

Marta Adamczyk

Ewa Bajer

Andrzej Bulzak

Ryszard Chłopek

Ryszard Cibor

Mikołaj Cugowski

Karolina Dejko

Aleksandra Dembińska

Kamila Dobrenko

Małgorzata Dobrowolska

Weronika Juroszek

Lidia Grzesiuk

Tomasz Karoń

Sabina Kołodziej

Aleksander Korchut

Monika
Kornaszewska-Polak

Dariusz Krok

Ewa Leśniak

Sabina Lis

Łukasz Majchrzak

Teresa Rzepa

Sylwia Segeth

Sylwia Stelmach

Agnieszka Szymańska

Karolina Zalewska

Ryszard Żaba

WYSTARCZAJĄCO DOBRE ŻYCIE

KONTEKSTY
PSYCHOLOGICZNE

pod redakcją
Moniki Kornaszewskiej-Polak

WYSTARCZAJĄCO DOBRE ŻYCIE
KONTEKSTY PSYCHOLOGICZNE

pod redakcją
Moniki Kornaszewskiej-Polak

WYSTARCZAJĄCO DOBRE ŻYCIE

KONTEKSTY PSYCHOLOGICZNE

pod redakcją
Moniki Kornaszewskiej-Polak



Sosnowiec 2015

Recenzent:

dr hab. Henryk Gasiul

Redaktor Oficyny Wydawniczej „Humanitas”

Danuta Dziewięcka

Korekta:

Danuta Dziewięcka

Ryszard Chłopek

Projekt okładki:

Bartłomiej Dudek

Copyright by

Oficina Wydawnicza „Humanitas”

ul. Kilińskiego 43

41-200 Sosnowiec

tel.: 32 363 12 25

e-mail: wydawnictwo@humanitas.edu.pl

dystrybucja@humanitas.edu.pl

ISBN: 978-83-64788-73-4

Sosnowiec 2015

SPIS TREŚCI

Wprowadzenie	9
---------------------------	----------

CZĘŚĆ I

Uwarunkowania dobrego życia we współczesnej rodzinie

Rozdział 1. Weronika Juroszek, <i>Jakość życia w kontekście niskiej dzietności.....</i>	17
--	-----------

Rozdział 2. Sylwia Segeth, <i>Wzór osobowy ojca w kształtowaniu tożsamości córki w okresie późnego dzieciństwa</i>	29
---	-----------

Rozdział 3. Dariusz Krok, Sabina Kołodziej, <i>Nadzieja i samoocena jako predyktory radzenia sobie ze stresem u młodzieży szkół średnich</i>	39
---	-----------

Rozdział 4. Marta Adamczyk, Andrzej Bulzak, Sabina Lis, <i>Poczucie jakości życia u młodzieży doświadczającej przemocy w rodzinie.....</i>	61
---	-----------

Rozdział 5. Mikołaj Cugowski, <i>Zagrożenia dobrostanu rodziny – rodzaje, formy i uwarunkowania przemocy domowej stosowanej przez kobiety – sprawczynie</i>	75
--	-----------

Rozdział 6. Monika Kornaszewska-Polak, <i>(Nie)wystarczająco dobra matka. Analiza sytuacji pracujących kobiet będących matkami.....</i>	91
--	-----------

Rozdział 7. Aleksandra Dembińska, <i>Różnice w zakresie satysfakcji z życia u kobiet będących matkami po leczeniu niepłodności a matkami adopcyjnymi</i>	105
---	------------

Rozdział 8. Monika Kornaszewska-Polak, Sylwia Stelmach, <i>Styl radzenia sobie ze stresem a poziom satysfakcji małżeńskiej.....</i>	117
--	------------

CZĘŚĆ II

Dobrostan w zaburzeniach zdrowia psychicznego i fizycznego oraz możliwości terapii

Rozdział 1. Teresa Rzepa, Ryszard Żaba, <i>O wstydliwych chorobach oraz reakcjach emocjonalnych i zachowaniach wobec osób zarażających.....</i>	133
--	------------

Rozdział 2. Karolina Dejko, <i>Analiza związków między systemem przywiązania i rodzicielską zdolnością do mentalizacji a funkcjonowaniem psychospołecznym dziecka. Włączenie rodzica w proces terapii dziecka</i>	143
--	------------

Rozdział 3. Karolina Zalewska, *Przywiązanie a zaburzenia w kształtowaniu się struktury osobowości u młodzieży – przyczyna i rozwiązanie*153

Rozdział 4. Agnieszka Szymańska, Kamila Dobrenko, Lidia Grzesiuk, *Relacja między pacjentem i psychoterapeutą a skuteczność psychoterapii. Wyniki badań katamnesticznych* 165

Rozdział 5. Ryszard Chłopek, Tomasz Karoń, Łukasz Majchrzak, *Internacja sądowo-psychiatryczna. Możliwości, nadzieje, perspektywy. Studium przypadku pacjenta z rozpoznaniem schizofrenii*179

CZĘŚĆ III

Optymalne funkcjonowanie zawodowe – możliwości i ograniczenia

Rozdział 1. Ewa Bajer, *Twórcza przedsiębiorczość a poziom aspiracji w środowisku zawodowym*..... 195

Rozdział 2. Małgorzata Dobrowolska, *Satysfakcja z pracy jako pozytywna konsekwencja dobrego dopasowania do elastycznej formy zatrudnienia*.....211

Rozdział 3. Ewa Leśniak, *Dobrostan psychiczny i poziom empatii u pielęgniarek i lekarzy*.....223

Rozdział 4. Ryszard Cibor, *Bilans psychologiczny w pracy nauczyciela przedszkola*233

Rozdział 5. Aleksander Korchut, *Czy pojęcie normy w psychologii stosowanej ma sens?*243

Noty o Autorach.....253

TABLE OF CONTENTS

Introduction	9
--------------------	---

PART I

Determinants of the good life in the modern family

Chapter 1. Weronika Juroszek, <i>Quality of life in the context of the low fertility</i>	17
--	----

Chapter 2. Sylwia Segeth, <i>The personal role model of a father in forming the identity of a daughter in the late childhood</i>	29
--	----

Chapter 3. Dariusz Krok, Sabina Kołodziej, <i>Hope and self-esteem as predictors of coping with stress in high school graduates</i>	39
---	----

Chapter 4. Marta Adamczyk, Andrzej Bulzak, Sabina Lis, <i>A sense of quality of life among adolescents experiencing family violence</i>	61
---	----

Chapter 5. Mikołaj Cugowski, <i>Threats to the family well-being – the conditions and forms of domestic violence used by female offenders</i>	75
---	----

Chapter 6. Monika Kornaszewska-Polak, <i>The mother that is not good enough. Analysing the situation of working mothers</i>	91
---	----

Chapter 7. Aleksandra Dembińska, <i>Differences of satisfaction with life in women who became mothers after infertility treatment and adoptive mothers</i>	105
--	-----

Chapter 8. Monika Kornaszewska-Polak, Sylwia Stelmach, <i>The style of coping with stress and marital satisfaction</i>	117
--	-----

