

Wydział Pedagogiki i Psychologii
Zakład Psychologii Ogólnej

MARTA TARACHA

*Komunikacja rodzicielska a niepokój egzystencjalny
u młodzieży maturalnej*

Parental communication in relation to existential anxiety
in young people leaving high school

Okresem, w którym dokonują się najbardziej burzliwe przemiany w osobowości człowieka, jest wiek dorastania. Jest to znaczący czas kształtowania się stosunku do świata i ludzi, budowania obrazu siebie, szukania perspektyw dalszego rozwoju, planowania swojej przyszłości. W tym bardzo trudnym dla siebie okresie młodzież nie jest sama – towarzyszą jej rodzice, i to właśnie głównie od nich zależy, jak rodzina przebrnie przez okres dorastania dzieci (Braun-Gałkowska 1986, s. 86–90).

Prace wielu psychologów poświęcone są zagadnieniom wzbogacania wiedzy rodziców o ich wpływie na dzieci, aby ich oddziaływanie miało jak najbardziej świadomy charakter. Jednym ze sposobów jest ukazywanie negatywnych skutków niektórych zachowań rodziców na osobowość dzieci.

Rodzina jako pierwotne i ciągłe źródło doświadczeń dziecka ma swój udział w powstawaniu niepokoju egzystencjalnego młodego pokolenia. Fakt przeżywania niepokoju egzystencjalnego jest nieodłącznie związany z ludzkim życiem. I choć przynależy on każdemu człowiekowi z powodu jego egzystencji, jednostkowe doświadczenia różnicują ludzi pod względem poziomu, struktury, sposobu przeżywania niepokoju egzystencjalnego (Juros 1988, s. 183). Czym jest niepokój egzystencjalny, który raz bywa siłą sprawczą wszelkich działań, innym razem wpływa destrukcyjnie na aktywność człowieka?

ZJAWISKO NIEPOKOJU EGZYSTENCJALNEGO, JEGO PATOLOGICZNE ASPEKTY NA TLE PSYCHOLOGII EGZYSTENCJALNEJ

Tragiczne doświadczenia, jakie przyniósł ludziom wiek XX, stały się przyczyną wzrostu niepokoju, frustracji, a nawet rozpaczy wśród młodego pokolenia. Zjawiskom tym towarzyszyły pytania o sens i cel życia, cierpienia oraz przekonanie o kruchości ludzkiej egzystencji. W odpowiedzi powstał nowy nurt psychologii, który życie człowieka uczynił centrum swoich zainteresowań – psychologia egzystencjalna. Natomiast niepokój egzystencjalny stał się jednym z kluczowych zagadnień w proponowanej przez psychologię egzystencjalną koncepcji człowieka. Psychologowie egzystencjalni dążą do ujęcia osobowości ludzkiej jako dynamicznej całości w jej funkcjonowaniu i rozwoju (Uchnast 1984, s. 6). Chęć ukazania potencjalności człowieka prowadzi do ukazywania go w procesie stawania się. Wymaga to wyjaśnienia wpływu, jaki na rozwój człowieka ma jego otoczenie, relacje z innymi ludźmi.

Podstawowa charakterystyka osoby w psychologii egzystencjalnej jest „bycie w świecie”, bycie specyficznie ludzkie, a więc wolne i odpowiedzialne. Człowiek jest z natury istotą relacyjną, jego „bycie w świecie” odnosi się do różnych relacji. Według psychologów egzystencjalnych każdy musi ustosunkować się do samego siebie (*Eigenwelt*), do innych ludzi (*Mitwelt*) oraz do świata natury (*Umwelt*). W tych ustosunkowaniach zawarta jest specyfika ludzkiego bytowania, z nimi wiąże się niepokój o to, czy zostały właściwie dokonane (May 1958, s. 63). W psychologii egzystencjalnej zakłada się, że człowiek rzucony w świat natury przyjmuje przez swoją cielesność wszystkie konsekwencje tego świata: przemijalność, prawa, rytmy, determinizmy. Nie będąc jednak wyłącznie częścią świata natury, człowiek potrafi na ten świat wpływać, przekształcać go i transcendować dzięki samoświadomości (May 1958, s. 61). Z drugiej strony, jak podaje Boss (1979, s. 101), nie istnieje żaden wyraz ludzkiej egzystencji, który nie byłby cielesny, głęboko zakorzeniony w świecie przyrody. Dlatego właśnie każde wyalienowanie człowieka z jego naturalnego środowiska wzbudza niepokój.

W jaki sposób psychologowie egzystencjalni wyjaśniają „bycie człowieka w świecie”? Otóż w świecie przyrody ludzie współistnieją ze sobą, tworząc wzajemne relacje. Każdy współuczestniczy w świecie drugiego człowieka. Odbywa się to na zasadzie spotkania, któremu towarzyszy osobista decyzja i zaangażowanie. Dzięki takiemu spotkaniu obie osoby ulegają przemianie, dokonuje się w nich stwarzanie. Wyobcowanie ze świata związków osobowych powoduje głębokie osamotnienie,

które może być dodatkowo powiększone przez wyobcowanie ze świata przyrody. Psychologowie egzystencjalni podkreślają, że sferą obrazującą wewnętrzny świat jednostki, jej osobowość w najbardziej ludzkim przejawie – poszukiwaniu sensu własnej egzystencji jest świat ustosunkowań do samego siebie. Jest to podstawa do spostrzegania rzeczywistego świata (May 1958, s. 63). Alienacja ze świata ustosunkowań do samego siebie powoduje utratę poczucia własnego „ja”, utratę pełnej samoświadomości. To z kolei sprawia, że świat przyrody pustoszeje, a relacje z innymi zmieniają swój charakter ze spotkania autentycznego na relacje rzeczowe, nieautentyczne. Tak więc wszystkie trzy wymiary ludzkiego bycia w świecie wzajemnie się dopełniają. Nie sposób wyrobić sobie właściwej relacji do siebie bez związków z innymi ludźmi, bez odniesienia do własnej cielesności, która jest częścią świata przyrody.

