

Unikowa strategia radzenia sobie młodzieży w sytuacjach konfliktu społecznego: próba określenia osobowościowych i rodzinnych predyktorów

Danuta Borecka-Biernat*

Instytut Psychologii, Uniwersytet Wrocławski

0000–0003–1401–9821

STRESZCZENIE

Cel

Celem badań było poszukiwanie osobowościowych i rodzinnych predyktorów strategii unikowego radzenia sobie dorastającej młodzieży w sytuacji konfliktu społecznego.

Metoda

Badania przeprowadzono wśród 893 gimnazjalistów. Posłużono się *Skalą samooceny* (SES) Rosenberga w adaptacji Dzwonkowskiej, Lachowicz-Tabaczek i Łaguny, *Kwestionariuszem do badania poczucia kontroli* (KBPK) Krasowicz i Kurzyp-Wojnarskiej, *Kwestionariuszem oceny stresu* (KOS) Włodarczyk i Wrześniewskiego, *Trójczynnikowym inventarzem stanów i cech osobowości* (TISCO) Spielbergera, *Skalą postaw rodzicielskich* (SPR) Płopy, *Kwestionariuszem strategii radzenia sobie rodziców w sytuacji konfliktu społecznego* (KSRwSK) Boreckiej-Biernat, *Kwestionariuszem do badania strategii radzenia sobie młodzieży w sytuacji konfliktu społecznego* (KSMK) Boreckiej-Biernat.

Wyniki

Silne przekonanie młodzieży o wpływie innych na pozytywne i negatywne skutki zdarzeń, spostrzeganie konfliktu społecznego jako wyzwanie i reagowanie na niego gniewem lub lękiem współwystępuje z tendencją do unikowego reagowania na konflikt. Wśród rodzinnych uwarunkowań strategii unikowego radzenia sobie ważne miejsce zajmują nieprzewidywalne postawy wychowawcze rodziców w stosunku do dorastającego dziecka oraz wzór strategii unikowego radzenia sobie rodzica w sytuacji konfliktu społecznego.

* Adres do korespondencji: Danuta Borecka-Biernat, Instytut Psychologii, Wydział Nauk Historycznych i Pedagogicznych, Uniwersytet Wrocławski, ul. Dawida 1, 50–527 Wrocław, e-mail: danuta.borecka-biernat@uwr.edu.pl.

Wnioski

Poznanie przesłanek unikowej strategii radzenia sobie młodego człowieka w wieku dorastania pozwoli wychowawcy na lepsze zrozumienie jego zachowania w sytuacji konfliktu społecznego i spojrzenie na przyczyny tego zachowania z jego perspektywy. Zrozumienie determinant takiego zachowania jest konieczne przy opracowaniu strategii wychowawczych, kreujących jednostkę radzącą sobie w sposób dojrzały z konfliktem.

Słowa kluczowe: młodzież, osobowość, rodzina, strategia unikowego radzenia sobie, sytuacja konfliktu społecznego

WPROWADZENIE

Dorośli zazwyczaj nie doceniają, z jak wieloma trudnymi sytuacjami muszą się zmierzyć młodzi ludzie. W życiu nastolatków szczególnie częste są trudne sytuacje społeczne, zawierające element zagrożenia realizacji dążeń czy osiągnięcia celu (zaspokojenia potrzeb). Dorastanie jest okresem, w którym młodzież przeżywa różne, często ze sobą sprzeczne dążenia i musi radzić sobie z kierowanymi wobec niej niespójnymi oczekiwaniami społecznymi. Każdego dnia młodzi ludzie stoją wobec konieczności rozwiązania różnorodnych problemów dotyczących szkoły, rówieśników i domu rodzinnego. Dotychczasowe rezultaty badań wskazują, że dorastająca młodzież za źródło silnego pobudzenia emocjonalnego o negatywnym zabarwieniu uznaje konflikty interpersonalne, do których zalicza konflikt z nauczycielem, sprzeczki z kolegami ze szkoły i z sympatią oraz kłótnie z jednym lub obojgiem rodziców i innymi członkami rodziny (Gurba, 2020; Polak, 2010; Riesch i in., 2000).

Sytuacja konfliktu z drugim człowiekiem stanowi jedną z podstawowych sytuacji społecznych w życiu każdego człowieka. Słowo *konflikt* wywodzi się z łacińskiego *confligere*, *conflictatio*, oznaczającego wpadnięcie na siebie, spór, dyskusję, walkę lub zderzenie dwu czy więcej procesów, sił właściwym istotom żywym. W kontekście stosunków interpersonalnych sytuacja konfliktowa prezentuje pewien rodzaj interakcji pomiędzy partnerami, w której wyraźnie uświadamiają sobie dzielące ich różnice interesów, potrzeb czy dążeń do celów (Bala-wajder, 2010).

Sytuacja konfliktu społecznego, zaliczana do kategorii trudnych sytuacji interakcji społecznych, towarzyszy człowiekowi we wszystkich okresach jego życia. Od chwili narodzin każdy człowiek musi uczyć się radzić sobie z trudnościami i wyzwaniem, które przed nim stoją. Sytuacja trudna pobudza go do aktywności ukierunkowanej na odzyskanie równowagi pomiędzy wymaganiami a możliwości realizacyjnymi podmiotu i/lub poprawę stanu emocjonalnego. Aktywność, którą on podejmuje w trudnej sytuacji, rozpatruje się w konkretnym kontekście sytuacyjnym jako strategię radzenia sobie w aktualnej sytuacji trudnej (Heszen-Niejodek, 2000). Umiejętność radzenia sobie w sytuacji konfliktu społecznego może przybrać m.in. formę strategii działań destruktywnych (Borecka-Biernat i in., 2019; Krok, 2007; Rostowska, 2001; Williams, McGillicuddy-De Lisi, 2000). Strategia destruktywna nastawiona jest na obniżenie przykrego napięcia

emocjonalnego i/lub osiągnięcie dobrego samopoczucia. Dzieje się to m.in. zarówno przez unikanie konfrontacji z sytuacją konfliktu społecznego, ucieczkę, wycofanie się z tej sytuacji, niekontaktowania się z nią, wystrzegania się myślenia i przeżywania tej sytuacji poprzez lekceważenie i ignorowanie problemu, angażowanie się w czynności zastępcze angażujące uwagę i odwracające uwagę jednostki od sytuacji konfliktu (myślenie o sprawach przyjemnych, marzenia, słuchanie muzyki, uprawianie sportu, gra na komputerze, surfowanie po Internecie, spacer, sen), jak i poszukiwanie kontaktu z innymi ludźmi.

Osobowościowe uwarunkowania strategii unikowego radzenia sobie młodzieży w sytuacji konfliktu społecznego

Jak już wspomniano, z sytuacją konfliktu społecznego wiąże się problematyka unikowej strategii radzenia sobie w konkretnym kontekście sytuacyjnym, mająca na celu uniknięcie lub zminimalizowanie napięć, strat, niekorzystnych skutków. Należałoby postawić pytanie, dlaczego młodzież w sytuacjach konfliktu społecznego wybiera strategię w postaci unikowego reagowania na trudności? Zdaniem Tyszkowej (1986) w psychologicznym mechanizmie zachowania się człowieka w sytuacjach trudnych szczególną rolę odgrywają schematy poznawcze osobowości, tj. obraz świata (struktura „świat”) i obraz własnej osoby (struktura „ja”). Poznawcze struktury osobowości stanowią pryzmat lub sita selekcyjne, przez które osobowość dokonuje selekcji informacji płynącej z zewnątrz. To, jak człowiek ujmuje świat, jakie są jego postawy i oczekiwania w stosunku do samego siebie, do innych ludzi do zadań i rezultatów własnej aktywności, określa sposób poznawczego i emocjonalnego percypowania i interpretowania sytuacji trudnej, co zwrótnie wpływa na zachowanie się w tej sytuacji.

