

THE SENSE OF WELFARE IN POLISH FAMILIES
POCZUCIE DOBROSTANU W POLSKICH RODZINACH

dr Barbara Antczak

Wyższa Szkoła Gospodarki Euroregionalnej
im. Alcide De Gasperi w Józefowie
from28@wp.pl

ABSTRACTS

Dobrostan, czyli subiektywne poczucie zadowolenia z życia definio-
wane jest w różny sposób. Często można spotkać sformułowanie, że jest
to zadowolenie z życia zależne od powodzenia w życiu rodzinnym, zawo-
dowym, od aprobaty ze strony innych ludzi, szans rozwoju oraz od wielu
innych czynników.

Dobrostan psychiczny można zdefiniować jako poznawczą i emocjo-
nalną ocenę własnego życia. Ocena ta zawiera zarówno poznawcze sądy
dotyczące poczucia zadowolenia i spełnienia, jak i emocjonalne reakcje na
zachodzące zdarzenia.

Zadowolenie z życia powinno być analizowane w konkretnych wymia-
rach życia, np. zdrowie, rodzina, praca i uważane za poznawczy kompo-
nent, który bazuje na przekonaniach (postawach) dotyczących życia jed-
nostki. Pozytywne i negatywne poczucie jest stosowane do oszacowania
natężenia przyjemnych oraz nieprzyjemnych uczuć doświadczanych przez
ludzi w trakcie życia.

Niniejsze opracowanie prezentuje wyniki badań odnośnie odczuwa-
nego zadowolenia młodzieży z życia, wewnętrznej satysfakcji z siebie, wła-
snej atrakcyjności, relacji interpersonalnych, poczucia sensu życia. Jako
technikę badawczą zastosowano ankietę, a została ona przeprowadzona
w czterech warszawskich gimnazjach wiosną 2012 r. W badaniu wzięło
udział 354 uczniów w wieku 12-15 lat. Ankieta była zróżnicowana w for-
mie (częściowo ustrukturyzowana) i zawierała pytania dotyczące: stylu
życia, statusu materialnego, relacji z rówieśnikami i dorosłymi, przemocy
rówieśniczej i domowej.

Welfare is the subjective sense of satisfaction with life and can be de-
fined in different ways. It is satisfaction with life dependent on success in

family life, work, the approval of other people, opportunities for development, and many other factors.

Mental welfare can be defined as the cognitive and emotional assessment of our own lives. This assessment includes both cognitive judgments of the sense of satisfaction and fulfillment, as well as emotional reactions to various events. Mental well-being includes three components: life satisfaction, positive affect and negative affect.

Life satisfaction should be analyzed in specific dimensions of life such as health, family, work and considered as a cognitive component, which is based on the beliefs (attitudes) about the life of the individual human being. Positive and negative affect is used to calculate the intensity of pleasant and unpleasant feelings experienced by people throughout their life.

This study presents the results of research concerning adolescents' satisfaction with life, the inner satisfaction of their own attractiveness, interpersonal relationships, a sense of life. As a research technique used was a questionnaire, and it was carried out in four secondary schools in Warsaw in spring of 2012. The study involved 354 students aged 12-15. The survey was varied in form (partially structured) and included questions concerning the life style, material status, relations with friends and adults, addictions, domestic violence and violence in the adolescent group.

KEY WORDS:

*satisfaction, family, fulfillment, relations, life style
zadowolenie, rodzina, spełnienie, relacje, styl życia*

WSTĘP

Dobrostan, czyli subiektywne poczucie zadowolenia z życia definiowane jest w różny sposób. Znany jest pogląd, który opisuje ten termin następująco: „zadowolenie z życia zależy od powodzenia w życiu rodzinnym, zawodowym, od aprobaty ze strony innych ludzi, szans rozwoju, od wielu, wielu innych czynników” (Grzelak, Zarzycki, 2004).

