

Prof. UKSW, dr hab. Maria Ryś

*Uniwersytet Kardynała Stefana Wyszyńskiego*

*Warszawa*

## **Czy kobiety są bardziej empatyczne i mniej asertywne niż mężczyźni?**

### **Badania małżonków**

Od wielu lat naukowcy podejmują problem dotyczący analizy czynników warunkujących wysoką jakość związku małżeńskiego. Z wielu badań wynika, że ważną rolę w tym zakresie odgrywa nie tylko wzajemna miłość, szacunek, wierność, podobieństwo pod względem przekonań i praktyk religijnych oraz najwyżej cenionych wartości, zdolność rozwiązywania konfliktów, ale także zdolność rozumienia i okazywania uczuć, empatia, poczucie bliskości współmałżonka, poczucie więzi ze współmałżonkiem, wzajemna otwartość (por. np. Ryś, 1999).

W analizie uwarunkowań jakości związku małżeńskiego zwraca się uwagę na psychiczne różnice pomiędzy kobietami i mężczyznami, których znajomość jest ważna dla tworzenia dobrych relacji interpersonalnych.

Warto podkreślić, że w wielu sytuacjach społecznych mężczyźni i kobiety zachowują się inaczej. Argyle (2002) podaje przykłady różnic w funkcjonowaniu kobiet i mężczyzn w sytuacjach społecznych, omawiając je w kontekście procesu komunikacji, preferencji dotyczących funkcjonowania w bliskich relacjach interpersonalnych, a także potrzeb, których zaspokojenie umożliwi interakcję z innymi ludźmi. Przykładowo - kobiety, w porównaniu z mężczyznami, mają większe potrzeby afiliacyjne, spędzają więc więcej czasu w towarzystwie innych, chętniej nawiązują przyjaźnie o bardziej intymnym charakterze, bardziej dbają o więzi społeczne i dobre stosunki z innymi, preferują życzliwą atmosferę w relacjach interpersonalnych. Kobiety są także bardziej wspierające, częściej udzielają pozytywnych wzmocnień, częściej uśmiechają się, czy też częściej skracają dystans, np. przez kontakt dotykowy (tamże).

Mężczyźni wydają się bardziej niezależni niż kobiety, ich przyjaźnie opierają się na współzawodnictwie i dominacji. Rywalizują ze sobą, aby znaleźć się wyżej w hierarchii grupy, a pozycje przywódcy zdobywają często dzięki sprawności fizycznej i kompetencjom (tamże). W relacjach społecznych przejawiają więcej pewności siebie, a nawet agresji (Deaux, 1994). O ile kobiety częściej ze sobą rozmawiają, o tyle mężczyźni spędzają więcej czasu na wspólnym wykonywaniu różnych czynności (uprawianiu sportu, oglądaniu meczów itp.) (tamże).

Znaczne różnice pomiędzy kobietami i mężczyznami uwidaczniają się w komunikacji. Dotyczą one zakresu poruszanych tematów oraz sposobu prowadzenia rozmów. Kobiety mówią więcej niż mężczyźni, częściej też używają wyszukanego słownictwa. W swoich wypowiedziach są bardziej ekspresyjne i emocjonalne. Wypowiedzi mężczyzn są najczęściej bezpośrednie i mają charakter komunikatów informacyjnych (Deaux, Lewis 1984; Argyle, 2002).

Badania, których wyniki zostaną przedstawione w ramach niniejszego artykułu, dotyczą różnic pomiędzy kobietami-żonami a ich mężami w zakresie empatii i asertywności. Stąd też przed zaprezentowaniem wyników, przedstawione zostanie rozumienie tych pojęć w psychologii oraz przeanalizowane ich znaczenie w relacjach interpersonalnych.

## **1. Rozumienie empatii i jej znaczenie w relacjach interpersonalnych**

### **1.1. Ujmowanie empatii**

Rozumienie empatii zmieniało się wraz z rozwojem nauki i sposobem ujmowania zjawisk<sup>1</sup>.

Empatii rozpatrywana jest często w trzech nurtach: poznawczym, emocjonalnym, poznawczo-emocjonalnym (za: Cichy, 1986, s. 294).

Poznawczy nurt rozumienia empatii zakładał, że osoba empatyzująca przyjmuje punkt widzenia innych, poprzez zrozumienie myśli, motywów, planów i sposobów ich działania<sup>2</sup> (za: Davis, 2001). Zdobycie umiejętności identyfikacji z innymi jest warunkiem do zaistnienia empatii, która jest świadomym procesem oceny i porównania treści psychicznych doznań innego człowieka i własnych (Cichy 1986, s. 299).

---

<sup>1</sup> Po raz pierwszy pojęcia *empathia* użył Robert Vischer w 1873 roku w kontekście psychologii estetyki oraz percepcji dzieł sztuki. Vischer uważał, iż twórca dzieła może projektować swoje doznania na obiekt doznań estetycznych.