Informacje dotyczące własnej osoby, cechy składające się na wiedzę o samym sobie stanowią przesłankę do oceny własnych możliwości w sytuacjach trudnych (Leśniak, 2003). Samoocena jest nierozzerwalnie związana z pojęciem o sobie samym, stanowi oceniająco-wartościujący komponent systemu wiedzy o własnym „ja”. Wyrażana jest przez mniej lub bardziej krytyczny stosunek do własnej osoby, a istotne znaczenie w jej określeniu ma poziom (Szpitlak, Polczyk, 2015). Jako centralny mechanizm osobowości stanowi czynnik o specjalnej doniosłości dla zachowania się człowieka. Wpływ samooceny uwidacznia się w funkcjonowaniu jednostki w sytuacjach trudnych (Tyszkowa, 1986; Borecka-Biernat, 2006). W przypadku niskiej samooceny zauważa się skłonność do rezygnowania z osiągnięcia celu czynności, powstrzymywanie się od działań i wycofywanie się ze społecznej interakcji. Człowiek, który ocenia siebie nisko, ma tendencję do przeceniania trudności i gotów jest raczej się im poddać niż zmagać z nimi. Brak wiary we własne siły, brak stanowczości i pewności siebie, skłonność do rezygnacji z działania pod wpływem niepowodzeń utrudniają osobom o niskiej samoocenie pokonywanie napięć, uniemożliwiają rozwiązywanie sytuacji konfliktowych (Wosińska, 2004; Kobosko, 2013).

Poszczególne osoby stosują określone, sobie właściwe sposoby radzenia w trudnych sytuacjach, w dużym stopniu wyznaczone przez cechy ich osobowości.

Tyszkowa (1986) zwraca uwagę na mechanizmy kontroli, odnosząc ich działanie do kontroli nad sytuacją. Poczucie umiejscowienia kontroli oznacza stopień, w jakim ludzie spostrzegają wyniki swoich działań jako zdeterminowane przez nich samych lub przeciwnie – przez przypadek albo okoliczności zewnętrzne (Rotter, 1966; Wosińska, 2004). Zatem poczucie umiejscowienia kontroli jako wymiar osobowości jest określone przez subiektywne przeświadczenie o zewnętrznej lub wewnętrznej kontroli rezultatów działania. Badania przeprowadzone m.in. przez Adesina (2012), Borecką-Biernat i in. (2019), Hisli Sahin i in. (2009), Kurtka (2005), Talik (2010) wykazały, że poczucie umiejscowienia kontroli jest ważnym indywidualnym czynnikiem modyfikującym funkcjonowanie człowieka w trudnych sytuacjach, określającym stosowane strategie radzenia sobie z problemami. Osoby przekonane, że ich postępowanie nie ma dużego wpływu na to, co osiągają, a wynik swojego działania postrzegają jako pozostający poza kontrolą, w konfrontacjach stresowych ocenianych jako niepoddających się osobistej kontroli korzystają z dystansowania się czy ucieczkowo-unikowych strategii zaradczych. W sytuacjach trudnych są skłonne do nadmiernego pesymizmu („i tak się nie da nic zrobić”), uzasadniającego postawę bierności, izolacji w trudnych sytuacjach interpersonalnych lub zbytniego optymizmu („wszystko dobrze się ułoży”), tłumaczącego brak własnej inicjatywy, brak aktywności twórczej, co skutkuje podejmowaniem stereotypowych, unikowych działań. Oznacza to, że w sytuacjach niekontrolowanych, których nie można zmienić, aktywność jednostki ukierunkowana zostaje na ucieczkę od problemu, bez podejmowania próby jego rozwiązania.

Funkcjonowanie człowieka w sytuacji trudnej zależy w dużej mierze od przeprowadzenia przez niego oceny położenia, w jakim się znalazł (Lazarus, 1986). Dokonuje on stałej oceny informacji napływających z otoczenia pod względem ich związku z własnym działaniem i ich znaczenia. Szczególna rola oceny poznawczej zaznacza się podczas trudnych sytuacji, które zakłócają dotychczasowy tok czynności, zagrażają człowiekowi, utrudniają bądź uniemożliwiają mu realizację potrzeb. Ze względu na istotne dla człowieka cele lub realizowane przez niego wartości systemu przekonań i poczucie dobrostanu zdarzenie stresowe może zostać ocenione jako zagrożenie, krzywda/strata i wyzwanie (Lazarus, Folkman, 1984; Włodarczyk, Wrześniewski, 2005). Indywidualna ocena danej sytuacji trudnej wpływa na decyzje jednostki dotyczące możliwości podjęcia działania, usuwającego przyczyny sytuacji trudnej lub przynajmniej łagodzącej jej skutki, określanego jako strategia zaradcza (Heszen-Niejodek, 2002). Rezultaty badań Antonini (1998) wykazały, że strategia unikowa jest preferowana w sytuacji, gdy zainteresowanie własnymi zyskami oraz zyskami partnera w konflikcie jest niewielkie, a także gdy koszty czy ryzyko angażowania się w konflikt są duże, a możliwe zyski niewystarczające. Tłumaczy to niejako uzyskane związki tej strategii z oceną sytuacji jako zagrożenia, gdy ryzyko jest duże, lub jako krzywdy/straty, gdy już nie ma nic do zdobycia. Także Anshel i Wells (2000) oraz Mikulincer i Victor (1995) na podstawie badań ustalili, że ocena sytuacji jako zagrożenie inicjuje strategię unikową polegającą na wypieraniu i zaprzeczaniu informacjom o wydarzeniu stresowym, a także chronieniu się przed takimi informacjami przez angażowanie się w inne bezstresowe

formy aktywności. Z kolei badania przeprowadzone przez Abdullaha i in. (2018) oraz Didymusa i Fletchera (2014) wykazały, iż ocena sytuacji w kategorii krzywda/strata może prowadzić do stosowania sposobów radzenia sobie skoncentrowanych na unikaniu.

Wskutek oceny sytuacji trudnej w kategoriach rozbieżności między dążeniami i celami aktywności jednostki a możliwościami ich realizacji w danym układzie sytuacyjnym powstają emocje negatywne (Humphrey, 2006; Lazarus, Folkman, 1984). Mogą one inicjować aktywność eksploracyjną, niekiedy ich wzrost wymyka się spod kontroli jednostki, prowadząc do dezorganizacji zachowania. Emocje negatywne pełnią funkcję czynnika motywującego podmiot do podjęcia działań skierowanych na poradzenie sobie z zdarzeniami, które je wywołały (Frijda, 2002; Heszen-Niejodek, 2002). Wyniki badań Boreckiej-Biernat i in. (2019), Domińskiej-Werbel (2014), Larssona i in. (2000), Sikorskiego (2015) wykazały, że emocje w sekwencji: niepokój–lęk–strach zwykle prowadzą do wycofania się, ucieczki i oddalenia się od obiektu wyzwającego daną emocję. Młody człowiek, broniąc się przed lękiem, stosuje mniej lub bardziej świadomie takie sposoby radzenia sobie z nimi, jak wycofanie się z sytuacji lękowej, „zagłuszanie” lęku przez ciągłe wynajdowanie sobie przeróżnych zajęć (sen, jedzenie, chodzenie po sklepach), poszukiwanie towarzystwa innych osób (spotkanie z przyjaciółmi, przebywanie z ludźmi), próby niemyślenia o problemie, ucieczka w świat fantazji i marzeń, zaopatrywanie się w przedmioty przynoszące szczęście, np. talizmany, czy sięganie po używki i leki uspakajające.