Dobrostan psychiczny można zdefiniować „jako poznawczą i emocjonalną ocenę własnego życia. Ocena ta zawiera zarówno poznawcze sądy dotyczące poczucia zadowolenia i spełnienia, jak i emocjonalne reakcje na zachodzące zdarzenia (Diener, Lucas, Oishi, 2008, s. 35). Dobrostan psychiczny zawiera trzy komponenty (Schimack, 2008, s. 97):

- zadowolenie z życia (*life satisfaction*),
- pozytywny afekt (*positive affect*),
- negatywny afekt (*negative affect*).

Powiązania kontaktów rodzinnych z dobrostanem psychicznym są szczególnie widoczne wtedy, gdy spojrzymy na rodzinę przez pryzmat systemowego ujęcia rodziny. Wiedza na temat rodziny i zachodzących w niej wydarzeń i relacji — wyrażanych często w długo pamiętanych doświadczeniach i wspomnieniach — posiada dużą wagę w psychospołecznym funkcjonowaniu człowieka. Wynika to z proporcjonalnie długiego czasu, który osoba spędza z rodziną oraz zachodzących powiązań i zależności.

Elementy składające się na dobrostan uwidaczniają się w ramach relacji rodzinnych, opartych na bliskości emocjonalnej, silnych więziach osobistych i intensywnych uczuciach. Precyzyjne opisanie tych zależności przyczynia się zarówno do lepszego określenia specyfiki danego systemu rodzinnego, jak i wskazania na jego zalety w szeregu analiz dobrostanu psychicznego (Krok, 2010, s. 359). Poczucie dobrostanu w świecie (głównie w Europie i Ameryce Płn.) pokazuje tendencje indywidualistyczne, ukierunkowane na własne uczucia i przekonania. Centralnym punktem dobrostanu psychicznego jest określenie, na ile ludzkie życie jest szczęśliwe i satysfakcjonujące (Diener, Lucas, Oishi, 2004). Chodzi więc o subiektywne określenie poczucia szczęścia, które niekoniecznie musi iść w parze z obiektywnymi odczuciami.

Często mamy do czynienia z sytuacją, że osoby żyjące na niskim poziomie ekonomicznym, czy nawet cierpiące głód i ubóstwo, są w stanie posiadać relatywnie satysfakcjonujący poziom dobrostanu. Oznacza to, że zadowolenie z życia i szczęście jest w dużej mierze uzależnione od osobistych poglądów i doświadczeń życiowych, a także spostrzegania własnego życia z indywidualnej perspektywy. Człowiek szczęśliwy i zadowolony z życia koncentruje się na tym, kim jest, a nie na tym, co posiada (Krok, 2010, s. 360).

Zadowolenie z życia powinno być analizowane w konkretnych wymiarach życia, np. zdrowie, rodzina, praca i uważane za poznawczy komponent, który bazuje na przekonaniach (postawach) dotyczących życia jednostki. Pozytywne i negatywne poczucie jest stosowane do oszacowania natężenie przyjemnych oraz nieprzyjemnych uczuć doświadczanych przez ludzi w trakcie życia.

Wśród ważnych czynników wpływających na poczucie dobrostanu jest

to, gdzie i jak mieszkamy. Na jakość codziennego życia, głównie w mieście, wpływa wielkość mieszkania, łatwość dostępu do sklepów i usług, komfort dojazdów, poziom hałasu, piękna architektura. Dla jakości życia znaczenie ma także to, jak wiele przyjaciół mamy w najbliższym sąsiedztwie, jak bardzo utożsamiamy się z osiedlem, z miastem, czy gdy jesteśmy w potrzebie, możemy liczyć na pomoc sąsiedzką, czy mamy wpływ na decyzje władz lokalnych.