PART II

Well-being in physical and mental disorders and treatment opportunities

Chapter 1. Teresa Rzepa, Ryszard Żaba, <i>On embarrassing illness, emotional reactions and behaviors towards affected individuals</i>	133
---	-----

Chapter 2. Karolina Dejko, <i>The analysis of the relationships between attachment system, parent's mentalization skills and psychosocial functioning of a child. Parent's participation in the therapy of his or her child</i> ...	143
---	-----

Chapter 3. Karolina Zalewska, <i>Attachment and disorders in shaping the personality structure among adolescents – cause and solution</i>	153
---	-----

Chapter 4. Agnieszka Szymańska, Kamila Dobrenko, Lidia Grzesiuk, <i>The relationship between patient and psychotherapist and psychotherapy effectiveness</i>	165
--	-----

Chapter 5. Ryszard Chłopek, Tomasz Karoń, Łukasz Majchrzak, <i>Obligatory psychiatric treatment. Possibilities, perspectives, hope. Case study of schizophrenic patient</i>	179
---	-----

PART III

Optimal professional functioning – possibilities and limitations

Chapter 1. Ewa Bajer, <i>Creative entrepreneurship and aspiration level in the workplace</i>	195
---	-----

Chapter 2. Małgorzata Dobrowolska, <i>Job satisfaction as a positive consequence of good adjustment to flexible forms of employment</i>	211
--	-----

Chapter 3. Ewa Leśniak, <i>Well-being and empathy among nurses and doctors</i>	223
--	-----

Chapter 4. Ryszard Cibor, <i>Psychological balance of the kindergarten female teachers at work</i>	233
---	-----

Chapter 5. Aleksander Korchut, <i>Does the norm definition has sense in psychological jurisdiction?</i>	243
--	-----

About the Authors	253
--------------------------------	-----

WPROWADZENIE

Czy moje życie jest w wystarczający sposób dobre?

Człowiek nieustannie docieka sensu swojego życia, próbując odnaleźć przyczynę i cel istnienia. Po co żyjemy? Czym jest dobre życie? Odpowiedzi na te pytania wciąż są formułowane, zmieniane, odnajdywane na nowo, „ponieważ nikt nie dysponuje jedną jedyną, sprawdzoną receptą na dobre życie” (Czapiński, 2012, s. 9). W nauce nieustannie poszukiwane są czynniki sprzyjające podnoszeniu jakości życia zarówno osób zdrowych, jak i osób doświadczających zaburzeń i chorób. W prezentowanej monografii starano się pokazać, jakich odpowiedzi na pytania o dobre życie udziela współczesna psychologia w trzech jego obszarach: rodzinie, zdrowiu i pracy. Pomimo wysokiego poziomu rozwoju naszej cywilizacji człowiek w dalszym ciągu przeżywa cierpienie, gubi sens, traci radość istnienia oraz pogarsza się jakość jego życia. Rozważania teoretyczne, jak i wyniki przedstawionych badań wskazują na podstawowe potrzeby związane z dobrym życiem, jego uwarunkowania, a także możliwości zastosowania różnych rozwiązań wpływających na wyższą jakość życia. Tym samym niniejsza monografia wpisuje się w nurt współczesnej psychologii pozytywnej.

Początki psychologii pozytywnej znajdujemy w myśli humanistycznej oraz rozważaniach nad jakością życia prowadzonych w drugiej połowie XX wieku. Podejmowano wówczas liczne badania dotyczące dobrostanu psychicznego i czynników go warunkujących w sytuacji wszelkich nieprawidłowości: choroby, zaburzenia, anormalności, dysfunkcji czy patologii. Niemniej jednak najstarsze korzenie „pozytywnego stylu myślenia” możemy odnaleźć w idei eudajmonii Arystotelesa: koncepcji dobrego życia oraz spełnienia naturalnego potencjału człowieka. Epikurejczycy odkryli radość życia poprzez zaspokajanie wszelkich ludzkich potrzeb w zrównoważony sposób, natomiast hedoniści kierowali swoją uwagę na osiąganie przyjemności i jej maksymalizowanie. W starożytnej Grecji celem każdego rozsądnego człowieka było osiągnięcie eudajmonii – zadowolenia i satysfakcji z własnego życia. Poprzez stulecia historii cywilizacji niewiele zmieniło się w tym obszarze ludzkich poszukiwań – człowiek nadal pragnie szczęśliwego życia.

Pod koniec XX wieku Martin Seligman zaczął zastanawiać się nad kwestią nauczania współczesnych ludzi optymistycznego stylu myślenia i życia. Jednak jego podstawowym pytaniem było, czy można przezwyciężyć u ludzi tendencje do wyuczonej bezradności i nawykowe przeżywanie porażek w sposób depresyjny (Seligman, 1996). Z przeciwstawienia się pesymizmowi dwudziestowiecznej psychologii wyrósł nurt psychologii pozytywnej, który obecnie przeżywa swój światowy rozkwit. Odwrócono się od wszystkiego co zaburzone, anormalne, patologiczne i zwrócono się ku zdrowej radości życia. Jak pod-

sumowuje Czapiński, „człowiek ma nie tylko słabości, które trzeba zwalczać, ale także mocne strony, które można rozwijać, czyniąc je jeszcze mocniejszymi. Można mieć życie lepsze od niezłego” (Czapiński, 2007, s. 16).

Co należy zrobić, aby nasze życie było lepsze? Wystarczająco dobre życie (ang. *good enough*) oznacza odnalezienie swojego miejsca w świecie (w swoim środowisku lokalnym), stworzenie warunków odpowiednich dla rozwoju własnych możliwości, kształtowanie w doświadczeniu kompetencji osobowych, zdobywanie równowagi psychicznej i adekwatnej dla indywidualnych preferencji jakości życia (por. Trzebińska, 2008). Poszukując jednak czynników i tendencji ogólnych, wykraczamy daleko poza jednostkę. Natomiast jakość życia jest walorem czysto subiektywnym. Jak pokazuje rzeczywistość, nieraz skrajne warunki zewnętrzne życia nie zakłócały utrzymywania wewnętrznej równowagi, harmonii, względnego poczucia zadowolenia czy szczęścia. Paradoksalnie można postawić tezę, że sytuacja trudna, kryzysowa, niejednokrotnie pozwalała na tyle zmobilizować zasoby wewnętrzne, że dzięki nim odkrywano, iż równowaga i spokój są możliwe, a także faktycznie uszczęśliwiające. Trudno docenić walory szczęścia wówczas, kiedy wszystko się układa i idzie zgodnie z planem.

Współczesna rzeczywistość niejednokrotnie przekracza indywidualne zasoby i możliwości jednostki, stawiając przed nią zmieniające się wyzwania. Tempo życia narzuca nowe zasady postępowania w sferze prywatnej i publicznej. Presja stała się sama w sobie obowiązującym standardem naszego funkcjonowania na co dzień. Życie pod presją pochłania ogromne zasoby energii życiowej, zmusza do nieustannej mobilizacji i czujności, do stałego podejmowania właściwych decyzji. Tak szybkie istnienie staje się ryzykowne i zagrażające dobrostanowi, zdrowiu psychicznemu i zadowoleniu z życia. Jak znaleźć równowagę? Jak optymalnie korzystać z własnych zasobów? Jak skutecznie radzić sobie w zmiennych kolejach losu, kryzysach, sytuacjach nieoczekiwanych?

