

AR POROS KARTU LEIDŽIAMAS LAIKAS SUSIJĘS SU PASITENKINIMU SANTYKIAIS?

Saulė Zaveckaitė, Justė Lukoševičiūtė-Barauskienė

Lietuvos sveikatos mokslų universiteto Medicinos akademijos

Visuomenės sveikatos fakulteto Sveikatos psichologijos katedra

SANTRAUKA

Tikslas – nustatyti poroje kartu praleidžiamo laiko ir pasitenkinimo santykiais (PS) sąsajas bei pagal pastebėtas svarbiausias idėjas planuoti ateities tyrimus.

Tyrimo dalyviai. Žvalgomajame tyrime dalyvavo 59 suaugusieji, bent metus gyvenantys su partneriu, 59,3 proc. moterų, 40,7 proc. vyrų. Vidutinis tiriamųjų amžius – 38,4 metų (SN = 15,36).

Tyrimo metodai. PS įvertinti naudotas 16 teiginių porų pasitenkinimo indeksas (angl. *couple satisfaction index*, CSI-16). Tiriamieji žymėjo atsakymus pagal Likerto skalę nuo 0 iki 5. Porų laikui kartu tirti naudoti 4 originalūs klausimai. Tiriamųjų prašyta pateikti socialinius ir demografinius duomenis (lytis, amžius, santykių trukmė ir kt.).

Tyrimo rezultatai. Vidutinis PS – 60,90 iš 80 (SN = 13,49). Ilgesni santykiai ($p = 0,019$, $\rho = -0,30$) ir vyresnis amžius ($p = 0,003$, $\rho = -0,38$) buvo susiję su mažesniu PS. Poros buvo kartu vidutiniškai 4,81 val. (SN = 3,28) darbo dienomis, 11,91 val. (SN = 3,76) savaitgaliais. Daugiau nei pusė tiriamųjų įvardijo, kad poroje kalbasi (52,5 proc.), tvarko namus (66,1 proc.), leidžia laiką prie ekranų (59,3 proc.) ar aktyviai ilsisi (54,2 proc.). PS stipriausiai koreliavo su laiku, praleistu kartu savaitgaliais ($p = 0,009$, $\rho = 0,34$). Laikas, praleistas su partneriu darbo dienomis, su PS nebuvo susijęs ($p = 0,137$, $\rho = 0,196$). Tiriamieji, turintys vaikų, patyrė didesnę PS, jeigu jie pažymėjo, kad kartu prižiūri vaikus ($p = 0,006$, $U = 174,5$). Kitos veiklos su PS nebuvo susijusios.

Apibendrinimas. Vyresni ir ilgesnius santykius turintys tiriamieji patyrė mažesnę PS. Darbo dieną partneriai kartu praleido vidutiniškai 5 val., savaitgalio dieną – 12 val. Daugiau laiko kartu praleido trumpesnius santykius puoselėjantys žmonės. Dažniausiai tiriamieji pažymėjo, kad kartu su partneriais kalbasi, užsiima namų ruoša, veiklomis prie ekranų ir aktyviai ilsisi. Poros kartu praleidžiamas laikas buvo susijęs su PS, nepriklausomai nuo veiklos pasirinkimo. Tačiau vaikų priežiūra buvo susijusi su didesniu PS.

Reikšminiai žodžiai: romantiniai partneriai, pasitenkinimas santykiais, laikas kartu, veiklos kartu, poros.

IVADAS

Pastaraisiais metais vis auga ne tik praktinis, bet ir mokslinis susidomėjimas porų santykiais ir jų dinamika. Ieškoma atsakymų, kokie veiksniai prisideda prie pasitenkinimo santykiais ir romantiniu partneriu, o kokie susiję su mažesniu pasitenkinimu santykiais. Šiame žvalgomajame tyrime analizuojamas poroje ar šeimoje gyvenančių žmonių pasitenkinimas santykiais ir kartu su partneriu leidžiamo laiko ypatumai. Romantiniai partneriai – žmonės, su kuriais palaikomi faktiniai romantiniai santykiai, pvz., pasimatymai, gyvenimas kartu, santuoka [1]. Kartu praleidžiamas

laikas gali būti veikla, kuria romantiniai partneriai užsiima būdami kartu – pokalbiai ir konfliktai [2]. Laiko kartu pagrindiniai aspektai yra ne tik veiklos, kuriomis užsiima partneriai, bet ir tai, kiek laiko jie skiria vie-

Adresas susirašinėti: Saulė Zaveckaitė
Lietuvos sveikatos mokslų universiteto
Visuomenės sveikatos fakulteto
Sveikatos psichologijos katedra
A. Mickevičiaus g. 9, 44307 Kaunas
El. p. saule.zaveckaite@stud.lsmu.lt

nas kitam. Kitas šio tyrimo objektas yra subjektyvus pasitenkinimas (romantiniais) santykiais (PS). Pasitenkinimas santykiais apima poros konfliktų sprendimo vertinimą, kartu praleidžiamo laiko subjektyvų įvertinimą, bendravimo, intymumo subjektyvų vertinimą [3]. Romantiniai santykiai – ilgalaikiai, asmeniškai svarbūs intymūs santykiai, kuriuos kurdami žmonės siekia emocinio artumo, suderinamumo ir pasitenkinimo [4].

Jau yra atlikta nemažai tyrimų, ypač Vakarų valstybėse, apie partnerių pasitenkinimą santykiais ir įvairius su tuo susijusius santykių aspektus: santykių trukmę, prierašumo tipą, pasitikėjimą savimi, kartu praleidžiamo laiko trukmę ir pan. [5]. Tačiau svarbu ne tik partnerių individualių savybių ir pasitenkinimo santykiais sąsajos, bet ir tai, ką poros gali atlikti kartu, kad jų pasitenkinimas santykiais būtų aukštesnis. Taip pat kokios veiklos būdingos poroms, turinčioms aukščiausius pasitenkinimo romantiniais santykiais balus. Nemaža literatūros apie pasitenkinimą santykiais dalis įtraukia ir kartu praleidžiamo laiko trukmę. Tam, kad partneriai galėtų planuoti savo kartu leidžiamą laiką, svarbu žinoti ir tai, kokia kartu praleisto laiko trukmė yra optimali, kad pasitenkinimas santykiais būtų didžiausias. Dauguma tyrimų, susijusių su porų laisvalaikiu, nagrinėja tik susituokusių porų santykius [2, 6], tačiau vis mažėjant santuokų skaičiui [7] svarbu apžvelgti ir nesusituokusių porų pasitenkinimo santykiais ir laiko, praleidžiamo kartu, sąsajas. Taip pat svarbu nagrinėti ne vieną kartu praleidžiamo laiko aspektą, o įtraukti ir trukmę, ir veiklas, kad galėtume lyginti patenkintų ir nepatenkintų santykiais porų įpročius [6].

Dauguma šiuo metu paskelbtų tyrimų, kurie nagrinėja porų pasitenkinimą santykiais ir kartu vienaip ar kitaip leidžiamą laiką bei jo trukmę, yra labai skirtingi ir nevienareikšmiški. Tyrimai neretai apžvelgia tik susituokusių porų kartu leidžiamo laiko trukmę, tačiau neįtraukia veiklų, kurias pora atlieka kartu [2, 6]. Taip pat jeigu tyrimai apžvelgia veiklas, kuriomis pora užsiima kartu, būna analizuojama viena konkreti veikla, tačiau partnerių neklausama, ką jie dažniausiai veikia kartu [6]. Todėl šiame darbe norėta pažvelgti plačiau ir įtraukti tiek susituokusias, tiek ne santuokoje gyvenančias poras. Porų klausta ne tik apie jų leidžiamo laiko trukmę, bet ir kokios veiklos konkreitiems partne-

riams yra būdingos, dažniausios. Panašaus pobūdžio darbų užsienio literatūroje yra vos keletas, o Lietuvoje toks tyrimas dar nebuvo atliktas.

Prieš tai aptartas sąsajas svarbu žinoti ne tik žmonėms, turintiems romantinius partnerius, bet ir porų terapeutams ar psichologams – tam, kad jie galėtų tikslingai nukreipti konsultuojamus žmones ir susieti konsultuojamos poros laiko, praleidžiamo kartu, aspektus su tuo, kaip pora jaučiasi patenkinta savo santykiais. Pasitenkinimas santykiais tyrimuose yra susijęs ir su emocine, ir su fizine partnerių sveikata [8], todėl šio tyrimo rezultatai galėtų būti naudingi ir visuomenės sveikatos specialistams. Dauguma atliekamų tyrimų apžvelgia tiriamų porų kartu praleisto laiko trukmę, o ne veiklas, kuriomis užsiima partneriai būdami kartu. Todėl šis tyrimas padėtų atskleisti ne tik kiek laiko pora turėtų skirti buvimui drauge, bet ir kokios veiklos prisideda prie didesnio pasitenkinimo romantiniais santykiais. Be to, Lietuvoje tokių tyrimų kol kas nėra atlikta, todėl Lietuvoje gauti duomenys gali skirtis nuo tų, kurie jau randami užsienio literatūroje. Šis tyrimas parodytų, kokios veiklos būdingos ir kaip susijusios su pasitenkinimu romantiniais santykiais būtent Lietuvoje gyvenančių asmenų, kurie turi ilgalaikius romantinius partnerius.

