

Na studia psychologiczne poszłam już z wybranym tematem na pracę magisterską. Postanowiłam pójść za głosem serca. Był zbyt głośny i nie dało rady już go ściszyć. Teraz wiem, że intuicja dobrze mną pokierowała. Po latach w moim gabinecie od jednej młodej Kobiety usłyszałam, że dwa lata szukała odpowiednią psycholog, która będzie potrafiła zrozumieć jej wewnętrzny głos, który szukał pomocy w uzdrowieniu relacji z mamą. Były dość widoczne szумы w tej ważnej komunikacji. Wspominając tę mamę z córką widzę je bardzo dobrze. Po roku wróciła do mnie córka i powiedziała, że relacja pięknie się rozwija i ma w mamie duże oparcie. Jej życie się zmieniło na lepsze i mogła dzięki temu przekierować energię na siebie i swoje relacje z otaczającym ją światem.

Wiedziałam, że chcę napisać pracę związaną z mamą i córką. Chciałam bliżej poznać psychikę Kobiet. Dziś dzielę się swoją wartością pomagając odnowić, uzdrowić relacje rodzinne.

Wiem, jak RODZINA jest ważna dla człowieczego obecnego i dalszego życia. Rodzina jest najważniejsza i warto zdobywać wiedzę, szukać rozwiązań dla niej lub w innych przypadkach odejść dla własnego dobra.

Interesowało mnie czy relacja między matką, a córką wpływa na relacje romantyczne córki.

Niniejszą pracę dotyczy relacji córka – matka, w oparciu o teorię przywiązania Bowlby'ego i Mary Ainsworth. W części teoretycznej przedstawiłam w jaki sposób relacje rodzinne matki z dzieckiem w okresie niemowlęcym kształtują osobowość dorosłej kobiety i wpływają na jej relacje z przyszłym partnerem. W tym celu najpierw przedstawiłam znaczenie wczesnych relacji dziecka z matką i wskazano jakie ma to odzwierciedlenie na budowanie tożsamości i przystosowanie społeczne w dorosłym życiu. Następnie przedstawiłam trzy style przywiązania: bezpieczny, unikowy, lękowy i wskazano jaki jest dominujący styl przywiązania do partnera badanych kobiet? Założyłam, że styl przywiązania pomiędzy dzieckiem, a rodzicem jest istotny na jego rozwój osobowości i budowanie własnej tożsamości, co w dalszej kolejności wpływa na obraz samego siebie. Zachodzi istotny związek pomiędzy pozytywnym spostrzeganiem siebie, a relacją partnerską

i stylem przywiązania. Z przeprowadzonych badań okazało się, że badane aprobują siebie, mają konkretną wiedzę o sobie, nacechowane pewnością siebie, nastawione na przewyżnianie oporów poprzez wprowadzanie zmian. Matki są przedstawione przez badane jako osoby zależne, spokojne, dostosowujące się, uległe. Z badań wynika, że występuje bezpieczny styl przywiązania w relacji partnerskich, co pozwala wysunąć wniosek, że badane czerpią satysfakcję z wzajemnej bliskiej relacji partnerskiej posiadając dobrze rozwinięte kompetencje społeczne.

Praca badawcza skupia uwagę na relacjach rodzinnych: zarówno matka – córka, jak również dorosła córka i jej partner. Zainteresowanie odnosi się do cech osobowości matki i jej dorosłej córki oraz interakcji dorosłej córki w bliskiej relacji z partnerem. Praca opiera się na teorii przywiązania Bowlby'ego i Mary Ainsworth, gdyż pozwala ona na lepsze zrozumienie interakcji w systemie rodzinnym, który ma zasadnicze znaczenie w budowaniu tożsamości rodziny, każdego z członka rodziny i kształtowaniu się osobowości dzieci. Analiza jakości relacji pomiędzy dorosłą córką, a jej matką ma dać odpowiedź czy związek córki z partnerem jest w jakimś stopniu uwarunkowany na podstawie wcześniejszych bliskich doświadczeń z własną matką i jaką rolę odgrywa podobieństwo osobowości matki i córki. Na podstawie przeglądu literatury do pracy badawczej wykorzystano teorię oraz wiedzę z wcześniejszych badań w zakresie romantycznych związków partnerskich i stylów przywiązaniowych.

1.1 Znaczenie wczesnych relacji

Niniejsza praca opiera się na teorii przywiązania psychiatry John'a Bowlby'ego, gdyż jego wieloletnie badania oraz praca z trudną młodzieżą wykazuje, że powstawanie zaburzeń zachowania, nabywanie umiejętności budowania zdrowych relacji z drugim człowiekiem uzależniona jest od więzi rodzinnych. W trakcie pracy w szkole w Norfolk Bowlby poznał historię życia dzieci wykazujących problemy w zachowaniu. Podczas wieloletniej pracy nawiązał kontakt z trudnymi oraz nieprzystosowanymi uczniami. Badając zdrowie psychiczne bezdomnych dzieci doszedł do wniosku, że brak ciepła i opieki oraz wsparcia, a więc to co zawiera w sobie miłość od biologicznej matki bądź osoby zastępującej matkę, negatywnie wpływa na rozwój osobowości dziecka (Bowlby,