Poszczególne sfery ludzkiej egzystencji stanowią podstawę do przejawiania się niepokoju egzystencjalnego. Juros (1988, s. 31–35) przedstawia specyficzne sposoby manifestowania się niepokoju egzystencjalnego: jako wyobcowanie z natury, poczucie osamotnienia, samotność i utrata sensu życia.

Niepokój towarzyszy skierowaniu myśli ku przyszłości nieznannej i nieokreślonej. Nazywa się go wówczas lękiem przed przyszłością (Zaleski 1987, s. 170–172). Pojawia się on w momentach podejmowania ważnych decyzji – decyzji egzystencjalnych. Poprzez takie akty decyzyjne oraz podejmowanie ryzyka egzystencjalnego człowiek dokonuje wewnętrznej przemiany i wznosi się na wyższy poziom istnienia (Walesa 1989, s. 93). Jednak, jak stwierdza Dąbrowski (1982, s. 48), większość ludzi, bojąc się przegranej, ogranicza swoje horyzonty, nie przekracza siebie, płacąc za to przytłoczeniem rozwoju. Tym co pomaga w rozwoju, jest wybór przyszłości, nowej i nieznannej drogi, na której ciągle trzeba pokonywać niepokój, ale która jest zarazem źródłem autentyczności życia. Natomiast wybór przeszłości, tego co znane i sprawdzone, wiąże się zawsze z poczuciem winy egzystencjalnej (Juros 1988, s. 40), z zamknięciem sobie drogi rozwoju. Jest to podążanie znanym i utartym szlakiem, który jednak prowadzi donikąd, a który K. Dąbrowski nazywa zamkniętym tunelem. W psychologii egzystencjalnej mówi się wówczas o formowaniu osobowości skrajnie pragmatycznej i konformistycznej, zamykającej się w rutynie i odznaczającej się wysokim poziomem niepokoju egzystencjalnego. Walesa twierdzi jednak, że każdy człowiek o silnych tendencjach rozwojowych z natury niejako nastawiony jest na podejmowanie ryzyka. Toteż nie tylko dąży do zredukowania niepokoju, ale także do powiększenia go i obejmowania nim coraz to nowych dziedzin, do wynajdywania obszarów, które rodzą niepokój, ale są jednocześnie źródłem rozwoju i życia (Walesa 1989, s. 78). Według psychologów egzystencjalnych poprzez decyzje prowadzące do wyboru nieznannej przyszłości człowiek może osiągnąć autentyczność życia. I mimo że wybór przyszłości zawsze wiąże się z odczuwaniem

niepokojem egzystencjalnym, jest to jedyna droga prowadząca osobę ku pełni życia. Niepokój egzystencjalny powinien być widziany i zaakceptowany jako nieodłączna część ludzkiego bytu i przekraczany przez wzbudzanie męstwa bycia (Tillich 1983).

Jak podaje E. G. Schachtel (1977), niepokój egzystencjalny ma dwa zasadnicze aspekty: może być uczuciem aktywności, wzbudzającym i podtrzymującym czynne wysiłki osoby w rzeczywistości, lub uczuciem nieaktywnym (aspekt osadzenia), rodzącym się przy każdej próbie oderwania od stanu osadzenia, tym silniejszym, im bardziej bezradna czuje się osoba wyrwana z tego stanu. Człowiek, posiadając wrodzone skłonności do otwarcia się na świat, nie jest jednak w stanie całkowicie wyzwolić się z osadzenia. Aspekt aktywności niepokojem (otwarcie na świat) wyraża się w: konfrontowaniu z problemem spełniania własnych potencjalności, pobudzeniu do podejmowania decyzji, napięciu między tym, kim jestem, a kim powinienem być ze względu na sens swojego życia, a także w dążeniu do stanu harmonii. Natomiast doświadczenie zagrożenia podstawowych wartości, poczucie zatrzymania w osiągnięciu samorealizacji, rozbieżności między poczuciem własnej tożsamości a potencjalnościami to aspekt osadzeniowy niepokojem (Schachtel 1977).

Ogólnie niepokój egzystencjalny można określić jako wynik poczucia zagrożenia tej wartości, którą jest dla człowieka jego egzystencja, wyrażająca się w spełnianiu siebie, otwartości na przyszłość i w śmiertelności. Świadome przeżywanie niepokojem otwiera człowiekowi drogę do głębszego poznania siebie, do odkrycia natury i determinant własnej egzystencji.

To, jak osoba wyraża niepokój, jak go ujmuje w słowa, jaką formę przyjmuje on w jej przeżyciach jest wynikiem ustosunkowania się osoby do swojego życia w tym, co jest w nim najważniejsze, [...] ustosunkowania te dokonują się w kontekście ograniczeń, które osoba spotyka na drodze swojego życia, sprawiających, że niepokój ten konkretyzuje się w formie określonych lęków, obaw, zmartwień (Juros 1987, s. 17).

Według psychologów egzystencjalnych rodzina to świat relacji z innymi ludźmi, świat najbliższy i najważniejszy, w jakim każdemu z nas przyszło uczestniczyć. Należy przypuszczać, że bycie w określonej rodzinie, uczestniczenie w jej interakcjach ma wpływ na poczucie niepokojem egzystencjalnego. Doświadczenie niepokojem egzystencjalnego jest nieodłącznie związane z ludzkim istnieniem, z odkrywaniem prawdy o sobie i o życiu. Istnienie samo w sobie, jako doskonałe, jest wolne od niepokojem. Ale człowiek musi się do swego istnienia ustosunkować, określić jego sens, cel, a także musi odnieść się do otaczającego świata, do innych ludzi. Każde ustosunkowanie jest źródłem niepokojem. Niepokój egzystencjalny jest więc obawą, która powoduje zagrożenie pewnej wartości (także jej kształtu i formy) uważanej przez jednostkę za zasadniczą dla jej istnienia, sensu całego życia psychoduchowego lub fizycznego (May 1977, s. 180).