Užsienio tyrėjai nurodo skirtingas romantinių partnerių kartu praleisto trukmės ir pasitenkinimo santykiais sąsajas. Vieni pažymi, kad kuo daugiau laiko pora praleidžia kartu, tuo didesni jos pasitenkinimo romantiniais santykiais balai. Kiti sako, kad laiko kartu trukmė nėra susijusi su pasitenkinimu romantiniais santykiais [2, 9, 10], nes šią sąsają galima daryti tik atsižvelgiant į tai, ar poros kartu leidžiamas laikas yra kokybiškas [2, 11, 12]. Treti rašo, kad pasitenkinimas santykiais neigiamai susijęs su partnerių kartu praleidžiamu laiku [13], nes tada partneriai patiria daugiau konfliktų [14]. Taip pat skirtinguose tyrimuose pastebimi ir skirtingi galimų įtaką šioms sąsajoms darantys veiksniai: poros darbingumas [14, 15], vaikų skaičius ir amžius [10, 15], sveikatos rodikliai [13, 15], santykių trukmė [15] bei kiti demografiniai rodikliai [15]. Kai kuriuose straipsniuose nurodoma, kad ne darbo dieną poros kartu praleidžia 6 valandas (neturintys vaikų) ir 3 valandas – auginančios vaikus [6]. Vyresnio amžiaus dirbančios poros darbo dieną vienas kitam skiria 2–6 valandas [16].

Skirtingi autoriai išskiria skirtingas veiklas, kurios būdingos poroms. Tik keletas publikuotų mokslinių darbų bandė nustatyti dažniausias porų pasirenkamas veiklas kartu, tai: namų ruoša, vaikų priežiūra, valgymas, televizoriaus žiūrėjimas ir pan. [15]. Darbuose, kuriuose aptariamos konkrečios veiklos, būdingos romantiniams partneriams, pastebima, kad poros, kurios skiria daugiau laiko pokalbiams [2, 17], lytiniais santykiams [18, 19], jaučia didesnę pasitenkinimą romantiniais santykiais. Taip pat aptartuose straipsniuose atskleidžiama, kad poros, kuriose partneriai būdami kartu naudoja elektroninius prietaisus [20, 21], konfliktuoja [2, 12, 22] ar vartoja narkotikus [23] bei alkoholį [24, 25, 26], jaučia mažesnę pasitenkinimą romantiniais santykiais negu tos poros, kuriose šios praktikos retesnės. Vis dėlto narkotikų ir alkoholio vartojimą aprašančiuose darbuose pastebimos ir labai skirtingos autorių nuomonės, kurios pabrėžia vartojimo dažnumo ir kiekio svarbą šioms sąsajoms [23, 24, 25, 26]. Taip pat nemaža dalis tyrimų pastebi didelius pasitenkinimo santykiais skirtumus tarp gyvenančių ir negyvenančių kartu bei turinčių ir neturinčių vaikų porų [12]. Taip pat partnerių pasirenkamos veiklos gali priklausyti ir nuo jų sveikatos [13], santykių statuso [9, 5], vaikų skaičiaus ir amžiaus [27].

Atsižvelgiant į tai šiame tyrime buvo nuspręsta pažvelgti plačiau, neapribojant tiriamųjų pasirinkti iš pateiktų veiklų sąrašo, o užduoti atvirus klausimus, kad jie patys įvardytų, kokiomis veiklomis dažniausiai užsiima su partneriu. Taip pat nuspręsta nagrinėti ne tik ką pora veikia kartu, bet ir kiek laiko praleidžia kartu. Tikėtasi nustatyti, kurias veiklas žmonės dažniausiai vadina „laiku kartu“, kurios paminimos retai, tam, kad naujos tyrimo įžvalgos galėtų praplėsti tolimesnių tyrimų lauką. Išsikeltas darbo **tikslas** – nustatyti poroje kartu praleidžiamo laiko ir pasitenkinimo santykiais sąsajas bei pagal pastebėtas svarbiausias idėjas planuoti ateities tyrimus.

TYRIMO MEDŽIAGA IR METODAI

Tyrimo eiga. Rengiantis tyrimui ir sudarant tyrimo anketą buvo gautas CSI instrumento autorių sutikimas naudoti klausimyną. Klausimynas buvo išverstas šio tyrimo autorės.

Prieš vykdant tyrimą buvo apklausti 3 žmonės – 2 moterys ir 1 vyras. Šio bandomojo tyrimo tikslas

buvo nustatyti, ar tinkamai suprantami visi apklausos klausimai ir kiek laiko žmonės užtrunka pildydami apklausą. Po bandomojo tyrimo apklausos klausimai ir teiginiai nebuvo koreguoti. 2024 m. balandžio 19 d. buvo gautas Lietuvos bioetikos komiteto pritarimas Nr. 2024-BEC2-536 atlikti tyrimą.

Pagrindiniam tyrimui buvo pasirinkta patogioji imtis. Ji buvo renkama Kauno miesto Draugystės ir Kalniečių parkuose nuo 2024 m. balandžio 21 d. iki 2024 m. gegužės 1 d. Visų kviečiamų dalyvauti tyrime žmonių buvo klausiama, ar jie gyvena su savo romantiniais partneriais, ir tik gavus teigiamą atsakymą buvo pateikiama tyrimo anketa. Tyrimo dalyvių anketos pildymas buvo laikomas sutikimu dalyvauti tyrime. Tiriamieji savarankiškai, anonimiškai pildė popieriuje atspausdintas anketas, kuriose buvo pateikiami pasitenkinimo santykiais testo klausimai, klausimai apie kartu su partneriais leidžiamą laiką ir klausimai apie socialinius ir demografinius tiriamųjų duomenis. Tiriamieji pildydami anketas turėjo galimybę pasitiksinti kilusius klausimus su tyrėja.

Iš kviečiamų dalyvauti tyrime žmonių dalyvauti sutiko 59 tiriamieji iš 91 (bendras atsako dažnumas 60,8 proc.). Vis dėlto buvo žmonių, kurie atsisakė dalyvauti, nes neturi romantinio partnerio arba su juo negyvena, todėl atmetus šiuos atvejus gautas 77,6 proc. atsako dažnumas.

Tyrimo dalyviai. Tiriamoji imtis sudaryta iš suaugusių, vyresnių nei 18 metų, žmonių, kurie tuo metu gyveno su savo romantiniais partneriais. Tiriamųjų viešose vietose buvo klausiama, ar jie sutinka dalyvauti tyrime ir ar gyvena su savo romantiniais partneriais. Jei tiriamieji sutikdavo, tuomet kiekvienas iš jų savarankiškai pildydavo tyrimo anketą. Buvo atmetami asmenys, kurie nors ir turi romantišką partnerį, tačiau su juo negyvena. Šis atmetimo kriterijus pasirinktas todėl, kad gyvenančių ir negyvenančių kartu porų veiklos gali skirtis [6].

Tyrimo imtį iš viso sudarė 59 tiriamieji (žr. 1 lentelę). Dauguma tiriamųjų buvo moterys, taip pat turintys aukštąjį išsilavinimą ir dirbantys asmenys. Beveik 50 proc. tiriamųjų turėjo vaikų ir gyveno su romantiniais partneriais nesusituokę. Vidutinė tyrimo dalyvių santykių trukmė buvo $13,0 \pm 11,8$ metų. Tiriamųjų amžiaus vidurkis buvo 38,4 metų, jauniausias tyrimo dalyvis buvo 20 metų amžiaus, o vyriausias – 72 metų.

Vertinimo metodai. Kaip minėta anksčiau, tiriamieji pildė popierines anonimes anketas, kurias sudarė 27 klausimai. Pirmąją klausimyno dalį sudarė standartizuotas porų pasitenkinimo santykiais klausimynas (16 teiginių). Antroje dalyje buvo klausama apie poroje kartu praleidžiamo laiko ypatumus, o trečioje – demografinių rodiklių. Kiekvienas tiriamasis klausimyną pildė savarankiškai ir rinkosi tuos atsakymus, kurie jam atrodė tinkamiausi. Apytiksliai tiriamieji pildydami apklausą užtruko apie 10–15 min.

