

# Rozwój romantycznych związków w okresie adolescencji

The Development of Romantic Relationships in Adolescence

Wyndol Furman, B. Bradford Brown i Candice Feiring (red.).

Cambridge University Press, New York 1999

Książka została napisana z perspektywy psychologii rozwojowej. Autorzy pokazują, że natura młodzieńcych relacji romantycznych wiąże się ze stanem rozwojowym obydwu osób włączonych w te relacje. Publikacja jest podzielona na 3 główne części zawierające wprowadzenie i wnioski końcowe. Część I składa się z 4 rozdziałów dotyczących różnych procesów w romantycznych relacjach: roli emocji, wymiany społecznej, kognitywnej reprezentacji i seksualności. Część II zawiera dyskusje na temat indywidualnych różnic w romantycznych relacjach, poruszając takie zagadnienia, jak: wrażliwość, odrzucenie, orientacja seksualna i tożsamość płciowa. Część III tworzą rozdziały analizujące różne konteksty społeczne młodzieńcych relacji romantycznych (rodzina, rówieśnicy, kultura i nastawienie).

Książka ukazuje podstawowe pojęcia i zagadnienia, na których powinny się opierać badania dotyczące młodzieńcych związków romantycznych. Niektóre rozdziały są niekompletne, co autorzy tłumaczą nadal trwającymi badaniami. Istotne jest to, że większość autorów pisze o związkach homoseksualnych, lesbijskich i biseksualnych zawieranych przez młode osoby.

Romantyczne związki są nowym i bardzo ekscytującym przeżyciem dla nastolatka. W miarę rozwoju związku młodzi ludzie stykają się z nieznanymi dotąd zachowaniami. Eksperymentują w różny sposób podczas interakcji z innymi i nabywają nowych doświadczeń. Wiele czasu spędzają na myśleniu lub mówieniu o swoich chłopakach czy dziewczynach oraz o swoich związkach. Mogą się zastanawiać, co taka szczególna interakcja może oznaczać oraz w jaki sposób inne osoby odczuwają podobne sytuacje występujące w ich życiu.

Romantyczne emocje mogą zawładnąć życiem nastolatka. Podczas badania jeden z 14-latków stwierdził, że jego uczucie (miłość) jest tak silne, że nie jest w stanie myśleć o niczym innym. Badania pokazują, że wejście w świat romantycznych uczuć wiąże się ściśle ze zmianami biologicznymi, które zachodzą

w okresie dojrzewania. Autorka recenzji ma na myśli zarówno romantyczne pożądanie, jak i pożądanie czysto fizyczne. Jeden z chłopców powiedział: „Przysięgam, obudziłem się pewnego dnia i wszystko się zmieniło. Było tak, jakby ktoś powiesił nad moim łóżkiem wielki napis: SEKS. Od tego czasu ciągle byłem podniecony”.

W okresie dojrzewania młodzież nie tylko zakochuje się częściej, co zwykle wiąże się z doznawaniem pozytywnych emocji, ale zwykle często doświadcza negatywnych emocji. Adolescenci spędzają czas na myśleniu o romantycznym zaangażowaniu na długo przedtem, zanim zaczną spędzać te romantyczne chwile z partnerem. Myślam tym niejednokrotnie towarzyszą takie negatywne uczucia, jak: niepokój, zdrada i rozczarowanie. Na to, jak młodzież radzi sobie w tym trudnym dla niej okresie, istotny wpływ mają procesy społeczne, których młody człowiek doświadcza. Czynniki kulturowo-społeczne wpływają na dobór partnera. Prawie w każdym społeczeństwie jest kreowany model związków heteroseksualnych. W zależności od kultury i czynników społecznych młodzież w różnym wieku podejmuje współżycie seksualne, decyzje o opuszczeniu domu rodzinnego i założeniu własnej rodziny. Badacze zauważyli również, że istotne znaczenie w doborze partnera ma jego lub własna popularność. Młodzi ludzie chcą się dopasować do rówieśników i spełniać oczekiwania grupy.

W krótkim okresie młodzi dorośli mogą odczuwać zadowolenie, stwierdzając — czuję się świetnie, świat jest wspaniały, a po chwili czuć rozczarowanie, rozpacz i udrękę. Tak silne przeżywanie różnych emocji nie przeszkadza nastolatkom w zawieraniu związków, jednego po drugim, często w bardzo krótkim odstępie czasu. Młodzież taką huśtawkę uczuć porównuje do jazdy na kolejce górskiej. W tym miejscu badacze podkreślają, że taka „przejażdżka kolejką” może mieć duży wpływ na ich całe późniejsze życie.

