

## Streszczenie

**Cel:** W literaturze światowej podkreśla się duże znaczenie zazdrości w kontekście związków romantycznych. Opracowano już wiele teorii, definicji oraz określono różne korelaty i predyktory zazdrości. Tymczasem polska literatura dotycząca zazdrości jest bardzo uboga, nie przeprowadzono też żadnych badań nad strukturą zazdrości jako emocji ani jej uwarunkowaniami. Brak jest także narzędzia do pomiaru zazdrości jako emocji. Praca podejmuje tematykę zazdrości rozumianej jako kompleks powiązanych ze sobą emocji, przekonań i zachowań, które są wynikiem zagrożenia dla samooceny i/lub jakości bądź istnienia związku. Zagrożenie to jest wynikiem pojawienia się faktycznego rywala. Celem pracy była identyfikacja struktury emocji zazdrości romantycznej na gruncie polskim. Ponadto celem było określenie zmiennych, które warunkują doświadczanie zazdrości oraz poszczególnych jej składowych. Ponieważ nie opracowano dotychczas w Polsce kwestionariusza do pomiaru emocji zazdrości, celem pracy było również stworzenie takiego narzędzia, które będzie odzwierciedlało strukturę emocji zazdrości romantycznej na gruncie polskim.

**Metoda:** Badanie przeprowadzono w kilku etapach. Wstępny etap badań miał na celu określenie emocji, myśli i zachowań, które wchodziły w skład zazdrości romantycznej na gruncie polskim. Przebadano 111 osób (72 kobiety, 39 mężczyzn). Zadano im pytanie o to, co czują, myślą i robią, kiedy ich partner wykazuje zainteresowanie inną osobą przeciwnej płci. Udzielone odpowiedzi posłużyły do stworzenia 64 pozycji kwestionariusza. Kolejne badanie przeprowadzono na grupie 192 osób (113 kobiet, 79 mężczyzn) i posłużyło do zidentyfikowania struktury czynnikowej tworzonego kwestionariusza. W toku eksploracyjnej analizy czynnikowej uzyskano 4 czynniki. Właściwe badanie korelacyjne przeprowadzono na grupie 503 osób (w tym 277 kobiet i 226 mężczyzn) w wieku od 18 do 40 lat. Na tej grupie także przeprowadzono eksploracyjną analizę czynnikową, która potwierdziła 4-czynnikową strukturę kwestionariusza. Ostateczna jego wersja składała się z 49 pozycji. Dla kwestionariusza obliczono również wskaźniki rzetelności (*alfa* Cronbacha) oraz oszacowano trafność. Celem określenia trafności przeprowadzono analizę korelacji konstruowanego kwestionariusza z Wielowymiarową Skalą Zazdrości w polskim tłumaczeniu Jastrzębskiego (badanie na grupie 96 osób, w tym 56 kobiet i 40 mężczyzn) oraz porównano wyniki z badania pilotażowego ( $N = 192$ ) do wyników grupy

osób w związkach otwartych seksualnie i poliamorycznych (N = 30). Uzyskano wysokie wskaźniki rzetelności w każdej z badanych grup. Potwierdzono korelacje z Wielowymiarową Skalą Zazdrości. W grupie związków otwartych i poliamorycznych uzyskano istotnie niższe wyniki zazdrości. Potwierdza to rzetelność i trafność konstruowanego kwestionariusza. Następnie przeprowadzono analizy korelacyjne z pozostałymi narzędziami badawczymi, które mierzyły zmienne wyjaśniające zazdrość: Inwentarzem Płci Psychologicznej Kuczyńskiej, Kwestionariuszem Stylów Przywiązaniowych Plopy, Skalą Samooceny SES Rosenberga, Inwentarzem Stanu i Cechy Lęku (STAI), Formalną Charakterystyką Zachowania – Kwestionariuszem Temperamentu Zawadzkiego i Strelaua oraz IPIP-BFM-20 i ankietą własną.

**Wyniki:** Na strukturę emocji zazdrości romantycznej składały się 4 czynniki, które nazwano: emocjonalna dewastacja i koncentracja na zdradzie, działania na rzecz ochrony związku, obniżona samoocena i poczucie winy, mściwa agresja. Emocje towarzyszące zazdrości były w dużej mierze podobne do tych zidentyfikowanych na gruncie zagranicznym: złość, smutek, strach, bycie zdradzonym, żal, upokorzenie, zagrożenie. Jednak na gruncie polskim pojawiły się też inne uczucia, jak np.: poczucie zawodu, bycie nieważnym, bycie oszukany, dyskomfort, poczucie niskiej samooceny. Głównymi predyktorami zazdrości okazały się być cechy temperamentu: reaktywność emocjonalna oraz perseweratywność, a także style przywiązania: lękowo-ambiwalentny i bezpieczny. Wysoki poziom pobudliwości emocjonalnej, wysoki styl lękowo-ambiwalentny i wysoki styl bezpieczny pozwalają przewidzieć wyższy poziom zazdrości oraz jej składowych. Ponadto dla czynnika obniżona samoocena i poczucie winy predyktorami były: niska samoocena globalna, niska ocena siebie jako partnera, większa kobiecość psychologiczna oraz większa rozbieżność między oceną atrakcyjności fizycznej partnera a oceną własnej atrakcyjności fizycznej. Z kolei ugodowość była ujemnym predyktorem mściwej agresji a dodatnim predyktorem działań na rzecz ochrony związku. Kobiety doświadczały większej zazdrości niż mężczyźni. Niższej zazdrości doświadczały osoby samotne oraz takie, które nie planują mieć potomstwo z obecnym partnerem.

**Wnioski:** Emocja zazdrości romantycznej na gruncie polskim ma złożony charakter. Emocje w zazdrości wiążą się z koncentracją na złamaniu zasad przez partnera i chęcią zakończenia związku i wówczas pojawia się głównie złość i smutek. Emocje w zazdrości wiążą się również z porównaniami z rywalem i poczuciem winy za zdradę – wówczas pojawia się strach, samotność,

bezsilność. Działania podejmowane w zazdrości mogą iść w kierunku utrzymania związku i przekonania partnera ponownie do siebie lub w kierunku agresji wobec partnera i rywala. Dla trafnego oszacowania zazdrości konieczne jest stosowanie metod wielowymiarowych. Dla przeżywania i ekspresji zazdrości największe znaczenie ma emocjonalność temperamentalna, duża bliskość z partnerem oraz niepewność co do trwałości związku i zaangażowania partnera w związek. Owa niepewność co do trwałości związku wynika nie tylko z lękowo-ambivalentnego stylu przywiązania, ale także niskiej samooceny i wysokiej atrakcyjności fizycznej partnera. Emocja zazdrości jest często emocją silną, szczególnie silnie doświadczane są emocje związane z koncentrowaniem się na zdradzie.

**Słowa kluczowe:** zazdrość romantyczna, struktura zazdrości, związek romantyczny, pomiar zazdrości, uwarunkowania zazdrości

Paulina Bomaszkiewicz