Edukacja Dziecka
nr 7 (2023)
s. 215-229
ISSN 2543-6406
LICENCJA: CC BY-NC

Agnieszka Lisiecka-Bednarczyk
ORCID: 0000-0001-6132-2757
Papieski Wydział Teologiczny we Wrocławiu

Edukacyjne możliwości przygotowania młodych dorosłych do założenia rodziny[1]

Streszczenie

Przedstawione analizy zawężają się do zadań edukacyjno-wychowawczych szkół i innych instytucji, które podejmują planowe lub spontaniczne działania w zakresie przygotowania do założenia rodziny. Celem teoretyczno-poznawczym prezentowanych rozważań jest analiza edukacyjnych uwarunkowań przygotowania młodych dorosłych do założenia rodziny. Cel ten zostanie zrealizowany poprzez odpowiedzi na problemy badawcze: 1) Jakie kompetencje sprzyjają budowaniu relacji rodzinnych? 2) Czym charakteryzują się i w jaki sposób kształtują kompetencje rodzicielskie? 3) Jakie są możliwości edukacyjne przygotowania do założenia rodziny w szkole i poza nią? Rozważania będą zmierzać do realizacji celu praktyczno-użytecznego: wskazania aplikacyjnych walorów podjętych analiz dla badań i praktyki pedagogicznej. W zakresie przyjętej metodologii zastosowano analizę i krytykę literatury.

Słowa kluczowe: przygotowanie do założenia rodziny, młodzi dorośli, rodzina, edukacja prorodzinna

Wstęp

Przygotowanie młodych dorosłych do założenia rodziny może być analizowane z perspektywy uwarunkowań pedagogicznych, psychologicznych, demograficznych (coraz więcej młodych dorosłych prezentuje brak gotowości do założenia rodziny), prawnych, biologiczno-medycznych czy ekonomicznych (nacisk na zdobycie środków materialno-bytowych do założenia i trwania rodziny, wychowania i wykształcenia dzieci, rozwoju wszystkich członków, zaspokojenia potrzeb). Szczególną przestrzenią analiz pedagogicznych i psychologicznych jest rodzina i perspektywa rodzinnych uwarunkowań przygotowania młodych dorosłych do założenia rodziny, transmisji międzypokoleniowej wartości i przekonań, ról rodzinnych i postaw wychowawczych.

[1] Publikacja powstała w ramach grantu 09/2022 „Przygotowanie młodych dorosłych do założenia rodziny", Papieski Wydział Teologiczny we Wrocławiu.

Przygotowanie do założenia rodziny to proces, który można rozpatrywać z perspektywy rodziny i instytucji wychowujących kolejne pokolenie, jak i z perspektywy młodych osób. Celowa, choć zazwyczaj spontaniczna i nieformalna edukacja, przekazywanie wiedzy, umiejętności i kompetencji w zakresie pełnienia ról rodzinnych, opieki nad dziećmi, rytuałów rodzinnych, to zadanie rodziny, obserwowane w całej historii ludzkiej, we wszystkich cywilizacjach i kulturach. Przygotowanie do założenia rodziny to przede wszystkim zadanie edukacyjne rodziny, ale stało się również ważnym wyzwaniem społecznym. Jak samo wychowanie, ulega wpływom prądów (często odmiennych, konkurujących ze sobą) filozoficznych, religijnych, społeczno-kulturowych czy instytucjonalnych. Przygotowanie do życia rodzinnego (zarówno do życia w rodzinie obecnej, jak i tej założonej w przyszłości) staje się również zadaniem różnych instytucji, w tym szkoły. W różnych systemach szkolnych czy koncepcjach programowo-organizacyjnych problematyka życia rodzinnego ujęta bywa jako plany dydaktyczno-wychowawcze szkół (w zajęciach lekcyjnych i pozalekcyjnych), bloki programowe lub hasła w treściach różnych przedmiotów czy, jak obecnie w Polsce, wydzielony przedmiot nauczania.

Tworzenie i trwanie funkcjonalnych rodzin można rozpatrywać z perspektywy czynników pozarodzinnych, jak transformacje społeczne, polityczne i ekonomiczne, migracja ludności, urbanizacja, rozwój wiedzy i techniki, postęp i rozwój środków masowej komunikacji, praca zawodowa kobiet czy zmiany w kulturze materialnej i duchowej, jak również z perspektywy czynników wewnątrzrodzinnych, jak dojrzałość osobowa małżonków, jakość związku małżeńskiego, świadomość i umiejętności wychowawcze rodziców, wartości i wzory wychowawcze, postawy rodzicielskie, style oddziaływań wychowawczych, stan zdrowia członków rodziny czy struktura rodziny[2]. Wobec występujących dziś wielu czynników destabilizujących trwałość oraz spójność rodziny ważną rolę odgrywa prorodzinna polityka państwa, która zapewnia ochronę prawną dóbr materialnych i godności osobistej. Poprzez dostęp do rzetelnych wyników badań i analiz naukowych, stabilne warunki pracy i wynagrodzenia, godne warunki socjalno-bytowe, jak warunki mieszkaniowe, dostęp do placówek oświatowych, kulturalnych i zdrowia, państwo może pośrednio wpływać na ochronę życia rodzinnego przed patologizacją[3].

[2] K. Walęcka-Matyja, *Role i funkcje rodziny*, [w:] *Psychologia rodziny*, red. nauk. I. Janicka, H. Liberska, Warszawa 2014, s. 110.

[3] Ibidem, s. 113.

