

I Spis treści

PODZIĘKOWANIA 13

WPROWADZENIE 17

Cel książki 18

Struktura książki 19

1. SEKS 21

Mit #1

Mężczyźni mają większe libido od kobiet 22

Tłumienie kobiecej seksualności 22

Wątpliwy charakter danych samoopisowych 25

Ciemna strona monogamii 27

Wnioski 29

Mit #2

Niezobowiązujące przygody erotyczne w czasach studenckich są szkodliwe dla kobiet 30

Powszechność seksu w college'u 32

Co jest złego w tym, że kobiety szukają erotycznych
przygód? 35

Co dobrego dla kobiet wynika z erotycznych przygód? 37

Wnioski 38

Mit #3

Wszystkie małżeństwa są konsumowane 38

Przyczyny istnienia nieskonsumowanych małżeństw 41

Wnioski 43

Mit #4

Wszystkie małżeństwa są aktywne seksualnie 44

Pożądanie 45

Podniecenie i orgazm 48

Spełnienie 48

Wnioski 49

2. ATRAKCYJNOŚĆ I ZALOTY 51

Mit #5

Gładka gadka jest najlepszym sposobem na podryw 52

Pierwszy krok 53

Mit bonusowy

Kobiety powinny odgrywać „trudne do zdobycia” 55

Wyzwania towarzyszące inicjowaniu kontaktu 57

Niewerbalne składowe „bajeru” 58

„Bajer” werbalny 60

Gładka gadka to nie wszystko 62

Efekt ekspozycji 62

Wpływ bliskości 63

Efekt gafy 63

Wnioski 64

Mit #6

Przeciwieństwa się przyciągają 64

Argumenty za homogamią 65

Podobieństwo jako predyktor jakości związku 66

Brak poparcia dla heterogamii 67

Dlaczego mit o heterogamii trzyma się mocno 68

Wnioski 69

Mit #7

Ludzie wiedzą, czego szukają u partnera 70

Co ludzie mówią na temat cech, które chcą widzieć u swojego partnera? 70

Porównanie preferencji deklarowanych i utajonych 73

Wnioski 75

3. RANDKOWANIE ONLINE 77

Mit #8

Dostęp do niezliczonego wyboru internetowych profili potencjalnych partnerów zwiększa szanse na znalezienie Pana Właściwego lub Pani

Odpowiedniej 78

Ludzie nie są w stanie wykorzystać informacji z internetowych profili do określenia, która osoba byłaby dobrym wyborem 79

Porównywanie ze sobą profili zamieszczanych w sieci zdaje się zakłócać rozwój satysfakcjonujących bliskich związków 81

Wybór kogoś z ogromnej puli potencjalnych partnerów może być problematyczny na cztery sposoby 82

Wnioski 85

Mit #9

Spotkanie potencjalnego partnera elektronicznie przed spotkaniem się z nim twarzą w twarz zmniejsza szanse na dobry związek 85

Czy za pośrednictwem CMC może wykształcić się bliskość? 86

Czy korzyści CMC utrzymują się, kiedy pary przechodzą od wyłącznej CMC do komunikacji twarzą w twarz? 90

Czy CMC może być sensownym substytutem osobistych kontaktów? 92

Wnioski 92

Mit #10

Pary „dobierane” przez internetowe serwisy randkowe mają większe szanse na satysfakcjonującą relację 93

Czy osobowość partnerów pozwala przewidzieć udane związki? 94

Czy podobieństwo i komplementarność osobowości pary pozwala przewidywać udany związek? 97

Wnioski 98

4. ZWIĄZKI JEDNOPLCIOWE 99

Mit #11

Płeć, która przyciąga ludzi, jest czymś stałym (albo: płeć, która przyciąga ludzi, jest czymś płynnym) 101

Definicje i kontekst kulturowy	101
Rozważania kulturowe i polityczne	103
Badania Meredith Chivers i jej zespołu	104
Wnioski	108

Mit #12

Związki osób tej samej płci i związki osób płci przeciwnych się nie różnią 109

Podobieństwa między związkami jedno- i dwupłciowymi	109
Różnice między związkami jedno- i dwupłciowymi	110
Stres i wsparcie	111
Aktywność seksualna i satysfakcja	111
Rozpad związku	113
Podobieństwa – nowe spojrzenie	113
Wnioski	114

Mit #13

Dzieci wychowywane przez pary dwupłciowe są w lepszej sytuacji niż te wychowywane w związkach jednopłciowych 114

Wadliwe badanie (Regnerus, 2012a)	115
Metodologiczne problemy badania	117
Zgoda między przedstawicielami nauk społecznych	119
Dlaczego to jest ważne	120
Wnioski	120

5. PRZEWIDYWANIE POWODZENIA I PORAŻKI W ZWIĄZKACH 123

Mit #14

Wspólne mieszkanie przed małżeństwem jest dobrym sposobem na sprawdzenie, czy jesteś z właściwą osobą 125