Terminu „wystarczająco dobry” użył amerykański psychiatra Donald Winnicott w stosunku do określenia „wystarczająco dobrej matki” w przeciwieństwie do matki idealnej, doskonałej. Opisuje on taką matkę, która rozpoznaje dziecięce potrzeby, rozumie je i odpowiada na nie w miarę własnych możliwości (por. Moore, Fine, 1996). Transponując teorię tę na sytuację współczesnego życia, możemy mówić o takim stylu funkcjonowania, w którym nie stawiamy sobie zbyt wysokich oczekiwań i standardów względem siebie, lecz wymagania odpowiednie, optymalne, adekwatne do jednostkowych kompetencji osobowych. Staramy się być po prostu dobrymi ludźmi pomimo przeciwności, problemów, kłopotów, nieszczęść, codziennych zmartwień i utrapień. To wysiłek dopasowania możliwości do jednostkowych aspiracji, planów czy celów życiowych. Właściwe dopasowanie, przynoszące satysfakcję, radość, poczucie zadowolenia, jest tym solidnym wzmocnieniem, oczekiwaną odpowiedzią.

Prawidłowo postawionym pytaniem byłoby więc pytanie: „Co jest dobre dla mnie tu i teraz?” Odnalezienie siebie w konkretnej rzeczywistości, sytuacji, miejscu i czasie. Życie pod presją nie jest kwestią czynników zewnętrznych, lecz niewłaściwego sposobu myślenia o zadaniach, obowiązkach, celach i planach oraz antycypacją tego, co może się wydarzyć, co może pójść nie tak, jak chcemy. Zwolnienie zbyt szybkiego tempa życia do jego naturalnej prędkości to jedna z propozycji lepszego stylu egzystencji (por. Carlson,

Bailey, 2009). Jako jednostki ludzkie mamy wybór, możemy decydować, co jest dla nas dobre, ale także możemy podejmować trud bycia dobrymi dla siebie i dla innych.

* * *

Efektom wieloaspektowych i pogłębionych badań nad jakością życia uwarunkowaną charakterem relacji rodzinnych, stanem zdrowia oraz czynnikami pracy zawodowej, prowadzonych w różnych ośrodkach akademickich i innych, jest niniejsza monografia zatytułowana *Wystarczająco dobre życie. Konteksty psychologiczne*. Monografia składa się z trzech części, adekwatnych do eksplorowanych obszarów dobrego życia: rodziny, zdrowia oraz pracy zawodowej. Opisywane trzy obszary tematyczne wskazują wspólny psychologiczny kontekst podejmowanych zagadnień wobec wyzwań współczesnego życia, mianowicie relacje interpersonalne. Ich poziom i jakość wyznacza kształt nie tylko jednostkowego dobrostanu i szczęścia, ale także składa się na sumę międzyludzkich oddziaływań, stanowiących podstawy właściwie ukształtowanego społeczeństwa. W części I monografii pt. *Uwarunkowania dobrego życia we współczesnej rodzinie* podejmowana jest tematyka ról oraz relacji rodzinnych budowanych na przestrzeni całego życia, počawszy od podjęcia decyzji o potomstwie, poprzez relacje pomiędzy poszczególnymi członkami, rozwijane na tle wspólnoty indywidualne kompetencje, po wskazanie na zagrożenia dobrostanu rodziny, jakie płyną ze zjawiska przemocy. Dobrostan życia rodzinnego jest współcześnie zagrożony poprzez wiele czynników, jednak najpoważniejszym z nich jest fakt dzietności gwarantujący tej wspólnocie istnienie. Jeżeli dzietność w danym kraju spada, następuje brak zastępowalności pokoleń i społeczeństwo stopniowo zaczyna wymierać. Takie konsekwencje czekają Europę, a zwłaszcza Polskę, jeśli będą one kontynuowały dotychczasową politykę prokreacyjną w małym stopniu wspierającą rodziny wychowujące dzieci. Dla młodego pokolenia wyrastającego w rodzinach jednym z najważniejszych czynników rozwoju są właściwe wzory osobowe matki i ojca przyczyniające się do prawidłowo ukształtowanych postaw życiowych. Jeśli rodziny te przeżywają poważne trudności, a w relacjach pojawia się przemoc, ma to szczególnie destrukcyjny wpływ na młodzież, przeżywającą w związku z tym obniżenie poczucia wartości swojego życia, zadowolenia z niego oraz poczucia sensu. Tracąc nadzieję, młodzi ludzie słabiej radzą sobie z wieloma wyzwaniami, doświadczają depresji, poszukują ryzykownych alternatyw rozwiązań problemów. Potrzebne jest im wsparcie ze strony dorosłych, aby mogli przezwyciężyć własne trudności. Takiego wsparcia, wzmocnienia samooceny, doskonalenia kompetencji osobowych powinni udzielić czy nauczyć najbliżsi – rodzice, rodzeństwo, dziadkowie, krewni. Rodzina wówczas staje się miejscem sprzyjającym życiu, kiedy jej członkowie wzajemnie sobie pomagają oraz rozumieją własne potrzeby. W takim środowisku troska o drugą osobę kształtuje klimat, w którym nikt nie czuje się nadmiernie przeciążony obowiązkami, prześladowany czy wykorzystywany.

Część II pt. *Dobrostan w zaburzeniach zdrowia psychicznego i fizycznego – możliwości terapii* opisuje wieloaspektowe zależności pomiędzy jakością życia a chorobą, zaburze-

niem oraz psychoterapią. Poruszone w niej zostały niezwykle istotne kwestie dotyczące ludzkiego cierpienia, bólu, wstydu oraz możliwości ich zrozumienia i przezwyciężenia. Objawy różnorodnych zaburzeń zdrowia fizycznego i psychicznego w poważnym stopniu obniżają indywidualny dobrostan, a także utrudniają funkcjonowanie psychospołeczne, spada tym samym jakość życia pacjenta, zostaje zachwiana interpretacja rzeczywistości i koncepcji siebie (por. Steuden i in., 2011). Niewątpliwie ogromny wpływ we wspomnianych przypadkach ma właściwy dobór metod leczenia i terapii, odpowiadający indywidualnym potrzebom osób zaburzonych i chorych. Osoby doświadczające cierpienia pod różnymi postaciami zazwyczaj subiektywnie oceniają poprawę stanu zdrowia w następstwie procesu leczenia czy psychoterapii i nie zawsze wiążą tę ocenę z obiektywną poprawą zdrowia czy lepszym funkcjonowaniem. Dlatego też tak ważna staje się troska o dobry kontakt osoby chorej z osobą leczącą, kiedy wymagane są nie tyle i nie tylko kompetencje zawodowe, ale także umiejętność wczuwania się w doświadczenia, uczucia i sposoby rozumienia świata osób cierpiących. Potrzebują one takiego nabycia kompetencji indywidualnych (umiejętności radzenia sobie), aby w procesie zdrowienia osiągnąć dobre samopoczucie, pozytywną ocenę sytuacji życiowej oraz wzrost nadziei na przyszłość. Wszystkie te aspekty mogą mieć miejsce we właściwie ukształtowanych relacjach chorego z leczącym, terapeutą czy grupą terapeutyczną, kiedy budowane jest zrozumienie, więź oparta na autentycznej trosce o drugiego człowieka.