Kompetencje budowania relacji

Kompetencje do budowania relacji i umiejętność wchodzenia w trwałe intymne związki to kryteria dojrzałości, zadanie rozwojowe i szansa dalszego rozwoju[4]. Kompetencje do budowania relacji mieszczą się w zakresie takich pojęć jak:

- *dojrzałość osobowa* – proces *stawania się*[5], obejmuje wszystkie sfery życia psychofizycznego (dojrzałość intelektualna, uczuciowa, estetyczno-moralna i do wartości oraz społeczna), warunkujące właściwy przebieg relacji interpersonalnych, tak w rodzinie, jak i poza nią[6];
- *umiejętności miękkie* – relacja: *wiedza społeczna – kompetencje społeczne – umiejętności interpersonalne – umiejętności komunikacyjne – inteligencja emocjonalna – motywacja – umiejętności rozwiązywania konfliktów*[7].
- *inteligencja emocjonalna* – umiejętności społeczne są, obok rozumienia siebie i własnych emocji czyli samoświadomości, umiejętności kierowania i kontrolowania emocji, oraz zdolności do samomotywacji i empatii, podstawą inteligencji emocjonalnej jednostki[8].
- *kompetencje interpersonalne* – w ujęciu szerokim: wszelkie sprawności, które sprzyjają budowaniu satysfakcjonujących relacji międzyludzkich (sprawności, umiejętności intelektualne, emocjonalne i interpersonalne sensu stricte), w wąskim znaczeniu: sprawności komunikacyjne i relacyjne jednostki[9].
- *kompetencje społeczne* – złożone umiejętności warunkujące efektywność radzenia sobie w określonego typu sytuacjach społecznych, nabywane przez jednostkę w toku treningu społecznego[10].

---

[4] D. Czyżowska, E. Gurba, *Bliskość w relacjach z rodzicami a przywiązanie i poziom intymności doświadczane przez młodych dorosłych*, „Psychologia Rozwojowa" 2016, t. 21, nr 4, s. 91-107.

[5] M. Ryś, *Ku dojrzałości osobowej*, [w:] *Wychowanie do życia w rodzinie. Książka dla nauczycieli, rodziców i wychowawców*, red. K. Ostrowska, M. Ryś, Warszawa 1999, s. 22.

[6] K. Walęcka-Matyja, *Role i funkcje rodziny*, op. cit., s. 111.

[7] W. Heller, *Kompetencja interpersonalna młodzieży szkolnej/akademickiej. Czy media cyfrowe są zagrożeniem dla umiejętności interpersonalnych młodego pokolenia?*, [w:] *Kompetencje interpersonalne w przestrzeni szkoły*, red. W. Heller, A. M. Janiak, Poznań–Kalisz 2016, s. 18.

[8] D. Goleman, *Inteligencja emocjonalna*, przeł. A. Jankowski, Poznań 1997; D. Goleman, *Inteligencja emocjonalna w praktyce,* przeł. A. Jankowski, Poznań 1999.

[9] Ibidem, s. 20.

[10] K. Martowska, *Psychologiczne uwarunkowania kompetencji społecznych*, Wyd. Liberi Libri, 2012, s. 16; K. Martowska, A. Matczak, *Pomiar kompetencji społecznych – prezentacja nowego narzędzia diagnostycznego*, „Psychologia Jakości Życia" 2013, t. 12, nr 1(43-56), s. 44.

Dojrzałość do zbudowania głębokiej, stabilnej, spójnej i trwałej więzi osobowej kształtuje się w ramach osobistego rozwoju, w którym centralne miejsce mają relacje z rodzicami. Środowisko rodzinne odgrywa szczególną rolę w rozwoju społecznym dziecka. Zgodnie z teorią więzi, fundament rozwoju człowieka stanowi funkcja przywiązania[11]. Posiadanie kompetencji do budowania relacji pozwala na właściwe kształtowanie relacji interpersonalnych zarówno w rodzinie, jak i poza nią[12]. Podstawową kompetencją interpersonalną i społeczną, która wpływa na jakość relacji rodzinnych, szczególnie małżeńskiej, czyniąc ten związek jednością, jest komunikacja. Adaptacyjne wzorce komunikacji małżeńskiej – pozytywne i wspierające komunikaty, prezentowane są jako fundamenty satysfakcjonującego i szczęśliwego związku, natomiast problemy w obszarze porozumiewania się – kontrolowanie i deprecjonowanie partnera/partnerki, tendencyjne nadawanie negatywnych znaczeń komunikatom pochodzącym od współmałżonka są najczęściej wymieniane przez partnerów przeżywających kryzysy[13].

Kompetencje rodzicielskie

Kompetencje rodzicielskie, czyli względnie trwałe właściwości osobowe oraz interpersonalne podlegające modyfikacjom w wyniku oddziaływania szeroko pojętego otoczenia, to wszelkie umiejętności, które pozwalają budować prawidłową interakcję i relację między rodzicem (osobą dorosłą) a dzieckiem. Kształtowanie i/lub podnoszenie poziomu kompetencji rodzicielskich zapewnia skuteczne realizowanie celów wychowawczych, radzenie sobie w różnych sytuacjach występujących w relacji rodzic – dziecko oraz budowanie i utrzymywanie pożądanej wychowawczo więzi z dzieckiem[14].

Kompetencją rodzicielską jest stabilność emocjonalna rodzica, oznacza to osiągnięcie dojrzałości psychicznej i zamknięcie okresu adolescencji, związanego z gwałtownymi emocjami, młodzieńczym buntem i poszukiwaniem swojej tożsamości[15].

---

[11] J. Jaworska, *Więzi rodzinne i umiejętności interpersonalne a technologie komunikacyjne*, „Wychowanie w Rodzinie" 2013, t. VIII, nr 2, s. 187; M. Plopa, *Psychologia rodziny. Teoria i badania,* Kraków 2015, s. 88-112.

[12] K. Walęcka-Matyja, *Role i funkcje rodziny,* op. cit., s. 111.

[13] A. Grabowski, *Early maladaptive schemas and the quality of marital bond and communication,* „Quarterly Journal Fides et Ratio" 2023, Issue 1(53), s. 9-17. 11-12.

[14] P. Ziółkowski, *Wprowadzenie*, [w:] *Trening kompetencji rodzicielskich. Zbiór scenariuszy zajęć z rodzicami dla pedagogów i psychologów*, red. P. Ziółkowski, Bydgoszcz 2015, s. 7.

[15] Mynarska, M., *Kiedy mieć dziecko? Jakościowe badanie procesu odraczania decyzji o rodzicielstwie*, „Psychologia Społeczna" 2011, t. 6, 3 (18), s. 232.