Niniejsze opracowanie prezentuje wyniki badań odnośnie odczuwanego zadowolenia młodzieży z życia, wewnętrznej satysfakcji z siebie, własnej atrakcyjności, relacji interpersonalnych, poczucia sensu życia (Antczak, 2012b). Jako technikę badawczą zastosowano ankietę, a została ona przeprowadzona w czterech warszawskich gimnazjach wiosną 2012 r. W badaniu wzięło udział 354 uczniów w wieku 12-15 lat. Ankieta była zróżnicowana w formie (częściowo ustrukturyzowana) i zawierała pytania dotyczące:

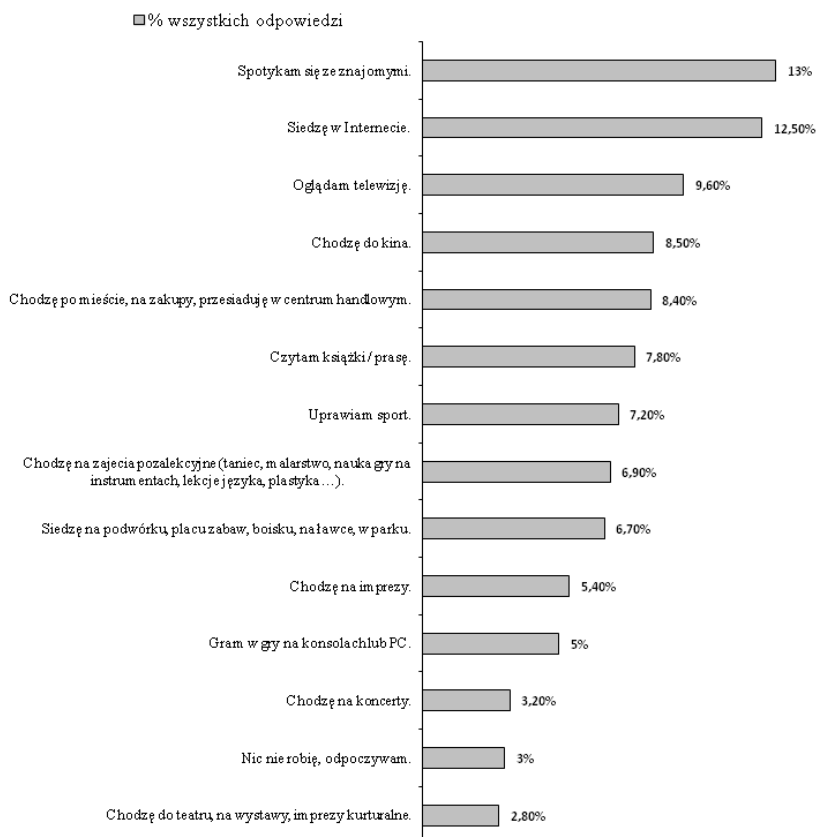
- stylu życia,
- statusu materialnego,
- relacji z rówieśnikami i dorosłymi,
- przemocy rówieśniczej i domowej.

Analizując niniejsze badanie i wyciągając wnioski, należy pamiętać o tym, że opiera się ono, jak zresztą większość badań społecznych, na wynikach o charakterze deklaratywnym, co oznacza, że przedstawiono rzeczywistość przez pryzmat subiektywnych doświadczeń i przekonań badanych uczniów.

STYL ŻYCIA

Kwestie dotyczące wewnętrznej satysfakcji z siebie, własnej atrakcyjności, relacji interpersonalnych, poczucia sensu życia zawarte były w pierwszej części ankiety i ze względu na delikatną i intymną naturę tematu miała ona charakter wyłącznie ilościowy. Z tych powodów badanie rozpoczęto od zagadnień niebędących drażliwymi.

