

mgr Anna Zielińska
Instytut Psychologii
Uniwersytet Kardynała Stefana Wyszyńskiego
w Warszawie

STYLE WYCHOWANIA W RODZINIE POCHODZENIA, A POCZUCIE WŁASNEJ WARTOŚCI W RELACJACH INTERPERSONALNYCH I RADZENIE SOBIE W SYTUACJACH TRUDNYCH U MŁODYCH DOROSŁYCH

I. Teoretyczne podstawy problematyki

1. Rozwój i znaczenie stylów wychowania w rodzinie pochodzenia

1.1. Definicyjne ujęcie stylu wychowania

Każda rodzina ma swój określony styl wychowania. Jest to wypadkowa sposobów i metod oddziaływania na dziecko w rodzinie. Zwykle dominuje określony styl, który stwarza atmosferę życia rodzinnego. Każdy z nich ma pewne walory wychowawcze (Kuczkowski, 1991, s. 234). Styl wychowania decyduje o ilości i jakości oddziaływań na psychikę dziecka (Przetacznik-Gierowska, 1994, s. 127).

Pluta (1979, s. 44-45) pisze, że styl wychowania to „pewne stałe, określone oddziaływania, zachowania wychowawcze, które charakteryzują względnie jednolite, zharmonizowane podporządkowanie się pewnej scalającej osi, koncepcji, idei wychowawczej”. Jest to więc stosunek wychowawcy do wychowanka, metody postępowania i sposób egzekwowania obowiązków. Rodzice na własnym dziecku mają szansę sprawdzenia osobistej koncepcji rozwoju człowieka i czynią to mniej lub bardziej świadomie oraz w odmienny sposób (Obuchowska, 2009, s. 6).

1.2. Geneza stylów wychowania

O tym jaki styl wystąpi w danej rodzinie decydują, w przypadku rodzin małych, dwupokoleniowych- rodzice, bo to oni sprawują funkcje wychowawcze. Mają na niego wtedy wpływ poglądy rodziców na to, jak dziecko powinno być wychowane, jak należy na nie oddziaływać w różnych okresach jego życia i w którym kierunku zmierzają różne formy i środki kierowania jego postępowaniem. Przekonania te są mniej lub bardziej określone i powstają w wyniku doświadczeń rodziców, które wynieśli z własnych rodzin pochodzenia oraz z obserwacji zachowań wychowawczych zauważanych u innych ludzi.

Niektórzy budują te poglądy na podstawie wiedzy teoretycznej z dziedziny psychologii dziecka i pedagogiki. Jednak na ogół większy wpływ na to ma doświadczenie i wzory przyjęte z rodziny macierzystej matki i ojca, niż wiedza nabyta podczas studiów lub czytania odpowiednich lektur (Przetacznik-Gierowska, 1994, s. 127).

Wpływ na styl wychowania wywiera również osobowość każdego z rodziców, ich wiek i status ekonomiczny. Styl wychowania nie jest niezmienny i może być modyfikowany w trakcie dorastania dziecka oraz ze wzrostem doświadczenia rodziców (Obuchowska, 2009, s. 6). Czasami wpływ na styl wychowania może mieć też obowiązująca moda, jak w przypadku stylu liberalnego, który jest popularnym bezstresowym wychowaniem (Szlendak, 2003).

Doświadczenia pary wychowującej dziecko są takie same, homogamiczne, gdy byli oni wychowywani według podobnych modeli autorytetu rodzicielskiego i wzorów postępowania, a niejednorodne, heterogamiczne, gdy te wzory i modele oraz sposoby kontrolowania zachowania były różne w rodzinach ojca i matki. Na ciągłość modelu wychowania mają również wpływ inne czynniki, takie jak: stopień uświadomienia sobie przez rodziców podobieństwa między cechami własnego dziecka, a cechami jakie sami przejawiali w okresie dzieciństwa lub dążenie do powtórzenia doznań z czasów ich młodości. Matki czasami chcą zrekompensować swoje niespełnione oczekiwania, pragną być lepszymi matkami niż były ich własne. Są one niezadowolone z otrzymanego sposobu wychowania i chcą zastosować inny styl wychowywania własnych dzieci. Zaś matki, które są zadowolone z otrzymanego wychowania wykazują nastawienie tradycyjne i przejmują postawy swoich rodziców. Trzeci typ matek to takie, które są zależne i wzorują się na swoich matkach, mimo że nie są całkowicie zadowolone ze sposobu w jakim zostały wychowane, bo są przekonane, że nie były traktowane z uwagą, zainteresowaniem i miłością. W sytuacji heterogamicznej, gdy małżonkowie nie dochodzą do porozumienia w sprawie wychowania dzieci, prowadzi to do stylu wychowania niejednolitego (Przetacznik-Gierowska, 1994, s. 127-128).

1.3. Rodzaje stylów wychowania

Najczęściej spotykane style wychowania to: styl autokratyczny, styl demokratyczny i styl liberalny. Baumrind (1966, s. 889) jako pierwsza je wyróżniła i podzieliła na: styl permissywny (jest to opisany poniżej styl liberalny), autorytatywny (odpowiednik demokratycznego stylu wychowania) i autorytarny. Maccoby i Martin (1983) rozwinęli jej teorię i wyróżnili style: autorytatywny, autorytarny, pobłażliwy i niedbały.

W polskiej literaturze wymienia się style wychowania demokratycznego, autorytarnego, liberalnego i nieokreślonego. Dokonywane są różne modyfikacje, co do pierwotnych założeń twórców. Zwiększa się liczbę wyróżnianych funkcji jakie powinien

pełnić wychowawca w danym stylu wychowawczym oraz zwiększa się liczbę stylów. Wynika to z tego, że w praktyce nie występują czyste style (Borecka-Biernat, 1992).

Istnieją różne typy autokratycznego stylu wychowania: z jednej strony surowa kontrola, ostre środki represji i wymagania, które przekraczają nieraz możliwości dziecka, a z drugiej racjonalne ograniczanie swobody, stawianie przed dzieckiem zadań i wymagań dostosowanych do jego cech indywidualnych i rozwojowych. W pierwszej odmianie dominują kary i wzbudzanie lęku, jednostronna komunikacja dziecka z rodzicami, rozkazy i pouczenia, jak ma się ono zachowywać. W drugiej odmianie przeważa życzliwość, która jednak połączona jest z stałym kierowaniem i kontrolą czynności dziecka. Między rodzicami występuje dystans, ale nie wyklucza on serdeczności i okazywania sobie uczuć. Komunikacja w takich rodzinach bywa dwustronna, dziecko jest pouczane, ale uzyskuje wyjaśnienia i odpowiedzi na nurtujące je pytania (Przetacznik-Gierowska, 1994, s. 130).

W rodzinach, w których kieruje się domem w sposób autokratyczny mogą panować złe stosunki. Ten styl wychowania występuje w rodzinach patriarchalnych i ma charakter konserwatywny (tamże, s. 129). Występują tam napięcia, konflikty, oschłość, brak wzajemnego zainteresowania i zrozumienia. Rodzice często przyjmują rolę sędziów, którzy nie uznają sprzeciwu oraz wydają polecenia i wymagają ich absolutnego wykonania. W takich rodzinach się nie dyskutuje. W domu panuje atmosfera posłuszeństwa, surowości, a czasem lęku. Dzieci mają szanować autorytet rodziców, często pod przymusem. Surowe metody wychowania, które stosuje się w tym stylu, ograniczają swobodę, rodzą bunt i uniemożliwiają nawiązywanie prawidłowych stosunków z rodzicami. Rodzice osiągają swoje zamierzenia głównie poprzez wydzielanie kar, nie zdając sobie sprawy, że ciągłe korygowanie zachowań nie jest właściwe i nie daje oczekiwanych rezultatów wychowawczych. W takich rodzinach występuje też bicie i krzyk, co kształtuje niepożądane dyspozycje i cechy zachowań. Młodzież nie może liczyć na zrozumienia i życzliwość rodziców. Wychowują się więc jednostki niesamodzielne i mało aktywne, którymi w przyszłości będzie musiał ktoś kierować (Pluta, 1979). Dzieci przyzwyczajone do absolutnego posłuszeństwa, a które darzą rodziców uczuciem, przejmują często wzorce postępowania rodziców, zachowują się despotycznie, czasem nawet okrutnie wobec słabszych. Inne buntują się przeciwko przymusowi i stają się agresywne lub stawiają bierny opór otoczeniu. Przyjmują normy zachowania w sposób powierzchowny, co utrudnia ich internalizację i przekształcenie w wewnętrzne zasady i wzorce postępowania (Przetacznik-Gierowska, 1994, s. 130). Z rodzin które stosują ten styl wychowania wywodzi się większość dzieci maltretowanych i z psychicznymi urazami (Obuchowska, 2009, s. 7).

Najskuteczniejszy jest demokratyczny, czyli życzliwy styl wychowania. W nim wszyscy członkowie rodziny mają określone prawa i obowiązki. Występuje dyskusja, wszyscy wspólnie planują, organizują, wykonują zadania i mają swój udział w kontrolowaniu ich wykonania. Rodzice to koordynatorzy wspólnych działań. Dzięki temu stylowi rozwija się współodpowiedzialności i współdecydowanie. Używa się

łagodnych środków oddziaływania wychowawczego, tj.: dyskusję, argumentację, perswazję, zachętę. Dziecko czuje szacunek i życzliwość, jego prawa są szanowane i respektowane, co powoduje dobre stosunki między rodzicami i dziećmi. Rodzice zyskują akceptację dzieci. W tych rodzinach stosuje się nagrody (Pluta, 1979). Sposoby kierowania zachowaniem dziecka i kontroli są w tym stylu na ogół luźne. Zakres obowiązków i zadań nie zostaje dziecku narzucony, ale dobrowolnie ono go przyjmuje, niekiedy z własnej chęci, a czasami bo wyjaśniono mu sens i konieczność podjęcia ich dla dobra rodziny. Dzięki temu stylowi wychowania stosunkowo wcześniej kształtuje się u dziecka zdolność do samokontroli i dyscyplina oparta na uwewnętrznionych normach i zasadach moralnych. Więzy emocjonalna, która jest między rodzicami a dzieckiem, jest silna. Pojawiają się głównie uczucia pozytywne, zaufanie, sympatia i życzliwość (Przetacznik-Gierowska, 1994, s. 130-131).

Należy jednak rozróżnić pozory demokracji od autentycznego, prawidłowego demokratycznego stylu wychowania. W stylu demokratyczno-formalnym dziecko zostaje dopuszczone do udziału w sprawach rodziny, ale rodzice nie liczą się faktycznie z jego zdaniem i sami podejmują decyzje, a pozostawiają swobodę jedynie w drobiazgach. W tej sytuacji zdarza się, że dziecko buntuje się przeciw pozornej swobodzie i domaga się faktycznych praw. Prowadzi to do zachowań opornych i agresywnych oraz do zerwania pozytywnej więzi z rodzicami (tamże, s. 131).

Styl liberalny to styl, w którym nie ustala się niczego ani wspólnie, ani oddzielnie. Dzieci są rozpieszczane i mają nadmierną swobodę. Rodzice od czasu do czasu rozporządzają i wychowują, są to jednak działania niekonsekwentne. W tych rodzinach młodzież w pewnym momencie okazuje się inna od rodzicielskich ideałów, wyobrażeń, pokładanych nadziei. Dziecko zaczyna lekceważyć rodziców, omijać i nie respektować ich wymagań, szukać innych autorytetów (Pluta, 1979). Rodzice przyjmują założenie, że nie należy hamować aktywności i spontanicznego rozwoju dziecka. Należy stworzyć mu odpowiednie warunki do zabawy i do nauki, zaspokoić potrzeby materialne i uczuciowe oraz okazywać zainteresowanie jego sprawami, gdy tego zażąda. Interwencja w zachowanie dziecka występuje tylko w przypadkach, gdy naruszy ono normy społeczne. Ale nawet wtedy restrykcje i kary są słabe i łagodne. Wpajanie norm i zasad zaczyna się w tym przypadku późno, opóźniony jest proces socjalizacji dziecka. Dziecko z trudem pozbywa się egocentryzmu i ma problemy z przystosowaniem się do grupy rówieśniczej (Przetacznik-Gierowska, 1994, s. 131).