Do psychologii pojęcie empatii (gr. *Empates* - dominujący, wzruszony) wprowadzone zostało przez Titchenera w 1909 roku jako tłumaczenie niemieckiego „*Einführung*” oznaczającego wczucie się. Natomiast Lipps (1905) nadał temu pojęciu inne znaczenie (za: Kliś, 1998, s. 17). Według Lippsa istnieją trzy płaszczyzny poznania, tj. obserwacja zmysłowa, obserwacja wewnętrzna oraz wczucie się, które zawiera w sobie dwie poprzednie płaszczyzny. Obserwujący może wczuć się w stan emocjonalny obserwowanego, jeśli wcześniej określi obserwowane gesty. Określenie gestów drugiego człowieka jest jednak możliwe po wcześniejszym przeżyciu takiej samej lub podobnej sytuacji. W wyniku tego u obserwatora powstają analogiczne, choć słabsze reakcje (za: Davis, 2001). Jednostka manifestuje na zewnątrz własne uczucia, wyobraźnię i wolę, a to odczytane jest przez społeczność zewnętrzną. Powiązanie możliwe jest dzięki „*Einführung*” (za: Rembowski, 1989, s. 25). Lipps wyróżnił empatię pozytywną oraz empatię negatywną. Empatia pozytywna charakteryzuje się dużym podobieństwem między stanem psychicznym empatyzera i obiektu, co zazwyczaj objawia się bardziej skutecznym działaniem prospołecznym. Empatia ta jest przejawem altruizmu. Empatia negatywna polega na występowaniu odmiennych stanów prospołecznych empatyzera wobec przedmiotu, wywołuje przykre stany dla podmiotu i nie daje mu wewnętrznego zadowolenia (za: Gulin, 1997, s. 36).

<sup>2</sup> Jednym z pierwszych przedstawicieli w latach dwudziestych XX wieku, traktujących empatię jako zjawisko poznawcze był Kohler (1929). Utrzymywał on, że empatia jest bardziej zrozumieniem aniżeli dzieleniem afektu (za: Davis, 1998, s. 16).

Dymond ujmowała empatię jako wyobrażeniowe „wejście” w inną osobę, zdolność odtworzenia wzorców reagowania innych ludzi (za: Elias, 1980, s. 474). Empatia świadczy o umiejętności spojrzenia na sytuację z perspektywy innej osoby. Jednocześnie posiadanie zdolności przyjmowania perspektywy innych daje możliwość korygowania własnego punktu widzenia (Cichy, 1986, s. 299).

W późniejszych koncepcjach empatię zaczęto traktować jako „zarażanie się emocjami innych”. Np. Aronfreed podkreślał, iż empatyzowanie nie wymaga wiernego odbicia emocji osoby obserwowanej u osoby empatyzującej, ale ważne jest to, by uczucia modela i obserwatora były do siebie w jakiejś mierze podobne (za: Jagielska-Zieleniewska, 1978, s. 496).

Węgliński (1983, s. 13) empatię ujmuje jako zdolność psychiczną motywującą jednostkę do szukania bliskości z innymi przez syntonię emocjonalną (sympatyzowanie z innymi w zakresie przeżyć przyjemnych i przykrych) oraz wczuwanie się w stany psychiczne i przeżycia innych ludzi, rozumienie drugiego człowieka tak, jak gdyby się było nim samym.

Rembowski (1989, s. 57) empatię dzielił na dwie grupy: grupę uczuciową (afektywną), którą określał jako zdolność do uczestniczenia w cudzych emocjach, bycie wrażliwym na uczucia innych ludzi oraz grupę poznawczą (kognitywną), którą stanowiła umiejętność uznania punktu widzenia innych osób.

Kalliopuska (1994, s. 58n) wyróżniła cztery komponenty empatii: afektywne, motywacyjne, poznawcze oraz kinestetyczne. Osoba nawiązująca kontakt empatyczny „zamyka granice własnego ja”, by móc przejść do kolejnego etapu poznawczego, polegającego na zdystansowaniu się od osoby obserwowanej i interpretacji informacji dotyczących świata drugiej osoby. Proces empatyczny zachodzi wówczas, kiedy osoba obserwująca jest w stanie udzielić informacji zwrotnych osobie obserwowanej.

Feshbach w empatii wyróżnił trzy komponenty: zdolność do spostrzegania, nazwania i określenia emocji doznawanych i wyrażanych przez drugą osobę, zdolność do przyjęcia perspektywy widzenia drugiej osoby oraz wystąpienie odpowiedniej reakcji emocjonalnej. O współuczestnictwie empatycznym można mówić wtedy, jeśli te elementy wystąpią w jednym akcie (za: Bonino, 1996, s. 13).

### **1.2. Znaczenie empatii w bliskich relacjach interpersonalnych**

Empatia warunkuje ona jakość relacji interpersonalnych. Jak wykazują wyniki badań empatia pozytywnie wpływa na rozwój emocjonalno-społeczny, warunkuje powstanie zachowań altruistycznych. Dzięki empatii wzrasta tendencja do współpracy i hamowane są przejawy agresji. Empatia warunkuje konstruktywne rozwiązywanie konfliktów, ułatwia przekazywanie informacji międzyludzkich, a także związana jest z poczuciem odpowiedzialności za siebie i innych. Badania Hoffmana wykazały

pozytywny związek pomiędzy empatią, a przestrzeganiem zasad moralnych i rozumowaniem dotyczącym tych zasad (za: Kliś, 1998, s. 22).