Na część III monografii pt. *Optymalne funkcjonowanie zawodowe – możliwości i ograniczenia* składają się badania dotyczące powiązań pomiędzy dobrostanem pracownika a sprzyjającymi i niesprzyjającymi warunkami pracy. We współczesnej rzeczywistości bowiem (w Polsce, Europie, czy ogólnie – cywilizacji Zachodu) nie wystarcza już tylko posiadanie jakiejś pracy, konieczne staje się znalezienie pracy wystarczająco dobrze płatnej i odpowiadającej kompetencjom oraz zainteresowaniom poszukującego. Stąd coraz częściej badany wymiar życia zawodowego staje się indywidualne zadowolenie z pracy w znaczącym stopniu wpływające na poziom jakości życia. Istnieją dwa źródła tego zadowolenia: po pierwsze, poczucie spełnienia indywidualnych potrzeb pracownika oraz po drugie, satysfakcja płynąca z pracy wykonywanej zespołowo i pochodząca stąd akceptacja. Prezentowane badania wyróżniły następujące czynniki sprzyjające dobremu funkcjonowaniu w miejscu pracy: dobre dopasowanie możliwości pracownika do określonego stanowiska pracy (formy zatrudnienia), wykorzystanie twórczego myślenia przy rozwiązywaniu problemów zawodowych oraz poczucie realizacji powołania w określonych zawodach związanych z tzw. misją społeczną (jak na przykład lekarz, pielęgniarka, nauczyciel). Poruszony w tej części monografii zostanie także ciekawy problem orzecznictwa zawodowego: na ile stosowanie ogólnych wyników i norm osiąganych w testach psychologicznych ma sens w jednostkowych przypadkach i sytuacjach. Z jednej bowiem strony pojawia się problem doboru właściwych metod i narzędzi diagnostycznych, z drugiej natomiast umiejętność właściwego posługiwania się nimi oraz zastosowania ich wyników do konkretnych przypadków.

Choć prezentowane w monografii opracowania ukazują duże zróżnicowanie poglądów na temat dobrego życia oraz mimo że publikacja nie pretenduje do znalezienia jednej, kom-

pletnej odpowiedzi na postawione na początku pytanie, to jednak możemy znaleźć w niej wiele wartościowych propozycji popartych empirycznymi dowodami. Książka adresowana jest do studentów, ale także i profesjonalistów z psychologii i dziedzin pokrewnych oraz tych wszystkich, którym zależy na podnoszeniu jakości życia i utrzymywaniu jej na właściwym, wystarczająco dobrym poziomie. Na końcu książki znajdują się noty o Autorach. Serdecznie zapraszam do przeczytania książki oraz do przejrzenia dorobku naukowego Autorów niniejszej monografii.

Monika Kornaszewska-Polak

Bibliografia

- Carlson R., Bailey J. (2009). *Slowing Down to the Speed of Life*. New York: HarperOne.
- Czapiński J. (2007). *Wprowadzenie do wydania polskiego*. [w:] P.A. Linley, S. Joseph (red.), *Psychologia pozytywna w praktyce* (s. 15-18). Warszawa: PWN.
- Czapiński J. (2012). *Psychologia pozytywna. Nauka o szczęściu, zdrowiu, sile i cnotach człowieka*. Warszawa: PWN.
- Moore B.E., Fine B.D. (1996). *Teoria Winnicotta*. [w:] *Słownik psychoanalizy* (s. 351-360). Warszawa: Wydawnictwo Jacek Santorski & Co.
- Seligman M.E. (1996). *Optymizmu można się nauczyć*. Poznań: Media Rodzina of Poznań.
- Steuden S., Szymona-Pałkowska K., Gałkowska-Bachanek M. (2011). *O jakości życia z perspektywy człowieka zdrowego i chorego*. Lublin: CPPP Scientific Press.
- Trzebińska E. (2008). *Psychologia pozytywna*. Warszawa: Wydawnictwa Akademickie i Profesjonalne.

CZĘŚĆ I

Uwarunkowania dobrego życia we współczesnej rodzinie

Weronika Juroszek

ROZDZIAŁ 1

JAKOŚĆ ŻYCIA W KONTEKŚCIE NISKIEJ DZIETNOŚCI

Streszczenie: W niniejszym opracowaniu poddano analizie zagadnienie jakości życia w kontekście niskiej diety. Polska od lat ma jeden z najniższych współczynników diety na świecie, odbiegający istotnie od poziomu zapewniającego tzw. prostą zastępowalność pokoleń. Konsekwencją takiego stanu rzeczy jest liczebna przewaga osób starszych nad młodszymi i stopniowe wymieranie obywateli. Podkreślono, że najczęściej określona społeczność, zanim wymrze, wcześniej jest wypierana przez przedstawicieli innej, bardziej dynamicznej kultury. Niska dieta w przyszłości uniemożliwi funkcjonowanie obecnego systemu emerytalnego – ludzi w wieku produkcyjnym będzie zbyt mało, aby pokryć świadczenia emerytalne. Podkreślono też, że sytuację komplikuje kryzys ekonomiczny, który nie został zażegnany. Czynniki te spowodują, że jakość życia Polaków gwałtownie się obniży. Wszystkie trzy, wymienione przez Allardta wymiary zaspokojenia potrzeb (posiadania, uczuć, istnienia), zostaną zaburzone. Silna rodzina to taka, która charakteryzuje się odpowiednio wysoką rozrodzością i której członkowie pomagają sobie nawzajem. Z tego względu podkreślono ogromną wagę edukacji młodych ludzi w zakresie kształtowania postaw prokreacyjnych oraz rolę solidarności międzypokoleniowej.

Słowa kluczowe: jakość życia, dieta, kryzys ekonomiczny, solidarność międzypokoleniowa

Wprowadzenie

Zagadnienie jakości życia pojawiło się w literaturze przedmiotu w latach 60. ubiegłego wieku i od tego czasu jest systematycznie zgłębiane przez socjologów, psychologów, lekarzy, pedagogów, filozofów, ekonomistów i politologów. Jakość życia jest różnie definiowana. Kolman przytacza trzy sposoby jej interpretacji: jako sprawność funkcjonowania jednostki, stopień zaspokojenia jej życiowych potrzeb (materialnych i duchowych) lub stopień spełnienia wymagań określających poziom materialnego i duchowego bytu jednostek i całego społeczeństwa (Kolman, 2002, za: Gotowska, Seredyńska, 2012).

