

BARBARA JANKOWIAK

*Uniwersytet im. Adama Mickiewicza
w Poznaniu*

RODZINNE I PARTNERSKIE UWARUNKOWANIA DOBROSTANU STUDENTÓW

ABSTRACT. Jankowiak Barbara, *Rodzinne i partnerskie uwarunkowania dobrostanu studentów* [Family and Partnership Conditions of Students' Well-being]. *Studia Edukacyjne* nr 40, 2016, Poznań 2016, pp. 177-190. Adam Mickiewicz University Press. ISSN 1233-6688. DOI: 10.14746/se.2016.40.11

Subjective well-being constitutes an important area for positive psychology research. Building one's feeling of happiness and satisfaction strongly depends on relations with other people. The aim of this thesis is the analysis of the relations between well-being and family relations or partnership relations of students. The results obtained showed that the retrospective positive evaluation of a relation between parents in the childhood period and own relations with the father were connected to the higher indicators of personal well-being. What has been obtained is also statistically important relation between secure attachment style and higher personal well-being as well as between the styles: evasion and anxiety-ambivalent and lower personal well-being. The prediction analysis proved that both non-secure styles decrease the well-being indicators, however, it did not prove that the secure style is the condition of well-being. With regards to intimate relations, the obtained results point that the form itself of the relations which is formed does not relate to the feeling of happiness but its quality definitely does. The obtained data also show that the people being in the relationships are more satisfied with life than singles.

Key words: well-being, family, attachment styles, quality and durability of relationships, students

Pozytywna psychologia stworzyła ramy teoretyczne do badania subiektywnego dobrostanu¹. Wyniki eksploracji naukowych prowadzone w tym nurcie wykazały znaczenie zasobów osobistych dla poczucia szczęścia i ja-

¹ A. Efklides, D. Moraitou, *Introduction: Looking at Quality of Life and Well-Being from a Positive Psychology Perspective*, [w:] *A Positive Psychology Perspective on Quality of Life*, red. A. Efklides, D. Moraitou, Dordrecht, 2013, s. 1-13.

kości życia². Ważnym czynnikiem wpływającym na dobrostan ludzki są relacje z innymi i wsparcie społeczne³.

W niniejszej pracy odniesiono się do dwóch ważnych relacji osobistych – rodzinnych i partnerskich. W literaturze przedmiotu prowadzono badania dotyczące znaczenia funkcjonowania rodziny zarówno dla uzyskiwania korzystnych osiągnięć życiowych, jak i (gdy relacje rodzinne były obciążone wieloma trudnościami) powstawania zaburzeń. Wykazano znaczenie wielu aspektów życia rodzinnego stanowiących czynniki ryzyka dla rozwoju jednostki. Najczęściej dotyczyły one: ubóstwa, poziomu wykształcenia rodziców oraz konfliktów rodzinnych⁴. Jak wykazano, ostatni wymieniony czynnik może doprowadzić do szeregu emocjonalnych i behawioralnych problemów zarówno podczas dzieciństwa, jak i w wieku dorosłym⁵. Jednakże, nawet w obliczu trudności pojawiających się podczas rozwoju nie wszystkie osoby będą przejawiać problemy osobiste. W ostatnich dziesięcioleciach coraz większe znaczenie w badaniach zyskały koncepcje odnoszące się do możliwości pozytywnej adaptacji pomimo przeciwności losu⁶. Do opisanego procesu używa się pojęcia *resilience*. Pomimo iż jest ono definiowane i mierzone różnie w poszczególnych badaniach⁷, prawie wszystkie definicje podkreślają pozytywne adaptacyjne lub kompetentne działanie w jednym lub kilku obszarach, pomimo znaczących przeciwności lub urazów⁸. Należy

² M.E.P. Seligman, M. Csikszentmihalyi, *Positive psychology: An introduction*, American Psychologist, 2000, 55(1), s. 5-14.

³ A. Efklides, D. Moraitou, *Introduction: Looking at Quality of Life*, s. 1-13.

⁴ S.M. Zolkoski, L.M. Bullock, *Resilience in children and youth: A review*, Children and Youth Services Review, 2012, 34, s. 2295-2303.

⁵ J.H. Grych, *Interparental conflict as a risk factor for child maladjustment: Implications for the Development of Prevention Programs*, Family Court Review, 2005, 43, 1, s. 97-108; J.H. Grych, F.D. Fincham, *Marital conflict and children's adjustment: A cognitive-contextual framework*, Psychological Bulletin, 1990, 108, s. 267-290; tychże, *Children's appraisals of marital conflict: Initial investigations of the cognitive-contextual framework*, Child Development, 1993, 64, s. 215-230; tychże, *Interparental conflict and child development: Theory, research, and applications*, New York 2001; J.B. Kelly, *Children's adjustment in conflicted marriages and divorce: A decade review of research*, Journal of the American Academy of Child and Adolescent Psychiatry, 2000, 39, s. 963-973; P.R. Amato, B. Keith, *Parental divorce and the well-being of children: A meta-analysis*, Psychological Bulletin, 1991, 110, s. 26-46.