Empatia pełni ważną rolę w prawidłowym funkcjonowaniu małżeństw. Badania Braun-Gałkowskiej (1997) wykazały, iż szczęściu współmałżonków sprzyjają refleksyjność, dojrzałość, krytycyzm, aktywność oraz zainteresowanie innymi nasycone empatią. Te osoby, które nastawione są na siebie, nie są w stanie przyjąć strategii współpracy, co odbija się na jakości więzi małżeńskiej (Sitarczyk, Waniewski, 2002, s. 25). Z wysokim poziomem empatii koreluje mniejsza skłonność do wywoływania konfliktów i tendencja do ich rozwiązywania w szybszy i harmonijny sposób (Davis, 2001, s. 222). Badania przeprowadzone przez Janicką (1994) wykazały zależności pomiędzy otwartością i empatią. Sama otwartość nie stanowi wystarczającego warunku pozytywnej więzi między małżonkami. Natomiast duże znaczenia ma otwartość umożliwiająca lepsze poznanie drugiego człowieka i siebie samego w połączeniu z umiejętnościami empatycznymi. W takiej sytuacji sprzyja ona pozytywnym i zdrowym interakcjom w małżeństwie. Zbyt duża otwartość pozbawiona empatii sprzyjać może konfliktom, zaś ograniczenie otwartości służyć może izolacji. Tak więc empatia stanowi niezbędny element w prawidłowo funkcjonujących interakcjach małżeńskich.

## **2. Problematyka asertywności**

### **2.1. Ujmowanie asertywności i jej komponenty**

W trakcie prac nad asertywnością powstały różne definicje tego pojęcia<sup>3</sup>. M. Król-Fijewska (2003) określa zachowanie asertywne jako bezpośrednie, uczciwe i stanowcze wyrażanie wobec innej osoby swoich uczuć, postaw, opinii lub pragnień, w sposób respektujący uczucia, postawy, opinie, prawa i pragnienia drugiej osoby.

Tak więc asertywność oznacza obronę swoich praw, przekonań, wartości i uczuć, bez poczucia winy i lęku, w sposób nieraniący innych, zgodnie z akceptowanymi społecznie normami.

Postawy asertywne odgrywają ważną rolę w tworzeniu prawidłowych relacji interpersonalnych. Jednak w prowadzonych często kursach i treningach asertywności, asertywność staje się celem samym w sobie, a wtedy istnieje duże niebezpieczeństwo

---

<sup>3</sup> Za inicjatora tematyki asertywności uznaje się Saltera. Asertywność rozumiał on jako cechę osobowości związaną z przewagą procesów hamowania spontanicznego wyrażania emocji. Przejawów asertywności według niego można było dopatrywać się w zachowaniach zewnętrznych, takich jak wokalizacja, postawa ciała, eksponowanie „ja” (za: Sęk, 1988, s. 790). Cattell uważał, że asertywność jest cechą dziedziczną, która przy odpowiedniej stymulacji zewnętrznej może się rozwijać. Uważał on, że w miarę upływu lat ludzie stają się coraz bardziej asertywni (za: tamże, s. 790n).

Najbardziej rozpowszechnionym podejściem do asertywności było podejście behawioralne. Klasycznym przykładem rozumienia asertywności w ujęciu behawioralnym jest ujęcie Richa i Schroedera. Za asertywność przyjmowali oni złożoną umiejętność poszukiwania, utrzymywania oraz powiększania wzmocnień pozytywnych w relacjach interpersonalnych, poprzez wyrażanie własnych uczuć, pragnień i wymagań (za: Poprawa, 1998, s. 219).

kształtowania postaw aspołecznych, egoistycznych. Tak więc prawidłowo rozumiana asertywność leży u podłoża relacji interpersonalnych, a postawy altruistyczne w takiej sytuacji wyrastają z wyboru istotnych wartości, a nie np. z braku odwagi odmawiania, czy z chęci budowania poczucia własnej wartości na poświęcaniu się dla innych.

Według Poprawy (1997, s. 332) obrona własnego interesu jest możliwa przy założeniu, że wszyscy są sobie równi, każdy posiada prawo do istnienia i korzystania ze swoich praw bez poczucia winy, lęku czy bezsilności.

Asertywność to „zachowanie, które wyraża własne prawa człowieka bez naruszania i deprecjonowania praw innych ludzi, sprzyja osiągnięciu celów (realizacji własnych interesów) i wolne jest od niepokoju” (Sęk, 1988, s. 794).

Na zachowania asertywne składają się trzy komponenty: 1) adekwatna wiedza dotycząca sposobów autoekspresji, możliwych do zastosowania w danym kontekście sytuacyjno-społeczno-kulturowym, 2) zespół umiejętności stanowiących kompetencje społeczne człowieka, 3) gotowość poznawczo-afektywna (Poprawa, 2001, s. 114n).

