

**UNIVERZITET U SARAJEVU**  
**FILOZOFSKI FAKULTET**  
**ODSJEK ZA PSIHOLOGIJU**

Završni magistarski rad

**ODREDNICE BRAČNE KVALITETE: PREGLED  
ISTRAŽIVANJA**

**MENTORICA:**

**Prof. dr. Đenita Tuce**

**STUDENTICA:**

**Ivana Pršlja**

Sarajevo, 2023. god.

## SADRŽAJ

<b>1. UVOD.....</b>	<b>4</b>
<b>2. POIMANJE I MJERENJE BRAČNE KVALITETE.....</b>	<b>6</b>
2.1. Definiranje i mjerenje bračne kvalitete .....	6
2.2. Bračna kvaliteta u kontekstu psiholoških teorija .....	9
<b>3. ODREDNICE BRAČNE KVALITETE.....</b>	<b>15</b>
3.1. Osobine partnera .....	15
3.2. Karakteristike braka .....	19
3.3. Bračni procesi.....	23
3.4. Okruženje i socijalne interakcije .....	27
<b>4. SMJERNICE ZA UNAPRJEĐENJE BRAČNE KVALITETE.....</b>	<b>31</b>
<b>5. ZAKLJUČCI.....</b>	<b>34</b>
<b>6. LITERATURA.....</b>	<b>36</b>

## SAŽETAK

Međuljudski odnosi su tema koja je od postanka svijeta bila aktualna, a posebno partnerski odnosi i brak. Kroz povijest pa sve do danas se braku i bračnoj kvaliteti pristupilo na različite načine te su različiti pristupi definirali i određivali što je to kvaliteta u braku. Cilj ovog rada je pružiti detaljniji uvid u to što je bračna kvaliteta i kako se mjeri te kako se razmatra u kontekstu različitih psiholoških teorija. Također, u radu su prikazani empirijski nalazi o najznačajnijim odrednicama bračne kvalitete te su date neke praktične smjernice za unapređenje i poboljšanje bračne kvalitete, zasnovane na dosadašnjim znanstvenim spoznajama. U najširem smislu, bračna kvaliteta se odnosi na ukupno zadovoljstvo i dobrobit bračnih partnera u njihovom odnosu. Ona uključuje različite aspekte uključujući osobine partnera, karakteristike braka, bračne procese te okruženje i socijalne interakcije. Kvalitetan brak može pružiti emocionalnu podršku, sigurnost, sreću i zadovoljstvo, dok loša bračna kvaliteta može dovesti do stresa, nezadovoljstva i negativnih posljedica za pojedince, ali i njihove obitelji. Bračna kvaliteta se odražava kako na pojedinca, tako i na bračne partnere, zadovoljstvo životom, psihičko blagostanje, fizičko i mentalno zdravlje, prilagodbu djece, zajednicu i društvo te kao takva važna je tema istraživanja i unapređivanja spoznaja o bračnim odnosima i bračnoj kvaliteti. Bračni odnosi, kao i pojedinci, prate razvojnu putanju tijekom vremena s usponima i padovima te dobitcima i gubitcima pa se i bračna kvaliteta mijenja u odnosu na nju.

**Ključne riječi:** bračna kvaliteta, korelati bračne kvalitete, unapređenje

## 1. UVOD

Ljudi su društvena bića te je jedna od osnovnih potreba svakog čovjeka potreba za pripadanjem i ljubavlju (Baumeister i Leary, 1995). Još od najranijih perioda razvoja ljudske civilizacije, ljudi stupaju u interakcije s drugima, razvijaju socijalne odnose i privrženost prema roditeljima i drugim članovima obitelji (Bowlby, 1982), a kasnije i prema prijateljima i partnerima (Furman i Flanagan, 1997). Kvaliteta socijalnih odnosa može rezultirati većim ili manjim osjećajem zadovoljstva svakog pojedinca. Socijalni odnosi koji ispunjavaju pojedinca zadovoljstvom i u kojima uspijeva zadovoljiti osnovne socijalne potrebe i svoju potrebu za intimnošću, čine ga ispunjenim i zadovoljnim, što određuje njegovo ponašanje u odnosu na druge (Klarin, 2002). Kada je riječ o partnerskom odnosu, Manning (2006; prema Valenzuela, Halpern i Katz, 2014) je uočio da dugotrajna romantična veza uključuje sedam karakteristika: (a) ulaganje u dobrobit voljene osobe, (b) poštovanje, (c) divljenje, (d) seksualnu želju, (e) intimnost, (f) predanost, (g) ekskluzivnost i (h) razumijevanje. Bergner i Bridges (2002; prema Valenzuela i sur, 2014) smatraju da kada romantični partner povrijedi jednu ili više ovih karakteristika drugi se partner vjerojatno neće osjećati voljeno i početak će preispitivati postojeći partnerski odnos.

Proučavanje bračne kvalitete u psihologiji je važno iz nekoliko razloga. Kao prvo istraživanja bračne kvalitete omogućavaju bolje razumijevanje faktora koji doprinose sreći, zadovoljstvu i stabilnosti u braku (Čudina-Obradović i Obradović, 2006). Ovo znanje može pomoći parovima da razviju zdrave i zadovoljavajuće odnose, ali i pružiti smjernice za intervencije i terapiju u slučaju problema u braku (Baucom, Epstein, LaTaillade i Kirby, 2008). Drugo, istraživanja bračne kvalitete doprinose boljem razumijevanju dinamike odnosa između partnera (McCabe, 2006). Naime, odnosi u braku su kompleksni i podložni promjenama tijekom vremena, a istraživanja mogu pomoći u identificiranju faktora koji utječu na stabilnost i zadovoljstvo u braku, kao i razumijevanju kako se ovi odnosi mijenjaju tijekom različitih životnih faza i događaja (Lupri i Frideres, 1981). Treće, istraživanja bračne kvalitete omogućavaju identificiranje rizičnih čimbenika i faktore za nezadovoljstvo i razvod braka. Razumijevanje ovih čimbenika može unaprijediti razvoj preventivnih mjera i intervencija koje mogu pomoći parovima da očuvaju i poboljšaju svoje odnose (Amato, Johnson, Booth i Rogers, 2003). Na koncu, istraživanja bračne kvalitete doprinose boljem razumijevanju različitih

društvenih i kulturnih konteksta u kojima se brakovi odvijaju (Sorokowski, Groyecka, Frackowiak, Cantarero, Hilpert i Sorokowska, 2017).

Budući da bračna kvaliteta djeluje na samog pojedinca, bračnu dijadu i djecu (De la Torre-Luque, Gambará, López, i Cruzado, 2016), ali i društvo u cjelini (Gallagher, 2001), neophodno je da bude tema kojoj će se posvetiti posebna pozornost u budućim istraživanjima, kako bi se pružio cjelovitiji uvid u ovu složenu problematiku te utvrdile praktične smjernice za unapređenje bračne kvalitete. S obzirom na navedeno, cilj ovog rada je pružiti uvid u konstrukt bračne kvalitete kroz pregled relevantne literature i empirijskih rezultata provedenih istraživanja, teorijskih okvira i modela te odrednica bračne kvalitete. Shodno tome, kroz rad će se nastojati odgovoriti na sljedeća specifična pitanja:

- 1) Što je bračna kvaliteta, kako se mjeri i na koji način se razmatra u kontekstu različitih psiholoških teorija?
- 2) Koje su najznačajnije odrednice bračne kvalitete? Kakva je uloga osobina partnera, karakteristika braka i bračnih procesa te okruženja i socijalnih interakcija u objašnjenju bračne kvalitete?
- 3) Na koji način se bračna kvaliteta može unaprijediti i poboljšati?

## **2. POIMANJE I MJERENJE BRAČNE KVALITETE**

Bračna kvaliteta je središnja tema područja psihologije braka i obitelji. Bračna kvaliteta djeluje na stabilnost braka, ali i na tjelesno i psihičko zdravlje bračnih partnera. Svi procesi koji se odvijaju, okruženje partnera i ono što djeluje na njih povezano je s doživljajem bračne kvalitete partnera. Kroz literaturu se definiranju bračne kvalitete i njezinom mjerenju pristupa na različite načine (Čudina-Obradović i Obradović, 2006), a svaki od pristupa identificira različite varijable kao one koje čine uspješan odnos i održavaju bračnu kvalitetu. U nastavku će se detaljnije elaborirati različiti pristupi definiranja i mjerenja bračne kvalitete te će se opisati relevantne psihološke teorije bračne kvalitete.

### **2.1. Definiranje i mjerenje bračne kvalitete**

Na pitanje što je bračna kvaliteta ne postoji jednoznačan odgovor. Prema jednom pristupu, bračna kvaliteta se operacionalizira kao jednodimenzionalan konstrukt, a definira se kao osjećaj zadovoljstva u braku. Drugi, pak, pristup fokus stavlja na višedimenzionalnu prirodu bračnog odnosa, a za opisivanje i procjenu bračne kvalitete koriste se različiti kriteriji (Kluwer, 2000). Dakle, ovisno teorijskoj pozadini te operacionalizaciji konstrukta bračne kvalitete definiranju i mjerenju bračne kvalitete se pristupa na različite načine. Različiti pristupi mogu se podijeliti u tri grupe, a to su: bračna kvaliteta kao bračno zadovoljstvo, bračna kvaliteta kao međusobna prilagodba partnera i bračna kvaliteta kao procjena partnerskih odnosa (Obradović i Čudina-Obradović, 1998).

Prvi pristup odnosi se na bračnu kvalitetu kao bračno zadovoljstvo. Ovaj pristup podrazumijeva definiranje bračne kvalitete kroz subjektivni doživljaj sreće, zadovoljstva i užitka koji se javlja kao produkt interakcije između partnera. Može se definirati i kao subjektivni osjećaj sreće i zadovoljstva, koje supružnik doživljava kada se uzmu u obzir svi trenutni aspekti njegovog bračnog odnosa s partnerom. Ova varijabla je prikazana kao kontinuum, koji se kreće od visokog zadovoljstva do visokog nezadovoljstva. U okviru prvog pristupa bračna kvaliteta se operacionalizira kao zadovoljstvo brakom, a najčešće se mjeri jednim pitanjem, koje se odnosi na subjektivni osjećaj sreće i zadovoljstva pojedinca vlastitim brakom (Hawkins, 1968).

Tijekom vremena, ovaj pristup je pretrpio određene kritike te se javlja novi pristup, u okviru kojeg se bračna kvaliteta definira kao međusobna prilagodba partnera (Spanier, 1976). Pri tome, bračna prilagodba predstavlja prilagođavanje muža i žene jedno drugome u određenom vremenu (Locke i Wallace, 1959). Mjere prilagodbe razvijene su kako bi se pružio sveobuhvatniji pogled na brak u odnosu na prethodne, jednostavnije mjere zadovoljstva brakom (Spanier, 1976). Najčešće korištena metoda u kliničkim istraživanjima je upitnik za samoprocjenu. U literaturi je dostupno najmanje 20 upitnika za samoprocjenu koji su mjere bračne prilagodbe. Najpoznatija ljestvica mjerenja tog pristupa je prilagodba u dijadi (*Dyadic Adjustment Scale - DAS*) (Carey, Spector, Lantinga, i Krauss, 1993). DAS je pružio opću mjeru zadovoljstva u intimnoj vezi (Jensen, Witcher i Upton, 1987) te pokazao diskriminirajuću valjanost razlikovanjem bračnih i razvedenih parova, kao i istodobnu valjanost utvrđenom korelacijom s ljestvicom bračne prilagodbe (Locke i Wallace, 1959). Skala je sačinjena od trideset i dvije čestice koje se zbrajaju kako bi se stvorio ukupni rezultat koji može biti u rasponu od 0 do 151 (Norton, 1983), a uključuje četiri dimenzije: zadovoljstvo, kohezija, slaganje i izražajnost (Jensen, Witcher i Upton, 1987). Iako je DAS često kritiziran zbog upitnog kliničkog značaja nekih stavki, mnogi stručnjaci preporučuju DAS u odnosu na druge instrumente zbog svoje kratkoće, primjenjivosti na bračne partnere i čvrstih psihometrijskih svojstava (Carey i sur., 1993). Busby, Christensen, Crane, i Larson (1995) radili su na poboljšanju DAS ljestvice te ju unaprijedili. Nova verzija ljestvice sastoji se od 14 čestica te se brže primjenjuje i ima višu pouzdanost. Nosi naziv prilagođena ljestvica za mjerenje sklada u dijadi (*Adapted Dyadic Adjustment Scale - ADAS*). Ipak, i ovaj pristup imao je određene nedostatke te je podvrgnut kritikama. Glavni nedostatak se odnosio na to da je prilagođenost samo jedan aspekt šireg pojma bračne kvalitete koji uključuje i druge odrednice (Spanier, 1976). Opasnost kod jednodimenzionalnih globalnih mjera je u tome što ne pružaju znatno više informacija osim činjenice da se supružnici osjećaju sretno ili uznemireno u svojoj vezi (Kluwer, 2000).

Na koncu, javlja se i treći pristup koji nastoji objediniti prethodna dva i definira bračnu kvalitetu kao partnerovu procjenu bračne kvalitete. Prema ovom pristupu, bračna kvaliteta je višedimenzionalni konstrukt, a uključuje različite dimenzije poput prilagodbe, zadovoljstva, sreće, komunikacije, seksualnih odnosa i slično (Čudina-Obradović i Obradović, 2006). U okviru ovoga pristupa bračna kvaliteta se mjeri tako da partneri procjenjuju zadovoljstvo na svakoj pojedinačnoj dimenziji (Norton, 1983). *Kansas Marital Satisfaction Scale* (Nichols, Schumm,

Schectman i Grigsby, 1983) i *Quality Marriage Index* (Norton, 1983) su dva najčešće korištena sredstva za globalnu procjenu bračnog odnosa. Kansas skala zadovoljstva brakom je osmišljen za mjerenje percipiranog ispunjenja ili zahvalnosti bračnim odnosom, bračnim partnerstvom i brakom od strane supružnika kako bi ocijenili tri stavke samoprocjene (Calahan, 1997). Indeks kvalitete braka (QMI) je kratki instrument samoprocjene koji mjeri kvalitetu braka. Ljestvica se sastoji od 6 pozitivno formuliranih čestica koje se ocjenjuju na Likertovoj ljestvici od 10 stupnjeva, u rasponu od 1 do 10. Ukupni rezultati kreću se od 6 do 45, pri čemu viši rezultat odražava bolju kvalitetu braka. Karakterizira ju visoka pouzdanost i valjanost (Maroufizadeh, Almasi-Hashiani, Amini, Sepidarkish i Omani-Samani, 2019).