Lucyna Bakiera[16] zwraca uwagę, że opracowanie spójnych modeli teoretycznych, które pozwalałyby holistycznie wyjaśniać i przewidywać funkcjonowanie dorosłych w rolach rodzicielskich jest zadaniem ważnym i pilnym. Podkreśla również wartość wymiaru intrapsychicznego rodzicielstwa, doświadczenia siebie jako autora opieki i wychowania, pełniącego funkcję regulacyjną działań podejmowanych wobec dziecka. Pogłębia opis rodzicielstwa z perspektywy interpersonalnej – relacji rodziców z dzieckiem, dopełniając aspekt międzyosobowy. Staje się również interesujący i ważny w perspektywie zmian społeczno-kulturowych wpływających na doświadczenie rodzicielstwa[17].

Dzieci wychowywane w atmosferze podmiotowości, rozwijają poczucie sprawstwa i odpowiedzialności za siebie, więzi rodzinne stają się źródłem wsparcia i pomocy. Jeśli rodzice uczą swoje dorastające dziecko samodzielności w podejmowaniu decyzji i konsekwentnego konfrontowania go z tym, co weryfikuje życie, uświadamiają potrzebę pracy nad sobą. Uczą także odpowiedzialności za swoje wybory, zapewniają dzieciom bezpieczeństwo. Tak wychowanym i przygotowanym do dorosłego życia młodym dorosłym żyje się łatwiej, nie muszą korzystać z pomocy (często mało wydolnych) instytucji opieki i pomocy.

Zadania szkoły w przygotowaniu młodego pokolenia do założenia rodziny własnej

Najważniejszym celem kształcenia w szkole jest dbałość o integralny rozwój biologiczny, poznawczy, emocjonalny, społeczny i moralny ucznia, łagodne wprowadzenie dziecka w świat wiedzy, przygotowanie do wykonywania obowiązków ucznia oraz wdrażanie do samorozwoju[18]. Dzieci rozpoczynające edukację szkolną, pochodzą z różnych środowisk rodzinnych i mają zróżnicowaną wiedzę, umiejętności i kompetencje w zakresie budowania relacji społecznych. Doświadczenie pozytywnych relacji owocuje zaufaniem w stosunku do nauczycieli i rówieśników. Z kolei doświadczenie urazów i zaniedbań rodzi wiele trudności w kontaktach. Te dzieci szczególnie potrzebują treningu kompetencji interpersonalnych, który zapewni rozwijanie takich umiejętności, jak: komunikowanie swoich stanów emocjonalnych, współdziałanie z innymi

[16] L. Bakiera, *Rodzicielstwo w cyklu życia rodziny*, [w:] *Rodzina w cyklu życia – rozwój, zmiana, kryzysy*, red. M. Kaźmierczak, A. Lewandowska-Walter, Wyd. Liberi Libri 2023, s. 15.

[17] Ibidem, s. 20.

[18] *Podstawa programowa kształcenia ogólnego dla szkoły podstawowej*, https://podstawaprogramowa.pl [dostęp: 10.10.2023].

i negocjowanie, wyrażanie pozytywnych informacji o sobie, przedstawianie swoich celów i potrzeb, rozwiązywanie konfliktów, wyrażanie i przyjmowanie krytyki, aktywne słuchanie siebie nawzajem, rezygnacja z agresywnych wzorców wyrażania siebie czy korzystanie ze wsparcia[19].

Na poziomie szkoły ponadpodstawowej: branżowej, liceum i technikum przewiduje się wykształcenie takich umiejętności uczniów jak: myślenie – wnioskowanie, abstrahowanie, rozumowanie, wyobrażanie sobie, sądzenie, rozwiązywanie problemów, twórczość; czytanie – umiejętność łącząca zarówno rozumienie sensów, jak i znaczeń symbolicznych wypowiedzi; umiejętność komunikowania się – porozumienia się w różnych sytuacjach; kreatywne rozwiązywanie problemów; umiejętność sprawnego posługiwania się nowoczesnymi technologiami informacyjno-komunikacyjnymi; samodzielnego docierania do informacji, dokonywania ich selekcji, syntezy oraz wartościowania, rzetelnego korzystania ze źródeł; systematycznego uczenia się; współpracy w grupie i podejmowania działań indywidualnych[20].

Rozwijanie powyższych kompetencji może odbywać się dzięki zastosowaniu w edukacji **różnych metod edukacyjnych: podających** – polegających głównie na wykładach nauczyciela, czytaniu podręczników, wykorzystaniu pomocy audio-wizualnych, oraz **aktywizujących** – pracy własnej, dyskusji, burzy mózgów, odgrywania scenek, wykorzystanie gier i zabaw w edukacji, grywalizację treści edukacyjnych, pracę w grupach, rundki, metodę projektów i metodę warsztatową rundki. Transferowi umiejętności społecznych sprzyja trening i doświadczenie, próba stosowania poznanych umiejętności. Aktywacja i usprawnianie umiejętności komunikacyjnych i interpersonalnych jest głównym celem wielu projektów wychowawczych i profilaktycznych realizowanych w szkole. Umiejętności społeczne i interpersonalne są szczególnym celem takich zajęć jak **trening umiejętności społecznych** czy **socjoterapia.**

Przygotowanie do życia w rodzinie (obecnej, jak i tej założonej w przyszłości) prezentowane jest obecnie jako ważne zadanie szkoły. Problematyka życia rodzinnego, dojrzałości osobowej, kompetencji społecznych, interpersonalnych i komunikacyjnych pełni ważne miejsce w planach dydaktyczno-wychowawczych szkół (treści te realizowane są podczas zajęć lekcyjnych i pozalekcyjnych), można ją dostrzec

[19] J. Jagieła, *Socjoterapia w szkole*, Kraków 2009; A. Lasota, D. Jońca, *Emocje, konmunikacja, akceptacja. Program profilaktyczno-terapeutyczny dla dzieci w wieku przedszkolnym i szkolnym – Plecak szczęśliwego ucznia*, Warszawa 2021, s. 28-29.