2016). Przeprowadzone badania wskazały, że wcześniejsze doświadczenia z opiekunem regulują procesy budowania intymnych związków z innymi. Na tej podstawie człowiek przyjmuje pewne schematy relacji społecznych, które są dla niego pewnym typem przywiązania (Zimbardo, Gerrig, 2015). Z kolei Mary S.D. Ainsworth opisała oraz dostarczyła nową wiedzę na podstawie przeprowadzonych badań, podstawowe wzorce przywiązania. Dane zostały zebrane podczas obserwacji zachowania małego dziecka w obecności matki oraz kiedy ona była nieobecna (Ainsworth, Blehar, Waters, Wall, 1978). Znaczenie wczesnych relacji pomiędzy dzieckiem, a opiekunem ma wpływ na rozwój społeczny. Styl przywiązania dzieci do rodziców wpływa na ich osiągnięcia rozwojowe. Role jaką pełnią opiekunowie wobec najmłodszych w realizacji zadań rozwojowych, mogą wspomagać ich w tym procesie na różnych etapach życia, zwłaszcza w okresach przejściowych pomiędzy jedną, a drugą fazą lub je hamować. Wieloletnie doświadczenia badaczy potwierdziły, że okres dorastania jest fazą przejściową pomiędzy dzieciństwem, a dorosłością (Brzezińska, 2015). Stąd też Bowlby podkreślał jak bardzo istotny jest wpływ roli opiekuna. Warto zaznaczyć, że wiek niemowlęcy to pierwsza relacja z dorosłym, jej treść i jakość mają duży wpływ na późniejsze kompetencje w zakresie samodzielnego funkcjonowania w świecie, określając stosunek dziecka do rzeczywistości zewnętrznej i do siebie samego, wyznaczając podstawy sposobów radzenia sobie w różnych sytuacjach oraz tworząc pierwsze wzorce sposobów reagowania emocjonalnego. Dziecko rozwija się fizycznie, emocjonalnie, społecznie oraz poznawczo. Chociaż jak wiadomo, to zazwyczaj matka spędza więcej czasu z dzieckiem w okresie niemowlęcym, chociażby z powodu karmienia go piersią. Dlatego istotne jest, żeby zachowania matki, odpowiednie do potrzeb dziecka, były prawie za każdym razem powtarzalne kiedy dziecko sygnalizuje dyskomfort. Tylko dzięki wielokrotnym powtórzeniom takiego samego schematu jak dyskomfort, a ukojenie, niemowlę zyskuje pewność, że jego potrzeby są ważne, natomiast otoczenie, które jest na nie wrażliwe zareaguje życzliwą pomocą. Konsekwencją jest to, że w przyszłości będzie zdolne do przewidywania takiej sytuacji i podejmowania działań, które prowadzą do obniżenia napięcia. Takie wielokrotnie powtarzające się cykle: dystres 1 - ulga

prowadzą do rozwijania zdolności samoregulacji napięcia (Sroufe, 1995). Do czynników, które jeszcze przed porodem wpływają na rozwój dziecka, a także modyfikują przebieg narodzin, a po nich nasilają swoje działanie lub niekiedy się zmieniają należy zaliczyć to, czy dziecko było wyczekiwane, czy ciąża wiązała się z zagrożeniami, czy płeć dziecka jest zgodna z oczekiwaniami rodziców, wzajemne relacje pomiędzy małżonkami, nastawienie najbliższej rodziny do przyszłego nowego członka (Brzezińska, 2015). Dla dziecka matka staje się „bezpieczną bazą”, która daje dziecku możliwość eksploracji najbliższego otoczenia oraz stopniowe usamodzielnianie się (Czub, 2003b). Proces ten prowadzi w konsekwencji do ukształtowania się relacji partnerskiej między niemowlęciem a matką (tzw. figury przywiązania) (Brzezińska, Appelt, Ziółkowska, 2016).

Poszukując warunków mogących mieć wpływ na rozwój danego wzorca przywiązania u dzieci, naukowcy starali się pośrednio ustalić wzorce wczesnego przywiązania u ich rodziców. Relacja pomiędzy dzieckiem a rodzicem odgrywa fundamentalną rolę na tle psychospołecznego rozwoju dziecka, które doświadcza nieuniknionego konfliktu na danym etapie. Erikson podkreślał, że nie rozwiąże się do końca powstającego kryzysu w środowisku społecznym oraz nie zaspokoi się wszystkich własnych potrzeb i oczekiwań (Zimbardo, Gerrig, 2015). Jednakże rolą opiekuna jest sprawować opiekę w takim stopniu, aby stadia rozwoju psychospołecznego dziecka umożliwiły w wejście w kolejny etap z umiejętnością radzenia sobie z nowymi wyzwaniami. Tak jak na w pierwszym stadium rodzice powinni dopilnować, aby niemowlę wykształciło poczucie zaufania, co jest naturalnym i silnym przywiązaniem do rodzica. Doświadczenia ludzkiego ciała i psychiki we wczesnych okresach życia zostawiają w człowieku ślady na kolejne lata życia. Powyższe sprawia, że zarówno w okresie dorastania, jak i odgrywania poszczególnych ról społecznych w okresie dorosłości, towarzyszy człowiekowi lub nie, poczucie kompetencji, zadowolenia podczas realizowania swoich życiowych celów poprzez zaradność, poradzenie sobie z pojawiającymi się trudnościami życiowymi, a także poczucie wysokiej jakości życia. Własna skuteczność pełni ważną rolę w procesach tożsamościowych. Badania wykazują, że skuteczność to komponent motywu samooceny (Batory, Brygoła, Oleś, 2016). Jednostka może mieć wysoką lub niską samoocenę, w