W niniejszym opracowaniu przyjęto, że jakość życia jest pochodną stopnia realizacji własnych potrzeb jednostki w zakresie całokształtu jej egzystencji (Ratajczak, 1993;

Daszkowska, 2007). Odwołano się do typologii Allardta, który wyróżnił trzy wymiary zaspokajania potrzeb:

- posiadanie (having): finanse, mieszkanie, praca (zatrudnienie, warunki pracy), zdrowie, edukacja;
- uczucie (loving): relacje rodzinne i towarzyskie, stosunki międzyludzkie (w tym kontakty ze społecznością lokalną);
- istnienie (being): bezpieczeństwo osobiste, możliwości samookreślenia, spędzanie wolnego czasu, zadowolenie z pracy (Allardt, 1993, za: Gotowska, Seredyńska, 2012, s. 276).

Warto podkreślić, że w ostatniej dekadzie w mediach wiele miejsca poświęca się zjawisku niskiej dzietności i jego negatywnych społecznych konsekwencji. Niestety, Polska ma jeden z najniższych współczynników dzietności na świecie. Rozważania podjęte w niniejszym opracowaniu dotyczyć będą jakości życia Europejczyków, w szczególności Polaków.

Zmiany w dynamice dzietności w Polsce

W demografii podkreśla się, że na liczebność i strukturę ludności danego kraju wpływają trzy czynniki: płodność, umieralność i migracje (zarówno te z okresów wcześniejszych, jak i ich aktualny poziom) (Kocot-Górecka, 2014). Odnosząc się do wymienionych czynników, należy podkreślić, że w Polsce od kilkudziesięciu lat obserwuje się obniżenie płodności, wzrost średniej długości życia oraz zwiększającą się emigrację (tzw. ujemne saldo migracji zagranicznych, szczególnie po przystąpieniu Polski do Unii Europejskiej w 2004 roku).

Po 1989 roku zachowania prokreacyjne istotnie się zmieniły, co objawia się między innymi spadkiem liczby urodzonych dzieci (szczególnie dzieci dalszej kolejności) oraz wzrostem wieku matek w chwili urodzenia pierwszego dziecka (i związanym z tym średnim wiekiem macierzyństwa). Mediana wieku kobiet rodzących pierwsze dziecko wynosi obecnie 29 lat, wobec 26,1 lat w roku 2000 (GUS 2014, dane za rok 2012, s. 4). Średni wiek urodzenia pierwszego dziecka wynosi obecnie 27 lat wobec 23,7 w roku 2000 (GUS 2014, dane za rok 2012, s. 4).

W demografii jako miarę dzietności przyjmuje się tzw. współczynnik dzietności. Jego wartość powinna oscylować na poziomie co najmniej 2,1–2,15, gdyż wtedy jest zapewniona tzw. prosta zastępowalność pokoleń. Oznacza to, że na 100 kobiet w wieku rozrodczym (15–49 lat) przypada średnio 210–215 urodzonych dzieci. W roku 2012 wartość współczynnika dzietności w Polsce wyniosła 1,3.

Tabela 1. Współczynnik dzietności w Polsce w latach 1990–2012

Rok	Współczynnik dzietności
1990	2,1
1991	2,1
1992	2,0
1993	1,9
1994	1,8
1995	1,6

1996	1,5
1997	1,4
1998	1,4
1999	1,4
2000	1,3
2001	1,2
2002	1,2
2003	1,2
2004	1,2
2005	1,3
2006	1,3
2007	1,3
2008	1,4
2009	1,4
2010	1,4
2011	1,3
2012	1,3

Źródło: Główny Urząd Statystyczny, Departament Badań Demograficznych i Rynku Pracy (notatka informacyjna), *Podstawowe informacje o rozwoju demograficznym Polski do 2013 roku*, Materiał na konferencję prasową w dniu 30 stycznia 2014, s. 4.

W roku 1990 współczynnik dzietności wyniósł 2,1, co gwarantowało prostą zastępowalność pokoleń. W następnych latach spadek dzietności stale postępował, aż do roku 2003, gdy współczynnik dzietności osiągnął wartość 1,2 (warto podkreślić, że wartości współczynnika dzietności nie przekraczające 1,3 reprezentują bardzo niską dzietność). Począwszy od roku 2004 nieco wzrósł, a po roku 2010 znowu zaczął spadać.

Współczynnik dzietności na świecie

Poniżej przedstawiono wartości współczynnika dzietności (w kolejności od największego do najmniejszego) dla poszczególnych krajów świata. Dane dotyczą roku 2013.

Tabela 2. Współczynnik dzietności na świecie

Lp.	Państwo/Terytorium	Współczynnik dzietności	Lp.	Państwo/Terytorium	Współczynnik dzietności
1.	Niger	7,03	113.	Sint Maarten	2,09
2.	Mali	6,25	114.	Jamajka	2,09
3.	Somalia	6,17	115.	Curaçao	2,09
4.	Uganda	6,06	116.	Grenlandia	2,08
5.	Burkina Faso	6,00	117.	Francja	2,08
6.	Burundi	5,99	118.	Bhutan	2,07
7.	Zambia	5,81	119.	Dominika	2,06

8.	Afganistan	5,54	120.	Nowa Zelandia	2,06
9.	Sudan Południowy	5,54	121.	Stany Zjednoczone	2,06
10.	Angola	5,49	122.	Mariany Północne	2,05
11.	Kongo	5,49	123.	Surinam	2,04
12.	Mozambik	5,34	124.	Antigua i Barbuda	2,04
13.	Nigeria	5,31	125.	Nikaragua	2,03
14.	Etiopia	5,31	126.	Nowa Kaledonia	2,02
15.	Malawi	5,26	127.	Tunezja	2,01
16.	Timor Wschodni	5,22	128.	Irlandia	2,01
17.	Benin	5,13	129.	Paragwaj	2,01
18.	Tanzania	5,01	130.	Salwador	1,99
19.	Gwinea	4,99	131.	Korea Północna	1,99
20.	Demokratyczna Rep. Konga	4,95	132.	Bahamy	1,97
21.	Liberia	4,92	133.	Polinezja Francuska	1,97
22.	Sierra Leone	4,87	134.	Bermudy	1,96
23.	Wyspy Św. Tomasza i Książęca	4,81	135.	Wyspa Man	1,95
24.	Czad	4,80	136.	Gibraltar	1,93
25.	Gwinea Równikowa	4,74	137.	Azerbejdżan	1,92
26.	Rwanda	4,71	138.	Katar	1,92
27.	Senegal	4,61	139.	Kostaryka	1,91
28.	Togo	4,58	140.	Wielka Brytania	1,90
29.	Gabon	4,52	141.	Seszele	1,89
30.	Republika Środkowoafrykańska	4,52	142.	Islandia	1,88
31.	Strefa Gazy	4,41	143.	Wietnam	1,87
32.	Gwinea Bissau	4,37	144.	Saint Vincent i Grenadyny	1,87
33.	Madagaskar	4,36	145.	Urugwaj	1,86
34.	Jemen	4,27	146.	Iran	1,86
35.	Erytrea	4,25	147.	Kajmany	1,86
36.	Mauretania	4,15	148.	Chile	1,85
37.	Sahara Zachodnia	4,15	149.	Aruba	1,84
38.	Ghana	4,12	150.	Uzbekistan	1,83
39.	Sudan	4,05	151.	Brunei	1,83
40.	Kamerun	4,00	152.	Bahrajn	1,83
41.	Gambia	3,98	153.	Brazylia	1,81
42.	Komory	3,93	154.	Holandia	1,78
43.	Kenia	3,76	155.	Saint Kitts i Nevis	1,78
44.	Wybrzeże Kości Słoniowej	3,73	156.	Malediwy	1,78
45.	Zimbabwe	3,58	157.	Mauritius	1,78
46.	Irak	3,50	158.	Saint Lucia	1,78