Tijekom posljednja tri desetljeća stvoreno je mnoštvo instrumenata u obiteljskom području psihologije. Mnogi od tih instrumenata su višedimenzionalne prirode i kao takvi trebaju slijediti smjernice hijerarhije konstrukata. Još neki od višedimenzionalnih instrumenata su *Inventar bračnog zadovoljstva* (Synder, 1979), *Skala obiteljskog okruženja* (Moos, 1981) i *Osobna procjena intimnosti u vezama (PAIR)* (Schaefer i Olson, 1981). Većina mjera bračne kvalitete su mjere samoprocjene koje procjenjuju kvalitetu braka na individualnoj razini. Izuzetak je ENRICH skala zadovoljstva brakom koja pruža način za dobivanje i dijadnih i individualnih rezultata zadovoljstva (Kluwer, 2000). Instrumenti za procjenu mogu biti dragocjeni alati za kliničare, pomažući im da odrede razine distresa, prikupe važne pozadinske informacije na praktičan način, razumiju klijentove subjektivne poglede na svijet i procijene ishod. Instrumenti za procjenu, također, su važni u istraživanju kao nezavisne i zavisne varijable. Unatoč tome, ako će se instrumenti nastaviti koristiti za odgovaranje na tako važna pitanja kao što je terapijska učinkovitost, moraju biti valjani i pouzdani te zadovoljiti određene kriterije (Busby i sur., 1995). Karakteristično još za treći pristup mjerenja bračne kvalitete osim ukupnog globalnog indeksa kvalitete jeste da se mjere i pojedinačni indeksi u specifičnim poljima poput uloge u upravljanju financijama u kojima parovi sudjeluju i njihovu razinu zadovoljstva tim ulogama, kao i komunikacijske taktike parova vezane uz novac i njihov utjecaj na vezu i financijsko zadovoljstvo (Archuleta, 2013), nepotvrđujuće komunikacije, percepcije samopotvrđivanja i zadovoljstva u braku (Weger Jr, 2005), ulogu socijalne podrške partnera u procjeni kvalitete braka (Dehle, Larsen, i Landers, 2001) te mnogi drugi.



Iz svega navedenoga, sasvim je jasno da među autorima u ovom području postoji značajno neslaganje o tome kako se bračna kvaliteta treba definirati i na koji način bi se ovaj konstrukt trebao mjeriti. Rasprava o višedimenzionalnoj procjeni braka u odnosu na pojedinačne percepcije supružnika o njihovom braku dodatno je otežala mjerenje i istraživanje ovog konstrukta. U proteklim desetljećima istraživanja predložene su, razvijene i korištene različite mjere bračne kvalitete. Iako sve mjere imaju prednosti i donose nove spoznaje, svaki je mjerni instrument kritiziran na teoretskoj, metodološkoj ili objema osnovama, što istraživačima i praktičarima predstavlja problem prilikom odabira adekvatne mjere za procjenu bračne kvalitete (Kluwer, 2000). Jasno je da se zbog neslaganja autora te ograničenja mjernih instrumenata javlja potreba za daljnjim istraživanjem kvalitete braka koja će uključiti različite faktore koji utječu na bračno zadovoljstvo partnera, u različitim fazama njihovih života te obrazaca interakcije parova, kao i različitih stilova interakcije partnera te njihovu ulogu koju imaju u procjeni kvalitete braka (McCabe, 2006).

## **2.2. Bračna kvaliteta u kontekstu psiholoških teorija**

Kroz razvoj psihologije javljale su se različite teorije o kvaliteti braka koje su bile kritizirane, revidirane ili zamijenjene novima. Teško je izdvojiti teorije koje su sveobuhvatne jer svaka od njih objašnjava jedan dio i doprinosi na određeni način razumijevanju kvalitete braka. Neke od najpoznatijih teorija su teorija privrženosti, teorija socijalne razmjene, bihevioristička teorija, teorija bračne i obiteljske krize te model trajne ranjivosti-stres-prilagodbe (Čudina-Obradović i Obradović, 2006).

Prva teorija je Bowlbyeva *teorija privrženosti* (Bowlby, 1969; prema Bowlby, 1982) prema kojoj se novorođenčad rađa s tendencijom pokazivanja određenih urođenih ponašanja (nazvanih društvenim oslobađanjima), koja pomažu u osiguravanju blizine i kontakta s majkom ili figurom privrženosti (npr. plač, smiješak, puzanje itd.) te su to ponašanja specifična za vrstu. Ova ponašanja privrženosti u početku funkcioniraju kao fiksni obrasci djelovanja i dijele istu funkciju. Dojenče proizvodi urođena ponašanja socijalnog oslobađanja kao što su plač i smiješak koji potiču brigu odraslih. Odrednica privrženosti nije hrana, već briga i osjetljivost. Dijete ima urođenu potrebu da se veže za jednu glavnu figuru privrženosti.

Bowlbyjeva teorija privrženosti sugerira da je privrženost važna za djetetov opstanak. Ponašanje privrženosti i kod beba i kod njihovih skrbnika razvilo se kroz prirodnu selekciju. To znači da su dojenčad biološki programirana s urođenim ponašanjima koja osiguravaju pojavu privrženosti (McLeod, 2007). Iako Bowlby (1982) nije isključio mogućnost drugih figura privrženosti djeteta, vjerovao je da bi trebala postojati primarna veza koja je mnogo važnija od bilo koje druge (obično je to majka). Druge veze mogu se razviti u hijerarhiji ispod ove. Dojenče stoga može imati primarnu monotropnu privrženost majci, a ispod nje, hijerarhija figura privrženosti može uključivati oca, braću i sestre, bake i djedove itd. Bowlby vjeruje da je ova vezanost kvalitativno drugačija od svih naknadnih vezanosti. Odnos s majkom na neki način potpuno je drugačiji od drugih odnosa (McLeod, 2007). Prema Bowlbyu (1982) majčinstvo je gotovo beskorisno ako se odgodi do dvije i pol do tri godine, a za većinu djece ako se odgodi do 12 mjeseci, uzimajući u obzir postojanje kritičnog razdoblja. Ako se figura privrženosti prekine ili poremeti tijekom kritičnog dvogodišnjeg razdoblja, dijete će trpjeti nepopravljive dugoročne posljedice ove majčinske deprivacije, koji može rezultirati dugoročnim kognitivnim, društvenim i emocionalnim poteškoćama za to dijete (McLeod, 2007).

Teorija privrženosti sugerira da se uspostavljena privrženost između djeteta i roditelja, koja se razvila do treće godine života, nastavlja u kasnijoj dobi, odnosno, određuje prirodu razvoja privrženosti u budućim fazama života. Drugim riječima, odnos s primarnim skrbnikom djeluje kao prototip za buduće odnose putem unutrašnjeg radnog modela (Bowlby, 1982). Prema novim autorima pokazano je da ranije veze i privrženost mogu utjecati na ponašanje, emocionalnu intimnost i zadovoljstvo u trenutnom bračnom odnosu (Furman i Flanagan, 1997). Koncept unutarnjeg radnog modela može se koristiti za prikazivanje načina na koji se prethodno iskustvo zadržava tijekom vremena te usmjerava percepcije društvenog svijeta i budućih interakcija pojedinca s drugima. Unutrašnji radni modeli se obično ojačavaju kroz interakcije s drugima tijekom vremena. Iako su radni modeli općenito stabilni tijekom vremena, nisu otporni na promjene i kao takvi ostaju otvoreni za izmjene i revizije. Ova se promjena može dogoditi zbog novih iskustava s figurama privrženosti ili kroz rekonceptualizaciju prošlih iskustava. Tri su glavne značajke unutarnjeg radnog modela: (1) model drugih kao onih koji su vrijedni povjerenja, (2) model sebe kao vrijednog i (3) model sebe kao učinkovitog u interakciji s drugima (McLeod, 2007). Na temelju teorije privrženosti razvijena je emocionalno usmjerena terapija (EFT) koja teoretizira da stilovi privrženosti utječu na kvalitetu braka. Ranija

istraživanja podupiru ovaj odnos među mlađim parovima, dok istraživanje (Hollist i Miller, 2005) ispituje stilove privrženosti i kvalitetu braka u brakovima srednjih godina u kojemu su rezultati pokazali da su nesigurni stilovi privrženosti povezani s kvalitetom braka, dok sigurna privrženost nije.

Sljedeća teorija je *teorija socijalne razmjene*, autora Levingera (1976), koja se temelji na teoriji međuovisnosti autora Thibauta i Kelleya (1959). Konceptualni okvir teorije socijalne razmjene je jednostavan, a temelji se na pretpostavci da ljudi ostaju u vezama jer im je taj odnos privlačan te svjesno ili ne, ljudi uspoređuju svoje trenutne veze s alternativnim. Postoje tri glavna faktora koja se spominju u teoriji, a oni su privlačnost partnera, prepreke koje dovode do prekida partnerskog odnosa i alternativna privlačenja izvan braka. Prema tome bračna kvaliteta ovisi o procjeni privlačnosti veze odnosno o svim aspektima veze koji mogu biti korisni (emocionalna sigurnost, seksualna ispunjenost i društveni status), preprekama za napuštanje veze (društvena i vjerska ograničenja i financijski izdaci) te prisutnost privlačnih alternativa izvan braka (poželjni partneri i bijeg iz trenutne veze). Prema ovoj teoriji bračna kvaliteta opada kada je privlačnost veze niska, prepreke za napuštanje veze niske, a alternative vezi primamljive. Privlačnost među partnerima u braku izravno je povezana s percipiranim nagradama i obrnuto s percipiranim troškovima (Thibaut i Kelley, 1959). U bilo kojem trenutku, svaka nagrada ili trošak ponderiran je svojom subjektivnom vjerojatnošću pojave. Nagrade proizlaze iz pozitivnih ishoda povezanih s članstvom u vezi. One uključuju primanje resursa poput ljubavi, statusa, novca ili informacija (Turner, Foa i Foa, 1971). Veza također može donijeti potporu, sigurnost i konsenzusnu potvrdu (Levinger, 1976). Troškovi mogu uključivati vrijeme i energiju te razne druge izdatke koje zahtijeva brak. Subjektivna vjerojatnost odnosi se na anticipaciju osobe o tome koliko je vjerojatno da će nagrada biti dobivena ili da će nastati trošak te prema tome što je veća subjektivna vjerojatnost nagrade ili troška, to se više smatra da utječe na privlačnost (Huston i Burgess, 1979).

U gotovo svakom braku, svaki supružnik ima brojne veze s alternativnim partnerima - obitelji, prijateljima ili kolegama. Svaki takav alternativni odnos izvor je vlastitih privlačnosti i ograničenja te se takve alternativne sile mogu natjecati sa silama unutar bračnog odnosa. Iako veze s trećim stranama često obogaćuju život para, one također zahtijevaju vrijeme i energiju i mogu odvući utjecaj od samog para. Odnosi parova razlikuju se prema stupnjevima

interpersonalne uključenosti, a kontinuum međuljudske uključenosti kreće se u rasponu od površnog kontakta do duboke bliskosti (Levinger, 1976). Koristeći se idejom teorije socijalne razmjene, Lewis-a i Spanier-a (1979), Karney, i Bradbury (1995) su formirali tipologiju razmjene bračnih odnosa u kojoj se bračna kvaliteta i bračna stabilnost razlikuju. Brakovi mogu biti visoko kvalitetni i stabilni, visoko kvalitetni i nestabilni, nisko kvalitetni i stabilni ili nisko kvalitetni i nestabilni. Kvaliteta i stabilnost veze može varirati tijekom životnog ciklusa, ali teorija društvene razmjene ne bavi se i ne daje odgovor kako dolazi do promjene u braku. Iako teorija povezuje istodobne percepcije privlačnosti i alternativa s bračnim zadovoljstvom i stabilnošću u određenom trenutku, ona ne objašnjava odakle te percepcije potječu ili kako se razvijaju (Huston i Burgess, 1979). Prema tome, varijable koje služe kao privlačnosti i prepreke za određeni par vjerojatno će se promijeniti kako se procjena odnosa supružnika mijenja. Mora se gledati izvan teorije kako bi se razumjelo što čini privlačnosti i prepreke u različitim točkama tijekom braka. Snaga teorije društvene razmjene ogleda se u tome što se mnoge vrste varijabli mogu ugraditi u njen okvir. Unutar koncepta privlačnosti smjestiti se mogu varijable na mikrorazini (percepcija druženja, status zanimanja, norme zajednice protiv razvoda ili specifičnije osjećaje obaveze supružnika) (Karney i Bradbury, 1995). Kritika teoriji je da ne daje objašnjenje zašto dolazi do promjena i što su dominantne odrednice kvalitete u različitim razdobljima bračnog odnosa (Obradović i Čudina-Obradović, 1998).

Sljedeća teorija koja je često korištena u domenu istraživanja bračne kvalitete jeste *biheavioristička teorija* (Wills, Weiss & Patterson, 1974). Poput teorije socijalne razmjene i biheavioristička svoje temelje ima na teoriji međuovisnosti Thibaut - Kelleya (1959). Doprinos i originalnost ove teorije ogleda se u stavljanju naglaska na interakcije bračnih partnera te se prema tome teorija shvaća i kao teorija partnerskih mikroponašanja. Biheavioristička teorija temelji se na ideji da različiti oblici ponašanja koje bračni partneri pokazuju od problema do rješavanja problema i sukoba za jednog partnera predstavljaju nagradu, dok za drugog mogu predstavljati kaznu. Ponašanja nagrade mogu biti poruke prihvatanja, izjavljivanje ljubavi, pružanje komplimenata, a kazna može biti prigovor, kritika ili pak osuda. Prema teoriji, s povećanjem ponašanja nagrađivanja raste i bračna kvaliteta te obrnuto s povećanjem kazne kvaliteta opada (Obradović i Čudina-Obradović, 1998).

Bihevioristička teorija je proširena uključivanjem kognitivnih činitelja odnosno atribucija. Atribucije su objašnjenja koje supružnik daje za neki događaj ili neko ponašanje. Dva najčešće istražena konstrukta u ovoj domeni su uzročne atribucije i atribucije odgovornosti. Prema tome pretpostavlja se da uznemireni supružnici pripisuju negativne događaje koji naglašavaju njihov utjecaj (pripisuju uzrok svom partneru, vide ga kao stabilnog ili nepromjenjivog i vide ga kao globalnog ili da utječe na mnoga područja odnosa), dok su supružnici koji nisu u nepovoljnoj situaciji misle da stvaraju atribucije koje minimiziraju utjecaj negativnih događaja (ne pripisuju uzrok partneru i vide ga kao nestabilnog i specifičnog) (Fincham i Bradbury, 1992). Bihevioristička teorija daje jedinstven doprinos razumijevanju bračnog razvoja te nudi okvir za istraživanje ponašanja koje razmjenjuju supružnici i predlaže prihvatljive i konkretne mehanizme za promjenu prosudbi kvalitete braka (Karney i Bradbury, 1995).