[20] *Podstawa programowa kształcenia ogólnego dla czteroletniego liceum ogólnokształcącego i pięcioletniego technikum / szkoły branżowej*, https://podstawaprogramowa.pl [dostęp: 10.10.2023].

i przeanalizować w blokach programowych lub hasłach w treściach różnych przedmiotów czy, na co szczególnie warto zwrócić uwagę, nauczana jest w specjalnym przedmiocie. Przedmiot ***wychowanie do życia w rodzinie*** (dalej: **WDŻ**) został wprowadzony do szkół w Polsce[21], aplikując do programów nauczania szkolnego wiedzę o życiu seksualnym człowieka, o zasadach świadomego i odpowiedzialnego rodzicielstwa, o wartości rodziny, życia w fazie prenatalnej oraz metodach i środkach świadomej prokreacji[22]. WDŻ prezentowane jest jako integralna część wychowania ogólnego. Nadrzędnym celem przedmiotu jest lepsze zrozumienie siebie i innych, a także podejmowanie właściwych decyzji obecnie i w przyszłości[23]. Celem przedmiotu jest: 1) wiedza związana z funkcjami rodziny, miłością, przyjaźnią, pełnieniem ról małżeńskich i rodzicielskich, seksualnością człowieka i prokreacją; 2) rozwijanie umiejętności rozwiązywania problemów, świadomego kreowania własnej osobowości; 3) lepsze rozumienie siebie i najbliższego otoczenia; 4) poszanowanie godności życia ludzkiego i dojrzałe funkcjonowanie w rodzinie, 5) znajomość podstawowych zasad postępowania w sferze ludzkiej płciowości i płodności, kształtowanie postaw prozdrowotnych, prospołecznych i prorodzinnych[24]. Cele te są dostosowywane do poziomu kształcenia, należy zauważyć, że: 1) treści podstawy programowej WDŻ wpisują się w program wychowawczo-profilaktyczny każdej szkoły; 2) w ramach realizowanych zajęć wychowania do życia w rodzinie w Polsce seksualność ujmuje się w sposób integralny, czyli uwzględniający zarówno sferę biologiczną, fizyczną, jak również sfery: psychiczną, emocjonalną, społeczną i duchową, czyli opartą na wartościach, takie ujęcie daje szansę na właściwy i pełny rozwój młodego człowieka; 3) treści podstawy programowej ukazują seksualność człowieka w kontekście miłości i rodziny[25].

[21] Ustawa z dnia 7 stycznia 1993 r. o planowaniu rodziny, ochronie płodu ludzkiego i warunkach dopuszczalności przerywania ciąży (Dz.U. z 1993 r., nr 17, poz. 78, ze zm.; Dz.U. z 2022 r., poz. 1575).

[22] Ibidem, art. 4.1, 4.3.

[23] Ibidem.

[24] *Podstawa programowa kształcenia ogólnego dla czteroletniego liceum ogólnokształcącego i pięcioletniego technikum / szkoły branżowej*, https://podstawaprogramowa.pl [dostęp: 10.10.2023].

[25] Rozporządzenie Ministra Edukacji Narodowej z dnia 12 sierpnia 1999 r. w sprawie sposobu nauczania szkolnego oraz zakresu treści dotyczących wiedzy o życiu seksualnym człowieka, o zasadach świadomego i odpowiedzialnego rodzicielstwa, o wartości rodziny, życia w fazie prenatalnej oraz metodach i środkach świadomej prokreacji zawartych w podstawie programowej kształcenia ogólnego (Dz.U. z 1999 r., nr 67, poz. 756; Dz.U. z 2017 r., poz. 1117).

Pozaszkolne edukacyjne możliwości przygotowania do założenia rodziny

Dorośli, którzy w sposób świadomy chcą się przygotować do założenia rodziny, małżeństwa i rodzicielstwa, lub wzmocnić swoje kompetencje do budowania relacji i kompetencje rodzicielskie, dysponują współcześnie szeregiem możliwości, z których mogą skorzystać. Poza niezliczoną ilością publikacji, poradników, specjalistycznych czasopism, stron tematycznych, grup wsparcia, blogów, mogą skorzystać również z wielu ofert edukacyjnych. Jednym ze sposobów rozwijania kompetencji i umiejętności społecznych, są szeroko rozumiane szkolenia. Rynek szkoleniowy w Polsce w ostatnich latach rozwija się bardzo dynamicznie. W kontekście podjętych rozważań, na szczególną uwagę zasługują te, które wykorzystują aktywizujące metody edukacyjne i poprzez trening rzeczywiście dają szansę zbudować, rozwinąć i uzupełnić kompetencje. Przykładowe działania i formy edukacyjne zostaną poniżej scharakteryzowane. Pierwszą grupą możliwości edukacyjnych przygotowującą do założenia rodziny są kursy, treningi i warsztaty rozwijające kompetencje budowania relacji.

Jedną z form ciągle atrakcyjną i podejmowaną przez osoby przygotowujące się do założenia rodziny są **kursy przedmałżeńskie** (nauki dla narzeczonych, występujące również w formie dialogów przedmałżeńskich, wieczorów dla zakochanych, weekendów dla narzeczonych itp.). Organizowane są one z myślą o narzeczonych, którzy przygotowują się do Sakramentu Małżeństwa, zapraszają do refleksji nad powołaniem do życia małżeńskiego i rodzinnego oraz przypomnieniem podstawowych prawd wiary rzymskokatolickiej. Obejmują najczęściej wykłady prowadzone przez małżeństwo, nauczyciela naturalnych metod planowania rodziny i kapłana[26].

