



„Wychowanie w Rodzinie” t. XXI (2/2019)

Iwona BANACH*

Świadomi rodzice i ich poczucie koherencji w wychowaniu w świetle koncepcji Anthonovsky’ego

Conscious parents and their sense of coherence in education in the light Anthonovsky’s concept

Abstrakt

Cel. W artykule zawarto rozważania nad współczesnym rodzicielstwem, świadomością i odpowiedzialnością w wychowaniu. Świadomość wychowawczą poprzedza świadomość odpowiedzialności za tworzenie rodziny, jej klimatu i warunków życia dla wszystkich domowników. Wychowanie realizowane w sposób świadomy, prowadzące do osiągnięcia zamierzonych skutków, wymaga spełnienia określonych warunków. Oddziaływania wychowawcze podlegają określonym prawom i regułom, których respektowanie w znacznym stopniu decyduje o przebiegu procesu wychowania. Odpowiedzialność za wychowanie jest ściśle powiązana z odpowiedzialnością rodzicielską, której podstawową cechą stanowi totalność przejawiająca się we wszystkich aspektach życia dziecka. Rodzicielstwo to także troska o właściwy rozwój społeczny dziecka i posiadanie przez nie umiejętności społecznych. W artykule odniesiono się do koncepcji poczucia koherencji A. Anthonovsky’ego, którą można z powodzeniem przenieść na grunt pedagogiki i zastosować również w odniesieniu do procesu wychowania.

Materiały i metody. Przegląd i analiza literatury przedmiotu.

Wnioski. Analiza literatury i dotychczasowych badań pozwala na stwierdzenie, że koncepcja koherencji Anthonovsky’ego może być rozpatrywana z perspektywy pedagogicznej i zastosowana w odniesieniu do procesu wychowawczego, umożliwiając większą skuteczność oddziaływań wychowawczych.

Słowa kluczowe: rodzicielstwo, świadomość, poczucie koherencji.

* e-mail: i.banach@wpps.uz.zgora.pl

Wydział Nauk Społecznych, Uniwersytet Zielonogórski, Aleja Wojska Polskiego 69,
65-762 Zielona Góra, Polska.

ORCID: 0000-0001-9204-2002

Abstract

Aim. The article contains reflections on modern parenting, awareness, and responsibility in education. Educational awareness precedes the awareness of responsibility for creating a family, its climate, and living conditions for all household members. Education carried out in a conscious manner, leading to the achievement of intended effects requires fulfillment of certain conditions. Educational impacts are subject to specific laws and rules. Respecting them largely determines the course of the educational process. Responsibility for upbringing is closely linked to parental responsibility, the basic feature of which is totality manifesting itself in all aspects of the child's life. Parenthood is also a concern for the child's proper social development and social skills. In the article, I referred to the concept of A. Antonovsky's sense of coherence, which can be successfully transferred to pedagogy and also applied to the process of education.

Materials and methods. Review and analysis of the literature on the subject.

Conclusions. The analysis of the subject literature and the research to date allows for the conclusion that the concept of Anthonovsky's coherence can be considered from the pedagogical perspective and applied in relation to the educational process, enabling greater effectiveness of educational interactions.

Keywords: parenthood, awareness, sense of coherence.

Wprowadzenie

Współczesne rodzicielstwo to rodzicielstwo aktywne i zaangażowane, stymulujące i skłaniające rodziców do ciągłego rozwoju i dostosowywania do zmieniających się okoliczności. Rodzicielstwo zaangażowane polega na świadomym uznaniu przez rodziców, że wychowanie dzieci jest wspólną pracą i płaszczyzną ich codziennej aktywności. Przejawia się ono w posiadaniu świadomości wychowawczej w kwestii przyjmowania właściwych postaw wobec dziecka i uznania procesu wychowania dzieci za ważne zadanie rodzicielskie. Zaangażowanie rodzicielskie to także uczestnictwo rodziców w życiu dziecka, polegające na obserwacji zmian dokonujących się w dziecku i ich modyfikacji podczas wchodzenia w interakcje z dzieckiem. Przyjęcie takiej postawy wobec dziecka daje mu szansę na szczęśliwe dzieciństwo i właściwy rozwój pozostający w zgodności z oczekiwaniami społecznymi¹.

Rodzicielstwo zaczyna być tak dynamiczne jak rozwój dziecka, a dotrzymanie mu kroku wymusza na rodzicu konieczność nabywania nowych kompetencji, rozwoju osobowości i otwierania się na potrzeby innych. Takie zmiany stanowią jeden z ważniejszych elementów poczucia tożsamości dorosłego człowieka².

¹ L. Bakiera, *Zaangażowane rodzicielstwo a autokreacyjny aspekt rozwoju dorosłych*, Difin, Warszawa 2013, s. 156–158.

² B. Harwas-Napierała, *Rodzina a rozwój człowieka dorosłego*, Wydawnictwo Naukowe UAM, Poznań 2003, s. 40–42.

Kształt i wizerunek współczesnej rodziny są wynikiem z jednej strony burzliwych przeobrażeń dokonujących się w wielu płaszczyznach życia, z drugiej strony stanowi pochodną czynników wewnątrzrodzinnych, takich jak: wykształcenie rodziców, poziom ich kultury ogólnej i kultury zachowań sytuacyjnych, pozycja społeczna rodziców w środowisku lokalnym i ponadlokalnym, oraz postawy rodzicielskie, świadomość rodzicielska i umiejętności wychowawcze. Analizując kondycję współczesnych rodzin i dokonujące się w nich przemiany zwraca się uwagę na występowanie określonych tendencji, do których zalicza się: zanik tradycji w rodzinie, malejący odsetek rodzin trójpokoleniowych, obniżenie autorytetu rodziców, marginalizację funkcji wychowawczej rodziny, emigrację zarobkową rodziców, brak czasu dla rodziny, osłabienie więzi w rodzinie, wydłużanie się okresu zawierania małżeństw oraz spadek dzietności, wzrost liczby rozwodów i separacji, poszerzanie się związków opartych na kohabitacji, zjawisko singli, czy upodabnianie się rodziny wiejskiej do miejskiej, co wiąże się z rezygnacją ze swej tożsamości oraz specyfiki środowiskowej³.

Rodzina jako środowisko wychowawcze jest także źródłem modelowania w zakresie pełnienia funkcji rodzicielskiej, do którego człowiek będzie mógł odnosić się w swoim dorosłym życiu. Styl wychowania i postawy stosowane przez rodziców w rodzinie pochodzenia stanowią punkt odniesienia w procesie wychowania własnego potomstwa. Na identyfikację z rodzicami jako wychowawcami i przejmowanie ich stylu wychowawczego jako własnego wskazują wyniki badań, według których uczestnicząca w nich młodzież aż w 72% akceptuje styl wychowania w swoich rodzinach generacyjnych. Wśród takich wskazań 60% zadeklarowało chęć stosowania podobnego stylu wychowania, a 12% takiego samego, jak rodzice⁴.

Warto zauważyć, iż sam styl wychowania na przestrzeni dziejów także ulegał przemianom. Wychowanie w rodzinie oparte jest na dwóch procesach: normatywnym (stawianie dziecku wymagań) i emocjonalnym (zapewnienie dziecku uczuciowego wsparcia). W zależności od kombinacji tych procesów powstają cztery style wychowania: dojrzały (wymagania poparte uczuciem), paradoksalny (wymagania bez wsparcia uczuciowego), naiwny (emocjonalna bliskość bez wymagań) oraz styl obojętny (brak wymagań i uczuć)⁵. Najbardziej znaną klasyfikacją jest wyróżnienie

³ M. Śnieżyński, *Dialog w rodzinie: studium teoretyczno-empiryczne*, Wydawnictwo WAM, Kraków 2014, s. 34.

⁴ E. Budzyńska, *Obraz rodziny u katowickiej młodzieży*, [w:] E. Budzyńska, J. Burzyński, A. Niesporek, W. Świątkiewicz (red.), *Rodzina wobec wartości: socjologiczne studium rodzin wielkomięjskich na przykładzie Katowic*, Zakład Socjologii Wiedzy Instytutu Socjologii Uniwersytetu Śląskiego, Katowice 1999, s. 70–83.

⁵ J. Mariański, *Młodzież między tradycją i ponowoczesnością: wartości moralne w świadomości maturzystów*, Redakcja Wydawnictw KUL, Lublin 1995, s. 326–327; J. Mariański, *Praktyki religijne młodzieży a uznawane wartości prorodzinne*, [w:] M. Ziemska (red.), *Rodzina współczesna*, Wydawnictwa Uniwersytetu Warszawskiego, Warszawa 1999, s. 143–145.

autokratycznego, demokratycznego, liberalnego i niekonsekwentnego stylu wychowania⁶. Rodzice są obecnie coraz bardziej tolerancyjni i liberalni, skłonni do partnerstwa i dialogu z dziećmi, chętnie też włączają dzieci w rozwiązywanie problemów wychowawczych. Wyraźnie zarysowuje się tendencja w zachowaniu rodziców wobec dzieci, polegająca na wycofywaniu się rodziców z wychowania i wprowadzania dzieci w pełnienie ról społecznych⁷.

Rodzicielstwo to także troska o właściwy rozwój społeczny dziecka i posiadanie przez nie umiejętności społecznych, które rozwijają się zarówno na bazie posiadanych przez dziecko cech fizycznych (np. wzrost, głos, wygląd fizyczny), jak i psychicznych (np. nieśmiałość lub lękliwość) oraz poznawczych (np. giętkość myślenia lub poziom inteligencji)⁸. Umiejętności społeczne stanowią element składowy społecznych kompetencji człowieka, czyli zdolności wywierania wpływu na innych i osiągnięcia pożądanego efektu w otoczeniu. Posiadanie tych kompetencji ułatwia inicjowanie, rozwój i podtrzymywanie relacji międzyludzkich. Umiejętności społeczne określane są jako

zdolności do wchodzenia w interakcje z innymi ludźmi w danym kontekście społecznym przy użyciu takich zachowań społecznych, które są akceptowane bądź cenione społecznie, zarazem osobiście korzystne lub wzajemnie korzystne lub korzystne przede wszystkim dla innych. Są to zatem takie sposoby zachowania, które są akceptowane społecznie i nie powodują urazów u innych⁹.