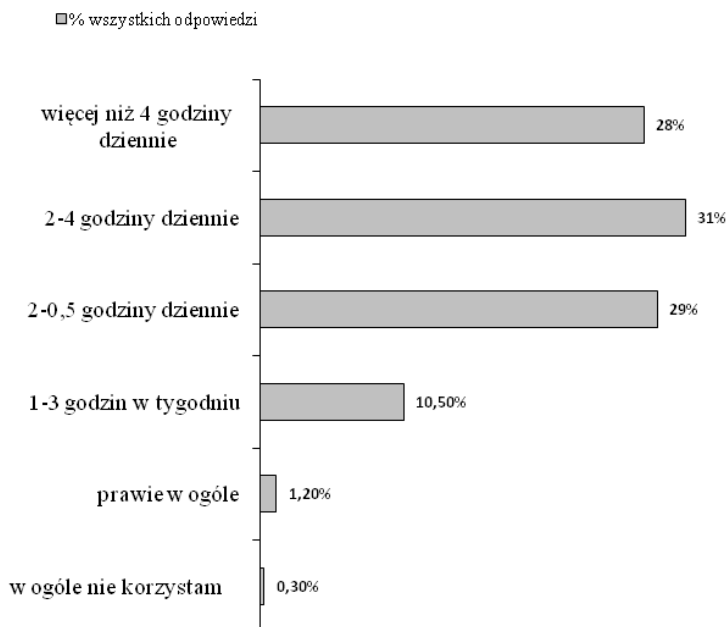
Wykres 1. Czas spędzany po lekcjach.



Źródło: badania własne.

Jak wynika z odpowiedzi badanych, najczęściej wskazywanymi formami spędzania wolnego czasu są spotkania ze znajomymi, korzystanie z Internetu i oglądanie telewizji. Poza spotkaniami ze znajomymi, Internet jest bardzo ważny, ponieważ jest płaszczyzną wzajemnej codziennej komunikacji. Ten wirtualny świat przenika do życia, a dalsze badania potwierdzają to - odnośnie częstotliwości przebywania w sieci. Większość badanych korzysta z Internetu codziennie przez kilka godzin.

Wykres 2. Korzystanie z Internetu [w %]



Aktywność podejmowana przez młodzież w sieci rzadko ma wymiar edukacyjny, ale mimo to przynosi szereg korzyści natury społecznej. Jako jeden ze sposobów realizacji potrzeb badanych jest bycie w grupie rówieśniczej, a Internet to umożliwia – choć wirtualnie. Według młodzieży jest to nieodzowny element życia, jedna z jego jasnych, atrakcyjnych i przez to bardzo angażujących stron.

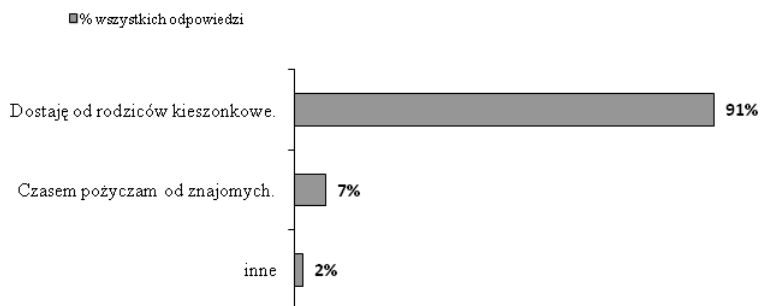
STATUS MATERIALNY

Jak pokazują wyniki, większość badanych dobrze ocenia sytuację finansową swojej rodziny – tak deklaruje łącznie ponad 62% młodzieży. Zaledwie 10% określa swoją sytuację jako trudną („nie starcza nam na rachunki, do końca miesiąca, mamy bardzo małe środki”). Taki kształt wyników może nasuwać podejrzenie, że część dzieci nie chciała się przyznać do złej sytuacji materialnej lub/i nie chciała wypowiadać się na ten temat (o czym może świadczyć wysoka liczba braków odpowiedzi – 5,6%).

Wykres 3. Sytuacja finansowa rodziny



Wykres 4. Źródło pochodzenia pieniędzy na swoje potrzeby



Większość uczniów (ponad 90%) otrzymuje od rodziców kieszonkowe, co biorąc pod uwagę wiek badanych, jest całkowicie zrozumiałe, gdyż są za młodzi, aby dorabiać sobie, wykonując nawet proste prace. Miejsca, w których najchętniej przebywa młodzież nie wymaga posiadania dużej gotówki (centra handlowe, parki, skwery).

