

## Povezanost med slogi navezanosti partnerjev in kakovostjo partnerskega odnosa: pregled literature

Robi Erzetič in Maša Žvelc<sup>1</sup>

<sup>1</sup>Oddelek za psihologijo, Univerza na Primorskem, Koper

**Povzetek:** Naredili smo pregled literature, katerega namen je bil ugotoviti, kako so različni slogi navezanosti pri partnerjih povezani s kakovostjo partnerskega odnosa. V pregled smo vključili 15 raziskav, izvedenih med leti 2017 in 2021, iz štirih podatkovnih zbirk. Rezultati, z nekaterimi izjemami, kažejo na povezanost med vsemi slogi navezanosti in kakovostjo partnerskih odnosov. Rezultati nakazujejo, da imajo varno navezani posamezniki bolj kakovosten partnerski odnos v primerjavi z nevarno navezanimi. Večina zajetih raziskav tudi kaže, da obstaja negativna povezava med anksioznim in izogibajočim slogom navezanosti ter kakovostjo partnerskega odnosa. Anksiozna in izogibajoča navezanost sta povezani tudi s psihološko zlorabo partnerjev, prisiljenim spolnim odnosom (angl. *sexual coercion*) in z destruktivnim komunikacijskim vzorcem umikanja iz konflikta. Anksiozen slog navezanosti pa je povezan tudi z destruktivnim komunikacijskim vzorcem vpletanja v konflikt. Obstajajo tudi razlike v povezanosti med kakovostjo partnerskega odnosa ter izogibajočim slogom navezanosti v odvisnosti od spola, inteligentnosti ter sociokulturnih dejavnikov.

**Ključne besede:** navezanost, slogi, kakovost, partnerski odnos

## Influence of attachment styles on relationship quality: literature review

Robi Erzetič and Maša Žvelc<sup>1</sup>

<sup>1</sup>Department of Psychology, University of Primorska, Koper, Slovenia

**Abstract:** The purpose of this review was to find out how different attachment style can influence relationship quality. In our review, we included 15 researches that were conducted between years 2017 and 2021 from 4 different data bases. Leaving some exceptions on the side, our results indicates the importance of all attachment styles for relationship quality. Our results in the broadest sense suggest that securely attached individual experience more quality relationship than those who are insecurely attached. Most of the studies involved suggests negative correlation between anxious attachment, avoidant attachment style and relationship quality. Anxious and avoidant attachment are related to psychological abuse, sexual coercion and destructive communication pattern withdrawing from conflict. Anxious attachment is also related with destructive communication pattern involvement in conflict. There are also some differences in correlation between relationship quality and avoidant attachment and anxious attachment depending on gender, intelligence and socicultural factors.

**Keywords:** attachment, styles, relationship, quality

---

\*Naslov/Address: Robi Erzetič, 5230 Bovec, e-mail: 89212030@student.upr.si

Ljubeče in izpopolnjujoče partnersko razmerje je eden najpomembnejših dejavnikov dolgoročnega občutka sreče (Caunt idr., 2013), pomembno povezani s kakovostjo oz. zadovoljstvom v partnerskem odnosu pa so slogi navezanosti partnerjev (Begum in Kumar, 2014; Hollist in Miller, 2005; Knoke idr., 2010; Sandberg idr., 2017; Scheeren idr., 2014).

Teorija navezanosti predstavlja okvir za razumevanje odnosov, medosebnih interakcij in kakovosti partnerskega odnosa (Žvelc, 2011). Z vidika teorije navezanosti vsak človek skozi življenje potrebuje varno navezanost. V funkcionalnem odnosu sistem navezanosti deluje na način, da se partnerja počutita varno in zaščiteno (Fisher in Crandell, 2007). Navezanost nam omogoča, da v družbi za nas posebnih ljudi občutimo zadovoljstvo, v težkih časih pa nam predstavljajo zatočišče (Ainsworth idr., 2015).

V nadaljevanju bomo opisali tri najbolj uveljavljene delitve slogov navezanosti v odraslosti. Main (1991) sloge navezanosti deli glede na značilnosti opisov otroških izkušenj s starši. Na podlagi teh opisov lahko odrasle osebe razvrstimo na **avtonomne** (varno navezane) in **neavtonomne** (nevarno navezane). Neavtonomni se delijo še na tri podkategorije – preokupiran, odklonilen in nerazrešen oz. dezorganiziran slog. Dezorganiziran slog običajno izhaja iz disfunkcionalnih družin, kjer so otroci pogosto zlorabljeni, pozneje pa je zanje značilno, da razvijejo klinične težave v duševnem zdravju (Žvelc, 2011).

Hazan in Shaver (1987) sloge navezanosti delita na varno, anksiozno-ambivalentno ter izogibajočo navezanost. Avtorici Bartholomew in Horowitz (1991) sta pri opisu slogov navezanosti izhajali iz opisov navezanosti v odraslosti avtorjev Hazan in Shaver (1987), razvili pa sta nov model, izhajajoč iz Bowlbyjevega koncepta notranjih delovnih modelov. To sta model o sebi in model o drugem, ki predstavljata posplošena prepričanja o lastni vrednosti in pričakovanja o odzivnosti drugih. Oba modela imata pozitiven in negativen vidik. Pozitiven vidik modela o sebi se nanaša na mero, v kateri je posameznik ponotranjil občutek lastne vrednosti in zato pričakuje pozitiven odziv s strani drugih, negativen vidik tega modela pa se povezuje z anksioznostjo in intenziteto občutka odvisnosti od drugih (Bartholomew in Horowitz, 1991). Pozitiven vidik modela o drugih se odraža v stopnji posameznikovega doživljanja drugih kot dosegljivih pri iskanju podpore, negativen vidik pa je povezan z izogibanjem bližini. Na podlagi teh dveh modelov avtorici navajata štiri sloge navezanosti – varna, preokupirana, odklonilno-izogibajoča ter plašljivo-izogibajoča navezanost.

**Preokupiran slog** se ujema z opisom anksiozno-ambivalentnega sloga, ki ga navajata Hazan in Shaver (1987). Izogibajoč slog, ki ga navajata Hazan in Shaver (1987), kasneje avtorici Bartholomew in Horowitz (1991) delita na dva sloga, to sta plašljiv in odklonilen, s tem, da se v primerjavi z izogibajočim slogom Hazana in Shaverja (1991), najbolj ujema plašljiv slog navezanosti. Navezovalna anksioznost se nanaša na strah posameznika pred tem, da bi ga drugi zapustili (Sumer, 2006). Anksiozno oz. preokupirano navezani posamezniki imajo negativno razvito podobo o sebi in pozitivno razvito podobo o drugih (Žvelc in Žvelc, 2006). Visoko izražena navezovalna anksioznost se kaže v močni občutljivosti do vsake ločitve ter močni

odvisnosti od partnerja (Edelstein in Shaver, 2004). **Odklonilno-izogibajočim** posameznikom pa bližina in odvisnost od drugega predstavljata neudobje. Posamezniki s tem slogom navezanosti zavračajo pomembnost intimnosti in neodvisnosti, poudarjajo neodvisnost ter samozadostnost. Razvito imajo pozitivno podobo o sebi in negativno podobo o drugih (Žvelc in Žvelc, 2006). Visoka mera odklonilno-izogibajoče navezanosti se izraža v čustveni oddaljenosti do partnerja (Edelstein in Shaver, 2004). **Plašljivo izogibajoči** posamezniki imajo razvito negativno podobo tako o sebi kot o drugih (Žvelc in Žvelc, 2006). **Varna navezanost** je v tem kontekstu lahko definirana kot nizko izražena odklonilno-izogibajoča in anksiozna navezanost, kar pomeni sposobnost, da partnerja v odnosu ohranjata bližino in sta razumevajoča do potreb drugega (Edelstein in Shaver, 2004). Po klasični teoriji navezanosti imajo varno navezani odrasli pozitivne občutke do sebe in pozitivno zaznavajo druge, v družbi pa so bolj samozavestni in tudi bolj uspešni (Cann idr., 2008).