Pierwszą grupę w zespole umiejętności stanowią umiejętności ekspresyjne. Zalicza się do nich komunikaty niewerbalne (postawa ciała, kontakt wzrokowy, ton głosu, siła, modulacja i płynność mówienia, wyraz twarzy, gesty oraz koordynacja wszystkich tych elementów). Niewerbalne elementy powinny współbrzmieć z przekazem werbalnym i być odpowiednio zastosowane w zależności od kontekstu sytuacyjnego. Druga grupa umiejętności zawiera podstawowe umiejętności komunikacyjne, (np. mówienie we własnym imieniu, mówienie „nie”, uważne słuchanie, koncentracja na własnych przekonaniach, a nie na interpretacji postaw, zachowań drugiego człowieka, właściwe wyrażanie siebie, a także zdolność do przyjmowania krytyki ze strony innych) (Poprawa, 2000, s. 115). Trzecia grupa kompetencji społecznych (zadaniowa) ukierunkowana jest na realizację wytyczonego celu, pokonanie trudności, jakie mogą pojawiać się na drodze do jego osiągnięcia (Poprawa, 2001, s. 115).

Istotnym komponentem dyspozycji osobowościowych w asertywności jest gotowość poznawczo-afektywna. Warunkują ją przekonania osobiste (przekonania dotyczące własnej osoby oraz innych ludzi), a także przekonania normatywne. Przekonania dotyczące własnej osoby zbudowane są z praw osobistych (np. prawa wpływające z natury człowieka, prawa wynikające z uregulowań społecznych, związane z indywidualnym stylem życia i preferowanymi wartościami), własnych cech i własnych wartości (np. jestem dobry, jestem inteligentny), własnej skuteczności radzenia sobie (np. przekonanie, że jestem w stanie sobie z tym poradzić) (tamże, s. 115n).

W skład struktury przekonań i nastawień osobistych wchodzi przekonania normatywne, czyli indywidualne przekonania na temat wartości, norm, zasad, zwyczajów regulujących życie (Poprawa, 2000, s. 116).

## **2.2. Różnice pomiędzy kobietami i mężczyznami w zakresie asertywności**

Z dotychczasowych badań wynika, że kobiety i mężczyźni różnią się w zakresie asertywności. Badania przeprowadzone przez Matczak (2001) wykazały, iż kobiety posiadają bardziej rozwinięte kompetencje społeczne warunkujące efektywność radzenia sobie w sytuacjach bliskiego kontaktu interpersonalnego, mężczyźni zaś są bardziej asertywni niż kobiety.

Mężczyźni wykazują większą asertywność w kontaktach zawodowych i w sytuacjach ekspozycji społecznych, potrafią efektywniej niż kobiety zastosować umiejętności asertywne w sytuacjach wymagających publicznego przeciwstawienia się osobie o silniejszej pozycji. Kobiety zaś posiadają większą asertywność w relacjach osobistych. Kobiety dysponują większymi zdolnościami w zakresie kompetencji ekspresyjnych, zwłaszcza związanymi z wyrażaniem emocji, jak i w zakresie kompetencji komunikacyjnych, zaś mężczyźni w zakresie zadaniowych. Kobietom łatwiej przychodzi koncentracja na osobie, podczas gdy mężczyźni są bardziej twórczy, rozwiązują zadania na materiale abstrakcyjnym (Dziurowicz-Kozłowska, 2002, s. 59n).

Według Ehrhardt (1998, s. 9 i 22) do niedawna od kobiet oczekiwano się zachowań uległych. Uważano, że kobiety powinny być miłe, układne, skromne i wielkoduszne, swoje obowiązki wykonywać bez sprzeciwu i skarg, rezygnować z agresji, by nie stracić sympatii innych ludzi i takim oczekiwaniom otoczenia dotychczas usiłowały one sprostać. Natomiast S. Phelps i N. Austin (2002, s. 65), wśród czynników wpływających na mniej asertywne zachowania kobiet niż mężczyzn wyróżniają: bariery poznawcze, uzależnienia emocjonalne oraz bariery społeczne.

Stereotypowe ujęcie mężczyzny wiąże męskość z byciem najlepszym, silnym, aktywnym, dominującym, nastawionym na osiągnięcie sukcesu i rywalizację, opiekunem rodziny (Alberti, Emmons, 2002, s. 22).

## **3. Empatia i asertywność żon w porównaniu z wynikami ich mężów – przeprowadzone badania**

### **3.1. Problematyka badawcza, badane osoby**

Podstawowym celem przeprowadzonych badań było uzyskanie odpowiedzi na pytanie: czy kobiety-żony cechuje wyższy poziom empatii w porównaniu z ich mężami oraz czy charakteryzuje je niższy poziom asertywności niż mężczyzn?

Badania zostały przeprowadzone pod moim kierunkiem przez grupę studentów stacjonarych i niestacjonarych w ramach Katedry Psychologii Rodziny Instytutu Psychologii Uniwersytetu Kardynała Stefana Wyszyńskiego w Warszawie. 300 małżeństw dobranych losowo przebadano następującymi metodami: Kwestionariuszem Rozumienia Empatycznego, A. Węglińskiego; Mapą Asertywności, M. Król Fijewskiej.