Maria Ryś (2001, s. 18) wprowadziła rozróżnienie pomiędzy stylem liberalnym - kochającym a liberalnym - niekochającym. W stylu kochającym dziecko otoczone jest czułością i miłością, rodzice są z nim związani, zostawiają mu swobodę działań i wybór postaw, uważają, że dziecko samo dokona właściwych wyborów gdy dorośnie. W stylu niekochającym rodzice są wobec niego obojętni, okazują mu chłód emocjonalny i nie interesują się jego życiem.

Czasami występuje jeszcze forma wychowania niekonsekwentnego. Występuje tu przechodzenie od metod kierowania autokratycznego do demokratycznego, formalno-demokratycznego lub liberalnego (Pluta, 1979). Ten styl charakteryzuje zmienność i przypadkowość oddziaływań na dziecko. Brak tu sprecyzowanych zasad postępowania i występuje bierność pedagogiczna matki i ojca. Rodzice przejawiają inicjatywę tylko gdy wydarzy się coś negatywnego. Wprowadzają wtedy rygor i kary, których potem nie przestrzegają i nie egzekwują. Gdy chcą zaś skłonić dziecko do posłuszeństwa, stosują obietnice lub dają prezenty. Takie postępowanie uczy dziecko interesowności i egoizmu. Ten styl wychowania powoduje, że traci ono szacunek do rodziców, nie uważa ich za autorytety, czuje się osamotnione i bezradne. Może to prowadzić do braku pewności siebie, która będzie maskowana agresywnymi formami zachowania się (Przetacznik-Gierowska, 1994, s. 128-129). Taki sposób wychowywania może zrodzić cały system napięć i konfliktów między młodzieżą a dorosłymi. Młodzież szybko dostrzega niekonsekwencję i nie akceptuje rodzicielskich decyzji. Rodzice też często nie są w stanie wywiązać się z założonego programu wychowawczego, ponieważ ulega on zmianom, przekształceniom (Pluta, 1979).

Problemem rodzin jest często sprzeczność postaw i poczynań matki i ojca. Jeżeli realizują oni różne style wychowania to tworzy się sytuacja niekorzystna dla dziecka. Powoduje to obniżenie autorytetu rodzicielskiego i może powodować brak szacunku dla rodziców oraz powodować trudności wychowawcze (Pluta, 1979).

2. Kształtowanie się poczucia własnej wartości i jego znaczenie

2.1. Definicyjne ujęcie poczucia własnej wartości i rodzaje samooceny

Ogólna ocena swoich możliwości to samoocena. Powstaje ona w wyniku uogólnienia oceny samego siebie. W ocenie własnych możliwości można wyróżnić dwie tendencje: do przeceniania własnych możliwości w stosunku do wymogów zadania lub niedoceniania. Zaś jeśli ocena samego siebie jest prawidłowa (samoocena stabilna adekwatna) to czynności, które człowiek podejmuje odpowiadają jego możliwościom (Reykowski, 1970, s. 50). Samoocena stabilna to „względnie stały system opinii i sądów, który nie ulega gwałtownym i nieoczekiwanym zmianom” (Niebrzydowski, 1995, s. 30). Żeby samoocena była stabilna, wiedza o sobie musi być pełna, dokładna i spójna wewnątrz. Brak lub niepełna świadomość swojej roli, celów i dążeń, może prowadzić do tego, że człowiek staje się niepewny, niezdecydowany, skrajnie zmienny w swoich opiniach o sobie i czynnościach, które podejmuje. Również stabilność doświadczeń jest podstawowym warunkiem trwałości samooceny, tak więc prawidłowy przebieg wychowania w dzieciństwie, odgrywa tu olbrzymią rolę. Wszystkie sprzeczności w wiedzy o sobie utrudniają powstawanie prawidłowej pozytywnej postawy w stosunku do siebie i czynią trudnym ukształtowanie się ideału samego siebie, przez co samoocena ogólna jest bardzo podatna na zmiany pod wpływem odnoszonych porażek (zaniżanie

samooceny) lub sukcesów (podwyższanie się samooceny). Poczucie własnej wartości będzie stabilne, gdy jednostka będzie uwzględniała efekty swoich działań i reakcję otoczenia (Brzezińska, 1973, s. 96).

Samoocena zaniżona występuje, gdy człowiek przypisuje sobie niższe możliwości, niż posiada, nie docenia swoich zdolności, swojej atrakcyjności, niżej ocenia moralną wartość swoich czynów, wymaga mniej od innych ludzi. Powoduje to ograniczenie aktywności i osiąganie mniejszych sukcesów. Tacy ludzie nie wierzą, że potrafią wykonać trudne zadania, więc się ich nie podejmują. Samoocena zawyżona zaś to stan, w którym człowiek przypisuje sobie możliwości wyższe od rzeczywistych, co powoduje bezkrytyczną gotowość do podejmowania się trudnych zadań, które przekraczają możliwości jednostki. To nie zawsze jednak daje negatywne wyniki. W sytuacji gdy błąd nie jest zbyt duży, trudności mogą człowieka zmobilizować do dalszego działania, co powoduje, że osiąga on więcej, niż gdyby prawidłowo ocenił swoje możliwości. Ale gdy błąd jest zbyt duży, zawyżona samoocena może prowadzić do negatywnych konsekwencji, takich jak: doznanie zawodu, frustracji. Człowiek stara się za wszelką cenę pomniejszyć swoją winę, próbuje przerzucić odpowiedzialność za niepowodzenie na innych. Taka osoba sprawia też zawód innym ludziom, ponieważ podejmuje zadania, których nie jest w stanie później wykonać, co może prowadzić do konfliktu z otoczeniem. Ludzie, którzy mają zawyżoną samoocenę nie są popularni w otoczeniu, uważa się ich za zarozumiałych (Reykowski, 1970, s. 50-51).

Jednym z rodzajów samooceny jest samoocena niestabilna. Charakteryzuje się ona tym, że jednostka nie umie określić poziomu swoich aspiracji. Jest to spowodowane faktem, że samoocena jest jeszcze nieukształtowana lub tym, że ulega zmianom pod wpływem doświadczeń. To zjawisko szczególnie widać w okresie dzieciństwa i dorastania, kiedy jednostka emocjonalnie podchodzi do życia i nie występuje u niej równowaga procesów psychicznych. Już nawet mały sukces może stać się przyczyną wzrostu aspiracji i poprawy samopoczucia, a niewielka porażka urośnie do rangi tragedii życiowej (Niebrzydowski, 1995, s. 45).

Samoocena może być wysoka lub niska. Człowiek ocenia siebie, porównując się do różnych miar. Dwie najważniejsze z nich to: własny system standardów, który jest charakterystyczny dla danego typu działalności oraz osiągnięcia innych ludzi. Rzadko kiedy ludzie oceniają się jednakowo pod wszystkimi względami, na ogół samoocena jest zróżnicowana. O tym jaka jest samoocena ogólna, decyduje poziom samooceny w zakresie tych właściwości, które człowiek uważa za najważniejsze (Reykowski, 1975, s. 795). Dzięki wysokiej samoocenie człowiek może czuć się wartościowym elementem kultury lub jej części. Jest ona też sposobem opanowywania trwogi wynikającej ze świadomości, że nasze życie może się skończyć. Wysoka ogólna samoocena wiąże się z poczuciem bycia osobą kompetentną, moralnie nienaganną i lubianą przez innych, taką która jest akceptowana przez grupę. Pozytywna samoocena pozwala również formułować ambitne cele i podejmować trudne zadania. Ludzie z negatywną samooceną

zaś nie wykorzystują szans na osiągnięcie sukcesów tam, gdzie mają odpowiednie predyspozycje do tego. Często generalizują konsekwencje porażki na wszystkie aspekty swojego funkcjonowania. Takie osoby próbują wytłumaczyć swoje braki osiągnięć wrogością zewnętrznego świata społecznego. Ludzi o niskiej samoocenie nie charakteryzują jednak zazwyczaj negatywne oceny siebie, a jedynie brak ocen pozytywnych. Na ogół ich oceny własnej osoby są trafne (Kofta i Doliński, 2006, s. 581).

Pojęcie samooceny odnosi się na ogół do pojedynczych cech obrazu samego siebie. W ciągu życia ulegają one uogólnieniu. Samoocenę uogólnioną zaś nazywa się często poczuciem własnej wartości. Samoocena globalna rozumiana jest jako całościowy stosunek do siebie, stosunek do posiadanych przez jednostkę właściwości i jej postępowania. Jest oparta na ocenie tych cech, które jednostka uważa za najważniejsze, wśród tych z którymi się identyfikuje (Reykowski, 1975, s. 53). Samoocena globalna jest względnie stała, przez pewien okres życia niezmienna. Jej zmiany są zwykle połączone z jakimś kataklizmem osobowościowym, tj. ciężka choroba, niespodziewany wypadek, śmierć, nagłe społeczne uznanie (Podgórecki, 1969, s. 51). Osoba może mieć wysoką samoocenę globalną, mimo niezbyt wysokiej oceny jakiś aspektów Ja, które nie są centralnymi komponentami w obrazie siebie (Wosińska, 2004, s. 67). Poczucie własnej wartości to pewnego rodzaju postawa wobec siebie. Tych postaw wymienia się dwie: samoakceptację i samoodtrącenie. Osoba o postawie samoakceptacji wyróżnia się zaufaniem i wiarą we własne siły, potrafi ona w pełni wykorzystywać swoje możliwości oraz korygować swoje zachowanie w przypadku krytyki ze strony innych ludzi. O postawie samoodtrącenia mówi się wtedy gdy jednostka nie docenia tego co posiada, co osiągnęła, występuje u niej tendencja do przeżywania poczucia winy i krzywdy po niepowodzeniu. To powoduje, że osoba nie działa sprawnie i nie uświadamia sobie swoich rzeczywistych wad i zalet. Poczucie własnej wartości może być zagrożone, gdy człowiek pozytywnie przekonany o własnych możliwościach, napotyka negatywną ocenę, krytykę otoczenia lub porażkę w działaniu. Posiadanie negatywnej postawy wobec samego siebie, powoduje powstanie negatywnych postaw wobec otoczenia, innych ludzi, co zaburza stosunki jednostki z jej otoczeniem społecznym. Im realniej osoba ocenia siebie, tym łatwiej jej poprawnie oceniać innych ludzi (Brzezińska, 1973, s. 94).

Poczucie własnej wartości kształtuje się w oparciu o ocenę cech ważnych, które są stawiane wysoko w hierarchii ważności (Kolańczyk, 1976, s. 53). Jest pewnego rodzaju aktem wartościowania siebie samego, w porównaniu z innymi obiektami (osobami, instytucjami, ideami, rzeczami). To wartościowanie jest przesłanką oczekiwań i wymagań, które człowiek kieruje wobec otoczenia. Osoba o wysokim poczuciu własnej wartości czuje, że należy mu się więcej, niż osoba, która ceni siebie nisko. Wpływ na poczucie własnej wartości ma akceptacja ze strony otoczenia, osoby odrzucone przez innych często je tracą. Przez to dążenie do podtrzymywania i umocnienia poczucia własnej wartości, przybiera czasami formę potrzeby społecznej akceptacji (Reykowski, 1975, s. 798)

2.2. Kształtowanie się poczucia własnej wartości

Poczucie własnej wartości formuje się w wyniku uogólniania doświadczeń dotyczących własnej osoby. Ich pierwotnym źródłem są rodzice, bo to oni oceniają dziecko i w wyniku ich stosunku do niego tworzy się u niego poczucie ważności. Dziecko, które jest kochane, przekonuje się, że w domu jest osobą centralną. Doświadczenie „bycia ważnym” ma duże znaczenie dla jednostki, ponieważ od tego zależy stopień zaspokojenia wszystkich potrzeb. Poczucie własnej wartości nie wytwarza się u wszystkich ludzi. Nie powstaje gdy człowiek nie był traktowany jako wartość, to znaczy nie był kochany. Naruszenie poczucia własnej wartości występuje zaś w sytuacji lekceważenia, odrzucenia przez grupę, wrogich ataków, pogardy, itp. Konsekwencją doświadczenia ważności jest wytworzenie przeświadczenia o swojej ważności i nastawienie na otrzymywanie potwierdzenia tego przeświadczenia od innych i od siebie samego (Reykowski, 1975 s. 797).

