

Czy intymność, namiętność i zobowiązanie kształtują satysfakcję seksualną seniorów? Wyniki badania eksploracyjnego

Do intimacy, passion and commitment
shape the sexual satisfaction of seniors?
Results of the exploratory study

Rafał Gerymski, Katarzyna Skałacka

Instytut Psychologii, Uniwersytet Opolski

Streszczenie

Wstęp: Seks stanowi manifestację relacji miłosnej pozwalającą na osiągnięcie pełni miłości. Seks osób starszych bywa jednak często pomijany lub niedoceniany w dyskusjach nad ludzką seksualnością. Aktywność seksualna w wieku senioralnym jest formą wyrażania uczuć i bliskości, ale również wzajemnej lojalności i zaufania. Ma również właściwości prozdrowotne. Badacze twierdzą, że aż 67% osób starszych jest zadowolonych ze swojej aktywności seksualnej.

Materiały i metody: W badaniu wzięły udział 83 osoby w wieku 61–81 lat, 33 mężczyzn oraz 55 kobiet. Byli to członkowie Uniwersytetu Trzeciego Wieku oraz różnych kół zainteresowań dla osób starszych. Aktywność seksualną deklarowało 68% kobiet oraz 70% mężczyzn. Badani wypełniali kwestionariusze samodzielnie lub przy wsparciu przeszkolonych pomocników. Trzy komponenty miłości były mierzone za pomocą kwestionariusza Wojciszke. Dodatkowo badanym przedłożono autorski kwestionariusz zawierający pytania dotyczące ich wieku, płci, częstotliwości kontaktów seksualnych na przestrzeni ostatniego miesiąca oraz pół roku. Seniorzy zostali również poproszeni o ocenienie własnej satysfakcji seksualnej na pięciostopniowej skali.

Wyniki: Zadowolenie z aktywności seksualnej seniorów istotnie dodatnio skorelowane z liczbą preferowanych aktywności oraz trzema komponentami miłości. Wykazano istotną ujemną relację pomiędzy wiekiem a częstotliwością kontaktów seksualnych. Częstsze kontakty intymne na przestrzeni ostatniego miesiąca oraz różnorodność form podejmowanych aktywności stanowiły najlepsze istotne predyktory satysfakcji seniorów z ich sfery seksualnej. Płeć osób badanych nie różnicowała żadnej z badanych zmiennych. Eksploracyjna analiza skupień metodą k-średnich wykazała, że wyniki osób badanych tworzą dwa główne klaster. W skład pierwszego skupienia wchodziły wyniki trzech komponentów miłości, zaś drugiego bycie w relacji intymnej, częstotliwość kontaktów seksualnych, zadowolone ze sfery seksualnej seniorów oraz różnorodność form aktywności seksualnej.

Wnioski: Wynik analizy skupień skłania do dogłębniejszej eksploracji podejścia seniorów do podtrzymywania kontaktów intymnych. Należałoby dokonać dalszej eksploracji zmiennych pośredniczących w relacji pomiędzy komponentami miłości a satysfakcją seksualną seniorów.

Słowa kluczowe: seksualność, satysfakcja seksualna, osoby starsze, komponenty miłości, namiętność, intymność, zobowiązanie

Seksuologia Polska 2018; 16 (2): 43–50

Adres do korespondencji: Rafał Gerymski

Instytut Psychologii

Uniwersytet Opolski

Plac Staszica 1, 45–052 Opole

e-mail: rafal.gerymski@uni.opole.pl

Nadesłano: 28.02.2018 r.

Przyjęto do druku: 20.12.2018 r.

Abstract

Introduction: Sex is a manifestation of a relationship that allows you to achieve the fullness of love, however, the sex of the elderly is often overlooked or underestimated in discussions on human sexuality. Senior's sexual activity expresses feelings and closeness, but also mutual loyalty and trust. It also has pro-health properties. Researchers say that up to 67% of older people are satisfied with their sexual activity.

Material and methods: 83 people aged 61–81 (33 men and 55 women) participated in the study. They were members of the University of the Third Age and various circles of interests for the elderly. 68% of women and 70% of men declared being sexually active. The participants completed questionnaires independently or with the support of trained helpers. The three components of love were measured using the Wojciszke's questionnaire. In addition, the respondents filled a questionnaire containing questions about their age, gender, frequency of sexual contacts over the last month and six months. The seniors were also asked to rate their own sexual satisfaction on a five-point scale.

Results: Seniors sexual satisfaction was significantly positively correlated with the number of preferred activities and the three components of love. There was a significant negative relationship between age and the frequency of sexual contacts. More intimate contacts over the last month and the variety of forms of activities were the best predictors of seniors' satisfaction from their sexual sphere. The gender of the participants did not differentiate any of the variables studied. Exploratory cluster analysis using the k-means method showed that the results of the participants form two main clusters. The first cluster includes the results of the three components of love and second one being in intimate relationship, the frequency of sexual contacts, seniors sexual satisfaction and the diversity of forms of the sexual activities.

Conclusions: The result of cluster analysis leads to deeper exploration of seniors' approach to maintain intimate contacts. It would be necessary to further explore the intermediary variables in the relationship between the components of love and sexual satisfaction of seniors.