Przykładowy **trening budowania relacji** adresowany jest szczególnie do osób będących w związkach (formalnych i nieformalnych), ale również do osób, które mają trudności z budowaniem relacji. Jego celem jest wzmacnianie umiejętności społecznych i komunikacyjnych w bliskich relacjach, szczególnie w rodzinie, zwiększanie zasobów i umiejętności małżonków/partnerów, których będą mogli używać w sytuacjach codziennych oraz trudnych i konfliktowych w rodzinie. Treści treningu obejmują między innymi problemy związane z werbalizacją uczuć, indywidualnym przeżywaniem i obawami przed budowaniem relacji i zranieniem, dojrzałość i kompetencje niezbędne do budowania relacji z drugą osobą, etapy rozwoju relacji i miłości, komunikacja w związku i rodzinie, przyczyny konfliktów i sposoby ich rozwiązywania,

[26] *Instrukcja Episkopatu Polski o przygotowaniu do zawarcia małżeństwa w Kościele katolickim*, 13.12.1989, https://opoka.org.pl/biblioteka/W/WE/kep/kkbids/malzenstwo1_13121989.html [dostęp: 16.10.2023].

podział obowiązków i dzielenie wspólnej przestrzeni, radzenie sobie w sytuacjach trudnych, sposoby wspierania bliskich w sytuacjach kryzysowych, w jaki sposób budować dobre relacje zachowując własną tożsamość, sposoby wyrażania własnych oczekiwań wobec partnera i przyjmowanie jego oczekiwań, prowadzenie wspólnego gospodarstwa domowego, dbanie o budżet domowy, wydatki i oszczędności, harmonia w związku i rodzinie, satysfakcjonujące budowanie relacji, umiejętność wyrażania emocji, oczekiwań i potrzeb czy ustalanie zdrowych granic i relacji z osobami spoza związku[27].

Trening asertywności – metoda, za pioniera której uważa się Andrew'a Saltera, w pierwotnym znaczeniu odnosząca się do ćwiczenia umiejętności niezbędnych w przezwyciężaniu zahamowań m.in. werbalną i niewerbalną ekspresję uczuć, akceptowanie samego siebie, przeciwstawianie się innym osobom. Współcześnie w treningu asertywności nacisk kładzie się na umiejętność wyrażania opinii, krytyki, potrzeb, życzeń, poczucia winy, odmawiania w sposób nieuległy i nieraniący innych, przyjmowania krytyki, ocen i pochwał, autentyczność, elastyczność zachowania, świadomość siebie (wad, zalet, opinii), wrażliwość na innych ludzi, oraz stanowczość. Asertywność jest zachowaniem, poprzez które osiąga się swój uzasadniony cel bez wywołania kłótni, czy nienawiści, sposobem, który nie ogranicza wolności drugiej osoby. Inaczej mówiąc ,w komunikacji międzyludzkiej jest złotym środkiem pomiędzy strachliwą ustępliwością a agresywnym wymuszaniem swoich żądań.[28] Celem treningu asertywności jest wzmacnianie umiejętności społecznych i komunikacyjnych, zwiększanie zasobów i umiejętności, których uczestnicy treningu będą mogli używać w sytuacjach codziennych oraz trudnych i konfliktowych w relacjach społecznych, poznanie praw asertywności oraz nabycie wiedzy w zakresie kształtowania umiejętności stosowania zachowań asertywnych. Dzięki udziałowi w treningu, uczestnicy mają szansę wzmocnić swoje umiejętności w zakresie konstruktywnej komunikacji, asertywności oraz wzmocnić poczucie własnej wartości, a także zrozumieć wzorce własnych zachowań, które mogą przyczyniać się do doświadczania przez nich rozmaitych trudności w aktualnym życiu w obszarze psychospołecznym oraz do lepszego radzenia sobie w ich przezwyciężaniu. Trening adresowany jest szczególnie do osób, które mają trudności z asertywnym wyrażaniem swoich uczuć, myśli, opinii, przekonań oraz które doświadczają trudności

[27] *Program Treningu Budowania Relacji*, Stowarzyszenie Psychoedukacji i Terapii „Evolutio", Wrocław 2018.

[28] M. Król-Fijewska, *Trening asertywności*, Warszawa 1983; M. Król-Fijewska, *Stanowczo, łagodnie, bez lęku czyli 13 wykładów o asertywności*, Warszawa 1993; M. Emmons, R. Alberti, *Asertywność. Sięgaj po to, czego chcesz, nie raniąc innych*, przeł. M. A. Michalski, Gdańsk 2006.

w komunikacji i porozumieniu z innymi oraz z uczestniczeniem w relacjach społecznych (np. w rodzinie, pracy)[29].

Porozumienie bez przemocy – (ang. *Nonviolent Communication*), porozumienie współczujące, to metoda porozumiewania się, stworzona przez Marshalla B. Rosenberga, mająca na celu wyeliminowanie przemocy z dialogu. Metoda polega na szczerym wyrażaniu siebie oraz empatycznym odbieraniu rozmówcy w zakresie obserwacji tego co się dzieje i czego dotyczy nasza/jego reakcja (nie ocen, ale spostrzeżeń myśli, rzeczy, sytuacji), uczuć, które wywołuje dana sytuacja, potrzeb czyli tego, czego byśmy sobie życzyli lub czego życzyłby sobie rozmówca w związku z zaistniałą sytuacją oraz próśb o to, co możemy zrobić, aby zaspokoić wzajemne oczekiwania[30].

Trening zastępowania agresji ART – (ang. *Agression Replacement Training*) to metoda, opracowana przez Arnolda P. Goldsteina, stosowana wobec zagrożonej młodzieży, wykorzystująca interwencje poznawczo-behawioralne, tak aby jak najlepiej przygotować młodzież do roli konstruktywnych, aktywnych obywateli we własnych społecznościach. W programie wykorzystuje się trening umiejętności prospołecznych (komponent behawioralny: wstępne umiejętności społeczne, np. umiejętność słuchania, prowadzenie rozmowy, zaawansowane umiejętności społeczne, np. proszenie o pomoc, przekonywanie innych, umiejętności kontrolowania emocji, np. wyrażanie swoich uczuć, radzenie sobie z czyjąś złością, alternatywne umiejętności wobec agresji, np. negocjowanie, reagowanie na zaczepki, umiejętności radzenia sobie ze stresem, np. radzenie sobie z pominięciem (odrzuceniem), przygotowanie do trudnej rozmowy, umiejętności planowania, np. ustalanie przyczyn problemu podejmowanie decyzji), trening kontroli złości (komponent emocjonalny: wykrywanie i nazywanie sygnałów

[29] *Program Treningu Asertywności*, Stowarzyszenie Psychoedukacji i Terapii „Evolutio", Wrocław 2018.