Tak więc samoocena człowieka w dużej mierze zależy od środowiska, w którym dziecko się wychowuje i od więzi emocjonalnych, które łączą je z rodzicami. W przypadku gdy związek symbiotyczny matki z dzieckiem trwa zbyt długo, a matka jest nadmiernie opiekuńcza, powoduje to wytworzenie się u jednostki zbyt silnej potrzeby zależności, na początku od matki, a w późniejszym okresie od innych osób. Taki człowiek stale potrzebuje i oczekuje pomocy, opieki, nie jest samodzielny w działaniu, cechuje go bierność i podporządkowanie się otoczeniu. Może do tego prowadzić również autokratyczny styl wychowania w rodzinie (Przetacznikowa, 1983, s. 413). Niepożądana jest postawa nadmiernych wymagań wobec dzieci, krytyki i korygowania, ponieważ sprzyja to kształtowaniu się braku wiary we własne siły, niepewności, lęklivości (Niebrzydowski, 1995, s. 58).

2.3. Znaczenie samooceny w relacjach z innymi

Od tego jak człowiek ocenia samego siebie zależy charakter jego stosunków z innymi ludźmi i efektywność funkcjonowania społecznego. Samoocena jest jednym z ważniejszych czynników określających włączenie osoby w grupę, specyfikę jej związków z innymi i jej stosunek do otoczenia. Kontakty z innymi ludźmi, wchodzenie w grupę i pełnienie ról w niej, znajduje odbicie w samoocenie. Osoby o niskiej samoocenie będą unikały podejmowania ról grupowych, co może prowadzić do izolacji społecznej. Takie osoby mają mniejsze możliwości zdobycia korzystnej pozycji w grupie, a więc ich pozycja w grupie jest zwykle niska, co utrudnia, a nawet uniemożliwia nawiązywanie pozytywnych kontaktów z innymi ludźmi. Przebywając z innymi odczuwają ciągłe zagrożenie interpersonalne, boją się zwykłych spontanicznych kontaktów międzyludzkich. Wykazują lęk przed oceną jak wypadną w oczach innych. To napięcie

proceeds to the perception of social situations as difficult. People with low self-esteem value themselves, they cannot cope with the environment, in conversations they are helpless, they show increased emotional tension and have problems with establishing friendship. They avoid people and evaluate them critically. They feel isolated, in general they adopt a passive dependence attitude in the group. They are shy and easily embarrassed. These difficulties lead to the loss of initiative in establishing interpersonal contacts or to maintaining relationships only with individuals, to whom they are convinced, people with a low social position in the group (non-threatening), and in many cases lead to withdrawal from social life and avoidance of people. They are also people who are easily influenced, they accept the influence of others. They assume that others do not like and respect them. People with a moderate self-esteem, who function well socially, maintain good relationships with the environment, they are friendly. They trust others, they are liked. The behavior of such people is mature, they are active, they respect themselves and others. They have a sense of security and group belonging. In the group they often initiate conversations, they cheer up their colleagues. In a new social circle they quickly and easily establish relationships. People with a very high self-esteem are not popular, they consider themselves as understood, they fall into conflicts with the environment (Kulas, 1986).

2.4. Znaczenie samooceny w podejściu do sytuacji trudnych

On how a person deals with difficult situations depends largely on self-esteem. Self-esteem that is inadequate and unstable in a situation of contact with difficulties, leads to a rapid increase in the sense of personal threat, an increase in negative emotions and disorganization of behavior. Self-esteem that is adequate, stable and positive, on the other hand, helps to cope with difficult situations, because it reduces and limits internal causes of the sense of threat of the individual during difficulties. People who value themselves low and do not believe in their own abilities, in general, they show a tendency to underestimate difficulties and to give up on them, instead of fighting with them, they blame themselves for the failure. Self-esteem that is too high leads to a tendency towards strong negative emotions and defensive overreactions (Tyszkowa, 1977, s. 93).

C. Carver and others (1989; cited in: Borecka-Biernat 2006, s. 91) stated, referring to the results of research, that people with a high sense of self-esteem to a greater extent in the process of dealing with difficulties use active strategies, they make an effort to deal directly with the problems facing them, they are more focused on the tasks to be completed and more persistent in their actions, they do not give up in difficult situations.

According to the research of Arndt and Goldenberg (2002; cited in: Baumeister, 2003, s. 26) a high sense of self-esteem allows people to suffer less and deal with difficulties more quickly and better. A sense of self-esteem plays a role of a buffer against

stresowi, traumie i nieszczęściu. Bonanno i współpracownicy (2002; za: Baumeister, 2003, s. 28) udowodnili, że osoby, które zawyżają swoją samoocenę lepiej radzą sobie w sytuacji bólu i stresu.

Kocowski (1966, s. 30) w swoich badaniach studentów wykazał, że osoby nieodporne na stres wykazują większe nasilenie poczucia niższości oraz brak wiary w siebie i w swoje uzdolnienia.

3. Znaczenie radzenia sobie w sytuacjach trudnych

3.1. Definicyjne ujęcie sytuacji trudnych

M. Tyszkowa (1986, s. 12-13) proponuje, aby sytuacjami trudnym nazywać sytuacje, zawierające jakiś czynnik lub szereg czynników, które powodują przeciążenie systemu regulacji, co zmusza osobę do nowej koordynacji, przez co może osiągnąć stan umożliwiający kontynuowanie czynności ukierunkowanej na realizację dążenia. Sytuację trudną można traktować również jako specyficzny układ czynników, bodźców zewnętrznych powodujących zakłócenie czynności lub zaburzenia w zachowaniu jednostki. Za przyczynę powstawania tych zmian można uważać też czynniki wewnętrzne, związane z aktualnymi procesami psychicznymi lub fizjologicznymi, zachodzącymi w organizmie jednostki lub z cechami osobowości. Kiedy indziej traktuje się sytuację trudną jako nierozzerwalny splot warunków zewnętrznych oraz celów (zadań, dążeń) i wewnętrznych warunków (możliwości) jednostki. Tyszkowa (1993, s. 475) wymienia trzy istotne cechy sytuacji trudnych: zawierają czynniki zakłócające przebieg i strukturę czynności ukierunkowanej na cel; zawierają czynniki zagrażające, które powodują, że jednostka odbiera sygnały zapowiadające utratę lub naruszenie jakiejś ważnej i cenionej przez nią wartości (np. zagrożenie zdrowia); wywołują u jednostki przykre przeżycia emocjonalne i powodują stany silnego napięcia emocjonalnego. Działają one na człowieka frustrująco i stresująco. W sytuacji trudnej człowiek musi na nowo skoordynować swoje stosunki z otoczeniem, co powoduje podwyższenie poziomu aktywacji. Ta aktywacja emocjonalna ma wartość ujemną. Emocje ujemne mają podstawową rolę w psychologicznym mechanizmie zmian w zachowaniu się, które zachodzi w sytuacjach trudnych (Tyszkowa, 1977 s. 12).

T. Tomaszewski (1975, s. 32) definiuje sytuację trudną w opozycji do sytuacji normalnej. I tak sytuacje normalne to sytuacje, w których człowiek staje wobec zadań, będących dla niego możliwymi do wykonania za pomocą określonych czynności. To zrównoważony system zadań, czynności i warunków (Tomaszewski, 1967, s. 260). Tworzy się ona, gdy wielokrotnie powtarza się określona sytuacja, stabilizuje się jej wewnętrzna organizacja, przystosowują się wzajemnie jej elementy podstawowe (zadania, które mają być realizowane; warunki, w których dokonuje się realizacja; metody realizacji i wykonawca). Ustala się wzajemny układ elementów, a zadanie staje

się dostosowane do możliwości. Przystosowaniu się podlegają również poszczególne elementy sytuacji, które składają się na możliwości. W przypadku gdy wewnętrzna równowaga sytuacji normalnej zostaje zakłócona, tak że zostaje zakłócony normalny przebieg aktywności podstawowej i prawdopodobieństwo realizacji zadania na poziomie normalnym stanie się mniejsze, wtedy mamy do czynienia z sytuacją trudną (Tomaszewski, 1975, s. 32). T. Tomaszewski (1965) uważa, że każda sytuacja nowa jest trudna. Związane jest to z tym, że kiedy powtarza się jakaś sytuacja to ustala się struktura czynności, które stosujemy aby osiągnąć określony wynik. Tworzy się schemat czynności. Kiedy pojawią się nowe warunki lub nowe zadanie, ten schemat zawodzi i trzeba wykonać zadanie w nowy sposób. Człowiek nie dysponuje wiedzą ani umiejętnościami potrzebnymi do wykonania tych zadań i nie zawsze potrafi się zorientować, na czym zadanie polega. Nie ma schematów poznawczych i czynnościowych, których mógłby użyć.

J. Reykowski (1966) proponuje, aby termin „trudna sytuacja” zastąpić terminem stres psychologiczny i odwołuje się do klasycznej teorii stresu Hansa Selyego. Według niego „stres jest stanem, który przejawia się swoistym zespołem składającym się ze wszystkich nieswoistych zmian w układzie biologicznym. Składnikami jego są widoczne zmiany wywołane przezeń niezależnie od przyczyny. Zmiany te są sumą wszystkich rozmaitych procesów przystosowawczych, zachodzących w jakimkolwiek czasie w ustroju” (Selye, 1960, s. 70). Stres definiowany jest jako zjawisko dwuczłonowe. Pierwszym członem są czynniki zewnętrzne, drugim- procesy, stany wewnętrzne zachodzące w człowieku. Te czynniki ze sobą oddziałują (Reykowski, 1966, s. 192).

3.2. Rodzaje sytuacji trudnych

T. Tomaszewski (1967, s. 262) proponuje, aby wyróżnić trudności obiektywne i subiektywne. Trudności obiektywne występują, gdy człowiek zdolny do wykonywania normalnych zadań w normalnych warunkach staje wobec zadań lub warunków, które przekraczają tę normę. Wynikają one ze zmienności otoczenia. O trudnościach subiektywnych zaś mówimy, gdy w sytuacji normalnej człowiek nie może sprostać jej wymaganiom, kiedy nie może wykonać normalnych zadań w normalnych warunkach. Mają one charakter przejściowy bądź trwałe.

Ujmując razem trudności subiektywne i obiektywne, które pozostają ze sobą zawsze w ścisłym związku, T. Tomaszewski (1967, s. 262) wyróżnia najważniejsze typy sytuacji trudnych: deprivację, przeciążenia, utrudnienia, zagrożenia i konflikty.

Deprivacje występują, gdy w otoczeniu brak jest podstawowych elementów potrzebnych do normalnego funkcjonowania organizmu lub samopoczucia człowieka (np. głód, brak tlenu, brak snu, brak kontaktu z innymi ludźmi prowadzący do osamotnienia). Są to sytuacje, gdy nie są zaspokojone jakieś podstawowe potrzeby człowieka. Może wtedy wystąpić obniżenie poziomu sprawności organizmu, a w konsekwencji obniżenie poziomu wykonywania czynności lub procesy dezorganizacji

funkcjonalnej, prowadzące do obniżenia poziomu sprawności, do wydłużenia się czasów reakcji, pobudzenia emocjonalnego, zawężenia pola świadomości, błędów w spostrzeganiu, halucynacji. Mogą prowadzić do sytuacji skrajnych, ekstremalnych (Tomaszewski, 1975, s. 32-33).

