



Funkcjonowanie systemu rodzinnego a poczucie dobrostanu psychicznego u małżonków w kontekście ich zaangażowania religijnego

The functioning of the family system and its relation to the psychological well-being of spouses in the context of their religious commitment

Anna Wańczyk-Welc^a, Małgorzata Marmola^b ✉

^a Dr Anna Wańczyk-Welc, <https://orcid.org/0000-0002-4743-1049>, Instytut Psychologii, Uniwersytet Rzeszowski

^b Dr Małgorzata Marmola, <https://orcid.org/0000-0003-2915-8891>, Instytut Psychologii, Uniwersytet Rzeszowski

✉ Autor korespondujący: mmarmola@ur.edu.pl

Abstrakt: Artykuł opisuje funkcjonowanie systemów rodzinnych i ich związek z dobrostanem psychicznym współmałżonków w kontekście ich zaangażowania religijnego. W systemie rodzinnym ważną rolę odgrywają małżonkowie, których wzajemna relacja wpływa na funkcjonowanie całego systemu rodzinnego. Pozytywne funkcjonowanie psychiczne, a więc dobrostan psychiczny męża i żony również może oddziaływać na te relacje. Celem niniejszej pracy jest weryfikacja związków między funkcjonowaniem rodziny a dobrostanem psychicznym współmałżonków oraz określenie predyktorów analizowanych zmiennych. W badaniu wzięło udział 130 osób, w równiej liczbie kobiet i mężczyzn tworzących 65 systemów małżeńskich, wychowujących dzieci w wieku szkolnym. Zastosowano Skalę Oceny Rodziny (SOR) w opracowaniu Andrzeja Margasińskiego (2013), na podstawie polskiej adaptacji FACES IV – Flexibility and Cohesion Evaluation Scales Davida H. Olsona, Kwestionariusz Dobrostanu Psychicznego (Psychological Well-Being Scales) Caroll Ryff, w polskiej adaptacji Dominiki Karaś i Jana Ciecucha (2017), kwestionariusza do badania zaangażowania religijnego Religious Commitment Inventory-10 (RCI-10-PL) E. Worthingtona i współpracowników, w polskiej adaptacji Jarosława Polaka i Damiana Grabowskiego (2017). Analiza związku między zmiennymi dowodzi, że im bardziej zrównoważony i dobrze funkcjonujący system rodzinny, tym z reguły większy odczuwany dobrostan mężów i żon. Istotnymi predyktorami „zdrowej” rodziny są niektóre wymiary dobrostanu: wysoka samoakceptacja, możliwość osobistego rozwój i posiadanie pozytywnych relacji z innymi. Stwierdzono też zróżnicowanie pomiędzy mężczyznami i kobietami w analizowanych zmiennych.

Słowa kluczowe: funkcjonowanie rodziny, dobrostan psychiczny współmałżonków, zaangażowanie religijne, relacje małżeńskie

Abstract: The article describes the functioning of family systems and its relation to the psychological well-being of spouses in the context of their religious commitment. The spouses play a very important role, as their mutual relationship affects the functioning the entire family system. Positive mental functioning, or the psychological well-being of husband and wife, can have an impact on these relationships. The aim of the study was to verify the connections between the functioning of the family and the psychological well-being of the spouses and to identify the predictors of the analyzed variables. The study included 130 married couples—an equal number of men and women making up 65 marriage systems bringing up school-age children. The following measures were used in the study: Family Assessment Scales (SOR) by Andrzej Margasiński (2013), based on the Polish adaptation of FACES IV—Flexibility and Cohesion Evaluation Scales by David H. Olson; Caroll Ryff's Psychological Well-Being Scales, as adapted into Polish by Dominika Karaś and Jan Ciecuch (2017); and the Religious Commitment Inventory-10 (RCI-10-PL) by E. Worthington and colleagues, as adapted into Polish by Jarosław Polak and Damian Grabowski (2017). The analyses of the relationship between the variables shows that the more balanced and well-functioning the system is, the higher is the well-being perceived by the husband and wife. The crucial predictors of a “healthy” family include some dimensions of well-being: high self-acceptance, personal growth, and positive relations with others. Some differences in the analyzed variables between husbands and wives were also found.

Keywords: family functioning, psychological well-being of spouses, religious commitment, marital relations, religious commitment

Wprowadzenie

Rodzina jest podstawowym środowiskiem rozwoju dla każdego człowieka (m.in. Wolska-Długosz, 2016; Strużyńska, 2020) będąc jednocześnie źródłem zasad i wzorów zachowań dla dzieci (Brzeziń-

ska, Appelt i Ziółkowska, 2016; Zalewska, 2017). W ujęciu systemowym funkcjonowanie wszystkich osób tworzących rodzinę jest od siebie wzajemnie zależne, a zmiany dotyczące któregośkolwiek z ele-

mentów wpływają na pozostałe (m.in. de Barbaro, 1999; Bajkowski, 2017; Wampler, Patterson, 2020). Szczególne znaczenie w tym systemie zajmują rodzice, których wzajemna relacja wpływa na funkcjonowanie całego systemu rodzinnego (Drożdżowicz, 1999; Franczyk, 2021; Weryszko, 2020).

Badania empiryczne wskazują, że funkcjonowanie w zdrowej rodzinie pozytywnie wiąże się z poczuciem dobrostanu psychicznego. Osoby żyjące w związkach małżeńskich są szczęśliwsi i zdrowsi niż osoby owdowiałe, rozwiedzione lub te, które nigdy nie zawarły małżeństwa i pomimo związanych z małżeństwem konfliktów, przynosi ono wzmocnienie poczucia własnej wartości i własnej tożsamości (Argyle 2004; Trzebińska 2008). Związek między małżeństwem i dobrostanem wydaje się być silny ze względu na uzyskiwane wsparcie i nowe role, które stają się źródłem poczucia własnej wartości (Niśkiewicz, 2016). Jednym z czynników, które podnoszą poczucie zadowolenia z życia jest właśnie bliskość (Babiarz, Brudniak-Drag, 2013).

Ciekawym zagadnieniem są również związki pomiędzy zaangażowaniem religijnym małżonków a funkcjonowaniem ich rodzin oraz poczuciem psychicznego dobrostanu, więc ta zmienna również zostanie uwzględniona w prezentowanych badaniach.

1. Model funkcjonowania rodziny – ujęcie systemowe

Jedną z teorii wyjaśniających funkcjonowanie rodziny i jej jakość jest podejście systemowe. Źródłem tego podejścia jest stwierdzenie sformułowane przez Herberta Spencera (1880, za: Klein i White, 1996) o występowaniu uniwersalnych procesów w społeczeństwie jako ogólnym systemie, podobnie jak w organizmach biologicznych, które mogą być badane przez naukowców z różnych dziedzin. Metafora systemu użyta w odniesieniu do społeczeństwa, pozwoliła na jej użycie również w odniesieniu do rodziny (Drożdżowicz, 1999). Podstawy systemowej teorii rodziny zakładają wpływ systemu na środowisko przy jednoczesnym uwzględnieniu jego odrębności od środowiska oznaczonej granicami. Granice zewnętrzne określają zakres informacji,

które przenikają do systemu (od pełnych do bardzo ograniczonych), co pozwala oddzielić system od środowiska. Jednocześnie, zgodnie z zasadą pętli sprzężenia zwrotnego, część danych z zewnątrz podlega wewnątrz systemu przekształceniom (granice wewnętrzne) i wraca do środowiska. Elastyczny system rodzinny będzie zatem mógł przystosowywać się do nowych wymagań środowiska i do zmian, jakie w nim zachodzą (Płopa, 2011), przy jednoczesnym zachowaniu niezbędnej odrębności i integralności systemu (Świętochowski, 2014).

W ramach systemu rodzinnego zwraca się uwagę na podsystemy (Franczyk, 2021; Weryszko, 2020). Jednym z nich jest podsystem małżeński, stanowiący element fundamentalny rodziny (Braun-Gałkowska, 1992), a sami małżonkowie nazywani są przez Virginę Satir (2000) „architektami rodziny”. Dzieje się tak z wielu ważnych powodów. Funkcjonowanie podsystemu małżeńskiego oddziałuje na całą rodzinę, ponieważ jakość związku między rodzicami wpływa na jakość wszystkich pozostałych relacji w rodzinie (Nurhayati, Faturochman i Helmi, 2019; Weryszko, 2020). Relacje małżeńskie decydują o sposobach komunikowania się w rodzinie (Galvin, Braithwaite, Bylund, 2015). Styl interakcji małżonków stanowi wzór zachowań interpersonalnych dla dzieci i będzie przenoszony na inne relacje społeczne, także te spoza rodziny (Sergin, Flora, 2019). To, co się dzieje wewnątrz podsystemu małżeńskiego, determinuje też klimat rodzinny. Małżonkowie nadają kształt całemu życiu rodzinnemu i to sposób ich relacji będzie wpływał na podział obowiązków i organizację całego życia rodzinnego (Duda, 2017). Tak więc jakość małżeństwa, zadowolenie z niego, a także indywidualne właściwości oraz cechy partnerów w małżeństwie i system interakcji między nimi powodują, że cały system rodzinny można scharakteryzować np. według stopnia jego spójności czy elastyczności (m.in. Braun-Gałkowska, 2018; Olson, 2013), określając czy partnerzy współdziałają ze sobą na zasadzie wzajemnych oczekiwań, zobowiązań, proporcji zachowań pozytywnych i negatywnych, zabarwionych więzią emocjonalną. W momencie przyjścia na świat dziecka, dotychczasowy podsystem małżeński staje się równocześnie podsystemem rodzicielskim, który również ma do spełnienia nowe zadania i zmienia

organizację całej rodziny. Badania wskazują na dynamiczne zmiany wzajemnych oddziaływań w systemie rodzinnym w zależności od etapu życia rodzinnego i innych zmian zachodzących w członkach rodziny (por. Dąbrowska-Wnuk, 2018; Ostoja-Zawadzka, 1999; Rojewska, 2019).

