

Paweł Brudek<sup>1</sup>, Stanisława Steuden<sup>2</sup>

## PREDYKTORY POCZUCIA WŁASNEJ GODNOŚCI. BADANIA OSÓB W OKRESIE PÓŹNEJ DOROSŁOŚCI

### PREDICTORS OF SENSE OF SELF-DIGNITY IN LATE ADULTHOOD

<sup>1</sup>Katedra Psychologii Klinicznej, Instytut Psychologii, Katolickiego Uniwersytetu Lubelskiego Jana Pawła II

<sup>2</sup>Katedra Psychologii Klinicznej Dorosłych,  
Instytut Psychologii Katolickiego Uniwersytetu Lubelskiego Jana Pawła II

**late adulthood  
dignity  
gerotranscendence**

*Autorzy opisują wyniki badań własnych dotyczących poczucia własnej godności u osób w okresie późnej dorosłości i implikacje wyników dla psychoterapii. Wybranymi zmiennymi psychologicznymi są: religijność, bilans życiowy i przebaczenie. Stosowane metody, to: Kwestionariusz Poczucia Własnej Godności (S. Steuden, P. Brudek), Skala Religijnego Systemu Znaczeń (D. Krok), Kwestionariusz Bilansu Życiowego (P. Izdebski, A. Polak) i Skala Przebaczenia Matżeńskiego (F.G. Paleari, F.D. Fincham, C. Regalia).*

### Summary

**Objectives:** The results of the research carried out by the Authors were presented in this article. People (N = 315) in late adulthood (60–75 years old) participated in the research. Its primary goal was to identify the predictors of the sense of self-dignity. Their distinction was supported by L. Tornstam theory of gerotranscendence.

**Methods:** Four psychological methods were applied in the discussed project, namely: (1) Questionnaire of Sens of Self-Dignity (QSSD-3); (2) Religious Meaning System Scale (RMSS); (3) Life Review Questionnaire (LRQ); (4) Marital Offence-Specific Forgiveness Scale (MOFS).

**Results:** The analyzes revealed that among the distinguished psychological variables, the role of the predictor of sense of self-dignity in late adulthood is fulfilled by the religious meaning system and the positive dimension of forgiveness in marriage.

**Conclusions:** The transformations of the spiritual and social dimension of the elderly's life, postulated by the theory of gerotranscendence, suggest that religiousness and willingness to forgive can serve as supporting factors for building and committing the sense of self-dignity in this group of people. The findings obtained in the research may be a significant back-up for psychologists and therapists while defining ways of therapeutic actions taken towards the elderly people whose overall and adequate sense of self-dignity assessment may deteriorate along with negative changes connected with aging.

## Wprowadzenie

Jednym z palących problemów, z jakimi dziś musi mierzyć się wiele krajów świata czy Europy — w tym także Polska — jest dynamicznie postępujący proces starzenia się ludności [1]. W rezultacie odnotowujemy wzrost liczby osób starszych (*elderly people*) w globalnej populacji [2]. Implikuje to konieczność podejmowania wielu działań o charakterze interdyscyplinarnym, zmierzających nie tylko do podniesienia jakości życia seniorów, ale także do stworzenia osobom starszym optymalnych warunków osobistego rozwoju [3]. Można uznać, iż zasadniczy cel tych działań sprowadza się do świadczenia osobom wchodzącym w ostatni etap życia wielorakiej pomocy w starzeniu się z godnością [4].

Podejmując problematykę starzenia się w naturalny sposób dotykamy zatem kwestii godności osoby (*dignity*), którą z jednej strony można traktować w kategoriach właściwości (niezbywalnej wartości) opisującej człowieka także na ostatnim etapie jego życia, z drugiej natomiast jako siłę (zasób psychiczny) motywującą do ciągłego podejmowania wysiłku rozwoju — pokonywania pojawiających się wraz z wiekiem trudności i kształtowania właściwej postawy względem siebie, innych ludzi oraz otaczającej rzeczywistości [5]. Warto podkreślić, że w okresie starości urzeczywistnianie godności osobowej wiąże się nie tylko z podejmowaniem ważnych decyzji życiowych oraz nowych zadań i ról społecznych, ale także z doświadczaniem osamotnienia, chorób, niepełnosprawności, koniecznością uzyskania opieki czy bliską perspektywą śmierci [3, 6].

Zdaniem H. Sęka i A. Brzezińskiej „tematyka godnego życia nie jest w psychologii dość często podejmowana, a warto odkrywać jej dawne i nowe znaczenie [...]. Żyć godnie można w zdrowiu i chorobie, w młodości i ostatnich latach życia” [7, s. 7]. Przywołana wypowiedź wskazuje na konieczność podejmowania psychologicznych badań nad godnością człowieka oraz wyznacza różne obszary eksploracji omawianego zagadnienia. Jednym z nich jest niewątpliwie obszar związany z psychologią starzenia się i starości [3, 8].

Należy odnotować, że kwestia godności ludzkiej stanowi przedmiot badań i analiz głównie takich dziedzin nauki, jak filozofia (antropologia), teologia czy prawo [9, 10]. W ramach tych dyscyplin akcent spoczywa głównie na godności naturalnej i/lub nadprzyrodzonej (osobowej), przysługującej każdemu człowiekowi z samego faktu bycia człowiekiem [11]. Taki sposób odniesienia się do problematyki godności zdecydowanie wykracza poza zakres badań psychologicznych (szerzej nauk społecznych). Psychologowie akademicy skupiają się raczej na problematyce poczucia własnej godności (*sense of self-dignity*) [12].

