

MONIKA KORNASZEWSKA-POLAK

Uniwersytet Śląski w Katowicach,

Wydział Nauk Społecznych – Instytut Psychologii

<https://orcid.org/0000-0003-1421-1418>

ASPEKTY SEPARACYJNE W PROCESIE OSIĄGANIA DOJRZAŁOŚCI TRAKTOWANEJ JAKO WARTOŚĆ I ZADANIE

ASPECTS OF SEPARATION IN THE PROCESS OF ACHIEVING MATURITY TREATED AS A VALUE AND A TASK

ABSTRACT:

Artykuł porusza istotne zagadnienie separowania się młodzieży w okresie wkraczania w dorosłość od wartości i norm oraz stylów zachowania starszego pokolenia. Procesy separacyjne mogą być traktowane jako bunt czy kontestacja młodzieży wobec społecznie akceptowanych zasad postępowania, a także chrześcijańskiego systemu wartości. Separowanie się młodych przebiega na tle procesów związanych z osiągnięciem dojrzałości i niezależności. Dojrzałość ta jest obecnie inaczej postrzegana, a tym samym zdolność do tworzenia trwałych i stabilnych więzi, jakimi są więzi małżeńskie i rodzinne, staje się często zadaniem nie do wykonania. Jako konsekwencje braku dojrzałości osobowej przyjęto rozpad bliskich relacji oraz rosnące poczucie osamotnienia wśród osób młodych. W efekcie obserwujemy rosnącą liczbę związków takich jak konkubiny, ale także decyzje, aby żyć w pojedynkę (bycie singlem). W dalszej perspektywie wybory takie mogą mieć poważne implikacje dla dynamiki życia społecznego.

The article addresses the important issue of young people separating in early adulthood from the values, norms and behavioral styles of the older generation. Separation processes can be treated as young people's rebellion or contestation against socially accepted rules of conduct, as well as the Christian system of values. At the background of the young people's separation are processes related to achieving maturity and independence. This maturity is currently perceived differently, and thus the ability to create lasting and stable bonds, such as marriage and family ties, is often an impossible task. The consequences of lack of personal maturity are assumed to be the breakdown of close relationships and a growing sense of loneliness among young people. As a result, we observe an increasing number of relationships such as cohabitation, but also decisions to live alone (being single). In the longer term, such choices can have serious implications for the dynamics of social life.

Wprowadzenie

Wartości chrześcijańskie zaliczane do wartości uniwersalnych i ogólnoludzkich odgrywają niebagatelną rolę zarówno w wymiarze jednostkowym, jak i społecznym. Odniesienie się do tego zagadnienia jest obecnie bardzo ważne

z powodu zmian zachodzących w kulturze zachodniej oraz fluktuacji wartości do-
tąd uważanych za niezmiennie. Współczesne pokolenie młodych ludzi, wzrastając
w tych okolicznościach, stara się ukształtować własną tożsamość i osiągnąć doro-
słość według standardów, jakie prezentuje obecna kultura. Niezbędne w tym pro-
cesie jest przejście przez okres separacji i dojście do dojrzałości osobowej, które
to zadania nie zawsze są prostymi do wykonania. Też, która organizuje niniejszy
tekst, jest przekonanie, że osiągnięcie optimum rozwojowego dla młodego doro-
słego jest równoznaczne osłabieniu więzi łączącej go z rodzicami (separacja) oraz
utrzymaniu równowagi między bliskością a niezależnością w dojrzałym związku
romantycznym.

Uwzględnienie nowej perspektywy „wyłaniającej się dorosłości” jako okre-
su rozwojowego występującego między dorastaniem a dorosłością może pomóc
w zrozumieniu zmian wzorców rozwojowych osób młodych, a także zachodzą-
cych w społeczeństwie przemian w obrębie tworzenia trwałych relacji całości-
ciowych¹. Procesy separacyjne są niezbędne w osiąganiu dojrzałości, a jeśli nie
przebiegają prawidłowo, to mogą prowadzić do rozwijania się większej zależności
od rodziców oraz do deficytów w usamodzielnianiu się. To z kolei hamuje osią-
ganie dojrzałości w budowaniu stabilnych relacji, jakimi są małżeństwo i rodzina.
Konsekwencjami tych niekorzystnych procesów są brak dojrzałości, rozpad relacji
i narastające poczucie osamotnienia.

1. Osiąganie dojrzałości jako wartość i zadanie

Starożytni, tacy jak Platon czy Arystoteles, za najważniejsze wartości uważali
prawdę, dobro i piękno. Nowożytność dodała do tych podstawowych także wa-
rtości chrześcijańskie, stworzyła hierarchie czy też systemy wartości oraz uwypu-
kliła tradycję rozumianą jako historię ludzkich dokonań². Jan Paweł II podkreślił
 wagę chrześcijańskiego systemu wartości w następujący sposób: „Wartości chrze-
ścijańskie stanowią najbardziej charakterystyczny dorobek intelektualny i duchow-
wy, który ukształtował tożsamość europejską na przestrzeni wieków, i należą do
skarbcza kultury tego kontynentu”³.

Centrum chrześcijańskiego systemu wartości jest z jednej strony osoba ludzka,
a z drugiej rodzina, w której człowiek przychodzi na świat. Rodzinę jako podsta-
wową instancję zapewniającą poczucie bezpieczeństwa jej członkom, zwłaszcza
tym najmłodszym, uznaje się także za miejsce kształtowania się postaw przy-
szłych pokoleń, a w tym systemów wartości. Jak wskazują badania CBOS, prze-
konania dotyczące szczęśliwego życia rodzinnego należą do najbardziej cenionych

¹ A. Marianowska, *Pomiędzy adolescencją a dorosłością – koncepcja emerging adulthood* Jeffreya J. Arnetta, „Edukacja Dorosłych” 1 (2013), s. 91-104.

² J. Maritain, *Nauka i mądrość*, tłum. M. Reutt, Kraków 2005, s. 15.

³ A. Frączek, *Rodzina i wartości chrześcijańskie jako elementy tożsamości kulturowej*, „Cywilizacja i Polityka” 15,15 (2017), s. 166.

przez Polaków wartości – niezależnie od roku badania i wieku respondentów⁴. Współczesne pokolenie osób młodych wchodzących w dorosłość zdecydowanie sprzeciwia się temu historycznemu dorobkowi ludzkości nie tylko poprzez negację wartości – co byłoby zresztą truizmem – ale także poprzez narastającą niechęć wobec trwałych form więzi ludzkich, jakimi są stabilne i całościowe więzi rodzinne.

W procesie kształtowania dojrzałej osobowości rozpoczynającym się od najwcześniejszych chwil życia dziecko musi mieć zaspokojone podstawowe potrzeby, na które składają się miłość, obecność, akceptacja czy poczucie przynależności. Rodzice pomagają dziecku w przyswojeniu odpowiedniego systemu normatywnego, który jest następnie interioryzowany i ma służyć jako kierunkowskaz w dorosłym życiu⁵. Przejęty system norm ulega przekształceniom w okresie adolescencji, kiedy młode osoby próbują adaptować się do otoczenia, ale także to otoczenie przystosowują do własnych oczekiwań. Jeszcze trzy dekady temu okres ten przypadał na 12–20 lat, natomiast obecnie te granice wiekowe zaczęły się przesuwac w kierunku trzydziestego roku życia i okresowi wczesnej dorosłości⁶.

Jeffrey J. Arnett, analizując okres rozwojowy pomiędzy dorastaniem a dorosłością, nazwał go czasem wyłaniającej się dorosłości (*emerging adulthood*). Stwierdził on, że obecnie czas ten przypada na lata pomiędzy 15. a 30. rokiem życia⁷. W konsekwencji dostosowywania się do zmian zachodzących w otoczeniu społecznym młode osoby starają się odraczać dorosłość (dojrzałość) ze względu na niestabilny proces poszukiwania własnej tożsamości, który nacechowany jest koncentracją na sobie i na własnych potrzebach. Jest to czas „bycia pomiędzy”, czas na rozwój własnych kompetencji oraz wykorzystanie różnych możliwości, które oferuje otoczenie. Koncentracja na sobie powoduje odsuwanie na dalszy plan zadań i ról społecznych wynikających z dorosłości, jak chociażby zawarcie związku małżeńskiego, rodzicielstwo czy podjęcie stałej pracy zawodowej⁸. Takie odraczanie w czasie zadań rozwojowych może być traktowane jako naturalny proces adaptacji do wymagań współczesności i obecnej kultury, jednak jego negatywne konotacje prowadzą do przekonania o niechęci młodych wobec dojrzałości i związanej z nią odpowiedzialności. Wiele z tych osób, pomimo zbliżania się do 30. roku życia, nadal mieszka u rodziców i pomimo że starają się być niezależne, nadal pozostają niesamodzielne.

W okresie adolescencji młoda osoba przechodzi trudny proces transformacji, kiedy doświadczenia z przeszłości zostają uwewnętrznione i przekształcone w nową jakościowo całość. W efekcie wchodzenia w nowe sytuacje i środowi-

⁴ *System wartości Polaków w 2019 roku*, CBOS NEWS Newsletter 2 (2020), <https://www.cbos.pl/PL/publikacje/news/2020/02/newsletter.php> [dostęp: 3.03.2025].

