

Przebaczenie, poczucie własnej godności i religijny system znaczeń osób w okresie późnej dorosłości o różnym stopniu satysfakcji z życia seksualnego. Analiza badań własnych

Paweł Brudek

Katedra Psychologii Klinicznej, Instytut Psychologii,
Katolicki Uniwersytet Lubelski Jana Pawła II

Wstęp

Jednym z powodów, dla których ludzie decydują się na zawarcie małżeństwa, jest możliwość realizacji własnej seksualności związanej najczęściej z pożądaniem, zachowaniami seksualnymi, reprodukcją oraz intymnością. Seksualność zatem wpisuje się w definicję małżeństwa. Więź seksualna łącząca małżonków ma charakter dynamiczny. Oznacza to, że ulega znaczącym przeobrażeniom podyktowanym starzeniem się organizmu, liczbą lat stażu małżeńskiego oraz oddziaływaniem szeregu czynników pozaseksualnych [1]. Można zatem wnosić, że na różnych etapach życia małżeńskiego na zadowolenie w obszarze funkcjonowania seksualnego partnerów wpływ będą miały odmienne predyktory – specyficzne dla danego etapu rozwojowego jednostki [2].

Chcąc określić typowe dla okresu późnej dorosłości (60–75 lat) [3] zmienne psychologiczne, odgrywające kluczową rolę w podnoszeniu i utrzymaniu satysfakcji z życia seksualnego starszych małżonków, warto odwołać się do jednej z teorii adaptacji do starości autorstwa szwedzkiego badacza Larsa Tornstama – teorii gerotranscendencji [4]. Zgodnie z tą koncepcją gerotranscendencja to naturalny, wolny od uwarunkowań kulturowych proces rozwojowy, który wyraźnie uaktywnia się w okresie średniej dorosłości i z reguły prowadzi do wzrostu dojrzałości oraz satysfakcji z życia. W ramach tego procesu osoba w okresie późnej dorosłości doświadcza szeregu zmian w obszarze psychospołecznego funkcjonowania, które uwidaczniają się na trzech zasadniczych płaszczyznach: (1) egzystencjalno-duchowej (poziom

kosmiczny), (2) osobowościowej (poziom *Self*), (3) społecznej (poziom relacji interpersonalnych) [5]. W efekcie tego procesu osoba zmienia perspektywę postrzegania i oceny swego dotychczasowego życia, co przejawia się między innymi przeobrażeniami w obszarze religijności (duchowości). Ponadto dojrzewanie ku gerotranscendencji implikuje redefinicję własnego *Ja* oraz posiadanych relacji z innymi. W rezultacie jednostka inaczej niż dotychczas może przeżywać i doświadczać poczucia własnej godności, a także ujawniać większą gotowość do przebaczenia w odniesieniu do tych relacji, które sama uznaje za ważne [6].

W świetle założeń teorii gerotranscendencji oraz dotychczasowych badań zasadny zatem wydaje się postulat, zgodnie z którym stopień zadowolenia z życia seksualnego małżonków w okresie późnej dorosłości może zależeć od religijności, poczucia własnej godności i zdolności do przebaczenia wewnątrzdiadytycznego [2].

Współżycie seksualne podejmowane w ramach diady małżeńskiej może być analizowane zarówno w perspektywie biologicznej, jak i psychologicznej. Współżycie seksualne służy bowiem z jednej strony zaspokojeniu instynktu biologicznego, z drugiej zaś przeżywaniu określonych emocji czy stanów psychicznych, takich jak: miłość, bliskość czy przynależność [7,8]. Stąd też niezwykle istotnym aspektem aktywności seksualnej jest satysfakcja seksualna. Na gruncie psychologii termin ten jest różnie definiowany. E. Pinney, M. Gerrard i N. Denney [9: 233] pod pojęciem satysfakcji seksualnej rozumieją „(...) subiektywne oszacowanie stopnia, w jakim osoba jest usatysfakcjonowana ze swojego życia seksualnego”. Takie ujęcie satysfakcji seksualnej zwraca uwagę na subiektywny wymiar przeżywania kontaktu seksualnego z partnerem. Staje się zatem przydatne w prognozowaniu wysokiej jakości związku partnerskiego. Albowiem, jak podkreśla M. Braun-Gałkowska [10: 18], „mówiąc o powodzeniu małżeństwa można właściwie ograniczyć się do subiektywnego poczucia szczęścia małżonków, pamiętając jednak, że jest to warunek konieczny, ale niewystarczający z punktu widzenia oczekiwań społecznych”.