Na gruncie psychologii poczucie godności może być różnie rozumiane i interpretowane [13]. W prezentowanym artykule oparto się na definicji Z. Płużek i S. Steuden, zgodnie z którą poczucie własnej godności to konstrukt złożony, w ramach którego można wyróżnić trzy zasadnicze wymiary: (1) szacunek wobec samego siebie oparty na posiadanej i uznawanej hierarchii wartości oraz zgodnym z nią postępowaniu; (2) zaufanie do siebie i swoich możliwości uzdalniające do podejmowania trudnych i odpowiedzialnych zadań życiowych; (3) pełną akceptację siebie zakładającą świadomość swoich mocnych i słabych stron [3].

Poczucie własnej godności, jak każda zmienna psychologiczna, ma swoje specyficzne uwarunkowania oraz pozostaje w związku z innymi właściwościami ludzkiej psychiki. W rezultacie możemy mówić zarówno o czynnikach chroniących (budzących, wspierających, podtrzymujących i podnoszących) poczucie własnej godności, jak również czynnikach

ryzyka, stwarzających realne zagrożenie dla poczucia godności osoby. Należy podkreślić, że możliwość ujawnienia się (uaktywnienia się) tych czynników, ich charakter i rodzaj oraz siła, z jaką oddziałują, zależą w znacznym stopniu (także) od fazy rozwoju, na której znajduje się jednostka (etapu życia) [14]. Chcąc zidentyfikować typowe dla okresu późnej dorosłości korelaty i predyktory poczucia własnej godności warto odwołać się do jednej z teorii adaptacji do starości (pozytywnego starzenia się) autorstwa szwedzkiego badacza Larsa Tornstama — teorii gerotranscendencji (*theory of gerotranscendence*) [15, 16].

W myśl założeń rzeczzonej teorii, gerotranscendencja to proces, w którym osoba dokonuje redefinicji czasu, przestrzeni, życia i śmierci, samej siebie, swego miejsca w społeczeństwie, rodzinie, grupie ludzkiej oraz posiadanych więzi interpersonalnych. Jego następstwem jest zmiana metaperspektywy w postrzeganiu rzeczywistości z materialistycznej i racjonalnej na bardziej kosmiczną (metafizyczną, duchową). Dojrzewanie ku gerotranscendencji najczęściej wiąże się ze wzrostem satysfakcji z życia oraz pojawieniem się nowej jakości psychicznej w postaci mądrości [17]. Gerotranscendentne zmiany uwiadcniają się w trzech głównych obszarach psychospołecznego funkcjonowania osoby: kosmicznym/metafizycznym (*cosmic dimension*), osobowościowym (*self dimension*) oraz społecznym (*social and relationship dimension*). Ich przejawem jest redefinicja podstawowych duchowych i egzystencjalnych problemów, zmiana percepcji własnej osoby, a w konsekwencji także własnego życia (własne *Ja*) oraz przewartościowanie relacji z innymi [16].

Odwołując się do założeń teorii gerotranscendencji, jak również wyników badań opartych na koncepcji L. Tornstama [18], można przyjąć, iż ważnymi czynnikami „wpływającymi” na poczucie godności osób w okresie późnej dorosłości są: religijność (*religiosity*) — poziom duchowy, bilans życia (*life review*) — poziom *Ja*, oraz przebaczenie małżonkowi (*forgiveness*) — poziom relacji społecznych [19]. Transformacje ujawniające się na kosmicznym/metafizycznym poziomie gerotranscendencji skutkują otwarciem się jednostki na bogaty świat ducha. Dzięki temu religia i sfera duchowa stają się dla osób starszych ważnym elementem życia [17]. Rozwój ku gerotranscendencji identyfikowany na poziomie osobowościowym wyraża się m.in. w gotowości do konfrontacji z sobą samym i własną historią na drodze ewaluacji dotychczasowego życia — bilansu życiowego [16, 20]. Osoba wraca pamięcią do wcześniejszych okresów swojego życia — do tego, co było, co bezpowrotnie przeminęło — i odkrywa nowe aspekty własnego *Ja* (obejmującego całe życie jednostki), zarówno dobre, jak i złe. Owo odkrycie nie pociąga za sobą wszechogarniającego smutku, ale prowadzi do akceptacji siebie i budowania zintegrowanej wizji minionego życia [21]. Z kolei w efekcie gerotranscendentnych zmian ujawniających się na poziomie odniesień społecznych pojawia się u seniorów zwiększona potrzeba zredefiniowania dotychczasowych więzi interpersonalnych [17]. W rezultacie na znaczeniu zyskuje przede wszystkim relacja małżeńska [19, 22]. Kluczowym aspektem jej retrospektywnej oceny, jak i aktualnego przeżywania (pielęgnowania) jest przebaczenie [23, 24]. Spojrzenie na wieloletni związek z perspektywy czasu pozwala niejednokrotnie uznać, że to, co kiedyś było przedmiotem krzywdy i cierpienia, dziś poddane redefinicji może stać się przedmiotem przebaczenia, które zacieśni więź między małżonkami [19].

Nawiązując do powyższych analiz, jak również uwzględniając wyniki dotychczasowych badań w obszarze poczucia godności, głównym celem badawczym prezentowanego projektu uczyniono odpowiedź na pytanie: Czy i w jakim stopniu wybrane zmienne psy-

chologiczne (religijność, bilans życiowy, przebaczenie) wyjaśniają zmienność wyników w obszarze poczucia własnej godności?