RELACJE Z RÓWIEŚNIKAMI I DOROSŁYMI

Kolejnym aspektem badania w kontekście dobrostanu było zweryfikowanie relacji pomiędzy młodzieżą a innymi grupami z otoczenia, takimi jak rówieśnicy czy dorośli. Uczniowie odpowiadali zatem na pytania dotyczące tego, z kim lubią spędzać czas, czy czują się lubiani (akceptowani) przez swoich kolegów oraz czy są szanowani jako jednostki przez osoby starsze od nich. Badani deklarują, że najbardziej lubią spędzać czas ze znajomymi z klasy, z poprzedniej szkoły lub z miejsca zamieszkania.

Wykres 5. Spędzanie czasu wolnego



Wyniki wskazują, że najbliższe relacje młodzież buduje z osobami ze szkoły, a dopiero w drugiej kolejności ze znajomymi z miejsca zamieszkania. „Paczka” przyjaciół stanowi ważny punkt odniesienia. Spędzają oni razem czas po szkole - najczęściej w restauracjach szybkiej obsługi, parkach, galeriach handlowych. Kontakt ten jest następnie podtrzymywany do końca dnia dzięki telefonom komórkowym i portalom społecznościowym.

Niezwykle istotne w wieku dorastania jest postrzeganie i akceptacja w gronie rówieśniczym. Okazało się również, że spora część uczniów deklaruje uczestnictwo w jakiejś formie zorganizowanych zajęć pozaszkolnych, najczęściej w kursach językowych, tańca, zajęciach sportowych. (Pełech i Grygus, 2012)