⁶ S.S. Luthar, *Resilience in development: A synthesis of research across five decades*, [w:] *Developmental Psychopathology: Risk, disorder, and adaptation*, red. D. Cicchetti, D.J. Cohen, New York 2006, s. 740-795.

⁷ S.E. Crowell i in., *Psychosocial stress, emotion regulation, and resilience in adolescence*, [w:] *Handbook of Adolescent Health Psychology*, red. W.T. O'Donohue, L.T. Benuto, L. Woodward Tolle, New York 2013, s. 129-143.

⁸ S.S. Luthar, D. Cicchetti, B. Becker, *The construct of resilience: A critical evaluation and guidelines for future work*, Child Development, 2000, 71, s. 543-562; S.S. Luthar, E.L. Lyman,

podkreślić, że relacje z rodzicami są ważnym czynnikiem chroniącym rozwój dzieci. Rodzicielstwo czułe, ciepłe i pełne miłości, ale też wymagające i zapewniające poznawczo stymulujące środowisko jest korzystne dla rozwoju dziecka⁹. Jako czynnik chroniący uznano także monitoring rodzicielski¹⁰. Innym istotnym aspektem relacji między dziećmi a rodzicami jest tworzona relacja przywiązania, która może stanowić zarówno zasób jednostki, jak i zagrożenia dla możliwości wchodzenia w inne relacje. Bowlby (który stworzył tę koncepcję) uważa, że relacja między dzieckiem i rodzicem odgrywa centralną rolę w rozwoju psychospołecznym dziecka¹¹. Style przywiązania to oczekiwania, jakie ludzie formują co do kontaktów z innymi osobami, które wynikają z rodzaju więzi między ich pierwszymi opiekunami a nimi jako niemowlętami¹². Ainsworth, rozszerzając koncepcję Bowlbiego, opisała trzy style przywiązania rozwijające się u dzieci, w zależności od relacji z matką, jej dostępności i wrażliwości na potrzeby dziecka¹³. Są to: styl przywiązania oparty na poczuciu bezpieczeństwa, styl przywiązania oparty na unikaniu oraz lękowo ambiwalentny styl przywiązania¹⁴. W literaturze przedmiotu opisywano badania wykazujące znaczenie stylu przywiązania dla obecnego funkcjonowania w relacji intymnej. Wykazano, że styl bezpieczny przyczyniał się do szczęścia w obecnie tworzonej relacji¹⁵. Niektóre badania natomiast wiążą styl przywiązania nie tylko z jakością aktualnie tworzonych związków, ale z ogólnym poczuciem dobrostanu¹⁶. Istnieją więc przesłanki by sądzić, że style przywiązania są ważnym determinantem jakości życia w każdym wieku¹⁷. W niniejszej pracy (w odniesieniu do funkcjonowania w rodzinie pochodzenia) postanowiono sprawdzić, jakie znaczenie dla *well-being* ma retrospektywna ocena relacji rodzinnych oraz styl przywiązania studentów.

E.J. Crossman, *Resilience and Positive Psychology*, [w:] *Handbook of developmental psychopathology*, red. M. Lewis, K.D. Rudolph, New York 2014, s. 125-143.

⁹ S.M. Zolkoski, L.M. Bullock, *Resilience in children and youth*, s. 2295-2303.

¹⁰ R. Jessor, *Risk Behavior in Adolescence: A Psychosocial Framework for Understanding and Action*, *Journal of Adolescent Health*, 1991, 12, s. 597-605; R. Jessor i in., *Protective factors in adolescent problem behavior: Moderator effects and developmental change*, *Developmental Psychology*, 1995, 31, s. 923-933.

¹¹ J. Holmes, J. Bowlby, *Teoria przywiązania*, przekł. J. Łaszcz, Gdańsk 2007.

¹² E. Aronson, R.M. Ackert, T.D. Wilson, *Psychologia społeczna. Serce i umysł*, Poznań 1997.

¹³ M. Plopa, *Więzi w małżeństwie i rodzinie. Metody badań*, Kraków 2006.

¹⁴ E. Aronson, R.M. Ackert, T.D. Wilson, *Psychologia społeczna*.

¹⁵ B. Jankowiak, *Związki partnerskie studentów. Jakość i trwałość a elementy struktury formalnej oraz uwarunkowania rodzinne relacji intymnych*, *Studia Edukacyjne*, 2015, 35, s. 215-233.

¹⁶ S. Moore, C. Leung, *Young people's romantic attachment styles and their associations with well-being*, *Journal of Adolescence*, 2002, 25, 2, s. 243-255.

¹⁷ Tamże.