zależności jak siebie postrzega. Wczesne doświadczenia w sposób względny determinują los człowieka i mają istotne znaczenie dla jego spełniania. Mogą one powodować, iż uwięzieni w przeszłości poprzez swoje negatywne, bądź wręcz traumatyczne doświadczenia, człowiek nie będzie zdolny dostrzegać okazji, które niesie terażniejszość lub nie będzie potrafił marzyć oraz budować u progu dorosłości projektu swego życia (Brzezińska, 2015). Niewątpliwie rozwój człowieka jest zdeterminowany przez środowisko, w jakim się wychowuje. Najwcześniejsze i najważniejsze momenty rozwojowe u człowieka przypadają na okres, kiedy dziecko wychowuje się w środowisku rodzinnym, a pierwszymi osobami z jakim ma kontakt jest matka i ojciec. Najlepszy styl wychowawczy według badanych jest skuteczny kiedy rodzice stawiają wymagania i jednocześnie okazują wrażliwość na potrzeby zachowując jego indywidualność. Zatem, dalszy rozwój człowieka zależy od tego jakie relacje będą panowały pomiędzy dzieckiem a rodzicami, gdyż ma to wpływ na budowanie tożsamości. Człowiek przyjmuje tożsamość rodziny i na podstawie tych doświadczeń buduje relacje z ludźmi zewnątrz. Uznaje się, że istotne zadanie w rozwoju tożsamości jest łączenie przeszłości z terażniejszością jako ciągłość osobistych doświadczeń (Batory, Brygoła, Oleś, 2016). Ma to wpływ w przyszłości na ukształtowanie tożsamości osobistej. Analiza tego, co dzieje się w kolejnych fazach życia, pokazuje, że każdy okres życia wnosi swój własny, specyficzny i ważny wkład do struktury całego życia i ma wpływ na jego jakość. Wiele badań oraz obserwacji dzieci wychowujących się w warunkach pozbawienia prawidłowej, a także ciągłej opieki matki wskazało jednoznacznie, że brak albo zerwanie bliskiego emocjonalnego związku dziecka z dorosłym powoduje dotkliwie negatywne, niekiedy nieodwracalne skutki dla dalszego rozwoju (zob. Przetacznik, 1973). W większości przypadków wzorzec przywiązania u rodziców odzwierciedla wzorzec przywiązania u ich dzieci (Van Ijzendoorn, Bakermans-Kranenburg, 1995). Badania prowadzone przez Fonagya i współpracowników (1991) wykazały, że w około 75% przypadkach wzorzec przywiązania matki pozwala domniemywać, jaki wzorzec przywiązania rozwinie się u dziecka w dwunastym miesiącu życia. Synchronizacja między istnieniem symptomów dezorganizacji przywiązania u rodziców

oraz u dzieci okazuje się być jeszcze wyższa i wynosi aż 89% (Main, Hesse, 1990). W przypadku różnego rodzaju doświadczeń traumatycznych, takich jak: śmierć rodzica albo krzywdzenie fizyczne czy też nadużycia seksualne, Main i Hesse stwierdzili, że 56% dzieci, których najbliższy opiekun stracił jednego z rodziców przed ukończeniem szkoły średniej, dotyka dezorganizacja przywiązania. Wystąpienie traumatycznych doświadczeń u opiekuna nie powoduje jednak dezorganizacji przywiązania u dziecka. Na podstawie badań przeprowadzonych przez Ainsworth i Eichberg (1991; za: Lyons-Ruth, Jakobvitz, 1999) dzieje się tak wówczas, gdy doświadczenia traumatyczne są nierozwiązane, a zatem nie są w spójny sposób zintegrowane z pozostałymi treściami wspomnień pochodzących z dzieciństwa. Wydaje się, iż osoby dorosłe, które przepracowały psychologicznie wczesne traumatyczne doświadczenia, mogą zredukować ich ewentualny szkodliwy wpływ na rozwój swojego dziecka (Brzezińska, 2015).