Rodzinne uwarunkowania strategii unikowego radzenia sobie młodzieży w sytuacji konfliktu społecznego

Nawyki radzenia sobie z trudnościami dziecko przyswaja w procesie rozwoju w określonych warunkach wychowawczych. Jeśli chodzi o dom rodzinny, to warunki te są wyznaczone w znacznej mierze przez postawy wychowawcze (Tyszkowa, 1986). Dzieci mają więc różne okoliczności i możliwości kształtowania zarówno korzystnych, jak i niekorzystnych nawyków zachowania wobec trudności, stwarzanych przez rodziców o różnych postawach wychowawczych. W literaturze przedmiotu znajdujemy dane świadczące o tym, że unikowe formy reagowania na trudne sytuacje interakcji społecznych są konsekwencją nieprawidłowych postaw rodzicielskich (Borecka-Biernat i in., 2018; Januszewska, 2001; Minda, 2019). Sprowadzają się one do: nadmiernego dystansu uczuciowego (postawa unikania, odtrącania dziecka) przejawiającego się w niechęci rodziców wobec dziecka, lekceważeniu jego potrzeb; postawy nadmiernie wymagającej, której objawem osiowym jest „naginanie” dziecka do ideału funkcjonującego w wyobrazeniach rodziców i nieliczenie się z jego możliwościami rozwojowymi. Zatem osoby w okresie dorastania, mające takie doświadczenia rodzinne, reagują unikowo na społeczne sytuacje trudne, do których zalicza się konflikt.

Warto zauważyć, że oddziaływanie wychowawcze rodziny jest realizowane za pośrednictwem świadomej działalności, ale również nieświadomie – przez rodzinne wzory zachowań. Rodzina stanowi bogate źródło wzorów zachowań

w różnych sytuacjach. Główne wzory sposobów reagowania na trudności i napięcie emocjonalne dziecko znajduje w zachowaniu się rodziców w sytuacjach trudności i napięć emocjonalnych (Bandura, 2007; Tyszkowa, 1986). W większości rodzin zachodzi całkowite lub częściowe podobieństwo w ramach stosowanych sposobów radzenia sobie w sytuacjach trudnych, co jest przejawem transmisji międzypokoleniowej (Rostowska, 1997). Wpływ rodziców pełniących, najczęściej nieświadomie, rolę modeli nie zawsze bywa dla dziecka pozytywny. Wynikiem wzorowania na rodzicach są formy reagowania na sytuacje trudne skoncentrowane na rezygnacji z realizacji dążenia do własnych celów pod wpływem trudności w działaniu i na wycofaniu się z sytuacji trudnej. Dziecko, obserwując rodziców mających trudności w interakcjach społecznych, zwłaszcza gdy są przedmiotem identyfikacji, zaczyna wzorować się na nich. Badania Zimbardo (2011) wskazują, że tendencja do wycofania się i unikania społecznych interakcji oraz niepowodzeń we właściwym uczestniczeniu w tych interakcjach u osób dorastających jest wyuczoną formą zachowania, nabytą w toku obserwacji i częstszych kontaktów z osobami z najbliższego otoczenia, przejawiającymi takie właśnie zachowanie, tj. w wyniku oddziaływania modeli, najczęściej rodziców. Istnieją zatem podstawy, by sądzić, iż rodzina jest miejscem, gdzie zachodzi społeczne uczenie się unikowego sposobu reagowania w odpowiedzi na trudne sytuacje zawierające element zagrożenia realizacji dążeń czy osiągnięcia celu przez modelowanie.

Problem badawczy

Badania empiryczne skupiono wokół osobowościowych i rodzinnych uwarunkowań strategii unikowego radzenia sobie młodzieży w sytuacji konfliktu społecznego, ze szczególnym zwróceniem uwagi na rolę poziomu samooceny, poczucia umiejscowienia kontroli, rodzaju oceny poznawczej sytuacji konfliktu społecznego, poziomu i treści emocji oraz wychowawczych postaw rodzicielskich i modelu strategii radzenia sobie rodziców w sytuacji konfliktu społecznego. Badania uwzględniały płeć rodziców i dorastającej młodzieży. Zmierzały one do odpowiedzi na następujące pytanie badawcze:

1. Jaki zespół zmiennych osobowościowych i rodzinnych ma związek z tym, że w trakcie sytuacji konfliktu społecznego nasila się stosowanie unikowej strategii radzenia sobie wśród dziewcząt i chłopców?

Tak sformułowane pytanie badawcze pozwala na postawienie następującej hipotezy, do której weryfikacji posłuży analiza wyników przeprowadzonych badań empirycznych:

H.1: Dziewczęta i chłopcy o niskim poziomie samooceny, zewnętrznym poczuciu kontroli, z oceną sytuacji konfliktu jako zagrożenie lub krzywda/strata i wysokim poziomem emocji negatywnych oraz z percepcją wychowawczych postaw rodzicielskich jako nieprawidłowych (nadmierny dystans uczuciowy, nadmierne wymagania) i prezentowaną w sytuacji konfliktu społecznego unikową strategią radzenia sobie przez jej rodziców (jednego lub obojga) częściej podejmuje unikową strategię radzenia sobie w sytuacji konfliktu społecznego.

METODA

Osoby badane i przebieg badań

Przebadano grupę 468 dziewcząt i 425 chłopców w wieku 13–15 lat. Badani byli uczniami pierwszych, drugich i trzecich klas gimnazjalnych. Zastosowano losowy wybór szkół, jednak nie wszystkie wybrane szkoły wyraziły zgodę na przeprowadzenie w nich badań, dlatego w kilku przypadkach zwrócono się do arbitralnie wybranych szkół, z którymi taka współpraca była możliwa. Badania miały charakter grupowy, a przeprowadzono je na terenie szkół. Wszystkim badanym zapewniono dobrowolność udziału w badaniach i anonimowość, zaś badania zostały przeprowadzone zgodnie z zasadami psychologicznych badań naukowych.