Key words: sexuality, sexual satisfaction, older adults, components of love, passion, intimacy, commitment

Seksuologia Polska 2018; 16 (2): 43–50

Wstęp

Fromm [1] uważał miłość za sztukę, która jest aktywną siłą wewnętrzną człowieka. Według niego można ją opanować (nauczyć się jej) tylko poprzez ciągłe działanie. Zdaniem Sternberga [2, 3] miłość składa się z trzech komponentów: intymności, zobowiązania i namiętności. Intymność odnosi się do panujących w związku uczuć, takich jak bliskość czy ciepło. Jest wyrazem szacunku wobec partnera i wzajemnego zrozumienia. Intymność buduje przywiązanie partnerów i jest formą okazywania wzajemnego wsparcia. Wywodzi się ona z emocjonalnego zaangażowania w związek. Zobowiązanie oznacza decyzje i działania, które służą utworzeniu i podtrzymaniu stałego związku — jest to inaczej zaangażowanie w relację miłosną. Namiętność zaś odnosi się do podniecenia obecnego w relacji miłosnej, wyzwającego pożądanie, potrzebę fizycznej bliskości czy kontaktów intymnych. Jest wzajemnie powiązana z seksem, stanowi jednak odrębne zjawisko. Może zawierać w sobie zarówno emocje pozytywne, jak i negatywne. Wspomniane trzy składniki miłości są ze sobą powiązane i wzajemnie na siebie oddziałują. Sternberg [2] sugeruje, że ludzie mają świadomą kontrolę nad zaangażowaniem w związek, ale tylko umiarkowaną kontrolę nad intymnością i słabą kontrolę nad namiętnością panującą w związku. Co więcej, Sternberg zakłada, że zaangażowanie

w relacji miłosnej wzrasta wraz ze stażem tej relacji, a jego poziom w perspektywie czasu jest stabilny [2, 3]. Założenie to zostało potwierdzone empirycznie między innymi przez Acker i Davisa [4]. Udowodniono również, że pozostałe komponenty miłości (namiętność i intymność) z czasem słabną [4, 5].

Seks stanowi manifestację relacji miłosnej pozwalającą na osiągnięcie pełni miłości [6]. Od wieków znajduje się w centrum zainteresowania człowieka, chociaż stanowi jedną z najbardziej skrytych części jego sfery intymnej [7], która jeszcze do niedawna była tematem tabu [8]. Stanowi ważny element ludzkiego życia [9]. Uprawiany jest z różnych powodów. Aktywność seksualna może być formą potwierdzenia własnej seksualności, zemsty, redukcji nudy, jak i również sposobem okazywania sobie uczuć [10], a nie tylko sposobem osiągnięcia orgazmu. Sprawność seksualna pozwala na zachowanie i budowanie bliskości między partnerami [11], a czerpana z niej satysfakcja jest związana z zaangażowaniem w relację miłosną partnerów [12] i ogólną satysfakcją z pielęgnowanego związku [13].

Gerontologia społeczna poświęca dużą uwagę problematyce jakości życia osób starszych. Skupiając się na wymiarze psychospołecznym okazuje się, że wiek starszy powinien być spostrzegany raczej jako nowa możliwość rozwojowa niż ograniczający etap życia [14]. Istnieje jednak wiele stereotypów i negatywnych wyobrażeń na temat starości, które najczęściej zaprzeczają

ją aktywności osób starszych czy ich dążeniu do realizacji własnych pasji czy potrzeb [15, 16]. Jedną ze sfer życia nadal objętą tabu jest sfera seksualności seniorów. Seks osób starszych bywa często pomijany i niedoceniany w dyskusjach nad ludzką seksualnością [17], a życie intymne osób w wieku senioralnym rzadko znajduje się w centrum zainteresowań badaczy [18]. Istniejące badania pokazują jednak, że seks w wieku podeszłym pozytywnie wpływa na funkcjonowanie człowieka i podnosi jego samopoczucie [19], ale również może mieć właściwości prozdrowotne [20]. Podnosi poziom wydzielanych hormonów płciowych oraz daje seniorom poczucie młodości [21]. Ponadto aktywność seksualna osób starszych (nawet tych cierpiących na różne problemy zdrowotne) jest możliwa do późnych lat życia między innymi dzięki dostępności farmakologii wzmagającej sprawność seksualną seniorów [11]. Z badań wynika, że aż 52% osób po 60. roku życia jest aktywnych seksualnie [22], jednak aktywność seksualna zmniejsza się wraz z wiekiem [22, 23], a jej brak częściej dotyczy kobiet [22]. Wisłocka twierdzi jednak, że chęć kontaktów seksualnych u kobiet pozostaje do późnej starości [19], natomiast DeLamater i Karraker [24] pokazali, że rosnące z wiekiem obawy związane z funkcjonowaniem seksualnym dotyczą przede wszystkim mężczyzn (wśród kobiet są mniej powszechne). Wyniki badań wykazują, że zmiany somatyczne związane z wiekiem mogą wpływać na zmniejszenie częstotliwości kontaktów seksualnych, jednak pożądanie, zarówno u mężczyzn, jak i kobiet, przez całe życie pozostaje stabilne [25]. Nie powinno to dziwić, gdyż — jak wykazali Starr i Weiner, ponad 90% osób powyżej 60. i 80. rż. wciąż myśli o seksie [18, 26].