W zrozumieniu mechanizmu nabywania umiejętności społecznych szczególnie przydatna okazuje się teoria społecznego uczenia się A. Bandury, nazywana także teorią społeczno-kognitywną. Według tej teorii posługiwanie się przez ludzi symbolami pełni rolę wewnętrznych i poznawczych wzorców kierowania zachowaniem i oceny rezultatów tych działań. W wyjaśnianiu ludzkiego zachowania w roli głównej występują informacje służące kształtowaniu się symbolicznej reprezentacji zachowań interpersonalnych oraz ich oczekiwanych konsekwencji. Zachowania, które zostały nabyte na poziomie symbolicznym w drodze uczenia się przez obserwację (modelowanie), mogą być w przyszłości stosowane w życiu codziennym. O jego zastosowaniu zadecyduje opłacalność tego zachowania z punktu widzenia jego konsekwencji, lub przekonanie o wartości tego zachowania. Głównym czynnikiem motywującym do odwoływania się do konkretnego zachowania jest odczuwanie własnej skuteczności, co przekłada się na

⁶ M. Przetacznik-Gierowska, Z. Włodarski, *Psychologia wychowawcza*, t. 2, PWN, Warszawa 1994, s. 127–132.

⁷ D. Kornas-Biela, *Rodzina w opinii młodego pokolenia Polaków*, [w:] D. Kornas-Biela (red.), *Rodzina: źródło życia i szkoła miłości*, TN KUL, Lublin 2000, s. 126.

⁸ M. Oleś, *Rodzina a umiejętności psychospołeczne dzieci*, [w:] D. Kornas-Biela (red.), *Rodzina: źródło...*, dz. cyt., s. 271.

⁹ M. Oleś, *Rodzina a umiejętności...*, dz. cyt., s. 268.

rodzaj podejmowanej aktywności, energię wkładaną w działanie, wytrwałość i emocje. Można zatem powiedzieć, że teoria społeczno-kognitywna odwołuje się przede wszystkim do procesu samoregulacji, polegającego na kierowaniu własnym zachowaniem, w przeciwieństwie do mechanicznego reagowania na bodźce¹⁰.

W literaturze przedmiotu można znaleźć wiele klasyfikacji umiejętności społecznych, R. C. Rinn i A. Markle wyróżniają wśród nich: 1) umiejętności wyrażania siebie, np. okazywanie uczuć, wyrażanie swoich opinii, przyjmowanie komplementów; 2) umiejętności wzmacniania innych osób, takie jak zgadzanie się z czyjąś opinią, chwalenie innych; 3) umiejętności asertywne, czyli zwracanie się do kogoś z prośbą, niezgadzanie się z opiniami innych, odmowa w sytuacji nieuzasadnionych żądań; 4) umiejętności komunikowania się, np. prowadzenie rozmowy czy rozwiązywanie różnych problemów interpersonalnych¹¹.

Natomiast M. Argyle proponuje szczegółową listę umiejętności społecznych, zaliczając do nich:

- nagradzanie i wzmacnianie – są umiejętnościami psychospołecznymi istotnymi dla atrakcyjności interpersonalnej jednostki. Wzmocnienia mogą przyjmować formę werbalną (wyrażona ocena pozytywna, aprobata, akceptacja, zgoda, ośmielenie, wyrazy sympatii) i niewerbalną (spojrzenie, dotyk, ton głosu, uśmiech, potakiwanie głową);
- komunikacja niewerbalna – składa się na nią przede wszystkim niewerbalna ekspresja, której elementami składowymi są zachowania niewerbalne takie jak: postawa ciała, zachowanie odpowiedniego dystansu, wyraz twarzy – szczególnie spojrzenie i uśmiech, ton głosu oraz jego siła i wyrazistość, a także gestykulacja;
- werbalna komunikacja – jej głównym celem jest wywieranie określonego wpływu na innych ludzi. Zakłada się, że powinna odnosić się do wcześniejszych faktów, dostarczać wyważoną ilość informacji oraz być jasna i zgodna z prawdą. Na społeczne umiejętności werbalne składają się: umiejętność modyfikowania, klaryfikowania, a także rozwijania wypowiedzi słownej stosownie do informacji zwrotnej uzyskiwanej przez nadawcę od partnera interakcji. Pozostaje w silnym związku z komunikacją niewerbalną;
- empatia, współpraca i troska o innych – empatia jest jakby „przenikaniem lub wkraczaniem w wewnętrzny świat drugiego człowieka i zarazem odczuwaniem, iż się jest niejako w jego własnym wnętrzu”¹². Współpraca lub współdziałanie

¹⁰ A. Bandura, *Social learning theory*, Prentice Hall, Englewood Cliffs 1977. Za: M. Oleś, *Rodzina a umiejętności...*, dz. cyt., s. 271.

¹¹ R.C. Rinn, A. Markle, *Modification of social deficits in children*, [w:] A.S. Bellack, M. Hersen (red.), *Research and practice in social skills training*, Plenum Press, New York 1979. Za: M. Oleś, *Rodzina a umiejętności...*, dz. cyt., s. 269.

¹² M. Łobocki, *Teoria wychowania w zarysie*, Impuls, Karków 2004, s. 150.

polega na uwzględnianiu celów wyznaczanych przez innych ludzi oraz celów własnych i wypracowaniu wspólnie takiego zachowania, aby obie grupy celów były możliwe do realizacji;

- poznanie i rozwiązywanie problemów – w relacjach międzyludzkich istotne jest przestrzeganie pewnych (niepisanych) praw i zasad, poza tym zdolność prawidłowego rozumienia sytuacji i relacji interpersonalnej oraz zdolność właściwego odbioru informacji zwrotnych, ich analizy, wyciągania wniosków i modyfikacji własnego zachowania;
- autoprezentacja – jest ogólnym wrażeniem odnoszącym się do danej osoby, na które składają się jej gesty, sposób mówienia, formy zachowania i inne sygnały. Jest to wpływanie tej osoby, za pomocą zachowań wyrażanych w formie werbalnej i niewerbalnej, na wrażenie, jakie wywiera ona na innych ludzi¹³.

Rodzina pełni zatem istotną rolę w procesie kształtowania umiejętności psychospołecznych. Jest ona jednocześnie modelem zachowań społecznych, norm, zasad i ocen, ale także kształtuje postawy wobec tych zachowań. Przekonując o ich słuszności i wyjaśniając ich sens, dokonuje tym samym ich wartościowania. Orientuje młodego człowieka w repertuarze różnych zachowań, umożliwiając mu ich ocenę z uwagi na pozytywne i negatywne konsekwencje o charakterze społecznym czy moralnym. Rodzice, wykorzystując w tym zakresie metodę modelowania czy perswazyjną, stanowią najlepszy przykład do naśladowania. Należy przy tym pamiętać, że dzieci i młodzież są szczególnie wrażliwe na niezgodność głoszonych idei z prezentowanymi przez modela zachowaniami. Osłabiają one jego autorytet, co powoduje zmniejszenie skuteczności jego wpływu na młode pokolenie.

Nabywanie umiejętności społecznych przez dzieci odbywa się niejako w sposób spontaniczny w toku rozwoju, kiedy podejmują one aktywność w różnorodnych środowiskach wychowawczych. Z tego powodu istotne jest, z punktu widzenia dbałości rodzicielskiej o prawidłowy rozwój dziecka, aby zwracać uwagę, w jakim środowisku społecznym wychowuje się dziecko, jak funkcjonuje jego rodzina, kto modeluje jego zachowania, oraz z jakimi wzorcami zachowań styka się w swej codzienności. Dziecko posiadające umiejętności społeczne nie przejawia problemów w realizowaniu swoich celów i osiągając je prezentuje repertuar zachowań pożądaných społecznie. Tym samym jego działania w drodze do celu są zwykle aprobowane i akceptowane w jego najbliższym otoczeniu: rodzinie, klasie szkolnej, szkole czy grupie rówieśniczej¹⁴.

¹³ M. Argyle, *Social skills* [hasło], *Companion Encyclopedia of Psychology*, t. 1, Routledge, London – New York 1994. Za: M. Oleś, *Rodzina a umiejętności...*, dz. cyt., s. 269–271.

¹⁴ I. Banach, E. Bartkowiak, *Rodzicielstwo i dzieciństwo w rozwoju dziejowym*, Impuls, Kraków 2021.

Odpowiedzialność rodziców za wychowanie

Gdy rozpatrujemy życie rodzinne, a w nim toczący się od wieków proces wychowania i dylematy rodziców związane z jego przebiegiem i organizacją, stanowiące skutek zachodzących przemian, koniecznym wydaje się zwrócenie uwagi na kwestię odpowiedzialności za wychowanie. Pojęcie odpowiedzialności pozostaje w silnym związku z pojęciem rodzicielstwa, choćby tylko z punktu widzenia stosowanej terminologii. Rodzicielstwo rozumiane jest jako układ zależności i powinności pary rodzicielskiej wobec dziecka. Wyraża się w postaci pełnienia ról matki i ojca, które stanowią podstawę tworzenia się relacji na płaszczyźnie rodzice – dzieci. Początek rodzicielstwa stanowi moment poczęcia dziecka i związane jest ono z realizacją określonych zadań ukierunkowanych na rozwój dziecka i przygotowanie go do samodzielnego funkcjonowania w dorosłym życiu¹⁵.

