

Prężność rodzinna – rola zasobów religijnych i duchowych

Family resilience – the role of religious and spiritual resources

DOI 10.25951/14273

Wprowadzenie

Prężność to konstrukt rozpatrywany w psychologii nie tylko w kategoriach jednostkowych, ale także rodzinnych. Istotną rolę w jego ujmowaniu odgrywa pojęcie zasobów, określanych także mianem czynników chroniących (Maurović i in. 2020). Dzięki nim rodziny prężne mogą opierać się kryzysom lub adaptować się do sytuacji wywołanych zaistniałym kryzysem.

Wśród zasobów wspierających proces prężności można wskazać na te związane z religijnością i duchowością rodziny. Mają one znaczenie dla podejmowania zachowań ukierunkowanych na zdrowie oraz utrzymanie dobrostanu psychicznego (Bożek i in. 2020). Z tego względu ważne wydaje się zgłębienie relacji między zasobami religijnymi i duchowymi rodziny a jej prężnością. Celem poniższego opracowania jest analiza zagadnień związanych z tą tematyką.

Rodzina

W celu opracowania powyższych zagadnień podjęto próbę zdefiniowania podstawowych pojęć będących przedmiotem pracy.

W socjologii rodzina klasycznie jest rozumiana jako pierwotna grupa, w której skład wchodzi małżonkowie oraz ich dzieci, a także krewni i osoby pozostające z małżonkami w stosunku powinowactwa. Fundament rodziny stanowią więzi małżeńska i rodzicielska, wyznaczające role pełnione przez członków rodziny. Autorzy podkreślają, że rodzina two-

¹ Autor korespondencyjny.

rzy środowisko dla procesu uczenia się i uspołeczniania jednostki (Maciejewska i Bury 2008). Z kolei Zbigniew Tysza (1997) ujmuje rodzinę jako

ustrukturalizowany i funkcjonalnie powiązany zbiór jednostek i specyficznych substruktur oraz mikroelementów społecznych tworzących mikrogrupę i zarazem instytucję społeczną, powiązaną wewnątrznie więzią małżeńską, więzią pokrewieństwa, powinowactwa lub adopcji oraz wypełniającą jednocześnie szereg istotnych, ważnych, zintegrowanych ze sobą funkcji wobec jednostek i społeczeństwa, w oparciu o regulatory występujące w kulturze behawioralnej.

Psychologiczne definicje podkreślają, że istotą rodziny jest postrzeganie jej z perspektywy jednostek oraz stosunków interpersonalnych między jej członkami (Maciejewska i Bury 2008). Rodzina stanowi wobec tego – zgodnie z podejściem systemowym – grupę, w której zachodzą wzajemne interakcje.

Prężność i prężność rodzinna

Prężność była początkowo definiowana w kategoriach względnie niezmiennych właściwości osobowościowych jednostki (Gąsior i in. 2016). Michael Rutter (1987) doprecyzował znaczenie prężności, wskazując, że jest to finalny etap osłabiania doświadczenia stresu, który – nie modyfikując samego stresora – pomaga jednostce w efektywnym radzeniu sobie. Zgodnie z tym nurtem sformulowano pojęcie „ego-rezyliencji”. Jack Block i Adam M. Kremen (1996) uznali, że jego składowymi są „dzielność w radzeniu sobie ze stresem, siła charakteru i elastyczność w przystosowywaniu się do nowych warunków” (Gąsior i in. 2016).

W świetle formułowanych definicji przyjęto podstawowe założenia, będące warunkiem wystąpienia prężności. Pierwsze odnosiło się do konieczności pojawienia się nienormatywnych, zagrażających jednostce okoliczności, związanych z traumatycznymi doświadczeniami rodzinnymi, indywidualnymi czy środowiskowymi. Drugie natomiast wskazuje, że prężność występuje wraz z „pozytywną adaptacją”, dzięki której jednostka radzi sobie z czynnikami ryzyka w adekwatny sposób (Luthar i Zelazo 2003; Rutter 2006, za: Gąsior i in. 2016). Sformułowanie powyższych założeń przyczyniło się do zapoczątkowania nurtu, zgodnie z którym prężność pojmowana jest w kategoriach procesu „polegającego na wzajemnej interakcji czynników chroniących i czynników ryzyka” (Gąsior i in. 2016). Proces prężności jest ukierunkowany salutogenicznie – nastawiony na dobrostan, w przeciwieństwie do podejścia patogenicznego skupionego na chorobie (Hawley i DeHann 1996).

