

DR OKTAWIA ZALEWSKA

Maria Grzegorzewska Academy of Special Education in Warsaw (Poland)

Psychologist, educator. Main research areas: comparative analysis of institutional and family foster care, and the meaning of life in pedagogy and psychology.

ORCID: <https://orcid.org/0000-0003-4666-5983>

E-mail: ozalewska@aps.edu.pl

CC-BY-NC-ND 4.0 Deed

A MEANING IN LIFE AS THE BASIS OF A MODEL FOR SUPPORTING FOSTER CARE WARDS.

Poczucie sensu życia jako podstawa modelu wspierania wychowanków pieczy zastępczej

DOI: <https://doi.org/10.62266/PK.1898-3685.2024.36.26>

Wprowadzenie

Jak pisał Frankl, pytanie o sens jest cechą ludzką i świadczy o duchowej dojrzałości człowieka¹. W naukach społecznych, takich jak pedagogika, problematyka sensu życia koncentruje się na odpowiednich oddziaływaniach wychowawczych, których celem jest wspieranie w człowieku procesów poznawczych sprzyjających refleksji egzystencjalnej i kształtowaniu umiejętności przydatnych z punktu widzenia samodzielnego i dojrzałego życia². Wychowanie jest procesem, który zależy od kontekstu relacyjnego³, tj. relacji łączących dziecko z osobą wychowującą ze środowiskiem, w którym wzrasta, czy z innymi składnikami ekosystemu dziecka. W przypadku umieszczenia dziecka w placówce opiekuńczo-wychowawczej lub niespokrewnionej rodzinie zastępczej, wychowanie staje się dużym wyzwaniem, gdyż wymaga zbudowania relacji, która w rodzinach biologicznych ma źródła genetyczne.

Kształt współczesnej pieczy zastępczej w Polsce jest rezultatem Ustawy z dnia 9 czerwca 2011 roku o wspieraniu rodziny i systemie pieczy zastępczej, w której to definiuje się pieczę zastępczą jako zorganizowany system opieki i wychowania dziecka, którym z określonych względów nie mogą zająć się rodzice biologiczni⁴. Główne założenia tego systemu można sformułować w trzech zadaniach. Pierwszym jest podejmowanie działań na rzecz wychowywania się dziecka w rodzinie (biologicznej, zastępczej, adopcyjnej). Drugim zadaniem jest przygotowanie dziecka do usamodzielnienia od momentu sprawowania nad nim pieczy. Trzecim zadaniem jest zaspokajanie wszelkich potrzeb dziecka, ponieważ warunkuje to jego prawidłowy rozwój fizyczny, poznawczy i społeczno- emocjonalny⁵. W Polsce rozróżnia się dwie formy pieczy zastępczej: rodzinną i instytucjonalną. Niezależnie od miejsca pobytu młodego człowieka w pieczy, powinien on wejść w dorosłość dostatecznie przygotowany do samodzielnego życia. Jednak analiza losów usamodzielnionych wychowanków wskazuje, że mają napotykać się z licznymi przeciwnościami, doświadczają

¹ V. E. Frankl, *Wola sensu. Założenia i zastosowanie logoterapii*, Wyd. Czarna Owca, Warszawa 2010, s. 49.

² J. Spętana, *Wychowanie a sens życia. Człowiek w obliczu dylematów egzystencjalnych*, [w:] Oficyna Wydawnicza Impuls, Kraków 2019, s. 12.

³ M. Kowalski, L. Albański, *Relacyjny aspekt wychowania w ujęciu Norberta Eliasa*, *Studia z Teorii Wychowania*, 2022:4(41), s. 81–91.

⁴ Ustawa z dnia 9 czerwca 2011 r. o wspieraniu rodziny i systemie pieczy zastępczej, Dz.U. 2011 nr 149 poz. 887.

⁵ Tamże.

poczucia beznadziei i pustki pomimo oferowanego im wsparcia⁶. Taki stan rzeczy zachęca do tworzenia możliwości sprzyjających lepszemu przygotowaniu do opuszczenia pieczy zastępczej.

W tym celu skonstruowano model wspierania wychowanków pieczy zastępczej, który proponuje stymulowanie rozwoju odpowiednich zasobów osobistych, które są związane z kształtowaniem się poczucia sensu życia. Analiza literatury przedmiotu pozwoliła na wyodrębnienie z szeregu cech osobowości zasoby, takie jak prężność psychiczna, radzenie sobie ze stresem, poczucie własnej skuteczności oraz samoocena, wynika z faktu. Każdy z nich warunkuje pomyślne funkcjonowanie człowieka w społeczeństwie, a jednocześnie dotyczy różnych aspektów jego osobowości.

1. Teoretyczne założenia modelu

Skonstruowany model opiera się ona na trzech głównych założeniach. Pierwszym jest stwierdzenie, że posiadanie przez wychowanka poczucia sensu życia warunkuje powodzenie w jego dorosłym życiu. Drugim jest informacja, że środowisko opiekuńczo- wychowawcze może pozytywnie oddziaływać na zasoby osobiste wychowanka. Natomiast trzecim jest założenie, że przygotowanie do usamodzielnienia zaczyna się od chwili umieszczenia wychowanka w pieczy zastępczej. W centrum tego teoretycznego modelu jest poczucie sensu życia, gdyż jego brak negatywnie oddziałuje na osobowość człowieka, a w efekcie utrudnia jego istnienie⁷.