Jednym z modeli opisujących funkcjonowanie rodziny jest Model Kołowy Davida H. Olsona (2013). W swoim modelu autor opisuje rodzinę na trzech podstawowych wymiarach: spójności, elastyczności i komunikacji. Pojęcie spójności jest definiowane jako więź emocjonalna między członkami rodziny. Spójność wyznaczać będzie wzajemna bliskość emocjonalna między członkami rodzin, wspólnie spędzany czas, wspólne zainteresowania, wspólne grono znajomych, podejmowanie wspólnych decyzji, ale też ustalenie psychologicznych granic między poszczególnymi osobami w rodzinie (Margasiński, 2015). Drugim wymiarem funkcjonowania rodziny jest elastyczność, definiowana przez jakość i stopień zachodzących zmian w systemach. Elastyczność obejmuje zmiany w przywództwie, pełnionych rolach i zasadach wzajemnych interakcji, a zmiany te wynikają z negocjacji pomiędzy członkami rodziny. Definicja zwraca bardziej uwagę na ilość zmian w rodzinie niż na możliwość ich dokonywania (Margasiński, 2015). Przez rodzinną komunikację, trzeci wymiar, rozumie się umiejętność pozytywnego porozumiewania się w systemach partnerskich i rodzinnych. Komunikacja jest wymiarem pomocniczym i jednocześnie niezbędnym, aby rodzina mogła zmienić i dostosować stopień spójności i elastyczności do wymagań sytuacyjnych i rozwojowych (Margasiński, 2013). Dodatkowym ważnym wymiarem, który nie został w koncepcji wyeksponowany wprost przez Davida Olsona (2004), jest satysfakcja z życia rodzinnego. Autor definiuje ją jako zadowolenie z życia rodzinnego w stopniu, w jakim członkowie rodziny czują się ze sobą szczęśliwi i spełnieni.

Wymiary mają charakter kontinuum, od nasilenia bardzo słabego, przez umiarkowane, do bardzo mocnego. W efekcie daje to możliwość opisanie rodziny na wiele sposobów tworzących Model Kołowy. Wymiar spójności przebiega od niezwiązania (bardzo słabe nasilenie), przez zrównoważoną spójność, do splątania (bardzo mocne nasilenie),

a wymiar elastyczności – od sztywności (bardzo słabe nasilenie, przez zrównoważoną elastyczność, do chaotyczności (bardzo mocne nasilenie) (Margasiński, 2013). Komunikacja dodatkowo będzie uczestniczyć w określaniu sposobu funkcjonowania rodziny, i gdy jest efektywna i pozytywna przyczynia się do zrównoważenia systemu rodzinnego.

Zdaniem Olsona (2013), zdrowemu funkcjonowaniu rodziny sprzyjają zrównoważone (umiarkowane) poziomy spójności i elastyczności, podczas gdy poziomy bardzo niskie lub bardzo wysokie wskazują na problemy w rodzinie (Tomas i Olson, 1993, 1994, za: Olson, 2013). Również wyższy poziom zadowolenia z życia rodzinnego charakteryzuje rodziny zrównoważone i dodatkowo koreluje z komunikacją w rodzinie. Oznacza to, że rodziny o wysokim poziomie satysfakcji z życia rodzinnego cechuje znacznie lepsza komunikacja niż rodziny o niskim poziomie satysfakcji (Margasiński, 2015).

2. Dobrostan psychiczny

Doświadczenie przez człowieka zadowolenia czy satysfakcji wiąże się z dobrostanem jednostki, a więc pozytywnym samopoczuciem psychicznym odczuwanym w różnych obszarach życia (m.in. Czapiński, 2017; Compton, Hoffman, 2019; Rashid, Seligman, 2018; Seligman, 2005). Ten sposób rozumienia dobrostanu zgodny jest z eudajmonistyczną perspektywą przyjętą w koncepcji Carol D. Ryff (1989), która opisała pozytywne funkcjonowanie człowieka za pomocą sześciu czynników.

Pierwszym czynnikiem jest autonomia, oznaczająca życie człowieka zgodnie z przyjętymi przez niego własnymi, wewnętrznymi poglądami. Osoba autonomiczna uznaje siebie za niezależną jednostkę, która potrafi kierować się w życiu zinternalizowanymi wartościami i standardami, szczególnie, gdy zewnętrzne okoliczności wymagają od niej konformizmu. Zdaniem Ryff (1989) autonomiczne funkcjonowanie oznacza też odporność na wpływy kulturowe i poczucie wolności od norm społecznych. Z badań wynika (Carr, 2011; Ryff, 2014), że dorosłe samotne osoby mają wyższy poziom autonomii niż osoby będące w związku małżeńskim.

Drugim czynnikiem jest panowanie nad otoczeniem, oznaczające skuteczne i aktywne radzenie sobie z istotnymi wydarzeniami w otoczeniu. Jest też umiejętną organizacją świata zewnętrznego czyli pewnego rodzaju zdolnością adaptacyjną jednostki, ale na zasadzie kreowania i kontrolowania świata fizycznego i społecznego zgodnie z własnymi możliwościami, potrzebami czy pragnieniami. Badania wykazały, że pozytywnym predyktorem panowania nad otoczeniem jest staż małżeński, niezależnie od płci badanych, podczas gdy predyktorem negatywnym okazało się posiadanie trojga lub większej liczby dzieci, szczególnie u kobiet (por. Carr, 2011; Lopez, Pedrotti, Snyder, 2019).

Trzecim czynnikiem jest rozwój osobisty, czyli przekonanie jednostki o realizacji własnego potencjału. Jest to świadomość istnienia własnych umiejętności, talentów, właściwości własnego organizmu, które pozwalają na osobisty rozwój w sytuacji wyzwań płynących z otoczenia. Wykorzystanie własnego potencjału prowadzi do wzrostu kompetencji i przekonania o możliwości wykorzystania wiedzy i umiejętności w praktyce, co z kolei działa motywująco na dążenia rozwojowe i realizację tego, do czego jest się zdolnym.

Czwartym czynnikiem są pozytywne relacje z innymi, oznaczające zdolność do podtrzymywania silnych i trwałych związków z ważnymi osobami. Ryff (1989) zwraca uwagę na doświadczanie satysfakcjonujących relacji interpersonalnych, opartych na bliskości, zaufaniu, miłości, przyjaźni, a także ujawnianie troski i podejmowanie działań na rzecz innych, które stanowią ważny aspekt zdrowego funkcjonowania człowieka. Bezsprzecznie ta dymensja ma pozytywny związek z prawidłowymi relacjami małżeńskimi i rodzinnymi (Ryff i Keyes, 1995). Badania tych autorów ujawniły także interesującą zależność związaną z płcią badanych. Dorosłe kobiety uzyskały wyższe wyniki w pozytywnych relacjach z innymi niż dorośli mężczyźni i jest to jedyna różnica płciowa związana z wymiarami dobrostanu psychicznego.

Piątym czynnikiem jest cel życiowy, który dotyczy przekonania jednostki, że w życiu realizowany jest wartościowy cel ukierunkowujący działania, nawet przy niesprzyjających okolicznościach. Badania autorki (Ryff, 1989) wskazują na zmiany w postrzeganiu tej dymensji dobrostanu psychicznego wraz

z wiekiem. Podkreśla się, że u osób starszych cele stają się coraz bardziej złożone i zróżnicowane, przy równoczesnym większym odroczeniu ich realizacji w czasie. Skutkuje to postrzeganiem własnego życia jako znaczącego i ukierunkowanego.

Ostatnim, szóstym czynnikiem jest samoakceptacja, czyli pozytywny stosunek do samego siebie i akceptacja własnych ograniczeń. Czynnikiem ten jest też cechą zdrowia psychicznego i wskazuje na lepszą efektywność w działaniu. Ryff i Singer (2012) zwracają uwagę, że samoakceptacja jest kluczowym aspektem dobrostanu, zwłaszcza w sytuacjach, gdy jednostka nie jest zadowolona z własnego funkcjonowania. Pozwala na wyrozumiałość wobec siebie, dystans do własnych niedoskonałości i gotowość do utrzymywania pozytywnego obrazu samego siebie.