Narzędzia badawcze

W badaniach zastosowano następujące metody:

- *Skala samooceny* (SES) Rosenberga w adaptacji Dzwonkowskiej, Lachowicz-Tabaczek i Łaguny (2007) daje możliwość obliczenia poziomu ogólnej (globalnej) samooceny zarówno u młodzieży, jak i osób dorosłych. SES składa się z 10 diagnostycznych twierdzeń opisowych dotyczących własnej osoby, za pomocą których badany dokonuje opisu samooceny swojego „ja”. Wysoki wynik oznacza wysoki poziom ogólnej (globalnej) samooceny. Skala charakteryzuje się dobrą rzetelnością (współczynnik zgodności wewnętrznej α Cronbacha wynosi 0,81–0,83) i trafnością diagnostyczną.
- *Kwestionariusz do badania poczucia kontroli* (KBPK) autorstwa Krasowicz i Kurzyp-Wojnarskiej (1990) składa się z 46 pytań z wymuszonym wyborem; 36 z nich to pozycje diagnostyczne, a pozostałe 10 to pytania buforowe. Pytania diagnostyczne dotyczą prostych sytuacji z życia młodzieży szkolnej, tworzą dwie skale: Skalę sukcesów (S) i Skalę porażek (P). Pytania dotyczące zdarzeń pomyślnych tworzą Skalę sukcesów (S), a pytania dotyczące zdarzeń niepomyślnych – Skalę porażek (P). Suma wyników uzyskanych w skalach sukcesów i porażek tworzy wskaźnik zgeneralizowanego poczucia kontroli (S + P). Niskie wyniki w kwestionariuszu KBPK wskazują na poczucie zewnętrznej kontroli następstw zdarzeń, a wysokie – na poczucie wewnętrznej kontroli następstw zdarzeń. Kwestionariusz charakteryzuje się zadawalającą rzetelnością (współczynnik zgodności wewnętrznej KR-20 dla skali S wynosi 0,54, a dla skali P wynosi 0,69) i trafnością kryterialną.
- *Kwestionariusz oceny stresu* (KOS) autorstwa Włodarczyk i Wrześniewskiego (2010) zawiera 35 (w tym 23 diagnostycznych) przymiotnikowych określeń oceniających sytuacje stresowe. Składa się z dwóch wersji, które obejmują te same zestawy przymiotnikowych określeń, a różnią się instrukcją podawaną osobom badanym. W wersji A (pomiar sytuacyjnej

oceny stresu) osoby badane proszone są o wskazanie konkretnej sytuacji trudnej, która nastąpiła w ciągu ostatniego tygodnia (w opisanym badaniu była to sytuacja konfliktu społecznego). Wersja B (pomiar dyspozycyjnej oceny stresu) zawiera instrukcję, w której osoby badane proszone są o zaznaczenie, w jakim stopniu podane przymiotniki są zgodne z tym, czego najczęściej doświadczają w sytuacjach trudnych (w opisywanym badaniu były to sytuacje konfliktu społecznego). KOS składa się z sześciu podskal, będących wskaźnikami poszczególnych rodzajów oceny stresu. Są to: zagrożenie-*stan*, zagrożenie-*cecha*, krzywda/*strata-*stan**, krzywda/*strata-*cecha**, wyzwanie-*stan* i wyzwanie-*cecha*. Podskale „zagrożenia” zawierają 10 pozycji, podskale „wyzwanie” – 6 pozycji, a „krzywda/*strata*” – 4 pozycje. Kwestionariusz charakteryzuje się zadawalającą rzetelnością (współczynniki zgodności wewnętrznej α Cronbacha dla wersji A wynosi 0,76–0,90, a dla wersji B – 0,79–0,90) oraz trafnością czynnikową i trafnością kryterialną.

- *Trójczynnikiowy inwentarz stanów i cech osobowości (TISCO)* jest polską wersją amerykańskiego testu *Saint-Trait Personality Inventory (STPI)* opracowanego przez zespół Spielbergera (por. Wrześniewski, 1991). TISCO składa się z dwóch niezależnych części. Część pierwsza (SPI) jest przeznaczona do pomiaru lęku, gniewu i ciekawości, traktowanych jako stany emocjonalne, odczuwane w danym momencie. Części drugiej (TPI) używa się do badania tych samych emocji, traktowanych jako cechy osobowości. Tak więc test zawiera 6 skal: lęk jako stan i lęk jako cecha, gniew jako stan i gniew jako cecha oraz ciekawość jako stan i ciekawość jako cecha. Każda z skal składa się z 10 krótkich, prostych stwierdzeń, odnoszących się do subiektywnych odczuć jednostki. Rzetelność polskiej wersji Inwentarza TISCO jest zbliżona do oryginalnej wersji STPI i współczynniki zgodności wewnętrznej α Cronbacha wynoszą od 0,82 do 0,92 dla części pierwszej (SPI), dla części drugiej zaś (TPI) od 0,68 do 0,88 w zależności od próby. Trafność TISCO sprawdzono w dwóch zakresach: trafności teoretycznej i trafności diagnostycznej. Wyniki dotyczące trafności TISCO są zadawalające i zbliżone do oryginalnej wersji STPI.
- *Skala postaw rodzicielskich (SPR)* (Plopa, 2015) służy do badania postaw rodzicielskich w percepcji dzieci, obejmuje 75 stwierdzeń w wersji dla matki i w wersji dla ojca. Badany, ustosunkowując się do każdego stwierdzenia, wybiera jedną z czterech możliwych odpowiedzi: *prawdziwe, raczej prawdziwe, trudno mi ocenić, raczej nieprawdziwe i nieprawdziwe*, przypisując im odpowiednio punkty: 5, 4, 3, 2 lub 1. Kwestionariusz składa się z 5 skal, każda zaś zawiera po 15 stwierdzeń. Są to: Postawa akceptacji-odrzućenia (I), Postawa autonomii (II), Postawa ochraniająca (III), Postawa wymagająca (IV), Postawa niekonsekwentna (V). Kwestionariusz SPR jest narzędziem wystandaryzowanym. Współczynniki rzetelności wynoszą od 0,81 do 0,92 dla wersji „Moja matka” i od 0,79 do 0,91 dla wersji „Mój ojciec”. Stwierdzono dużą trafność teoretyczną tego narzędzia na podstawie metody badania wewnętrznej struktury testu i metody badania różnic międzygrupowych oraz trafność kryterialną.

- *Kwestionariusz strategii radzenia sobie rodziców w sytuacji konfliktu społecznego* (KSRwSK) Boreckiej-Biernat (2013) składa się z dwóch wersji: „Moja matka” i „Mój ojciec”. Przeznaczony jest do badania strategii radzenia sobie rodziców w sytuacji konfliktu społecznego, przy czym zachowania te poznawane są w percepcji ich dorastających dzieci. Narzędzie posiada opisy 16 sytuacji konfliktu społecznego w wersji „Moja matka” i taką samą liczbę opisów w wersji „Mój ojciec”. Do każdej sytuacji podano cztery zachowania, wyrażające radzenie sobie rodziców w sytuacji konfliktu społecznego w percepcji ich dziecka: pierwsze odnosi się do agresywnego radzenia („A”), drugie do unikowego radzenia („U”), trzecie do uległego radzenia („UI”), a czwarte do zadaniowego radzenia sobie w sytuacji konfliktu społecznego („Z”). Wyniki uzyskuje się dla każdej skali oddzielnie, poprzez sumowanie zaznaczonych zachowań w 16 sytuacjach należących do danej skali. Na potrzeby badań własnych wykorzystano *Skalę („U”) unikowego radzenia sobie matki/ojca w sytuacji konfliktu społecznego*. Kwestionariusz w wersji „Moja matka” i „Mój ojciec” charakteryzuje się dobrą rzetelnością (współczynnik zgodności wewnętrznej α Cronbacha wynosi około bądź powyżej 0,70) i trafnością diagnostyczną.
- *Kwestionariusz do badania strategii radzenia sobie młodzieży w sytuacji konfliktu społecznego* (KSMK) opracowany przez Borecką-Biernat (2012) przeznaczony jest do badania strategii radzenia sobie w sytuacji konfliktu społecznego podejmowanej przez młodzież w wieku dorastania. Składa się z opisu 33 sytuacji konfliktu społecznego. Do każdej podano 4 zachowania wyrażające radzenie sobie z sytuacją konfliktu społecznego – pierwsze odnosi się do agresywnego radzenia („A”), drugie do unikowego radzenia („U”), trzecie do uległego radzenia („UI”), a czwarte do zadaniowego radzenia sobie w sytuacji konfliktu społecznego („Z”). Wyniki uzyskuje się dla każdej skali oddzielnie poprzez sumowanie zaznaczonych zachowań w 33 sytuacjach należących do danej skali. Na potrzeby badań własnych wykorzystano *Skalę („U”) unikowego radzenia sobie młodzieży w sytuacji konfliktu społecznego*. Kwestionariusz charakteryzuje się dobrą rzetelnością (współczynnik zgodności wewnętrznej α Cronbacha wynosi około bądź powyżej 0,70) i trafnością diagnostyczną.

