



DANUTA BORECKA-BIERNAT

Temperamentalne i rodzinne dyskryminanty unikowego sposobu radzenia sobie młodzieży w trudnych sytuacjach społecznych

Temperamental and family discriminants of avoidive way of coping with difficult social situations of the youth

Abstract: The aim of the research was evaluation of temperamental and family factors in forming strategies of coping with difficult situations of social contact in emotional youth (focused on and revealing avoidive behaviour). For surveying variables one used authorial questionnaire designed for conducting research on coping of youth with difficult situations of social contact (RTSS), the Strelau Temperament Inventory, authorial questionnaire for conducting research on strategies of coping of parents with difficult social situations in perceptions of their adolescent children (RRTSS) and PCR Form III questionnaire compiled by A. Roe, M. Siegelman. Empirical research involved 460 adolescents (246 girls and 214 boys), aged 13—15. Conducted research revealed that the type of nervous system makes for forming avoidive attitude towards difficult situations. Furthermore the pattern of emotional attitudes between parents and their child has significant influence on his or her social development, makes up the demonstration model of community life and serves as a model of working out difficult situations. It was also confirmed that from among family determinants of avoiding-focused strategy it is important to provide adolescents with particular strategy standards on coping of parents with difficult social situations.

Key words: school children temperament, family education, pattern of behaviour connected with a difficult situation, ex post facto procedure.

Wprowadzenie

Sytuacje trudne nie są w życiu człowieka czymś zupełnie wyjątkowym. Przeciwnie, towarzyszą mu od wczesnego dzieciństwa. O sytuacji trudnej możemy mówić wtedy, gdy „układ stosunków między człowiekiem i jego otoczeniem charakteryzuje się brakiem zrównoważenia (odpowiedniości) lub niezgodnością dążeń, wartości, celów a możliwościami realizacyjnymi (kompetencje) lub właściwościami jednostki oraz warunkami jej życia i aktywności (otoczenia)” (por. Tyszkowa, 1978, s. 5). Jak widać, definicja sytuacji trudnej zakłada pewną nierównowagę między wymaganiami otoczenia a możliwościami danej osoby. Środowiskowe wymagania wyczerpują lub przewyższają adaptacyjne możliwości jednostki lub środowiskowe możliwości nie pozwalają zaspokoić indywidualnych potrzeb (por. Tomaszewski, 1984).

Sytuacje trudne mogą mieć zróżnicowaną postać. Spośród wielu możliwych układów na uwagę zasługują społeczne sytuacje trudne. Do tej kategorii zalicza się takie rodzaje społecznej interakcji, w których — jak twierdzi Maria Tyszkowa (1979, s. 211) — „wartości i dążenia jednostki podlegają zagrożeniu lub udaremnieniu przez innych ludzi, przez sam fakt ich obecności bądź też wskutek szczególnych form ich oddziaływania przeciwnego lub tylko niezgodnego z własnymi dążeniami jednostki”. Sytuacje społecznej interakcji, które mają miejsce w czasie społecznej ekspozycji i oceny, sytuacji konfliktu oraz sytuacji nacisku społecznego, przy pewnym układzie i właściwościach jednostki nabierają cech sytuacji zagrożenia, w której — jak pisze Tadeusz Tomaszewski (1984, s. 142) — „zagrożony jest system wartości człowieka lub jakaś pojedyncza wartość wchodząca w skład tego systemu. [...] Działają jakieś czynniki przeciwne czemuś, na czym człowiekowi zależy, sytuacje pod jakimś względem dla człowieka niebezpieczne”. Jak się okazuje, w każdej społecznej sytuacji trudnej ma miejsce zagrożenie, które dotyczy dobrej opinii, społecznej pozycji i możliwości realizacji zamierzeń, jeżeli osoba podlega publicznej krytyce za swoje postępowanie w grupie towarzyskiej, zostanie uwikłana w przedłużający się konflikt z kimś znaczącym, czy też kiedy inni nakazują jej wykonanie nieatrakcyjnych dla niej działań.

W życiu nastolatków szczególnie częste są trudne sytuacje społecznej interakcji zawierające element zagrożenia poczucia bezpieczeństwa, realizacji dążeń czy osiągnięcia celu (zaspokojenia potrzeb). Każdego dnia młodzi ludzie stają wobec konieczności rozwiązania różnorodnych problemów dotyczących np. domu rodzinnego, szkoły, kolegów. Te drobne, ale liczne problemy występujące w relacjach międzyludzkich dla niektórych

osób są szczególnie uciążliwe. Rezultaty badań wskazują, że młodzież za trudne uznaje sytuacje występowania przed audytorium, bycia przedmiotem drwin kolegów czy niespodziewanego sprawdzenia wiadomości i otrzymania oceny niedostatecznej (por. m.in. Krzyśko, 1999; Lohman, Jarvis, 2000; Miłkowska-Olejniczak, 2002). Niewątpliwie odpytywanie ustne przez nauczyciela, ocena pracy ucznia przed całą klasą, wystąpienia publiczne itp. należą do sytuacji ekspozycji społecznej. Z przeglądu materiału empirycznego wynika również, że konflikt z nauczycielem, sprzeczki z kolegami ze szkoły i z sympatią oraz kłótnie z jednym lub z obojgiem rodziców i innymi członkami rodziny stanowią ważne źródło napięć w okresie adolescencji (por. m.in. Jaworski, 2000; Guskowska, Gorący, Rychta-Siedlecka, 2001; Cywińska, 2005). Ponadto szereg badań wskazuje na kolejną ważną grupę trudnych sytuacji społecznych wymienianą przez młodzież — sytuacje, w których musiała ona zrezygnować z ważnych rzeczy wskutek nacisku stwarzanego przez wymagania, żądania i zakazy rodziców, nauczycieli czy kolegów (por. m.in. Guskowska, Gorący, Rychta-Siedlecka, 2001; Sikora, Pisula, 2002).

Sytuacja trudna pobudza młodego człowieka do aktywności ukierunkowanej na odzyskanie równowagi pomiędzy wymaganiami a możliwościami i/lub poprawę stanu emocjonalnego. Aktywność, którą on podejmuje w trudnej sytuacji, rozpatruje się w konkretnym kontekście sytuacyjnym jako strategię radzenia sobie w aktualnej sytuacji trudnej (por. Wrześniewski, 1996). Z przeglądu badań nad sposobami zmagania się z trudnymi sytuacjami społecznymi i z potocznej obserwacji wynika, że dorastająca młodzież dysponuje niemałym repertuarem strategii radzenia sobie w trudnych sytuacjach społecznych (por. m.in. Pisula, Baum, 1992; Kossewska, 1995). Wśród wymienionych przez młodzież strategii radzenia sobie w społecznej sytuacji trudnej można wyróżnić strategię obrony. Forma zachowania obronnego nie jest ukierunkowana na rozwiązanie i przezwyciężenie trudnej sytuacji, pozwala człowiekowi jedynie obniżyć przykre napięcie emocjonalne. Natomiast cel, który jednostka sobie początkowo stawiała, zostaje zastąpiony innym — osiągnięciem dobrego samopoczucia. Dzieje się to poprzez unikanie konfrontacji z problemem (np. podejmowanie absorbujących czynności niezwiązanych z problemem — kino, spacer, porządki czy poszukiwanie kontaktu z innymi ludźmi). Strategia taka nosi nazwę strategii uniku.