Z czasem prężność zaczęto odnosić również do funkcjonowania rodziny. Prężność rodzinną pojmowano w kategoriach pozytywnych adaptacji, związanych z wzorcami i umiejętnościami, którymi posługuje się rodzina doświadczająca działania stresorów w celu utrzymania homeostazy (McCubbin i McCubbin 1996). Joanna Matuszczak-Świgoń (2022) wskazuje za Dalem R. Hawleyem i Laurą DeHann na fakt, że prężność nie stanowi stałej charakterystyki rodziny, ale „drogi, którymi rodziny mogą podążać w odpowiedzi na określone czynniki stresogenne”. Ponadto czynniki, które pełnią funkcję chroniącą w jednym kontekście i czasie, mogą stać się dezadaptacyjne w innych okolicznościach.

Froma Walsh (2016) uznaje, że prężność rodzinna nie odnosi się jedynie do umiejętności radzenia sobie z bieżącymi trudnościami – polega także na rozwoju w konfrontacji ze stresorami przy wykorzystaniu zasobów rodziny. Podobnie Pauline Boss (2006) wskazuje, że prężne rodziny w obliczu trudności posługują się zasobami w celu poradzenia sobie ze stresem oraz nadania mu sensu w świetle rodzinnej narracji. Zasoby okazują się być istotnym aspektem procesu prężności. W nawiązaniu do teorii systemowych stanowią potencjał zakorzeniony w wartościach oraz normach (Kulesza 2016).

Duchowość i religijność

W psychologii wskazuje się na trudności związane z odróżnieniem duchowości i religijności (Jarosz 2010). Ta pierwsza jest definiowana jako relacja z istotą wyższą wpływającą na funkcjonowanie jednostki w świecie (Zinnbauer i Pargament 2005), odniesienie do kluczowych problemów egzystencjalnych (Hart 1994) czy ostatecznych celów – Boga, istoty wyższej, miłości (Tart 1975). Religijność natomiast wskazuje na emocje i zachowania odnoszące się do czegoś, co jednostka uznaje za boskie (James 2001) oraz odczuwanie istnienia istoty wyższej i zgodne z tym odczuciem postępowanie (Clark 1958).

Marek Jarosz (2010) zauważa, że „religijność i duchowość wyraźnie na siebie zachodzą”. Rozwiązaniem problemu ich rozróżnienia wydaje się pojęcie tradycji – religijność stanowi poszukiwanie tradycyjnie rozumianego sacrum w tradycyjny, często zinstytucjonalizowany sposób. Duchowość natomiast koncentruje się na poszukiwaniu sacrum i uniwersalnego znaczenia, jednak wystąpienie tradycyjnych elementów zarówno w samym wizerunku sacrum, jak i sposobach jego poszukiwania nie jest konieczne (Zinnbauer i Pargament 2005). Marek Jarosz (2010) wskazuje jednak, że dużo trafniejsze rozróżnienie wymaga wprowadzenia pojęcia celu poszukiwania sacrum. W przypadku duchowości sacrum sta-

nowi ostateczny cel poszukiwań. Tak rozumiana duchowość to właśnie „rdzeń religijności” (Jarosz 2010). W przypadku tej ostatniej celem nie jest bowiem samo sacrum, ale inne dobra, np. zdrowie czy wsparcie społeczne (Zinnbauer i Pargament 2005). Takie ujęcie wpisuje się w oczekiwania psychologii dojrzewającej na gruncie kultury chrześcijańskiej, w ramach której badaczom z trudem przychodzi pojmowanie duchowości w oderwaniu od sacrum.

Modele prężności rodzinnej

Ze względu na główną tematykę pracy poniżej zostaną przytoczone informacje jedynie na temat pierwszego modelu prężności rodzinnej oraz tego, który obecnie wydaje się być najbardziej aktualny (rozbudowany przegląd informacji na temat pozostałych modeli w: Lachowska 2014).