Pasitenkinimui santykiais įvertinti naudotas sutrumpintas porų pasitenkinimo indeksas (angl. *couple satisfaction index*, CSI). Originalus CSI sukurtas 2007 metais ir sudarytas iš 32 Likerto skalės (angl. *Likert scale*) klausimų, skirtų nustatyti įvairius demografinius rodiklius turinčių porų pasitenkinimą romantiniais santykiais [28]. Tačiau šiame darbe buvo naudojamas CSI-16, t. y. modifikuotas porų pasitenkinimo indeksas, kurį sudarė 16 Likerto skalės teiginių, pavyzdžiui, „Mano santykiai daro mane laimingą“, „Kiek apskritai esate patenkinti savo santykiais“. Instrumento autoriai nurodo, kad sutrumpinto įrankio Cronbacho alfa (angl. *Cronbach's alpha*) koeficientas yra 0,98 [28]. Nors įrankis yra validus naudoti Didžiojoje Britanijoje ir kitose šalyse [28], tačiau jo validumas Lietuvoje nėra įvertintas. Vis dėlto šiame darbe naudoto autorės išversto CSI-16 testo gautas Cronbacho alfa koeficientas taip pat 0,98, o tai rodo, kad įrankis yra patikimas ir nuoseklus. Kiekvienas klausimas turi 6 atsakymo variantus pagal Likerto skalę, kurių įverčiai svyravo nuo 0 iki 5, skaičių žodinės reikšmės skyrėsi priklausomai nuo klausimo. Žmogaus pasitenkinimą romantiniais santykiais nusakė jo bendras surinktų balų skaičius, visų atsakymų balų suma (maksimalus įvertis 80 balų) [28].

Porų kartu praleidžiamo laiko ypatumams nustatyti buvo naudojami 4 originalūs tyrimo autorės sukurti klausimai. Du iš jų buvo skirti įvertinti, kiek laiko (valandomis) tiriamieji praleidžia su romantiniais partneriais darbo dienomis ir savaitgaliais (neįskaitant

miego). Pavyzdžiui, „Kiek laiko (valandomis) įprastai praleidžiate kartu su savo partneriu (-e) savaitgalio dieną?“. Kiti du klausimai buvo skirti nustatyti, kokiomis veiklomis tiriamieji užsiima būdami kartu su romantiniu partneriu. Tiriamųjų buvo prašoma įrašyti tris dažniausias veiklas su romantiniu partneriu darbo dieną ir tris dažniausias veiklas savaitgalio dieną. Pavyzdžiui, „Įrašykite tris Jūsų kartu su partneriu (-e) darbo dieną dažniausiai atliekamas veiklas“.

Taip pat tiriamųjų buvo prašoma pateikti informaciją apie savo **socialinius ir demografinius rodiklius**, t. y. nurodyti lytį, amžių, romantinių santykių statusą, santykių trukmę, išsilavinimą ir užimtumą.

Duomenų analizė. Surinkus visą reikiamą imtį duomenys buvo suvesti į programą *Office365 Excel* [29] ir joje koduojami. Tada duomenų bazė perkelta į 29 versijos *IBM SPSS Statistics* [30], kur duomenys buvo analizuojami.

Atvirųjų klausimų ir atsakymų duomenys apie dažniausiai pasirenkamas veiklas buvo suskirstyti į 13 kategorijų (žr. 1 pav.). Kategorijos buvo pavadintos pagal veiklą, įtrauktą į kategoriją, pobūdį: pokalbiai, namų ruoša, aktyvus laisvalaikis, ekranai, valgymas, lauko darbai, vaikų priežiūra, abstrakčios veiklos, kelionės, žaidimai, seksas, pramogos ir socializacija.

Buvo atliekama vienmatė ir dvimatė analizės. Taikant vienmatę analizę apskaičiuoti vidurkiai, standartiniai nuokrypiai (SN), medianos (M), minimalios (min.) ir maksimalios (maks.) reikšmės, atsakiusiųjų procentinės dalys (proc.), tikslus atsakiusiųjų skaičius (n).

Atliekant dvimatę analizę dėl mažos tyrimo imties taikyti neparametriniai statistiniai kriterijai: Spirmeno (Spearman) koreliacija – koreliacijoms tarp tolydžių kintamųjų, Pirsono (Pearson) X^2 – nominalių atsakymų pasiskirstymui tarp dviejų tiriamųjų grupių, Fišerio (Fisher) tikslusis kriterijus – nominalių kintamųjų pasiskirstymui tarp daugiau nei dviejų tiriamųjų grupių, Mano ir Vitnio (Mann-Whitney) kriterijus – tolydžių kintamųjų pasiskirstymui tarp grupių. Rezultatai laikyti statistiškai patikimais, kai $p < 0,05$.

1 lentelė. Tyrimo imties charakteristikos

Rodikliai		n = 59		Proc.		
Lytis	Moterys	35		59,3		
	Vyrai	24		40,7		
Išsilavinimas	Pagrindinis	2		3,4		
	Vidurinis	21		35,6		
	Aukštesnysis	6		10,2		
	Aukštasis	30		50,8		
Užimtumas	Dirba	45		76,3		
	Dirba ir studijuoja	9		15,3		
	Nedirba ir nestudijuoja	1		1,7		
	Pensijoje	4		6,8		
Vaikų turėjimas	Neturi vaikų	28		47,5		
	Turi vaikų	31		52,5		
Santykių statusas	Gyvena nesusituokę	30		47,5		
	Gyvena santuokoje	29		52,5		
		Vidurkis ± SN	M	IQR	Min.	Maks.
Amžius		38,4 ± 15,36	39,00	[23–49]	20	72
Santykių trukmė		13,0 ± 11,78	7,00	[3,5–22]	0,75	44

Pokalbiai	Tiriamųjų atsakymai, susiję su bendravimu, dienos aptarimu, planavimu, palinkėjimais vienas kitam
Namų ruošą	Tiriamųjų atsakymai, susiję su namų tvarkymu, ėjimu į parduotuvę, maisto ruošimu ir pan.
Ekranai	Tiriamųjų atsakymai, susiję su televizijos, serialų, filmų, „YouTube“ kanalo, vaizdo įrašų „Reels“ žiūrėjimu
Valgymas	Tiriamųjų atsakymai, susiję su vakarieniavimu, pusryčiavimu, pietavimu, kavos gėrimu, valgymu
Aktyvus laisvalaikis	Tiriamųjų atsakymai, susiję su pasivaikščiavimais, dviračiais, sportu, šokiais, augintinių vedžijimu
Lauko darbai	Tiriamųjų atsakymai, susiję su darbais daržuose, sodybose, žolės pjovimu
Abstrakčios veiklos	Tiriamųjų atsakymai, nenusakantys veiklos kartu (pvz., „Būname atskirai namie“) arba veikla labai abstrakti (pvz., atradimai, laisvalaikis kartu)
Vaikų priežiūra	Tiriamųjų atsakymai, susiję su vaikų mityba, žaidimais, namų darbais
Kelionės	Tiriamųjų atsakymai, susiję su išvykomis ar keliavimu
Žaidimai	Tiriamųjų atsakymai, susiję su kortų, stalo ar kompiuteriniais žaidimais
Seksas	Tiriamųjų atsakymai, susiję su mylėjimusi, lytiniais santykiais
Socializacija	Tiriamųjų atsakymai, susiję su draugų ar artimųjų lankymu, susitikimais, svečių priėmimu
Pramogos	Tiriamųjų atsakymai, susiję su koncertais, teatrais, restoranais, sporto varžybomis ir barais

1 pav. Kokybinių duomenų (apie veiklas, kurias žmonės atlieka su partneriais) kodų schema

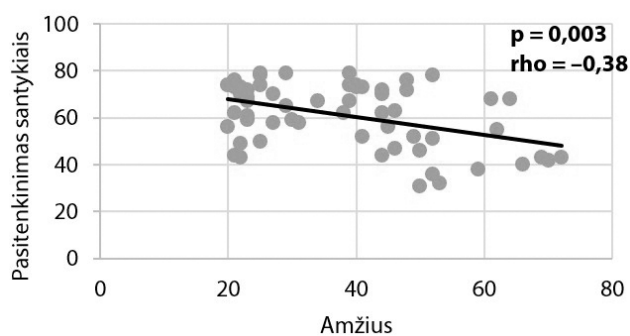
REZULTATAI

Pasitenkinimo santykiais ypatumai. Vidutiniškai tiriamųjų imties pasitenkinimas romantiniais santykiais (PS) buvo $60,9 (\pm 13,49)$ balo iš 80 galimų. Tiriamųjų PS mediana buvo 63 balai. Taip pat PS balai nesiskyrė tarp skirtingų lyčių tiriamųjų, nepriklausė nuo santykių statuso, vaikų turėjimo, tiriamųjų išsilavinimo ar užimtumo, $p > 0,05$ (žr. 2 lentelę). Vis dėlto rasta tendencija, kad pensijoje esančių tiriamųjų PS balai ($49,0 \pm 12,68$) buvo mažesni nei dirbančiųjų ($61,8 \pm 13,29$) arba dirbančių studentų ($64,6 \pm 11,57$). Vis dėlto šie skirtumai nebuvo statistiškai reikšmingi ($p = 0,097$).

Pastebėta, kad PS buvo susijęs su tiriamųjų amžiumi. Rasta silpna neigiama koreliacija tarp PS balo ir amžiaus (žr. 2 pav.). Vyresni tiriamieji patyrė statistiškai reikšmingai mažesnę pasitenkinimą romantiniais santykiais nei jaunesni tiriamieji ($p = 0,003$; $\rho = -0,38$). Panašaus stiprumo neigiama koreliacija rasta ir tarp PS balų bei tiriamųjų romantinių santykių trukmės (žr. 3 pav.). Tiriamieji, kurių romantiniai santykiai truko ilgiau, statistiškai reikšmingai patyrė mažesnę PS negu tie, kurių tuo metu turimi romantiniai santykiai buvo trumpesni ($p = 0,019$; $\rho = -0,30$).

