Diagnostikovanie typov vzťahovej väzby (attachment) v dospelosti s použitím nástrojov dostupných v našich[1] podmienkach

Assessment of the Adult Attachment Using the Questionnaires Available within the Slovak and Czech Area

MATÚŠ BIEŠČAD, JOZEF HAŠTO

Psychiatrická klinika Fakultnej nemocnice v Trenčíne, Slovensko

SOUHRN

Teória vzťahovej väzby (attachment) Johna Bowlbyho je inšpiratívna pre chápanie správania človeka vo vzťahoch počas celej jeho vývinovej cesty. Súčasné koncepty vzťahovej väzby dospelých chápu jednotlivé kategórie skôr dimenzionálne, pričom sa môžeme v najrozšírenejších modeloch stretnúť s dimenziami vzťahovania sa k sebe a vzťahovania sa k iným (Bartolomew), alebo s dimenziami úzkosti a vyhýbania (Brennan et al.). Pre identifikovanie typov vzťahovej väzby u dospelých bola vyvinutá metóda AAI (Adult Attachment Interview), ktorá slúži ako zlatý štandard pri výskumoch. Snahy o vytvorenie časovo nenáročných sebavýpoveďových dotazníkových metód, ktoré by boli viac využiteľné ako pre výskum, tak aj v rutinnej praxi, viedli k viacerým nástrojom. Podrobnejšie uvádzame revidovaný dotazník Ako prežívam blízke vzťahy (ECR-R, Experiences in Close Relationships – Revised) a odkazujeme na ďalšie, dostupné v slovenčine.

Kľúčové slová: vzťahová väzba (attachment), koncepty vzťahovej väzby v dospelosti, dotazníky

SUMMARY

Attachment theory by John Bowlby is inspirational for the understanding of the individual's behavior within relationships during the whole lifespan. Current concepts grasp the categories of adult attachment more dimensionally. Dimensions of a model of self and model of others (Bartholomew) and dimensions of anxiety and avoidance (Brennan et al.) are extensionally described in the literature. The Adult Attachment Interview (AAI) was developed for the identification of the types of adult attachment and it has become the gold standard for the research of attachment. The efforts for the construction of the timely economical self-reported measures applicable for the routine practice as well as research led to the variety questionnaires of adult attachment. We describe in details revised questionnaire Experiences in Close Relationships (ECR-R) and we refer to the others questionnaires available in Slovak language.

Key words: attachment, concepts of adult attachment, questionnaires

Bieščad M, Hašto J. Diagnostikovanie typov vzťahovej väzby (attachment) v dospelosti s použitím nástrojov dostupných v našich podmienkach. Psychiatrie 2010; 14(2): 68–74.

Bowlbyho koncept vzťahovej väzby (angl. attachment, nem. Bindung, v češtine sa používa aj pojem připoutaní) a pripútavacieho správania (angl. attachment behavior) je v súčasnosti rozšíreným teoretickým a empirickým konštruktom, ktorému sa venujú rozličné psychologické disciplíny (napr. vývinová psychológia, psychológia osobnosti, psychopatológia, evolučná psychológia, psychológia náboženstva) aj ďalšie interdisciplinárne vedecké prístupy (psychopatológia, psychoterapia, psychiatrická ošetrovateľská starostlivosť, humánna etológia, neurobiológia a iné) (pozri reprezentatívny prehľad súčasných poznatkov o vzťahovej väzbe v Cassidy, Shaver, 2008). Jasné pojmové rozlišovanie medzi pripútavacím správaním (angl. attachment behavior) a vzťahovou väzbou (angl. attachment) sa nám javí ako dôležité pre dorozumievanie medzi odborníkmi (Hašto, 2006).

Aj keď Bowlbyho práce o pripútavacom správaní dieťaťa a vzťahovej väzbe siahajú do 50.–70. rokov 20. storočia, na Slovensku sa začal tejto téme venovať systematický záujem až v poslednom desaťročí (Hašto, 2005, 2006; Adamovová, Halama, 2009). V Čechách bol v odborných kruhoch koncept známejší už dávnejšie. Medzinárodné uznanie si v minulosti získali práce nestorov vývinovej psychológie v Československu J. Langmaiera a Z. Matějčeka. Na ich publikáciu o psychickej deprivácii detí (Langmaier, Matějček, 1963) dokonca odkazuje aj samotný J. Bowlby (1965). So zmienkami o práci J. Bowlbyho sa môžeme stretnúť v kapitolách Höschla (2004) a Madla-

[1]Keď v nadpise hovoríme o „našich podmienkach", máme na mysli česko-slovenský priestor, ktorý je jazykovo, odborne a ľudsky naďalej prepojený.

fouska (2004), jeho prínos oceňujú Poněšický (2003) a Vavrda (2005). Špeciálne sa konceptu vzťahovej väzby venuje Kulísek (2000), prehľadový článok o vzťahu citovej väzby s emočnou reguláciou prezentuje Štefánková (2005).

Priekopnícke práce J. Bowlbyho a jeho spolupracovníčky M. Ainsworthovej sa venovali predovšetkým najrôznejším aspektom utvárania vzťahovej väzby v ranom detskom veku (viac napr. Cassidy, 2008). Už samotný Bowlby však zdôrazňoval, že vzťahová väzba zohráva pre človeka dôležitú životnú rolu od kolísky až po jeho hrob (podľa Crowell, Fraley, Shaver, 2008).

V našom príspevku chceme priniesť niektoré súčasné modely vzťahovej väzby v dospelosti, spolu s predstavením nástrojov na hodnotenie či diagnostikovanie jednotlivých typov vzťahovej väzby u dospelých. Keďže sa jedná o tému veľmi rozsiahlu, v našom príspevku si nenárokujeme na vyčerpávajúci a kompletný prehľad všetkých spôsobov hodnotenia vzťahovej väzby v dospelosti. Sústredíme sa predovšetkým na u nás dostupné dotazníky, ktoré sú preložené do slovenčiny a máme s nimi predbežné klinické a výskumné skúsenosti. Čitateľom s hlbším záujmom o meranie individuálnych rozdielov vzťahovej väzby u dospelých odporúčame prehľadové kapitoly Crowella, Fraleyho a Shavera (2008), Fraleyho a Phillipsa (2009) a monografiu Mikulincera a Shavera (2007).

Koncepty a typológie vzťahovej väzby v dospelosti

Pri teoretickom uvažovaní a empirickom skúmaní vzťahovej väzby v dospelosti sa môžeme stretnúť s dvoma hlavnými prúdmi alebo tradíciami (Simpson, Rholes, 1998; Halama, 2009).