Niepokój egzystencjalny w formie nieokreślonej towarzyszy każdemu ludzkiemu istnieniu. Jego nasilenie, a także przejawianie się w konkretnych sferach życia będzie należało do specyficznych charakterystyk danej osoby, gdyż jest uzależnione od jednostkowych doświadczeń i przeżyć. Ta subiektywna właśnie strona niepokoju jest przedmiotem badań psychologii egzystencjalnej. Badania takie prowadził m.in. A. Juros (1988). Stwierdził on, że niepokój egzystencjalny charakteryzuje się złożoną strukturą, obejmującą dwie ogólne grupy problemów. Pierwsza, obszerniejsza, obejmuje niepokoje związane ze spełnianiem zadań stojących przed osobą w płaszczyźnie duchowej i moralnej. Druga grupa, węższa, dotyczy głównie lęku przed śmiercią i przemijaniem. Na podstawie analizy czynnikowej wspomniany autor wyodrębnił w strukturze niepokoju egzystencjalnego trzy zasadnicze czynniki. Są to:

- lęk przed winą i potępieniem (czynnik 1),
- lęk przed pustką i bezsenssem (czynnik 2),
- lęk przed śmiercią i przemijaniem (czynnik 3).

Czynnik 1. Lęk przed winą i potępieniem. Charakteryzuje się tym, że osoba doświadcza niepokoju, obaw, zmartwień związanych z uczuciem bezowocnie upływającego życia, brakiem pełnych możliwości do zrealizowania siebie, marnowaniem życia, gubieniem ideałów. Osoba taka obawia się, że nie wykorzysta swego życia w pełni, z sensem. Dostrzega rozbieżności między tym, kim jest, a kim chciałaby być. Mechanizm funkcjonowania tego typu niepokoju polega na przyjęciu zachowawczej tendencji w postawie do życia, natomiast jego genezę wyjaśnia następująca hipoteza: przyjmuje się, że pojawia się on jako efekt niedostatecznego przekraczania siebie w sferze moralnej.

Czynnik 2. Lęk przed pustką i bezsenssem. Małe natężenie tego lęku charakteryzuje osobę, która jest spokojna o własną przyszłość, o to, że zrealizuje w życiu swoje pragnienia, że da sobie w życiu radę, dobrze je wykorzysta, nadając mu odpowiedni kształt i sens. Przyjęty w tym przypadku mechanizm funkcjonowania zakłada istnienie w osobowości tendencji rezygnacyjnej, osłabienie siły życiowej. Natomiast hipoteza wyjaśniająca opiera się na założeniu braku pełnej postawy transcendowania w sferze duchowej.

Czynnik 3. Lęk przed losem i śmiercią. Wysoki poziom tego czynnika świadczy o stałym przeżywaniu lęku przed własną śmiercią, możliwością jej nagłego nadejścia, przed chorobą, cierpieniem, starością. Niepokój dotyczy również tego, co stanie się po śmierci. W funkcjonowaniu takiej osoby dominuje tendencja do skoncentrowania się na sobie. Jednocześnie od strony teoretycznej zakłada się w tym przypadku nieumiejętność przyjęcia postawy transcendencji w sferze ontologicznej.

KOMUNIKACJA RODZICIELSKA JAKO PODSTAWA KSZTAŁTOWANIA SIĘ OSOBOWOŚCI JEDNOSTKI W RODZINIE

Psychologia zajmująca się wychowaniem odwołuje się do rodziny jako środowiska wychowawczego, oddziałującego na człowieka najdłużej i najsilniej, przy czym przedmiotem badań nie jest człowiek jako jednostka, ale ujmuje się go jako członka grupy – rodziny. Takie podejście nazywa się systemowym, i nawiązuje ono do ogólnej teorii systemów, której prekursorem był L. Bertalanffy (Braun-Gałkowska 1991, s. 6). Określa on system jako zbiór przedmiotów wraz ze stosunkami zachodzącymi między nimi oraz ich atrybutami. W psychologicznym rozumieniu oznacza to, że każda jednostka żyje w interakcjach ze środowiskiem, a poznanie tej jednostki wymaga także poznania jej sytuacji społecznej, ze szczególnym uwzględnieniem najważniejszego środowiska – rodzinnego (Braun-Gałkowska 1992, s. 99). Rodzina zaś w ujęciu systemowym nie jest sumą stanowiących ją elementów, ale całkiem nową jakością. Składają się na nią osoby będące jej członkami oraz interakcje między nimi, a także zmiany zachodzące w osobach i interakcjach. Radochoński (1987) podaje, że rodzina jako żywy system charakteryzuje się pewnymi właściwościami, których poznanie jest niezbędne do właściwego zrozumienia jej funkcjonowania:

1. Posiada określone granice zewnętrzne, które oddzielają ją od środowiska społecznego oraz granice wewnętrzne, oddzielające od siebie poszczególne podsystemy.

2. Ma hierarchiczną organizację, czyli składa się z podsystemów, którymi mogą być zarówno pojedynczy członkowie rodziny, jak i ich układy – pary, trójki. Podsystem stanowią rodzice (podsystem małżeński), dzieci (podsystem braterski), rodzice i dzieci (podsystem rodzicielski).

3. Kształt granic i charakter podsystemów w rodzinie określają różne czynniki; najważniejszy z nich jest proces wzajemnego komunikowania się w rodzinie (Radochoński 1987 s. 65).

Potraktowanie rodziny jako systemu psychospołecznego pozwala na głębsze zrozumienie i poznanie każdego z jej członków. W praktyce zachowanie jednej osoby uzależnione jest od zachowania pozostałych, przy czym wpływy są wzajemne i dotyczą potrzeb, pragnień, emocji, komunikowania się (Braun-Gałkowska 1992, s. 99). Zależności te są bardzo skomplikowane, nie przebiegają bowiem linearnie, ale w sposób cyrkularny. Oznacza to, że relacje między członkami rodziny nigdy nie są jednostronne, działają na zasadzie sprzężeń zwrotnych. Przy czym w interakcji może brać udział więcej niż dwie osoby, a liczba interakcji zależy od liczby osób, z których składa się rodzina. Jednocześnie każda z osób ma wpływ nie tylko na te interakcje, w których bezpośrednio bierze udział, ale również na interakcje między pozostałymi członkami rodziny.