## PROBLEMATYKA KOBIECÓCI

Tabela 1. Wiek badanych par małżeńskich

Wiek osób badanych	Kobiety		Mężczyźni	
	Liczba osób	%	Liczba osób	%
21-25	1	0,3	1	0,3
26-30	4	1,3	2	0,7
31-35	9	3,0	4	1,3
36-40	75	25,3	42	14,3
41-45	100	33,2	107	35,5
46-50	89	29,6	95	31,6
51 -	22	7,3	49	16,3
Razem	300	100,0	300	100,0

Z uzyskanych danych wynika, że spośród badanych żon większość mieściła się w przedziale wieku 41-45 lat (33,2%). Natomiast spośród badanych mężczyzn większość mężów mieściła się w przedziale wieku 41-45 lat (35,5%).

Tabela 2. Miejsce zamieszkania badanych par małżeńskich

Miejsce zamieszkania par małżeńskich	Liczba	%
Wieś	57	19,0
Małe miasto	55	18,3
Średnie miasto	70	23,4
Duże miasto	118	39,3
Razem	300	100,0

Najwięcej z przebadanych par małżeńskich mieszka w dużych miastach (39,3%). Najmniej przebadanych małżeństw pochodziło z małych miast liczących do 10 000 mieszkańców (18,3%).

Tabela 3. Sytuacja materialna badanych par małżeńskich

Sytuacja materialna badanych par małżeńskich	Liczba	%
Bardzo dobra	9	3,0
Dobra	130	43,2
Średnia	146	48,8
Zła	15	5,0
Bardzo zła	0	0,0
Razem	300	100,00%

Najwięcej par małżeńskich określiło swoją sytuację materialną jako dobrą (43,2%) lub jako średnią (48,8%).

Tabela 4. Lata małżeństwa badanych par

Lata małżeństwa	Liczba	%
< 10	8	2,7
10 - 14	6	2,0
15 - 19	99	32,9
20 - 24	115	38,5
25 - 29	60	19,9
30 - 34	11	3,7
>35	1	0,3
Razem	300	100,0

Najliczniejszą grupą przebadanych par małżeńskich stanowiły pary ze stażem małżeńskim mieszczącym się w przedziale od 20-24 lat (38,5%) i 15-19 lat (32,9).

### 3.2. Zastosowane metody

Grupę małżeństw przebadano Kwestionariuszem Rozumienia Empatycznego oraz Mapą Asertywności.

#### A) Kwestionariusz Rozumienia Empatycznego

Kwestionariusz Rozumienia Empatycznego skonstruowany został przez Andrzeja Węglińskiego (1983). Do jego powstania posłużyły dzienniki młodzieży, z których zostały zaczerpnięte niektóre zdania w formie dosłownej, inne zaś przekształcone zostały na zdania twierdzące. Po ocenie sędziów kompetentnych wyodrębniono 50 zdań twierdzących, a do ostatecznej wersji inwentarza przyjęto ogółem 33 twierdzenia. Rzetelność testu wyniosła  $r_{tt} = 0,90$ , czyli była wysoka, trafność testu  $r_{xy} = 0,60$ . Normy zostały opracowane dla młodzieży w przedziale wieku od 14 do 19 lat według skali stenowej (tamże, s. 17-19).

#### B) Mapa Asertywności

Mapa Asertywności skonstruowana została przez Marię Król-Fijewską, w celu sprawdzenia, w jakich sytuacjach korzysta się z zachowań asertywnych, a które sfery wymagają przepracowania. Mapa Asertywności składa się z 42 pytań. Pytania w tym teście sklasyfikowano w dziesięciu wymiarach: obrona swoich praw w sytuacjach społecznych; kontakty osobiste; inicjatywa i kontakty towarzyskie; wyrażanie i przyjmowanie krytyk i pochwał; wyrażanie próśb i potrzeb; wyrażanie uczuć; wyrażanie opinii; występy publiczne; kontakt z autorytetem; naruszenie cudzego terytorium.



**3.3. Uzyskane wyniki badań**

Uzyskane wyniki dotyczące porównań stopnia empatii kobiet i mężczyzn wskazują, że kobiety są istotnie bardziej empatyczne.