Relacje intymne także mogą stanowić zasób osobisty potęgujący dobrostan. W ciągu ostatnich lat prowadzono liczne badania, które wykazały, że ludzie tworzący związki małżeńskie cieszą się lepszym zdrowiem fizycznym i psychicznym niż single lub osoby rozwiedzione¹⁸. Jednakże, istnieją badania, które wykazały nie tylko pozytywny, lecz również negatywny wpływ relacji małżeńskich. Osoby w długotrwałych nieszczęśliwych małżeństwach są bardziej narażone na cierpienie i zaburzenia zdrowia psychicznego, w tym depresję. Dlatego też jakość małżeństwa, a nie stan cywilny jest bardziej ważny dla zdrowia psychicznego¹⁹. Ponadto, prowadzone badania porównujące jakość i trwałość relacji formalnych i nieformalnych wskazują, że nie sama forma związku warunkuje szczęście w relacji²⁰ oraz że poczucie szczęścia nie różnicuje także związków jedno i dwupłciowych²¹. Istnieją także dane wskazujące, że satysfakcja z tworzonego związku silnie wiąże się z ogólną satysfakcją życiową²². W prowadzonych badaniach postanowiono w związku z tym sprawdzić, czy funkcjonowanie w związku intymnym przyczynia się do poczucia dobrostanu. Poddano analizie zarówno formalną strukturę związku, jak też jej jakość i trwałość.

Cele badań

Celem prowadzonych badań była eksploracja zależności między poczuciem dobrostanu studentów a: 1) relacjami rodzinnymi; 2) relacjami partnerskimi.

Uszczegółowiając, celem badań w obszarze relacji rodzinnych była: a) eksploracja zależności pomiędzy retrospektywną oceną relacji rodzinnych a dobrostanem; b) eksploracja zależności pomiędzy stylami przywiązania a dobrostanem oraz c) zbadanie, czy style przywiązania determinują dobrostan (badanie predykcji).

¹⁸ E. Pateraki, P. Roussi, *Marital Quality and Well-Being: The Role of Gender, Marital Duration, Social Support and Cultural Context*, [w:] *A Positive Psychology Perspective on Quality of Life*, red. A. Efklides, D. Moraitou, Dordrecht 2013, s. 125-141; L.J. Waite, M. Gallagher, *The case for marriage: Why married people are happier, healthier and better off financially*, New York 2000.

¹⁹ E. Pateraki, P. Roussi *Marital Quality and Well-Being*, s. 125-141.

²⁰ B. Jankowiak *Aktywność seksualna nauczycieli a jakość i trwałość ich związków partnerskich*, Poznań 2010.

²¹ L.A. Peplau, R.C. Veniegas, S. Miller Campbell, *Gay and lesbian relationships*, [w:] *Sexualities. Identities, behaviors, and society*, red. M.S., Kimmel, R.F. Plante, New York 2004; B. Jankowiak, *Nieformalne związki jedno i dwupłciowe jako alternatywne formy życia małżeńsko-rodzinnego. Analiza jakości i stabilności relacji*, *Studia Edukacyjne*, 2013, 26, s. 155-170.

²² Zob. więcej: E. Pateraki, P. Roussi, *Marital Quality and Well-Being*, s. 125-141.

W obszarze relacji partnerskich celem badań była eksploracja zależności pomiędzy: a) jakością i trwałością związków partnerskich a dobrostanem; b) formalnymi cechami relacji partnerskich (a także pozostawaniem singlem) a dobrostanem.

Metoda

Osoby badane

Udział w badaniu zaproponowano studentom studiującym kierunki społeczne w Poznaniu (m.in. pedagogikę, coaching, psychologię). Uzyskano ankiety od 179 studentów (kobiet 156, wiek kobiet: $M = 24,55$, $SD = 3,768$, min. 21, max. 43; mężczyzn 23, wiek mężczyzn: $M = 26,91$, $SD = 4,747$, min. 22, max. 38). W kwestionariuszu znajdowało się pytanie dotyczące zaangażowania religijnego badanych. Z uzyskanych danych wynika, że większość badanych uważa się za osoby wierzące – w tym 46 osób (25,7%) jako wierzące i niepraktykujące, 77 (43%) wierzące i nieregularnie praktykujące, 29 (16,2%) wierzące i regularnie praktykujące. 16 osób (8,9%) to osoby niewierzące, a 11 (6,1%) poszukujące religijnie. W odniesieniu do typu rodziny pochodzenia większość badanych, tj. 168 osób (93,9%) zaznaczyło, że wychowywało się w pełnej rodzinie, 9 osób (5%) w rodzinie niepełnej, a 2 osoby (1,1%) w rodzinie rekonstruowanej. Pytano także o aktualne tworzenie związku partnerskiego. 121 osób tworzy obecnie związek intymny, a 58 aktualnie nie jest w związku. 26 osób (14,5%) tworzy związki małżeńskie, 30 (16,8%) związki heteroseksualne kohabitacyjne ze wspólnym zamieszkiwaniem, 63 (35,2%) związki heteroseksualne kohabitacyjne bez wspólnego zamieszkiwania, a 2 (1,1%) związki homoseksualne bez wspólnego zamieszkiwania. Staż tworzonych przez badanych związków to średnio 53,7 miesiący ($N = 120$, min. 0, max. 245; $SD = 46,161$). Długość wspólnego zamieszkiwania (w miesiącach) to 47,51 ($N = 51$, min. 2, max. 216; $SD = 55,265$). Staż małżeński badanych tworzących związki formalne to średnio 71,18 miesiący ($N = 22$, min. 3, max. 216; $SD = 62,96$). Wśród badanych 22 osoby (12,3%) posiada dzieci. Średni wiek partnera/partnerki to 27,69 lat ($N = 121$, min. 21, max. 50; $SD = 5,79$). W badanej grupie nie istnieją znaczące różnice między kobietami a mężczyznami w skali PWI ($p = 0,383$) i SP ($p = 0,509$).