Powstaje pytanie o zasadniczym znaczeniu: dlaczego pewne osoby w wieku dorastania w sytuacji trudnej wybierają strategię uniku? W literaturze przedmiotu zarówno teoretycznej, jak i empirycznej istnieją podstawy, by przyjąć, iż znaczącymi czynnikami warunkującymi unikową strategię radzenia sobie w sytuacji trudnej są czynniki biologiczne

i środowiskowe (por. Tyszkowa, 1986; Strelau, 2000; Guszowska, 2006). Można powiedzieć, że strategia uniku ma swoje korzenie w mieszaninie natury i wychowania.

Zdaniem Marii Tyszkowej (1986, s. 94), „typ układu nerwowego i wyższej czynności nerwowej jest istotnym czynnikiem wyznaczającym wrażliwość na bodźce i siłę reakcji, podobnie jak struktura i właściwości funkcjonalne układu nerwowego autonomicznego”. Jak widać, człowiek dziedziczy specyfikę systemu nerwowego, zorganizowanego w taki sposób, iż pewne reakcje występują u niego z większą łatwością niż inne (por. Strelau, 1992). Wybiera taki sposób radzenia sobie z sytuacją stresową, który jest zgodny z jego charakterystyką temperamentalną (por. Jachnis, 2000). Oznacza to, że sposób zmagania się z sytuacjami trudnymi wiąże się z wrodzonymi właściwościami układu nerwowego człowieka.

Z badań przeprowadzonych przez Annę Jachnis (2000) wynika, że cechy temperamentu dotyczące charakterystyki czasowej i energetycznej zachowania, takie jak perseweratywność i reaktywność emocjonalna, wpływają na podjęcie strategii emocjonalno-unikowego radzenia sobie z sytuacją stresową. Trudności z dostosowaniem się do zmian w otoczeniu (wysoka perseweratywność) oraz duża wrażliwość i niska odporność emocjonalna (wysoka reaktywność emocjonalna) to cechy charakteryzujące osoby, które stosują unikowo-emocjonalny sposób radzenia sobie z sytuacją stresową. Sytuacje stresowe wywołują u tych osób podwyższenie poziomu aktywacji i negatywne emocje typu strach, lęk, obawa i niepokój. Tak więc jednostki takie koncentrują się na redukcji swoich emocji negatywnych i unikaniu tego rodzaju sytuacji przez stosowanie unikowo-emocjonalnego sposobu radzenia sobie z sytuacją stresową. Warto dodać, iż wycofujący sposób reagowania na napięcie emocjonalne, powstające w trudnej sytuacji społecznej, jest inercyjną formą nieśmiałości (por. Harwas-Napierała, 1995). Człowiek nie rodzi się nieśmiały, może posiadać wrodzone predyspozycje do nieśmiałości (Zinczuk, 2003). Takie ujęcie przyczyn nieśmiałości zwraca uwagę na rolę indywidualnych własności systemu nerwowego w kształtowaniu tej cechy. W literaturze dotyczącej związku temperamentu z nieśmiałością wskazuje się na słaby układ nerwowy (słabość procesów pobudzania i hamowania), szybką męczliwość tkanki nerwowej, brak odporności na silne bodźce i wysoką reaktywność (por. Cheek, Buss, 1981). Z kolei wyniki badań Barbary Harwas-Napierały (1995) ukazują, że żaden typ układu nerwowego nie jest jedynym wyznacznikiem nieśmiałości, jakkolwiek jedne są bardziej, inne mniej podatnym podłożem jej kształtowania. Obok słabego, silny zrównoważony powolny typ układu nerwowego stanowi korzystną podstawę do formowania się nieśmiałości. Najmniej podatne

podłoże kształtowania się nieśmiałości stanowił układ nerwowy silny i nie zrównoważony z przewagą procesu pobudzenia. Zatem jednostki, które charakteryzują się słabością procesów pobudzania i hamowania, są nieodporne na silne bodźce, łatwo załamują się pod wpływem przeciwności życiowych, w każdym zjawisku dopatrują się czegoś dla siebie niekorzystnego, mają tendencję do ucieczki i unikania sytuacji lub osób powodujących poczucie zagrożenia. Są bierne, często zahamowane, lękliwe, wykazują skłonność do samotności, charakteryzuje je odruch bierno-obronny (por. Harwas-Napierała, 1995; Kulik, Szewczyk, 2003).

Jak pisze Maria Tyszkowa (1986), nawyk radzenia sobie z trudnościami dziecko przyswaja sobie w określonych warunkach wychowawczych. Warunki te wyznaczone są w znacznej mierze przez postawy wychowawcze rodziców. Przedstawione w literaturze rezultaty badań wskazują, że nieprawidłowe rodzicielskie postawy sprzyjają kształtowaniu obronnej formy reagowania na sytuacje trudne, tj. nawyku wycofania się i unikania sytuacji trudnych (por. m.in. Płopa, 1983; Januszewska, 2001). Te postawy to:

1. Nadmierny dystans uczuciowy (postawa unikania, odtrącania dziecka) przejawiający się w niechęci wobec dziecka, lekceważeniu jego potrzeb. Dziecko nie doświadcza w swoim rozwoju ontogenetycznym otwartych, ciepłych relacji z osobami znaczącymi. Odrzucenie przez rodziców wywołuje u dziecka stan silnego lęku, niepokoju, zredukowanego przez wycofanie się, bierność, apatię. Należy nadmienić, iż sposób reakcji dziecka na odrzucenie zależy m.in. od wzorów i norm funkcjonujących w rodzinie. Zatem przy braku satysfakcjonującej więzi z matką, dziecko określa otoczenie i świat jako nieprzyjazny, zagrażający, niebudzący zaufania, co skłania je do koncentracji na sobie, gotowości obrony siebie i reagowania na doznawane frustracje m.in. nastawieniem na obronę własnego „ja”.

2. Postawa nadmiernie wymagająca, której objawem osiowym jest naginanie dziecka do ideału funkcjonującego w wyobrazeniach rodziców i nieliczenie się z możliwościami rozwojowymi dziecka. Na postawę tę składa się ograniczanie prawa dziecka do samodzielności i do rozwoju zainteresowań indywidualnych. Oczywiście dziecko nie jest w stanie sprostać stale rosnącym wymaganiom rodziców i w konsekwencji podlega surowym karom. Doświadczane frustracje z powodu stawianych surowych wymagań ze strony rodziców powodują u dziecka pojawienie się zachowań obronnych w postaci lęku, wycofania się i uległości. W sytuacji trudnej ma ono mniejszą zdolność do właściwej oceny sytuacji i jest mało skuteczne w radzeniu sobie z problemami.