Interesujące zależności w zakresie powodzenia małżeńskiego i zadowolenia z życia seksualnego ujawniły także badania I. Janickiej [11]. Przebadła ona 114 par małżeńskich. W celu uzyskania empirycznych wskaźników zadowolenia z małżeństwa i satysfakcji seksualnej zastosowała dwa narzędzia badawcze – zmodyfikowaną przez siebie Skalę Powodzenia Małżeństwa, autorstwa M. Braun-Gałkowskiej, oraz autorski standaryzowany wywiad. Analiza uzyskanych danych pozwoliła na wyodrębnienie w badanej próbie pięciu grup małżonków, różniących się między sobą poziomem zadowolenia z małżeństwa i oceną intymnego pożycia. Grupę pierwszą stanowili małżonkowie zadowoleni, ze zgodnymi ocenami partnerów na temat swego związku. Grupę drugą tworzyli małżonkowie zadowoleni, o niezgodnych ocenach partnerów na temat swego związku. Trzecią grupą były związki kryzysowe. Grupę czwartą stanowiły małżeństwa konfliktowe. Grupę piątą tworzyły związki zagro-

żone. Badaczka stwierdziła, że satysfakcja seksualna stanowi znaczący czynnik jakości relacji małżeńskiej. Najbardziej wyraźne zależności w tym względzie ujawniły się w grupie pierwszej. Wykazała także, iż istnieje istotna statystycznie różnica pomiędzy małżonkami zadowolonymi i niezadowolonymi w zakresie doświadczanej w związku satysfakcji seksualnej. Ponadto stwierdziła, że w małżeństwach zadowolonych mężczyźni wykazują wyższy poziom satysfakcji seksualnej aniżeli kobiety oraz że zadowolenie z małżeństwa u kobiet wywodzących się ze związków o wysokiej jakości warunkowane jest w dużej mierze wysokim poziomem satysfakcji seksualnej ich mężów.

Cel badania

Głównym celem prezentowanych badań była identyfikacja różnic między osobami starszymi o odmiennej ocenie satysfakcji z życia seksualnego w zakresie przebaczenia małżeńskiego, poczucia własnej godności oraz religijnego systemu znaczeń.

Materiał i metody

Operacjonalizacja zmiennych

Zmiennymi wyjaśnianymi (zależnymi) w badaniu były: przebaczenie, poczucie własnej godności i religijny system znaczeń. Zmienną wyjaśniającą (niezależną) była satysfakcja z życia seksualnego badanych osób uchwycona na czterech poziomach: (1) najniższa satysfakcja z życia seksualnego; (2) niska satysfakcja z życia seksualnego; (3) wysoka satysfakcja z życia seksualnego; (4) najwyższa satysfakcja z życia seksualnego.

Osoby badane i przebieg badań

Dla zrealizowania sformułowanego wyżej celu badawczego przeprowadzono badania, którymi objęto 315 osób, w tym 156 kobiet i 159 mężczyzn. W grupie mężczyzn średnia wieku uzyskała wartość $M = 66,46$ przy odchyleniu standardowym $SD = 5,24$, zaś w grupie kobiet wyniosła ona $M = 64,94$ przy odchyleniu standardowym $SD = 4,77$. W celu wyodrębnienia z próby osób o odmiennym poziomie satysfakcji z życia seksualnego posłużono się metodą kwartyli. W ten sposób wyselekcjonowano cztery grupy osób odznaczające się: (1) najniższą satysfakcją z życia seksualnego ($n = 81$); (2) niską satysfakcją z życia seksualnego ($n = 77$); (3) wysoką satysfakcją z życia seksualnego ($n = 66$); (4) najwyższą satysfakcją z życia seksualnego ($n = 91$). Wyodrębnione grupy nie różnią się istotnie statystycznie pod względem liczebności ($\chi^2 = 4,07$; $p = 0,254$).

Zastosowane narzędzia badawcze

W omawianym projekcie badawczym zastosowano cztery metody psychologiczne. Pomiaru zmiennych wyjaśnianych zależnych (przebaczenie, poczucie własnej godności, religijny system znaczeń) dokonano przy użyciu: (1) *Skali Przebaczenia Małżeńskiego* (MOFS) skonstruowanej przez F. Paleari, F. Finchama, C. Regalię [12] a adaptowanej do warunków polskich przez P. Brudka i S. Steuden [13]; (2) *Kwestionariusza Poczucia Własnej Godności* (KPWG-3) autorstwa S. Steuden i P. Brudka [2]; (3) *Skali Religijnego Systemu Znaczeń* (SRSZ), której autorem jest D. Krok [14]. Do pomiaru zmiennej wyjaśniającej (satisfakcja z życia seksualnego) niezależnej wykorzystano *Kwestionariusz Satisfakcji z Małżeństwa dla Osób Starszych* (MSQFOP) – jedna z czterech podskal tego narzędzia to *Pożycie seksualne* – opracowana przez S. Haynesa i współpracowników [15] a adaptowana do warunków polskich przez P. Brudka [2].

