



„Wychowanie w Rodzinie” t. XXX (3/2023)

nadesłany: 3.10.2023 r. – przyjęty: 7.12.2023 r.

Beata ZAJĘCKA\*

## Małżeństwo na odległość w opiniach zamężnych kobiet i żonatych mężczyzn

**Distance marriage in the opinions of married women and married men**

### Abstrakt

**Cel.** Zmiany występujące współcześnie na rynku pracy powodują, że związki nabierają nowych kształtów i form. Jedną z nich są obecnie tak zwane związki na odległość (*long distance relationships*). Pary nie mieszkają w tym samym miejscu, rodzina funkcjonuje tylko przez pewien czas, ponieważ jej członkowie (zarówno ojciec, jak i matka) pracują z dala od domu, a dzieci i małżonkę/a widzą tylko w czasie urlopu lub weekendu. W artykule w oparciu o badania własne ukazano funkcjonowanie rodziny żyjącej na odległość, w geograficznym rozłączeniu. Celem artykułu jest zobrazowanie motywacji do podjęcia pracy za granicą, a także konsekwencji takiej decyzji dla członków rodziny pozostających w kraju i czasowo rozłączonych z najbliższymi.

**Metody i materiały.** Badaniami objęto małżeństwa funkcjonujące na odległość: 60 osób pracujących zagranicą, na kontraktach krótko- i długoterminowych (35 mężczyzn i 25 ko-

---

\* e-mail: [b.zajECKA@ujd.edu.pl](mailto:b.zajECKA@ujd.edu.pl)

Uniwersytet Jana Długosza w Częstochowie, Wydział Nauk Społecznych, Waszyngtona 4/8, 42-200 Częstochowa, Polska

Jan Długosz University in Czestochowa, Faculty of Social Sciences, Waszyngtona 4/8, 42-200 Czestochowa, Poland

ORCID: 0000-0002-7765-4067

biet) i 60 ich małżonków (35 kobiet i 25 mężczyzn) będących w kraju, którzy wyrazili zgodę na udział w badaniu. Sondaż diagnostyczny przeprowadzono od marca do kwietnia 2023 w formie papierowej i za pomocą Internetu. Dane dotyczące omawianej problematyki uzyskano za pomocą autorskiej ankiety i poddano analizie ilościowo-jakościowej.

**Wyniki i wnioski.** Na podstawie przeprowadzonej analizy wykazano, że migracje zarobkowe – w opinii badanych – związane są z chęcią poprawy sytuacji ekonomicznej i polepszeniem warunków życia. Poza korzyściami materialnymi badani wskazywali także skutki negatywne, związane z rozłąką rodzin czy ograniczeniem kontroli nad wychowaniem dzieci oraz opieką nad seniorami. W opinii małżonków na odległość konsekwencją długotrwałej rozłąki jest utrata zaufania do partnera, zobojętnienie bądź nadmierna tęsknota. Członkowie rodzin starają się wpasować w nowe role, próbując być partnerem oraz rodzicem na odległość.

**Słowa kluczowe:** rodzina, migracje zarobkowe, związki na odległość, społeczne następstwa migracji, dziecko.

#### **Abstract**

**Aim.** Contemporary changes in the labor market are causing relationships to take on new shapes and forms. One of these is long distance relationships. The couples do not live in the same place; the family functions only for a certain period of time, because its members work far away from home. Based on our own research, the article shows the functioning of a family living at a distance. The purpose of the article is to illustrate the motivation to work abroad and its consequences for family members remaining in the home country and temporarily separated from their loved ones.

**Methods and materials.** The study included married couples functioning remotely: 60 people working abroad, on short- or long-term contracts (35 men and 25 women) and 60 of their spouses (35 women and 25 men) who are in the home country. The diagnostic survey was conducted from March to April 2023 on paper and via the Internet. Data were obtained through a questionnaire and subjected to quantitative and qualitative analysis.

**Results and conclusion.** Based on the analysis, labor migration is associated with the desire to improve the economic situation and living conditions. The respondents also pointed to negative consequences related to family separation or reduced control over raising children and caring for seniors. According to long-distance spouses, the consequence of long-term separation is a loss of trust, indifference, or excessive longing. Family members try to fit into new roles, endeavoring to be a partner and a parent at a distance.

**Keywords:** family, child, labor migration, long-distance relationships, social consequences of migration.

## Wprowadzenie

Rodzina jest przedmiotem zainteresowań wielu dyscyplin naukowych, zwłaszcza lokujących się w obszarze nauk społecznych. Niezależnie od przyjętego paradygmatu, rodzina stanowi dla każdego człowieka podstawową wartość egzystencjalną. Jest specyficznym i unikatowym środowiskiem życia, w którego ramach dokonują się procesy opieki, wychowania, socjalizacji oraz edukacji dzieci i młodzieży. Jest to miejsce, w którym człowiek zaspokaja swoje potrzeby podmiotowe i ponadpodmiotowe, a zwłaszcza – fundamentalną dla jego wszechstronnego rozwoju – potrzebę fizycznego i psychicznego poczucia bezpieczeństwa.

Rodzina jest kategorią nieustannie się zmieniającą. Te zmiany, jak podkreśla Beata Maj (2011, s. 18) nie są spontaniczne, ich źródło tkwi przede wszystkim w procesach zachodzących w całym społeczeństwie. Rozwój cywilizacyjny, zwłaszcza w sferze technologii informacyjnej i komunikacyjnej, nanotechnologii i robotyki sprawia, że współczesny człowiek staje nie tylko przed szerokim spektrum możliwości rozwojowych, ale także zagrożeń obecnych niemal we wszystkich sferach jego funkcjonowania. To poczucie zagrożenia wzmagają zawirowania społeczne i polityczne, nasilające się niepokoje społeczne o podłożu ekonomicznym, zjawiska zagrażające zdrowiu i życiu ludzkiemu – między innymi zły stan środowiska naturalnego, rozprzestrzeniający się terroryzm czy pojawianie się coraz to nowych ognisk zapalnych skutkujących konfliktami zbrojnymi.

Zmiany te w wyraźny sposób przełożyły się na funkcjonowanie rodziny – nasiliły wiele zjawisk w życiu rodzinnym, które dostrzegalne były już w społeczeństwach przemysłowych, a także wygenerowały pewne nowe, specyficzne cechy rodziny, wynikające z cech i procesów społeczeństwa postindustrialnego (Tyszka, 1999, ss. 9–10). W wyniku przemian społeczno-kulturowych nie można już mówić o jednym modelu małżeństwa i rodziny, pojawiają się nowe modele i wzory życia rodzinnego. Zmiany w strukturze wewnętrznej rodziny obejmują – zdaniem Franciszka Adamskiego (1982, s. 239) – zmianę pozycji i ról małżonków w kierunku demokratyzacji stosunków między nimi, zmianę pozycji dziecka w rodzinie i proces autonomizacji jednostki. Obok par z dzieckiem bądź dziećmi, które są uznawane za normę i wzorzec, ludzie coraz częściej żyją w innych formach organizacji życia osobistego oraz rozmaitych typach gospodarstw domowych. Do nowych, alternatywnych form życia, które są ukazywane jako równorzędne lub odmienne od tradycyjnie rozumianego życia małżeńsko-rodzinnego można zaliczyć *LAT* (skrót od *Living Apart Together* – życie wspólne, ale oddzielnie) – małżonkowie lub partnerzy żyją w związku nieformalnym, ale mieszkają oddzielnie (Kwak, 2014, ss.13–15). Piotr Szukalski (2013, s.25) podkreśla, że coraz częściej małżeństwo i rodzina opierają się nie na zasadzie ekwiwalentności, lecz na miłości i zaufaniu. Mimo tego, że z upływem czasu zmienił się charakter relacji pa-

nujących w rodzinie i zasady spełniania ról małżeńskich i rodzinnych, to małżeństwo jest niezmiennie podstawową formą życia rodzinnego planowaną przez młodych ludzi (Nowak, Banasiak, Górnicka, Zajęcka, 2019, ss. 432–446).