Model Stresu Rodzinnego ABCX Hilla (1949) jest już rzadko stosowanym modelem we współczesnych badaniach i interwencjach terapeutycznych. Stanowi jednak olbrzymi wkład w rozwój koncepcji odporności rodziny. Model ten uwzględnił zmienne B (zasoby rodziny) i C (postrzeganie zdarzenia stresogennego) w A (wydarzenie stresogenne), biorąc pod uwagę X (stopień napięcia wywołanego kryzysem) (Lachowska 2014; Rosino 2016). Reuben Hill obserwując, że stresujące wydarzenia niekoniecznie wpływają na pojawienie się kryzysu stwierdził, że rodziny mogą czerpać z posiadanych zasobów, stanowiących niejako bufor ochronny, i przeciwdziałać pojawieniu się zjawisk świadczących o patologii (Rosino 2016). Odkrycia te wpłynęły na rozpoczęcie prac nad tworzeniem interwencji i poszukiwania zasobów mogących wpływać na powrót rodziny do równowagi po doświadczeniu sytuacji kryzysowej.

Najbardziej aktualnym modelem prężności rodziny wydaje się być Prężnościowy Model Stresu Rodziny, Przystosowania i Adaptacji, którego autorami są Marilyn McCubbin i Hamilton McCubbin (1993). W modelu tym pojawiają się dwie możliwe fazy i odpowiedzi na kryzys: przystosowanie i adaptacja rodziny (Lachowska 2014).

Faza przystosowania polega na interakcji stresora i podatności rodziny. Podatność rodziny oddziałuje z kolei z typologią rodziny. Wymienione czynniki wchodzi w interakcję z zasobami rodziny, które stanowią mocne strony i mogą wpływać na możliwość poradzenia sobie z kryzysem (McCubbin 2001 za: Fouche 2008). Zasoby rodzinne występują w relacji z oceną stresora – od niej będzie zależało, jakie strategie radzenia sobie, mające na celu wyjście z kryzysu, wybierze rodzina.

Wyżej wymienione komponenty, będące we wzajemnej interakcji, pomagają określić reakcję na stresor i towarzyszące mu czynności. Taką reakcją może być stan niepokoju, zachwianie równowagi rodzinnej, cierpienie poszczególnych członków rodziny, ale też eustres – pozytywna reakcja na zdarzenie stresogenne, stanowiąca o percepcji sytuacji trudnej przez członków rodziny w kategoriach szansy na rozwój i wyzwania (Fouche 2008).

Kolejną fazą w tym modelu jest adaptacja. Wstępują w nią rodziny, które nie przystosowały się do nowej sytuacji stanowiącej stresor. Jest to wynik powstałej na skutek kryzysu dysharmonii w systemie, która musi nieść za sobą zmiany w dotychczasowym sposobie funkcjonowania rodziny, mające na celu przywrócenie stabilności i równowagi (Lachowska 2014). Pogłębienie kryzysu pojawia się w wyniku narastania żądań, tj. kumulacji stresorów przedkryzysowych i pokryzysowych. Stresory te wchodzi w interakcje z nowymi oraz zachowanymi wzorcami funkcjonowania rodziny. Narastanie żądań oraz wzorce funkcjonowania oddziałują na mocne strony rodziny, sieć wsparcia społecznego oraz proces oceny (składający się ze schematów rodzinnych, oceny sytuacji i oceny stresorów). W wyniku wymienionych oddziaływań powstają nowe zasoby, wzorce funkcjonowania, wsparcia i oceny, co ostatecznie prowadzi do adaptacji oraz poradzenia sobie z kryzysem (Fouche 2008). Wpływa to na dalszą zdolność promowania (inwestowanie zasobów, wspieranie rozwoju) swoich członków, chęć utrzymania rodziny w całości oraz możliwość realizacji zadań rozwojowych (Patterson 2002). Model ten pozwala zatem zidentyfikować odpowiednie zasoby, doskonalić umiejętności rozwiązywania problemów i radzenia sobie oraz przededefiniować warunki powodujące kryzys (Frain i in. 2007).

Okazuje się, że model ten znajduje szerokie zastosowanie w różnych interwencjach i badaniach naukowych, mających na celu określenie ścieżki powrotu do normalnego funkcjonowania rodzin dotkniętych różnego rodzaju kryzysami (Frain i in. 2007; Yeh i Bull 2011; Hall i in. 2012; Van Riper i in. 2023).