[30] M. B. Rosenberg, *Porozumienie bez Przemocy. O języku serca*, przeł. M. Kłobukowski, J. Santorski & CO, Warszawa 2003; T. Widstrand, M. Gothlin, N. Ronnstrom, *Porozumienie bez przemocy, czyli język żyrafy w szkole*, Warszawa 2005; S. Hart, V. Kindle Hodson, *Empatyczna klasa. Relacje, które pomagają w nauce*, Warszawa 2006; M. B. Rosenberg, *Edukacja wzbogacająca życie. Porozumienie bez Przemocy przyczynia się do poprawy wyników nauczania, redukuje konflikty i wzbogaca wzajemne relacje między uczniami i nauczycielami*, przeł. A. Mills, J. Santorski & CO, Warszawa 2006; *Rozwiązywanie konfliktów poprzez porozumienie bez przemocy. Marshall B. Rosenberg w rozmowie z Gabriele Seils – skąd się biorą przemoc i agresja i jak sobie z nimi radzić*, przeł. B. Wyczesany, J. Santorski & CO, Warszawa 2008; K. Mudyń, *„Komunikacja bez przemocy" jako metoda przezwyciężania i zapobiegania konfliktom*, [w:] *Kryzys, interwencja i pomoc psychologiczna. Nowe ujęcia i możliwości*, red. D. Kubacka-Jasiecka, K. Mudyń, Toruń 2005, s. 303-319.

złości i naszej reakcji na „nie", identyfikowanie zewnętrznych i wewnętrznych wyzwalaczy złości, poszukiwanie konstruktywnych i wyławianie destruktywnych reduktorów złości oraz analiza skutków, jakie one wywołują) oraz trening wnioskowania moralnego (komponent moralny: wywołanie dysonansu poznawczego i refleksji w odniesieniu do własnego świata wartości w duchu daleko idącej tolerancji, nadawanie pozytywnego znaczenia emocjom i uczuciom, postawom i przekonaniom, co stanowi podstawę edukacji moralnej, uczenie podejmowania decyzji moralnych poprzez próbę odpowiedzi na pytanie, jaka wartość stoi u podstawy każdego ludzkiego działania)[31].

Treningi interpersonalne, treningi kompetencji społecznych czy umiejętności społecznych są, obok szkoleń zawodowych, staży czy dofinansowania zatrudnienia u pracodawcy, częścią projektów wspierających osoby bezrobotne, niepełnosprawne, osoby korzystające z pomocy społecznej.

Drugą grupą możliwości edukacyjnych przygotowującą do założenia rodziny są treningi i warsztaty rozwijające kompetencje rodzicielskie.

Trening kompetencji wychowawczych zakłada kształtowanie prawidłowych i pożądanych społecznie postaw rodzicielskich, z całkowitym i jednoznacznym wykluczeniem metod opartych na przemocy oraz praktyczne trenowanie przez uczestników umiejętności związanych z komunikacją z dzieckiem, konstruktywnego reagowania w sytuacjach trudnych pod względem wychowawczym w oparciu o praktyczne rozwiązania. Adresatami treningu mogą być zarówno osoby zgłaszające się z własnej inicjatywy, oraz takie, które skierowane zostaną przez pracowników i przedstawicieli instytucji i placówek pożytku publicznego (m. in. MOPSu, sądu oraz innych ośrodków specjalistycznych), np. osoby z nałożonym przez sąd obowiązkiem odbycia takiego treningu[32]. **Trening kompetencji rodzicielskich** obejmować może przykładowo takie zagadnienia jak pełnienie ról małżeńskich, kompetencje komunikacyjne, przygotowanie do rodzicielstwa, świadomość roli matki i ojca – analiza własnych wyobrażeń, potencjałów i obciążeń, problemy małżonków i ich wpływ na rozwój i zachowania dzieci, zakresów obowiązków, sposobów udzielania sobie wsparcia, wyobrażenia o udziale w opiece i wychowaniu dziecka, specyficzne potrzeby dziecka i ich zaspokajanie przez rodziców oraz potrzeby małżonków, stymulowanie rozwoju dziecka, rozwijanie kompetencji społecznych i emocjonalnych dziecka oraz jego motywacji

[31] Por. A. P. Goldstein, B. Glick, J. C. Gibbs, *ART, program zastępowania agresji*, wydanie poprawione, tłum. E. Bartz, M. Kłopotowska, M. Kołodziejczyk, K. Okniński, Warszawa 2004.

[32] *Program Treningu Kompetencji Wychowawczych*, Stowarzyszenie Psychoedukacji i Terapii „Evolutio", Wrocław 2018.

do działania, zasady i granice oraz ponoszenie odpowiedzialności, wypracowywanie sposobów radzenia sobie ze stresem swoim i pozostałych członków rodziny, zarządzanie w kryzysie finansowym – zagrożenia i możliwości wsparcia, budżet rodzinny, przychody i wydatki, kredyty i pożyczki, podmiotowość, empatia i asertywność a budowanie partnerskiego modelu rodziny[33].

Wychowanie bez porażek – metoda ta, opracowana przez Thomasa Gordona, polega przede wszystkim na aktywnym słuchaniu bez uprzedzeń i ocen oraz mówieniu o swoich uczuciach. Podejmuje ona problem wychowania rodzinnego, krytykuje dotychczasowe modele rozwiązywania konfliktów polegające na zasadzie „zwycięzca – pokonany", a proponuje metodę bez pokonanych. Występuje przeciw manipulacjom wobec dziecka jak również manipulacjom dziecięcym wobec rodzica. Metoda ta likwiduje konieczność stosowania siły, rozwija sprawność myślenia u dzieci, zapewnia mniej wrogości a więcej miłości, dociera do istoty problemu, oraz pozwala doprowadzać do kompromisowych, zadowalających obie strony rozwiązań konfliktów[34].