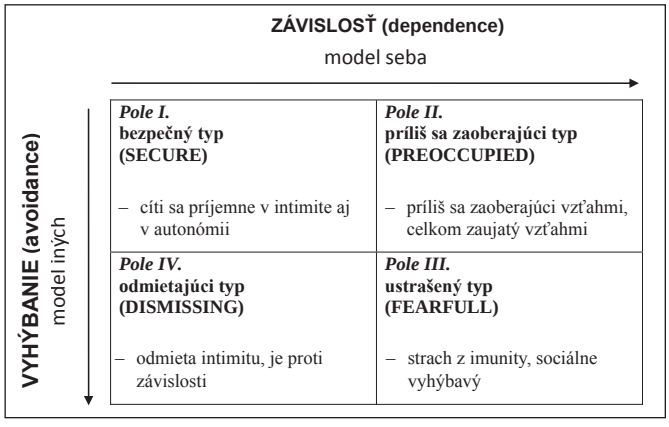
Prvý prúd sa zameriava na vzťahovú väzbu dospelých v súvislosti so vzťahovou väzbou ich rodičov alebo opatrovníkov. Ide teda o akési pokračovanie vzťahovej väzby rodičov v správaní a prežívaní dospelých (Halama, 2009). Tento transgeneračný prenos sa uskutočňuje pomocou tzv. vnútorných pracovných modelov (pozri napr. Bretherton, Munholland, 2008), ktorých skúmanie a popis umožnila predovšetkým práca M. Mainovej, ktorá so svojimi kolegami v 80. rokoch rozpracovala skórovací systém na hodnotenie vzťahovej väzby dospelých. Pri ňom sa dáta získavajú prostredníctvom semištruktúrovaného rozhovoru s dospelou osobou o vzťahovej väzbe k svojim rodičom. Túto metodiku autori nazvali Adult Attachment Interview (AAI, Rozhovor o vzťahovej väzbe dospelého, pozri Hesse, 2008). Výsledky skúmania rodičovskej vzťahovej väzby a jej prenášania na dieťa potvrdili, že rodičia s určitou vzťahovou väzbou majú deti s podobnou vzťahovou väzbou (napr. rodičia detí s bezpečnou vzťahovou väzbou vykazovali rovnako znaky bezpečného pripútania; tiež napr. dezorganizovaná vzťahová väzba u detí mala súvis s opatrovateľmi, ktorí mali svoju vzťahovú väzbu nevyriešenú vzhľadom na stratu a traumu v ich väzbovej histórii).

Druhý prúd skúmania vzťahovej väzby dospelých sa týka prenosu typu pripútavacieho správania do ostatných vzťahov s dôležitými vzťahovými osobami. Hazan a Shaver (1987) vo svojom výskume dokázali, že vzťah k ľúbostnému (alebo z angličtiny presadzovanému adjektívu romantickému) partnerovi sa dá konceptualizovať ako väzbový proces, ktorý je v zhode s Bowlbyho teóriou vzťahovej väzby. Je teda empiricky overené, že skúsenosti so vzťahovou väzbou, ktorú sme získali v detstve, si prenášame do našich dospelých blízkych vzťahov (Hazan, Shaver, 1994).

Vyššie uvedení autori vyvinuli klasifikáciu typov vzťahovej väzby dospelých, ktorá obsahovala tri základné typy zodpovedajúce Ainsworthovej klasifikácii detskej vzťahovej väzby (Hazan, Shaver, 1990). Prvým typom je bezpečná vzťahová väzba (angl. secure[2]), ktorá charakterizuje človeka ako cítiaceho sa pohodlne v dospelých vzťahoch a je pre neho relatívne ľahké dostať sa blízko k iným ľuďom. Pri úzkostnej/ambivalentnej vzťahovej väzbe (angl. anxious/ambivalent[3]) dospelý človek vníma druhých ako neochotných priblížiť sa k nemu v takej miere, v akej by chcel. Trápi sa, či ho partner skutočne miluje a či ho nechce opustiť. Snahu dostať sa čo najbližšie môžu druhí vnímať ako niečo ohrozujúce. Dospelý človek s vyhýbavou vzťahovou väzbou (angl. avoidant) má problém dôverovať iným a byť od nich závislý. Cíti sa nepohodlne, ak je blízko k iným ľuďom, je v nepohode, ak sa chce k nemu partner viac priblížiť a prežívať s ním väčšiu intimitu.

Na rozdiel od týchto autorov K. Bartholomew (Bartholomew, Horowitz, 1991) zdôrazňuje dimenzionálnu stránku vzťahovej väzby (na rozdiel od nezávislých typov) a vo svojom štvorkategoriálnom modeli spája dimenzie vzťahovania sa k sebe a vzťahovania sa k iným (obr. 1). Autorka rozlišuje pozitívny model seba (pole I. a IV.) a negatívny model seba (pole II. a III.), na druhej osi pozitívny model iných (pole I. a II.) a negatívny model iných (pole III. a IV.). Súčasne tieto dimenzie prepája s dimenziami závislosti (angl. dependence), a vyhýbania sa (angl. avoidance), vznikajú tak štyri rozličné kategórie vzťahovej väzby:

I. Bezpečný typ (angl. secure) – s pozitívnym vnímaním seba a druhých, s nízkou mierou závislosti a vyhýbania sa.
II. Zaoberajúci sa typ (angl. preoccupied) – s pozitívnym vnímaním iných a negatívnym vnímaním seba, s vysokou mierou závislosti a nízkou mierou vyhýbania sa.
III. Ustrašený, obávajúci sa typ (angl. fearfull) – s negatívnym vnímaním seba aj iných, s vysokou mierou závislosti aj vyhýbania.
IV. Odmietajúci typ (angl. dismissing) – s pozitívnym vnímaním seba a negatívnym vnímaním iných, s nízkou závislosťou a vysokým odmietaním, vyhýbaním.



Obrázek 1: ***Model vzťahovej väzby v dospelosti podľa K. Bartholomew*** *(Bartholomew, Horowitz, 1991).*

[2]V literatúre sa niekedy používa aj označenie „slobodná“ alebo „autonómna“ vzťahová väzba.
[3]V anglickej terminológii sa používa niekedy aj označenie „enmeshed“, v nemeckej literatúre označenie „zapletená“ (verwickelt) vzťahová väzba.