47.	Vanuatu	3,47	159.	Norwegia	1,77
48.	Tonga	3,46	160.	Wyspy Dziewicze	1,77
49.	Wyspy Salomona	3,44	161.	Luksemburg	1,77
50.	Jordania	3,32	162.	Australia	1,77
51.	Papua-Nowa Gwinea	3,31	163.	Wallis i Futuna	1,77
52.	Wyspy Marshalla	3,29	164.	Liban	1,75
53.	Filipiny	3,10	165.	Anguilla	1,75
54.	Gwatemala	3,08	166.	Finlandia	1,73
55.	Belize	3,08	167.	Dania	1,73
56.	Tuvalu	3,06	168.	Palau	1,72
57.	Samoa Amerykańskie	3,04	169.	Trynidad i Tobago	1,71
58.	Samoa	3,03	170.	Turks i Caicos	1,70
59.	Nauru	2,98	171.	Liechtenstein	1,69
60.	Laos	2,98	172.	Barbados	1,68
61.	Suazi	2,96	173.	Szwecja	1,67
62.	Pakistan	2,96	174.	Jersey	1,66
63.	Honduras	2,94	175.	Tajlandia	1,66
64.	Zachodni Brzeg Jordanu	2,91	176.	Belgia	1,65
65.	Egipt	2,90	177.	Portoryko	1,64
66.	Haiti	2,88	178.	Rosja	1,61
67.	Boliwia	2,87	179.	Macedonia	1,59
68.	Oman	2,86	180.	Kanada	1,59
69.	Lesotho	2,83	181.	Święta Helena	1,57
70.	Tadżykistan	2,80	182.	Saint-Pierre i Miquelon	1,55
71.	Algieria	2,78	183.	Mołdawia	1,55
72.	Syria	2,77	184.	Chiny	1,55
73.	Kambodża	2,72	185.	Guernsey	1,54
74.	Kirgistan	2,71	186.	Malta	1,53
75.	Mikronezja	2,68	187.	Szwajcaria	1,53
76.	Izrael	2,65	188.	Monako	1,51
77.	Kiribati	2,63	189.	Portugalia	1,51
78.	Malezja	2,61	190.	Albania	1,49
79.	Kuwejt	2,56	191.	Hiszpania	1,48
80.	Dżibuti	2,55	192.	San Marino	1,48
81.	Indie	2,55	193.	Białoruś	1,46
82.	Fidżi	2,54	194.	Gruzja	1,46
83.	Bangladesz	2,50	195.	Cypr	1,46
84.	Guam	2,41	196.	Kuba	1,46
85.	Botswana	2,41	197.	Chorwacja	1,45
86.	Panama	2,40	198.	Estonia	1,45
87.	Wyspy Owcze	2,39	199.	Bułgaria	1,43
88.	Dominikana	2,39	200.	Niemcy	1,42

89.	Republika Zielonego Przylądka	2,39	201.	Austria	1,42
90.	Kazachstan	2,38	202.	Serbia	1,41
91.	Zjednoczone Emiraty Arabskie	2,37	203.	Włochy	1,41
92.	Wenezuela	2,37	204.	Węgry	1,41
93.	Nepal	2,36	205.	Grecja	1,40
94.	Namibia	2,33	206.	Armenia	1,39
95.	Ekwador	2,33	207.	Słowacja	1,39
96.	Wyspy Cooka	2,31	208.	Japonia	1,39
97.	Argentyna	2,27	209.	Andora	1,37
98.	Peru	2,25	210.	Łotwa	1,34
99.	Meksyk	2,25	211.	Słowenia	1,32
100.	Republika Południowej Afryki	2,25	212.	Polska	1,32
101.	Gujana	2,21	213.	Rumunia	1,31
102.	Mjanma	2,21	214.	Czechy	1,29
103.	Arabia Saudyjska	2,21	215.	Ukraina	1,29
104.	Indonezja	2,20	216.	Montserrat	1,28
105.	Mongolia	2,18	217.	Litwa	1,28
106.	Maroko	2,17	218.	Bośnia i Hercegowina	1,25
107.	Sri Lanka	2,15	219.	Korea Południowa	1,24
108.	Turkmenistan	2,12	220.	Brytyjskie Wyspy Dziewicze	1,24
109.	Grenada	2,12	221.	Hongkong	1,11
110.	Turcja	2,10	222.	Tajwan	1,11
111.	Kolumbia	2,10	223.	Makau	0,93
112.	Libia	2,09	224.	Singapur	0,79

Źródło: The World Factbook (2013).

Dane przedstawione w tabeli 2 pokazują że, najniższy współczynnik dzietności występuje w Europie, Ameryce Północnej, Australii i Chinach. Najwyższy w Afryce, na Bliskim Wschodzie oraz Indiach. Polska zajmuje 212 pozycję na 224 państwa.

Niski współczynnik dzietności a jakość życia – ujęcie ewolucjonistyczne

W ewolucjonistycznej koncepcji człowieka podkreśla się ogromne znaczenie dobrego przystosowania dla przetrwania gatunku, gdzie jednym z najważniejszych warunków przetrwania jest odpowiednio wysoka rozrodczość. Dzietność na poziomie umożliwiającym prostą zastępowalność pokoleń jest granicą, która umożliwia funkcjonowanie danego społeczeństwa i spełnienie podstawowych potrzeb życia obywateli. Niespełnienie tego warunku prowadzi do liczebnej przewagi osób starszych nad młodszymi i stopniowego wymierania

obywateli. W praktyce zaś najczęściej dana społeczność, zanim wymrze, wcześniej jest wypierana przez przedstawicieli innej, bardziej dynamicznej kultury. Dzieje się to w sposób mniej lub bardziej pokojowy, często ma charakter podboju. W tym miejscu warto przywołać poglądy Herberta Spencera. Wiodącą rolę w jego filozofii odgrywał ewolucjonizm. „Rozwój biologiczny był wszakże dla ewolucjonizmu Spencera tylko punktem wyjścia. Potraktował on bowiem rozwój jako prawo powszechnie, rządzące nie tylko istotami organicznymi, ale całą przyrodą. Wyszedł poza Darwina, dla którego było to prawo wyłącznie biologiczne” (Tatarkiewicz, 1981, s. 75). Spencer wskazywał na analogię między organizmem społecznym a organizmem żywym, podkreślał, że społeczeństwa ewoluują od form prostych do coraz bardziej złożonych. Twierdził też, że społeczeństwa lepiej dostosowane do aktualnych warunków często pokonują (wchłaniają) gorzej przystosowane, razem osiągając wyższy stopień złożenia.