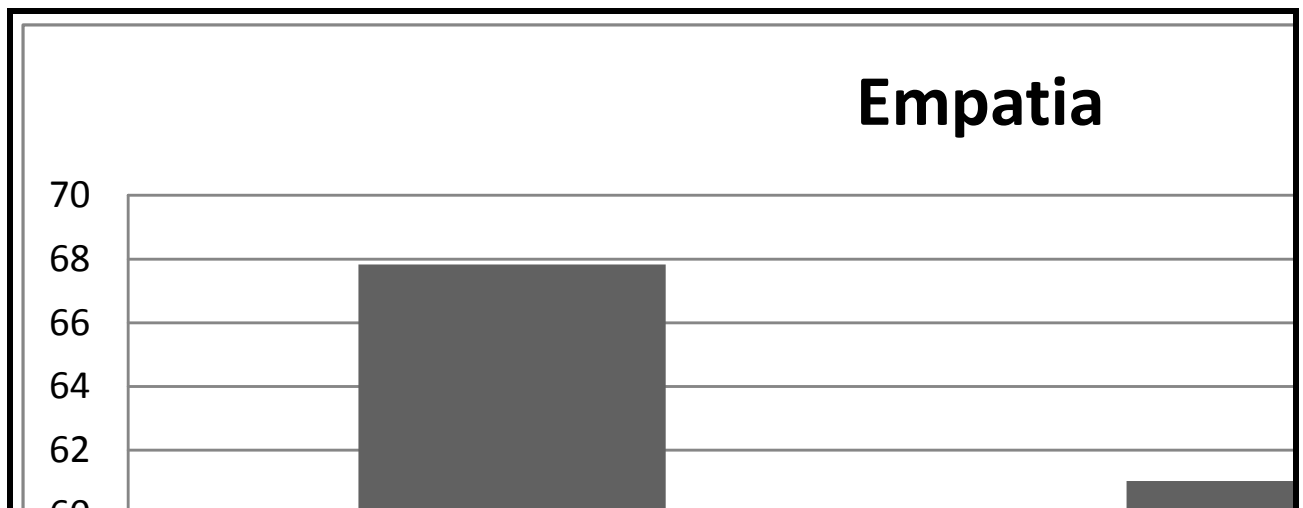
Tabela 5. Porównanie stopnia empatii kobiet i mężczyzn

Badana zmienna	Kobiety		Mężczyźni		U	p
	M	sd	M	sd		
Empatia	67,83	10,22	61,03	11,52	28929	0,001***

Uzyskane wyniki dotyczące porównań stopnia empatii kobiet i mężczyzn wskazują, że kobiety są istotnie bardziej empatyczne. Z tabeli tej wynika, że występuje różnica istotna statystycznie w stopniu empatii kobiet i mężczyzn.

Uzyskane wyniki ilustruje wykres nr 1.

Wykres 1. Średnie dla wyników uzyskanych przez kobiety i mężczyzn w zakresie empatii



W kolejnej tabeli przedstawiono wartości statystyk opisowych uzyskane dla asertywności kobiet i mężczyzn.

Tabela 6. Porównanie asertywności kobiet i mężczyzn

Obszar asertywności	Kobiety		Mężczyźni		p
	M	sd	M	sd	
Obrona swoich praw w sytuacjach społecznych	7,6	2,2	6,9	2,2	0,015*
Kontakty osobiste	7,5	1,3	7,1	1,6	0,010*
Inicjatywa i kontakty towarzyskie	7,3	1,3	7,2	1,1	0,909
Wyrażanie i przyjmowanie krytyki i pochwał	7,2	0,9	7,3	0,8	0,534
Wyrażanie próśb i potrzeb	7,2	0,6	7,2	0,7	0,977
Wyrażanie uczuć	7,1	1,6	7,5	1,4	0,008**
Wyrażanie opinii	7,1	1,1	6,8	1,0	0,060 t
Występy publiczne	7,3	0,9	6,7	0,8	0,001***
Kontakt z autorytetem	7,4	0,6	7,1	0,6	0,058 t
Naruszenie cudzego terytorium	7,3	1,5	7,4	1,4	0,133

\*\*\* p<0,001; \*\* p<0,01; \* p<0,05; t p<0,10;

Z przedstawionych powyżej danych wynika, że występują różnice istotne statystycznie w zakresie obszaru *obrona swoich praw w sytuacjach społecznych* u kobiet i mężczyzn. Dane te wskazują, że w tym zakresie kobiety są bardziej asertywne od mężczyzn. Podobnie w zakresie *kontaktów osobistych, występów publicznych* - kobiety okazały się bardziej asertywne niż mężczyźni. Nie stwierdzono natomiast różnicy istotnej statystycznie w obszarze *inicjatywa i kontakty towarzyskie*, jak również w obszarach: *wyrażanie i przyjmowanie krytyki i pochwał, wyrażanie próśb i potrzeb, naruszanie cudzego terytorium*. Jeśli chodzi o *wyrażanie uczuć*, to okazało się, że mężczyźni są bardziej asertywni w tym zakresie niż kobiety. Z badań wynika, że występuje tendencja do większej asertywności w sferze *wyrażania opinii* oraz w sferze *kontakt z autorytetem* u kobiet w porównaniu z mężczyznami.

### Podsumowanie

Przeprowadzone badania dotyczące empatii i asertywności kobiet i mężczyzn wykazały, że w zakresie empatii występuje istotna statystycznie różnica - kobiety cechuje wyższy poziom empatii niż mężczyźni. Analizując uzyskane wyniki można sięgać zarówno do koncepcji poszukujących różnicowań pomiędzy kobietami i mężczyznami

w charakterystycznych anatomicznych cechach budowy mózgu, jak i w odmiennych sposobach wychowywania dziewczynek i chłopców.

Natomiast dotychczasowe badania wskazywały na większą asertywność mężczyzn niż kobiet. Przeprowadzone badania nie potwierdziły tego, a raczej wskazały, iż wyniki w zakresie asertywności są o wiele bardziej zróżnicowane.