Istnieją interakcje charakterystyczne dla poszczególnych podsystemów. Mówimy na przykład o interakcjach małżeńskich, braterskich, rodzicielskich. Nas interesować będą te ostatnie, dotyczące relacji rodzice–dzieci. Mają one ogromne znaczenie dla młodego pokolenia. Wpływają na kształt przekonania o naturze stosunków międzyludzkich, są przykładem i dostępnym modelem zachowań (Kubacka-Jasiecka 1975). Podejście systemowe niesie ze sobą wiele trudności natury metodologicznej. Jest jednak bliższe niezwykle skomplikowanej rzeczywistości.

Człowiek przychodzi na świat i dorasta w rodzinie. Tutaj też zdobywa wiedzę i doświadczenie. To, w jakim stopniu będzie przygotowany, na ile dojrzały do rozpoczęcia własnego życia, jak postanowi je przeżyć, w dużej mierze zależy od jego relacji z pierwszymi, najbliższymi i najbardziej znaczącymi osobami – z rodzicami. Oba elementy interakcji międzysobowych – zarówno postrzeganie, jak i porozumiewanie się – są istotnym czynnikiem w kształtowaniu się osobowości jednostki (Pomianowski 1989, s. 46–52). Dziecko spostrzega zachowania, postawy, poglądy rodziców. Oni stanowią wzór, który dziecko pragnie naśladować, model, z którym chce się identyfikować. Drugi składnik interakcji – porozumiewanie, czyli komunikacja, uważany jest za najważniejszy czynnik w interakcjach międzysobowych. Poprzez komunikację określony zostaje charakter wzajemnych relacji.

Według *Słownika psychologicznego* komunikacja interpersonalna to „przeływ informacji między nadawcą i odbiorcą w akcie komunikacji, nadawca przekazuje określoną treść (przekaz) za pośrednictwem jakiegoś kanału do odbiorcy, na którego treść ta powinna w jakiś sposób oddziaływać”. Określając charakter wzajemnych relacji, tworząc atmosferę emocjonalną, komunikacja odgrywa zasadniczą rolę w rozwoju dziecka. Służy przede wszystkim zaspokojeniu potrzeby bezpieczeństwa i miłości – podstawowych potrzeb, decydujących o dalszym psychomotorycznym rozwoju dziecka, a także o jego późniejszym przystosowaniu społecznym. Przyjmując przekazywaną przez rodziców wiedzę o świecie, dziecko uczy się spostrzegać i rozumieć środowisko zewnętrzne. Rodzice, w sposób nieświadomy, przekazują dziecku wizję świata i reguł rządzących życiem społecznym. Dziecko ze względu na brak własnych doświadczeń korzysta z tych wiadomości i stanowią one dla niego podstawowe źródło poznania rzeczywistości. Wielu autorów podkreśla związek osobowości dziecka z systemem komunikacji rodzicielskiej, wskazują zwłaszcza na sposób przekazywania emocji, wiedzy o świecie, zasad i norm moralnych (por. Przetacznikowa, Włodarski 1986).

Porozumiewać się można różnie. Sposób porozumiewania się to styl komunikacji, oznaczający werbalne i pozawerbalne reakcje na sygnały dotyczące tego, jak poszczególne treści powinny być przyjmowane, selekcjonowane i interpretowane (Grygliński 1991). Styl to cecha zachowania względnie stała, z tendencjami do

powtarzania się, nadaje specyficzny charakter relacjom osób pozostających ze sobą w kontakcie.

L. Grzesiuk (1980) przyjmuje, że kontakty międzyosobowe charakteryzują się odmiennymi wzorami czynności komunikacyjnych. Różny może być też przedmiot uwagi osób uczestniczących w interakcji. Pozwala to na wyróżnienie dwóch stylów porozumiewania się:

- partnerskiego, gdy przedmiotem uwagi są obaj uczestnicy interakcji,
- niepartnerskiego, gdy uwaga koncentruje się na jednej tylko osobie.

Style komunikacji rodzicielskiej odgrywają dużą rolę w oddziaływaniach wychowawczych. Psychologia wychowawcza zajmuje się m.in. badaniem skuteczności różnych stylów, ich wpływu na osobowość dzieci (Przetacznikowa 1986). Zagadnienie to podejmują również R. Dreikurs i V. Soltz (por. Grzesiuk 1979). Wyróżniają oni dwa typy porozumiewania się rodziców z dziećmi:

1. Mówienie do dziecka – *talking to*. Rodzice w tym wypadku ograniczają się do przekazywania dziecku własnych myśli, szczególnie opinii dotyczących przewinień i nieposłuszeństwa dziecka. Narzucają dziecku własny styl myślenia jako jedynie słuszny i wymagają podporządkowania się, co w rezultacie może prowadzić do zerwania wzajemnej komunikacji, a tym samym utraty wpływów wychowawczych.

2. Rozmawianie z dzieckiem – *talking with*. Rodzice podejmują z dziećmi dyskusje na tematy interesujące obie strony, przy czym dopuszczają istnienie różnych podejść do problemu. Stwarzanie warunków równości, akceptacji i wspólne szukanie rozwiązań sprzyja pogłębianiu wzajemnej więzi.

Grygielski, opierając się na wyróżnionych przez Newcomba dwóch typach orientacji, wyodrębnia dwa style komunikacji w odniesieniu do rodziny:

1. Styl komunikacji zorientowanej społecznie. Rodzice podkreślają potrzebę kształtowania harmonijnych relacji z innymi ludźmi, unikania sporów i wyrażania swego osobistego stosunku wobec nieosobistych spraw, przy czym najskuteczniejszym sposobem realizacji tych wymagań jest trzymanie się z dala od wszelkich problemów.