### Metoda

#### Grupa badana

W projekcie badawczym wzięło udział 315 osób (156 kobiet i 159 mężczyzn) w wieku od 60 do 75 lat. W grupie mężczyzn średnia wieku osiągnęła poziom  $M = 66,46$  przy odchyleniu standardowym  $SD = 5,24$ . Z kolei w grupie kobiet uzyskała wartość  $M = 64,94$  ( $SD = 4,77$ ). Wszyscy badani pozostawali w związku małżeńskim. Respondenci różnili się miejscem zamieszkania, wykształceniem, statusem zawodowym i aktualnie bądź wcześniej zajmowanym stanowiskiem pracy. Dobór próby był celowy. Autorowi prezentowanego projektu zależało bowiem na tym, aby w grupie badanych znalazły się takie osoby, które „dostarczą optymalnych informacji z punktu widzenia celu badania” [25, s. 30]. Bardziej szczegółowe dane prezentuje Tabela 1.

Tabela 1. Statystyki opisowe badanej próby

| Nazwa zmiennej       |                            | Cała próba |      | Mężczyźni |      | Kobiety |      |
|----------------------|----------------------------|------------|------|-----------|------|---------|------|
|                      |                            | M          | SD   | M         | SD   | M       | SD   |
| Wiek                 |                            | 65,71      | 5,07 | 66,46     | 5,24 | 64,94   | 4,77 |
|                      |                            | N          | %    | n         | %    | n       | %    |
| Miejsce zamieszkania | Wieś                       | 53         | 16,8 | 27        | 17,0 | 26      | 16,7 |
|                      | Małe miasto                | 75         | 23,8 | 38        | 23,9 | 37      | 23,7 |
|                      | Średnie miasto             | 91         | 28,9 | 45        | 28,3 | 46      | 29,5 |
|                      | Duże miasto                | 96         | 30,5 | 49        | 30,8 | 47      | 30,1 |
| Wykształcenie        | Podstawowe                 | 41         | 13,0 | 21        | 13,2 | 20      | 12,8 |
|                      | Zawodowe                   | 55         | 17,5 | 33        | 20,8 | 22      | 14,1 |
|                      | Średnie                    | 129        | 41,0 | 61        | 38,3 | 68      | 43,6 |
|                      | Wyższe                     | 90         | 28,5 | 44        | 27,7 | 46      | 29,5 |
| Status zawodowy      | Pracuje                    | 86         | 74   | 47        | 29,6 | 39      | 25,0 |
|                      | Nie pracuje (emerytura)    | 229        | 26   | 112       | 70,4 | 117     | 75,0 |
| Stanowisko pracy     | Robotnicze/produkcyjne     | 92         | 29,2 | 53        | 33,3 | 39      | 25,0 |
|                      | Urzędnicze/administracyjne | 59         | 18,7 | 16        | 10,1 | 43      | 27,6 |
|                      | Nauczycielskie             | 35         | 11,1 | 6         | 3,8  | 29      | 18,6 |
|                      | Kierownicze/dyrektorskie   | 66         | 21,0 | 49        | 30,8 | 17      | 10,9 |
|                      | Inne                       | 63         | 20,0 | 35        | 22,0 | 28      | 17,9 |

### Narzędzia badawcze

W pracy zastosowano cztery narzędzia psychologicznego pomiaru. Scharakteryzowania zmiennej wyjaśnianej — poczucia własnej godności — dokonano przy użyciu *Kwestionariusza Poczucia Własnej Godności* (KPWG-3) skonstruowanego przez S. Steuden i P. Brudka. KPWG-3 zbudowany jest z 36 stwierdzeń tworzących 4 wymiary: *Poznawczy*, *Utraty*, *Relacyjny* i *Doświadczenia*. Badany ocenia (na skali pięciostopniowej: 1 — „Tak”; 5 — „Nie”), w jakim stopniu każde z nich odnosi się do jego osoby i życiowych doświadczeń. Metoda odznacza się zadowalającymi właściwościami psychometrycznymi. Jej rzetelność mierzona współczynnikiem  $\alpha$ -Cronbacha dla poszczególnych skal waha się od 0,87 do 0,91 [26].

Pomiaru zmiennych wyjaśniających — religijności, bilansu życiowego, przebaczenia małżeńskiego — dokonano przy zastosowaniu odpowiednio:

1. *Skali Religijnego Systemu Znaczeń* (SRSZ) D. Kroka. Narzędzie obejmuje 20 twierdzeń, których prawdziwość (w stosunku do własnej osoby) badany ocenia na skali siedmiostopniowej (od „Zdecydowanie nie” do „Zdecydowanie tak”). Odnoszą się one do dwóch czynników religijnego systemu znaczeń — *Orientacja religijna* i *Sens religijny*. Narzędzie charakteryzuje się wysokimi wskaźnikami zgodności wewnętrznej ( $\alpha$ -Cronbacha), które dla poszczególnych skal wyniosły: *Orientacji religijnej*  $\alpha = 0,92$ ; *Sensu religijnego*  $\alpha = 0,89$  [27].
2. *Kwestionariusza Bilansu Życiowego* (KBŻ) opracowanego przez P. Izdebskiego i A. Polak. Metoda składa się z 20 stwierdzeń (w tym 16 diagnostycznych). Zadaniem osoby badanej jest określenie, w jakim stopniu dane stwierdzenie jest w odniesieniu do niej prawdziwe. Oceny dokonuje się poprzez wybór jednej z trzech odpowiedzi: „Nie”, „Trudno powiedzieć”, „Tak” [28]. Narzędzie to odznacza się wysoką spójnością wewnętrzną. W prezentowanych badaniach  $\alpha$ -Cronbacha dla całej skali wyniosło 0,79.
3. *Skali Przebaczenia Małżeńskiego* (*The Marital Offence-Specific Forgiveness Scale* — MOFS) F.G. Paleari, F.D. Finchmana oraz C. Regalii [29] w tłumaczeniu i adaptacji P. Brudka i S. Steuden. W skład MOFS wchodzi 10 twierdzeń, tworzących dwa wymiary przebaczenia małżeńskiego: *Uraza-Unikanie* (6 itemów) oraz *Życzliwość* (4 itemy). Współczynniki  $\alpha$ -Cronbacha dla poszczególnych wymiarów wyniosły 0,87 (*Uraza-Unikanie*) i 0,72 (*Życzliwość*) [30].