Samo już pojęcie odpowiedzialności (z języka łac. *respondere* – odpowiadać za siebie, bronić się przed sądem), wywodzące się z prawa rzymskiego, sugeruje przyjęcie jakiegoś zobowiązania w sposób świadomy i dobrowolny. Pomimo faktu, iż dla filozofów oznacza ono pojęcie ontologiczno-egzystencjalne, które opisuje ludzki byt w sposób istotowy¹⁶, nie posiada ono swej uniwersalnej definicji. Autorzy, podejmując problematykę odpowiedzialności, najczęściej odwołują się do ujęcia zaproponowanego przez Romana Ingardena, który wyjaśniając jej fenomen mówi, że z odpowiedzialnością mamy do czynienia w czterech sytuacjach, wówczas, gdy po pierwsze: ktoś ponosi odpowiedzialność za coś albo jest za coś odpowiedzialny; po drugie: ktoś podejmuje odpowiedzialność za coś; po trzecie: ktoś jest za coś pociągany do odpowiedzialności; po czwarte: ktoś działa odpowiedzialnie¹⁷. Odwołując się zatem do pojęcia odpowiedzialności „rozumie się przez nie na ogół bądź to ponoszenie odpowiedzialności, podejmowanie odpowiedzialności, pociąganie do odpowiedzialności lub działanie odpowiedzialne. Są to cztery podstawowe sposoby rozumienia odpowiedzialności”¹⁸.

Odpowiedzialność za wychowanie jest ściśle powiązana z odpowiedzialnością rodzicielską, której podstawową cechą stanowi totalność, przejawiająca się we wszystkich aspektach życia dziecka (obejmuje zaspokojenie potrzeb fizjologicznych, rozwój emocjonalny i umysłowy). Jej podstawowym wyróżnikiem jest niezbywalność, ponieważ

¹⁵ D. Markowska, *Dorastanie – małżeństwo – rodzicielstwo – rodzina: pojęcia i problematyka badawcza*, [w:] K. Wąż (red.), *Bądź odpowiedzialny: wychowanie do odpowiedzialności i partnerstwa w rodzinie: opis programu edukacyjnego i jego realizacji*, Wydawnictwo Uniwersytetu Zielonogórskiego, Zielona Góra 2008, s. 84.

¹⁶ M. Zaborniak-Sobczak, *Odpowiedzialność młodzieży z wadą słuchu*, Wydawnictwo Uniwersytetu Rzeszowskiego, Rzeszów 2014.

¹⁷ R. Ingarden, *Książeczka o człowieku*, Wydawnictwo Literackie, Kraków 1987, s. 73–75.

¹⁸ M. Łobocki, *Teoria wychowania...*, dz. cyt., s. 113.

nie pozostaje ona w związku z wcześniejszymi wyborami i uznaniem, jest ustanowiona przez naturę i niepodatna na przemiany jej warunków przez osoby, które w niej uczestniczą. Odpowiedzialność rodzicielska ma charakter nieodwołalny, w odróżnieniu od ustanawianej w sposób „sztuczny” odpowiedzialności kontraktowej. W takim rozumieniu rodzice pozostają odpowiedzialni za wszystko to, co mieści się w granicach ich możliwości. Odpowiedzialność rodzicielska zatem, z uwagi na swą totalność, nieodwołalność i niezbywalność, stawia przed rodzicami konieczność bezgranicznego zaangażowania się w wychowanie dzieci¹⁹. Działalność rodziców wobec dzieci ma jeszcze inne aspekty, jednym z nich jest konieczność podejmowania oddziaływań wywierających wpływ na przyszłość ich dzieci. Wszystko to, co dzieje się tu i teraz, nabierze kształtu w przyszłym życiu ich potomstwa. Wychowanie stanowi więc swoistego rodzaju lokatę na przyszłość, jej efekty będą procentować po upływie określonego czasu.

Z odpowiedzialnością nierozzerwalnie związana jest decyzja o rodzicielstwie. W tym obszarze także zauważa się konsekwencje przemian społeczno-kulturowych i przemian samej rodziny. Zmiany w rodzinie implikują skutki, jakimi są przeobrażenia w jej poszczególnych aspektach, czynnikach i całym funkcjonowaniu. Rodzicielstwo zostaje obecnie odroczone w czasie, ale staje się też coraz bardziej świadome. Jest przemyślanym zaplanowanym wyborem, który zawiera się w kręgu racjonalnych decyzji. W takim ujęciu rodzicielstwo staje się elementem życia o długofalowych konsekwencjach²⁰. Coraz większy odsetek współczesnych młodych ludzi opóźnia decyzję o rodzicielstwie, co w wielu przypadkach powoduje swoistego rodzaju „dorośnięcie” do roli i świadomą decyzję, której konsekwencją stanowi posiadanie potomstwa i przemyślanego planu jego wychowania.

Przy odniesieniu się do etyki odpowiedzialności H. Jonasa, wpisującej się w kanony etyki tzw. „rozwoju trwałego i zrównoważonego”, odpowiedzialność rodzicielska traktowana jest jako archetyp wszelkiej odpowiedzialności z uwagi na fakt, że rodzic jako podmiot odpowiedzialności jest odpowiedzialny za dziecko w całokształcie. W praktyce oznacza to, że rodzic odpowiada nie tylko za zaspokojenie potrzeb dziecka, ale także za wszystkie jego możliwości „przed trybunałem a jednocześnie instancją, którą ten podmiot odpowiedzialności już jest lub stanie się w przyszłości. W związku z tym postrzega się swoistą kruchość bytu, którą jest przedmiot odpowiedzialności”²¹.

¹⁹ J.M. Michalak, *Odpowiedzialność rodziców i dziecka w wychowaniu*, [w:] J. Wilk (red.), *Rodzina XX wieku wobec dobra dziecka*, Katedra Pedagogiki Rodziny KUL, Lublin 2003, s. 21–30.

²⁰ A. Kwak, *Rodzina w dobie przemian: małżeństwo i kohabitacja*, Wydawnictwo Akademickie Żak, Warszawa 2005, s. 42.

²¹ B. Niećko-Bukowska, *Perspektywy ujęcia odpowiedzialności*, „Investigationes Linguisticae” 2008, t. 16, s. 134.

Z rodzicielską odpowiedzialnością w ścisłym związku pozostaje przede wszystkim uczucie miłości do dziecka, ponieważ stanowi ona główną i zasadniczą bazę zaangażowania w wychowanie działające na korzyść dziecka i jego rozwoju. Wynika z niej troska o zapewnienie jak najlepszych warunków, poczucia bezpieczeństwa i przynależności do rodziny. Dzieci pojawiające się w rodzinie otaczane są z miłości swoistego rodzaju kokonem starań rodziców, przejawiających się podejmowaniem działań na korzyść dziecka. Świadoma i dojrzała miłość rodziców do dziecka powinna przejawiać się w ich odpowiedzialności wychowawczej. W realizacji miłości rodzicielskiej w wychowaniu istotne wydaje się odwoływanie się do pewnych reguł. J. Mastalski wskazuje następujące:

- regułę pragnienia dobra, opartą na otwarciu się rodzica na potrzeby dziecka przy jednoczesnym posiadaniu świadomości, że w wielu sytuacjach rodzic musi zrezygnować ze swoich pragnień w imię wspierania jego rozwoju;
- regułę niezaborczego ciepła, która mówi o miłości bez przytłaczania, ograniczania i zniewalania dziecka;
- regułę odpowiedzialnego wspierania, polegającą na stosowaniu postawy dyskretnego trwania przy dziecku w celu czuwania nad jego wyborami; odpowiedzialne wspieranie dalekie jest od narzucania i wyrażania, wynika z miłości i stanowi wyraz troski o prawidłowy rozwój dziecka we wszystkich sferach;
- regułę dawania świadectwa życia, odnoszącą się do trwałej wspólnoty rodzinnej;
- regułę budowania pogłębionych relacji rodzicielskich, które wyrażają się w akceptacji dziecka, okazywaniu mu szacunku i obdarzaniu zaufaniem, oraz w stawianiu dziecku wymagań;
- regułę afirmacji uczuć dzieci, utożsamianie się z ich uczuciami, co przekonuje dzieci o uznaniu ich przez rodziców za prawdziwe istoty ludzkie²².

Odnoszenie się w wychowaniu do przytoczonych powyżej reguł z dużym prawdopodobieństwem zaowocuje ukształtowaniem odpowiedzialnego i poprawnego moralnie i społecznie młodego człowieka. Realizowanie ich w praktyce przekonuje z pewnością o wysokim stopniu świadomości pedagogicznej współczesnych rodziców²³.

Świadomość w wychowaniu

Z procesem wychowania w ścisłym związku pozostaje wspomniana wcześniej odpowiedzialność oraz świadomość pedagogiczna rodziców, odnosząca się nie tylko

²² Za: M. Śnieżyński, *Dialog w rodzinie: studium teoretyczno-empiryczne*, Akademia Ignatianum, Wydawnictwo WAM, Kraków 2014.

²³ I. Banach, E. Bartkowiak, *Rodzicielstwo i dzieciństwo...*, dz. cyt., s. 100–103.

do samego wychowania, ale także do opieki i przepisów prawnych. Przyjmuje się, iż świadomość to „wewnętrzny, subiektywny stan zdawania sobie sprawy z czegoś”²⁴ lub „szczególny rodzaj wewnętrznej reprezentacji rzeczywistości, jej wewnętrzny obraz, model, odbicie”²⁵.

Wychowanie realizowane w sposób świadomy, prowadzące do osiągnięcia zamierzonych skutków, wymaga spełnienia określonych warunków. Oddziaływania wychowawcze podlegają określonym prawom i regułom, których respektowanie w znacznym stopniu decyduje o przebiegu procesu wychowania. Niewątpliwym jest fakt, że wychowanie jako proces decydujący o życiu jednostek i społeczności wymaga optymalizacji. Aby podejmowane działania wychowawcze odbywały się w sposób świadomy i były skuteczne, oraz odniosły zamierzony efekt, konieczne jest zdawanie sobie sprawy z istoty samego procesu. Wychowanie nie jest zabiegiem oderwanym od codziennych zdarzeń życia rodzinnego, lecz stanowi jego podstawowy składnik. Oddziaływania wychowawcze są częścią złożonego procesu życia w ogóle i tkwią w nim w sposób bezpośredni. Proces ten nie pozostaje obojętny na intensywnie dokonujące się zmiany ekonomiczne i społeczne, przekładające się na funkcjonowanie rodziny. Pod ich wpływem dokonują się przeobrażenia w obrazie rodziny²⁶.