⁵ M. Ryś, *Psychologia małżeństwa*, Warszawa 1993, s. 24.

⁶ A. Marianowska, *Pomiędzy adolescencją...*, s. 91-93.

⁷ J.J. Arnett, *The psychology of emerging adulthood: What is new, and what remains to be known?*, w: *Emerging adults in America: Coming of age in the 21st century*, red. J.J. Arnett, J.L. Tanner, Washington, DC 2006, s. 301-330.

⁸ A. Marianowska, *Pomiędzy adolescencją...*, s. 93.

ska młody człowiek podejmuje wiele aktywności, nawiązuje liczne relacje społeczne oraz testuje nowe możliwości. Głównym sposobem osiągnięcia dorosłości jest separowanie się od rodziców, kiedy dorosłe dziecko zrywa pierwotne więzi, kontestuje przyswojone wartości i zaczyna definiować świat po swojemu. Choć separowanie się stanowi uniwersalne zadanie rozwojowe, to jednak cała rodzina doświadcza wówczas różnorodnych napięć i musi przystosować się do tej trudnej sytuacji oraz do nowego podziału obowiązków. Napięcia tym trudniej są niwelowane, im bardziej przekaz międzypokoleniowy dotyczący rozstań w rodzinie wypełniony jest lękiem czy poczuciem winy⁹.

2. Proces separowania się młodych

Głównym z mechanizmów kształtowania się tożsamości jest separowanie się od świata dorosłych i ich przekonań w celu stworzenia odrębnej i niezależnej osobowości. Dlatego młody człowiek musi w pewnym sensie zbuntować się wobec reguł i norm postępowania starszego pokolenia, by móc stworzyć własne. Zwłaszcza że, jak podkreśla amerykańska psychoanalitik Margaret Mahler, procesy separowania się przebiegają już od pierwszych lat życia¹⁰. Z punktu widzenia opisywanego okresu wchodzenia w dorosłość ważne są trzy zadania rozwojowe wskazane w klasycznej teorii rozwoju Erika Eriksona. Zadania te polegają na: (1) osiągnięciu autonomii lub poczuciu wstydu i zwątpienia, związanych z drugim etapem rozwojowym; (2) budowaniu tożsamości związanym z etapem piątym oraz (3) ukształtowaniu intymności w bliskich relacjach lub postawie zaabsorbowania sobą na etapie szóstym¹¹.

Kształtowane we wczesnym dzieciństwie poczucie autonomii wiąże się z wykonywaniem różnych czynności samodzielnie, kiedy dziecko rozwija swoją sprawczość i odrębność. Jest to faza określana jako „bunt dwulatka”, kiedy rodzice wspierają, a czasem zabezpieczają wszelkie próby eksperymentowania dziecka z otaczającą rzeczywistością. Kiedy dziecko doświadcza nadmiernej kontroli ze strony dorosłych, to zamiast autonomii i zdrowego poczucia wartości rozwijają się u niego zależność oraz postawa wstydu i zwątpienia we własne możliwości. Z kolei na etapie budowania własnej tożsamości, kiedy u młodego człowieka dochodzi do zmian fizycznych, emocjonalnych, psychicznych i seksualnych, potrzebuje on akceptacji płynącej od grupy rówieśników oraz poczucia przynależności do niej. Konfrontowanie własnego wyobrażenia o sobie z opiniami i oczekiwaniami

⁹ H. Goldenberg, I. Goldenberg, *Terapia rodzin*, tłum. M. Młynarz, M. Łuczak, K. Siemieniuk, Kraków 2006, s. 64; O. Kriegelewicz, *Zaburzenia równowagi sił emocjonalnych w rodzinach pochodzenia partnerów a dysfunkcja w ich relacjach partnerskich*, w: *Bliskość w rodzinie. Więzy w dzieciństwie a zaburzenia w dorosłości*, red. B. Tryjarska, Warszawa 2010, s. 227.

¹⁰ M. Mahler, F. Pine, A. Bergman, *The Psychological Birth of the Human Infant: Symbiosis and Individuation*, New York 2000, s. 28.

¹¹ M. Przetacznik-Gierowska, M. Tyszkowa, *Psychologia rozwoju człowieka. Zagadnienia ogólne*, Warszawa 2009, s. 81-82, 192-195.

innych może doprowadzić do stworzenia niepowtarzalnej tożsamości jednostki. Na ostatnim etapie wchodzenia w dorosłość należy zbudować związek romantyczny oparty na bliskości i intymności. Poszukiwanie partnera życiowego wzbudza wiele lęków, zwłaszcza obecnie – w dobie kultury indywidualizmu, bowiem stwarza ryzyko zacierania własnych granic w relacji i utraty własnej tożsamości. Rosnące lęki mogą spowodować tendencję do izolowania się od innych i unikania bliskich relacji.

Osiąganie autonomii i niezależności ma prowadzić do przekształcenia relacji przywiązaniowych z dzieciństwa: silniejsze więzi tworzą się z partnerem relacji romantycznej, dziewczyną lub chłopakiem, a słabsze z rodzicami i rodzeństwem. Optymalny rozwój w tym okresie umożliwia zachowanie równowagi między bliskością a niezależnością, zwłaszcza w stosunku do osoby, z którą tworzona jest relacja intymna. Poziom tej równowagi będzie zależał w dużej mierze od jakości kontaktów społecznych młodego człowieka. O ile są one satysfakcjonujące, zapewniają także poczucie bezpieczeństwa w rozwoju autonomii, podejmowaniu decyzji oraz adekwatnym przystosowaniu do nowych sytuacji¹². Stopniowe opuszczanie domu przez dorastające dziecko powoduje zmiany w systemie relacji rodzinnych, podobnie jak przychodzenie na świat i odchodzenie kolejnych członków rodziny.

Procesy zdrowego separowania się młodych ludzi natrafiają we współczesnej rzeczywistości kulturowej na dwa problemy określane mianem indywidualizmu oraz autotelicznej wolności. Jedną z naczelnych wartości w kulturze indywidualizmu stały się „idee młodości (wigoru) do późnych lat życia, wolności od chorób, rozwoju inteligencji – w tym sztucznej, kontroli nad ludzką psychiką (wraz z poszukiwaniem odmiennych stanów świadomości), rozwoju cybernetyki i inżynierii genetycznej oraz społecznej, pozbywania się osobowego udziału człowieka w prokreacji, socjalizacji i edukacji”¹³. Indywidualizacja i autonomizacja jednostki oddzieliły ją od dotychczas wspierających systemów, jakimi zawsze były rodziny pochodzenia, oraz zmusiły do autonomicznych wyborów „tego, co dobre i stosowne dla mnie”. W imię idei niczym nieskrępowanej wolności człowiek okazuje się „jedynym i najważniejszym decydentem określającym własne przekonania, wybory i działania”¹⁴. Postępując w taki sposób, jednostka często przestaje zauważać innych, a nawet czasem pomija fakt, że oni istnieją, co ma ogromne znaczenie dla więzi z innymi ludźmi.

Kształtowanie tożsamości w ujęciu teorii rozwojowej Roberta Havighursta jest potraktowane jako zadanie rozwojowe osoby, która funkcjonuje w określonym otoczeniu społecznym oraz wychowuje się w zdefiniowanym kontekście kulturowo-religijnym¹⁵. Według jego koncepcji zadań rozwojowych przyjmuje się, że

¹² G. Iniewicz, *Zaburzenia emocjonalne u dzieci i młodzieży z perspektywy teorii przywiązania*, „Psychiatria Polska” 42,5 (2008), s. 674.

¹³ M. Kornaszewska-Polak, M. Gwóźdź, L. Szymczyk, M. Wójtowicz, *Kondycja współczesnej rodziny – ujęcie interdyscyplinarne*, Katowice 2021, s. 10.

¹⁴ M. Kornaszewska-Polak, M. Gwóźdź, L. Szymczyk, M. Wójtowicz, *Kondycja współczesnej...*, s. 21.

¹⁵ M. Przetacznik-Gierowska, M. Tyszkowa, *Psychologia rozwoju...*, s. 67-69.

nabywane w danym momencie życia umiejętności, sprawności i wiedza stanowią zadania rozwojowe. Kształtowanie tych umiejętności opiera się przede wszystkim na wartościach wyznawanych w danym środowisku oraz prowadzi do podejmowania znaczących decyzji i wyborów. Stąd integralną częścią zachowania jednostki w kontekście społecznym będą uzewnętrzniane wartości, pochodzące ze zinternalizowanego systemu przekonań przekazywanych przez rodziców, opiekunów, społeczność, a także Kościół. Dorastające osoby rozpoznają własne zadania rozwojowe w odniesieniu do indywidualnych doświadczeń, wpływu otoczenia (zwłaszcza rówieśniczego) oraz aktualnej perspektywy czasowej¹⁶.