Wnioski – aplikacyjne walory podjętych analiz dla badań i praktyki pedagogicznej

Przedstawione zostały powyżej edukacyjne możliwości przygotowania młodych dorosłych do założenia rodziny. Przestrzeń ta została tutaj scharakteryzowana głównie pod kątem kompetencji budowania relacji i kompetencji rodzicielskich, jako specyficznych kompetencji społecznych. Prezentowane opracowanie nie wyczerpuje jednak tego tematu, potrzeba jeszcze głębszych analiz, systematyzacji i badań. Przekrojowo scharakteryzowane możliwości edukacyjne przygotowania młodych dorosłych do założenia rodziny wymagają jeszcze szczegółowego opisu, badań ich możliwości rozwijania kompetencji budowania relacji i kompetencji rodzicielskich. Analizie i systematyzacji poddawać warto opracowania teoretyczne, ale również programy edukacyjne czy uczestników edukacji, zarówno edukatorów, jak kursantów, rozeznawać ich potrzeby, postawy.

Głębszego rozeznania i opracowania wymaga dziś rola szkoły w przygotowaniu do życia w rodzinie. Przy charakterystyce przedmiotu WDŻ wzięto pod uwagę możliwość

[33] *Trening kompetencji rodzicielskich. Zbiór scenariuszy zajęć z rodzicami dla pedagogów i psychologów*, red. P. Ziółkowski, Bydgoszcz 2015.

[34] T. Gordon, *Wychowanie bez porażek*, przeł. i wstęp E. Sujak, wyd. 10, Warszawa 2004; idem, *Wychowanie bez porażek w praktyce. Jak rozwiązywać konflikty z dziećmi?*, przeł. i wstęp E. Sujak, wyd. 7, Warszawa 2004.

tego przedmiotu w zakresie kształtowania i rozwijania kompetencji budowania relacji i kompetencji rodzicielskich, jako specyficznych kompetencji społecznych, pominięte zostały dwa główne obszary, które obecnie podlegają w Polsce wielu kontrowersjom i dyskusjom. Zarówno temat kształtowania się ról rodzinnych wynikających z płci, jak i temat edukacji seksualnej wymagają głębszych analiz i usystematyzowania.

Tworzenie i aktualizacje programów i metod nauczania, np. przedmiotu wychowanie do życia w rodzinie, kursów narzeczeńskich, warsztatów kompetencji rodzicielskich, treningów budowania relacji, treningów asertywności, treningów komunikacji i rozwiązywania konfliktów czy innych działań edukacyjnych skierowanych do dzieci, młodzieży, osób dorosłych i rodzin powinno obejmować aktualne opracowania i badania z zakresu nauk o rodzinie i dydaktyki. Edukacja powinna być oparta na wiedzy teoretycznej, ale również stale ewaluowana. Szczególnie przy tworzeniu programów usprawniających kompetencje interpersonalne należy zwrócić uwagę na wartość doświadczenia i treningu – działania upodmiotawiające pozwolą uczestnikom, samodzielnie zidentyfikować, doświadczyć i wzmocnić osobiste zasoby, doświadczyć własnej podatności i siły. Doświadczenie podmiotowości, samodzielności, własnej skuteczności, pobudza twórczość, odpowiedzialność.

Opracowania wymagają jeszcze inne uwarunkowania przygotowania młodych dorosłych do założenia rodziny. Przede wszystkim, w zmieniającym się świecie, warto podejmować wyzwania badawcze w temacie przygotowania młodych dorosłych do założenia rodziny oraz polityki prorodzinnej państwa.

Bibliografia

1. Bakiera L., *Rodzicielstwo w cyklu życia rodziny*, [w:] *Rodzina w cyklu życia – rozwój, zmiana, kryzysy*, red. M. Kaźmierczak, A. Lewandowska-Walter, Wyd. Liberi Libri 2023, s. 13-33, https://doi.org/10.47943/lib.9788363487638.
2. Czyżowska D., Gurba E., *Bliskość w relacjach z rodzicami a przywiązanie i poziom intymności doświadczane przez młodych dorosłych*, „Psychologia Rozwojowa" 2016, t. 21, nr 4, s. 91-107, doi:10.4467/20843879PR.16.024.6001.
3. Emmons M., Alberti R., *Asertywność. Sięgaj po to, czego chcesz, nie raniąc innych*, przeł. M. A. Michalski, Gdańsk 2006.
4. Goldstein A. P., Glick B., Gibbs J. C., *ART, program zastępowania agresji*, wydanie poprawione, przeł. E. Bartz, M. Kłopotowska, M. Kołodziejczyk, K. Okniński, Warszawa 2004.
5. Goleman D., *Inteligencja emocjonalna*, przeł. A. Jankowski, Poznań 1997.
6. Goleman D., *Inteligencja emocjonalna w praktyce*, przeł. A. Jankowski, Poznań 1999.
7. Gordon T., *Wychowanie bez porażek*, przeł. i wstęp E. Sujak, wyd. 10, Warszawa 2004.