### Analizy statystyczne

Uzyskane dane poddano analizie statystycznej wykorzystując w pierwszej kolejności korelację Pearsona, następnie zaś — w celu określenia predyktorów poczucia własnej godności — analizę krokowej regresji wielokrotnej [31].

### Wyniki

Pierwszym etapem obliczeń statystycznych była analiza związków w zakresie analizowanych zmiennych. Wyniki przeprowadzonych analiz korelacyjnych ujawniły istnienie istotnych statystycznie korelacji między ogólnym wskaźnikiem poczucia godności a religijnym systemem znaczeń (tak na poziomie wyniku globalnego, jak i dwóch wymiarów

szczegółowych) oraz dwoma wymiarami przebaczenia. W odniesieniu do religijności uzyskane dane sugerują, że w im większym stopniu religijny system znaczeń staje się perspektywą oceny własnego życia, tym większe jest poczucie własnej godności osoby. Z kolei w przypadku przebaczenia, gotowość do darowania przewinienia (*Życzliwość*) podnosi, zaś tendencja do chowania urazy (*Uraza-Unikanie*) obniża poczucie własnej godności. Bilans życia nie wiązał się statystycznie istotnie z poczuciem własnej godności ujmowanym holistycznie. Odnotowano natomiast istotne negatywne korelacje między całościową ewaluacją życia a takimi wymiarami poczucia godności, jak *Znaczenie* i *Utrata*. Otrzymane dane pozwalają przypuszczać, iż zarówno sytuacje i okoliczności życiowe (kryzys psychiczny, choroba, ubóstwo, wybory życiowe), w których jednostka traci (może utracić) poczucie własnej godności, jak i zwiększona refleksyjność w zakresie doświadczania własnej godności obniżają ogólną ocenę dotychczasowego życia jednostki. Bardziej szczegółowe dane prezentuje Tabela 2.

Tabela 2. Wyniki korelacji r Pearsona pomiędzy analizowanymi zmiennymi

| Zmienne |                      | Wymiary poczucia godności (KPWG-3) |                     |                      |         |                     |
|---------|----------------------|------------------------------------|---------------------|----------------------|---------|---------------------|
|         |                      | Poznawczy                          | Relacyjny           | Znaczenia            | Utraty  | Wynik ogólny        |
| SRSZ    | Orientacja religijna | 0,21**                             | 0,13**              | 0,01 <sup>ni.</sup>  | -0,31** | 0,23**              |
|         | Sens religijny       | 0,21**                             | 0,13**              | 0,07 <sup>ni.</sup>  | -0,32** | 0,26**              |
|         | Wynik ogólny         | 0,23**                             | 0,14**              | 0,03 <sup>ni.</sup>  | -0,34** | 0,26**              |
| KBŻ     | Wynik ogólny         | 0,11*                              | 0,01 <sup>ni.</sup> | -0,21**              | -0,25** | 0,06 <sup>ni.</sup> |
| MOFS    | Uraza-Unikanie       | -0,22**                            | -0,13**             | -0,01 <sup>ni.</sup> | 0,34**  | -0,24**             |
|         | Życzliwość           | 0,32**                             | 0,28**              | 0,02 <sup>ni.</sup>  | -0,25** | 0,30**              |

Oznaczenia: \*\* $p \leq 0,01$ ; \* $p \leq 0,05$ ; <sup>ni.</sup> $p > 0,05$

Kolejnym etapem analiz statystycznych były działania mające na celu zidentyfikowanie kluczowych predyktorów poczucia godności osób starszych. W tym celu przeprowadzono analizę regresji wielokrotnej dla wyniku globalnego w Kwestionariuszu Poczucia Własnej Godności względem wartości podstawowych w Skali Religijnego Systemu Znaczeń, Kwestionariusza Bilansu Życiowego i Skali Przebaczenia Małżeńskiego. Analiz dokonano w odniesieniu do całej grupy badanych osób. Szczegółowe dane prezentuje Tabela 3.

Tabela 3. Krokowa regresja wielokrotna wyników KPWG-3 względem wyników wartości podstawowych w SRSZ, KBŻ oraz MOFS (N = 315)

| Zmienne  | $\beta$ | t    | p     |
|--|---------|------|-------|
| Globalny wskaźnik poczucia własnej godności:<br>R = 0,34; R <sup>2</sup> = 0,12; F(2,313) = 20,51; p < 0,001 |         |      |       |
| Życzliwość (przebaczenie)  | 0,24    | 4,13 | 0,001 |
| Religijny system znaczeń   | 0,18    | 3,07 | 0,002 |

Dwie zmienne: życzliwość (gotowość do przebaczenia) oraz religijny system znaczeń wyjaśniają w sumie 12% zmienności w zakresie ogólnego poczucia własnej godności. Rozpatrując uzyskane wyniki, można stwierdzić, że poczucie własnej godności seniorów jest tym silniejsze, im większa życzliwość względem współmałżonka, skutkująca gotowością do darowania zaistniałej krzywdy, oraz im wyższy poziom religijności rozpatrywanej w kategoriach systemu znaczeń.