3. Postawa nadmiernego ochraniania, w której nieustanna pomoc rodzica jest odczytana przez dziecko jako komunikat: „nie jesteś w stanie”, „nie potrafisz samodzielnie”. Na zewnątrz tworzy się jego obraz jako co-

raz bardziej bezradnego, biernego, izolującego się, uciekającego od działań społecznych. Ochraniający rodzice poprzez nagradzanie zachowań zależnych, uległych utrudniają dziecku zdobycie umiejętności samodzielnego radzenia sobie w różnych kontekstach społecznych oraz sprzyjają kształtowaniu się u niego niskiej tolerancji na frustrację. Ogólnie nadmierna opiekuńczość rodziców najczęściej powoduje opóźnienie dojrzałości społecznej, zależność od innych, bierność.

Dla kształtowania się określonego nawyku zachowania wobec trudności duże znaczenie ma nie tylko to, co stwarza warunki zdobywania doświadczeń w działaniu i ich właściwej organizacji, ale również wzory sposobów reagowania na trudności. Maria Tyszkowa (1972) uznała, iż główne wzory reagowania na trudności dziecko znajduje w zachowaniu się rodziców w sytuacjach napięć emocjonalnych oraz w ich ustosunkowaniu się do trudności i niepowodzeń dziecka w działaniu. Rezultaty badań uzyskane m.in. przez Teresę Rostowską (1997), Philipa Zimbardo (2002), Hannę Liberską (2002) wykazały, iż strategii obrony w radzeniu sobie w sytuacjach trudnych człowiek uczy się przez obserwację, naśladowanie modeli takich właśnie zachowań (wzorców identyfikacyjnych) z najbliższego otoczenia. Środowiskiem stwarzającym naturalne warunki sprzyjające uczeniu się sposobów reagowania w odpowiedzi na sytuacje trudne jest rodzina, a rodzice są dla dziecka najczęściej pierwszymi modelami określonych strategii radzenia sobie z trudnościami. Wynikiem procesu uczenia się społecznego i wzorowania się na rodzicach są takie formy reagowania na sytuacje trudne, które koncentrują się na wycofaniu się z sytuacji trudnej i rezygnacji z realizacji dążenia do celu pod wpływem trudności w działaniu. Istnieją podstawy, by przypuszczać, iż „tendencja do unikania społecznych interakcji i do niepowodzeń we właściwym uczestniczeniu w tych interakcjach”, określana przez niektórych badaczy jako nieśmiałość, często charakteryzuje dzieci, których rodzice w ich percepcji także są nieśmiali (por. Pilkonis, 1977, s. 596; Zimbardo, 2002). Jak wynika z badań relacjonowanych przez Barbarę Harwas-Napierałę (1995) czy Philipa Zimbardo (2002), wycofanie się z kontaktów interpersonalnych jest u dzieci w dużym stopniu zdeterminowane społecznie, a jednym ze źródeł wycofania się jest oddziaływanie rodziców — modeli, również charakteryzujących się wycofaniem się z sytuacji społecznych interakcji. Nawet potoczna obserwacja zdaje się potwierdzać wyniki badań, iż często nieśmiałe dzieci mają nieśmiałych rodziców. Dziecko, obserwując rodziców mających trudności w nawiązywaniu i podtrzymywaniu kontaktów społecznych, także podczas trwania tych kontaktów (co jest jednym z charakterystycznych symptomów nieśmiałości), zaczyna samo wzorować się na nich i naśladować ich sposób postępowania.

Problem badawczy

Badania empiryczne skupione są wokół dwóch problemów:

1. Osobowościowe uwarunkowania strategii obrony w postaci unikania konfrontacji z problemem stosowane przez młodzież w trudnych sytuacjach społecznych, ze szczególnym zwróceniem uwagi na rolę temperamentu.

2. Rola rodzinnych czynników w kształtowaniu unikowej strategii wykorzystywanej w trudnych sytuacjach społecznych przez młodzież, m.in. rola postaw rodzicielskich oraz modelującego wpływu rodziców.

W ramach przedstawionego problemu sformułowano dwa pytania badawcze:

1. Jaki zespół cech temperamentu różnicuje poziom unikowej strategii radzenia sobie stosowanej przez młodzież w trudnych sytuacjach społecznych?

2. Jaki zespół zmiennych rodzinnych różnicuje poziom unikowej strategii radzenia sobie stosowanej przez młodzież w trudnych sytuacjach społecznych?

Metoda

W badaniach posłużono się autorskim kwestionariuszem do badania radzenia sobie młodzieży w trudnych sytuacjach kontaktu społecznego (RTSS) (por. Borecka-Biernat, 2003), Kwestionariuszem Temperamentu PTS Jana Strelaua i Bogdana Zawadzkiego (1998), kwestionariuszem PCR forma III Roe-Siegelman do badania percepcji postaw rodzicielskich (w przykładzie: Kowalski, 1984) oraz autorskim kwestionariuszem do badania strategii radzenia sobie rodziców w trudnej sytuacji społecznej (RRTSS) (por. Borecka-Biernat, 2004).

Kwestionariusz autorski RTSS przeznaczony jest do badania strategii radzenia sobie w społecznej sytuacji trudnej podejmowanej przez młodzież w średnim wieku szkolnym. Składa się z opisu 30 trudnych sytuacji kontaktu społecznego. Do każdej sytuacji podano 3 zachowania wyrażające radzenie sobie z sytuacją trudną: pierwsze odnosi się do radzenia agresywnego, drugie — do radzenia unikowego, a trzecie — do zadaniowego radzenia sobie w sytuacji trudnej.

Kwestionariusz Temperamentu PTS Jana Strelaua i Bogdana Zawadzkiego służy do pomiaru podstawowych cech układu nerwowego

(temperamentu). Kwestionariusz składa się z 57 pytań, po 19 dla każdej z trzech skal temperamentu: siła procesu pobudzenia (SPP), siła procesu hamowania (SPH) i ruchliwość procesów nerwowych (RPN), z czterostopniową skalą odpowiedzi: „zdecydowanie się zgadzam”, „raczej się zgadzam”, „raczej się nie zgadzam”, „zdecydowanie się nie zgadzam”. PTS nie posiada odrębnej skali mierzącej równowagę procesów nerwowych (RWN). Ponieważ liczba pozycji w skalach SPP i SPH jest identyczna, równowagę procesów nerwowych (RWN) można ocenić jedynie przez porównanie SPP z SPH. RWN jest więc cechą wtórną, jej ocena wynika z relacji SPP do SPH. Pytania zawarte w PTS odnoszą się do różnych zachowań w rozmaitych codziennych sytuacjach życiowych, zachowań będących przejawem określonych cech układu nerwowego (temperamentu). Sytuacje i zachowania typowe dla tych cech zostały dobrane na podstawie analizy teoretycznych przesłanek leżących u podstaw typologii Iwana Pawłowa i wyników badań uzyskanych w jego laboratorium.

Forma III kwestionariusza PCR służy do pomiaru postaw rodziców wobec dzieci. Postawy rodzicielskie poznawane są w percepcji córek i synów. Narzędzie autorstwa Anne Roe i Marvina Siegelmana zawiera po 50 twierdzeń zarówno dla wersji *Moja matka*, jak i dla wersji *Mój ojciec*. Kwestionariusz składa się z pięciu skal, każda zawiera po 10 stwierdzeń i opisuje pięć postaw rodzicielskich. Są to: postawa kochająca, postawa liberalna, postawa ochraniająca, postawa odrzucająca i postawa wymagająca.