Koncepčne príbuzným modelom dimenzionálnej kategorizácie vzťahovej väzby dospelých je koncept Brennana, Clarka a Shavera (1998), ktorí identifikovali takisto dve dimenzie, ktoré stoja v pozadí vzťahovej väzby: úzkosť (angl. anxiety) a vyhýbanie (angl. avoidance). Tieto dimenzie sa zhodujú s pôvodnými zisteniami M. Ainsworthovej. Kombinácia týchto dvoch dimenzií nízkej alebo vysokej intenzity vytvára rovnako štyri typy vzťahovej väzby dospelých:

I. bezpečný typ (angl. secure) – s nízkou intenzitou úzkosti aj vyhýbania
II. úzkostný/ambivalentný typ (angl. anxious/ambivalent) – s vysokou mierou úzkosti a nízkou mierou vyhýbania
III. dezorientovaný/dezorganizovaný typ (angl. disoriented/disorganized) – s vysokou mierou úzkosti aj vyhýbania
IV. vyhýbavý typ (angl. avoidant[4]) – s nízkou mierou úzkosti a vysokou mierou vyhýbania

Samotní autori tohto modelu (Brennan et al., 2008) vidia paralely s predchádzajúcim modelom (Bartholomew, Horowitz, 1991) a uznávajú, že sú veľmi podobné.

Psychodynamicky, respektíve hlbinno-psychologicky orientovaní autori hlásiaci sa k svojmu psychoanalytickému koreňu, si prirodzene tiež, nezávisle na výskumoch Bowlbyho školy, všimli fenomény a procesy, ktoré úzko súvisia s typológiou vzťahovej väzby a konštruovaním vnútorných pracovných modelov, totiž prenosové utváranie vzťahu a stvárňovanie (angl. enactment) vo vzťahu (Gabbard, 2005). Škola transakčnej analýzy (pozri Schlegel, 2007) napr. pracuje s typológiou „ja som OK, ty si OK“ (= bezpečná v.v.), „ja som OK, ty nie si OK“ (= vyhýbavá/odmietavá/dištancovaná/„dismissing“ v.v.), „ja nie som OK, ty si OK“ (= ambivalentná, „preoccupied“, zapletená v.v.), „ja nie som OK, ty nie si OK“ (= ustrašená/„fearfull“). Výhodné je, že Bowlbyho škola vyvinula popri koherentnej teórii vzťahovej väzby výskumné nástroje, ktoré umožňujú skúmať túto problematiku a už sa pozoruje aj jasný trend asimilovať jej poznatky do psychoanalytických teórií ako ďalší pilier.

Nástroje na meranie vzťahovej väzby v dospelosti

V súlade s dvoma vyššie spomenutými prúdmi skúmania vzťahovej väzby u dospelých sa budeme venovať jednotlivým nástrojom na meranie vzťahovej väzby osobitne k rodičom a osobitne k ostatným blízkym osobám. Toto delenie je však čiastočne artificiálne, pretože niektoré dotazníky je možné použiť obidvoma spôsobmi. Ako sme spomenuli v úvode, zameriame sa iba na niektoré nástroje a dotazníky, zvlášť na tie dostupné u nás.

Zisťovanie vzťahovej väzby dospelých k svojim rodičom (opatrovníkom)

Významnou metódou v diagnostike vzťahovej väzby je vyššie spomínaná metodika AAI (Adult Attachment Interview – Rozhovor o vzťahovej väzbe dospelého) zostrojená M. Mainovou (pozri Hesse, 2008). Jedná sa o semištruktúrovaný rozhovor, zameraný na podrobnú exploráciu vzťahových zážitkov dospelej osoby s jej rodičmi/opatrovateľmi (príklady otázok uvádzame v rámčeku 1). Realizovaný rozhovor sa následne prepíše a odpovede sa pomocou dôsledného systému podrobne skórujú. Hodnotia sa zážitky interviewovaného s rodičmi, spôsob vyjadrovania, čiže použitý jazyk, a schopnosť osoby poskytnúť ucelený, koherentný príbeh zložený zo zážitkov a ich významov. Táto metóda je vo výskume vzťahovej väzby naozaj prelomová, jej nevýhoda je však v jej vysokej technickej a časovej náročnosti, tiež kladie vysoké nároky na posudzovateľa, ktorý pre prácu s metódou AAI potrebuje dôkladný výcvik. Autorom tohto článku nie je známe, či niekto v SR a ČR prešiel príslušným výcvikom a pracuje s touto metódou, aj v zahraničí sa používa takmer výlučne v rámci výskumných projektov. Z dôvodu náročnosti

Rámček 1: ***Ukážka vybraných otázok Rozhovoru o vzťahovej väzbe dospelého*** *(Adult Attachment Interview – AAI) (autori C. George, N. Kaplan, M. Main, uvádzané podľa Brisch, 2009).*

...

2. Mohli by ste sa pokúsiť opísať mi vzťah, ktorý ste mali ako malé dieťa k Vašej matke a k Vášmu otcovi?
   Najlepšie by bolo, keby ste začali s najranejšími spomienkami.

   V prípade, že proband má ťažkosti s odpoveďou na túto otázku, malo by sa mu pomôcť konkrétnymi otázkami:
   Čo Vaša matka/Váš otec s Vami robil?
   Hrali sa s Vami?
   Kedy bola Vaša matka/Váš otec pri tom?
   Ako vyzerali víkendy... podnikali ste niečo spoločne?
   Dokážete si spomenúť na nejakú konkrétnu udalosť s Vašou matkou/Vašim otcom?

3. Skúste teraz nájsť 5 prídavných mien (slová vyjadrujúce vlastnosti), ktoré by pokiaľ možno výstižne opísali vzťah k Vašej matke vo Vašom detstve (detstvo až dospievanie). Doprajte si k tomu potrebný čas a najprv nejakú minútku uvažujte. Potom sa Vás budem pýtať, prečo ste zvolili práve tieto prídavné mená.
   ...dobre, k Vášmu opisu mám ešte niekoľko otázok. Svoj vzťah k matke ste opísali ako...
   Sú s tým spojené nejaké spomienky, napadá Vám k tomu nejaká konkrétna udalosť?

...

6. Keď ste sa ako dieťa necítili dobre, čo ste potom robili?
   (osoba má byť podnietená k svojej vlastnej interpretácii „necítili dobre“, až potom sa pokračuje ďalšími otázkami)
   – Keď ste ako dieťa boli smutný/-á alebo ste prežívali žiaľ, čo ste potom robili?
   Napadá Vám k tomu nejaká konkrétna udalosť?
   – Môžete si spomenúť, čo sa dialo, keď ste si ako dieťa ublížili, zranili sa a bolelo to? Je tu nejaká konkrétna situácia, ktorá Vám k tomu napadá?
   – Ako to bolo, keď ste ako dieťa boli chorý/-á? Sú s tým spojené konkrétne spomienky? Ak referuje, že išiel k rodičom, musíme sa pýtať na detaily, ktoré k tomu pacientovi spontánne napadajú. Potom sa priamo pýtame, či osobu brali rodičia do náručia a či si priala telesný kontakt. Ak osoba vo svojich odpovediach hovorí len o jednom rodičovi, musíme sa pýtať na druhého rodiča.