Podjęcie działań związanych z wychowaniem młodego człowieka wymaga przede wszystkim określenia celu, jaki zamierzamy w wyniku przebiegu tego procesu osiągnąć. Wychowanie dziecka jawi się takim celem w życiu rodziny. Aby zapewnić racjonalny przebieg tego procesu, środowisko rodzinne powinno posiadać określoną strukturę zapewniającą osiągnięcie zakładanych celów. Niezbędnymi elementami tej struktury są matka, ojciec i dziecko. Brak któregośkolwiek elementu w tym podstawowym kształcie rodziny ludzkiej może stanowić zagrożenie deformujące zarówno biologiczną, jak i społeczną wartość tej grupy społecznej²⁷.

Świadomość, rozpatrywana z punktu widzenia procesu wychowania, oznacza potrzebę dwubiegunowego spojrzenia na rozwój i funkcjonowanie dziecka. Z jednej strony refleksja pedagogiczna powinna przenikać oddziaływania podejmowane aktualnie (czyli pedagogiczne *tu i teraz*) dla aranżowania sytuacji i rozwiązywania problemów dnia codziennego, z drugiej strony nieustannie należy pamiętać o przyszłych konsekwencjach naszych terażniejszych rodzicielskich zachowań. Specyfika

²⁴ A.S. Reber, E.S. Reber, *Słownik psychologii*, tłum. B. Janasiewicz-Kruszyńska, Scholar, Warszawa 2002, s. 740.

²⁵ T. Tomaszewski, *Psychologia*, PWN, Warszawa 1978, s. 171.

²⁶ Szczególnie istotny wpływ na ten aspekt w ostatnim czasie wywarła pandemia wirusa Covid-19.

²⁷ J.A. Pielkowa, *Rodzicielskie troski*, Instytut Wydawniczy Związków Zawodowych, Warszawa 1988, s. 95–96.

działalności wychowawczej polega między innymi na tym, że wiele rodzicielskich słów, gestów, zachowań, decyzji, nagród i kar – pozostaje w pamięci dziecka na zawsze. Zapisują się one albo jako pozytywne, albo jako negatywne wspomnienia, które bywają aktywne niekiedy przez całe dorosłe życie. Świadomość jest wiedzą i refleksyjnym spojrzeniem na konsekwencje w postaci niepożądanych skutków. Można przyjąć, pozostając w zgodzie z teoriami poznawczymi, że świadomość pedagogiczna i prawna rodziców może być traktowana jako podstawa ich działania. W myśl takiego rozumienia można założyć, że wszystko to, co rodzice wiedzą i rozumieją w zakresie wychowania i opieki, oraz ich przemyślenia i uczucia związane z tą wiedzą, w znacznym stopniu warunkują ich postępowanie, co przekłada się w efekcie na przemyślane i świadome działania²⁸.

Wychowanie, jako działalność podejmowana przez rodziców-nieprofesjonalistów, stanowi bardzo często działanie intuicyjne, przejawiające się reagowaniem na określone sytuacje. Jest ono nierzadko testowaniem rozmaitych zachowań i badaniem sposobu reagowania na nie przez dzieci. Przypomina to działanie metodą prób i błędów. Rodzicom często brakuje wiedzy i doświadczenia, testują podpatrzone u innych sposoby reagowania w konkretnych sytuacjach, lub powielają wzory i metody stosowane w domu rodzinnym przez własnych rodziców. Wielu rodziców poszukuje informacji, odwołując się do różnego rodzaju poradników lub wirtualnych portali czy forów. Oczekują znalezienia opracowanych i gotowych do zastosowania schematów i wzorów skutecznie rozwiązujących problemy towarzyszące wychowaniu na różnych etapach życia dziecka. Często jednak okazuje się, że interesujące rozwiązania nie zdają egzaminu w praktyce, ponieważ przenoszenie ich na zupełnie inny grunt, nieuwzględniający warunków i osobowości uczestników tego procesu, jest zwyczajnie nieskuteczne.

Świadomość rodziców dotyczy również poczucia odpowiedzialności za kształt, formułę i jakość składników budujących rodzinę. Model tej podstawowej komórki społecznej jest wypracowaną przez wszystkich jej członków, i mieszczące się w jej składzie elementy, oryginalną i niepowtarzalną strukturą. Funkcjonowanie rodziny jest wypadkową wielu czynników, składających się na układ i rodzaj związków i zależności w niej występujących. O jej prawidłowym funkcjonowaniu decyduje wiele uwarunkowań, wśród nich można wskazać:

- zespół warunków bytowych (pozwalających na zaspokojenie potrzeb biologicznych i rozwojowych dziecka);
- czas pracy i czas wolny rodziców (wymiar pracy rodziców, ilość czasu wolnego oraz jego część poświęcana dziecku);

²⁸ M. Dyrdół, P. Wesołowska, *Wybrane aspekty świadomości pedagogicznej i prawnej rodziców traktowanej jako zasób rodziny: badania własne*, [w:] E. Czerka-Fortuna, K. Kmita-Zalewska, A. Zbierchowska (red.), *Zasoby rodziny: wychowanie, poradnictwo, praca socjalna*, Wydawnictwo Naukowe Katedra, Gdańsk 2016, s. 489–490.

- poziom społeczno-kulturalny rodziców, umiejętności wychowawcze, wykształcenie, aktywność społeczna i kulturowa, stosunek do świata wartości, światopogląd, zasady moralne;
- zgodne pożycie rodziców;
- właściwa organizacja życia rodzinnego²⁹.

Świadomość wychowawczą poprzedza świadomość odpowiedzialności za tworzenie rodziny, jej klimatu i warunków życia dla wszystkich domowników. Dobra atmosfera i dbałość o rodzinną harmonię, oraz troska o optymalne warunki rozwoju i dobre samopoczucie, budują silną więź pomiędzy wszystkimi członkami rodziny, a ciepły klimat scala rodzinę jako grupę, tworząc niezastąpione środowisko rozwoju. Na postępowanie wobec dziecka powinna wpływać przede wszystkim świadomość oparta na wiedzy i refleksji na temat wychowania i opieki nad dzieckiem. Powinna ona uwzględniać: cele wychowania, metody i formy wychowania, skutki ich stosowania, możliwości wychowawczego wywierania wpływu, opiekę i jej formy oraz znaczenie, jakie dla dziecka mają podejmowane wobec niego czynności opiekuńcze³⁰.

Rodzina jest także rozpatrywana z punktu widzenia jej struktury wewnętrznej, rozumianej jako układ pozycji poszczególnych jej członków oraz stosunków i relacji międzyludzkich i międzypokoleniowych, wynikających z ogólnie przyjętych zasad, reguł i norm regulujących zachowania poszczególnych jednostek, składających się na daną grupę czy społeczność. Zasady te określają jednoznacznie sposoby zachowania się ludzi, niezależnie od zajmowanej w grupie pozycji. Istotne znaczenie ma również układ ról i pozycji w rodzinie, w tym rola dziecka, którą określa zakres przypisywanych mu praw i obowiązków. Wobec każdego dziecka rodzina formułuje także określone oczekiwania kierowane pod jego adresem³¹.

Poczucie koherencji w wychowaniu

Dla rozważań nad wychowaniem użyteczna może okazać się koncepcja poczucia koherencji, którą jej twórca A. Antonovsky określił jako SOC (*Sense of coherence*). Badacz zwrócił uwagę na istnienie czynnika wewnętrznego powodującego u ludzi radzenie sobie ze stresem, brak występowania chorób i ewentualne szybkie zdrowienie³².

²⁹ Z. Tyszka (red.), *Metodologiczne problemy badań nad rodziną: praca zbiorowa*, UAM, Poznań 1980, s. 38.

³⁰ M. Dyrdół, P. Wesołowska, *Wybrane aspekty...*, dz. cyt., s. 490.

³¹ I. Banach, E. Bartkowiak, *Rodzicielstwo i dzieciństwo...*, dz. cyt., s. 104–107.

³² A. Antonovsky, *Rozwikłanie tajemnicy zdrowia: jak radzić sobie ze stresem i nie zachorować*, Instytut Psychiatrii i Neurologii, Warszawa 2005.

Samo pojęcie koherencji nazywane jest „ogólnym nastawieniem, wyrażającym trwale i dynamiczne przekonanie o przewidywalności i racjonalności świata i własnego położenia życiowego”³³. Poczucie koherencji sprawia, iż każde wydarzenie krytyczne czy sytuacja stresowa traktowane są w kategorii wyzwania, które człowiek może wykorzystać jako źródło efektywnej adaptacji lub możliwość doskonalenia się, dokonywania rozwoju osobistego i realizowania życiowych planów i zamierzeń. Poczucie koherencji wpływa mobilizująco w sytuacjach stresu, uruchamiając tym samym zasoby odpornościowe, które wspomagają odpowiednie działania.

Autor koncepcji uważa, że sytuacje stresowe występujące w życiu człowieka, w zależności od poczucia koherencji danej osoby, mogą wywierać wpływ pozytywny lub negatywny. Mocno rozwinięte poczucie koherencji wpływa mobilizująco na aktywność poprzez uruchamianie zasobów lub schematów poznawczych i kompetencji, które zmniejszają działanie stresorów lub pozwalają odbierać je jako bodźce pozytywne. Jeśli sytuacja ma przebieg przeciwny, napływające bodźce odbierane są jako obciążające mechanizm regulacji, i wówczas przytłaczają jego działanie. Warto zaznaczyć, że poczucie koherencji zostało dość dobrze zbadane przez psychologię, socjologię czy nauki medyczne³⁴, natomiast na gruncie pedagogiki można znaleźć niewielką liczbę publikacji odnoszących się do związku zachodzącego pomiędzy procesami edukacji i wychowania a poczuciem koherencji³⁵. Badacze przedmiotu są zdania, że to poczucie, rozumiane jako metazasób człowieka, zarządza pozostałymi innymi zasobami człowieka i jest determinantą jego zdrowia. Ponadto poczucie koherencji przewyższa świadomość/wrażenie bezradności, poddania i braku sensu życia, zwiększa także poczucie własnej skuteczności³⁶.

