doboru i tworzenia szczęśliwego związku istniało w ludzkości niemal od zawsze.

Pomysł na strukturę książki odzwierciedla poruszane w niej dylematy: płci – kobiecości – męskości – związków romantycznych. Niezbędne wydało się wyjaśnienie, czym jest płeć i czym są różnice pomiędzy płciami na tle sporów teoretycznych i w pewnym sensie ideologicznych. Następnie podjęto wątek tego, co łączy kobietę i mężczyznę, jak tworzą więzi. Istnieje wiele teorii na ten temat, dlatego zadano pytanie: Jak poruszyć istotne kwestie w niebanalny i oryginalny sposób? Podział rozdziałów zaproponowany w niniejszej monografii na *Kobiety* oraz *Mężczyźni* to z jednej strony proste oddzielenie obu płci, natomiast z drugiej – próba porównania różnic w celu ukazania ich sensowności. Porównanie tych różnic zostaje dokonane w rozdziale czwartym – badawczym oraz w piątym, który podejmuje wątek związków romantycznych. Starano się uniknąć powszechnych, stygmatyzujących uproszczeń, a czytelnik oceni, na ile zadanie to udało się wykonać.

Publikacji na temat płci i związków, w mniejszym bądź większym stopniu naukowych, ukazało się wiele na przełomie XX i XXI wieku. Oprócz zebrania dużej części współczesnych badań na temat ról społecznych i relacji romantycznych kobiet i mężczyzn, monografia niniejsza podejmuje także zadanie scaleńia wątków płci, różnic płciowych, doboru do związków oraz funkcjonowania w parze. Jest ono na tyle ambitne, iż zdają sobie sprawę, iż wiele poruszanych tematów nadal będzie wymagało dalszych doprecyzowań.

Drugim ważnym zadaniem monografii jest zaprezentowanie badań własnych – o polskiej specyfice – na tle wybranych tematycznie badań międzynarodowych. Ma być ono uzupełnieniem przyjętych założeń teoretycznych. Głównym celem badawczym jest przedstawienie emocjonalności kobiet i mężczyzn oraz jej wymiarów: dyspozycji (cechy) i stanu emocjonalnego, które przyjęto za Henrykiem Gasiulem (2002) na tle stresu życia codziennego. Z przyjętych teorii osobowości wyniknęło założenie o trwałych predyspozycjach osobowościowych do reagowania w określony sposób na sytuacje trudne, problemowe czy zagrażające. Zagadnienie stresu zostało podjęte z perspektywy trudności życia codziennego, które były badane w następujących sytuacjach trudnych: egzamin maturalny, sesja egzaminacyjna oraz stres dorosłego życia – nakładanie się ról społecznych i związanych z nimi obowiązków.

W badaniach zakładano, że odmienny typ emocjonalności, związany ze specyficznymi uwarunkowaniami płciowymi, będzie miał związek z różnymi stylami reakcji na stres i różnymi sposobami radzenia sobie ze stresem. Dobór w badaniu był celowy według kryteriów: **płeć** (żeńską i męską) oraz **wiek** (osoby we wczesnej dorosłości). Wczesny okres dorosłości to czas wchodzenia w dorosłe życie, podejmowania obowiązków oraz ich skumulowania w dojrzałym życiu zawodowym i rodzinnym.

Książka powstała z myślą o studentach przede wszystkim nauk o rodzinie oraz studentach dziedzin pokrewnych – psychologii, pedagogiki, socjologii, pracy socjalnej – jak również o osobach przygotowujących się w różnych trybach edukacyjnych ze specjalności asystentura rodziny. Ponadto jest to głos polemiczny w wielu dyskusjach, jakie obecnie toczą się na temat płci i związków. Poza tym publikacja ma także wymiar terapeutyczny – pracując z parami małżeńskimi, dostrzegłam potrzebę, by małżonkowie mogli wzajemnie zrozumieć różnice płci oraz uczyć się je wykorzystywać bardziej do budowania więzi aniżeli czynić je przedmiotem sporów.

Indeks osobowy

A

Adler Alfred 111
Ainsworth Mary 243, 249
Allen Marvin 143, 155
Allport Gordon W. 35
Ankney C. Davison 113
Antonovsky Aaron 231
Arcimowicz Krzysztof 112, 116, 120–121
Arystoteles 25
Auden Wystan H. 239

B

Bacon Francis 25
Badinter Elisabeth 111
Baer John 54
Baka Łukasz 146
Bakan David 109
Balcerzak-Paradowska Bożena 99–100, 251
Baron James N. 150, 269
Baron-Cohen Simon 43–46, 49, 51, 54–55, 81, 114, 117, 127, 132–133, 188, 194, 225
Bauman Zygmunt 208
Baumeister Roy F. 69, 110, 121, 149, 212–213
Beck Ulrich 145
Bem Sandra L. 34, 105
Bernstein Ira H. 140
Bertalanffy Ludwig von 37
Bielby William T. 150
Blatt Sidney J. 19, 22
Bolger Niall 219
Bowlby John 10, 20, 133, 243
Braun-Gałkowska Maria 144
Broca Pierre P. 63, 113
Brzeziński Jerzy 164, 171, 186
Brzozowski Piotr 162
Buber Martin 239

Buckner Camille E. 33, 241
Burke Ken 51
Buunk Bram P. 228–229

C

Clancy Stephanie M. 49
Cohen Sheldon 234
Coriell Marilee 234
Costa Paul T. 89
Covey Stephen R. 243–245
Cronkite Ruth C. 202
Cross Susan E. 23, 67
Cugowski Mikołaj 227
Cunningham Walter 137
Czapczyńska Agnieszka 61, 110
Czapiński Janusz 87

D

Davidson Richard J. 33, 174, 187
Davis Mark H. 224
De Wolff Marianne 249
Deary Ian J. 218
Deaux Kay 118
Demuth Carolin 60
Diener Edward 72
Dion Karen K. 207
Dion Kenneth L. 207
Dollinger Stephen J. 49
Dropleman Leo F. 165
Drwal Radosław Ł. 162
Dudek Bohdan 165

E

Eagly Alice H. 41, 94, 195
Eichelberger Wojciech 235
Eisenberg Nancy 80

Eliasz Andrzej 219
Ellis Albert 65
Endler Norman S. 196
Engen Marloes L. 94
Eysenck Hans J. 174, 228
Eysenck Sybil B. 174

F

Fatyga Barbara 146
Feingold Allan 66, 117
Fivush Robyn 34
Flynn Frank 74
Fogel Alan 248
Folkman Susan 32, 165–166
Freud Zygmunt 230, 250

G

Galton Franciszek 62, 109, 112
Gasiul Henryk 10
Geertz Clifford 15
Giddens Anthony 207
Gilligan Carol 22, 59, 66
Giza-Poleszczuk Anna 112
Golding Jacqueline M. 84
Goleman Daniel 28, 90, 94, 128, 158, 201–
202, 212, 224, 230, 232, 238–239, 254
Gottman John M. 202, 230, 238
Gough Harrison G. 163
Graff Agnieszka 82
Grasmick Harold G. 76
Greenhaus Jeffrey H. 252
Griffin Em 26
Gromkowska-Melosik Agnieszka 27, 70, 91,
93, 240
Guisinger Shan 19, 22

H

Haas Linda 241
Haier Richard J. 63
Hall Judith A. 40
Halstead Mary 137
Han-Ilgiewicz Natalia 119
Harding Sandra 121
Harrist Amanda W. 248–249
Hatfield Elaine 223
Hazan Cindy 10
Heelas Paul 19
Heilbrun Alfred B. 163
Helson Ravenna 74

Herman-Jeglińska Anna 65, 118, 193
Heszen-Niejodek Irena 32, 139
Holtzworth-Munroe Amy 227
Horney Karen 186
Hoyenga Katharine B. 74
Hoyenga Kermit T. 74

I

Ickes William 230
Ijzendoorn Marinus H. van 249
Imamoğlu E. Olcay 61
Izdebska Helena 144

J

Jachnis Anna 220
Jacklin Carol N. 129
Jakubik Andrzej 134
Janicka Iwona 225
Jasińska-Kania Aleksandra 38
Jessel David 81, 105, 247
Johannesen-Schmidt Mary C. 94
Johnson Susan M. 236
Johnson Suzanne B. 137
Jump Teresa L. 241
Jung Carl G. 222
Juros Andrzej 163

K

Kartezjusz 25
Kasser Tim 61
Kaufman James C. 54
Kaufman Michael 147, 156
Kaźmierczak Maria 204, 225, 229, 244
Keller Heidi 60
Kelley Harold H. 228
Kempiński Antoni 245
Kidron Rachel 54–55
Kieszkowska-Grudny Anna 134
Kim Youngmee 61
Kimmel Michael 147, 156, 241
King Neville J. 77, 129
Kitayama Shinobu 19
Kofta Mirosław 219
Kogan Aleksandr 54
Kohlberg Lawrence 66
Koniarek Jerzy 165
Kornaszewska-Polak Monika 196, 236
Kostera Monika 240
Kowalski Włodzimierz 146

Krawczyk Sylwia 209
Krieger Nancy 96
Krys Kuba 252
Kulczyk Justyna 222

L

Lakoff Robin 79, 90
Landman Janet 72
LaRussa Georgina 241
Lash Scott 149
Lazarus Richard S. 31–32, 139, 165–167, 217,
219
Leary Mark R. 68, 212
LeDoux Joseph 29
Lee Hoonkoo 61
Lees Sue 141
Lennon Randy 80
Levy Gary D. 34
Lew-Starowicz Zbigniew 112, 144–145, 148,
234, 240
Linn Marcia C. 65, 116
Lock Andrew 19
Locke John 25
Loden Marilyn 153
Lorr Maurice 165
Luciano Lynne 112

Ł

Łosiak Władysław 31–32

M

Maccoby Eleanor E. 129
Madson Laura 23
Mandal Eugenia 22, 26, 30, 34, 75, 85–86,
137, 139, 182, 247
Margolin Gayla 226
Markus Hazel R. 19, 67
Maruszewski Tomasz 71, 134, 189, 228, 246
Matczak Anna 29, 128
Matthews Gerald 218–219
Matysiak Anna 97
Mayer Jack 29, 253
Mądry Andrzej 147
McCrae Robert R. 89
McGee Mark 116
McNair Douglas M. 165
Melosik Zbyszko 27, 111–112, 189, 240
Menaghan Elizabeth G. 33

Merton Thomas 17
Mills Robert J. 76
Miluska Jolanta 15, 17, 104–105
Moir Anne 81, 105, 247
Moll-Phanara Donna 138
Money John 35
Moos Rudolf H. 202
Morgan Thomas H. 62
Murray Henry 163
Mynarska Monika 97

N

Napora Elżbieta 146
Nelson Noelle C. 227
Niebrzydowski Leon 225
Nitzsche Isabel 118, 215

O

Oblój Z. 165
Oleś Piotr 163
Onoszko Eliza 129

P

Parker James D. 196
Perczyńska J. 165
Pervin Lawrence A. 174
Petersen Anne C. 65, 87, 116
Piekut-Brodzka Danuta M. 147
Pilarska Aleksandra 21–22, 25, 121
Płopa Mieczysław 87, 202, 212, 231, 236
Plunkett Scott W. 138
Płużek Zenomena 163
Pouliot Eve 157
Powell Gary N. 95
Pótorak Magdalena 69