Sytuacja przeciążenia powstaje, gdy człowiek otrzymuje zadania na granicy swoich sił fizycznych, umysłowych lub wytrzymałości nerwowej (np. człowiek słaby fizycznie, który musi dźwigać ciężkie rzeczy). Wykonywanie czynności w tej sytuacji jest możliwe przez krótki czas, potem następują zaburzenia i utrata zdolności do pracy, przejawiająca się przemęczeniem, wyczerpaniem, zniechęceniem) (Tomaszewski, 1967, s. 263). Czasami występują również zaburzenia nerwowe, przejściowe stany napięcia nerwowego lub mniej lub bardziej trwałe nerwice (Tomaszewski, 1975, s. 33).

Utrudnienia występują przy wykonywaniu normalnych zadań w normalny sposób i przy normalnych w zasadzie warunkach, gdy zachodzą jakieś zmiany szczegółów, które zaburzają równowagę całej sytuacji. Może to być pojawienie się w sytuacji jakichś zbędnych elementów (przeszkód) lub nieobecność elementów potrzebnych (braki). Przeszkody mogą utrudniać przebieg czynności fizycznych, ruchów, jak i umysłowych (Tomaszewski, 1967, s. 264).

Czwartą grupą sytuacji trudnych są sytuacje zagrożenia. Jest to sytuacja gdy zachodzi zwiększone prawdopodobieństwo naruszenia jakiejś wartości cenionej przez człowieka (życia, zdrowia, własności, uprawnień, pozycji społecznej, dobrego imienia, poglądów, samooceny, itp.) (tamże, s. 267).

Sytuacje konfliktowe pojawiają się, gdy człowiek znajdzie się w polu działania sił przeciwstawnych (sprzeczność nacisków społecznych, moralnych, światopoglądowych, występowanie przeciwstawnych sił fizycznych w polu działania jednostki). Zwane są one konfliktami między celami dążeń lub konfliktami motywacyjnymi. Wybór celu działania uniemożliwia realizację innego i powoduje powstanie i utrzymanie napięcia psychicznego (Tomaszewski, 1975, s. 34).

Reykowski (1966) klasyfikuje sytuacje trudne ze względu na charakter bodźców, które wywołują stan stresu i wymienia: zakłócenia, zagrożenia i deprivacje.

Tyszkowa (1977, s. 12) dzieli sytuacje trudne na: sytuacje trudne typu zadaniowego (sytuacje utrudnienia, przeciążenia i zagrożenia związanego z realizacją zadań) i sytuacje trudne typu społecznej interakcji (sytuacje społecznej ekspozycji, oceny i krytyki, w których zawierają się różne zagrożenia, sytuacje konfliktu i nacisku społecznego).

3.3. Radzenie sobie w sytuacjach trudnych

3.3.1. Definityjne ujęcie radzenia sobie w sytuacjach trudnych

Terminu „coping”, który oznacza radzenie sobie jako pierwszy użył S. Freud (1933; za: Oleś, 1996, s. 250) w kontekście tematyki mechanizmów obronnych, które są głównie nieświadome. Obecnie nazwy „coping” używa się opisując świadome, wybierane przez człowieka sposoby radzenia sobie w sytuacjach trudnych (Oleś, 1996, s. 250). Są to zachowania mające na celu przywrócenie równowagi organizmu, uniknięcie lub zminimalizowanie strat, napięć, niekorzystnych skutków (Kosińska-Dec, 1992 s. 97). To działania poznawcze i behawioralne człowieka, zmierzające do poradzenia sobie w sytuacji, która została oceniona jako zagrażająca. Radzenie sobie w sytuacjach trudnych jest względnie trwałą dyspozycją zaradczą, traktowaną jako cecha osobowości (Terelak, 2008, s. 307). Lazarus i Folkman (1984, s. 141) definiują radzenie sobie jako stale zmieniające się kognitywne i behawioralne wysiłki, zmierzające do poradzenia sobie ze specyficznymi zewnętrznymi i wewnętrznymi wymaganiami, które są spostrzegane jako zagrażające zasobom człowieka. Zaś Endler i Parker (1990, s. 845) mówią, że radzenie sobie to odpowiedź człowieka na środowiskowe i psychologiczne wymagania w określonej stresującej sytuacji.

Specyficzne dla jednostki strategie radzenia sobie nie są wrodzone, to formy zachowania nabytego, tak więc repertuar radzenia sobie powstaje i rozwija się w toku uczenia się. Podczas procesu radzenia sobie, mogą pojawić się nowe formy aktywności zaradczej i niektóre z nich mogą utrwalić się jako nowe strategie radzenia sobie, zwłaszcza w sytuacji gdy okazały się skuteczne. Proces radzenia sobie jest elastyczny, dostosowany do wymagań sytuacji. Brak sztywności jest warunkiem skuteczności radzenia sobie. Ludzie różnią się między sobą liczbą strategii, które stosują w przewycięzaniu stresu, ale również elastycznością, łatwością dostosowania procesu radzenia sobie do aktualnych wymagań konkretnej sytuacji stresowej. Styl radzenia sobie zależy od czynników sytuacyjnych, osobowych i od interakcji między tymi dwoma grupami czynników (Heszen-Niejodek, 1997, s. 10-11).

Lazarus (1986, s. 24) wymienia dwie podstawowe funkcje radzenia sobie: zmiana sytuacji na lepsze (przez zmianę własnego destrukcyjnego działania albo przez zmianę niszczącego, zagrażającego otoczenia) i regulowanie przykrych emocji, żeby nie wymknęły się spod kontroli i nie uszkodziły, nie załamały odporności fizycznej i społecznego funkcjonowania.

3.3.2. Sposoby radzenia sobie w sytuacjach trudnych

a) Intelktualne radzenie sobie w sytuacjach trudnych

To podejście do sytuacji trudnych charakteryzuje się dokonywaniem przeglądu sytuacji stresowej, człowiek analizuje trudną sytuację, chce zdobyć wiedzę, która potrzebna mu jest do podjęcia racjonalnej decyzji zaradczej albo do przewartościowania szkody, zagrożenia. Poszukiwanie informacji dostarcza podstaw do działania, ale może też powodować poprawę samopoczucia, przez np. racjonalizację lub wzmocnienie podjętej decyzji (Lazarus, 1986, s. 27).

Według Carvera, Scheiera i Weintrauba (1989; za: Wrześniewski, 1996, s. 37) człowiek, który stosuje typ radzenia sobie „Planowanie”, zastanawia się jak poradzić sobie ze stresem, jakie podjąć kroki, aby opanować problem. Aktywność jest skoncentrowana na problemie.

b) Emocjonalne radzenie sobie w sytuacjach trudnych

W tym podejściu ludzie uruchamiają wszystkie procesy poznawcze, które służą regulowaniu emocji. Są to takie mechanizmy jak: zaprzeczanie, pozorowanie reakcji, unikanie zagrożenia, oddzielanie się od problemu, wycofanie, wygaszanie, racjonalizacja. Wszystko to służy osiągnięciu poczucia kontroli, dzięki czemu człowiek się uspokaja, poprawia się jego samopoczucie (Lazarus, 1986, s. 28-29). Człowiek silnie uświadamia sobie swoje negatywne emocje i chce je wyładować (Carver, Scheier i Weintraub, 1989; za: Wrześniewski 1996, s. 38).

Lazarus i Folkman (1984) w swoich badaniach wyróżnili strategię zorientowaną emocjonalnie w radzeniu sobie z sytuacjami trudnymi. Jest ona nastawiona na redukcję negatywnych emocji, nie zaś na rozwiązanie problemu. Zawiera się w niej: dystansowanie (odsuwanie od siebie problemu), unikanie-ucieczka (np. uciekanie w fantazję, znieczulanie się alkoholem), samoobwinianie, samokontrola (nie wyrażanie emocji negatywnych), poszukiwanie wsparcia społecznego, pozytywne przewartościowanie (zauważanie dobrych stron sytuacji trudnej, co zmniejsza poczucie straty, porażki).

Według Endler'a i Parker'a (1990, s. 846) w tej strategii (skoncentrowanej na emocjach) człowiek koncentruje się na sobie. Zachowania w tym stylu zawierają: reakcję emocjonalną, zaabsorbowanie sobą, troskę o siebie, fantazjowanie.

c) Działaniowe radzenie sobie w sytuacjach trudnych

Osoby, które stosują działaniowe radzenie sobie w sytuacjach trudnych, stosują wszelakie czynności, które mogą służyć uporaniu się z trudną sytuacją. Działania te są różnorodne, w zależności od wymagania otoczenia i celów osobistych, z którymi człowiek musi sobie poradzić. Należą do nich: wyrażanie złości, chęć zemsty, ucieczka,

budowanie schronów przeciwburzowych, uprawianie biegów dla utrzymania zdrowia, itd. Mogą one być skierowane na "ja" bądź na otoczenie (Lazarus, 1986, s. 28). Takie osoby konfrontują się z problemem, chronią własne stanowisko i walczą o osiągnięcie celu (Lazarus, Folkman, 1984).

Endler i Parker (1990, s. 846) wyróżniają styl skoncentrowany na zadaniu. Osoba, która charakteryzuje się nim podczas trudnej sytuacji podejmuje wysiłek, aby rozwiązać problem przez przekształcenie poznawcze albo zmianę trudnej sytuacji.

Carver, Scheier i Weintraub (1989; za: Wrześniewski 1996, s. 37) ten typ radzenia sobie nazywają „Aktywnym *coping*-iem” i mówią, że jest on procesem podejmowania aktywnych działań, mających na celu usunięcie stresora lub zmniejszenie wywołanych przez niego negatywnych skutków. Są to inicjatywy ukierunkowanych działań, zwiększanie wysiłku podmiotu w celu zwalczania stresora, przy jednoczesnym staraniu się, żeby te działania były racjonalne.

3.4. Znaczenie stylu wychowania w rodzinie pochodzenia w radzeniu sobie w sytuacjach trudnych

Zarówno korzystne jak i niekorzystne formy reagowania na sytuacje trudne kształtują się po wpływie określonych oddziaływań wychowawczych w rodzinie. Wyniki badań przeprowadzonych przez Tyszkową (1972), pozwalają stwierdzić, że rozwojowi odporności na sytuacje trudne sprzyjają takie postawy rodzicielskie jak: akceptowanie dziecka takim jakie ono jest, współdziałanie z dzieckiem, dawanie mu rozumnej swobody w granicach możliwych dla jego wieku, uznawanie praw dziecka związanych z jego potrzebami rozwojowymi i prawa do autonomii. Są to postawy rodzicielskie prawidłowe, które sprzyjają stosowaniu prawidłowych metod wychowawczych (stylu wychowania demokratycznego). Natomiast matki badanych dzieci o niskiej odporności na sytuacje trudne, w sposób statystycznie istotny częściej przejawiały rodzicielskie postawy nieprawidłowe (postawy nadmiernego ochraniania, nadmiernych wymagań, nadmiernego dystansu uczuciowego).

Januszewska (2000) w swoich badaniach adolescentów udowodniła, że w genezie rozwoju stylu zadaniowego radzenia sobie w sytuacjach trudnych istotną rolę odgrywa matka, która wykazuje postawę kochającą, stwarza ciepły klimat miłości, poświęca dziecku wiele uwagi i pomaga w ważnych dla niego sytuacjach, dzięki czemu dziecko rozwija dojrzałe umiejętności radzenia sobie ze stresem. W niektórych sytuacjach życiowych matka odwoływała się jednak do stosowania umiarkowanie ostrych kar fizycznych, w formie odbierania przedmiotów miłych dziecku, ograniczania zabawy. W rozwoju stylu emocjonalnego zaś istotną rolę odgrywają ojcowie, którzy mają postawę wymagającą, stawiają dziecku za wysokie wymagania w zakresie dobrego zachowania i w nauce szkolnej, nie uznają wartościowej roli aktywności własnej dziecka, nie starają się zrozumieć ani uznać indywidualnej motywacji, narzucają własny punkt widzenia.