8. GordonT., *Wychowanie bez porażek w praktyce. Jak rozwiązywać konflikty z dziećmi?*, przeł. i wstęp E. Sujak, wyd. 7, Warszawa 2004.
9. Grabowski A., *Early maladaptive schemas and the quality of marital bond and communication*, „Quarterly Journal Fides et Ratio" 2023, Issue 1(53), s. 9-17, doi:10.34766/fetr.v53i1.1160.
10. Hart S., Hodson V. K., *Empatyczna klasa. Relacje, które pomagają w nauce*, Warszawa 2006.
11. Heller W., *Kompetencja interpersonalna młodzieży szkolnej/akademickiej. Czy media cyfrowe są zagrożeniem dla umiejętności interpersonalnych młodego pokolenia?*, [w:] *Kompetencje interpersonalne w przestrzeni szkoły*, red. W. Heller, A. M. Janiak, Poznań–Kalisz 2016, s. 18.
12. *Instrukcja Episkopatu Polski o przygotowaniu do zawarcia małżeństwa w Kościele katolickim*, 13.12.1989, https://opoka.org.pl/biblioteka/W/WE/kep/kkbids/malzenstwo1_13121 989.html.
13. J. Jagieła, *Socjoterapia w szkole*, Kraków 2009.
14. Jaworska J., *Więzi rodzinne i umiejętności interpersonalne a technologie komunikacyjne,* „Wychowanie w Rodzinie" 2013, t. VIII, nr 2, s. 186-203.
15. Król-Fijewska M., *Trening asertywności*, Warszawa 1983.
16. Król-Fijewska M., *Stanowczo, łagodnie, bez lęku czyli 13 wykładów o asertywności*, Warszawa 1993.
17. Lasota A., Jońca D., *Emocje, konmunikacja, akceptacja. Program profilaktyczno-terapeutyczny dla dzieci w wieku przedszkolnym i szkolnym – Plecak szczęśliwego ucznia*, Warszawa 2021.
18. Martowska K., Matczak A., *Pomiar kompetencji społecznych – prezentacja nowego narzędzia diagnostycznego,* „Psychologia Jakości Życia" 2013, t. 12, nr 1(43-56), s. 43-56, DOI: 10.5604/16441796.1088803.
19. Martowska K., *Psychologiczne uwarunkowania kompetencji społecznych*, Wyd. Liberi Libri 2012.
20. Mudyń K., *„Komunikacja bez przemocy" jako metoda przezwyciężania i zapobiegania konfliktom,* [w:] *Kryzys, interwencja i pomoc psychologiczna. Nowe ujęcia i możliwości*, red. D. Kubacka-Jasiecka, K. Mudyń, Toruń 2005, s. 303-319.
21. Mynarska, M., *Kiedy mieć dziecko? Jakościowe badanie procesu odraczania decyzji o rodzicielstwie*, „Psychologia Społeczna" 2011, t. 6, 3 (18), s. 226-240.
22. Plopa M., *Psychologia rodziny. Teoria i badania*, Kraków 2015.
23. *Podstawa programowa* na różnych poziomach kształcenia, https://podstawaprogramowa.pl [dostęp: 10.10.2023].
24. *Program Treningu Asertywności*, Stowarzyszenie Psychoedukacji i Terapii „Evolutio", Wrocław 2018.
25. *Program Treningu Budowania Relacji*, Stowarzyszenie Psychoedukacji i Terapii „Evolutio", Wrocław 2018.
26. *Program Treningu Kompetencji Wychowawczych*, Stowarzyszenie Psychoedukacji i Terapii „Evolutio", Wrocław 2018.
27. Rosenberg M. B., *Edukacja wzbogacająca życie. Porozumienie bez Przemocy przyczynia się do poprawy wyników nauczania, redukuje konflikty i wzbogaca wzajemne relacje między uczniami i nauczycielami*, przeł. A. Mills, J. Santorski & CO, Warszawa 2006.
28. Rosenberg M. B., *Porozumienie bez Przemocy. O języku serca*, przeł. M. Kłobukowski, J. Santorski & CO, Warszawa 2003.

29. Rozporządzenie Ministra Edukacji Narodowej z dnia 12 sierpnia 1999 r. w sprawie sposobu nauczania szkolnego oraz zakresu treści dotyczących wiedzy o życiu seksualnym człowieka, o zasadach świadomego i odpowiedzialnego rodzicielstwa, o wartości rodziny, życia w fazie prenatalnej oraz metodach i środkach świadomej prokreacji zawartych w podstawie programowej kształcenia ogólnego (Dz.U. z 1999 r., nr 67, poz. 756; Dz.U. z 2017 r., poz. 1117).
30. Rozporządzenie Ministra Edukacji Narodowej z dnia 30 stycznia 2018 r. w sprawie podstawy programowej kształcenia ogólnego dla liceum ogólnokształcącego, technikum oraz branżowej szkoły II stopnia, Załącznik nr 1. Podstawa programowa kształcenia ogólnego dla czteroletniego liceum ogólnokształcącego i pięcioletniego technikum (Dz.U. z 2017 r., poz. 59, 949 i 2203).
31. *Rozwiązywanie konfliktów poprzez porozumienie bez przemocy. Marshall B. Rosenberg w rozmowie z Gabriele Seils – skąd się biorą przemoc i agresja i jak sobie z nimi radzić*, przeł. B. Wyczesany, J. Santorski & CO, Warszawa 2008.
32. Ryś M., *Ku dojrzałości osobowej*, [w:] *Wychowanie do życia w rodzinie. Książka dla nauczycieli, rodziców i wychowawców*, red. K. Ostrowski, M. Ryś, Warszawa 1999, s. 22-33.
33. Ryś M., Sztajerwald T., *Psychologiczne aspekty dojrzałości młodych do małżeństwa. Skala Dojrzałości Psychicznej do Małżeństwa SKALDOM II*, „Kwartalnik Naukowy Fides et Ratio" 2019, t. 37, nr 1, DOI: https://doi.org/10.34766/fetr.v1i37.43.
34. *Trening kompetencji rodzicielskich. Zbiór scenariuszy zajęć z rodzicami dla pedagogów i psychologów*, red. P. Ziółkowski, Bydgoszcz 2015.
35. Walęcka-Matyja K., *Role i funkcje rodziny*, [w:] *Psychologia rodziny*, red. nauk. I. Janicka, H. Liberska, Warszawa 2014, s. 95-114.

Educational opportunities to prepare young adults to start a family

Abstract

The presented analyzes are limited to the educational tasks of schools and other institutions that provide planned or spontaneous activities in the field of preparation for starting a family. The theoretical and cognitive goal of the presented studies is to analyze educational conditions and prepare young adults to start a family. This goal was achieved by answering the research questions: 1) What are the benefits of support for family relationships? 2) What are their characteristics and how are they shaped by parental behavior? 3) What are the educational opportunities to prepare for starting a family at school and beyond? Considering the location to achieve a practical and useful goal: application tools, features selected for analysis for research and pedagogical practices. In terms of the principles of application of principles and criticism of literature.

Keywords: preparation for starting a family, young adults, family, pro-family education