R

Radmacher Kimberley A. 138
Real Terrence 105, 210, 216–217, 235, 237,
242
Reding Viviane 102–104, 106
Reeves Nancy 93
Reinisch June M. 44
Roberts Nicole A. 253
Rogers Carl R. 224
Rosset Henry L. 116
Rostowski Jan 212
Rousseau Jean-Jacques 25

Rusbult Caryl E. 228–229

Ryś Maria 215

S

Saint-Jacques Marie-Christine 157

Salovey Peter 29, 253

Satir Virginia 248

Schilling Elizabeth A. 219

Schweinle William E. 140, 227, 230

Shaver Phillip 10

Sillars Alan 227

Sitarczyk Małgorzata 225

Siwy-Hudowska Anna 134

Skuza B. 165

Slany Krystyna 156, 208

Slattery Jeanne M. 86, 138, 199

Snyder Charles R. 225

Sommer Kristin L. 110, 121, 213

Sosnowski Tytus 163

Spence Janet T. 33, 241

Spielberger Charles D. 163, 172

Stapel Diederik A. 110

Stark Lori 85, 136

Stelmach Sylwia 196

Stern William 185

Sternberg Robert J. 10, 234

Strelau Jan 39, 41, 48, 170, 196, 202, 219–220

Szczepaniak Piotr 196

Szlendak Tomasz 141, 156, 208, 261

Ś

Ścigała Elżbieta 71, 134, 189, 228

T

Tannen Deborah 51, 79, 131, 214, 216

Terracciano Antonio 89

Thoits Peggy A. 83

Thorne Barrie 41

Thornton Arland 241

Titkow Anna 88, 154

Tomasz z Akwinu 25

Tomaszewski Tadeusz 31

Trempała Janusz 37

Troemel-Ploetz Senta 51

W

Walsh Mary R. 95, 155

Waniewski Andrzej 225

Watson Carol 39

Watzlawick Paul 236

Waugh Ralph M. 248–249

Weinberg Alvin 239

Werner Paul 241

White James M. 207

Wiekens Carina 110

Wojciszke Bogdan 10, 39, 69, 234

Wood Julia 254

Wood Susan 121

Wood Wendy 67, 75, 128

Wrzesień Witold 149

Wrześniewski Kazimierz 163, 166, 196

Z

Zalewska Anna M. 220

Zimbardo Philip G. 28

Zubenko George S. 64, 78

Indeks rzeczowy

A

- afekt 28, 31, 33, 35, 45, 49, 67, 70, 119, 121–124, 127–130, 133, 170, 174, 178, 182, 186–188, 217, 219, 222–224, 249, 258
 - stany afektywne 29, 49, 70, 74–78, 80, 86, 139, 170, 187, 217
- afiliacja 20–21, 23, 59–61, 96, 109–110, 163, 172–173, 175, 179–180, 189–190, 197, 213, 228
 - motywacja afiliacyjna 60
 - tendencje 60
- akceptacja 17, 25, 27, 36–39, 61, 76, 87, 98, 110, 146, 170, 187, 196, 200, 215, 221, 226, 235, 243, 248, 254, 261
 - siebie 61, 74, 87, 194, 218
- alienacja rodzicielska 148
- altruizm 81, 90
- antagonizm 16–17, 60, 95
- asertywność 68, 73, 90–91, 95, 97, 109, 119, 127, 142, 173, 193, 216
- autonomia 21–23, 60, 96, 110, 137, 146, 152, 163, 170, 172–173, 179–180, 189, 197, 207, 210, 214, 221, 233

B

- bezpieczeństwo 75, 82, 102, 105, 112, 127, 146, 148, 195, 214, 220–222, 237, 240, 247, 249, 259, 261
 - brak bezpieczeństwa 20, 77, 81, 172, 186, 214, 221, 227, 237
 - emocjonalne 68, 123, 247
 - poczucie bezpieczeństwa 58, 68, 146, 194–195, 201, 209, 216, 220, 246–247, 257
- bliskość 9, 14, 17, 19, 21, 52, 68, 70, 74–75, 79–80, 83–84, 106, 109, 113, 122, 133, 136,

- 156, 193–194, 201, 204, 206–208, 216, 221, 226, 229, 234–235, 242, 245–251, 254, 261
- badania 52, 214
- fizyczna 70, 133, 204, 210–213, 253
- jako współzależność 212
- model 210–213
- potrzeba 211

C

- cywilizacja 18, 41, 90, 153, 190, 194, 199, 207, 209, 239, 261

D

- depresja 20, 32, 63–64, 66–67, 76, 78, 86–87, 90, 124, 128, 130, 135, 139–140, 155, 165, 170, 174, 178, 186, 192, 194, 197–200, 213, 218–219, 233, 258–259
- dialog 25, 88, 106, 118, 249
- dojrzewanie 16, 32, 38, 44, 62, 67, 77, 85, 115, 147, 233, 258–259
 - adolescent 84, 87, 146–147
 - preadolescencja 77
- dorosłość 11, 20, 23, 35, 38–39, 66, 81, 84, 115, 117, 142–143, 166, 169, 192–194, 216, 220, 223, 233, 237, 258
- dziecko 23, 25, 39, 44, 46–50, 59, 62, 67–68, 70, 73, 80, 84, 91–93, 98–103, 111, 114, 125, 129–130, 133, 143–149, 151, 193, 206, 209, 216, 232, 236–237, 239–241
- badania 41, 44–46, 49–50, 62, 80–81, 87, 113, 118, 120, 125, 129, 133, 135–137, 145–147, 158, 162, 164, 192–193, 198, 223, 236, 240, 243, 248
- bliźnięta 35, 41, 133
- chłopcy 23, 25, 30, 35, 40–42, 44, 48–50, 59, 62, 66–68, 73, 77–78, 80, 87, 102,

109–111, 113, 115, 117–119, 126, 128–131, 135–137, 142–143, 147, 183, 192, 194, 246

córka 68, 73, 80–81, 119, 147, 216,

dzieciństwo 49, 75, 116, 128–129, 131, 133, 172, 191, 210, 216, 220–221, 236–237, 257

dzietność 70, 98, 136

dziewczęta 109, 113, 115, 117–119, 128–129, 135–137, 142–143, 183, 192–193, 247, 258

edukacja szkolna 50, 78, 84–85, 99, 119, 124, 135, 146

emocje 73, 80, 125, 156

naśladowanie zachowań 38, 80, 111, 119, 143, 145, 223

niemowlęta 39, 42, 45, 47, 62, 113, 116, 133, 192, 234, 249

nieposiadanie dzieci 91, 93, 158, 208

noworodek 46, 62, 80, 223

obcowanie z kulturą i otoczeniem 16, 20, 29, 37–39, 41, 44–45, 47–48, 118, 192,

obiekt identyfikacji 23–25, 28, 38, 59, 109, 133, 146–147, 193, 195, 233

obiekt przywiązania 10, 19–21, 25, 46, 75, 80–81, 109, 133, 186, 207, 210, 213, 220–222, 227, 237, 243, 249, 259–260

relacja z obiektem 19, 46, 109, 112, 133, 145, 210–211, 243

samotne wychowywanie 70, 98, 145, 209

separacja 59, 109, 142, 148, 193, 211, 261

socjalizacja 27–28, 30, 35–36, 46–47, 67–68, 72–73, 75, 79, 85, 89, 104, 110, 117, 119, 124–126, 128, 131, 136–137, 142–143, 146, 149, 152, 157, 187–188, 192, 232, 246–247

stymulacja 37, 45–46, 62, 80, 156, 192, 220

syn 112, 119, 142–143, 146–147

synchronizacja z opiekunem 248–249

umieralność 46, 145, 233

wielodzietność 70, 156

więź z matką 10, 23, 25, 59, 70, 81, 91, 99, 101–102, 114, 119, 144–145, 148, 151, 154, 172, 193, 195, 204, 210, 235, 243, 247–249, 257

więź z ojcem 10, 25, 114, 119, 144–148, 155–158, 172, 210, 213, 233, 257, 261

wpływ czynników środowiskowych 42, 119

wychowanie 17, 27, 35, 67–71, 73, 78, 80, 91, 93, 97–100, 102, 104, 119, 126, 133, 141, 143, 145–148, 151, 156, 209, 233, 237, 246, 250

wzorce płciowe 47, 68, 119, 125, 129

E

egalitaryzm 14, 112, 153, 207–210, 240–241, 244

emocje 23, 28–34, 63, 70–74, 76–77, 79–80, 84, 87–88, 90, 94, 121–122, 125–126, 130–135, 137, 161–162, 165, 173, 177, 179, 182–184, 186–189, 191–192, 196–201, 203–204, 206, 210, 216–223, 226–228, 230–232, 236–239, 246–247, 250, 253, 258–259, 261–262

agresja 30, 76–77, 90, 95, 109, 121–124, 126, 129, 133–135, 137, 140–141, 143–144, 146, 163, 172–173, 175, 179–180, 188, 192–193, 197, 199, 201, 216, 218, 226–230, 237–238, 242, 248, 261

aleksytymia 132–134, 188, 203, 228

bezradność 86–88, 139, 198, 200, 218, 239, 243, 260

duma 118, 122, 206

dyspozycje emocjonalne 10, 76, 129, 133, 160–162, 164, 167–169, 172, 182, 185, 224

egoizm 21, 175, 188, 228, 239

ekspresja 23, 29–31, 33, 44, 52, 59–61, 66, 68, 70–74, 77, 79–80, 82, 85, 104, 119, 123, 125–126, 165, 171, 175, 178, 184, 186–189, 194, 199, 218, 223, 233, 241, 247, 249, 258–259

emocjonalne zarażenie 222–224

frustracja 76–77, 89, 91–92, 124–125, 130, 140–141, 146, 202, 218, 228, 230–231, 236

gniew 90, 122, 134, 237, 254

impulsywność 175, 180, 188, 197, 228

intensywność emocji 33, 62, 70, 72, 121, 123, 130, 186, 188, 192, 218, 223, 238

irytacja 129, 245

lęk 31, 63, 76–78, 81, 87–89, 96, 124, 128–129, 133, 139, 144, 158, 162–164, 168, 170–172, 175, 178–179, 183, 185–187, 192, 194, 197–200, 210–211, 215, 217, 219–222, 224–227, 254, 258–259