Chcąc sprawdzić, czy w zakresie predyktorów poczucia godności istnieje zróżnicowanie ze względu na płeć, przeprowadzono analizy regresyjne oddzielnie dla grupy kobiet i grupy mężczyzn. Uzyskane rezultaty zaprezentowano w Tabeli 4.

Tabela 4. Krokowa regresja wielokrotna wyników KPWG-3 względem wyników wartości podstawowych w SRSZ, KBŻ oraz MOFS oddzielnie dla grupy kobiet (N = 156) i dla grupy mężczyzn (N = 159)

| Zmienne  | $\beta$ | t    | p     |
|--|---------|------|-------|
| Kobiety  |         |      |       |
| Globalny wskaźnik poczucia własnej godności:<br>R = 0,27; R <sup>2</sup> = 0,07; F(1,155) = 11,95; p < 0,001 |         |      |       |
| Życzliwość (przebaczenie)  | 0,27    | 3,46 | 0,001 |
| Mężczyźni  |         |      |       |
| Globalny wskaźnik poczucia własnej godności:<br>R = 0,42; R <sup>2</sup> = 0,18; F(2,157) = 16,93; p < 0,001 |         |      |       |
| Religijny system znaczeń   | 0,29    | 3,71 | 0,001 |
| Życzliwość (przebaczenie)  | 0,22    | 2,85 | 0,005 |

W przypadku kobiet tylko gotowość do przebaczenia mężowi okazała się istotnym statystycznie predyktorem. Zmienna ta wyjaśnia 7% wariacji w obszarze poczucia godności. Oznacza to, że kobiety odznaczające się większą gotowością do przebaczenia przejawiają jednocześnie wyższy poziom poczucia własnej godności. Nieco inaczej przedstawia się sytuacja w odniesieniu do grupy mężczyzn. Tutaj efekty uzyskane za pomocą krokowej regresji wielokrotnej pokazały, że najsilniej z poczuciem godności (ujmowanym całościowo) związany jest wpieryw religijny system znaczeń, następnie zaś tendencja do darowania krzywdy wyrządzonej przez żonę. Model ten wyjaśnia 18% zmienności wyników w obszarze poczucia godności. Uzyskany wzorzec wyników sugeruje, że w przypadku mężczyzn wyższemu poziomowi religijności oraz chęci darowania win żonie towarzyszy wyższy poziom poczucia własnej godności.

### Dyskusja wyników

Zrealizowane badania potwierdziły, że spośród uwzględnionych w projekcie zmiennych psychologicznych tylko religijny system znaczeń i pozytywny wymiar przebaczenia są predyktorami poczucia godności osób starszych. Dodatkowe analizy uwzględniające zróżnicowanie próby ze względu na płeć ujawniły, że: (1) w przypadku kobiet status predyktora zachowała jedynie skłonność do przebaczenia mężowi wyrządzonej krzywdy;

(2) wśród mężczyzn rolę predyktora pełni wpierw religijność, następnie zaś skłonność do przebaczenia doznanej urazy. Natomiast w odniesieniu do bilansu życia, jak również negatywnego komponentu przebaczenia (*Unikanie-Uraza*) brak empirycznych podstaw do uznania tych zmiennych za czynniki wyjaśniające zróżnicowanie wyników w obrębie poczucia godności seniorów.

Uzyskany wzorzec wyników pozostaje spójny z teoretycznymi i empirycznymi doświadczeniami z literatury psychologicznej dotyczącymi psychospołecznego funkcjonowania osób starszych [21, 32]. Naturalnym obszarem, w ramach którego badacze eksplorują zagadnienie poczucia własnej godności oraz religijności osób starszych jest problematyka aksjologiczna. Religijny system znaczeń w swojej treści jest nośnikiem nie tylko konkretnych prawd doktrynalnych czy zasad moralnych, ale także wyraźnie i precyzyjnie określonego systemu wartości [27]. Z kolei — zdaniem Z. Płużek i S. Steuden — za najważniejszy (pierwszy) komponent strukturalny poczucia własnej godności uznać należy szacunek wobec samego siebie oparty na posiadanej i uznawanej hierarchii wartości oraz zgodnym z nią postępowaniu [3].

Wkraczanie w etap starości wiąże się ze zmianą dotychczasowych życiowych priorytetów. Fakt ten pociąga za sobą wiele przeobrażeń w strukturze cenionych wartości, czego przejawem jest między innymi większa refleksyjność [33]. Transformacje aksjologiczne dokonujące się w okresie późnej dorosłości pozostają więc w ścisłym związku z poczuciem godności seniorów, które uzależnione jest od przyjętego systemu wartości [6].

Interesujący projekt badawczy w zakresie omawianej problematyki zrealizowała K. Gajewska. Autorka podjęła próbę odpowiedzi na pytanie: czy grupy wyodrębnione z uwagi na wartości ostateczne różnią się między sobą pod względem wymiarów opisujących doświadczenie własnej godności? W celu uzyskania odpowiedzi na tak sformułowany problem badawczy poddano badaniu 74 osoby (64 kobiety oraz 10 mężczyzn) — słuchaczy Lubelskiego Uniwersytetu Trzeciego Wieku. Analiza rezultatów przeprowadzonych badań ujawniła między innymi, że akceptacja i realizacja najwyższych wartości pociąga za sobą wzrost poczucia własnej godności. W kontekście przytoczonych wyników badań zrozumiała staje się predykcyjna rola religijności w obszarze poczucia godności osób starszych [34].