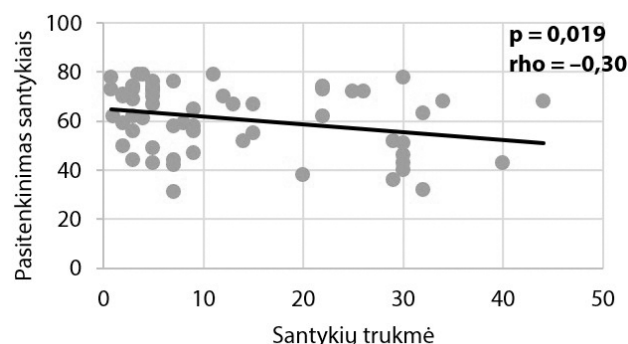
2 lentelė. Pasitenkinimas santykiais pagal tiriamųjų grupes

Rodikliai		Vidurkis $\pm$ SN	M	IQR	U/X ²	p
Bendra imtis		60,9 $\pm$ 13,49	63,00	[50,00–73,00]	-	-
Lytis	Moterys	61,8 $\pm$ 13,36	63,00	[52,00–73,00]	U = 376,50	0,502
	Vyrai	59,7 $\pm$ 13,86	63,50	[47,50–71,75]		
Santykių statusas	Nesusituokę	61,2 $\pm$ 13,49	62,00	[48,50–73,25]	U = 417,00	0,785
	Susituokę	60,7 $\pm$ 13,73	65,00	[51,50–72,00]		
Vaikų turėjimas	Neturi	58,6 $\pm$ 13,25	58,00	[52,25–73,00]	U = 339,00	0,149
	Turi	63,5 $\pm$ 13,49	68,00	[47,00–72,00]		
Išsilavinimas	Pagrindinis	59,5 $\pm$ 9,19	49,50	[43,00–69,00]	X ² = 1,80	0,613
	Vidurinis	60,4 $\pm$ 14,41	62,00	[48,00–73,50]		
	Aukštesnysis	62,0 $\pm$ 11,49	62,00	[54,25–73,25]		
	Aukštasis	61,7 $\pm$ 13,59	67,00	[51,75–72,25]		
Užimtumas	Dirbantys	61,8 $\pm$ 13,29	65,00	[52,00–73,00]	X ² = 6,33	0,097
	Dirbantys ir studijuojantys	64,6 $\pm$ 11,57	67,00	[55,50–74,50]		
	Pensijoje	49,0 $\pm$ 12,68	43,00	[42,25–61,75]		



2 pav. Pasitenkinimo santykiais ir amžiaus koreliacija

Poros kartu praleidžiamo laiko trukmės ypatumai. Atlikus vienmatę aprašomąją analizę nustatyta, kad tiriamieji su savo romantiniu partneriu praleidžia vidutiniškai $57,51 (\pm 25,27)$ valandos per savaitę, neįskai-



3 pav. Pasitenkinimo santykiais ir santykių trukmės koreliacija

tant miego. Savaitgaliais tiriamieji praleido apytiksliai dvigubai daugiau laiko per dieną ($11,91 \pm 3,76$) negu darbo dienomis ($4,81 \pm 3,28$) (žr. 3 lentelę).

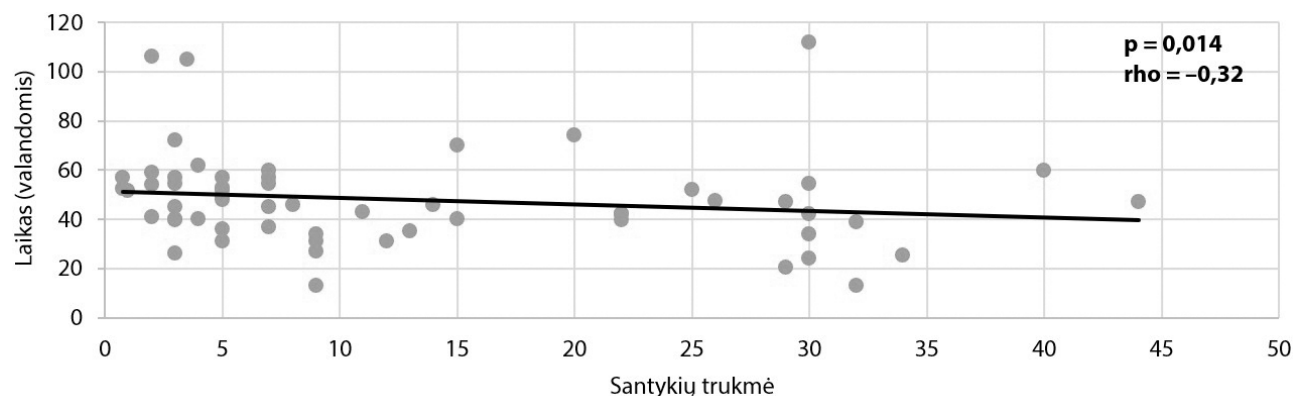
3 lentelė. Kartu su partneriu praleidžiamas laikas (valandomis) bendroje imtyje

Rodikliai	Vidurkis $\pm$ SN	M	IQR
Per savaitę	57,51 $\pm$ 25,27	55,00	[42,50–67,00]
Darbo dieną	4,81 $\pm$ 3,28	4,00	[3,00–5,50]
Savaitgalio dieną	11,91 $\pm$ 3,76	12,00	[8,00–16,00]

Dvimatė analizė parodė, kad tiriamųjų kartu praleisto laiko trukmė nebuvo statistiškai reikšmingai susijusi ($p > 0,05$) su jų lytimi, santykių statusu, vaikų turėjimu, išsilavinimu, amžiumi ar užimtumu. Vis dėlto rasta silpna neigiama koreliacija tarp poros kartu praleidžiamo laiko trukmės ir santykių trukmės (žr. 4 pav.). Tai reiškia, kad tiriamieji, kurie palaikė ilgesnius romantinius santykius, statistiškai reikšmingai mažiau laiko praleisdavo su savo partneriu per visą savaitę ($p = 0,014$; $\rho = -0,32$) ir įprastą darbo dieną ($p = 0,003$; $\rho = -0,38$). Vis dėlto nepastebėta, kad laikas, kurį tiriamieji praleidžia su savo romantiniais partneriais, yra susijęs su santykių trukme ($p = 0,247$; $\rho = -0,15$).

kartu tiriamieji dažniau nurodė kaip veiklas darbo dieną nei savaitgalį. Kitos veiklos neturėjo ryškių tendencijų (žr. 4 lentelę).

Dvimačiai rezultatų skaičiavimai parodė, kad yra kelios statistiškai reikšmingos sąsajos tarp žmonių socialinių ir demografinių rodiklių ir kartu su partneriu pasirinkamų veiklų. Dirbantys studentai statistiškai reikšmingai dažniau ($p = 0,004$) rinkosi veiklas prie ekranų negu pensijoje esantys ar dirbantys žmonės, tačiau statistiškai reikšmingai nesiskyrė ($p > 0,05$) nuo tiriamųjų, kurie nedirbo ir nestudijavo. Taip pat statistiškai reikšmingai ($p = 0,008$) dažniau veiklas prie ekranų rinkosi žmonės, kurie nėra susituokę (77 proc., $n = 23$) su savo romantiniais partneriais, negu tie, kurie gyvena santuokoje (41 proc., $n = 12$) (žr. 5 pav.). Taip pat rezultatai atskleidė, kad tiriamųjų, kurie pažymėjo, jog su partneriu leidžia laiką prie ekranų, amžius buvo vidutiniškai $34,23 \pm 13,47$ metų, mediana buvo 29 ir varijavo tarp 20 ir 70 metų. Tiriamųjų, kurie neužsiima veiklomis prie ekranų, amžiaus vidurkis buvo $44,38 \pm 15,73$ metų, mediana buvo 44,5 ir varijavo tarp



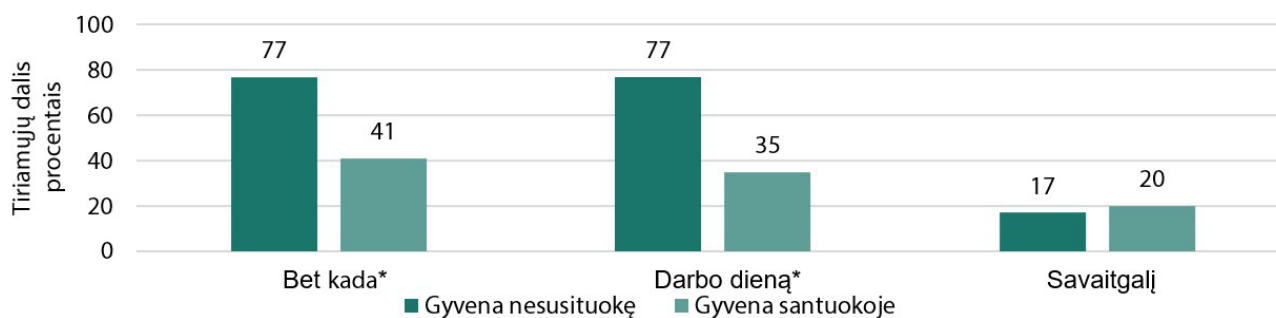
4 pav. Poros kartu praleidžiamo laiko (valandomis) per savaitę ir santykių trukmės (metais) koreliacija