Doprinos biheviorističke teorije ogleda se u tome što daje objašnjenje kako se prosudbe o bračnoj kvaliteti mijenjaju tijekom vremena. Bračni partneri uče na temelju svojih interakcija i procjena koje iz njih proizlaze odgovorom na pitanje jesu li u dobroj vezi (Bradbury i Fincham, 1992). Za bračne partnere u visoko kvalitetnim odnosima svaka zadovoljavajuća interakcija opravdava nastavak zadovoljstva, što zauzvrat čini daljnju zadovoljavajuću interakciju vjerojatnijom, dok s druge strane bračne nevolje, mogu uvelike biti posljedica poteškoća para u suočavanju sa sukobima te dovode do nezadovoljavajućih interakcija, a samim tim povećavaju pojavu novih nezadovoljavajućih ponašanja (Karney i Bradbury, 1995). Slabost teorije je što ne uzima u obzir širi kontekst života supružnika (Smith, Vivian i O'Leary, 1990) i ne daje odgovor što je s partnerima koji ostaju u braku unatoč godinama sukoba te ne objašnjava varijacije u trajanju braka (Karney i Bradbury, 1995).

Četvrta teorija koja je zastupljena i obrađivana u literaturi je *teorija bračne i obiteljske krize*. Teoriju je razvio Ruben Hill 1949. godine nastojeći odgovoriti na pitanje zašto neki brakovi probleme rješavaju na zadovoljavajuć način kada su u krizi, dok drugi pak ne mogu razriješiti krizu što rezultira problemima u braku ili razvodom (Čudina-Obradović, Obradović, 2006). Teorija nosi naziv *model ABCX*. Teorija se odnosi na funkcioniranje obitelji i reagiranje obitelji na krize, ali je mnogi autori koriste u svrhe istraživanja bračne kvalitete. U teoriji, (A) predstavlja stresni događaj, koji zahtijeva resurse za prilagođavanje ponašanja (B), s ciljem razrješavanja novonastale krize, gdje bračni partneri i članovi obitelji zbog različitog pristupa

krizi različito percipiraju i definiraju kriznu situaciju i postavljaju se prema njoj (C). U bilo kojoj okolnosti, mjera u kojoj su raspoloživi resursi dovoljni da ispune zahtjeve koje podrazumijeva obiteljska definicija događaja određuje prirodu krize (X) i hoće li se obitelj uspješno oporaviti. Uspješan oporavak uključuje prilagodbu koja čuva jedinstvo obitelji i poboljšava obiteljski sustav te rast i razvoj članova (Hill, 1949; prema McCubbin, Joy, Cauble, Comeau, Patterson i Needle, 1980). McCubbin i Patterson (1983) su dopunili ovu teoriju, uvođenjem vremenske perspektive, a osnovni model su proširili na dva načina. Prema njima reakcije na događaj mogu se razviti tijekom vremena te odgovori na događaj mogu imati implikacije na odgovore na buduće događaje. Početni naponi da se nosi s događajem (A) mogu stvoriti dodatne stresore. Početna razina resursa (B) može se poboljšati kao odgovor na događaj. Uz početnu percepciju događaja (C), percepcija kasnijeg suočavanja, također, bi trebala utjecati na moguće ishode. Konačno, odgovor na krizu (X) može rezultirati i prilagodbom i neprilagodbom.

Teorija bračne i obiteljske krize proširuje opseg razmišljanja o braku na važne načine te je njezina snaga u tome što je prva perspektiva koja se usredotočuje na izravne učinke vanjskih događaja na procese unutar supružnika (definicije događaja) i između supružnika (prilagodba). Slabost joj je u tome što ne daje odgovor na pitanje kako se razvijaju konstrukti koji utječu na suočavanje tijekom vremena (Karney i Bradbury, 1995).

Svim navedenim teorijama bračne kvalitete upućene su brojne kritike te na temelju tih kritika i metaanalize 110 empirijskih radova proizilazi novi teorijski model koji nosi naziv *model trajne ranjivosti-stres-prilagodbe*, autora Karneya i Bradburya (1995). Novi pristup nastoji približiti i objasniti što određuje bračnu kvalitetu. Model ima 3 elementa: trajnu ranjivost bračnih supružnika, stresni događaji i adaptivni procesi. Prema rezultatima istraživanja podatci pokazuju da djeca školske dobi razvedenih roditelja manje vjeruju budućem supružniku i manje su optimistični u vezi s brakom što sugerira mogućnost da iskustva u biološkoj obitelji poput međuroditeljskih sukoba mogu utjecati na specifične stavove i očekivanja o braku i atribucijama za ponašanje budućeg partnera što će se odraziti na njihovu bračnu kvalitetu (Karney, Bradbury, Fincham i Sullivan, 1994). Različiti događaji stresne konotacije poput gubitka posla, neugodnih događaja izvan obitelji, mogu djelovati na bračnu kvalitetu zajedno s adaptivnim procesima što znači da slična ili ista trajna ranjivost kao i slični ili isti stresni događaji imaju različit utjecaj na

bračnu kvalitetu zbog različitih adaptivnih procesa bračnih partnera (Obradović i Čudina-Obradović, 1999).

### **3. ODREDNICE BRAČNE KVALITETE**

Brak je jedan od najintenzivnijih ljudskih odnosa, važan za društvo jer je obitelj temelj društva. Upravo zbog toga relevantno i važno je pitanje kvalitete braka te njegovih odrednica. Kvalitetu odnosa partneri neprestano redefiniiraju i potencijalno je presudna za njihov ukupni doživljaj obiteljskog života. Iako postoji znatna literatura o kvaliteti braka, većina istraživanja usmjerena je na zapadne obitelji, s manje razumijevanja drugih društava (Pimentel, 2000). Obradović i Čudina-Obradović, (2006) odrednice bračne kvalitete dijele u nekoliko skupina: osobine partnera, karakteristike braka, bračne procese te bračno okruženje i socijalne interakcije.

#### **3.1. Osobine partnera**

Kada su u pitanju osobine partnera, najčešće, istraživani korelati bračne kvalitete su: spol i dob bračnog partnera, osobnost bračnog partnera, religioznost i kultura te lokus kontrole (Obradović i Čudina-Obradović, 2006). Prva od odrednica bračne kvalitete odnosi se na rod (Schumm, Webb i Bollman, 1998). Dugi vremenski period se nastojalo odgovoriti na pitanje tko je zadovoljniji bračnom kvalitetom muževi ili pak žene. U ranijim periodima zastupano je mišljenje da je brak dobar za muškarce, a loš za žene. Rezultati istraživanja Fowers-a (1991) pokazuju da su žene u prosjeku manje zadovoljne brakom od muževa. Postavlja se dodatno pitanje koliko su rezultati istraživanja univerzalnih rodnih razlika reprezentativni za različite nacije jer je potrebno uzeti u obzir i kulturu i društvo u kojoj se partneri nalaze ili iz koje potječu (Schumm, Webb i Bollman, 1998).

Osim spola, jedna od varijabli koja se često dovodi u vezu s bračnom kvalitetom je razlika u dobi među supružnicima. U tom kontekstu, istraživači su se bavili pitanjem da li je bračna kvaliteta veća za parove iste dobi, za muškarce i žene u braku s mlađim supružnicima ili za muškarce i žene u braku gdje je stariji muž, a mlađa žena (Lee i McKinnish, 2018). Neke studije sugeriraju da su bračne dobiti najveće kod parova stariji muž-mlađa žena (Bergstrom i

Bagnoli, 1993), dok druge otkrivaju da su bračne dobiti najveće za parove iste dobi (Choo i Siow 2006). Prema istraživanju Lee i McKinnisha (2018), muškarci su skloniji biti zadovoljniji s mlađim suprugama, a manje zadovoljni sa starijim. Isto tako, žene su sklonije biti zadovoljnije s mlađim muževima, a manje zadovoljne sa starijim muževima. Također, utvrđeno je da i za muškarce i za žene, bračno zadovoljstvo opada tijekom trajanja braka za one koji su u braku s partnerima različite dobi, u odnosu na one koji su u braku s partnerima iste dobi. Utvrđeno je da parovi različite dobi doživljavaju veće padove zadovoljstva u braku u usporedbi s parovima iste dobi (Lee i McKinnish, 2018). Pad bi se mogao objasniti sukobima oko raspodjele bračnih obaveza među partnerima, prilagodbom na sukobe u dugotrajnim vezama, promjenama u osobinama osobnosti partnera te promjenama u percepciji jednakosti u braku i navikama (Čikeš, Marić, i Šincek, 2018). Osobe koje stupe u brak u mlađoj dobi, u usporedbi s onima koji stupe u brak u starijoj dobi, provode manje vremena u potrazi za odgovarajućim partnerima, imaju manje financijskih sredstava i manje su psihički zrele. Iz tih razloga, ljudi koji stupe u brak u ranoj dobi, osobito tijekom tinejdžerskih godina, izloženi su većem riziku da budu nesretni u braku i da vide kako im brak završi razvodom (Booth i Edwards, 1985; prema Amato i sur, 2003).

Tijekom posljednjih nekoliko desetljeća, istraživači diljem svijeta su istraživali odnos osobnosti partnera i bračne kvalitete te sličnost supružnika u smislu osobnosti. Osobnost kao takva napreduje kao teoretski važan čimbenik koji treba uzeti u obzir u subjektivnom blagostanju. Utvrđen je dosljedan odnos između bračnog statusa i subjektivnog blagostanja, pri čemu partneri imaju visoke rezultate na procjenama subjektivnog blagostanja, što se pripisuje dobroj kvaliteti braka. Dobra kvaliteta braka značajno je povezana s visokim subjektivnim blagostanjem, a stabilnost braka i kvalitetu braka predviđa sličnost partnera u pogledu osobnosti (Arrindell i Luteijn, 2000). Kroz povijest po ovom pitanju istraživači su pokazali utjecaj temperamenta u ranom djetinjstvu na zadovoljstvo u braku i bračnu stabilnost, ali najčešća je istražena povezanost specifičnih crta ličnosti i bračne kvalitete (Obradović i Čudina-Obradović, 2006). Iako su raniji istraživači sugerirali izravnu vezu između osobina ličnosti i bračne kvalitete, ovo je otkriće dobilo ograničenu podršku posljednjih godina (McCabe, 2006). Moguće je da neke karakteristike osobnosti mogu igrati moderirajuću ili posredničku ulogu s drugim varijablama pojedinca ili odnosa u predviđanju zadovoljstva brakom te bračne kvalitete. Osobine ličnosti koje su ispitivane su otvorenost prema iskustvu, neuroticizam te ekstrovertnost (McCabe, 2006). Prema rezultatima istraživanja ekstraverzija, ugodnost te duljina poznanstva prije braka su



pozitivno povezane s bračnom kvalitetom, dok je neuroticizam nepovoljno povezan s bračnom kvalitetom prema ranijim istraživačima (Čikeš, Marić, i Šincek, 2018). Svaka od velikih pet osobina ličnosti pokazala se značajno povezanom sa zadovoljstvom u braku (Claxton, O'Rourke, Smith i DeLongis, 2012). Velikih pet osobina ličnosti (ekstraverzija, ugodnost, savjesnost, neuroticizam i otvorenost) objašnjavaju značajan udio varijance svih kriterija kvalitete braka. Za samoprocjene bračne kvalitete u istraživanju (Čikeš i sur., 2018) ekstraverzija se pokazala kao značajan prediktor, što znači da osobe koje su više ekstrovertirane ocjenjuju kvalitetu svojih brakova višom. Ekstrovertirani ljudi fokusirani su na više ljudi u svom životu pa se možda, u usporedbi s introvertiranim osobama, manje fokusiraju na pitanja i probleme u braku. To bi moglo rezultirati višim ocjenama kvalitete braka. Istraživanje Claxtona i suradnika (2012) sugerira da je savjesnost osobina koja se najčešće povezuje sa zadovoljstvom u braku u uzorku dugovječnih parova. Ove razlike u empirijskim nalazima mogu odražavati promjene tijekom bračnog života, stupanj do kojeg neuroticizam određuje razvod, pretjerano oslanjanje na mlađe uzorke u prethodnim bračnim istraživanjima ili neku kombinaciju ovo troje. U novije vrijeme smatra se da bi emocionalne sposobnosti mogle biti važnije za intimne odnose više nego što se dosad smatralo. Razumijevanje partnerovih i vlastitih emocija moglo bi pridonijeti održavanju intimnosti i pozitivnog emocionalnog ozračja. Upravljanje emocijama moglo bi biti ključno za uspješno suočavanje s emocionalno napetim situacijama i sukobima. U istraživanju koje su proveli Čikeš i suradnici (2018) utvrđena je statistički značajna povezanost između emocionalne inteligencije i bračne kvalitete. Modeli su pokazali da sociodemografske karakteristike kao i osobine ličnosti i emocionalna inteligencija objasnile između 21% i 27% vlastite i partnerove kvalitete braka, s 5% - 7% specifičnog doprinosa mjere emocionalne inteligencije kvaliteti braka. Među mjerama emocionalna inteligencija, sposobnost reguliranja vlastitih i tuđih emocija bile su značajan prediktor vlastite i partnerove kvalitete braka, dok je samoprocijenjena mjera regulacije i upravljanja emocijama značajno predvidjela vlastitu kvalitetu braka (Čikeš i sur., 2018).

Istraživalo se i pitanje stupnja obrazovanja partnera i njihova obrazovna homogamija na bračnu kvalitetu i bračne odnose između partnera. Prema nekim od istraživanja utvrđeno je postojanje razlike u samom doživljaju kvalitete braka između partnera različitog obrazovnog nivoa. Partneri s nižim stupnjem obrazovanja, partneri sa srednjom stručnom spremom i visoko obrazovani se u prosjeku ne razlikuju značajno po doživljaju kvaliteta braka. Obrazovna heterogamija se odnosi na velike razlike u stupnju obrazovanja koja je neovisna od toga koji je

od partnera obrazovaniji te ne dovodi do procjene nižeg kvaliteta bračnih odnosa ili same kvalitete (Tošić,2011).