Sens życia według Frankla to implikowane znaczenie, które charakteryzuje się następującymi właściwościami: względnością, niepowtarzalnością oraz koniecznością osobistego odnalezienia. Względność sensu życia oznacza odniesienie go do konkretnej osoby czy do konkretnej sytuacji. Niepowtarzalność jest związana z ludzką egzystencją, gdyż życie składa się z ciągu niepowtarzalnych sytuacji, a ono samo nie może być ponownie przeżyte. Trzecia cecha wskazuje sens jako efekt indywidualnych poszukiwań człowieka, tj. sensu nie można nikomu narzucić czy przekazać, a jedynie odpowiedzialnie i intencjonalnie go odnaleźć⁸. Założenie o wychowalności człowieka, czyli koncepcji wskazującej, że istnieje możliwość kształtowania jednostki oraz że człowiek cechuje się podatnością na wychowanie⁹, pozornie może stać w opozycji do przedstawionej przez Frankla teorii o konieczności osobistego odnalezienia sensu życia. Co prawda, proces wychowania jest nastawiony na efekt wychowawczy, lecz nie jest nim ukształtowanie człowieka w ścisły i określony sposób, ale takie prowokowanie zmian w osobowości, które pozwolą mu samodzielnie żyć i odkrywać swoje człowieczeństwo¹⁰. Doszukiwanie się w celach wychowania analogii do *bycia i stawania się* człowieka w teorii Frankla jest jak najbardziej uzasadnione. Rodzina jest pierwszym i naturalnym środowiskiem życia dla człowieka. W niej zachodzą interakcje oraz sytuacje, w których człowiek zaczyna odkrywać i przekraczać siebie, gdyż dotyka najgłębszych zjawisk ludzkiej egzystencji takich jak wolność, godność, odpowiedzialność czy sens¹¹. Wychowanie jest rodzajem działalności, której głównym celem powinna być samodzielna realizacja przez

⁶ M. Abramowicz, A. Strzałkowska, *Upragniona i nieznośna dorosłość*, Gdańska Fundacja Innowacji Społecznej, Gdańsk 2014, s. 107-108.

⁷ A. Warchala, I. Krupka-Matuszczyk, *Konsekwencje utraty sensu życia*, Czasopismo Psychologiczne, 2015:21(1), s. 73-80.

⁸ V. E. Frankl, *Wola sensu. Założenia i zastosowanie logoterapii*, Wyd. Czarna Owca, Warszawa 2010, s. 76-86.

⁹ M. Nowak, „Wychowalność” człowieka podstawą sensu i znaczenia wychowania, *Roczniki Nauk Społecznych*, 2002:30, s. 5-20.

¹⁰ G. Katara, *Współczesne ujęcia i modele wychowania*, Psychologia wychowawcza, 2019:16, s. 28.

¹¹ K. Popielski, *Rodzina jako locus sensus*, *Studia Pelplińskie*, 2019:33, s. 511-523.

podopiecznego takiego życia, które będzie manifestem wybranego przez niego sensu¹².

W literaturze dotyczącej obszaru pedagogiki egzystencjalnej czy psychologii zasoby osobiste często ujmowane są jako korelaty poczucia sensu życia. Prężność psychiczna jest zasobem informującym, na ile jednostka jest w stanie dostosować się do zmieniających się okoliczności życiowych, tj. odzyskać równowagę po konfrontacji z bodźcem naruszającym stan psychiczny. Umiejętność adaptacji to nie tylko społeczne przystosowanie się, ekspresja zdolności poznawczego przetworzenia wydarzenia wywołującego silne przeżycia¹³. Co więcej, prężność psychiczna to nie tylko produktywne zarządzanie stresem przez człowieka, ale też zdolność mózgu do kontrolowania układu nerwowego i hormonalnego w konfrontacji z silnym doświadczeniem¹⁴.

Perspektywa czasowa i rozwojowa różnicuje prężność psychiczną od kolejnego wybranego zasobu, jakim jest radzenie sobie ze stresem. Preferowane przez człowieka style radzenia sobie ze stresem są określoną sekwencją działań nastawioną redukcję dyskomfortu psychicznego spowodowanego przez zdarzenie stresowe, natomiast prężność psychiczna jest pojęciem szerszym, gdyż jej ocena następuje po pewnym czasie od działania bodźca. Innymi słowy, na prężność danego człowieka składa się wiele składowych, a radzenie sobie ze stresem jest jedną z nich. Drugi aspekt różnicowy wskazuje, że główną funkcją prężności jest konstelacja stabilności (poznawczych, fizjologicznych), która jest pomostem między radzeniem sobie ze stresem a rozwojem jednostki¹⁵.

Trzecią wybraną zmienną jest poczucie własnej skuteczności, które określa przekonanie człowieka o osobistej zdolności do poradzenia sobie z wyzwaniami i osiągnięcia wybranych celów. Świat nauk społecznych zainteresował się tym konstruktem za sprawą Alberta Bandury, który wskazywał, że poczucie własnej skuteczności jest głównym czynnikiem motywacji, zdrowia psychicznego i sukcesu człowieka, co zostało niejednokrotnie potwierdzone w badaniach¹⁶. Wybór tej zmiennej podyktowany był chęcią uchwycenia w badaniach kolejnego wymiaru osobowości człowieka, jakim jest poziom wiary we własne możliwości. Ostatnim wybranym zasobem osobistym jest samoocena. Została wybrana jako zasób dotyczący postawy względem *ja*. Rosenberg¹⁷ wskazywał, że można ją interpretować jako stosunek wobec siebie w oparciu o dwa układy odniesienia. Pierwszym są inni ludzie, a drugim – wewnętrzne standardy jednostki. Samoocena jest częścią składową szerszego pojęcia jakim jest obraz siebie, którego istotą jest regulowanie relacji człowiek-otoczenie. Samoocena jest uogólnioną postawą wobec samego siebie, która wpływa na nastrój jednostki, zachowanie, relacje z innymi i wynika z rozbieżności pomiędzy idealnym obrazem siebie a aktualną koncepcją siebie¹⁸.