Młodzi ludzie w obecnej dobie nie mają sprzyjających okoliczności, by móc swobodnie podejmować decyzje i dokonywać wyborów, ponieważ z jednej strony dotyka ich normatywny, rozwojowy kryzys adolescencji, a z drugiej – mogą pojawić się nienormatywne kryzysy, takie jak konflikty w rodzinie pochodzenia czy trudności występujące w relacji romantycznej. Jednak najważniejszym konfliktem pojawiającym się na tym etapie rozwojowym jest konflikt wewnętrzny – pomiędzy nowymi zdolnościami fizjologicznymi i umysłowymi a wymaganiami społecznymi, a także pomiędzy własnymi dążeniami jednostki a ograniczeniami ze strony społeczeństwa. Tworzą się pewne kontrasty i paradoksy, jak na przykład zderzenie oczekiwań z rzeczywistością, które z czasem młody człowiek powinien nauczyć się integrować w sobie¹⁷.

Konflikty wewnętrzne są dodatkowo stymulowane kryzysami dotyczącymi nierozwiązanych lub nie w pełni rozwiązanych zadań z poprzednich etapów rozwojowych, na co także wskazywał Erikson. W przypadku niewypełnionego zadania związanego z autonomią i poczuciem wstydu może pojawić się z jednej strony tendencja do nadmiernego kontrolowania siebie lub innych, a z drugiej – tendencja do nadmiernej zależności od innych. Trudności w ukształtowaniu własnej tożsamości mogą doprowadzić do nieprawidłowej, negatywnej tożsamości, w której występują dyfuzja i pomieszanie ról. Tożsamość o cechach negatywnych charakteryzuje się zbuntowaniem, antagonistycznym nastawieniem wobec norm i wartości otoczenia dorosłych czy szerszego kontekstu społecznego. Ostatecznie w efekcie braku umiejętności nawiązywania bliskich relacji może pojawić się tendencja do izolowania się i unikania innych ludzi.

Zofia Dołęga, opisując badania dotyczące rozmów młodzieży kierowanych do telefonu zaufania (kilka tysięcy połączeń), wskazuje na liczne problemy, które trawia współczesną młodzież¹⁸. Tymi problemami były:

- poważne nieporozumienia z rówieśnikami,

¹⁶ A. Szczurek-Boruta, *Zadania rozwojowe młodzieży i edukacyjne warunki ich wypełniania w środowiskach zróżnicowanych kulturowo i gospodarczo. Studium pedagogiczne*, Katowice 2007, s. 25-29, 49-50.

¹⁷ B. Harwas-Napierała, J. Trempała, *Psychologia rozwoju człowieka. Charakterystyka okresów życia człowieka*, Warszawa 2009, s. 184-185.

¹⁸ Z. Dołęga, *Samotność jako kategoria psychologiczna w odniesieniu do dzieci i młodzieży*, w: *Společné i osobné przestrzenie samotności*, red. M. Gajewski, Z. Dołęga, Warszawa-Milanówek 2018, s. 51.

- porzucenie przez sympatię,
- samookaleczenia,
- myśli samobójcze z powodu tego, że sobie nie radzą z presją rówieśników,
- trudności w odmawianiu picia alkoholu, seksu, użycia środków psychoaktywnych,
- nuda i nastroje depresyjne, z którymi nie wiedzą, co zrobić,
- cyfrowe uzależnienie,
- bezradność wobec cyberprzemocy, przemocy domowej i środowiskowej,
- brak szczerych kolegów i przyjaciół oraz kogoś, komu mogliby się zwierzyć,
- walka z lękiem dotyczącym osamotnienia,
- poczucie, że zawodzą swoich rodziców.

Młodzież częstokroć zostaje sama z wyżej wymienionymi problemami, kiedy unika porad rodziców czy innych wychowawców (osób znaczących). Opierając się na zdaniu rówieśników czy opiniach płynących z mediów społecznościowych, dokonuje nie najlepszych wyborów, czyniąc tym samym szkodę sobie lub innym.

3. Postawy buntu i zależności w procesie separowania się

Separowanie się młodzieży przyjmuje często postać ostrego buntu, kontestacji norm i wartości narzuconych przez starsze pokolenie. Powstaje wówczas tzw. konflikt pokoleń, w którym obie strony przyjmują wobec siebie antagonistyczne, wrogie stanowiska. Odrzucające postawy wychowawcze rodziców w tym okresie mogą przyczyniać się u młodzieży do osłabiania zaufania do dorosłych oraz do deficytów mentalizowania i zachwiania rozwoju emocjonalnego¹⁹. W takich okolicznościach młodzi najczęściej przyjmują postawy odcięcia się lub dysfunkcyjnej zależności hamującej proces separacji – indywiduacji. W tym oddzieleniu się od rodziny pochodzenia bardzo ważne jest tzw. bezpieczne przejście, czyli częściowe oddalanie przy zachowaniu więzi emocjonalnych z rodzicami²⁰.

Sposobem na „bezpieczne przejście” w dorosłość może być stopniowe osiągnięcie niezależności. Formowanie się tożsamości przez wykształcenie „Ja niezależnego” polega na postrzeganiu i rozumieniu wewnętrznych, osobistych cech jako odróżniających jednostkę od innych ludzi²¹. Oddzielając się od narzucanych przez innych przekonań, jednostka może, choć nie musi, spełniać obowiązki wymagane przez ważne grupy odniesienia – rodziców, krewnych, nauczycieli czy przełożonych. W kulturze zachodniej takie oddzielenie się skutkuje porzuceniem systemu wartości starszego pokolenia na rzecz przyjęcia systemu grupy rówieśniczej.

¹⁹ P. Fonagy, M. Target, G. Gergely, T.G. Allen, A.W. Bateman, *The developmental roots of borderline personality disorder in early attachment relationships: A theory and some evidence*, „Psychoanalytic Enquiry” 23,3 (2003), s. 430.

²⁰ G. Iniewicz, *Zaburzenia emocjonalne...*, s. 132.

²¹ H.R. Markus, S. Kitayama, *The cultural psychology of personality*, „Journal of Cross-Cultural Psychology” 29,1 (1998), s. 72-74.

Należy podkreślić, że nie istnieje „Ja niezależne”, które byłoby oddzielone w sposób absolutny od innych ludzi i otoczenia społecznego. Takie przekonanie ma wiele osób młodych marzących o całkowitym odcięciu się od przeszłości, a w tym także od rodziny pochodzenia. Stąd konieczne jest wykształcenie takiej tożsamości, która częściowo byłaby zależna od innych, co Hazel Markus i Shinobu Kitayama określili jako „Ja współzależne”. Polega ono na włączeniu relacji z ważnymi osobami we własne struktury Ja oraz przyjęciu i wypełnianiu ról i zadań społecznych²². Osiągnięcie optimum rozwojowego dla młodego dorosłego polega wobec tego na czasowym osłabieniu więzi łączącej go z rodzicami oraz utrzymaniu równowagi między bliskością a niezależnością.

Zależność od innych, w tym przypadku od dorosłych, może być także dla młodych zdrową postawą mieszczącą się w optimum zachowania oraz wychowania. Taką zdrową postawę zależności nazywamy posłuszeństwem. Maria Czerepaniak-Walczak określa posłuszeństwo dojrzałe jako „świadomą zgodę na dostosowanie, które przejawia się w świadomym uczestniczeniu osoby w systemie zależności, uznanie i przyjęcie racji regulujących te zależności. Zgoda jest wynikiem wolnego wyboru i świadomego przyjęcia zasad, także tych ograniczających”²³. Termin posłuszeństwa zniknął z podręczników o wychowaniu i z dyskursu społecznego na około pięć dekad, jednak zaczyna do nich powracać. Dawniej postawa posłuszeństwa, choćby autorytetom, ale także wobec norm, reguł postępowania czy systemu wartości wpisywała się w ogólne zasady funkcjonowania społecznego. Natomiast pokolenie buntu, młodzież lat sześćdziesiątych i siedemdziesiątych ubiegłego wieku, „dzieci rewolucji obyczajowej” zakwestionowały posłuszeństwo i podporządkowanie normom społecznym oraz chrześcijańskim. Te postawy buntu nie pozostały bez wpływu na funkcjonowanie kolejnych pokoleń oraz kształt obecnej kultury²⁴.

Magdalena Adamczyk dowodzi, iż przy nadmiernie permissywnym wychowaniu matki i braku znaczącej postaci ojcowskiej w rodzinie kształtują się u młodzieży postawy opozycyjno-buntownicze i aspołeczne²⁵. Rodzice, którzy są niekonsekwentni i często kłócą się, wychowują dzieci, którym brakuje poczucia bezpieczeństwa oraz nęka je strach przed porzuceniem. Te lęki powodują przyjęcie dwóch postaw przez młodzież: nadmiernej zależności bądź nadmiernej niezależności i niechęci do zbytniego angażowania się w relacje. Nastolatki wychowywane przez skłóconych rodziców wykazują dodatkowo trudności w bezpośrednim wyrażaniu złości, małą tolerancję na frustrację oraz częste wybuchy gniewu i agresji. Obserwowana lub doświadczana przez młodych przemoc wykształca

²² M. Kaźmierczak, *Ja relacyjne-współzależne: pomiar i psychologiczne korelaty*, „Polskie Forum Psychologiczne” 17,1 (2012), s. 28.