makiawelizm 61, 132–134, 162, 243

mechanizm dzielenia się emocjami 223

- mechanizm kontroli emocjonalnej 200
mechanizm reakcji emocjonalnej 71
napięcie emocjonalne 31, 83–84, 130, 135–136, 138–139, 161, 165, 170, 174, 177–178, 186, 196, 198–200, 215, 218, 220, 236, 238–239, 254, 259–260
negatywne 28, 33, 72, 76–78, 83, 85, 87–88, 90, 122–123, 125, 128–130, 135, 137, 146, 170, 177, 179, 184, 186–188, 192, 196, 198, 201, 217–219, 221, 223–224, 226–227, 230–231, 236, 238–239, 250, 253–254
nienawiść 239–240
niepokój 32, 41, 76–77, 83, 87, 89–91, 111–112, 122–123, 139, 142–143, 163–165, 170, 174, 178, 183, 186–187, 196, 198, 203–204, 217, 219, 222, 228, 231, 239, 261
nieufność 188
 optymizm 29, 31, 87, 104, 139, 175, 180, 218, 240, 255
panowanie nad sobą 96, 121, 126, 163, 188, 253, 255, 261
 pesymizm 218, 238
pozytywne 28, 33, 67–68, 72, 74–76, 87, 90, 121–122, 125, 127–128, 133, 156, 158, 182, 184, 188, 192, 197, 201, 217–219, 223–224, 226, 230, 252–253
przygnębianie 76, 122, 165, 174, 178, 196, 224, 236
radość 157, 206, 244
reakcje emocjonalne 11, 29, 33, 45, 49, 71, 77, 80–81, 83–85, 122, 125, 128, 134–136, 139, 161, 163, 166–167, 176, 182, 187, 195–204, 217, 219–220, 224, 236–238
reaktywność 33, 72, 84, 129, 161, 170–171, 186–187, 219–220
satisfakcja 9, 23, 37, 54, 60–61, 67, 75–76, 81, 87, 92, 101, 108, 120, 125, 130, 138, 140, 143, 153, 155–157, 165, 194–195, 197, 199, 202, 204, 211–213, 215, 220–223, 225–231, 234–235, 242, 244, 248, 251–255, 257–260
smutek 68, 72, 76–78, 123, 219, 224, 230
stan emocjonalny 10, 23, 30, 33, 45, 71, 76–77, 79–80, 90, 122, 161–162, 165, 167–169, 171, 173–176, 182, 185–187, 203, 219, 226, 246
strach 72, 77, 122–123, 221, 227
szczęście 9–10, 21, 58, 67, 72, 75–77, 89, 92, 104, 123, 128, 149, 157, 194, 207, 209–210, 213, 216, 221, 224–226, 230–231, 233, 240, 242, 244, 252, 258, 261
tłumienie emocji 210, 218, 254
ulga 201, 219, 255
w związkach 124–125, 205, 217–220
wrogość 17, 90, 96, 104, 140, 165, 174, 191, 216, 238, 253–254
wstyd 35, 61, 76, 78, 217, 228
wycofanie 52, 85, 135, 141, 179, 182, 184–185, 191, 200, 202–203, 216, 231, 235–240, 253–254, 259–260
zadowolenie 37, 60–61, 67, 73, 75–76, 87, 92–93, 95–96, 101, 104–105, 118, 123–125, 128, 158, 187, 194, 199, 202, 206, 215–216, 220–221, 225–226, 230–232, 236–237, 240, 244, 250–254, 259, 261
zakłopotanie 165, 174, 179–180, 183–184, 189, 197
zazdrość 217, 229
złość 30, 72–73, 76–77, 119, 123–126, 129, 134–135, 140, 143, 165, 174, 202, 217, 219, 230, 236, 239, 245, 253
zmęczenie 141, 161, 165, 174, 179–180, 184–185
zmiennność 16, 64, 165, 168–171, 176, 178–179, 183, 185–187, 192
zmieszanie 165, 174, 179–180, 183–184, 197
znużenie 165, 174, 179–180, 184–185
emocjonalność 9–11, 16, 18, 20–24, 26, 28–35, 45, 47, 49, 57, 60, 67–68, 70–87, 90, 105–107, 109–110, 120–134, 136, 139–140, 143, 146, 149, 154, 156–165, 167–179, 182–213, 217–226, 229–234, 236, 238–242, 245–248, 250, 252–255, 257–262
empatia 29, 40, 45–46, 49, 51, 54–55, 61, 80–82, 89, 96–97, 114, 123, 125, 127, 130, 132–134, 175, 188, 191, 194, 204, 207, 212, 222–230, 239–240, 243–244, 246–247, 261
model empatii 45, 114
- F**
feminizm 16, 26–27, 36–37, 55, 58, 69–70, 89, 93, 103, 105–106, 120, 141, 143, 147, 149, 151, 190–191, 254
postfeminizm 27

funkcja 19, 21, 29–30, 37, 45, 47, 50, 59, 63, 80, 91, 93, 100–101, 113–115, 118, 120, 122, 125–127, 137, 142, 146–148, 192–193, 206–207, 218, 222, 232, 257
społeczna 207

G

grupa społeczna 36, 206–207, 234

H

heteroseksualizm 36, 121, 163, 172–173, 208

homoseksualizm 111, 127, 208

I

indywidualizm 22, 59, 109, 193, 197, 207–210, 212, 241

amerykański 19

dążenie do indywidualizmu 109, 193, 207

samodzielny 19

instrumentalność 34, 44, 52, 85, 109–110, 122–123, 125–126, 132, 134, 137, 199, 233, 241–242

instytucje społeczne 54, 101, 120, 132

inteligencja 39, 41–42, 48, 63, 66, 93–94, 116, 146, 163, 212, 232

emocjonalna 29, 80–82, 90, 128, 132, 134, 158, 187, 232, 247, 253

K

kłamstwo 162, 169–170, 174, 185–186

kobieta 9–10, 15, 22–27, 30, 34–41, 43–45, 47–61, 88–106, 109–123, 125–143, 147–150, 160–163, 166–169, 175–176, 181–182, 185, 189–190, 199, 206, 210, 212–217, 225–227, 231–235, 238, 240–244, 247, 255, 257–262

akademiczka 36, 91

atrakcyjność fizyczna 77, 124

bliskość 109, 245, 247

cechy 24–25, 27, 48–50, 52–54, 62–70, 79–80, 84–87, 102–103, 109, 118, 121, 127, 161, 186–187, 194, 204, 214, 225, 232–233

ciąża 65, 70, 98–100, 114, 120, 204

cykl menstruacyjny 63, 71

definicja 9, 24, 26, 97

dyskryminacja 17, 27, 36, 55, 98, 130, 141, 150, 152, 155

edukacja 36, 50–51, 55–56, 67–69, 89, 99, 135, 144, 148, 233, 240

emancypacja 36, 88, 98, 111–112, 127, 141
emocjonalność 10, 30–31, 33, 45, 47, 55, 59–60, 68, 70–90, 105, 109, 114, 121–123, 125–141, 161, 169–181, 185–204, 214, 220, 222–223, 227, 231–232, 243, 246–248, 258–260, 262

intensywność przeżywania emocji 60, 71–72

intuicja 81, 191, 235, 247

maskulinizacja 44, 89, 93, 112, 121, 143, 190

menedżerka 36, 76, 90–91, 93, 134, 203, 232

poczucie kobiecości 74, 211

pokwitanie 32, 38, 44, 62, 65, 67, 77, 85, 115, 233, 258–259

połóg 65

poród 65, 99–100, 158, 193

pozycja 68, 74–76, 143, 150, 241

praca zawodowa 27, 40, 69, 74, 83–84, 88, 91–106, 120, 149–156, 193, 250, 261

prawa społeczne 10, 22, 27, 36–37, 68, 83, 89, 101, 254

radzenie sobie ze stresem 195–198

rola 36–37, 39, 82–83, 88, 92, 97, 105, 144, 149, 242

ruchy kobiece 88

singielka 91, 93, 98

sukcesu 36, 54, 89, 91–98, 104

tendencje kobiecości 15, 34, 59–60, 65, 67–68, 88, 197, 243

władza 21, 88, 93–94, 97, 121, 240, 242

współczesna 88–106, 189, 191

wykształcenie 55, 69, 98–99, 141, 193

wzorzec kobiecości 15, 23, 37, 58, 68, 79, 88, 94, 96, 109, 215, 255

zarobki 102, 120, 151, 153

znaczenie 72, 126, 149

żona 59–62, 67, 75–76, 87–88, 92, 106, 120, 125–128, 140–141, 143–145, 153, 157, 191–192, 194–195, 201–202, 204, 210, 212, 226–231, 233, 235–236, 238–239, 253, 261

koluzja 207

komunikacja 43–44, 47, 51–53, 62, 66–68, 73, 76, 79, 88, 95–96, 113, 115, 118–119, 131–133, 140, 142–143, 152, 191–193, 211–216, 224–227, 230, 233, 236, 247–248, 261
aktywne słuchanie 52, 131, 214, 254

- asertywność 68, 73, 90–91, 95, 97, 109, 119, 127, 142, 173, 193, 216
- badania 211
- debata 88, 102, 112, 121, 206
- kłótnia 214–215, 217, 219, 230, 235–236, 238, 254
- komunikaty niewerbalne 44–45, 47, 51–53, 66, 73, 79–80, 118, 123–125, 131–132, 192–193, 201, 214, 230, 233, 249–250, 254, 261
- komunikaty werbalne 44–47, 50–53, 62, 66, 73, 77, 79, 83, 90, 113, 115, 117–118, 129, 131, 137, 193, 202, 214, 230, 233, 246, 249
- konflikt 31, 33, 60, 82, 87, 94–97, 105, 132, 136–137, 140, 155, 176, 181, 184, 190, 200, 202–204, 207, 212, 214–215, 221, 224, 226–231, 233, 236–239, 241, 243, 248, 252–254, 257, 260
- negocjacje 79, 87–88, 90, 95–97, 118, 131–132, 193, 247–248, 251
- nieporozumienie 50, 75, 214–215, 231, 254
- pojednanie 51, 82, 88, 215
- prawidłowa 212, 215
- rozmowa 52–54, 68, 73–75, 79, 83, 85, 88, 96–97, 131, 194, 201, 204, 210–212, 214, 228, 238
- słuchanie 52–53, 79, 96, 131, 214, 238, 244, 254
- spór 10–11, 16–18, 25–26, 50, 66, 88, 95, 203, 215–217, 253, 257
- w parze 212–216, 226, 248
- wirtualna 211
- wzorce 79, 96, 215–216, 236, 248
- koncepcja 20–21, 35, 66, 69, 131, 162, 165, 188, 208, 229, 249
- esencjalizmu 27
- instrumentalności i ekspresyjności 44
- konstruktywizmu społecznego 14
- różnorodności 17
- konstrukt Ja 14, 18–24, 30, 37–39, 48, 59–70, 109–122, 127, 149, 163, 207, 244, 257
- ekspresywne 60, 241
- idealne 163
- indywidualistyczne 243
- instrumentalne 241
- motywy 109–110
- niezależne 19–23, 25, 107, 109–122, 241–245
- ofensywne 110
- realne 163
- relacyjne 243–244
- struktura 18–24
- współzależne 19–23, 25, 57, 59–70, 110, 187, 241–245
- zależne 23, 68, 245, 247
- ześrodkowane 262
- konstrukt My 60, 191, 229, 243–244, 262
- kontrola 28–29, 32–33, 52, 54, 60, 63, 70, 72, 84, 90, 103, 105, 119, 121, 123–124, 126, 129–131, 135, 140, 144, 148–149, 162, 164, 166–168, 170–173, 175, 177–178, 180–189, 192–193, 196–197, 199–200, 202–203, 215, 218, 221, 227–228, 231, 236–237, 241, 244, 246, 248, 254, 259
- ekspresji 164, 171, 175, 178, 184, 188, 199
- kultura 14–20, 24–27, 30, 34, 37–41, 47, 51–52, 59, 61–62, 69–70, 80, 88–89, 98, 111, 120–121, 128, 132, 136, 140–141, 149, 157, 189–190, 207–217, 234, 239, 241–244, 246, 252
- czynniki kulturowe 14, 61, 146
- globalna 207–217
- konsumpcyjna 111
- postmodernistyczna 243
- procesy kulturowe 14, 16, 27, 82, 104
- procesy społeczne 16, 19, 26, 68, 72, 82, 104, 126
- rewolucja stylu życia 37, 207
- wzorce 39, 47–48, 111, 118, 121
- L**
- lateralizacja 33, 47, 63–65, 113–115, 118, 192–193, 232, 246
- M**
- macierzyństwo 58, 68–70, 91, 93, 97–101, 105, 112, 119, 154, 204, 242, 250–251
- matka 23, 25, 35, 59–70, 80–82, 84, 88, 91–93, 97, 99–105, 109, 112, 119, 142–148, 156, 191, 193, 195, 209–210, 233, 235, 240–241, 243, 248–250, 257
- mężczyzna 9–10, 14–15, 22–27, 30, 32, 36–56, 63–69, 71–72, 74–75, 79, 88–90, 93–98, 100, 102–163, 174–178, 180–205, 210–215, 220, 225–228, 231–248, 254–255, 257–262
- cechy 34–35, 39, 42–45, 47–56, 63–64, 68, 70–79, 81–88, 90, 93–95, 97, 113–121,

