doi: 10.34616/wwr.2019.1.59.76

„Wychowanie w Rodzinie" t. XX (1/2019)

nadesłany: 14.10.2018 r. – przyjęty: 20.10.2018 r.

Agnieszka BOCHNIARZ*

Wsparcie społeczne a samoocena młodzieży z rodzin niepełnych

Social support and self-esteem of youngsters from incomplete families

Streszczenie

Cel: Celem podjętych badań jest określenie charakteru zależności między wsparciem społecznym a samooceną młodzieży wychowywanej przez samotnych rodziców w porównaniu z młodzieżą wychowywaną w rodzinach pełnych.

Metoda: Realizując cel badań, wykorzystano metodę sondażu diagnostycznego, obejmującego dwie techniki badawcze – Kwestionariusz Wsparcia Społecznego J. S. Norbeck oraz Skalę Samooceny SES M. Rosenberga w polskiej adaptacji I. Dzwonkowskiej, K. Lachowicz-Tabaczek i M. Łaguny.

Rezultaty: Rezultaty przeprowadzonych badań ukazały zróżnicowanie między młodzieżą wychowywaną przez samotnych rodziców i młodzieżą wychowywaną przez obydwoje rodziców w zakresie natężenia wsparcia społecznego i samooceny. Okazało się, że wsparcie otrzymywane przez młodzież z rodzin niepełnych jest znacząco niższe w porównaniu z percypowanym przez młodzież z rodzin pełnych. Ponadto uzyskane wyniki wyraźnie pokazują, że młodzież z rodzin niepełnych znacznie niżej ocenia siebie niż młodzież z rodzin pełnych.

* e-mail: abochniarz@onet.eu
Instytut Pedagogiki, Uniwersytet Marii Curie-Skłodowskiej w Lublinie, Pl. Marii Curie-Skłodowskiej 5, 20-031 Lublin, Polska. ORCID: 0000-0002-5675-3314.

Wnioski: Trudne sytuacje życiowe, do których zalicza się brak jednego z rodziców, mogą prowadzić do obniżenia poziomu samooceny młodego człowieka. Dlatego istotnego znaczenia nabiera sieć wsparcia. Dla młodzieży z rodzin niepełnych tworzą ją osoby z najbliższego otoczenia, które poprzez stwarzanie warunków sprzyjających przezwyciężaniu stresorów oraz zaspokajanie potrzeby bezpieczeństwa dbają o budowanie pozytywnego obrazu własnej osoby u młodego człowieka.

Słowa kluczowe: rodzina, rodzina niepełna, samotne rodzicielstwo, zasoby osobiste, wsparcie społeczne, samoocena

Abstract

Aim: The aim of the present study is to determine the relationship between social support and self-esteem of young people raised by single parents in comparison with their peers raised in complete families.

Method: The methods which have been used is diagnostic survey including two techniques – The Norbeck Social Support Questionnaire and Rosenberg Self-Esteem Scale in Polish adaptation of I. Dzwonkowska, K. Lachowicz-Tabaczek and M. Łaguna.

Results: The results of the conducted research showed the difference between young persons raised by single parents and those raised by both parents in terms of intensity of social support and self-esteem. It turned out that the support received by young people from incomplete families is significantly lower compared to those perceived by young people from complete families. In addition, the obtained results show that adolescents from single-parent families have considerably lower self-esteem than adolescents from complete families.

Conclusions: Difficult life situations such as lack of one of the parents can lead to a decrease in the level of self-esteem of youngsters. For this reason it is important that they have a support network, that is, people from their closest environment who help them to build a positive self-image as they create conditions which allow them to overcome stressors and satisfy the need for security.

Keywords: family, incomplete family, single parenting, personal resources, social support, positive self-evaluation

Wprowadzenie

Rodzina stanowi pierwsze naturalne i podstawowe środowisko życia i funkcjonowania dziecka, w którym zaspakajane są jego różnorodne potrzeby – biologiczne, psychiczne i społeczne. Prawidłowe wypełnianie przez rodzinę funkcji opiekuńczych, rozwojowych, edukacyjnych, socjalizacyjnych i emocjonalnych jest koniecznym warunkiem optymalnego rozwoju cech osobowości, kształtowania wartości, norm i postaw młodego pokolenia[1].

[1] H. Cudak, *Dysfunkcje rodziny i jej zagrożenia opiekuńczo-wychowawcze*, „Pedagogika Rodziny" 2011, t. 1, nr 2, s. 7.

Od kilku lat w Polsce, podobnie zresztą jak w innych krajach, można zaobserwować wzrastającą liczbę rodzin niepełnych. Samotne rodzicielstwo staje się zatem coraz częstszym doświadczeniem osób dorosłych i ich dzieci. Wśród najczęściej wymienianych czynników powodujących niekompletność rodziny wymienia się: wzrost liczby urodzeń pozamałżeńskich, wzrost liczby rozwodów i separacji, długotrwałą nieobecność jednego z rodziców spowodowaną charakterem pracy, pobytem w szpitalu czy więzieniu, oraz śmierć jednego z małżonków[2]. Ponadto samotnemu rodzicielstwu sprzyja postępująca liberalizacja norm obyczajowych regulujących życie małżeńsko-rodzinne, widoczna zwłaszcza u młodych ludzi niepraktykujących religijnie, dobrze wykształconych i dobrze zarabiających, bardziej otwartych na nowe formy życia[3].

Według Dobroniegi Trawkowskiej i Marioli Racław rodzinę niepełną charakteryzuje

> długotrwała lub trwała deformacja struktury partnerskiej i pokoleniowej, generująca osamotnienie rodzica w podejmowaniu decyzji życiowych dotyczących członków rodziny i prowadzenia gospodarstwa domowego oraz wymóg wyłącznej (lub zwiększonej) odpowiedzialności za los dzieci[4].

Sytuację dziecka w rodzinie niepełnej kształtują zarówno czynniki o charakterze ekonomicznym, jak i psychologicznym. Konieczność zapewnienia opieki nad dzieckiem, liczne obowiązki, które spoczywają na jednym rodzicu, oraz jego mniejsza dyspozycyjność mogą prowadzić do różnorodnych problemów związanych z utrzymaniem się na rynku pracy i satysfakcjonującej aktywności zawodowej. Brak jednego z rodziców zwykle wpływa na pogorszenie sytuacji finansowej i warunków bytowych rodziny, co oznacza deprywację potrzeb ekonomicznych, kulturalnych oraz samorealizacji poszczególnych jej członków[5]. Bez względu na przyczynę nieobecność jednego z rodziców w codziennym życiu stanowi zakłócenie procesu wychowawczego i jest niekorzystna z punktu widzenia prawidłowego rozwoju poznawczego i społecznego dziecka. Dziecko wychowywane w rodzinie niepełnej traci jeden z wzorców osobowych, przez co może mieć problemy w podejmowaniu niektórych ról społecznych (partnera w związku, współmałżonka, rodzica), budowaniu prawidłowych związków emocjonalnych, okazywaniu emocji, tworzeniu pozytywnego obrazu własnej osoby[6].