3. Zaangażowanie religijne a funkcjonowanie rodziny i poczucie dobrostanu u małżonków

W literaturze dość często znajduje się informacje o związkach religijności z ogólną jakością życia, zdrowiem psychicznym i fizycznym. Były również podejmowane badania pomiędzy religijnością a trwałością i jakością związku (Braun-Galkowska, 1984; Rostowska, Żylińska, 2009). Związki pomiędzy zaangażowaniem religijnym a funkcjonowaniem rodzin były badane m. in. przez A. Dakowicza (2012), którego badania wykazały różnice w relacjach małżeńskich i poziomie oczekiwań od małżeństwa w zależności od zaangażowania religijnego. Małżonkowie z wyższym zaangażowaniem w tej sferze mieli wyższe oczekiwania od małżeństwa, lepsze relacje interpersonalne i wyższy poziom satysfakcji z małżeństwa. Kreują oni klimat życia rodzinnego, który sprzyja rozwojowi osobowemu wszystkich członków rodziny. Badania wspomnianego autora dotyczyły również systemów rodzinnych młodych kobiet zaangażowanych religijnie (2014) i wykazały wyższy poziom zadowolenia z małżeństwa u rodziców badanych osób, wyższą jakość kontaktów interpersonalnych w tych rodzinach. Pojawia się więc pytanie o kierunek zależności pomiędzy zaangażowaniem religijnym

a funkcjonowaniem rodziny, być może zależności te mają charakter cyrkularny, więc zarówno zaangażowanie w życie religijne pomaga w kształtowaniu właściwych, rozwojowych relacji rodzinnych, ale też takie relacje i ów pozytywny klimat rodzinny mogą zachęcać młodych do aktywnej religijności. Podobnie badania S. Bukalskiego (2016) wskazują na wyższą jakość relacji małżeńskiej u małżonków z wyższym zaangażowaniem religijnym. Zdaniem tego autora zgodność przekonań religijnych małżonków istotnie wpływa na jakość małżeństwa, ponieważ i mąż, i żona akceptują nierozzerwalność małżeństwa. Wyniki tych badań wykazały także, że w grupie mężczyzn religijność rzadziej współwystępuje z rozumieniem miłości, komunikacją oraz jakością związku, zaś wśród kobiet przekonania religijne współwystępują ze zobowiązaniem oraz z jakością życia. Również badania M. Jarosza (2003) ujawniły, że osoby o dojrzałej religijności okazują brak wrogich zachowań wobec partnerów, pozytywne kontakty i opiekuńcze nastawienie do innych, a ponadto udzielają wsparcia i mają świadomość powiązań społecznych.

Dotychczasowe badania dotyczyły również zależności pomiędzy religijnością a dobrostanem. D. Krok (2009), na podstawie wyników przeprowadzonych badań wykazał, że religijność wykazuje słabe pozytywne związki z hedonistyczną i eudajmonistyczną jakością życia, które są uwarunkowane zarówno wewnętrzną strukturą religijności, jak i wymiarami jakości życia. Badania tego autora dotyczyły także religijności i jakości życia małżeńskiego i również wykazały niebył mocny pozytywny związek (Krok, 2012).

4. Metodologiczne założenia badań własnych

Przedmiotem badań prezentowanych w niniejszym opracowaniu była zależność pomiędzy funkcjonowaniem systemu rodzinnego a dobrostanem psychicznym mężów i żon.

Celem prowadzonych badań było uzyskanie odpowiedzi na następujące pytania:

- Czy istnieją różnice między mężczyznami a kobietami w zakresie oceny relacji rodzinnych?

- Czy istnieją różnice między współmałżonkami w zakresie odczuwanego dobrostanu psychicznego?
- Czy istnieje związek między właściwościami systemu rodzinnego a dobrostanem psychicznym mężów i żon?
- Jaki jest związek pomiędzy wskaźnikami funkcjonowania systemu rodzinnego a dobrostanem psychicznym mężów i żon?
- Jakie czynniki socjodemograficzne mają związek z funkcjonowaniem rodziny i jej dobrostanem psychicznym?
- Jakie predyktory wyjaśniają relacje rodzinne oraz dobrostan psychiczny współmałżonków?

Do analiz zastosowano następujące narzędzia badawcze:

- Skalę Oceny Rodziny (SOR) w opracowaniu Andrzeja Margasińskiego (2013), na podstawie polskiej adaptacji *FACES IV – Flexibility and Cohesion Evaluation Scales* Davida H. Olsona;
- Kwestionariusz Dobrostanu Psychologicznego (*Psychological Well-Being Scales*) Carroll Ryff, w polskiej adaptacji Dominiki Karaś i Jana Ciecucha (2017).

W badaniach posłużono się również rozbudowaną Metryczką własnej konstrukcji, za pomocą której uzyskano dane socjodemograficzne. Dodatkowo zbierano informacje na temat religijności badanych. W tym celu użyto kwestionariusza do badania zaangażowania religijnego *Religious Commitment Inventory-10* (RCI-10-PL) E. Worthingtona i współpracowników, w polskiej adaptacji Jarosława Polaka i Damiana Grabowskiego (2017).

Skala Oceny Rodziny służy do badania różnych aspektów życia rodzinnego. W niniejszym badaniu dokonano pomiaru percepcji rodziny przez współmałżonków. Skale pozwalają na opis podstawowych wymiarów życia rodzinnego: spójności (więź emocjonalna między członkami rodziny) i elastyczności (zmiany w przywództwie, rolach i zasadach w systemie rodzinnym). Oceniono również aspekty dodatkowe, czyli komunikację, dzięki której rodzina może zmieniać poziom spójności i elastyczności oraz

zadowolenie z życia rodzinnego. Współmałżonków poproszono o ocenę relacji w rodzinie, w której obecnie funkcjonują, uzyskując w ten sposób wyniki w zakresie nasilenia poszczególnych skal SOR: A – zrównoważonej spójności, B – zrównoważonej elastyczności, C – niezwiązania, D – splątania, E – sztywności, F – chaotyczności, G – komunikacji i F – zadowolenia. Skala Oceny Rodziny umożliwia ogólną ocenę „zdrowia” funkcjonowania rodziny (Margasiński, 2013) poprzez obliczenie wskaźnika spójności i elastyczności oraz wskaźnika ogólnego. Im „zdrowszy” układ rodzinny tym bardziej jest zrównoważony i wówczas wskaźnik ogólny przybiera wyższe wartości, większe od 1, podczas gdy im niższa, mniejsza od 1, wartość tego wskaźnika, tym bardziej wskazuje na problemy układu rodzinnego.

Skala Dobrostanu Psychologicznego (*PWBS*) pozwala na pomiar dobrostanu jednostki w ujęciu eudajmonistycznym. W badaniach zastosowano wersję pełną kwestionariusza, 84-itemową, ze względu na jej zadowalające właściwości psychometryczne. Na podstawie analizy czynnikowej wyodrębniono sześć wymiarów dobrostanu: autonomię (*autonomy*), panowanie nad otoczeniem (*environmental mastery*), rozwój osobisty rozwój (*personal growth*), pozytywne relacje z innymi ludźmi (*positive relations with others*), cel życiowy (*purpose in life*) i samoakceptację (*self-acceptance*) (Karaś i Ciecuch, 2017). Przywołane wymiary zostały szerzej opisane powyżej. Wyniki oblicza się dla poszczególnych skal oraz dla całego kwestionariusza, ustalając wynik ogólny. Dobór tego narzędzia podyktowany został dotychczasowymi ustaleniami empirycznymi, które wskazują na powiązanie wymiarów dobrostanu z zadowalającymi relacjami rodzinnymi (Ryff, 2014).

Polska wersja kwestionariusza do badania zaangażowania religijnego RCI-10-PL to krótka dziesięcioitemowa skala mierząca subiektywne przekonania religijne, które mają wpływ na działania w życiu codziennym i na relacje z grupą, rozumianą jako wspólnota religijna lub społeczna (Polak i Grabowski, 2017). Jak zauważają autorzy, skala ta dotyczy przede wszystkim skutków, jakie wywiera religijność na funkcjonowanie w świeckich sytuacjach i jest neutralna względem doktryn i tradycji religijnych. Jest więc narzędziem, które nadaje się do użycia w obszarze funkcjonowania grupy rodzinnej.

W badaniach wzięło udział 130 osób, w równiej liczbie 65 kobiet i 65 mężczyzn. Dobierając grupę do badań zadbano, aby byli to małżonkowie tworzący formalny związek małżeński i wychowujący co najmniej jedno dziecko w wieku od przedszkolnego do adolescencji. Badani tworzyli system rodzinny, w którym wyraźnie można było wyodrębnić subsystemy małżeński i rodzicielski. Podstawowe statystyki opisowe badanej grupy zawierają tabele 1, 2 i 3.

Wartości skośności i kurtozy, za wyjątkiem zmiennej liczby rodzeństwa, potwierdziły zgodność rozkładu zmiennych z rozkładem normalnym. Przeciętny wiek osób badanych wynosił: w grupie mężczyzn 40,3 lat (przedział od 25 do 58 lat, $SD = 8,7$), w grupie kobiet 38,2 lat (przedział od 23 do 58 lat, $SD = 8,79$). Współmałżonkowie mieli średni 14,03-letni staż małżeński (w przedziale od roku do 37 lat, $SD = 9,23$) i wychowywali dwoje dzieci (przedział od 1 do 5 dzieci). Żony są też lepiej wykształcone od mężów – 29 kobiet (44,62%) legitymuje się wykształceniem średnim i 26 kobiet (40,00%) wykształceniem wyższym, podczas gdy 22 mężczyzn (33,85%) ma wykształcenie zawodowe i średnie (20 osób czyli 30,77%). Małżonkowie są też zaangażowani religijnie: średnia dla mężczyzn wynosi 29,63 ($SD = 9,88$), dla kobiet 32,38 ($SD = 9,58$), przy średniej uzyskanej w badaniach amerykańskich, która dla całej skali wyniosła 23,6 ($SD = 18,8$) (Polak i Grabowski, 2017).