Przebieg badania

Badania prowadzono od czerwca 2012 do stycznia 2013 roku. Procedura badawcza składała się z trzech etapów.

Etap selekcyjny – do badań kwalifikowani byli studenci. Po uzyskaniu wstępnego zainteresowania udziałem w badaniu, osobom badanym przedstawiony został cel badań i sposób ich przeprowadzenia. Osoby badane uzyskały również wszelkie potrzebne wyjaśnienia dotyczące dyskrecji, dobrowolności i anonimowości badań. Poinformowani wyrażali zgodę i mogli wycofać się z badania lub je przerwać w dowolnym momencie.

Etap badań właściwych polegał na anonimowych badaniach kwestionariuszowych. Kwestionariusz składał się z metryczki, oceny własnej relacji z rodzicami oraz relacji między nimi, kwestionariusza stylów przywiązania, skali jakości związków i skali trwałości związków. Wszyscy badani zostali ponownie poinformowani o celu prowadzonych badań, ich anonimowości i dobrowolności. Osoby badane wypełniały kwestionariusze samodzielnie i w umówionym (dogodnym dla nich) terminie oddawały je prowadzącemu badanie.

Etap opracowania wyników polegał na ich statystycznym opracowaniu (z użyciem pakietów statystycznych) oraz ich interpretacji.

Operacjonalizacja zmiennych

Dobrostan określany był za pomocą dwóch skali: PWI oraz SP. Skala PWI mierzy poziom zadowolenia m.in. z życia, relacji z innymi ludźmi, statusu materialnego, zdrowia, osiągnięć, codziennych zajęć. Składa się z dziesięciu pytań, które dotyczą tego, jak bardzo jest się zadowolonym z różnych aspektów swojego życia w skali od zera do 10. Skala SP składa się z 8 stwierdzeń, z którymi można się zgodzić lub nie, korzystając ze skali od 1 do 7. Pytania dotyczyły poczucia sensu życia oraz poczucia własnych kompetencji i atrybutów, np. „Prowadzę życie, które ma sens i cel”, „Aktywnie przyczyniam się do szczęścia i dobrostanu innych”.

Style przywiązania badano za pomocą Kwestionariusza Stylów Przywiązania, autorstwa Mirosława Plopy²³, którego konstrukcja opiera się na koncepcji Hazan i Shaver²⁴. Zakłada ona istnienie trzech stylów przywiązania, wykształconych w okresie wczesnodziecięcym, będących prototypem relacji społecznych również w okresie dorosłości. Test składa się z trzech wymiarów. Każdemu podporządkowane jest po osiem pytań diagnozujących określony styl więzi z aktualnym partnerem intymnym: bezpieczny,

²³ M. Plopa, *Więzi w małżeństwie i rodzinie*.

²⁴ C. Hazan, P. Shaver, *Romantic love conceptualized as an attachment process*, *Journal of Personality and Social Psychology*, 1987, 52, s. 511-524.

lękowo-ambiwalentny i unikowy (singli proszono o kreowanie wyobrażeń w badanych obszarach).

Ocenę relacji rodzinnych badano w kilku aspektach: relacji z rodzicami – oddzielnie dla matki i ojca – na skali „bardzo dobre”, „dobre”, „średnie”, „złe”, „bardzo złe” oraz oceny związku rodziców na skali „bardzo udany”, „udany”, „średnio udany”, „nieudany”, „bardzo nieudany”.

Jakość związków intymnych badano za pomocą Skali Jakości i Trwałości Związków Partnerskich²⁵. W części skali dotyczącej jakości osoby uczestniczące w badaniu odnoszą się do 30 stwierdzeń dotyczących ich związku, oceniając, czy poszczególne cechy związku charakteryzują ich relacje intymne z partnerem: od 5 – „tak”, 4 – „raczej tak”, 3 – „trudno powiedzieć”, 2 – „raczej nie” do 1 – „nie”. Wynikiem ogólnym jest suma punktów, stanowiąca wskaźnik ogólnego poziomu jakości związków. Skala składa się z trzech wymiarów: wymiar wsparcia (16 pozycji testowych – dotyczy przekonania partnerów, że mogą na siebie liczyć w ważnych sprawach, dbają o siebie, zaspokajają swoje potrzeby psychiczne, wykazują się zrozumieniem i wzajemnym wsparciem, potrafią się skutecznie komunikować); wymiar namiętności (9 pozycji testowych – dotyczy poczucia wzajemnej atrakcyjności seksualnej partnerów, satysfakcjonującego życia seksualnego partnerów); wymiar odpowiedzialności za związek (5 pozycji testowych – dotyczy zaufania partnerów, lojalności, uczciwości i wierności).