Skutki wspólnego zamieszkania przed ślubem	127
Wpływ kohabitacji na rozpad związku	127
Wpływ kohabitacji na jakość związku	127
Wpływ kohabitacji na dzieci	128
Zrozumienie efektu kohabitacji	129
Hipoteza „odsiewania”	129
Hipoteza selekcji	129
Hipoteza przyczynowości	130
Hipoteza inercji	130
Wnioski	131

Mit #15

Doradztwo przedmałżeńskie - czy programy edukacji na temat związków przeciwdziałają kłótniom i rozwodom 132

Małżeństwo i edukacja o związkach we Wspólnocie Oneidy 133

Definicje trzech rodzajów interwencji 135

Szeroko zakrojone doradztwo przedmałżeńskie i programy edukacji par zapobiegają nieporozumieniom i rozwodom 137

Ale szkolenie par z zakresu różnych umiejętności przecież nie szkodzi, nieprawdaż? 139

Wnioski 141

Mit #16

Dobra komunikacja jest kluczem do szczęśliwego związku 141

Predyktory proksymalne kontra dystalne 142

Teoria społecznego uczenia się 143

Więcej o komunikacji w bliskich związkach 145

Skupienie na aspektach komunikacji silnie związanych z dysfunkcją 146

Łączenie utrzymującej się wrażliwości z komunikacją 146

Połączenie kontekstu i komunikacji 147

Wnioski 147

Mit #17

Kluczem do udanego związku jest wiedza, jak rozwiązywać pojawiające się w nim problemy 147

Dowody, że rozwiązywanie problemów nie jest kluczem do szczęśliwego małżeństwa 149

Wyrażanie afektu jako predyktor zmian satysfakcji ze związku 151

Umiejętności rozwiązywania problemów jako predyktor zmian satysfakcji ze związku 151

Interakcja między umiejętnościami rozwiązywania problemów a wyrażanym afektem jako predyktor zmiany satysfakcji ze związku 152

Dobrze, co zatem robić, jeśli nie próbować rozwiązywać problemów w związku? 153

Wnioski 155

Mit #18

Posiadanie dzieci zbliża pary do siebie 155

- Wpływ posiadania dzieci na satysfakcję z małżeństwa 156
- Wpływ posiadania dzieci na rozwody 157
- Kiedy dzieci wylatują z gniazda 158
- Wpływ posiadania dzieci na pary bez ślubu 158
- Przyczyny efektu przejścia do fazy rodzicielstwa 159
- Różnice między płciami pod względem efektu przejścia do fazy rodzicielstwa 160
- Wnioski 161

Mit #19

Stres jest zły dla związków 163

- Skutki pracy 164
- Skutki trudnej sytuacji finansowej 165
- Skutki stresu rodzicielskiego 166
- Jak stres może być korzystny dla bliskich związków? 167
- Wnioski 169

Mit #20

Wspieranie partnera poprawi wasz związek 169

- Dowody, że wspieranie partnera jest dobre 170
- Badania sugerujące, że wspieranie partnera jest złe 171
- Kapitalizacja 174
- Postrzegana dostępność potencjalnego wsparcia *versus* wsparcie rzeczywiście otrzymane 177
- Wnioski 177

6. RÓŻNICE, NIEPOROZUMIENIA I ROZPAD ZWIĄZKU 179

Mit #21

Mężczyźni są z Marsa, kobiety są z Wenus 180

- O pomiarze różnic między populacjami czy grupami 182
- Różnice i podobieństwa między płciami 185
- Rola męskości i kobiecości 187
- Wnioski 188

Mit #22

Wyłącznie mężczyźni są sprawcami przemocy w bliskich związkach 188

- Dwa rodzaje przemocy ze strony partnerów 190
- Sytuacyjna przemoc partnerska 190

Intymny terroryzm 190

Interwencje w przemocy domowej 191

Wnioski 194

Mit #23

Terapia małżeńska nie działa 195

Krótką historią terapii małżeńskiej – czy ona w ogóle działa? 195

Pomiar efektów terapii 197

Czy terapia małżeńska działa, a jeśli tak, to które podejście sprawdza się najlepiej? 198

Wnioski 199

Mit #24

Pierwsza rana jest najgłębsza 200

Podmit I: Psychologiczne szkody nastoletnich związków i rozstań są dotkliwe 201

Podmit II: Przyszłe bliskie związki mogą ucierpieć z powodu nastoletnich miłości 203

Podmit III: Skutki pierwszego zerwania są najbardziej niszczące 204

Wnioski 206

Mit #25

Wszystko będzie lepsze, kiedy się rozwiedziesz 207

Mit bonusowy: Odsetek rozwodów rośnie 207

Dzieci i rozwód 210

Wnioski 212

Zakończenie 213

Przypisy 215

Literatura cytowana 217

Indeks osób 270

Indeks rzeczowy 287

O Autorze 290