1.2 Style przywiązania

Przywiązanie dziecka do matki w okresie niemowlęcym ma przełożenie na jakość funkcjonowania człowieka w okresie dorosłości. J. Bowlby (1980) zdecydowanie podkreślił, że przywiązanie, pojmowane jako konieczność więzi z istotą tego samego gatunku, wynika z biologicznych podstaw. Obserwacja dzieci, które nie doświadczyły odpowiednich więzi o okresie wczesnego dzieciństwa uzasadnia rację tej tezy (Płopa, 2004). Dziecko zaraz po narodzinach uruchamia w stosunku do opiekuna (matki) system „wyzwalaczy” mających na celu zwrócenie uwagi opiekuna na sygnalizowane przez nie potrzeby. Określa się je mianem „zachowań przywiązujących”, aktywowanych jako funkcja ochronna w obronie przed niebezpieczeństwem. System przywiązania behawioralny umożliwia dziecku podstawowe odkrywanie się świata i zaufania do drugiego człowieka (Bowlby, 1989, 1988; Ainsworth, Marwin, 1995). Niemowlę w piątym tygodniu życia potrafi rozróżnić matkę spośród innych osób odczuwając jej zapach, słysząc jej głos, który wywołuje u niego uśmiech. Naukowcy są zgodni, że główną figurą przywiązania jest matka biologiczna, ponieważ ogromną rolę pełnią hormony po porodzie, oraz bodźce płynące od narodzonego niemowlęcia. Natomiast udowodniono, że każda inna osoba, wykazująca społeczne

interakcje z niemowlęciem, reaguje na jego sygnały, jest z nim w bliskim kontakcie może zastąpić rolę matki (Bowlby, 2016). U niemowląt zaobserwowano, że wybierają więcej niż jedną figurę do której się przywiązują i każda wybrana osoba, którą zazwyczaj jest jedno z rodziców, rodzeństwo lub dziadkowie nie są traktowani jednakowo, ponieważ osoby te przedstawiają różne wzorce zachowania i zazwyczaj pełnią oni rolę drugoplanową (Bowlby, 2016). Spostrzeżono, że dziecko kieruje się w stronę figury przywiązaniowej kiedy odczuwa głód, kiedy jest smutne i potrzebuje bliskości poprzez przytulenie, a uwagę kieruje do figur drugoplanowych kiedy chce się bawić. Zdarza się tak, że matka również pełni rolę towarzysza zabaw. Umacnianie się więzi osobowej pomiędzy dzieckiem a matką, czyli system nawiązywania relacji, nawiązuje się dość wcześnie. M. Ainsworth, popierająca teorię Bowlby'ego, w oparciu o wieloletnie badania relacji dziecko matka wskazała na trzy style przywiązania. Kryterium wyróżniającym była jakość relacji oraz wrażliwość jak i dostępność matki podczas sygnalizowania potrzeb przez dziecko. Pierwszy styl przywiązaniowy to styl bezpieczny, gdzie dziecko obdarza zaufaniem matkę, która jest dostępna i ujawnia wrażliwość w sytuacji dyskomfortu dziecka. Drugi styl przywiązaniowy to styl lękowo-ambiwalentny. Charakteryzuje go niepewność dziecka w przedmiocie dostępności matki, wymaga od dziecka wzmożonej czujności, obniża jego poczucie bezpieczeństwa, wzmagając lęk przed rozstaniem, może wyzwalać u dziecka ulgę, jak również złość. Trzeci styl przywiązaniowy to styl unikający. Cechuje go niedostępność matki w razie zagrożenia, brak chęci walki o obiekt przywiązania, brak wrażliwości na potrzeby dziecka, czego konsekwencją w przyszłości może być unikanie bliskiego kontaktu (Ainsworth, 1977). Doświadczenia przywiązania w relacji matka dziecko są najważniejsze w celu aktywowania struktur mózgowych odpowiedzialnych za przyszłe emocjonalne oraz społeczne funkcjonowanie. Osobnicy, którzy doświadczyli bezpiecznego przywiązania wykazują ufność w stosunku do obiektu przywiązania, który redukuje ich dyskomfort. U dzieci, które doświadczyły przywiązania unikającego, występuje reprezentacja mózgową, że obiekt przywiązania odpowiada obojętnością na ich potrzeby. Niemowlęta mające doświadczenia z przywiązaniem ambiwalentnym uczą się, że obiekt przywiązania jest nieprzewidywalny, to jednak