Inteligencija također može utjecati na zadovoljstvo u braku. Istraživanja izravnih procjena učinaka inteligencije na naknadno bračno zadovoljstvo uglavnom nedostaju, međutim neke studije sugeriraju obrnuti odnos između razine postignuća u obrazovanju i stope rastave braka. Manji broj istraživanja jasno pokazuje učinke inteligencije na zadovoljstvo brakom, ali razumno je pretpostaviti da bi zadovoljstvo bilo najveće kada su partneri sličnih intelektualnih sposobnosti (Tucker i O'Grady, 1991).

Zdravlje kako fizičko tako i mentalno je važna komponenta bračnog zadovoljstva i bračne kvalitete. Odnos između zadovoljstva brakom i zdravlja je prisutan, a utvrđen je u višoj mjeri prisutnosti za žene, nego za muškarce. Prema procjenama partnera koji su u zadovoljnim brakovima, zdravlje žena i muževa bilo je jednako, dok procjenama u nezadovoljnim brakovima, žene su prijavile više psihičkih i fizičkih zdravstvenih problema, nego njihovi muževi (Levenson, Carstensen i Gottman, 1993). Rezultati meta-analize ukazuju na pozitivnu vezu između kvalitete braka i zdravlja. Bolja kvaliteta braka povezana je s boljim fizičkim zdravljem, manjim rizikom od raznih zdravstvenih problema poput srčanih bolesti i povišenog krvnog tlaka te boljim mentalnim zdravljem. Također, bolja kvaliteta braka povezana je s većim osjećajem blagostanja i sreće (Robles, Slatcher, Trombello i McGinn, 2014). U usporedbi s prošlošću, moderni brakovi sve teže ispunjavanju potrebe višeg reda, kao što su sreća i osobno ispunjenje. Međutim, ekonomski i društveni izazovi sada otežavaju parovima ulaganje vremena i energije u brak kako bi zadovoljili te potrebe. Ti izazovi mogu uključivati nejednakost prihoda, ekonomske poticaje koji favoriziraju rad umjesto vremena provedenog s obitelji te povećanu društvenu izolaciju. Zanimljivo je da isti izazovi, zajedno s drugim faktorima poput dostupnosti nezdrave hrane i preprekama za dobar san i društvenu aktivnost, također mogu utjecati na održavanje dobrog fizičkog zdravlja (Finkel, Hui, Carswell, Larson 2014).

Jedan od čimbenika od interesa za svaku raspravu o zadovoljstvu u braku je sličnost bilo koje od raznih demografskih ili pozadinskih karakteristika. Većina studija zaključuje da su ljudi skloni vjenčati se s osobama sličnim sebi te nadalje se čini da su parovi zadovoljniji kada su sličniji. Također, utvrđeno je da na zadovoljstvo brakom može utjecati i fizička privlačnost partnera. Istraživanja dosljedno pokazuju da se za privlačne ljude smatra da posjeduju poželjne

karakteristike samo na temelju njihove privlačnosti, čak i ako te karakteristike nisu povezane. Prema podudarnoj hipotezi, ljudi obično izlaze s ljudima koji su približno iste razine privlačnosti kao i oni, a potom i stupaju u brak (Tucker i O'Grady, 1991).

Jedna od odrednica bračne kvalitete je i religioznost. Religioznost djeluje na mnoga ponašanja supružnika kao i sami doživljaj braka te je utvrđena povezanost između religioznosti i kvalitete braka (Hunt i King, 1978). Odnosi u braku se javljaju unutar kulturalnog konteksta koji definira kakvi bi odnosi u paru trebali biti. Partneri koji se razlikuju po svom etničkom, rasnom ili kulturnom porijeklu često se razlikuju i u svojim očekivanjima i uvjerenjima o odnosima. Ova raznolikost u partnerskim pretpostavkama i vjerovanjima može biti izvor velike snage za vezu kada su partneri u mogućnosti da se oslone na mudrost i snagu različitih kulturnih tradicija, ali značajne razlike u očekivanjima mogu biti i značajan izvor sukoba između partnera (Jones i Chao, 1997; prema Halford, 2011). Rezultati pokazuju da je individualni odnos s Bogom neizravno važan za bračnu kvalitetu jer se čini da se očituje u religioznoj komunikaciji između partnera, koja je pak izravno povezana s bračnom kvalitetom. Također, vlastito opraštanje i opraštanje supružnika pozitivno su povezani s bračnom kvalitetom, dok sklonost supružnika da ne oprašta je štetna za kvalitetu braka. Konačno, zajednička vjerska komunikacija jače je povezana sa zadovoljstvom u braku među parovima pripadnicima različitih religioznih uvjerenja, nego parovima istih religioznih uvjerenja (David i Stafford, 2015). Povezanost između zajedničke religioznosti i zadovoljstva partnera može se dijelom pripisati partnerima koji dijele osnovne vrijednosti i uvjerenja. Osim toga, imajući u vidu da gotovo sve religije ističu i podržavaju vrijednost braka, vjerojatno je da religiozni parovi podržavaju takve vrijednosti i primaju podršku svoje zajednice za svoj brak (Tarakeshwar, Swank, Pargament i Mahoney, 2001). Kada se govori o povezanosti bračne kvalitete i religioznosti potrebno je uzeti u obzir međukulturalne razlike kao i etničke i rasne jer odnos između percipirane religioznosti supružnika i bračne kvalitete može varirati među rasnim i etničkim skupinama (Perry, 2016).

### **3.2. Karakteristike braka**

Kada se govori o karakteristikama braka te što je to što čini bračnu kvalitetu govori se o zajedničkom vremenu provedenom prije braka, periodu života u kojem se pojedini partner nalazi,

zatim periodu braka odnosno etapi u kojoj je bračni bar te duljini braka (McCabe, 2006), predbračnoj trudnoći, roditeljstvu i kohabitaciji. Također u ovoj kategoriji se nalaze i karakteristike koje su svojstvene individualno jednom partneru poput redosljeda braka te broja prethodnih brakova i veličine obitelji (Čudina-Obradović i Obradović, 2006).

Pokazano je da postoji povezanost između dužine predbračnog zabavljanja i procjene kvalitete braka. Objašnjenje takvih rezultata se odnosi da parovi koji duži period provedu u vezi, prije samog braka imaju više vremena za upoznavanje, prilagodbu partneru i zajedničkom planiranju budućeg života (Dautbegović i Đapo, 2009). Parovi su sigurniji u svoju odluku da stupe u brak ako su uključeni u zajedničke aktivnosti, provode vrijeme zajedno te zajedno sudjeluju u vanjskim aktivnostima i imaju poticajnu razmjenu ideja te su kasnije zadovoljniji kvalitetom braka (Johnson i Anderson, 2013). Vrijeme koje su partneri proveli zajedno u braku pokazalo se da je u korelaciji sa zadovoljstvom u braku. Učinak duljine braka na zadovoljstvo brakom je negativan (opada s duljinom veze) ili u obliku slova U (smanjuje se na početku i povećava nakon određenog vremena). Moglo bi se predvidjeti da se ova varijabla može razlikovati između kultura kolektivističkih ili individualističkih ili u kulturama u kojima su prisutni dogovoreni brakovi gdje zadovoljstvo može biti niže u ranim fazama braka (Sorokowski i sur, 2017). Drugo pak istraživanje pokazuje dosljedan obrazac krivolinijske povezanosti između bračne kvalitete i faze u obiteljskom životnom ciklusu. Bračna kvaliteta postojano opada od početka braka do razdoblja kada djeca napuštaju obiteljsku zajednicu. Od tada pa nadalje, svi parovi doživljavaju povećano zadovoljstvo u braku, dok prolaze kroz razdoblje nakon roditeljstva do mirovine. Utvrđene su i značajne spolne razlike prema kojima presijecanje obiteljskih i radnih uloga različito utječe na muževe i žene dok se suočavaju s poteškoćama u ulogama u različitim prijelaznim točkama u obiteljskom životnom ciklusu (Lupri i Frideres, 1981).

Jedna od varijabli koja se ispitala jeste predbračna trudnoća. U istraživanjima se javlja pitanje o namjeri sklapanja i stupanja u brak ako trudnoća ne bi bila prisutna. Trudnoća ubrzava proces stupanja u brak zbog društvenih pritisaka i normi. Pokazano je da je prisustvo predbračne trudnoće povezano s nižim stupnjem zadovoljstva kvalitete braka (Christensenn i Rubinstein, 1956). Prilagodba partnera na život s djecom te drugačije obaveze i odgovornosti su također važne. Kada se bračna dijada promijeni u obiteljsku trijadu, roditelji moraju promijeniti svoj

odnos kako bi obuhvatio složeniji tročlani sustav. Uz vlastitu dobrobit, roditelji sada imaju odgovornost brinuti se, podržavati i promovirati rast i razvoj svog novorođenčeta. Osim toga, roditelji se moraju prilagoditi sukobljenim zahtjevima obiteljskih i profesionalnih obaveza te dodatnim financijskim zahtjevima rađanja djeteta (Wright, Henggeler i Craig, 1986). Dostupni dokazi pokazuju da se promjene i reorganizacije događaju u mnogim područjima života novih roditelja i proizvode niz stresova, napetosti, nagrada i zadovoljstava (Belsky, Lang i Rovine, 1985). Parovi koji se uspješno prilagode ovim promjenama mogu razviti povećanu intimnost. Neuspješna prilagodba, međutim, može potaknuti bračnu izolaciju i nezadovoljstvo. Regresijske analize otkrile su da je visoka bračna prilagodba žena nakon rođenja djeteta bila predviđena procjenom muževa o visokom zadovoljstvu brakom prije rođenja, procjenom žena da je trudnoća bila planirana i temperamentom djeteta. Visoka bračna prilagodba muževa nakon poroda bila je procijenjena niskom društvenom nekonformnošću muževa i visokom psihološkom nelagodnom, starijom životnom dobi supruge i supruginom izvješću o visokoj bračnoj koheziji prije rođenja djeteta (Wright, Henggeler i Craig, 1986).

Metaanalizom se ispitivao utjecaj drugog braka na bračnu kvalitetu te je pokazano da je prosječna kvaliteta braka veća u prvom braku te da je veća kod muškaraca u odnosu na žene (Vemer, Coleman, Ganong i Cooper, 1989).

Kohabitacija se odnosi na zajednički život partnera koji nisu prošli građansku ili civilnu registraciju (Pinjuh, 2017). Dosljedno se pokazalo da je predbračni život odnosno kohabitacija povezana s povećanim rizikom od razvoda i bračnih nevolja u Sjedinjenim Državama. Razmatraju se dva objašnjenja kohabitacije: odabir i iskustvo. Iskustvo suživota može povećati rizik od problema u vezi ili razvoda za neke ljude izvan onoga što je objašnjeno odabirom. Konkretno, koristeći okvir obaveze, neki parovi koji inače ne bi stupili u bračni odnos završe u braku zbog inercije suživota (Stanley, Rhoades i Markman, 2006). Prema mnogobrojnim istraživanjima se odbacuje ideja da zajednički život prije stupanja u bračni odnos poboljšava odabir partnera i bračnu obuku jer je kohabitacija negativno povezana s bračnom interakcijom, a pozitivno s bračnim neslaganjem, sklonošću razvodu i vjerojatnošću razvoda u nemanjinskim populacijama. Pronađena je određena potpora objašnjenju da je prisutnost nepovoljnih bračnih rizika kod nekih od parova koji žive u izvanbračnoj zajednici prije nego što su stupili u brak. Nema potpore za ideju da sam zajednički život uzrokuje pad bračne kvalitete, ali ovaj se

argument ne može s pouzdanjem odbaciti, s obzirom na rezultate brojnih studija koji su dostupni (Booth i Johnson, 1988). Promjenama u društvu, profilima parova i obitelji, te strukturi kućanstva dolazi do promjena i odnosa prema kohabitaciji. U posljednjih nekoliko godina bilježi se znatan porast kohabitacije u odnosu na ranije godine. Promjene u društvu, nove i drugačije zakonske odredbe, promijenjena struktura obitelji i uloga u obitelji te žene u društvu možda su neki od faktora koji su posredovali u promjeni odnosa prema kohabitaciji. Zagovara se stav da je predbračna kohabitacija dobar način testiranja veze i da će upravo zajednički život prije braka poboljšati šanse parova za nastavak sretnog braka (Haskey, 2001). Istraživanje provedeno u Hrvatskoj bavilo se pitanjem odnosa mladih prema kohabitaciji. Rezultati su pokazali da više od pola uključenih ispitanika smatra da supružnici mogu živjeti zajedno čak i ako nemaju namjeru sklapanja braka te da je kohabitacija poželjna kako bi partneri mogli utvrditi usklađenost. Ispitanici smatraju da kohabitacija nije povezana s bračnim nezadovoljstvom, bračnom nevjerom kao ni razvodom te smatraju da je kohabitacija češća kod partnera koji su liberalniji i manje religiozni (Bandalović, 2017). Istraživanje provedeno na uzorku iz Rijeke također potvrđuje višu otvorenost ka kohabitaciji (Boneta i Mrakovčić, 2021). Prema oskudnim podacima o temi kohabitacije može se zaključiti da u Bosni i Hercegovini se ne pristupa s posvećenošću kohabitaciji te su potrebna dodatna istraživanja. Rezultati istraživanja pokazuju da sudionici koji su ocijenjeni kao izrazito religiozni imaju pozitivnije stavove o brakovima od onih koji nisu religiozni te su utvrđene statistički značajne razlike u stavovima prema braku i izvanbračnoj zajednici na cijelom uzorku gdje sudionici imaju prosječno pozitivniji stav prema braku, nego prema izvanbračnoj zajednici (Pinjuh, 2017). Bez sumnje, s obzirom na zajednički život, kao i s mnogim pitanjima osobnih odluka i morala, stavovi i ponašanje su neraskidivo povezani. Teško je razlučiti dovode li promjene u stavovima do promjena u obrascima ponašanja ili značajne promjene u demografskom ponašanju dovode do promjena u stavovima. Moguće je da oba mehanizma djeluju istovremeno. Također je sasvim moguće da se pojedinci apstraktno pridržavaju određenih načela, ali ipak, kada se suoče s osobnim problemima u stvarnim životnim situacijama, djeluju suprotno tim uvjerenjima (Haskey, 2001). Prema istraživanjima i njihovim zadacima jasno je da kohabitacija ima utjecaj na brak, bračne odnose i samu kvalitetu braka te je potrebno dodatno dublje ispitati te utjecaje (Čudina Obradović i Obradović, 2006).