Notranji delovni modeli oblikujejo dojemanje partnerjevih ciljev med konfliktom (Pietromonaco idr., 2004). Anksiozno navezani oz. preokupirani posamezniki vidijo konflikt kot nevarnost, saj se bojijo, da jih bo partner zapustil ali da zanje ne bo dosegljiv, ko ga bodo potrebovali, kar pa spodbuja intenzivno čustveno reakcijo, ki ovira konstruktivno komunikacijo. Odklonilno-izogibajoči posamezniki so prav tako nagnjeni k temu, da konflikt dojemajo kot grožnjo, saj čutijo pritisk pred samorazkrivanjem ter vedenjem, ki spodbuja čustveno intimnost, kar jih vodi do umika ali do minimaliziranja pomembnosti konflikta. Pri plašljivo-izogibajočih posameznikih se bo odražalo vedenje, povezano tako z odklonilno-izogibajočim kot tudi anksioznim slogom. V tem pogledu je pri varno navezanih večja verjetnost uporabe konstruktivnih oblik reševanja problemov, saj svoje partnerje vidijo kot dosegljive, odzivne in ljubeče ter verjamejo, da so konflikti priložnost prilagoditve na partnerjeve potrebe. Varno navezani posamezniki drugim zaupajo, v komunikaciji uživajo, ne skrbi jih, da bi bili zavrnjeni, so stabilni, v njihovih razmerjih pa je prisotno zadovoljstvo, iskrenost, prijateljstvo in imajo občutek lastne vrednosti ter vrednosti drugih ljudi (Nadiri in Khalatbari, 2018).

Na podlagi zgoraj navedenih dejstev se nam zdi smiselno podrobneje raziskati vpliv oz. povezavo slogov navezanosti s kakovostjo partnerskega odnosa, kar v preglednem prispevku ugotavljata tudi Žvelc in Žvelc (2006). Na podlagi iskanja literature ugotavljamo, da je v Sloveniji malo raziskav, ki bi sistematično raziskovale sloge navezanosti v odraslosti. V nam dostopni literaturi v mednarodnih bazah nismo zasledili sistematičnega pregleda literature na temo slogov navezanosti in kakovosti partnerskega odnosa. Zaradi omenjenih razlogov smo se odločili, da naredimo pregled empiričnih člankov. Namen pregleda literature je tako odgovoriti na raziskovalno vprašanje, kako so različni slogi navezanosti partnerjev povezani s kakovostjo partnerskega odnosa in zadovoljstvom v njem.

## Metoda

Da bi odgovorili na raziskovalno vprašanje, smo pregledali literaturo. Pregled je potekal od 1. 5. 2021 do 25.

8. 2021. Iskanje literature je potekalo na sledeč način: najprej smo v Google Scholarju za iskanje uporabili ključne besede *attachment, style, patterns, orientation, relationship, quality, conflict in stress*. S pregledom najdene literature smo tako dobili ideje za nove besede, s katerimi lahko opišemo kakovost partnerskega odnosa ter slog navezanosti – *perspective, security, insecurity, marital, partner, couple, aggression in jealousy*. Iz vseh besed smo na koncu (zaradi štirih različnih besed, ki opisujejo partnerski odnos) sestavili štiri različne iskale nize: 1. *relationship satisfaction OR quality OR conflict OR stress OR aggression OR jealousy AND Attachment style OR orientation OR pattern OR perspective OR security OR insecurity*; 2. *couple satisfaction OR quality OR conflict OR stress OR aggression OR jealousy AND Attachment style OR orientation OR pattern OR perspective OR security OR insecurity*; 3. *marital satisfaction OR quality OR conflict OR stress OR aggression OR jealousy AND Attachment style OR orientation OR pattern OR perspective OR security OR insecurity*; 4. *partner satisfaction OR quality OR conflict OR stress OR aggression OR jealousy AND Attachment style OR orientation OR pattern OR perspective OR security OR insecurity*. Iskanje literature smo opravili v štirih iskalnih bazah: Google Scholar, Sage, PubMed in PsycNet. Kot vključitveni kriterij smo določili, da viri niso starejši od leta 2017. To leto smo izbrali, ker je bil pregled s tega področja narejen do leta 2017 s strani Gomboc (2018) v reviji Socialna pedagogika. V pregled literature so vključeni vsi članki od začetka leta 2017 do avgusta 2021. Poleg tega sta bila vključitvena kriterija še to, da so članki empirični, ter, da so raziskovali dimenzije kakovosti partnerskega odnosa in sloge navezanosti. Vsi vključeni članki so morali biti objavljeni v recenzirani znanstveni reviji v angleškem ali slovenskem jeziku. Z iskanjem smo dobili 40 člankov, izmed katerih smo najprej izločili pet dvojnikov, ostale članke smo vsebinsko pregledali in izločili vse tiste, ki ne raziskujejo povezave med slogi navezanosti in kakovostjo partnerskega odnosa. Izločili smo tudi pet člankov, ki niso bili objavljeni v znanstveni reviji, in en članek, ki ni empiričen. Na koncu smo v pregled vključili 15 člankov.

## Rezultati

Po izvedenem iskanju literature smo v končni pregled vključili 15 empiričnih člankov, objavljenih med letoma 2017 in 2021, ki raziskujejo povezavo med slogi navezanosti in kakovostjo oz. zadovoljstvom v partnerskem odnosu. Udeleženci vseh 15 raziskav so bili v času sodelovanja v raziskavi v partnerskem odnosu, poročeni ali neporočeni. V devetih raziskavah so v vzorec vključili le poročene pare, pri ostalih šestih pa je bil pogoj le to, da so trenutno v razmerju. V 12 od 15 raziskav so bili udeleženci povprečno stari med 30 in 40 let, v treh pa so bili povprečno stari med 20 in 25 let. V vseh 15 raziskavah je sodelovalo 4716 udeležencev.

## Merjeni konstrukti

V 11 raziskavah so avtorji poleg zadovoljstva oz. kakovosti partnerskega odnosa kot drugi merjeni konstrukt navajali anksiozno, izogibajočo, štiri raziskave pa tudi varno

navezanost (angl. *anxious, avoiding, secure attachment*). V eni izmed raziskav so navajali anksiozno-ambivalentno, anksiozno-izogibajočo ter varno navezanost (angl. *anxious ambivalent, anxious avoidant, secure*), v treh pa so navajali preokupirano, izogibajočo, plašljivo in varno navezanost (angl. *preoccupied, avoidant, fearful, secure*).