Współczesne przekształcenia na rynku pracy wpływają na specyficzne zmiany stylu życia. Rozwój gospodarczy, który związany jest ze wzrostem produkcji czy intensywnym rozwojem sektora usług, determinuje wzrost konsumpcji, a w dalszej konsekwencji zwiększanie się potrzeb ekonomicznych. Towarzyszy temu narastająca samoświadomość społeczeństwa, indywidualizm i wyraźne tendencje do podnoszenia jakości własnego życia i jego standardu. Podejmowanie decyzji o opuszczeniu kraju i rozpoczynanie pracy zarobkowej poza jego granicami stanowi istotny element umożliwiający zaspokajanie wzrastających potrzeb człowieka. Te zmiany wpływają na pojawienie się nowych form życia rodzinnego.

### **Specyfika funkcjonowania małżeństwa na odległość**

Zachodzące współcześnie przemiany życia społecznego sprawiają, że relacje międzyludzkie nabierają nowych kształtów i form. Jedną z nich są obecnie tak zwane związki na odległość (*long distance relationships*), w których – na skutek migracji zarobkowej – żyje wiele par małżeńskich. Pary nie mieszkają w tym samym miejscu, rodzina funkcjonuje tylko przez pewien czas, ponieważ jej członkowie, najczęściej ojcowie (choć dziś również i matki), pracują z dala od domu, a dzieci i małżonkę/a widzą tylko podczas urlopu lub weekendu, czasami częściej dzięki łączności internetowej (ale bez odczuwania fizycznej bliskości). Zamiennie używa się w odniesieniu do rodzin tego typu określeń: rodzina nomadyczna, dojazdowa, wizytowa (Lichota, 2009, ss. 57–63).

Przemieszczanie się ludności jest znane od zarania dziejów. Przyjmuje się, że migracja to trwałe lub czasowe opuszczenie stałego miejsca zamieszkania i przesiedlenie się na inne terytorium. Masowe przemieszczanie się Polaków sięga przełomu XIX i XX wieków. Miejscem docelowym ówczesnych migracji były Niemcy oraz Stany Zjednoczone, a jej charakter miał głównie wymiar ekonomiczny. Przed wstąpieniem Polski do Unii Europejskiej migracja Polaków miała przede wszystkim charakter rotacyjny, a jej wiodącym kierunkiem niezmiennie były Niemcy. Sytuacja definitywnie zmieniła się po 1 maja 2004 roku, kiedy Polska stała się członkiem Unii Europejskiej. Wtedy to nastąpiła duża fala migracyjna, a jej celem były głównie Wielka Brytania oraz Irlandia, co nie zmienia faktu, że Polacy nadal wyjeżdżali do Niemiec czy Holandii, Hiszpanii i krajów skandynawskich. Od 30 marca 2008 roku Polacy – bez kontroli osobowych na granicach wewnętrznych – mogą przekraczać granice Wspólnoty, a w 2011 roku zniesiono wszelkie ograniczenia dla Polaków na rynku pracy w państwach UE.

Wyjazdy zarobkowe Polaków w drugiej dekadzie XXI wieku nabrały nowego charakteru, stały się krótko- lub długoterminowe. W czasach, kiedy pokonywanie tysięcy kilometrów nie stanowi większego problemu, a rozwój globalnych mediów diametralnie skrócił dystans pomiędzy ludźmi zamieszkującymi odległe kontynenty, migracje ludzkie dynamicznie się rozwijają. Porównując motywy migracji lat minionych z obecnymi, obserwujemy ich ewolucję i zmianę okoliczności, w których się rodzą i dojrzewają. Wskazuje się, że zasadnicza większość ludzi migruje z przyczyn związanych z pracą, rodziną i nauką, a także w wyniku działań wojennych toczonych w różnych częściach świata (Bernard, Kalemba, 2022, s. 338; Wilson, 2010, s. 192). Wysokie koszty życia i spowolnienie gospodarcze w ostatnich latach sprawiają, że Polacy znów szukają pracy za granicą. Zainteresowanie zarabianiem w obcej walucie jest coraz większe, co potwierdzają agencje zatrudnienia. Z danych portalu Money.pl (LOS, 2023) wynika, że w pierwszym kwartale 2023 roku kandydaci do pracy za granicą wysłali blisko 700 tysięcy aplikacji. To o 90% więcej niż w analogicznym okresie 2022 roku. Najchętniej wybieranymi kierunkami migracji zarobkowej są Niemcy i Holandia. Migracja ze swoimi ujemnymi skutkami, głównie natury demograficznej i kulturowej, może przynieść krajowi, opuszczanemu przez mieszkańców, również pozytywne następstwa: zmniejszenie bezrobocia i korzystne oddziaływanie na rynek pracy (Klimaszewski, 2007, s. 26). Nie ulega wątpliwości, że zarówno w fazie powstawania decyzji migracyjnej, jak i w późniejszych fazach procesu duży wpływ na jego przebieg wywierają czynniki osobiste, wśród których względy rodzinne często są najważniejsze (Marzec, Zajęcka, Karpuszenko, 2015, s. 182).

Wśród motywów wpływających na podjęcie decyzji o migracji można wymienić te o podłożu ekonomicznym, demograficznym, społeczno-politycznym oraz środowiskowym. Migracje zarobkowe związane są z chęcią poprawy sytuacji ekonomicznej, polepszenia warunków życia i stabilizacją, a także z możliwością zmniejszenia frustracji, wynikającej z braku perspektyw na poprawę statusu materialnego oraz realizacją własnych aspiracji zawodowych (Wojtaszak, 2022, ss. 178–179). Podjęcie decyzji o pracy z dala od najbliższych daje większe możliwości zaspakajania wzrastających potrzeb człowieka, lecz podjęcie jej nie jest łatwe. Ludzie, którzy znajdują się w takiej sytuacji często dokonują bilansu zysków i strat. Można by sobie zadać pytanie o to, czy migracja zarobkowa jest błogosławieństwem czy przekleństwem naszych czasów. Z jednej strony jest błogosławieństwem, bo pozwala podnieść komfort życia, ale z drugiej strony jest przekleństwem, ponieważ utrudnia realizację podstawowych funkcji, choćby socjalizacyjnych, i może skutkować rozpadem związku. Badacze (Kornaszewska-Polak, Gwóźdź, Wójtowicz, Szymczyk, 2021, ss. 10–107) podkreślają różne motywy wyjazdów, a to, co je łączy, to frustracja potrzeb, wyraźnie odczuwany dyskomfort, a także brak satysfakcji z aktualnej sytuacji we własnym środowisku. Podstawowym zatem celem współczesnych migracji Polaków jest zmiana oraz poprawa swojego statusu ekonomicznego. Sytuacja takich rodzin jest bardzo zróżnicowana i należy ją

rozpatrywać indywidualnie, uwzględniając doświadczenia dzieci jako bardzo istotne w kontekście jakości życia rodziny.

Za granicami naszego kraju pracują zarówno mężczyźni, jak i kobiety. Popyt na kobicą siłę roboczą jest widoczny szczególnie w sektorze usług rodzinnych, co oznacza zatrudnienie w charakterze niań, opiekunek oraz sprzątaczek. Duży popyt jest także w sektorze prywatnej opieki zdrowotnej, rolnictwie i turystyce. Według Doroty Praszalowicz, „częstym zjawiskiem są migracje rotacyjne: kobiety zmieniają się, co trzy miesiące przy pracy w tej samej belgijskiej rodzinie. Owa rotacja możliwa jest dzięki wyjątkowo gęstym sieciom migracyjnym” (2008, s. 58). Izabela Kołbon (2016, ss. 185–190) ustaliła, że kobiety wykonują słabo płatną pracę, ciesząc się małym uznaniem społecznym i przynależącą niejednokrotnie do szarej strefy. Sytuacja wyizolowania fizycznego przekłada się na marginalizację społeczną, a wszelkie przejawy wychodzenia przez imigrantki poza rolę określaną przez zakres ich obowiązków spotykają się ze strony pracodawców z oporem i niechęcią.