2. Styl komunikacji zorientowanej koncepcyjnie. Reprezentanci tego typu komunikacji wyrażają przekonanie, że dyskusje z dziećmi na kontrowersyjne tematy sprzyjają rozwojowi myślenia, zaradności, umiejętności kształtowania własnych opinii. Rodzice zachęcają dzieci do wyrażania własnych poglądów i pomysłów oraz do ich uzasadniania. Dziecko uczy się w ten sposób dostrzegania wielu stron w każdym zagadnieniu. Zdobywa umiejętność argumentacji, uzasadniania i kwestionowania opinii.

Oba style komunikacji mogą występować w rodzinach łącznie, przeplatając się. Zarówno matka, jak i ojciec mogą stosować oba style komunikacji w różnym nasileniu.

Powiązania między niepokojem egzystencjalnym a stylami komunikacji rodzicielskiej nie są czymś oczywistym – wymagają uzasadnienia. Służyły temu między innymi nasze badania, których wyniki prezentujemy poniżej.

ZWIĄZKI NIEPOKOJU EGZYSTENCJALNEGO MŁODZIEŻY ZE STYLAMI KOMUNIKACJI RODZICÓW

Pierwszym i najbardziej znaczącym „polem doświadczalnym” dla dziecka jest rodzina. Tutaj próbuje ono swych sił i możliwości, tutaj podejmuje ważne decyzje, zadania wykraczające poza jego osobiste potrzeby, buduje własny system norm i wartości, znajdując oparcie i punkt odniesienia w rodzicach. Zapewniają oni dziecku zaspokojenie jego podstawowych potrzeb, a przede wszystkim potrzeby miłości i bezpieczeństwa. Tylko dziecko posiadające poczucie bezpieczeństwa zdolne będzie do przełamania niepokoju, do podjęcia ryzyka i trudu rozwoju. Według E. Eriksona dzięki ciągłości doświadczeń z dorosłymi dziecko uczy się na nich polegać i ufać im, a co najważniejsze – ufać sobie. Ta pewność musi wziąć górę nad nieodłączną nieufnością podstawową – jest to proces niezbędny do rozwoju. Dążenie do nowych doświadczeń, chęć eksploracji wzbudza z jednej strony nadzieję na osiągnięcie czegoś nowego, z drugiej jednak strony jest przyczyną niepewności, lęku przed nową, nieznaną sytuacją. Cz. Walesa (1989, s. 92) mówi o ryzyku egzystencjalnym, wiążącym się z podejmowaniem nowego działania, które zawsze rzuca człowieka w sferę nieokreśloności i niepewności. Z. Zaleski dochodzi do przekonania, że każdy akt skierowania myśli ku przyszłości wiąże się z subiektywnym przeżyciem, które może być skrajnie pozytywne lub skrajnie negatywne. A istotnym czynnikiem warunkującym zajmowanie pozytywnej lub negatywnej postawy wobec nieznanych, ale możliwych zdarzeń, poza czysto indywidualnymi cechami osobowości i predyspozycjami, jest czynnik społeczny. Chodzi tu o wsparcie społeczne, które prawdopodobnie wzmocni nadzieję, a osłabi niepokój, lęk przed przyszłością (Zaleski 1992, s. 170). Lęk przed przyszłością bliski jest pojęciu niepokoju egzystencjalnego, ma jedynie może bardziej konkretny obiekt. Natomiast wsparcie społeczne, zmniejszające siłę niepokoju powinno pochodzić z najbliższej i najważniejszej grupy społecznej, jaką stanowi rodzina.

Problemem niepokoju egzystencjalnego w kontekście rodziny zajmuje się J. Kaye (1986). Twierdzi on, że w niektórych przypadkach zakłócenia sytuacji rodzinnej należy oczekiwać wzrostu niepokoju egzystencjalnego członków tej rodziny. Każda sytuacja, która powoduje zagrożenie egzystencji, jej sensu lub wartości

dla niej znaczącej, powoduje również wzrost niepokoju egzystencjalnego. Według badań Kaye'a poziom niepokoju egzystencjalnego może wzrastać, gdy:

- zagrożona jest integracja rodziny,
- faktyczne istnienie rodziny zostało unieważnione,
- występują poważne zaburzenia lub brak psychologicznej tożsamości rodziny,
- członkowie rodziny czują się wyobcowani zarówno z powodu utraty miłości, jak i przez fizyczne oddzielenie od rodziny,
- interakcje rodzinne nie prowadzą do budowania jedności między członkami rodziny albo wzbudzają wątpliwości dotyczące funkcjonowania własnego umysłu.

Również naturalne sytuacje pojawiające się na różnych etapach życia rodziny, takie jak: przeprowadzka, śmierć czy pojawienie się nowego członka rodziny, powodują wzmożone ujawnianie się niepokoju egzystencjalnego (Kaye 1986).

Związek dzieci z rodzicami, mimo iż najbardziej znaczący we wczesnym dzieciństwie, znacznie wykracza poza ten okres. Szczególnego charakteru nabiera w okresie adolescencji. Młody człowiek wchodzi wówczas w szerszy system społeczny, rozwija poczucie własnej tożsamości, tworzy własną hierarchię wartości, poszukuje celów, stawia podstawowe pytania egzystencjalne. Osoba taka nie posiada jeszcze sprecyzowanego obrazu siebie i świata, nie zna swojego miejsca w świecie, swych ról życiowych, nie rozumie w pełni zdarzeń, w których przychodzi jej uczestniczyć. Brak zdolności samodzielnego, autonomicznego myślenia naraża ją na wzmożone poczucie niepokoju egzystencjalnego. Badania potwierdzają, że ogólnie najwięcej lęków przeżywa młodzież w grupie wiekowej od 15 do 19 lat (Susułowska 1985). Należy więc oczekiwać, że nasilenie niepokoju egzystencjalnego także będzie w tej grupie dość wysokie. Dzięki temu łatwiej go będzie uchwycić i badać jego związki z innymi zmiennymi.