Trwałość związków intymnych badano za pomocą Skali Jakości i Trwałości Związków Partnerskich²⁶. W części skali dotyczącej trwałości osoby uczestniczące w badaniu odnoszą się do 10 stwierdzeń dotyczących ich związku, oceniając, czy poszczególne cechy związku charakteryzują ich relacje intymne z partnerem: od 5 – „tak”, 4 – „raczej tak”, 3 – „trudno powiedzieć”, 2 – „raczej nie” do 1 – „nie”. Wynikiem ogólnym jest suma punktów stanowiąca wskaźnik ogólnego poziomu trwałości związków, rozumianej jako tendencja do konsolidacji związku (silna więź, poczucie sensu zaangażowania w budowę trwałości związku).

Elementy struktury formalnej związku określane były w kilku uzupełniających się aspektach: forma związku (małżeński, kohabitacyjny ze wspólnym zamieszkiwaniem, kohabitacyjny bez wspólnego zamieszkiwania), długość trwania związku, długość wspólnego zamieszkiwania, długość trwania małżeństwa, posiadanie dzieci.

²⁵ B. Jankowiak, Ł. Karczmarek, *Jakość i trwałość związków partnerskich – propozycja skali*, [w]: *Przemiany seksualności w społeczeństwie współczesnym. Teoria i rzeczywistość*, red. K. Waszyńska, Poznań 2012; B. Jankowiak, *Aktywność seksualna nauczycieli a jakość i trwałość ich związków partnerskich*, Poznań 2010; tejsze, *Charakterystyka związków partnerskich nauczycieli. Analiza teoretyczna i badania własne*, *Studia Edukacyjne*, 2010, 12.

²⁶ Tamże.

Wyniki i dyskusja

Dobrostan a relacje rodzinne studentów

W pierwszej kolejności postanowiono sprawdzić, czy ocena relacji rodzinnych wiąże się z poczuciem dobrostanu. Uzyskane wyniki (tab. 1) wykazały, że retrospektywna ocena związku rodziców wiąże się z wyższymi wynikami w skali PWI oraz retrospektywna ocena własnych relacji z ojcem wiąże się z wyższymi wynikami w skali SP i PWI. Wyniki wskazujące na znaczenie oceny szczęścia w związku własnych rodziców jako zmiennej pozytywnie wiążącej się z obecnym funkcjonowaniem koresponduje z danymi przedstawianymi w literaturze przedmiotu, że negatywne (np. konfliktowe) relacje między rodzicami przyczyniały się do problemów w funkcjonowaniu dzieci z tych rodzin – zarówno w okresie dzieciństwa jak i później – w adolescencji i dorosłości. Uzyskane wyniki wskazują ponadto na znaczenie relacji w dzieciństwie z ojcem dla poczucia dobrostanu we wczesnej dorosłości. Wiele miejsca w literaturze psychopedagogicznej poświęcono analizie relacji z matką jako szczególnie ważnej dla funkcjonowania dziecka – zarówno w okresie dzieciństwa, jak i w wieku dorosłym. Wyniki prowadzonych badań pokazują, że także (nie zawsze doceniana w rozważaniach naukowych) relacja z ojcem jest niezwykle ważna dla budowania osobistego dobrostanu. Uzyskane dane zgodne są z niektórymi badaniami prezentowanymi w literaturze. Na przykład, Amato przedstawił wyniki badań, które sugerują, że relacja z ojcem jest związana z poczuciem życiowej satysfakcji i szczęściem we wczesnej dorosłości²⁷. Inne korespondujące z uzyskanymi wynikami to badania brytyjskiej młodzieży (N= 2722) w wieku 14-18 lat, które dotyczyło tego, czy ojcowskie zaangażowanie może chronić przed niskim poziomem dobrostanu w sytuacji, gdy zaangażowanie matki oraz czynniki ryzyka i ochronne są kontrolowane. Wyniki pokazały, że choć zarówno zaangażowanie ojca, jak i matki w znacznym stopniu przyczyniły się do szczęścia ich dzieci, to zaangażowanie ojca miało większy wpływ²⁸. Inne badanie prowadzone przez T.M. Videon również odkrywa wyjątkowy wpływ ojców na psychiczne samopoczucie nastolatków. Analiza opierała się na reprezentatywnej próbie młodzieży żyjącej w pełnych rodzinach. Wyniki analiz wykazały, że relacja ojciec-adolescent ma niezależny

²⁷ P.R. Amato, *Father-child relations, mother-child relations and offspring psychological well-being in early adulthood*, *Journal of Marriage and the Family*, 1994, 56, s. 1031-1042.