Warto podkreślić, że w dzisiejszej rzeczywistości Europa jest jedynym kontynentem borykającym się (jako całość) z niżem demograficznym. Na naszych oczach dochodzi do „zderzenia cywilizacji” – zachodniej i wschodniej. W tym miejscu pojawia się pytanie: Czy kultura europejska (i związana z nią jakość życia przeciętnego Europejczyka) zostanie wchłonięta przez inną kulturę? Biorąc pod uwagę fakt stosunkowo wysokiej dzietności w kulturze islamu i nasilającą się wiodącą rolę jego radykalnych odłamów (nienawistnie ustosunkowanych do wszystkiego, co odbiega od prawa szariatu, w tym chrześcijaństwa) nasuwa się pytanie: Jaka będzie jakość życia przeciętnego Europejczyka w zbliżających się dziesięcioleciach? Czy Europejczycy są na tyle dobrze przystosowani do tego, aby stawić czoła ewentualnemu najeźdźcy? Biorąc pod uwagę podstawowy warunek dobrego przystosowania – rozrodczość – nie jest on spełniony. Narody z przewagą populacji starszej nad młodszą nie są w stanie stawić czoła niebezpieczeństwom, do jakich należy na przykład wojna. Warto dodać, że wspomnianym narodom trudno jest znaleźć sojuszników. Rezultaty badań pokazują, że nawet w typowych, codziennych sytuacjach, ukierunkowanych na osiągnięcie celu (dalece odbiegających od warunków wojennych) u swoich ewentualnych sprzymierzeńców ludzie (w szczególności mężczyźni) poszukują cech, takich jak: odwaga, siła fizyczna, waleczność, umiejętność chronienia innych, wytrzymałość na ból (DeKay i in., za: Buss, 2001). Truizmem jest stwierdzenie, że niełatwo jest znaleźć przytoczone cechy w narodzie, składającym się głównie z ludzi starszych.

Niski współczynnik dzietności a jakość życia w kontekście kryzysu emerytalnego i finansowego

Niski współczynnik dzietności w przyszłości uniemożliwi funkcjonowanie obecnego systemu emerytalnego – ludzie w wieku produkcyjnym będzie zbyt mało, aby pokryć świadczenia emerytalne. System ten, oparty na zastępowalności pokoleń, w momencie gdy zostaje ona zaburzona – sam też przestaje funkcjonować. W prasie coraz częściej podkreśla się fakt zbliżających się tzw. głodowych emerytur. Nie ulega najmniejszej wątpliwości, że taki stan rzeczy odbije się negatywnie na jakości życia Polaków. Wszystkie trzy, wymienione przez Allardta wymiary zaspokojenia potrzeb, zostaną zaburzone. Niskie emerytury utrud-

nią dostęp do leków, co odbija się negatywnie na zdrowiu i życiu obywateli. Wielu z nich może mieć problemy z opłaceniem czynszu i codziennych zakupów. Pojawi się zjawisko uzależnienia od młodszych, zdrowych członków społeczeństwa, przede wszystkim rodziny, co zmieni jakość relacji międzypokoleniowych. Również potrzeby z kręgu istnienia (*being*) – spędzanie wolnego czasu czy bezpieczeństwo osobiste – często nie będą zaspokojone.

W codziennej prasie, głównie ekonomicznej, podkreśla się, że w celu utrzymania dotychczasowego poziomu życia w okresie emerytalnym osoby w wieku produkcyjnym powinny jak najwcześniej rozpocząć odkładanie pieniędzy na emeryturę. Pojawiają się różnorodne fundusze emerytalne. Niemniej jednak zdecydowana większość ludzi nie oszczędza, najczęściej z powodu braku świadomości lub braku środków. Ponadto oszczędzanie na starość w obecnych realiach nie jest pewne, co pokazał kryzys finansowy z roku 2008. Jak podkreśla zresztą wielu ekonomistów – kryzys ten nie został do końca zażegnany. Z tego względu cały czas istnieje ryzyko ponownego, jeszcze poważniejszego krachu na rynkach finansowych.

Biorąc pod uwagę przytoczone powyżej rozważania, można wysunąć przypuszczenie, że członkowie rodziny – tak jak to było przed pierwszym przejściem demograficznym – znowu będą musieli sobie pomagać.

W literaturze przedmiotu wiele miejsca poświęca się ekonomicznej teorii dietności Beckera, który przyjął założenie, że w kulturze Zachodu dzieci są najczęściej źródłem psychologicznej satysfakcji dla rodziców, zależnej od wysokości nakładów na dzieci i ich liczby w rodzinie. W jego koncepcji mówi się o dzieciach doinwestowanych i niedoinwestowanych – „wyższej jakości” i „niższej jakości”. Jakość dziecka jest tym wyższa, im wyższe są poniesione na niego nakłady, a im wyższe nakłady, tym wyższy poziom uzyskiwanej dodatkowej satysfakcji (Becker, 1981). Jakość dziecka jest niezwykle ważnym elementem teorii płodności i wiąże się z przyszłą jakością życia dziecka (Slany, 1989). Oznacza jego pomyślność trwającą przez całe życie, co z kolei przyczynia się do pomnożenia inwestycji w kapitał ludzki, wyrażający się później aktywnością zawodową, reprodukcją biologiczną czy transferem nagromadzonego bogactwa na dziecko. Rodzice doświadczają większej satysfakcji z dzieci, gdy lepiej im się powodzi (Slany, 2002, s. 106).

Jeszcze kilka lat temu w literaturze przedmiotu podkreślano ekonomiczną bezwartościowość dziecka. Jak pisała Slany w roku 2002: „W ponowoczesnych społeczeństwach zachodzi rewolucyjna przemiana w traktowaniu dziecka – jest ono bezwartościowe ekonomicznie, ale bezcenne emocjonalnie (oczywiście dla tych, którzy pragną je posiadać). Odchodzenie od prokreacji spowodowane jest szeroko rozumianą zmianą w sferze ekonomicznej; nie trzeba rodzić dzieci, aby pomnażać kapitał rodzinny, a więc sfera produkcyjna i reprodukcyjna zostały od siebie oddzielone” (Slany, 2002, s. 106). Niemniej jednak w tym samym czasie autorka dostrzegała już rosnące ryzyko towarzyszące niskiej dietności: „Natomiast wraz ze spadkiem umieralności i wydłużaniem się przeciętnego dalszego trwania życia człowieka dietność szybko obniża się i to do takiego poziomu, który nie gwarantuje nawet prostej zastępowalności pokoleń” (Slany, 2002, s. 107).

Warto podkreślić, że dzisiaj, kilka lat po wybuchu kryzysu finansowego, rozważania dotyczące dietności powinny coraz bardziej ogniskować się wokół solidarności między-

pokoleniowej (a nie systemu emerytalnego) i jej roli w zaspokajaniu podstawowych potrzeb członków rodziny. W roku 2012 Gumuła (dyrektor Oddziału Okręgowego Narodowego Banku Polskiego w Krakowie), pisał: „W przypadku rodzin kryzys może, co brzmi jak paradoks, przynieść wzmocnienie więzi międzypokoleniowych. Niepewne przyszłe emerytury rodzą „efekt odwrócenia”, polegający na pielęgnowaniu właśnie więzi międzypokoleniowych. Skoro maleje zaufanie do systemu emerytalnego, ostoją dla ludzi wiekowych na nowo staje się rodzina” (Gumuła, 2012, s. 164).