7. Môžete si spomenúť, kedy ste ako dieťa boli prvý raz odlúčený/-á od Vašich rodičov?
   Ako došlo k tomuto odlúčeniu? Koľko ste vtedy mali rokov?
   Ako ste prežívali toto odlúčenie?
   Ako reagovali na toto odlúčenie Vaši rodičia?
   Môžete si spomenúť ešte na iné zážitky odlúčenia?

...

[4]V nemeckej literatúre sa v tejto súvislosti používa aj označenie „dištancovaný“ (distanziert).

metodiky AAI vznikali jednoduchšie metódy, ktoré ako zdroj údajov využívali sebavýpoveď dospelého.

Predtým, ako sa im v našom príspevku budeme venovať, si ešte predstavíme príbuznú metódu Adult Attachment Projective (AAP), ktorá je rovnako kvalitatívna a má projektívny charakter. Vypracovali ju George so spolupracovníkmi (podľa Buchheim, Strauss, 2002) a je určená na postihnutie vzťahových reprezentácií u dospelých. Zostáva pri tom kvalitatívne presvedčivá a súčasne ekonomická. Podnetový materiál pozostáva z ôsmich kresieb, ktoré obsahujú minimálny počet detailov, nevyhnutných na identifikovanie relevantnej scény súvisiacej so vzťahovou väzbou. Prvý obrázok tvorí neutrálny podnet, po ktorom nasleduje sedem obrázkov so scénami týkajúcimi sa vzťahovej väzby (dieťa pri okne, lúčenie, lavička, posteľ, pohotovostný lekár, cintorín, dieťa v rohu). Týmto sledom sa stále viac aktivuje systém vzťahovej väzby. Niektoré scény zobrazujú dyády dvoch dospelých alebo dospelého s dieťaťom, iné scény sú monadické, pričom znázorňujú len dospelého alebo len dieťa. Tieto scény provokujú pozorovateľa k vnútornému konštruovaniu vzťahov. Administrátor požiada testovanú osobu, aby opísala, čo je na každom obrázku a potom sa pýta nasledujúci sled otázok: čo viedlo k tomu, čo je na obrázku; čo si myslia zobrazené osoby; čo cítia; čo bude nasledovať? Výpovede testovanej osoby sa doslovne prepíšu, pričom jednotlivé obsahové znaky vo výpovediach sú reprezentované slovami alebo vetami. Následne sa vyhodnocuje, či charakter príbehu je v zmysle „sám" alebo „vo vzťahu". Na vyhodnocovanie sa používajú škály: zastúpenie Self (angl. agency of Self), prepojenosť (angl. connectedness), a synchrónnosť (angl. synchrony). Tiež sa vyhodnocujú aj znaky deaktivácie a kognitívneho odstupu. Výsledne sa identifikujú štyri kategórie vzťahovej väzby: bezpečná; neistá dištancovaná; neistá zapletená; a s nespracovanou traumou/smútkom. Zhoda tejto projektívnej metódy s AAI je veľmi vysoká (pri štvorkategoriálnej klasifikácii $\kappa = 0{,}84$).

Ako sme sa zmienili vyššie, reakciou na náročnosť kvalitatívnych a projektívnych metód bol nástup a rozšírenie sebaposudzovacích dotazníkov. Ale už dávnejšie sa osvedčil dotazník E.M.B.U. (Dotazník zapamätaného rodičovského správania, skratka pochádza z originálneho švédskeho názvu Egna Minnen Beträffande Uppfostran, čo v slovenčine znamená Moje spomienky, ako ma vychovávali). Pôvodná verzia (Perris et al., 1980) obsahovala 81 položiek, ktoré boli združené do 15 subškál. Neskôr bola vytvorená skrátená verzia s označením s-E.M.B.U., ktorá obsahuje 23 položiek v troch základných subškálach (Arrindell et al., 1999, 2001): 1) Odmietanie; 2) Emočná vrelosť; 3) Hyperprotektivita. Na jednotlivé položky sa odpovedá zvlášť pre otca a zvlášť pre matku na 4-bodovej Likertovej škále. Prvé klinické a výskumné skúsenosti s dotazníkom s-E.M.B.U. u nás publikovali Poliaková, Mojžišová a Hašto (2007). Vo svojom príspevku uviedli podrobný popis práce s dotazníkom, spolu s uvedením celého znenia dotazníka. Dotazník E.M.B.U. sa tak u nás stal jedným z prvých dostupných nástrojov merania zapamätaného štýlu správania sa pacientových rodičov.

Zisťovanie vzťahovej väzby dospelých k dôležitým vzťahovým osobám

Ako sme spomenuli vyššie, jedným z prúdov výskumu vzťahovej väzby u dospelých je sledovanie prenášania skúsenosti s ranou vzťahovou osobou do súčasných blízkych vzťahov. Často sa skúmajú vzťahy k ľúbostným, romantickým partnerom (napr. Brennan et al., 1998), predmetom skúmania je aj objavenie sa vzorcov vzťahovej väzby v terapeutickom vzťahu (napr. Slade, 2008). V tejto oblasti sú prínosné Bielefeldské dotazníky vzťahovej väzby. Autorom Bielefeldského dotazníka klientových očakávaní (BDKO, nem. Der Bielefelder Fragebogen zu Klientenerwartungen BFKE) je D. Höger (1999) z Univerzity v Bielefelde, ktorá je známa svojím výskumom v oblasti vzťahovej väzby.

Dotazník BDKO obsahuje 33 položiek, ktoré sa pýtajú pacientov/klientov pred nadchádzajúcou psychoterapiou na ich očakávania ohľadom svojich terapeutov (čo si od neho prajete, čoho sa obávate, aké reakcie očakávate u seba...). Položky sú hodnotené na 5-stupňovej Likertovej škále a sú združené do troch oblastí: 1) problémy s akceptáciou; 2) pripravenosť k otváraniu sa; 3) potreba náklonnosti. Klastrová analýza položiek dotazníka BDKO viedla k identifikácii 5 klastrov, ktoré sa dajú identifikovať ako štýly vzťahovej väzby:

- „bezpečná" vzťahová väzba,
- „neistá–ambivalentná" vzťahová väzba (v rámci nej dva varianty – „uzatvorená" a „lipnúca" vzťahová väzba),
- „neistá–vyhýbavá" vzťahová väzba (v rámci nej rovnako dva varianty – „uzatvorená" a „kooperujúca" vzťahová väzba).

O dotazníku BDKO podrobne u nás referuje J. Hašto (2009), ktorý uvádza aj kompletný slovenský preklad dotazníka spolu s inštrukciou pre skórovanie.