Funkcjonowanie rodzin prężnych według Fromy Walsh

Froma Walsh (2012) charakteryzując rodziny prężne określiła ich właściwości w zakresie systemu przekonań, wzorców organizacyjnych systemu oraz sposobów komunikacji i rozwiązywania problemów. Jak sama wskazuje, procesy zachodzące w wymienionych obszarach są „dynamiczne, obejmujące mocne strony i zasoby, do których rodziny mogą sięgać, aby zwiększyć odporność rodziny” (Walsh 2012).

Przekonania rodziny wpływają na odbiór doświadczenia związanego z kryzysem. To właśnie wspólne przekonania pomagają członkom rodziny nadać sens przeciwnościom, tym samym sprzyjając budowaniu odporności. Wzmacnia to poczucie jedności oraz przekonanie, że członkowie rodziny mogą wzajemnie od siebie czerpać, aby wspólnie rozwiązać konflikt. Bardzo ważna na tym etapie wydaje się sama interpretacja problemu oraz normalizowanie stanu jednostki przez nią samą oraz bliskich – zgodnie ze słowami Victora E. Frankla „nienormalna reakcja na nienormalną sytuację jest normą” (Frankl 2009). Takie postępowanie redukuje obwinianie się oraz poczucie wstydu (Walsh 2012). Za Aronem Froma Walsh wymienia poczucie koherencji jako ważny czynnik sprzyjający procesowi powrotu do normalnego funkcjonowania. Proces ten wymaga od rodziny odbudowania poczucia spójności oraz zrozumienia doświadczeń stanowiących kryzys, co umożliwi nadanie znaczenia oraz budowanie realistycznej oceny wyzwań, z którymi rodzina winna aktywnie sobie radzić. Ważne w tym kontekście wydaje się być również rozbudzenie i podtrzymywanie nadziei oraz budowanie pozytywnego nastawienia co do możliwości wyjścia z kryzysu. Aby tego dokonać, należy pracować nad dostrzeganiem mocnych stron rodziny, co pozwoli uporać się z poczuciem bezradności. Terapeuta w takich warunkach powinien zachęcać rodzinę do podejmowania wysiłków – chociażby tworzenia alternatywnych rozwiązań, jakie rodzina może wdrażać dzięki swojemu potencjałowi. W niektórych rodzinach ważne mogą być również tradycje i duchowość. Zwiększa to motywację oraz poczucie wspólnotowości (dzięki zaangażowaniu np. w zgromadzeniu religijnym). Te transcendentne doświadczenia wydają się być źródłem odporności rodzin zmagających się z problemem, nadając mu sens. Warto podkreślić znaczenie wykraczania poza system poprzez szukanie wsparcia i relacji we wspólnocie czy też Bogu – zwiększa to szansę na doświadczenie czegoś w rodzaju wzrostu potraumatycznego (Thombre i in. 2010; Fayaz 2023).

Wzorce organizacyjne systemu stanowią o możliwości sprostanienia wyzwaniom życiowym (Walsh 2012). Rodzina zyskuje możliwość dostosowania się dzięki dwóm wymiarom – elastyczności i stabilności. W zakresie elastyczności dokonuje się to za sprawą otwartości na zmianę dotychczasowych reguł i wzorców funkcjonowania. To, co do tej pory było uznawane za „normalne”, musi być odrzucone jako stan, który już nie wróci, a zostanie ubogacony przez nowe, choć czasem ciężkie doświadczenia, kreując „nową normalność”, stanowiącą o dostosowaniu się do nowych warunków (Daks i in. 2022). Nie można jednak zapominać o stabilności, która polega na równoważeniu destrukcyjnych zmian przez rodziny. Szczególnie ważne dla dzieci wydają się być w tym sensie „ciągłość, niezawodność i przewidywalność”, przejawiające się codziennymi rytu-

alami, związanymi np. z porą jedzenia, które dają poczucie stabilności (Walsh 2012). Rodzice muszą dbać o to, aby posiadać w oczach swoich dzieci autorytet, który jednocześnie będzie uwzględniał potrzeby tych drugich. Niezawodność rodzica, jego nadzór i pozostanie w odpowiedniej roli ułatwiają bowiem dzieciom adaptację do nowych warunków (Mackova i in. 2019). Na wzorce organizacyjne składa się również podtrzymywanie relacji i związków między członkami rodziny. Kryzys może zakłócić spójność i zaufanie między nimi (Walsh 2012). Wzajemne zrozumienie, podtrzymywanie relacji, szacunek dla indywidualnych potrzeb oraz danie sobie czasu na przejście przez kryzys może pomóc w późniejszym dążeniu do odbudowy relacji, które doświadczyły trudności oraz być zasobem w przyszłych ciężkich chwilach (Walsh 2012). Rodzina powinna pozostać także otwarta na wsparcie z zewnątrz (znajomych, pomocy instytucjonalnej), stanowiące dla niej materialny i emocjonalny zasób, który wydaje się niezbędny dla prawidłowego funkcjonowania (Wojciszke 2022).