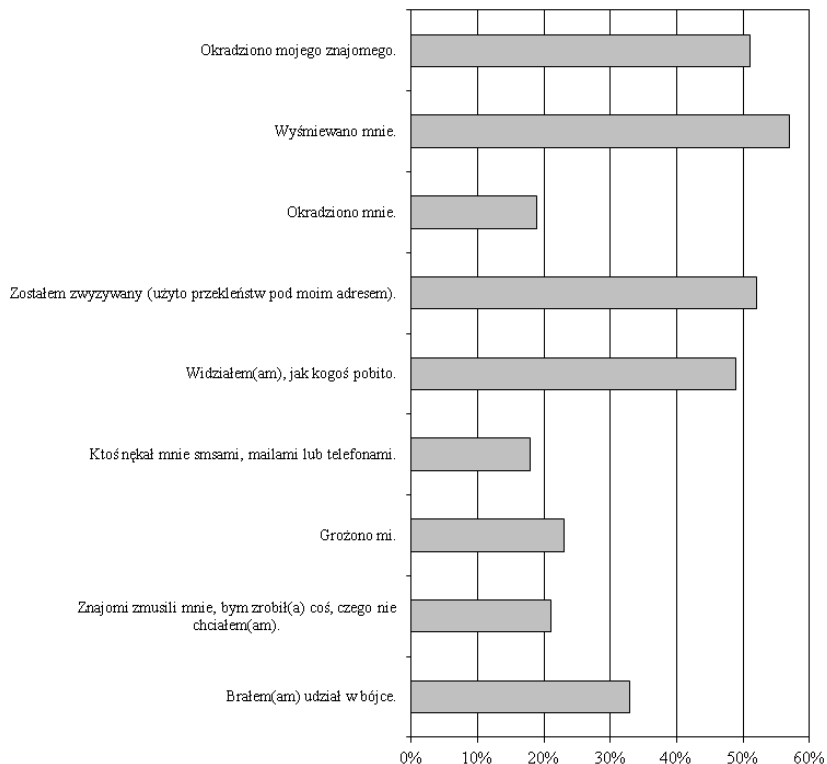
PRZEMOC

Przemoc w różnych badaniach, raportach i opracowaniach ujmowana jest w bardzo odmienny sposób. Istnieje też wiele definicji tego zjawiska i wiele kategorii. Najbardziej rozpowszechnioną definicją jest ta przyjęta przez Światową Organizację Zdrowia, zgodnie z którą przemoc to umyślne użycie siły fizycznej, zagrażające lub rzeczywiste, przeciwko sobie, komuś innemu lub przeciwko grupie lub społeczności, które powoduje lub prawdopodobnie spowoduje zranienie, fizyczne uszkodzenie, śmierć, ból psychologiczny, zaburzenie w rozwoju lub deprywację (wg WHO). Ta definicja jest bardzo szeroka, obejmuje zarówno jednorazowe, jak i wielokrotne akty przemocy psychicznej i fizycznej o różnym natężeniu i skali. W badaniu skoncentrowano się na przemocy rówieśniczej oraz przemocy domowej.

PRZEMOC RÓWIEŚNICZA

Wśród młodzieży szkolnej funkcjonuje duże przyzwolenie na stosowanie przemocy w środowisku szkolnym, stąd wykrywalność jej jest mniejsza. Bierze się to głównie z braku zaufania młodzieży do dorosłych, czego konsekwencją jest sygnalizowanie problemów. Istnieje ogromna rozbieżność między postrzeganiem tego zjawiska w szkole przez dorosłych i młodzież (Antczak, 2012). Wymuszenia, szturchanie i wyśmiewanie jest traktowane jako normalne odnoszenie się w stosunku do młodszych, silniejszych do słabszych.

Wykres 6. **Przemoc rówieśnicza [w %]**

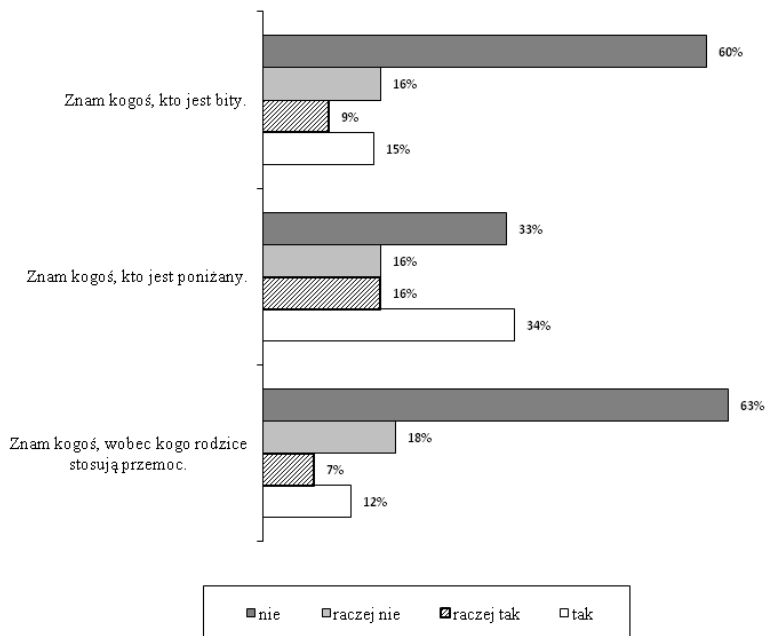


Wyśmiewanie, wyzywanie i bierność wobec przemocy (widziałem, jak kogoś bito – prawie 50% badanych) to dominujące formy przemocy rówieśniczej, głównie w gimnazjach. (Łukjaniuk 2012)

PRZEMOC W RODZINIE

Badanie przemocy w rodzinie jest bardzo trudne – jest to temat niezwykle delikatny. Dlatego też pytania zostały zadane w sposób ogólnikowy, na zasadzie „czy zgadzasz się ze stwierdzeniem, że ...”