### 3.3. Bračni procesi

Bračni procesi se, prema Obradović i Čudina-Obradović (2006), odnose na sukob i nošenje sa sukobom u bračnom odnosu, raspodjelu obaveza i kućanskih poslova, međusobnu podršku bračnih partnera, ljubav i intimnost, komunikaciju te vrijeme koje supružnici provode zajedno. Unutar ovog konstrukta važno je razumjeti ulogu sukoba, a posebno kako partneri rješavaju sukob kada naiđu na njega tijekom zajedničkih bračnih izazova. Proveden je veliki broj studija koji ukazuju da su bračni sukobi i kvaliteta braka međusobno povezani (McCabe, 2006). Kvaliteta braka povezana je s načinom na koji parovi rješavaju svoje sukobe i razlozima zbog kojih raspravljaju. Utvrđeno je da partneri kao strategije razrješavanja konflikta najviše koriste rješavanje problema, a zatim slijedi pokornost jednog od partnera, povlačenje te sukob koji je najrjeđa strategija (Wagner, Mosmann, Scheeren i Levandowski, 2019). Utvrđeno je da strategije rješavanja sukoba imaju i pozitivne i negativne učinke na kvalitetu braka, što ilustrira složenu prirodu bračnih odnosa i potrebu da partneri mijenjaju različite stilove rješavanja sukoba, ovisno o razlozima svakog sukoba, vremenu i kontekstu u kojem se sukobljavaju, kao i događaju i fazi životnog ciklusa u kojoj se par nalazi (McNulty i Russell, 2010).

Usklađenost između posla i obitelji se nedavno pojavila u literaturi o radu i obitelji, uspoređivana je s ravnotežom između posla i obitelji po tome što predstavlja interakciju između posla i obitelji. Raspodjela kućanskih poslova je karakteristika koja se pokazala značajnom u procjeni kvalitete bračnog zadovoljstva (Clarke, Koch, i Hill, 2004). Velika opterećenost, veliki broj zadataka i obaveza koji ima jedan partner doprinosi percepciji bračne kvalitete. S obzirom na to da se kroz vrijeme i povijest uloga supruge i supruga mijenjala te se položaj žene u društvu također mijenjao dolazi do promjena u ulogama u braku i obitelji te raspodjele kućanskih poslova i obaveza. Ove promjenjive uloge u podjeli rada mogu koristiti i muškarcima i ženama. Pregovori o ravnoteži između posla i obitelji ne samo da povećavaju zadovoljstvo u braku, već i povećavaju osjećaj uspjeha svakog partnera. Muškarci imaju veću priliku za interakciju sa svojom djecom i da više cijene radosti roditeljstva, dok žene imaju veću priliku dobiti zadovoljstvo od razvoja svojih vještina radom izvan kuće (McCabe, 2006). Percepcija da su kućanske obveze (npr. briga o djeci, kućanski poslovi, rad u dvorištu, održavanje automobila) ravnomjerno raspoređene između muža i žene bila je povezana s većom prilagodbom, ali ne i s većom ravnotežom u odnosu (Clarke, Koch, i Hill, 2004). Podjela rada oko posla i podjela rada

oko zajedničkih kućnih poslova značajna je za percepciju kvalitete bračnih odnosa. Utvrđeno je da je kvaliteta braka viša kod partnera koji podjelu zajedničkih kućnih poslova percipiraju kao pravednu te koji su zadovoljni učešćem partnera u kućnim poslovima. Veoma često se ističe da neravnomjerna raspodjela kućnih poslova i obaveza, posebno kod partnerica, može imati loše prognoze na doživljaj i procjenu kvalitete braka (Tošić, 2011).

Istraživači koji ispituju odnos stavova o rodnim ulogama prema podjeli rada u kućanstvu i bračnoj kvaliteti često zanemaruju njihov odnos prema emocionalnoj potpori supružnika. Štoviše, istraživanja o spolu i braku često zanemaruju kako stavovi o rodnim ulogama mogu objasniti vezu između podrške supružnika i kvalitete braka (Mickelson, Claffey i Williams, 2006). Proučavanje braka karakterizirao je fokus na sukob i njegovu ulogu u funkcioniranju braka te se tek odnedavno počelo ispitivati pozitivnija područja bračnog funkcioniranja, poput socijalne podrške. Društvena podrška u braku može se operacionalizirati na više načina, od kojih svaki može pomoći u rasvjetljavanju uloge u bračnom funkcioniranju. Podrška se može definirati kao broj ili kvaliteta potpornih ponašanja primljenih u bračnim interakcijama (primljena potpora). Podrška se također može smatrati percepcijom supružnika o dostupnosti ili primjerenosti podrške koju pruža partner (percipirana podrška). Podrška se dijeli i na emocionalnu (usmjeravanje pažnje, brižnosti i suosjećanja te razumijevanja), informacijsku (pružanje savjeta) te instrumentalnu (novac, obavljanje određenih aktivnosti) (Dehle, Larsen i Landers, 2001). Emocionalna supružnička podrška predviđala je bolje bračno zadovoljstvo za tradicionalne žene, dok je instrumentalna podrška predviđala bolje bračno zadovoljstvo za tradicionalne muškarce (Mickelson, Claffey i Williams, 2006). Uloga socijalne podrške od strane supružnika kao korelata bračnog funkcioniranja najbolji je primjer međuljudske domene u braku koja tek treba dobiti empirijsku pozornost kakvu je privuklo konfliktno ponašanje i sukobi (Dehle, Larsen i Landers, 2001).

Još neke od karakteristika u ovome području odnose se na ljubav, vještine komuniciranja, seksualne odnose i intimnost (Čudina-Obradović i Obradović, 2006). Brojne su rasprave vođene o određenju pojma ljubavi. Ljubav se konceptualizira u smislu teorije emocija i kao kompleks bihevioralnih sustava koji uključuje privrženost, brigu i intimnost (Shaver, i Hazan, 1988). Prema triangularnoj teoriji ljubavi, ljubav ima tri komponente, intimnost, strast i predanost. Intimnost obuhvaća osjećaje bliskosti, povezanosti i vezanosti koje čovjek doživljava u



ljubavnim odnosima. Strast obuhvaća nagone koje vode ka romantici, fizičkoj privlačnosti i intimnosti, dok predanost obuhvaća odluku da se voli drugog kratkoročno, a dugoročno, posvećenost održavanju te ljubavi. Količina ljubavi koju čovjek doživljava ovisi o apsolutnoj snazi ove tri komponente, a vrsta ljubavi koju čovjek doživljava ovisi o njihovoj snazi u odnosu jedna na drugu. Tri komponente su u interakciji jedna s drugom i s radnjama koje proizvode i koje formiraju niz različitih vrsta ljubavnih iskustava (Sternberg, 1986). Lee (1988) je predložio tipologiju stilova ljubavi. Njegova tipologija uključuje eros (ljubavni stil karakteriziran potragom za voljenom čija fizička prezentacija sebe utjelovljuje sliku koja se već nalazi u umu ljubavnika), ludus (ljubavni stil prema kojemu je ljubav uzbudljiva), storge (stil zasnovan na polako razvijajućoj naklonosti i druženju te prijateljstvu), maniju (ljubavni stil karakteriziran opsesijom, ljubomorom i velikim emocionalnim intenzitetom), agape (altruistička ljubav u kojoj ljubavnik na nju gleda kao na svoju dužnost na ljubav bez očekivanja uzvraćenosti) i pragmu (praktični stil koji uključuje svjesno razmatranje karakteristika voljene osobe te se vode razumom) (Lee, 1988; prema Yancey i Berglass, 1991). Način voljenja koji karakterizira žene je storge i pragma (Hendrick i Hendrick, 1995), dok je za muškarce utvrđeni način voljenja ludus i agape (Sprecher i ToroMorn, 2002). O vrstama ljubavi i odrednicama ljubavi u braku te kako se mijenja tijekom zajedničkog života malo je pouzdanih rezultata (Obradović i Čudina Obradović, 2021). Istraživanja o povezanosti ljubavi i bračnog zadovoljstva se ne provode često, a rezultati istraživanja nisu suglasni. Postoje različiti oblici ljubavi i načina voljenja koji su prethodno opisani, a još jedan od njih je strastvena ljubav. Rezultati istraživanja su također podijeljeni te neke studije pokazuju da je strastvena ljubav podjednaka za obadva partnera (Acker i Davis, 1992), dok druga pokazuju da je za žene strastvena ljubav umjereno povezana sa zadovoljstvom u braku i s varijablama relevantnim za vezu, a za muškarce nisu utvrđene relevantne korelacije (Aron i Henkemeyer, 1995). Žene su više orijentirane na ljubav temeljenu na prijateljstvu, a muškarci na strastvenu ljubav (Hendrick i Hendrick, 1995). Kada se govori o ljubavi i načinima voljela jako je važno imati u vidu kulturu kojoj supružnici pripadaju. Utvrđeno je da su muškarci iz američkog uzorka u usporedbi sa ženama, spremniji na brak bez ljubavi, s višim rezultatom na komponenti idealizacije romantične ljestvice te je manje vjerojatno da će emocionalno zadovoljstvo smatrati važnim za održavanje braka. Muškarci u kineskom uzorku su romantičniji, a osobito u uvjerenju da ljubav može nadvladati svaku prepreku i storgičniji, ali je manje vjerojatno da vjeruju u sudbinu ili usud u vezi s ljubavlju. Kinezi su vjerojatnije od Kineskinja

smatrali da je fizički užitak važan za održavanje braka. Kultura i kulturalni utjecaji imaju udjela u varijacijama u ljubavnim uvjerenjima te ih je potrebno uzeti u obzir pri istraživanju i donošenju zaključaka (Sprecher i ToroMorn, 2002). O ulozi intimnosti raspravljalo se kao bitnoj za razvoj znanosti o međuljudskim odnosima. Intimnost se odnosi na međuljudsku usklađenost i predanost između sudionika (Hinde, 1978.) Na intimnost se gledalo kao na psihosocijalni proces (Waring, McElrath, Lefcoe i Weisz, 1981), stanje (Friedman, 2005) ili osobinu (Watson, Hubbard i Wiese, 2000). Utvrđeno je da žene imaju manji doživljavaju intimnosti, ali da je kod bračnih partnera intimnost veća u posredovanju emocionalne stabilnosti i samopoštovanja. Intimnost je veća kod partnera koji su emocionalno stabilniji i imaju veći osjećaj samopoštovanja (Obradović i Čudina Obradović, 2021). Intimnost može posredovati u odnosu između stresa i bračne kvalitete za muževe i žene (Harper, Schaalje, i Sandberg, 2000). Intimnost ima i meditirajuću ulogu u povezanosti komunikacijskih obrazaca i kvalitete bračnog života. Rezultati su pokazali da su zahtjevi muža i žene negativno povezani s kvalitetom i intimnošću braka. Obrazac potražnje supruge ne utječe na intimnost para, ali utječe na kvalitetu braka na negativan i izravan način. Međutim, zahtjevi muža izravno utječu na intimnost, ali utječu na kvalitetu braka na neizravan i negativan način. Na kvalitetu života parova izravno i neizravno utječu njihovi komunikacijski obrasci kroz meditirajuću ulogu intimnosti te se povećanjem intimnosti među parovima smanjuje učinak destruktivnih obrazaca zahtjeva supružnika na kvalitetu braka, a povećava utjecaj konstruktivnih obrazaca odnosa (Barzegar i Samani, 2016). Nalazi pokazuju da je intimnost ostala važna komponenta dugotrajnog braka unatoč postojanju čimbenika koji su je ometali ili sprječavali. Sudionici su se prilagodili tim preprekama i izvijestili o malim promjena zbog njih, što je pripisano kontekstu koji se međusobno podupire stvorenim dugotrajnim brakom (Hinchliff i Gott, 2004).

Još jedan od konstrukata u ovom polju jeste komunikacija između bračnih partnera te način na koji se sporazumijevaju, dogovaraju i pregovaraju bračni partneri. Općenito se pretpostavlja da kvaliteta komunikacije između supružnika utječe na njihove naknadne prosudbe o zadovoljstvu brakom, no ta se pretpostavka rijetko provjerava u odnosu na alternativno predviđanje da je komunikacija samo posljedica prethodnih razina zadovoljstva partnera (Lavner, Karney i Bradbury, 2016). Kvalitetna komunikacija u braku definira se kao međuljudski proces razmjene kojim bračni partneri postižu i održavaju međusobno razumijevanje. Utvrđene su četiri kategorije ponašanja koje doprinose kvalitetnoj komunikaciji: otvorenost, potvrđivanje,

upravljanje transakcijama i situacijska prilagodljivost. Ove komponente kvalitetne komunikacije funkcionalno su povezane sa zadovoljstvom u braku (Montgomery, 1981). Relativno zadovoljni parovi imaju pozitivniju, manje negativnu i učinkovitiju komunikaciju. Longitudinalnim istraživanjem identificirane su pouzdane veze između komunikacije i zadovoljstva i zadovoljstva s komunikacijom. Ovi nalazi pokreću važne sumnje o teorijama i intervencijama koje daju prednost komunikacijskim vještinama para kao ključnom prediktoru zadovoljstva u vezi, dok postavljaju nova pitanja o drugim čimbenicima koji bi mogli predvidjeti komunikaciju i zadovoljstvo i koji jačaju ili umanjuju njihovu povezanost (Lavner, Karney i Bradbury, 2016).

Vrijeme koje partneri zajedno provedu u zajedničkim interakcijama i aktivnostima je povezano sa zadovoljstvom i generalno bračnom kvalitetom. Također je pokazano da vrijeme provedeno zajedno prije braka, tijekom prvih perioda braka moglo biti mehanizam preko kojeg rane spoznaje o braku utječu na kasnije bračno zadovoljstvo (Johnson i Anderson, 2013).

### **3.4. Okruženje i socijalne interakcije**

Bračno okruženje je širok pojam koji se može okarakterizirati kao skup subjektivnih varijabli i njihov subjektivni ili objektivni doživljaj. Takve varijable mogu izravno ili neizravno utjecati na interakcije između partnera, bračnu kvalitetu i generalno na bračni odnos (Čudina-Obradović i Obradović, 2006). Potencijalni učinci na brak možda neće biti odmah vidljivi kao neki međuljudski procesi poput otvorenog sukoba ili fizičke agresije, ali niz okolinskih i kontekstualnih varijabli može itekako utjecati na to hoće li i kako parovi formirati svoj odnos. Pri tome važno je imati u vidu prepreke s kojima se mogu suočiti parovi, način i resurse koje mogu koristiti za održavanje svoje veze. Način na koji ljudi razumiju te čimbenike i način na koji reagiraju na njih može biti barem jednako važan kao i puko izlaganje njima. Važno je razumjeti postojanje razlika u tome kako različiti pojedinci i parovi reagiraju na inače identičnu sredinu ili povezana iskustva koja su imali (Bradbury, Fincham, i Beach, 2000). Postoji veliki broj varijabli koje mogu imati ili imaju utjecaj na kvalitetu braka, a neke od njih se odnose na povećani stres, veće zahtjeve posla, društvenog života i obaveza prema djeci, manje zajedničkog vremena za druženje i intimnost između partnera. Također je važno dublje razumjeti prelijevanje drugih stresora u bračni odnos (McCabe, 2006).