Okazało się, że badane kobiety w obszarze *obrona swoich praw w sytuacjach społecznych* są bardziej asertywne od mężczyzn. Podobnie w zakresie *kontaktów osobistych, występów publicznych* kobiety okazały się bardziej asertywne niż mężczyźni. Badania nie wykazały różnic pomiędzy kobietami i mężczyznami w zakresie *inicjatyw i kontaktów towarzyskich*, jak również w obszarze *wyrażania i przyjmowania krytyki i pochwał, wyrażania próśb i potrzeb, naruszania cudzego terytorium*, natomiast u kobiet stwierdzono występowanie tendencji do większej asertywności w sferze *wyrażania opinii* oraz w sferze *kontaktu z autorytetem* niż u mężczyzn.

Warto zwrócić uwagę także na wynik dotyczący *wyrażania uczuć*, w których to zachowaniach mężczyźni uzyskali wyższe wyniki. Prawdopodobnie jest tak, że kobiety w sferze uczuć o wiele bardziej liczą na domyślność otoczenia, nie wyrażają wprost swoich oczekiwań, mężczyźni zaś są bardziej bezpośredni w wyrażaniu przeżywanego uczuć, zarówno pozytywnych, jak i negatywnych.

Przeprowadzone badania wykazały, że kobiety i mężczyźni różnią się w zakresie asertywności. Podsumowując te wyniki pewnie warto byłoby sięgnąć do procesów przemian społecznych - w zmieniającej się rzeczywistości zmieniają się także postawy, wzorce, oczekiwania, które w wielu aspektach nie różnicują już osób w zależności od płci. Niejednokrotnie także stawiane są wyższe wymagania wobec kobiet (godzenia roli matki i roli pracownika). Z badań przeprowadzonych wynika, że w wielu aspektach kobiety okazały się bardziej asertywne od mężczyzn.

Badania dotyczące empatii, asertywności, otwartości we wzajemnych relacjach warto kontynuować – nie tylko szukając wzajemnych zależności między tymi zmiennymi, ale próbując określić ich znaczenie w budowaniu relacji interpersonalnych, zwłaszcza relacji w najbardziej intymnych związkach.

### **Bibliografia**

- Adler, R., Rosenfield, L.B., Proctor II, R.F. (2007). *Relacje interpersonalne: proces porozumiewania się*, Poznań: Rebis
- Alberti R., Emmos M. (2002), *Asertywność. Sięgaj po to czego chcesz, nie raniąc innych*, Gdańsk: GWP.
- Argyle, M. (1994). Nowe ustalenia w treningu umiejętności społecznych, (w:) W. Domachowski, M. Argyle (red.), *Reguły życia społecznego. Oksfordzka psychologia społeczna* (s. 197-208), Warszawa: PWN.
- Argyle, M. (2002). *Psychologia stosunków międzyludzkich*. Warszawa: PWN

- Bonino S. (1996), *Rozwój empatii w kontekście zarażania się emocjami innych osób oraz tworzenia reprezentacji poznawczej*, Nowiny Psychologiczne, nr 1, s. 13-27.
- Braun-Gałkowska M. (1997), *Rozwój miłości w małżeństwie*, (w:) *Jak być szczęśliwym w małżeństwie*, Kraków: WAM, s. 99-114.
- Cichy R. (1986), *Empatia jako mechanizm regulujący zachowanie człowieka*, Nowa Szkoła, nr 5, s. 298-302.
- Davis H. (2001), *Empatia. O umiejętności współodczuwania*, Gdańsk : GWP.
- Deaux, K. (1984). From individual differences to social categories. *The American Psychologist*, 39, 105-116
- Deaux, K., Lewis, L.L. (1984). Structure of gender stereotypes: Interrelationships among components and gender label. *The Journal of Personality and Social Psychology*, 46, 991-1004
- Dziurowicz-Kozłowska A. (2002), *Asertywność – nurty badawcze i różnice międzypłciowe*, Nowiny Psychologiczne, nr 3, s. 53-62.
- Ehrhardt U. (1998), *Uległa czy niepokorna; pułapki kobiecości, odkryj swoją wartość, bądź sobą*, Warszawa: Diogenes.
- Eliasz H. (1980), *O sposobach rozumienia pojęcia „empatia”*, Przegląd Psychologiczny, nr 3, s. 470-482.
- Gaś Z. (1984), *Treningi asertywności i agresywności*, Psychologia Wychowawcza, nr 4, s. 432-439.
- Gulin W. (1994), *Empatia dzieci i młodzieży*, Lublin: Wydawnictwo KUL.
- Gulin W. (1997), *Theorowa Lippsa psychologiczna koncepcja empatii*, Forum Psychologiczne, nr 1, s. 25-37.
- Jagielska-Zieleniewska E. (1978), *Z zagadnień empatii*, Psychologia Wychowawcza, nr 5, s. 495-503.
- Janicka I. (1993), *Empatia a poziom otwartości partnerów w różnych gatunkowo grupach małżeństw*, Przegląd Psychologiczny, nr 1, s. 39-48.
- Janicka I. (1994), *Empatia współmałżonków jako determinata ich odwzajemnionej otwartości*, Przegląd Psychologiczny, nr 3, s. 395-400.
- Kalliopuska M. (1994), *Holistyczny model empatii*, Nowiny Psychologiczne, nr 4, s. 57-61.
- Kliś M., Kossewska J., *Empatia a inteligencja, cechy osobowości i temperamentu*, Psychologia Wychowawcza, 1994 nr 5, s. 385-393.
- Kliś M., *Pojęcie empatii we wcześniejszych oraz współczesnych koncepcjach psychologicznych*, Psychologia Wychowawcza, 1998 nr 1, s.17-25.
- Maczak, A. (2001). *Kwestionariusz Kompetencji Społecznych - KKS. Podręcznik*. Warszawa: Pracownia Testów Psychologicznych Polskiego Towarzystwa Psychologicznego.
- Phelps S., Austin N., *Kobieta asertywna. Poradnik dla kobiet, które chcą się nauczyć wyrażać siebie*, Dom Wydawniczy Rebis, Poznań 2002.