## Uporabljeni vprašalniki

Za ugotavljanje sloga navezanosti so avtorji uporabljali različne vprašalnike. Pri osmih raziskavah je bil uporabljen vprašalnik izkušenj v tesnem odnosu (angl. *Experience in close relationship* – ECR), ali obnovljena verzija vprašalnika ECR-R (angl. *Experiences in close relationship – revised*). Pri štirih so uporabljali lestvico navezanosti odraslih (angl. *Adult attachment scale*) oz. posodobljeno verzijo te lestvice (angl. *Revised adult attachment scale*). V eni izmed raziskav so za merjenje sloga navezanosti uporabili vprašalnik o odnosih (angl. *Relationship questionnaire*), ki sta ga razvili avtorici Bartholomew in Horowitz (1991). V eni izmed raziskav so avtorji uporabili vprašalnik navezanosti v odraslosti avtorjev Hazan in Shaver (1987; angl. *Adult attachment style questionnaire*), v eni pa je bil kot pripomoček za ugotavljanje sloga navezanosti uporabljen vprašalnik navezanosti odraslih (angl. *Adult attachment questionnaire*), ki ga je razvil Simpson s sodelavci (2002). Pri merjenju kakovosti partnerskega odnosa so raziskovalci uporabljali različne vprašalnike. Nekateri so uporabili le en vprašalnik, s katerim so merili kakovost v partnerskem odnosu oz. v zakonski zvezi, nekateri pa so kakovost oz. zadovoljstvo posameznika v partnerskem odnosu merili tudi z drugimi merami, npr. z lestvico o slogu reševanja konfliktov ali z vprašalnikom o težavah v partnerskem odnosu.

## Klasifikacija rezultatov

Iz Tabele 1 lahko razberemo ugotovitve posameznih raziskav glede povezanosti slogov navezanosti in kakovosti partnerskega odnosa. Kljub temu da so nekateri avtorji raziskav, vključenih v pregled, pri svojem raziskovanju izhajali iz različnih teoretičnih izhodišč o slogih navezanosti, smo posamezne sloge navezanosti, ki so jih navajali avtorji, na podlagi poznavanja teorije navezanosti, združili in na njihovi podlagi interpretirali naše rezultate. Vse sloge navezanosti, ki so jih avtorji navajali z besedno zvezo izogibajoča navezanost (angl. *avoidant attachment*), vključno z raziskavo, kjer so navajali anksiozno-izogibajoč slog (angl. *anxious avoidant*), ter z raziskavo, kjer so navedli zavračajoč slog (angl. *dismissing*), smo v pregledu združili pod ime »izogibajoče navezan«. Sloge navezanosti, ki so bili v raziskavah navedeni kot anksiozen (angl. *anxious attachment*), vključno z raziskavo, ki je navajala slog pod imenom anksiozno-ambivalenten (angl. *anxious-ambivalent*), ter z raziskavo, kjer so navajali t. i. preokupiran (angl. *preoccupied*) slog, smo združili v skupino pod ime »anksiozno navezan«. V eni raziskavi so avtorji navajali tudi plašljivo navezanost (angl. *fearful attachment*). Ta slog smo vključili v skupino »plašljiva navezanost«. Slog varna navezanost (angl. *secure attachment*) pa smo umestili v skupino »varno navezan« slog.

**Tabela 1**  
*Prikaz osnovnih značilnosti ter ugotovitev študij, vključenih v pregled*

Avtor	Vzorec	Merski instrument	Merjeni konstrukt	Ugotovitve
Amani in Khosroshahi, 2020	300 poročenih parov, $M_{\text{starost}(M)} = 36$ , $M_{\text{starost}(Z)} = 30$	Marital quality scale in Attachment Style Questionnaire	Varna navezanost in kakovost partnerskega odnosa	Varna navezanost ima neposreden vpliv na kakovost partnerskega odnosa, ter posreden vpliv preko mediacijske vloge sočutja do sebe, postavljanja v kožo drugega ter vzdržljivosti.
Asadollahi Salmabad idr., 2017	200 poročenih žensk, $M_{\text{starost}} = 30$	Marital Satisfaction Questionnaire in standard Adult Attachment Style	Varna, anksiozna in izogibajoča navezanost ter kakovost partnerskega odnosa	Anksiozna navezanost je povezana z nižjo kakovostjo partnerskega odnosa, izogibajoča navezanost pa z višjo kakovostjo partnerskega odnosa. Ni povezave med varno navezanostjo in kakovostjo partnerskega odnosa.
Bedair idr., 2020	222 poročenih odraslih, $M_{\text{starost}(Z)} = 35$ , $M_{\text{starost}(M)} = 40$	ECR in The Quality of Marriage Index	Varna in nevarna (anksiozna in izogibajoča) navezanost in kakovost partnerskega odnosa	Nevarna navezanost ima negativen vpliv na zadovoljstvo v partnerskem odnosu, varna navezanost pa pozitiven. Tako pri vplivu varne kot tudi pri vplivu nevarne navezanosti na kakovost partnerskega odnosa ima mediacijsko vlogo medosebna podpora v partnerskem odnosu.
Bonache idr., 2019	216 dodiplomskih študentov, $M_{\text{starost}} = 21,4$	(ECR-R), Sexual coercion victimization, Psychological abuse victimization in conflict resolution	Anksiozna in izogibajoča navezanost ter kakovost partnerskega odnosa	Anksiozna in izogibajoča navezanost sta pozitivno povezani s psihološko zlorabo partnerjev in prisiljenim spolnim odnosom. Obe nevarni navezanosti sta povezani z destruktivnim komunikacijskim vzorcem: anksiozna je povezana z začeanjem konflikta ter z umikom iz konflikta, izogibajoča pa samo z umikom iz konflikta.
Cirinlioglu idr., 2018	510 poročenih posameznikov, $M_{\text{starost}} = 36$	Quality of Marriage Index in ECR-R	Anksiozna in izogibajoča navezanost ter kakovost partnerskega odnosa	Anksiozna in izogibajoča navezanost sta bili pri ženskah povezani s slabšo kakovostjo partnerskega odnosa, pri moških pa je bila s slabšo kakovostjo odnosa povezana le izogibajoča navezanost.
Dijkstra idr., 2017	196 odraslih članov Mense, $M_{\text{starost}(Z)} = 39$ , $M_{\text{starost}(M)} = 44$	Dutch relationship questionnaire in relational interaction satisfaction scale in relationship Questionnaire	Varna, anksiozna, izogibajoča in plašljiva navezanost ter kakovost partnerskega odnosa	Pri skupini Mensa je izogibajoča navezanost povezana s slabšo kakovostjo odnosa, ni pa povezave med kakovostjo odnosa in ostalimi tremi stili navezanosti pri tej skupini. Pri kontrolni skupini je negativna povezava med izogibajočo, anksiozno in plašljivo navezanostjo ter kakovostjo odnosa, ter pozitivna povezava med varnim stilom in kakovostjo odnosa, ni pa povezave med izogibajočo navezanostjo in kakovostjo partnerskega odnosa.
Du in Dong, 2021	168 neplodnih parov, $M_{\text{starost}} = 35$	Revised adult attachment scale and the Relationship Quality scale	Anksiozna in izogibajoča navezanost ter kakovost partnerskega odnosa	Izogibajoča navezanost je povezana z nižjo kakovostjo partnerskega odnosa.
Eder idr., 2021	313 odraslih v razmerju, $M_{\text{starost}} = 32$	ECR-R in Relationship questionnaire	Varna in nevarna navezanost (anksiozna in izogibajoča) ter kakovost partnerskega odnosa	Varna navezanost je bila pomemben napovednik zadovoljstva v partnerskem odnosu v času socialnih omejitev in policijske ure.