Migrantki niejednokrotnie zmagają się z poczuciem winy oraz wyrzutami sumienia, ponieważ stają się matkami na odległość, wypracowując koncepcję troski na odległość. Ten model opieki macierzyńskiej nie znajduje społecznej akceptacji.

Gdy macierzyństwo-tradycyjnie przypisywane do terytorium domu – nie jest realizowane w obrębie wspólnie dzielonej fizycznie przestrzeni, a samo gospodarstwo domowe rozciąga się na minimum 2 państwa i 2 domy, praktyki macierzyńskie kobiet nie są legitymizowane, a istotność takiej formy opieki jest umniejszana, definiowana, jako porzucenie lub osierocenie (Urbańska, 2015, s. 49).

Mężczyźni mają większe niż kobiety możliwości pracy w wielu branżach poza granicami Polski. Pracują już nie tylko w budownictwie czy rolnictwie, ale również w miejscach, w których wymagane są wysokie kwalifikacje. Zniknięcie wielu barier instytucjonalnych, otwarcie europejskich rynków pracy – wszystko to niewątpliwie sprzyja mobilności przestrzennej polskich imigrantów i wzmacnia ich poczucie sprawstwa. Kobiety, których mężowie są marynarzami, żołnierzami czy też kierowcami samochodów ciężarowych często potocznie nazywane są słomianymi wdowami lub chwilowymi singielkami. Taka rodzina jest chronicznie rozłączona, a także swoiście zdeorganizowana. Mężczyzna pracujący w innym kraju stale przystosowuje się do rodziny podczas pobytu w domu, ale również przystosowuje się do pracy zawodowej. Proces wychowywania w rodzinie dojazdowej i podział obowiązków jest inny niż w tradycyjnym modelu, w której jeden z rodziców nie jest domownikiem, lecz gościem lub prowadzi drugi dom. Szacuje się, że rodzin tego typu jest w Polsce 4% a na świecie około 15% (Burkacka, 2017, ss.79–80). Realia rynku pracy w Polsce zmuszają wiele par do geograficznej rozłąki.

Związki małżeńskie w trakcie swojego trwania ulegają wielu przemianom, w dużym stopniu zmianie ulega treść uczucia łączącego partnerów. Zupełnie inne etapy w związku przechodzą pary, które żyją na co dzień razem, a inne, kiedy związek jest na odległość. Bogdan Wojciszke (2011, s. 336) wskazuje trzy fazy składowe miłości: intymność, namiętność i zobowiązanie. Wszystkie te fazy następują kolejno po sobie, różniąc się od siebie dynamiką. Jeśli para przejdzie te wszystkie fazy, mamy do czynienia ze związkiem dojrzałym.

Związek na odległość oznacza niejednokrotnie smutek, rozgoryczenie i poczucie samotności. Małżeństwa geograficznie rozłączone doświadczają miłości bez codzienności i bez seksualności. Jeden z małżonków wyjechał i żyje w samotności z dala od rodziny, a drugi, który pozostał w kraju, musi sprostać wszystkim obowiązkom – domowym i rodzinnym. Badacze zauważają, że miłość „na dystans jest jak seks bez prania pościeli, jak jedzenie bez zmywania talerzy, jak wycieczka górską bez potu i bolących stawów” (Beck, Beck-Gernsheim, 2013, s. 76). Badania naukowe (Tuszyńska-Bogucka, 2015, s. 36) dowodzą, że mężczyźni i kobiety ponoszą nieco inne koszty psychologiczne przebywania w związkach na odległość: mężczyźni płacą za nie pomniejszeniem poczucia samorealizacji w związku, kobiety – podwyższonym niepokojem w relacjach. Kobiety mają lepszą od mężczyzn wizję komunikacji własnej, a mężczyźni ujawniają problemy w tym zakresie.

Migracja jednego z rodziców powoduje zaburzenia w funkcjonowaniu całego systemu rodzinnego. Rzeczywistość rodziny nomadycznej jest zaburzona, a więzi emocjonalne między rodzicem i dzieckiem są nadwątłone. Kiedy rodzic jest mocno pochłonięty własnymi problemami, jego wrażliwość na dziecko może być obniżona, czego efektem jest brak dostępności emocjonalnej rodzica do dziecka, które może generować różnego rodzaju zachowania mające na celu „zbliżyć” rodzica do małoletniego.

Rodzice choć mogą starać się stwarzać pozory dbałości opiekuńczej i wychowawczej o dziecko, jednocześnie swym negatywnym zachowaniem i stosunkiem emocjonalnym izolują się, nie zauważają problemów życiowych dziecka, nie wykazują zainteresowania jego edukacją szkolną (Dąbrowska, 2011, s. 42).

Zakłada się, że w rodzinie czasowo rozłączonej trudniej jest uzyskać prawidłowe wzorce, z których dzieci mogłyby czerpać, obserwując role kobiece i męskie ideały. Badania prowadzone przez Wioletę Danilewicz (2010), koncentrujące się na określeniu typów rodzin geograficznie rozłączonych, a także doświadczeń rodzinnych wynikających z dorastania w rodzinach migracyjnych dowiodły, że migranci sprawują rolę rodziców pomimo dzielącej ich odległości geograficznej, zapobiegając emocjonalnemu rozdzieleniu rodziny. Nie rezygnują ze swoich macierzyńskich i ojcowskich powin-



ności, lecz nadają im nowy wymiar. Migracja nie musi w sposób nieodwracalny prowadzić do destrukcji rodziny w sytuacji, w której zachowane jest poczucie wspólnoty rodzinnej, a rodzice starają się nadal realizować role rodzicielskie wobec dzieci, choć bez wątplenia jest to trudne.

## **Życie na odległość w ocenie zamężnych kobiet i żonatych mężczyzn w świetle wyników badań własnych**

Dotychczasowe badania poświęcone związkom na odległość koncentrują się na wybranych aspektach psychologicznych, pedagogicznych czy socjologicznych (Lichota, 2009; Nowakowska, 2009; Danilewicz, 2010; Kaszuba, 2021; Tuszyńska-Bogucka, 2023). Temat ten obecny jest głównie w czasopismach popularnonaukowych, na blogach internetowych, w mediach społecznościowych i ma charakter poradnikowy. Związki geograficznie rozłączone powodują szereg trudności, a czasowa nieobecność jednego z małżonków wpływ na całość systemu rodzinnego. Niezwykle rzadko w badaniach naukowych podejmuje się próbę ukazania perspektywy osób czasowo rozłączonych z najbliższymi czy też pozostających w kraju, których partner lub partnerka pracują zagranicą.

Biorąc po uwagę ustalenia teoretyczne, celem podjętych badań jest poznanie doświadczeń migracyjnych rodzin, które realizują formę życia rodzinnego w rozłące. Rozważania nad problematyką związków na odległość doprowadziły do sformułowania problemu głównego i problemów szczegółowych, które nadały kierunek eksploracji empirycznej.

**Problem główny:** Jak badani funkcjonujący w związkach na odległość postrzegają swoje małżeństwo i problemy dnia codziennego?

**Problemy szczegółowe:**

- Jakie czynniki, w opinii badanych, spowodowały podjęcie decyzji o pracy w geograficznym oddaleniu od najbliższych?
- W jaki sposób aktywność migracyjna wpływa na jakość związku małżeńskiego i więzi rodzinne w opinii zamężnych kobiet i żonatych mężczyzn pracujących poza Polską i ich małżonków pozostających w kraju?
- Jakie w opinii małżonków czasowo rozłączonych istnieją problemy dotyczące codziennego życia rodzinnego?
- Jakie są rodzicielskie doświadczenia badanych rodziców podczas rozłąki rodziny?