- 126, 128, 131–132, 141–144, 146, 152, 170, 175, 191–195, 210, 235, 261
- definicja 10, 46, 111
- emocjonalność 10, 25, 30–31, 45, 47, 64, 68, 70–73, 76–78, 81–85, 109, 121–137, 143–144, 160–162, 167–168, 174–176, 178, 181–204, 213, 225–227, 230–231, 245–248, 255, 259–261
- imperatywy 120
- kompleksy 111–112
- kryzys 110–111, 144, 194
- marginalizacja 141
- mąż 69–70, 75–76, 108–109, 120, 125, 128, 131, 140, 142, 149, 153, 157–158, 194, 202–204, 227–229, 231–232, 234–236, 238–239, 253, 261
- młodzieńcy 23, 25, 30, 35, 40–42, 44, 48–50, 59, 62, 66–68, 73, 77–78, 80, 87, 102, 109–111, 113, 115, 117–119, 126, 128–131, 135–137, 142–143, 147, 183, 192, 194, 246
- niedojrzałość 141–143
- niezależność 22, 110, 120, 131, 188, 190, 202, 214, 241, 246–247
- odpowiedzialność 108, 112, 119, 124, 127, 130, 135, 143–144, 148–149, 151, 154, 158, 167–168, 177–178, 183, 261
- poczucie męskości 9, 22, 38, 112
- pozycja społeczna 103, 108, 110, 120, 142, 259–260
- przywileje 27, 121
- radzenie sobie ze stresem 84–86, 122, 134–141, 161, 177, 181–185
- rola w rodzinie 108, 112, 119, 122, 130, 141, 143–149, 153–158, 210, 213, 241
- samodzielność 246
- synonim 142
- wartość 118, 143
- wizerunek 141–142, 148
- wzorzec 59, 111–112, 142, 146, 149
- zalety 113–118, 152
- migracje 14, 16
- miłość 10, 18, 21, 70, 74–75, 111, 127, 145, 186, 195, 206, 209, 228, 234–235, 240, 250, 257, 261
- młodociany przestępca 147
- młodzież 24, 35, 38–39, 84, 87, 111, 127, 129, 136–137, 139, 141, 146, 154, 162, 190, 198, 211
- model 23, 28–29, 41, 43, 45, 88–89, 102, 105, 111, 146, 153, 159, 167, 169–172, 174–175, 177, 181, 219, 226, 237, 241
- bliskości 210–213, 229
- czynników emocjonalnych 185, 195, 197, 202
- empatii-systematyzacji 45, 114
- komplementarności płci 232, 262
- regresji 169, 178–180, 183–184
- transakcyjny temperamentu 219
- więzi 220
- życia rodzinnego 108, 146, 209, 241
- motywacja 21, 23–24, 54, 60, 74–75, 89, 95, 110, 126, 128, 132, 146, 152, 156, 163–164, 171–172, 174–175, 178–179, 190, 207, 213, 220–221, 224, 236, 251, 253
- mutacje 46–47, 64, 78
- myślenie 17–18, 26, 29, 31, 35, 37, 55, 64–65, 82, 87, 96, 103–104, 112, 114, 117, 157, 183, 212, 229, 233, 235, 239, 241–243, 246, 249, 259, 261
- analityczne 110
- N**
- nadzieja 108, 139, 217–218, 255
- narcyzm 116, 144, 207
- nastolatek 32, 89, 111, 117, 136, 146–147, 149
- nastrój 23, 63–64, 67, 71, 78, 85, 87, 92, 125, 137, 160, 162, 165, 168, 170, 173–175, 186, 192, 201–202, 204, 219, 222–224, 231, 253
- natura człowieka 19–20, 24–25, 27–28, 85–86, 105, 119, 138, 155, 204, 209, 245
- nauczyciel 68, 119, 150
- nierówności społeczne 36, 56, 69, 94, 98, 120–121, 240, 242
- O**
- ojcostwo 108, 119–120, 141, 146, 156–158, 204
- badania 146–148, 155
- kryzys 108, 120, 141
- marginalizacja 141
- ojciec 25, 54, 59, 103, 108–121, 130, 136, 141–149, 154–158, 191, 194, 204, 209–210, 213, 216, 233, 240–241, 250, 261
- pozytywne aspekty 145, 213
- rola społeczna ojca 59, 144–145, 149, 156–157, 194, 240–241
- tożsamość ojca 109–121, 141

osamotnienie 20, 87, 158, 191, 213, 221, 234, 239, 245, 257
poczucie osamotnienia 175, 210–211, 221
osoba 11, 19, 23, 26, 45, 47, 49, 51–52, 71, 74, 91, 93, 101, 122, 130, 140, 147, 151, 163, 166, 175, 186, 190, 194, 201, 210–211, 215, 217, 219–220, 222, 224, 228, 230, 236, 248, 255, 257, 262
cechy osobowości 33, 40, 48, 59, 127, 133–134, 139, 165, 174, 187, 189, 212, 228
dojrzałość osoby 11, 18–19, 22–23, 30, 39, 46, 62, 65, 91, 93, 99, 152, 158, 194, 197, 200, 203, 225, 248, 250
ekstrawersja 42, 61, 90, 116, 139, 162, 170, 174, 178, 180, 197, 243–244
godność 17, 24, 26, 56, 242, 257, 262
introwersja 162, 170, 174
metafizyka osoby 24
osobowość 10, 18–19, 22, 24, 30–31, 33, 38–42, 47–48, 59, 61–62, 74, 77, 81, 86, 88–89, 92, 94, 109, 116, 121, 125, 127, 133–134, 139, 160–163, 165, 168–169, 174–175, 186–187, 189, 191, 209, 212, 217, 228, 236, 243, 248, 257–258
perspektywa relacyjna 25
zmienność 16, 64, 71, 170, 186–187, 192, 259

P

pandemia 58, 102, 206
perswazja 88, 151
personalizm 23–24, 26, 257
płciowość 10–11, 17, 23–26, 31–32, 34–35, 37–41, 43, 46–47, 59, 62–66, 80, 82, 84, 104–105, 109, 111–112, 114–116, 118–119, 122, 128, 146–147, 150, 192, 195, 198, 203, 232, 235, 241, 245, 257, 262
akceptacja 25, 61, 74, 87, 110, 194, 218, 221, 235, 243, 261
definiowanie 24–28
identyfikacja 23, 25, 38, 59, 62, 68, 147, 193, 208, 233, 247
jako podstawa kultury 26
jako podstawa więzi społecznej 26
rola płciowa 14, 23, 34, 39, 59, 105, 109, 148, 152, 240–241
skrypty płciowe 34
płeć 10, 14, 17, 26–28, 41, 43, 52, 56, 96, 124, 132, 138, 142, 150, 152–153, 155–156, 160–161, 166–178, 181–182, 185, 192–193,

195–196, 198–200, 202–203, 213, 232, 238, 241–242, 245–246, 248, 257–258, 260, 262
biologiczna (sex) 16, 24, 27, 34, 43, 84, 244
definiowanie 24, 27, 84, 161
gender 14, 34
komplementarność płci 191, 232–239, 257–258, 262
konteksty definiowania 150, 167
kształtowanie się płci 16, 24, 27, 72, 126
męska 9, 11, 24, 26, 30, 35, 61, 111, 124, 141, 146, 150, 178, 182, 185, 189, 191–192, 195–196, 199–200, 202–203, 213, 232, 235, 238, 241–242, 245–246, 248, 258, 260, 262
psychologiczna 24, 147
schemat płci 34
wyznacznik tożsamości 15
znaczenie 72, 126
żeńską 9, 11, 24, 26, 35, 61, 75, 82, 97, 124, 150, 178, 180, 182, 185, 190–192, 195–196, 199–200, 202–203, 213, 232, 235, 238, 241–242, 245–246, 248, 258, 260, 262
pokolenie millenialsów 36, 211, 262
poród rodzinny 158
potrzeba 17, 29, 76, 80, 85, 90, 96, 104–105, 155–156, 163, 172–173, 175, 180, 186, 189, 206, 210, 216, 220, 228–230, 235–237, 242–248, 250, 257
afiliacji 20, 96, 163, 172, 175, 179–180, 189–190, 213, 228
akceptacji 17, 23, 76, 170, 187, 194, 243
aprobaty 61, 170, 172, 186–187, 221, 233
autonomii 163, 172–173, 179–180, 197, 210, 233
bezpieczeństwa 123, 259
bliskości 17, 75, 122, 193, 210–211, 242, 253
dominacji 123, 125, 163, 172–175, 186–187, 189–190, 199, 233, 259
ekshibicjonizmu 163
emocjonalne 163, 170, 172–173, 180, 186, 201, 206
heteroseksualna 163, 172–173
intymności 121, 124, 194, 212, 221, 259
materialna 33, 104
motywacji 172, 175
nieujawniania siebie 259

opieki 20, 58, 100, 143–144, 148, 163, 172–173, 183–186
 osiągnięć 163, 172–173, 178–180, 186, 197
 perfekcjonizmu 186
 poniżania 61, 163, 172–173
 porządku 163, 172–173
 przynależności 17, 20, 68, 210, 213, 221, 257
 przywiązania 186, 207, 243, 248
 psychologiczna 162
 relacji z innymi 257
 rozumienia siebie i innych 163, 172–173
 seksualna 230
 tworzenia więzi 17, 59
 ujawniania siebie 212, 259
 uległości 61, 163, 172–175, 186–187, 190
 więzi 21, 257
 wytrwałości 163, 172–173
 zmian 163, 179–180
 praca zawodowa 67, 69, 84, 91, 93, 120, 136–137, 147, 149–150, 153–156, 166, 250
 alternatywne metody 97, 101
 bezrobocie 102
 delegacja 101
 kariera 27, 67–68, 70, 78, 91, 93, 98–99, 103, 105, 120, 153–155, 233, 250
 kobiety 27, 40, 66, 69, 74, 83–84, 88, 91–106, 120, 149–156, 193, 250, 261
 kwalifikacje 98–99, 104, 151
 mężczyzny 130, 137, 149, 155–156
 miejsce pracy 72, 150, 153, 166
 obowiązki 10–11, 84, 92, 99–102, 149, 202, 250–252, 255, 261
 presja 252
 rozwój zawodowy 101, 209, 251
 równowaga zawodowo-rodzinna 84, 91, 93, 154
 samozatrudnienie 97
 środowisko 136, 153, 155
 urlop macierzyński 70, 97, 100–101
 urlop wychowawczy 70, 97, 99, 148, 154
 wzorce zawodowe 240
 zarobki 100, 102, 120, 151, 153
 przemoc 58, 70, 76, 120–121, 129, 143–144, 199, 201, 226–228, 230, 237–238, 254–255, 261
 przywiązanie 10, 19–21, 25, 58, 80–81, 109, 133, 186, 207, 210, 213, 219–222, 227–228, 237, 239, 243, 245, 248–249, 259