Czerpana z kontaktów intymnych satysfakcja seksualna może być związana z zadowoleniem ze związku, panujących w nim uczuć [27], jak i również odczuwaniem odwzajemnionej miłości czy różnorodnością kontaktów seksualnych [28]. Jest ona również związana z komponentami miłości: intymnością i zaangażowaniem [27, 29]. Z badań wśród osób w wieku 21–75 lat wynika, że przywiązanie może stanowić predyktor satysfakcji seksualnej [30]. Co więcej, Rubin i Campbell donoszą, że częstotliwość kontaktów seksualnych oraz satysfakcja seksualna są związane z poziomem intymności [31]. Potwierdzają to również Štulhofer z zespołem, a także Haning i wsp. [32, 33], zwracając uwagę na istotę intymności w ocenie satysfakcji seksualnej. Również zaangażowanie w związek jest istotnie związane z satysfakcją seksualną, jak donoszą badacze z Iranu [34]. Natomiast z analiz Komorowskiej-Pudło [35] wynika, że wszystkie trzy komponenty miłości (intymność, namiętność i zobowiązanie) są istotnie skorelowane z satysfakcją seksualną kobiet i mężczyzn [35].

Laumann i Waite [36] twierdzą, że u członków starszych grup wiekowych większe zadowolenie ze związku (oparte na uczuciach odnoszących się do intymności i zaangażowania) wiązało się z większym poziomem pożądania, zainteresowania i poczucia przyjemności. Ze względu na postępujące procesy starzenia formy aktywności seksualnej osób starszych przybierają różne formy i najczęściej są odmienne od tych preferowanych we wcześniejszych fazach życia [37]. Osoby starsze mogą czerpać przyjemne doznania nie tylko z seksu klasycznego — jak donoszą DeLamater i Karraker [24] również aktywności niegenitalne, takie jak petting, mogą dawać seniorom satysfakcję oraz pozwalają na podtrzymanie relacji intymnej z drugą osobą. Hooyman i Kyak [38] zwracają uwagę również na istotny wpływ pocałunków, przytulania i wspólnego leżenia partnerów na ocenę intymności i satysfakcji seksualnej osób starszych. Badacze twierdzą, że aż 67% osób starszych jest zadowolonych ze swojej aktywności seksualnej, a do istotnych jej predyktorów należały między innymi utrzymywanie aktywności seksualnej, dobre zdrowie psychiczne [39] czy częstotliwość kontaktów seksualnych [40].

Na podstawie przytoczonej literatury można stwierdzić, że sfera seksualna osób starszych zasługuje na dalszą eksplorację w celu znalezienia szczegółowych zależności w niej zachodzących. Autorzy niniejszej pracy uważają, że wśród osób badanych będzie można zaobserwować istotny dodatni związek pomiędzy satysfakcją seksualną a komponentami miłości (H1) oraz istotny dodatni związek pomiędzy różnorodnością form kontaktów seksualnych a satysfakcją seksualną (H2). Dodatkowo twierdzą, że częstotliwość kontaktów seksualnych będzie istotnym predyktorem satysfakcji seksualnej osób starszych (H3).

Materiał i metody

W badaniu wzięły udział 83 osoby w wieku 61–81 lat (M [mean] = 66,4; SD [standard deviation] = 5,2), 33 mężczyzn ($M_{\text{wiek}} = 67,6$; $SD_{\text{wiek}} = 5,3$) oraz 55 kobiet ($M_{\text{wiek}} = 65,7$; $SD_{\text{wiek}} = 5,05$). Byli to członkowie Uniwersytetu Trzeciego Wieku oraz różnych kół zainteresowań dla osób starszych, z których 68% kobiet ($n = 34$) oraz 70% mężczyzn ($n = 23$) zadeklarowało aktywność seksualną. Wszyscy seniorzy byli aktywni w różnych sferach swojego życia, samodzielni oraz nieobciążeni fizycznie i psychicznie. Osoby badane wyraziły świadomą zgodę na udział w badaniu oraz zostały poinformowane, że badanie może zostać przerwane przez nich w dowolnym momencie.

Badani wypełniali kwestionariusze samodzielnie lub przy wsparciu przeszkolonych pomocników. Trzy komponenty miłości mierzono za pomocą kwestionariusza

Wojciszke [3, 41], który bazuje na trójczynnowej koncepcji miłości Sternberga [2]. Kwestionariusz zawiera 36 pytań odnoszących się do intymności, namiętności i zaangażowania, do których osoby badane odnoszą się z użyciem siedmiostopniowej skali, gdzie wyższy wynik oznacza, iż dane stwierdzenie lepiej wyraża uczucia badanego do swojego partnera. Oryginalny kwestionariusz Sternberga okazał się bardzo rzetelny [42], podobnie kwestionariusz Wojciszke — α -Cronbacha = 0,97, ω -McDonalda = 0,98. Dodatkowo badani wypełniali autorski kwestionariusz zawierający pytania dotyczące ich wieku, płci, częstotliwości kontaktów seksualnych na przestrzeni ostatniego miesiąca (0 — wcale, 1 — raz w miesiącu, 2 — 2–3 razy w miesiącu, 3 — raz w tygodniu, 4 — dwa/trzy razy w tygodniu, 5 — codziennie) oraz pół roku (0 — wcale, 1 — 1/2 razy w przeciągu pół roku, 2 — 2/3 razy w przeciągu pół roku, 3 — 4/5 razy w przeciągu pół roku, 4 — więcej niż 5 razy w przeciągu pół roku). Badani zostali poproszeni o ocenienie własnej satysfakcji seksualnej na pięciostopniowej skali, gdzie: 1 — jestem bardzo niezadowolony ze swojej aktywności seksualnej oraz 7 — jestem bardzo zadowolony ze swojej aktywności seksualnej. Badanych poproszono również o określenie preferowanych form kontaktów intymnych.