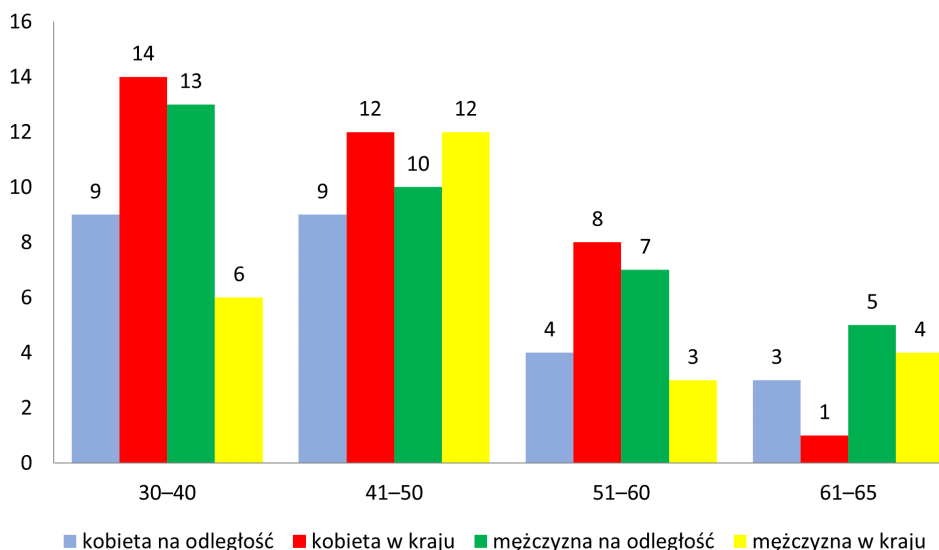
W badaniach uwzględniono następujące zmienne:

- opinie na temat funkcjonowania małżeństwa i rodziny migracyjnej,
- płeć badanych,
- życie w geograficznym oddaleniu (małżonkowie pracujący zagranicą i małżonkowie, którzy pozostali w kraju).

Sondaż diagnostyczny zrealizowano od marca do kwietnia 2023 wśród małżeństw funkcjonujących na odległość (z kobietami lub mężczyznami). Narzędziem badawczym, którym posłużono się w badaniach były dwa samodzielnie utworzone kwestionariusze ankiety. Pierwszy z nich – dla małżonków pracujących za granicą – składał się z 42 pytań zamkniętych, natomiast drugi, przeznaczony dla małżonków pozostających w kraju zawierał 41 pytań zamkniętych. Zarówno w pierwszym, jak i w drugim kwestionariuszu występowały pytania jednokrotnego i wielokrotnego wyboru. Wszyscy zostali poinformowani o celu badania i zapewnieni o jego anonimowości.

Wśród małżeństw, w których to mężczyzna pracuje poza krajem, 35 kobiet wypełniało kwestionariusz ankiety w formie papierowej, a ich mężowie – pracujący na kontraktach długoterminowych – za pomocą Internetu. Dużym wyzwaniem było dotarcie do kobiet pracujących za granicą, których partnerzy pozostali w kraju. W grupie badawczej kobiet badania były bardziej skomplikowane, odbywały się całkowicie online, z wykorzystaniem portalu społecznościowego Kobiety na Emigracji w UK. Przeszkodą w badaniach był brak możliwości kontaktu z mężami tych kobiet, w związku z czym poproszono badane kobiety, aby ankiety dla swoich małżonków wysłały drogą elektroniczną. Z rozesłanych ankiet udało się zebrać 25 poprawnie wypełnionych. Zamierzeniem badawczym było zgromadzenie szerokiej populacji badawczej, jednak ankietowani wielokrotnie odmawiali udziału w badaniach, twierdząc, że to ich intymne, prywatne sprawy albo wypełnione kwestionariusze były niekompletne. Łącznie przebadanych zostało 60 osób pracujących za granicą, na kontraktach krótko- i długoterminowych (35 mężczyzn i 25 kobiet) i 60 ich małżonków (35 kobiet i 25 mężczyzn), przebywających w kraju i ich opinie zostaną poddane analizie ilościowo-jakościowej.

W charakterystyce społeczno-demograficznej prezentowanych rodzin uwzględniono podstawowe informacje. Są to rodziny rozłączone z jednym z rodziców, drugi pozostaje z dziećmi w ich domach rodzinnych. Badaniom poddano 60 małżeństw z różnym stażem (tylko 6 par jest w związku od 1 roku do 5 lat), które na co dzień żyją w związku na odległość. Są to osoby w wieku od 30 do 65 lat, mieszkające na wsiach oraz w miastach. Posiadają wykształcenie od zawodowego do wyższego, są aktywne lub nieaktywne zawodowo, z dziećmi lub bez. Prezentując dane dotyczące osób pracujących poza Polską na rysunkach użyto skrótu „mężczyzna/kobieta na odległość” a w odniesieniu do małżonków tych osób – „kraj”.

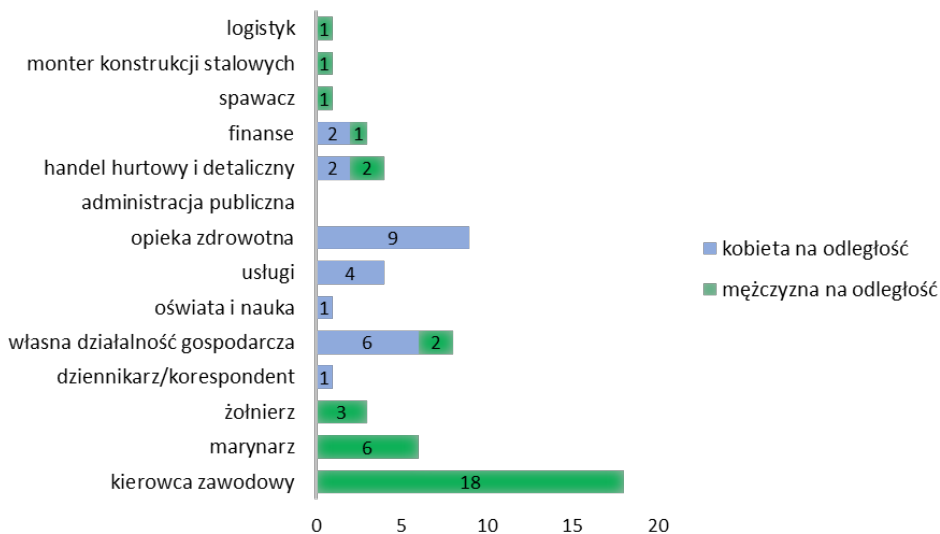


Rysunek 1. Wiek badanych osób. Źródło: Opracowanie własne.

Z przytoczonych danych (rysunek 1) wynika, że największa ruchliwość migracyjna jest w przedziale od 30. do 50. roku życia, po czym po 50. roku życia znacznie spada. Tylko 3 kobiety i 5 mężczyzn po 60. roku życia pracuje na kontakcie poza krajem. Osoby migrujące zarobkowo mieszkają głównie w mieście (38 małżeństw) a 22 pary na wsi.

Analizując zebrane dane stwierdzono, że wśród badanych 25 kobiet pracujących w Wielkiej Brytanii, 18 ma wykształcenie średnie i wyższe, natomiast struktura wykształcenia 35 mężczyzn jest bardziej zróżnicowana: 18 ma wykształcenie średnie i wyższe a 17 – zawodowe. W gronie kobiet pozostających w kraju 10 posiada wykształcenie podstawowe i zawodowe a 25 – średnie i wyższe. Pośród mężczyzn przebywających w kraju 11 osób ma wykształcenie podstawowe i zawodowe a 14 – średnie i wyższe.

Zasadnym jest też rodzaj podejmowanej pracy, zarówno przez rodzica migracyjnego, jak i tego stacjonarnego. Rodzice migracyjni funkcjonują inaczej niż rodzice stacjonarni, którzy na co dzień muszą sprostać wielu zadaniom. Każde z nich boryka się z innymi problemami. Bywają też ojcowie i matki, którzy świadomie lub nie nie podejmują pracy zarobkowej i są na utrzymaniu współmałżonka. Poniższy wykres (rysunek 2) przedstawia rodzaj wykonywanej przez ankietowane małżeństwa pracy.



Rysunek 2. Zawód wykonywany przez małżonków migracyjnych. Źródło: Opracowanie własne.