Solidarność międzypokoleniowa a przetrwanie rodziny i jakość życia

Rezultaty badań nad ewolucją długowieczności pokazują, że gwałtowny skok wzrostu liczebności ludzi starszych (a więc takich, którzy potencjalnie mogli zostać dziadkami – mających powyżej 30 lat, tzw. trzecie pokolenie w rodzinie) na terenach europejskich nastąpił w okresie górnego paleolitu, około 30 tysięcy lat temu (Caspari, 2011; Juroszek, 2013). Warto podkreślić, że w tym okresie nastąpił istotny rozwój sztuki, języka oraz złożonej komunikacji. Caspari stwierdza, że prawdopodobnie obecność dziadków w rodzinie przyczyniła się do tego procesu. Przytoczona badaczka w swoich pracach wielokrotnie podkreśla znaczenie rodziny wielopokoleniowej dla przetrwania jednostki (polegające na tym, że trzy pokolenia pomagają sobie nawzajem). Taka rodzina była silna, stosunkowo niezależna od negatywnych czynników zewnętrznych. Niemniej jednak jednym z jej podstawowych fundamentów była wysoka rozrodczość – bez niej, jak już wielokrotnie wspomniano, przetrwanie cywilizacji jest niemożliwie.

Biorąc pod uwagę fakt, że dzietność jest tak ważna dla rozwoju cywilizacji, dramatyczne jest to, że w pewnych warunkach jej przedstawiciele nie decydują się na rodzicielstwo. W literaturze przedmiotu wymienia się wiele przyczyn zanikających postaw prokreacyjnych. Wydaje się jednak, że szczególnie dzisiaj ważna jest edukacja młodszych pokoleń w zakresie kształtowania postaw prokreacyjnych. Młodzi ludzie powinni wiedzieć, że w przyszłości rodzina będzie podstawowym czynnikiem zapewniającym im przetrwanie i rozwój.

Warto podkreślić, że funkcjonowanie silnej rodziny oparte jest na solidarności międzypokoleniowej, w ramach której podejmowane są takie działania, które mają na celu wspólne dobro pokoleń (por. Juroszek, 2013). Świadoma praca nad utrzymaniem więzi w rodzinie w dłuższej perspektywie zapewnia przetrwanie jej członkom. Niemniej jednak praca taka jest ogromnie trudna, wymaga aktywizacji procesów związanych z samowychowaniem (Śliwerski, 2010). Zapewnienie wsparcia słabszym członkom rodziny wymaga bowiem pracy nad sobą, w tym nad swoją postawą w stosunku do osób starszych.

Obecnie młodsze pokolenie jest w nikłym stopniu nastawione na budowanie solidarności międzypokoleniowej w rodzinie (Maciantowicz, 2006; Kułak, 2011). Zgodnie z teorią procesów uczenia się młodsze pokolenie wtedy zaopiekuje się swoimi starszymi rodzicami, gdy będzie miało możliwość nauczania się takich zachowań, obserwując swoich rodziców w roli pomagających starszym pokoleniom. W procesie tym biorą udział

określone mechanizmy uczenia: np. modelowanie, polegające na tym, że rodzic jest modelem różnych zachowań, w tym tych związanych z pomaganiem. Rodzic empatyczny, pomagający starszym członkom rodziny, jest wzorcem osobowym, godnym naśladowania dla młodego człowieka. Dziecko nagradzane za podejmowanie zachowań opiekuńczych i karane za ich brak nauczy się, że starszym osobom trzeba pomagać. Warto podkreślić, że nauka opieki nad osobami starszymi powinna być stałym elementem procesu wychowawczego, szczególnie w trudnych czasach, jakie właśnie są przed nami.

Bibliografia

- Caspari R. (2011). *Jak wydłużało się życie*. „Świat Nauki”, 9, 27-31.
- Daszkowska J. (2007). *Jakość życia w perspektywie pedagogicznej*. Kraków: Oficyna Wydawnicza Impuls.
- Podstawowe informacje o rozwoju demograficznym Polski do 2013 roku*. Materiał na konferencję prasową w dniu 30 stycznia 2014. (2014). Warszawa: Główny Urząd Statystyczny, Departament Badań Demograficznych i Rynku Pracy.
- Gotowska M., Sereżyńska A. (2012). *Związek jakości życia z korzystaniem z portali społecznościowych w opinii internautów*. [w:] H. Liberska, A. Malina, D. Suwalska-Barancewicz (red.), *Funkcjonowanie współczesnych młodych ludzi w zmieniającym się świecie* (s. 271-292). Warszawa: Wydawnictwo Difin.
- Gumuła W. (2012). *Światowy kryzys finansowy z perspektywy rodziny, miasta i kraju*. [w:] M. Kozubek (red.), *Dom, w którym rodzi się wspólnota. Rodzina, społeczeństwo, kościół* (s. 150-167). Katowice: Księgarnia Św. Jacka.
- Juroszek W. (2013a). *Rodzina wielopokoleniowa jako podstawa międzypokoleniowej solidarności*. [w:] M. Kozubek (red.), *Starość nie radość? Aktywność osób starszych i solidarność międzypokoleniowa* (s. 179-181). Katowice: Księgarnia Św. Jacka.
- Juroszek W. (2013b). *Autoprezentacyjne uwarunkowania relacji synowa – teściowa ze szczególnym uwzględnieniem ingracji*. „Wychowanie na co dzień”, 12 (243), 33-39.
- Kocot-Górecka K. (2014). *Zmiany demograficzne w Polsce po 1989 r. i ich konsekwencje*. [w:] I. Kotowska (red.), *Niska dzietność w Polsce w kontekście percepcji Polaków. Diagnoza społeczna 2013. Raport tematyczny* (s. 9-19). Warszawa: Ministerstwo Pracy i Polityki Społecznej.
- Kulak W. (2011). *Terapeutyczna obecność dorosłych dzieci i wnuków w hospitalizacji ludzi starszych*. „Forum Oświatowe”, 1(44), 159-167.
- Maciantowicz E. (2006). *Poglądy współczesnej młodzieży na starzenie się i starość*. [w:] S. Steuden, M. Marczuk (red.), *Starzenie się a satysfakcja z życia* (s. 229-237). Lublin: Wydawnictwo KUL.
- Ratajczak Z. (1993). *W pogoni za jakością życia. O psychologicznych kosztach radzenia sobie w sytuacji kryzysu ekonomicznego*. „Koloquia Psychologiczne”, 15, 37-52.
- Seed P., Lloyd G. (1997). *Quality of Life*. Pensylwania: Jessica Kingsley Publishers.
- Slany K. (2002). *Alternatywne formy życia małżeńsko-rodzinnego w ponowoczesnym świecie*. Kraków: Zakład Wydawniczy Nomos.
- Śliwerski B. (2010). *Teoretyczne i empiryczne podstawy samowychowania*. Kraków: Oficyna Wydawnicza Impuls.