WYNIKI

Ze względu na dużą liczbę zmiennych wyjaśniających zdecydowano się na wykorzystanie regresji w wariacie hierarchicznym z wykorzystaniem metody eliminacji wstecznej (kryterium: prawdopodobieństwo F – usunięcia $\geq 0,100$). Metoda polega na wprowadzeniu do modelu wszystkich potencjalnych predyktorów, a następnie sukcesywnym usuwaniu nieistotnych zmiennych, po którym następuje ponowne przeliczenie modelu, aż do uzyskania ostatecznej postaci (Bedyńska, Książek, 2012). Przeprowadzono odrębne analizy regresji dla grup wydzielonych ze względu na płeć. Wyniki przedstawiono w tabeli 1.

Tabela 1

Krokowa regresja wielokrotna dla wyniku skali Unik („U”) KSMK względem skal kwestionariusza: SES, KBPK, KOS, TISCO, SPR i SRwSK w wersji „Moja matka” i „Mój ojciec”: dla dziewcząt (N = 468) i chłopców (N = 425)

Osoby badane	Zmienna	β	<i>b</i>	SE	<i>t</i>	<i>p</i> <
Dziewczęta	LOC (S + P)	-0,17	-0,10	0,03	-3,84	< 0,001
	P. wymagająca matki	0,15	0,04	0,01	3,60	< 0,001
	P. ochraniająca ojca	-0,14	-0,04	0,02	-3,19	0,002
	„U” matki	0,30	0,57	0,08	6,82	< 0,001
	W. wolny		5,49	1,05	5,25	< 0,001
Współczynnik korelacji wielokrotnej: $R = 0,44$						
Współczynnik wielokrotnej determinacji: $R^2 = 0,19$						
Istotność równania: $F(4,463) = 27,26; p < 0,001$						
Błąd std. estymacji: 3,08						
Chłopcy	LOC (S + P)	-0,27	-0,17	0,03	-5,80	< 0,001
	Wyzwanie-cecha	0,12	0,11	0,04	2,87	0,004
	Gniew-cecha	0,10	0,06	0,03	2,10	0,04
	Lęk-stan	0,12	0,14	0,05	2,71	0,007
	Ciekawość-cecha	-0,11	-0,08	0,03	-2,48	0,01
	P. wymagająca ojca	-0,15	-0,04	0,02	-2,11	0,04
	P. niekonsekwentna ojca	0,17	0,05	0,02	2,40	0,02
	„U” matki	0,24	0,43	0,08	5,52	< 0,001
	W. wolny		4,16	1,64	2,53	0,01
Współczynnik korelacji wielokrotnej: $R = 0,53$						
Współczynnik wielokrotnej determinacji: $R^2 = 0,28$						
Istotność równania: $F(8,416) = 20,10; p < 0,001$						
Błąd std. estymacji: 3,03						

LOC (S + P) – zgeneralizowane poczucie umiejscowienia kontroli, „U” – strategia unikowania w sytuacji konfliktu społecznego, P. – postawa wychowawcza

Źródło: opracowanie własne.

Spośród 32 zmiennych osobowościowych i rodzinnych w równaniu regresyjnym istotny wpływ na strategię unikowego radzenia sobie dziewcząt w sytuacji konfliktu społecznego ma: zgeneralizowane poczucie umiejscowienia kontroli, postawa wymagająca matki, postawa ochraniająca ojca i strategia unikowego radzenia sobie matki w sytuacji konfliktu społecznego. Współczynnik determinacji nie jest wysoki ($R^2 = 0,19$), co oznacza, iż jedynie 19% zmienności unikowego sposobu radzenia sobie dziewcząt w sytuacji konfliktu społecznego zostało wyjaśnione oddziaływaniem przyjętego zespołu zmiennych niezależnych [$F(4,463) = 27,26; p < 0,001$]. Pozostałe zmienne niezależne uwzględnione w badaniu okazały się nieistotnymi wyznacznikami strategii unikowego radzenia sobie w sytuacji konfliktu społecznego w grupie dziewcząt. Wartości Beta wskazują, że im silniejsze zgeneralizowane przekonanie o zewnętrznym poczuciu kontroli, wyższy poziom postawy wymagającej matki, niższy poziom w kierunku pożądanym postawy

ochraniającej ojca i wyższy poziom strategii unikowego radzenia sobie matki w sytuacji konfliktu społecznego, tym wyższy poziom strategii unikowego radzenia sobie dziewcząt w sytuacji konfliktu społecznego.

Jaki zespół zmiennych osobowościowych i rodzinnych okaże się istotny dla chłopców? Na to pytanie odpowiadają wyniki kolejnej analizy regresji przedstawione w tabeli 1. Wyniki wskazują, że istotny wpływ na strategię unikowego radzenia sobie chłopców w sytuacji konfliktu społecznego ma: zgeneralizowane poczucie umiejscowienia kontroli, dyspozycyjna ocena konfliktu społecznego jako wyzwanie, gniew ujmowany jako cecha osobowości, lęk ujmowany jako stan emocjonalny i ciekawość ujmowana jako cecha osobowości oraz postawa wymagająca ojca, postawa niekonsekwentna ojca i strategia unikowego radzenia sobie matki w sytuacji konfliktu społecznego. Współczynnik determinacji $R^2 = 0,28$ i wskazuje, że 28% zmiennej zależnej, jaką jest strategia unikowego radzenia sobie w sytuacji konfliktu społecznego u chłopców, jest wyjaśniona przez te zmienne [$F(8,416) = 20,10; p < 0,001$]. Wartości Beta świadczą, że im silniejsze zgeneralizowane przekonanie o zewnętrznym poczuciu kontroli, wyższy poziom dyspozycyjnej oceny sytuacji konfliktu społecznego jako wyzwanie, wyższy poziom wyuczonej dyspozycji behawioralnej do reagowania gniewem, wyższy poziom lęku rozumiany jako chwilowy stan emocjonalny przeżywany w związku z konfliktem i niższy poziom wyuczonej dyspozycji behawioralnej do reagowania ciekawością oraz niższy poziom w kierunku pożądanym postawy wymagającej ojca, wyższy poziom postawy niekonsekwentnej ojca i wyższy poziom strategii unikowego radzenia sobie matki w sytuacji konfliktu społecznego, tym wyższy poziom strategii unikowego radzenia sobie chłopców w sytuacji konfliktu społecznego.

W świetle dokonanej weryfikacji statystycznej można stwierdzić, że uzyskane wyniki pozwoliły częściowo zweryfikować słuszność przedstawionej w części metodologicznej hipotezę H.1.