Kwestionariusz RRTSS służy do pomiaru strategii radzenia sobie rodziców w sytuacji trudnej. Strategie radzenia sobie rodziców poznawane są w percepcji córek i synów. Narzędzie (mojego autorstwa) zawiera po 36 twierdzeń zarówno dla wersji *Moja matka*, jak i dla wersji *Mój ojciec*. Składa się z trzech skal, każda zawiera po 12 stwierdzeń i opisuje trzy zachowania wyrażające radzenie sobie rodziców z sytuacją trudną. Są to: agresywne radzenie sobie (A), unikowe radzenie sobie (U) i zadaniowe radzenie sobie (Z) z sytuacją trudną.

Próba osób badanych

Badania empiryczne przeprowadzono w szkołach gimnazjalnych we Wrocławiu i w okolicznych miejscowościach. Objęły one młodzież klas pierwszych i drugich w wieku 13–15 lat. Badania odbywały się w dwóch etapach. Pierwszy etap miał na celu wyselekcjonowanie do dalszych ba-

dań osób o wysokim i niskim poziomie uniku jako strategii radzenia sobie w trudnych sytuacjach społecznych. Celem tego etapu było stworzenie bazy do badań właściwych. W badaniach wstępnych, obejmujących wszystkich uczniów w klasie, zastosowano kwestionariusz do badania radzenia sobie młodzieży w trudnych sytuacjach kontaktu społecznego (RTSS) w opracowaniu własnym. W tej fazie badań wzięło udział 780 uczniów (376 dziewczynek, 404 chłopców).

Następnie przystąpiono do drugiego etapu badań, obejmującego osoby zaklasyfikowane do grupy kryterialnej (WSU) i kontrolnej (NSU). Do grupy WSU ($N = 186$) zaliczono te osoby, które na podstawie własnej opinii o sobie charakteryzują się w trudnej sytuacji społecznej wysokim poziomem uniku jako strategii radzenia sobie w trudnych sytuacjach społecznych (89 dziewczynek, 97 chłopców), a do grupy NSU ($N = 274$) te osoby, które — w ich opinii — cechuje niski poziom uniku jako strategii (157 dziewczynek, 117 chłopców). Drugi etap badań polegał na zbieraniu od wyselekcjonowanych osób badanych materiału potrzebnego do uzyskania odpowiedzi na sformułowane problemy badawcze. Zastosowano wówczas następujące narzędzia badawcze: kwestionariusz stosunków między rodzicami a dziećmi PCR forma III Anne Roe i Marvina Siegelmana i kwestionariusz radzenia sobie rodziców w trudnych sytuacjach społecznych w percepcji dziecka (RRTSS) w opracowaniu własnym.

Analiza wyników badań

Celem ustalenia temperamentalnych dyskryminant uniku (o wysokim i niskim poziomie) jako strategii radzenia sobie młodzieży w społecznych sytuacjach trudnych przy uwzględnieniu wyników w czterech skalach kwestionariusza PTS: siła procesów pobudzenia (SPP), siła procesów hamowania (SPH), ruchliwość procesów nerwowych (RPN) i równowaga procesów nerwowych (RWN), zastosowano analizę dyskryminacyjną. Temperamentalne dyskryminanty jako wskaźniki prognozy, określone spośród czterech zmiennych temperamentalnych, dostarczają podstaw (w określonym wymiarze) do trafnego przewidywania przynależności badanych do jednej z dwu wyodrębnionych grup (por. Brzeziński, 1984). W niniejszych badaniach są to grupy młodzieży o wysokim i niskim poziomie strategii uniku w trudnych sytuacjach społecznych. Podział uwzględnia płeć badanych.

Przedstawione zostaną dane dotyczące młodzieży, która w radzeniu sobie w trudnych sytuacjach społecznych stosuje strategię uniku na po-

ziomie wysokim, oraz młodzieży, która w radzeniu sobie stosuje strategię uniku na niskim poziomie (zob. tabela 1).

Tabela 1

Zmienne temperamentalne wyodrębnione jako dyskryminanty różnicujące pomiędzy młodzieżą o wysokim (WSU) i niskim (NSU) poziomie uniku jako strategii radzenia sobie w trudnych sytuacjach społecznych z uwzględnieniem płci

Osoby badane	Dyskryminanty	Lambda Wilksa	F usunięcia	Poziom p	1-tolerancja (R^2)
Lambda Wilksa: 0,93; przybl. $F(3,454) = 10,85$; $p < 0,0001$					
Dziewczęta i chłopcy ($N = 460$)	SPP	0,94	3,92	0,05	0,28
	SPH	0,94	5,04	0,03	0,09
	RPN	0,96	12,82	0,0004	0,28
Lambda Wilksa: 0,95; $F(1,243) = 11,79$; $p < 0,0007$					
Dziewczęta ($N = 246$)	RPN	0,95	11,79	0,0007	0,01
Lambda Wilksa: 0,92; $F(2,209) = 5,83$; $p < 0,0008$					
Chłopcy ($N = 214$)	SPP	0,94	4,07	0,05	0,28
	SPH	0,94	3,59	0,05	0,09
	RPN	0,94	4,13	0,04	0,29

SPP — siła procesów pobudzenia; **SPH** — siła procesów hamowania; **RPN** — ruchliwość procesów nerwowych.

Do równania dyskryminacyjnego zostały włączone trzy cechy temperamentalne (spośród czterech), różnicujące w łącznym działaniu młodzieży o wysokim poziomie strategii uniku radzenia sobie od młodzieży o niskim poziomie strategii uniku radzenia sobie. Są to następujące dyskryminanty: siła procesów pobudzenia (SPP), siła procesów hamowania (SPH) i ruchliwość procesów nerwowych (RPN) (zob. tabela 1). Konfiguracja wyników: niska gotowość do podejmowania aktywności w warunkach silnie stymulujących, łatwość powstrzymywania się od wykonywania działań, przerywania czy odraczania w czasie wykonywania działań, kiedy zachodzi taka potrzeba, oraz brak szybkiego i adekwatnego reagowania na nieoczekiwane zmiany w otoczeniu fizycznym i społecznym, decyduje w istotnym stopniu o przynależności do grupy tych dorastających osób, które w sytuacjach trudnych stosują strategię uniku na poziomie wysokim. Natomiast skłonność do podejmowania aktywności w warunkach silnie stymulujących, brak powstrzymywania się od działań, odraczania czy przerywania czynności, kiedy zachodzi taka potrzeba, oraz zdolność do szybkiej zmiany zachowania adekwatnie do zmian w otoczeniu decyduje o przynależności do grupy tych młodych

osób, które w radzeniu sobie w trudnych sytuacjach stosują strategię uniku na poziomie niskim.