---

[2] M. Racław, D. Trawkowska, *Samotne rodzicielstwo. Między diagnozą a działaniem*, Centrum Rozwoju Zasobów Ludzkich, Warszawa 2013, s. 6.

[3] Z. Strzelecki [i in.], *Sytuacja demograficzna Polski. Raport 2011–2012*, Zakład Wydawnictw Statystycznych, Warszawa 2012, s. 78.

[4] M. Racław, D. Trawkowska, *Samotne rodzicielstwo*, dz. cyt., s. 9.

[5] Tamże, s. 12.

[6] A. Siudem, I. Siudem, *Profil psychologiczny osób samotnie wychowujących dzieci*, Biuro projektu @lter Ego, Lublin 2008, s. 10.

Osłabienie potencjału wychowawczego i opiekuńczego w rodzinie niepełnej nie zawsze musi nieść za sobą negatywne skutki. O jakości życia w takiej rodzinie decydować mogą zarówno silne więzi emocjonalne i właściwe relacje w niej panujące, jak i wsparcie społeczne doświadczane przez samotnych rodziców i ich potomstwo.

Termin *wsparcie społeczne* pojawił się w literaturze w latach 70. ubiegłego wieku. Niektórzy autorzy traktują je jako zapewnienie zasobów o charakterze psychologicznym i materialnym, co pozwala jednostce poradzić sobie ze stresem[7], inni – jako pomoc w radzeniu sobie z wyzwaniami i sytuacjami trudnymi, zwłaszcza kryzysowymi[8], a jeszcze inni uważają, że występuje ono w procesie interakcji i składają się na nie takie cechy jakościowe jak altruizm, poczucie zobowiązania i wzajemność[9].

W ujmowaniu tego, co kryje się pod pojęciem wsparcia społecznego, można również wyróżnić podejście strukturalne oraz funkcjonalne. Podejście strukturalne określa wsparcie jako obiektywnie istniejące i dostępne sieci społeczne pełniące funkcje pomocne wobec osób będących w trudnej sytuacji życiowej. Efekt pomocy zależy od wielkości sieci, jej gęstości, spójności i dostępności. Istotną rolę może odgrywać również homogeniczność lub heterogeniczność sieci, czyli wymiary oznaczające podobieństwo lub zróżnicowanie, chociażby pod względem płci, wieku, wyznania, pozycji społecznej czy doświadczanego problemu[10]. Dostępne sieci społeczne określane są jako źródła wsparcia. Najkorzystniejsze dla jednostki, łatwo dostępne i objęte relacją zaufania interpersonalnego są naturalne źródła wsparcia, które tworzą między innymi rodzina, partner życiowy, przyjaciele, grupa rówieśnicza czy grupa towarzyska. Poza naturalnymi źródłami wsparcia istnieją jeszcze sformalizowane źródła wsparcia, do których zalicza się wszelkiego rodzaju grupy zawodowe, stowarzyszenia i instytucje[11].

Z kolei definiowanie wsparcia społecznego funkcjonalnie zakłada interakcję społeczną, w trakcie której ma miejsce wymiana emocji, informacji, instrumen-

---

[7] S. Cohen, *Social Relationships and Health*, „American Psychologist" 2004, vol. 59, nr 8, s. 676–684. Za: R. Sikora, *Wsparcie społeczne i radzenie sobie ze stresem a depresyjność młodzieży*, „Psychologia Rozwojowa" 2012, t. 17, nr 2, s. 41.

[8] I. G. Sarason [i in.], *Assessing social support. The Social Support Questionnaire*, „Journal of Personality and Social Psychology" 1983, vol. 44, nr 1, s. 127–139. Za: H. Sęk, R. Cieślak, *Wsparcie społeczne – sposoby definiowania, rodzaje i źródła wsparcia, wybrane koncepcje teoretyczne*, [w:] H. Sęk, R. Cieślak (red.), *Wsparcie społeczne, stres i zdrowie*, PWN, Warszawa 2004, s. 14–15.

[9] N. Knoll, R. Schwarzer, *Prawdziwych przyjaciół... Wsparcie społeczne, stres, choroba i śmierć*, [w:] H. Sęk, R. Cieślak (red.), *Wsparcie społeczne, stres...*, dz. cyt., s. 29–48.

[10] H. Sęk, R. Cieślak, *Wsparcie społeczne – sposoby...*, dz. cyt., s. 14–15.

[11] I. Heszen, H. Sęk, *Psychologia zdrowia*, PWN, Warszawa 2008, s. 167.

tów działania i dóbr rzeczowych. Jej celem jest zmniejszenie stresu, opanowanie kryzysu przez towarzyszenie, tworzenie poczucia przynależności, bezpieczeństwa i nadziei oraz próba znalezienia rozwiązania i przezwyciężenia trudności. Układ interakcji jest tu dynamiczny i można w nim wyodrębnić osobę wspierającą, poszukującą, odbierającą lub otrzymującą wsparcie[12].

W literaturze przedmiotu najczęściej można wyróżnić następujące rodzaje wsparcia[13]:

1. emocjonalne – to przekazywanie w trakcie interakcji emocji podtrzymujących, uspokajających, odzwierciedlających pozytywne nastawienie do osoby wspieranej. Celem jest podniesienie jej samooceny i poprawienie samopoczucia. Ten rodzaj wsparcia występuje najczęściej, jest oczekiwany i konieczny przy rozwiązywaniu problemu;
2. informacyjne – w toku interakcji następuje wymiana informacji umożliwiających zrozumienie problemu i sytuacji, w której znalazła się osoba potrzebująca wsparcia; to także przekazywanie informacji zwrotnych o skuteczności podejmowanych przez nią działań. Ten rodzaj wsparcia polega również na dzieleniu się własnym doświadczeniem przez osobę będącą w podobnej sytuacji;
3. instrumentalne – może przybierać postać instruktażu dotyczącego konkretnych sposobów postępowania, modelowania właściwych zachowań zaradczych bądź też fachowej pomocy udzielanej osobie wspieranej;
4. materialne (rzeczowe) – polega na świadczeniu różnorodnej pomocy – materialnej, finansowej i rzeczowej, oraz na bezpośredniej fizycznej pomocy osobom potrzebującym;
5. duchowe – pojawia się w sytuacji kryzysu egzystencjalnego, lęku i cierpienia duchowego wynikającego z rozważań nad życiem i śmiercią.