Analizy statystyczne

W celu zbadania różnic między osobami o odmiennej satisfakcji z życia seksualnego w obszarze wymiarów przebaczenia małżeńskiego, poczucia własnej godności oraz religijnego systemu znaczeń zdecydowano się na zastosowanie jednoczynnikowej wielowymiarowej analizy wariancji (MANOVA) w planie międzygrupowym (dla wyników ogólnych KPWG i SRSZ przeprowadzono jednoczynnikową analizę wariancji ANOVA). Przed przystąpieniem do właściwych obliczeń statystycznych dokonano sprawdzenia teoretycznych założeń nałożonych na dane przez ten test statystyczny. W rezultacie przeprowadzonych działań nie stwierdzono ich naruszenia¹. Na tej podstawie podjęto decyzję o zastosowaniu na dalszych etapach postępowania statystycznego parametrycznej techniki analizy wariancji (M)ANOVA oraz testu *post hoc* Tukeya (lub Dunnetta) [16].

Wyniki

Zebrany materiał empiryczny został poddany analizie statystycznej, w wyniku której uzyskano zaprezentowane poniżej rezultaty. Ich zwięzłą prezentację zawarto w tabeli 1.

¹ Ze względu na ograniczone ramy opracowania nie jest możliwe pełne omówienie wyników liczbowych, będących podstawą pozytywnej weryfikacji poszczególnych założeń stawianych jednoczynnikowej analizie wariancji jako parametrycznej technice obróbki danych. Poprzestano zatem na ogólnym stwierdzeniu wskazującym, że założenia te zostały zachowane. Bardziej szczegółowe informacje są dostępne u autorów.

Tabela 1. Wyniki porównań grup o odmiennym poziomie satysfakcji z życia seksualnego w zakresie Skali Przebaczenia Matżeńskiego (MOFS), Kwestionariusza Poczucia Własnej Godności (KPWG) oraz Skali Religijnego Sytemu Znaczeń (SRSZ)

ZMIENNE		Satysfakcja z życia seksualnego								(M)ANOVA			post hoc Tukey
		Gr 1 (n = 81)		Gr 2 (n = 77)		Gr 3 (n = 66)		Gr 4 (n = 91)		F	p	η^2	
		M	SD	M	SD	M	SD	M	SD				
MOFS	Uraza-Unikanie	2,80	0,80	2,67	0,97	2,23	0,68	1,77	0,71	28,83	0,001	0,22	1:3***; 1:4*** 2:3*; 2:4*** 3:4**
	Życzliwość	3,74	0,79	3,81	0,78	4,17	0,58	4,41	0,63	17,01	0,001	0,14	1:3***; 1:4*** 2:3*; 2:4***
	Lambda Wilksa $\lambda = 0,76$; $F = 1,86(3,311)$; $p = .030$; $\eta^2 = 0,13$												
KPKG-3	Wymiar poznawczy	4,18	0,56	4,10	0,59	4,46	0,43	4,47	0,48	10,24	0,001	0,09	1:3*; 1:4** 2:3***; 2:4***
	Wymiar utraty	2,07	0,60	2,14	0,72	1,87	0,65	1,69	0,61	8,25	0,001	0,07	1:4***; 2:4***
	Wymiar relacyjny	4,08	0,65	3,87	0,69	4,24	0,72	4,34	0,60	7,64	0,001	0,07	2:3*; 2:4***
	Wymiar doświadczania	3,60	0,74	3,41	0,72	3,55	0,82	3,61	0,73	1,16	0,326	---	---
	Wynik ogólny	3,97	0,46	3,84	0,49	4,13	0,43	4,21	0,40	11,57	0,001	0,10	1:4** 2:3***; 2:4***
Lambda Wilksa $\lambda = 0,86$; $F = 4,14(3,311)$; $p \leq 0,001$; $\eta^2 = 0,05$													
SRSZ	Orientacja religijna	5,12	1,04	5,35	0,90	5,52	0,83	8,86	0,97	9,17	0,001	0,08	1:4***; 2:4**
	Sens religijny	5,58	0,95	5,71	0,89	5,79	0,83	6,00	0,84	3,44	0,017	0,03	1:4**
	Wynik ogólny	5,38	0,93	5,58	0,83	5,67	0,71	6,01	0,89	8,20	0,001	0,07	1:4***; 2:4**
	Lambda Wilksa $\lambda = 0,92$; $F = 4,50(3,311)$; $p \leq 0,001$; $\eta^2 = 0,04$												

Uzyskane wyniki ujawniły istnienie istotnych statystycznie różnic pomiędzy wyodrębnionymi grupami osób o odmiennym poziomie satysfakcji z życia seksualnego w zakresie wszystkich podskal MOFS i SRSZ oraz trzech z czterech skal KPWG-3. Ponadto uchwycono istotne statystycznie różnice na poziomie wyników ogólnych KPWG-3 i SRSZ. Brak istotnych statystycznie różnic ($p > 0,05$) odnotowano jedynie w przypadku *Wymiaru doświadczenia* KPWG-3.