Trzy zmienne, które weszły do równania dyskryminacyjnego, wyjaśniają łącznie 7% zmienności. Łączna moc wyodrębnionych temperamentalnych dyskryminant warunkujących trafne przewidywanie przynależności osób badanych do grupy o wysokim i niskim poziomie strategii uniku radzenia sobie w trudnych sytuacjach społecznych wynosi 63,1%. Trafność zaliczenia młodzieży do grupy o wysokim poziomie strategii uniku radzenia sobie wynosi 32,8%, a do grupy o niskim poziomie strategii uniku radzenia sobie — 83,82%.

Ponadto przeprowadzono oddzielnie analizy dyskryminacyjne na zmiennych temperamentalnych dla grup wydzielonych z uwagi na płeć (tabela 1). Analiza dyskryminacyjna wszystkich czterech cech temperamentalnych z uwzględnieniem podziału dziewcząt na dwie grupy pozwoliła na wyodrębnienie jednej dyskryminanty: ruchliwości procesów nerwowych (RPN). Parametry równania dyskryminacyjnego: brak zdolności do szybkiej zmiany zachowania adekwatnie do zmian w otoczeniu, wolna adaptacja do nowego otoczenia fizycznego i społecznego oraz niepreferowanie sytuacji, w której wymaga się wykonywania różnych czynności jednocześnie — decydują o tym, czy u badanej dziewczynki w radzeniu sobie w trudnej sytuacji społecznej będzie występować strategia uniku na wysokim poziomie. Natomiast zdolność do szybkiej zmiany zachowania adekwatnie do zmian w otoczeniu, umiejętność funkcjonowania w warunkach, które wymagają zmiennych sposobów reagowania, szybka adaptacja do nowego otoczenia fizycznego i społecznego, łatwość przechodzenia od jednej czynności do drugiej oraz skłonność do poszukiwania doznań decydują w istotny sposób o przynależności dziewczynki do grupy tych osób, u których w radzeniu sobie w trudnych sytuacjach społecznych należy się liczyć z tendencją do stosowania strategii uniku na poziomie niskim.

Ta jedna zmienna zamieszczona w tabeli 1 wyjaśnia łącznie 5% wariancji. Trafność przyporządkowania poszczególnych dziewcząt do grupy o wysokim i niskim poziomie strategii uniku radzenia sobie w trudnych sytuacjach społecznych wynosi 64,9%, przy czym większa jest trafność kwalifikowania dziewcząt do grupy o strategii uniku na poziomie niskim (92,95%) niż do grupy dziewcząt o strategii uniku na poziomie wysokim (15,73%).

Zobaczmy teraz, jakie zmienne wejdą do równania różnicującego chłopców, którzy w radzeniu sobie w trudnych sytuacjach społecznych stosują strategię uniku na wysokim i niskim poziomie. Dane zawarte w tabeli 1 pozwolą odpowiedzieć na to pytanie. Spośród czterech cech temperamentalnych trzy weszły do równania dyskryminacyjnego: siła

procesów pobudzenia (SPP), siła procesów hamowania (SPH) i ruchliwość procesów nerwowych (RPN).

Parametry równania dyskryminacyjnego: mniejsza skłonność do podejmowania aktywności w warunkach silnie stymulujących, mała efektywność działania w sytuacji o dużej wartości stymulacyjnej, łatwość do powstrzymywania się od zachowań zgodnych z oczekiwaniami społecznymi oraz odraczania wykonywania zadań czy przerywania czynności, kiedy zachodzi taka potrzeba, i brak zdolności do szybkiej zmiany zachowania adekwatnie do zmian w otoczeniu — decydują o tym, czy u badanego chłopca w radzeniu sobie w trudnych sytuacjach społecznych będzie występować strategia uniku na poziomie wysokim.

Konfiguracja wyników: skłonność do podejmowania aktywności w warunkach silnie stymulujących, duża efektywność działania w sytuacji zagrożenia, nieumiejętność powstrzymywania się od wykonywania działania, odraczania czy przerywania rozpoczętej czynności oraz zdolność do szybkiego i adekwatnego reagowania odpowiednio do zmieniających się warunków — decyduje o tym, czy u badanego chłopca w radzeniu sobie w trudnych sytuacjach społecznych będzie występować strategia uniku na niskim poziomie.

Trzy zmienne, które weszły do równania dyskryminacyjnego, wyjaśniają łącznie 8% zmienności. Trafność przyporządkowania poszczególnych chłopców do grupy o wysokim i niskim poziomie strategii uniku radzenia sobie w trudnych sytuacjach społecznych wynosi 60,09%. Trafność zaliczania chłopców do strategii uniku na poziomie wysokim wynosi 46,39%, a do strategii uniku na poziomie niskim — 71,55%.

Zamiarem przedsięwzięcia badawczego było również ustalenie optymalnego zespołu zmiennych rodzinnych, który najlepiej różnicuje poziom stosowanej przez młodzież w trudnych sytuacjach społecznych strategii uniku. W celu ustalenia rodzinnych dyskryminant uniku (o wysokim i niskim poziomie) jako strategii radzenia sobie młodzieży w społecznych sytuacjach trudnych przy uwzględnieniu wyników w pięciu skalach kwestionariusza PCR w wersji *Moja matka* i *Mój ojciec*: postawa kochająca (L), postawa odrzucająca (R), postawa wymagająca (D), postawa liberalna (C) i postawa ochraniająca (A), oraz wyników w trzech skalach kwestionariusza RRTSS w wersji *Moja matka* i *Mój ojciec*: agresywne radzenie sobie w trudnych sytuacjach społecznych (strategia A), unikowe radzenie sobie w trudnych sytuacjach społecznych (strategia U) i zadaniowe radzenie sobie w trudnych sytuacjach społecznych (strategia Z), zastosowano analizę dyskryminacyjną. Rodzinne dyskryminanty jako wskaźniki prognozy, określone spośród szesnastu zmiennych rodzinnych, dostarczają podstaw (w określonym wymiarze) do trafnego przewidywania przynależności badanych do jednej z dwu wyodrębnionych grup (por. Brzeziń-

ski, 1984). W niniejszych badaniach są to grupy młodzieży o wysokim i niskim poziomie strategii uniku w trudnych sytuacjach społecznych z uwzględnieniem płci.

Przedstawione zostaną teraz dane dotyczące młodzieży (bez podziału według płci), która w radzeniu sobie w trudnych sytuacjach społecznych stosuje strategię uniku o poziomie wysokim, oraz młodzieży, która w radzeniu sobie stosuje strategię uniku o niskim poziomie (zob. tabela 2). Do równania dyskryminacyjnego zostały włączone cztery zmienne rodzinne (spośród szesnastu), różnicujące w łącznym działaniu młodzież o wysokim poziomie strategii uniku radzenia sobie od młodzieży o niskim poziomie strategii uniku radzenia sobie. Są to następujące dyskryminanty: postawa kochająca (L) spostrzegana u matki, postawa ochraniająca (A) i liberalna (C) spostrzegane u ojca oraz percypowana przez młodzież zadaniowa strategia radzenia sobie ojca (strategia Z) (zob. tabela 2).