W życiu każdego człowieka istnieją takie momenty, kiedy potrzebuje on oparcia, pomocy i bliskości innych osób. Wydaje się, że wsparcie społeczne jest szczególnie potrzebne w sytuacjach stresu życiowego. Człowiek korzysta wówczas przede wszystkim z naturalnych źródeł oparcia – rodziny czy przyjaciół. Obecność w życiu innych osób, zwłaszcza osób znaczących, wpływa na kształtowanie jego kompetencji życiowych, budowanie poczucia tożsamości, stylów poznawczych, stylów reagowania na sytuacje trudne czy poziom samooceny.

Samoocena jest pojęciem niejednoznacznym, co powoduje, że jest definiowana w różny sposób. Bogdan Wojciszke uważa, że samoocena jest afektywną reakcją człowieka na samego siebie, rozpatrywaną jako względnie stała cecha

[12] H. Sęk, R. Cieślak, *Wsparcie społeczne – sposoby...*, dz. cyt., s. 18.
[13] Tamże, s. 19–20.

lub jako bieżący stan i motyw podmiotu[14]. Mark Leary traktuje samoocenę jako ogólny, charakterystyczny dla każdego człowieka poziom poczucia własnej wartości występujący w danym momencie i danej sytuacji[15]. Arthur Reber z kolei określa ją jako koncepcję siebie, stanowiącą możliwie najbardziej pełny i dogłębny obraz siebie[16]. Morris Rosenberg, wyjaśniając istotę samooceny, zwraca uwagę na to, że jest to przekonanie jednostki o własnej wartości, ujawniające się w samoopisie. Jest więc pozytywną lub negatywną postawą wobec *ja*[17].

Człowiek dokonuje oceny siebie w kontekście zaspokajania potrzeb i sprostania wymaganiom stawianym przez otoczenie. Uwzględniając ten aspekt, oceny te będą się między sobą różnić ze względu na właściwości. W związku z tym samoocena może być zróżnicowana ze względu na: a) poziom – wyróżniamy wówczas samoocenę wysoką lub niską; b) wartość – samoocena pozytywna lub negatywna; c) trwałość – samoocena stabilna bądź niestabilna; d) trafność i zgodność samooceny z faktycznymi możliwościami – samoocena adekwatna i nieadekwatna; e) pewność opinii i sądów jednostki na własny temat – samoocena pewna lub zagrożona[18]. Przedstawione rodzaje samooceny są ze sobą powiązane, w związku z czym mogą one występować w różnych konfiguracjach.

Samoocena stanowi strukturę dynamiczną, co oznacza, że jej poziom nie jest ustalony raz na zawsze. Kształtuje się on pod wpływem czynników zewnętrznych, czyli środowiskowych (informacji przekazywanych werbalnie i niewerbalnie, doświadczeń nabywanych w kontaktach z innymi osobami), oraz wewnętrznych, tkwiących lub tworzonych przez człowieka (na przykład systemu przekonań, sposobów zachowania)[19].

Poziom samooceny ma wpływ na wszystkie sfery życia człowieka, na podejmowane przez niego decyzje i realizowane zadania oraz sposób radzenia sobie z problemami i sytuacjami trudnymi. Zdrowa samoocena pozytywnie koreluje z racjonalizmem, realizmem, intuicją, kreatywnością, niezależnością, elastycznością, zdolnością radzenia sobie ze zmianami, umiejętnością przyznawania się do błędów czy chęcią współpracy[20]. Zdaniem Wojciszke posiadanie wysokiej samooceny jest dla jednostki korzystne, przyczynia się bowiem do realizowa-

[14] B. Wojciszke, *Człowiek wśród ludzi. Zarys psychologii społecznej*, Scholar, Warszawa 2004, s. 147.

[15] M. Leary, *Wywieranie wrażenia na innych*, GWP, Gdańsk 2003, s. 179.

[16] A. S. Reber, *Dictionary of Psychology*, Penguin Books, Londyn 1985, s. 677. Za: D. Wosik-Kawala, *Korygowanie samooceny uczniów gimnazjum*, Wydawnictwo UMCS, Lublin 2007, s. 16.

[17] I. Dzwonkowska, K. Lachowicz-Tabaczek, M. Łaguna, *Samoocena i jej pomiar. Polska adaptacja skali SES M. Rosenberga. Podręcznik*, Pracownia Testów Psychologicznych, Warszawa 2008, s. 5, 7.

[18] J. Kirenko, A. Wiatrowska, *Otyłość. Przystosowanie i uwarunkowania*, Wydawnictwo UMCS, Lublin 2015, s. 183.

[19] N. Branden, *6 filarów poczucia własnej wartości*, Feeria, Łódź 2012, s. 9–10.

[20] Tamże, s. 21.

nia przez nią różnych celów. Podnosi ona oczekiwanie sukcesu, co prowadzi do intensyfikacji działań i lepszych rezultatów. Jest również skutecznym buforem chroniącym człowieka przed lękiem, współwystępuje z adekwatnymi reakcjami na stres oraz jest wskaźnikiem bieżącej akceptacji przez otoczenie społeczne[21]. Wysoka samoocena w ujęciu Morrisa Rosenberga oznacza przekonanie, że jest się wartościowym człowiekiem, co nie jest równoznaczne z tym, że osoba z taką samooceną uważa siebie za lepszą od innych[22].

Materiał i metoda badań

Zmiana struktury rodziny prowadzi do stworzenia odmiennych warunków rozwojowych dzieci wychowywanych przez samotnych rodziców. Nie otrzymują one bowiem wszystkich koniecznych wzorów, co może utrudniać ich funkcjonowanie i budowanie pozytywnego obrazu własnej osoby. Brak jednego z rodziców, bez względu na przyczynę, stanowi wydarzenie krytyczne w życiu młodego człowieka. Powrotowi do równowagi i radzeniu sobie w różnych sytuacjach życiowych sprzyja wsparcie innych ludzi. Świadomość dziecka, że może ono liczyć na pomoc i zrozumienie ze strony nie tylko rodzica, może budować wiarę w siebie, mobilizować siły do radzenia sobie z wyzwaniami i sytuacjami trudnymi.

Celem podjętych badań jest określenie charakteru zależności między wsparciem społecznym i samooceną młodzieży wychowywanej przez samotnych rodziców w porównaniu z młodzieżą wychowywaną w rodzinach pełnych. Kwestie, wokół których koncentruje się problematyka niniejszych badań, dają się sprowadzić do następujących pytań badawczych:

1. Jakie jest natężenie wsparcia społecznego w wymiarach Kwestionariusza Wsparcia Społecznego (NSSQ) Jane Norbeck w grupie młodzieży z rodzin niepełnych i w grupie młodzieży z rodzin pełnych?
2. Jaka jest samoocena młodzieży wychowywanej w rodzinach niepełnych w porównaniu z młodzieżą wychowywaną w rodzinach pełnych?
3. Jakie są zależności pomiędzy wsparciem społecznym a samooceną młodzieży z rodzin niepełnych oraz z rodzin pełnych?