Poczucie koherencji Antonovsky określa jako zmienną składającą się z trzech komponentów: zdolności do rozumienia, poczucia zaradności i poczucia sensowności. Komponenty te oznaczają kolejno:

³³ H. Sęk, *Uwarunkowania i mechanizmy wypalenia zawodowego w modelu społecznej psychologii poznawczej*, [w:] I. Heszen-Niejodek, H. Sęk (red.), *Psychologia zdrowia*, PWN, Warszawa 2000, s. 62.

³⁴ I. Jelonkiewicz, *Model Anthonovsky'ego – odniesienie do wybranych koncepcji psychologicznych*, „Nowiny Psychologiczne” 1994, nr 1, s. 55–56; H. Sęk, *Salutogeneza i funkcjonalne właściwości poczucia koherencji*, [w:] H. Sęk, T. Pasikowski (red.), *Zdrowie, stres, zasoby: o znaczeniu poczucia koherencji dla zdrowia*, Wydawnictwo Fundacji Humaniora, Poznań 2001, s. 23–42.

³⁵ P. Majewicz, *Orientacja patogenetyczna i salutogenetyczna w psychologii zdrowia – implikacje dla wychowania*, [w:] H. Kosętko, J. Wyczęsany (red.), *Edukacja zdrowotna dzieci i młodzieży: materiały z ogólnopolskiej konferencji naukowej „Promocja zdrowia w edukacji”*, Wydawnictwo Naukowe Akademii Pedagogicznej, Kraków 1999, s. 67–69; J. Binnebesel, *Pedagogiczne możliwości kształtowania poczucia koherencji w kontekście salutogenetycznej koncepcji zdrowia A. Anthonovsky'ego*, „Psychoonkologia” 2006, nr 10(2), s. 64–69.

³⁶ I. Heszen, H. Sęk, *Psychologia zdrowia*, dz. cyt.

- zdolność do rozumienia (*comprehensibility*) – oznacza właściwość, dzięki której możliwa jest orientacja poznawcza danego człowieka w jego aktualnym środowisku działania. Jest to trwała zdolność do rozumienia i poznawczej oceny rzeczywistości, adekwatna do jej obiektywnego stanu, wyraźnie oddzielana od odczuć intuicyjnych czy irracjonalnych. Środowisko zewnętrzne i wewnętrzne człowieka jest sensowne poznawczo, spójne, logiczne i usystematyzowane. Nie zakłada się, że ma być jasne i proste, ale możliwe do opisanego, opracowania i zrozumienia;
- poczucie zaradności (*manageability*) – określa stopień dostrzegania przez jednostkę dostępnych jej zasobów jako wystarczających do zaspokojenia stawianych jej wymagań i bodźców. Są to zarówno zasoby, którymi sama zawiaduje, jak i te, którymi dysponują bliscy. Osoba z taką umiejętnością nie rozpacza w sytuacjach trudnych i kryzysowych, nie odczuwa danej sytuacji w kategorii niesprawiedliwości społecznej. Potrafi ona sobie poradzić w danym położeniu i nie poddaje się rozpacz;
- poczucie sensowności (*meaningfulness*) – to poczucie, że życie jest wartościowe, oraz posiadanie woli życia. To wewnętrzne przekonanie o tym, że warto samodzielnie kreować swoje życie i angażować się w nie. To pozytywne emocjonalne przekonanie i nastawienie, że życie ma sens i warte jest wysiłku, zaangażowania czy poświęcenia.

Poczucie koherencji traktowane jest w kategoriach zmiennej osobowościowej, zawierającej w sobie przekonania o sobie samym, świecie, i relacjach z tym światem. Zmienna ta jest czynnikiem motywującym do podejmowania działania, stawiania czoła wyzwaniom i sterowania odpowiednimi zasobami. Z poczuciem koherencji związany jest również stosunek do nowej wiedzy i informacji. Jednostki z niskim poczuciem koherencji nie dopuszczają nowych informacji do swojego sztywnego, ale uporządkowanego i spójnego systemu wiedzy. Natomiast te z silnym poczuciem koherencji są otwarte na nową wiedzę, traktując ją jako przydatną do wykorzystania. Równoważą informacje posiadane i potencjalne, a rzeczywistość jest dla nich wyzwaniem. Takie osoby są otwarte na informacje zwrotne, których nie traktują jako subiektywnego zagrożenia.

Poczucie koherencji jest dla Anthonovsky'ego pojęciem kluczowym w jego koncepcji salutogenetycznej i wyraża „globalną orientację człowieka”. Orientacja ta określa stopień, w jakim człowiek ma trwałe, ale dynamiczne poczucie pewności, że:

- bodźce napływające w ciągu życia ze środowiska wewnętrznego i zewnętrznego mają charakter ustrukturalizowany, przewidywalny i wytłumaczalny;
- ma dostęp do środków, które mu pozwalają sprostać wymaganiom, jakie stawiają te bodźce;
- wymagania te są dla niego wyzwaniem wartym wysiłku i zaangażowania³⁷.

³⁷ J. Binnebesel, *Pedagogiczne możliwości kształtowania...*, dz. cyt., s. 66.

Innymi słowy jest to indywidualistyczny, typowy dla danego człowieka sposób postrzegania świata i swojego w nim miejsca. Poczucie koherencji jest pewnego rodzaju przekonaniem człowieka o sensowności świata i zachodzących w nim zdarzeń, pozwalającym mu wypracować pogląd i przeświadczenie o tkwiących w nim możliwościach sprostania tym wymaganiom. Koherencja wpływa zatem na wytworzenie się w człowieku przekonania, że zdarzenia i procesy zachodzące w jego otoczeniu, będą przebiegały zgodnie z jego oczekiwaniami, a świat jest uporządkowany i przewidywalny. W związku z tym człowiek jest w stanie organizować adekwatne dla sytuacji, w której się znajduje, zasoby, i umiejętnie je wykorzystywać. Pomaga mu to także orientować się w swoich emocjach, co pozwala na lepsze radzenie sobie z nimi. W konsekwencji ma szansę lepiej i skuteczniej rozwiązywać życiowe problemy.

Poczucie koherencji może zostać zachwiane nieprzewidywalnymi zdarzeniami. Posiadane zasoby w rezultacie przyczyniają się do nabywania i gromadzenia przez jednostkę takich doświadczeń życiowych, które cechuje spójność równoważąca niedociążenia i przeciążenia. W rezultacie prowadzi to do ukształtowania się silnego poczucia koherencji. Ponadto Antonovsky zauważa zależność, że im wyższą pozycję w hierarchii zajmuje człowiek, im więcej posiada dóbr, siły *ego* czy stabilizacji kulturowej, tym występuje większe prawdopodobieństwo, że doświadczane przez niego przeżycia będą pozytywnie wpływały na rozwój jego mocnego poczucia koherencji. Im niższa jest jego pozycja, tym słabiej rozwinięte to poczucie. Zauważono również negatywny związek pomiędzy stresowymi sytuacjami życiowymi a poczuciem koherencji.

Komponenty koherencji, wskazane w przywołanej koncepcji, można przenieść na grunt wychowania i jako takie spróbować odnieść do/dla praktyki wychowawczej, przydatnej zarówno dla osób profesjonalnie zajmujących się procesem wychowania (wychowawcy, nauczyciele, instruktorzy, trenerzy itp.), jak i nieprofesjonalnie (szczególnie rodzice). Z wychowawczego punktu widzenia koncepcja koherencji może znaleźć odniesienie i zastosowanie zwłaszcza do poczucia pedagogicznego sprawstwa umożliwiającego wywieranie wpływu na dzieci, młodzież i osoby dorosłe.

Pierwszym wskazanym przez Antonovsky'ego komponentem koherencji jest zdolność do rozumienia. Dokonując przeniesienia na grunt wychowania można przyjąć, iż jest to komponent, dzięki któremu człowiek posiada orientację poznawczą w zakresie rozpoznania swojego otoczenia. Środowisko życia człowieka stanowi bowiem istotną zmienną determinującą jego działanie. Umiejętność zawarta i opisana przez Antonovsky'ego w tym komponentcie wyraża zdolność do rozumienia, a zarazem poznawczej oceny otaczającej rzeczywistości społecznej. W przypadku przełożenia jej na język pedagogiki, w tym szczególnie teorii wychowania, można odnieść ją do możliwości rozpoznawania sytuacji wychowawczych, diagnozowania środowiska i występujących w nim podmiotów. Ważnym elementem tego komponentu jest umiejętność adekwatnej oceny poznawczej jednostki, odnoszącej się do jej rzeczy-

wistego stanu aktualnego. Cecha ta wydaje się być szczególnie istotna dla rodziców. Ocena własnych dzieci i sytuacji wychowawczej, w której uczestniczą, jest zadaniem trudnym z uwagi na brak obiektywności wynikającej ze związku emocjonalnego występującego w relacji rodzic – dziecko. Obiektywność oceny zakłócają w tej relacji odczucia irracjonalne. Rodzicielska intuicja może być jednak w tym wypadku czynnikiem wspomagającym proces gromadzenia informacji o dziecku, jego potrzebach, uczuciach, przeżywanych emocjach, lękach i obawach. Intuicja może być pomocna i wspierać rozpoznanie sytuacji dziecka zarówno w jego własnej rodzinie, z racji zajmowanej przez nie pozycji w strukturze rodziny, jak i jego zachowania stanowiącego reakcję na prezentowany przez rodziców styl wychowania czy przyjmowane wobec dziecka postawy rodzicielskie. Sytuacja dziecka w rodzinie nie zawsze jest klarowna i logiczna, ale sam Antonovsky w swej koncepcji nie zakłada, że życie wewnętrzne i zewnętrzne człowieka jest jasne i proste, jednak możliwe do rozpoznania, analizy i zrozumienia.