niekiedy skuteczny (Plopa, 2004). A zatem, istnieje związek pomiędzy różnymi wzorcami przywiązania a tworzeniem się specyficznej neuronalnej konstelacji właściwych pól kolorowych u niemowlęcia, co jest powiązane z przyszłym funkcjonowaniem społecznym oraz emocjonalnym (Plopa, 2004). Założenie teorii przywiązania mówi, że wzory przywiązania będące wewnętrznym aktywnym modelem, kreują wczesne doświadczenie, od których zależy późniejsza osobowość człowieka i jego zachowanie. W rozwoju początkowym odpowiedź matki na emocje dziecka prowadzi do ukształtowania umiejętności zdolności samoregulacji oraz regulacji z otoczeniem. Rozbieżności w postawach opiekuna mogą więc wzbudzać oraz implikować różnice w rozwoju emocjonalnym. Za punkt wyjścia dla zdrowia emocjonalnego uznaje się, że ufnie przywiązanie do innych oraz autonomia powinny rozwijać się razem (Powell, Cooper, Hoffman, Marvin, 2015). Dzieci, które doświadczyły bezpiecznego przywiązania są zdolne w swobodny oraz bezpośredni sposób ujawniać swoje potrzeby wiążące się z ochroną oraz komfortem, ponieważ autonomia rozwija się kiedy dzieci dostają od opiekunów troskę, zainteresowanie i są dla nich dostępni. Tego nie potrafią niemowlęta, których matka prezentuje niekorzystne unikające wzorce, jak również ambiwalentne. A zatem, reakcja matki na afektywne sygnały swojego dziecka prowadzi do wewnętrznej organizacji doświadczenia emocjonalnego (Feldman i in., 1999, Goldberg, 2000). W przypadku stylu przywiązania bezpiecznego niemowlęta rozumują, że zaprezentowane emocje są akceptowalne a ich wyrażanie jest niezwykle ważne z uwagi na komunikację społeczną. Natomiast niemowlęta, które spotkały się z przywiązaniem unikowym dostają informację, że emocje zwłaszcza negatywne są sygnałem nieefektywnym oczekując na wsparcie opiekunów, że nie stanowią one „języka dyskusji”. Z kolei niemowlęta, które miały styczność z ambiwalentnym przywiązaniem wiedzą, że nie można przewidzieć efektów ekspresji emocji, a intensywnie negatywne emocje mają większe prawdopodobieństwo skierowania na siebie uwagi matki, to jednak emocje nie mają większego znaczenia dla podjęcia dialogu (Jacobsen i in., 1994; Moss i in., 1999). A zatem bezpieczny styl przywiązania koresponduje z ujawnianiem emocji ekspresji, swobodą, otwarciem, umiejętnością ujawnienia plastyczności w razie wystąpienia problemów,

bogatszym słownictwem emocjonalnym, realistyczną percepcją oraz interpretacją ekspresji emocjonalnych innych osób. Natomiast nieprzyjazne wzory przywiązania prowadzą raczej do uruchomienia procesów defensywnych w relacjach interpersonalnych (Belsky, Cassidy, 1994). Bowlby podsumował, że w pierwszych latach życia pozostające dziecko pod opieką matki jest dla obojga korzystne, kiedy regulacja opieki macierzyńskiej działa na takiej zasadzie, że matka dostarcza odpowiednią ilość swojej obecności i uwagi tyle, aby zaspokoić jego pragnienia i potrzeby (Bowlby, 2016, s. 390). Dany styl przywiązania, którego doświadcza dziecko w kręgu rodzinnym w znacznym stopniu determinuje sposoby, których będzie używało do osiągnięcia bliskości z innymi ludźmi, a także do zyskiwania ich akceptacji. Style przywiązania kształtują ocenę samego siebie, przekonań w kwestii własnej wartości oraz możliwości zaspokojenia swoich osobistych potrzeb. Uznaje się także, że diadyczna regulacja emocji (przywiązanie) w okresie niemowlęcym ma konsekwencje dla przewidywań jednostki co do przebiegu i roli pobudzenia emocjonalnego, jak również dla ekspresji oraz płynności kontroli emocjonalnej (Sroufe, 1995). Na podstawie wielu badań odnoszących się do czynników ryzyka pojawienia się dezorganizacji przywiązania stwierdzono ich związki z takimi wskaźnikami są: niski status socjoekonomiczny rodziny, depresja, maltretowanie dzieci i dwubiegunowe zaburzenia afektywne u rodziców oraz alkoholizm (Lyons-Ruth, Jacobvitz, 1999). Przywiązanie można traktować jako prototyp relacji społecznych również w okresie dorosłości. Według teorii Bowlby'ego przywiązaniowe zachowania niemowlęcia regulowane są poprzez wrodzony system motywacyjny, który powstaje w drodze selekcji naturalnej w celu zabezpieczenia opieki i bezpieczeństwa. Czynniki psychicznej oraz fizycznej bliskości w relacji z opiekunem odgrywa niezwykle ważną rolę. Jeżeli matka jest postrzegana przez dziecko jako osoba reagująca na jego potrzeby, wówczas odczuwa ono bezpieczeństwo i wykazuje zaufanie do otoczenia. W sytuacji spostrzeżenia zagrożenia bliskości relacji, odczuwa ono strach i lęk, zaczyna szukać uwagi, wsparcia oraz opieki ze strony matki.