Tabela 1 (nadaljevanje)

Avtor	Vzorec	Merski instrument	Merjeni konstrukt	Ugotovitve
González-Ortega idr., 2020	405 parov v razmerju, $M_{\text{starost}} = 22$	ECR, Relationship quality in Conflict-resolution style -R	Varna in nevarna navezanost (plašljiva, izogibajoča in anksiozna) ter kakovost partnerskega odnosa	Nevarno navezani so se iz konflikta pogosteje umaknili. Pri tistih parih, kjer je bil vsaj eden izmed partnerjev varno navezan, je bila kakovost partnerskega odnosa večja, manj verjetno, da sta se partnerja posluževala manj zdravih, in bolj verjetno, da sta se posluževala bolj konstruktivnih tehnik reševanja problemov. Ni pa bilo razlik med tistimi pari, v katerih sta oba partnerja varno navezana, in tistimi pari, v katerih je varno navezan le eden izmed njiju.
Knies idr., 2021	103 odraslih v razmerju z partnerjem ki ima ADHD, starost = 18–56	ECR-R, the romantic partner conflict Scale, couples satisfaction index in perceived relationship threat and neglect	Anksiozna in izogibajoča navezanost ter kakovost partnerskega odnosa	Anksiozna navezanost je povezana s slabšo kakovostjo partnerskega odnosa, izogibajoča pa z boljšo kakovostjo partnerskega odnosa.
Molero idr., 2017	174 odraslih v razmerju, $M_{\text{starost}} = 38$	Relationship assessment scale in ECR	Anksiozna in izogibajoča navezanost ter kakovost partnerskega odnosa	Anksiozna in izogibajoča navezanost sta pri partnerju povezani z manjšim zadovoljstvom njegove partnerke, pri partnericah pa je le izogibajoča navezanost povezana z nižjim zadovoljstvom njihovega partnerja. Izogibajoča navezanost je tako pri moških kot ženskah napovedovala slabše lastno zadovoljstvo z odnosom.
Nadiri in Khalatbari, 2018	252 poročenih študentov, $M_{\text{starost}} = 20-35$	Adult Attachment Styles in Questionnaire Marital Satisfaction Questionnaire	Anksiozna, izogibajoča invarna navezanost ter kakovost partnerskega odnosa	Varna navezanost je povezana z višjo stopnjo zadovoljstva v partnerskih odnosih kot pa anksiozna ter izogibajoča navezanost. Anksiozna in izogibajoča navezanost sta negativno povezani s stopnjo zadovoljstva v partnerskem odnosu.
Overall idr., 2021	157 poročenih parov, $M_{\text{starost}} = 37$	Adult Attachment Questionnaire in 3 vprašalniki o odnosu: relationship functioning, relationship problems and relationship quality	Anksiozna in izogibajoča navezanost ter kakovost partnerskega odnosa	Ko sta partnerja doživljala večji stres, je anksiozna navezanost napovedovala več konfliktov (ne pa tudi v času doživljanja manjše količine stresa) ter slabšo kakovost odnosa. Bolj izražena izogibajoča navezanost je povezana s slabšo učinkovitostjo v reševanju konfliktov. Izogibajoče navezani bodo manj verjetno izrazili svoja neprijetna čustva, ruminacijo ter potrebo po pomoči, kar je še posebej naporno za tiste v karanteni. Tako anksiozna kot tudi izogibajoča navezanost sta povezani s slabšim funkcioniranjem partnerskega odnosa. Ugotovitve so omejene na čas pandemije covida-19, saj ni bilo kontrolne skupine za primerjavo.
Shah idr., 2018	20 poročenih posameznikov, $M_{\text{starost}} = 25-45$	Revised Adult Attachment Scale in Marital Satisfaction Scale	Varna in nevarna navezanost (plašljiva, izogibajoča in anksiozna) ter kakovost partnerskega odnosa	Varno navezani posamezniki so imeli višjo kakovost partnerskega odnosa kot nevarno navezani.
Sommatitico, idr., 2019	350 študentov v razmerju, $M_{\text{starost}} = 23,6$	ECR in Romance Qualities Scale	Anksiozna in izogibajoča navezanost ter kakovost partnerskega odnosa	Anksiozna in izogibajoča navezanost sta škodljivi za kakovost partnerskega odnosa, pri čemer je izogibajoča navezanost bistveno bolj negativno povezana s kakovostjo partnerskega odnosa kot pa anksiozna.

*Opomba.* Mensa – društvo, katerega člani odlikuje visok inteligenčni količnik, ECR – The Experiences in Close Relationships, ECR-R – The Experiences in Close Relationships revised. Mstarost označuje povprečno starost udeležencev,  $M_{\text{starost}(M)}$  označuje povprečno starost moških,  $M_{\text{starost}(Z)}$  označuje povprečno starost žensk. V raziskavi Knies idr. (2021) ne navajajo povprečne starosti, ampak le interval starosti udeležencev.

Pri združevanju teh slogov v skupine pod enakim imenom so izjema tista poimenovanja, pri katerih so avtorji sicer navajali različne sloge, vendar so jih že sami združili v skupino varno navezan (angl. *secure attachment*) ali nevarno navezan (angl. *insecure attachment*). Te smo poimenovali »varno navezan« oz. »nevarno navezan«.