Ze względu na diagnostyczny charakter dwóch pierwszych pytań, zgodnie z obowiązującymi w metodologii badań zasadami, hipotezy robocze sformułowano jedynie do pytania trzeciego, dotyczącego współzależności pomiędzy

[21] B. Wojciszke, *Człowiek wśród ludzi*, dz. cyt., s. 163–164.

[22] I. Dzwonkowska, K. Lachowicz-Tabaczek, M. Łaguna, *Samoocena i jej pomiar*, dz. cyt., s. 7.

zmiennymi[23]. Stąd też zależności między wsparciem społecznym a samooceną młodzieży wychowywanej w rodzinach niepełnych i pełnych są różne. Doświadczanie wsparcia od różnych osób w sytuacjach trudnych pozytywnie koreluje z dodatnią samooceną. Założono, iż dla młodzieży wychowywanej przez samotnych rodziców i w rodzinach pełnych charakterystyczne będzie współdziałanie powyższych zmiennych.

Na potrzeby bieżącego opracowania wykorzystano metodę sondażu diagnostycznego, w skład którego weszły następujące techniki badawcze: Kwestionariusz Wsparcia Społecznego Jane S. Norbeck (Norbeck Social Support Questionnaire, dalej: NSSQ) oraz Skala Samooceny SES Morrisa Rosenberga w polskiej adaptacji Ireny Dzwonkowskiej, Kingi Lachowicz-Tabaczek i Marioli Łaguny.

Kwestionariusz Wsparcia Społecznego pozwala określić poziom wsparcia społecznego, a także jego sieć w populacji osób badanych. Składa się z trzech części. Pierwsza z nich umożliwia uzyskanie informacji na temat osób znaczących oraz charakteru związku łączącego badanego z każdą z tych osób (rodziców, przyjaciela, kolegi, lekarza, sąsiada, osoby duchownej, opiekuna socjalnego, terapeuty). Osoba badana podaje w 15 przeznaczonych do tego celu polach (nie wszystkie muszą być wykorzystane) imiona lub inicjały osób ważnych. Z tej części kwestionariusza uzyskujemy również dane dotyczące wieku, płci, statusu małżeńskiego, wykształcenia oraz aktywności religijnej osób badanych. Druga część NSSQ zawiera osiem pytań, które odnoszą się do osób z części pierwszej. Odpowiedzi na te pytania udzielane są z wykorzystaniem 5-punktowej skali typu Likerta, gdzie 1 pkt oznacza zupełnie nie, 2 pkt. – trochę, 3 pkt. – średnio, 4 pkt. – całkiem nieźle, 5 pkt. – całkowicie. W dwóch ostatnich pytaniach badany określa czas znajomości oraz podaje częstość kontaktów z wymienioną osobą. Z kolei w części trzeciej Kwestionariusza osoby badane udzielają odpowiedzi na pytanie alternatywne: „Czy podczas minionego roku straciłeś z kimś ważnym kontakt wskutek zmiany pracy, rozwodu, separacji, śmierci lub innych powodów?". Respondenci mają również określić, z której kategorii są to osoby (małżonek/partner, przyjaciel, kolega, sąsiad, opiekun socjalny, doradca lub terapeuta, ksiądz), oraz w jakim stopniu te osoby wspomagały badanego, gdzie 0 oznacza wcale, 1 – trochę, 2 – średnio, 3 – całkiem nieźle, 4 – całkowicie[24]. W niniejszym opracowaniu ta część kwestionariusza nie została wykorzystana. Uzyskane przy pomocy NSSQ wyniki pozwalają na ustalenie wsparcia w trzech wymiarach: emocjonalnym, afirmacyjnym i materialnym. Ponadto ustalana jest

[23] M. Łobocki, *Wprowadzenie do metodologii badań pedagogicznych*, Oficyna Wydawnicza Impuls, Kraków 2006, s. 126.

[24] J. Kirenko, E. Sarzyńska, *Bezrobocie. Niepełnosprawność. Potrzeby*, Wydawnictwo UMCS, Lublin 2010, s. 170–171.

także suma funkcjonalna, która określa całość otrzymywanego wsparcia ze wszystkich grup źródłowych[25].

Z kolei Skala Samooceny (the Rosenberg Self-Esteem Scale, dalej: SES) służy do pomiaru globalnej samooceny młodzieży i osób dorosłych. Arkusz testowy zawiera 10 twierdzeń, na które osoby badane udzielają odpowiedzi, wykorzystując 4-stopniową skalę – od „zdecydowanie zgadzam się" do „zdecydowanie nie zgadzam się". Osoba badana za każdą odpowiedź uzyskuje od 1 do 4 punktów. W twierdzeniach 1, 2, 4, 6, 7 należy odwrócić punkty, chodzi bowiem o to, aby wyższa wartość punktowa była przyznawana za odpowiedzi, które wyrażają wyższy poziom samooceny. Suma uzyskanych punktów stanowi wskaźnik ogólnego poziomu samooceny, a zakres uzyskania wyników wynosi od 10 do 40 punktów. Oznacza to, że im wyższy wynik uzyska osoba badana, tym wyższą ma samoocenę. W celu ustalenia, czy uzyskany przez daną osobę wynik jest niski, czy też wysoki, konieczne jest odwołanie się do norm. Uwzględniając wiek i płeć badanych, można przekształcić wynik surowy na skalę stenową. Przy ocenie w tej skali uwzględnia się następującą interpretację: steny 1 i 2 – wyniki bardzo niskie; steny 3 i 4 – wyniki niskie; steny 5 i 6 – wyniki przeciętne; steny 7 i 8 – wyniki wysokie; steny 9 i 10 – wyniki bardzo wysokie[26].

Istotnym elementem badań empirycznych jest właściwy dobór osób badanych zgodnie z postawionym celem badań oraz problemami. W badaniach własnych zastosowano celowy dobór próby, starając się wyodrębnić wśród badanych grupę młodzieży z rodzin niepełnych oraz grupę młodzieży z rodzin pełnych. Badania przeprowadzano w 2017 roku. Ogółem przebadano 144 uczniów w wieku od 15 do 17 lat ze szkół ponadpodstawowych znajdujących się na terenie Lublina. Większość badanych (83 = 57,64%) była płci żeńskiej. Uwzględniając strukturę rodziny, badaniem objęto 72 osoby wychowujące się w rodzinach niepełnych i tyle samo pochodzących z rodzin pełnych. Jako przyczyny niekompletności rodziny badana młodzież podawała: rozwód rodziców (86 = 59,72%), migrację zarobkową jednego z rodziców (47 = 32,64%) oraz śmierć jednego z rodziców (11 = 7,64%).

Wyniki badań własnych

W zmaganiu się jednostki z życiowo trudnymi i stresującymi wydarzeniami, do których niewątpliwie należy brak jednego z rodziców, należy zwrócić uwagę

[25] J. Kirenko, S. Byra, *Zasoby osobiste w chorobach psychosomatycznych*, Wydawnictwo UMCS, Lublin 2008, s. 145.