²⁸ E. Flouri, A. Buchanan, *The Role of Father Involvement and Mother Involvement in Adolescents' Psychological Well-being British*, *Journal of Social Work*, 2003, 33, 3, s. 399-406.

wpływ na samopoczucie psychiczne nastolatków. Wyniki te podkreślają niepowtarzalny bezpośredni wkład ojców w psychiczne samopoczucie ich dzieci²⁹.

Tabela 1

Ocena relacji rodzinnych a dobrostan

Ocena relacji rodzinnych	Skala SP		Skala PWI	
	korelacja Pearsona	istotność (dwustronna)	korelacja Pearsona	istotność (dwustronna)
Ocena związku rodziców	0,135	0,082	0,366	< 0,001
Ocena kontaktów w dzieciństwie z matką	0,058	0,457	0,140	0,068
Ocena kontaktów w dzieciństwie z ojcem	0,199	0,010	0,409	< 0,001

Następnie sprawdzono, czy style przywiązania wiążą się z dobrostanem badanych (tab. 2). Uzyskano korelacje istotne statystycznie dla związków pomiędzy wszystkimi stylami przywiązania a skalą PWI, przy czym styl bezpieczny wiązał się z wyższymi wynikami w tej skali, a style lękowo-ambiwalentny i unikowy z niższymi. Skala PWI dotyczy tego, jak bardzo badani zadowoleni są z różnych aspektów swojego życia, np. standardu życia, osiągnięć, zdrowia, relacji z innymi ludźmi, codziennych zajęć. Uzyskane wyniki wykazały, że osoby posiadające bezpieczny styl przywiązania są bardziej zadowolone ze swojego życia, niż osoby o stylach unikowym i lękowo-ambiwalentnym. Uzyskano także istotne statystycznie związki pomiędzy skalą SP a stylem unikowym, wskazujące, że osoby, dla których charakterystyczne jest takie przywiązanie uzyskały niższe wyniki w tej skali (miały więc niższe poczucie sensu życia oraz gorzej oceniały własne kompetencje i atrybuty).

²⁹ T.M. Videon, *Parent-Child Relations and Children's Psychological Well-Being Do Dads Matter?* Journal of Family, 2005, 26, 1, s. 55-78.

Tabela 2

Style przywiązania a dobrostan

Style przywiązania	Dobrostan i zadowolenie z życia			
	Skala SP		Skala PWI	
	korelacja Pearsona	istotność (dwustronna)	korelacja Pearsona	istotność (dwustronna)
Bezpieczny	0,146	0,059	0,281	< 0,001
Lękowo-ambiwalentny	-0,130	0,094	-0,385	< 0,001
Unikowy	-0,152	0,049	-0,385	< 0,001

Tabela 3

Style przywiązania jako predyktory SP

Skala SP	Współczynniki niestandardyzowane		Współczynniki standaryzowane	T	Istotność
	B	błąd standardowy	beta		
(Stała)	47,483	1,628		29,160	< 0,001
Unikowy	-,185	,094	-,152	-1,981	,049
R ² = 2%; F(1, 165) = 53,93; p = 0,049					

Tabela 4

Style przywiązania jako predyktory PWI

Skala PWI	Współczynniki niestandardyzowane		Współczynniki standaryzowane	T	Istotność
	B	błąd standardowy	beta		
(Stała)	89,749	3,577		25,093	< 0,001
Unikowy	-,525	,174	-,250	-3,016	,003
Lękowo-ambiwalentny	-,419	,139	-,249	-3,006	,003
Skorygowane R ² = 18,2% ; F(2, 168) = 19,97; p < 0,001					

W dalszej kolejności postanowiono sprawdzić, czy style przywiązania warunkują dobrostan (tab. 3 i 4). Uzyskano wyniki wskazujące, że styl unikowy jest predyktorem niższych wyników w skali SP, a lękowo-ambiwalentny i unikowy skali PWI. Wykazano więc, że określone style przywiązania powodują obniżenie poczucia dobrostanu, jednak nie udało się dowieść, że któryś ze stylów do dobrostanu się przyczynia.

Dobrostan a relacje intymne studentów

Następnie sprawdzono, czy związki intymne studentów wiążą się z ich dobrostanem (tab. 5). Uzyskane wyniki nie wykazały związku pomiędzy formą związku oraz pozostawaniem singlem a skalami PWI ($p = 0,132$) i SP ($p = 0,069$). Wykazano więc, że sama forma tworzonej relacji nie wiąże się z poczuciem zadowolenia z życia. Uzyskane wyniki potwierdzają więc wyniki z części badań wnioski, że sama forma tworzonej relacji – np. małżeństwo nie wystarczy do poczucia szczęścia w życiu.