## Ključne ugotovitve

Izmed 15 raziskav so pri devetih ugotavljali povezavo varne navezanosti s kakovostjo partnerskega odnosa. Od teh so pri sedmih našli povezavo med varno navezanostjo in boljšo kakovostjo partnerskega odnosa oz. večjim zadovoljstvom partnerjev. Izmed teh sedmih so Bonache s sodelavci (2019) ter Nadiri in Khalatbari (2018) odkrili pozitivno povezavo med varno navezanostjo in kakovostjo partnerskega odnosa. Rezultati kažejo, da varno navezani posamezniki dosegajo višjo stopnjo zadovoljstva v partnerskem odnosu (González-Ortega idr., 2020; Shah idr., 2018). Varna navezanost vpliva tudi na večjo kakovost partnerskega odnosa (Amani in Khosroshahi, 2020; Bedair idr., 2020; Eder idr., 2021). Do razlik v kakovosti partnerskega odnosa prihaja tudi glede na to, ali je varno navezan samo eden izmed partnerjev ali oba. Tisti pari, znotraj katerih je varno navezan vsaj eden izmed partnerjev, imajo bolj kakovosten odnos v primerjavi s tistimi, pri katerih sta nevarno navezana oba, partnerja se v teh primerih v večji meri poslužujeta zdravih in bolj konstruktivnih tehnik reševanja problemov. Med pari, znotraj katerih je varno navezan le eden izmed partnerjev, in pari, pri katerih sta varno navezana oba partnerja, ni bilo razlik (González-Ortega idr., 2020). Varna navezanost posredno vpliva na boljšo kakovost partnerskega odnosa, pri čemer ima mediacijsko vlogo medosebna podpora v partnerskem odnosu (Bedair idr., 2020). Posredno vlogo vpliva varne navezanosti na kakovost partnerskega odnosa ugotavljata tudi Amani in Khosroshahi (2020), pri čemer imajo mediacijsko vlogo sočutje do sebe, postavljanje v kožo drugega ter vzdržljivost. Poleg tega rezultati te raziskave nakazujejo, da varna navezanost tudi neposredno vpliva na boljšo kakovost partnerskega odnosa. Povezave med varno navezanostjo in kakovostjo partnerskega odnosa pa niso našli v vseh raziskavah (Asadollahi Salmabad idr., 2017; Dijkstra idr., 2017).

V 14 raziskavah so ugotavljali povezanost anksiozne in izogibajoče navezanosti s kakovostjo partnerskega odnosa, pri čemer so pri štirih nevarne sloge navezanosti združili v skupino, poimenovano nevarna navezanost. Pri vseh štirih so našli povezavo med nevarno navezanostjo in kakovostjo partnerskega odnosa, pri čemer ugotavljajo, da nevarno navezani v partnerskem odnosu dosegajo nižjo stopnjo zadovoljstva v primerjavi z varno navezanimi (González-Ortega idr., 2020; Shah idr., 2018), ter, da nevarna navezanost vpliva oz. napoveduje nižjo stopnjo zadovoljstva v partnerskem odnosu (Bedair idr., 2020; Eder idr., 2021). Ugotovitve raziskave Eder in sodelavcev (2021) so omejene na čas socialnih omejitev zaradi pandemije covid-19.

V ostalih 10 raziskavah, kjer so ugotavljali povezanost anksiozne navezanosti s kakovostjo partnerskega odnosa, so pri osmih našli povezavo anksiozne navezanosti in

kakovosti partnerskega odnosa. V raziskavah (Asadollahi Salmabad idr., 2017; Bonache idr., 2019; Cirhinlioglu idr., 2018; Knies idr., 2021; Nadiri in Khalatbari, 2018; Overall idr., 2021) ugotavljajo negativno povezavo med anksiozno navezanostjo in kakovostjo partnerskega odnosa, velja pa omeniti, da je Cirhinlioglu s sodelavci (2018) to povezavo našla samo pri ženskah. V dveh raziskavah (Molero idr., 2017; Sommantico idr., 2019) ugotavljajo, da anksiozna navezanost vpliva na slabšo kakovost partnerskega odnosa, s tem da rezultati raziskave, ki jo je opravil Molero s sodelavci (2017) nakazujejo, da anksiozna navezanost partnerja vpliva na manjše zadovoljstvo njegove partnerice, anksiozna navezanost partnerice pa ne vpliva na manjše zadovoljstvo njenega partnerja. Izsledki te raziskave kažejo tudi, da anksiozna navezanost moškega ali ženske ne napoveduje njihovega lastnega zadovoljstva v odnosu. Pri ostalih izmed 10 raziskav, kjer so iskali povezavo med anksiozno navezanostjo in kakovostjo oz. zadovoljstvom v partnerskem odnosu, te povezave niso potrdili v dveh raziskavah, ki sta vključevali vzorec nadpovprečno inteligentnih posameznikov (Dijkstra idr., 2017) in vzorec neplodnih parov (Du in Dong, 2021). Anksiozna navezanost je napovedovala več konfliktov v času, ko sta partnerja doživljala več stresa (Overall idr., 2021), pozitivno je bila povezana s psihološko zlorabo partnerjev, prisiljenim spolnim odnosom (angl. *sexual coercion*) ter z dvema destruktivnima komunikacijskima vzorcema: vpletanjem v konflikt (kritiziranje, nadlegovanje in zahtevanje) in izogibanjem komunikaciji (umikom iz komunikacije, menjanjem teme ali pasivno izključitvijo iz interakcije; Bonache idr., 2019).

V istih 10 raziskavah so ugotavljali tudi vpliv izogibajoče navezanosti na kakovost partnerskega odnosa. Izogibajoča navezanost je bila v vseh 10 raziskavah povezana s kakovostjo partnerskega odnosa. V raziskavah (Bonache idr., 2019; Cirhinlioglu idr., 2018; Dijkstra idr., 2017; Nadiri in Khalatbari 2018; Overall idr., 2021) ugotavljajo negativno povezavo med izogibajočo navezanostjo in kakovostjo partnerskega odnosa, medtem ko so v treh raziskavah (Du in Dong, 2021; Molero idr., 2017; Sommantico idr., 2019) zaključili, da izogibajoča navezanost vpliva na slabšo kakovost partnerskega odnosa. V dveh raziskavah so ugotovili pozitivno povezavo med izogibajočim slogom navezanosti in kakovostjo partnerskega odnosa, in sicer v raziskavi na vzorcu poročenih žensk iz Irana (Asadollahi Salmabad idr., 2017) ter v raziskavi na vzorcu oseb z motnjo ADHD (Knies idr., 2021). Če izpostavimo dve raziskavi (Cirhinlioglu idr., 2018; Molero idr., 2017), v katerih so se avtorji osredotočali na razlike glede na spol, lahko vidimo, da rezultati nakazujejo, da ima izogibajoč slog navezanosti na moške večji vpliv oz. je negativno povezan s kakovostjo partnerskega odnosa, medtem ko to ni bilo potrjeno za anksiozni slog navezanosti. Pri moških je izogibajoča navezanost negativno povezana s kakovostjo partnerskega odnosa, medtem ko to ne velja za anksiozno navezanost (Cirhinlioglu idr., 2018), izogibajoča navezanost partnerice pa vpliva na nižje zadovoljstvo njenega partnerja v odnosu (Molero idr., 2017). V primeru anksiozno navezanih partneric tega vpliva niso potrdili. Izogibajoča navezanost je bila povezana s slabšo učinkovitostjo v reševanju konfliktov (Overall idr., 2021). Izogibajoče navezani tudi manj verjetno

izrazijo svoja neprijetna čustva, ruminacijo in potrebo po pomoči (Overall idr., 2021), velja omeniti, da so ugotovitve te raziskave omejene na čas pandemije covid-19. Izogibajoča navezanost je pozitivno povezana z dvema destruktivnima komunikacijskima vzorcema: vpletanjem v konflikt (kritiziranje, nadlegovanje in zahtevanje) in izogibanjem komunikaciji (umikom iz komunikacije, menjanjem teme ali pasivno izključitvijo iz interakcije), s psihološko zlorabo partnerjev in s prisiljenim spolnim odnosom (Bonache idr., 2019).