[26] I. Dzwonkowska, K. Lachowicz-Tabaczek, M. Łaguna, *Samoocena i jej pomiar*, dz. cyt., s. 5–7, 62–63.

na zasoby, które mogą ułatwiać ich opanowanie, znoszenie, przeciwdziałać powstawaniu negatywnych konsekwencji natury psychicznej i zdrowotnej, a nawet uodparniać na przyszłe trudne doświadczenia, tak że nie będą one spostrzegane jako szkodliwe i zagrażające[27]. Wśród wielu zasobów służących radzeniu sobie ze stresem szczególnego znaczenia nabierają wsparcie społeczne i samoocena.

Poniżej zaprezentowano wyniki uzyskane przez badaną młodzież w Kwestionariuszu Wsparcia Społecznego i Skali Samooceny SES.

Porównanie natężenia wsparcia społecznego między młodzieżą wychowywaną w rodzinach niepełnych i młodzieżą wychowywaną w rodzinach pełnych

Wsparcie społeczne zostaje podjęte w sytuacji stresowej, trudnej dla jednostki. Jego efektywność wynika z dopasowania do potrzeb odbiorcy i umiejętnego dostarczenia. Dzięki temu będzie ono w sposób właściwy wpływać na samoocenę jednostki, jej poczucie samoskuteczności, poczucie sprawstwa i wzrost umiejętności radzenia sobie w sytuacjach problemowych. Korzystanie ze wsparcia społecznego jest zróżnicowane indywidualnie i zależy od cech człowieka, takich jak: poczucie tożsamości, niezależności, koherencji, bliskości, panowania nad sytuacją, poziom samooceny, odporność na stres, otwartość na kontakty interpersonalne, empatia, asertywność, optymizm. Tylko wtedy, kiedy istnieje spójność pomiędzy cechami osoby, rodzajem i źródłem sytuacji stresowej oraz nasileniem i rodzajem uzyskiwanej pomocy, otrzymane wsparcie społeczne będzie czynnikiem wzmacniającym i mobilizującym do dostrzegania własnych kompetencji w radzeniu sobie w sytuacji stresowej oraz dostępnych innych, skuteczniejszych sposobów rozwiązania problemu czy rekwalifikacji sytuacji z zagrożenia na wyzwanie[28].

Aby odpowiedzieć na pytanie badawcze dotyczące natężenia wsparcia społecznego młodzieży z rodzin niepełnych, dokonano porównania danych zebranych przy użyciu Kwestionariusza Wsparcia Społecznego z danymi uzyskanymi w grupie młodzieży wychowywanej w rodzinach pełnych. Do obliczeń wykorzystano test parametryczny t-Studenta dla par nieskorelowanych.

Porównanie młodzieży wychowywanej przez samotnych rodziców z młodzieżą z rodzin pełnych ujawniło znaczące różnice między nimi w zakresie poziomu otrzymywanego wsparcia społecznego.

---

[27] R. Poprawa, *Zasoby osobiste w radzeniu sobie ze stresem*, [w:] G. Dolińska-Zygmunt (red.), *Podstawy psychologii zdrowia*, Wydawnictwo UWr, Wrocław 2001, s. 106.

[28] U. Olejnik, *Postawy zdystansowania i tolerancyjności a zasoby osobiste młodzieży słabowidzącej*, Wydawnictwo UMCS, Lublin 2018, s. 99–101.

Tabela 1. Wsparcie społeczne młodzieży wychowywanej w rodzinach niepełnych i rodzinach pełnych
Table 1. Social support of youth brought up by incomplete family and full families

Wsparcie społeczne	Młodzież z rodzin niepełnych		Młodzież z rodzin pełnych		t	*p*
	M	SD	M	SD		
Emocje	47,50	25,06	56,89	28,47	-2,08	0,039
Afirmacja	46,88	24,13	55,82	28,23	-2,04	0,043
Pomoc	48,07	25,25	58,64	29,41	-2,31	0,022
Suma funkcjonalna	143,53	73,10	171,35	84,78	-2,09	0,038

Źródło: Opracowanie własne.
Source: Developed by the author.

Na podstawie analizy uzyskanych wyników można stwierdzić, że poziom otrzymywanego wsparcia społecznego przez młodzież z rodzin niepełnych jest istotnie niższy od porównywanego z nim poziomu uzyskanego przez młodzież wychowywaną przez obydwoje rodziców. Młodzież z grupy podstawowej doświadcza zdecydowanie mniej wsparcia i pomocy ze strony swoich grup źródłowych sieci, rzadziej utrzymuje z nimi kontakt oraz deklaruje krótszy okres znajomości z tymi osobami. Wyraża się to istotnie niższą wartością sumy funkcjonalnej w porównaniu z młodzieżą z rodzin pełnych. Osoby wychowujące się bez matki lub ojca doświadczają istotnie mniej wsparcia emocjonalnego, afirmacyjnego i pomocy niż osoby z grupy porównawczej. Może to oznaczać, że nie czują się one w relacjach z najbliższymi w pełni akceptowane i obdarzane zaufaniem. Ponadto ich grupy źródłowe sieci nie dostarczają im w pełni wsparcia podtrzymującego dobry nastrój, przejawiającego się troską i zrozumieniem, polegającego na okazywaniu uznania. Młodzież wychowywana przez samotnych rodziców w istotnie mniejszym stopniu doznaje również wsparcia instrumentalnego, materialnego i finansowego, co z kolei może świadczyć o obniżeniu standardu życia i gorszej sytuacji materialnej ich rodzin.

Porównanie samooceny młodzieży wychowywanej w rodzinach niepełnych i młodzieży wychowywanej w rodzinach pełnych

Wysoka i pozytywna samoocena umożliwia jednostce podejmowanie zadań, które zgodne są z jej możliwościami (dzięki temu jest ona mniej narażona na niepowodzenia i ich negatywne skutki), oraz pozwala na samorealizację poprzez adekwatne wykorzystanie swojego potencjału. U osób o niskiej samoocenie dominuje motyw ochrony, co przejawia się między innymi w tym, że takie osoby są ostrożne,

niepewne, pragną sukcesu, ale jednocześnie obawiają się porażki i upokorzenia. Ponadto przeżywają też więcej negatywnych doświadczeń w kontaktach z innymi, co przeradza się w lęk przed odrzuceniem społecznym[29]. Dziecko nie rozwija się w próżni, ale w określonym kontekście społecznym. W kształtowaniu się samooceny istotną rolę odgrywają osoby znaczące, znajdujące się w jego otoczeniu (rodzice, inni członkowie rodziny, nauczyciele, grupa rówieśnicza). Dlatego wśród czynników budujących obraz własnej osoby wymienia się między innymi pośrednie i bezpośrednie komunikaty, które młody człowiek słyszy na swój temat, a które przekazują mu informacje i oceny dotyczące jego osoby[30].