1.3 Wpływ relacji matki na koncepcje siebie

Kluczową rolę w rozwoju dziecka przypisuje się jego matce. Prawdziwe relacje dziecka z matką na etapie wczesnego dzieciństwa są uzewnętrzniane, także stają się fundamentem tworzącej się struktury osobowości. Obecna wiedza w przedmiocie kształtowania się więzi oraz konsekwencji dla rozwoju emocjonalnego, jak i społecznego człowieka w znacznej mierze stosuje założenia teorii przywiązania, której autorem jest John Bowlby (Bowlby, Attachment, 1969). Teoria ta jest jednym z powszechnie rozwijanych i eksplorowanych podejść do zrozumienia uwarunkowań jak i mechanizmów rozwoju człowieka, a także inspiracją dla współczesnych naukowców, którzy pracowali nad jej uszczegółowieniem, modyfikacją, a także monitorowali rozwój przywiązania w późniejszych okresach życia. Zdaniem Sroufe'a (1991; s. 335–347) dostatecznie dobra matka, wychodzi naprzeciw potrzebami dziecka. Wówczas, kiedy dziecko odwraca wzrok wycofując się z interakcji z matką (gdy odczuwa nadmiar impulsów płynących z kontaktu), ogranicza ona ze swojej strony dopływ bodźców, a gdy dziecko jest gotowe do ponownego kontaktu reaguje większym zaangażowaniem. Sroufe twierdzi, że dziecko uczy się w taki sposób samoregulacji oraz radzenia sobie ze stanami podwyższonego napięcia. Rozważając wczesny rozwój relacji matka - dziecko, sposób ukształtowania się więzi, pozyskujemy istotne informacje odnoszące się do podstaw funkcjonowania społecznego, emocjonalnego, jak również poznawczego dziecka. Pierwotne perturbacje w tworzeniu więzi emocjonalnej osłabiają zdolność do pozytywnego rozwiązywania kryzysów rozwojowych, destabilizują integrację następnych doświadczeń, co w konsekwencji powoduje narastanie trudności w funkcjonowaniu psychospołecznym. Zatem doświadczenie adekwatnej opieki i stymulacji rozwojowej jest kluczowe dla dalszego, zdrowego rozwoju (Słaboń-Duda, 2011). Uznaje się, że pierwsze doświadczenia rodzinne są najważniejsze, ponieważ rzutują na rozwój tożsamości i nadają kształt w przyszłych relacji w dorosłości (Plopa, 2004). U progu dorosłości człowiek na podstawie własnej historii, zadaje sobie pytanie kim jest, jak ukształtowała go rodzina i środowisko w którym się wychowywał. Porównuje siebie do innych, uświadamia sobie w czym jest dobry, jakie posiada możliwości. Analizuje swoją przeszłość z terażniejszością, próbując wyobrazić sobie jak może wyglądać jego życie za kilka lat. Stawiane pytania są jego

przekonaniami o sobie i tworzeniem nowej tożsamości (Piotr Oleś, 2015). Człowiek postrzega siebie częściowo bazując na paradygmatach jakie przyswoił sobie z własnych doświadczeń w dzieciństwie w relacji z własną matką. Hope Edelman (2006) opisała wpływ matki na koncepcje siebie po jej stracie w młodym wieku. Na podstawie zebranych informacji od kobiet, które zostały bez matki z powodu jej śmierci oraz przeprowadzonych wywiadów z psychoterapeutami, wskazała różnice w spostrzeganiu siebie pomiędzy kobietami mającymi matki, a tymi, które je utraciły. Autorka wymieniła wspólne cechy, takie jak „ostre poczucie wyizolowania z rodziny, dojmująca świadomość własnej śmiertelności, wrażenie, że rozwój emocjonalny został zamrożony, skłonność do szukania relacji z partnerami, od których oczekuje się spełnienia roli rodzica, a którzy nie potrafią spełnić potrzeb, silne pragnienie, by dać swoim dzieciom opiekę macierzyńską, w sposób, który utraciły lub którego nie doświadczyły, intencjonalny lęk przed utratą najbliższych” (Edelman, 2016 s. 22). Człowiek doświadczy tęsknoty za swoją matką, pomiędzy szóstym, a dwunastym miesiącem życia, ponieważ jest to okres, w którym dziecko ma rozwiniętą zdolność tęsknoty za kimś. Natomiast osoby, które stracą kontakt z matką przed tym okresem będą dorastać w poczuciu braku więzi z nią. Autorka podkreślała, że kobiety są zgodne z tym, że matka stanowi „rdzeń ich tożsamości, stan bytu” (Edelman, 2006 s.10). Przedstawiła wypowiedzi pełnoletnich kobiet w różnym wieku, które uważają, że myśl o matce kojarzy się z dobrostanem i bezpieczeństwem. Natomiast przykre doświadczenia tłumaczone były z jej brakiem. Kobiety pozbawione przykładu matki lub opiekuna nie posiadają wzorca kobiecości, więc pozostają same sobie, aby stworzyć swój własny obraz kobiecości. Dotyczy się to również w wykształceniu poczucia własnej wartości, pewności siebie czy akceptacji (Edelman, 2006). Kobiety, które wychowują się przy boku matki oddzielają się od niej mając zamiar wykreować swoją własną, indywidualną tożsamość.