Stres je pojam koji je dobio povećanu pozornost u bračnim istraživanjima tijekom posljednjeg desetljeća pokazujući da igra važnu ulogu u razumijevanju kvalitete i stabilnosti bliskih odnosa. Dokazi pokazuju da je stres prijetnja zadovoljstvu u braku i njegovoj dugovječnosti. Nema svaki stres isti učinak na parove te je potrebno uzeti u obzir radi li se o vanjskom, unutarnjem, stresu velikog ili manjeg intenziteta te akutnom ili kroničnom (Randall i Bodenmann, 2009). Životni događaji u životu supružnika uključuju velike životne promjene poput rođenja djeteta ili promjene posla, ali i svakodnevne uspone i teškoće poput pohvale od strane šefa, nevolja u prometu, svađa s kolegom. Stresni životni događaji i svakodnevne nevolje predviđaju pogoršanje zadovoljstva vezom (Story i Bradbury, 2004). Dokazano je da dolazi do opadanja kvalitete braka kod partnera koji su izgubili dijete (Najman, Vance, Boyle, Embleton, Foster i Thearle, 1993), smrti roditelja (Umberson, 1995), zdravstvenog stanja jednog od supružnika (Yorgason, i 2016). Druge pak studije sugeriraju da parovi koji se brinu o djeci koja rastu (Spitze, 1998; prema Bradbury, Fincham, i Beach, 2000) i ostarjelim roditeljima mogu održati čvrst brak (Loomis i Booth, 1995; prema Bradbury, Fincham, i Beach, 2000). Ekonomski i radni stresovi, loše zdravlje, briga o ostarjelim roditeljima dokazani su prediktori zadovoljstva odnosno nezadovoljstva u bračnoj zajednici. Istraživači su dosljedno pokazali i važnost procesa podrške u bračnim odnosima (McCabe, 2006). Ekonomski stres vodi ka razlikama u doživljaju kvalitete bračnih odnosa, a partneri koji smatraju da njihovi ekonomski prihodi nisu zadovoljavajući i dovoljni kako bi pokrili sve troškove i potrebe obiteljskog života imaju značajno nižu procijenjenu kvalitetu braka. Pri tome visoki ekonomski prihodi također mogu dovesti do razlika jer smanjuju koheziju i slaganje partnera. Pri mjerenju zadovoljstva i kvalitete braka potrebno je uzeti u obzir i dob partnera pa prema tome zadovoljstvo brakom je niže kod partnera koji su umirovljeni, ali samo u usporedbi s onima koji su u radnom odnosu (Tošić, 2011). Također je utvrđeno da gubitak posla i financijske poteškoće su povezane s lošijom bračnom kvalitetom (Umberson, Williams, Powers, Chen, i Campbell, 2005). Socijalna integracija može igrati važnu ulogu u poboljšanju kvalitete života zaposlenih partnera i njihovih odnosa. Socijalna integracija odnosila se na sudjelovanje u društvenim aktivnostima izvan posla, poput hobija i volontiranja. Osobe koje su imale veću socijalnu integraciju imale su veću kvalitetu posla i braka. Također se pokazalo da je veća kvaliteta posla povezana s manjim sukobom između posla i obitelji, dok je veća kvaliteta braka povezana s većim olakšanjem između posla i obitelji (Voydanoff, 2005). Slaganje parova i izražavanje osjećaja je manje kod

umirovljenih partnera u odnosu na zaposlene i nezaposlene. Objašnjenje se može pronaći u dužini braka te dobi samih partnera uzimajući u obzir da kvaliteta braka opada s povećanjem dužine braka kao i dobi partnera. Pored toga doprinose i problemi starenja, različitih bolesti te smanjena ekonomskih primanja zbog umirovljenja (Tošić, 2011).

Jedna od odrednica zadovoljstva bračnim odnosom jeste povezanost i odnos s obitelji partnera. Dimenzije rane veze i očekivanja od buduće veze mogu utjecati na kasnije obiteljske veze. Kada postoji individualni kontakt i pozitivni osjećaji prije vjenčanja partnera s obitelji, kvaliteta bračnog odnosa je viša nakon vjenčanja, međutim ako su članovi obitelji izrazili zabrinutost da njihova veza s obitelji neće biti bliska ili ako su spomenuli druge socijalne partnere kao uzrok potencijalnih budućih problema bračna kvaliteta je niža (Fingerman, Gilligan, Vander Drift i Pitzer, 2012). Studija Rittenour- a i Kellas-a (2015) se usredotočila na odnos svekrve i snahe te zadovoljstvo bračnom kvalitetom. Ovo istraživanje usredotočilo se na štetne poruke koje su snahe prijavile da primaju od svojih svekrva. Štetne poruke se odnose na preveliku ili premalu uključenost, osobne napade i štetu koja se prenosi preko treće strane, a temeljeni su na teoriji atribucije. Utvrđeno je da supruge kod kojih su prisutne navedene varijable iskazuju viši stupanj uznemirenosti i manjeg zadovoljstva. Pri tome je važno uzeti u obzir na koji se način ponašanja pripisuju, interno ili eksterno. U slučaju pripisivanja ponašanja unutaršnjim uzrocima niže je zadovoljstvo, dok je više zadovoljstvo kod žena koje su ponašanje svekrve pripisivale vanjskim uzrocima. Važno je uzeti u obzir i stupanj u kojem supruga vjeruje da ona i njezin suprug slično tumače ponašanje njegove majke što se pozitivno odražava na procjenu bračnog zadovoljstva (Rittenour i Kellas, 2015).

Mnogi autori smatraju da je prilagođavanje ulozi supruge i supruga važno u predviđanju zadovoljstva odnosom. Rezultati istraživanja su pokazali da postoji pozitivna povezanost između bračne kvalitete i zadovoljstva odnosom, kao i između navikavanja na ulogu supruge i supruga kao i samog zadovoljstva odnosom. Također, prilagođavanje ulozi supruge i supruga djelomično je posredovalo u vezi između bračne kvalitete i zadovoljstva odnosom (Spanier i Lewis, 1980).

Obiteljska struktura također igra ulogu u ponašanjima u braku te se može razlikovati ovisno o tome radi li se o strukturi bioloških roditelja, nebioloških, hraniteljima ili razvedenim roditeljima (Čudina-Obradović i Obradović, 2009). Prema literaturi o istraživanju razvoda postoji potencijal da djeca razvedenih roditelja imaju bračne i obiteljske odnose koji su niže

kvalitete od nerazvedenih roditelja. Slično tome, literatura o posljedicama života s roditeljima koji su u nesretnom braku daje razlog za zaključak o nepovoljnim posljedicama za brak i obiteljske odnose na ponašanja u odrasloj dobi (Booth, i Edwards, 1990). Iskustva u ranom djetinjstvu mogu nepovoljno djelovati na kasnija ponašanja u braku te je pokazano da djeca roditelja koji su se rastali imaju izraženije probleme u komunikacijskim vještinama što se odražava na odnos i razrješavanje nesuglasica s partnerima (Caspi i Elder, 1988). Druga pak istraživanja pokazuju da do loše socijalizacije može doći i kroz produljenu izloženost lošim uzorima, roditeljima koji imaju poteškoća u razvijanju i održavanju intimnih veza sa suprotnim spolom. Stoga potomci možda nisu bili izloženi uspješnim načinima međuljudskog ponašanja koje bi isprobali prilikom razvijanja vlastitog repertoara intimnog ponašanja. U tom slučaju potomci ne mogu ostvariti zadovoljavajući odnos jer ne znaju kako (Booth, i Edwards, 1990). Veći obiteljski konflikt dovodi do većih problema u prilagodbi djeteta, uključujući povećane internalizirane i eksternalizirane probleme što ukazuje na važnost obiteljskog okruženja u oblikovanju prilagodbe djeteta (Dadds, Atkinson, Turner, Blums i Lendich, 1999). Kada govorimo o strukturi neophodno je spomenuti strukturu obitelji partnera te postoje li varijacije u bračnoj kvaliteti u odnosu na broj djece. Djeca igraju važnu ulogu u tome kako mnogi parovi doživljavaju brak. Istraživanja sugeriraju da djeca imaju paradoksalan učinak povećanja stabilnosti braka, barem kada su djeca relativno mlada, dok istovremeno smanjuju njegovu kvalitetu (Bradbury, Fincham i Beach, 2000). Rođenje djece može imati negativan utjecaj na bračnu kvalitetu u kratkoročnom razdoblju, ali se može poboljšati tijekom vremena (Umberson i sur, 2005). Poznato je da kod velikog broja parova dolazi do pada u bračnoj kvaliteti nakon dolaska prvog djeteta. Također su identificirani faktori koji ublažavaju taj pad, a to su veća emocionalna podrška, zadovoljstvo roditeljstvom i zadovoljstvo seksualnim životom kao i socijalna podrška od prijatelja i obitelji (Shapiro, Gottman i Carrère, 2000). Ne tako znatan broj studija se posvetio istraživanju broja djece i utjecaju na kvalitetu braka. Utvrđeno je da je najbolja bračna kvaliteta kod parova koji nemaju djecu u odnosu na one koji imaju te nema posebne razlike, kod parova ovisno o tome imaju li jedno, dvoje ili više djece (Figley, 1973).

#### 4. SMJERNICE ZA UNAPRJEĐENJE BRAČNE KVALITETE

Brak zahtijeva konstantan rad, njegovanje i ulaganje kako bi se bračna kvaliteta održala ili unaprijedila. Pojedinci koji čvrsto vjeruju u trajnost braka vjerojatno će uložiti dosta vremena i truda u pokušaju rješavanja bračnih nesuglasica i problema. Nasuprot tome, pojedinci koji su tolerantni prema razvodu radije će odbaciti postojeći brak umjesto uložiti više truda u njega kako bi pronašli veću sreću s novim partnerom (Amato i sur, 2003). Zašto su neki brakovi uspješni dok drugi nisu ovisi o mnogobrojnim faktorima koji su se utvrdili kroz dugogodišnja istraživanja i različite pristupe. Prema istraživanjima o bračnoj kvaliteti kroz prošla dva desetljeća pokazano je da je bračnu kvalitetu moguće održati. Značajni dobitci u bračnom zadovoljstvu mogu se postići jednostavnim većim oslanjanjem na komunikaciju i empatiju pri rješavanju bračnih sporova, budući da su te vještine dio pozitivnog stila rješavanja sukoba. Stoga veći fokus na razvoj ovih sposobnosti može biti važna komponenta intervencija za parove u sukobu i unaprjeđenje bračne kvalitete (Wagner, Mosmann, Scheeren i Levandowski, 2019). Razvijanje otvorene i iskrene komunikacije s partnerom, uključujući slušanje, izražavanje osjećaja i potreba te izbjegavanje defenzivnih ili napadačkih reakcija donosi mnoge blagodati bračnom odnosu (Montgomery, 1981).

Osim toga aktivno slušanje također ima ulogu u unaprjeđenju bračne kvalitete. Aktivno slušanje može biti povezano s poboljšanjem kvalitete iz nekoliko razloga koji uključuju svjesnu prisutnost i fokusiranost na ono što druga osoba govori. Kroz aktivno slušanje, partneri pokazuju empatiju i brigu prema svom partneru te se trude razumjeti i prihvatiti partnerove osjećaje, perspektive i potrebe što vodi ka stvaranju osjećaja podrške i pripadnosti u vezi (Gottman i Silver, 1999).

Sljedeća odrednica jeste rad na regulaciji emocija čime su supružnici sposobniji razumjeti same sebe, a samim tim i jedno drugo. Što su parovi u višem dodiru s emocijama to su više u mogućnosti razumjeti i shvatiti partnera, poštovati jedno drugo, kao i njihov brak. Ono što može učiniti brak uspješnim iznenađujuće je jednostavno. Sretno vjenčani parovi nisu pametniji, bogatiji ili oštromniji od drugih, nego u svojim svakodnevnim životima, naišli su na dinamiku koja sprječava da njihove negativne misli i osjećaji jedno o drugome (koje imaju svi parovi) nadvladaju one pozitivne (Gottman i Silver, 1999).

Osim poučavanja boljim i efikasnijim komunikacijskim vještinama, jako je važno da se par fokusira na rješavanje problema i postavljanje ciljeva za poboljšanje veze te da pri tome parovi razumiju koji su obrasci ponašanja destruktivni i nefunkcionalni te ih i promijene i razviju zdrave i zadovoljavajuće načine komunikacije, interakcije i ponašanja (Baucom i sur, 2008). Rješavanje sukoba sastavni je dio uspješne veze i može se tvrditi da će ljutnja izazvana partnerovim prijestupima vjerojatno potaknuti sukob i spriječiti uspješno razrješavanje sukoba. Nasuprot tome, opraštanje partneru za prijestup jedno je od potencijalnih sredstava za postizanje zatvaranja u vezi s bolnim ili uznemirujućim događajem i pomirenjem s partnerom. Opraštanje stoga može imati znatne implikacije na dugoročne ishode odnosa, kao i na kratkoročne obrasce interakcije. Točnije, kada jedan partner odustane od prisilnog ciklusa recipročne negativne interakcije, manja je vjerojatnost da će i drugi nastaviti svoje negativno ponašanje. Ukratko, oprost može spriječiti korištenje neučinkovitih strategija sukoba koje će vjerojatno proizaći iz tinjajućeg žara neoprostenog prijestupa (Fincham, Beach i Davila, 2004). Važnost kompromisa u bračnim odnosima pokazala se kao ključni faktor za održavanje kvalitete veze. Kroz kompromis, partneri su spremni prilagoditi se i pronaći rješenja koja su prihvatljiva za oboje. Pri tome ulogu igra i empatija koja uključuje sposobnost razumijevanja i suosjećanja s partnerovim osjećajima i perspektivom (Bodenmann i Randall, 2017).