Drugi komponent wyznaczony przez Antonovsky'ego dla poczucia koherencji stanowi świadomość zaradności. Jest ono określone przez Autora koncepcji jako stopień dostrzegania zasobów pozostających w dostępności osoby, które wystarczająco zaspokajają stawiane jej wymagania i bodźce. W odniesieniu do wychowania można przełożyć ten komponent na rodzaj swoistej umiejętności niepoddawania się i optymizmu w trudnych sytuacjach wychowawczych. W toku rozwoju dzieci i przechodzenia przez nie kolejnych etapów i faz dorastania występują takie momenty wychowawcze, w których rodzice czują się bezradni. Brakuje im wiedzy i doświadczenia w rozumieniu dziecka i jego zachowania (w tym również reagowania lub niereagowania na polecenia, zadania, przypisane obowiązki szkolne i domowe, nakazy czy zakazy). W moim rozumieniu komponent ten przeniesiony na grunt wychowawczy może być interpretowany posiadaniem podmiotowej, ale nadrzędnej i strategicznej pozycji w relacji z dzieckiem. Determinuje ją fakt, iż to właśnie rodzic zarządza procesem wychowania poprzez stawianie celów, aranżowanie sytuacji wychowawczych, aktywności, dobór metod i środków wychowawczych (możliwość operowania układem nagród i kar). To rodzic reguluje zachowanie dziecka poprzez posiadane czy przysługujące mu w relacji z dzieckiem możliwości wpływania na proces wychowania. Wszystko to sprawia, że może mieć on moc sprawczą na tej płaszczyźnie.

Kolejnym i ostatnim z wymienionych w koncepcji Antonovsky'ego komponentem koherencji jest poczucie sensowności. Świadomy rodzic jest przekonany o wartościowości życia rodzinnego, relacjach pomiędzy członkami rodziny i konieczności budowania właściwej i pożądanej wychowawczo atmosfery domu rodzinnego, pozytywnie kształtującej osobowość wszystkich członków (domowników), ze szczególnym uwzględnieniem dzieci. Świadomy rodzic jest zaangażowany w proces wychowania i tworzenie odpowiednich warunków dla jego prawidłowego przebiegu. Sens

tego komponentu na gruncie pedagogiki i przedmiotu jej badań – wychowania – jawi się jako przekonanie rodzica o potrzebie (konieczności) aktywnego, świadomego i celowego uczestnictwa w tworzeniu otaczającej rzeczywistości społecznej.

Świadomy rodzic, działający w zgodzie z tym komponentem i płynącą z jego wnętrza inspiracją, pozostaje wierny własnym przekonaniom i aspiracjom. Jest przy tym zorientowany we własnych możliwościach i ograniczeniach. Umiejętnie interpretuje fakty wychowawcze i odnosi je do specyfiki osobowości dziecka i własnej. Rodzic świadomy swej roli jest przekonany o słuszności swojego działania, uwzględnia w swoich decyzjach niepowtarzalność osobowości swojego dziecka i swojej, tempo jego rozwoju, możliwości i ograniczenia, wie jaki cel chce osiągnąć w wyniku swoich działań, ale jest też refleksyjny wobec warunków tej działalności. Rodzic taki cechuje się elastycznością, samodzielnością w myśleniu i działaniu, co stanowi z pewnością także wypadkową swobody w wyborze takiego a nie innego zachowania w pełnieniu funkcji wychowawczej. Przeprowadzone w Polsce badania potwierdzają znaczenie relacji z rodzicami, mocnych stron rodziny oraz roli wsparcia ze strony osób znaczących na rozwój silnego SOC (poczucia koherencji) u młodzieży³⁸.

Antonovsky, tworząc swoją teorię, odwoływał się do koncepcji stresu R. Lazarusa i Modelu Integracyjnej Oceny Sytuacji stworzonej przez B. Shalita³⁹. W wyniku analizy znalazł związek pomiędzy spójnym obrazem sytuacji a oddziaływaniem na otoczenie. Antonovsky doszedł do wniosku, iż im wyższy poziom spójnego obrazu sytuacji lub otoczenia, wytworzony przez daną jednostkę, tym wpływ wywierany przez nią na otoczenie i nawiązywane przez nią interakcje jest większy. Procedura związana z oceną sytuacji rozpoczyna się od oszacowania stopnia spójności pojedynczych bodźców, traktowanych jako zdarzenie lub sytuacja. Najtrudniejsza, a tym samym najbardziej stresująca dla człowieka jest sytuacja, w której nie potrafi on w sposób przejrzysty określić pozycji, w jakiej się znalazł. Nieumiejętność określenia swojego położenia i najbliższego otoczenia stanowi pierwotny i główny czynnik stresorodny⁴⁰.

³⁸ K. Kosińska-Dec, I. Jelonkiewicz, *Wybrane właściwości dorastającego dziecka i rodziny a jego poczucie koherencji*, [w:] H. Sęk, T. Pasikowski (red.), *Zdrowie, stres, zasoby...*, dz. cyt., s. 139–150; A. Worsztynowicz, *Doświadczenie wsparcia rodzicielskiego a poczucie koherencji dorastających*, [w:] Z. Juczyński, N. Ogińska-Bulik (red.), *Zasoby osobiste i społeczne sprzyjające zdrowiu jednostki*, Wydawnictwo Uniwersytetu Łódzkiego, Łódź 2003, s. 163–176; A. Worsztynowicz, *Doświadczenie wsparcia nauczycielskiego a poczucie koherencji u dorastających*, [w:] M. John-Borys, Z. Dołęga (red.), *Z badań nad zdrowiem psychicznym uczniów – wstęp do działań profilaktycznych szkoły*, Wydawnictwo Uniwersytetu Śląskiego, Katowice 2006, s. 192–205.

³⁹ H. Sęk, I. Ścigała, *Stres i radzenie sobie w modelu salutogenetycznym*, [w:] I. Heszen-Niejodek, Z. Ratajczak (red.), *Człowiek w sytuacji stresu: problemy teoretyczne i metodologiczne*, Wydawnictwo UŚ, Katowice 2000.

⁴⁰ A. Antonovsky, *Rozwikłanie tajemnicy zdrowia...*, dz. cyt.

Z pedagogicznego punktu widzenia szczególnie cenne są zasoby interpersonalno-relacyjne oraz makrosocjokulturowe. Zasoby odpornościowe człowieka, związane z tą kategorią, to w głównej mierze wsparcie społeczne, jakiego doświadcza jednostka, oraz jej dwukierunkowe zaangażowanie: grupy społecznej w funkcjonowanie pojedynczego człowieka, i odwrotnie: człowieka w funkcjonowanie grupy. Zatem pedagogiczne możliwości związane z oddziaływaniem na poziom zdrowia, poprzez wykorzystywanie ich w procesie wychowania, mogą mieć decydujący wpływ na zasoby odpornościowe, co w efekcie może wpłynąć na silne poczucie koherencji u wychowanka. Poprzez edukację można wpływać przede wszystkim na zasoby poznawcze, emocjonalne, interpersonalno-relacyjne oraz makrosocjokulturowe⁴¹.

Poczucie koherencji w świetle badań

Literatura przedmiotu pozwala zapoznać się z wynikami badań nad uwarunkowaniami poczucia koherencji. Stanowi ono jeden z podstawowych wymiarów osobowości, w istotny sposób wpływający na umiejętność radzenia sobie w sytuacjach nowych i niepewnych. A. Linca-Ćwikła, dokonując przeglądu i wnikliwej analizy literatury przedmiotu dotyczącej uwarunkowań poczucia koherencji stwierdziła, że najczęściej wskazuje się na istnienie kilku podstawowych czynników, m.in. przywiązanie do rodziców, styl wychowania, wsparcie rodzicielskie, jakość komunikacji w rodzinie, relacje z rodzeństwem oraz kompetencje społeczne⁴². Inne badania potwierdzają znaczenie stylu wychowania, relacji z rodzicami, mocnych stron rodziny oraz jakości wsparcia dziecka ze strony osób znaczących dla kształtowania się silnego poczucia koherencji u jednostki, szczególnie u młodego człowieka⁴³. Ponadto badania wykazały, iż na poczucie koherencji i jego komponentów – poza dobrymi stosunkami z rodzicami – szczególny wpływ wywierają pozytywne relacje z rodzeństwem. Natomiast relacje przepełnione przemocą przynoszą odwrotny skutek⁴⁴. Znaczenie prawidłowo funkcjonującej rodziny i jej wpływ na kształtowanie poczucia koheren-

⁴¹ J. Binnebesel, *Pedagogiczne możliwości kształtowania...*, dz. cyt., s. 67–68.

⁴² A. Linca-Ćwikła, *Pedagogiczne uwarunkowania poczucia koherencji*, „Roczniki Pedagogiczne” 2018, nr 10(46), s. 45–57.

⁴³ K. Kosińska-Dec, I. Jelonkiewicz, *Wybrane właściwości dorastającego dziecka i rodziny a jego poczucie koherencji*, [w:] H. Sęk, T. Pasikowski (red.), *Zdrowie, stres, zasoby...*, dz. cyt., s. 139–150; A. Worsztynowicz, *Doświadczenie wsparcia rodzicielskiego...*, dz. cyt., s. 163–176.

⁴⁴ M. Al-Yagon, *Children at-risk for developing learning disorders: multiple perspectives*, „Journal of Learning Disabilities” 2003, nr 36(4), s. 318–355. Za: A. Linca-Ćwikła, *Poczucie koherencji i aktywność fizyczna wśród maturzystów w województwie lubelskim*, „Kwartalnik Naukowy Fides et Ratio” 2019, nr 1(37), s. 49.

cji u dzieci potwierdziły badania przeprowadzone wśród wychowanków placówek socjalizacyjnych. Wyniki badań pozwoliły stwierdzić, że wychowankowie tych placówek odznaczają się zdecydowanie niższym poczuciem koherencji (spójności) oraz niższym poczuciem własnej skuteczności, niż ich rówieśnicy wychowywani w rodzinach. Poddani badaniom wychowankowie uznali, że ich zasoby społeczne, osobowe, somatyczne, psychiczne – są niewystarczające, aby mogli sprostać pojawiającym się trudnościom. W wyniku tych deficytów odczuwają oni niższe poczucie sensowności własnych działań oraz działań podejmowanych przez innych ludzi, w zdecydowanie niższym stopniu odczuwają sens swojego życia⁴⁵.