Postawa ojca wyraża się w zawstydzaniu dziecka przed innymi ludźmi, izolowaniu go od osób lubianych i braku pochwał.

II. Metodologia badań własnych

1. Cel badań i postawione hipotezy

Zrealizowane badania miały na celu udzielenie odpowiedzi na pytanie czy istnieje zależność pomiędzy stylem wychowania w rodzinie pochodzenia, a poczuciem własnej wartości w relacjach interpersonalnych i radzeniem sobie w sytuacjach trudnych u młodych dorosłych?

Zostały postawione następujące hipotezy:

1) Założono, że istnieje zależność pomiędzy stylem wychowania w rodzinie pochodzenia, a poczuciem własnej wartości w relacjach interpersonalnych, tzn. że:

- im wyższe natężenie stylu wychowania demokratycznego i liberalnego kochającego stosowanego przez rodziców tym wyższe poczucie własnej wartości;
- im bardziej nieprawidłowy styl wychowania, tj. autokratyczny, liberalny niekochający tym niższe poczucie własnej wartości.

2) Założono, że istnieje zależność pomiędzy stylem wychowania w rodzinie pochodzenia, a radzeniem sobie w sytuacjach trudnych, tzn. że:

- im bardziej prawidłowy styl wychowania (demokratyczny) tym bardziej efektywne radzenie sobie w sytuacjach trudnych;
- im bardziej nieprawidłowy styl wychowania, tj. autokratyczny, liberalny kochający i liberalny niekochający tym mniej efektywne radzenie sobie w sytuacjach trudnych.

3) Założono, że istnieje zależność pomiędzy poczuciem własnej wartości w relacjach interpersonalnych, a radzeniem sobie w sytuacjach trudnych, tzn. że:

- im wyższe poczucie własnej wartości, tym bardziej efektywne radzenie sobie w sytuacjach trudnych.

Postawiono następujące pytania badawcze:

- Czy istnieją różnice międzypłciowe w poczuciu własnej wartości?
- Czy istnieją różnice międzypłciowe w radzeniu sobie w sytuacjach trudnych?

2. Sposób przeprowadzenia badań

Badania zostały przeprowadzone w ramach projektu badawczego realizowanego latach 2011-2012 pod kierunkiem prof. UKSW dr hab. Marii Ryś. Badaniami zostali objęci młodzi dorośli. Każda z osób wypełniała ankietę i pięć testów: Skalę Poczucia Własnej Wartości w Relacjach Interpersonalnych (PWWRI), Skalę Postaw w Sytuacjach

Trudnych, Skalę Analiza Środowiska Rodzinnego w Rodzinie Pochodzenia (RP), Skalę Role w Dzieciństwie (RD) i Kwestionariusz Inteligencji Emocjonalnej INTE.

3. Wykorzystane metody

W pracy zostały wykorzystane następujące narzędzia badawcze:

- Skala Poczucia Własnej Wartości w Relacjach Interpersonalnych (PWWRI) M. Ryś;
- Skala Postaw w Sytuacjach Trudnych (PST) M. Ryś;
- Skala Analiza Środowiska Rodzinnego w Rodzinie Pochodzenia (RP) M. Ryś.

3.1. Skala Poczucia Własnej Wartości w Relacjach Interpersonalnych (PWWRI) M. Ryś

Skala ta służy do badania poczucia własnej wartości w relacjach interpersonalnych, choć początkowo służyła do badania osób, które zawarły związek małżeński z osobą uzależnioną albo współmałżonek uzależnił się od alkoholu lub narkotyków w trakcie małżeństwa. Skala ta umożliwia określenie typu relacji, w którym dana osoba myśli przede wszystkim o zaspokajaniu potrzeb najbliższych sobie osób i czyni to swoim kosztem oraz przejmuje odpowiedzialność za inne, bliskie sobie dorosłe osoby. Ta metoda badawcza pozwala określić głębokość występujących problemów. Tak więc może służyć ona nie tylko do badania osób z rodzin dysfunkcyjnych, ale także osób, które subiektywnie odczuwają braki wyniesione z okresu dzieciństwa. Składa się z 42 twierdzeń dotyczących zachowania osoby badanej, które oceniane są na 6 stopniowej skali (Ryś, 2011).

Metoda ta zawiera następujące skale: *Obniżone poczucie własnej wartości, Brak poszanowania własnych praw, Brak wiary w to, że jest się osobą kochaną, Przejmowanie odpowiedzialności za uczucia i działania współmałżonka, Kontrola innych.*

3.2. Skala Postaw w Sytuacjach Trudnych (PST) M. Ryś

Jest to metoda służąca do określenia postawy jaką przyjmuje osoba badana w sytuacji trudnej. Skala składa się z dwóch części. Pierwsza składa się z 24 itemów i służy do oceny stadium, w którym znajduje się osoba badana. Te stadia to: stadium szoku psychicznego, zaprzeczania, stadium oczekiwania (wyleczenia), gniew, targowanie się, stadium opłakiwania straty, stadium zachowania obronnego - zachowania zdrowe, stadium zachowania obronnego - zachowania neurotyczne, stadium końcowego przystosowania, akceptacja (Ryś, 2007).

Druga część zawiera również 24 stwierdzenia i pozwala określić podejście osoby badanej do sytuacji trudnej. Trzy podejścia to: podejście intelektualne do sytuacji trudnych, podejście emocjonalne do sytuacji, podejście działaniowe do sytuacji trudnych (tamże).

3.3. Skala Analiza Środowiska Rodzinnego w Rodzinie Pochodzenia (RP) M. Ryś

Jest to metoda służąca do badania struktury systemów rodzinnych i stylów wychowania w rodzinie. Została ona stworzona przez M. Ryś (2001) w oparciu o opis typologii rodziny Davida Fielda i przegląd literatury dotyczącej psychologii małżeństwa i rodziny.

Metoda ta składa się ze 100 twierdzeń, za pomocą których badani oceniają najpierw matkę, a później ojca.

W badaniach stylu wychowawczego określa się natężenie cech w zakresie 4 stylów: styl wychowania demokratyczny, styl wychowania autokratyczny, styl wychowania liberalny kochający, styl wychowania liberalny niekochający.

4. Charakterystyka badanych osób

Badaniami zostali objęci młodzi dorośli. Osoby w wieku 18-26 lat. Przebadano łącznie 175 osób. Spośród badanych 51,4% osób stanowiły kobiety, zaś 48,6% mężczyźni. Ze względu na to, że badane były młode osoby, uczące się w szkołach średnich 41,1% osób płci żeńskiej posiadało wykształcenie podstawowe. W tej grupie 10,0% osób posiadało wykształcenie zawodowe, 25,6% - wyższe nieukończone, 23,3% - wyższe. Żadna z badanych kobiet nie miała wykształcenia średniego. Wśród mężczyzn 41,2% badanych uczących się posiadało wykształcenie podstawowe, 18,8% - średnie, 23,5% - wyższe nieukończone, 16,5% - wyższe. Nikt w tej grupie nie posiadał wykształcenia zawodowego.

III. Statystyczna prezentacja i psychologiczna interpretacja uzyskanych wyników badań

1. Statystyczna prezentacja uzyskanych wyników badań

1.1. Statystyki opisowe dla analizowanych zmiennych

Przedstawione zostaną teraz statystyki opisowe dla analizowanych zmiennych.

Tabela 1. Statystyki opisowe dla analizowanych zmiennych

Zmienna	Średnia		Odchylenie standardowe	
	kobiety	mężczyźni	kobiety	mężczyźni
	N= 89	N=85	N= 89	N=85
Styl wychowania demokratyczny u matki	22,157	21,112	5,281	4,698
Styl wychowania autokratyczny u matki	6,124	7,476	5,465	6,157
Styl wychowania liberalny kochający u matki	17,208	17,194	3,9906	2,820
Styl wychowania liberalny niekochający u matki	5,247	6,006	4,7273	5,833
Styl wychowania demokratyczny u ojca	N=90	16,282	N=90	8,023
	18,689		7,312	
Styl wychowania autokratyczny u ojca	7,944	10,659	5,953	6,205
Styl wychowania liberalny kochający u ojca	15,456	14,041	4,768	4,929
Styl wychowania liberalny niekochający u ojca	8,456	9,824	6,575	7,918
Obniżone poczucie własnej wartości	19,87	20,99	5,469	7,305
Brak poszanowania własnych praw	16,31	17,41	6,611	7,658
Brak wiary w to, że jest się osobą kochaną	14,79	16,56	6,979	8,707
Przejmowanie odpowiedzialności za uczucia i działania drugiego człowieka	22,69	23,91	5,466	5,261
Kontrola innych	15,27	13,87	6,306	6,384
Podejście intelektualne do sytuacji trudnych	25,98	26,99	3,798	3,993
Podejście emocjonalne do sytuacji trudnych	26,37	27,24	4,918	4,832
Podejście działaniowe do sytuacji trudnych	28,92	29,73	5,343	4,779

1.2. Związek pomiędzy stylem wychowania w rodzinie pochodzenia, a poczuciem własnej wartości w relacjach interpersonalnych

Przedstawiona teraz zostanie analiza wyników badań własnych w zakresie korelacji stylu wychowania w rodzinie pochodzenia i poczucia własnej wartości w relacjach interpersonalnych w grupie kobiet i mężczyzn.

Tabela 2. Związek pomiędzy stylem wychowania w rodzinie pochodzenia, a poczuciem własnej wartości w relacjach interpersonalnych w grupie kobiet

Zmienna	Statystyki	Obniżone poczucie własnej wartości	Brak poszanowania własnych praw	Brak wiary w to, że jest się osobą kochaną	Przejmowanie odpowiedzialności za uczucia i działania drugiego człowieka	Kontrola innych
Styl wychowania demokratyczny u matki	Korelacja rho - Spearmana	0,171	-0,264	-0,423	0,177	-0,004
	Istotność (dwustronna)	p=0,110	p<0,05	p<0,05	p=0,097	p=0,967
Zmienna	Statystyki	Obniżone poczucie własnej wartości	Brak poszanowania własnych praw	Brak wiary w to, że jest się osobą kochaną	Przejmowanie odpowiedzialności za uczucia i działania drugiego człowieka	Kontrola innych
Styl wychowania autokratyczny u matki	Korelacja rho - Spearmana	0,236	0,280	0,335	0,027	0,024
	Istotność (dwustronna)	p<0,05	p<0,05	p<0,05	p=0,805	p=0,827
Styl wychowania liberalny kochający u matki	Korelacja rho - Spearmana	-0,095	-0,212	-0,305	0,225	0,049
	Istotność (dwustronna)	p=0,375	p<0,05	p<0,05	p<0,05	p=0,648
Styl wychowania liberalny niekochający u matki	Korelacja rho - Spearmana	0,243	0,323	0,392	0,029	-0,005
	Istotność (dwustronna)	p<0,05	p<0,05	p<0,05	p=0,786	p=0,966
Styl wychowania demokratyczny u ojca	Korelacja rho - Spearmana	0,021	-0,079	-0,225	0,241	0,040
	Istotność (dwustronna)	p=0,842	p=0,459	p<0,05	p<0,05	p=0,709
Styl wychowania autokratyczny u ojca	Korelacja rho - Spearmana	0,232	0,227	0,362	0,031	0,094
	Istotność (dwustronna)	p<0,05	p<0,05	p<0,05	p=0,773	p=0,380
Styl wychowania liberalny kochający u ojca	Korelacja rho - Spearmana	0,095	0,040	-0,103	0,243	0,099
	Istotność (dwustronna)	p=0,374	p=0,706	p=0,333	p<0,05	p=0,354

W toku analizy badań w grupie kobiet zanotowano istotne statystycznie ujemne korelacje pomiędzy stylem wychowania demokratycznym u matki i liberalnym kochającym u matki, a wynikami na skalach: *Brak poszanowania własnych praw* i *Brak wiary w to, że jest się osobą kochaną*. Ujemne korelacje występują również pomiędzy stylem wychowania demokratycznym u ojca, a skalą *Brak wiary w to, że jest się osobą kochaną*.