²³ M. Czerepaniak-Walczak, *Wychowanie do (nie)posłuszeństwa*, „Rocznik Lubuski” 47,1 (2021), s. 37.

²⁴ A. Czubiński, *Historia powszechna XX wieku*, cz. 5: *Zimna wojna (1945–1991)*, rozdz. *Rewolucja społeczna i ideowo-polityczna lat 60.*, Poznań 2011, s. 487.

²⁵ M. Adamczyk, *Styl przywiązania a psychospołeczne funkcjonowanie młodzieży w oparciu o studia przypadków*, „Psychoterapia” 3,178 (2016), s. 98.

prawdopodobnie dysfunkcyjne mechanizmy radzenia sobie ze stresem, takie jak utrwalone wzorce zachowań agresywnych i społecznych²⁶.

W sytuacjach skrajnej fuzji rodzinnej, w której zbyt silne więzi emocjonalne pomiędzy członkami powodują brak możliwości różnicowania stanów emocjonalnych i psychicznych, wysiłki podejmowane przez dorastające dziecko, aby się usamodzielnić, nie przynoszą skutku²⁷. Młoda osoba z problemami emocjonalnymi, chora czy niepełnosprawna może pozostać z rodzicami aż do ich śmierci. Rozpaczliwe starania tych młodych, aby się odseparować, mogą przyjąć nawet formę prób samobójczych czy działań przestępczych. W mniej skrajnych przypadkach, przy dużej fuzji, separowanie się może mieć formę emocjonalnego odcięcia się czy też częściowego lub całkowitego zerwania kontaktów z rodziną. Natomiast w sytuacjach rodzinnych, gdzie dominują w relacjach emocjonalnych chłód i dystans, młodzi w małym stopniu nastawieni są na budowanie solidarności międzypokoleniowej, dlatego odchodzą z domu, a nawet z niego uciekają w poszukiwaniu swobody²⁸.

4. Dojrzałość osobowa i dojrzałość osobowości

Jednym z najważniejszych procesów rozwojowych, przez jaki przechodzą adolescenci, jest proces budowania własnej tożsamości. Aby móc w pełni ukształtować własną osobowość, opartą na pozytywnej samoocenie, poczuciu zadowolenia z siebie, poczuciu przynależności i przywiązania, potrzebna jest atmosfera, w której młody człowiek może stać się dojrzałym. Procesy separowania się od dorosłych i uniezależniania prowadzą jednostkę przez czasowy okres buntu do wtórnej akceptacji norm postępowania i społecznych reguł zachowania. Zdaniem Gordona Allporta, twórcy pojęcia dojrzałości osobowej, jest to etap rozwoju, w którym kształtują się cechy psychiczne odnoszące się do indywidualności, pozwalające na samodzielne formułowanie sądów i umożliwiające podejmowanie decyzji²⁹. Ponadto dojrzałość jest taką postawą, kiedy człowiek osiąga spójność wewnętrzną, względną harmonię psychiczną pomiędzy różnymi płaszczyznami funkcjonowania: emocjonalnego, psychicznego, społecznego, moralnego czy duchowego.

Na dojrzałą osobowość według Allporta składają się:

- 1) rozwinięty obraz siebie, pomagający osobie zrozumieć siebie,
- 2) zdolność do realizowania potrzeb bez wzbudzania konfliktów,
- 3) oparcie o bezpieczeństwo emocjonalne (przywiązaniowe),

²⁶ K. Schier, „Gdy dziecko staje się rodzicem” – odwrócona troska, czyli zjawisko parentyfikacji w rodzinie, w: *Bliskość w rodzinie. Więzy w dzieciństwie a zaburzenia w dorosłości*, red. B. Tryjarska, Warszawa 2010, s. 69.

²⁷ O. Kriegerlewiecz, *Zaburzenia równowagi...*, s. 231.

²⁸ W. Juroszek, O. Haberla, W. Kubeczko, *Zależności między stylami przywiązania a intymnością, namiętnością i zaangażowaniem u narzeczonych*, „Fides et Ratio” 2,10 (2012), s. 94.

²⁹ S. Tykarski, *Koncepcja dojrzałej osobowości oraz jej wyznaczniki – prolog do rozważań w kontekście osób przygotowujących się do małżeństwa*, „Teologia i Człowiek” 38,3 (2017), s. 187.

- 4) posiadanie pozytywnej perspektywy interpretowania zdarzeń życiowych – pozytywne atrybucje (optymizm, entuzjazm),
- 5) życzliwość wobec innych, umiejętność rozumienia i współodczuwania emocji, tolerancja wobec wad czy błędów innych osób,
- 6) akceptacja samego siebie oraz odporność na frustrację,
- 7) nabywanie i rozwijanie nawyków i kompetencji, które umożliwiają podjęcie różnych aktywności oraz zwiększają poczucie wartości i satysfakcji,
- 8) umiejętność obiektywnego spojrzenia na samego siebie, zawierającego również elementy samokrytyki oraz humoru,
- 9) posiadanie skryształowanego światopoglądu – jednoczącej filozofii życia³⁰.

Realizując ten plan rozwoju, młody człowiek powinien angażować się w różne aktywności, zwłaszcza społeczne, aby kształtować własne kompetencje, być otwartym na opinie innych, budować relacje oparte na poczuciu bliskości i przywiązaniu. Z kolei do ukształtowania własnej filozofii życiowej potrzebna jest odwaga stawiania ważnych pytań życiowych i odpowiadania na nie, wyznaczania sobie ambitnych celów i budowania planów życiowych, uwzględniających zarówno własne wartości, jak i aspekty poszukiwania sensu własnego istnienia.

Barbara Harwas-Napierała, analizując zjawisko dojrzałości osobowej, określonej również jako dojrzałość psychiczna, wskazuje na jej znaczenie – jako harmonii psychicznej człowieka z sobą i otoczeniem oraz na jej korzenie sięgające do psychologii humanistycznej³¹. Dojrzałość osobową możemy wyjaśniać w dwojaki sposób – jest ona idealnym wzorcem lub optimum funkcjonowania³², ale także można ją opisywać jako proces, pewne kontinuum stawania się osobą dojrzałą³³. Dlatego człowiek w trakcie procesu rozwojowego może starać się bardziej przybliżyć do optimum czy ideału, ale nigdy nie staje się nim w pełni. Zbigniew Chlewiński, opisując trzy kryteria dojrzałości, wskazuje jednocześnie na charakterystyczne dla nich zachowania – autonomię osiąga jednostka poprzez autonomiczność myślenia, stosunek do siebie kształtuje poprzez wgląd w motywy swego postępowania, a własne odniesienie do innych ludzi buduje na podejściu pełnym godności i szacunku³⁴. Dodatkowo wymienia się następujące cechy dojrzałości: wewnętrzną integrację i harmonię, właściwą hierarchię wartości, otwartość na doświadczenie oraz kreatywność w podejściu do pokonywania trudności życiowych.

Braki w dojrzałości osobowej, jakie ujawniają współcześni młodzi dorośli, mają wiele różnych przejawów. Jednymi z głównych są postawy ksobne, ściśle nastawione na realizację własnych planów z jedynie częściowym uwzględnianiem planów innych osób czy partnerów związków romantycznych³⁵. Efektem braku

³⁰ G.W. Allport, *Personality: A Psychological Interpretation*, Londyn 1949, s. 217-231.

³¹ B. Harwas-Napierała, *Dojrzałość osobowa dorosłych jako czynnik chroniący rodzinę*, „Czasopismo Psychologiczne – Psychological Journal” 21,1 (2015), s. 47.

³² M. Tyszkowa, *Rozwój psychiczny człowieka w ciągu życia*, Warszawa 1988, s. 8.

³³ T. Rostowska, *Dojrzałość osobowa jako podstawowe uwarunkowanie ujęcia małżeńskiego i rodzinnego*, w: *Psychologia w służbie rodziny*, red. J. Janicka, T. Rostowska, Łódź 2003, s. 50.

³⁴ Z. Chlewiński, *Dojrzałość, osobowość, sumienie, religijność*, Poznań 1991, s. 33.

³⁵ Z. Dołęga, *Samotność jako...*, s. 52.

dojrzałości umysłowej jest przede wszystkim myślenie życzeniowe lub myślenie pryncypialne, w których dominują oczekiwania bez realnej możliwości ich realizacji czy postępowanie sztywne, bez jakichkolwiek ustępstw. Braki w zrównoważeniu emocjonalnym i kontroli emocjonalnej prowadzą do labilności emocji, zmienności nastrojów czy podwyższonego poziomu drażliwości w obszarze ego³⁶. Natomiast niedojrzałość społeczna jest w pewien sposób przedłużeniem niedojrzałości emocjonalnej, kiedy nadmierna koncentracja na sobie i braki w empatii czy altruizmie powodują traktowanie drugiej osoby instrumentalnie, jako sposobu na zaspokojenie własnych potrzeb. Dodatkowo w tym obszarze może pojawić się niechęć do podejmowania odpowiedzialności za zadania, które są zbyt trudne do wykonania, czy za relacje, które są za bardzo wymagające. W przeciwieństwie do tego, dojrzałość społeczna wyzwala postawy altruistyczne, chęć niesienia pomocy innym, wspierania ich w rozwoju czy działania na rzecz wspólnego dobra.