Tabela 2

Zmienne rodzinne wyodrębnione jako dyskryminanty różnicujące pomiędzy młodzieżą o wysokim (WSU) i niskim (NSU) poziomie uniku jako strategii radzenia sobie w trudnych sytuacjach społecznych z uwzględnieniem płci

Osoby badane	Dyskryminanty	Lambda Wilksa	F usunięcia	Poziom p	1-tolerancja (R^2)
Lambda Wilksa: 0,92; przybl. $F(4,455) = 10,20$; $p < 0,0001$					
Dziewczęta i chłopcy ($N = 460$)	L matki	0,95	15,15	0,0001	0,08
	A ojca	0,93	5,97	0,02	0,25
	C ojca	0,93	5,88	0,02	0,22
	strategia Z ojca	0,93	6,77	0,01	0,06
Lambda Wilksa: 0,92; $F(2,243) = 10,44$; $p < 0,0001$					
Dziewczęta ($N = 246$)	L matki	0,96	10,33	0,002	0,02
	strategia Z ojca	0,95	6,60	0,01	0,02
Lambda Wilksa: 0,92; $F(2,211) = 8,40$; $p < 0,0003$					
Chłopcy ($N = 214$)	L ojciec	0,94	3,00	0,05	0,25
	A ojciec	0,95	4,98	0,03	0,25

L — postawa kochająca, A — postawa ochraniająca, C — postawa liberalna, Z — zadaniowe radzenie sobie w trudnych sytuacjach społecznych

Następująca konstelacja rodzinnych dyskryminant: matka nie-
stwarzająca ciepłego klimatu miłości, niewchodząca w pozytywne re-

lacje ze swoim dorastającym dzieckiem oraz ojciec, który nie zapobiega możliwym niebezpieczeństwom, na jakie dziecko mogłoby natrafić, i nie usuwa z jego doświadczenia rozczarowania, krzywdy i niepokoju oraz nie poświęca mu wiele uwagi, unika z nim kontaktu i nie interesuje się jego sprawami, nie stosuje też strategii opartej na zadaniu w sytuacjach trudnych — decyduje o tym, czy u badanego dziecka w radzeniu sobie w trudnych sytuacjach społecznych będzie występowała strategia uniku na wysokim poziomie. Układ wyników: matka dziecka dorastającego, która nawiązuje z nim kontakt oparty na wzajemnej sympatii i zrozumieniu, oraz ojciec, który otacza go troskliwą opieką, ale widzi w nim wzrastającą odrębną jednostkę z własnym życiem i potrzebami, a także sam stosuje strategię zadaniową w okresie zmagania się z sytuacją trudną — decydują w istotnym stopniu o przynależności dziecka do grupy tych osób, które w radzeniu sobie w trudnych dla siebie sytuacjach będą stosować na niskim poziomie strategię uniku.

Cztery zmienne, które weszły do równania dyskryminacyjnego, wyjaśniają łącznie 8% zmienności. Łączna moc wyodrębnionych rodzinnych dyskryminant warunkujących trafne przewidywanie przynależności osób badanych do grupy o wysokim i niskim poziomie strategii uniku radzenia sobie w trudnych sytuacjach społecznych wynosi 63,7%. Trafność zaliczania młodzieży do grupy o wysokim poziomie strategii uniku radzenia sobie wynosi 33,33%, a do grupy o niskim poziomie strategii uniku radzenia sobie — 84,31%.

Ponadto przeprowadzono oddzielnie analizy dyskryminacyjne na zmiennych rodzinnych dla grup wydzielonych z uwagi na płeć (zob. tabela 2). Analiza dyskryminacyjna wszystkich szesnastu zmiennych rodzinnych z uwzględnieniem podziału dziewcząt na dwie grupy pozwoliła na wyodrębnienie dwóch dyskryminant: postawa kochająca (L) spostrzegana u matki oraz zadaniowa strategia radzenia sobie ojca (Z) percypowana przez córki.

Parametry równania dyskryminacyjnego: matka, która nie stwarza ciepłego klimatu miłości, nie wchodzi w pozytywne relacje ze swoją dorastającą córką, oraz ojciec, który nie ma zadaniowego nastawienia do problemu — decydują o tym, czy u badanej dziewczynki w radzeniu sobie w trudnej sytuacji społecznej będzie występować strategia uniku na wysokim poziomie.

Konfiguracja wyników: matka, która zapewnia córce akceptację, ciepło uczuciowe, i ojciec, który w radzeniu sobie w trudnych sytuacjach wykorzystuje strategię zadaniową, koncentruje się na rozwiązaniu problemu — decydują w istotny sposób o przynależności córki do grupy tych osób, u których w radzeniu sobie w trudnych sytuacjach społecz-

nych należy się liczyć z wyraźną tendencją do stosowania strategii unikowej o niskim nasileniu.

Te dwie zmienne, które weszły do równania dyskryminacyjnego, wyjaśniają łącznie 8% zmienności. Na podstawie wskazanych dwóch dyskryminant można trafnie określić przynależność jednostki bądź do jednej, bądź do drugiej grupy — 66,26% badanych dziewcząt. Trafność zaliczania dziewcząt do grupy o wysokim poziomie strategii uniku radzenia sobie wynosi 25,84%, a do grupy o niskim poziomie strategii uniku radzenia sobie — 89,17%.

Nasuwa się pytanie, które ze zmiennych rodzinnych wejdą do równania różnicującego chłopców stosujących w radzeniu sobie w trudnych sytuacjach społecznych strategię uniku o poziomie wysokim z chłopcami wykorzystującymi strategię uniku o poziomie niskim. Dane zawarte w tabeli 2 pozwolą na udzielenie odpowiedzi na to pytanie. Przeprowadzona analiza dyskryminacyjna wszystkich szesnastu zmiennych rodzinnych z podziałem chłopców na dwie grupy pozwoliła na wyodrębnienie dwóch dyskryminant: postawa kochająca (L) i ochraniająca (A) spostrzegana u ojca. Następująca konstelacja rodzinnych dyskryminant: ojciec, który nie okazuje ciepła, nie wchodzi w pozytywne relacje ze swoim dorastającym synem, a jednocześnie nie broni go przed kłopotami i nie wyręcza z niewygodnych, trudnych sytuacji, a także nie stara się usuwać z doświadczenia dziecka rozczarowania, krzywdy — decyduje o przynależności chłopca do grupy tych osób, u których w radzeniu sobie w trudnych sytuacjach społecznych należy się liczyć ze stosowaniem strategii uniku o wysokim poziomie.

Natomiast konfiguracja wyników: ojciec, który nie ukrywa pozytywnych uczuć, wchodzi w życzliwe relacje emocjonalne ze swoim synem, jest otwarty i zaangażowany (jednak bez nadmiernej ingerencji) w jego sprawy, wyraża zachętę do samodzielnego podejmowania decyzji i radzenia sobie w różnych kontekstach społecznych — decyduje o tym, że u syna w radzeniu sobie w trudnych sytuacjach społecznych będzie występowało niskie nasilenie strategii uniku.

Te dwa składniki równania dyskryminacyjnego wyjaśniają łącznie 8% zmienności. Łączna moc wyodrębnionych dwóch dyskryminant warunkujących trafne przewidywanie przynależności jednostki bądź do jednej, bądź do drugiej grupy wynosi 60,28% badanych chłopców. Trafność kwalifikowania chłopców do grupy o wysokim poziomie strategii uniku radzenia sobie wynosi 43,3%, a do grupy o niskim poziomie strategii uniku radzenia sobie — 74,36%.