Prezentowany model ma na celu ukazanie na jakim poziomie prezentują się poszczególne zmienne wśród wychowanków pieczy zastępczej, którzy stoją u progu usamodzielnienia, jakie są zależności pomiędzy poczuciem sensu życia a zasobami osobistymi oraz jak praktycznie można wspierać poszczególne obszary, aby docelowo sprzyjać kształtowaniu się poczucia sensu życia u wychowanka.

¹² T. Kukołowicz, *Alternatywne ujęcia pedagogiki personalistycznej*, [w:] T. Kukołowicz (red.), *Teoria wychowania. Wybrane zagadnienia*, Stalowa Wola 1996, s. 161–165.

¹³ J. Block, A. M. Kremen, *IQ and Ego-Resiliency: Conceptual and Empirical Connections and Separateness*, *Journal of Personality and Social Psychology*, 1996:70(2), s.349–361.

¹⁴ S. M. Southwick, D. S. Charney, *Resilience: The science of mastering life's greatest challenges*. Cambridge University Press, Cambridge 2018.

¹⁵ B. Leibold, W. Greve, *Resilience: A conceptual bridge between coping and development*, *European Psychologist*, 1009:14(1), s. 40–50.

¹⁶ S. Calicchio, *Albert Bandura i czynnik własnej skuteczności: Podróż w głąb psychologii ludzkiego potencjału poprzez zrozumienie i rozwój poczucia własnej skuteczności i samooceny*. Stefano Calicchio. 2023.

¹⁷ M. Rosenberg, *Society and the Adolescent Self-Image*. Princeton University Press, Princeton 1965..

¹⁸ P. Zimbardo, & R. Formica, *Emotional comparison and self-esteem as determinants of affiliation*, *Journal of Personality*, 1963:31(2).

2. Metodologia badań własnych

W celu realizacji projektu badawczego, którego efektem końcowym była konstrukcja modelu, postawiono pytanie badawcze dotyczące poziomu poczucia sensu życia i zasobów osobistych (prężność psychiczna, radzenie sobie ze stresem, poczucie własnej skuteczności, samoocena) wychowanków pieczy zastępczej stojących u progu usamodzielnienia oraz pytanie badawcze dotyczące zależności pomiędzy poczuciem sensu i wspomnianymi zasobami osobistymi wychowanków pieczy zastępczej. Do pomiaru wszystkich zmiennych wykorzystano następujące narzędzia badawcze:

- Skalę Poczucia Sensu Życia- autorskie narzędzie, które powstało ze względu na potrzebę uwzględnienia w pomiarze poczucia sensu życia specyfiki okresu adolescencji. Głównym zapleczem teoretycznym skonstruowanego narzędzia była idea sensu życia zaproponowana przez Frankla¹⁹. Zadaniem badanego było ustosunkowanie się do 33 itemów punktowanych w skali od 1 do 5. Punktacja była następująca: nigdy – 1 pkt, rzadko – 2pkt, czasami – 3 pkt, często – 4 pkt, zawsze – 5 pkt. w przypadku 10 twierdzeń punktacja była odwrotna. Oprócz wyniku ogólnego, narzędzie zawiera 3 podskale. Pierwszą jest *pozytywna orientacja i świadomość celów życiowych* i próbą określenia na ile jednostka jest świadoma swoich dążeń oraz jak widzi siebie w perspektywie kolejnych lat, tj. czy nastawiona jest z nadzieją, optymizmem czy z nieufnością i wątpliwościami. Druga podskala, *ocena dotychczasowych wyborów życiowych i podejmowanych decyzji*, dotyczy refleksji jednostki na temat własnego życia i stanowi osobistą ewaluację, tj. określa dotychczasowe życie jako porażkę lub sukces, wskazuje żal lub satysfakcję. Trzecia podskala *pogodzenie z własnym losem* wynika z potrzeby wskazania, że poziom akceptacji życiowego położenia, swoistego *tu i teraz*, jest jednym z obszarów istotnych w odkrywaniu własnego sensu życia

- Skalę Pomiaru Prężności- SPP- 18 N. Ogińskiej-Bulik i Z. Juczyńskiego²⁰- narzędzie dla młodzieży w wieku 12–19 składa się z 18 pytań. Respondent ustosunkowuje się do podanych twierdzeń poprzez zaznaczenie odpowiedniej cyfry: 0 – zdecydowanie nie, 1 – raczej nie, 2 – ani tak, ani nie/ trudno powiedzieć, 3 – raczej tak, 4 – zdecydowanie tak. Nasilenie prężności ocenia się w oparciu o punktację z założeniem, że im więcej punktów, tym większe nasilenie zmiennej. Kwestionariusz zawiera cztery podskale: *optymistycznie nastawienie i energia, wytrwałość i determinacja w działaniu, poczucie humoru i otwartość na nowe doświadczenia, kompetencje osobiste i tolerancja negatywnego afektu*. W celu zweryfikowania, która podskala ma najwyższą wartość, należy podzielić uzyskaną sumę punktów z danej podskali przez liczbę twierdzeń wchodzących w jej skład