Poros kartu atliekamų veiklų ypatumai. Daugiau nei pusės tiriamųjų įvardytos veiklos su romantiniais partneriais buvo pokalbiai (52,5 proc.), namų ruošos darbai (66,1 proc.), veiklos prie ekranų (59,3 proc.), aktyvus laisvalaikis (54,2 proc.). Vis dėlto tokios veiklos kaip namų ruošos darbai, aktyvus laisvalaikis, lauko darbai ir vaikų priežiūra buvo pasirinkamos labai panašiai tiek savaitgalio dieną, tiek darbo dieną. Tačiau pastebima tendencija, kad keliones, pramogas ir socializacijos veiklas tiriamieji dažniau rinkosi savaitgalio dienomis. Veiklas prie ekranų, pokalbius ir valgymą

20 ir 72 metų. Taigi veiklomis prie ekranų statistiškai reikšmingai dažniau pažymėjo užsiimančios jaunesni tiriamieji, $p = 0,011$.

4 lentelė. Tiriamųjų dalis pagal pasirinktas veiklas

Rodikliai	Bet kada		Darbo dieną		Savaitgalio dieną	
	n	Proc.	n	Proc.	n	Proc.
Pokalbiai	31	52,5	28	47,5	11	18,6
Namų ruošą	39	66,1	25	42,4	27	45,8
Ekranai	35	59,3	33	59,9	11	18,6
Valgymas	20	33,9	19	32,2	6	10,2
Aktyvus laisvalaikis	32	54,2	20	33,9	23	39,0
Lauko darbai	8	13,6	5	8,5	4	6,8
Vaikų priežiūra	8	25,8	8	25,8	8	25,8
Abstrakčios veiklos	18	30,5	9	15,3	13	22,0
Kelionės	16	27,1	1	1,7	16	27,1
Žaidimai	4	6,8	3	5,1	2	3,4
Seksas	2	3,4	1	1,7	2	3,4
Pramogos	15	25,4	1	1,7	15	1,7
Socializacija	20	33,9	1	1,7	20	33,9



*p < 0,05

5 pav. Tiriamųjų, pasirinkusių veiklas prie ekranų, dalis procentais pagal jų santykių statusą

Nustatyta, kad aktyvų laisvalaikį bet kuriomis dienomis statistiškai reikšmingai ($p = 0,018$) dažniau renkasi dirbantys žmonės (64 proc., $n = 29$) nei dirbantys studentai (22 proc., $n = 2$) ar esantys pensijoje asmenys (25 proc., $n = 1$). Tačiau nedirbančių ir nestudijuojančių tiriamųjų su partneriu praleistas laikas statistiškai reikšmingai nesiskyrė nuo nė vienos tiriamųjų grupės pagal užimtumą ($p > 0,05$). Vis dėlto tokia tendencija stebima tik analizuojant veiklas bendrai, o atskirai skaičiuojant darbo dienomis arba savaitgalio dienomis statistiškai reikšmingų skirtumų pagal užimtumą ir aktyvų laisvalaikį nepastebėta ($p < 0,05$).

Dirbantys studentai statistiškai reikšmingai ($p < 0,05$)

dažniau su savo romantiniais partneriais leidžia laiką žaisdami stalo arba kompiuterinius žaidimus, negu tai daro pensijoje esantys žmonės ir dirbantieji. Vis dėlto šie skirtumai tarp grupių pagal tiriamųjų užimtumą stebimi tik skaičiuojant žaidimus kaip veiklą, atliekamą bet kada, tačiau statistiškai reikšmingų skirtumų tik darbo ar savaitgalio dienomis tarp grupių nerasta. Taip pat kompiuteriniai ar stalo žaidimai statistiškai reikšmingai ($p < 0,05$) labiau būdingi žmonėms, kurie neturi vaikų (14 proc., $n = 4$), negu turintiems vaikų (0 proc.). Vis dėlto šie skirtumai būdingi tik analizuojant veiklas bet kuriomis dienomis, t. y. tokios tendencijos nepastebimos atskirai analizuojant kompiuterinius žaidimus

darbo dienomis arba savaitgaliais. Rezultatai taip pat parodė, kad žaidimus su romantiniu partneriu statistiškai reikšmingai dažniau linkę rinktis jaunesni tiriamieji ($21,00 \pm 0,82$; $M = 21$; $\min = 20$; $\max = 22$), o tiriamųjų, kurie nesirinko žaidimų su partneriu, amžius buvo $39,62 \pm 14,93$ metų; $M = 40$; $\min = 20$; $\max = 72$ metai ($p < 0,001$).

Kiti dvimatės analizės rezultatai parodė, kad tiriamieji, kurie renkasi kartu atlikti lauko darbus, turi vidutiniškai $23,38 \pm 12,43$ metų trukmės romantinius santykius, jų santykių mediana buvo lygi 22 metams ir varijavo tarp 2 ir 44 metų. Tie, kurie neįrašė lauko darbų prie savo dažniausių veiklų, turėjo santykius vidutiniškai $11,41 \pm 10,97$ metų, jų santykių trukmės mediana buvo 7 metai ir varijavo tarp 0,75 ir 40 metų. Šie skirtumai buvo statistiškai reikšmingi ir parodė, kad lauko darbus renkasi tos poros, kurios palaiko ilgesnius romantinius santykius ($p = 0,027$).

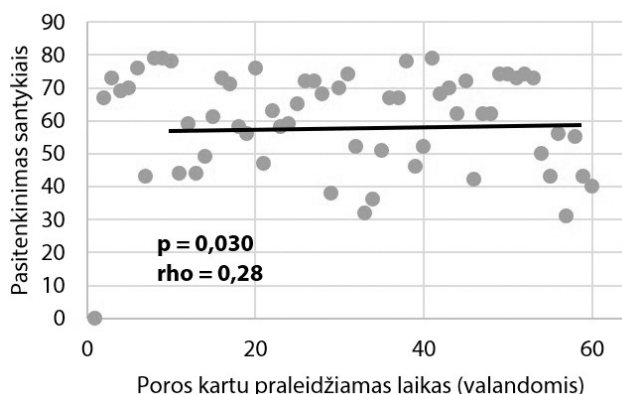
Seksą kaip vieną iš pagrindinių veiklų su romantiniu partneriu įrašiusių tiriamųjų santykių trukmė buvo vidutiniškai 2 metai, mediana lygi 2. Neįrašiusiųjų sekso kaip veiklos su partneriu santykių trukmė buvo vidutiniškai $13,42 \pm 11,83$ metų, mediana lygi 8 ir varijavo tarp 0,75 ir 44 metų. Šie skirtumai buvo statistiškai reikšmingi ($p = 0,040$), tai rodo, kad seksą kaip vieną iš dažniausių su partneriu atliekamų veiklų dažniau rinkosi tiriamieji, kurių santykiai yra trumpesni.

Tarp turinčių vaikų tiriamųjų pastebėta, kad tie, kurie pažymėjo veiklas su vaikais bent vieną kartą, buvo vidutiniškai $38 \pm 8,85$ metų amžiaus, mediana buvo 40 ir varijavo tarp 25 ir 52. O tie, kurie turėjo vaikų, tačiau nepažymėjo vaikų priežiūros kaip veiklos su partneriu, buvo vidutiniškai $51,20 \pm 12,99$ metų amžiaus, mediana buvo 51 ir varijavo tarp 20 ir 72. Šie skirtumai buvo statistiškai reikšmingi ($p = 0,003$), tai rodo, kad jaunesni tiriamieji dažniau pasirinko vaikų priežiūrą kaip veiklą kartu su savo romantiniu partneriu.

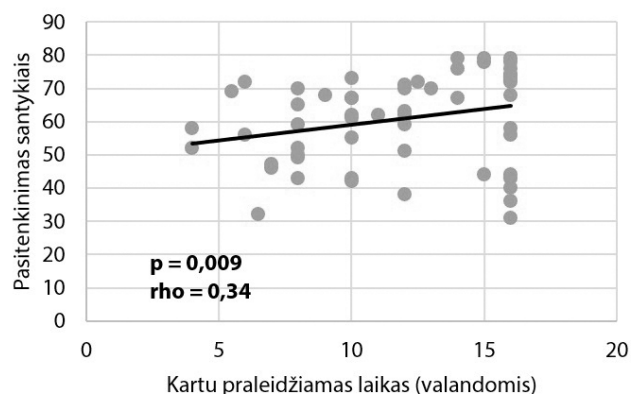
Tarp kitas veiklas pasirinkusių tiriamųjų grupių statistiškai reikšmingų skirtumų nerasta.