Osoby, które są szczęśliwie zakochane, bywają bardziej wspaniałomyślne, szybciej podejmują decyzje, są efektywniejsze w działaniu. Dobry nastrój

wzmacnia pewność siebie. U młodych ludzi ekscytacja związana z romansem wpływa na ich motywację. Często dzięki niej mówią, że czują, że żyją i że to życie jest coś warte. Romans oraz możliwość romanse wprowadzają w dobry nastrój.

Badacze zwrócili również uwagę na doznania fizyczne w związkach. Pozytywny nastrój zmniejsza umiejętność oszacowania ryzykownych zachowań seksualnych, które mogą prowadzić na przykład do niechcianej ciąży. Ponadto brak doświadczenia i mała umiejętność panowania nad swoimi emocjami powodują, że adolescenty są łatwym celem do manipulacji.

### Efekty negatywnych emocji

Negatywne emocje, które towarzyszą młodym w trakcie trwania związku, takie jak: zazdrość, złość, chciwość, są prawdopodobnie nie do uniknięcia, szczególnie w przypadku krótkotrwałych związków. Badania donoszą, że osoby nieszczęśliwe wykazują systematyczność i jednorodność w myśleniu, są skupione na detalach, popadają w depresję, której towarzyszy intensywne skupienie się na sobie. Charakteryzują się brakiem podejmowania inicjatyw. Osoby z depresją gorzej przyswajają informacje z zewnątrz, ponieważ ich myśli krążą wokół „nieszczęścia”, które je spotkało. Często mówi się o takich sytuacjach, kiedy uczniowie opuszczali się w nauce, ponieważ przeżywali trudny okres w swoich związkach partnerskich. Rozstanie jest niewątpliwie stresującym przeżyciem dla nastolatka. Takie negatywne emocje dotyczące związku silniej mogą odczuwać osoby, które są w związkach homoseksualnych. Młodzi dorośli o orientacji heteroseksualnej mają do czynienia z różnymi wzorami związków intymnych, seksualnych, które pochodzą z telewizji, filmów czy książek. Młodzi mają poczucie, że ich związki są normalne, takie jak wszędzie. Adolescenty zakochani w osobie tej samej płci żyją w przeświadczeniu, że nie jest to ani normalne, ani pożądane. W konsekwencji niektórzy z nich starają się ukryć swoją orientację, wchodząc w związki heteroseksualne. Nie wiedzą, co mają zrobić ze swoimi uczuciami, a nawet jak wiedzą, to mają świadomość, że nie mogą ujawniać tych uczuć publicznie, gdyż spotkają się z dezaprobatą ze strony otoczenia. Bardzo często popadają w depresję, towarzyszy im ciągły smutek, a nawet zdarza się, że wielu z tych młodych ludzi popełnia samobójstwo.

Zarówno pozytywne, jak i negatywne emocje występujące w romansach nastolatków mogą mieć średnie nasycenie i trwać krótko, ale mogą również być bardzo silne i trwać bardzo długo.

Należy zwrócić uwagę na fakt, że romans i więź seksualne u nastolatków mogą mieć również i ciemne strony. Romantyczna więź zazwyczaj jest obustronna i zgodna, ale więź seksualna nie zawsze taka musi być. Presja seksualna i formy wymuszeń mogą przyjmować różne oblicza. Wiele nastolatków doświadcza presji seksualnej ze strony partnerów, z którymi się spotykają. Te formy przemocy objawiają się przez delikatne werbalne lub niewerbalne przekazy, przez przemoc fizyczną i gwałty na randkach. Najczęściej, kiedy dochodzi do gwałtu na randce, obydwie strony zdają sobie sprawę z popełnionego przestępstwa, ale zdarzają się i takie przypadki, kiedy nastolatka daje partnerowi tak zwany dowód miłości (często wbrew sobie), mając nadzieję, że to scali ich związek oraz wzmocni panujące między nimi uczucie. Niektóre badania wykazują, że zarówno mężczyźni, jak i kobiety rzadko definiują zaistniałą sytuację jako gwałt, nie chcą wskazać partnera jako jego sprawcę, kiedy są w stałym związku lub wcześniej doświadczyli przemocy seksualnej. Dowody wskazują na to, że tego typu wymuszenia seksualne mogą mieć zły wpływ na rozwój nastolatka, włączając późniejsze romantyczne i seksualne związki.

Zarówno w przyrodzie, jak i w różnych kulturach można się spotkać z różnymi rodzajami związków. Oblicze i intensywność romantycznego zauroczenia są zmienne. Podczas okresu dojrzewania niektóre jednostki są bardziej zainteresowane tworzeniem romantycznych związków, niektóre mniej. Kolejność doświadczeń nie jest ustalona i często zależy od przypadkowych spotkań i wydarzeń. Niektórzy są bardziej skłonni do zaangażowania się w związki długotrwałe niż inni, ale jest to również zależne od tego, jak często te osoby spotykały tę „właściwą osobę”.