Wykres 7. Informacja dotycząca przemocy w rodzinie [w %]



Jak pokazują wyniki badania, aż 24% gimnazjalistów deklaruje, że zna osobę, wobec której stosuje się przemoc fizyczną, a 19% wobec kogoś rodzice stosują przemoc. Poważnym problemem jest przemoc psychiczna, która wymaga odrębnego, pogłębionego badania. Aż 50% młodzieży zna kogoś, kto jest poniżany. Można domniemywać, że ma to miejsce zarówno w szkole (rówieśnicy, nauczyciele), jak i w domu (rodzice, rodzeństwo). Jest to zjawisko niezwykle niepokojące, świadczące o niskiej kulturze społecznej.

ZAKOŃCZENIE

Porównanie wyników wielu przeprowadzonych badań w tej tematyce pozwala na stwierdzenie, że bliskie relacje rodzinne, obejmujące wszystkich członków rodziny, wiążą się bezpośrednio z oceną dobrostanu psychicznego. Rodzaj relacji rodzinnych jest centralnym czynnikiem dla dobrostanu i jednocześnie zależy od okresu życia, w którym znajdują się rodzice i dzieci. Inne będą relacje rodzic – dziecko w okresie niemowlęcym

i wczesnego dzieciństwa, inne w późniejszym czasie. Jednocześnie trzeba nadmienić, iż mające miejsce pewne trudności w określeniu zależności przyczynowych między różnymi czynnikami występującymi w rodzinie są trudne do zdefiniowania.

Analizując zasady, którymi kieruje się rodzina i procesy zachodzące w niej, dotyka się bezpośrednio lub pośrednio zagadnienia szczęścia i zadowolenia rodzinnego. Osoby tworzące rodzinę dążą do tego, aby była ona środowiskiem sprzyjającym rozwojowi osobowościowemu wszystkich członków i miejscem właściwego wychowania dzieci. Temat dobrostanu członków rodziny, czyli poziom ich zadowolenia z życia oraz odczuwanych pozytywnych emocji i uczuć nie może pozostawać poza polem zainteresowania, jeśli dąży się do kształtowania właściwego obrazu życia rodzinnego. Analizując rodzinę i stosunki w niej panujące, dostrzega się konieczność systemowego, całościowego ujęcia rodziny w kontekście dobrostanu jej członków, równocześnie dostrzegając potencjalne możliwości usprawnienia procesu funkcjonowania rodziny.

Z przeprowadzonego badania można sformułować pewne wnioski i rekomendacje, głównie z punktu widzenia dzieci – młodzieży. Podstawowym problemem dla młodzieży jest atmosfera i partnerskie stosunki panujące w rodzinie oraz spędzanie czasu wolnego zgodnie z zainteresowaniami – samorealizacja (która zaowocuje w późniejszym okresie życia), rozwijanie pasji i to w sposób dla nich atrakcyjny. Nie czują się oni gospodarzami zarówno w szkole, jak i w miejscu zamieszkania, brak jest bezpiecznych miejsc dających swobodę, a jednocześnie, w których młodzież poczułaby się co najmniej współwłaścicielem. Stworzenie takich miejsc dałoby realną szansę wpływania na zachowanie młodzieży, które przekładałoby się na ograniczenie liczby negatywnych działań w przestrzeni, wzrostu poczucia bezpieczeństwa, zapewnienia warunków, jakich naprawdę potrzebują. Warto wziąć pod uwagę projekty często finansowane nie tylko z funduszy samorządowych, ale i europejskich, dzięki którym również młodzi ludzie mieliby szansę współdecydowania o swoim otoczeniu. Korzyści płynące z partycypacji młodzieży w takich projektach są ogromne, ponieważ zazwyczaj są to dla nich pierwsze decyzje dotyczące aktywnego uczestniczenia w życiu społecznym, czują się w związku z tym pełnoprawnymi obywatelami podejmującymi ważne dla siebie decyzje. Ma to ogromne znaczenie w późniejszych działaniach już w ich dorosłym życiu.