Istotne znaczenie poczucia koherencji dostrzega się także z perspektywy pedagogicznego wpływu na wychowanka. Wychodząc z takiego punktu widzenia wskazuje się poznawcze możliwości kształtowania poczucia koherencji w procesie edukacji⁴⁶. J. Binnebesel twierdzi, że posiadanie wiedzy pomaga w lepszym rozumieniu sensu podejmowanych działań, co może wpływać na kształtowanie się silnego poczucia koherencji. Poznawcze możliwości edukacji potwierdzają się w występowaniu wysokiego poczucia koherencji u uczniów osiągających wysokie wyniki w nauce⁴⁷. Wychowanek, który przyswoił odpowiednio szeroki zakres wiedzy, powinien posiadać potencjalnie wysoki poziom możliwości ułatwiających mu rozpoznawanie różnego typu zagrożeń, oraz podejmowania adekwatnych do posiadanej wiedzy strategii działań w określonych sytuacjach. Binnebesel wskazuje dalej, że nabiera to szczególnego znaczenia w przypadku procesu leczenia:

wiedza posiadana przez chore dziecko na temat choroby nowotworowej, którą odpowiednio przekazano, uwzględniając między innymi wiek i możliwości intelektualne, wpływa pozytywnie na proces leczenia i hospitalizacji. Należy jednak podkreślić, że aby pacjent ją posiadał, trzeba ją oprzeć na posiadanych już przez chorego informacjach, które uzyskał między innymi w szkole, przedszkolu, jak również przez inne kanały przekazywania wiedzy, książki, filmy, Internet. Na szczególną uwagę w odniesieniu do młodszych pacjentów zasługują bajki edukacyjne prezentujące adekwatnie do ich wieku wiedzę o ludzkim ciele, prawach przyrody [...] ⁴⁸.

Poczucie koherencji jest czynnikiem, który wspomaga osoby chore w radzeniu sobie ze stresem. Wysokie SOC (poczucie koherencji) buduje wiarę w sens życia

⁴⁵ M. Sitarczyk, M. Łukasik, *Sytuacja rodzinna a poczucie koherencji i przekonanie o własnej skuteczności młodzieży przebywającej w placówkach socjalizacyjnych*, „Roczniki Pedagogiczne” 2014, nr 6(42), s. 80–83.

⁴⁶ J. Binnebesel, *Pedagogiczne możliwości kształtowania...*, dz. cyt., s. 64–69.

⁴⁷ Tamże, s. 64–65.

⁴⁸ Tamże, s. 68.

i jego przewidywalność, co powoduje, że w człowieku pojawia się chęć bycia zdrowym i sprawnym, aby móc normalnie funkcjonować w świecie. Badania nad rolą wsparcia i koherencji w zmaganiu się ze schizofrenią⁴⁹ ukazały, że określenie poziomu poczucia koherencji i wsparcia emocjonalnego, jakie otrzymywały osoby chore na schizofrenię ze strony bliskich oraz personelu medycznego, miało istotny wpływ na proces leczenia. Pozwala to na ustalenie zapotrzebowania na owo wsparcie oraz dostosowywanie jego rodzajów do właściwych potrzeb. Działanie takie przekładało się na lepsze funkcjonowanie społeczne pacjentów, a tym samym na skuteczniejsze radzenie sobie z konsekwencjami choroby.

W wyniku przeprowadzenia kolejnych badań przywoływana wcześniej A. Linca-Ćwikła ustaliła istnienie pozytywnych korelacji i związków pomiędzy poziomem poczucia koherencji u maturzystów, a poziomem aktywności fizycznej. Im wyższy poziom aktywności fizycznej wykazywała badana osoba, tym wyższym poziomem SOC się odznaczała. Występował u nich także wyższy poziom komponentów składających się na poczucie koherencji: poczucia zrozumiałości, zaradności i sensowności⁵⁰.

Wyniki uzyskane w kolejnym badaniu SOC⁵¹ dotyczyły związku pomiędzy tym zjawiskiem a postrzeganiem wybranych aspektów studiowania (ocena przebiegu studiów, przygotowanie do radzenia sobie na rynku pracy, oraz „pragmatyka” studiowania). Analiza uzyskanych materiałów pozwoliła autorkom na postawienie wniosków, iż studenci z silniejszym poczuciem koherencji w sposób bardziej pozytywny oceniają przebieg swoich studiów. Ocena ta związana jest głównie z postrzeganiem środowiska edukacyjnego w kategoriach uporządkowanej struktury, z którą można sobie dać radę dzięki posiadaniu odpowiednio wysokich zasobów osobistych i społecznych. Studenci ci deklarowali większe zaangażowanie w przebieg procesu kształcenia. Ocena w zakresie przygotowania do podjęcia pracy zawodowej także koreluje z posiadanym poziomem poczucia koherencji. Im wyższe SOC, tym wyższa ocena znaczenia odbytych studiów w kontekście radzenia sobie na rynku pracy oraz sensowności podejmowania studiów humanistycznych.

Na związek pomiędzy orientacją życiową młodych dorosłych, a radzeniem sobie w sytuacjach trudnych, wskazywały w wynikach przeprowadzonych badań I. Jelonkowska i K. Kosińska-Dec. W wyniku analizy zebranego materiału empirycznego badaczki uznały, że osoby o wysokim poczuciu koherencji mają zdolność do trafnej oceny rzeczywistości oraz doskonale radzą sobie w przypadku niespodziewanego rozwoju wypadków i nie poddają się losowi. Natomiast w przypadku, kiedy sytuacje

⁴⁹ K. Kurowska, M. Kaczmarek, *Rola wsparcia i poczucia koherencji w zmaganiu się ze schizofrenią*, „Psychiatria i Psychologia Kliniczna” 2013, nr 13(4), s. 239.

⁵⁰ A. Linca-Ćwikła, *Poczucie koherencji i aktywność...*, dz. cyt., s. 125.

⁵¹ I. Werner, M. Piorunek, *Poczucie koherencji a postrzeganie wybranych aspektów studiowania*, „Terazniejszość – Człowiek – Edukacja” 2011, nr 4(56), s. 120–121.

się komplikują, starają się samodzielnie rozwiązywać problemy, a jeśli nie przynosi to efektów, wiedzą do kogo i gdzie zwrócić się o pomoc. Zauważono także, że płeć determinuje zapotrzebowanie na wsparcie społeczne. Kobiety potrzebują go częściej niż mężczyźni. Wyniki badań ugruntowały przekonanie autorek, iż znamienne dla populacji polskiej jest, że w przypadku sytuacji problemowej poszukiwanie kontaktów społecznych nie służy odsuwaniu się od niej, ile raczej jest poszukiwaniem informacji na temat możliwości i sposobów jej rozwiązania. Poszukiwanie kontaktów społecznych stanowi drogę pozyskiwania doświadczenia, dzięki któremu możliwe jest porażenie sobie z trudną sytuacją i zminimalizowanie wcześniejszego napięcia⁵². W innym badaniu na grupie 1005 uczniów klas maturalnych cytowane autorki ustaliły, że badani częściej deklarują koncentrację na zadaniu, jeśli poziom ich poczucia koherencji jest wysoki. Natomiast wysokiemu SOC towarzyszy niski wskaźnik częstości stylu skoncentrowanego na emocjach, zaś niskiemu poczuciu koherencji – wysoki.

Badania, w których poddano analizie edukację osób dorosłych w kontekście ich całonocnego rozwoju ukazały, iż poziom zaangażowania, motywów i aspiracji edukacyjne stanowią pochodną z jednej strony poziomu poczucia koherencji osiągniętego przez jednostkę, z drugiej – zależne są od dynamiki poszczególnych składników koherencji. Wniosek badań wskazuje, iż człowiek, który nie posiada wysokiego poziomu poczucia koherencji, nie jest w stanie odczuwać swojego życia w kategorii wartości i opłacalności trudu wkładanego w jego kształtowanie⁵³.

Badania przeprowadzone przez M. Sitarczyk wskazują, że kobiety doświadczające przemocy domowej w długim okresie odznaczały się niskim poczuciem koherencji, wyrażającym się w znacznie obniżonym poczuciu sensowności, zaradności oraz zrozumienia dla sytuacji życiowej, w jakiej się znalazły. Analiza związków występujących pomiędzy wymiarami SOC u badanych kobiet wskazywała, że w miarę wzrostu poczucia sensu życia wzrasta nasilenie takich wymiarów jak sterowalność i ogólne poczucie koherencji⁵⁴.

Podsumowując rozważania powzięte w artykule przyjmuję, iż koncepcję poczucia koherencji można z powodzeniem przenieść na grunt pedagogiki i zastosować również w odniesieniu do procesu wychowania, zarówno wobec osoby wychowaw-

⁵² I. Jelonkiewicz, K. Kosińska-Dec, *Poczucie koherencji a style radzenia sobie ze stresem: empiryczna analiza kierunku zależności*, „Przegląd Psychologiczny” 2001, t. 44, nr 3, s. 347.

⁵³ J. Jarmużek, *Poczucie koherencji a aktywność edukacyjna dorosłych: studium teoretyczno-badawcze*, Wydawnictwo Naukowe UAM, Poznań 2018; J. Jarmużek, *Poczucie koherencji a samokształcenie dorosłych*, [w:] J. Szempruch (red.), *Edukacja wobec wyzwań i zadań współczesności i przyszłości*, Wydawnictwo Uniwersytetu Rzeszowskiego, Rzeszów 2006, s. 465–475.