Z przytoczonych danych wynika, że znaczna większość, bo aż 18 ankietowanych mężczyzn wykonuje zawód zawodowego kierowcy, 6 jest marynarzami, 3 żołnierzami, 2 prowadzi własną działalność gospodarczą, 2 zajmuje się handlem hurtowymi detalicznym, 1 odnajduje się w finansach, 3 wykonuje pracę fizyczną (spawacz, monter konstrukcji stalowych, malarz). Wśród kobiet przebywających za granicą (25 osób) najwięcej z nich, bo 9 pracuje w opiece zdrowotnej, 6 prowadzi własną działalność gospodarczą, 4 pracują w usługach, 4 zajmują się finansami oraz handlem hurtowym i detalicznym, 1 pracuje w oświacie i nauce oraz 1 wykonuje zawód dziennikarza/korespondenta.

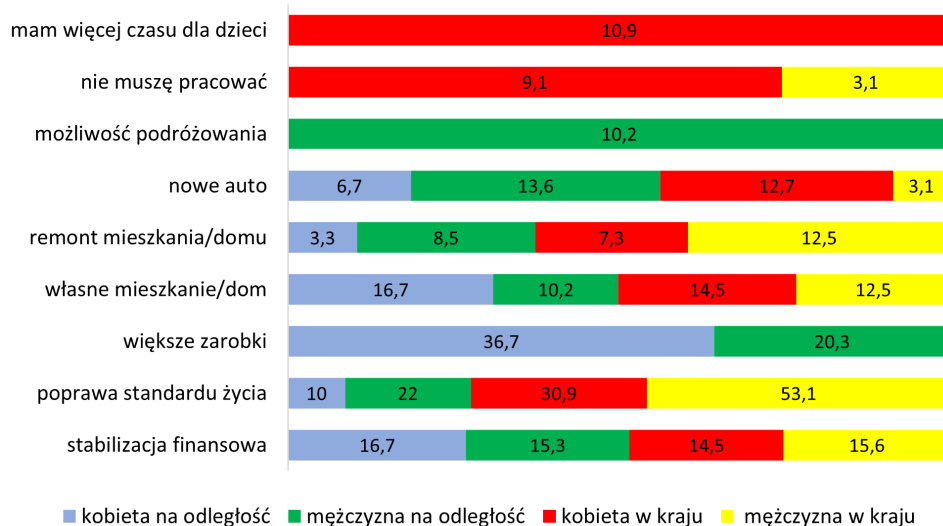
Aktywność zawodowa partnerów, którzy pozostali w kraju jest zróżnicowana: 17 spośród 35 ankietowanych kobiet nie pracuje i jest na utrzymaniu męża, a pozostałe badane mają stałą pracę zgodną z wykształceniem. Jeśli chodzi o mężczyzn, których partnerki pracują poza granicami kraju, to tylko 1 jest na utrzymaniu swojej żony, a inni pracują w branży budowlanej, administracji publicznej czy też prowadzą własną działalność gospodarczą.

## Bilans zysków i strat funkcjonowania rodzin w związkach dojazdowych w opinii badanych

Interpretację uzyskanych danych warto rozpocząć od określenia ilości czasu spędzającego przez ankietowanych z dala od rodziny. Z analizy zebranego materiału wynika,

że najwięcej mężczyzn decyduje się na wyjazdy trwające od dwóch do sześciu miesięcy bądź krótkoterminowe, czyli tygodniowe. Co piąty ankietowany wyjeżdża na dwa tygodnie. Nieznaczna ilość badanych mężczyzn zadeklarowała, że wyjeżdża na miesiąc lub dłużej niż pół roku. Prawie 1/3 badanych kobiet decyduje się na wyjazdy trwające od dwóch do sześciu miesięcy; siedem kobiet zadeklarowało, że wyjeżdża na miesiąc, co piąta badana kobieta zakomunikowała, że opuszcza rodzinę na dłużej niż pół roku, natomiast znikoma ilość respondentek zadeklarowała wyjazdy krótkoterminowe. Z powyższych deklaracji można wnioskować, że badane kobiety częściej decydowały się na wyjazdy długoterminowe, natomiast długość czasu spędzanego na obczyźnie przez mężczyzn jest bardziej zróżnicowana.

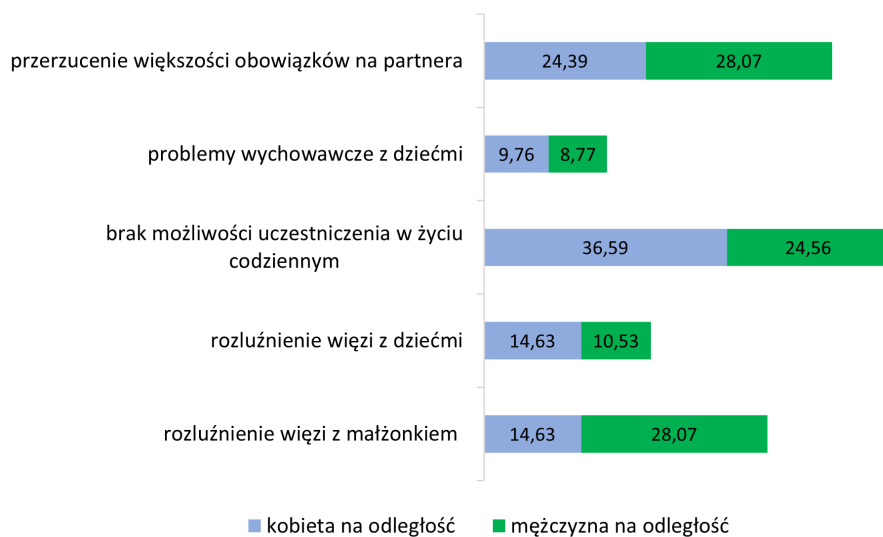
Zapytano badanych również o motywację do podjęcia pracy w geograficznym oddaleniu. Uzyskane dane upoważniają do stwierdzenia, że przeważa migracja zarobkowa, choć podkreślano również chęć zmiany. Zdaniem badanych wpłynęła ona na większe zarobki, dzięki czemu poprawił się ich standard życia oraz ustabilizowała się sytuacja finansowa. Rozkład odpowiedzi przedstawia rysunek 3.



Rysunek 3. Zmiana sytuacji ekonomicznej spowodowanej wyjazdem w opinii badanych.  
Źródło: Opracowanie własne.

Warto poznać opinie respondentów na temat tego, jak – ich zdaniem – praca z dala od rodziny wpływa na jakość związku. Najwięcej z ankietowanych kobiet ubolewa nad faktem, że nie może uczestniczyć w życiu codziennym rodziny, a także nad nadmiernym obciążaniem partnera obowiązkami. Tylko nieliczne kobiety podkreślały, że ich wyjazd spowodował rozluźnienie więzi emocjonalnej z dziećmi oraz współmałżonkiem

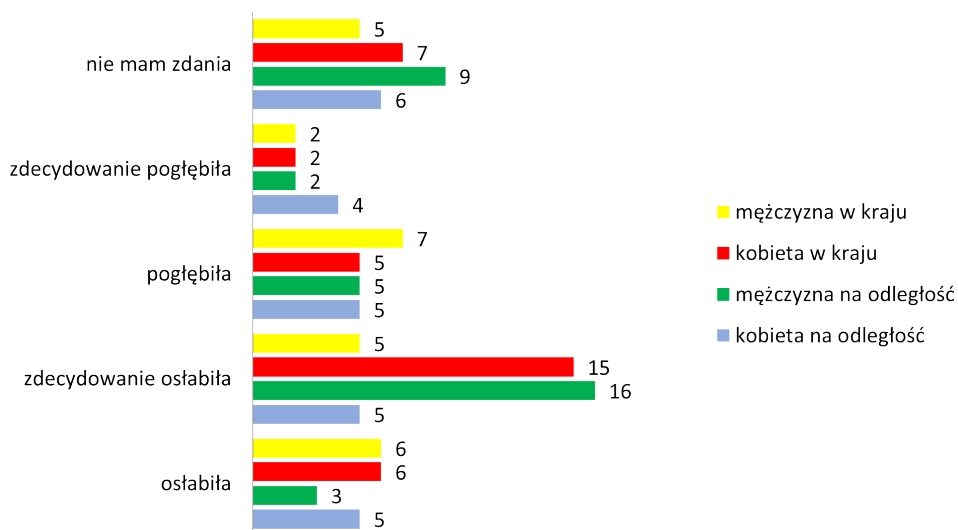
i wpłynął na problemy wychowawcze z dziećmi. Jeśli chodzi o mężczyzn przebywających w geograficznym oddaleniu, to zdecydowana większość z nich podkreślała, że praca z dala od rodziny wpłynęła na rozluźnienie więzi ze współmałżonką oraz przerzucenie na nią większości obowiązków. Co czwarty mężczyzna ubolewa nad faktem, że nie może na co dzień uczestniczyć w życiu rodziny i twierdzi, że relacje z dziećmi uległy pogorszeniu. Rozkład procentowy wypowiedzi przedstawiono na rysunku 4.