## Razprava

Rezultati pregleda literature so skladni z dosedanjimi ugotovitvami (Begum in Kumar, 2014; Hollist in Miller, 2005; Knoke idr., 2010; Sandberg idr., 2017; Scheeren idr., 2014), saj potrjujejo povezavo med (ne)varnimi slogi navezanosti in kakovostjo partnerskega odnosa. Z izjemo treh specifičnih skupin (člani društva Mensa, osebe z ADHD ter poročene gospodinjice iz Irana) ugotavljamo, da je varna navezanost povezana z boljšo kakovostjo partnerskega odnosa, nevarna navezanost pa s slabšo kakovostjo partnerskega odnosa. Varno navezani posamezniki dosegajo višjo stopnjo zadovoljstva v partnerskem odnosu, nevarno navezani pa nižjo. Obstoječa literatura ponuja nekaj možnih razlag oz. psiholoških mehanizmov, ki potrjujejo dobljene rezultate: nevarno navezani posamezniki imajo težave s konstruktivno komunikacijo, dovzetni so za umik iz konflikta ali do minimaliziranja pomembnosti konfliktov (Pietromonaco idr., 2004). Nasprotno od tega so varno navezani, ki imajo razvit občutek lastne vrednosti, drugim zaupajo, ne bojijo se zavrnitve in so stabilni, v družbi so bolj samozavestni in uspešni (Cann idr., 2008). Sistem navezanosti v funkcionalnih odnosih deluje na način, da se partnerja počutita varno in zaščiteno (Fisher in Crandell, 2007).

V raziskavi pri članih društva Mensa je presenetljiv rezultat to, da preokupirana in plašljiva navezanost nista bili neposredno povezani s kakovostjo partnerskega odnosa (Dijkstra, idr. 2017) – pri kontrolni skupini so bili namreč v raziskavi rezultati o povezavi med slogi navezanosti in kakovostjo partnerskega odnosa ravno obratni od rezultatov v skupini inteligentno nadarjenih (kontrolna skupina je bila sestavljena iz 145 udeležencev, od tega 63 moških povprečno starih 50 let in 82 žensk povprečno starih 39 let). Avtorji ponujajo razlago, da so se nadarjeni morda naučili spoprijemati s svojimi čustvi in strahovi do te mere, da več ne vplivajo neposredno na kakovost njihovega partnerskega odnosa, kar pa še vedno dopušča možnost, da preokupirana, plašljiva in varna navezanost pri njih na kakovost partnerskega odnosa vplivajo posredno. Odkrili so namreč, da – enako kot pri kontrolni skupini – varna navezanost preko bolj konstruktivnih tehnik reševanja problemov posredno vpliva na boljšo kakovost partnerskega odnosa (Dijkstra, idr. 2017). V drugi raziskavi, kjer niso našli povezave med varnim slogom navezanosti in kakovostjo partnerskega odnosa, so bile udeležene le ženske iz Irana, ki so bile v času raziskave v povprečju poročene devet let (Asadollahi Salmabad idr., 2017). V dalj časa trajajoči zakonski zvezi je prisotno večje zadovoljstvo (Vithanage, 2014), kar bi lahko pojasnjevalo,

zakaj pri tej skupini varna navezanost ni bistveno vplivala na kakovost odnosa. Raziskava je bila opravljena pri vzorcu žensk iz drugačnega sociokulturnega okolja, in sicer so ženske prihajale iz Iranskega mesta, kjer je dominantna islamska religija. Smiselno bi bilo raziskati, kakšen vpliv je imelo to na dobljene rezultate.

V raziskavah, kjer so raziskovali povezavo med anksioznim slogom navezanosti in kakovostjo partnerskega odnosa, te povezave ni bilo v skupini Mensa, kar smo že poskušali pojasniti (Dijkstra, idr. 2017). Druga raziskava, pri kateri anksiozna navezanost ni bila povezana s kakovostjo partnerskega odnosa, pa je raziskavo opravila na skupini neplodnih parov na Kitajskem (Du in Dong, 2021), vendar velja omeniti, da so bili v skupini anksiozno navezanih večinoma moški. Avtorji navajajo, da je za neplodne moške v tej populaciji značilno, da se v partnerskem odnosu izražajo bolj neposredno in ne želijo, da bi neplodnost vplivala na slabšo kakovost njihovega partnerskega odnosa. Kitajski moški so že po tradiciji dovzetni za to, da ohranjajo in vzdržujejo nadzor nad težavami znotraj družine. S tem avtorji že sami ponujajo možno razlago za rezultate (Du in Dong, 2021). Ta ugotovitev podpira naše prejšnje razmišljanje o tem, da anksiozni slog pri moških ni povezan z njihovim lastnim zadovoljstvom v partnerskem odnosu.

Tudi v raziskavah, v katerih so ugotavljali povezanost izogibajoče navezanosti s kakovostjo partnerskega odnosa, smo ugotovili nekaj odstopanj. Posamezniki, ki so imeli poleg visoko izražene izogibajoče navezanosti tudi visoko izražene simptome ADHD, so v konfliktnih situacijah manj pogosto zaznali grožnje (Knies idr., 2021). Menimo, da bi lahko bila to ena izmed možnih razlag, zakaj je pri tej skupini prišlo do pozitivne povezave med izogibajočim slogom navezanosti in kakovostjo partnerskega odnosa, saj imajo nevarno navezani tendenco, da konflikt dojemajo kot grožnjo (Pietromonaco idr., 2004). Ena izmed dveh raziskav, v katerih izogibajoč slog navezanosti ni bil povezan s slabšo kakovostjo partnerskega odnosa oz. je bil povezan z boljšo, je bila narejena na vzorcu poročenih žensk iz Irana. Ženske na splošno dajejo večji pomen čustvom v medosebnih odnosih, socialne norme pa pri ženskah spodbujajo navezanost (Asadollahi Salmabad idr., 2017). Po našem mnenju bi zgoraj omenjeno v kombinaciji s sociokulturnimi in verskimi dejavniki lahko razložilo, zakaj je pri tej populaciji izogibajoč slog navezanosti povezan z boljšo kakovostjo partnerskega odnosa. Kljub temu, da je bila izogibajoča navezanost v posameznih raziskavah (Asadollahi Salmabad idr., 2017; Knies idr., 2021) pozitivno povezana s kakovostjo partnerskega odnosa, so rezultati pregleda literature pokazali, da je bila ta v primerjavi z anksiozno navezanostjo večkrat negativno povezana s kakovostjo partnerskega odnosa oz. je v nekaterih primerih vplivala na slabšo kakovost partnerskega odnosa. To lahko vidimo v raziskavah (Cirhinlioglu idr., 2018; Dijkstra idr., 2017; Du in Dong, 2021; Molero idr., 2017), medtem ko Sommantico s sodelavci (2019) ugotavlja, da je imela izogibajoča navezanost statistično značilno večji vpliv na manjšo kakovost partnerskega odnosa.