Badani różnią się między sobą w zakresie dwóch wymiarów przebaczenia wewnątrzdiadycznego: *Urazy-Unikania* ($F_{(3,311)} = 28,83; p \leq 0,001; \eta^2 = 0,22$), oraz *Życzliwości* ($F_{(3,311)} = 17,01; p = 0,001; \eta^2 = 0,14$). Przy zastosowaniu testu T3 Dunnetta (zastosowano ten test statystyczny z uwagi na niespełnienie założenia o jednorodności wariancji) wykazano, że w przypadku wymiaru *Uraza-Unikanie* różnice istotne statystycznie występują między osobami o najwyższej i wysokiej satysfakcji z życia seksualnego a pozostałymi grupami. Oznacza to, że osoby w podeszłym wieku oceniające swoje życie seksualne w najwyższym stopniu pozytywnie i pozytywnie, rzadziej aniżeli osoby o negatywnej i skrajnie negatywnej ocenie satysfakcji życia seksualnego w obliczu doznawanych krzywd ze strony partnera decydują się na działania przejawiające się unikaniem kontaktu ze współmałżonkiem i chowaniem do niego urazy. W przypadku wymiaru *Życzliwość* statystycznie istotne różnice zidentyfikowano między grupami osób o najwyższej i wysokiej satysfakcji seksualnej a grupami osób o niskim i najniższym zadowoleniu z życia seksualnego. Uzyskany wzorzec wyników można interpretować w następujący sposób: osoby o najbardziej pozytywnej i pozytywnej ocenie własnego życia seksualnego, w porównaniu z osobami o skrajnie negatywnej i negatywnej ocenie relacji seksualnej z partnerem, w większym stopniu skłonne są do darowania współmałżonkowi doznanych krzywd.

Specyfika zadowolenia z życia seksualnego różnicuje respondentów także pod względem poziomu ich poczucia własnej godności ujmowanego zarówno w kategoriach globalnych ($F_{(3,311)} = 11,57; p \leq 0,001; \eta^2 = 0,10$), jak i trzech jego wymiarach: *Poznawczego* ($F_{(3,311)} = 10,24; p \leq 0,001; \eta^2 = 0,09$), *Utraty* ($F_{(3,311)} = 8,25; p \leq 0,001; \eta^2 = 0,07$), *Relacyjnego* ($F_{(3,311)} = 7,64; p \leq 0,001; \eta^2 = 0,07$). Bardziej szczegółowa analiza uwzględniająca wyniki testu *post hoc* Tukeya pozwala stwierdzić między innymi, że różnice statystycznie istotne występują głównie – podobnie jak w przypadku omówionych wyżej wymiarów przebaczenia małżeńskiego – między osobami odznaczającymi się najwyższą i wysoką satysfakcją z pożycia seksualnego a osobami o niskim i najniższym zadowoleniu z jakości relacji seksualnej. Taki wzorzec wyników sugeruje, że jednostki charakteryzujące się zdecydowanie wysoką i wysoką oceną porozumienia seksualnego, w porównaniu z osobami o zdecydowanie niskiej i niskiej ocenie własnego życia seksualnego, w wyższym stopniu: (1) traktują poczucie własnej godności jako sposób postrzegania siebie i własnego funkcjonowania; (2) postępowanie niezgodne z uznanym systemem wartości i przyjętymi zasadami traktują jako utratę poczucia własnej godności; (3) doświadczają poczucia własnej godności poprzez tworzenie i pielęgnowanie więzi z innymi.

Badane osoby różnią się między sobą również w zakresie religijnego systemu znaczeń zarówno na poziomie wskaźnika ogólnego ($F_{(3,311)} = 8,20; p \leq 0,001; \eta^2 = 0,07$), jak i poszczególnych wymiarów: *Orientacji religijnej* ($F_{(3,311)} = 9,17; p \leq 0,001; \eta^2 = 0,08$), oraz *Sensu religijnego* ($F_{(3,311)} = 3,44; p = 0,017; \eta^2 = 0,03$). Przy zastosowaniu testu Tukeya wykazano, że ujawnione różnice występują głównie między osobami o najwyższej satysfakcji z życia seksualnego a osobami o skrajnie niskiej i niskiej ocenie zadowolenia seksualnego w małżeństwie. Oznacza to, że osoby w okresie późnej dorosłości oceniające swoje życie seksualne w najwyższym stopniu pozytywnie, częściej aniżeli osoby o negatywnej i bardzo negatywnej ocenie satysfakcji życia seksualnego w większym stopniu: (1) traktują religijność jako punkt odniesienia w interpretacji doświadczeń wewnętrznych oraz wydarzeń dotyczących świata zewnętrznego oraz zasad rządzących życiem społecznym; (2) przyjmują treści religijne jako pomoc w radzeniu sobie z egzystencjalnymi pytaniami odnoszącymi się do życia indywidualnego i społecznego.