- Kwestionariusz Radzenia Sobie w Sytuacjach Stresowych- CISS N.S. Endlera, J.D.A. Parkera (w polskiej adaptacji J. Strelau, A. Jaworowska, K. Wrześniewski, P. Szczepaniak)²¹ - wypełnienie narzędzia polega na ustosunkowaniu się do 48 twierdzeń poprzez zaznaczenie odpowiedniej cyfry: 1 – nigdy, 2 – bardzo rzadko, 3 – czasami, 4 – często, 5 – bardzo często. Wynik obliczany jest w 3 skalach określających style radzenia sobie ze stresem, z której każda liczy 16 pozycji. Poprzez styl rozumie się stosunkowo trwałą i typową dla człowieka skłonność do zmagania się z sytuacją stresową w określony sposób. Wyróżnia się: *styl skoncentrowany na zadaniu (SSZ), styl skoncentrowany na emocjach (SSE), styl skoncentrowany na unikaniu (SSU)*. Ostatni z nich może przybierać dwie formy: angażowanie się w czynności zastępcze (ACZ) albo poszukiwanie kontaktów towarzyskich (PKT).

¹⁹ V. E. Frankl, *Wola sensu. Założenia i zastosowanie logoterapii*, Wyd. Czarna Owca, Warszawa 2010.

²⁰ N. Ogińska-Bulik, Z. Juczyński, *Prężność u dzieci i młodzieży: charakterystyka i pomiar – polska skala SPP-18*, Polskie Forum Psychologiczne, 2011:1, s. 7–28.

²¹ J. Strelau, A. Jaworowska, K. Wrześniewski, P. Szczepaniak, *Kwestionariusz Radzenia Sobie w Sytuacjach Stresowych CISS*, Pracownia Testów Psychologicznych Polskiego Towarzystwa Psychologicznego, Warszawa 2005, s. 93- 98)..

- Skalę Uogólnionej Własnej Skuteczności- GSES R. Schwarzera, M. Jerusalema, Z. Juczyńskiego²²- procedura diagnostyczna polega na samodzielnym wypełnieniu przez badanego ankiety składającej się z 10 twierdzeń poprzez zakreślenie do każdego z nich jednej z czterech odpowiedzi: 1 – nie, 2 – raczej nie, 3 – raczej tak, 4 –tak. Suma wszystkich odpowiedzi, punktowanych zgodnie z powyższą numeracją, stanowi wskaźnik ogólnego poczucia własnej skuteczności.

- Skalę Samooceny – SES M. Rosenberga (w polskiej adaptacji I. Dzwonkowska, K. Lachowicz-Tabaczek, M. Łaguna)²³ - narzędzie do pomiaru globalnej samooceny u młodzieży i osób dorosłych²⁴. Skala składa się z 10 twierdzeń. Osoba badana ustosunkowuje się do każdego z nich na 4-stopniowej skali: 1 – zdecydowanie zgadzam się, 2 – zgadzam się, 3 – nie zgadzam się, 4 – zdecydowanie nie zgadzam się. Punktacja jest tożsama ze stopniami w skali. Czas wypełnienia kwestionariusza wynosi ok. 2 minut. Podczas zliczania punktów w pytaniach 1, 2, 4, 6, 7, 8 należy odwrócić punktację. Badany może uzyskać wyniki w przedziale od 10 do 40.

Badania empiryczne były prowadzone od grudnia 2022 do kwietnia 2023 roku. Zastosowano celowy dobór próby ze względu na wiek badanych – osoby usamodzielniające się oraz środowisko wychowawcze – wychowankowie pieczy zastępczej. Łącznie ankietę wypełniło 230 wychowanków instytucjonalnej i rodzinnej pieczy zastępczej. Badania były prowadzone w formie tradycyjnej i online. Każdy z respondentów otrzymał informację o anonimowości badań i możliwości zaprzestania wypełniania ankiety w dowolnym momencie. Uzyskane wyniki zostały poddane procedurze obliczeniowej z wykorzystaniem IBM SPSS Statistics.

Wyniki badań

Diagnoza poziomu wybranych zasobów osobistych (Tabela 1.) wychowanków pieczy zastępczej zachęciła do wskazania mocnych i słabych stron badanej grupy. Prężność psychiczna oraz poczucie własnej skuteczności uznano za zmienne, których osiągają znacznie wyższy poziom w badanej grupie, natomiast widocznie niższe wyniki radzenia sobie ze stresem oraz samooceny pozwoliły na wskazanie tych zmiennych jako słabszych stron.

Tabela 1. Poziom wybranych zasobów osobistych wychowanków pieczy zastępczej stojących u progu usamodzielnienia (N=230)

Poziom	Zasoby osobiste											
	Prężność psychiczna		Radzenie sobie ze stresem						Poczucie własnej skuteczności		Samoocena	
			SSZ		SSE		SSU					
N	%	N	%	N	%	N	%	N	%	N	%	
Bardzo niski	59	26	94	41	68	30	79	34	31	13	42	18
Niski											68	30
Przeciętny	72	31	77	33	99	43	97	42	53	23	71	31
Wysoki	99	43	57	26	63	27	54	24	146	64	36	16
											13	5

²² R. Schwarzer, M. Jerusalem, Z. Juczyński, *Skala Uogólnionej Własnej Skuteczności*, [w:] Z. Juczyński, *Narzędzia pomiaru w promocji i psychologii zdrowia*, Pracownia Testów Psychologicznych PTP, Warszawa 2001.