Paralelnú verziu tohto dotazníka s názvom Bielefeldský dotazník očakávaní v partnerstve (BDOP, angl. Bielefeld Partnership Expectations Questionnaire BPEQ) uvádzajú Pollak, Wiegand-Grefe a Höger (2008). Tento dotazník vychádza z predchádzajúceho Bielefeldského dotazníka, sleduje však vzťahové nastavenie dospelého k manželskému alebo ľúbostnému partnerovi. Jednotlivé otázky boli v tomto zmysle preformulované alebo pozmenené. Dotazník BDOP obsahuje 31 položiek, má rovnaké skórovanie a rovnaké dimenzie ako dotazník BDKO, z ktorého vychádza. Slovenský preklad tejto verzie dotazníka podľa našich informácii ešte nebol uverejnený.

Jedným z najznámejších a najpoužívanejších dotazníkov vzťahovej väzby dospelých je škála Experiences in Close Relationships (ECR, voľný slovenský preklad – Ako prežívam blízke vzťahy) autorov Brennana, Clarka a Shavera (1998). Koncept vzťahovej väzby v dospelosti týchto autorov sme uviedli vyššie. Z tohto konceptu autori vychádzali aj pri zostrojovaní dotazníka.

Fraley, Waller a Brennan (2000) podrobili dotazník ECR podrobnej psychometrickej analýze s použitím teórie odpovedi na položku (item response theory), výsledkom čoho bola revidovaná verzia pôvodného dotazníka, ktorá je v súčasnosti známa pod označením ECR-R (Experiences in Close Relationships – Revised). Škála obsahuje rovnaký počet položiek ako predchádzajúca verzia, obe verzie sa zhodujú v 20 položkách. Rovnako po 18 položiek je združených do dvoch oblastí: úzkosť (angl. anxiety) a vyhýbanie (angl. avoidance). Kombináciou týchto dvoch oblastí sú štyri typy vzťahovej väzby dospelých, ktoré sme spomenuli už vyššie: bezpečný typ (angl. secure); úzkostný/ambivalentný typ (angl. anxious/ambivalent); vyhýbavý typ (angl. avoidant); dezorientovaný/dezorganizovaný typ (angl. disoriented/disorganized). Celé znenie dotazníka, spolu s informáciami o skórovaní, uvádzame v prílohe.

Dotazník ECR-R je podľa nášho názoru klinicky užitočný prostriedok na diagnostikovanie vzťahového nastavenia

jednotlivcov voči blízkym osobám, ktoré má svoje základy vo vzťahovej väzbe vytvorenej v ranom detstve. Súčasne je to nástroj vo svete vysoko rozšírený s dostatočne overenými psychometrickými vlastnosťami. V našich podmienkach uvádza použitie dotazníka ECR-R v empirickom výskume Dvorská (2009), ktorá skúmala vzťah citovej väzby u adolescentov so stratégiami zvládania. Keďže však nevieme o publikovaní dotazníka ECR-R u nás, v prílohe uvádzame celé znenie položiek a inštrukcie dotazníka, spolu s informáciou o skórovaní. Veríme, že to prispeje k jeho používaniu a postupnému obohateniu výskumných a klinických skúseností s jeho prácou.

Typy vzťahovej väzby zisťované sebavýpoveďovými dotazníkmi a klinickým interview

Ako sme spomínali v úvode, v poslednom období sa aj v našich podmienkach môžeme stretnúť s prácami, ktoré sa venujú téme vzťahovej väzby. S referátmi o empirických prácach, ktoré používajú nástroje na meranie štýlov vzťahovej väzby, sa môžeme na Slovensku a v Čechách stretnúť prevažne na odborných psychologických konferenciách.

Použitie klinického interview pre zhodnotenie citovej väzby uvádza Štefánková (2004, 2006, 2007). Tá prezentuje semištruktúrované interview nemeckých autorov Zimmermanna a Scheuerer-Englischa Das Bindungsinterview für späte Kindheit (BISK), čo je vekovo špecifická metóda určená pre deti v skorej adolescencii vo veku 8–13 rokov.

Ďalšie empirické práce, realizované v našich česko-slovenských podmienkach, však používajú výlučne sebaposudzujúce nástroje. Spomínaná Dvorská (2009) použila dotazník ECR-R pre skúmanie vzťahu medzi citovou väzbou v romantických vzťahoch a stratégiami zvládania u dospelých. Vzťahy medzi vzťahovou väzbou a depresiou explorujú Černá a Fisher (2007), ktorý použili dva rozličné dotazníky na zisťovanie pripútania v blízkych vzťahoch dospelých (Relationship Questionnaire autorov Bartholomew a Horowitz, a dotazník Relationship Scales Questionnaire autorov Griffin a Bartholomew). Metodologická práca Halamu a Saba (2007) sa venuje vzájomným vzťahom medzi jednotlivými nástrojmi merania vzťahovej väzby u dospelých.

Preferencia sebaposudzovacích dotazníkov pred klinickým interview je podľa nášho názoru ľahko vysvetliteľná. Jedná sa o vyššie spomínanú ekonomickosť dotazníkov. Tie sú fakticky samoadministrovateľné, ľahko skórovateľné a interpretovateľné, vo výskume umožňujú získať informácie o vzťahovej väzbe od veľkého počtu respondentov v relatívne krátkom čase. Vynára sa však otázka, nakoľko sa zistenia z týchto dotazníkov zhodujú so zisteniami z komplexných klinických interview, ktorého prototypom je AAI.

Táto téma je v literatúre bohato diskutovaná (napr. Crowell, Fraley, Shaver (2008); Mikulincer a Shaver (2007); Fraley, Phillips (2009), u nás sa diskusii na túto tému venuje Halama (2009)). Hoci existujú štúdie, ktoré využívajú aj sebaposudzovacie dotazníky a interview súčasne, podľa Mikulincera a Shavera (2007) sú tieto dva typy metód súčasťou dvoch pomerne oddelených prúdov. Vzťahy medzi týmito dvoma metódami sa ukazujú ako skôr slabé (Crowell, Fraley, Shaver, 2008). Dôvodom podľa Mikulincera a Shavera (2007) je, že sa zameriavajú na odlišný spôsob odvodzovania údajov (sebavýpoveď vs. prepis interview) a odlišný spôsob analytického ťažiska (sebaposúdenie pocitov a správania pri dotazníku vs. diskurz pri interview). Crowell, Fraley a Shaver (2008) uvádzajú, že vzťah medzi dvoma nástrojmi merania vzťahovej väzby súvisí okrem metódy získavania dát (dotazník alebo interview) aj s oblasťou, na ktorú sa zameriava (napríklad aspekty partnerského vzťahu vs. aspekty vzťahu k rodičom).