Dyskusja

Celem prezentowanych w niniejszym artykule badań była analiza różnic pomiędzy osobami w okresie późnej dorosłości, o odmiennym poziomie satysfakcji z życia seksualnego, w obszarze takich zmiennych jak: przebaczenie wewnątrzdiadyczne, poczucie własnej godności i religijny system znaczeń. Główny problem badawczy dotyczył tego, czy osoby w okresie późnej dorosłości (60–75 lat), odznaczające się odmienną oceną jakości relacji seksualnej (najniższa, niska, wysoka, najwyższa), istotnie różnią się między sobą pod względem wybranych zmiennych psychologicznych. Uzyskane wyniki badań pozwoliły na zidentyfikowanie wielu istotnych statystycznie różnic.

Ustalono, że osoby będące w okresie późnej dorosłości, o odmiennej ocenie satysfakcji z życia seksualnego różnią się w zakresie przebaczenia małżeńskiego (każdego z wymiarów). Uzyskany wzorzec wyników koresponduje z doniesieniami innych autorów, którzy na drodze empirycznego dochodzenia dowiedli, że przebaczenie współmałżonkowi dodatnio koreluje z satysfakcją z małżeństwa. Sprzyja bowiem pogłębianiu intymnej więzi między małżonkami, motywuje do angażowania się na rzecz związku oraz efektywnego rozwiązywania konfliktów [17,18,19,20]. M. Braun-Gałkowska [21: 56], mówiąc o przebaczeniu w kontekście relacji rodzinnych, stwierdza między innymi, że jest ono „zakończeniem koncentracji na doznanej krzywdzie, pójdziem dalej. (...) jest aktem woli. (...) dowodem siły i wielkoduszności. (...) nie polega na utracie pamięci i nieświadomości, ale na tym, by nie pragnąć zemsty i odwetu, współczuć, dobrze życzyć”. Można powiedzieć, że osoba przebacząca współmałżonkowi przestaje koncentrować się na raniącym zdarzeniu, dzięki czemu ma możliwość pielęgnowania intymnej więzi [17]. Ponadto uwalnia stłamszoną we wnętrzu energię psychiczną, wyprowadza – jak twierdzi J. Mellibruda [22: 11] –

„z pułapki niewybaczonej krzywdy”. Daje tym samym ponowną możliwość realizacji bliskości w małżeństwie [23]. Ponadto przebaczenie, stając się źródłem pozytywnych uczuć w diadzie małżeńskiej, toruje drogę do intymności i konstruktywnej komunikacji. Ma zatem charakter więziotwórczy, co przekłada się na wyższą jakość życia małżeńskiego i dobrostan psychiczny, który jest warunkiem zdrowia [17].

Przeprowadzone analizy statystyczne pozwoliły na identyfikację różnic w zakresie poczucia własnej godności osób o odmiennej ocenie własnego życia seksualnego. Otrzymane rezultaty są spójne z doniesieniami literatury przedmiotu z zakresu problematyki godności. Zgodnie z koncepcją Z. Płużek [24] poczucie godności wyraża się w szacunku i zaufaniu względem samego siebie oraz samoakceptacji. Pozostając na płaszczyźnie psychologicznej, można przyjąć, że poszanowanie własnej godności, implikujące szacunek dla godności drugiego człowieka, stanowi w rzeczywistości przejaw dojrzałości osobowościowej [25]. Badania prowadzone w obszarze jakości relacji małżeńskiej jednoznacznie przekonują, że dojrzałość osobowościowa partnerów ma kluczowe znaczenie dla powodzenia związku, także w obszarze seksualnego funkcjonowania partnerów [21,26,27].

W opinii M. Straś-Romanowskiej [28: 63] „godność w znaczeniu psychologicznym to szlachetność charakteru, będąca efektem samodoskonalenia, a więc praktykowania cnót”. W odniesieniu do powyższego można przyjąć, że utrata poczucia własnej godności wiąże się w dużym stopniu z zaprzestaniem „praktykowania cnót” lub jakąś formą sprzeniewierzenia się im. Interpretując utratę poczucia własnej godności w kategoriach swoistych deficytów w obszarze „praktykowania cnót”, zrozumiałym staje się, że zanik poczucia godności pociąga za sobą obniżenie satysfakcji w zakresie porozumienia seksualnego małżonków [por. 29,30].