Supružnici koji imaju pozitivan stil rješavanja problema fokusiraju se na predmetni problem, razgovaraju o razlikama na konstruktivan način, pronalaze prihvatljive alternative za oba partnera, pregovaraju i sklapaju kompromise. Angažman u sukobu uključuje ponašanja poput osobnih napada, uvreda, ispadanja i gubitka kontrole, uz stavove kao što su zanošenje i govorenje stvari koje zapravo ne mislite. U stilu povlačenja prevladavaju odbijanje razgovora na dulje periode, odbijanje nastavka rasprave, isključivanje drugog supružnika i povlačenje te distancirano i nezainteresirano ponašanje. Naposljetku, stil popustljivosti uključuje ponašanje samozadovoljstva, bez obrane svog stava i brzo odustajanje nakon nekoliko pokušaja da se pokuša iznijeti mišljenje (Kurdek, 1994). Također, ističe se važnost traženja zajedničkih rješenja u bračnim problemima. To uključuje aktivno sudjelovanje oba partnera u pronalaženju rješenja koja zadovoljavaju potrebe i želje oboje. Važno je da partneri razviju vještine pregovaranja i rješavanja konflikata kako bi postigli održivu ravnotežu u vezi (Bodenmann i Randall, 2017).



Vrijeme provedeno zajedno se pokazalo jednom od karakteristika koja unaprjeđuje bračnu kvalitetu partnera (Johnson i Anderson, 2013). Kroz česte razgovore, provođenje vremena u zajedničkim aktivnostima i međusobno podržavanje promiču se visoke razine bračnog zadovoljstva i unaprjeđuje bračna kvaliteta (Du Plooy i De Beer, 2018). Rezultati istraživanja (Valenzuela i sur 2014). pokazuju da je korištenje društvenih mreža u negativnoj korelaciji s kvalitetom i srećom braka, a u pozitivnoj korelaciji s iskustvom problematične veze i razmišljanjem o razvodu što sugerira da supružnici provode manje vremena na društvenim mrežama, a više u zajedničkim aktivnostima. Kroz aktivnosti koje zajedno poduzimaju, partneri mogu dijeliti interese, hobije i zajedno istraživati nove stvari što stvara osjećaj povezanosti i bliskosti te omogućuje partnerima da razviju dublje razumijevanje i intimnost te konsenzus o različitim pitanjima kao što su ciljevi u životu, prijatelji i donošenje odluka (Lauer, Lauer, i Kerr, 1990). Osim toga ističe se važnost pružanja i primanja verbalnih i neverbalnih poruka ljubavi te razumijevanja koji vodi ka bračnom rastu i bračnoj kvaliteti (Du Plooy i De Beer, 2018).

## 5. ZAKLJUČCI

Od svih značajnih odnosa u životima ljudskih bića, bračni odnos ostaje jedan od najvažnijih i najvažnijih za njihovu dobrobit te je stoga bračna kvaliteta tematika koja je još od ranih perioda bila od interesa istraživačima. Kroz vrijeme i povijest razvijali su se različiti pristupi definiranja bračne kvalitete, a ti različiti pristupi i definiraju bračnu kvalitetu u okviru tri pristupa: bračna kvaliteta kao bračno zadovoljstvo, bračna kvaliteta kao međusobna prilagodba partnera i bračna kvaliteta kao procjena kvalitete bračnih odnosa. U okviru prvog pristupa na bračnu kvalitetu se gledalo kao bračno zadovoljstvo, dok se u okviru drugoga bračnu kvalitetu definiralo kao bračnu prilagodbu. Obadva pristupa su naišle na kritike te se javlja treći koji ih objedinjuje i definira bračnu kvalitetu kao procjenu bračne kvalitete i uvodi višedimenzionalni pristup bračnoj kvaliteti. Ovisno od teorijskog pristupa bračne kvalitete razlikuje se i način mjerenja bračne kvalitete. U kontekstu psiholoških teorija poznate su teorija privrženosti, teorija socijalne razmjene, bihevioristička teorija, teorija bračne i obiteljske krize te model trajne ranjivosti-stres-prilagodbe. Unatoč velikom broju teorijskih pravaca u psihologiji obitelji i bračnih odnosa nije se javila teorija koja je sveobuhvatna i koja bi obuhvatila sve varijable bračne kvalitete. Upravo zbog nepostojanja takve teorije javlja se teškoća u generalnim zaključcima, izvedbama i smjernicama. Različiti pristupi definiranja bračne kvalitete kao i teorijski pristupi stavljaju izazov pred istraživače te se mjerenje i ispitivanje bračne kvalitete razlikuje od autora do autora što vodi ka nesistematičnim i nekonzistentnim rezultatima istraživanja.

Najznačajnije odrednice za objašnjenje bračne kvalitete dijele se na osobine partnera, karakteristike braka i bračne procese te okruženje i socijalne interakcije. Prema empirijskim podacima istraživanja utvrđeno je da se individualne osobine partnera poput roda, dobi, osobina ličnosti, religioznosti, fizičke privlačnosti ili inteligencije, imaju ulogu u bračnoj kvaliteti. Bračna kvaliteta varira u odnosu na trajanje braka, bračnu etapu u kojoj se par nalazi, predbračnu trudnoću i kohabitaciju. Za bračnu kvalitetu su također važni i komunikacija između partnera, ljubav i intimnost, način rješavanja i pristupanja sukobu, raspodjelu kućanskih poslova te partnersku podršku. Ulogu u bračnoj kvaliteti i promjeni bračnih odnosa ima i okruženje u kojem se par nalazi te socijalni odnosi koje supružnici imaju s roditeljima i drugima te prilagodba na

ulogu supruga i supruge, bračna struktura i stres. Pri istraživanju bračne kvalitete neophodno je imati u vidu te različite odrednice i činitelje kako ne bi došlo do pogrešnih zaključaka i generalizacije. Pojedinaac, društvo i kulture se razlikuju jedna od druge po mnogim faktorima te je zaista teško utvrditi sličnosti i razlike te izvesti zaključke koji će se moći generalizirati na cijelu populaciju ili zaključke o međukulturalnim razlikama. Imajući u vidu te razlike potrebna je opreznost u interpretaciji rezultata i donošenju generalnih zaključaka, kao i kauzalnih odnosa.

Brak zahtijeva posvećenost, ulaganje truda i energije te se kao takav može unaprijediti. U procesu unaprjeđenja bračne kvalitete ključni elementi su otvorena i iskrena komunikacija, empatija, aktivno slušanje, regulacija emocija, rješavanje problema i postavljanje zajedničkih ciljeva. Opraštanje, kompromis i provođenje kvalitetnog vremena zajedno također igraju važnu ulogu u jačanju veze i poboljšanju bračne sreće i kvalitete. Sve ove aspekte treba kontinuirano njegovati kako bi se stvorio snažan i zadovoljavajući bračni odnos. Pri tom je potrebno imati u vidu jedinstvenost svakog odnosa i bračnih partnera te prilagoditi smjernice prema potrebama i vrijednostima partnera kao takvih. Redovno ulaganje u odnos i rad na njegovom unaprjeđenju može dovesti do snažnije i zadovoljnije bračne veze.

## 6. LITERATURA

Acker, M., i Davis, M. H. (1992). Intimacy, passion and commitment in adult romantic relationships: A test of the triangular theory of love. *Journal of social and personal Relationships*, 9(1), 21-50.

Amato, P. R., Johnson, D. R., Booth, A., i Rogers, S. J. (2003). Continuity and change in marital quality between 1980 and 2000. *Journal of marriage and family*, 65(1), 1-22.

Archuleta, K. L. (2013). Couples, money, and expectations: Negotiating financial management roles to increase relationship satisfaction. *Marriage i Family Review*, 49(5), 391-411.

Aron, A., i Henkemeyer, L. (1995). Marital satisfaction and passionate love. *Journal of Social and Personal Relationships*, 12(1), 139-146.

Arrindell, W. A., i Luteijn, F. (2000). Similarity between intimate partners for personality traits as related to individual levels of satisfaction with life. *Personality and Individual differences*, 28(4), 629-637.

Bandalović, G. (2017). Stavovi mladih o kohabitaciji. *Revija za socijalnu politiku*, 24(1), 45-70.

Barzegar, E., i Samani, S. (2016). The mediating role of intimacy in the association between communication patterns and quality of married life. *Quarterly Journal of Woman and Society*, 7(26), 115-128.

Baucom, D. H., Epstein, N. B., LaTaillade, J. J., i Kirby, J. S. (2008). Cognitive-behavioral couple therapy. *Clinical handbook of couple therapy*, 4, 31-72.

Baumeister, R. F., i Leary, M. R. (1995). The need to belong: desire for interpersonal attachments as a fundamental human motivation. *Psychological bulletin*, 117(3), 497.

Bergstrom, T. C., i Bagnoli, M. (1993). Courtship as a waiting game. *Journal of political economy*, 101(1), 185-202.

Boneta, Ž., i Mrakovčić, M. (2021). Studentski stavovi o braku, kohabitaciji i tranziciji u brak. *Revija za socijalnu politiku*, 28(2), 205-224.

Booth, A., i Johnson, D. (1988). Premarital cohabitation and marital success. *Journal of Family Issues*, 9(2), 255-272.

Booth, A., i Edwards, J. N. (1990). Transmission of marital and family quality over the generations: The effect of parental divorce. *Journal of Divorce*, 13(2), 41-58.

Bradbury, T. N., Fincham, F. D., i Beach, S. R. (2000). Research on the nature and determinants of marital satisfaction: A decade in review. *Journal of marriage and family*, 62(4), 964-980.

Bodenmann, G., i Randall, A. K. (2017). Common factors in the prevention and treatment of couple distress. *Clinical Psychology Review*, 55, 87-98.

Belsky, J., Lang, M. E., i Rovine, M. (1985). Stability and Change in Marriage across the Transition to Parenthood: A Second Study. *Journal of Marriage and Family*, 47(4), 855-865.

Busby, D. M., Christensen, C., Crane, D. R., i Larson, J. H. (1995). A revision of the Dyadic Adjustment Scale for use with distressed and non-distressed couples: Construct hierarchy and multidimensional scales. *Journal of Marital and Family Therapy*, 21(3), 289-308.

Bodenmann, G., i Randall, A. K. (2017). Common factors in the prevention and treatment of couple distress. *Clinical Psychology Review*, 55, 87-98.

Bowlby, J. (1982). Attachment and loss: retrospect and prospect. *American journal of Orthopsychiatry*, 52(4), 664.

Calahan, C. A. (1997). Internal consistency, reliability, and concurrent validity of the Kansas Marital Satisfaction Scale and the Quality Marriage Index. *Psychological Reports*, 80(1), 49-50.

Carey, M. P., Spector, I. P., Lantinga, L. J., i Krauss, D. J. (1993). Reliability of the Dyadic Adjustment Scale. *Psychological Assessment*, 5(2), 238-240.

Caspi, A., i Elder Jr, G. H. (1988). *Childhood precursors of the life course: Early personality and life disorganization*. Child development in life-span perspective, 115-142.

Choo, E., i Siow, A. (2006). Who marries whom and why. *Journal of political Economy*, 114(1), 175-201.

Christensen, H. T., i Rubinstein, B. B. (1956). Premarital pregnancy and divorce: a follow-up study by the interview method. *Marriage and Family Living*, 18(2), 114-123.

Clarke, M. C., Koch, L. C., i Hill, E. J. (2004). The work-family interface: differentiating balance and fit. *Family and consumer sciences research journal*, 33(2), 121-140.

Claxton, A., O'Rourke, N., Smith, J. Z., i DeLongis, A. (2012). Personality traits and marital satisfaction within enduring relationships: An intra-couple discrepancy approach. *Journal of Social and Personal Relationships*, 29(3), 375-396.

Čikeš, A. B., Marić, D., i Šincek, D. (2018). Emotional intelligence and marital quality: Dyadic data on Croatian sample. *Studia psychologica*, 60(2), 108-122.

Čudina-Obradović, M. i Obradović, J. (2006). *Psihologija braka i obitelji*, Zagreb: Golden Marketing-Tehnička knjiga.

Dautbegović, A., i Đapo, J. K. (2009). Povezanost kvalitete braka i sociodemografskih obilježja. *Naučno–stručni skup*, 113(111-122).

Dadds, M. R., Atkinson, E., Turner, C., Blums, G. J., i Lendich, B. (1999). Family conflict and child adjustment: Evidence for a cognitive-contextual model of intergenerational transmission. *Journal of Family Psychology*, 13(2), 194.

David, P., i Stafford, L. (2015). A relational approach to religion and spirituality in marriage: The role of couples' religious communication in marital satisfaction. *Journal of Family Issues*, 36(2), 232-249.

Dehle, C., Larsen, D., i Landers, J. E. (2001). Social support in marriage. *American Journal of Family Therapy*, 29(4), 307-324.

De la Torre-Luque, A., Gambará, H., López, E., i Cruzado, J. A. (2016). Psychological treatments to improve quality of life in cancer contexts: A meta-analysis. *International Journal of Clinical and Health Psychology*, 16(2), 211-219

Du Plooy, K., i De Beer, R. (2018). Effective interactions: Communication and high levels of marital satisfaction. *Journal of Psychology in Africa*, 28(2), 161-167.

Dunn, D. S., Ehde, D. M., i Wegener, S. T. (2016). The foundational principles as psychological lodestars: Theoretical inspiration and empirical direction in rehabilitation psychology. *Rehabilitation Psychology*, 61(1), 1.

Ehde, D. M. (2018). Opening editorial: Rehabilitation Psychology [Editorial]. *Rehabilitation Psychology*, 63(2), 167–169.

Fincham, F. D., i Bradbury, T. N. (1992). Assessing attributions in marriage: The Relationship Attribution Measure. *Journal of Personality and Social Psychology*, 62(3), 457–468.

Fincham, F. D., Beach, S. R., i Davila, J. (2004). Forgiveness and conflict resolution in marriage. *Journal of family psychology*, 18(1), 72.

Figley, C. R. (1973). Child density and the marital relationship. *Journal of Marriage and Family*, 35(2), 272-282.

Fingerman, K. L., Gilligan, M., VanderDrift, L., i Pitzer, L. (2012). In-law relationships before and after marriage: Husbands, wives, and their mothers-in-law. *Research in Human Development*, 9(2), 106-125.

Finkel E. J., Hui C. M., Carswell K. L., Larson G. M. (2014). The suffocation of marriage: Climbing Mount Maslow without enough oxygen. *Psychological Inquiry*, 25, 1–41.

Fowers, B. J. (1991). His and her marriage: A multivariate study of gender and marital satisfaction. *Sex Roles*, 24, 209-221.