Dojrzałość osobowości jest jednym z podstawowych składników dojrzałości do ról społecznych, w tym małżeńskich, a jak stwierdza wielu autorów, jest to najważniejszy składnik gotowości do stworzenia stabilnego i szczęśliwego związku³⁷. Osiągnięcie dojrzałości psychicznej – umysłowej, emocjonalnej i społecznej – dokonuje się poprzez realistyczne i adaptacyjne sposoby myślenia, zrównoważenie w obszarze emocjonalnym oraz umiejętność zaspokajania potrzeb zarówno swoich, jak i innych ludzi. Wspomniana równowaga emocjonalna polega między innymi na zdolności do kontrolowania własnych stanów afektywnych w celu adekwatnego reagowania na różne sytuacje trudne³⁸. Dojrzałość we wspomnianych sferach prowadzi do takiej postawy człowieka, dzięki której potrafi on zrównoważyć potrzeby oraz cele własne z potrzebami partnera, a tym samym zapewnić współdziałanie w obszarze planów życiowych i stworzyć wspólnotę. Jedynie dojrzałe nastawienie wobec więzi intymnych pozwala człowiekowi na taką dozę akceptacji, iż jest w stanie zrezygnować ze swoich planów i celów na rzecz drugiego człowieka czy wspólnoty, jaką jest małżeństwo i rodzina.

5. Tworzenie więzi i dojrzałość do małżeństwa w okresie wyłaniającej się dorosłości

Tworzenie więzi w dorosłości jest naturalną realizacją potrzeby bycia w relacjach, wszak człowiek uważany jest za istotę społeczną i – jak wskazuje Thomas Merton: „nikt nie jest samotną wyspą”³⁹. Poprzez więzi z innymi możemy realizować zadanie rozwijania kontaktów społecznych i osadzenia w kontekście

³⁶ M. Ryś, *Kształtowanie się poczucia własnej wartości i relacji z innymi w różnych systemach rodzinnych*, „Fides et Ratio” 2,6 (2011), s. 70.

³⁷ A. Kotlarska-Michalska, *Czynniki utrudniające tworzenie się tożsamości współczesnej młodzieży*, w: *Tożsamość a współczesność*, red. B. Harwas-Napierała, H. Liberska, Poznań 2007, s. 142; J. Rostowski, T. Rostowska, *Małżeństwo i miłość*, Warszawa 2014, s. 303.

³⁸ M. Ryś, *Psychologia małżeństwa...*, s. 24.

³⁹ T. Merton, *Nikt nie jest samotną wyspą*, tłum. M. Morstin-Górska, Gdańsk 2017, s. 7.

środowiskowym. Więzy i relacje z innymi bywają także wymagające, bowiem pociągają za sobą zaangażowanie czy odpowiedzialność. Świadome tworzenie więzi i relacji wymaga wobec tego dojrzałości osobowej, aby kochać i nie krzywdzić innych.

Jak podkreśla Maria Ryś, ważnym elementem dojrzałości do małżeństwa jest „osiągnięcie właściwego poziomu zdolności do miłości dojrzałej, której podstawą jest dobro drugiego człowieka”⁴⁰. Realizacja miłości dojrzałej polega na porzuceniu swego egoizmu na rzecz budowania wspólnotowego „my” oraz na staraniach o dobro partnera życiowego. Istotną cechą miłości dojrzałej jest także współodpowiedzialność, która przejawia się w akceptacji, szacunku oraz tolerancji. W miłości dojrzałej realizuje się w pełni zadanie rozwojowe, które Erikson określił jako osiągnięcie intymności. Jej wyrazem są zdrowe poczucie miłości do siebie i innych, gotowość na zachowanie własnej tożsamości, ale także dyfuzja tej tożsamości w relacji z drugą osobą i jej tożsamością (tworzenie Ja współzależnego). W tym przejawia się zdolność do rezygnacji z samego siebie, jednak nie do momentu zupełnego zatracenia siebie w drugiej osobie (tak, jak to bywa w stanie zakochania).

Dojrzałość do zawarcia małżeństwa może obejmować dodatkowo takie sfery, jak dojrzałość fizyczna, seksualna, prawna i ekonomiczna. Rozwój we wspomnianych sferach polega na:

- osiągnięciu wieku, w którym prawo zezwala na zawarcie małżeństwa;
- osiągnięciu samodzielności materialnej poprzez podjęcie pracy zarobkowej;
- samodzielnym zamieszkaniu;
- zdolności do współżycia seksualnego i wydania na świat potomstwa⁴¹.

Jak widać, chodzi tu o przygotowanie zarówno psychiczne, jak i materialne do podjęcia ról społecznych w dorosłym życiu. Wraz z podejmowaniem kolejnych ról pojawia się coraz więcej obowiązków i zobowiązań, z którymi człowiek musi sobie poradzić na zasadzie radzenia sobie ze zwielokrotnionym stresem życiowym. Dlatego role te wymagają dojrzałości osobowej, ponieważ w małżeństwie i rodzinie jesteśmy odpowiedzialni za inne osoby, zwłaszcza te najbardziej podatne na zranienie, jakimi są dzieci.

Nie wszyscy jednak osiągają taki stopień dojrzałości osobowej, aby móc realizować w pełni długoterminową, jeśli nie całożyciową, relację intymną z drugim człowiekiem. Coraz częściej osoby młode, formalnie będąc dorosłymi, nie są dojrzałe emocjonalnie na tyle, aby wytrwać w relacji – w obliczu trudności i przeciwności życiowych. Dla takich osób „związki romantyczne stają się środkiem do samospelnienia, realizacją szczęścia we dwoje, mają więc spełniać zasadę przyjemności, a jeśli tego nie czynią, związek ulega rozluźnieniu i rozpadowi”⁴². W takich zachowaniach można odkryć wyraźne cechy postaw skrajnie indywidualistycznych, gdzie wszystko to, co nie pasuje do subiektywnego świata jednostki, zostaje odrzucone.

⁴⁰ Tamże, s. 25-26.

⁴¹ M. Braun-Gałkowska, *Psychologia domowa*, Olsztyn 2008, s. 37.

⁴² M. Kornaszevska-Polak, M. Gwóźdź, L. Szymczyk, M. Wójtowicz, *Kondycja społecznej...*, s. 109.

Swoje obawy o kondycję rodziny, a przez to kondycję relacji społecznych we współczesnym świecie, wyraził papież Franciszek w wystąpieniu w Kongresie USA w 2015 roku⁴³. Użył on nawet stwierdzenia, że rodzina jest obecnie zagrożona bardziej niż kiedykolwiek, ponieważ kwestionowane są podstawowe relacje, takie jak więzi małżeńskie. Z kolei David Popenoe w książce *War Over the Family* stanowczo podkreśla, że osłabienie sytuacji rodziny oraz małżeństwa powinno być zasadniczym priorytetem współczesnej debaty oraz naprawczej polityki społecznej⁴⁴.

Obecne postawy młodych ludzi wobec zawarcia stałego, formalnego związku możemy prześledzić na podstawie badań dotyczących przyczyn odsuwania decyzji o zawarciu związku małżeńskiego. Społecznym kontekstem takiego zachowania jest rosnąca liczba rozwodów, popularność kohabitacji, trudności w osiągnięciu stabilizacji materialnej i komfortu materialnego oraz rosnąca presja społeczna na rozwój indywidualny, zwłaszcza w obszarze zawodowym. W badaniach Sylwii Krawczyk udowodniono, że postawom odwiekaniu sprzyjają następujące poglądy młodych ludzi:

- małżeństwo jest związkiem jedynie formalnym (41%),
- nie ma znaczenia, kiedy para sformalizuje swój związek (58%),
- można stworzyć udany związek bez małżeństwa (68%), jednak nie na dłuższy czas (30%),
- kohabitację uważa się za naturalny sposób wiązania się w parę (70%),
- niekonieczny jest formalny związek do tego, aby posiadać dzieci (83%)⁴⁵.

Niemniej jednak we wnioskach przedstawionych badań możemy znaleźć opinie badanych, iż małżeństwo wciąż odgrywa istotną rolę w życiu młodych ludzi (58%) oraz że relacja małżeńska zapewnia poczucie bezpieczeństwa i stabilizacji zarówno małżonkom, jak i dzieciom (70%).