Dla uzyskania odpowiedzi na drugie pytanie badawcze, dotyczące samooceny młodzieży z rodzin niepełnych, dokonano porównania danych otrzymanych ze Skali Samooceny SES z danymi młodzieży wychowywanej w rodzinach pełnych. Wykorzystano tu test parametryczny t-Studenta dla par niezależnych.

Tabela 2. Samoocena młodzieży wychowywanej w rodzinach niepełnych i rodzinach pełnych
Table 2. Self-esteem of young people brought up by incomplete families and full families

Samoocena	Młodzież z rodzin niepełnych		Młodzież z rodzin pełnych		t	*p*
	M	SD	M	SD		
	29,61	4,97	32,56	4,28	-3,80	0,000

Źródło: Opracowanie własne.
Source: Developed by the author.

Analiza wartości średnich uzyskanych za pomocą Skali Samooceny SES prezentowanych w tabeli 2 wskazuje na istotne statystycznie różnice w zakresie samooceny posiadanej przez młodzież z rodzin niepełnych i pełnych ($p < 0{,}000$). Średnie wyniki badań w zakresie samooceny w grupie młodzieży wychowywanej przez samotnych rodziców są istotnie statystycznie niższe od średnich wyników uzyskanych w tym zakresie przez młodzież wychowywaną przez obydwoje rodziców.

Na samoocenę młodzieży z rodzin niepełnych z jednej strony ma wpływ wiek rozwojowy, czyli okres dorastania, a z drugiej – postawa rodzica oraz postawy społeczne innych ludzi, w szczególności kolegów, koleżanek, nauczycieli. Brak akceptacji, zrozumienia i doceniania młodego człowieka przez otoczenie oraz postawa nadmiernie chroniąca ze strony samotnego rodzica mogą powodować trudności w budowaniu pozytywnego obrazu własnej osoby. Często to-

[29] P. Majewicz, *Obraz samego siebie a zachowanie młodzieży niepełnosprawnej ruchowo*, Wydawnictwo Naukowe Akademii Pedagogicznej, Kraków 2002, s. 50; I. Dzwonkowska, K. Lachowicz-Tabaczek, M. Łaguna, *Samoocena i jej pomiar*, dz. cyt., s. 23–25.

[30] D. Pankowska, *Pedagogika dla nauczycieli w praktyce*, Oficyna Wydawnicza Impuls, Kraków 2008, s. 245.

warzyszą temu negatywne uczucia i emocje, takie jak frustracja, uczucie żalu czy smutku z powodu niedostrzegania oraz niedoceniania przez najbliższych zalet i mocnych stron, ich braku wiary w sukces młodego człowieka, poczucie osamotnienia i wyizolowania z życia towarzyskiego, społecznego. Można zatem przypuszczać, że niska samoocena u młodzieży z rodzin niepełnych będzie kształtować jej przekonanie o uzależnieniu wyników podejmowanych działań i sukcesu przede wszystkim od czynników zewnętrznych, na które jednostka nie ma większego wpływu. Młodzież ta może również gorzej radzić sobie z różnymi problemami i wyzwaniami, jakie niesie życie, być mniej efektywna i twórcza w osiąganiu wartościowych celów, częściej odczuwać lęk przed nowym i nieznanym oraz przejawiać nadmierny krytycyzm wobec własnej osoby.

Korelacje między poczuciem koherencji a samooceną w badanych grupach

Ustalenie charakteru zależności między wsparciem społecznym i samooceną wyznacza dalszy etap analiz prowadzący do uzyskania rezultatów w ramach procedury korelacyjnej. Pomiędzy wynikami Kwestionariusza Wsparcia Społecznego a wynikami Skali Samooceny obliczono korelacje wykorzystując test r-Pearsona.

Wartości wszystkich współczynników korelacji dla grupy podstawowej i porównawczej przedstawione zostały w tabelach 3 i 4.

Tabela 3. Współzależność między elementami wsparcia społecznego a samooceną młodzieży wychowywanej w rodzinach niepełnych
Table 3. The interaction between components of social support and self-esteem of young people brought up by incomplete family

Wsparcie społeczne	Samoocena
Emocje	-0,19
Afirmacja	-0,24
Pomoc	-0,21
Suma funkcjonalna	-0,22

Źródło: Opracowanie własne.
Source: Developed by the author.

Przedstawione w tabeli 3 współczynniki korelacji wskazują na ujemne zależności między wsparciem społecznym a samooceną młodzieży wychowywanej przez samotnych rodziców. Im większe jest natężenie wsparcia społecznego ze strony grup źródłowych sieci, tym niższa jest samoocena badanych. Może to oznaczać, że młodzież z rodzin niepełnych otrzymuje wsparcie społeczne

nieadekwatnie do swoich potrzeb i doświadczanych problemów, co negatywnie wpływa na jej samoocenę, prowadząc do wykształcenia negatywnych zachowań i cech. Przejawiać się to może między innymi obniżeniem umiejętności radzenia sobie w sytuacjach kryzysowych, niższym poczuciem skuteczności, sprawstwa i wiary we własne możliwości oraz mniejszą satysfakcją z powodzenia w przypadku osiągnięcia celu. Młody człowiek zdaje sobie bowiem sprawę, że sukces jest częściowo zasługą innych osób, co może nie być już spostrzegane przez niego jako korzyść. Ponadto świadomość tego, że osoby wspierające znają jego słabości i niedoskonałości może stanowić dla niego źródło dyskomfortu i spadku motywacji do podejmowania wysiłku w szukaniu efektywnych strategii radzenia sobie z wyzwaniami. Badania przeprowadzone przez Nialla Bolgera, Adama Zuckermana i Ronalda C. Kesslera dowiodły, że otrzymywane wsparcie społeczne staje się skuteczniejsze, kiedy jest nieuświadomione przez osobę, która je odbiera[31].

Analizując dane dotyczące korelacji między zmiennymi wsparcia społecznego a samooceną w grupie młodzieży wychowywanej w rodzinach pełnych, można ustalić, iż ani jeden spośród współczynników korelacji nie jest istotny statystycznie. Wszystkie współczynniki korelacji mają charakter wprost proporcjonalny.

Tabela 4. Współzależność między elementami wsparcia społecznego a samooceną młodzieży wychowywanej w rodzinach pełnych
Table 4. The interaction between components of social support and self-esteem of young people brought up by full families

Wsparcie społeczne	Samoocena
Emocje	0,08
Afirmacja	0,07
Pomoc	0,05
Suma funkcjonalna	0,07

Źródło: Opracowanie własne.
Source: Developed by the author.