Rysunek 4. Praca a funkcjonowanie rodziny w opinii małżonków migracyjnych. Źródło: Opracowanie własne.

Ciekawie przedstawia się perspektywa osób, które pozostały w kraju. Znaczna część ankietowanych mężczyzn (16,67%) i kobiet (21,74%) czuje samotność w związku i tęskni za swoimi małżonkami. Jak wynika z zebranych danych, 67% ankietowanych kobiet uważa, że charakter pracy męża spowodował, że mają nadmiar obowiązków związanych z samotnym rodzicielstwem oraz prowadzeniem domu. Kobiety muszą sobie radzić same z załatwianiem spraw finansowych, z naprawami/remontami czy opieką nad starszymi schorowanymi rodzicami. Natomiast mężczyźni (65%) skarżyli się na problemy związane z opieką nad dziećmi czy przygotowaniem posiłków, które wcześniej realizowały ich żony. Co piąty badany przyznaje się do trudności w łączeniu pracy zawodowej i obowiązków rodzicielskich. Co ciekawe, w sytuacjach kryzysowych kobiety zadeklarowały, że nie informują męża o występujących problemach, nie proszą nikogo o pomoc, lecz starają się być samodzielne. Natomiast badani mężczyźni mają bardzo rozbudowaną sieć wsparcia, mogą liczyć swoich rodziców, rodzeństwo, znajomych czy partnerkę.

Odległość, jaka dzieli małżonków w rodzinach migracyjnych, w różny sposób wpływa na ich więzi emocjonalne – jednym pomaga, drugim wręcz utrudnia funkcjonowanie w takim związku. Analiza danych pozwala sformułować wniosek, że zdecydowanie najbardziej osłabiła się więź pomiędzy kobietą w kraju a mężczyzną na emigracji, ponieważ tak zadeklarowała prawie połowa badanych małżonków. Część ankietowanych w ogóle nie ma zdania, może dlatego, że ich relacje uległy zamrożeniu i są ciągle na tym samym poziomie. Zdecydowanie najmniejsza liczba respondentów stwierdziła, że ich więzi się zdecydowanie pogłębiły. Szczegółowe dane przedstawia rysunek 5.

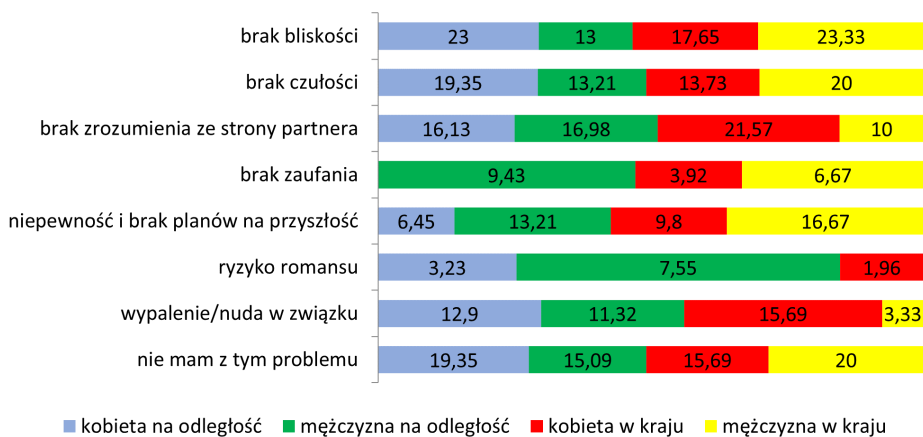


Rysunek 5. Geograficzna rozłąka a poczucie więzi w ocenie badanych. Źródło: Opracowanie własne.

Związek na odległość nie może obejść się bez stałego i częstego kontaktu. Aby więź rodzinna nie wygasła potrzebna jest jak najczęstsza komunikacja. Wśród badanych dominuje codzienna forma kontaktów, tylko nieliczni zadeklarowali sporadyczny kontakt (raz na tydzień/dwa tygodnie) z najbliższymi. Zdecydowana większość respondentów kontaktuje się z najbliższymi za pomocą rozmów telefonicznych czy wideorozmów, ponieważ zależy im na poczuciu bliskości i wspólnoty z rodziną. Zachowanie kontaktu oraz życie życiem drugiej osoby ma ogromne znaczenie dla związku.

Związek na odległość wiąże się z całą paletą emocji. Mieszające się ze sobą tęsknota z samotnością czy złość z zazdrością mogą doprowadzić do sytuacji, w której jeden z partnerów uwikła się w emocjonalną lub/i fizyczną relację z inną osobą. Ba-

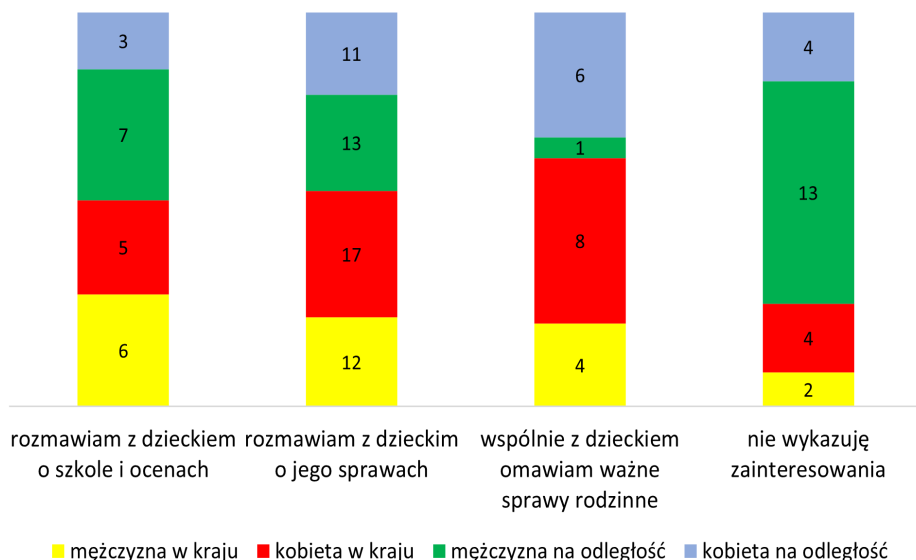
dani ze wszystkich grup podkreślali brak zrozumienia doświadczanych problemów ze strony partnera czy partnerki. Zarówno osoby pracujące poza granicami, jak i te będące w kraju odczuwają brak bliskości, czułości oraz mają poczucie niepewności odnośnie do swojej przyszłości. Więcej badanych mężczyzn pracujących w geograficznej rozłące niż ich partnerek czy kobiet na migracji nie ufa sobie w związku oraz obawia się romansu. Ciekawym jest fakt, że prawie połowa ankietowanych mężczyzn ma obawy, co do tego, że ich rodzina się rozpadnie i nie będą mieli do czego wracać. Koszty rozłąki małżeńskiej są wysokie, okupione tęsknotą, poczuciem żalu wynikającego z konieczności rozstania, trudnościami dnia codziennego skupionymi na jednym rodzicu. Rozkład odpowiedzi dotyczący problemów doświadczanych w małżeństwach dojazdowych przedstawia rysunek 6.