DYSKUSJA

Poczucie umiejscowienia kontroli jest istotną zmienną modyfikującą funkcjonowanie młodego człowieka w sytuacji konfliktu społecznego. Przeprowadzone badania wykazały „przesuwanie się” zgeneralizowanego (ogólnego) poczucia umiejscowienia kontroli w kierunku zewnętrznym u dziewcząt i chłopców stosujących strategię uniku w radzeniu sobie w sytuacji konfliktu społecznego, polegającą na angażowaniu się w czynności zastępcze lub poszukiwaniu kontaktów towarzyskich. Młodzież dorastająca nie wierzy w to, że dobre i pożądane zdarzenia, które ją spotykają, są jej zasługą. Przypisuje je raczej pomyślnym splotom wydarzeń lub przychylności innych ludzi. Spychanie odpowiedzialności za własne sukcesy do sfery przypadku czy szczęścia może powodować u młodzieży brak chęci do kierowania swoim losem, bierność. Tendencja do ogólnego poczucia kontroli zewnętrznej u młodzieży stosującej strategię uniku w sytuacji konfliktu społecznego przejawia się też w sytuacjach porażek. Nie potrafi ona wziąć odpowiedzialność za porażki, których przyczynę widzi w czynnikach zewnętrznych, na które

i tak nie ma wpływu, np. złym losie czy złośliwości innych ludzi. Brak poczucia odpowiedzialności za niepowodzenia sprawia, że nie występuje u niej motywacja do podejmowania prób zmiany swego losu, „bo co ma być, to i tak będzie”. Ale nie tylko. Próbuje pogodzić się z losem i najczęściej zajmuje się innymi zajęciami w celu odwrócenia uwagi od istniejącego problemu (Hisli Sahin i in., 2009; Taylor, 2010).

Istotnym czynnikiem determinującym wybór postępowania w konflikcie jest sposób jego postrzegania. W badaniach stwierdzono, że chłopcy wykorzystujący strategię unikowego radzenia sobie w sytuacji konfliktu społecznego charakteryzują się wyższą dyspozycyjną oceną konfliktu społecznego w kategorii wyzwanie. Zarysowująca się tendencja nie wydaje się zgodna z wynikami uzyskanymi przez Abdullaha i in. (2018), Anshela i Wellsa (2000) oraz Didymusa i Fletchera (2014). Unikanie konfrontacji z konfliktem jest wyrazem obrony własnej osoby przed sytuacją zagrożenia bądź zaistniałą szkodą w postaci utraty wartości materialnych lub osobistych (Heszen-Niejodek, 2002). Oznacza to, że interesującym i jednocześnie trudnym do wyjaśnienia wynikiem badań jest wyższe nasilenie dyspozycyjnej oceny konfliktu społecznego w kategorii wyzwanie związane ze strategią unikowego radzenia sobie młodego człowieka w sytuacji konfliktu społecznego. Możliwym wyjaśnieniem staje się fakt wzajemnych konfiguracji predyktorów strategii unikowego radzenia sobie adolescenta w sytuacji konfliktu społecznego, gdzie duża liczba niekorzystnych wymiarów dla podejmowania aktywności przez adolescenta może sugerować przeważająca ich siłę wobec posiadanej dyspozycji – wyzwanie. Zatem zewnętrzne poczucie umiejscowienia kontroli w połączeniu z wyższym poziomem emocji negatywnych i niższym poczuciem emocji pozytywnych, nieprawidłowymi postawami wychowawczymi rodziców oraz używaną przez rodziców unikową strategią radzenia w sytuacji konfliktu społecznego może przyczyniać się do zaniechania działań mimo spostrzeganych w sobie predyspozycji do podejmowania wyzwań.

Nieumiejętność rozgrywania sytuacji konfliktowych czy rozwiązywania trudnych problemów w relacjach z innymi nasilają się emocje negatywne w sytuacjach społecznych (Oleś, 1998). Przeprowadzone badania wykazały, że chłopcy podejmujący strategię uniku w sytuacji konfliktu społecznego przejawiają istotnie wyższy poziom chwilowego stanu lęku, wyższy poziom wyuczonej dyspozycji do reagowania gniewem oraz niższy poziom wyuczonej dyspozycji do reakcji ciekawości. Pozwala to przypuszczać, że osiągając znaczny poziom intensywności, emocje negatywne obniżają ciekawość poznawczą, hamują spontaniczną aktywność, zmniejszają motywację do podejmowania transgresyjnych czynów, uruchamiają zachowania typu ucieczka (wycofanie, unikanie) z sytuacji konfliktu społecznego, te zaś służą obniżeniu negatywnego pobudzenia emocjonalnego, przynajmniej na pewien czas (Leary, Kowalski, 2001; Sandy i in., 2005). Oznacza to, że wraz ze wzrostem poziomu emocji negatywnych u adolescenta w sytuacjach interpersonalnych stwarzających zagrożenie realizacji ich własnych dążeń będzie rósł poziom strategii unikowego radzenia sobie, przejmując formę angażowania się w czynności zastępcze (spanie, jedzenie, chodzenie po sklepach) i/lub poszukiwanie kontaktów z innymi ludźmi (spotkania z przyjaciółmi) (Borecka-Biernat i in., 2019; Domińska-Werbel, 2014; Heszen-Niejodek, 2002; Sikorski, 2015).

Analiza zebranego materiału badawczego wykazała, że unikowy sposób reagowania na napięcie emocjonalne, powstający w sytuacji konfliktu społecznego, kształtuje się w sytuacji wychowawczej, w której matkę cechuje dominacja, chęć kierowania oraz podporządkowania życia córki własnym wzorcom, wymaganiom. Matka zgodnie ze sztywno przyjętym przez siebie modelem wychowawczym surowo egzekwuje wykonanie swoich poleceń, nie toleruje rozbieżności między postępowaniem i osiągnięciami dorastającego dziecka z własnymi oczekiwaniami. Akceptuje tylko te poczynania córki, które są zgodne z jej wymaganiami. Taka postawa matki koliduje z potrzebami afiliacji, autonomii, samodzielności i współdziałania nastolatki. Systematyczne korygowanie i krytyka rodzica prowadzi do braku inicjatywy, bierności i wycofania się dziecka z sytuacji wymagającej zaangażowania (Januszewska, 2001; Plopa, 2015). Świadomość dorastającej dziewczyny, że zakres jej działalności jest niewielki, może kształtować przeświadczenie ograniczonej możliwości sprostania wymaganiom społecznym. Doświadczenie tego typu może być źródłem pojawienia się bierności, wycofania, niepodjęmowania aktywności. Wydaje się więc, że matka, ustalając wiele zasad, wymagań, których córka musi przestrzegać przy systematycznej dezaprobatie i krytyce oraz niepozostawiających jej inicjatywy w działaniu, mają istotny wpływ na kształtowanie się strategii uniku stosowanej w sytuacji konfliktu społecznego przez nastolatkę.

Warto również zwrócić uwagę na ujawniony w badaniach fakt, że stosunek ojców do synów w percepcji dorastających chłopców, wykorzystujących w sytuacji konfliktu strategię uniku, jest zmienny. Zależy od chwilowego nastroju, samopoczucia, innych spraw osobistych. Swoją stan emocjonalny ojciec przenosi na relacje z synem. Postawa zaangażowania się w sprawy dorastającego dziecka przeplata się z ignorowaniem jego spraw, nerwowością, krzykliwością, deklarowaniem ograniczeń i kar. Brak stabilności w postępowaniu ojca powoduje u syna emocjonalne rozchwianie, poczucie niepewności, ukrywanie własnych problemów, nieufność i opór w zwierzaniu się ze swoich spraw. Wycofując się z relacji z rodzicem, dorastające dziecko nastawia się na zwalczanie negatywnych emocji lub na dystansowanie się do przeżywanego dyskomfortu psychicznego (Minda, 2019; Plopa, 2015). Można przypuszczać, że brak stabilności spowodowany występowaniem postawy niekonsekwentnej u ojca powoduje u syna brak poczucia bezpieczeństwa, co skutkuje doświadczaniem emocji negatywnych w sytuacji stwarzającej zagrożenie realizacji osobistych zamierzeń. Adolescent broniąc się przed emocjami negatywnymi, stosuje wycofanie się z sytuacji, w której musiałoby dojść do konfrontacji jego napięcia emocjonalnego z realnym lub przewidywanym zagrożeniem (Lemerise, Dodge, 2005).