Zdaniem S. Steuden [25: 19] podejmowanie refleksji nad własną godnością w sposób naturalny ukierunkowuje jednostkę na proces „konstruowania własnego życia w kontekście innych ludzi – wspólnoty rodzinnej, społecznej czy narodowej, a także ponoszenia za nich odpowiedzialności. (...) Poczucie własnej godności wzrasta w następstwie wychodzenia naprzeciw drugiemu człowiekowi, natomiast obniża się czy też zatracza w następstwie braku względem niego szacunku, ujawniania niechęci czy uprzedzeń”. Autor teorii dezintegracji pozytywnej K. Dąbrowski [25: 19] zdaje się potwierdzać powyższą tezę, kiedy twierdzi, że chcąc się rozwijać w pełnym tego słowa znaczeniu, trzeba „łączyć dobroć z miłością, oddanie z roztropnością, siłę swoich zasad z przebaczeniem, a z drugiej strony z trzeźwą i właściwą oceną ludzi”. Odnosząc się do powyższych uwag, można przyjąć, że poczucie własnej godności analizowane w kontekście relacji małżeńskiej z jednej strony rozwija się i wzrasta dzięki trosce o zachowanie optymalnego poziomu intymności między małżonkami. Z drugiej zaś doświadczanie poczucia własnej godności w relacji z mężem czy żoną podnosi jakość zadowolenia małżeńskiego z faktu pozostawania w bliskiej relacji z partnerem życia [21,31].

Realizowane badania ujawniły także istotne statystycznie różnice między osobami dokonującymi odmiennej ewaluacji własnego życia seksualnego w obszarze religijnego systemu znaczeń zarówno na poziomie globalnym, jak i na poziomie wymiarów szczegółowych. Uzyskane wyniki znajdują swoje uzasadnienie w literaturze psychologicznej. Warto w tym miejscu odnieść się do badań zrealizowanych przez A. Mahoneya, K. Pargmenta, B. Colea, T. Jewella i G. Magyara [32], w świetle których małżeństwo poprzez proces uświęcania, czyli przypisywania określonemu obiektowi znaczenia religijnego, staje się dla partnerów rzeczywistością świętą, a tym samym godną szacunku i uznania. W efekcie oznacza to, iż małżonkowie są silnie motywowani do inwestowania czasu i określonych środków, aby wykazać się zaangażowaniem i troską o swój związek. D. Krok [33] zauważa, iż ten motywacyjny aspekt procesu uświęcania jest wyraźnie zauważalny w obszarze dążeń mających wpływ na dobrostan psychiczny i fizyczny partnerów. Zaangażowanie na rzecz rozwoju związku stanowi bowiem jeden z istotnych aspektów małżeńskiej bliskości, dający małżonkom poczucie przeżywania autentycznej miłości, a w konsekwencji – satysfakcję ze związku [17,23].

W jednych ze swoich badań K. Pargament [34] dowiódł, iż orientacja religijna jako istotny wymiar religijnego systemu znaczeń, stanowiąc generalną dyspozycję dla zastosowania konkretnych środków, pomaga w osiąganiu określonych celów życiowych. Cele, jak podkreśla D. Krok [33], traktować można jako motywacyjne elementy psychiki, będące wewnętrznymi reprezentacjami ludzkich dążeń. Tak rozumiane cele mają istotny wpływ na funkcjonowanie jednostki. Autor stwierdza, iż wielu badaczy jest zgodnych co do tego, że większość celów poprzez fakt odnośnienia ich do sfery *sacrum* może przybierać charakter religijny. W obszarze relacji małżeńskiej religijny system znaczeń nie tylko określa cele małżeńskiego życia, ale także wskazuje na sposoby ich osiągania. W przypadku religii chrześcijańskiej cele te oraz wskazówki do ich realizacji zawarte są w Ewangelii [35]. Ewangeliczny ideał małżeńskiej miłości domaga się od mężczyzny i kobiety gotowości do bezinteresowności, poświęceń, przebaczenia i altruizmu. Zakłada wzajemny szacunek partnerów względem siebie oraz wyznacza taki modus funkcjonowania, który umożliwi im duchowy i osobowościowy wzrost [36]. Realizowanie tego ideału niewątpliwie podnosi jakość relacji małżeńskiej. Domaga się bowiem od partnerów związku permanentnej troski o wzajemną bliskość [17,23,37].