Wyniki

Zadowolenie z aktywności seksualnej seniorów było istotnie dodatnio skorelowane z liczbą preferowanych

aktywności oraz trzema komponentami miłości. Zauważono istotny dodatni związek liczby preferowanych aktywności seksualnych z częstotliwością kontaktów na przestrzeni ostatniego miesiąca i pół roku oraz zadowoleniem seniorów z ich sfery intymnej. Wykazano istotną ujemną relację pomiędzy wiekiem a częstotliwością kontaktów seksualnych, namiętnością i różnorodnością form podejmowanych aktywności seksualnych (tab. 1).

Różnice międzypłciowe weryfikowano za pomocą testu *U* Manna-Whitneya. Płeć osób badanych nie różnicowała żadnej z badanych zmiennych.

Dodatkowo podzielono wyniki badanych w skalach namiętności, intymności i zobowiązania kwartylowo, wyznaczając różne natężenia każdego z komponentów miłości. Analiza ANOVA Kruskala-Wallisa oraz porównania parami wykazały, że każdy wzrost natężenia namiętności, wiąże się z wyższym poziomem satysfakcji seksualnej. Poziom intymności w związku różnicuje natężenie satysfakcji seksualnej w przypadku niskiego v. wysokiego oraz umiarkowanego v. wysokiego poziomu, zaś natężenie zobowiązania w związku różnicuje poziom satysfakcji seksualnej jedynie w przypadku jego wysokiego v. niskiego poziomu (tab. 2).

Na podstawie analizy regresji krokowej wstecznej stwierdzono, że częstsze kontakty intymne na przestrzeni ostatniego miesiąca ($\beta = ,34$; $t = 3,26$; $p < ,001$) oraz różnorodność form podejmowanych aktywności seksualnej ($\beta = ,36$; $t = 3,48$; $p < ,001$) stanowią najlepsze istotne predyktory satysfakcji seniorów z ich sfery seksualnej ($F = 20,43$;

Tabela 1. Wyniki korelacji rho-Spearmana badanych zmiennych

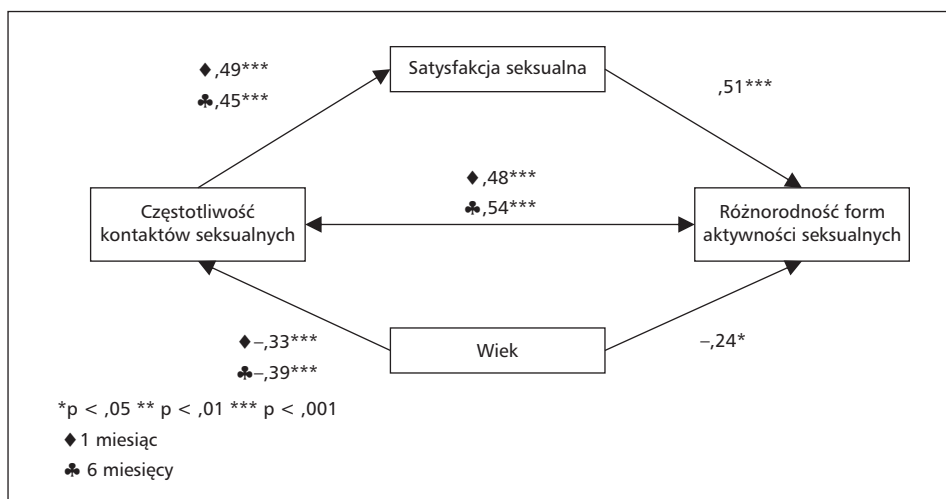
| | Kontakty miesiąc | Kontakty pół roku | Zadowolenie | Spektrum aktywności | Namiętność | Intymność | Zobowiązanie |
|-----------------------------------|------------------|-------------------|-------------|---------------------|------------|-----------|--------------|
| Wiek | -,36* | -,36* | -,18 | -,23* | -,25* | -,14 | -,03 |
| Kontakty w ostatnim miesiącu | | ,82* | ,55* | ,54* | ,40* | ,29* | ,26* |
| Kontakty w ostatnich 6 miesiącach | | | ,49* | ,56* | ,45* | ,39* | ,25* |
| Zadowolenie seksualne | | | | ,51* | ,44* | ,31* | ,27* |
| Liczba aktywności | | | | | ,47* | ,27* | ,12 |
| Namiętność | | | | | | ,67* | ,60* |
| Intymność | | | | | | | ,75* |

* $p < ,05$

Tabela 2. Wyniki analizy ANOVA Kruskala-Wallisa badanych zmiennych oraz porównania parami Dwass-Steel-Critchlow-Fligner

| | Niskie natężenie cechy | | Średnie natężenie cechy | | Wysokie natężenie cechy | | H | ϵ^2 | Niskie vs umiarkowane | Niskie vs wysokie | Umiarkowane vs wysokie |
|--------------|------------------------|------|-------------------------|-----|-------------------------|-----|----------|--------------|-----------------------|-------------------|------------------------|
| | M | SD | M | SD | M | SD | | | | | |
| Namiętność | 2,86 | ,96 | 3,37 | ,83 | 4,14 | ,79 | 18,81*** | ,23 | 3,00* | 5,52*** | 4,51*** |
| Intymność | 3,09 | 1,18 | 3,33 | ,84 | 3,91 | ,79 | 8,81* | ,11 | ,98 | 3,45* | 3,76* |
| Zobowiązanie | 3,09 | 1,18 | 3,41 | ,79 | 3,78 | ,95 | 5,39 | ,07 | 1,86 | 2,89* | 2,58 |