Zgodnie z zaproponowanym przez E. Eriksona modelem rozwoju człowieka, jednym z kluczowych zadań okresu późnej dorosłości, wobec którego staje jednostka, jest dokonanie bilansu życia [35]. W opinii P. Olesia bilans życia „to całościowe podsumowanie, w jakim stopniu życie było udane, sensowne i szczęśliwe” [20, s. 273]. Obejmuje on zarówno to wszystko, co zdaniem osoby złożyło się na jej życiowy sukces, jak również to, co postrzega ona jako niepowodzenie, porażkę czy cierpienie. Dojrzałe bilansowanie życia uświadamia jednostce z jednej strony, że kształt jej dotychczasowego życia jest w znacznej mierze rezultatem jej osobistych decyzji — nie zawsze właściwych i trafnych — z drugiej natomiast zachęca ją do redefinicji tego, co minęło — nadania nowego znaczenia okolicznościom, zdarzeniom, sytuacjom z przeszłości [21]. Można zatem oczekiwać, że bilans życia — jego ostateczny rezultat, pozytywny lub negatywny — będzie znacząco wpływał na poziom poczucia godności osoby — szacunek wobec samego siebie, zaufanie do siebie i swoich możliwości i pełną akceptację siebie [3].

Tymczasem wyniki zaprezentowanych w niniejszym artykule badań nie pozwalają na potwierdzenie takiego przypuszczenia. Poszukując ich psychologicznej interpretacji warto



odwołać się do bazowej dla zrealizowanego projektu badawczego teorii L. Tornstama. Zgodnie z tą koncepcją proces gerotranscendencji owszem, obejmuje bilans życia, ale jednocześnie przynosi ze sobą nowe jakości rozwojowe (mądrość), umożliwiające taką (re)interpretację znaczących faktów z przeszłości, która pozwala na zachowanie wobec nich właściwego dystansu. W efekcie minione życie nie jest jedynym i podstawowym źródłem poczucia własnej godności, ale także nie zagraża stabilności tegoż poczucia [16].

Dla osób starszych pozostających w związku małżeńskim ważnym aspektem oceny własnego życia będzie niewątpliwie ewaluacja jakości relacji małżeńskiej — (nierzadko) kilkudziesięciu lat przeżytych „we dwoje” [19]. Za nieuchronny element tej ewaluacji uznać należy przebaczenie. Badania nad przebaczeniem (także diadycznym/malżeńskim) w okresie późnej dorosłości przekonują, że: (1) osoby starsze są bardziej skłonne do darowania urazów w porównaniu z osobami młodszymi [36]; (2) tendencja do przebaczenia, a zwłaszcza niska motywacja do zemsty i przyjęcie postawy życzliwości wobec sprawcy krzywdzącego czynu pozwala uniknąć różnego rodzaju konfliktów oraz zapobiegać ich eskalacji, a tym samym podtrzymywać pozytywne i wartościowe dla jednostki więzi [37].

Omawiając zagadnienie poczucia własnej godności Z. Płużek i S. Steuden zwracają uwagę na jego interpersonalny charakter. Przyjmują, że poczucie godności rodzi się i konstytuuje w relacjach z innymi ludźmi. Zależy ono zatem od świadomości ludzkiego uznania, ale jednocześnie umacnia się poprzez podejmowanie odpowiedzialności za drugiego człowieka i jego życie [3]. Wyeksponowanie relacyjnego aspektu poczucia własnej godności bazuje na założeniu, w myśl którego problematyka godności człowieka „w sposób oczywisty dotyka procesu dojrzewania osobowości i konstruowania własnego życia w kontekście innych ludzi — wspólnoty rodzinnej, społecznej czy narodowej” [5, s. 19]. Nabywanie i utwierdzanie subiektywnego przekonania o tym, że zasługuje się na szacunek i posiada się uznanie w oczach innych, dokonuje się w toku relacji społecznych. W tym kontekście trafne wydaje się spostrzeżenie A. Kępińskiego, który stwierdza: „Patrząc na kogoś, widzimy jednocześnie siebie, swoje odbicie społeczne, tj. widzimy, jak dana osoba nas odbiera, z lekceważeniem, lękiem, podziwem, pogardą” [38, s. 101].

Odnosząc powyższe rozważania do rzeczywistości relacji małżeńskiej, która przetrwała próbę czasu, nie sposób przecenić roli przebaczenia (małżeńskiego) w pielęgnowaniu i podnoszeniu poczucia własnej godności osób (małżonków) w okresie późnej dorosłości. Trudno odmówić słuszności G. Allportowi, który twierdzi, iż „nawet najlepiej zintegrowana osobowość nie zawsze działa w całkowitej harmonii ze swym systemem wartości” [39, s. 64]. Człowiek może się mylić i często się myli. Może ranić drugiego i nierzadko to robi. Postępując tak działa wbrew uznanym wartościom, a tym samym naraża się na utratę poczucia własnej godności. Nie sposób bowiem oczekiwać szacunku do samego siebie, gdy bardziej lub mniej świadomie wybiera się zło zamiast dobra [3, 5]. W tym kontekście przebaczenie wewnątrz diady małżeńskiej przywraca małżonkom zachwiane przez wyrządzoną i/lub zadaną (drugiemu) krzywdę poczucie własnej godności i chroni je przed dekompensacją [40].