Tabela 5

Forma związku i single a dobrostan

Osoby w związku lub single	Skala SP		Skala PWI	
	średnia	odchylenie standardowe	średnia	odchylenie standardowe
Związek małżeński	46,214 3	6,975 98	71,409 1	16,261 73
Związek kohabitacyjny ze wspólnym zamieszkiwaniem	46,156 7	8,360 32	72,600 0	11,532 86
Związek kohabitacyjny bez wspólnego zamieszkiwania	44,516 7	9,874 62	71,196 7	13,935 35
Singiel	43,074 1	7,985 49	64,910 7	16,485 01
Ogółem	44,558 8	8,690 55	69,390 5	14,986 15

Sprawdzono także, czy osoby tworzące związki i single różnią się poczuciem dobrostanu (tab. 6). Uzyskane wyniki wskazują, że tworzenie związku może być ważnym zasobem osobistym przyczyniającym się do poczucia dobrostanu, bowiem uzyskano istotne różnice między osobami w związku a singlami pod względem wyniku na skali SP ($p = 0,011$) oraz PWI ($p = 0,027$), z których wynika, że osoby w związku mają wyższe wyniki w obu skalach. Uzyskane wyniki mogą wskazywać, że realizacja zadania

rozwojowego charakterystycznego dla wczesnej dorosłości, polegającego na wyborze partnera/partnerki i tworzenia związku, przyczynia się do budowania poczucia szczęścia w życiu.

Tabela 6

Osoby w związku i single a dobrostan

Dobrostan i zadowolenie z życia	Osoby w związku lub single	Średnia	Odchylenie standardowe
Skala SP	osoby w związku	45,240 7	8,965 11
	single	43,074 1	7,985 49
Skala PWI	osoby w związku	71,426 1	13,909 98
	single	64,910 7	16,485 01

Sprawdzono także, czy jakość i trwałość tworzonej relacji wiąże się z dobrostanem (tab. 7). Uzyskane wyniki wykazały dodatni związek pomiędzy ogólną jakością relacji a skalami SP i PWI oraz trwałością a skalą SP. Ponadto, poszczególne wymiary jakości wiązały się pozytywnie z dobrostanem: namiętność ze skalą SP oraz wsparcie, namiętność i odpowiedzialność ze skalą PWI. Uzyskane wyniki wspierają więc tezę, że jakość tworzonej relacji jest ważna dla budowania dobrostanu osobistego w dorosłości.

Tabela 7

Jakość i trwałość związków a dobrostan

Jakość i trwałość związków	SP		PWI	
	korelacja Pearsona	istotność (dwustronna)	korelacja Pearsona	istotność (dwustronna)
Wsparcie	0,151	0,051	0,316	0,000
Namiętność	0,226	0,003	0,363	0,000
Odpowiedzialność	0,143	0,065	0,152	0,047
Jakość ogólna	0,185	0,017	0,322	0,000
Trwałość	0,226	0,003	0,140	0,070

Uzyskane wyniki badań wskazują na dwa ważne obszary przyczyniające się do osobistego dobrostanu. Pierwszym jest jakość relacji rodzinnych (zarówno oceniana subiektywnie, jak i wynikająca z bezpiecznego stylu przywiązania). Jak wykazano, retrospektywna pozytywna ocena relacji między rodzicami w okresie dzieciństwa oraz własnych relacji z ojcem wiązały się z wyższymi wskaźnikami osobistego dobrostanu. Uzyskano także wyniki wiążące bezpieczny styl przywiązania z wyższym osobistym dobrostanem oraz styl unikowy i lękowo-ambivalentny z niższym osobistym dobrostanem. Analiza predykcji dowiodła, że obydwa pozabezpieczne style obniżają wskaźniki *well-being*, natomiast nie dowiodła, że styl bezpieczny warunkuje dobrostan. Drugi obszar dotyczył relacji intymnych. Uzyskane wyniki wskazują, że sama forma tworzonej relacji nie wiąże się z poczuciem szczęścia – wiąże się z nim jej jakość. Natomiast, osoby tworzące związki są bardziej zadowolone z życia niż single.