1.4 Style przywiązaniowe w relacjach partnerskich

Badacze, Hazan i Shaver (1987) spostrzegli, że dorośli, utrzymujący bezpieczne przywiązanie w romantycznych relacjach znacznie częściej przypominają sobie swoje własne relacje z rodzicami jako opiekuńcze, czułe i akceptujące. Można zatem stwierdzić, iż związek pomiędzy reprezentacją

przywiązania z rodzicem a dziedziną odnoszącą się do przywiązaniowych orientacji w związkach romantycznych jest co do zasady umiarkowany (Plopa, 2004). Liczne badania pokazują, że bezpieczne przywiązanie ma związek z odpowiednimi zachowaniami w małżeńskich relacjach. Przejawia się większą ustępliwością, kooperatywnością, wrażliwością, odwzajemnianiem uczuć, otwartością i konstruktywną komunikacją. Zaobserwowano, że w małżeństwach, gdzie przynajmniej jeden z partnerów wywodził się z rodziny gdzie doświadczył braku bezpiecznego przywiązania, zdarza się więcej konfliktów, nie ukształtowanie lub szybki zanik romantycznych relacji, a także zwiększona agresywność werbalną jak i fizyczną oraz przesadną zazdrość (Kobak, Hazan, 1991).

2. PROBLEM BADAŃ WŁASNYCH

2.1 Pytania badawcze

Badania w niniejszej pracy podpierają się pod teorię przywiązania Bowlby'ego i Ainsworth.

Według teorii Bowlby'ego „w trakcie zdrowego rozwoju zachowanie przywiązaniowe prowadzi do rozwoju więzi uczuciowych lub przywiązań, początkowo pomiędzy dzieckiem a rodzicem a później pomiędzy dorosłym a dorosłym. Formy zachowań i więzi, do których to prowadzi, są obecne i aktywne w ciągu całego cyklu życiowego.” (Bowlby, 1980, s. 39). Uważał on, jest duże prawdopodobieństwo występowania porównywalnych wzorców przywiązania między dorosłymi partnerami związków romantycznych, podobnych do tych jakie występowały pomiędzy dzieckiem, a rodzicem lub opiekunem. Natomiast Hazan i Shaver (1987, 1994) uściślili, uczucie romantyczne dwóch dorosłych osób przez kategorię procesu przywiązaniowego, w którym mieszczą się identyczne zależności jak w przywiązaniu pomiędzy dzieckiem, a rodzicem. Uwagę badawczy zwróciło to, że emocjonalna i behawioralna dynamika romantycznych relacji u dorosłych ludzi są również zależne od biologicznego systemu.

W kontekście tym postanowiono uzyskać odpowiedź na następujące pytania: Jaki jest dominujący styl przywiązania do partnera badanych kobiet ? Jaka jest rozbieżność profili osobowości matki i córki ? Czy istnieją różnice w zakresie skal *modus operandi* w ocenie badanych kobiet o sobie i swojej matce ? Czy istnieją różnice w zakresie skal potrzeb w ocenie badanych kobiet o sobie i swojej matce ? Czy istnieją różnice w zakresie skal tematycznych w ocenie badanych kobiet o sobie i swojej matce ? Czy istnieją różnice w zakresie skal analizy transakcyjnej w ocenie badanych kobiet o sobie i swojej matce ? Czy istnieją różnice w zakresie skal oryginalności - inteligencji w ocenie badanych kobiet o sobie i swojej matce ? Czy istnieją związki pomiędzy poziomem stylów przywiązania badanych kobiet z partnerami a różnicą w ocenie siebie i matki?

2.2 Grupa badana

W przeprowadzonych badaniach wzięło udział 100 kobiet w wieku od 25 roku życia do 65 roku życia, posiadających obywatelstwo polskie, zamieszkujących terytorium całej Polski. Badanie

zostało przeprowadzone w 2019 roku w okresie 3 miesięcy. W grupie objętej analizą znalazły się matki i ich dorosłe córki. Wśród nich znajdowały się studentki oraz kobiety aktywne zawodowo, pozostające w związkach partnerskich, posiadające dzieci (matki). Wśród badanych kobiet 61 osób legitymowało się wykształceniem wyższym magisterskim, 22 kobiety posiadały wykształcenie licencjackie, a 17 z badanych kobiet posiadały wykształcenie średnie po maturze. Warunkiem wzięcia udziału w badaniu było to, żeby matka aktualnie żyła. Córki, których matki już nie żyły nie były brane pod uwagę. 60% badanych kobiet chętnie wzięło udział w badaniu, oczekując wyników, natomiast 38% kobiet wykazywały niechęć do swoich matek, odnosząc się do badania nieco bardziej sceptycznie.

3. DYSKUSJE WYNIKÓW

3.1 Czy potwierdziły się hipotezy

Analiza porównawcza dotycząca profili matek i córek doprowadziła do następujących wniosków.

W wyniku przeprowadzonych badań okazało się, że badane mają wysoką potrzebę osiągnięć realizacji siebie, natomiast ich zdaniem u matek taka potrzeba występuje w znacznie mniejszym stopniu. Podobne wyniki zaobserwowano w kwestii potrzeby dominacji. W tym przypadku również córki uznały, że mają dość wysoką potrzebę sprawowania kontroli nad innymi, są bardziej stanowcze i pewne siebie w przeciwieństwie do matek.