Čo sa týka klinického aspektu využívania dotazníkov a interview na zachytenie vzorcov vzťahovej väzby, zástancovia využívania interview argumentujú, že napríklad AAI zisťuje viac nevedomé aspekty obrán a správania, ktoré sa spájajú so vzťahovou väzbou, zatiaľ čo dotazníky zachytávajú jednoducho vedomé zhodnotenie vlastných pocitov a správania v blízkych vzťahoch. Mikulincer a Shaver (2007) však skúmaním vzťahu medzi sebavýpoveďovými dotazníkmi vzťahovej väzby a rozličnými projektívnymi metódami zistili, že sú vo vzájomných vzťahoch. Dotazníky tak zjavne zachytávajú aj nevedomé procesy.

Dôvody pre použitie dotazníkov je ich spomínaná časová a technická nenáročnosť. Využitie dotazníkov v klinickej praxi je však podľa Fraleya a Phillipsa (2009) hodnotné aj tým, že bolo opakovane dokázané, že variácie v štýle vzťahovej väzby zhodnotené dotazníkmi sú vo vzťahu s množstvom klinicky významných javov (napr. depresívne symptómy, suspektné symptómy post-traumatickej stresovej poruchy, antisociálne správanie, suicidálne tendencie, poruchy osobnosti, dysfunkčné vzťahy a i.). Diagnostikovanie vzťahovej väzby prostredníctvom dotazníkov ponúka klinikom pohľad na rozličné psychické aspekty, ktoré majú implikácie pre širokú oblasť adaptívnych a maladaptívnych vzorcov myslenia, cítenia a správania. Výhodou je aj v súčasnosti preferované dimenzionálne, kontinuálne zameranie dotazníkov (oproti kategoriálnemu, typovému zameraniu), čo poskytuje klinikom viaceré tvorivé možnosti využitia informácii o vzťahovom nastavení pacienta (Fraley, Phillips, 2009). Napríklad zistenie informácií o úzkostnom vzťahovom nastavení pacienta, môže psychoterapeut využiť pri formovaní terapeutickej aliancie, nakoľko vzťah s psychoterapeutom bude pravdepodobne tiež ovplyvnený týmto nastavením.

Mikulincer a Shaver (2007) uzatvárajú diskusiu o vzájomných vzťahoch nástrojov merania vzťahovej väzby konštatovaním, že hoci rozličné nástroje nutne nesmerujú k rovnakým konštruktom alebo k rovnakej úrovni analýzy, existujú dôkazy o tom, že jednotlivé metódy majú svoj význam, že všetky koherentne súvisia s teóriou vzťahovej väzby a niektoré sú aj vo vzájomných vzťahoch.

Záver

Skúmanie vzťahovej väzby v dospelosti je v súčasnosti dynamicky sa rozvíjajúca oblasť aplikovaného psychologického výskumu. Bolo vytvorených viacero modelov alebo konceptov vzťahovej väzby v dospelosti, ktoré sú často podobné, súčasne korešpondujú s predchádzajúcimi teóriami o vzťahovej väzbe dieťaťa. S rozvojom týchto konceptov sa výskumníci venujú aj vytváraniu dotazníkov a škál na diagnostikovanie vzťahového nastavenie dospelých. V našom príspevku sme predstavili niektoré z nich, u ktorých boli prezentované prvé skúsenosti s ich používaním. Uvádzame tu dotazník zameraný na zisťovanie zážitkov v blízkych vzťahoch ECR-R. Naším prvoradým zámerom je podnietiť ďalší klinický výskum vzťahovej väzby v našich podmienkach. Ten by sa mohol zameriavať na samotné metodologické otázky diagnostikovania vzťahovej väzby prostredníctvom dostupných nástrojov merania a štandardizovanie rozšírených dotazníkov vzťahovej väzby v našich

podmienkach. V optimálnom prípade by takýto výskum mohol rezultovať do zistení o klinickom využití hodnotenia vzťahovej väzby dospelých v ich ďalšej psychiatrickej a/alebo psychoterapeutickej liečbe.

Mgr. Matúš Bieščad, PhD.
Psychiatrická klinika FN
911 71 Trenčín
SR
E-mail: mbiescad@gmail.com

Do redakce došlo: 9. 4. 2010
K publikaci přijato: 14. 5. 2010

LITERATÚRA

Adamovová L, Halama P. (2009) Vzťahová väzba a religiozita. Bratislava: Slovak Academic Press.

Arrindell WA, Richter J, Eisemann M, Gärling T, Rydén O, Hansson SB, Kasielke E, Frindte, W, Gillholm R, Gustafsson M. (2001) The short-EMBU in East-Germany and Sweden: A cross-national factorial validity extension. Scandinavian Journal of Psychology, 42(2), 157-160.

Arrindell WA., Sanavio E, Aguilar G, Sica C, Hatzichristou C, Eisemann M, Recinos LA, Gaszner P, Pete, M, Battagliese G, Kallai J, Van der Ende J. (1999) The development of a short form of the EMBU: Its appraisal with students in Greece, Guatemala, Hungary and Italy. Personality and Individual Differences, 27(4), 613-628.

Bartolomew K, Horowitz LM. (1991) Attachment styles among young adults: A test of a four-category model. Journal of Personality and Social Psychology, 61(2), 226-244.

Bowlby J. (1975) Bindung. Eine Analyse der Mutter-Kind-Beziehung. München: Kindler.

Brennan KA, Clark CL, Shaver PR. (1998) Self-report measurement of adult attachment: An integrative overview. In: Simpson, JA, Rholes WS. (Eds.) Attachment theory and close relationships. New York: Guilford Press, s. 46-76.

Bretherton I, Munholland KA. (2008) Internal working models in attachment relationships: Elaborating a central construct in attachment theory. In: Cassidy, J., Shaver, P. R. (Eds.) Handbook of attachment: Theory, research, and clinical applications. 2nd Ed. New York: Guilford Press, s. 102-127.

Brisch KH. (2009) Bindungsstörungen. Von der Bindungstheorie zur Therapie. Stuttgart: Klett-Cotta.

Buchheim A, Strauss B. (2002) Interviewmethoden der klinischen Bindungsforschung. In: Strauss B, Buchheim A, Kächele H. (Eds.) Klinische Bindungsforschung. Theorien, Methoden, Ergebnisse. Stuttgart: Schattauer, s. 27-53.

Cassidy J. (2008) The nature of the child´s ties. In: Cassidy J, Shaver PR. (Eds.) Handbook of attachment: Theory, research, and clinical applications. 2nd Ed. New York: Guilford Press, s. 3-22.

Cassidy J, Shaver PR. (Eds.) (2008) Handbook of attachment: Theory, research, and clinical applications. 2nd Ed. New York: Guilford Press.