### **Implikacje wyników badań własnych dla psychoterapii**

Wyniki zrealizowanego projektu pozwalają na wyciągnięcie następujących wniosków dla oddziaływań pomocowych w obszarze psychoterapii:

1. Świadcząc pomoc psychoterapeutyczną osobom starszym należy szczególną uwagę zwrócić na sposób postrzegania i doświadczania przez nie własnej godności. Warto zidentyfikować kluczowe czynniki osobowościowe (religijność, system wartości, przebaczenie) i społeczno-ekonomiczne, które służą podtrzymaniu i/lub podnoszeniu poczucia własnej godności, jak również te, które zagrażają jego stabilności.
2. W trakcie procesu terapeutycznego warto docenić rolę religijności lub szerzej — duchowego wymiaru osoby, jeżeli z inicjatywy pacjenta/klienta taki aspekt pojawi się na sesji. Religijność (dojrzała) ujmowana w kategoriach systemu znaczeń umożliwia bowiem przyjęcie takiej perspektywy w ocenie własnej osoby i życia, która chroni poczucie godności osoby.
3. Pracując z małżonkami w podeszłym wieku należy podejmować działania mające na celu wspieranie procesu przebaczenia. Można to osiągnąć poprzez inspirowanie seniorów do redefinicji przeszłych doświadczeń, własnego Ja oraz posiadanych relacji z innymi — w tym relacji małżeńskiej. Przyjęcie takiego kierunku oddziaływań psychologicznych może im pomóc w (od)budowaniu intymnej więzi.
4. W psychoterapii osób starszych ważniejsze wydaje się wspieranie rozwoju religijności (sfery duchowej) i skłonności do przebaczenia (szerzej procesu gerotranscendencji), niż skupianie się głównie na bilansowaniu życia.

### **Ograniczenia zrealizowanych badań**

Zaprezentowany projekt badawczy, obok wartościowych poznawczo rezultatów, ma także pewne ograniczenia. Ich dostrzeżenie i krytyczna analiza skłaniają do ostrożności w zakresie generalizowania uzyskanych wyników.

1. Badania przeprowadzono w planie korelacyjnym, z którego wynikają ograniczone możliwości wnioskowania o przyczynowym charakterze zidentyfikowanych zależności. Fakt ten zachęca do podjęcia dalszych prac badawczych dotyczących uwarunkowań poczucia godności osób w okresie późnej dorosłości, opartych o badania podłużne.
2. Badanej próby nie można uznać za reprezentatywną dla społeczeństwa polskiego (polskiej populacji seniorów). Pomimo iż na etapie przygotowania projektu badawczego zadbano o zróżnicowanie respondentów w zakresie zmiennych socjodemograficznych, charakterystyka próby nie odzwierciedla pełnego rozkładu tych cech w polskiej populacji osób starszych (60–75 lat). Stąd też wart rozważenia wydaje się pomysł zrealizowania analogicznego projektu na reprezentatywnej próbie seniorów polskich. Skłaniają ku temu także tendencje demograficzne o charakterze globalnym.
3. Trzeba zachować ostrożność w porównywaniu uzyskanych rezultatów badań z doniesieniami autorów zagranicznych. Należy bowiem pamiętać, że poszukiwanie analogii między polskimi seniorami i osobami starszymi reprezentującymi inne narodowości może rodzić pewne trudności wynikające z odmiennych doświadczeń kulturowych oraz specyficznych uwarunkowań historyczno-gospodarczych Polski. Okoliczności

te w znacznym stopniu mogą określać poziom (specyfikę) poczucia godności respondentów, którzy wyrazili zgodę na udział w prezentowanym projekcie.

### Piśmiennictwo

1. Rakowska J. Analysis of the degree of population ageing in Poland on LAU2 level. *Econ. Reg. Stud.* 2016; 9(2): 13–23.
2. Samir KC, Wolfgang L. The human core of the shared socioeconomic pathways: Population scenarios by age, sex and level of education for all countries to 2100. *Glob. Envir. Change* 2017; 42: 181–192.
3. Steuden S. *Psychologia starzenia się i starości*. Warszawa: Wydawnictwo Naukowe PWN; 2011.
4. Steuden S, Stanowska M, Janowski K, red. *Starzenie się z godnością*. Lublin: Wydawnictwo KUL; 2011.
5. Steuden S. Wprowadzenie w problematykę godności. W: Steuden S, Marczuk M, red. *Starzenie się a satysfakcja z życia*. Lublin: Wydawnictwo KUL; 2006, s. 18–20.
6. Straś-Romanowska M. Późna dorosłość. W: Trempała J, red. *Psychologia rozwoju człowieka*. Warszawa: Wydawnictwo Naukowe PWN; 2011, s. 326–350.
7. Sęk H, Brzezińska A. *Żyć godnie... XXXIII Zjazd Naukowy Polskiego Towarzystwa Psychologicznego, Poznań 24–27 września 2008*. Poznań: Ośrodek Wydawnictw Naukowych; 2008.
8. Schaie KW, Willis SL, red. *Handbook of the psychology of aging*. San Diego: Elsevier; 2011.
9. Mazurek FJ. *Godność osoby ludzkiej podstawą praw człowieka*. Lublin: Redakcja Wydawnictw KUL; 2001.
10. Straś-Romanowska M. Rozważania na temat charakteru w kontekście problematyki godności. W: Uchnast Z, red. *Charakter. Jakość osobowego działania w podejściu teoretycznym i empirycznym*. Lublin: TN KUL; 2013, s. 53–67.
11. Fukuyama F. *Koniec człowieka*. Kraków: Wydawnictwo Znak; 2002.
12. Koziński J. *Człowiek wielowymiarowy*. Warszawa: Wydawnictwo Akademickie „Żak”; 1998.
13. Oleś P. Poczucie godności — teoria i badania. W: Królikowska A, Marek Z, red. *Refleksje nad godnością człowieka*. Kraków: Wydawnictwo WAM; 2007, s. 119–127.
14. Pikuła N. Godność osoby starszej w nauczaniu Jana Pawła II. W: Steuden S, Marczuk M, red. *Starzenie się a satysfakcja z życia*. Lublin: Wydawnictwo KUL; 2006, s. 47–55.
15. Tornstam L. Gerotranscendence: a meta-theoretical reformulation of the disengagement theory. *Aging Clin. Exp. Res.* 1989; 1(1): 55–63.
16. Tornstam L. *Gerotranscendence: A developmental theory of positive aging*. New York: Springer Publishing Company; 2005.
17. Tornstam L. Maturing into gerotranscendence. *J. Transpers. Psych.* 2011; 43(2): 166–180.
18. Brudek P. Larsa Tornstama teoria gerotranscendencji jako teoria pozytywnego starzenia się. *Psychol. Rozw.* 2016; 21(4): 9–25.
19. Brudek P. *Podmiotowe korelaty satysfakcji z małżeństwa osób w okresie późnej dorosłości*. Niepublikowana rozprawa doktorska. Lublin: Biblioteka KUL; 2015.
20. Oleś P.K. *Psychologia człowieka dorosłego*. Warszawa: Wydawnictwo Naukowe PWN; 2012.
21. Steuden S. *Psychologia kliniczna seniorów*. W: Cierpiałkowska L, Sęk H, red. *Psychologia kliniczna*. Warszawa: Wydawnictwo Naukowe PWN; 2016, s. 555–573.