Warto również podkreślić, iż cele – współtworzące strukturę religijnego systemu znaczeń – łączą się ściśle z wartościami [38]. Tym sposobem religia stanowi dla człowieka ważne źródło wartości. Jasno określa, co jest dobre, a co złe, co służy osobie, a co ma na nią destruktywny wpływ. Bez odniesienia do świata wartości trudno o satysfakcjonujące małżeńskie życie. Braun-Gałkowska (21: 20) twierdzi nawet, że „bez przestrzegania podstawowych norm nie może być szczęścia rodzinnego”. Za słusnością tego stwierdzenia przemawiają badania Brudka i Ciuły [29], które wy-

rażnie wskazują na pozytywne związki hierarchii wartości z satysfakcją z małżeństwa w okresie późnej dorosłości.

Wnioski

Wyniki zrealizowanego projektu pozwalają na wyciągnięcie następujących wniosków, ważnych z punktu widzenia psychologicznych (psychoterapeutycznych) oddziaływań pomocowych:

1. Świadcząc pomoc psychologiczną (psychoterapeutyczną) małżonkom w wieku podeszłym, należy szczególną uwagę zwrócić na to, jak oceniają oni swoje życie seksualne. Jeżeli ocena ta ma charakter negatywny, konieczne jest podjęcie starań, aby możliwe było dostrzeżenie oraz wyartykułowanie tego, co w obszarze funkcjonowania seksualnego stanowi największą trudność.
2. Kluczową rolę w pracy z małżonkami w okresie późnej dorosłości powinna odgrywać praca nad bilansem życia (obejmującym również obszar życia małżeńskiego) oraz nad zdolnością przebaczenia doznanych krzywd (także ze strony współmałżonka).
3. Pracując z osobami w podeszłym wieku, należy podejmować działania mające na celu podnoszenie i pielęgnowanie poczucia własnej godności.
4. W psychoterapii osób w okresie późnej dorosłości za ważny element służący podnoszeniu jakości relacji seksualnej należy uznać religijny system znaczeń.
5. Pracując z osobami w podeszłym wieku, w obszarze seksualności warto podejmować działania mające na celu pobudzanie i wspieranie procesu gerotranscendencji. Można to osiągnąć poprzez inspirowanie ich do redefinicji przeszłych doświadczeń, własnego *Ja* oraz relacji z innymi. Przyjęcie takiego kierunku oddziaływań psychologicznych może im pomóc w budowaniu realistycznego obrazu siebie, a w ostateczności w podnoszeniu satysfakcji z życia seksualnego.

Bibliografia

1. Grabowska M. *Seksualność w związkach małżeńskich*. W: Janicka I, Liberska H, red. *Psychologia rodziny*. Warszawa: PWN; 2014: 167–184.
2. Brudek P. *Podmiotowe korelaty satysfakcji z małżeństwa osób w okresie późnej dorosłości* (niepublikowana rozprawa doktorska). Lublin: Katedra Psychologii Klinicznej; 2015.
3. Steuden S. *Psychologia starzenia się i starości*. Warszawa: Wydawnictwo Naukowe PWN; 2011.
4. Tornstam L. Gerotranscendence: a metatheoretical reformulation of the disengagement theory. *Aging: Clinical and Experimental Research* 1989; 1: 55–63.
5. Tornstam L. *Gerotranscendence: A developmental theory of positive aging*. New York: Springer Publishing Company; 2005.