Ponadto zanotowano istotne statystycznie dodatnie korelacje pomiędzy stylem wychowania u matki, stylem wychowania autokratycznym u ojca i stylem wychowania liberalnym niekochającym u matki, a wynikami na skalach: *Obniżone poczucie własnej wartości*, *Brak poszanowania własnych praw*, *Brak wiary w to, że jest się osobą kochaną*. Widoczne są też korelacje pomiędzy stylem wychowania liberalnym kochającym u matki, stylem wychowania liberalnym kochającym u ojca i stylem wychowania demokratycznym u ojca, a skalą *Przejmowanie odpowiedzialności za uczucia i działania drugiego człowieka*. Zanotowano dodatnie korelacje pomiędzy stylem wychowania liberalnym niekochającym u ojca, a skalami: *Obniżone poczucie własnej wartości*, *Brak poszanowania własnych praw*, *Brak wiary w to, że jest się osobą kochaną* i *Kontrola innych*.

Tabela 3. Związek pomiędzy stylem wychowania w rodzinie pochodzenia, a poczuciem własnej wartości w relacjach interpersonalnych w grupie mężczyzn

Zmienna	Statystyki	Obniżone poczucie własnej wartości	Brak poszanowania własnych praw	Brak wiary w to, że jest się osobą kochaną	Przejmowanie odpowiedzialności za uczucia i działania drugiego człowieka	Kontrola innych
Styl wychowania demokratyczny u matki	Korelacja r - Pearsona	-0,424	-0,456 (rho - Spearmana)	-0,459 (rho - Spearmana)	-0,180	-0,324
	Istotność (dwustronna)	p<0,05	p<0,05	p<0,05	p=0,100	p<0,05
Styl wychowania autokratyczny u matki	Korelacja rho - Spearmana	0,450	0,413	0,444	0,191	0,326
	Istotność (dwustronna)	p<0,05	p<0,05	p<0,05	p=0,079	p<0,05
Styl wychowania liberalny kochający u matki	Korelacja r - Pearsona	-0,111	-0,101 (rho - Spearmana)	-0,171 (rho - Spearmana)	-0,010	-0,074
	Istotność (dwustronna)	p=0,311	p=0,360	p=0,118	p=0,925	p=0,499
Styl wychowania liberalny niekochający u matki	Korelacja rho - Spearmana	0,450	0,421	0,426	0,158	0,265
	Istotność (dwustronna)	p<0,05	p<0,05	p<0,05	p=0,149	p<0,05

ECOLOGIA HUMANA

Zmienna	Statystyki	Obniżone poczucie własnej wartości	Brak poszanowania własnych praw	Brak wiary w to, że jest się osobą kochaną	Przejmowanie odpowiedzialności za uczucia i działania drugiego człowieka	Kontrola innych
Styl wychowania demokratyczny u ojca	Korelacja rho - Spearmana	-0,232	-0,271	-0,363	0,005	-0,006
	Istotność (dwustronna)	p<0,05	p<0,05	p<0,05	p=0,966	p=0,953
Styl wychowania autokratyczny u ojca	Korelacja r - Pearsona	0,262	0,298 (rho - Spearmana)	0,347 (rho - Spearmana)	0,004	0,208
	Istotność (dwustronna)	p<0,05	p<0,05	p<0,05	p=0,973	p=0,056
Styl wychowania liberalny kochający u ojca	Korelacja rho - Spearmana	-0,111	-0,116	-0,204	0,054	0,098
	Istotność (dwustronna)	p=0,313	p=0,290	p=0,061	p=0,622	p=0,372
Styl wychowania liberalny niekochający u ojca	Korelacja rho - Spearmana	0,255	0,325	0,321	-0,036	0,072
	Istotność (dwustronna)	p<0,05	p<0,05	p<0,05	p=0,747	p=0,513

W grupie mężczyzn zaobserwowano istotne statystycznie ujemne korelacje pomiędzy stylem wychowania demokratycznym u matki i stylem wychowania demokratycznym u ojca, a skalami: *Obniżone poczucie własnej wartości*, *Brak poszanowania własnych praw*, *Brak wiary w to, że jest się osobą kochaną*. Korelacje ujemne wystąpiły również pomiędzy stylem wychowania demokratycznym u matki, a skalą *Kontrola innych*.

Zanotowano istotne statystycznie dodatnie korelacje pomiędzy stylem wychowania autokratycznym u matki i stylem wychowania liberalnym niekochającym u matki, a skalami: *Obniżone poczucie własnej wartości*, *Brak poszanowania własnych praw*, *Brak wiary w to, że jest się osobą kochaną*, *Kontrola innych*. Stwierdzono również, że styl wychowania autokratyczny u ojca i styl wychowania liberalny niekochający u ojca korelują dodatnio z skalami *Obniżone poczucie własnej wartości*, *Brak poszanowania własnych praw* i *Brak wiary w to, że jest się osobą kochaną*.

1.3. Związek pomiędzy stylem wychowania w rodzinie pochodzenia, a radzeniem sobie w sytuacjach trudnych

Kolejna analiza wyników badań własnych ma na celu pokazanie istnienia związków pomiędzy stylem wychowania w rodzinie pochodzenia, a poczuciem własnej wartości w relacjach interpersonalnych w grupie kobiet i mężczyzn.

Tabela 4. Związek pomiędzy stylem wychowania w rodzinie pochodzenia, a radzeniem sobie w sytuacjach trudnych w grupie kobiet

Zmienna	Statystyki	Podjęcie intelektualne do sytuacji trudnych	Podjęcie emocjonalne do sytuacji trudnych	Podjęcie działaniowe do sytuacji trudnych
Styl wychowania demokratyczny u matki	Korelacja rho - Spearmana	0,064	0,076	0,161
	Istotność (dwustronna)	p=0,550	p=0,480	p=0,131
Styl wychowania autokratyczny u matki	Korelacja rho - Spearmana	0,052	-0,074	-0,055
	Istotność (dwustronna)	p=0,632	p=0,491	p=0,611
Styl wychowania liberalny kochający u matki	Korelacja rho - Spearmana	0,128	0,106	0,134
	Istotność (dwustronna)	p=0,232	p=0,322	p=0,210
Styl wychowania liberalny niekochający u matki	Korelacja rho - Spearmana	-0,013	-0,090	-0,102
	Istotność (dwustronna)	p=0,906	p=0,403	p=0,341
Styl wychowania demokratyczny u ojca	Korelacja rho - Spearmana	0,103	0,143	0,108
	Istotność (dwustronna)	p=0,223	p=0,180	p=0,313
Styl wychowania liberalny kochający u ojca	Korelacja rho - Spearmana	0,112	0,056	0,068
	Istotność (dwustronna)	p=0,293	p=0,601	p=0,524
Styl wychowania liberalny niekochający u ojca	Korelacja rho - Spearmana	-0,106	-0,344	-0,216
	Istotność (dwustronna)	p=0,320	p<0,05	p<0,05

W grupie kobiet wystąpiły istotne statystycznie ujemne korelacje pomiędzy stylem wychowania autokratycznym u ojca, a podejściem emocjonalnym do sytuacji trudnych. Ujemne korelacje zaobserwowano również pomiędzy stylem wychowania liberalnym niekochającym u ojca, a podejściem emocjonalnym do sytuacji trudnych i podejściem działaniowym do sytuacji trudnych.

Tabela 5. Związek pomiędzy stylem wychowania w rodzinie pochodzenia, a radzeniem sobie w sytuacjach trudnych w grupie mężczyzn

Zmienna	Statystyki	Podejście intelektualne do sytuacji trudnych	Podejście emocjonalne do sytuacji trudnych	Podejście działaniowe do sytuacji trudnych
Styl wychowania demokratyczny u matki	Korelacja rho - Spearmana	0,308 (r - Pearsona)	0,350	0,393
	Istotność (dwustronna)	p<0,05	p<0,05	p<0,05
Styl wychowania autokratyczny u matki	Korelacja rho - Spearmana	-0,268	-0,341	-0,286
	Istotność (dwustronna)	p<0,05	p<0,05	p<0,05
Styl wychowania liberalny kochający u matki	Korelacja rho - Spearmana	0,172 (r - Pearsona)	0,207	0,144
	Istotność (dwustronna)	p=0,115	p=0,057	p=0,188
Styl wychowania liberalny niekochający u matki	Korelacja rho - Spearmana	-0,178	-0,306	-0,290
	Istotność (dwustronna)	p=0,103	p<0,05	p<0,05
Styl wychowania demokratyczny u ojca	Korelacja rho - Spearmana	0,179	0,487	0,378
	Istotność (dwustronna)	p=0,102	p<0,05	p<0,05
Styl wychowania autokratyczny u ojca	Korelacja rho - Spearmana	-0,284 (r - Pearsona)	-0,398	-0,311
	Istotność (dwustronna)	p<0,05	p<0,05	p<0,05
Styl wychowania liberalny kochający u ojca	Korelacja rho - Spearmana	0,171	0,355	0,255
	Istotność (dwustronna)	p=0,117	p<0,05	p<0,05
Styl wychowania liberalny niekochający u ojca	Korelacja rho - Spearmana	-0,245	-0,406	-0,315
	Istotność (dwustronna)	p<0,05	p<0,05	p<0,05

Z analizy badań wynika, że w grupie mężczyzn styl wychowania autokratyczny u matki koreluje ujemnie z podejściem intelektualnym do sytuacji trudnych, podejściem emocjonalnym do sytuacji trudnych i podejściem działaniowym do sytuacji trudnych. Pomiędzy stylem wychowania liberalnym niekochającym u matki, a podejściem emocjonalnym do sytuacji trudnych i podejściem działaniowym do sytuacji trudnych występują również korelacje ujemne. Korelacje ujemne zaobserwowano również w związkach stylu wychowania autokratycznego u ojca, stylu wychowania liberalnego niekochającego u ojca z podejściem intelektualnym do sytuacji trudnych, podejściem emocjonalnym do sytuacji trudnych i podejściem działaniowym do sytuacji trudnych.

Analiza badań pokazuje, że występuje współzależność pomiędzy stylem wychowania demokratycznym u matki, a podejściem intelektualnym do sytuacji trudnych, podejściem emocjonalnym do sytuacji trudnych i podejściem działaniowym do sytuacji trudnych. Styl wychowania demokratyczny u ojca i styl wychowania liberalny kochający u ojca korelują dodatnio z podejściem emocjonalnym do sytuacji trudnych i podejściem działaniowym do sytuacji trudnych.

1.4. Związek pomiędzy poczuciem własnej wartości w relacjach interpersonalnych, a radzeniem sobie w sytuacjach trudnych

Kolejna analiza wyników badań ma na celu wykazanie jakie związki występują pomiędzy poczuciem własnej wartości w relacjach interpersonalnych, a radzeniem sobie w sytuacjach trudnych w grupie kobiet i mężczyzn.