BIBLIOGRAFIA

- Amato P.R. *Father-child relations, mother-child relations and offspring psychological well-being in early adulthood*, *Journal of Marriage and the Family*, 1994, 56.
- Amato P.R., Keith B., *Parental divorce and the well-being of children: A meta-analysis*, *Psychological Bulletin*, 1991, 110.
- Aronson E., Ackert R.M., Wilson T.D., *Psychologia społeczna. Serce i umysł*, Wydawnictwo Zysk i S-ka, Poznań 1997.
- Crowell S.E. Skidmore C.R., Rau H.K., Williams P.G., *Psychosocial stress, emotion regulation, and resilience in adolescence*, [w:] *Handbook of Adolescent Health Psychology*, red. W.T. O'Donohue, L.T. Benuto, L. Woodward Tolle, Springer Science+Business Media, New York 2013.
- Efklides A., Moraitou D., *Introduction: Looking at Quality of Life and Well-Being from a Positive Psychology Perspective*, [w:] *A Positive Psychology Perspective on Quality of Life*, red. A. Efklides, D. Moraitou, Springer Science+Business Media, Dordrecht 2013.
- Flouri E., Buchanan A., *The Role of Father Involvement and Mother Involvement in Adolescents' Psychological Well-being British*, *Journal of Social Work*, 2003, 33, 3.
- Grych J.H., *Interparental conflict as a risk factor for child maladjustment: Implications for the Development of Prevention Programs*, *Family Court Review*, 2005, 43, 1.
- Grych J.H., Fincham F.D., *Marital conflict and children's adjustment: A cognitive-contextual framework*, *Psychological Bulletin*, 1990, 108.
- Grych J.H., Fincham F.D., *Children's appraisals of marital conflict: Initial investigations of the cognitive-contextual framework*, *Child Development*, 1993, 64.
- Grych J.H., Fincham F.D., *Interparental conflict and child development: Theory, research, and applications*, Cambridge University Press, New York 2001.
- Hazan C., Shaver P., *Romantic love conceptualized as an attachment process*, *Journal of Personality and Social Psychology*, 1987, 52.

- Holmes J., Bowlby J., *Teoria przywiązania*, przekł. J. Łaszcz, Gdańskie Wydawnictwo Psychologiczne, Gdańsk 2007.
- Jankowiak B., *Aktywność seksualna nauczycieli a jakość i trwałość ich związków partnerskich*, Wydawnictwo Naukowe UAM, Poznań 2010.
- Jankowiak B., *Charakterystyka związków partnerskich nauczycieli. Analiza teoretyczna i badania własne*, Studia Edukacyjne, 2010, 12.
- Jankowiak B., *Związki partnerskie studentów. Jakość i trwałość a elementy struktury formalnej oraz uwarunkowania rodzinne relacji intymnych*, Studia Edukacyjne, 2015, 35.
- Jankowiak B., Karczmarek Ł., *Jakość i trwałość związków partnerskich – propozycja skali*, [w:] *Przemiany seksualności w społeczeństwie współczesnym. Teoria i rzeczywistość*, red. K. Waszyńska, Wydawnictwo Naukowe UAM, Poznań 2012.
- Jessor R., *Risk Behavior in Adolescence: A Psychosocial Framework for Understanding and Action*, Journal of Adolescent Health, 1991, 12.
- Jessor R., Van Den Bos J., Vanderryn J., Costa F.M., Turbin M.S., *Protective factors in adolescent problem behavior: Moderator effects and developmental change*, Developmental Psychology, 1995, 31.
- Kelly J.B., *Children's adjustment in conflicted marriages and divorce: A decade review of research*, Journal of the American Academy of Child and Adolescent Psychiatry, 2000, 39.
- Luthar S.S., *Resilience in development: A synthesis of research across five decades*, [w:] *Developmental Psychopathology: Risk, disorder, and adaptation*, red. D. Cicchetti, D.J. Cohen, Wiley, New York 2006.
- Luthar S.S., Cicchetti D., Becker B., *The construct of resilience: A critical evaluation and guidelines for future work*, Child Development, 2000, 71.
- Luthar S.S., Lyman E.L., Crossman E.J., *Resilience and Positive Psychology*, [w:] *Handbook of developmental psychopathology*, red. M. Lewis, K.D. Rudolph, Springer, New York 2014.
- Moore S., Leung C., *Young people's romantic attachment styles and their associations with well-being*, Journal of Adolescence, 2002, 25, 2.
- Pateraki E., Roussi P., *Marital Quality and Well-Being: The Role of Gender, Marital Duration, Social Support and Cultural Context*, [w:] *A Positive Psychology Perspective on Quality of Life*, red. A. Efklides, D. Moraitou, Springer Science+Business Media, Dordrecht 2013.
- Peplau L.A., Veniegas R.C., Miller Campbell S., *Gay and lesbian relationships*, [w:] *Sexualities. Identities, behaviors, and society*, red. M.S., Kimmel, R.F. Plante, Oxford University Press, New York 2004.
- Plopa M., *Więzi w małżeństwie i rodzinie. Metody badań*, Oficyna Wydawnicza Impuls, Kraków 2006.
- Seligman M.E.P., Csikszentmihalyi M., *Positive psychology: An introduction*, American Psychologist, 2000, 55(1).
- Videon T.M., *Parent-Child Relations and Children's Psychological Well-Being Do Dads Matter?* Journal of Family, 2005, 26, 1.
- Waite L.J., Gallagher M., *The case for marriage: Why married people are happier, healthier and better off financially*, Doubleday, New York 2000.
- Zolkoski S.M., Bullock L.M., *Resilience in children and youth: A review*, Children and Youth Services Review, 2012, 34.