Najpierw pojawia się miłość, potem małżeństwo, następnie dziecko. Taki model można przyporządkować wielu długotrwałym związkom, ale nie wszystkim. To pokazuje, że zmiany rozwojowe nie mogą być traktowane jako uniwersalne, ale można wskazać wspólny etap związany z ich powstawaniem, a w konsekwencji odsłonić niektóre procesy zachodzące w powstałych związkach. Przeważnie mówi się o procesach występujących w związkach heteroseksualnych. Jednak wiele z tych idei ma zastosowanie przy analizie związków homoseksualnych. Oczywiście można się spodziewać także istotnych różnic. Pasjonowanie się przyjaźnią platoniczną czy intensywny związek mogą być ważniejsze dla młodych lesbijek, gejów, biseksualistów niż dla młodych osób heteroseksualnych.

Partner romantyczny może stać się główną postacią w uzupełnianiu więzi, zapewnianiu opieki i stymulowaniu zachowań seksualnych. Nastolatek może występować w roli osoby uzupełniającej więź, która od

czasu do czasu jest czynnikiem odstresowującym. Jego partner może ofiarować podobne wsparcie, zapewnić komfort i otaczać go opieką.

Młody dorosły może się zwrócić do partnera z prośbą o towarzystwo i przyjaźń oraz aby stworzyć więź romantyczną. To wszystko daje sposobność do współdziałania — wzajemnego altruizmu i budowania związku. Następnie poszczególne osoby mogą się zwrócić do partnera w celu seksualnego zaspokojenia. Oczywiście wiele z tych funkcji niekoniecznie musi występować razem.

Partner romantyczny staje się częścią związku, ma w nim określoną pozycję i w miarę rozwoju związku stopniowo wzrasta jego znaczenie (pozycja). Na przykład we wczesnym etapie rozwoju romantycznych relacji poszczególne osoby mogą darzyć swojego partnera stosunkowo małym zaufaniem. Natomiast w miarę poszerzania ich wspólnej więzi poziom ufności wzrasta. Zmiany tego typu można zauważyć nie tylko w obrębie jednego związku, ale w przypadku bardzo wielu związków romantycznych. Zatem jednostka staje się starsza, nabywa większego doświadczenia i dorasta. W rozmaitych związkach stara się lepiej wykonywać wszystkie funkcje z nimi związane niż kiedy była młoda i mniej doświadczona.

Jednym z powodów zmiany pozycji w związku jest to, że nastolatki i młodzi dorośli dowiadują się, w jaki sposób mogą uzyskać wsparcie ze strony partnera, jak pogłębiać więzi, jak otaczać opieką lub jak za-

pewnić seksualne spełnienie. On/Ona robią niektóre rzeczy częściej i bardziej zręcznie. Przed okresem dojrzewania większość dzieci ma stosunkowo ograniczony kontakt z drugą płcią. W tym okresie tworzą się grupy rówieśnicze, kryterium doboru stanowi płeć. W konsekwencji segregacja typu chłopcy i dziewczęta pozwala dzieciom rozwijać różne metody manipulacji i stosować je, aby wpływać na rówieśników tej samej płci. Z początkiem okresu dojrzewania dzieci zaczynają się interesować płcią odmienną. Muszą zdecydować, jakiego rodzaju więzi potrzebują — więzi romantycznej czy przyjaźni. W przypadku więzi romantycznej jest to zupełnie nowy rodzaj związku, a w przypadku przyjaźni, mimo tego, że już ją wcześniej zawierali, muszą się liczyć z tym, iż ta druga osoba ma inny styl działania, uwarunkowany wcześniejszą segregacją płciową. Oprócz tego muszą „zaadresować” seksualne oczekiwania, które odczuwają. Młode lesbijki, geje i biseksualiści stają wobec dodatkowego wyzwania — określenia, która z płci jest dla nich atrakcyjniejsza.

Podsumowując, młode osoby muszą przeanalizować swoją reakcję na drugiego człowieka, określić swój status w grupie, rozważyć, czy to, co przeżywają, jest romantycznym uniesieniem i czy ta osoba jest tą właściwą osobą. Jest zrozumiałe, że są to kompleksowe zadania, wczesne oddziaływania i związki w formie eksperymentalnej.

**Katarzyna Pawłowska**

Członek Polskiego Towarzystwa Seksuologicznego  
Słuchacz Podyplomowego Studium Wychowania  
Seksualnego przy Uniwersytecie Warszawskim