Zaprezentowane w tabeli 4 współczynniki korelacji wskazują na dodatnie zależności między wsparciem społecznym doświadczanym przez młodzież wychowywaną przez obydwoje rodziców a jej samooceną. Im większe natężenie wsparcia z grup źródłowych sieci, tym wyższa jest samoocena młodzieży z grupy porównawczej. Oznacza to, że wsparcie udzielane młodzieży z rodzin pełnych jest

[31] N. Bolger, A. Zuckerman, R. C. Kessler, *Invisible support and adjustment to stress*, „Journal of Personality & Social Psychology" 2000, vol. 79, nr 6, s. 953–961. Za: U. Olejnik, *Postawy zdystansowania…*, dz. cyt., s. 99.

adekwatne i trafne do jej potrzeb i oczekiwań, co wzmacnia jej poczucie własnej wartości i podnosi samoocenę. Wsparcie społeczne, którego doświadcza młodzież z grupy porównawczej, dostarcza jej pozytywnych emocji i rzetelnych informacji, a interakcje zachodzące w procesie wsparcia przyczyniają się do opanowania lub zmniejszenia stresu, przybliżają do rozwiązania problemu. Sprzyja to budowaniu właściwego poziomu samooceny, co przekłada się na spostrzeganie własnej osoby jako kompetentnej w radzeniu sobie z różnorodnymi wymaganiami stawianymi przez życie. Dzięki temu badana młodzież częściej ocenia wydarzenia w kategoriach zysku, przejmuje odpowiedzialność, planuje rozwiązanie problemu i dokonuje pozytywnego przewartościowania sytuacji.

Wnioski

Oceniając warunki rozwoju młodego człowieka wychowywanego w rodzinie niepełnej, należy brać pod uwagę utrudnienia związane z wypełnianiem przez nią funkcji socjalizacyjnej i opiekuńczo-wychowawczej oraz realizacją funkcji ekonomicznej, co wpływa na kondycję finansową takiej rodziny. Samotni rodzice zaspokajają potrzeby edukacyjne, zdrowotne i kulturalne swojego potomstwa w mniejszym stopniu niż rodzice z rodzin pełnych. Brak jednego z rodziców może utrudniać wytworzenie się u dziecka prawidłowego kodu emocjonalnego, co przejawiać się może w zakłóceniu jego równowagi emocjonalnej, trudnościach w okazywaniu emocji i w nawiązywaniu prawidłowych, bliskich relacji interpersonalnych czy powstawaniu nerwic o charakterze lękowym. Powyższe następstwa niekompletności rodziny wiążą się także z zachodzącymi w organizmie młodego człowieka zmianami związanymi z okresem dojrzewania, takimi jak: ambiwalentność reakcji emocjonalnych, tendencja do zachowań impulsywnych, drażliwość, skłonność do wyolbrzymiania problemów, wysoki poziom krytycyzmu, niska odporność na stres, co zwiększa ryzyko powstawania urazów psychicznych[32].

Niezależnie od przyczyny niekompletności rodziny brak jednego z rodziców jest doświadczany przez młodego człowieka jako trudna i obciążająca sytuacja życiowa. Dlatego tak istotne są właściwości środowiska i jednostki, czyli zasoby, które wspomagają reakcję na stresujące wydarzenia i usprawniają proces radzenia sobie z nimi. Do ważnych zasobów zalicza się między innymi wsparcie społeczne i pozytywną, względnie wysoką samoocenę.

[32] B. Balcerzak-Paradowska (red.), *Samotne rodzicielstwo a zagrożenie wykluczeniem społecznym*, Instytut Pracy i Spraw Socjalnych, Warszawa 2014, s. 68; I. Obuchowska, *Adolescencja*, [w:] B. Harwas-Napierała, J. Trempała (red.), *Psychologia rozwoju człowieka. Charakterystyka okresów życia człowieka*, PWN, Warszawa 2000, s. 163–186.

Celem niniejszego opracowania była analiza charakteru zależności między wsparciem społecznym a samooceną młodzieży wychowywanej w rodzinach niepełnych oraz rodzinach pełnych.

Rezultaty przeprowadzonych badań ukazały zróżnicowanie między młodzieżą wychowywaną przez samotnych rodziców i młodzieżą wychowywaną przez obydwoje rodziców w zakresie natężenia wsparcia społecznego badanego z wykorzystaniem Kwestionariusza Wsparcia Społecznego (NSSQ) Norbeck. Wsparcie społeczne otrzymywane przez młodzież z rodzin niepełnych jest znacząco niższe w porównaniu z percypowanym przez młodzież z rodzin pełnych. Młodzież z grupy podstawowej wskazuje na niższy poziom udzielanego im wsparcia emocjonalnego. Oznacza to, że czuje się mniej szczęśliwa, szanowana i podziwiana, co może dodatkowo potęgować intensywność przeżyć związanych z brakiem jednego z rodziców. W zestawieniu z osobami z grupy porównawczej uzyskuje także mniejszy zakres wsparcia afirmacyjnego, wyrażającego się niskim poczuciem akceptacji ze strony grup źródłowych sieci, uznania dla wygłaszanych przez nią poglądów i podejmowanych działań. Nie sprzyja to budowaniu poczucia skuteczności młodzieży z rodzin niepełnych. Nie obdarza ona zbyt dużym zaufaniem wskazanych przez nią osób znaczących, co utrudnia proces budowania poczucia bezpieczeństwa, zachwianego nieobecnością matki lub ojca. Ponadto doświadcza ona mniej wsparcia o charakterze praktycznym.

Samoocena w znacznym stopniu determinuje uczucia, postawy i zachowania jednostki. Stawianie ambitnych i wartościowych celów, podejmowanie nowych zadań, przygotowanie do radzenia sobie z problemami, otwarta i właściwa komunikacja, budowanie właściwych relacji interpersonalnych zależą w dużym stopniu od pojęcia o sobie. Na kształtowanie się samooceny wpływ ma środowisko, w którym żyje i funkcjonuje młody człowiek. Na ogół przywiązuje on wielką wagę do tego, co go spotyka ze strony rodziny i innych ludzi. Analiza wyników uzyskanych z wykorzystaniem Skali Samooceny SES Rosenberga ukazała istotne statystycznie zróżnicowanie w samoocenie młodzieży wychowywanej przez samotnych rodziców i młodzieży z rodzin pełnych. Młodzież z grupy podstawowej wykazuje istotnie niższą samoocenę niż rówieśnicy z grupy porównawczej. Można przypuszczać, że wiąże się to ze środowiskiem rodzinnym osób badanych. Brak jednego z rodziców powoduje, że młody człowiek musi się zmierzyć z wieloma sytuacjami trudnymi, a czasami wręcz traumatyzującymi. Zaburzona potrzeba bezpieczeństwa, miłości, szacunku, akceptacji i więzi prowadzą do gromadzenia się negatywnych emocji i doświadczeń. Niski poziom samooceny młodzieży z rodzin niepełnych może również mieć związek z jakością opieki sprawowanej nad dzieckiem. Zdaniem Sylwii Rydz[33]