5. Wyniki badań własnych

Zastosowanie Skal Oceny Rodziny w systemach małżeńskich umożliwiło dokonanie porównania wyników uzyskanych w odniesieniu do mężów i żon. Jak pokazuje tabela 4, nie stwierdzono istotnych statystycznie różnic w ocenie funkcjonowania rodziny przez współmałżonków. Przebadane systemy małżeńskie charakteryzują się w zasadzie średnimi wynikami prawie we wszystkich skalach, z wyjątkiem trzech skal: Niezwiązania, Sztywności i Zadowolenia, których wyniki są wyższe niż przeciętne (7 sten). Taki układ wyników wskazuje na zadowalający poziom zdrowego funkcjonowania systemu rodzinnego, niemniej jednak podwyższony poziom Niezwiązania

Tabela 1. Statystyki opisowe danych metryczkowych badanych współmałżonków

		<i>N</i>	<i>M</i>	<i>Me</i>	<i>D</i>	<i>SD</i>	Skośność	Kurtoza	<i>Min</i>	<i>Max</i>
Liczba dzieci		65	2,20	2,00	2,00	1,02	0,50	-0,42	1,00	5,00
Staż małżeński (w latach)		65	14,03	12,00	10,00	9,23	0,50	-0,75	1,00	37,00
Wiek	Mężczyzna	65	40,35	41,00	42,00	8,70	0,11	-0,80	25,00	58,00
	Kobieta	65	38,20	39,00	40,00	8,79	0,17	-0,61	23,00	58,00
Liczba rodzeństwa	Mężczyzna	65	2,75	2,00	2,00	2,16	1,87	5,30	0,00	11,00
	Kobieta	65	2,38	2,00	2,00	1,41	1,00	1,30	0,00	7,00

Oznaczenia w tabeli: *N* - liczebność; *M* - średnia, *Me* - mediana, *D* - dominanta, *SD* - odchylenie standardowe, *Min/Max* - minimum/maksimum

Tabela 2. Rozkład wykształcenia badanych współmałżonków

Poziom wykształcenia	Mężczyzna		Kobieta	
	<i>N</i>	%	<i>N</i>	%
Wyższe	19	29,23%	26	40,00%
Średnie	20	30,77%	29	44,62%
Zawodowe	22	33,85%	8	12,31%
Podstawowe	4	6,15%	2	3,08%
Razem	65	100,00%	65	100,00%

Tabela 3. Stopień zaangażowania religijnego współmałżonków

		<i>N</i>	<i>M</i>	<i>Me</i>	<i>D</i>	<i>SD</i>	Skośność	Kurtoza	<i>Min</i>	<i>Max</i>
Stopień zaangażowania religijnego	Mężczyzna	65	29,63	31,00	33,00	9,88	-0,07	-0,51	10,00	50,00
	Kobieta	65	32,38	34,00	34,00	9,58	-0,52	0,24	10,00	50,00

Oznaczenia w tabeli: *N* - liczebność; *M* - średnia, *Me* - mediana, *D* - dominanta, *SD* - odchylenie standardowe, *Min/Max* - minimum/maksimum

wskazuje, że na co dzień każdy małżonek zajmuje się swoimi sprawami i życie prowadzone jest raczej indywidualne. W połączeniu z podwyższoną Sztynnością, wskazującą na pewne trudności z wprowadzaniem zmian sytuacyjnych lub rozwojowych, tacy małżonkowie w sytuacjach problemowych mogą wykazywać tendencję do indywidualnego usztynniania swoich opinii, postaw czy decyzji, kosztem rodzinnej spójności. Przewaga działań oddzielnych nad wspólnymi i pewna sztywność we wzajemnych stosunkach pozwala jednak współmałżonkom być zadowolonym z życia rodzinnego i to w dużym stopniu (7 sten), co świadczy o poczuciu szczęścia i spełnienia wynikającego z satysfakcjonującego ży-

cia rodzinnego. Dodatkowo jest to wspierane przez właściwą komunikację. Obliczone wskaźniki złożone: spójności, elastyczności i ogólny przyjęły wartości powyżej 1, co świadczy o zrównoważonym, a zatem „zdrowym” układzie rodzinnym, bez istotnych różnic między współmałżonkami.

W celu ukazania zależności między oceną funkcjonowania rodziny przez mężów i żony a wybranymi zmiennymi zastosowano test korelacji *r* Pearsona (tabela 5). Jak wskazują uzyskane rezultaty badań, stwierdzono istotne zależności.

Okazało się, że u mężczyzn staż małżeński i liczba rodzeństwa korelują dodatnio z Niezwiązaniem. Siła związku jest słaba, jednak można stwierdzić, że

im dłuższy staż małżeński i większa liczba rodzeństwa, tym mężowie czują się w coraz większym stopniu niezwiązani z rodziną, zmniejsza się ich zaangażowanie emocjonalne i ilość wspólnie spędzanego czasu z rodziną, a swoje decyzje coraz rzadziej konsultują z żoną. U żon zmienną istotnie dodatnio korelującą z Niezwiązaniem okazało się zaangażowanie religijne. Kobiety, które czują się coraz bardziej niezwiązane z małżonkiem, częściej angażują się religijnie.

Istotne korelacje z wybranymi zmiennymi stwierdzono ponadto w skalach Komunikacji i Zadowolenia, zarówno u mężczyzn, jak i u kobiet. Ujemną współzależność z tymi skalami widać w odniesieniu do wieku i liczby rodzeństwa. Wraz ze wzrostem wieku i liczny rodzeństwa u żon pogarsza się jakość komunikacji małżeńskiej i, przede wszystkim, spada satysfakcja z życia rodzinnego (tu stwierdzono najbardziej znaczącą siłę związku $r = -0,36$, przy $p < 0,001$). Z kolei im wyższy jest poziom zaangażowania religijnego, tym lepsza komunikacja ($r = 0,36$, przy $p < 0,001$) i zadowolenie z życia rodzinnego u mężów.

Analizując poczucie dobrostanu psychicznego u badanych (tabela 6), nie stwierdzono różnic istotnych statystycznie między mężczyznami a kobietami. We wszystkich analizowanych wymiarach dobrostanu osoby badane uzyskały wyniki przeciętne.

Zastosowanie testu korelacji r Pearsona wskazuje na zależność między zaangażowaniem religijnym tylko u mężczyzn a czterema wymiarami badanego dobrostanu (tabela 7). Im bardziej mężczyźni są zaangażowani religijnie, tym lepiej potrafią doskonalić swoje umiejętności i realizować własny potencjał (rozwój osobisty), mają więcej pozytywnych relacji z innymi, trafniej kierują własny cel życiowy i mają wyższą samoakceptację. Co znamienne, zaangażowanie religijne nie wykazało związku z poczuciem niezależności i samostereowności w ramach autonomii działania jednostki oraz z panowaniem nad otoczeniem, które wiąże się z poczuciem sprawstwa.

Współczynniki korelacji r Pearsona między zmiennymi opisującymi funkcjonowanie rodziny a wymiarami dobrostanu psychicznego w grupie mężczyzn i kobiet zamieszczono w tabeli 8.

Tabela 4. Różnice między mężczyznami a kobietami w zakresie oceny funkcjonowania rodziny

Skale Oceny Rodziny	Mąż ($N = 65$)		Żona ($N = 65$)		$t(64)$	p	d Cohena
	M Sten	SD	M Sten	SD			
A. Zrównoważona spójność	29,02 6	4,38	29,43 5	3,97	-0,81	0,42	-0,20
B. Zrównoważona elastyczność	25,37 6	5,69	25,91 5	4,78	-0,72	0,47	-0,18
C. Niezwiązanie	13,78 7	4,34	13,26 7	4,40	1,01	0,32	0,25
D. Splątanie	15,34 6	5,02	15,58 6	5,29	-0,42	0,68	-0,10
E. Sztywność	20,12 7	4,82	20,34 7	4,36	-0,38	0,70	-0,10
F. Chaotyczność	15,86 6	5,18	15,86 6	4,86	0,00	1,00	0,00
G. Komunikacja	40,72 6	6,84	41,08 6	6,46	-0,42	0,67	-0,11
H. Zadowolenie	40,37 7	7,43	40,94 7	6,25	-0,65	0,52	-0,16
Wskaźnik spójności SOR	1,12	0,61	1,19	0,63	-1,11	0,27	-0,28
Wskaźnik elastyczności SOR	1,02	0,44	1,03	0,36	-0,17	0,87	-0,04
Wynik ogólny SOR	1,04	0,47	1,08	0,45	-0,94	0,35	-0,23

Oznaczenia w tabeli: N - liczebność, M - średnia, SD - odchylenie standardowe, $t(df)$ - statystyka testu t -Studenta dla dwóch prób zależnych, p - istotność, d Cohena - siła efektu

Tabela 5. Macierz korelacji r Pearsona Skali Oceny Rodziny z wybranymi zmiennymi w grupie badanych mężczyzn i kobiet