²³ I. Dzwonkowska, K. Lachowicz-Tabaczek, M. Łaguna, *Samoocena i Jej Pomiar. Polska adaptacja skali SES M. Rosenberga.*, Pracownia Testów Psychologicznych Polskiego Towarzystwa Psychologicznego, Warszawa 2008.

²⁴ M. Rosenberg, *Society and the Adolescent Self-Image*, Princeton University Press, Princeton 1965.

Bardzo wysoki												
Razem	230	100	230	100	230	100	230	100	230	100	230	100

Źródło: opracowanie własne

Wśród wszystkich badanych wychowanków pieczy zastępczej niski poziom prężności cechuje 26% respondentów. Poziom przeciętny prężności jest reprezentowany przez 31% wszystkich wychowanków pieczy zastępczej. Wśród wszystkich badanych wychowanków stojących u progu usamodzielnienia poziom wysoki prężności psychicznej reprezentowany jest aż przez 43%. W związku z tym, że 74 % wychowanków cechuje się przeciętnym i wysokim poziomem tej zmiennej, prężność psychiczną zakwalifikowano jako mocną stronę grupy badawczej.

Niskie nasilenie *stylu skoncentrowanego na zadaniu* prezentuje 41% badanych wychowanków pieczy zastępczej. Przeciętne nasilenie tego stylu reprezentowane jest przez 33% wychowanków. Natomiast w całej badanej grupie respondentów wysokie nasilenie stylu skoncentrowanego na zadaniu występuje tylko u co czwartego badanego - 26%. Wśród badanych wychowanków pieczy zastępczej stojących u progu usamodzielnienia niskie nasilenie *stylu skoncentrowanego na emocjach* prezentuje 30%, przeciętne nasilenie reprezentowane jest przez 43% wychowanków. Wysokie nasilenie tego stylu występuje u 27% respondentów. Wśród badanych wychowanków niskie nasilenie *stylu skoncentrowanego na unikaniu* prezentuje 34%, przeciętne nasilenie reprezentowane jest przez 42% wychowanków. Natomiast w badanej grupie respondentów wysokie nasilenie charakteryzuje 24%. Wobec powyższego uznano, że radzenie sobie ze stresem jest zasobem, który można uznać, za słabą stronę badanej grupy. Deficytowy charakter tego zasobu wynika z faktu, że *styl skoncentrowany na unikaniu* i *styl skoncentrowany na emocjach* dominują w radzeniu sobie ze stresem u wychowanków pieczy zastępczej, a niskie nasilenie stylu o zadaniowym podejściu do trudności reprezentuje ponad 40% badanych.

Wśród badanych niski poziom poczucia własnej skuteczności cechuje 13% respondentów, a poziom przeciętny poczucia własnej skuteczności jest reprezentowany przez 23% wychowanków pieczy zastępczej. Co istotne, wysoki poziom poczucia własnej skuteczności reprezentowany jest aż przez 64% badanych wychowanków, którzy stoją u progu usamodzielnienia. Oznacza to, że zasób osobisty jakim jest poczucie własnej skuteczności, należy uznać za cenny potencjał u badanych osób i wskazać jako mocna strona wychowanków pieczy zastępczej stojących u progu usamodzielnienia. Kolejnym etapem badawczym była weryfikacja korelacji poczucia sensu życia badanych wychowanków i zasobami osobistymi (Tabela 2.). Ta procedura obliczeniowa była niezbędna do określenia czy wybór określonych zasobów osobistych do konstrukcji modelu był uzasadniony.

Tabela 2. Współczynniki korelacji r-Pearsona między poczuciem sensu życia a wybranymi zasobami osobistymi (N=230)

	Zasoby osobiste	Poczucie sensu życia
Prężność psychiczna	Wynik ogólny	(r=0,67; p<0,01)
	Optymistyczne nastawienie i energia	(r=0,62; p<0,01)
	Wytrwałość i determinacja w działaniu	(r=0,60; p<0,01)
	Kompetencje osobiste i tolerancja negatywnego afektu	(r=0,58; p<0,01)
	Poczucie humoru i otwartość na nowe doświadczenie	(r=0,50; p<0,01)
Radzenie sobie ze stresem	Styl skoncentrowany na zadaniu	(r=0,55; p<0,01)
	Styl skoncentrowany na emocjach	(r=-0,46; p<0,01)

	Styl skoncentrowany na unikaniu	($r=0,14$; $p<0,05$)
Poczucie własnej skuteczności		($r=0,61$; $p<0,01$)
	Samoocena	($r=0,67$; $p<0,01$)