* $p < ,05$ *** $p < ,001$



Rycina 1. Model czynników kształtujących satysfakcję seksualną seniorów (wartości współczynników Beta pochodzą z analiz prostych)

Tabela 3. Wyniki analiz skupień metodą *k*-średnich

| | Klaster | Odległość |
|--|---------|-----------|
| Namiętność | 1 | 11,05 |
| Zobowiązanie | 1 | 7,98 |
| Intymność | 1 | 7,31 |
| Zadowolenie ze sfery seksualnej | 2 | 1,73 |
| Kontakty seksualne na przestrzeni miesiąca | 2 | 1,06 |
| Kontakty seksualne na przestrzeni pół roku | 2 | ,98 |
| Sumaryczny wskaźnik spektrum form aktywności | 2 | ,97 |

$p < ,001$), wyjaśniając łącznie 36% wariacji wyników. Dodatkowo wielowymiarowa analiza regresji wykazała, że wiek jest istotnym predyktorem częstotliwości kontaktów intymnych oraz różnorodność form podejmowanych aktywności seksualnej (Beta = $-0,37$; $t = -3,43$; $p < ,001$; $F = 11,77$; $R^2 = ,14$; $p < ,001$), a różnorodność form podejmowanych aktywności seksualnych jest istotnym predyktorem częstotliwości kontaktów intymnych na przestrzeni miesiąca i pół roku (Beta = $0,46$; $t = 4,57$; $p < ,001$; $F = 20,93$; $R^2 = ,22$; $p < ,001$).

Eksploracyjna analiza skupień metodą *k*-średnich wykazała, że wyniki osób badanych tworzą dwa główne klaster. W skład pierwszego skupienia wchodzi wyniki trzech komponentów miłości, zaś drugiego bycie w relacji intymnej, częstotliwość kontaktów seksualnych, zadowolone ze sfery seksualnej seniorów oraz różnorodność form aktywności seksualnej (tab. 3).

Dyskusja

Zmiany fizyczne związane z procesem starzenia wpływają zarówno na somatyczny, jak i psychologiczny wymiar życia jednostki, ale również mają ładunek symboliczny. Określają one pozycję osób starszych

w społeczeństwie i kształtują ich społeczną tożsamość, rzutując tym samym na ocenę własnego starzenia się i podporządkowanie (lub nie) funkcjonującym stereotypom [14, 43]. Wiele z nich dotyczy właśnie sfery seksualności, sugerując osobom starszym całkowity zanik popędu czy nawet pozbawiając ich poczucia seksapilu [44, 45]. Z przeprowadzonych badań wynika, że pomimo tego, iż intymność, namiętność i zobowiązanie są istotnie powiązane z satysfakcją seksualną seniorów, to najlepszymi jej predyktorami okazały się częstotliwość podejmowanych aktywności oraz ich różnorodność. Jest to zgodne z danymi Cichockiej, mówiącej o tym, że większą satysfakcją seksualną cieszą się głównie osoby często angażujące się w relacje intymne, w tym też osoby starsze [46]. Ponadto dane pokazały, że wiek osób badanych był ujemnie związany i okazał się istotnym predyktorem częstotliwości kontaktów seksualnych i różnorodność form podejmowanych aktywności seksualnej. Może to wynikać z postępującego procesu starzenia, który wiąże się między innymi ze zwiększeniem się problemów zdrowotnych osób starszych, również na tle seksualnym [24, 47, 48]. W przyszłych badaniach powinno zadbać się o dokładną kontrolę stanu zdrowia osób badanych. Ich sprawność seksualna może być zależna również

od przyjmowanych przez nich leków [18], zwłaszcza w przypadku osób stosujących hormonalną terapię zastępczą. Jak twierdzą Kowalewska i wsp. [49], osoby podejmujące ten rodzaj terapii hormonalnej bywają częściej zainteresowane seksem, a ich aktywność się wzmacnia.

Każdy człowiek, bez względu na wiek, jest istotą seksualną, a seksualność ta przybiera różne formy wyrazu we wszystkich fazach życia człowieka [44]. Istnieje prawdopodobieństwo, że starsi seniorzy rzadziej angażują się w relacje intymne, a jeśli już to robią, to ich intymne aktywności seksualne są mniej zróżnicowane. Na podstawie przedstawionych wyników nie zaobserwowano związku pomiędzy wiekiem a satysfakcją seksualną osób starszych, co stoi w sprzeczności z wynikami badań ukazujących istnienie takiego (ujemnego) związku [22, 23, 38]. Może to świadczyć, że pomimo mniejszej częstotliwości i różnorodności kontaktów seksualnych seniorów, starsi seniorzy czerpią podobną satysfakcję z relacji intymnej, co młodszy seniorzy. Wynik ten potwierdza, że dalsze badania nad seksualnością osób starszych powinny uwzględniać wszystkie grupy wiekowe seniorów. Jest to szczególnie istotne, ponieważ społeczeństwo starzeje się w skali globalnej, a oczekiwana długość życia wzrasta. Warto również porównać różne grupy wiekowe seniorów, gdyż osoby w fazie późnej starości znacznie różnią się od młodszych osób w wieku senioralnym zarówno pod względem funkcjonowania fizjologicznego, jak i psychicznego [18].