Poros kartu praleidžiamo laiko ir pasitenkinimo santykiais sąsajos. Atlikus dvimatę analizę gauti rezultatai parodė, kad pasitenkinimas romantiniais santykiais nėra statistiškai reikšmingai susijęs su partnerių kartu praleidžiamo laiko trukme darbo dieną ($p = 0,137$; $\rho = 0,196$). Vis dėlto pastebėta silpna teigiama koreliacija tarp PS balo ir laiko kartu trukmės per savaitę

(žr. 6 pav.) ir dar stipresnė teigiama koreliacija tarp PS ir laiko savaitgalio dieną (žr. 7 pav.). Taigi tie tiriamieji, kurie su savo partneriais praleido daugiau laiko, turėjo didesnius PS balus.

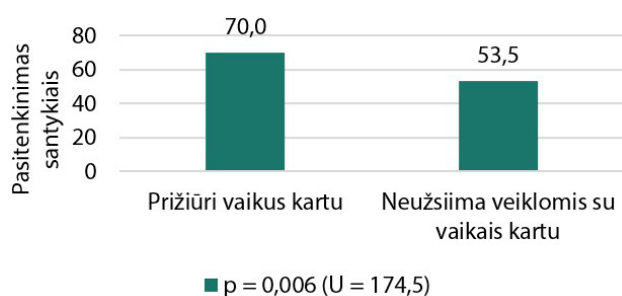


6 pav. Tiriamųjų kartu praleidžiamo laiko per savaitę trukmės ir pasitenkinimo santykiais koreliacija



7 pav. Tiriamųjų kartu praleidžiamo laiko savaitgalio dieną ir pasitenkinimo santykiais koreliacija

Poros kartu pasirenkamų veiklų ir pasitenkinimo romantiniais santykiais sąsajos. Atlikus skaičiavimus pastebėta, kad turintys vaikų tiriamieji, kurie nurodė, kad kartu su romantiniu partneriu prižiūri vaikus, surinko vidutiniškai $67,03 \pm 8,24$ balo pasitenkinimo romantiniais santykiais skalėje. Jų PS mediana buvo 70 ir varijavo tarp 52 ir 78. O tiriamųjų, kurie turi vaikų, tačiau nepažymėjo, kad kartu su romantiniu partneriu juos prižiūri, PS balai buvo vidutiniškai $53,90 \pm 13,65$. Jų PS mediana buvo 53,5 ir varijavo tarp 32 ir 79 balų. Šie skirtumai buvo statistiškai reikšmingi ($p = 0,006$). Taigi jei vaikų turintys partneriai juos kartu prižiūri, jų pasitenkinimas romantiniais santykiais yra statistiškai reikšmingai didesnis negu tų, kurie neužsiima vaikų priežiūra kartu (žr. 8 pav.).



8 pav. Turinčių vaikų tiriamųjų pasitenkinimas santykiais (medianos) pagal tai, ar jie kartu prižiūri vaikus

Tarp tiriamųjų, kurie rinkosi arba nesirinko veiklas prie ekranų, pokalbių, valgymą, keliones, pramogas, socializacijos ar abstrakčias veiklas, aktyvų laisvalaikį, namų ruošos darbus ir lauko darbus, nebuvo pastebėta statistiškai reikšmingų PS balų skirtumų ($p > 0,005$), nepriklausomai nuo to, ar veikla buvo atliekama savaitgalio ar darbo dieną. Taip pat pastebėta tendencija, kad tiriamieji, kurie kartu valgo savaitgalio dienomis, galimai patiria mažesnį pasitenkinimą santykiais negu tie, kurie to nedaro ($p = 0,086$). Vis dėlto ši tendencija nebuvo statistiškai reikšminga. Dar viena statistiškai nereikšminga tendencija buvo stebima tarp tų tiriamųjų, kurie kartu žaidžia kompiuterinius arba stalo žaidimus darbo dienomis, ir tų, kurie to nedaro. Tie, kurie užsiima žaidimais, galimai patiria didesnį PS už tuos, kurie kartu nežaidžia ($p = 0,070$).

REZULTATŲ APTARIMAS

Šiame tyrime buvo gauti rezultatai, kad kuo daugiau laiko poros praleidžia kartu, tuo didesnis jų pasitenkinimas santykiais. Vis dėlto rasta sąsaja tik su laiku, skiriamu vienas kitam savaitgalio dieną arba apskritai per visą savaitę. Galima numanyti, kad darbo dieną tokios sąsajos nerasta, nes darbo dieną partneriai kartu praleidžia beveik perpus trumpiau, taip pat ne visi tiriamieji susitinka su romantiniais partneriais darbo dieną, nors ir gyvena kartu. Svarbi priežastis gali būti ir ta, kad tyrimo imtis buvo nedidelė ir galimai trūko tiriamųjų, kad būtų pasiektas statistinis reikšmingumas.

Apskaičiuojant tyrimo rezultatus taip pat pastebėta, kad jaunesnių ir trumpesnių romantinius santykius palaikančių asmenų PS yra didesnis. Taip pat nustatyta, kad jaunesni asmenys dažniau žaidžia stalo ir kompiuterinius žaidimus kartu su savo romantiniais partneriais, dažniau kartu prižiūri vaikus ir dažniau

kartu užsiima seksu. Tai būtų galima traktuoti kaip veiklas, kurios būdingos santykiais labiau patenkinamoms poroms. Vis dėlto reikėtų atkreipti dėmesį, kad žaidimus ir seksą paminėjo labai nedaug tiriamųjų, todėl nors ir buvo pasiektas statistinis reikšmingumas, tačiau rezultatus reikėtų vertinti kritiškai. Taip galėjo nutikti todėl, kad žmonės, nurodydami veiklas, kuriomis dažniausiai užsiima su partneriais, nepagalvoja apie lytinius santykius, o žaidimai taip pat nėra iš dažniausių veiklų, kai kartu praleidžiama kiekviena diena ir partneriai turi pareigas prižiūrėti vaikus, atlikti namų ruošą. Šias veiklas kituose tyrimuose būtų verta tyrinėti atskirai, klausiant tiriamųjų, kaip dažnai jie šias veiklas atlieka.

Šiame tyrime gauti PS balai buvo žemesni, palyginti su JAV [31] ir Malaizijoje [32] atliktais tyrimais, naudojusiais tuos pačius instrumentus. Tačiau tokie skirtumai gali kilti dėl kultūrinių skirtumų arba dėl jaunesnių tiriamųjų imčių kituose darbuose. Vis dėlto visuose tyrimuose nustatyta, kad vyresnio amžiaus žmonės mažiau patenkinti savo santykiais [22, 31, 32]. Taip pat kitose šalyse atlikti tyrimai atskleidžia, kad poros kartu praleidžia mažiau nei apytiksliai 8 valandas per dieną [6, 16]. Tokie rezultatų skirtumai gali atsirasti dėl to, kad kituose tyrimuose buvo įtraukiamos tik turinčios vaikų ar susituokusios poros.

Nemaža dalis tyrimų, kurie nagrinėjo romantinių partnerių pasirenkamas veiklas, naudojo kitus klausimynus. Dažniausiai poroms būdavo duodamas veiklų sąrašas, iš kurio reikėjo pasirinkti veiklas [2, 20]. Tačiau tiek tuose tyrimuose, tiek mūsų atliktame darbe viena iš pagrindinių romantinių partnerių veiklų yra pokalbiai [2]. Vis dėlto kituose darbuose rasta, kad poros nemažai laiko praleidžia prie ekranų [20], nors savo tyrime pastebėjome, kad laikas kartu prie ekranų būdingas labiau darbo dienomis nei savaitgaliais. Toks skirtumas galimas dėl to, kad Hipp ir Carlson (2021) įtraukė tik jaunesnes poras [20]. Mūsų darbo imtyje tiriamieji buvo įvairaus amžiaus, o veiklos prie ekranų buvo susijusios su amžiumi [20]. Verta paminėti, kad kitose šalyse atliktuose tyrimuose prie porų veiklų neretai priskiriami konfliktai [22], kaip viena iš pagrindinių veiklų [22], tačiau šiame tyrime konfliktai nebuvo paminėti nė vieno tiriamojo. Tokie prieštaringi rezultatai galėjo būti gauti todėl, kad tiriamieji konfliktų nelaiko veikla kartu, pildydami klausimyną

nori pasirodyti geresni, todėl ginčų neįtraukia į veiklų sąrašą. Dar viena kituose darbuose apžvelgiama romantinių partnerių veikla yra vaikų priežiūra [12]. Reynolds ir Knudson-Martin (2014) rezultatai parodė, kad tėvai dažnai ginčijasi, kuris turi prižiūrėti vaikus ir kaip tai daryti [12]. Šiame darbe gauti rezultatai panašūs, nes viena iš pagrindinių veiklų tarp turinčių vaikų tiriamųjų buvo veiklos su vaikais. Todėl galima daryti išvadą, kad partneriams, turintiems vaikų, ir Lietuvoje, ir kitose kultūrose būdingas laikas su vaikais, ginčai apie vaikus ir jų priežiūra bendrąja prasme. Dar vienas panašaus į šį darbą pobūdžio tyrimas atskleidė, kad poros kartu daugiausia laiko praleidžia miegodami, valgydami ir kalbėdamiesi [6]. Šiame darbe miegas nebuvo įtrauktas į veiklų sąrašą, tačiau nemaža dalis tiriamųjų paminėjo, kad kartu skiria laiko pokalbiams ir valgymui ar maisto ruošimui. Taigi veiklos, būdingos romantiniams partneriams, nustatytos panašios kaip ir kitose valstybėse atliktuose tyrimuose.