Źródło: opracowanie własne

Siłę związku interpretowano następująco: 0 - 0,30 brak korelacji lub korelacja słaba; 0,31 - 0,50- umiarkowana korelacja, 0,51- 0,70 silna korelacja, a od 0,71-1 bardzo silna korelacja²⁵. Silne dodatnie korelacje zaobserwowano pomiędzy poczuciem sensu życia a wynikiem ogólnym prężności psychicznej i jej wszystkimi podskalami. Podobnie dzieje się pomiędzy poczuciem sensu życia a zasobami, takimi jak poczucie własnej skuteczności, samoocena czy stylem *skoncentrowanym na zadaniu*: tutaj również obserwuje się silne dodatnie zależności. Uzyskane wyniki dotyczące zależności pomiędzy poczuciem sensu życia a zmiennymi osobowościowymi wpisują się w nurt badań nad korelatami poczucia sensu życia²⁶, kryzysami egzystencjalnymi²⁷ czy zasobami osobistymi²⁸ i jakością życia²⁹. Oprócz korelacji zasobów osobistych z poczuciem sensu życia, model uwzględnia korelacje pomiędzy prężnością psychiczną (mocna strona) a radzeniem sobie ze stresem (słaba strona) oraz poczuciem własnej skuteczności (mocna strona) a samooceną (słaba strona) - jako potencjał do pośredniego rozwijania jednej cechu drugą.

Tabela 3. Współczynniki korelacji r-Pearsona między mocnymi a słabymi stronami zasobów osobistych wychowanków pieczy zastępczej (N=230)

Mocne strony	Słabe strony	
	Radzenie sobie ze stresem SSZ	Samoocena
Prężność psychiczna	($r=0,588$; $p<0,001$)	
Poczucie własnej skuteczności		($r=0,53$; $p<0,001$)

Źródło: opracowanie własne

Połączenie w pary prężność psychiczna- radzenie sobie ze stresem (*styl skoncentrowany na zadaniu*) oraz poczucie własnej skuteczności- samoocena podyktowany był teoretycznymi powiązaniem pomiędzy zmiennymi. Prężność psychiczna i radzenie sobie dotyczą obszaru osobowości człowieka odpowiedzialnego za umiejętność konfrontacji jednostki z wydarzeniami stresogennymi. Prężność często pełni rolę medycyjną w radzeniu sobie ze stresem^{30,30}, sprzyja określonym strategiom radzenia sobie³² i jest związana z aktywnymi

²⁵ M. Ścibor-Rylski, *Standardowe sposoby tworzenia wskaźników zmiennych*, [w:] S. Bedyńska, M. Cypriańska (red.), *Statystyczny drogowskaz. Praktyczne wprowadzenie do wnioskowania statystycznego*, Wyd. Akademickie Sedno, Warszawa 2013, s. 114–131.

²⁶ A. Juros, *Korelaty osobowościowe poczucia sensu życia*, *Roczniki filozoficzne*, 1984, s.97-112.

²⁷ A. Masłowski, *Osobowościowe korelaty kryzysu w wartościowaniu*, *Studia z Psychologii w KUL*, 2007:14, s.57-71.

²⁸ B. Szabała, *Poczucie sensu życia w kontekście radzenia sobie w sytuacjach trudnych młodych dorosłych z niepełnosprawnością wzrokową*, *Człowiek–Niepełnosprawność–Społeczeństwo*, 2015:4(30), s.55-72.

²⁹ M. Wnuk, *Zaangażowanie w ruch samopomocy a poczucie jakości życia osób uzależnionych od alkoholu. Medycyjna rola poczucia sensu życia*, *Alkoholizm i Narkomania*, 2006:19(4), s.357-378.

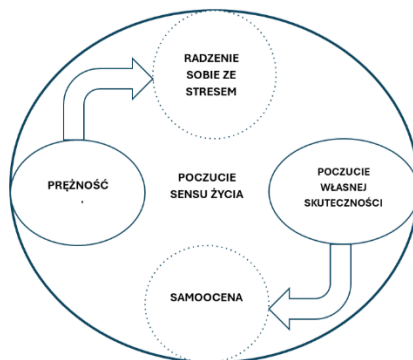
³⁰ E. B. Talik, *Martwienie się a strategie radzenia sobie ze stresem u młodzieży. Medycyjna rola prężności psychicznej*, *Przegląd Psychologiczny*, 2022:65(3), s.43-58.

³⁰ A. Falewicz, *Prężność osobowości i jej rola w procesach radzenia sobie ze stresem*, *Studia Koszalińsko-Kołobrzeskie*, 2016 (23), s. 263-275.

³² N.Ogińska-Bulik, Zadworna-Cieślak M., *Rola prężności psychicznej w radzeniu sobie ze stresem związanym z egzaminem maturalnym*, *Przegląd Badań Edukacyjnych (Educational Studies Review)*, 2014:2(19), s. 7-24.

formami radzenia sobie z trudnościami³³. Poczucie własnej skuteczności i samoocena za cechami osobowości, które dotyczą autoewaluacji człowieka³⁴. Badania dotyczące tych konstruktów teoretycznych wskazują na silną zależność pomiędzy nimi³⁵. Niniejsze wyniki badań również potwierdzają zależność pomiędzy tymi zmiennymi u wychowanków pieczy zastępczej stojących u progu usamodzielnienia.

Rysunek 1. Model wspierania wychowanków pieczy zastępczej stojących u progu usamodzielnienia



Źródło: opracowanie własne.

Legenda:

..... słaba strona wychowanków pieczy zastępczej

_____ mocna strona wychowanków pieczy zastępczej

⇒ potencjalne możliwości wspierania określonego zasobu innym tożsamym zasobem

Wnioski i implikacje praktyczne

Wspieranie kształtowania poczucia sensu życia wychowanków pieczy zastępczej może zapobiegać niepowodzeniom w konfrontacji z samodzielnym życiem po opuszczeniu pieczy zastępczej.