22. Charles ST, Carstensen LL. Marriage in old age. W: Yalom M, Carstensen LL, red. *Inside the American couple: new insights, new challenges*. Berkeley, CA: University of California Press; 2002, s. 236–254.
23. Allemand M, Steiner M, Hill PL. Effects of a forgiveness intervention for older adults. *J. Couns. Psychol.* 2016; 60(2): 279–286.
24. Fincham FD, Hall J, Beach SR. Forgiveness in marriage: Current status and future directions. *Fam. Relations* 2006; 55(4): 415–427.
25. Wasilewska E. *Statystyka opisowa nie tylko dla socjologów*. Warszawa: Wydawnictwo SGGW; 2008.
26. Brudek P, Steuden S. Questionnaire of Sens of Self-Dignity (QSSD-3): construction and analysis of psychometric properties. *Rev. Psychol.* W druku.
27. Krok D. Religijność a jakość życia w perspektywie mediatorów psychospołecznych. Opole: Redakcja Wydawnictw Wydziału Teologicznego Uniwersytetu Opolskiego; 2009.
28. Izdebski P, Polak A. Bilans życia i poczucie koherencji osób starszych w zależności od ich aktualnej sytuacji życiowej. *Geront. Pol.* 2005; 13(3): 188–194.
29. Paleari FG, Regalia C, Fincham FD. Measuring offence-specific forgiveness in marriage: the Marital Offence-Specific Forgiveness Scale (MOFS). *Psychol. Assess.* 2009; 21(2): 194–209.
30. Brudek P, Steuden S. Polska adaptacja Skali Przebaczenia Małżeńskiego (MOFS) G.F. Paleari, F.D. Finchama, C. Regalii. *Fam. Forum.* 2015; 5: 161–179.
31. Bedyńska S, Cypriańska M. *Statystyczny drogowskaz. Praktyczne wprowadzenie do wnioskowania statystycznego*. Warszawa: Wydawnictwo Akademickie Sedno; 2013.
32. Zając-Lamparska L. Wspomaganie funkcjonowania ludzi starzejących się. W: Trempała J, red. *Psychologia rozwoju człowieka*. Warszawa: Wydawnictwo Naukowe PWN; 2011, s. 419–432.
33. Steuden S. Z rozważań nad mądrością. W: Ulfik-Jaworska I, Gała A, red. *Dalej w tę samą stronę. Księga Jubileuszowa dedykowana Profesor Marii Braun-Gałkowskiej*. Lublin: Wydawnictwo KUL; 2012, s. 533–548.
34. Gajewska K. Hierarchia wartości a poczucie własnej godności u słuchaczy Lubelskiego Uniwersytetu Trzeciego Wieku. W: Steuden S, Stanowska M, Janowski K, red. *Starzenie się z godnością*. Lublin: Wydawnictwo KUL; 2011, s. 115–130.
35. Erikson EH, Erikson JM. *Dopełniony cykl życia wersja rozszerzona o nowe rozdziały autorstwa Joan M. Erikson poświęcone dziewiętemu etapowi rozwoju osobowości człowieka*. Gliwice: Wydawnictwo Helion; 2012.
36. Cheng ST, Yim YK. Age differences in forgiveness: the role of future time perspective. *Psychol. Aging* 2008; 23(3): 676–680.
37. Fincham FD, Beach SR, Davila J. Longitudinal relations between forgiveness and conflict resolution in marriage. *J. Fam. Psychol.* 2007; 21(3): 542–545.
38. Kępiński A. *Poznanie chorego*. Warszawa: PZWL; 1978.
39. Allport G. *Osobowość i religia*. Warszawa: Instytut Wydawniczy PAX; 1988.
40. Steuden S, Brudek P. Poczucie własnej godności i mądrość a przebaczenie. Badania małżonków w okresie późnej dorosłości. Referat wygłoszony na XXXVI Kongresie Polskiego Towarzystwa Psychologicznego: Psychologia dla zdrowia osoby i społeczeństwa. Gdańsk: Uniwersytet Gdański; 2–24 września 2017.

Adres: brudekp@gmail.com