Tabela 6. Związek pomiędzy poczuciem własnej wartości w relacjach interpersonalnych, a radzeniem sobie w sytuacjach trudnych w grupie kobiet

Zmienna	Statystyki	Obniżone poczucie własnej wartości	Brak poszanowania własnych praw	Brak wiary w to, że jest się osobą kochaną	Przejmowanie odpowiedzialności za uczucia i działania drugiego człowieka	Kontrola innych
Podejście intelektualne do sytuacji trudnych	Korelacja rho - Spearmana	-0,053	0,061	-0,077	-0,091	-0,051
	Istotność (dwustronna)	p=0,622	p=0,568	p=0,469	p=0,394	p=0,632
Podejście emocjonalne do sytuacji trudnych	Korelacja r - Pearsona	-0,278 (rho - Spearmana)	-0,091	-0,364	-0,168	-0,104
	Istotność (dwustronna)	p<0,05	p=0,396	p<0,05	p=0,113	p=0,328
Podejście działaniowe do sytuacji trudnych	Korelacja rho - Spearmana	-0,252	-0,284	-0,517	-0,206	-0,314
	Istotność (dwustronna)	p<0,05	p<0,05	p<0,05	p=0,051	p<0,05

W grupie kobiet istnieją istotne statystycznie ujemne korelacje pomiędzy podejściem emocjonalnym do sytuacji trudnych, a skalami: *Obniżone poczucie własnej*

wartości i Brak wiary w to, że jest się osobą kochaną. Podejście działania do sytuacji trudnych ujemnie koreluje ze skalami: *Obniżone poczucie własnej wartości, Brak poszanowania własnych praw, Brak wiary w to, że jest się osobą kochaną i Kontrola innych.*

Tabela 7. Związek pomiędzy poczuciem własnej wartości w relacjach interpersonalnych, a radzeniem sobie w sytuacjach trudnych w grupie mężczyzn

Zmienna	Statystyki	Obniżone poczucie własnej wartości	Brak poszanowania własnych praw	Brak wiary w to, że jest się osobą kochaną	Przejmowanie odpowiedzialności za uczucia i działania drugiego człowieka	Kontrola innych
Podejście intelektualne do sytuacji trudnych	Korelacja r - Pearsona	-0,263	-0,184 (rho Spearmana)	-0,278 (rho Spearmana)	0,008	-0,166
	Istotność (dwustronna)	p<0,05	p=0,091	p<0,05	p=0,939	p=0,129
Podejście emocjonalne do sytuacji trudnych	Korelacja rho Spearmana	-0,490	-0,425	-0,506	-0,249	-0,319
	Istotność (dwustronna)	p<0,05	p<0,05	p<0,05	p<0,05	p<0,05
Podejście działania do sytuacji trudnych	Korelacja rho - Spearmana	-0,496	-0,495	-0,521	-0,275	-0,296
	Istotność (dwustronna)	p<0,05	p<0,05	p<0,05	p<0,05	p<0,05

Analiza badań wykazała istnienie w grupie mężczyzn korelacji ujemnych między podejściem intelektualnym do sytuacji trudnych, a skalami: *Obniżone poczucie własnej wartości i Brak wiary w to, że jest się osobą kochaną.* Podejście emocjonalne do sytuacji trudnych i podejście działania do sytuacji trudnych korelują ujemnie ze skalami: *Obniżone poczucie własnej wartości, Brak poszanowania własnych praw, Brak wiary w to, że jest się osobą kochaną, Przejmowanie odpowiedzialności za uczucia i działania drugiego człowieka i Kontrola innych.*

1.5. Różnice międzyplciowe w poczuciu własnej wartości w relacjach interpersonalnych

Poniższa analiza ma pokazać w jaki sposób kobiety i mężczyźni różnią się między sobą w zakresie poczucia własnej wartości w relacjach interpersonalnych.

Tabela 8. Poczucie własnej wartości w relacjach interpersonalnych w grupie kobiet i mężczyzn- wyniki testu U Manna-Whitneya

Zmienna	Obniżone poczucie własnej wartości	Brak poszanowania własnych praw	Brak wiary w to, że jest się osobą kochaną
U Manna - Whitneya	U=3644	U=3643	U=3396,5
Istotność (dwustronna)	p=0,588	p=0,586	p=0,200

Tabela 9. Poczucie własnej wartości w relacjach interpersonalnych w grupie kobiet i mężczyzn- wyniki testu T-Studenta

Zmienna	Przejmowanie odpowiedzialności za uczucia i działania drugiego człowieka	Kontrola innych
Test Leven'a	F=0,008	F=0,150
Istotność testu Leven'a	p=0,929	p=0,699
T-Studenta	t=-1,499	t=1,455
df	173	173
Istotność testu T-studenta (dwustronna)	p=0,136	p=0,148

Nie zanotowano istotnych statystycznie różnic w grupie kobiet i mężczyzn w zakresie poczucia własnej wartości w relacjach interpersonalnych.

1.6. Różnice międzypłciowe w radzeniu sobie w sytuacjach trudnych

Analiza ta ma pokazać w jaki sposób kobiety i mężczyźni różnią się między sobą w zakresie radzenia sobie w sytuacjach trudnych.

Tabela 10. Radzenie sobie w sytuacjach trudnych w grupie kobiet i mężczyzn - wyniki testu U-Manna Whitneya

Zmienna	Podjęcie intelektualne do sytuacji trudnych	Podjęcie emocjonalne do sytuacji trudnych	Podjęcie działaniowe do sytuacji trudnych
U Manna - Whitneya	U=3262,500	U=3353,500	U=3537,500
Istotność (dwustronna)	p=0,092	p=0,158	p=0,390

Nie zanotowano istotnych statystycznie różnic w grupie kobiet i mężczyzn w zakresie radzenia sobie w sytuacjach trudnych.

2. Psychologiczna analiza i interpretacja uzyskanych wyników badań

Przeprowadzone badania miały na celu udzielić odpowiedzi na pytanie czy istnieje zależność pomiędzy stylem wychowania w rodzinie pochodzenia, a poczuciem własnej wartości w relacjach interpersonalnych i radzeniem sobie w sytuacjach trudnych u młodych dorosłych.

Analiza uzyskanych wyników badań wykazała, że istnieje związek pomiędzy stylem wychowania, który stosują rodzice, a poczuciem własnej wartości w relacjach interpersonalnych. W grupie kobiet, osoby, które matki wychowywały w stylu

wychowania demokratycznych bądź liberalnym kochającym potrafią dobrze bronić swoich praw, nie godzą się na spełnianie zbyt wygórowanych oczekiwań innych ludzi i na krzywdzące traktowanie ze strony innych (niskie wyniki w skali *Brak poszanowania własnych praw*) oraz dobrze interpretują postawy bliskich i wierzą że są kochane przez osoby dla nich ważne (niskie wyniki w skali *Brak wiary w to, że jest się osobą kochaną*). Jednak kobiety wychowane przez oboje rodziców w stylu liberalnym kochającym biorą na siebie odpowiedzialność za zachowania i stany emocjonalne swoich najbliższych. Przyjmują na siebie ich kłopoty, konsekwencje ich niewłaściwych zachowań, rozwiązują ich problemy, poprawiają humor, nawet wtedy gdy wiąże się to z poważnymi własnymi stratami (wysokie wyniki w skali *Przejmowanie odpowiedzialności za uczucia i działania drugiego człowieka*). Kobiety, które ojcowie wychowywali w stylu wychowania demokratycznym wykazują wiarę w bycie kochanym przez bliskich (niskie wyniki w skali *Brak wiary w to, że jest się osobą kochaną*), ale też przejmują odpowiedzialność za swoich bliskich w zakresie uczuć i działań (wysokie wyniki w skali *Przejmowanie odpowiedzialności za uczucia i działania drugiego człowieka*).

W grupie mężczyzn osoby, które zostały wychowane przez oboje rodziców w stylu wychowania demokratycznym mają wyższe poczucie własnej wartości niż osoby wychowane w stylu nieprawidłowym, wierzą we własne siły, umieją się przeciwstawić i bronić swoich interesów (niskie wyniki w skali *Obniżone poczucie własnej wartości*), potrafią bronić swoich praw, nie spełniają oczekiwań innych ludzi, gdy te są zbyt wygórowane jak na ich możliwości (niskie wyniki w skali *Brak poszanowania własnych praw*) oraz dobrze interpretują postawy bliskich i wierzą że są kochani przez osoby dla nich ważne (niskie wyniki w skali *Brak wiary w to, że jest się osobą kochaną*). Również mężczyźni, którzy byli wychowywane przez matki w stylu wychowania demokratycznym czują się bezpiecznie w relacjach z innymi (niskie wyniki w skali *Kontrola innych*). Uzyskane wyniki badań potwierdzają hipotezę o zależności prawidłowego (demokratycznego) stylu wychowania z wyższym poczuciem własnej wartości w relacjach interpersonalnych. W przypadku kobiet dodatkowo wpływa na to wychowanie w sposób liberalny, w którym matka otaczała je czułością i miłością

Kobiety, które zostały wychowane przez oboje rodziców w stylu wychowania autokratycznym lub stylu wychowania liberalnym niekochającym wykazują istotnie niższe poczucie własnej wartości niż kobiety wychowane w stylu prawidłowym, mniej wierzą we własne siły, nie jest dla nich istotne zaspokojenie własnych potrzeb, ale chcą zaspokajać potrzeby innych i spełniać wszystkie oczekiwania bliskich osób, nawet gdy wiąże się to z poniesieniem wysokich kosztów własnych, źle się czują gdy muszą się przeciwstawić lub wypowiedzieć własną, zwłaszcza odmienną opinię (wysokie wyniki w skali *Obniżone poczucie własnej wartości*). Nie umieją również bronić swoich praw, godzą się na spełnianie wszystkich oczekiwań innych ludzi, znoszą bez protestu wykorzystywanie i niesprawiedliwość (wysokie wyniki w skali *Brak poszanowania własnych praw*). Przeżywają również wątpliwości dotyczące miłości ze strony

najbliższych osób. Potrzebę bycia kochaną zaspokajają poprzez budowanie przekonania o byciu potrzebnym czy wręcz niezbędnym do życia drugiej osoby. Kiedy nie muszą się poświęcać pojawia się uczucie odrzucenia i braku miłości (wysokie wyniki w skali *Brak wiary w to, że jest się osobą kochaną*). Ponadto kobiety, których ojciec stosował styl wychowania liberalny niekochający nie czują poczucia bezpieczeństwa w związkach z innymi ludźmi, mają potrzebę ciągłego kontrolowania innych, chcą wiedzieć wszystko o osobach, które kochają (wysokie wyniki w skali *Kontrola innych*). Mężczyźni, którzy zostali wychowani przez oboje rodziców w stylu wychowania autokratycznym lub liberalnym niekochającym, tak jak kobiety mają obniżone poczucie własnej wartości, nie potrafią bronić własnych praw i nie wykazują wiary w to, że są osobami kochanymi. Ponadto mężczyźni, których matki wychowywały w stylu autokratycznym lub liberalnym niekochającym odczuwają brak poczucia bezpieczeństwa w relacjach z bliskimi ludźmi i ich kontrolują. Analiza badań pozwala potwierdzić hipotezę o związku nieprawidłowego stylu wychowania (autokratycznego, liberalnego niekochającego) z niższym poczuciem własnej wartości w relacjach interpersonalnych. Uzyskane wyniki potwierdzają badania Przetacznikowej (1983) o związku autokratycznego stylu wychowania z obniżoną samooceną oraz badania Niebrzydowskiego (1995), których wyniki mówią o związku nadmiernie wymagającej postawy rodzicielskiej z kształtowaniem się poczucia braku wiary we własne siły, niepewności, lęklności.

Badania związku stylu wychowania w rodzinie pochodzenia i radzenia sobie w sytuacjach trudnych wykazały w grupie kobiet, że wychowanie przez ojca w stylu autokratycznym powoduje emocjonalne trudności w radzeniu sobie w sytuacjach trudnych, użalanie się na sobą, wpadanie w rozpacz, bunt bądź obojętność na wszystko (niskie wyniki w skali *Podejście emocjonalne do sytuacji trudnych*). Kobiety, które ojciec wychowywał w stylu autokratycznym też mają emocjonalne trudności w radzeniu sobie w sytuacjach trudnych oraz odczuwają w takich momentach bezradność, brak siły, oczekują, że ktoś je wyręczy, pomoże, znajdzie rozwiązanie problemu. Poszukują nieprawidłowych rozwiązań, mogą kołować ból za pomocą używek, izolować się od innych ludzi, mogą rozważać możliwość popełnienia samobójstwa (niskie wyniki w skali *Podejście działania do sytuacji trudnych*).