Badania wykazały także, że matka stosująca strategię opartą na unikaniu w trudnych sytuacjach interakcji społecznych przyczynia się do modelowania u córki i syna strategii polegającej na unikowym zachowaniu, wykorzystywanej w sytuacji konfliktu społecznego. Na uwagę zasługuje fakt, że warunkach modelowania w sytuacji naturalnej ważną rolę odgrywa właściwość modelu ułatwiająca identyfikację z nim – płęć. I tak, na powstanie unikowej strategii radzenia sobie w sytuacji konfliktu społecznego u dziewcząt ma wpływ postać matki. To właśnie one identyfikują się z matką i najczęściej następuje u nich swoiste

utożsamianie się z matką i powielanie wzorów jej postępowania. Należy również zauważyć preferencję oddziaływań sprzyjających strategii unikowego radzenia sobie wśród chłopców w okresie dorastania przez rodzica odmiennej płci. Świadczy to tym, że na unikowe radzenie sobie w sytuacji konfliktu społecznego chłopca wpływają przede wszystkim cechy osobowe rodzica, z którym dziecko się utożsamia, nie zaś fakt zgodności płci modela i osoby z nim się identyfikującej (Rychlak, Legerski, 1967). Opierając się na tych wynikach, można skonstatować, że wycofanie młodego człowieka z sytuacji konfliktu społecznego jest wyuczoną formą zachowania, wynikającą z obserwacji i z częstego kontaktu z matką przejawiającą takie właśnie zachowanie, tj. na skutek oddziaływania matki funkcjonującej jako model do naśladowania (Borecka-Biernat i in., 2018).

Zreferowane wyniki badań częściowo potwierdziły słuszność przyjętych hipotez. Może to być spowodowane tym, że badanie miało charakter samopisu, a osoby badane subiektywnie oceniały swoje odpowiedzi. Wyniki badań z uwagi na szerokie ujęcie obszaru zagadnień dotyczących strategii unikowego radzenia sobie młodzieży w sytuacji konfliktu społecznego przyniosły wiele cennych wniosków dotyczących istotnych predyktorów tego zjawiska. Mają one zastosowanie teoretyczne i praktyczne. Wydaje się, że uzyskane informacje pozwolą wychowawcy na lepsze zrozumienie unikowego zachowania się dorastającego dziecka w sytuacji konfliktu społecznego i spojrzenie na przyczyny tego zachowania z jego perspektywy. Mogą stanowić punkt wyjścia do opracowania strategii wychowawczych, kreujących jednostkę radzącą sobie w sposób dojrzały z konfliktem.

BIBLIOGRAFIA

- Abdullah, S., Alhurani, A., Dekker, R., Ahmad, M., Miller, J., Yousef, K., Abdulqader, B., Salami, I., Lennie, T., Randall, D., Moser D. (2018). Stress, cognitive appraisal, coping, and event free survival in patients with heart failure. *Heart & Lung*, 47(3), 205–210.
- Adesina, O. (2012). Emotional intelligence, locus of control and conflict handling skills as predictors of non-violent behaviour among university students in south-western Nigeria. *IFE Psychologia*, 20(2), 31–38.
- Anshel, M., Wells, B. (2000). Personal and Situational Variables that Describe Coping with Acute Stress in Competitive Sport. *Journal of Social Psychology*, 140(4), 434–450.
- Antonini, D. (1998). Relationship Between the Big Five Personality Factors and Conflict Management Styles. *International Journal of Conflict Management*, 9(4), 336–355. DOI: 10.1108/eb022814.
- Balawajder, K. (2010). Zachowania uczestników konfliktu interpersonalnego. W: D. Borecka-Biernat (red.), *Sytuacje konfliktu w środowisku rodzinnym, szkolnym i rówieśniczym. Jak sobie radzą z nimi dzieci i młodzież?* (s. 137–179). Warszawa: Difin.
- Bandura, A. (2007). *Teoria społecznego uczenia się*. Warszawa: PWN.
- Bedyńska, S., Książek, M. (2012). *Praktyczny przewodnik wykorzystania modeli regresji oraz równań strukturalnych*. Warszawa: Akademickie Sedno.

- Borecka-Biernat, D. (2006). *Strategie radzenia sobie młodzieży w trudnych sytuacjach społecznych. Psychospołeczne uwarunkowania*. Wrocław: Wydawnictwo Uniwersytetu Wrocławskiego.
- Borecka-Biernat, D. (2012). Kwestionariusz strategii radzenia sobie młodzieży w sytuacji konfliktu społecznego. *Psychologia Wychowawcza*, 1–2, 86–118.
- Borecka-Biernat, D. (2013). Kwestionariusz strategii radzenia sobie rodziców w sytuacjach konfliktu społecznego w percepcji dziecka. W: M. Straś-Romanowska (red.), *Drogi rozwoju psychologii wrocławskiej: tom jubileuszowy z okazji 45-lecia studiów psychologicznych w Uniwersytecie Wrocławskim* (s. 223–245). Wrocław: Wydawnictwo Uniwersytetu Wrocławskiego.
- Borecka-Biernat, D., Kurtek, P., Woźniak-Krakowian, A. (2018). *Radzenie sobie młodzieży w sytuacjach trudnych*. Warszawa: Difin.
- Borecka-Biernat, D., Wajszczyk, K., Wałęcka-Matyja, K. (2019). *Rozwiązywanie sytuacji konfliktowych: wybrane problemy*. Warszawa: Difin.
- Didymus, F., Fletcher, D. (2014). Swimmers' experiences of organizational stress: Exploring the role of cognitive appraisal and coping strategies. *Journal of Clinical Sport Psychology*, 8(2), 159–183.
- Domińska-Werbel, D. (2014). *Psychologiczne uwarunkowania strategii radzenia sobie młodzieży gimnazjalnej w trudnych sytuacjach społecznych*. Legnica: WPWSZ.
- Dzwonkowska, I., Lachowicz-Tabaczek, K., Łaguna, M. (2007). Skala samooceny SES Morrisa Rosenberga – polska adaptacja metody. *Psychologia Społeczna*, 2, 164–176.
- Frijda, N. (2002). Emocje są funkcjonalne na ogół. W: P. Ekman, R. Davidson (red.), *Natura emocji. Podstawowe zagadnienia* (s. 20–24). Gdańsk: GWP.
- Gurba, E. (2020). Konflikt rodziców z nastolatkami jako źródło doświadczanego stresu. W: A. Senejko, A. Czapiga (red.), *Oswojenie traumy. Przegląd zagadnień* (s. 125–144). Kraków: Impuls.
- Heszen-Niejodek, I. (2000). Teoria stresu psychologicznego i radzenia sobie. W: J. Strelau (red.), *Psychologia. Podręcznik akademicki*, t. 3 (s. 465–493). Gdańsk: GWP.
- Heszen-Niejodek, I. (2002). Emocje, ocena poznawcza i strategie w procesie radzenia sobie. W: I. Heszen-Niejodek (red.), *Teoretyczne i kliniczne problemy radzenia sobie ze stresem* (s. 174–197). Poznań: Wydawnictwo Stowarzyszenie Psychologia i Architektura.
- Hisli Sahin, N., Basim, H., Cetin, F. (2009). Locus of Control and Self Concept in Interpersonal Conflict Resolution Approaches. *Turkish Journal of Psychiatry*, 20, 153–163.
- Humphrey, R. (2006). Promising research opportunities in emotions and coping with conflict. *Journal of Management & Organization*, 12, 179–186. DOI: 10.1017/S1833367200004107.
- Januszewska, E. (2001). Style reagowania na stres w kontekście postaw rodzicielskich. Badania młodzieży w okresie adolescencji. W: D. Kornas-Biela (red.), *Rodzina: źródło życia i szkoła miłości* (s. 311–344). Lublin: Towarzystwo Naukowe KUL.
- Kobosko, J. (2013). Radzenie sobie ze stresem i samoocena słyszących ojców a głuchota dziecka. *Nowa Audiofonologia*, 1, 36–44.
- Krasowicz, G., Kurzyp-Wojnarska, A. (1990). *Kwestionariusz do badania poczucia kontroli (KBPK). Podręcznik*. Warszawa: Laboratorium Technik Diagnostycznych im. B. Zawadzkiego.