- Poprawa R. (1998), *Jak rozumieć asertywność? Zarys behawioralno-kognitywno-fenomenologicznej koncepcji asertywności*, Przegląd Psychologiczny, nr 3/4, s. 217-238.
- Poprawa R. (2001), *Asertywność wobec aktywności zawodowej człowieka, (w:) Podejmowanie decyzji zawodowych przez młodzież i osoby dorosłe w nowej rzeczywistości społeczno-politycznej*, B. Wojtasik (red.), Instytut Pedagogiki Uniwersytetu Wrocławskiego, Wrocław, s. 109-123.
- Poprawa R. (2000), *Co znaczy być asertywnym?*, (w:) *Wspomaganie rozwoju. Psychostymulacji i psychokorekcja*, B. Kaja (red.), Bydgoszcz: WSP, s. 106-121.
- Rees S., Graham R. (1996), *Bądź sobą*, Warszawa: Książka i Wiedza.
- Rembowski J. (1982), *O empatii i niektórych sposobach jej badania*, Kwartalnik Pedagogiczny, nr 3-4, s. 107-120.
- Rembowski J. (1983), *O niektórych zagadnieniach empatii*, Problemy Rodziny, nr 3, s. 21-25.
- Rembowski J. (1986), *Źródła współczesnych badań nad empatią*, Kwartalnik Pedagogiczny, nr 4, s. 119-131.
- Rembowski J. (1989), *Empatia. Studium psychologiczne*, Warszawa: PWN.
- Rembowski J. (1990), *Empatia jako przedmiot badań w psychologii rodziny*, Problemy Rodziny, nr 1, s. 17-23.
- Ryś M. (1996), *Jakość małżeństwa a komunikowanie się małżonków i sposoby rozwiązywania wzajemnych konfliktów*, Problemy Rodziny, nr 5, s. 5-16.
- Ryś M. (1999), *Psychologia małżeństwa w zarysie*, Warszawa: Centrum metodyczne Pomocy Psychologiczno-Pedagogicznej Ministerstwa Edukacji Narodowej.
- Sęk H. (1988), *Rola asertywności w kształtowaniu zdrowia psychicznego. Ustalenia teoretyczne i metodologiczne*, Przegląd Psychologiczny, nr 3, s. 787-807.
- Sitarczyk M., Waniewski A. (2002), *Rola empatii w małżeństwie*, Małżeństwo i Rodzina, nr 2, s. 23-27.
- Sitarczyk M., Waniewski A. (2002), *Empatia a zadowolenie w małżeństwie*, Małżeństwo i Rodzina, nr 3, s. 28-32.
- Trzebińska E. (1985), *Empatia jako forma komunikacji interpersonalnej*, Przegląd Psychologiczny, nr 2, s. 417-435.
- Wadsworth B. (1998), *Teoria Piageta. Poznawczy i emocjonalny rozwój dziecka*, Warszawa: WSiP.
- Waszkiewicz-Stefańska M. (2001), *Jakie mamy prawa związane z asertywnością*, Edukacja Ustawiczna Dorosłych, nr 4, s. 76-81.
- Węgliński A. (1983), *Opracowanie kwestionariusza rozumienia empatycznego innych ludzi (KRE)*, Zdrowie Psychiczne, nr 4, s. 13-21.
- Węgliński A. (1989), *Trafność Kwestionariusza Rozumienia Empatycznego innych ludzi, (w:) Techniki kwestionariuszowe w diagnostyce psychologicznej*, R. Drwal (red.), Lublin: UMCS, s. 125-143.

Wojciszke B. (1998), *Psychologia miłości*, Gdańsk: GWP.

Wojciszke, B. (2002). *Człowiek wśród ludzi: Zarys psychologii społecznej*. Warszawa: Scholar.

Zubrzycka-Maciąg T. (2002), *Asertywność w praktyce pedagogicznej*, *Opieka-Wychowanie-Terapia*, nr 1, s. 26-29.