Bardzo ważne jest tworzenie okazji do poznawania różnorodnych pozytywnych i inspirujących ludzi, którzy robią coś interesującego, pozy-

tywnego, nieszablonowego, z których można czerpać przykład, wzorować się na nich. Należy zatem wzmocnić pozytywnie, a nie straszyć negatywnymi konsekwencjami. Taka filozofia powinna przyświecać nie tylko nauczycielom czy też szerzej – opiekunom, ale również rodzicom. Młodzi ludzie muszą również wiedzieć, gdzie mogą bez konsekwencji poradzić się specjalisty, znać miejsce, gdzie będzie udzielona im anonimowo pomoc. Powinno się stworzyć takie warunki, w których młodzież w różnych miejscach swojego funkcjonowania będzie czuła się akceptowana i w których będzie mogła się realizować, ważne są ich pasje, pomysły, inicjatywy, a rodzice i inni bliscy powinni ich w tym wspierać.

REFERENCES:

- Antczak, B. (2012a). *Poczucie bezpieczeństwa w szkole. Czy jest aż tak źle?* Józefów: WSGE, „Journal of Modern Science, 1/12/2012.
- Antczak, B. (2012b). *Problemy gimnazjalistów w aspekcie bezpieczeństwa społecznego w szkołach warszawskich.* Józefów: WSGE, „Journal of Modern Science”, 3/14/2012.
- Czapiński, J. (2009). *Diagnoza szkolna*, [w:] „Raport Roczny”.
- Diener, E., Lucas, R. E. i Oishi, S. (2008). *Dobrostan psychiczny. Nauka o szczęściu i zadowoleniu z życia*, [w:] J.Czapiński (red.), *Psychologia pozytywna. Nauka o szczęściu, zdrowiu, sile i cnotach człowieka.* Warszawa.
- Diener, E., Lucas, R. E. i Oishi, S. (2004). *The evolving concept of subjective well-being: themultifaceted nature of happiness*, [w:] Costa, P. T., Siegler, I. C., (red.), *Recent Advances in Psycholog and Aging.* Amsterdam.
- Fotyga, B. (2008). *Warszawskie badanie stylów życia młodzieży.* Instytut Spraw Publicznych.
- Grzelak, J., Zarzycki, T. (2004). *Spółeczna mapa Warszawy.* Warszawa.
- Krok, D. (2010). *Systemowe ujęcie rodziny w badaniach dobrostanu psychicznego jej członków*, [w:] Rodzina w nurcie współczesnych przemian. Opole: UO.
- Łukjaniuk J. (2012) *Udzielanie i organizacja pomocy psychologiczno-pedagogicznej w szkołach publicznych w świetle rozporządzenia MEN z 17 xi 2010. „Teoria”, dylematy i propozycje (ss. 617-632)* [w:] Ćmiel S. (red.) *Przestępczość nieletnich - teoria i praktyka.* Józefów:

Wydawnictwo WSGE

Młodzież 2008, Badanie CBOS.

Pełech, J., Grygus, I. (2012) Wymogi sanitarno-higieniczne odnośnie do zajęć z kultury fizycznej dla młodzieży jako czynnik bezpieczeństwa zdrowia i życia (ss. 459-471) [w:] Sitek M. i Bednarek W. (red.) *Krajobraz po mistrzostwach Europy 2012*. Józefów: Wydawnictwo WSGE

Pisarska, A. (2002). *Picie alkoholu w wypowiedziach młodzieży w wieku 13-15 lat*. Warszawa: Instytut Psychiatrii i Neurologii.

Raport (2010). *Badanie problemów społecznych dotyczących młodzieży mieszkającej i uczącej się na warszawskiej Woli*, Pracownia Badań i Innowacji Społecznych.

Schimack, U. (2008). *The structure of subjective well-being*, [w:] Eid, M., Larsen, R. J., (red.) *The science of subjective well-being*. New York – London.

Ustawa z 8.10.2010 o zmianie ustawy o przeciwdziałaniu narkomanii oraz ustawy o Państwowej Inspekcji Sanitarnej, Dz. U. nr 213 z 2010 r.

www.who.int (04.08.2013r.).