Skale Oceny Rodziny	Staż małżeński		Wiek		Liczba rodzeństwa		Zaangażowanie religijne	
	Mąż	Żona	Mąż	Żona	Mąż	Żona	Mąż	Żona
A. Zrównoważona spójność	-0,06	-0,13	0,07	-0,13	0,03	-0,10	0,24	0,12
B. Zrównoważona elastyczność	0,04	-0,01	0,17	-0,14	0,08	-0,09	0,05	0,20
C. Niezwiązanie	0,28*	0,10	0,21	0,12	0,26*	0,14	0,15	0,25*
D. Splątanie	0,04	-0,12	0,09	0,10	0,07	0,10	0,23	0,21
E. Sztywność	0,05	-0,08	-0,02	-0,10	0,01	-0,08	0,19	-0,03
F. Chaotyczność	0,07	0,03	0,00	0,18	0,15	0,21	0,09	0,24
G. Komunikacja	-0,09	-0,15	-0,03	-0,30*	-0,09	-0,25*	0,36***	0,09
H. Zadowolenie	0,04	-0,08	-0,01	-0,36***	-0,01	-0,30**	0,32**	0,01
Wskaźnik spójności SOR	-0,04	-0,14	0,21	0,06	0,17	-0,01	0,01	-0,06
Wskaźnik elastyczności SOR	-0,04	0,01	0,23	-0,01	0,13	-0,04	0,05	-0,09
Wynik ogólny SOR	-0,09	-0,16	0,16	0,05	0,11	-0,03	0,14	-0,05

Oznaczenia w tabeli: *** $p < 0,001$; ** $p < 0,01$; * $p < 0,05$

Tabela 6. Różnice między mężczyznami a kobietami w zakresie oceny odczuwanego dobrostanu psychicznego

Skala Dobrostanu Psychologicznego	Mąż ($N = 65$)		Kobieta ($N = 65$)		$t(64)$	p	d Cohena
	M	SD	M	SD			
Autonomia	4,43	0,76	4,38	0,72	0,37	0,71	0,09
Panowanie nad otoczeniem	4,43	0,72	4,47	0,63	-0,34	0,73	-0,09
Osobisty rozwój	4,37	0,78	4,40	0,62	-0,27	0,79	-0,07
Pozytywne relacje z innymi	4,57	0,76	4,71	0,62	-1,30	0,20	-0,32
Cel życiowy	4,53	0,78	4,49	0,70	0,47	0,64	0,12
Samoakceptacja	4,52	0,72	4,51	0,70	0,07	0,94	0,02

Oznaczenia w tabeli: N – liczebność, M – średnia, SD – odchylenie standardowe, $t(df)$ – statystyka testu t -Studenta dla dwóch prób zależnych, p – istotność, d Cohena – siła efektu

Przeprowadzona analiza korelacyjna ujawniła istotne dodatnie związki korelacyjne między zmiennymi opisującymi funkcjonowanie rodziny a wymiarami dobrostanu psychicznego, za wyjątkiem jednej współzmienności – u mężczyzn niezwiązanie ujemnie koreluje z samoakceptacją, co oznacza, że dla mężczyzn im mniejsze niezwiązanie (a więc większa spójność z rodziną), tym wyższa samoakceptacja wyznaczająca zdrowie psychiczne mężczyzny, jego dojrzałość i optymalne funkcjonowanie. Wszystkie pozostałe korelacje są dodatnie, a więc wskazują, że im bardziej zrównoważony i dobrze funkcjonujący

system rodzinny, tym z reguły wyższy poziom odczuwanego dobrostanu mężów i żon, choć nie dotyczy to konsekwentnie wszystkich wymiarów skali z uwagi na brak istotnych statystycznie wyników. Można jednak z całą stanowczością stwierdzić, że wysokiej satysfakcji z życia rodzinnego, zarówno u mężczyzn, jak i u kobiet, towarzyszy wysoki poziom odczuwanego dobrostanu, we wszystkich bez wyjątku jego wymiarach. Podobnie zdolność do pozytywnej i efektywnej komunikacji w rodzinie wiąże się z dobrostanem współmałżonków we wszystkich jego wymiarach, z wyjątkiem poczucia autonomii.

Tabela 7. Macierz korelacji r Pearsona Skali Dobrostanu Psychologicznego z wybranymi zmiennymi w grupie badanych mężczyzn i kobiet

Skala Dobrostanu Psychologicznego	Staż małżeński		Wiek		Liczba rodzeństwa		Zaangażowanie religijne	
	Mąż	Żona	Mąż	Żona	Mąż	Żona	Mąż	Żona
Autonomia	0,07	0,07	0,07	-0,07	0,13	-0,01	0,04	-0,04
Panowanie nad otoczeniem	-0,01	0,02	-0,08	-0,13	-0,09	-0,05	0,20	0,18
Osobisty rozwój	0,01	0,03	-0,06	-0,03	-0,09	-0,04	0,28*	0,12
Pozytywne relacje z innymi	-0,11	-0,11	-0,08	-0,24	-0,15	-0,15	0,31**	0,22
Cel życiowy	-0,18	-0,14	-0,08	-0,06	-0,11	-0,05	0,26*	0,16
Samoakceptacja	-0,12	-0,01	-0,06	-0,05	-0,05	0,01	0,27*	0,21

Oznaczenia w tabeli: *** $p < 0,001$; ** $p < 0,01$; * $p < 0,05$

Tabela 8. Współczynniki korelacji r Pearsona między zmiennymi opisującymi funkcjonowanie rodziny a wymiarami dobrostanu psychicznego w grupie mężczyzn i kobiet

Skale Oceny Rodziny SOR	Skala Dobrostanu Psychologicznego											
	Autonomia		Panowanie nad otoczeniem		Osobisty rozwój		Pozytywne relacje z innymi		Cel życiowy		Samoakceptacja	
	Mąż	Żona	Mąż	Żona	Mąż	Żona	Mąż	Żona	Mąż	Żona	Mąż	Żona
A. Zrównoważona spójność	0,09	0,25*	0,21	0,25*	0,31**	0,36***	0,31***	0,53***	0,23	0,39***	0,27*	0,53***
B. Zrównoważona elastyczność	-0,06	0,17	0,18	0,40***	0,09	0,33**	0,25*	0,40***	0,22	0,32**	-0,04	0,37***
C. Niezwiązanie	0,09	-0,14	-0,20	-0,09	-0,20	-0,12	-0,22	-0,07	-0,20	-0,24	-0,27*	-0,18
D. Splątanie	-0,12	-0,16	-0,12	-0,08	-0,14	-0,16	-0,15	-0,11	-0,23	-0,04	-0,09	-0,09
E. Sztywność	0,10	-0,16	0,19	-0,12	0,07	-0,14	0,06	0,05	-0,03	-0,12	0,06	-0,02
F. Chaotyczność	0,06	-0,07	-0,15	-0,17	-0,06	-0,14	-0,15	-0,07	-0,10	-0,15	-0,17	-0,23
G. Komunikacja	-0,03	0,12	0,27*	0,28*	0,38***	0,30**	0,41***	0,38***	0,44***	0,31**	0,39***	0,39***
H. Zadowolenie	0,23*	0,25*	0,41***	0,41***	0,45***	0,36***	0,42***	0,49***	0,41***	0,41***	0,42***	0,46***
Wskaźnik spójności SOR	0,14	0,16	0,22	0,18	0,27*	0,26*	0,36***	0,27*	0,30**	0,31**	0,29*	0,27*
Wskaźnik elastyczności SOR	0,09	0,30**	0,17	0,28*	0,15	0,29*	0,31**	0,31**	0,17	0,26*	0,18	0,37***
Wynik ogólny SOR	0,16	0,19	0,23	0,23	0,27*	0,36***	0,43***	0,31**	0,35***	0,32**	0,32**	0,37***

Oznaczenia w tabeli: *** $p < 0,001$; ** $p < 0,01$; * $p < 0,05$

W ostatnim etapie analiz podjęto próbę wskazania uwarunkowań funkcjonowania rodziny i dobrostanu psychicznego współmałżonków. W tym celu zastosowano analizę regresji wielokrotnej metoda krokową, gdzie zmiennymi wyjaśnianymi były ocena rodziny i dobrostan, a zmiennymi wyjaśniającymi zmienne metryczkowe i religijność osób badanych.

W obliczeniach uwzględniono jedynie te zmienne, które korelowały istotnie statystycznie ze zmiennymi wyjaśnianymi (patrz tabele 5, 7 i 8).