Ostatni wymieniany przez F. Walsh obszar dotyczy sposobów komunikacji i rozwiązywania problemów. W kontekście doświadczania kryzysu F. Walsh (2012) dostrzega wzajemną wymianę informacji o swoim stanie emocjonalnym oraz komunikowanie gotowości do rozwiązywania problemów jako ważne czynniki związane z prężnością. Jasność komunikatu oraz brak zatajania przed innymi członkami rodziny swoich ocen i obaw pełnią rolę buforującą lęki, problemy somatyczne czy behawioralne (Huang i in. 2023; Bakhtiari i in. 2024) oraz sprzyjają planowaniu przyszłych działań. Równie ważne wydaje się empatyczne przyzwolenie sobie i innym na różne reakcje emocjonalne, które będzie miało na celu przetworzenie trudnych uczuć. Wskazane jest tworzenie przestrzeni do dzielenia się przyjemnymi doświadczeniami, używania poczucia humoru czy też przeżywania rodzinnych świąt i uroczystości, które podczas kryzysu mogą zejść na dalszy plan. Pielęgnowanie tej sfery może wzmocnić odporność i podnieść rodzinę na duchu (Walsh 2012). W kontekście budowania relacji ważna jest też współpraca, mająca na celu rozwiązywanie problemów. Froma Walsh proponuje także stawianie i osiąganie małych celów – co ma zbudować poczucie sprawstwa w członkach systemu – oraz traktowanie porażek jako lekcji na przyszłość. Rodziny powinny również działać aktywnie poprzez tworzenie alternatywnych planów w celu przygotowania się na nieprzewidziane wyzwania, co będzie wpływało na ich stabilność. Badania wykazują, że proaktywne strategie radzenia sobie, perspektywa czasowa zorientowana na przyszłość, wyrażanie pozytywnych emocji i regulowanie emocji negatywnych, myślenie dywergencyjne oraz otwarta komunikacja z rodzicami są pozytywnie związane z dobrostanem społecznym (Zambianchi i Ricci Bitti 2013).

Zasoby religijne i duchowe rodziny

Religijność i duchowość jako elementy transcendencji wydają się odgrywać znaczącą rolę w funkcjonowaniu rodzin prężnych w ramach ich systemu przekonań (Walsh 2012). W 2010 r. opublikowano przegląd badań przeprowadzonych w latach 1999–2009, które zgłębiały związki między poziomem religijności i duchowości (R/S – *religiousness/spirituality*) a dobrostanem rodziny, poziomem jej funkcjonowania oraz radzeniem sobie z kryzysami (Mahoney 2010). Mówiąc o znaczeniu R/S dla rodziny, Annette Mahoney wskazuje na trzy etapy relacji rodzinnych – tworzenie (nawiązywanie relacji rodzinnych), utrzymywanie (polegające na zabezpieczaniu i ochronie nawiązanych relacji) oraz transformację (doświadczaną w momencie kryzysu, polegającą na wprowadzaniu zmian w funkcjonowaniu rodziny). Wymienione etapy odnosi także do siły wyższej oraz wspólnoty religijnej; ze względu na tematykę przeglądu w dalszej części zostaną jednak omówione jedynie aspekty związane z rodziną. Na każdym z wymienionych etapów zasoby duchowe i religijne mogą pomóc członkom systemu w odpowiednim poradzeniu sobie ze stojącymi przed nimi wyzwaniami. Całość procesów, które wspierają rodzinę na gruncie duchowym badaczka określa mianem duchowości relacyjnej, a na dowód znaczenia R/S dla systemu rodzinnego przytacza wyniki badań, które kontynuowano w kolejnych latach po publikacji przeglądu (Mahoney 2010).