Rysunek 6. Problemy doświadczane w małżeństwach dojazdowych w opinii badanych.  
Źródło: Opracowanie własne.

Warto przedstawić perspektywę badanych dotyczącą ich relacji ze swoimi dziećmi. Podobnie jak pomiędzy małżonkami, tak i pomiędzy rodzicami i dziećmi w rodzinach czasowo rozłączonych relacje mogą ulec pogorszeniu lub poprawie. Wszystkie badane pary małżeńskie mają dzieci: 48% respondentów ma dwoje dzieci, 37% jedno dziecko a 15% uczestników badania ma troje dzieci. Ze względu na różny wiek i staż małżeński dzieci respondentów są w różnym wieku: co drugi rodzic ma dzieci w wieku przedszkolnym i szkolnym, a starsi małżonkowie mają dzieci w wieku wczesnej dorosłości. Sposób, w jaki interesują się problemami swoich pociech – we własnej ocenie – obrazuje rysunek 7.



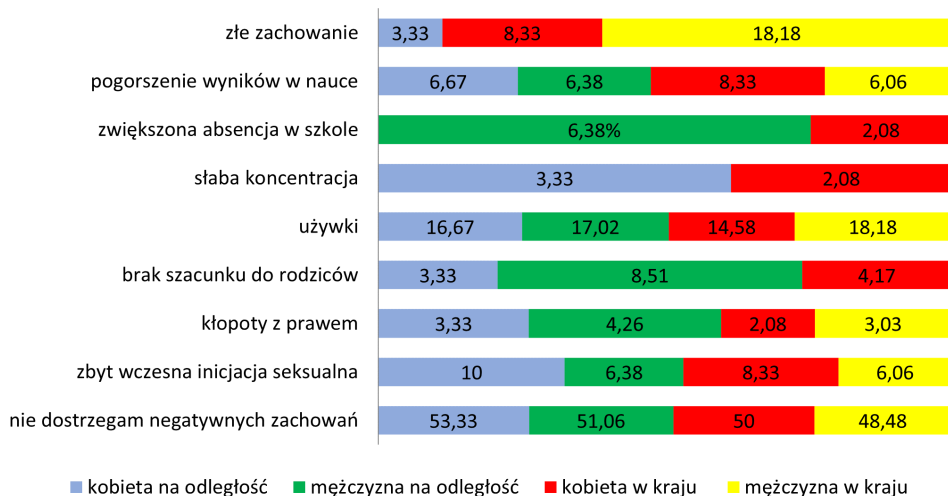


Rysunek 7. Zainteresowanie dzieckiem wykazywane przez rodziców stacjonarnych i migracyjnych. Źródło: Opracowanie własne.

W oparciu o deklaracje respondentów można stwierdzić, że rodzice zarówno migrujący zarobkowo, jak i pozostający w kraju są skoncentrowani na swoich dzieciach i starają się rozmawiać z nimi o istotnych sprawach. Rodzice migracyjni podczas pobytu w domu starają się wspólnie z dzieckiem spędzać czas na zabawach czy wycieczkach, rekompensując im swoją nieobecność. Stają się świętym Mikołajem, który zasypuje dzieci prezentami, daje pieniądze oraz zagusza swoje wyrzuty sumienia. Jednak 13 z 35 mężczyzn pracujących za granicą nie wykazuje zainteresowania problemami swojego dziecka, koncentrując się na własnym życiu zawodowym i przekazując partnerce obowiązek troski o dziecko. Można przypuszczać, że jest to syndrom „zrezygnowanego kibica”, który nie interweniuje w obawie przed zepsuciem atmosfery rodzinnej lub własnego samopoczucia.

Spowodowana migracją zarobkową przedłużająca się nieobecność rodzica przynosi z jednej strony korzyści materialne a z drugiej dezorganizuje życie rodzinne, niesie za sobą wiele zagrożeń i nie jest obojętna dla prawidłowego rozwoju dziecka. Więź, która łączy dziecko z rodzicami może zaniknąć, ponieważ czasami nie wystarczą rozmowy prowadzone na odległość. Dzieci doświadczają osamotnienia, które im dłużej trwa, tym pozostawia w psychice dziecka bardziej widoczny ślad. Brak kontroli rodzicielskiej może generować różnego rodzaju negatywne zachowania dotyczące zwiększonej absencji w szkole, problemów z koncentracją, wczesnej inicjacji seksualnej czy problemów z prawem. Co drugi z badanych rodziców nie zaobserwował u swoich dzieci

negatywnych skutków nieobecności rodzica. Rysunek 8 przedstawia szczegółowe dane dotyczące zachowań dzieci z rodzin migracyjnych w percepcji badanych rodziców.



Rysunek 8. Przejawy negatywnych zachowań u dzieci w związku z wychowywaniem się w rodzinie czasowo niepełnej w opinii badanych. Źródło: Opracowanie własne.

Zaprezentowane dane ukazują skomplikowaną sytuację zarówno rodzica żyjącego z dala od domu, jak i członków rodziny, którzy pozostali w kraju.

## Zakończenie

W ciągu ostatnich lat, w związku z akcesją Polski do Unii Europejskiej i zniesieniem wszelkich ograniczeń dla Polaków na rynku pracy w państwach UE, pojawił się problem rodzin migracyjnych. Wzmoczona mobilność ludzi spowodowała, że rodziny żyjące w geograficznym dystansie stały się jednym ze schematów życia małżeńsko-rodzinnego w postmodernistycznym świecie. Trudno w sposób wyczerpujący omówić szeroki kontekst dotyczący funkcjonowania rodzin żyjących na odległość. Mimo niewielkiej populacji badawczej udało się ukazać bilans zysków i strat funkcjonowania rodzin żyjących w geograficznym oddaleniu. Migracje zarobkowe związane są z chęcią poprawy sytuacji ekonomicznej, polepszeniem warunków życia i stabilizacją, a także z możliwością zmniejszenia frustracji, wynikającej z braku perspektyw na poprawę statusu materialnego oraz realizacją własnych aspiracji. Pogłębiająca się dysproporcja w zarobkach między Polską a innymi krajami, niezadowolający systemem socjalny i trud-

na sytuacja bytowa (Homoncik, Pujer, Wolańska, 2017, ss. 7–9) sprawiają, że wielu Polaków migrując liczy na poprawę warunków życia swojej rodziny. Najważniejsze zmiany społeczne wywołane migracją zachodzą na gruncie rodziny. Dla migrantów, poza korzyściami materialnymi, istnieją także skutki negatywne, związane z rozłąką rodzin czy ograniczeniem kontroli nad wychowaniem młodego pokolenia oraz opieką nad seniorami. Konsekwencją długotrwałej rozłąki jest utrata zaufania do partnera, zubożenie bądź nadmierna tęsknota.

Członkowie rodzin starają się wpasować w nowe role, poddając się próbie bycia partnerem oraz rodzicem na odległość. Osłabienie więzi z rodzicem-migrantem może skutkować pojawianiem się u dzieci problemów psychicznych – lękowych, depresyjnych czy psychosomatycznych z uwagi na znaczne osłabienie wpływów rodzicielskich (Nowak, 2011, s. 63). W badaniach ukazano również sygnały o pozytywnych stronach związku na odległość. Sytuacja rozłąki migracyjnej powoduje, że poszczególni członkowie rodziny zostają pozbawieni codziennych kontaktów z najbliższymi i są zmuszeni do funkcjonowania w zupełnie nowych warunkach. Część par musiała na przykład nauczyć się – w efekcie zmagania się ze stresem separacji – radzenia sobie z wypełnianiem nowych zadań życiowych i rozwiązywaniem sytuacji kryzysowych.

Powyższe rozważania i refleksje ukazują wpływ zmian postmodernistycznych na definiowanie i funkcjonowanie współczesnej rodziny, wymuszając nowe rozwiązania w polskiej polityce społecznej. Problem rodzin migracyjnych niewątpliwie jest problemem społecznie nierozwiązywalnym, nawet jeśli bilans strat dla rodziny przeważa nad bilansem zysków. Sytuacja takich rodzin jest bardzo zróżnicowana i należy ją rozpatrywać indywidualnie, uwzględniając dzieci – jako bardzo istotne w kontekście jakości życia rodziny – i doświadczenia małżonków. Uzasadniona wydaje się zatem potrzeba prowadzenia badań interdyscyplinarnych, za pomocą standaryzowanych narzędzi badawczych, charakteryzujących poziom funkcjonowania całego systemu rodzinnego w kontekście migracji zarobkowej.