Pozornost je treba posvetiti tudi raziskavi, v kateri so raziskovali vpliv varne oz. nevarne navezanosti na kakovost partnerskega odnosa pri parihi, v katerih sta oba partnerja



nevarno navezana, v katerih je varno navezan vsaj eden oz. sta varno navezana oba, ter to med seboj primerjali. Ugotovili so, da so partnerski odnosi, v katerih je varno navezan vsaj eden izmed partnerjev, dosegali enako kakovost kot tisti, v katerih sta varno navezana oba partnerja, vendar pa imajo vsi ti pari bolj kakovosten odnos od tistih parov, v katerih sta oba partnerja nevarno navezana (González-Ortega idr., 2020). Raziskava nakazuje, da je z vidika slogov navezanosti, za boljše kakovost partnerskega odnosa potreben le en varno navezan partner.

Če vse sloge, ki smo jih kategorizirali kot anksiozno in izogibajoče navezane, vključno s tistimi, ki so jih avtorji že sami združili v skupino nevarno navezanih, poimenujemo z imenom »nevarna navezanost«, lahko rečemo, da so z izjemo ene raziskave, ki je preučevala le vpliv varne navezanosti (Amani in Khosroshahi, 2020), v vseh vključenih raziskavah odkrili vsaj en nevarno navezan slog, ki je negativno povezan oz. ki vpliva na slabšo kakovost partnerskega odnosa.

Pregled literature nakazuje na pomemben doprinos slogov navezanosti h kakovosti partnerskih odnosov, ostaja pa še veliko odprtih vprašanj, ki smo jih naslovili v naslednjem poglavju. Uporabnost izvedenega pregleda literature vidimo kot doprinos nove literature v slovenskem jeziku na področju razumevanja povezave med slogi navezanosti in kakovostjo partnerskega odnosa. Raziskave, ki ugotavljajo vpliv slogov navezanosti na kakovost partnerskega odnosa in nekatere tudi mehanizme, preko katerih ta vpliv poteka, lahko nakazujejo na pomembnost osredotočanja na posameznikovo navezanost v procesu psihoterapije. Ugotovitve so tako uporabne tudi za partnersko svetovanje oz. psihoterapijo. Poleg tega rezultati kažejo na pomembnost delavnic za odrasle o navezanosti z vidika vzgoje otrok.

## Omejitve

Avtorji vključenih raziskav izhajajo iz različnih teoretskih izhodišč o slogih navezanosti, pri čemer jih nekateri niti niso eksplicitno navedli, zato je kljub navideznim enakim oz. podobnim rezultatom le-te težko integrirati v celoto, jih posplošiti oz. jih med seboj enačiti. Avtorji so v raziskavah uporabljali različne vprašalnike tako za merjenje slogov navezanosti, kot tudi za merjenje kakovosti partnerskega odnosa, kar otežuje, da bi lahko na videz enake rezultate med seboj enačili. Pri tem so udeleženci vprašalnike izpolnjevali sami, nekateri celo prek spleta, kar kljub anonimnosti pri sodelovanju pod vprašaj postavlja verodostojnost rezultatov. Omeniti moramo, da je starostni razpon udeležencev vseh 15 raziskav v povprečju med 20 in 45 let, kar pomeni, da ob združevanju rezultatov različnih raziskav zanemarjamo morebiten vpliv starosti na pridobljene rezultate. Zanemarili smo tudi čas trajanja zakonske oz. partnerske zveze, saj rezultatov nismo kategorizirali na podlagi tega, koliko časa so udeleženci v zvezi v času sodelovanja v raziskavi. V pregledu tudi nismo upoštevali, da nekateri avtorji v svoje raziskave niso vključili obeh zakoncev, ampak so meritve tako v zvezi s slogom navezanosti, kot s kakovostjo partnerskega odnosa opravili le pri enem partnerju.

## Predlogi za nadaljnje raziskave

Na podlagi ugotovitev, da anksiozna navezanost pri ženskah ne vpliva na kakovost partnerskega odnosa njihovega partnerja (Molero idr., 2017), bi bilo smiselno izvesti oz. raziskati več o tem, kako (ne)varna navezanost enega partnerja vpliva na zadovoljstvo v partnerskem odnosu drugega partnerja. Na podlagi ugotovitev v zvezi s tem, da je v dalj časa trajajoči zakonski zvezi prisotno večje zadovoljstvo (Vithanage, 2014), bi bilo smiselno raziskati tudi, ali obstajajo razlike pri vplivu slogov navezanosti na kakovost partnerskega odnosa med tistimi, ki so v zakonski zvezi dalj časa, in to primerjati s tistimi, ki so v zakonski zvezi manj časa. Izhajajoč iz ugotovitev, da pri intelektualno nadarjenih (članih društva Mensa) plašljiva in anksiozna navezanost nista povezani s kakovostjo partnerskega odnosa (Dijkstra idr., 2017), bi se v prihodnje lahko usmerili v odkrivanje, ali slogi navezanosti pri tej skupini kljub temu posredno vplivajo na kakovost partnerskega odnosa. Ugotovitve nakazujejo, da je izogibajoča navezanost pri nekaterih specifičnih skupinah pozitivno povezana s kakovostjo partnerskega odnosa (Asadollahi Salmabad idr., 2017; Knies idr., 2021), kar pušča odprto vprašanje, zakaj je pri teh skupinah prišlo do odstopanja rezultatov in kakšni so mehanizmi, preko katerih je lahko izogibajoča navezanost pozitivno povezana s kakovostjo partnerskega odnosa.

## Sklepi

Namen opravljenega pregleda raziskav s področja slogov navezanosti in kakovosti partnerskega odnosa je bil ugotoviti, kakšen vpliv imajo različni slogi navezanosti na kakovost partnerskega odnosa. Omenjeno delo ima nekaj omejitev in v zvezi s povezavo med slogi navezanosti in kakovostjo partnerskega odnosa je odprtih še veliko vprašanj. Vključene raziskave, z izjemo nekaterih specifičnih skupin, potrjujejo pozitivno povezavo med varno navezanostjo oz. njen vpliv na kakovost partnerskega odnosa ter negativno povezavo med nevarnimi slogi navezanosti oz. njihov vpliv na kakovost partnerskega odnosa.

## Literatura

- Ainsworth, M. D. S., Blehar, M. C., Waters, E. in Wall, S. N. (2015). Patterns of attachment: A psychological study of the strange situation. *Routledge*.
- Amani, R. in Khosroshahi, A. S. (2020). The structural model of marital quality based on secure attachment style through the mediating role of self-compassion, resilience, and perspective-taking. *The American Journal of Family Therapy*, 49(1), 16–36.
- Asadollahi Salmabad, T., Miri, M. R., Norozi, E. in Hosseini, T. (2017). An investigation of the relationship between dimensions of attachment style and marital satisfaction among housewives in 2016. *Journal of Health Sciences and Technology*, 1(1), 35–40.