Samoocena jest niezbędnym warunkiem kształtowania koncepcji sensu życia. Istotnym jest, aby w pracy opiekuńczo-wychowawczej stwarzać warunki do kształtowania umiejętności wyrażania i opisu stanów emocjonalnych i uczuć wychowanka, uczenia respektowania granic własnych i innych, komunikowania się bez elementów sprzyjających zaniżaniu wartości osobowej drugiego człowieka. Wychowawca powinien cechować się uważnością i czujnością, aby w porę zapewnić opiekę psychoterapeutyczną podopiecznemu.

Poczucie własnej skuteczności rozwija się poprzez ścieżkę doświadczeń i interakcji, a to przyczynia się do postawy poszukującej, która warunkuje odkrywanie sensu życia przez jednostkę. Psychoedukacja w tym zakresie powinna koncentrować się na zwiększaniu świadomości wychowanka na temat rozwoju osobistego, w tym różnicy pomiędzy samooceną a poczuciem własnej skuteczności. Czynnikiem wspierającym taką formę wsparcia może być zachęcanie do refleksji dotyczącej adaptacji do warunków pieczy zastępczej. Istotnym jest tworzenie konkretnych sytuacji, w których wychowanek ma możliwość rozwijania

³³ M. Trzeciecka, *Poczucie własnej skuteczności w grupie późnych adolescentów w kontekście prężności psychicznej i stylów radzenia sobie ze stresem*, Uniwersytet Jagielloński w Krakowie (niepublikowana praca magisterska, Kraków 2021).

³⁴ G. Chen, S. M. Gully & D. Eden, *General self-efficacy and self-esteem: Toward theoretical and empirical distinction between correlated self-evaluations*. *Journal of Organizational Behavior*, The International Journal of Industrial, Occupational and Organizational Psychology and Behavior, 2004:25(3), s. 375-395.

³⁵ I. Zientek, *Poczucie własnej skuteczności w wymiarze międzykulturowym: Ocena Skali Samoskuteczności w Karierze Międzynarodowej*, *Czasopismo Psychologiczne*, 2006:12(1), s. 61-71.

³⁵ E. Afari, G. Ward, M. S. Khine, *Global self-esteem and self-efficacy correlates: relation of academic achievement and self-esteem among emirati students*, *International Education Studies*, 2012:5(2), s. 49-57.

umiejętności praktycznych i odwoływanie się do sytuacji innych osób o podobnych doświadczeniach.

Radzenie sobie ze stresem to świadoma strategia człowieka, stosowana w konfrontacji z wydarzeniem stresogennym. Wspieranie tego obszaru powinno bazować na uświadamianiu wychowanka w zakresie stosowanych stylów radzenia sobie ze stresem, wskazywanie związku stylu radzenia sobie ze stresem z osobistym systemem przekonań i wartości i kształtowaniu poglądu, że zarządzanie sytuacją problemową sprzyja ochronie dobrostanu i zaspokojeniu potrzeb, w konsekwencji jest narzędziem wykorzystywanym w prężnym funkcjonowaniu człowieka.

Prężność psychiczna jest pozytywna adaptacja w obliczu przeciwności losu. Jest cechą nabytą w toku rozwoju, a czynnikiem znaczącym w jej kształtowaniu się odgrywa rodzina i najbliższe otoczenie- świadomość tego faktu powinna towarzyszyć wychowawcom i rodzicom zastępczym w procesie wychowania. Mierzalność prężności psychicznej jest możliwa za pomocą wnioskowania o dowodach świadczących o zaistnieniu pozytywnej adaptacji i przeciwności losu, stąd ważne jest, aby wywoływać refleksję w wychowanku o dotychczasowych przeżyciach. Z punktu widzenia korzystniejszej jest wpływać na rozwijanie się wewnętrznych cech sprzyjających prężności niż stosować interwencję zewnętrzną. Podczas rozmów z młodzieżą, które dotyczą pojęć egzystencjalnych, warto wskazywać rolę heroizmu oraz poczucia humoru. Obie cechy pozwalają przetrwać trudności życiowe.

Bibliografia:

1. Abramowicz M., Strzałkowska A., *Upragniona i nieznośna dorosłość*, Gdańska Fundacja Innowacji Społecznej, Gdańsk 2014.
2. Afari E., Ward G., Khine M. S., *Global self-esteem and self-efficacy correlates: relation of academic achievement and self-esteem among emirati students*, International Education Studies, 2012:5(2), s. 49-57.
3. Block J., Kremen A. M., *IQ and Ego-Resiliency: Conceptual and Empirical Connections and Separateness*, Journal of Personality and Social Psychology, 1996:70(2), s.349–361.
4. Calicchio S., *Albert Bandura i czynnik własnej skuteczności: Podróż w głąb psychologii ludzkiego potencjału poprzez zrozumienie i rozwój poczucia własnej skuteczności i samooceny*. Stefano Calicchio. 2023.
5. Chen G., Gully S. M. & Eden D., *General self-efficacy and self-esteem: Toward theoretical and empirical distinction between correlated self-evaluations*. Journal of Organizational Behavior, The International Journal of Industrial, Occupational and Organizational Psychology and Behavior, 2004:25(3), s. 375-395.
6. Dzwonkowska I., Lachowicz-Tabaczek K., Łaguna M., *Samoocena i Jej Pomiar. Polska adaptacja skali SES M. Rosenberga*. Pracownia Testów Psychologicznych Polskiego Towarzystwa Psychologicznego, Warszawa 2008.
7. Falewicz A., *Prężność osobowości i jej rola w procesach radzenia sobie ze stresem*, Studia Koszalińsko-Kołobrzeskie, 2016 (23), s. 263-275.
8. Frankl V. E., *Wola sensu. Założenia i zastosowanie logoterapii*, Wyd. Czarna Owca, Warszawa 2010.
9. Juros A., *Korelaty osobowościowe poczucia sensu życia*, Roczniki filozoficzne, 1984, s.97-112.
10. Katara G., *Współczesne ujęcia i modele wychowania*, Psychologia wychowawcza, 2019:16, s. 28.
11. Kowalski M., Albański L., *Relacyjny aspekt wychowania w ujęciu Norberta Eliasa*, Studia z Teorii Wychowania, 2022:4(41), s. 81–91.
12. Kukułowicz T., *Alternatywne ujęcia pedagogiki personalistycznej*, [w:] T. Kukułowicz (red.), *Teoria wychowania. Wybrane zagadnienia*, Stalowa Wola 1996, s. 161–165).