Różnorodność form podejmowanych aktywności seksualnych okazała się istotnym predyktorem częstotliwości podejmowanych kontaktów intymnych, a zwiększona częstotliwość kontaktów wraz z większą różnorodnością aktywności podnosi poziom satysfakcji seksualnej osób starszych. Zapewne częsta aktywność seksualna sprzyja większej różnorodności życia erotycznego, zachęcając tym samym seniorów do urozmaicenia form relacji intymnych z drugą osobą, co może prowadzić do wzrostu satysfakcji w tej sferze, ale również i innych sferach życia osób starszych, zwłaszcza zadowolenia ze związku czy dobrostanu psychicznego [19, 24, 36].

Analizy wykazały brak różnic międzypłciowych wśród badanych zmiennych. Jest to interesujący wynik z perspektywy danych mówiących o mniejszej aktywności w sferze intymnej kobiet starszych [50, 51], tym samym potwierdzając stanowisko, według którego wśród osób starszych nie ma różnic pod względem poziomu pożądania [25]. Wyniki zachęcają do dalszej eksploracji sfery seksualnej starszych kobiet i mężczyzn, gdyż prawdopodobnie starsze kobiety czerpią tak samo wiele korzyści z bycia aktywnymi w sferze intymnej, jak

starsi mężczyźni, ale mogą swoją satysfakcję opierać na zupełnie innych czynnikach — zarówno fizycznych jak i psychologicznych [38].

Jak wykazała analiza korelacji i podział pod kątem natężenia, komponenty miłości i satysfakcja seksualna pozostają wzajemnie powiązane. Jednak wyniki analizy skupień skłaniają do głębszej eksploracji w celu znalezienia zmiennych pośredniczących między komponentami miłości a satysfakcją seksualną. Utworzone klasterki mogą świadczyć o tym, że osoby starsze traktują seks nieemocjonalnie lub też nie ma on wpływu na osiąganie przez nich zadowolenia z relacji miłosnej (dopełnia ją, ale nie jest jej głównym wyznacznikiem). Być może z tego powodu komponenty miłości nie są dobrymi predyktorami satysfakcji seksualnej seniorów. Warto zbadać satysfakcję seksualną partnerów badanych seniorów. Jeśli byłaby niska, mogłoby to świadczyć o tym, że podejmowanie kontaktów intymnych przez seniorów miałooby na celu zaspokojenie przede wszystkim ich własnych potrzeb biologicznych lub psychicznych. Być może jednak badani seniorzy są na tak dojrzałym etapie związku miłosnego, że sfera intymna nie stanowi dla nich obszaru potwierdzenia uczuć i mogą sobie pozwolić na instrumentalne podejście do sfery intymnej, szczególnie w sytuacji występowania problemów zdrowotnych. Wynik ten może być budujący z uwagi na fakt, że seks stanowi znaczny wydatek energetyczny dla osób po 60. rż. [18, 21], więc informacja o tym, że osoby starsze są w stanie pielęgnować wzajemną miłość bez jego udziału nie musi mieć znaczenia pejoratywnego, gdyż osoby starsze mogą dbać o jakość swojego związku miłosnego nie tylko poprzez kontakty intymne [38], tworząc związek oparty na tak zwanej dojrzałej miłości, która jest otwarta na różne formy okazywania wzajemnej czułości — nie tylko cielesne [44].

Wnioski

1. Badacze zajmujący się funkcjonowaniem osób starszych powinni brać pod uwagę ich sferę seksualną, gdyż są oni w niej aktywni do późnych lat życia oraz odgrywa ona istotną rolę w różnych sferach aktywności seniorów, między innymi takich, jak ich związek miłosny.
2. Wynik analizy skupień skłania do dogłębniejszej eksploracji podejścia seniorów i ich partnerów do podtrzymywania kontaktów intymnych. Warto zbadać, na jakim etapie dojrzałości związku są badani seniorzy oraz jakie znaczenie ma dla nich podtrzymywanie relacji intymnej z drugą osobą i czy satysfakcję partnera stawiają na równi z własną.

- Należałoby dokonać dalszej eksploracji zmiennych pośredniczących w relacji pomiędzy komponentami miłości a satysfakcją seksualną seniorów. Warto by sprawdzić wpływ na przykład: poczucia jakości życia lub też faktycznego stanu zdrowia (niedeklaratywnego) na przedstawioną relację, gdyż mogą one stanowić istotne zmienne pośredniczące w relacji pomiędzy miłością a satysfakcją ze sfery intymnej.