Daugumoje prieš tai apžvelgtų kitų autorių darbų buvo gauti rezultatai, rodantys, kad kuo daugiau laiko poros praleidžia kartu, tuo didesnis jų pasitenkinimas romantiniais santykiais [10, 11], į šį tyrimą įtrauktoje imtyje tokie rezultatai irgi pasitvirtino. Šiame tyrime gauta, kad, nesvarbu kokiomis veiklomis poros užsiima, tai nėra susiję su jų pasitenkinimu romantiniais santykiais. Išskyrus atvejus, kai vaikų turintys tiriamieji kartu prižiūri savo vaikus, – šių porų pasitenkinimas santykiais yra didesnis. Vis dėlto toks gautas rezultatas nesutampa su dauguma prieš tai atliktų tyrimų, kurie rodo, kad jeigu partneriai kartu kalbasi [2, 6], valgo [6], mylisi [19], vartoja marihuaną [23] arba alkoholį [25], jų pasitenkinimas santykiais didesnis. Taip pat kituose tyrimuose pastebėta, kad poros, kurios vartoja marihuaną [23] ar alkoholį [24, 25] būdami ne kartu, ginčijasi [2], leidžia laiką prie ekranų [20, 21], patiria mažesnį PS. Tokie rezultatų skirtumai galėjo atsirasti dėl šio tyrimo metodologijos, kuri leido tiriamiesiems patiems įrašyti kokybinius atsakymus apie veiklas, kurias jie atlieka su savo romantiniais partneriais. Anksčiau minėtuose tyrimuose, kurių rezultatai rodo statistiškai reikšmingus PS skirtumus tarp porų, kurios atlieka tam tikras veiklas kartu ar jų neatlieka, tiriamiesiems buvo pateiktas jau parengtas veiklų sąrašas. Šiame tyrime kai kurios prieš tai tirtos veiklos, susijusios su PS, kituose darbuose nebuvo nė karto paminėtos pačių tiriamųjų. Galbūt būtų

naudinga kiekvieną veiklų grupę ištirti Lietuvos imtyje ir reprezentatyvioje imtyje stebėti PS skirtumus. Vis dėlto tai, kad vaikų priežiūra kartu yra susijusi su tėvų pasitenkinimu romantiniais santykiais, parodė ir kitose šalyse atlikti darbai. Juose atskleista, kad jeigu pora skiria laiko ir kalbasi apie šeimos planavimą, vaikų priežiūros ypatumus, jų pasitenkinimas santykiais būna didesnis [18], o jeigu ginčijasi dėl vaikų priežiūros ir pasiskirsto užduotis, susijusias su vaikais, tai stebimas mažesnis PS [12].

Vis dėlto svarbu paminėti, kad šiame darbe pastebėti ir keli svarbūs trūkumai. Vienas jų – maža tyrimo imtis, kuri galėjo daryti įtaką rezultatams. Taip pat tiriamųjų nebuvo klausiama, ar jų turimi vaikai vis dar yra mažamečiai. Šis trūkumas galėjo turėti įtakos rezultatams, rodantiems, kad vyresnio amžiaus poros ir taip patiria mažesnį PS. Tačiau taip pat nustatyta, kad vaikų kartu neprižiūrinčios poros patiria mažesnį PS, nors iš tiesų galima numanyti, kad toks rezultatas gautas todėl, jog vyresnių tiriamųjų vaikai jau yra suaugę. Šiame tyrime naudotas CSI klausimynas buvo išverstas pačios darbo autorės, o ne profesionalaus vertėjo, autoriai vertimo atskirai nepatvirtino, taip pat klausimynas nebuvo validuotas Lietuvoje, tai taip pat galėjo turėti įtakos rezultatams. Dar vienas tyrimo trūkumas, į kurį svarbu atkreipti dėmesį, yra tas, kad tyrimas buvo atliktas pavasarį, kai Lietuvos gyventojai gali daugiau laiko praleisti lauke. Galima manyti, kad žiemos sezonu atlikus tokį pat tyrimą rezultatai stipriai skirtųsi.

Šio tyrimo privalumas tas, kad jis buvo atliktas gyvai apklausiant žmones, todėl surinkta reali imtis ir pasiektas pakankamai aukštas atsako dažnumas. Verta paminėti, kad tyrėja pati dalyvavo tiriamųjų apklausoje, todėl klausimai galėjo būti patikslinti vietoje, tiriamieji galėjo nuosekliau atsakyti į klausimus. Klausimyno (CSI-16) patikimumo balas buvo toks pat aukštas kaip originalaus klausimyno anglų kalba, naudoto Didžiojoje Britanijoje. Tyrimo surinkta imtis buvo labai įvairi, gana panašus procentas vyrų ir moterų, susitukusių ir gyvenančių ne santuokoje porų, turinčių arba neturinčių vaikų porų. Tai leido apskaičiuoti kiek įmanoma tikslesnius rezultatus.

Ateityje tyrimus panašia tema būtų naudinga atlikti žiemą ir palyginti gautus rezultatus. Taip pat svarbu įtraukti klausimus apie partnerių vaikų amžių. Būtų naudinga tyrimus atlikti naudojant šiame tyrime jau

įvardytas veiklų kategorijas arba papildyti naujomis išskaidant abstrakčių veiklų kategoriją. Vis dėlto būtų svarbu nagrinėti ir įtraukti klausimų apie partnerių seksualinę orientaciją ir palyginti rezultatus tarp homoseksualių ir heteroseksualių asmenų. Galbūt būtų verta panagrinėti ir partnerių finansinę padėtį, ištirti vienos amžiaus grupės (ar užimtumo) žmones.

APIBENDRINIMAS

Tiriamųjų vidutinio pasitenkinimo romantiniais santykiais (PS) balas buvo apie 61 iš 80. Vyresnio amžiaus ir ilgesnius romantinius santykius kuriantys tiriamieji patyrė mažesnę PS nei jaunesni ir trumpesnius santykius puoselėjantys tiriamieji. Darbo dieną romantiniai partneriai

kartu praleido vidutiniškai 5 val., savaitgalio dieną – 12 val. Daugiau laiko kartu praleido trumpesnių romanti- nių santykių patirtį turintys žmonės. Dažniausiai tiri- mieji nurodė, kad kartu su partneriais kalbasi, užsiima namų ruoša, veiklomis prie ekranų ir aktyviu laisvalaikiu. Veiklos skyrėsi savaitgalio ir darbo dienomis. Kai kurių veiklų pasirinkimas buvo susijęs su socialiniais ir demo- grafiniais rodikliais. Kuo daugiau laiko kartu su partne- riais tiriamieji praleido, tuo labiau jie buvo patenkinti savo santykiais, nepriklausomai nuo to, kokiomis veiklo- mis kartu užsiėmė. Tačiau jeigu partneriai turėjo vaikų ir juos kartu prižiūrėjo, jų PS buvo didesnis.