R

redukcja nomotetyczna 18
 relacje 15, 17–18, 20, 33–34, 41, 45, 70, 75–76, 79, 84, 93, 112, 127, 129, 136–137, 147, 165, 173, 180, 189, 194, 201, 203–204, 206–208, 213, 216–217, 221–226, 228–229, 231–232, 234–235, 239, 243–245, 250, 257, 259
 bliskości 9, 14, 59, 68, 70, 74–75, 79–80, 84, 106, 122, 133, 136, 156, 191, 193–194, 201, 206–208, 210–213, 222–224, 226, 237, 239–240, 242–245, 247–248, 251, 254–255, 257, 260–262
 budowanie i podtrzymywanie 22–23, 25, 59–60, 69, 79, 108–109, 157, 187, 191, 195, 203–204, 207, 213–214, 235
 dystans 9, 32, 52, 71, 121–122, 125, 146, 166–168, 183–184, 190, 236, 239, 245–246, 259–261
 emocjonalne 59–60, 157, 191, 201, 204, 207, 226, 245, 248
 interpersonalne 17–18, 21, 23, 33, 60, 74, 81–82, 127, 133, 145, 147, 155, 157, 187, 190, 198–199, 201, 207, 212, 221, 232, 239, 242–243, 245, 254, 257, 259–261
 intymne 9, 23, 158, 186, 201, 207, 221, 229, 231–232, 243, 262
 jakość relacji 60, 76, 228, 235
 kohabitacja 148, 207, 209
 komplementarność 191, 195, 232–239, 245, 257–258, 262
 konkubinat 98, 104, 208–209
 małżeństwo 11, 26–27, 54, 67–69, 71, 75–76, 84, 87, 98, 101, 108, 112, 120, 125, 127–130, 140, 145, 149, 154–156, 160, 166, 191, 194–195, 202, 204, 206–210, 212–213, 215–217, 219, 221, 224–232, 234–238, 240, 242, 244–245, 248, 250–253, 258
 nawiązywanie relacji 22–23, 49, 68–69, 79, 87, 131, 157, 175, 187, 190, 194, 212–214, 253, 262
 o wysokiej jakości 213, 221
 powierzchowne 213
 przyjaźń 34, 49, 60, 74–75, 77, 85, 119, 124, 127, 132, 143, 150, 157, 175, 180, 190, 202, 208, 233, 241, 245, 252
 romantyczne 10, 23, 31, 34, 98, 127, 136, 158, 195, 210–211, 214, 217, 220, 225–

- 226, 228–229, 234–235, 237, 240, 242, 248, 258, 262
- satysfakcja z relacji 23, 60, 157, 213, 223, 228–229, 234
- społeczne 17–19, 21, 23, 34, 41, 45, 48–49, 60, 69, 106, 108, 120, 127, 155, 157, 190, 197, 199, 201, 221, 232, 234, 239, 242–243, 245–246, 254, 257, 259–260
- swingersi 208
- wspólnota 18, 20–22, 59–61, 109, 122, 191, 201, 229, 232–233, 244, 258, 261–262
- z bliskimi 9, 14, 17, 19, 58, 68, 83–84, 112–113, 129, 136, 145, 156–157, 172, 201, 203, 207–208, 210–211, 220, 222–223, 232, 237, 239–240, 243–245, 247–248, 251, 254, 257, 262
- zaangażowanie w relacje 197, 226, 229, 231, 245
- rodzice 19, 25, 35, 38, 47, 68, 73, 80, 100, 103, 114, 119, 143, 145, 147, 156–158, 172, 183, 192, 207–208, 212, 216, 236–237, 250, 258
- rodzicielstwo 44, 83, 100–101, 104, 120, 135–136, 143–145, 147, 156–157, 183, 206, 235, 242
- rozwód 89, 98, 104, 141, 148, 153, 206, 208–209, 216, 235, 242
- toksyczni 143
- rodzina 9, 11, 14, 16, 18–19, 37–38, 47, 49, 61, 67, 70, 76, 78, 83–85, 87, 89, 91–93, 97–102, 103–104, 108, 122, 128, 130, 139–140, 142, 144–145, 148–149, 153–158, 160, 176, 181, 183, 189, 191, 195, 197, 206–209, 216, 234–236, 239–241, 244, 250–252, 258, 260–261
- alternatywne formy rodziny 206–209, 229, 242
- badania 9, 38–39, 84, 87, 147, 209, 236, 252
- cykl systemu rodzinnego 236
- definicja 209
- DINKS (Double Income No Kids) 208
- dysfunkcjonalność 236
- jako instytucja 241
- jako wartość 38, 193
- jako wspólnota 258
- kryzys 141
- nuklearna 108
- patchworkowa 208
- rekonstruowana 208
- rozwód 89, 98, 104, 141, 148, 153, 206, 208–209, 216, 235, 242
- tradycyjny wzorzec funkcjonowania 208–209
- układy sieciowe seniorów 208
- wielopokoleniowa 108
- zjawisko „imadła czasowego” 92, 153
- rola 149, 176
- emocjonalności 258
- kobiety 82, 92, 105, 109
- lidera 102, 152
- matki 59, 69
- ojca 59, 82, 142, 145, 148, 156, 241
- opiekuńcza 93, 148, 261
- płciowa 14, 23, 26, 34, 36, 39, 59, 105, 109, 111, 148, 152, 240–241
- podział ról 105, 111
- rodzicielska 25, 59, 101, 119, 124, 137, 144–145, 149, 156, 176, 190
- społeczna 9–10, 14, 25, 35, 37–39, 42, 47, 69–70, 76, 84, 119, 130, 189, 233
- we współczesnym świecie 239–255
- wychowawcza 148
- zawodowa 176
- rozwój 14, 16, 18, 22, 25, 27–28, 30, 37–38, 41, 47–56, 59, 62, 64, 67, 70, 74, 78, 87–89, 98–99, 101, 103–104, 109, 113–115, 117, 133, 136, 153, 192, 195, 198, 219, 244, 254, 257–258
- dziecka 20, 38, 43–47, 66, 80, 91, 119, 145, 156, 176
- interpersonalnej relacyjności 19, 22–23, 211
- jednostki 22, 30, 47, 62, 157, 189, 219, 261
- kobiety 43–44, 50, 59–60, 62, 64, 70, 74, 78, 89, 152, 154, 191
- mężczyźni 43, 50, 64, 78, 106, 109, 113, 115, 154–158, 191
- moralny 66
- motoryczny 113, 115, 192
- osobowy 18, 22, 41–42, 47, 99, 157, 209, 219, 252
- prenatalny 38, 43
- rodzin 189, 208, 261
- samorozwój 21, 58, 109, 219, 243, 250
- własnego Ja 19, 21, 48, 243
- zawodowy 101, 154, 209, 251, 261
- równouprawnienie 36

różnice indywidualne 28–34, 37, 39–56, 59, 66, 71, 74, 161, 174, 185, 187, 220, 257

różnice płciowe 10, 32, 40–41, 62, 65–66, 122, 198, 203, 232, 245–246

antagonizmy 16–17

biologiczne 25–27, 35, 46–47, 62–65, 71, 82, 112–116, 122, 128, 232

dualizm płci 41, 232

emocjonalne 23, 26, 46, 122, 128, 233

ewolucyjne 19, 71, 82, 122, 128, 246

pojęcia do różnic płci 26, 40, 47, 49, 54, 62, 65, 200, 260

pomiar różnic 40

poznawcze 23, 26, 48, 66, 115, 192–193

przyczyny 47–56

psychologiczne 39–40, 48–49, 65–67, 116–118, 120, 234

rola 14, 23, 26, 34, 36, 39, 59, 67, 70, 105, 109, 111, 148, 152, 233, 240–241, 248

różnorodność 25

społeczno-kulturowe 23, 26, 82, 128, 195

w dobrostanie 67, 75–76, 86–87, 128, 213, 235, 252

w doświadczaniu stresu 84, 176

w funkcjonowaniu poznawczym 193

w inteligencji 66, 82, 187

w komunikacji 51, 66, 118, 233

w kontaktach społecznych 49

w myśleniu 31, 40, 63, 114, 233, 259

w pewności siebie 28, 73–74, 91, 93, 95, 98, 118, 126–128, 131, 163, 180, 189, 197

w podziale obowiązków 103, 150, 153–154, 156, 241, 251

w pracy zawodowej 70, 91, 120, 154, 233, 241

w prawach 10, 22, 27, 36–37, 68, 83, 89, 101, 242, 254

w radzeniu sobie z problemami 232

w radzeniu sobie ze stresem 32, 67, 84, 200, 233

w samoocenie 60, 66, 73, 118, 124–126, 130, 143, 170, 186, 194, 196–197, 199–200, 213, 215, 233, 246, 258–260

w strukturach osobowości 9, 28–29, 34–35, 38, 60, 113–114, 133, 247, 257

w stylach porozumiewania się 39, 51–53, 79, 142, 152

w śmiertelności 47, 64–65, 77, 115–116, 129, 194, 199, 233

w środowisku akademickim 55

w tworzeniu relacji 81, 214, 220

w zachowaniu 25, 35, 39, 43–44, 54–55, 68, 73, 76, 93, 110, 113–114, 119, 122, 127, 132, 134–135, 139, 190–191, 195–196, 199, 227–229, 233, 235, 238, 248–249

w zadowoleniu z życia 67, 75, 123, 125, 128, 254, 259

w zdolnościach 48, 50–51, 54, 117, 233

wczesne 24–25

wiek dojrzewania 32, 44, 67, 77, 85, 115, 147, 233, 258–259

wskaźnik umieralności 64–65, 115–116

S

samoocena 60, 66–67, 73, 87, 98, 118, 124–126, 130, 143, 170, 183, 186, 194, 196–197, 199–200, 213, 215, 233, 246, 258–260