Piśmiennictwo

- Fromm EO. O sztuce miłości. Dom Wydawniczy Rebis, Poznań 2017.
- Sternberg R. A triangular theory of love. *Psychological Review*. 1986; 93(2): 119–135, doi: [10.1037//0033-295x.93.2.119](https://doi.org/10.1037//0033-295x.93.2.119).
- Wojciszke B. Psychologia miłości: intymność, namiętność, zobowiązanie. Gdańskie Wydawnictwo Psychologiczne, Gdańsk 2013.
- Acker M, Davis M. Intimacy, Passion and Commitment in Adult Romantic Relationships: A Test of the Triangular Theory of Love. *Journal of Social and Personal Relationships*. 2016; 9(1): 21–50, doi: [10.1177/0265407592091002](https://doi.org/10.1177/0265407592091002).
- Ahmetoglu G, Swami V, Chamorro-Premuzic T. The relationship between dimensions of love, personality, and relationship length. *Arch Sex Behav*. 2010; 39(5): 1181–1190, doi: [10.1007/s10508-009-9515-5](https://doi.org/10.1007/s10508-009-9515-5), indexed in Pubmed: [19705275](https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/19705275/).
- Lew-Starowicz Z. Seks nietypowy. Cztery Strony Świata, Łódź 2003.
- Imieliński K. Sekrety seksu. Instytut Wydawniczy Związków Zawodowych, Warszawa 1990.
- Johanson S. Porozmawiajmy o seksie. Księży Młyn Dom Wydawniczy, Łódź 2011.
- Izdebski Z, Ostrowska A. Seks po polsku: zachowania seksualne jako element stylu życia Polaków. Muza, Warszawa 2003.
- Hajcak F, Garwood P. Dlaczego ze sobą sypiamy: nieseksualne powody, dla których ludzie uprawiają seks. Gdańskie Wydawnictwo Psychologiczne, Gdańsk 2002.
- Leiblum SR, Rosen R. Terapia zaburzeń seksualnych. Gdańskie Wydawnictwo Psychologiczne, Gdańsk 2005.
- Klein L, Houlihan D. Relationship satisfaction, sexual satisfaction, and sexual problems in sexomnia. *International Journal of Sexual Health*. 2010; 22(2): 84–90, doi: [10.1080/19317610903510489](https://doi.org/10.1080/19317610903510489).
- Specjalski R, Greń M, Bulińska K, et al. Satysfakcja seksualna a satysfakcja ze związku u mężczyzn homoseksualnych. *Seksuologia Pol*. 2014; 12(2): 64–9.
- Szatur-Jaworska B, Hłędowski P, Dziegielewska M. Podstawy gerontologii społecznej. Oficyna Wydawnicza Aspra-Jr, Warszawa 2006.
- Miszczak E. Stereotypowy obraz człowieka starego w Polsce. In: Kowalewski T, Szukalski P. ed. *Starość i starzenie się jako doświadczenie jednostek i zbiorowości ludzkich*. Wydawnictwo Uniwersytetu Łódzkiego, Łódź 2006.
- Kawka Z. Starość w wyobrazeniach młodych ludzi. In: Kowalewski T, Szukalski P. ed. *Starość i starzenie się jako doświadczenie jednostek i zbiorowości ludzkich*. Wydawnictwo Uniwersytetu Łódzkiego, Łódź 2006.
- Bradford A, Meston CM. Senior sexual health: the effects of aging on sexuality. 2007.
- Fabiś A, Fabiś A. Aktywność seksualna osób starszych. In: Jodko A, Fabiś A. ed. *Tabu seksuologii*. Wydawnictwo Academica Szkoły Wyższej Psychologii Społecznej, Warszawa 2008: 157–164.
- Wiśłocka M. Sztuka kochania. Jacek Santorski & Co, Warszawa 2002.
- Brody S. The relative health benefits of different sexual activities. *J Sex Med*. 2010; 7(4 Pt 1): 1336–1361, doi: [10.1111/j.1743-6109.2009.01677.x](https://doi.org/10.1111/j.1743-6109.2009.01677.x), indexed in Pubmed: [20088868](https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/20088868/).
- Wiśniewska-Roszkowska K. Nowe życie po sześćdziesiątce. Instytut Wydawniczy Związków Zawodowych 1986.
- Kalra G, Subramanyam A, Pinto C. Sexuality: desire, activity and intimacy in the elderly. *Indian J Psychiatry*. 2011; 53(4): 300–306, doi: [10.4103/0019-5545.91902](https://doi.org/10.4103/0019-5545.91902), indexed in Pubmed: [22303037](https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/22303037/).
- Bortz WM, Wallace DH, Wiley D. Sexual function in 1,202 aging males: differentiating aspects. *J Gerontol A Biol Sci Med Sci*. 1999; 54(5): M237–M241, indexed in Pubmed: [10362006](https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/10362006/).
- DeLamater J, Karraker A. Sexual functioning in older adults. *Curr Psychiatry Rep*. 2009; 11(1): 6–11, indexed in Pubmed: [19187702](https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/19187702/).
- Sharpe T. Introduction to Sexuality in Late Life. *The Family Journal*. 2016; 12(2): 199–205, doi: [10.1177/0022167804264106](https://doi.org/10.1177/0022167804264106).
- Wingchen J. Geragogik: von der Interventionsgerontologie zur Seniorenbildung: Lehr- und Arbeitsbuch für Altenpflegeberufe. 5th ed. Schlütersche, Hannover 2004.
- Sprecher S. Sexual satisfaction in premarital relationships: associations with satisfaction, love, commitment, and stability. *J Sex Res*. 2002; 39(3): 190–196, doi: [10.1080/00224490209552141](https://doi.org/10.1080/00224490209552141), indexed in Pubmed: [12476266](https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/12476266/).
- Haavio-Mannila E, Kontula O. Correlates of increased sexual satisfaction. *Arch Sex Behav*. 1997; 26(4): 399–419, indexed in Pubmed: [9251837](https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/9251837/).
- Yela C. Predictors of and factors related to loving and sexual satisfaction for men and women. *Eur Rev Appl Psychol Eur Psychol Appliquée*. 2000; 50(1): 235–243.
- Butzer B, Campbell L. Adult attachment, sexual satisfaction, and relationship satisfaction: A study of married couples. *Personal Relationships*. 2008; 15(1): 141–154, doi: [10.1111/j.1475-6811.2007.00189.x](https://doi.org/10.1111/j.1475-6811.2007.00189.x).
- Rubin H, Campbell L. Day-to-day changes in intimacy predict heightened relationship passion, sexual occurrence, and sexual satisfaction. *Social Psychological and Personality Science*. 2011; 3(2): 224–231, doi: [10.1177/1948550611416520](https://doi.org/10.1177/1948550611416520).
- Štulhofer A, Ferreira L, Landripet I. Emotional intimacy, sexual desire, and sexual satisfaction among partnered heterosexual men. *Sexual and Relationship Therapy*. 2013; 29(2): 229–244, doi: [10.1080/14681994.2013.870335](https://doi.org/10.1080/14681994.2013.870335).
- Haning RV, O'Keefe SL, Randall EJ, et al. Intimacy, orgasm likelihood, and conflict predict sexual satisfaction in heterosexual male and female respondents. *J Sex Marital Ther*. 2007; 33(2): 93–113, doi: [10.1080/00926230601098449](https://doi.org/10.1080/00926230601098449), indexed in Pubmed: [17365512](https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/17365512/).
- Marzieh S, Fatemeh B, Siamak M. The relationship between sexual satisfaction and marital commitment among couples in Shahreza City, Central Part Of Iran. *Q J Fundam Ment Health*. 2009; 3(1): 233–238.
- Komorowska-Pudło M. Satysfakcja seksualna małżonków a jakość ich relacji w innych sferach funkcjonowania związku. *Rada Nauk*. 2014: 162–95.
- Laumann EO, Waite LJ. Sexual dysfunction among older adults: prevalence and risk factors from a nationally representative U.S. probability sample of men and women 57–85 years of age. *J Sex Med*. 2008; 5(10): 2300–2311, doi: [10.1111/j.1743-6109.2008.00974.x](https://doi.org/10.1111/j.1743-6109.2008.00974.x), indexed in Pubmed: [18702640](https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/18702640/).
- Stankowska I. Funkcjonowanie seksualne człowieka w okresie starzenia się i starości. *Przegląd Ter*. 2008; 4.
- Hooyman NR, Kiyak HA. Social gerontology: A multidisciplinary perspective. Pearson Education. 2008.
- Matthias RE, Lubben JE, Atchison KA, et al. Sexual activity and satisfaction among very old adults: results from a community-d-