## Bibliografia

- Adamski, F. (1982). *Socjologia małżeństwa i rodziny: Wprowadzenie*. Warszawa: Państwowe Wydawnictwo Naukowe.
- Beck, U., Beck-Gernsheim, E. (2013). *Miłość na odległość: Modele życia w epoce globalnej*. Warszawa: Wydawnictwo Naukowe PWN.
- Bernard, A., Kalemba, S. (2022). Internal migration and the de-standardization of the life course: A sequence analysis of reasons for migrating [Migracje wewnętrzne a destandaryzacja biegu życia: analiza sekwencyjna biegu życia/ tłumaczenie własne]. *Demographic Research*, 46, 337–354. DOI: 10.4054/DemRes.2022.46.12.

- Burkacka, I. (2017). Monoparentalność, wielorodzina i rodzina zrekonstruowana: Współczesne nazwy modeli życia rodzinnego. *Artes Humanae*, 2, 61–94. DOI: 10.17951/artes.2017.2.61.
- Danilewicz, W. (2010). *Rodzina ponad granicami: Transnarodowe doświadczenia wspólnoty rodzinnej*. Białystok: Trans Humana Wydawnictwo Uniwersyteckie.
- Dąbrowska, A. (2011). *Sytuacja rodzinna i społeczna dzieci rodziców migrujących zarobkowo z województwa świętokrzyskiego: Publikacja podsumowująca projekt*. Kielce: Akademia Przedsiębiorczości.
- Gajewski, M. (2023). Rodzina i jej doświadczenie emigracyjne w kontekście wielokulturowości. Wybrane zagadnienia. *Annales Universitatis Mariae Curie-Skłodowska: Sectio J Paedagogia-Psychologia*, 36(1), 81–92. DOI: <http://dx.doi.org/10.17951/j.2023.36.1.81-92>.
- Guldner, G.T. (2003). *Long distance relationships: The complete guide* [Związki na odległość: Kompleksowy przewodnik/ tłumaczenie własne]. Corona: JF Milne Publications.
- Homoncik, T., Pujer, K., Wolańska, I. (2017). *Ekonomiczno-społeczne aspekty migracji: Wybrane problemy: Monografia*. Wrocław: Wydawnictwo Exante.
- Jehn, K. A., Stroh L., Von Glinow M. A. (1997). The commuting couple: Oxymoron or career freedom? [Para przemieszczająca się do pracy: Oksymoron czy wolność kariery?/ Tłumaczenie własne]. W: Y. Altunex (red.), *Careers in the new millennium: Causes, challenges, and consequences* (ss. 163–178). Leuven: Acco.
- Kaszuba, A. (2021). Razem czy osobno?: Emigracja zarobkowa a wczesne nieadaptacyjne schematy młodych dorosłych. *Psychologia wychowawcza*, 19, 57–74. DOI: 10.5604/01.3001.0014.9043.
- Klimaszewski, Z.T. (2007). *Emigracja polska w Niemczech*. Białystok: Wydawnictwo i Drukarnia Libra.
- Kołbon, I. (2016). Mobilność społeczna w kontekście mobilności przestrzennej: Awans, marginalizacja i degradacja społeczna polskich euroemigrantów. *Studia Migracyjne – Przegląd Polonijny*, 42, 1(159), 180–200.
- Kornaszewska-Polak, M., Gwóźdź, M., Wójtowicz, M., Szymczyk, L. (2021). *Kondycja współczesnej rodziny – ujęcie interdyscyplinarne*. Katowice: Wydawnictwo Uniwersytetu Śląskiego.
- Kwak, A. (2014). Współczesny świat zmian – alternatywy dla małżeństwa. *Acta Universitatis Lodzianis: Folia Sociologica*, 51, 5–19.
- LOS (opr.) (2023). *Drożynna wypędza Polaków do pracy zagranicą: Odkurzamy stare szlaki na Zachód*. Money.pl [portal]. Pobrane 19.12.2023 z: <https://www.money.pl/gospodarka/drozynna-wypedza-polakow-do-pracy-za-granica-odkurzamy-stare-szlaki-na-zachod-6891453329738304a.html>).

- Lichota, M. (2009). Związki na odległość – współczesny objaw cywilizacji. W: W. Muszyński (red.), „*Kocha się raz?*”: *Miłość w relacjach partnerskich i rodzinnych* (ss. 57–63). Toruń, Olsztyn: Wydawnictwo Adam Marszałek, Katedra Socjologii Wydziału Nauk Społecznych Uniwersytetu Warmińsko-Mazurskiego.
- Maj, B. (2001). Rola małżeństwa i rodziny w życiu człowieka (na podstawie badań zrealizowanych wśród mieszkańców powiatu wadowickiego). *Państwo i Społeczeństwo*, 11(3), 9–36.
- Marzec, D., Karpuszenko, E., Zajęcka, B. (2015). *Migracje rodziców: Problem społeczno-wychowawczy w Unii Europejskiej*. Warszawa: Ośrodek Wydawniczo-Poligraficzny SIM.
- Nowak, B. M. (2011). *Rodzina w kryzysie: Studium resocjalizacyjne*. Warszawa: Wydawnictwo Naukowe PWN.
- Nowak, B. M., Banasiak, A., Górnicka, B., Zajęcka, B. (2019). Zagrożenia życia rodzinnego w ocenie badanej młodzieży. W: R. Bera, S.M. Kwiatkowski (red.), *Młodzież wobec współczesnych zagrożeń w życiu społecznym: Wyzwania dla pedagogiki bezpieczeństwa* (ss. 410–467). Warszawa: Wydawnictwo Akademii Pedagogiki Specjalnej.
- Nowakowska, A. (2009). Wpływ migracji zarobkowej na jakość życia rodzinnego. W: T. Rostowska (red.), *Psychologia rodziny: Małżeństwo i rodzina wobec współczesnych wyzwań* (ss. 101–116). Warszawa: Difin.
- Praszałowicz, D. (2008). Polskie studia na temat migracji kobiet: wybrane perspektywy teoretyczne i wyniki badań. W: K. Slany (red.), *Migracje kobiet: Perspektywa wielowymiarowa* (ss. 51–62). Kraków: Wydawnictwo Uniwersytetu Jagiellońskiego.
- Szukalski, P. (2013). *Małżeństwo: Początek i koniec*. Łódź: Wydawnictwo Uniwersytetu Łódzkiego.
- Tuszyńska-Bogucka, W. (2015). Jakość funkcjonowania „związków na odległość” w odbiorze kobiet i mężczyzn. *Społeczeństwo i Rodzina*, 1(42), 22–36.
- Tyszka, Z. (1999). Ku społeczeństwu postindustrialnemu: Kondycja polskiej rodziny w dobie przyspieszonych przemian. *Roczniki Socjologii Rodziny*, 11, 7–15.
- Urbańska, S. (2015). *Matka Polka na odległość: Z doświadczeń migracyjnych robotnic 1989–2010*. Toruń: Wydawnictwo Naukowe Uniwersytetu Mikołaja Kopernika.
- Wilson, T. (2010). Model Migration Schedules Incorporating Student Migration Peaks [Modelowe schematy migracji obejmujące okresy największej migracji studentów/ tłumaczenie własne]. *Demographic Research*, 23(8), 191–222. DOI: 10.4054/DemRes.2010.23.8.
- Wojciszke, B. (2011). *Psychologia społeczna*. Warszawa: Wydawnictwo Naukowe Scholar.
- Wojtaszak, A. (2022). Główne determinanty migracji zarobkowych Polaków do państw Unii Europejskiej po 2004 roku i ich następstwa. *Acta Politica Polonica*, 2(54), 175–186. DOI: 10.18276/ap.2022.54-11.