mężczyzny 66, 73, 118, 124–126, 130, 183, 233, 246, 259

stereotyp 73, 118

samotność 17, 61, 70, 89, 98, 104, 110, 133, 143, 145–146, 174, 201, 209, 212, 239, 245

osamotnienie 20, 87, 158, 175, 191, 210–213, 221, 234, 239, 245, 257

sfera 24, 26, 36, 41, 54, 58, 68, 73, 75, 82, 88, 92–93, 103–104, 108, 125–127, 133, 136, 143, 155, 187, 189, 233, 237, 241–242, 244, 250–251, 253, 259, 261

biologiczna 24

duchowa 24

psychiczna 24, 33, 187, 189, 225

sprawczość 109, 200

stereotyp 34–39, 68–69, 73, 77–78, 97, 104–105, 135, 151, 153–154, 189–190, 259

podporządkowanie stereotypom 36–37, 48, 71, 78, 97, 133, 233

skutki stereotypizacji 35–37, 94, 96–97

stereotypizacja kobiecości 14, 26, 30–32, 34–39, 48, 50, 53–54, 68, 71, 73, 82, 88, 90, 94, 96–98, 118, 121, 138–139, 190, 240–241, 259

stereotypizacja męskości 14, 26, 30–32, 34–39, 48, 50, 53–54, 65, 71, 73, 88, 90, 98, 118–120, 133, 138, 142, 144, 241, 259

strategia 32–33, 49, 84–88, 135–141, 154, 161, 167–169, 176–183, 185, 196–199, 202, 259–260

dystansowania 168, 182–184, 199–200
emocjonalna 32, 86–87, 139, 177, 195–196, 199
konfrontacji 161, 168
planowego rozwiązywania problemów 161, 168
poszukiwania wsparcia 137, 139, 161, 168, 179–180, 198, 204
przyjmowania odpowiedzialności 168, 180, 196–198
radzenia sobie 28, 32, 84–88, 136, 138–139, 161, 166–169, 176–179, 181–183, 185, 196–198, 202, 209, 231, 236–237, 258–259
rozwiązywania konfliktów 87, 137
samokontroli 168, 184, 199
ucieczki-unikania (ucieczkowa) 32, 87, 137, 139–140, 168, 177–179, 196, 198, 202
zadaniowa 32, 86, 140, 195
stres 10–11, 28, 31–33, 35, 57, 63–64, 67, 77–78, 83–87, 90, 92, 101, 112, 115, 122, 124, 128, 130, 133–140, 145, 156, 159–169, 176–185, 192, 194–204, 213, 217–221, 224, 228, 231, 233, 236, 238–239, 246, 251–255, 257–260, 262
strony 95, 97, 111, 189–190, 218, 245
mocne 95, 97, 189, 218, 245
słabe 111, 190, 218
styl 11, 30–31, 33, 39, 51, 54–55, 57, 61, 64, 66, 68, 79, 83–86, 90, 92–94, 96, 107, 111, 118–120, 131, 135, 137, 139–140, 153, 160–162, 165, 168, 174, 177, 181, 185, 187, 195–200, 202–203, 207, 210, 213–214, 216–218, 220–222, 227, 231, 233, 237, 245, 257–260, 262
afektywny 33, 174, 187, 258
emocjonalny 30, 160, 185, 196, 217, 257–260, 262
językowy 214
komunikowania się 51, 79, 213
kontaktów interpersonalnych 214
lękowo-unikający 210, 221
poznawczy 39, 54
przywiązania 210, 220–222, 227, 237, 259
przywódca 94, 153
radzenia sobie ze stresem 83–88, 134–141, 220, 231
systematyzujący 55

zadaniowy 94, 140, 202, 259–260
synchroniczność 248–249, 253, 260

Ś

ślub 208, 216, 237
śmiech 40–41, 52–53, 72–73, 218
śmierć 20, 46, 77, 115, 199, 224, 233
autodestrukcyjna 20, 211
samobójstwo 35, 115–116, 130, 194, 247
utrata życia 211
wskaźnik umieralności 115, 130, 194, 199
współmałżonka 224

T

temperament 31, 39, 41–42, 44, 133, 139, 186, 192, 219–220
teoria 10, 14–22, 25–26, 29, 32, 34–38, 45–46, 49, 51, 54–55, 62, 81, 83, 105, 127, 133, 150, 186, 194–195, 198, 219, 224–225, 228, 232, 243–245, 248, 259
dopasowania empatycznego 224
dyskryminacji w miejscu pracy 150
empatii-systematyzowania 49, 51, 81, 127, 194, 225, 261
inteligencji emocjonalnej 29, 232
interpersonalnej relacyjności 19, 22
konfliktów 257
mechanizmu umysłowego 45–46
neurotyczności 186
przynależności 36, 212
przywiązania 10, 20, 25, 133, 243, 248
radzenia sobie 32
regulacyjna teoria temperamentu 219
schematu płciowego 34
synergii 244
zależności partnerów w relacji romantycznej 228, 244
tożsamość 9, 15–16, 18–27, 30, 36–39, 44, 59–62, 69, 89–90, 104–106, 108–112, 118–119, 141–144, 146, 149, 156–158, 187, 193, 234, 241, 257–258, 262
androgynia 104–105
definiowanie 9, 18, 229
kryzys 110, 141, 143
kształtowanie się tożsamości u kobiet 9, 15, 22–24, 30, 44, 59–62, 69, 89–90, 105, 111, 193, 234, 241–242, 257
kształtowanie się tożsamości u mężczyzn 9, 15, 22–25, 30, 44, 108–112, 141–144, 156–158, 193, 234, 241, 257

płciowa 36, 38–39, 47, 59, 80, 105, 109,
 111, 118–119, 146, 234
 relacyjna 25
 rozproszona 25, 141
 spójność tożsamości 20, 23–24
 teoria rozwoju tożsamości 38, 89
 wspólnoty 36–37, 262
 związków 187, 262
 treningu socjalizacyjny 246

U

uzależnienie 24, 31–32, 51, 64, 115, 129–130,
 135, 139, 146, 199–200, 204, 217, 231,
 255
 dorosłe dzieci alkoholików (DDA) 216–
 217
 nadużycie 77, 116, 129, 147–148, 199
 nałóg 78, 129, 146, 194, 260
 używki 115–116, 129–130, 135, 138–139,
 143, 146–148, 199, 216–217, 233

W

wartości 9, 15–18, 23–24, 32–34, 38–39,
 41–42, 47, 60, 66–67, 74, 91, 93, 106, 108,
 110–111, 118–119, 122–123, 139, 143–146,
 151–152, 164, 166–168, 177–184, 186, 193,
 197, 199, 206, 208–209, 211–212, 214, 221,
 224, 229, 241–242, 244, 248, 250–252,
 254–255, 257
 hierarchia 38, 121, 131, 153, 168, 170, 174
 moralność 66, 134, 163
 odpowiedzialność 19, 32, 50, 58, 60–61,
 67–68, 78, 93, 98, 101, 108, 112, 119,
 124, 127, 130, 132, 135, 143–144, 148–
 149, 151, 154, 158, 166–168, 177–181,
 183, 185, 192, 194, 196–198, 203, 211,
 222–223, 228, 239, 241, 247–248, 259–
 261
 odwaga 108, 142, 149, 216–217, 244
 poczucie wartości 33, 67, 197, 207, 211,
 221
 rodzina 9, 11, 14, 16, 18–19, 26–27, 35,
 37–39, 42, 47, 49, 54, 61, 67, 70, 73, 76,
 83–85, 87–89, 91–93, 97–104, 108, 112,
 119–120, 122, 124, 127–130, 132, 135–
 136, 139–149, 153–154–158, 160, 166,
 176, 181, 183, 189, 191, 193–195, 197,
 206–210, 213, 216–217, 234–236, 239–
 242, 244–245, 250–252, 258, 260–261

stabilność 74, 83, 139, 152, 162, 164–165,
 184, 192, 201, 208, 213, 226, 246, 261
 szacunek 17, 69, 96, 120, 131, 144, 172,
 206, 212, 233, 242, 254–255, 262
 tradycyjne 15, 88, 108, 208, 241
 troska 9, 20, 27, 40, 59, 61, 66–68, 70, 79,
 89, 108, 134, 145–146, 156–158, 174,
 184, 188, 192, 194, 201, 203–204, 206,
 209, 222, 228, 238–240, 243, 247, 258
 wsparcie 32–33, 54, 58, 60, 76, 79, 82,
 84–87, 124, 127, 132, 135–137, 139,
 145–147, 154, 156–157, 161, 163, 166–
 168, 172–173, 177–180, 183, 185, 187,
 191–198, 201, 203–204, 206, 211, 218,
 233–234, 241–243, 247, 251, 254, 259
 zrozumienie 17, 19, 45–46, 56, 67, 75, 79,
 88, 106, 173, 189, 191, 203, 211, 215–
 216, 226, 229–231, 244, 247–248, 253,
 258
 wielozadaniowość 58
 więź 10, 17–18, 20–21, 24, 33, 53, 56, 59–60,
 68, 75, 79–82, 85, 119, 121, 145, 147–149,
 156–157, 208, 210, 213, 215, 220–221, 223,
 225, 233–235, 239–245, 257–258
 czynniki 221
 emocjonalna 18, 20, 53, 60, 68, 79, 82,
 119, 145, 147, 156–157, 175, 190–191,
 194, 201–202, 204, 207, 210–211, 213,
 245–247, 257
 rodzinna 10, 18, 20, 75, 80–81, 108, 119,
 140, 145, 147, 157–158, 191, 201–202,
 204, 211, 213, 215, 235, 252, 257, 261–
 262
 społeczna 26, 68, 75, 82, 95, 119, 121, 156,
 175, 193, 201–202, 207–208, 211–213,
 223, 231, 233–235, 240, 242–247, 257
 tworzenie 10–11, 20, 24, 56, 59, 69, 79–82,
 158, 190, 220–221, 243, 246, 259
 wina 217, 219
 poczucie winy 77–78, 103, 133, 170, 181,
 186, 196, 228
 wolność 14, 17, 24, 26, 34–35, 58, 71, 105,
 111, 148, 154, 156, 162, 174, 210, 216, 241,
 243–244, 258
 wrażliwość 48, 52, 61, 63, 68, 72, 75–76, 79–
 80, 90, 97, 110, 112, 114, 123–124, 132–
 133, 170, 174, 190–192, 199, 201, 203, 206,
 213, 216, 220, 224–225, 227, 235, 239, 244,
 246–247, 249, 254, 258–259, 261

na ból 62, 232
współzależność 21–22, 37, 60–61, 75, 212,
228–229, 241, 244

Z

zachowanie 19–20, 23, 25, 32, 34–36, 38, 40,
42–46, 53, 59, 61–62, 68, 71, 73, 76, 80, 97,
104–105, 109–110, 113, 119, 135, 137–138,
146, 153–154, 175, 191, 201, 216, 223, 226,
231, 236–238, 243, 246, 248–250, 253–
254, 257, 259
instrumentalne 110, 126, 137, 199, 233,
259

wzorce 20, 34, 42, 62, 246

zakochanie 75, 124, 127, 232

zależność 20, 22, 37, 52, 102–103, 109, 118,
147, 161, 167–168, 170, 182, 185–187, 193,
197, 202, 204, 212, 221, 228–229, 231, 241,
243, 248–249