6. Tornstam L. Maturing into gerotranscendence. *The Journal of Transpersonal Psychology* 2011; 43: 166–180.
7. Janicka I. Staż wspólnego życia a satysfakcja seksualna partnerów kohabitujących. *Psychologia Rozwojowa* 2008; 13: 37–48.
8. Janicka I. Stosunki partnerskie w związkach niemałżeńskich. *Przegląd Psychologiczny* 2008; 51: 37–53.
9. Pinney EM, Meg G, Denney NW. The Pinney sexual satisfaction inventory. *Journal of Sex Research* 1987; 23: 233–251.
10. Braun-Gałkowska M. Miłość aktywna: psychiczne uwarunkowania powodzenia małżeństwa. Warszawa: Instytut Wydawniczy PAX; 1985: 18.
11. Janicka I. Satysfakcja seksualna w małżeństwie. *Problemy Rodziny* 1995; 35: 15–18.
12. Paleari FG, Regalia C, Fincham FD. Measuring offence-specific forgiveness in marriage: the Marital Offence-Specific Forgiveness Scale (MOFS). *Psychological Assessment* 2009; 21: 194–209.
13. Brudek P, Steuden S. Polska adaptacja Skali Przebaczenia Małżeńskiego (MOFS) G.F. Paleari, F.D. Finchama, C. Regalii. *Family Forum* 2015; 5: 161–179.
14. Krok D. *Skala Religijnego Systemu Znaczeń*. W: Jarosz M, red. *Psychologiczny pomiar religijności*. Lublin: Towarzystwo Naukowe KUL; 2011: 153–168.
15. Haynes SN, Floyd FJ, Lemsky C, Rogers E, Winemiller D, Heilman N, et al. The Marital Satisfaction Questionnaire For Older Persons. *Psychological Assessment* 1992; 4: 473–482.
16. Bedyńska S, Cypriańska M. *Statystyczny drogowskaz. Praktyczne wprowadzenie do analizy wariacji*. Warszawa: Wydawnictwo Akademickie Sedno; 2013.
17. Plopa M. *Więzi w małżeństwie i rodzinie. Metody badań*. Kraków: Oficyna Wydawnicza „Impuls”; 2007.
18. Paleari FG, Regalia C, Fincham F. Marital quality, forgiveness, empathy, and rumination: A longitudinal analysis. *Personality and Social Psychology Bulletin* 2005; 31: 368–378.
19. Fincham FD, Beach SR, Davila J. Longitudinal relations between forgiveness and conflict resolution in marriage. *Journal of Family Psychology* 2007; 21: 542–545.
20. Fincham FD, Hall J, Beach, SR. Forgiveness in marriage: Current status and future directions. *Family Relations* 2006; 55: 415–427.
21. Braun-Gałkowska M. *Psychologia domowa*. Lublin: Wydawnictwo KUL; 2008.
22. Mellibruda J. *Pułapka nie wybaczonej krzywdy*. Warszawa: Instytut Psychologii Zdrowia TPT; 1999.
23. Rostowski J, Rostowska T. *Małżeństwo i miłość. Kontekst psychologiczny i neuropsychologiczny*. Warszawa: Difin; 2014.
24. Płużek Z. *Refleksje nad godnością człowieka*. W: Janicki K, red. *Stuchaj, módl się i pracuj*. Poznań: Księgarnia Św. Wojciecha; 1989: 296–307.
25. Steuden S. *Rozważania o godności z perspektywy człowieka w okresie starzenia się*. W: Steuden S, Marczuk M, red. *Starzenie się a satysfakcja z życia*. Lublin: Wydawnictwo KUL; 2006: 17–27.
26. Steuden S. *Psychologiczne aspekty dojrzałości do zawarcia małżeństwa*. W: Witaszek G, Podpora R, red. *Wychowanie do życia w rodzinie. Drogi i bezdroża*. Lublin: Redakcja Wydawnictw KUL; 1996: 113–136.

27. Steuden S. *Kryzys małżeństwa i rodziny – wybrane czynniki ryzyka i niepowodzenia*. W: Janeczek S, Bajor W, Maciołek M, red. *Gaudium in litteris: Księga Jubileuszowa ku czci Księdza Arcybiskupa Profesora Stanisława Wielgusa*. Lublin: Wydawnictwo KUL; 2009: 979–996.
28. 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: 53–67.
29. Brudek P, Ciuła G. Hierarchia wartości a satysfakcja ze związku małżeńskiego u osób w okresie późnej dorosłości. *Śląskie Studia Historyczno-Teologiczne* 2013; 46: 368–382.
30. Brudek P. *Kryzys w wartościowaniu a jakość relacji małżeńskiej w okresie późnej dorosłości*. W: Majorczyk M, Deręgowska J, Świątkiewicz J, red. *Oblicza kryzysu współczesnego człowieka*. Poznań: Wydawnictwo WSNHiD; 2012: 101–123.
31. Braun-Gałkowska M. *Psychologiczna analiza systemów rodzinnych osób zadowolonych i niezadowolonych z małżeństwa*. Lublin: Towarzystwo Naukowe KUL; 1992.
32. Mahoney A, Pargament KI, Cole B, Jewell T, Magyar GM. A higher purpose: The sanctification of strivings in a community sample. *International Journal for the Psychology of Religion* 2005; 15: 239–262.
33. Krok D. *Religijność a jakość życia w perspektywie mediatorów psychospołecznych*. Opole: Redakcja Wydawnictw Wydziału Teologicznego Uniwersytetu Opolskiego; 2009.
34. Pargament KI. *The psychology of religion and coping*. New York: Guilford Press; 1997.
35. Wojtyła K. *Miłość i odpowiedzialność*. Lublin: Towarzystwo Naukowe KUL; 2001.
36. Marcol A. *Etyka życia seksualnego*. Opole: Wydział Teologiczny Uniwersytetu Opolskiego; 1998.
37. Wojciszke B. *Psychologia miłości. Intymność – Namiętność – Zobowiązanie*. Gdańsk: GWP; 2009.
38. Park J, Roh S, Yeo Y. Religiosity, social support, and life satisfaction among elderly Korean immigrants. *The Gerontologist* 2012; 52: 641–649.

Adres do korespondencji:

Ks. Paweł Brudek
Katedra Psychologii Klinicznej KUL
Kolegium Jana Pawła II C-452
Al. Racławickie 14, 20-950 Lublin
tel. 81 445 33 40
e-mail: brudekp@gmail.com