13. Leipold B., Greve W., *Resilience: A conceptual bridge between coping and development*, *European Psychologist*, 1009:14(1), s. 40–50.
14. Masłowski A., *Osobowościowe korelaty kryzysu w wartościowaniu*, *Studia z Psychologii w KUL*, 2007:14, s.57-71.
15. Nowak M., „*Wychowalność*” człowieka podstawą sensu i znaczenia wychowania, *Roczniki Nauk Społecznych*, 2002:30, s. 5–20.
16. Ogińska-Bulik N., Juczyński Z., *Prężność u dzieci i młodzieży: charakterystyka i pomiar– polska skala SPP-18*, *Polskie Forum Psychologiczne*, 2011:1, s. 7–28.
17. Ogińska-Bulik N., Zadworna-Cieślak M., *Rola prężności psychicznej w radzeniu sobie ze stresem związanym z egzaminem maturalnym*, *Przegląd Badań Edukacyjnych (Educational Studies Review)*, 2014:2(19), s. 7-24.
18. Popielski K., *Rodzina jako locus sensus*, *Studia Pelplińskie*, 2019:33, s. 511–523.
19. Rosenberg M., *Society and the Adolescent Self-Image*, Princeton University Press, Princeton 1965.
20. Schwarzer R., Jerusalem M., Juczyński Z., *Skala Uogólnionej Własnej Skuteczności*, [w:] Z. Juczyński, *Narzędzia pomiaru w promocji i psychologii zdrowia*, Pracownia Testów Psychologicznych PTP, Warszawa 2001.
21. Southwick S. M., Charney D. S., *Resilience: The science of mastering life's greatest challenges*. Cambridge University Press, Cambridge 2018.
22. Spętana J., *Wychowanie a sens życia. Człowiek w obliczu dylematów egzystencjalnych*, [w:] Oficyna Wydawnicza Impuls, Kraków 2019.
23. Strelau J., Jaworowska A., Wrześniewski K., Szczepaniak P., *Kwestionariusz Radzenia Sobie w Sytuacjach Stresowych CISS*, Pracownia Testów Psychologicznych Polskiego Towarzystwa Psychologicznego, Warszawa 2005, s. 93- 98)..
24. Szabała B., *Poczucie sensu życia w kontekście radzenia sobie w sytuacjach trudnych młodych dorosłych z niepełnosprawnością wzrokową*, *Człowiek–Niepełnosprawność–Społeczeństwo*, 2015:4(30), s.55-72.
25. Ścibor–Rylski M., *Standardowe sposoby tworzenia wskaźników zmiennych*, [w:] S. Bedyńska, M. Cypryńska (red.), *Statystyczny drogowskaz. Praktyczne wprowadzenie do wnioskowania statystycznego*, Wyd. Akademickie Sedno, Warszawa 2013, s. 114–131.
26. Talik E. B., *Martwienie się a strategie radzenia sobie ze stresem u młodzieży. Mediacyjna rola prężności psychicznej*, *Przegląd Psychologiczny*, 2022:65(3), s.43-58.
27. Trzeciecka M., *Poczucie własnej skuteczności w grupie późnych adolescentów w kontekście prężności psychicznej i stylów radzenia sobie ze stresem*, Uniwersytet Jagielloński w Krakowie (niepublikowana praca magisterska, Kraków 2021).
28. Ustawa z dnia 9 czerwca 2011 r. o wspieraniu rodziny i systemie pieczy zastępczej, Dz.U. 2011 nr 149 poz. 887.
29. Warchała A., Krupka-Matuszczyk I., *Konsekwencje utraty sensu życia*, *Czasopismo Psychologiczne*, 2015:21(1), s. 73-80.
30. Wnuk M., *Zaangażowanie w ruch samopomocy a poczucie jakości życia osób uzależnionych od alkoholu. Mediacyjna rola poczucia sensu życia*, *Alkoholizm i Narkomania*, 2006:19(4), s.357-378.
31. Zientek I., *Poczucie własnej skuteczności w wymiarze międzykulturowym: Ocena Skali Samoskuteczności w Karierze Międzynarodowej*, *Czasopismo Psychologiczne*, 2006:12(1), s. 61-71.
32. Zimbardo P., & Formica R., *Emotional comparison and self-esteem as determinants of affiliation*, *Journal of Personality*, 1963:31(2).