Różnice w profilach matek i ich córek stwierdzono także w kwestii potrzeby rozumienia siebie i innych. Młodsze pokolenie kobiet lubi uczyć się i uczyć innych, dzielić się swoją wiedzą i doświadczeniem, są otwarte na innych ludzi, natomiast uznały u matek, że taka potrzeba jest znacznie mniejsza. Dodatkowo, córki czują potrzebę zmiany na różnych płaszczyznach swojego życia osobistego, zawodowego, rodzinnego. U matek potrzeba ta nie jest znacząca.

Dość dużą różnicę w odległościach profili zaobserwowano w przypadku potrzeby wsparcia ze strony innych (czyli ze strony matki). Zdaniem córek ich potrzeba, żeby wspierały je matki jest niska. Może to wynikać, że młodsze pokolenie jest bardziej zaradne, potrafią znaleźć własne rozwiązania problemów nie oczekując porad od osób starszych. Uznały one jednak, że u ich matek ta potrzeba jest większa przez bezradność czy osamotnienie. W kwestii zaufania do siebie zaobserwowano, że córki mają wiarę we własne możliwości, potrafią być uczciwe względem siebie w swoich działaniach i zamiarach, córki o matce stwierdziły, że matki nie obdarzają siebie zaufaniem. Może to wynikać z braku wiary siebie, z uzależnieniem od innych, poczucia niskiej poczucia wartości oraz wychowania.

Podobny dysonans zaobserwowano jeśli chodzi o przystosowanie osobiste. Córki uznały, że ich przystosowanie osobiste jest dobre z poczucia koherencji, z relacji interpersonalnych natomiast oceniając ich niski poziom przystosowania osobistego może wynikać, że zapominają o własnych osobistych potrzebach czy też nie mają zadowalających sukcesów na swoim koncie.

W przypadku skali idealnego siebie córki przedstawiły swój obraz siebie pozytywnie, można stwierdzić, że młodsze kobiety znają własne potrzeby, swoje możliwości, zdolności, natomiast mają mniej przychylną ocenę matek. Stwierdzono również, że córki mają wysoki poziom skali osobowości twórczej, w której dostrzec można większą spójność zachowania. Większość córek oceniły swoje matki, że w znacznym stopniu tego im brakuje. Wyniki pokazały, że córki oceniły siebie jako bardziej dojrzałe od swoich matek uważając, że ich „nieprzystosowane dziecko” może oznaczać mniejszą zaradność. Bardzo podobnie córki oceniły siebie i matki na skali potrzebę porządku. Pomimo większej chęci wprowadzenia zmian, aktywności w poszukiwaniu lepszego życia młodsze pokolenie jak i starsze mają podobną potrzebę, aby utrzymać stan równowagi psychicznej. Podobieństwa w profilu matek i córek zaobserwowano również w kwestii potrzeby opiekowania się, zarówno córki jak i w ich ocenie matki mają potrzebę bycia akceptowaną, lubianą, potrzebną dla innych. Potrzeba agresji u córek, jak u matek charakteryzuje się chęcią postawienia na nieustępliwość, w okazywaniu złości, zazdrości czy irytacji.

Można uznać, że bez względu na pokolenie, ważne jest, aby zachować dobre stosunki z innymi ludźmi, nie sprawiać przykrości. Skala kobiecości została oceniona zarówno przez córki w stosunku do siebie, jak i przez córki w stosunku do ich matek jako okazywania potrzebę bycia atrakcyjną, zadbaną.

3.2 Odniesienie do teorii i badań

Przeprowadzone analizy dostarczyły potwierdzenie, że cechy pozytywnego, dojrzałego obrazu siebie wpływają na tworzenie korzystnych relacji partnerskich. Całkowita liczba wybranych przymiotników pozytywnych i negatywnych określających profil córek i ich matek wykazała, że córki oceniają siebie bardziej pozytywnie. Badane wykazują znacznie większą potrzebę zmiany, osiągnięć, wytrwałości, potrzebę rozumienia siebie i innych, dominacji, ale mniejszą potrzebę agresji od matek. Mają one większe zaufanie do siebie, lepsze przystosowanie osobiste i posiadają wyższą skalę przywódczą i twórczą oraz skalę męską. Badane oceniły, że matki mają większą skalę kobiecości, potrzebę wsparcia od innych, upokarzania się, podporządkowania, przystosowane

dziecko oraz większego krytycznego rodzica. Analiza zebranego materiału pokazuje różnice w podejściu do siebie i do własnej rodzicielki oraz w podejściu do relacji romantycznej z partnerem. W ich świetle okazuje się, że to czego nauczyły się od swoich matek, to co przyjęły z tej relacji, a co odrzuciły wpłynęła znacznie na ich osobowość. Osobowość, która przejawia się na zewnątrz widoczna jest w podejściu do relacji partnerskich. Odnośnie stylów przywiązania w relacjach partnerskich w przedstawionym badaniu wynika, że dominuje styl bezpieczny. Na podstawie przeprowadzonych analiz można wysunąć wniosek, że osoby, które wzięły udział w badaniu posiadają odpowiednio wykształtowane kompetencje społeczne sprzyjające w funkcjonowaniu z innymi ludźmi, co stanowi jako element przewidujący sposób zachowania wobec partnera.