zaufanie 67, 90, 125, 128, 149, 170, 197, 202,
211, 215–216, 221, 253, 261

zdolności 22, 24, 29–31, 39–41, 44–51, 53–54,
65–67, 80–81, 87, 90, 94, 110, 112–118,
126, 128, 133, 147, 151–152, 172, 192–194,
200, 220, 222, 224–225, 233, 240, 244,
246–247, 250, 253–254, 260–262

adaptacji 14, 16, 20, 29, 45, 83, 104, 140,
186, 190–191, 196, 202, 209, 217, 219–
220, 229, 248, 257

analizy funkcjonowania systemów 49

do cierpliwości 65, 85, 89, 172, 259

do empatii 45, 49, 55, 80–81, 114, 224–225

do miłości 18, 70, 195, 250, 257

do pracy 112, 250

emocjonalne 18, 45, 49, 55, 65, 67, 70, 80–
81, 114, 195, 224–225, 247, 250

intelektualne 66, 118, 152, 219

językowe 50, 65, 114, 192–193

kierownicze 152

kodowania informacji 53

komunikacji 67, 192, 247

matematyczne 50–51, 66, 117–118, 128,
193, 233

niewerbalne 66, 188, 192

perswazji 151

poznawcze 48, 65, 254

przestrzenne 65, 113, 116–117, 128, 193,
233

radzenia sobie 31, 200, 236

społeczne 47, 81, 192, 218, 247

systematyzowania 45, 49, 114, 133, 225

tworzenia i podtrzymywania relacji 29,
44, 113, 248

twórcze 54, 233, 244

werbalne 46, 52–53, 66, 115, 117, 193, 233,
246

wrodzone 41, 46, 54, 247

wytwarzania komórek rozrodczych 24

wzorce 44

wzrokowo-przestrzenne 47, 50, 113, 118,
193

zdrowie 18, 29, 32, 55, 64, 67, 72, 76, 82, 87,
116, 120, 139–140, 148, 150–151, 219, 231,
234, 247, 254

autyzm 44, 46, 114, 132–133

badania 62, 63, 65, 84, 117, 222

budowa mózgu 29, 33, 42–47, 50–51, 63–
66, 81, 83, 113–118, 127, 133, 191–194,
200, 222–223, 225, 232, 246

choroby cywilizacyjne 115, 137, 194, 199,
231, 233, 238

choroby kobiece 64, 238

choroby męskie 115–116, 137, 199, 238

dieta 64, 78

genotyp 41, 62

hormony 26, 28, 42–44, 46, 49–50, 62–
64, 71, 114–115, 192, 200, 224, 238,
261

nerwica 128

neurotyczność 42, 76–77, 89, 123, 139,
162, 169–170, 174, 178–179, 183–187,
199, 217–219, 258–259

ośrodki korowe 222

ośrodki podkorowe 222

psychiczne 64, 162, 169–170, 174–175,
178–179, 188, 197, 203, 228, 233

psychopatia 228

zaburzenia psychiczne 63–64, 66–67, 77–
78, 81, 87, 92, 115, 124, 128, 130, 133,
155, 162, 164, 170–172, 174–175, 186–
187, 192, 194, 200, 202, 213, 217–219,
228, 233, 258

zespół Aspergera 132

zmiana 9, 14, 25–29, 31, 37, 39, 55, 59, 63, 69,
71, 82–84, 89, 91, 99–100, 102–106, 110,
114, 135–136, 148, 151, 153, 155–156, 163,
165, 172–173, 179–180, 197, 206–208, 210,
213, 216–217, 219, 236, 241, 250, 261

- kulturowo-cywilizacyjna 190, 207, 209,
236, 241, 243
płci 25, 35, 39, 105–106
ról społecznych 37, 136, 261
schematu 39
społeczno-ekonomiczne 14, 55, 104, 108,
155, 210, 241
stereotypów płci 14
w sferze biologicznej 28
więzi społecznej 17, 136, 208
życiowa 29
- związki 9–11, 14, 18, 23, 26, 31, 51, 56, 67–
68, 70, 75–77, 81–82, 93, 98, 104, 112,
124–125, 127, 129, 133, 142–143, 153, 158,
166, 182, 189, 193–195, 197–198, 203–204,
206–217, 220–232, 234–250, 253–255,
261–262
dopasowanie w związkach 224, 226, 229,
234–235, 248
międzyludzkie 9, 17, 23, 68–69, 108, 157,
191, 207, 211, 220, 222, 224, 240, 242,
245, 247, 254–255
osób homoseksualnych 127, 208
romantyczne 10, 23, 31, 34, 98, 127, 136,
158, 195, 210–211, 214, 217, 220, 225–
226, 228–229, 234–235, 237, 240, 242,
248, 258, 262
rozwój związków 195
- Ż**
- życie 9–11, 14, 16–17, 20, 22, 25, 29–30,
34, 36–39, 42–46, 48, 51, 55–56, 59,
61–62, 64, 66–67, 69–70, 72, 74–76, 78,
80–93, 97–106, 108–109, 111–113, 115,
117, 119–120, 122–123, 128, 132–133,
135, 137, 140–141, 143, 145, 147–148, 151,
153–158, 160–164, 166, 168–169, 176,
180–182, 184–187, 189, 192–196, 199–200,
202, 207–211, 216–222, 228–230, 234–
235, 237, 239–242, 244–248, 250–255,
258–261
oczekiwania życiowe 67
rodzinne 9, 37, 61, 76, 89, 91, 97, 108, 128,
140, 153–155, 158, 209, 241, 244, 251–
252, 260
rytm 9, 245
sens 17, 91, 240
społeczne 25, 39, 69, 105, 143, 207, 210,
240
tempo życia 92

Opracowała
Paulina Włodarczyk

Spis rycin i tabel

Rycina 1.	Model zależności pomiędzy badanymi zmiennymi	167
Tabela 1.	Zestawienie poglądów dotyczących konstruktów Ja w oparciu o podział dwudymensyjny	21
Tabela 2.	Udział czynników genetycznych oraz środowiskowych w wybranych wymiarach rozwoju osobniczego	42
Tabela 3.	Różnice pomiędzy kobietami i mężczyznami w poszczególnych kompetencjach komunikowania się werbalnego i niewerbalnego	52
Tabela 4.	Procent wykorzystywania poszczególnych strategii przez kobiety oraz ocena efektywności niektórych z nich	86
Tabela 5.	Zestawienie różnic w cechach emocjonalnych kobiet i mężczyzn na podstawie przeglądu badań	123
Tabela 6.	Procent uczących się dziewcząt i chłopców doznających stresu	136
Tabela 7.	Procent wykorzystywania poszczególnych strategii przez kobiety i mężczyzn	138
Tabela 8.	Zmienne uwzględnione w badaniach, ich wskaźniki oraz sposób operacjonalizacji	168
Tabela 9.	Porównanie średnich wyników uzyskanych przez kobiety i mężczyzn w kwestionariuszu EPQ-R	170
Tabela 10.	Porównanie średnich wyników uzyskanych przez kobiety i mężczyzn w kwestionariuszu KKE	171
Tabela 11.	Porównanie średnich wyników uzyskanych przez kobiety i mężczyzn w kwestionariuszu STAI	172
Tabela 12.	Porównanie średnich wyników uzyskanych przez kobiety i mężczyzn w kwestionariuszu ACL	173
Tabela 13.	Porównanie średnich wyników uzyskanych przez kobiety dorastające, młode i dorosłe w dwóch skalach kwestionariusza ACL	174
Tabela 14.	Rodzaje stresów doznawanych przez badane kobiety ($n = 117$)	176
Tabela 15.	Wartości średnich skal WCQ, które różnicowały uzyskane wyniki ze względu na zmienną płci	177
Tabela 16.	Wartości współczynników równania regresji dla wybieranej przez badane kobiety strategii ucieczki-unikania	178

Tabela 17. Wartości współczynników równania regresji dla wybieranej przez badane kobiety strategii poszukiwania wsparcia	179
Tabela 18. Wartości współczynników regresji dla wybieranej przez badane kobiety strategii przyjmowania odpowiedzialności	180
Tabela 19. Rodzaje stresów doznawanych przez badanych mężczyzn ($n = 115$)	181
Tabela 20. Wartości współczynników równania regresji dla wybieranej przez badanych mężczyzn strategii dystansowania	183
Tabela 21. Wartości współczynników równania regresji dla wybieranej przez badanych mężczyzn strategii samokontroli	184
Tabela 22. Porównanie średnich wyników uzyskanych przez kobiety i mężczyzn w kwestionariuszu ACL w dwóch potrzebach – dominacji i afiliacji	190
Tabela 23. Podsumowanie cech dotyczących emocjonalności oraz radzenia sobie ze stresem ze względu na wyniki badania uzyskane dla każdej z płci	203
Tabela 24. Różnice w stylach konwersacyjnych według Deborah Tannen	214
Tabela 25. Zestawienie wybranych cech typowo kobiecych i typowo męskich	232

Monika Kornaszewska-Polak

Emotions and Gender A Study of the Dynamics of Engagement and Distancing in Romantic Relationships

Summary

The monograph is the result of the search for causes and conditions of well-being in close relationships. Some of the intimate relationships are more satisfying than others; they are certainly all heterogeneous, variable, dynamic and interesting. This publication is a voice in a rich discussion of gender, identity, emotionality, social roles and relationship formation. It emphasizes human emotionality as a factor differentiating and bonding close relationships, including intimate ones.

The structure of the monograph reflects the issues which are raised in it: gender – femininity – masculinity – romantic relationships. Numerous attempts to define the sexes and to determine the differences between the sexes against the background of theoretical and ideological disputes have been explained. Additionally, the theme of what connects a woman and a man and how they create intimate ties has been taken up. The division of the chapters into Women and Men is, on the one hand, a simple separation of the two genders, and, on the other, an attempt to compare the differences in order to show their meaningfulness, although attempts have been made to avoid stigmatizing simplifications.

The second important task of the monograph is to present our own research against the background of thematically selected international research. The main aim of the research is to show the emotional nature of women and men and its dimensions: disposition (traits) and emotional state in the context of everyday life stress. The issue of stress is related to the difficulties of everyday life, such as: high school exam, examination session and the stress of adult life – overlapping of social roles and obligations. The research assumed that a different type of emotionality associated with sexual conditions will correlate with different styles of reaction to stress and different ways of dealing with stress.

The first chapter presents the theoretical foundations of gender and individual differences. Reflections on the gender phenomenon began with treating it as an indicator of identity. It points out different ways in which an individual influences the surrounding environment – as a woman or a man; an individual creates reality in a specific and unique way. Describing gender, we are moving both in the contexts of nature as well as culture, which are familiar with biological threads, but also social references. A person becomes fully oneself through the presence of other important people that shape him or her. He/she creates relationships with others that are meaningful to him/her throughout his/her life and often give this life meaning. Hence, the definition of sexuality has been preceded by a description of what identity and constructs of the Self are, as well as by the indication of gender stereotypes in contemporary societies. In this context, individual differences have been treated after Jan Strelau as a common phenomenon characterizing people, leading to the belief that there are no personal traits that would not differentiate individuals in the population. This genetically determined uniqueness, which helps to understand specific forms of human adaptation to the surrounding environment, has been explained mainly on the basis of the functioning of the emotional system in both genders.