Niektóre wymiary dobrostanu psychicznego: samoakceptacja, pozytywne relacje z innymi, cel życiowy i osobisty rozwój, a także zaangażowanie religijne i staż małżeński łącznie wyjaśniają istotnie sta-

Tabela 9. Predyktory oceny funkcjonowania rodziny w grupie mężczyzn i kobiet

Zmienna wyjaśniana	Płeć	Zmienne wyjaśniające	<i>B</i>	<i>SE</i>	<i>Beta</i>	<i>t</i>	<i>F</i>	<i>R</i> ²
A. Zrównoważona spójność	Mąż	(Stała)	20,79	3,22		6,46	6,71***	0,08
		Pozytywne relacje z innymi	1,80	0,69	0,31	2,59***		
	Żona	(Stała)	15,83	2,78		5,70	24,57***	0,27
		Samoakceptacja	3,02	0,61	0,53	4,96***		
B. Zrównoważona elastyczność	Mąż	(Stała)	16,85	4,26		3,96	4,11*	0,05
		Pozytywne relacje z innymi	1,86	0,92	0,25	2,03*		
	Żona	(Stała)	11,38	4,25		2,67	11,87***	0,15
		Pozytywne relacje z innymi	3,08	0,89	0,40	3,44***		
C. Niezwiązanie	Mąż	(Stała)	21,18	3,34		6,34	5,03*	0,06
		Samoakceptacja	-1,64	0,73	-0,27	-2,24*		
	Żona	-	-	-	-	-	-	-
G. Komunikacja	Mąż	(Stała)	20,75	4,54		4,57	10,64***	0,23
		Cel życiowy	3,23	0,99	0,37	3,26**		
		Zaangażowanie religijne	0,18	0,08	0,26	2,29*		
	Żona	(Stała)	28,11	4,90		5,74	9,28***	0,21
		Samoakceptacja	3,49	1,03	0,38	3,37***		
		Staż małżeński	-0,20	0,08	-0,28	-2,51*		
H. Zadowolenie	Mąż	(Stała)	21,36	4,78		4,47	16,33***	0,19
		Osobisty rozwój	4,35	1,08	0,45	4,04***		
	Żona	(Stała)	23,10	5,60		4,13	13,34***	0,28
		Pozytywne relacje z innymi	4,31	1,11	0,43	3,89***		
Wskaźnik spójności SOR	Mąż	(Stała)	-0,21	0,44		-0,48	9,41***	0,11
		Pozytywne relacje z innymi	0,29	0,10	0,36	3,07***		
	Żona	(Stała)	-0,05	0,49		-0,10	6,61*	0,08
Wskaźnik elastyczności SOR	Mąż	(Stała)	0,20	0,33		0,60	6,65**	0,08
		Pozytywne relacje z innymi	0,18	0,07	0,31	2,58**		
	Żona	(Stała)	0,16	0,28		0,57	10,10***	0,12
		Samoakceptacja	0,19	0,06	0,37	3,18***		
Wynik ogólny SOR	Mąż	(Stała)	-0,20	0,33		-0,61	14,51***	0,17
		Pozytywne relacje z innymi	0,27	0,07	0,43	3,81***		
	Żona	(Stała)	0,01	0,35		0,02	9,90**	0,12
		Samoakceptacja	0,24	0,08	0,37	3,15***		

Oznaczenia w tabeli: *B* – niestandardowy współczynnik regresji; *SE* – błąd standardowy *B*; *beta* – standaryzowany współczynnik regresji; *t* – statystyka testu *t*; *F* – statystyka ANOVA; *R*² – skorygowany współczynnik determinacji
 *** *p* < 0,001; ** *p* < 0,01; * *p* < 0,05

tystycznie od 6% do 28% wariacji zmienności oceny funkcjonowania rodziny (tabela 9). Nie stwierdzono znaczenia autonomii i panowania nad otoczeniem w wyjaśnianiu funkcjonowania systemu rodzinnego.

Warto w tym momencie skupić się różnicach tych uwarunkowań między mężczyznami i kobietami. Wyższa samoakceptacja stanowi silny predyktor większej zrównoważonej spójności ($beta = 0,53$) oraz umiarkowany lepszej komunikacji, wyższego wskaźnika elastyczności i wyniku ogólnego SOR ($beta$ w przedziale od 0,37 do 0,38) w grupie kobiet. W grupie mężczyzn lepsze pozytywne relacje z innymi stanowią istotny umiarkowany predyktor kilku właściwości systemu rodzinnego: wyższego wyniku ogólnego SOR (tu największa wartość $beta = 0,43$), wskaźników spójności i elastyczności i ich zrównoważenia ($beta$ w przedziale od 0,40 do 0,25). Co ciekawe, u mężczyzn wyższa samoakceptacja stanowi słaby predyktor niższego poziomu niezwiązania ($beta = -0,27$).

Wśród zmiennych metryczkowych staż małżeński okazuje się jedynym i słabym predyktorem komunikacji i zadowolenia tylko u kobiet, przy odwrotnej zależności, co oznacza, że większy staż małżeński warunkuje gorszą komunikację i mniejsze zadowolenie ze związku. Dla mężczyzn ważnym umiarkowanym determinantem większej satysfakcji z życia rodzinnego jest wysoki osobisty rozwój ($beta = 0,45$), natomiast lepszej komunikacji małżeńskiej – wyraźniej zdefiniowany cel życiowy ($beta = 0,37$) i wyższe zaangażowanie religijne ($beta = 0,26$, słaba zależność).

Tylko trzy właściwości systemu rodzinnego: zrównoważona spójność, komunikacja i zadowolenie wyjaśniają istotnie statystycznie od 5% do 27% wariacji zmienności dobrostanu psychicznego (tabela 10). Zadowolenie z życia rodzinnego jest predyktorem wszystkich wymiarów dobrostanu – jego wyższy poziom stanowi umiarkowany determinant wyższych poziomów wymiarów dobrostanu ($beta$ w przedziale od 0,41 do 0,45), z wyjątkiem autonomii. Wyraźnie widać zróżnicowanie tej zmiennej związane z płcią badanych. Większa satysfakcja z życia rodzinnego znacząco warunkuje większy dobrostan mężów w wielu wymiarach, takich jak osobisty rozwój ($beta = 0,45$), pozytywne relacje z innymi ($beta = 0,42$), samoakceptacja ($beta = 0,42$) i panowanie nad otoczeniem ($beta = 0,41$), podczas

gdzie u żon stanowi słaby predyktor ($beta = 0,25$) autonomii oraz umiarkowany panowania nad otoczeniem ($beta = 0,41$) i celu życiowego ($beta = 0,41$). W grupie kobiet wyższa zróżnicowana spójność jest umiarkowanym predyktorem wyższego rozwoju osobistego ($beta = 0,36$) oraz silnym predyktorem pozytywnych relacji z innymi ($beta = 0,53$) i wyższej samoakceptacji ($beta = 0,53$). Komunikacja okazała się istotna jedynie dla mężczyzn, a jej wyższy poziom znacząco determinuje większe przekonanie o posiadaniu celu życiowego ($beta = 0,44$).

Kończąc analizy wyjaśniające relacje pomiędzy funkcjonowaniem rodziny a wymiarami dobrostanu nie można jednoznacznie stwierdzić, która zmienna jest najważniejszym predyktorem, ponieważ ocena rodziny istotnie statystycznie wyjaśnia podobny procent wariacji dobrostanu i odwrotnie. Zależności te prawdopodobnie mają charakter cyrkularny, więc w pewnym stopniu odczuwany przez męża i żonę dobrostan psychiczny oddziałuje na funkcjonowanie systemu rodzinnego, ale też od tego jak ten system funkcjonuje zależy poziom odczuwanego dobrostanu. Można jednak określić uwarunkowania istotnie kształtujące „zdrowy” system rodzinny i są to: wysoka samoakceptacja, możliwość osobistego rozwoju i posiadanie pozytywnych relacji z innymi. Dla dobrostanu psychicznego współmałżonków najważniejszymi determinantami okazały się zrównoważona spójność w rodzinie, zadowolenie z życia rodzinnego i pozytywna komunikacja rodzinna. Zmienne socjodemograficzne okazały się słabymi bądź nieistotnymi predyktorami analizowanych zmiennych, z wyjątkiem stażu małżeńskiego. Dodatkowo istotnym, ale słabym predyktorem komunikacji rodzinnej, okazało się zaangażowanie religijne badanych mężczyzn.

Podsumowanie

Zdrowe funkcjonowanie całego systemu rodzinnego w dużej mierze zależy od jakości związku małżeńskiego (Braun-Gałkowska, 2007). Relacje między małżonkami rzutują na odczuwane przez nich samych zadowolenie z życia rodzinnego, czemu często towarzyszy poczucie dobrostanu (Krok, 2015,

Tabela 10. Predyktory dobrostanu psychicznego w grupie mężczyzn i kobiet

Zmienna wyjaśniana	Płeć	Zmienne wyjaśniające	B	SE	Beta	t	F	R ²
	Mąż	-	-	-	-	-	-	-
Autonomia	Żona	(Stała)	3,20	0,58		5,55	4,26*	0,05
		H. Zadowolenie	0,03	0,01	0,25	2,06*		
Panowanie nad otoczeniem	Mąż	(Stała)	2,83	0,46		6,18	12,62***	0,15
		H. Zadowolenie	0,04	0,01	0,41	3,55***		
	Żona	(Stała)	2,79	0,48		5,77	12,46***	0,15
		H. Zadowolenie	0,04	0,01	0,41	3,53***		
Osobisty rozwój	Mąż	(Stała)	2,46	0,48		5,12	16,33***	0,19
		H. Zadowolenie	0,05	0,01	0,45	4,04***		
	Żona	(Stała)	2,74	0,54		5,04	9,47***	0,12
		A. Zrównoważona spójność	0,06	0,02	0,36	3,08***		
Pozytywne relacje z innymi	Mąż	(Stała)	2,84	0,48		5,97	13,64***	0,17
		H. Zadowolenie	0,04	0,01	0,42	3,69***		
	Żona	(Stała)	2,29	0,49		4,63	24,54***	0,27
		A. Zrównoważona spójność	0,08	0,02	0,53	4,95***		
Cel życiowy	Mąż	(Stała)	2,48	0,54		4,63	15,01***	0,18
		G. Komunikacja	0,05	0,01	0,44	3,87***		
	Żona	(Stała)	2,59	0,53		4,86	12,88***	0,16
		H. Zadowolenie	0,05	0,01	0,41	3,59***		
Samoakceptacja	Mąż	(Stała)	2,87	0,45		6,32	13,52***	0,16
		H. Zadowolenie	0,04	0,01	0,42	3,68***		
	Żona	(Stała)	1,77	0,56		3,18	24,57***	0,27
		A. Zrównoważona spójność	0,09	0,02	0,53	4,96***		

Oznaczenia w tabeli: B – niestandardyzowany współczynnik regresji; SE – błąd standardowy B; beta – standardyzowany współczynnik regresji; t – statystyka testu t; F – statystyka ANOVA; R² – skorygowany współczynnik determinacji
 *** p < 0,001; ** p < 0,01; * p < 0,05

Niśkiewicz, 2016), a sam dobrostan, jak zauważa Ryff (1989) należy traktować szeroko i kompleksowo jako stale towarzyszący człowiekowi element zdrowia psychicznego i prawidłowego rozwoju. Sprawne funkcjonowanie rodziny daje zdrowe środowisko rozwoju dla wszystkich swoich członków (de Barbaro, 1999).