Mężczyźni, których matki wychowywały w stylu demokratycznym dobrze radzą sobie w sytuacjach trudnych, tzn. starają się dokładnie analizować trudną sytuację i poznać ją z różnych stron (wysokie wyniki w skali *Podejście intelektualne do sytuacji trudnych*), starają się zaakceptować trudną sytuację i swój ból, zachować spokój, nie zamykają się w sobie, szukają pomocy u najbliższych, w medytacji, modlitwie (wysokie wyniki w skali *Podejście emocjonalne do sytuacji trudnych*), podejmują wszelkie działania służące pomocą w przyjęciu i rozwiązaniu trudnej sytuacji, aktywnie szukają wsparcia, wykorzystują własne wcześniejsze doświadczenia, żeby sobie pomóc (wysokie wyniki w skali *Podejście działania do sytuacji trudnych*). W przypadku mężczyzn, którzy przez swoich ojców byli wychowywani w stylu demokratycznym lub liberalnym kochającym, nie występują emocjonalne trudności w radzeniu sobie z sytuacjami trudnymi oraz

podjmują oni potrzebne działania służące poradzeniu sobie z sytuacją trudną. W sytuacji gdy oboje rodzice stosują w wychowaniu styl autokratyczny, u mężczyzn pojawiają się trudności z radzeniem sobie w sytuacjach trudnych. Występuje poczucie beznadziejności, osoby unikają myślenia o trudnej sytuacji, bądź rozważają najtragiczniejsze scenariusze przyszłości (niskie wyniki w skali *Podejście intelektualne do sytuacji trudnych*), mają emocjonalne trudności w radzeniu sobie z trudnymi sytuacjami (niskie wyniki w skali *Podejście emocjonalne do sytuacji trudnych*), doświadczają poczucia bezradności, nie podejmują działań mających na celu rozwiązanie problemu (niskie wyniki w skali *Podejście działania do sytuacji trudnych*). Te trudności występują również u mężczyzn wychowanych przez ojca w stylu liberalnym niekochającym. Zaś wychowanie przez matkę w stylu liberalnym niekochającym powoduje emocjonalne trudności i wstrzymywanie się w podejmowaniu działań.

W przypadku mężczyzn potwierdza się hipoteza o zależności pomiędzy stylem wychowania, a radzeniem sobie w sytuacjach trudnych. Lepiej radzą sobie w takich sytuacjach osoby wychowane w stylu prawidłowym (demokratycznym), zaś gorzej – w stylach nieprawidłowych (autokratycznym, liberalnym niekochającym). Ta hipoteza nie znajduje potwierdzenia w przypadku kobiet, jeżeli chodzi o wychowanie przez matkę. Badania nie wskazują tu na żadne istotne zależności. Zaś nieprawidłowy styl wychowania u ojca wpływa na gorsze radzeniem sobie emocjonalne i działania w sytuacjach trudnych.

Analiza badań pokazuje, że istnieje związek pomiędzy poczuciem własnej wartości w relacjach interpersonalnych, a radzeniem sobie w sytuacjach trudnych. W grupie kobiet, obniżone poczucie własnej wartości i brak wiary w to, że jest się kochaną przez bliskich wiąże się z emocjonalnymi trudnościami z radzeniem sobie w sytuacjach trudnych i nie podejmowanie działań w takich momentach. Osoby, które nie podejmują działań mających na celu pokonanie trudności, nie potrafią bronić swoich praw i nie czują się bezpiecznie w związkach, kontrolują innych. Mężczyźni zaś, którzy mają emocjonalne trudności w sytuacjach trudnych i nie podejmują wtedy działań, mają obniżone poczucie własnej wartości, nie potrafią bronić własnych praw, nie czują że są kochani, przejmują odpowiedzialność za innych i nie czują się bezpiecznie w związkach. Również ci którzy mają obniżone poczucie własnej wartości i nie wierzą, że są kochani przez bliskich, unikają analizowania trudnej sytuacji

Wyniki badań potwierdzają hipotezę, że osoby o wyższym poczuciu własnej wartości, lepiej radzą sobie w sytuacjach trudnych. Wyniki te są potwierdzeniem badań Tyszkowej (1977) i Carver'a (1989).

Analiza wyników nie pokazała istotnych różnic w poczuciu własnej wartości w relacjach interpersonalnych i radzeniu sobie w sytuacjach trudnych u kobiet i u mężczyzn.

Badania pokazały, że mężczyźni, którzy oceniają swoje dzieciństwo jako szczęśliwe lepiej radzą sobie w sytuacjach trudnych. Starają się zaakceptować swój ból, zachować spokój, szukają aktywnie pomocy i próbują rozwiązać problem.

Bibliografia:

- Baumeister R. F., (2003), Does high self-esteem cause better performance, interpersonal success, happiness or healthier lifestyles, *Psychological Science in the Public Interest*, 4, s. 1-44.
- Baumrind D., (1996), Effects of Authoritative Parental Control on Child Behavior, *Child Development*, 37(4), s. 887-907.
- Borecka-Biernat D., (1992), Style wychowania w rodzinie a agresywne zachowania dzieci, *Acta Universitatis Wratislaviensis. Prace psychologiczne*, 26, s. 125-141.
- Borecka-Biernat D., (2006), Strategie radzenia sobie młodzieży w trudnych sytuacjach społecznych. *Psychospołeczne uwarunkowania*, Wrocław: Wydawnictwo Uniwersytetu Wrocławskiego
- Brzezińska A., (1973), Struktura obrazu własnej osoby i jego wpływ na zachowanie, *Kwartalnik Pedagogiczny*, 3, s. 87-97.
- Endler N. S., Parker J. D. A., (1990), Multidimensional Assessment of Coping: A Critical Evaluation, *Journal of Personality and Social Psychology*, 58(5) s. 844-854.
- Heszen-Niejodek I., (1997), Styl radzenia sobie ze stresem: fakty i kontrowersje, *Czasopismo Psychologiczne*, 3(1), s. 7-22.
- Januszewska E., (2000), Style reagowania na stres w kontekście postaw rodzicielskich. Badania młodzieży w okresie adolescencji, (w:) D. Kornas-Biela (red.) *Rodzina źródło życia i szkoła miłości*, (s. 313-344), Lublin: Towarzystwo Naukowe Katolickiego Uniwersytetu Lubelskiego.
- Kocowski T., (1966), Odporność na stress jako cecha osobowości, *Nowa Szkoła*, 7/8, s. 28-30.
- Kofta M., Doliński D., (2006), Poznawcze podejście do osobowości, (w:) J. Strelau (red.), *Psychologia. Podręcznik naukowy t.2*, (s. 561-600), Gdańsk: Gdańskie Wydawnictwo Psychologiczne.
- Kolańczyk A., (1976), Mechanizm powstawiania i funkcjonowania poczucia mniejszej wartości, *Acta Universitatis Wratislaviensis, Prace Psychologiczne*, IV, s. 49-61.
- Kosińska-Dec K., (1992), Wybrane teoretyczne i metodologiczne problemy nad stresem, radzeniem sobie i zdrowiem, *Nowiny Psychologiczne*, 4, s. 95-100.
- Kuczkowski S., (1991), *Przyjacielskie spotkania wychowawcze*, Kraków: Wydawnictwa Apostolstwa Modlitwy.
- Kulas H., (1986), *Samoocena młodzieży*, Warszawa: Wydawnictwa Szkolne i Pedagogiczne.
- Lazarus R., Folkman S., (1984), *Stress, appraisal and coping*, New York: Springer Publishing Company.
- Lazarus R., (1986), Paradygmat stresu i radzenia sobie, *Nowiny psychologiczne*, 3-4, s. 2-39.

- Maccoby, E.E., Martin, J.A., (1983), Socialization in the context of the family: Parent-child interaction, (w:) Mussen P. (red.), Handbook of Child Psychology, volume IV: Socialization, personality, and social development, (s. 1-101), New York: Wiley.
- Niebrzydowski L., (1995), Psychologia wychowawcza i społeczna, Zielona Góra: Wydawnictwo Wyższej Szkoły Pedagogicznej im. Tadeusza Kotarbińskiego.
- Obuchowska I., (2009), Rodzice i style wychowania- cz. II, Remedium. Profilaktyka i promocja zdrowego stylu życia, s. 6-7.
- Oleś P., (1996), Z problematyki interwencji kryzysowej i radzenia sobie ze stresem, Studia z psychologii w KUL, 8, s. 249-265.
- Pluta A., (1979), Młodzież i dom rodzinny, Warszawa: Instytut Wydawniczy „Nasza Księgarnia”.
- Podgórecki A., (1969), Patologia życia społecznego, Warszawa: Państwowe Wydawnictwo Naukowe.
- Przetacznik-Gierowska M., Włodarski Z., (1994), Psychologia wychowawcza 2, Warszawa: Państwowe Wydawnictwo Naukowe.
- Przetacznikowa M., Włodarski Z., (1983), Psychologia wychowawcza, Warszawa: Państwowe Wydawnictwo Naukowe.
- Reykowski J., (1966), Funkcjonowanie osobowości w warunkach stresu psychologicznego, Warszawa: Państwowe Wydawnictwo Naukowe.
- Reykowski J., (1970), „Obraz własnej osoby” jako mechanizm regulujący postępowanie, Kwartalnik Pedagogiczny, 3, s. 45-57.
- Reykowski J., (1975), Osobowość jako centralny system regulacji i integracji czynności, (w:) T. Tomaszewski (red.), Psychologia, (s. 762-825), Warszawa: Państwowe Wydawnictwo Naukowe.
- Ryś M., (2001), Systemy rodzinne. Metody badań struktury rodziny pochodzenia i rodziny własnej, Warszawa: Centrum Metodyczne Pomocy Psychologiczno-Pedagogicznej.
- Ryś M., (2007), Postawy w sytuacjach trudnych, Warszawa: Pracownia Testów Psychologicznych.
- Ryś M. (2011), Skala poczucia własnej wartości w relacjach interpersonalnych, Warszawa: Pracownia Testów Psychologicznych.
- Szlendak T., (2003), Zaniedbana piaskownica. Style wychowania małych dzieci, a problem nierówności szans edukacyjnych, Warszawa: Instytut Spraw Publicznych.
- Selye H., (1960), Stress życia, Warszawa: Państwowy Zakład Wydawnictw Lekarskich.
- Terelak J. F., (2008), Człowiek i stres, Bydgoszcz-Warszawa: Oficyna Wydawnicza Branta.
- Tomaszewski T., (1967), Aktywności człowieka, (w:) M. Maruszewski, J. Reykowski, T. Tomaszewski, Psychologia jako nauka o człowieku, (s. 222-281), Warszawa: Książka i Wiedza.
- Tomaszewski T., (1975), Człowiek w sytuacji, (w:) T. Tomaszewski (red.), Psychologia, (s.17-36), Warszawa: Państwowe Wydawnictwo Naukowe.
- Tyszkowa M., (1972), Problemy psychicznej odporności dzieci i młodzieży, Warszawa: Instytut Wydawniczy „Nasza Księgarnia”.

- Tyszkowa M., (1977), Osobowościowe i wychowawcze wyznaczniki psychicznej odporności dzieci i młodzieży, (w:) M. Tyszkowa (red.), Zachowanie się młodzieży w sytuacjach trudnych i rozwój osobowości, (s. 91-97), Poznań: Uniwersytet im. A. Mickiewicza.
- Tyszkowa M., (1986), Zachowanie się dzieci szkolnych w sytuacjach trudnych, Warszawa: Wydawnictwo Naukowe PWN.
- Tyszkowa M., (1993), Odporność psychiczna, (w:) W. Pomykało (red.), Encyklopedia pedagogiczna, (s. 475-478), Warszawa: Fundacja Innowacja.
- Wosińska W., (2004), Psychologia życia społecznego. Podręcznik psychologii społecznej dla praktyków i studentów, Gdańsk: Gdańskie Wydawnictwo Psychologiczne.
- Wrześniewski K., (1996), Pomiar radzenia sobie ze stresem - Wybrane zagadnienia, Promocja Zdrowia, Nauki społeczne i Medycyna, 8-9, s.34-46.