Chapters Two and Three, on women and men, are somewhat parallel. Each of them, starting with an explanation of identity-related phenomena, refers to biological, psychological and social perspectives. They highlight the unique dimension of the female interdependent self and the male independent self, as components of the same human nature. In turn, looking at emotional phenomena has served to highlight both similarities in some areas and differences in other areas

between women and men. The importance of those emotional phenomena that specifically distinguish between feminine and masculine behaviour has been emphasised, namely: empathy, emotional intelligence and involvement in helping others. The importance of experiencing and coping with stress by women and men proved to be important in this context. Both chapters conclude with the presentation of a vision of women and men in the 21st century, in which clear gender-related characteristics are beginning to change – both women and men are taking on the features of a new identity, marked by the cultural phenomena of our times. The phenomena of social roles, achieving professional success, maintaining a balance between family and professional life and sustainable development have been assumed to be crucial.

The fourth chapter presents the results of own research on emotionality and the ways of dealing with stress in women and men. It presents the research problem which assumes that there is a link between emotionality, including emotional dispositions and states, and the strategies used to deal with everyday stress in both genders. From the adopted theories of personality and theory of emotion, an assumption has emerged that there is a permanent personality predisposition to respond in a specific way to difficult, problematic or threatening situations. Along with the research issues, a description of the method, research tools, selection of persons, the research model and the research variables have appeared. Presenting the results of the research, the emotional nature of women and men, typical ways of coping with stress and the effect of interaction of these two factors in each gender have been characterized. On the basis of the research conclusions, the female and male type of emotionality and the female and male style of reaction in stressful situations have been proposed and compared.

The importance of emotionality in romantic relationships in the 21st century is described in Chapter Five. Starting from the premises related to the contemporary culture of individualism, egalitarianism and individual freedom, one wondered what closeness is. The ideas of freedom and independence have led to two extreme attitudes: the fear of closeness and the fear of rejection and, consequently, the fixation on autonomy to conceal a deep sense of loneliness. Healthy closeness, also known as interdependence, is more than just the sum of the dispositions of the partners. This area of closeness is defined in the monograph as emotionality treated as a particular kind of intrapersonal resource, in the sense of the dominant emotional style: positive (positive resource) or negative (negative resource). In the positive emotional style, empathy plays a unique role, as both cognitive and behavioural component, which leads to greater involvement and satisfaction with the romantic relationship. The complementarity between woman and man is based on this kind of empathy and engagement in the relationship. In view of the widespread feeling of loneliness, Martin Buber proposed as an antidote an empathic and caring attitude of responsibility for himself and for others. Ultimately, this chapter emphasises the importance of a balance between family and professional life, which is achieved through changes in the work system that have made it possible to combine tasks from different spheres of life more flexibly. This has led to an increase in the general level of quality of life not only for individuals, but also for their families, and has consequently improved the productivity of valuable workers in many areas of the economy.

The monograph seeks to develop such an approach to the importance of gender-related individual differences that leads to the adoption of gender complementarity as a means of complementing in terms of selected characteristics and behaviour (emotional and stress management style). Feminine involvement in conflicts, interpersonal relations, life events, taking responsibility – as a result of emotional attachment and care style – has been pointed out. In turn, the male tactics of withdrawal, distancing, searching for distraction in the face of conflicts and susceptibility to the influence of life events pointed to the emotional style of distancing. These two elements of masculinity and femininity form a complementary system, thanks to which a family and a new life are created. The presented publication stems from the motives of life, passion and work concerning romantic relationships and the difficulties these relationships go through, as an attempt to find an answer to the question of a happy life for the two of them, a woman and a man.

Podziękowania

Chciałam podziękować przede wszystkim moim profesorom, którzy wspierali moje starania w trakcie procesu stawania się naukowcem i nauczycielem akademickim: prof. Marii Ryś, prof. Henrykowi Gasiulowi, prof. Dorocie Kornas-Bieli, prof. Teresie Rzepie, prof. Eugenii Mandal, prof. Janowi Terelakowi i ks. prof. Janowi Bajdzie.

Wielkie podziękowania kieruję na ręce Pani dr hab. Marii Kaźmierczak, profesor Uniwersytetu Gdańskiego, za wnikliwą, rzetelną oraz niezwykle wartościową recenzję monografii. Dzięki niej do monografii zostało wprowadzonych wiele ważnych wątków teoretycznych oraz koniecznych uściśleń. Ponadto Pani Profesor dbała, abym mogła naczelną zasadę pracy – wyśrodkowania pomiędzy różnymi głosami z przeciwnych stron dyskursu o płci – zachować w równowadze.

Pragnę podziękować Ekspertom, pracownikom naukowym polskich uczelni wyższych, którzy mimo swoich licznych obowiązków zgodzili się przejrzeć pierwszą wersję poszczególnych rozdziałów, przesłać cenne komentarze i uwagi do tekstu, a ostatecznie każdy z rozdziałów opatrzyć autorskim wprowadzeniem.

Pani mgr Halinie Kuraś, wieloletniemu Kierownikowi Ośrodka Wspierania Dziecka i Rodziny w Będzinie, chciałam podziękować za trafne uwagi, rozmowy i dyskusje o kształcie i kondycji współczesnej rodziny, ale także nieustannym podążaniu za tym, co w tej rodzinie najbardziej cenne i wartościowe – jedności i bliskości jej członków.

Dziękuję mojej kuzynce Sarze, „do której” pisałam tę książkę, myśląc o wielu młodych dorosłych wchodzących w związki romantyczne i trudzących się kształtowaniem relacji polegających na wzajemnym zrozumieniu, współodczuwaniu oraz współdziałaniu. Wiele naszych wspólnych dyskusji przyczyniło się do większego zrozumienia przeze mnie młodego pokolenia dorosłych. Saro, dziękuję.

Mojej rodzinie, mężowi Jarkowi, dzieciom, teściom, mamie, za ich trud i wkład „materialny” do tej monografii w postaci dawania mi wolnego czasu – poświęconego jedynie na pisanie książki. Powstawała ona kilka lat w trudzie intensywnej pracy naukowej i domowej, kiedy godzenie pracy dydaktycznej – pracy naukowej – pracy w domu – czasu dla rodziny – czasu wolnego (??) było wielce wymagającym i ambitnym zadaniem, które jednak udało się zrealizować z sukcesem. To dzięki Wam i dla Was jest ta książka, która wiele mówi o różnicach płci i emocjach, ale także o więziach i zrozumieniu siebie nawzajem.

Zdjęcia na pierwszej stronie okładki pochodzą z serwisu pixabay.com.
Autorzy: Pexels (1), StockSnap (2, 4), Tammy Cuff (3).

Redakcja
Anna Piwowarczyk

Projekt okładki
Tomasz Tomczuk

Redakcja techniczna
Małgorzata Pleśniar

Łamanie
Grażyna Szewczyk

Korekta
Adriana Szaforz

Redaktor inicjujący
Michał Kompała


Nota copyrightowa obowiązująca do 31.12.2021
Copyright © 2020 by Wydawnictwo Uniwersytetu Śląskiego. Wszelkie prawa zastrzeżone

Sprzymyamy otwartej nauce. Od 1.01.2022, publikacja dostępna na licencji
Creative Commons

Uznanie autorstwa-Na tych samych warunkach 4.0 Międzynarodowe (CC BY-SA 4.0)



Wersja elektroniczna zostanie opublikowana w formule wolnego dostępu
w Repozytorium Uniwersytetu Śląskiego www.rebus.us.edu.pl

 <https://orcid.org/0000-0003-1421-1418>
Kornaszewska-Polak, Monika
Emocje i płeć : Studium dynamiki zaangażowania
i dystansowania w związkach romantycznych
/ Monika Kornaszewska-Polak. - Katowice :
Wydawnictwo Uniwersytetu Śląskiego, 2020

<https://doi.org/10.31261/PN.4001>
ISBN 978-83-226-3990-0
(wersja drukowana)
ISBN 978-83-226-3991-7
(wersja elektroniczna)

Wydawca
Wydawnictwo Uniwersytetu Śląskiego
ul. Bankowa 12B, 40-007 Katowice
www.wydawnictwo.us.edu.pl
e-mail: wydawnictwo@us.edu.pl

Druk i oprawa:
Volumina.pl Daniel Krzanowski
ul. Księcia Witolda 7-9
71-063 Szczecin

Wydanie I. Liczba arkuszy drukarskich: 21,25. Liczba arkuszy wydawniczych: 24,5.
Publikację wydrukowano na papierze offsetowym 90 g. PN 4001. Cena 44,90 zł (w tym VAT).

EMOCJE I PŁEĆ

Książka podejmuje temat kształtowania się relacji romantycznych w kontekście różnic emocjonalnych występujących pomiędzy płciami i opiera się na badaniach własnych. Komplementarność płci uznano za jeden z najważniejszych aspektów spajających związki romantyczne. Monografia porusza problematykę tożsamości, różnic indywidualnych, emocjonalności, ról społecznych i zawodowych oraz strategii radzenia sobie ze stresem kobiet i mężczyzn w aspekcie praktycznym

„Emocje i płeć. Studium dynamiki zaangażowania i dystansowania w związkach romantycznych to pozycja interesująca i społecznie potrzebna. Autorka podejmuje się omówienia tematyki kobiecości i męskości pod lupę biorąc istniejące stereotypy ale i uwzględniając dynamikę zachodzących zmian społecznych, które modyfikują lub redefiniują role, jakie przychodzi wypełniać obu płciom.”

„Wartościowe dzieło prezentujące wszechstronne analizy literatury przedmiotu na temat specyfiki emocjonalnego funkcjonowania kobiet i mężczyzn, podejmujących różne role społeczne, które każdy realizuje w sposób unikalny jednocześnie mierząc się ze społecznymi oczekiwaniami często ową unikalność pomijającymi [...]

„Recenzowana książka to kompendium wiedzy o emocjonalnym życiu kobiet i mężczyzn, a Autorka mierzy się z problematyką niezwykle złożoną i z czasem sprzecznymi tezami i badaniami w tym obszarze”

„W perspektywie zachodzących zmian społecznych, również w Polsce, Autorka ukazuje złożoność procesów godzenia różnych ról społecznych przez kobiety i mężczyzn oraz często bardzo trudną i wielowymiarową sytuację psychologiczną, w jakiej się znajdują. Widać również potrzebę Autorki, aby wskazywać praktyczne wytyczne z badań dotyczące pożądaných społecznie zachowań, które mogą wspomóc w osiągnięciu sukcesu, np. kobiety w miejscu pracy”

Z recenzji dr hab. Marii Kaźmierczak, prof. UG

Cena 44,90 zł (w tym VAT)

ISBN 978-83-226-3991-7



9 788322 639917

Więcej o książce



PATRONAT HONOROWY

 **SEAS Polska**
Polski Oddział Towarzystwa
Badań nad Emocjami
i Przywiązaniem