Uzyskane wyniki badań własnych charakteryzują systemy rodzinne, w którym mężczyzna i kobieta zawarli formalny związek małżeński i wychowują wspólnie dzieci w wieku przedszkolnym lub szkolnym, tworząc pełną rodzinę przez wiele lat (tabela 1). Wyodrębnione rodziny tworzą zrównoważony system, w którym współmałżonkowie odczuwają umiarkowaną więź między sobą i w elastyczny

sposób reagują na zmiany (ról, zasad, relacji), sytuacje problemowe czy stres rozwojowy. Badane rodziny charakteryzują się przeciętnym poziomem zrównoważonej spójności i elastyczności, więc ich więź emocjonalna, ale i indywidualna autonomia oraz zdolność radzenia sobie ze stresem i zmianami są na wystarczającym poziomie. Równocześnie badani małżonkowie wykazują tendencję do dość wysokiego niezwiązania i sztywności, co wskazuje na dużą autonomię odczuwaną przez współmałżonków, zapewniającą własne indywidualne terytorium psychologiczne żonom i mężom, w które rodzina nie ingeruje, przy jednoczesnym oporze, co prawda małym, jednak zauważalnym podczas wprowadzania zmian w zakresie ustalania przywództwa i reguł

wzajemnych stosunków. Wydaje się, że dla małżonków jest to układ sprzyjający, o czym świadczy duża odczuwana przez nich satysfakcja z życia rodzinnego, dodatkowo wspierana umiejętnością poprawnego porozumiewania się w subsystemie małżeńskim.

Porównując funkcjonowanie mężów i żon w systemie rodzinnym można stwierdzić, że mężczyźni wraz z latami trwania związku coraz bardziej odsuwają się emocjonalnie od swych żon i coraz więcej czasu poświęcają swoim sprawom, podczas gdy u kobiet odczuwana mniejsza więź emocjonalna z mężem skłania je do większego zaangażowania religijnego. Ponadto starsze kobiety, które mają liczne rodzeństwo, deklarują gorszą komunikację ze współmałżonkiem niż młodsze żony. Wraz z wiekiem spada też u kobiet poczucie szczęścia i spełnienia w związku małżeńskim. U mężczyzn nie stwierdzono takich istotnych statystycznie zależności. Mężowie bardziej zaangażowani religijnie odczuwali większą satysfakcję ze związku i większą efektywność komunikowania się ze współmałżonką.

Z badań własnych wynika, że im bardziej zrównoważony system rodzinny, tym wyższy dobrostan psychiczny współmałżonków. Badane korelaty dobrostanu wykazują pozytywny związek z satysfakcją z życia rodzinnego i komunikacją małżeńską. Podobne wyniki uzyskał D. Krok (2015) dla wymiaru satysfakcji z życia zmiennymi wyjaśniającymi w jego badaniach okazały się intymność i samorealizacja, które wyjaśniają w sumie 12% wariancji. Satysfakcja z życia małżonków jest więc tym silniejsza, im wyższy jest poziom zadowolenia z bycia w bliskiej relacji z partnerem oraz możliwości realizacji siebie i swoich wartości zadań życiowych. Uzyskane przez niego wyniki wskazują ponadto, że zadowolenie z małżeństwa wpływa nie tylko na ogólne doświadczenia szczęścia rozumianego jako przyjemność, ale także wzbogaca globalną perspektywę szczęścia ujmowanego w kategoriach wartości i celu. Pozytywne relacje między małżonkami przekładać się będą zatem na kształtowanie się u nich sfery wartości, poczucia celu i sensu, a także spostrzegania swojego życia jako oferującego samorealizację i spełnienie. Wyniki te zgodne są również z wcześniejszymi badaniami (Argyle, 2008; Kamp Dush, Amato, 2005).

W badaniach własnych podjęto próbę wskazania wyznaczników analizowanych zmiennych: funkcjonowania rodziny i dobrostanu psychicznego współmałżonków. Seria analiz regresji wielokrotnej metodą krokową pozwoliła określić najważniejsze predyktory kształtujące zdrowe systemy rodzinne, do których zaliczamy trzy wymiary dobrostanu psychologicznego: wysoką samoakceptację, możliwość osobistego rozwój i posiadanie pozytywnych relacji z innymi. Z kolei dobrostan psychologiczny małżonków jest determinowany przez zrównoważoną spójność w rodzinie, zadowolenie z życia rodzinnego i efektywną komunikację rodzinną. Wśród zmiennych metryczkowych jedynie staż małżeński okazał się istotnym predyktorem związanym z funkcjonowaniem rodziny i wskazywał na jej pogorszenie wraz z upływem lat trwania w związku małżeńskim wyłącznie u kobiet. Dodatkowo analizowane zaangażowanie religijne okazało się słabym predyktorem wyjaśniającym komunikację małżeńską tylko u mężczyzn.

Szczegółowa analiza predyktorów ukazuje ciekawe różnice zauważane pomiędzy mężczyznami i kobietami. Dla mężczyzn najważniejszym wyznacznikiem satysfakcji z życia rodzinnego jest możliwość osobistego rozwoju (ten predyktor wyjaśnia 19% zmienności zadowolenia z życia rodzinnego), podczas gdy dla kobiet istotnym predyktorem jest samoakceptacja wyjaśniająca 27% zmienności zrównoważonej spójności rodzinnej. Uzyskane rezultaty badań informują, że zadowolony z życia rodzinnego mężczyzna ma możliwość osobistego rozwoju – doskonalenia swoich kompetencji czy realizacji własnego potencjału również poza rodziną, podczas gdy dla kobiety najważniejsza jest więź emocjonalna między członkami rodziny, w której ona sama siebie akceptuje, z pełną świadomością własnego potencjału, akceptacją własnych wad i zalet i przy zachowaniu zdrowia psychicznego, aby dojrzałe i optymalnie funkcjonować. Wspólnym dla obu współmałżonków znaczącym predyktorem wyznaczającym prawidłowe funkcjonowanie rodziny okazały się pozytywne relacje z innymi, przy czym dla mężczyzn relacje te są ważne w kontekście globalnym i dotyczą rodziny w ogóle, podczas gdy dla żon wyznaczają ich satysfakcję z życia rodzinnego. Zatem zadowolone z życia rodzinnego są te kobiety, które mają pozytywne relacje z innymi – doświadczają

ciepłych i głębokich relacji opartych na miłości, zaufaniu, empatii, przyjaźni, intymności i prawdopodobnie dotyczy to również relacji rodzinnych ze współmałżonkiem.

Na uwagę zasługują również związki pomiędzy zaangażowaniem religijnym mężów i żon a funkcjonowaniem rodziny i poczuciem psychicznego dobrostanu. Otóż zaangażowanie religijne wykazuje dodatnią korelację z komunikacją oraz zadowoleniem z małżeństwa u mężczyzn oraz z niezwiązaniem u kobiet. Można przypuszczać, że zaangażowani religijnie

mężowie lepiej komunikują się z żonami, zaś dla żon religijność może być mechanizmem kompensującym brak spójności w relacji z mężem. Uzyskano również niezbyt silne dodatnie korelacje pomiędzy zaangażowaniem religijnym a dobrostanem (osobisty rozwój, cel życiowy, pozytywne relacje, samoakceptacja), co w zasadzie zgadza się z wynikami uzyskanymi przez D. Kroka (2012). Przypuszczalne zależności te mają charakter cyrkularny. Jedynie dla skali komunikacji u mężów zaangażowanie religijne okazało się być istotnym statystycznie predyktorem.