Frank, R. G., Rosenthal, M., i Caplan, B. (Eds.). (2010). *Handbook of Rehabilitation Psychology*. American Psychological Association.

Friedman, S. L. (2005). The intimacy of state power: Marriage, liberation, and socialist subjects in southeastern China. *American Ethnologist*, 32(2), 312-327.

Furman, W., i Flanagan, A. S. (1997). *The influence of earlier relationships on marriage: An attachment perspective*. Clinical handbook of marriage and couples interventions (179–202). Wiley, Chichester.

Gallagher, M. (2001). What is marriage for-the public purposes of marriage law. *La. L. Rev.*, 62, 773.

Gottman, J. M. (1990). How marriages change. *Depression and aggression in family interaction*, 75-101. Erlbaum, Hillsdale.

Gottman, J. M., i Silver, N. (1999). *The seven principles for making marriage work*. New York: Three Rivers Press, New York.

Halford, W. K. (2011). *Marriage and relationship education: What works and how to provide it*. Guilford Press, New York.

Harper, J. M., Schaalje, B. G., i Sandberg, J. G. (2000). Daily hassles, intimacy, and marital quality in later life marriages. *American Journal of Family Therapy*, 28(1), 1-18.

Havelka, M., Havelka Meštrović, A. (2022). *Zdravstvena psihologija*. Naklada slap, Zagreb.

Hawkins, J. L. (1968). Associations between Companionship, Hostility, and Marital Satisfaction. *Journal of Marriage and the Family*, 30(4), 647-650.

Haskey, J. (2001). *Cohabitation in Great Britain: past, present and future trends-and attitudes*. 4-25. Population trends, London,

Hendrick, S. S., i Hendrick, C. (1995). Gender differences and similarities in sex and love. *Personal relationships*, 2(1), 55-65.

Hinchliff, S., i Gott, M. (2004). Intimacy, commitment, and adaptation: Sexual relationships within long-term marriages. *Journal of social and personal relationships*, 21(5), 595-609.

Hinde, R. A. (1978). Interpersonal relationships-in quest of a science<sup>1</sup>. *Psychological Medicine*, 8(3), 373-386.

Hunt, R. A., i King, M. B. (1978). Religiosity and Marriage. *Journal for the Scientific Study of Religion*, 17(4), 399-406.

Huston, T. L., i Burgess, R. L. (1979). *Social exchange in developing relationships: An overview*. 3-28. Social exchange in developing relationships. Academic, New York.



Jensen, B. J., Witcher, D. B., i Upton, L. R. (1987). Readability assessment of questionnaires frequently used in sex and marital therapy. *Journal of Sex i Marital Therapy*, 13, 137-141.

Johnson, M. D., i Anderson, J. R. (2013). The longitudinal association of marital confidence, time spent together, and marital satisfaction. *Family process*, 52(2), 244-256.

Karney, B. R., Bradbury, T. N., Fincham, F. D., i Sullivan, K. T. (1994). The role of negative affectivity in the association between attributions and marital satisfaction. *Journal of Personality and Social Psychology*, 66(2), 413–424.

Karney, B. R., i Bradbury, T. N. (1995). The longitudinal course of marital quality and stability: A review of theory, methods, and research. *Psychological bulletin*, 118(1), 3-34.

Klarin, M. (2002). Osjećaj usamljenosti i socijalno ponašanje djece školske dobi u kontekstu socijalne interakcije. *Ljetopis socijalnog rada*, 9(2), 249-258.

Kluwer, E. S. (2000). *Marital quality*. In *Families as relationships*. Wiley, New York. 59-78.

Kurdek, L. A. (1994). Areas of conflict for gay, lesbian, and heterosexual couples: What couples argue about influences relationship satisfaction. *Journal of Marriage and the Family*, 923-934.

Lauer, R. H., Lauer, J. C., i Kerr, S. T. (1990). The long-term marriage: Perceptions of stability and satisfaction. *The International Journal of Aging and Human Development*, 31(3), 189-195.

Lavner, J. A., Karney, B. R., i Bradbury, T. N. (2016). Does couples' communication predict marital satisfaction, or does marital satisfaction predict communication?. *Journal of Marriage and Family*, 78(3), 680-694.

Lee, W. S., i McKinnish, T. (2018). The marital satisfaction of differently aged couples. *Journal of population economics*, 31(2), 337-362.

Levenson, R. W., Carstensen, L. L., i Gottman, J. M. (1993). Long-term marriage: age, gender, and satisfaction. *Psychology and aging*, 8(2), 301.

Levinger, G. (1976). A social psychological perspective on marital dissolution. *Journal of social issues*, 32(1), 21-47.

Locke, H. J., i Wallace, K. M. (1959). Short Marital-Adjustment and Prediction Tests: Their Reliability and Validity. *Marriage and Family Living*, 21(3), 251–255.

Lupri, E., i Frideres, J. (1981). The quality of marriage and the passage of time: Marital satisfaction over the family life cycle. *Canadian Journal of Sociology/Cahiers canadiens de sociologie*, 283-305.

Maroufizadeh, S., Almasi-Hashiani, A., Amini, P., Sepidarkish, M., i Omani-Samani, R. (2019). The Quality of Marriage Index (QMI): a validation study in infertile patients. *BMC Research Notes*, 12(1), 1-6.

McCabe, M. P. (2006). Satisfaction in marriage and committed heterosexual relationships: Past, present, and future. *Annual review of sex research*, 17(1), 39-58.

McCubbin, H. I., Joy, C. B., Cauble, A. E., Comeau, J. K., Patterson, J. M., i Needle, R. H. (1980). *Family Stress and Coping: A Decade Review*. *Journal of Marriage and the Family*, 42(4), 855

McCubbin, H. I., i Patterson, J. M. (1983). The family stress process: The double ABCX model of adjustment and adaptation. *Marriage i family review*, 6(1-2), 7-37.

McLeod, S. (2007). *John Bowlby attachment theory*. Simply psychology.

McNulty, J. K., i Russell, V. M. (2010). When “negative” behaviors are positive: A contextual analysis of the long-term effects of problem-solving behaviors on changes in relationship satisfaction. *Journal of personality and social psychology*, 98(4), 587.

Mickelson, K. D., Claffey, S. T., i Williams, S. L. (2006). The moderating role of gender and gender role attitudes on the link between spousal support and marital quality. *Sex Roles*, 55, 73-82.

Montgomery, B. M. (1981). The Form and Function of Quality Communication in Marriage. *Family Relations*, 30(1), 21–30.

Moos, R. H. (1981). *The family environment scale*. Palo Alto, CA: Consulting Psychologists Press.

Najman, J. M., Vance, J. C., Boyle, F., Embleton, G., Foster, B., i Thearle, J. (1993). The impact of a child death on marital adjustment. *Social science i medicine*, 37(8), 1005-1010.

Nichols, C. W., Schumm, W. R., Schectman, K. L., & Grigsby, C. C. (1983). Characteristics of responses to the Kansas Marital Satisfaction Scale by a sample of 84 married mothers. *Psychological Reports*, 53(2), 567-572.

Norton, R. (1983). Measuring marital quality: A critical look at the dependent variable. *Journal of Marriage and the Family*, 141-151.

Obradović, J., i Čudina-Obradović, M. (1998). Bračna kvaliteta: poimanje, uzroci i posljedice. *Društvena istraživanja: časopis za opća društvena pitanja*, 7(4-5 (36-37)), 659-682.

Obradović, J., i Čudina-Obradović, M. (1999). Želja za djecom i apstinencija od djece: odrednice, korelati i mogućnosti društvene intervencije. *Revija za socijalnu politiku*, 6(3), 241-258.

Obradović, J., i Čudina Obradović, M. (2021). Osobine bračnih partnera, psihološki procesi u braku i karakteristike braka kao prediktori ljubavi u braku. *Društvena istraživanja: časopis za opća društvena pitanja*, 30(1), 1-28

Perry, S. L. (2016). Perceived spousal religiosity and marital quality across racial and ethnic groups. *Family Relations*, 65(2), 327-341.

Pimentel, E. E. (2000). Just how do I love thee?: Marital relations in urban China. *Journal of Marriage and Family*, 62(1), 32-47.

Pinjuh, K. (2017). Kohabitacija—preduvjet (ne) kvalitetnog braka. *Suvremena pitanja*, (23), 157-172.

Randall, A. K., i Bodenmann, G. (2009). The role of stress on close relationships and marital satisfaction. *Clinical psychology review*, 29(2), 105-115.

Rittenour, C. E., i Kellas, J. K. (2015). Making sense of hurtful mother-in-law messages: Applying attribution theory to the in-law triad. *Communication Quarterly*, 63(1), 62-80.

Robles, T. F., Slatcher, R. B., Trombello, J. M., i McGinn, M. M. (2014). Marital quality and health: a meta-analytic review. *Psychological bulletin*, 140(1), 140.

Schaefer, M. T., i Olson, D. H. (1981). Assessing intimacy: The PAIR inventory. *Journal of marital and family therapy*, 7(1), 47-60.

Shapiro, A. F., Gottman, J. M., i Carrère, S. (2000). The baby and the marriage: Identifying factors that buffer against decline in marital satisfaction after the first baby arrives. *Journal of Family Psychology*, 14(1), 59–70.

Shaver, P. R., i Hazan, C. (1988). A biased overview of the study of love. *Journal of Social and Personal relationships*, 5(4), 473-501.

Schumm, W. R., Webb, F. J., i Bollman, S. R. (1998). Gender and marital satisfaction: Data from the National Survey of Families and Households. *Psychological reports*, 83(1), 319-327.

Smith, D. A., Vivian, D., i O'Leary, K. D. (1990). Longitudinal prediction of marital discord from premarital expressions of affect. *Journal of Consulting and Clinical Psychology*, 58(6), 790-798.

Snyder, D. K. (1979). Multidimensional assessment of marital satisfaction. *Journal of Marriage and the Family*, 813-823.

Sorokowski, P., Randall, A. K., Groyecka, A., Frackowiak, T., Cantarero, K., Hilpert, P. i Sorokowska, A. (2017). Marital satisfaction, sex, age, marriage duration, religion, number of children, economic status, education, and collectivistic values: Data from 33 countries. *Frontiers in psychology*, 8, 1199.

Spanier, G. B. (1976). Measuring dyadic adjustment: New scales for assessing the quality of marriage and similar dyads. *Journal of Marriage and the Family*, 15-28.

Spanier, G. B., i Lewis, R. A. (1980). Marital Quality: A Review of the Seventies. *Journal of Marriage and Family*, 42(4), 825–839.

Sprecher, S., i Toro-Morn, M. (2002). A study of men and women from different sides of earth to determine if men are from Mars and women are from Venus in their beliefs about love and romantic relationships. *Sex Roles*, 46, 131-147.

Stanley, S. M., Rhoades, G. K., i Markman, H. J. (2006). Sliding versus deciding: Inertia and the premarital cohabitation effect. *Family relations*, 55(4), 499-509.

Sternberg, R. J. (1986). A triangular theory of love. *Psychological review*, 93(2), 119-135.

Story, L. B., i Bradbury, T. N. (2004). Understanding marriage and stress: Essential questions and challenges. *Clinical psychology review*, 23(8), 1139-1162.

Tarakeshwar, N., Swank, A. B., Pargament, K. I., i Mahoney, A. (2001). The sanctification of nature and theological conservatism: A study of opposing religious correlates of environmentalism. *Review of Religious Research*, 387-404.

Thibault, J., i Kelley, H. H. (1959). *Evaluation of the Dyad. The Social Psychology of Groups*. Transaction Publishers, New Brunswick.

Tošić, M. (2011). Razlike u doživljaju kvaliteta braka partnera različitog stepena obrazovanja, radnog i finansijskog statusa. *Godisnjak za psihologiju*, 8(10), 10-10.

Tucker, M. W., i O'Grady, K. E. (1991). Effects of physical attractiveness, intelligence, age at marriage, and cohabitation on the perception of marital satisfaction. *The Journal of Social Psychology*, 131(2), 253-269.

Turner, J. L., Foa, E. B., i Foa, U. G. (1971). Interpersonal reinforcers: Classification, interrelationship, and some differential properties. *Journal of Personality and Social Psychology*, 19(2), 168.

Umberson, D., Williams, K., Powers, D. A., Chen, M. D., i Campbell, A. M. (2005). As good as it gets? A life course perspective on marital quality. *Social Forces*, 84(1), 493-511.

Umberson, D. (1995). Marriage as Support or Strain? Marital Quality Following the Death of a Parent. *Journal of Marriage and Family*, 57(3), 709-723.

Vemer, E., Coleman, M., Ganong, L. H., i Cooper, H. (1989). Marital satisfaction in remarriage: A meta-analysis. *Journal of Marriage and the Family*, 713-725.

Voydanoff, P. (2005). Social integration, work-family conflict and facilitation, and job and marital quality. *Journal of marriage and family*, 67(3), 666-679.

Wagner, A., Mosmann, C. P., Scheeren, P., i Levandowski, D. C. (2019). Conflict, conflict resolution and marital quality. *Paidéia (Ribeirão Preto)*, 29(1)1982-4327

Waring, E., McElrath, D., Lefcoe, D., i Weisz, G. (1981). Dimensions of intimacy in marriage. *Psychiatry*, 44(2), 169-175.

Watson, D., Hubbard, B., i Wiese, D. (2000). General traits of personality and affectivity as predictors of satisfaction in intimate relationships: Evidence from self-and partner-ratings. *Journal of personality*, 68(3), 413-449.

Weger Jr, H. (2005). Disconfirming communication and self-verification in marriage: Associations among the demand/withdraw interaction pattern, feeling understood, and marital satisfaction. *Journal of Social and Personal relationships*, 22(1), 19-31.

Wills, T. A., Weiss, R. L., & Patterson, G. R. (1974). A behavioral analysis of the determinants of marital satisfaction. *Journal of consulting and clinical psychology*, 42(6), 802-811.

Wright, P. J., Henggeler, S. W., i Craig, L. (1986). Problems in paradise?: A longitudinal examination of the transition to parenthood. *Journal of Applied Developmental Psychology*, 7(3), 277-291.

Yancey, G., i Berglass, S. (1991). Love styles and life satisfaction. *Psychological Reports*, 68(3), 883-890.

Yorgason, J. B., and Choi, H. (2016). "Health contributions to marital quality: Expected and unexpected links," in *Couple Relationships in the Middle and Later Years: Their Nature, Complexity, and Role in Health and Illness*, 177–196. American Psychological Association, Washington, DC.