S/R odgrywa znaczącą rolę podczas wyboru partnera. Młodzi dorośli są bardziej skłonni zawrzeć małżeństwo z osobą o takim samym wyznaniu (McC-lendon 2016). Badania podłużne pokazują, że religijność, rozumiana w kategoriach częstotliwości praktykowania, przekonań i duchowości, koreluje dodatnio z prawdopodobieństwem zawarcia małżeństwa. Ponadto zawarcie małżeństwa przewiduje wzrost religijności. Oba efekty są szczególnie silne w przypadku mężczyzn (Silverstein i in. 2023). Etap tworzenia jest związany także z aspektem prokreacji. Religijność wyjaśnia poziom dzietności kobiet nawet po kontrolowaniu zaangażowania zawodowego matek (Okun 2017). W badaniu przeprowadzonym przez Emily A. Marshall i Hanę Shepherd (2018) torowano u kobiet przekonanie o ograniczeniach finansowych i zawodowych związanych z posiadaniem dzieci. Kobiety, które wykazywały się wyższym poziomem religijności deklarowały po zastosowaniu interwencji chęć posiadania większej liczby dzieci niż kobiety mniej religijne.

Na tworzenie relacji wpływ ma również spędzanie czasu rodziców z dziećmi oraz zaangażowanie w budowanie relacji. Badania pokazują, że religijni ojcowie wykazują większe zaangażowanie w tworzenie relacji z dziećmi niezależnie

od ich osobowości i jakości małżeństwa (Lynn i in. 2016). Religijność koreluje dodatnio w przypadku mężczyzn także z uczestnictwem w wykonywaniu prac domowych (Gull i Geist 2020), prawdopodobieństwem przejścia na urlop rodzicielski i mniejszą intensywnością konfliktów rodzicielskich (Petts 2018). Religijne małżeństwa podkreślają znaczenie komplementarności podejmowanych ról (Leavitt i in. 2021). Badania pokazują, że protestanckie kobiety oraz katolicy i prawosławni mężczyźni zgłaszają mniej konfliktów pomiędzy obowiązkami związanymi z pracą i życiem rodzinnym (May i Reynolds 2018). Religijność wiąże się także z wyższym poziomem zaangażowania małżeńskiego (Allgood i in. 2009; Aman i in. 2021).

W drugim z etapów – utrzymywaniu – zadanie członków rodziny polega na zachowaniu jakości utworzonych relacji z miłością i zaangażowaniem (Mahoney 2010). Religijność współmałżonka koreluje dodatnio z pozytywnym ocenianiem małżeństwa, a efekt ten jest szczególnie silny w przypadku kobiet (Perry 2016). Religijność może wiązać się również z wyższym poziomem satysfakcji z życia seksualnego w przypadku małżonków – efekt ten zachodzi poprzez postrzeganie aktywności seksualnej w kategoriach świętości (Leonhardt i in. 2021). Jest związana także z mniejszym prawdopodobieństwem zdrady małżeńskiej (Subchi i in. 2019) oraz rozwodu (Gurrentz 2017), co dokonuje się poprzez obecność wyższego poziomu zadowolenia z małżeństwa (Tuttle i Davis 2015). Osoby religijne częściej oceniają swoje małżeństwo jako szczęśliwe (Aman i in. 2019). Religijność własna i partnera wiąże się z wyższym poziomem satysfakcji nie tylko z małżeństwa, ale także związku nieformalnego, jednak nie z większym zaangażowaniem w związek (Langlais i Reimnitz 2017). Zaangażowanie moralno-religijne zmniejsza prawdopodobieństwo rozpadu małżeństwa (Latifa i in. 2021; Norouzi i in. 2022).

Utrzymywanie relacji jest związane z koniecznością radzenia sobie z konfliktami. Religijność jest skorelowana ze stosowaniem konstruktywnych strategii rozwiązywania sporów opartych na kompromisie (Delatorre i Wagner 2018). Wiąże się także z osiągnięciem diadycznego konsensusu oraz wyrażaniem emocji małżonków względem siebie (Seddighi i in. 2014). Zmniejsza prawdopodobieństwo stosowania przemocy przez mężów względem żon (Kim 2021), w czym znaczną rolę może odgrywać samoregulacja oparta na religijności (Renzetti i in. 2017). Wiąże się również z przyjmowaniem przez mężczyzn mniej akceptującej postawy wobec przemocy względem kobiet (Yang 2021). Rozwiązywanie konfliktów stanowi jeden z często poruszanych przez wierzące rodziny tematów, który w ich uznaniu jest szczególnie istotny dla prawidłowego funkcjonowania systemu (Kroff i in. 2018).