Bibliografia

- Argyle, M. (2004). *Psychologia szczęścia*. Wrocław: Wydawnictwo Astrum.
- Argyle, M. (2008). *Social encounters: Contributions to social interaction*. Aldine Transaction.
- Babiarz, M., Brudniak-Drag, A. (2013). Dobrostan a dobrobyt ponowoczesnej rodziny. *Zdrowie i Dobrostan*, 4, 27-44.
- Bajkowski, T. (2017). System rodzinny w przestrzeni międzykulturowej. *Pogranicze, Studia Społeczne*, 30, 167-180.
- de Barbaro, M. (1999). Struktura rodziny. (W:) B. de Barbaro (red.), *Wprowadzenie do systemowego rozumienia rodziny*, 45-55. Kraków: Wydawnictwo UJ.
- Braun-Gałkowska, M. (1984). Znaczenie religijności małżonków dla powodzenia ich związku. (W:) T. Kukołowicz (red.), *Z badań nad rodziną*, 57-67, Lublin: RW KUL.
- Braun-Gałkowska, M. (1992). *Psychologiczna analiza systemów rodzinnych osób zadowolonych i niezadowolonych z małżeństwa*. Lublin: Wydawnictwo KUL.
- Braun-Gałkowska, M. (2007). *Poznanie systemu rodzinnego*. Lublin: Wydawnictwo KUL.
- Braun-Gałkowska, M. (2018). *Psychologia domowa*. Kraków: Wydawnictwo Naukowe Akademii Ignatianum.
- Brzezińska, A.I., Appelt, K., Ziółkowska, B. (2016). *Psychologia rozwoju człowieka*. Sopot: GWP.
- Carr, A. (2011). *Positive Psychology: The Science of Happiness and Human Strengths* (2nd ed.). London: Routledge. <https://doi.org/10.4324/9780203156629>
- Compton, W.C., Hoffman, E. (2019). *Positive Psychology: The Science of Happiness and Flourishing* (3rd ed.). CA: Sage Publication Ltd.
- Czapiński, J. (2017). *Psychologia szczęścia. Kto, kiedy, dlaczego kocha życie i co z tego wynika, czyli nowa odsłona teorii cebulowej*. Warszawa: Wydawnictwo Naukowe Scholar.
- Dąbrowska-Wnuk, M. (2018). Przejście do fazy rodzicielstwa jako kryzys rozwojowy. (W:) E. Sadowska, A. Wiśniak, I. Łukasiewicz (red.), *Dokąd zmierzamy? I. Wspieranie rozwoju człowieka w rodzinie, edukacji i biznesie*, 15-33. Chorzów: WSB w Poznaniu.
- Dakowicz, A. (2012). Psychologiczna analiza systemów rodzinnych małżeństw zaangażowanych religijnie. *Studia Teologiczne. Białystok – Drohiczyn – Łomża*, 30, 111-125.
- Dakowicz, A. (2014). Psychologiczna analiza systemów rodzinnych młodych kobiet zaangażowanych religijnie. *Studia nad Rodziną*, 34(1), 265-283.
- Drożdżowicz, L. (2020). Ogólna teoria systemów. (W:) B. de Barbaro (red.), *Wprowadzenie do systemowego rozumienia rodziny*, 9-17. Kraków: Wydawnictwo UJ.
- Duda, M. (2017). Dom rodzinny – między tradycją a współczesnością. *Studia Socialia Cracoviensia*, 9(2), 25-35. <http://dx.doi.org/10.15633/ssc.2453>
- Franczyk, E. (2021). Osoba starsza a kryzys we współczesnej rodzinie w ujęciu systemowym. *Horyzonty Wychowania*, 20(53), 61-71.
- Galvin, K.M., Braithwaite, D.O., Bylund, C.L. (2015). *Family communication: Cohesion and change* (9th ed.). London and New York: Routledge Taylor & Francis Group.
- Jarosz, M. (2003). *Interpersonalne uwarunkowania religijności*. Lublin: Towarzystwo Naukowe KUL.
- Kamp Dush, C.M., Amato, P.R. (2005). Consequences of relationship status and quality for subjective well-being. *Journal of Social and Personal Relationships*, 22(5), 606-627.
- Karaś, D., Ciecuch, J. (2017). Polska adaptacja Kwestionariusza Dobrostanu (Psychological Well-Being Scales) Caroll Ryff. *Roczniki Psychologiczne/Annals of Psychology*, 20(4), 815-835.
- Klein, D.M., White, J.M. (1996). *Family theories: An introduction*. California: Sage Publications, Inc.
- Krok, D. (2009). *Religijność a jakość życia w perspektywie mediatorów psychospołecznych*. Opole: Redakcja Wydawnictw WT UO.
- Krok, D. (2012). Znaczenie religijności w formowaniu jakości życia małżonków. *Studia Teologiczno-Historyczne Śląska Opolskiego*, 32, 55-72.
- Krok, D. (2015). Satysfakcja ze związku małżeńskiego a poziom hedonistycznego i eudajmonistycznego dobrostanu psychicznego małżonków. *Family Forum*, 5, 141-160.
- Lopez, S.J., Pedrotti, J.T., Snyder, C.R. (2019). *Positive Psychology: The Scientific and Practical Explorations of Human Strengths* (4th ed.). California: Sage Publications, Inc.
- Margasiński, A. (2015). Teoria i wybrane modele systemów rodzinnych. (W:) A. Margasiński (red.), *Rodzina w ujęciu systemowym. Teoria i badania*, 6-32. Warszawa: Pracownia Testów Psychologicznych.
- Margasiński, A. (2013). *Skale Oceny Rodziny*. Warszawa: Pracownia Testów Psychologicznych PTP.
- Niškiewicz, Z. (2016). Dobrostan psychiczny i jego rola w życiu człowieka. *Studia Krytyczne*, 3, 139-151.
- Nurhayati, S.R., Faturochman, F., Helmi, F.A. (2019). Marital quality: A conceptual review. *Buletin Psikologi*, 27(2), 109-124. <https://doi.org/10.22146/buletinpsikologi.37691>
- Olson, D.H. (2004). *Family Satisfaction Scale*. Minneapolis: Life Innovations.

- Olson, D.H. (2013). *Kwestionariusz FACES IV i Model Kołowy. Badanie walidacyjne*. Warszawa: Pracownia Testów Psychologicznych.
- Ostoj-Zawadzka, K. (1999). Cykl życia rodzinnego. (W:) B. de Barbaro (red.), *Wprowadzenie do systemowego rozumienia rodziny*, 18-30. Kraków: Wydawnictwo UJ.
- Plopa, M. (2011). *Psychologia rodziny: teoria i badania*. Kraków: Impuls.
- Polak, J., Grabowski, D. (2017). Wstępna charakterystyka psychometryczna polskiej wersji kwestionariusza *Religious Commitment Inventory-10 (RCI-10-PL)* Everetta Worthingtona i współpracowników. *Roczniki Psychologiczne/Annals of Psychology*, 20(1), 191-212.
- Rashid, T., Seligman, M.P. (2018). *Positive psychotherapy: Clinician manual*. Oxford University Press. <https://doi.org/10.1093/med-psych/9780195325386.001.0001>
- Rojewska, E. (2019). Terapia systemowa jako forma pomocy rodzinie. *Roczniki Pedagogiczne*, 11(47), 75-91.
- Rostowska, T., Żylińska, P. (2009). Stopień zaangażowania religijnego a poziom jakości małżeńskiej u partnerów. (W:) T. Rostowska (red.), *Psychologia rodziny. Małżeństwo i rodzina wobec współczesnych wyzwań*, 117-135. Warszawa: Difin.
- Ryff, C.D. (1989). Happiness is not everything, or is it? Exploration on the meaning of psychological well-being. *Journal of Personality and Social Psychology*, 57, 1069-1081.
- Ryff, C.D. (2014). Psychological well-being revisited: Advances in the science and practice of eudaimonia. *Psychotherapy and Psychosomatics*, 83, 10-28.
- Ryff, C.D., Keyes, C.L.M. (1995). The structure of psychological well-being, revisited. *Journal of Personality and Social Psychology*, 69, 471-479.
- Ryff, C.D., Singer, B. (2012). Paradoxy kondycji ludzkiej: dobrostan i zdrowie na drodze ku śmierci. (W:) J. Czapirski (red.), *Psychologia pozytywna. Nauka o szczęściu, zdrowiu, sile i cnotach człowieka*, 147-162. Warszawa: Wydawnictwo Naukowe PWN.
- Satir, V. (2000). *Rodzina. Tu powstaje człowiek*. Gdańsk: GWP.
- Segrin, C., Flora, J. (2019). *Family communication* (3rd ed.). New York, NY: Routledge.
- Seligman, M.E. P. (2005). *Prawdziwe szczęście*. Poznań: Wydawnictwo Media Rodzina.
- Strużyńska, A. (2020). Rodzina jako podstawowe środowisko wychowawcze. (W:) J. Zimny (red.), *Rodzina naturalna, duchowa, społeczna*, 188-198. Wrocław: Akademia Wojsk Lądowych imienia generała Tadeusza Kościuszki.
- Świętochowski, W. (2014). Rodzina w ujęciu systemowym. (W:) I. Janicka, H. Liberska (red.), *Psychologia rodziny*, 21-45. Warszawa: Wydawnictwo Naukowe PWN SA.
- Trzebińska, E. (2008). *Psychologia pozytywna*. Warszawa: Wydawnictwo WAIP.
- Wampler, K.S., Patterson, J.E. (2020). The importance of family and the role of systemic family therapy. (W:) K.S. Wampler i L.M. McWey (red.), *The handbook of systemic therapy*, vol. 1, 1-32. NJ: Wiley-Blackwell.
- Weryszko, M. (2020). Miłość małżeńska – uwarunkowania powodzenia fundamentalnej relacji w rodzinie. *Kwartalnik Naukowy Fides et Ratio*, 41(1), 129-143. <https://doi.org/10.34766/fetr.v41i1.220>
- Wolska-Długosz, M. (2016). Samotne rodzicielstwo – blaski i cienie. Próba syntezy. *Scientific Bulletin of Chełm – Section of Pedagogy*, 2, 57-66.
- Zalewska, S.L. (2017). Values in a modern family: Between declaration and deed. *Society Register*, 1(1), 183-198. <https://doi.org/10.14746/sr.2017.1.15>