[33] S. Rydz, *Samotne rodzicielstwo*, [w:] I. Janicka, H. Liberska (red.), *Psychologia rodziny*, PWN, Warszawa 2014, s. 253.

rodzice samotnie wychowujący dzieci mają tendencję do przejawiania dwóch niewłaściwych postaw − postawy nadopiekuńczości lub postawy nadmiernie wymagającej. Przejawianie przez samotnego rodzica postawy nadmiernie opiekuńczej może być wynikiem chęci zrekompensowania dziecku nieobecności drugiego rodzica. W efekcie prowadzi to do nadmiernego zacieśniania relacji z dzieckiem przy jednoczesnym ograniczaniu jego niezależności i samodzielności. Z kolei postawa nadmiernie wymagająca charakteryzuje się tym, że samotny rodzic stawia zadania przekraczające możliwości dziecka, a dodatkowo obarcza je obowiązkami należącymi do dorosłych członków rodziny, zrzucając na nie odpowiedzialność za funkcjonowanie rodziny. Zwykle prowadzi to braku wiary we własne siły, wysokiego poziomu niepokoju i niepewności, apatii lub buntu ze strony dziecka.

Struktura zależności między wsparciem społecznym a samooceną ustalona została w obu grupach przy pomocy testu r-Pearsona. Cechuje się ona brakiem silnych korelacji między badanymi zmiennymi. W grupie młodzieży z rodzin niepełnych występujące zależności mają charakter odwrotnie proporcjonalny, z kolei w grupie młodzieży wychowywanej w rodzinach pełnych – wprost proporcjonalny. Można przypuszczać, że brak silnego związku między wsparciem społecznym i samooceną powodowany jest oddziaływaniem jeszcze innych zasobów wykorzystywanych przez człowieka w zderzeniu ze stresującymi wydarzeniami życiowymi.

Wysoki poziom zaopatrzenia we wsparcie, dobranego we właściwy sposób, sprzyja przezwyciężaniu trudnych sytuacji życiowych, zaspokajaniu potrzeby bezpieczeństwa i budowaniu pozytywnej samooceny. Dlatego w sytuacji braku jednego z rodziców szczególnego znaczenia nabiera stwarzanie odpowiednich warunków zarówno w wymiarze społecznym, jak i edukacyjnym, które umożliwiałyby funkcjonowanie dzieci z rodzin niepełnych na ich optymalnym poziomie, przy wykorzystywaniu przez nie dostępnych im zasobów.

Bibliografia

Balcerzak-Paradowska B. (red.), *Samotne rodzicielstwo a zagrożenie wykluczeniem społecznym*, Instytut Pracy i Spraw Socjalnych, Warszawa 2014.

Bolger N., Zuckerman A., Kessler R.C., *Invisible support and adjustment to stress*, „Journal of Personality & Social Psychology" 2000, vol. 79, nr 6.

Branden N., *6 filarów poczucia własnej wartości*, Feeria, Łódź 2012.

Cohen S., *Social Relationships and Health*, „American Psychologist" 2004, vol. 59, nr 8.

Cudak H., *Dysfunkcje rodziny i jej zagrożenia opiekuńczo-wychowawcze*, „Pedagogika Rodziny" 2011, t. 1, nr 2.

Dzwonkowska I., Lachowicz-Tabaczek K., Łaguna M., *Samoocena i jej pomiar. Polska adaptacja skali SES M. Rosenberga. Podręcznik*, Pracownia Testów Psychologicznych, Warszawa 2008.

Heszen I., Sęk H., *Psychologia zdrowia*, PWN, Warszawa 2008.
Leary M., *Wywieranie wrażenia na innych*, GWP, Gdańsk 2003.
Kirenko J., Byra S., *Zasoby osobiste w chorobach psychosomatycznych*, Wydawnictwo UMCS, Lublin 2008.
Kirenko J., Sarzyńska E., *Bezrobocie. Niepełnosprawność. Potrzeby*, Wydawnictwo UMCS, Lublin 2010.
Kirenko J., Wiatrowska A., *Otyłość. Przystosowanie i uwarunkowania*, Wydawnictwo UMCS, Lublin 2015.
Łobocki M., *Wprowadzenie do metodologii badań pedagogicznych*, Oficyna Wydawnicza Impuls, Kraków 2006.
Majewicz P., *Obraz samego siebie a zachowanie młodzieży niepełnosprawnej ruchowo*, Wydawnictwo Naukowe Akademii Pedagogicznej, Kraków 2002.
Obuchowska I., *Adolescencja*, [w:] B. Harwas-Napierała, J. Trempała (red.), *Psychologia rozwoju człowieka. Charakterystyka okresów życia człowieka*, PWN, Warszawa 2000.
Olejnik U., *Postawy zdystansowania i tolerancyjności a zasoby osobiste młodzieży słabowidzącej*, Wydawnictwo UMCS, Lublin 2018.
Pankowska D., *Pedagogika dla nauczycieli w praktyce*, Oficyna Wydawnicza Impuls, Kraków 2008.
Poprawa R., *Zasoby osobiste w radzeniu sobie ze stresem*, [w:] G. Dolińska-Zygmunt (red.), *Podstawy psychologii zdrowia*, Wydawnictwo UWr, Wrocław 2001.
Reber A. S., *Dictionary of Psychology*, Penguin Books, Londyn 1985.
Racław M., Trawkowska D., *Samotne rodzicielstwo. Między diagnozą a działaniem*, Centrum Rozwoju Zasobów Ludzkich, Warszawa 2013.
Rydz S., *Samotne rodzicielstwo*, [w:] I. Janicka, H. Liberska (red.), *Psychologia rodziny*, PWN, Warszawa 2014.
Sarason I. G. [i in.], *Assessing social support. The Social Support Questionnaire*, „Journal of Personality and Social Psychology" 1983, vol. 44, nr 1.
Sęk H., Cieślak R., *Wsparcie społeczne – sposoby definiowania, rodzaje i źródła wsparcia, wybrane koncepcje teoretyczne*, [w:] Sęk H., Cieślak R. (red.), *Wsparcie społeczne, stres i zdrowie*, PWN, Warszawa 2004.
Sikora R., *Wsparcie społeczne i radzenie sobie ze stresem a depresyjność młodzieży*, „Psychologia Rozwojowa" 2012, t. 17, nr 2.
Siudem A., Siudem I., *Profil psychologiczny osób samotnie wychowujących dzieci*, Biuro projektu @lter Ego, Lublin 2008.
Strzelecki Z. [i in.], *Sytuacja demograficzna Polski. Raport 2011–2012*, Zakład Wydawnictw Statystycznych, Warszawa 2012.
Wojciszke B., *Człowiek wśród ludzi. Zarys psychologii społecznej*, Scholar, Warszawa 2004.
Wosik-Kawala D., *Korygowanie samooceny uczniów gimnazjum*, Wydawnictwo UMCS, Lublin 2007.