Straipsnis gautas 2025-03-14, priimtas 2025-04-30

Literatūra

- Holmes BM, Johnson KR. Adult attachment and roman- tic partner preference: A review. *Journal of Social and Personal Relationships*. 2009 Sep;26(6-7):833–52. DOI: 10.1177/0265407509345653.
- Hogan JN, Crenshaw AO, Baucom KJW, Baucom BRW. Time Spent Together in Intimate Relationships: Implications for Re- lationship Functioning. *Contemporary Family Therapy*. 2021 Jan 25;43(3). DOI: 10.1007/s10591-020-09562-6.
- Funk JL, Rogge RD. Couples Satisfaction Index. *PsycTESTS Da- taset*. 2007. DOI: 10.1037/t01850-000.
- Markey PM, Markey CN. Romantic ideals, romantic ob- tainment, and relationship experiences. *Journal of Soci- al and Personal Relationships*. 2007 Aug;24(4):517–33. DOI: 10.1177/0265407507079241.
- Rosta-Filep O, Lakatos C, Konkoly Thege B, Sallay V, Martos T. Flourishing Together: The Longitudinal Effect of Goal Coordination on Goal Progress and Life Satisfaction in Romantic Relationships. *Int J Appl Posit Psychol*. 2023 Mar 10;21(1). DOI: 10.1007/s41042-023-00089-3.
- Vagni G, Widmer ED. Couple Time and Partnership Quality: an Empirical Assessment using Diary Data. *Archive ouverte UNIGE (University of Geneva)*. 2018 Jun 1. DOI: 10.31235/osf.io/k7nxm.
- Oficialiosios statistikos portalas. osp.stat.gov.lt. Prieiga per in- ternetą: <https://osp.stat.gov.lt/>.
- Ross KM, Ranby KW, Wooldridge JS, Robertson C, Lipkus IM. Effects of physical and mental health on relationship satis- faction: a dyadic, longitudinal examination of couples facing prostate cancer. *Psycho-Oncology*. 2015 Aug 10;25(8):898–904. DOI: 10.1002/pon.3931.
- Milek A, Randall AK, Nussbeck FW, Breitenstein CJ, Boden- mann G. Deleterious Effects of Stress on Time Spent To- gether and Parents' Relationship Satisfaction. *Journal of Couple & Relationship Therapy*. 2016 Nov 11;16(3):210–31. DOI: 10.1080/15332691.2016.1238799.
- Lüscher J, Pauly T, Gerstorf D, Stadler G, Ashe MC, Madden KM, et al. Having a Good Time Together: The Role of Compa- nionship in Older Couples' Everyday Life. *Gerontology*. 2022; 68(12):1428–39. DOI: 10.1159/000524089.
- Carlson RG, Barden SM, Locklear L, Dillman Taylor D, Carroll N. Examining quality time as a mediator of dyadic change in a randomized controlled trial of relationship education for low- income couples. *Journal of Marital and Family Therapy*. 2021 Sep 29;48(2). DOI: 10.1111/jmft.12554.
- Reynolds C, Knudson-Martin C. Gender and the Construction of Intimacy among Committed Couples with Children. *Family Process*. 2014 Sep 29;54(2):293–307. DOI: 10.1111/famp.12100.
- Vatter S, McDonald KR, Stanmore E, Clare L, McCormick SA, Leroi I. A qualitative study of female caregiving spouses' experiences of intimate relationships as cognition declines in Parkinson's disease. *Age and Ageing*. 2018 Apr 3;47(4):604–10. DOI: 10.1093/ageing/afy049.
- Totenhagen CJ, Li X, Wilmarth MJ, Archuleta KL, Yorgason JB. Do couples who play together stay together? A longitudinal dyadic examination of shared leisure, financial distress, and relationship outcomes. *Family Process*. 2023 Feb 17;63(1). DOI: 10.1111/famp.12869.
- Kingston PW, Nock SL. Time Together Among Dual-Earner Couples. *American Sociological Review*. 1987 Jun;52(3):391. DOI: 10.2307/2095358.
- Genadek KR, Flood SM, Moen P. For Better or Worse? Couples' Time Together in Encore Adulthood. *The Journals of Geronto- logy: Series B*. 2017 Nov 4;74(2):329–38. DOI: 10.1093/geronb/ gbx129.
- Rusu PP, Nussbeck FW, Leuchtmann L, Bodenmann G. Stress, dyadic coping, and relationship satisfaction: A longitudinal study disentangling timely stable from yearly fluctuations. Shiu CS, editor. *PLOS ONE*. 2020 Apr 9;15(4):e0231133. DOI: 10.1371/journal.pone.0231133.
- Barroilhet S, Señoret C, Mallea X, Fritsch R, Vöhringer P, Arraz- toa JA. Marital Functioning in Couples Practicing Periodic Abs- tinence for Family Planning. *The Linacre Quarterly*. 2018 Apr

- 6;85(2):155–66. DOI: 10.1177/0024363918764950.
19. Mackey RA, Diemer MA, O'Brien BA. Relational Factors in Understanding Satisfaction in the Lasting Relationships of Same-Sex and Heterosexual Couples. *Journal of Homosexuality*. 2004 May 19;47(1):111–36. DOI: 10.1300/j082v47n01_07.
 20. Hipp CJ, Carlson RG. The Dyadic Association among Technoference and Relationship and Sexual Satisfaction of Young Adult Couples. *Journal of Sex & Marital Therapy*. 2021 May 6;47(5):1–13. DOI: 10.1080/0092623x.2021.1922562.
 21. McDaniel BT, Galovan AM, Drouin M. Daily technoference, technology use during couple leisure time, and relationship quality. *Media Psychology*. 2020 Jun 29;24(5):1–29. DOI: 10.1080/15213269.2020.1783561.
 22. Kieslich U, Steins G. Long-term couple relationships – stress, problems and coping processes in couple counseling: Insights based on five case studies with five long-term couples. *Frontiers in Psychology*. 2022 Oct 20;13. DOI: 10.3389/fpsyg.2022.866580.
 23. Crane CA, Testa M, Schlauch RC, Leonard KE. The Couple that Smokes Together: Dyadic Marijuana Use and Relationship Functioning during Conflict. *Psychology of addictive behaviors : journal of the Society of Psychologists in Addictive Behaviors*. 2016 Sep 1; 30(6):686–93. DOI: 10.1037/adb0000198.
 24. Testa M, Wang W, Derrick JL. Effects of couple drinking events on short-term relationship harmony and discord: An ecological momentary assessment study. *Psychology of Addictive Behaviors: Journal of the Society of Psychologists in Addictive Behaviors [Internet]*. 2022 Feb 1;36(1):54–66. DOI: 10.1037/adb0000703.
 25. Meiklejohn J, Connor JL, Kypri K. Drinking Concordance and Relationship Satisfaction in New Zealand Couples. *Alcohol and Alcoholism*. 2012 Apr 26;47(5):606–11. DOI: 10.1093/alcalc/ags042.
 26. Fals-Stewart W, Birchler GR, O'Farrell TJ. Drug-abusing patients and their intimate partners: dyadic adjustment, relationship stability, and substance use. *Journal of Abnormal Psychology [Internet]*. 1999 Feb 1;108(1):11–23. DOI: 10.1037//0021-843x.108.1.11.
 27. Smith GT, Snyder DK, Trull TJ, Monsma BR. Predicting relationship satisfaction from couples' use of leisure time. *The American Journal of Family Therapy*. 1988 Mar;16(1):3–13. DOI: 10.1080/01926188808250702.
 28. Funk JL, Rogge RD. Testing the ruler with item response theory: Increasing precision of measurement for relationship satisfaction with the Couples Satisfaction Index. *Journal of Family Psychology*. 2007;21(4):572–83. DOI: 10.1037/0893-3200.21.4.572.
 29. Microsoft Corporation (2018) Microsoft Excel. Available from: <https://office.microsoft.com/excel>.
 30. IBM Corp (2020). IBM SPSS Statistics for Windows, Version 27.0. Armonk, NY: IBM Corp.
 31. Mangai I. A study on type of family and couple satisfaction. Bangalore University; 2019. DOI: 10.14260/jemds/2014/1879.
 32. Hong TB, et al. Marital Satisfaction among the Working Population in Malaysia During the Covid-19 Pandemic. *Sabinet African Journals [Internet]*. 2023 [cited 2024 May 24];33(2). Available from: https://journals.co.za/doi/full/10.10520/ejcm-medog_v33_n2_a5.

IS THE TIME SPENT TOGETHER RELATED TO RELATIONSHIP SATISFACTION?

Saulė Zaveckaitė, Justė Lukoševičiūtė-Barauskienė

Department of Health Psychology, Faculty of Public Health, Lithuanian University of Health Sciences

SUMMARY

Aim. To determine the relationship between time spent together as a couple and relationship satisfaction (RS).

Participants. The study included 59 adults cohabiting for at least a year. The average age of participants was 38.4 years ($SD=15.36$); 59.3% were women, 40.7% were men.

Methods. RS was assessed using the 16-item Couple Satisfaction Index (CSI-16). Participants rated responses on a 0–5 Likert scale. Time spent together was assessed using four original questions. Participants provided socio-demographic data (gender, age, relationship duration, etc.).

Results. The average RS score was 60.90 out of 80 ($SD=13.49$). Longer relationships ($p=0.019$, $\rho=-0.30$) and older age ($p=0.003$, $\rho=-0.38$) were associated with lower RS. Couples spent 4.81 hours ($SD=3.28$) on workdays, 11.91 ($SD=3.76$) on weekends. More than half of the participants reported engaging in conversations (52.5%), household chores (66.1%), screen activities (59.3%), or active leisure (54.2%) with their partner. RS correlated most strongly with time spent together on weekends ($p=0.009$, $\rho=0.34$). Time spent together on workdays was not related to RS ($p=0.137$, $\rho=0.196$). Participants with children reported higher RS if they

indicated engaging in childcare together ($p=0.006$, $U=174.5$). Other activities were not related to RS.

Conclusion. Older individuals and those in longer relationships experienced lower RS. On average, romantic partners spent 5 hours together on workdays and 12 hours on weekends. Individuals in shorter relationships spent more time together than those in longer relationships. The most common activities were conversations, household chores, screen activities, and active leisure. The time couples spent together was associated with RS, regardless of activity choice. However, childcare was associated with higher RS.

Keywords: romantic partners, relationship satisfaction, time together, activities together, couples.

Correspondence to Saulė Zaveckaitė
Lithuanian University of Health Sciences,
Medicine Academy, Faculty of Public Health,
Department of Health Psychology,
A. Mickevičiaus str. 9, LT-44307 Kaunas, Lithuania
Email: saule.zaveckaite@stud.lsmu.lt

Received 14 March 2025, accepted 30 April 2025