Przełamanie niepokoju egzystencjalnego przez rozwiązanie podstawowych dylematów życiowych i odpowiedzi na pytania egzystencjalne dokonuje się dzięki obserwacji losów innych ludzi i refleksji nad nimi. Specyficznym punktem odniesienia dla młodzieży są rodzice. Nie sposób ich pominąć. Ich sukcesy i porażki znane są młodzieży najlepiej. Rodzice niełatwo stają się obojętni mimo deklaratywnych chęci odcięcia się od nich, podkreślania swej niezależności. Rodzice w dalszym ciągu są najważniejszymi osobami, stanowiącymi dla młodzieży oparcie niezaprzeczalne. Obok ich emocjonalnego znaczenia, dysponują realnymi środkami pomocy. W decydującej, trudnej sytuacji młodzież zwraca się (lub zwróciłaby się) do rodziców lub do jednego z nich, najczęściej do matki, mimo iż rówieśnikom znacznie częściej powierzają swoje troski codzienne (Obuchowska 1981, s. 86).

Podstawową rolę spełnia w tym okresie komunikacja rodzicielska. Z poznawczego i praktycznego punktu widzenia jest ona najważniejszym czynnikiem rozwojowym. Aczkolwiek może być również przeszkodą w rozwoju, na przykład

wówczas gdy nie jest spójna, gdy komunikaty werbalne wnoszą odmienne treści od komunikatów niewerbalnych, np.: komunikat werbalny oznajmia miłość i akceptację, a niewerbalny świadczy o niechęci czy obojętności (Strojnowski 1985, s. 42). Można więc oczekiwać zróżnicowanego poziomu niepokoju egzystencjalnego ze względu na odmienną styl komunikacji rodzicielskiej.

WNIOSKI Z BADAŃ WŁASNYCH

W badaniach wzięło udział 110 maturzystów z lubelskich szkół średnich. Użyte metody to: Kwestionariusz Zorientowania Komunikacji Rodzicielskiej M. Grygielskiego i Skala Niepokoju Egzystencjalnego A. Jurosa. Głównym statystycznym wskaźnikiem porównawczym był Test Istotności Różnic: t-studenta.

Biorąc pod uwagę ogólny wskaźnik niepokoju egzystencjalnego, jest on wyższy u młodzieży, której matki posługują się społecznym stylem komunikacji. Zależność tę przedstawia tab. 1. Nasilony styl komunikacji o zorientowaniu społecznym zwiększa ogólny niepokój u młodzieży, a zwłaszcza u dorastających dziewcząt.

Tab. 1. Tendencja istniejąca między niepokojem egzystencjalnym u młodzieży a stylem komunikacji matek

A tendency existing between existential anxiety in adolescents and the style of mother's communication

Pary grup	Wyniki SNE			
	M	s	t	p.i.
NS u M	91,56	18,24	-1,48	0,14
WS u M	100,44	23,75		

W przypadku czynnika pierwszego niepokoju egzystencjalnego związek ten wygląda bardzo podobnie. Społecznemu stylowi komunikacji matek towarzyszy wyższy poziom lęku przed winą i potępieniem, co obrazuje tab. 2. W obu przypadkach związki nie są zbyt silne pod względem statystycznym. Stanowią jednak wyraźne tendencje.

Tab. 2. Tendencja istniejąca między czynnikiem 1 niepokoju egzystencjalnego u młodzieży (synowie i córki) a stylem komunikacji matek

A tendency existing between factor 1 of existential anxiety in adolescents (sons and daughters) and the style of mother's communication

Pary grup	Wyniki SNE			
	M	s	t	p.i.
NS u M	37,24	9,67	-1,62	0,11
WS u M	42,20	11,89		

Lęk przed pustką i bezsensem z kolei jest niższy u młodzieży i w grupie synów, których matki charakteryzuje wysoki koncepcyjny styl komunikacji. Zależności te mają status tendencji, ilustruje je tab. 3.

Tab. 3. Tendencja istniejąca między czynnikiem 1 niepokoju egzystencjalnego u synów (s) i całej młodzieży (s + c) a stylem komunikacji matek

A tendency existing between factor 1 of existential anxiety in sons (s) and all the youth (s + d) and the style of mother's communication

Pary grup	Wyniki SNE			
	M	s	t	p.i.
NK u M (s)	36 83	8,69	1,56	0,13
WK u M (s)	31 69	7,73		
NK u M (s + c)	33,04	9,49	1,52	0,13
WK u M (s + c)	29,17	8,68		

Ciekawe i bardziej skomplikowane jest powiązanie stylów komunikacji rodziców z lękiem przed losem i śmiercią u młodzieży. Nasilony koncepcyjny styl komunikacji matek wiąże się z wyższym poziomem lęku przed losem i śmiercią. Natomiast jeśli oboje rodzice posługują się nasilonym koncepcyjnym stylem komunikacji, wyższy poziom niepokoju przeżywają ich synowie. To samo dotyczy całej grupy osób badanych (synowie i córki razem).

Co się dzieje w przypadku posługiwania się rodziców różnymi stylami komunikacji? Otóż jeśli ojców charakteryzuje styl społeczny, a matki koncepcyjny ich synowie mają wyższy niepokój (lęk przed losem i śmiercią). Przy czym związek ten odznacza się bardzo wysoką istotnością statystyczną ($p.i. > 0,001$). Taka sama zależność występuje w całej grupie (s+c), – lęk przed losem i śmiercią jest wyższy u młodzieży, której matki posługują się koncepcyjnym, a ojcowie społecznym stylem komunikacji ($p.i. > 0,01$) – tab. 4.