Obserwując zachowania społeczne młodych dorosłych, coraz częściej można zauważyć, że popularnym wyborem dotyczącym tworzenia związków romantycznych staje się kohabitacja. Jest to forma relacji dwóch osób zamieszkujących razem oraz tworzących związek seksualny przez pewien czas. Badania Magdy Urbańskiej przeprowadzone wśród polskich studentów pokazały, że kohabitację aprobowало 66,3% badanych, wśród których mężczyźni traktowali tę formę relacji dużo bardziej liberalnie niż kobiety⁴⁶. Z kolei badania przeprowadzone w krajach europejskich do 2017 roku za pomocą *European Social Survey* wykazały, że około 5% całej populacji europejskiej do 40. roku życia nigdy nie posiadało partnera, a tendencja ta stale wzrasta od 2002 roku⁴⁷. Za kohabitacją we dwoje opowiadały

⁴³ Historyczna wizyta papieża w Kongresie USA, 2015, <https://ekai.pl/historyczna-wizyta-papieza-w-kongresie-usa/> [dostęp: 24.12.2024].

⁴⁴ D. Popenoe, *War Over the Family*, New York 2017, s. IX.

⁴⁵ S. Krawczyk, *Przyczyny odkładania decyzji o zawarciu związku małżeńskiego*, niepublikowana praca magisterska, promotor: dr M. Kornaszewska-Polak Wydział Teologiczny UŚ, Katowice 2019, s. 57.

⁴⁶ M. Urbańska, *Kohabitacja – alternatywna forma życia rodzinnego*, „Wychowanie w Rodzinie” 17,1 (2018), s. 411.

⁴⁷ D. Bellani, G. Esping-Andersen, L. Nedoluzhko, *Never partnered: A multilevel analysis of lifelong singlehood*, „Demographic Research” 37 (2017), s. 60.

się częściej osoby młode z wyższym wykształceniem. Badania z 2017 roku ukazują, że wśród osób do 44. roku życia w związkach kohabitacyjnych pozostaje 24%, natomiast konkubinaty stanowiące 17% preferowali młodzi dorośli głównie pomiędzy 18. a 24. rokiem życia⁴⁸.

Rafał Boguszewski w badaniach CBOS z 2013 roku stwierdził, że osoby młode tolerują występowanie różnych form alternatywnych do małżeństwa, jednak wyżej cenią związek formalny oraz posiadanie dzieci⁴⁹. Na podstawie przedstawionych argumentów można wysnuć wniosek, iż kohabitacja jako forma przejściowa życia pary jest preferowana przez młodych, wykształconych ludzi, jednakże często kończy się ona zawarciem związku formalnego.

Kolejnym istotnym przejawem obaw młodych ludzi przed budowaniem długoterminowych relacji jest wybór życia w pojedynkę, czyli bycie singlem. Młodzi obawiają się zaangażowania w relację, która może okazać się nietrwała lub niesatysfakcjonująca, a także tego, iż partner okaże się osobą niedojrzałą. Dlatego preferują przelotne, niezobowiązujące romanse, aby nie inwestować zbyt wiele zasobów własnych w związek, który i tak może się rozpaść. Ten stopniowy brak zaangażowania w trwałe formy związków można zaobserwować na podstawie narastającego niżu demograficznego w Polsce, który ukazuje nasz kraj jako najniżej uplasowany wśród wszystkich krajów europejskich pod względem dzietności⁵⁰.

Liczba osób deklarujących bycie singlem systematycznie rośnie w taki sposób, iż prawie połowa osób dorosłych zamieszkujących duże miasta w Polsce nie pozostaje w związku formalnym, a co trzecia nadal mieszka z rodzicami w gospodarstwie domowym⁵¹. Następujące czynniki wpływają na decyzje o życiu w pojedynkę: rynek pracy (długie godziny pracy i rozwój kariery), docenianie własnej wolności i lęk przed jej ograniczeniem, rosnące oczekiwania wobec partnera w związku oraz łatwość zastępowania jednej znajomości przez kolejną⁵². W badaniach europejskich osób dorosłych, które przez całe życie były singlami (ponad 77 tysięcy osób), wykazano, że w porównaniu z osobami będącymi w związku osiągają one niższy poziom zadowolenia z życia. Pod względem płci kobiety singielki uzyskały wyższe wyniki w zakresie zadowolenia z życia niż mężczyźni single⁵³. Ostateczne wnioski z tego badania wskazują, iż bycie singlem może być satysfakcjonującym stylem życia, jeśli podejmuje się go z wyboru, a nie z konieczności.

⁴⁸ R. Boguszewski, M. Piszczatowska-Oleksiewicz, *Pełnoletnie dzieci mieszkające z rodzicami. Komunikat z badań CBOS*, Warszawa 2017, s. 9.

⁴⁹ R. Boguszewski, *Rodzina – jej współczesne znaczenie i rozumienie*, Komunikat z badań CBOS 33 (2013), Warszawa 2013, s. 6.

⁵⁰ *Pokolenie gniazdowników w Polsce w 2022*, Główny Urząd Statystyczny, Warszawa (2024), <https://katowice.stat.gov.pl/publikacje-i-foldery/foldery/pokolenie-gniazdownikow-w-wojewodztwie-slaskim-w-2022-r-,21,1.html?contrast=black-yellow#> [dostęp: 3.03.2025].

⁵¹ Osoby te określane są mianem gniazdowników. Tamże.

⁵² M. Bieńko, *(Nie) pewny status bliskich związków w kontekście ekspresyjnego indywidualizmu*, „Kultura i Społeczeństwo” 67,2 (2023), s. 39.

⁵³ J. Stern, M.D. Krämer, A. Schumacher, G. MacDonald, D. Richter, *Differences Between Lifelong Singles and Ever-Partnered Individuals in Big Five Personality Traits and Life Satisfaction*, „Psychological Science” 35,12 (2024), s. 1375.

6. Konsekwencje braku dojrzałości – rozpad relacji i osamotnienie

Zachodzące w kulturze XXI wieku zmiany: przemiany społeczne, moralne i światopoglądowe – wpłynęły na rewizję systemów wartości oraz sposobów funkcjonowania wielu jednostek. Efektem tych procesów jest nadwątlenie więzi międzyludzkich, w tym więzi w rodzinie, korozja zaufania społecznego, a nawet coraz częściej mówi się o kryzysie rodziny⁵⁴. W konsekwencji narasta poczucie osamotnienia i izolacji społecznej przy równoczesnym obniżaniu się dobrostanu i poczucia szczęścia życiowego. Osoby żyjące samotnie czy to z wyboru, czy też z przymusu, w przeciwieństwie do małżonków są narażone na doświadczanie wyższego poziomu osamotnienia⁵⁵. Jak wskazują badania, problematyczna jest bardziej jakość relacji międzyludzkich, nie ich ilość, ponieważ młode pokolenie miewa duże sieci kontaktów społecznych, tworzonych za pomocą mediów społecznościowych, lecz nadal pozostaje samotne. Stosunkowo niedawno przeprowadzone w Holandii badania na próbie ponad czterech i pół tysiąca osób wskazały, iż posiadanie małżonka wpływało korzystnie na dobrostan życiowy i obniżało poczucie osamotnienia, a także w dużym stopniu gwarantowało wyższy poziom zdrowia psychicznego i satysfakcji życiowej⁵⁶.

Już ponad pół wieku temu, równoległe do rewolucji obyczajowej, zaczęło pojawiać się zjawisko osamotnienia, które autorzy opisywali w różny sposób. Robert Weiss zauważył, iż osamotnienie jest sygnałem nierealizowanych potrzeb społecznych, które domagają się spełnienia. Podkreślił on, iż czym innym jest samotność społeczna (brak integracji społecznej) niż samotność emocjonalna, rozumiana jako brak bliskich więzi z ważnymi dla jednostki osobami. Opisał on poczucie osamotnienia jako „chroniczny dystres pobawiony funkcji wytchnienia”⁵⁷. Z kolei Anne Peplau i Daniel Perlman podkreślili, że osamotnienie wynika z rozbieżności oczekiwań jednostki wobec relacji a rzeczywistą satysfakcją w nich osiąganą⁵⁸. Wobec powyższego młode pokolenie posiada liczne kontakty społeczne i więzi wirtualne z innymi, są one jednak niesatysfakcjonujące i nie zaspokajają potrzeby bliskości. Jak pokazują ostatnie badania ONZ i Instytutu Gallupa z 2024 roku przeprowadzone wśród wszystkich państw na świecie, dotyczące szczęścia obywateli, to właśnie osoby młode wykazują

⁵⁴ M. Kornaszewska-Polak, M. Gwóźdź, L. Szymczyk, M. Wójtowicz, *Kondycja współczesnej...*, s. 107, 155.

⁵⁵ S. Zalewska, *Samotność i osamotnienie w doświadczeniach i narracjach małżeńskich*, Warszawa 2015, s. 17.

⁵⁶ C.M. Kamp-Dush, P.R. Amato, *Consequences of relationship status and quality for subjective well-being*, „Journal of Social & Personal Relationships” 22 (2005), s. 618; M.R. Grimmelikhuijzen, *Loneliness and well-being after partner loss: A large cross-sectional study*, Utrecht 2013, s. 44.

⁵⁷ R.S. Weiss, *Loneliness: The experience of emotional and social isolation*, Cambridge 1973, s. 15.

⁵⁸ L.A. Peplau, D. Perlman, *Loneliness: A sourcebook of current theory, research and therapy*, New York 1982, s. 1-18.

coraz mniej szczęścia i coraz wyższe osamotnienie w porównaniu do innych grup wiekowych⁵⁹.