Crowell JA, Fraley PC, Shaver PR. (2008) Measurement of individual differences in adolescent and adult attachment. In: Cassidy J, Shaver PR. (Eds.) Handbook of attachment: Theory, research, and clinical application. 2nd Ed. New York: Guilford Press, s. 599-634.

Černá P, Fischer J. (2007) Štýly pripútania a depresia. In: Fedáková D, Kentoš M, Výrost J. (Eds.) Sociálne procesy a osobnosť 2006. Zborník príspevkov. Košice: Spoločenskovedný ústav SAV. s. 76-84.

Dvorská L. (2009) Vztah mezi citovou vazbou v romantických vztazích a strategiemi zvládání v adolescenci. In: Heller D, Charvát M, Sobotková I. (Eds.) Psychologické dny 2008: Já & my a oni. Brno: FSpS MU a ČMPS, 10 s.

Fraley RC, Phillips RL. (2009) Self-report measures of adult attachment in clinical practice. In: Obegi JH, Berant E. (Eds.) Attachment theory and research in clinical work with adults. New York: Guilford Press, s. 153-180.

Fraley RC, Waller NG, Brennan KA. (2000) An item-response theory analysis of self-report measures of adult attachment. Journal of Personality and Social Psychology, 78(2), 350-365.

Gabbard GO. (2005) Dlhodobá psychodynamická psychoterapia. Trenčín: Vydavateľstvo F.

Halama P. (2009). Vzťahová väzba v dospelosti. In: Adamovová, L., Halama, P. Vzťahová väzba a religiozita. Bratislava: Slovak Academic Press, s. 25-39.

Halama P, Sabo M. (2007) Konvergujú navzájom rôzne nástroje na meranie štýlov pripútania dospelých? In: Sarmány Schuller I. (Ed.) Metanoia – harmónia človeka. Zborník z 25. Psychologických dní. Bratislava: Stimul, s. 379-383.

Hašto J. (2005) Vzťahová väzba. Ku koreňom lásky a úzkosti. Trenčín: Vydavateľstvo F.

Hašto J. (2006) Vzťahová väzba, pripútavacie správanie a psychiatria – psychoterapia. Psychiatrie, 10(1), 28-32.

Hašto J. (2009) Vzťahová väzba (attachment) – k typológii v dospelosti. Bielefeldský dotazník klientových očakávaní (BDKO). Metóda zisťovania štýlov vzťahovej väzby u psychoterapeutických pacientov. Psychiatria, psychoterapia, psychosomatika, 16(3), 158-161.

Hazan C, Shaver PR. (1987) Romantic love conceptualized as an attachment process. Journal of Personality and Social Psychology, 52(3), 511-524.

Hazan C, Shaver PR. (1990) Love and work: An attachment-theoretical perspective. Journal of Personality and Social Psychology, 59(2), 270-280.

Hazan C, Shaver PR. (1994) Attachment as an organizational framework for research on close relationships. Psychological Inquiry, 5(1), 1-22.

Hesse E. (2008) The Adult Attachment Interview. Protocol, method of analysis, and empirical studies. In: Cassidy, J., Shaver, P. R. (Eds.) Handbook of attachment: Theory, research, and clinical applications. 2nd Ed. New York: Guilford Press, s. 552-598.

Höger D. (1999) Der Bielefelder Fragebogen zu Klientenerwartungen (BFKE). Ein Verfahren zur Erfassung von Bindungsstilen bei Psychotherapiepatienten. Psychotherapeut, 44(3), 159–166.

Höschl C. (2004) Poruchy nálady (afektivní poruchy). In: Höschl C, Libiger J, Švestka J, (Eds.) Psychiatrie. Druhé, doplněné a opravené vydání. Praha: Tigis, s. 419-465.

Kulísek P. (2000) Problémy teorie raného citového přilnutí (attachment). Československá psychologie, 44(5), 404-423.

Langmaier J, Matějček Z. (1963) Psychická deprivace v dětství. Praha: Státní zdravotnické nakladatelství.

Madlafousek J. (2004) Motivace. In: Höschl C, Libiger J, Švestka J, (Eds.) Psychiatrie. Druhé, doplněné a opravené vydání. Praha: Tigis, s. 172-176.

Mikulincer M, Shaver PR. (2007) Attachment in adulthood: Structure, dynamics, and change. New York: Guilford Press.

Perris C, Jacobsson L, Lindström H, von Knorring L, Perris H. (1980) Development of a new inventory for assessing memories of parental rearing behaviour. Acta Psychiatrica Scandinavica, 61(4), 265-274.

Poliaková M, Mojžišová V, Hašto J. (2007) Skrátený dotazník zapamätaného rodičovského správania ako výskumný a klinický nástroj s-E.M.B.U. Psychiatria, psychoterapia, psychosomatika, 14(2-3), 79-88.

Pollak E, Wiegand-Grefe S, Höger D. (2008) The Bielefeld Attachment Questionnaires: Overview and Empirical Results of an Alternative Approach to Assess Attachment. Psychotherapy Research, 18(2), 179-190.

Poněšický J. (2003) Úvod do moderní psychoanalýzy. Praha: Triton.

Schlegel L. (2007) Transakčná analýza ako kreatívne spojenie hlbinnej a kognitívnej psychoterapie. Trenčín: Vydavateľstvo F.

Simpson JA, Rholes WS. (1998) Attachment in adulthood. In: Simpson, J. A., Rholes W. S. (Eds.) Attachment theory and close relationships. New York: Guilford Press, s. 3-21.

Slade A. (2008) The implications of attachment theory and research for adult psychotherapy. Research and clinical perspectives. In: Cassidy, J., Shaver, P. R. (Eds.) Handbook of attachment: Theory, research, and clinical applications. 2nd Ed. New York: Guilford Press, s. 762-780.

Štefánková Z. (2004) Reprezentácia citovej väzby v ranej adolescencii a jej súvislosti s emocionálnou reguláciou, copingovými stratégiami a sociálnou adaptáciou (predbežná metodická správa). In: I. Ruisel, I., Lupták, D., Falat, M. (Eds.) Zborník z konferencie Sociálne procesy a osobnosť, Stará Lesná 2004. Bratislava: UEPs SAV, s. 605-613.

Štefánková Z. (2005) Citová väzba v detstve a adolescencii vo vzťahu k emocionálnej regulácii. Československá psychologie, 49(5), 432-445.

Štefánková Z. (2006) Citová vazba (attachment) zjišťovaná metodou BISK. In: Blatný M, Vobořil D, Květon P, Jelínek M, Šobotková, V. (Eds.) Sociální procesy a osobnost 2005. Sborník příspěvků. Brno: Psychologický ústav AV ČR. S. 395-400.