- welling Medicare population survey. *Gerontologist*. 1997; 37(1): 6–14, indexed in Pubmed: [9046699](#).
40. DeLamater J, Hyde JS, Fong MC. Sexual satisfaction in the seventh decade of life. *J Sex Marital Ther*. 2008; 34(5): 439–454, doi: [10.1080/00926230802156251](#), indexed in Pubmed: [18770113](#).
 41. Wojciszke B. Mierzenie miłości — skale namiętności, intymności i zobowiązania. *Przeгляд Psychol*. 1995; 38(2): 215–234.
 42. STERNBERG R. Construct validation of a triangular love scale. *European Journal of Social Psychology*. 1997; 27(3): 313–335, doi: [10.1002/\(sici\)1099-0992\(199705\)27:3<313::aid-ej-sp824>3.3.co;2-w](#).
 43. Dziuban A. Społeczny obraz starości i postrzeganie własnego ciała w procesie starzenia się. *Przeгляд literatury. Gerontol Pol*. 2010; 18(3): 140–147.
 44. Dziegielewska M. Miłość w starszym wieku jako czynnik pomyślnego starzenia się. In: Kowalewski J, Szukalski P. ed. *Pomyślne starzenie się w perspektywie nauk społecznych i humanistycznych*. Zakład Demografii i Gerontologii Społecznej, Łódź 2008.
 45. Hansen MV, Linkletter A. *Najlepsza reszta życia*. Wydawnictwo w Drodze, Poznań 2007.
 46. Cichocka M. *Starość i seks*. In: Beisert M. ed. *Seksualność w cyklu życia człowieka*. Zakład Wydawniczy K. Domke, Poznań 2004.
 47. Feldman HA, Goldstein I, Hatzichristou DG, et al. Impotence and its medical and psychosocial correlates: results of the Massachusetts Male Aging Study. *J Urol*. 1994; 151(1): 54–61, indexed in Pubmed: [8254833](#).
 48. Huang AJ, Subak LL, Thom DH, et al. Sexual function and aging in racially and ethnically diverse women. *J Am Geriatr Soc*. 2009; 57(8): 1362–1368, doi: [10.1111/j.1532-5415.2009.02353.x](#), indexed in Pubmed: [19558473](#).
 49. Kowalewska A, Jaczewski A, Komosińska K. Problemy wieku starczego. In: Fabiś A. ed. *Seniorzy w rodzinie, instytucji i społeczeństwie. Wybrane zagadnienia współczesnej gerontologii*. Humanitas, Sosnowiec 2005.
 50. Lindau ST, Gavrilova N. Sex, health, and years of sexually active life gained due to good health: evidence from two US population based cross sectional surveys of ageing. *BMJ*. 2010; 340: c810, doi: [10.1136/bmj.c810](#), indexed in Pubmed: [20215365](#).
 51. DeLamater JD, Sill M. Sexual desire in later life. *J Sex Res*. 2005; 42(2): 138–149, doi: [10.1080/00224490509552267](#), indexed in Pubmed: [16123844](#).