Jak wyżej napisano, wielu młodych ludzi lęka się nawiązywać trwałe, całościowe relacje. Może to wynikać z faktu negatywnych doświadczeń związanych z nieudanymi i niesatysfakcjonującymi związkami romantycznymi w przeszłości. Lęk przed kolejnym odrzuceniem wzmacnia rozczarowanie, uczucie pustki, braku zrozumienia przez innych i prowadzi do objawów nerwicowych i depresyjnych⁶⁰. Osoby zranione w miłości zaczynają unikać nawiązywania bliskich relacji, zwłaszcza z płcią przeciwną, słabo się w nie angażują, starają się polegać wyłącznie na sobie i koncentrują się głównie na aktywności zawodowej⁶¹. W wyniku minimalizowania wagi bliskich relacji doświadczają deficytów relacyjnych, stają się psychologicznie i emocjonalnie samowystarczalne, przynajmniej na poziomie deklaracyjnym⁶².

Badania w obszarze zdrowia psychicznego pokazały, iż konsekwencją wzrastającego poczucia osamotnienia są następujące objawy fizyczne: podwyższone skurczowe ciśnienie krwi, zwiększona oporność naczyniowa, zwiększona liczba czynników ryzyka chorób sercowo-naczyniowych, zwiększona aktywność kory nadnerczy i spadek odporności. Prawdopodobnie dużo istotniejsze są objawy psychiczne towarzyszące osamotnieniu, a zaliczamy do nich: depresję, smutek, niepokój i niską samoocenę, zaburzenia snu, nadużywanie alkoholu oraz zaburzenia osobowości⁶³. Cacioppo i jego współpracownicy zauważyli, iż osamotnienie może wzmacniać symptomy depresyjne, poziom stresu, strach przed negatywną oceną innych, a także może prowadzić do pesymizmu i niskiej samooceny⁶⁴. Na tej podstawie można zaryzykować tezę, iż pochodnymi rozpadu więzi są: narastające poczucie lęku, rozczarowania relacjami, chęć zachowania niezależności, brak zrozumienia przez innych, oczekiwania, aby bliski związek był bezproblemowy oraz wzrastająca liczba zaburzeń psychicznych (nerwicy czy depresji⁶⁵).

⁵⁹ J.F. Helliwell, R. Layard, J.D. Sasch, J. De Neve, L.B. Aknin, S. Wang, *World Happiness Report 2024*, University of Oxford Wellbeing Research Centre, 2024, <https://worldhappiness.report/ed/2024/> [dostęp: 3.03.2025].

⁶⁰ C. Hammen, J.H. Shih, P.A. Brennan, *Intergenerational transmission of depression: test of an interpersonal stress model in a community sample*, „Journal of Consulting and Clinical Psychology” 72,3 (2004), s. 515.

⁶¹ E. Hesse, M. Main, *Disorganized infant, child and adult attachment: Collapse in behavioral and attentional strategies*, „Journal of the American Psychoanalytic Association” 48,4 (2000), s. 1113.

⁶² M.G. Pereira, E. Taysi, F. Orcan, F. Fincham, *Attachment, Infidelity, and Loneliness in College Students Involved in a Romantic Relationship*, „Contemporary Family Therapy” 36 (2014), s. 333-350.

⁶³ Tamże, s. 335-336.

⁶⁴ J.T. Cacioppo, L.C. Hawkley, J.M. Ernst, M. Burleson, G.G. Berntson, B. Nouriani, D. Spiegel, *Loneliness within a nomological net: An evolutionary perspective*, „Journal of Research in Personality” 40 (2006), s. 1067.

⁶⁵ M. Osińska, A. Kazberuk, K. Celińska-Janowicz, R. Zadykowicz, E. Rysiak, *Depresja – choroba cywilizacyjna XXI wieku*, „Geriatrya” 11 (2017), s. 124.

Jak wskazywał Erik Erikson, przejście zwycięsko przez konflikt intymność – zaabsorbowanie sobą pozwala ukształtować cnotę miłości, jedną z najważniejszych cnót życiowych. Każdy człowiek potrzebuje być kochany, także każdy naturalnie potrzebuje kogoś kochać. Jednak wydaje się, że wielu młodych ludzi staje się niezdolnymi do spełnienia tego zadania rozwojowego, by móc ofiarować siebie w dojrzałym związku. Pragną oni zrealizować bardziej własne cele i zamierzenia, a plany wspólnotowe odsuwają na dalszy czas. Według Eriksona ten okres rozwojowy powinien być domknięty około 25. roku życia, jednak jak twierdzi Arnett, wielu młodych decyduje się na założenie rodziny po 30. roku życia oraz później. Separując się od wartości i postulatów starszego pokolenia, młodzi pragną uzyskać wolność potrzebną do kreowania własnego świata. Jest to często dorosłość bez przyjęcia pełni dojrzałości czy bez podejmowania nadmiernej odpowiedzialności, która może być zdaniem młodych traumatyzująca. Jednak będąc wolnymi i niezależnymi, wpadają w pułapkę osamotnienia i depresji.

Podsumowanie

Dojrzałość osobowa we współczesnej kulturze jest niezwykle pożądaną wartością z tego powodu, że jest konieczna do ukształtowania odpowiedzialnego i satysfakcjonującego życia. Niestety nie wszyscy dorośli osiągną pełnię czy też optimum dojrzałości. Dlatego też staje się ona zadaniem rozwojowym, które niemożliwe jest do zrealizowania bez procesów separacyjnych, kształtujących tożsamość jednostki. We współczesności obserwujemy jednak fluktuację i dewaluację wartości, a w tym wartości chrześcijańskich. Dewaluowane są więzi całonocne realizowane w związku małżeńskim czy w relacjach rodzinnych. Usuwane są wartości chrześcijańskie ze skarbca globalnej kultury, kwestionowane jest postrzeganie relacji intymnej między mężczyzną a kobietą w duchu, który proponował Jan Paweł II, wskazujący na miłość do innych osób oraz odpowiedzialność za nie⁶⁶. Taka miłość w dojrzałej relacji małżeńskiej wymaga wyjścia poza ciasne jednostkowe ego w kierunku drugiej osoby, ponieważ, jak wspomniał Thomas Merton, „tylko miłość niesamolubna przetrwa”⁶⁷.

W obecnej kulturze dostrzegamy dwa problemy osób młodych – tendencję do indywidualizmu oraz wolność traktowaną autotelicznie – z których każdy bazuje na procesach separacji. Osiągając wolność i niezależność podczas kreowania własnego świata, człowiek przestaje dostrzegać innych, którzy schodzą z orbity jego ścisłych zainteresowań (zaangażowanie, odpowiedzialność), o ile nie służą jego interesom. Jednak będąc wolnym i niezależnym, doświadcza on także osamotnienia. Ponadto wielu młodych ludzi boryka się z brakiem samodzielności życiowej. Pozostają oni w zależności od swoich starzejących się rodziców, z którymi zamieszkują wspólnie do późnych lat. W przeciwieństwie do tego rozwinięta

⁶⁶ K. Wojtyła, *Miłość i odpowiedzialność*, Lublin 2015, s. 67-125.

⁶⁷ T. Merton, *Nikt nie jest...*, s. 24.

dojrzałość osobowa jest taką postawą, kiedy człowiek osiąga spójność wewnętrzną, akceptuje normy społeczne, w tym role społeczne, oraz tworzy adekwatną hierarchię wartości. Dzięki nim potrafi usamodzielnic się oraz zbudować relacje polegające na szacunku i współzależności.