Opierając się na przedstawionych wynikach, można stwierdzić, że rolę dyskryminant, na podstawie których daje się trafnie przewidzieć strategię uniku (o wysokim i niskim poziomie) radzenia sobie młodzieży

dorastającej w trudnych sytuacjach społecznych, pełni zespół określonych zmiennych rodzinnych: spostrzegane przez dorastającą młodzież postawy wychowawcze rodziców — postawa kochająca matki, postawa kochająca, ochraniająca i liberalna ojca oraz percypowana przez młodzież zadaniowa strategia radzenia sobie ojca w społecznych sytuacjach trudnych.

Podsumowanie wyników badań

Trudna sytuacja społeczna pobudza człowieka do aktywności ukierunkowanej na przywrócenie równowagi pomiędzy wymaganiami a możliwościami przystosowawczymi, uniknięcie lub zminimalizowanie strat, napięć, niekorzystnych skutków (por. Tomaszewski, 1982). Aktywność, którą człowiek podejmuje w trudnej sytuacji społecznej, rozpatruje się w konkretnym kontekście sytuacyjnym jako strategię radzenia sobie w aktualnej sytuacji trudnej (por. Wrześniewski, 1996). Przedstawione badania są próbą uzyskania odpowiedzi na pytanie, jakie są temperamentalne i rodzinne determinanty zróżnicowania poziomu unikowej strategii radzenia sobie w trudnych sytuacjach społecznych.

Analiza wyników badań ujawniła, iż niska gotowość do podejmowania i kontynuowania aktywności w warunkach silnego napięcia emocjonalnego oraz obniżenie efektywności działań w tych warunkach czy brak szybkiego i adekwatnego reagowania na nieoczekiwane zmiany w otoczeniu fizycznym i społecznym sprzyja nasileniu strategii unikowej radzenia sobie młodzieży, szczególnie chłopców, w trudnych sytuacjach społecznych. Należy też odnotować, że szczególnie dziewczęta stosujące nasiloną strategię uniku radzenia sobie w społecznych sytuacjach trudnych charakteryzuje wzmożona kontrola zachowania. Posiadają one zdolność powstrzymania się od zachowań niezgodnych z oczekiwaniami społecznymi oraz odraczania wykonywania zadań, jeżeli taka zwłoka jest pożądana. Dziewczęta te w razie potrzeby potrafią przerwać już rozpoczętą czynność. Poglądy te wydają się potwierdzać wyniki badań przeprowadzonych przez Annę Jachnis (2000).

Badania wykazały także, iż wysoki poziom unikowego sposobu reagowania na napięcie emocjonalne powstające w sytuacji trudnej kształtuje się w sytuacji wychowawczej, którą charakteryzuje deprywacja potrzeb emocjonalnych, ubóstwo uczuć pozytywnych między rodzicami a dzieckiem dorastającym (dla całej grupy oraz ze względu na płeć) czy wręcz „chłód” uczuciowy. Relacje dziewcząt i chłopców z rodzicami w badanej

grupie wskazują na to, iż rodzice unikają swoich dzieci. Kontakt z dzieckiem sprawia im przykrość, dlatego zaniedbują je, a nawet wykluczają, uważając za ciężkie do zniesienia. Ojciec nie stara się obronić dziecka, szczególnie syna, przed kłopotami, krzywdą czy wręcz wyręczyć z niewygodnych, trudnych sytuacji. Trzeba zauważyć, że dziecko nie doznaje troski macierzyńskiej i ojcowskiej oraz zainteresowania jego sprawami i poczynaniami. W relacjach z rodzicami towarzyszy mu poczucie izolacji i osamotnienia (por. Zaborowski, 1979; Borecka-Biernat, 2001). Okazuje się bowiem, że im większa deprywacja potrzeby więzi społeczno-emocjonalnej spowodowana nieprawidłowymi relacjami z rodzicami, tym większa skłonność u dziecka do wycofywania się z trudnych sytuacji społecznych. Wycofując się z relacji z rodzicami czy rówieśnikami, dorastający nastawia się na zwalczanie przykrych emocji lub na dystansowanie się od przeżywanego dyskomfortu psychicznego (por. Radziwiłłowicz et al., 2005). Należy także odnotować, iż w badanej grupie adolescentów, szczególnie u dziewcząt, istotne znaczenie w kształtowaniu unikowej strategii radzenia sobie na poziomie wysokim ma mała aktywność ojca w poszukiwaniu rozwiązania problemu przy jednoczesnym częstym odsuwaniu od siebie problemu poprzez angażowanie się w czynności zastępcze czy poszukiwanie kontaktu z innymi ludźmi. Warto zwrócić uwagę na preferencje oddziaływań sprzyjających strategii uniku radzenia sobie dziewcząt w wieku dorastania przez rodzica odmiennej płci. Świadczy to o tym, że na wysoki poziom unikowego radzenia sobie w trudnych sytuacjach społecznych wpływają przede wszystkim cechy osobowe tego z rodziców, z którym się dziecko utożsamia, nie zaś zgodność płci przedmiotu i podmiotu interakcji (por. Rychlak, Legerski, 1967). Opierając się na przytoczonych wynikach, można stwierdzić, że skutkiem procesu uczenia się społecznego i wzorowania się na rodzicach są formy reagowania dorastającej młodzieży na sytuacje trudne skoncentrowane na wycofaniu się z sytuacji trudnej i rezygnacji z realizacji dążenia pod wpływem trudności w działaniu. Dowodziłoby to, że wysoki poziom wycofania się z kontaktów społecznych jest wyuczoną formą zachowania, wynikającą z obserwacji i częstego kontaktu z osobami z najbliższego otoczenia przejawiającymi takie właśnie zachowanie, tj. na skutek oddziaływania rodziców, funkcjonujących jako modele do naśladowania. Poglądy te wydają się znajdować potwierdzenie w wynikach badań przeprowadzonych m.in. przez Barbarę Harwas-Napierałę (1995) i Philipa Zimbardo (2002).

Na zakończenie warto zaznaczyć, że unikowy (poziom wysoki i niski) sposób reagowania młodzieży na napięcie emocjonalne powstający w trudnych sytuacjach społecznych różni się istotnie określonymi cechami temperamentu, dotyczącymi charakterystyki siły procesów ner-

wowych oraz nasilenia niewłaściwych postaw wychowawczych, charakteryzujących się ubóstwem uczuć pozytywnych rodziców w stosunku do dorastającego dziecka i spostrzeganą nieumiejętnością radzenia sobie z rozwiązywaniem problemów przez ojca.