Tab. 4. Istotne związki i tendencje istniejące między różnymi stylami komunikacji rodziców a czynnikiem 3 niepokoju egzystencjalnego u synów (s) i w całej grupie badanej (s + c)
 Significant relations and tendencies existing between different styles of parental communication and factor 3 of existential anxiety in sons (s) in the whole studied group (s + d)

Pary grup	Wyniki SNE			
	M	s	t	p.i.
NK u M (s)	19 17	5,39		
WK u M (s)	25,46	5,47	-2,90	0,01
NK u M (s + c)	20,78	6,08		
WK u M (s + c)	27,54	7,58	-2,54	0,02
NK u OiM (s)	21,71	4,10		
WK u OiM (s)	27 31	3,30	-3,92	0,001
NS u O i NK u M (s)	21,11	6,23		
WS u O i WK u M (s)	24,33	8,25	-1,56	0,13
NK u M (s + c)	21,71	6,10		
WK u M (s + c)	25,60	8,02	-2,13	0,04
NK u OiM (s + c)	22,88	6,33		
WK u OiM (s + c)	27,56	6,64	-2,57	0,01

Celem podjęcia próby interpretacji owych zależności oraz uczynienia naszych wniosków praktycznymi niezbędne jest poznanie średnich wyników uzyskanych przez młodzież w Skali Niepokoju Egzystencjalnego (patrz tab. 5). Wiemy bowiem, że niepokój egzystencjalny jest w odpowiednim natężeniu uczuciem pozytywnym i korzystnym, spełnia rolę „motoru życia”. Zbyt słaby prowadzi do inercji, zbyt silny paraliżuje wszelkie działania, budząc – według egzystencjalnej teorii osobowości – postawy konformistyczne i skrajnie pragmatyczne. Sytuację tę trafnie określił w kontekście leczenia lęków Kazimierz Dąbrowski, „lecząc wszystkie objawy niepokoju, zawiązki lęków egzystencjalnych wyleczylibyśmy – na szczęście nie jest to możliwe – podstawowe elementy rozwoju jednostki, którą rozwijalibyśmy w kierunku usztywnienia, integracji negatywnej, prymitywizmu, odrywając wychowanka od warunków odczuwania i rozumienia egzystencjalnego zła i bólu tego świata” (Dąbrowski 1976, s. 72). Mając to na uwadze, powinniśmy wspierać sytuacje, którym towarzyszy umiarkowany poziom niepokoju egzystencjalnego. W takim bowiem przypadku powstaje najsilniejsza motywacja do działania, dająca największe szanse realizacji zadań i planów życiowych.

Tab. 5. Zestawienie średnich wyników uzyskanych przez młodzież w Skali Niepokoju Egzystencjalnego (SNE)
 Mean results achieved by adolescents in the Scale of Existential Anxiety (SNE)

Grupy	Wyniki			
	SNE M	SNE1 M	SNE2 M	SNE3 M
Synowie	91,40	37,64	33,12	23,48
Córki	103,94	42,14	27,08	25,12
Średnia	97,33	39,74	30,29	24,25

Znajomość średnich wyników uzyskanych przez młodzież w Skali Niepokoju Egzystencjalnego pomoże nam określić, jaka sytuacja w zakresie stylów komunikacji rodzicielskiej jest najmniej korzystna z punktu widzenia rozwoju młodego człowieka. Analizując powiązania niepokoju egzystencjalnego młodzieży ze stylami komunikacji rodzicielskiej, zauważamy pewne reguły w wyróżnionych istotnych statystycznie związkach. Mianowicie dotyczą one wyłącznie zależności pomiędzy stylami komunikacji matek a poziomem niepokoju egzystencjalnego u synów (czyli mężczyzn) lub całej młodzieży. Nie istnieją statystycznie istotne związki niepokoju ze stylem komunikacji ojców. Jest on brany pod uwagę jedynie w połączeniu ze stylem komunikacji matek. Nie występują też istotne związki między stylami komunikacji rodziców a córkami (kobiet).

Niepożądana jest sytuacja, gdy oboje rodzice stosują wobec synów zdecydowanie koncepcyjny styl komunikacji. Wysokiemu nasileniu tego stylu u obojga rodziców towarzyszy silniejszy niepokój ich synów dotyczący losu i śmierci. Osoby o silnym lęku przed losem i śmiercią charakteryzuje skłonność do zamartwiania się, użalania nad sobą, przewrażliwienia (Juros 1988, s. 215). Zdecydowanie podkreślana przez oboje rodziców konieczność zajmowania własnego stanowiska wobec wszystkich spraw, wyrażania własnych poglądów i ich uzasadniania mogą okazać się zbyt dużymi lub zbyt kategorycznymi wymaganiami dla młodego człowieka, dla którego liczy się również świat uczuć, zwracający uwagę na przeżycia innych ludzi. Także małe nasilenie koncepcyjnego stylu komunikacji rodziców nie jest korzystne. Może prowadzić do koncentracji na sobie, stwarzać tendencje do ucieczki od refleksji nad życiem, istotą rzeczy. Podobne skojarzenia budzi sytuacja, w której ojcowie posługują się społecznym, a matki koncepcyjnym stylem komunikacji. Większy niepokój występuje w tej grupie synów, w której każde z rodziców zdecydowanie stosuje inny styl komunikacji. Może się to wiązać z zupełnie odmiennymi, uwarunkowanymi kulturowo oczekiwaniami młodego człowieka. Od matki, bardziej niż od ojca, oczekuje się wskazówek dotyczących współżycia z innymi ludźmi. Natomiast ojciec powinien być tą osobą, która poszerza horyzonty młodego człowieka, uczy myślenia, samodzielności, zaradności. Stąd w wyniku sprzecznych z rzeczywistością oczekiwań może pojawić się u dorastającego chłopca tendencja do ucieczki od refleksji nad sobą, życiem, objawiająca się podwyższonym poziomem lęku przed losem i śmiercią. Sytuacja ta dotyczy nie tylko chłopców, ale całej młodzieży.