Bibliografia

- Adamczyk M., *Style przywiązania a psychospołeczne funkcjonowanie młodzieży w oparciu o studia przypadków*, „Psychoterapia” 3,178 (2016), s. 89-102.
- Allport G.W., *Personality: A Psychological Interpretation*, Londyn 1949.
- Arnett J.J., *The psychology of emerging adulthood: What is new, and what remains to be known?*, w: *Emerging adults in America: Coming of age in the 21st century*, red. J.J. Arnett, J.L. Tanner, Washington, DC 2006, s. 301-330.
- Bellani D., Esping-Andersen G., Nedoluzhko L., *Never partnered: A multilevel analysis of lifelong singlehood*, „Demographic Research” 37 (2017), s. 53-100.
- Bieńko M., *(Nie)pewny status bliskich związków w kontekście ekspresyjnego indywidualizmu*, „Kultura i Społeczeństwo” 67,2 (2023), s. 37-61.
- Boguszewski R., *Rodzina – jej współczesne znaczenie i rozumienie. Komunikat z badań CBOS 33*, Warszawa 2013.
- Boguszewski R., Piszczatowska-Oleksiewicz M., *Pełnoletnie dzieci mieszkające z rodzicami. Komunikat z badań CBOS*, Warszawa 2017.
- Braun-Gałkowska M., *Psychologia domowa*, Olsztyn 2008.
- Cacioppo J.T., Hawkley L.C., Ernst J.M., Burleson M., Berntson G.G., Nouriani B., Spiegel D., *Loneliness within a nomological net: An evolutionary perspective*, „Journal of Research in Personality” 40 (2006), s. 1054-1085.
- Chlewiński Z., *Dojrzałość, osobowość, sumienie, religijność*, Poznań 1991.
- Czerepaniak-Walczak M., *Wychowanie do (nie)posłuszeństwa*, „Rocznik Lubuski” 47,1 (2021), s. 31-41.
- Czubiński A., *Historia powszechna XX wieku*, Poznań 2011.
- Dołęga Z., *Samotność jako kategoria psychologiczna w odniesieniu do dzieci i młodzieży*, w: *Społeczne i osobiste przestrzenie samotności*, red. M. Gajewski, Z. Dołęga, Warszawa, Milanówek 2018, s. 33-60.
- Fonagy P., Target M., Gergely G., Allen T.G., Bateman A.W., *The developmental roots of borderline personality disorder in early attachment relationships: A theory and some evidence*, „Psychoanalytic Enquiry” 23,3 (2003), s. 412-459.
- Frączek A., *Rodzina i wartości chrześcijańskie jako elementy tożsamości kulturowej*, „Cywilizacja i Polityka” 15,15 (2017), s. 165-180.
- Goldenberg H., Goldenberg I., *Terapia rodzin*, tłum. M. Młynarz, M. Łuczak, K. Siemieniuk, Kraków 2006.
- Grimmelikhuijzen M.R., *Loneliness and well-being after partner loss: A large cross-sectional study*, Utrecht 2013.
- Hammen C., Shih J.H., Brennan P.A., *Intergenerational transmission of depression: test of an interpersonal stress model in a community sample*, „Journal of Consulting and Clinical Psychology” 72,3 (2004), s. 511-522.

- Harwas-Napierała B., *Dojrzałość osobowa dorosłych jako czynnik chroniący rodzinę*, „Czasopismo Psychologiczne – Psychological Journal” 21,1 (2015), s. 47-52.
- Harwas-Napierała B., Trempała J., *Psychologia rozwoju człowieka. Charakterystyka okresów życia człowieka*, Warszawa 2009.
- J.F. Helliwell, R. Layard, J.D. Sasch, J. De Neve, L.B. Aknin, S. Wang, *World Happiness Report 2024*, University of Oxford Wellbeing Research Centre, 2024, <https://worldhappiness.report/ed/2024/> [dostęp: 3.03.2025].
- Hesse E., Main M., *Disorganized infant, child and adult attachment: Collapse in behavioral and attentional strategies*, „Journal of the American Psychoanalytic Association” 48,4 (2000), s. 1097-1127.
- Historyczna wizyta papieża w Kongresie USA*, 2015, <https://ekai.pl/historyczna-wizyta-papieza-w-kongresie-usa/> [dostęp: 24.12.2024].
- Iniewicz G., *Zaburzenia emocjonalne u dzieci i młodzieży z perspektywy teorii przywiązania*, „Psychiatria Polska” 42,5 (2008), s. 671-682.
- Juroszek W., Haberla O., Kubeczko W., *Zależności między stylami przywiązania a intymnością, namiętnością i zaangażowaniem u narzeczonych*, „Fides et Ratio” 2,10 (2012), s. 89-101.
- Kamp-Dush C.M., Amato P.R., *Consequences of relationship status and quality for subjective well-being*, „Journal of Social & Personal Relationships” 22 (2005), s. 607-627.
- Każmierczak M., *Ja relacyjne-współzależne: pomiar i psychologiczne korelaty*, „Polskie Forum Psychologiczne” 17,1 (2012), s. 27-43.
- Kornaszewska-Polak M., Gwóźdź M., Szymczyk L., Wójtowicz M., *Kondycja współczesnej rodziny – ujęcie interdyscyplinarne*, Katowice 2021.
- Kotlarska-Michalska A., *Czynniki utrudniające tworzenie się tożsamości współczesnej młodzieży*, w: *Tożsamość a współczesność*, red. B. Harwas-Napierała, H. Liberska, Poznań 2007, s. 129-157.
- Krawczyk S., *Przyczyny odkładania decyzji o zawarciu związku małżeńskiego*, niepublikowana praca magisterska, promotor: dr M. Kornaszewska-Polak, Wydział Teologiczny UŚ, Katowice 2019.
- Kriegelewicz O., *Zaburzenia równowagi sił emocjonalnych w rodzinach pochodzenia partnerów a dysfunkcja w ich relacjach partnerskich*, w: *Bliskość w rodzinie. Więzy w dzieciństwie a zaburzenia w dorosłości*, red. B. Tryjarska, Warszawa 2010, s. 218-245.
- Mahler M., Pine F., Bergman A., *The Psychological Birth of the Human Infant: Symbiosis and Individuation*, New York 2000.
- Marianowska A., *Pomiędzy adolescencją a dorosłością – koncepcja emerging adulthood* Jeffreya J. Arnetta, „Edukacja Dorosłych” 1 (2013), s. 91-104.
- Maritain J., *Nauka i mądrość*, tłum. M. Reutt, Kraków 2005.
- Markus H.R., Kitayama S., *The cultural psychology of personality*, „Journal of Cross-Cultural Psychology” 29,1 (1998), s. 63-86.
- Merton T., *Nikt nie jest samotną wyspą*, tłum. M. Reutt, Gdańsk 2017.
- Osińska M., Kazberuk A., Celińska-Janowicz K., Zadykowicz R., Rysiak E., *Depresja – choroba cywilizacyjna XXI wieku*, „Geriatrics” 11 (2017), s. 123-129.
- Peplau L.A., Perlman D., *Loneliness: A sourcebook of current theory, research and therapy*, New York 1982.

- Pereira M.G., Taysi E., Orcan F., Fincham F., *Attachment, Infidelity, and Loneliness in College Students Involved in a Romantic Relationship*, „Contemporary Family Therapy” 36 (2014), s. 333-350.
- Pokolenie gniazdowników w Polsce w 2022, Główny Urząd Statystyczny, Warszawa (2024), <https://katowice.stat.gov.pl/publikacje-i-foldery/foldery/pokolenie-gniazdownikow-w-wojewodztwie-slaskim-w-2022-r,21,1.html?contrast=black-yellow#> [dostęp: 3.03.2025].
- Popenoe D., *War Over the Family*, New York 2017.
- Przetacznik-Gierowska M., Tyszkowa M., *Psychologia rozwoju człowieka. Zagadnienia ogólne*, Warszawa 2009.
- Rostowska T., *Dojrzałość osobowa jako podstawowe uwarunkowanie ujęcia małżeńskiego i rodzinnego*, w: *Psychologia w służbie rodziny*, red. J. Janicka, T. Rostowska, Łódź 2003, s. 45-55.
- Rostowski J., Rostowska T., *Małżeństwo i miłość*, Warszawa 2014.
- Ryś M., *Kształtowanie się poczucia własnej wartości i relacji z innymi w różnych systemach rodzinnych*, „Fides et Ratio” 2,6 (2011), s. 64-83.
- Ryś M., *Psychologia małżeństwa*, Warszawa 1993.
- Schier K., „Gdy dziecko staje się rodzicem” – odwrócona troska, czyli zjawisko parentyfikacji w rodzinie, w: *Bliskość w rodzinie. Więzy w dzieciństwie a zaburzenia w dorosłości*, red. B. Tryjarska, Warszawa 2010, s. 63-80.
- Stern J., Krämer M.D., Schumacher A., MacDonald G., Richter D., *Differences Between Lifelong Singles and Ever-Partnered Individuals in Big Five Personality Traits and Life Satisfaction*, „Psychological Science” 35,12 (2024), s. 1364-1381.
- System wartości Polaków w 2019 roku, CBOS NEWS Newsletter 2 (2020), <https://www.cbos.pl/PL/publikacje/news/2020/02/newsletter.php> [dostęp: 3.03.2025].
- Szczurek-Boruta A., *Zadania rozwojowe młodzieży i edukacyjne warunki ich wypełniania w środowiskach zróżnicowanych kulturowo i gospodarczo. Studium pedagogiczne*, Katowice 2007.
- Tykarski S., *Koncepcja dojrzałej osobowości oraz jej wyznaczniki – prolog do rozważań w kontekście osób przygotowujących się do małżeństwa*, „Teologia i Człowiek” 38,3 (2017), s. 183-195.
- Tyszkowa M., *Rozwój psychiczny człowieka w ciągu życia*, Warszawa 1988.
- Urbańska M., *Kohabitacja – alternatywna forma życia rodzinnego*, „Wychowanie w Rodzinie” 17,1 (2018), s. 399-415.
- Weiss R.S., *Loneliness: The experience of emotional and social isolation*, Cambridge 1973.
- Wojtyła K., *Miłość i odpowiedzialność*, Lublin 2015.
- Zalewska S., *Samotność i osamotnienie w doświadczeniach i narracjach małżeńskich*, Warszawa 2015.

Słowa kluczowe: separowanie się, dojrzałość osobowa, wartości chrześcijańskie, zadania rozwojowe, małżeństwo

Keywords: separation, personal maturity, Christian values, developmental tasks, marriage