Etap utrzymywania relacji wymaga dbałości o jakość relacji nie tylko ze współmałżonkiem, ale również z dziećmi. Rodziny wychowujące dzieci w wieku przedszkolnym, które razem uczestniczą w praktykach religijnych, deklarują większą spójność rodziny oraz satysfakcję z życia rodzinnego (Berc i in. 2017). Religijność koreluje ujemnie z surowym rodzicielstwem (Jocson i Garcia 2021) oraz stosowaniem kar fizycznych (Grogan-Kaylor i in. 2018). Wychowywanie w pełnej rodzinie, w której matka jest przekonana o znaczeniu religijności dla życia rodzinnego, skutkuje wyższym poziomem dobrostanu dzieci (Petts 2011). Jak pokazują dane empiryczne, młodzi dorośli deklarują wyższy poziom religijności, gdy ich religijni rodzice okazywali im ciepło (Stearns i McKinney 2019).

Etap transformacji, który zachodzi w momencie doświadczenia przez rodzinę kryzysu, wymaga zaadaptowania do nowej dla systemu sytuacji. Wśród zdarzeń wymagających transformacji A. Mahoney (2010) wymienia porzucenie przez współmałżonka, zdradę, niepłodność czy poważny konflikt. Do kryzysu dochodzi, gdy wszelkie środki zaradcze, obecne na etapie utrzymywania, nie przynoszą oczekiwanych rezultatów. Zasobem dla rodziny może stać się wówczas religijność (Spencer i in. 2020). Interwencje oparte na duchowości łagodzą napięcie oraz wspierają prężność w przypadku rodziców dzieci z niepełnosprawnościami (Gur i Reich 2023). Religijność i duchowość pomagają również radzić sobie ofiarom przemocy domowej (Drumm i in. 2014; Rhoades 2020). Dokonuje się to poprzez nadawanie sensu traumatycznemu doświadczeniu (Vass 2023). Duchowość jest związana z większą łatwością w rozmawianiu z dzieckiem o własnym doświadczeniu przemocy (Kaufman i in. 2021). Przekonania oparte na religijności skutkują pojednaniem w rodzinach doświadczonych zranieniami na skutek oglądu konfliktu z metapoziomu (Dollahite i in. 2019). Mogą stać się istotnym motywem przebaczenia (Hendricks i in. 2022). Religijne radzenie sobie ogranicza cierpienie psychiczne kobiet doświadczane wskutek niepłodności (Nouman i Benyamini 2019).

Adaptacyjne i nieadaptacyjne przejawy religijności i duchowości w rodzinie

Mimo wyników wielu badań ukazujących związek religijności z adaptacyjnym funkcjonowaniem rodziny istnieją także dane, które sugerują odmienne wnioski. Niektóre z nich stanowią, że korelacja religijności i pożądanych praktyk rodzicielskich nie jest jednoznaczna – samo uczestnictwo w praktykach religijnych jest związane negatywnie z preferowaniem autonomii dziecka, natomiast zaangażowanie w działalność wspólnoty religijnej – pozytywnie (Vermeer 2011).

Niektóre grupy religijne promują autorytarny styl wychowania, który skutkuje częstszym występowaniem konfliktów w rodzinie (Lane 2015). Istnieją również dane, które nie wykazują żadnych różnic między małżeństwami praktykującymi religijnie i takimi, które nie praktykują – np. w zakresie częstotliwości konfliktów (Chateh 2022). Badanie przeprowadzone przez Wilmoth i Riaz (2019) wykazało, że podejmowanie czynności religijnych wspólnie – przez małżeństwo lub całą rodzinę – korelowało dodatnio z jakością relacji małżeńskiej; praktykowanie indywidualne przeciwnie – przewidywało niższą jakość związku. Badacze sugerują, że indywidualne podejmowanie praktyk religijnych może stanowić sposób radzenia sobie w sytuacji, gdy małżeństwo nie spełnia oczekiwań jednego ze współmałżonków – wówczas eksplorowanie treści religijnych może stanowić próbę odnalezienia sposobów rozwiązania małżeńskich trudności.