Próby wyjaśnienia powiązań istniejących między niepokojem egzystencjalnym młodzieży a stylami komunikacji rodzicielskiej, a raczej trudności i wątpliwości nasuwające się przy wyjaśnianiu niektórych zależności wskazują na potrzebę dalszych, może bardziej szczegółowych badań w tym kierunku. Związki między niepokojem egzystencjalnym a relacjami w rodzinie niewątpliwie istnieją i odgrywają

ważną rolę w rozwoju młodego pokolenia. Ich dokładne poznanie i określenie może mieć znaczną wartość w pracy wychowawczej.

BIBLIOGRAFIA

- Argyle M., *Psychologia stosunków międzyludzkich*, PWN, Warszawa 1991.
- Bogucki W., *Identyfikacja a postawy*, „Psychologia Wychowawcza” 1981, nr 1.
- Braun-Galkowska M., *Związek między zadowoleniem z małżeństwa a interakcjami systemu rodzinnego* [w:] *Wykłady z psychologii w KUL w roku akad. 1992*, Lublin 1992.
- Brzeziński J., *Elementy metodologii badań psychologicznych*, PWN, Warszawa 1980.
- Bugental J.F.T., *Psychotherapy and Process. The Fundamentals of an Existential Humanistic Approach*, London 1978.
- Dąbrowski K., *Nerwowość dzieci i młodzieży*. WSiP Warszawa 1976.
- Frankl V., *Homo patiens*, PAX, Warszawa 1976.
- Grygielski M., *Style komunikacji rodzicielskiej a identyfikacja z rodzicami*, Lublin 1991.
- Grzebiuk L., *Zachowania komunikacyjne w interakcjach społecznych* [w:] J. Reykowski (red.), *Osobowość a społeczne zachowanie się ludzi*, PIW, Warszawa 1980.
- Jankowski K., *Przełom w psychologii*, Czytelnik, Warszawa 1978.
- Jaworowska A. J., *Rodzina a przystosowanie społeczne dziecka*, [w:] M. Wołoszynowa (red.), *Materiały do nauczania psychologii*, t. 9. cz. 3, PWN, Warszawa 1982.
- Juros A., *Struktura niepokoju egzystencjalnego. Badania Młodzieży*, Lublin 1988.
- Juros A., Oleś P., *Analiza porównawcza zmiennych egzystencjalnych mierzonych Kwestionariuszem do Badania Kryzysu w Wartościowaniu (KKW) i Skalą Niepokoju Egzystencjalnego (SNE)* [w:] *Wybrane zagadnienia z psychologii klinicznej*, Lublin 1992.
- Kaye J., *My mind is alive and well and fouling up the system: Existential-phenomenological consideration in family therapy*, „Journal of Family Therapy”, 1986, nr 8.
- Kępiński A., *Lęk*, Sagittarius, Kraków 1992.
- May R., *The origins and significance of the existential movement in psychology* [w:] R. May, E. Angel, H.F. Ellenberger (eds.), *Existence: A New Dimension in Psychology and Psychiatry*, New York 1958.
- May R., *The Meaning of Anxiety*, New York 1977.
- Pomianowski R., *Interakcje międzypersonalne a wychowanie i rozwój człowieka* [w:] Z. Chlewiński, (red.), *Wybrane zagadnienia z psychologii pastoralnej*, RW KUL, Lublin 1989.
- Popielski K. (red.), *Człowiek – pytanie otwarte*, Lublin 1987.
- Pospizyl K., *Z badań nad postawami rodzicielskimi*, Wydawnictwo UMCS, Lublin 1988.
- Prężyna W., *Rodzina naturalnym środowiskiem kształtowania się osobowości społecznej* [w:] *Wykłady z Psychologii w KUL w roku akad. 1986/87*, Lublin 1988.
- Radochoński M., *Wybrane problemy metodologiczne w badaniach rodziny jako systemu psychospołecznego*, 1987.
- Sołowiej J., *Identyfikacja dziecka z rodzicami* [w:] M. Ziemska (red.), *Rodzina i dziecko*, PWN, Warszawa 1980.
- Tillich P., *Męstwo bycia*, Paris 1983.
- Tłokiński W., *Lęk. W poszukiwaniu specyficzności*, ARX Regia, Warszawa 1991.

- Tyszkowa M., *Rodzina a rozwój jednostki*, Warszawa 1982.
- Uchnast Z., *Humanistyczna orientacja w psychologii*, Lublin 1983.
- Walesa Cz., *Podjmowanie ryzyka egzystencjalnego a rozwój człowieka*, [w:] *Wykłady z Psychologii w KUL w roku akad. 1987/88*. Lublin 1989.
- Weiner I.B., *Zaburzenia psychiczne w wieku dorastania*, PWN, Warszawa 1977.
- Zaleski Z., *Lęk przed przyszłością. Ramy teoretyczne i wstępne dane empiryczne*, [w:] *Wykłady z Psychologii w KUL w roku akad. 1987/88*, Lublin 1989.
- Ziemska M., *Rodzina a osobowość*, WP, Warszawa 1987.

SUMMARY

This article is an attempt at showing the relation between styles of parental communication and levels of existential anxiety of young people.

The term „existential anxiety” comes from the existential theory of personality and is qualified as the result of human’s reference to different aspects of reality.

According to personal and individual experiences, it becomes realized in the shape of fears, phobias or depressions.

The main area in which an individual “experiences” life, makes important existential decisions and begins to assume attitudes is the family; and the parents are the main helpers assisting young people in their trends and inquiries.

Most of all, parents “shape” their children by means of methods of communication. It appears that too categorial motherly or fatherly demand for the young person’s possessing his own opinion on many life problems and for expressing it cooccurs with an increased level of existential anxiety which manifests itself in a tendency of self-pitying and hypersensitivity.

Nevertheless, lack of stimulus for assuming an attitude towards problems which may arise or for taking part in controversies cooccurs with a tendency towards fixing one’s mind on oneself and escaping from the reflections on life.

The subject touched on here has a high practical value and is worth close look as well as the further careful examination.