Bibliografia

- Borecka-Biernat D., 2001: *Zachowanie nieśmiałości młodzieży w trudnej sytuacji społecznej*. Kraków.
- Borecka-Biernat D., 2003: *Kwestionariusz radzenia sobie w trudnych sytuacjach społecznych*. „Przegląd Psychologiczny”, nr 1.
- Borecka-Biernat D., 2004: *Kwestionariusz radzenia sobie rodziców w trudnych sytuacjach społecznych w percepcji dziecka*. W: „Prace Naukowe Akademii im. Jana Długosza w Częstochowie. Psychologia”. T. 12. Częstochowa.
- Brzeziński J., 1984: *Elementy metodologii badań psychologicznych*. Warszawa.
- Cheek J., Buss A., 1981: *Shyness and Sociability*. „Journal of Personality and Social Psychology”, vol. 41, no. 2.
- Cywińska M., 2005: *Przyjaźń i konflikty*. „Życie Szkoły”, nr 1.
- Guszkowska M., 2006: *Cechy temperamentu jako zasoby indywidualne w radzeniu sobie ze stresem przez licealistów*. W: „Psychologia — Etologia — Genetyka” T. 14, Warszawa.
- Guszkowska M., Gorący A., Rychta-Siedlecka J., 2001: *Ważne zdarzenia życiowe i codzienne kłopoty jako źródło stresu w percepcji młodzieży*. „Edukacja Otwarta”, nr 4.
- Harwas-Napierała B., 1995: *Nieśmiałość dorosłych. Geneza — diagnostyka — terapia*. Poznań.
- Jachnis A., 2000: *Cechy temperamentalne a style radzenia sobie ze stresem*. „Studia Psychologica UKSW”, nr 1.
- Januszczyńska E., 2001: *Style reagowania na stres w kontekście postaw rodzicielskich. Badania młodzieży w okresie adolescencji*. W: *Rodzina: źródło życia i szkoła miłości*. Red. D. Kornas-Biela. Lublin.
- Jaworski R., 2000: *Konflikt pokoleń w okresie adolescencji. Psychologiczne aspekty radzenia sobie ze stresem*. W: *Problemy człowieka w świetle psychologii*. Red. R. Jaworski, A. Wielgus, J. Łukjaniuk. Płock.
- Kosowska J., 1995: *Młodzież studiująca i stres: problemy stresotwórcze i sposoby radzenia sobie ze stresem*. „Roczniki Komisji Nauk Pedagogicznych”, T. 48.
- Kowalski W., 1984: *Kwestionariusz stosunków między rodzicami a dziećmi A. Roe i M. Siegelmana*. Warszawa.
- Krzyżko M., 1999: *Styl atrybucyjny a sposoby radzenia sobie młodzieży w trudnych sytuacjach szkolnych i pozaszkolnych*. W: *Młodzież w sytuacji zmian gospodarczych, edukacyjnych, społecznych i kulturowych. Materiały ogólnopolskiej konferencji (Cieszyn, 15–16 grudnia 1999 r.)*. Red. W. Kojs, R. Mrózek, R. Studenski. T. 1. Cieszyn.
- Kulik A., Szewczyk L., 2003: *Temperamentalne aspekty nieśmiałości u nastolatków*. „Roczniki Psychologiczne”, nr 6.

- Liberska H., 2002: *Rola identyfikacji z rodzicami dla rozwoju dziecka w okresie dojrzewania*. „Małżeństwo i Rodzina”, nr 1.
- Lohman B., Jarvis P., 2000: *Adolescent Stressors, Coping Strategies, and Psychological Health Studied in the Family Context*. „Journal of Youth and Adolescence”, no. 29.
- Milkowska-Olejniczak G., 2002: *Szkolne uwarunkowania zachowań agresywnych dzieci i młodzieży*. W: *Modelowe rozwiązania działalności profilaktycznej w grupach dzieci i młodzieży*. Red. A. Doliński. Zielona Góra.
- Pisula E., Baum M., 1992: *Jak dzieci radzą sobie ze stresem*. „Edukacja i Dialog”, nr 8.
- Pilkonis P., 1977: *Shynnes, Public and Private, and its Relationship to Other Measures of Social Behavior*. „Journal of Personality”, no. 45.
- Plopa M., 1983: *Funkcjonowanie społeczno-emocjonalne młodzieży a percepcja postaw matek i ojców*. „Psychologia Wychowawcza”, nr 2.
- Radziwiłłowicz W. et al., 2005: *Poczucie sensu życia i jego psychospołeczne uwarunkowania wśród młodzieży dokonującej próby samobójczej*. W: *Człowiek u progu trzeciego tysiąclecia. Zagrożenia i wyzwania*. Red. M. Plopa. T. 1. Elbląg.
- Rostowska T., 1997: *Zgodność strategii radzenia sobie ze stresem u rodziców i ich dorosłych dzieci*. W: *Psychospołeczne aspekty rozwoju człowieka*. Red. J. Rostowski, T. Rostowska, I. Janicka. Łódź.
- Rychlak J., Legerski A., 1967: *A Sociocultural Theory of Aproprate Sexual Role Identification and Level of Personal Adjustment*. „Journal of Personality”, no. 1.
- Sikora R., Pisula E., 2002: *Przyczyny stresu i strategie radzenia sobie ze stresem u młodzieży w wieku 14—16 lat*. „Polskie Forum Psychologiczne”, T. 2, nr 2.
- Strelau J., 1992: *Badania nad temperamentem. Teoria, diagnoza, zastosowanie*. Wrocław.
- Strelau J., 2000: *Temperament a stres: Temperament jako czynnik moderujący stresory, stan i skutki stresu oraz radzenie sobie ze stresem*. W: *Człowiek w sytuacji stresu. Problemy teoretyczne i metodologiczne*. Red. I. Heszen-Niejodek, Z. Ratajczak. Katowice.
- Strelau J., Zawadzki B., 1998: *Kwestionariusz Temperamentu PTS. Podręcznik*. Warszawa.
- Tomaszewski T., 1982: *Człowiek w sytuacji*. W: *Psychologia*. Red. T. Tomaszewski. Warszawa.
- Tomaszewski T., 1984: *Ślady i wzorce*. Warszawa.
- Tyszkowa M., 1972: *Problemy psychicznej odporności dzieci i młodzieży*. Warszawa.
- Tyszkowa M., 1978: *Sytuacyjno-poznawcza koncepcja odporności psychicznej*. „Przegląd Psychologiczny”, nr 1.
- Tyszkowa M., 1979: *Funkcjonowanie dzieci w sytuacjach trudnych*. „Oświata i Wychowanie”, nr 6.
- Tyszkowa M., 1986: *Zachowanie się dzieci w sytuacjach trudnych*. Warszawa.
- Wrześniewski K., 1996: *Style a strategie radzenia sobie ze stresem. Problemy pomiaru*. W: *Człowiek w sytuacji stresu. Problemy teoretyczne i metodologiczne*. Red. I. Heszen-Niejodek, Z. Ratajczak. Katowice.
- Zaborowski Z., 1979: *Rodzina jako grupa społeczno-wychowawcza*. Warszawa.
- Zimbardo P., 2002: *Nieśmiałość. Co to jest? Jak sobie z nią radzić?* Warszawa.
- Zinczuk J., 2003: *Nieśmiałość dziecka jako czynnik zagrażający rozwojowi kompetencji emocjonalnej*. W: *Ukryte piętno. Zagrożenia rozwoju w okresie dzieciństwa*. Red. A. Brzezińska, S. Jabłoński, M. Marchow. Poznań.