- Bartholomew, K. in Horowitz, L. M. (1991). Attachment styles among young adults: A test of a four-category model. *Journal of Personality and Social Psychology*, 6(2), 226–244.
- Bedair, K., Hamza, E. A. in Gladding, S. T. (2020). Attachment style, marital satisfaction, and mutual support attachment style in Qatar. *The Family Journal*, 28(3), 329–336.
- Begum, R. in Kumar, K. B. (2014). The role of attachment style and marital quality in attachment injury couples. *Proceedings Journal of Education, Psychology and Social Science Research*, 1(1), 97–101.
- Bonache, H., Gonzalez-Mendez, R. in Krahé, B. (2019). Adult attachment styles, destructive conflict resolution, and the experience of intimate partner violence. *Journal of Interpersonal Violence*, 34(2), 287–309.
- Cann, A., Norman, M. A., Welbourne, J. L. in Calhoun, L. G. (2008). Attachment styles, conflict styles and humour styles: Interrelationships and associations with relationship satisfaction. *European Journal of Personality*, 22(2), 131–146.
- Caunt, B. S., Franklin, J., Brodaty, N. E. in Brodaty, H. (2013). Exploring the causes of subjective well-being: A content analysis of peoples' recipes for long-term happiness. *Journal of Happiness Studies*, 14(2), 475–499.
- Cirhinlioğlu, F. G., Cirhinlioğlu, Z. in Tepe, Y. K. (2018). The mediating role of religiousness in the relationship between the attachment style and marital quality. *Current Psychology*, 37(1), 207–215.
- Dijkstra, P., Barelds, D. P., Ronner, S. in Nauta, A. P. (2017). Intimate relationships of the intellectually gifted: Attachment style, conflict style, and relationship satisfaction among members of the Mensa society. *Marriage & Family Review*, 53(3), 262–280.
- Du, K. in Dong, Y. (2021). The dyadic interaction model of relationship quality and the impact of attachment orientation and empathy on infertile couples in China. *Nursing Open*, 8(5), 2664–2672.
- Edelstein, R. S. in Shaver, P. R. (2004). Avoidant attachment: Exploration of an oxymoron. V R. S. Edelstein in P. R. Shaver (ur.), *Handbook of closeness and intimacy* (str. 407–422). Psychology Press.
- Eder, S. J., Nicholson, A. A., Stefanczyk, M. M., Pieniak, M., Martínez-Molina, J., Pešout, O., Binter, J., Smela, P., Scharnowski, F. in Steyrl, D. (2021). Securing your relationship: Quality of intimate relationships during the COVID-19 pandemic can be predicted by attachment style. *Frontiers in Psychology*, 12, članek 647956.
- Fisher, J. V. in Crandell, L. E. (2007). Complex attachment: Patterns of relating in the couple. *Sexual and Marital Therapy*, 12(3), 211–223.
- Gomboc, S. (2018). Teorija navezanosti: Analiza dinamike med avtonomijo in pripadnostjo v partnerskih odnosih [Attachment theory: An analysis of dynamics between autonomy and relatedness in intimate relationship]. *Socialna pedagogika*, 22, 75–98.
- González-Ortega, E., Orgaz-Baz, B., Vicario-Molina, I. in Fuertes-Martín, A. (2020). Adult attachment style combination, conflict resolution and relationship quality among young-adult couples. *Terapia Psicológica*, 38(3), 303–316.
- Hazan, C. in Shaver, P. (1987). Romantic love conceptualized as an attachment process. *Journal of Personality and Social Psychology*, 52(3), 511–524.
- Hollist, C. S. in Miller, R. B. (2005). Perceptions of attachment style and marital quality in midlife marriage. *Family Relations*, 54(1), 46–57.
- Knies, K., Bodalski, E. A. in Flory, K. (2021). Romantic relationships in adults with ADHD: The effect of partner attachment style on relationship quality. *Journal of Social and Personal Relationships*, 38(1), 42–64.
- Knoke, J., Burau, J. in Roehrlé, B. (2010). Attachment styles, loneliness, quality, and stability of marital relationships. *Journal of Divorce & Remarriage*, 51(5), 310–325.
- Main, M. (1991). Metacognitive knowledge, metacognitive monitoring, and singular (coherent) vs. multiple (incoherent) models of attachment. Findings and directions for future research. V C. M. Parkes, J. Stevenson-Hindle in P. Marris (ur.), *Attachment across the life cycle* (str. 127–159). Routledge.
- Molero, F., Shaver, P. R., Fernández, I. in Recio, P. (2017). Attachment insecurities, life satisfaction, and relationship satisfaction from a dyadic perspective: The role of positive and negative affect. *European Journal of Social Psychology*, 47(3), 337–347.
- Nadiri, M. in Khalatbari, J. (2018). Study of marital satisfaction in students based on psychological components of attachment style, perfectionism and conflict resolution. *BRAIN, Broad Research in Artificial Intelligence and Neuroscience*, 9(3), 120–127.
- Overall, N. C., Chang, V. T., Pietromonaco, P. R., Low, R. S. in Henderson, A. M. (2021). Partners' attachment insecurity and stress predict poorer relationship functioning during COVID-19 quarantines. *Social Psychological and Personality Science*, 13(1), 285–298.
- Pietromonaco, P. R., Greenwood, D. in Barrett, L. F. (2004). Conflict in adult close relationships: An attachment perspective. V W. S. Rholes in J. A. Simpson (ur.), *Adult attachment: Theory, research, and clinical implications* (str. 267–299). Guilford Press.
- Sandberg, J. G., Bradford, A. B. in Brown, A. P. (2017). Differentiating between attachment styles and behaviors and their association with marital quality. *Family Process*, 56(2), 518–531.
- Scheeren, P., Goulart, V. R., De Andrade Vieira, R. V. in Wagner, A. (2014). Marital quality and attachment: The mediator role of conflict resolution styles. *Paideia (Ribeirao Preto)*, 24(58), 177–186.
- Shah, P., Bihari, S. in Munshi, C. (2018). Adult attachment style and marital satisfaction. *Indian Journal of Mental Health*, 5(2), 229–233.
- Simpson, A. J., Rholes, W. S., Oriña, M. M. in Grich, J. (2002). Working models of attachment, support giving, and support seeking in a stressful situation. *Personality and Social Psychology Bulletin*, 28, 598–608.
- Sommantico, M., Donizzetti, A. R., Parrello, S. in De Rosa, B. (2019). Predicting young adults' romantic relationship quality: Sibling ties and adult attachment styles. *Journal of Family Issues*, 40(5), 662–688.

- Sumer, N. (2006). Categorical and dimensional comparison of the adult attachment measures. *Turk Psikoloji Dergisi*, 21(57), 1–24.
- Vithanage, R. D. H. (2014). The influence of adult attachment styles on marital satisfaction among married couples. *Journal of Social Sciences*, 6(1), 46–65.
- Žvelc, G. (2011). Navezanost v odraslosti. V G. Žvelc (ur.), *Razvojne teorije v psihoterapiji: Integrativni model medosebnih odnosov* [Developmental theories in psychotherapy: Integrative model of interpersonal relationships] (str. 101–114). IPSA.
- Žvelc, M. in Žvelc, G. (2006). Stili navezanosti v odraslosti [Adult attachment styles]. *Psihološka obzorja*, 15(3), 51–64.

*Prispelo/Received: 20. 3. 2022*

*Sprejeto/Accepted: 22. 8. 2023*