- Krok, D. (2007). Strategie rozwiązywania konfliktów w systemie rodzinnym. *Roczniki Teologiczne, LIV*(10), 119–138.
- Kurtek, P. (2005). Regulacyjna rola poczucia kontroli w radzeniu sobie młodzieży z niepełnosprawnością intelektualną lekkiego stopnia w sytuacjach trudnych. *Przegląd Psychologiczny, 3*, 277–294.
- Larsson, B., Lennart, M., Morris, R. (2000). Anxiety in Swedish school children: Situational specificity, informant variability and coping strategies. *Scandinavian Journal of Behaviour Therapy, 29*(3–4), 127–139.
- Lazarus, R. (1986). Paradygmat stresu i radzenia sobie. *Nowiny Psychologiczne, 3–4*, 2–40.
- Lazarus, R., Folkman, S. (1984). *Stress, appraisal and coping*. New York: Springer Verlag.
- Leary, M., Kowalski, R. (2001). *Lęk społeczny*. Gdańsk: GWP.
- Lemerise, E., Dodge, K. (2005). Rozwój złości i wrogich interakcji. W: M. Lewis, J. Haviland-Jones (red.), *Psychologia emocji* (s. 745–760). Gdańsk: GWP.
- Leśniak, A. (2003). Wpływ samooceny na funkcjonowanie uczniów. *Problemy Opiekuńczo-Wychowawcze, 6*, 33–36.
- Mikulincer, M., Victor, F. (1995). Appraisal of and coping with real-life stressful situation: The contribution of attachment styles. *Personality and Social Psychology Bulletin, 21*(4), 406–415.
- Minda, M. (2019). The perception of parental attitudes and styles to deal with stress among the young attending to athletic championship schools. *Journal of Education, Health and Sport, 9*(9), 306–316.
- Oleś, M. (1998). *Asertywność u dzieci*. Lublin: Towarzystwo Naukowe KUL.
- Plopa, M. (2015). *Psychologia rodziny. Teoria i badania*. Kraków: Oficyna Wydawnicza Impuls.
- Polak, K. (2010). Uczeń w sytuacji konfliktów szkolnych. W: D. Borecka-Biernat (red.), *Sytuacje konfliktu w środowisku rodzinnym, szkolnym i rówieśniczym. Jak sobie radzą z nimi dzieci i młodzież* (s. 23–39). Warszawa: Difin.
- Riesch, S., Bush, L., Nelson, C., Ohm, B., Portz, P., Abell, B., Wightman, M., Jenkins, P. (2000). Topics of conflict between parents and young adolescents. *Journal for Specialists in Pediatric Nursing, 5*(1), 27–40.
- Rostowska, T. (1997). Zgodność strategii radzenia sobie ze stresem u rodziców i ich dorosłych dzieci. W: J. Rostowski, T. Rostowska, I. Janicka (red.), *Psychospołeczne aspekty rozwoju człowieka* (s. 389–399). Łódź: Wydawnictwo Uniwersytetu Łódzkiego.
- Rostowska, T. (2001). *Konflikt międzypokoleniowy w rodzinie. Analiza psychologiczna*. Łódź: Wydawnictwo Uniwersytetu Łódzkiego.
- Rotter, J. (1966). Generalized expectancies for internal versus external control reinforcement. *Psychological Monographs, 80*(1), 1–28.
- Rychlak, J., Legerski, A. (1967). A sociocultural theory of appropriate sexual role identification and level of personal adjustment. *Journal of Personality, 1*, 36–38.
- Sandy, S., Boardman, S., Deutsch, M. (2005). Osobowość a konflikt. W: M. Deutsch, P. Coleman (red.), *Rozwiązywanie konfliktów* (s. 286–311). Kraków: Wydawnictwo Uniwersytetu Jagiellońskiego.

- Sikorski, W. (2015). Lęk komunikacyjny u uczniów a ich sposoby reagowania w sytuacjach konfliktu w klasie szkolnej. W: D. Borecka-Biernat, M. Cywińska (red.), *Konflikt społeczny w perspektywie socjologicznej i pedagogiczno-psychologicznej* (s. 126–146). Warszawa: Wydawnictwo Difin.
- Szpitalak, M., Polczyk, R. (2015). Samoocena. Geneza, struktura, funkcje i metody pomiaru. Kraków: Wydawnictwo Uniwersytetu Jagiellońskiego.
- Talik, E. (2010). Poczucie kontrolności sytuacji stresowej a strategie radzenia sobie ze stresem u adolescentów. *Polskie Forum Psychologiczne*, 1, 49–65.
- Taylor, M. (2010). Does Locus of Control Predict Young Adult Conflict Strategies with Superiors? An Examination of Control Orientation and the Organizational Communication Conflict Instrument. *North American Journal of Psychology*, 12(3), 455–458.
- Tyszkowa, M. (1986). *Zachowanie się dzieci w sytuacjach trudnych*. Warszawa: PWN.
- Williams, K., McGillicuddy-De Lisi, A. (2000). Coping strategies in Adolescent. *Journal of Applied Developmental Psychology*, 20, 537–549.
- Włodarczyk, D., Wrześniewski, K. (2005). Ocena stresu w kategoriach wyznania u chorych po zawale serca – próba syntezy na podstawie danych empirycznych. *Przegląd Psychologiczny*, 48, 339–358.
- Włodarczyk, D., Wrześniewski, K. (2010). Kwestionariusz Oceny Stresu (KOS). *Przegląd Psychologiczny*, 4, 479–496.
- Wosińska, W. (2004). *Psychologia życia społecznego. Podręcznik psychologii społecznej dla praktyków i studentów*. Gdańsk: GWP.
- Wrześniewski, K. (1991). Trójczynnikowy inwentarz stanów i cech osobowości. *Przegląd Lekarski*, 2, 222–225.
- Zimbardo, P. (2011). *Nieśmiałość. Co to jest? Jak sobie z nią radzić?* Warszawa: Wydawnictwo Naukowe PWN.