Štefánková Z. (2007) Citová vazba v rané adolescenci. Československá psychologie, 51(5), 503-516.

Vavrda V. (2005) Otázky soudobé psychoanalýzy. Tradice a současnost. Praha: Nakladatelství Lidové noviny.

PRÍLOHA

Ako prežívam blízke vzťahy – revidovaný dotazník (ECR-R). *The Experiences in Close Relationships – Revised (ECR-R) Questionnaire. Preklad: Mgr. Matúš Bieščad, PhD., MUDr. Jozef Hašto, PhD. Zdroj: Fraley, R. C., Waller, N. G., Brennan, K. A. (2000) An item-response theory analysis of self-report measures of adult attachment. Journal of Personality and Social Psychology, 78(2), 350-365.*

Jednotlivé položky sa podľa inštrukcie hodnotia na 8-stupňovej Likertovej škále v rozmedzí 1 (úplne nesúhlasím) až 7 (úplne súhlasím). Položky 1–18 tvoria škálu úzkosti (anxiety) týkajúcej sa vzťahovej väzby, položky 19–36 tvoria škálu vyhýbania (avoidance) týkajúceho sa vzťahovej väzby. Pri klinickom alebo výskumnom používaní dotazníka by malo byť poradie položiek náhodne zmenené.
Zo všetkých položiek je 14 reverzne formulovaných (jedná sa o položky: 9, 11, 20, 22, 26, 27, 28, 29, 30, 31, 33, 34, 35, 36). Pre skórovanie z toho vyplýva, že pred začiatkom vyhodnocovania dotazníka je ich potrebné „preskórovať", čiže zmeniť hodnoty položiek (podrobný kľúč na preskórovanie položiek: 1 → 7; 2 → 6; 3 → 5; 4 → 4; 5 → 3; 6 → 2; 7 → 1). Po preskórovaní položiek sa vypočíta skóre pre škálu úzkosti a pre škálu vyhýbania. V oboch prípadoch sa sčítajú odpovede pre všetky položky patriace do škály a delia sa počtom týchto položiek (skóre škály úzkosti – suma všetkých odpovedí (po preskórovaní) na položky 1 až 18 delené 18; skóre škály vyhýbania – suma všetkých odpovedí (po preskórovaní) na položky 19 až 36 delené 18).
Položky je možné modifikovať tak, že sa nepýtajú na prežívanie vzťahu k partnerke/partnerovi, ale je možné pýtať sa na prežívanie vzťahu k iným ľuďom (napr. k mame/otcovi, k priateľke/priateľovi, k manželke/manželovi...). V takomto prípade je potrebné urobiť príslušnú zmenu vo formulácii položiek aj v inštrukcii.

Ako prežívam blízke vzťahy

Inštrukcia: Výroky uvedené nižšie opisujú, ako sa cítite v citovo blízkych vzťahoch. Zaujíma nás, ako prežívate blízke vzťahy vo všeobecnosti, nie nevyhnutne ako prežívate súčasný vzťah. Ku každému výroku, prosím, vyjadrite váš súhlas alebo nesúhlas tým, že zakrúžkujete jedno číslo.

úplne nesúhlasím 1 2 3 4 5 6 7 úplne súhlasím

1. Obávam sa, že stratím lásku partnerky/partnera.
2. Často sa trápim tým, že partnerka/partner nebude chcieť so mnou zostať.
3. Často sa trápim tým, že ma partnerka/partner v skutočnosti nemiluje.
4. Trápim sa tým, že milostnej partnerke/partnerovi na mne nebude rovnako veľmi záležať, ako mne na nej/na ňom.
5. Často si prajem, aby city partnerky/partnera ku mne boli rovnako silné ako moje citu k nej/k nemu.
6. Dosť sa trápim mojimi vzťahmi.
7. Keď je partnerka/partner mimo môj dohľad, trápim sa tým, že by sa mohla/mohol zaujímať o niekoho iného.
8. Keď prejavím svoje city partnerke/partnerovi, obávam sa, že by voči mne nepociťovala/nepociťoval rovnaké city.
9. Iba zriedka sa trápim tým, že by ma partnerka/partner opustila/opustil.
10. Moja milostná partnerka/partner vo mne vyvoláva pochybnosti o sebe samom/sebe samej.
11. V podstate sa netrápim tým, že budem opustený/opustená.
12. Mám pocit, že sa partnerka/partner so mnou nechce až tak zblížiť, ako by som si to prial/priala.
13. Niekedy partnerka/partner zmení svoje pocity voči mne bez toho, aby na to mala/mal zjavnú príčinu.
14. Moja túžba po veľmi blízkom vzťahu niekedy ľudí odradí.
15. Obávam sa, že ak moja milostná partnerka/partner zistí, aký/aká som, nebude ma mať takého rada/takú rád.
16. Vyvádza ma z miery, ak od partnera/partnerky nedostávam lásku a podporu, akú potrebujem.
17. Trápim sa, že nebudem vyhovovať druhým ľuďom.
18. Partnerka/partner si ma zrejme všíma iba vtedy, keď som nahnevaný/nahnevaná.
19. Radšej nedávam partnerke/partnerovi najavo, ako sa cítim v hĺbke svojej duše.
20. Rád/rada sa delím o moje vlastné myšlienky a pocity s partnerkou/partnerom.
21. Je pre mňa ťažké spoliehať sa na partnerku/partnera.
22. V blízkosti partnerky/partnera sa cítim veľmi príjemne.
23. Cítim sa nepríjemne, keď odkrývam svoje vnútro partnerke/partnerovi.
24. Radšej sa príliš nezbližujem s partnerkou/partnerom.
25. Cítim sa nepríjemne, keď sa chce so mnou partnerka/partner veľmi zblížiť.
26. Je pre mňa pomerne jednoduché zblížiť sa s partnerkou/partnerom.
27. Nie je pre mňa ťažké priblížiť sa k partnerke/partnerovi.
28. Obyčajne hovorím o svojich problémoch a starostiach s partnerkou/partnerom.
29. Pomáha mi, keď sa v čase núdze obrátim na milostnú partnerku/partnera.
30. Partnerke/partnerovi rozprávam takmer všetko.
31. Preberám rôzne veci s partnerkou/partnerom.
32. Cítim sa nepríjemne, keď sa so mnou partnerka/partner príliš zblíži.
33. Cítim sa príjemne, keď sa spolieham na milostnú partnerku/partnera.
34. Zisťujem, že je pre mňa ľahké spoliehať sa na milostnú partnerku/partnera.
35. Je pre mňa ľahké prejavovať náklonnosť partnerke/partnerovi.
36. Partnerka/partner naozaj rozumie mne a mojim potrebám.