⁵⁴ M. Sitarczyk, *Poczucie koherencji kobiet – ofiar przemocy domowej*, „Psychiatria i Psychologia Kliniczna” 2013, nr 13(4), s. 250–263, s. 250.

cy, jaki wychowanka. Świadomość rodzicielska może zatem być tutaj czynnikiem przenikającym wszystkie wymienione w koncepcji Anthonovsky'ego komponenty i umożliwiającym bardziej celowe i skuteczne oddziaływania rodzicielskie związane z procesem wychowania. Pod pojęciem *wychowawców* mam tutaj na myśli zarówno profesjonalistów, jak i wszystkie te jednostki, które wychowaniem zajmują się nieprofesjonalnie (a w szczególności rodziców). Myśląc o dziecku jako podmiocie oddziaływań wychowawczych rozważam je zarówno jako podstawowy element interakcji wychowawczych *tu i teraz*, jak i biorę pod uwagę wszelkie zabiegi przygotowujące je do posiadania w przyszłości nastawienia wobec świata typowego dla poczucia koherencji. Postrzegam zatem dziecko, które w przyszłości będzie już w pełni ukształtowanym człowiekiem, którego cechuje posiadanie przekonania o przewidywalności i racjonalności otaczającego świata, i własnej pozycji w tym świecie – jako wynik oddziaływań świadomych rodziców z wysokim poczuciem koherencji.

Bibliografia

- Antonovsky, A., *Rozwikłanie tajemnicy zdrowia: jak radzić sobie ze stresem i nie zachorować*, Instytut Psychiatrii i Neurologii, Warszawa 2005.
- Argyle M., *Social skills* [hasło], *Companion Encyclopedia of Psychology*, t. 1, Routledge, London – New York 1994.
- Bakiera L., *Zaangażowane rodzicielstwo a autokreacyjny aspekt rozwoju dorosłych*, Difin, Warszawa 2013.
- Banach I., Bartkowiak E., *Rodzicielstwo i dzieciństwo w rozwoju dziejowym*, Impuls, Kraków 2021.
- Binnebesel J., *Pedagogiczne możliwości kształtowania poczucia koherencji w kontekście salutogenetycznej koncepcji zdrowia A. Anthonovsky'ego*, „Psychoonkologia” 2006, nr 10(2).
- Budzyńska E., *Obraz rodziny u katowickiej młodzieży*, [w:] E. Budzyńska, J. Burzyński, A. Nie-sporek, W. Świątkiewicz (red.), *Rodzina wobec wartości: socjologiczne studium rodzin wielkomięjskich na przykładzie Katowic*, Zakład Socjologii Wiedzy Instytutu Socjologii Uniwersytetu Śląskiego, Katowice 1999.
- Dyrdół M., Wesołowska P., *Wybrane aspekty świadomości pedagogicznej i prawnej rodziców traktowanej jako zasób rodziny: badania własne*, [w:] E. Czerka-Fortuna, K. Kmita-Zalewska, A. Zbierchowska (red.), *Zasoby rodziny: wychowanie, poradnictwo, praca socjalna*, Wydawnictwo Naukowe Katedra, Gdańsk 2016.
- Harwas-Napierała B., *Rodzina a rozwój człowieka dorosłego*, Wydawnictwo Naukowe UAM, Poznań 2003.
- Haszen I., Sęk H., *Psychologia zdrowia*, PWN, Warszawa 2008.
- Ingarden R., *Książeczka o człowieku*, Wydawnictwo Literackie, Kraków 1987.
- Jarmużek J., *Poczucie koherencji a aktywność edukacyjna dorosłych: studium teoretyczno-badawcze*, Wydawnictwo Naukowe UAM, Poznań 2018.
- Jelonkiewicz I., *Model Anthonovsky'ego – odniesienie do wybranych koncepcji psychologicznych*, „Nowiny Psychologiczne” 1994, nr 1.
- Jelonkiewicz I., Kosińska-Dec K., *Poczucie koherencji a style radzenia sobie ze stresem: empirycz-*

- na analiza kierunku zależności, „Przegląd Psychologiczny” 2001, t. 44, nr 3.
- Kornas-Biela D., *Rodzina w opinii młodego pokolenia Polaków*, [w:] D. Kornas-Biela (red.), *Rodzina: źródło życia i szkoła miłości*, TN KUL, Lublin 2000.
- Kosińska-Dec K., Jelonkiewicz I., *Poczucie koherencji a style radzenia sobie*, „Psychologia Wychowawcza” 1997, nr 3.
- Kosińska-Dec K., Jelonkiewicz I., *Wybrane właściwości dorastającego dziecka i rodziny a jego poczucie koherencji*, [w:] H. Sęk, T. Pasikowski (red.), *Zdrowie, stres, zasoby: o znaczeniu poczucia koherencji dla zdrowia*, Wydawnictwo Fundacji Humaniora, Poznań 2001.
- Kurowska K., Kaczmarek M., *Rola wsparcia i poczucia koherencji w zmaganiu się ze schizofrenią*, „Psychiatria i Psychologia Kliniczna” 2013, nr 13(4).
- Kwak A., *Rodzina w dobie przemian. Małżeństwo i kohabitacja*, Wydawnictwo Akademickie Żak, Warszawa 2005.
- Linca-Ćwikła A., *Pedagogiczne uwarunkowania poczucia koherencji*, „Roczniki Pedagogiczne” 2018, nr 10(46).
- Linca-Ćwikła A., *Poczucie koherencji i aktywność fizyczna wśród maturzystów w województwie lubelskim*, „Kwartalnik Naukowy Fides et Ratio” 2019, nr 1 (37).
- Łobocki M., *Teoria wychowania w zarysie*, Impuls, Kraków 2004.
- Majewicz P., *Orientacja patogenetyczna i salutogenetyczna w psychologii zdrowia – implikacje dla wychowania*, [w:] H. Kosętką, J. Wyczesany (red.), *Edukacja zdrowotna dzieci i młodzieży: materiały z ogólnopolskiej konferencji naukowej „Promocja zdrowia w edukacji”*, Wydawnictwo Naukowe Akademii Pedagogicznej, Kraków 1999.
- Mariański J., *Młodzież między tradycją i ponowoczesnością. Wartości moralne w świadomości maturzystów*, Redakcja Wydawnictw KUL, Lublin 1995.
- Mariański J., *Praktyki religijne młodzieży a uznawane wartości prorodzinne*, [w:] M. Ziemska (red.), *Rodzina współczesna*, Wydawnictwa Uniwersytetu Warszawskiego, Warszawa 1999.
- Markowska D., *Dorastanie – małżeństwo – rodzicielstwo – rodzina. Pojęcia i problematyka badawcza*, [w:] K. Wąż (red.), *Bądź odpowiedzialny. Wychowanie do odpowiedzialności i partnerstwa w rodzinie. Opis programu edukacyjnego i jego realizacji*, Wydawnictwo Uniwersytetu Zielonogórskiego, Zielona Góra 2008.
- Michalak J.M., *Odpowiedzialność rodziców i dziecka w wychowaniu*, [w:] J. Wilk (red.), *Rodzina XX wieku wobec dobra dziecka*, Katedra Pedagogiki Rodziny KUL, Lublin 2003.
- Niećko-Bukowska B., *Perspektywy ujęcia odpowiedzialności*, „Investigationes Linguisticae” 2008, t. 16.
- Oleś M., *Rodzina a umiejętności psychospołeczne dzieci*, [w:] M. Kornas-Biela (red.), *Rodzina: źródło życia i szkoła miłości*, TN KUL, Lublin 2000.
- Pielkova J. A., *Rodzicielskie troski*, Instytut Wydawniczy Związków Zawodowych, Warszawa 1988.
- Przetacznik-Gierowska M., Włodarski Z., *Psychologia wychowawcza*, t. 2, PWN, Warszawa 1994.
- Reber A. S., Reber E. S., *Słownik psychologii*, tłum. B. Janasiewicz-Kruszyńska, Scholar, Warszawa 2002.
- Sęk H., *Uwarunkowania i mechanizmy wypalenia zawodowego w modelu społecznej psychologii poznawczej*, [w:] I. Heszen-Niejodek, H. Sęk, (red.), *Psychologia zdrowia*, PWN, Warszawa 2000.
- Sęk H., *Salutogeneza i funkcjonalne właściwości poczucia koherencji*, [w:] H. Sęk, T. Pasikowski (red.), *Zdrowie, stres, zasoby: o znaczeniu poczucia koherencji dla zdrowia*, Wydawnictwo Fundacji Humaniora, Poznań 2001.
- Sęk H., Ścigała I., *Stres i radzenie sobie w modelu salutogenetycznym*, [w:] I. Heszen-Niejodek, Z. Ratajczak (red.), *Człowiek w sytuacji stresu: problemy teoretyczne i metodologiczne*, Wydawnictwo UŚ, Katowice 2000.
- Sitarczyk M., Łukasik M., *Sytuacja rodzinna a poczucie koherencji i przekonanie o własnej skuteczności młodzieży przebywającej w placówkach socjalizacyjnych*, „Roczniki Pedagogiczne” 2014, nr 6(42).

- Sitarczyk M., *Poczucie koherencji kobiet – ofiar przemocy domowej*, „Psychiatria i Psychologia kliniczna” 2013, nr 13(4).
- Śnieżyński M., *Dialog w rodzinie: studium teoretyczno-empiryczne*, Akademia Ignatianum, Wydawnictwo WAM, Kraków 2014.
- Tomaszewski T., *Psychologia*, PWN, Warszawa 1978.
- Tyszką Z. (red.), *Metodologiczne problemy badań nad rodziną: praca zbiorowa*, UAM, Poznań 1980.
- Werner I., Piorunek M., *Poczucie koherencji a postrzeganie wybranych aspektów studiowania*, „Teraźniejszość – Człowiek – Edukacja” 2011, nr 4(56).
- Worsztynowicz A., *Doświadczenie wsparcia rodzicielskiego a poczucie koherencji u dorastających*, [w:] Z. Juczyński, N. Ogińska-Bulik (red.), *Zasoby osobiste i społeczne sprzyjające zdrowiu jednostki*, Wydawnictwo Uniwersytetu Łódzkiego, Łódź 2003.
- Worsztynowicz A., *Doświadczenie wsparcia nauczycielskiego a poczucie koherencji u dorastających*, [w:] M. John-Borys, Z. Dołęga (red.), *Z badań nad zdrowiem psychicznym uczniów: wstęp do działań profilaktycznych szkoły*, Wydawnictwo Uniwersytetu Śląskiego, Katowice 2006.
- Zaborniak-Sobczak M., *Odpowiedzialność młodzieży z wadą słuchu*, Wydawnictwo Uniwersytetu Rzeszowskiego, Rzeszów 2014.