Przeprowadzone badania sugerują również, że religijność jest związana z poprawnym funkcjonowaniem rodziny w sytuacji, gdy członków rodziny wiąże homogamia religijna (Kelley 2018). Małżonkowie tego samego wyznania deklarują wyższy poziom zadowolenia z relacji niż pary heterogamiczne religijnie (Hwang i in. 2021). Różnice w częstotliwości praktykowania religii mogą z kolei być związane z częstszymi aktami przemocy partnerów względem kobiet (Kim 2021). Rodzina może doświadczać konfliktów religijnych, gdy członkowie rodziny nie są spójni w swoich przekonaniach w zakresie wiary (Pirutinsky i in. 2014). Jeśli mowa o związku homogamii religijnej z satysfakcją małżeńską, zachodzą istotne różnice międzyreligijne – homogamia oddziałuje pozytywnie na relację w przypadku katolików i protestantów, ale nie buddystów; podobnie – heterogamia, gdzie jeden z małżonków jest niewierzący, wywiera pozytywny wpływ na związek małżeński u buddystów i katolików (Lee i Lee 2023). Istnieją dane wskazujące, że religijność rodziny nie pełni ochronnej funkcji w przypadku stosowania przemocy wobec dzieci (Feinson i Meir 2014), a nawet – poprzez niektóre wierzenia i przekonania – może być z nią dodatnio powiązana (Clark i in. 2023). Annette Mahoney i in. (2023) sugerują, że istotne jest wobec tego oddzielenie adaptacyjnych przejawów religijności i duchowości od tych, których oddziaływanie na rodzinę można określić jako niekorzystne. Wśród tych pierwszych wymieniają uświęcenie związków małżeńskich i rodzinnych, duchowe ujawnienie i intymność, modlitwę za partnera oraz pozytywne religijne/duchowe radzenie sobie. Autorzy wskazują, że duchowe aspekty funkcjonowania rodziny nie muszą w konieczny sposób wiązać się z przekonaniami teistycznymi – adaptacyjne elementy duchowości relacyjnej mogą stać się także udziałem rodzin, które nie funkcjonują według zasad „tradycyjnej” religijności czy duchowości.

Uświęcenie odnosi się do postrzegania relacji jako przejawu działania siły wyższej (w przypadku uświęcenia teistycznego) lub związku, który posiada „święte” cechy (uświęcenie ateistyczne). Więzy rodzinne stają się wówczas czymś uważanym za uświęcone i pełne transcendencji (Mahoney i in. 2021). Uświęcenie par jest związane ze wspólnym radzeniem sobie, co z kolei może przekładać się na zmniejszenie nasilenia objawów depresyjnych (Skipper i in. 2023). Koreluje także pozytywnie z diadycznym przystosowaniem (Fallahchai i in. 2021). Wyższy poziom uświęcenia wiąże się z satysfakcją małżeńską (Davis i in. 2018). Postrzeganie relacji rodzic–dziecko w kategoriach świętości także okazuje się adaptacyjne – skutkuje zrozumieniem, przebaczeniem oraz wymianą doświadczeń (Moore i in. 2018). Znajduje to odzwierciedlenie również w relacjach z dorosłymi dziećmi, w przypadku których postrzegana świętość jest związana z poczuciem bliskości (Fellers i in. 2023).

Kolejny proces, który stoi za adaptacyjnymi skutkami religijności i duchowości dla funkcjonowania rodziny, to duchowe ujawnienie i intymność. Annette Mahoney i in. (2023) stwierdzają, że relacje rodzinne mogą stwarzać warunki do tego, aby członkowie rodziny dzielili się ze sobą swoimi duchowymi przeżyciami – mowa wówczas o duchowym ujawnieniu. Duchowa intymność z kolei zakłada występowanie empatycznej reakcji osoby, która jest odbiorcą komunikatu. Jak pokazują badania, duchowe ujawnienie i intymność koreluje z występowaniem mniejszej ilości konfliktów oraz z komunikowaniem opartym na współpracy (Mahoney i in. 2021). Istotną rolę w relacji między duchowym ujawnieniem a intymnością małżeńską i poziomem dobrostanu odgrywa duchowe poczucie sensu i znaczenia (Holland i in. 2016).

Podobnie adaptacyjna wydaje się modlitwa za partnera. W przekrojowym, podłużnym badaniu wykazano, że przewiduje ona wyższy poziom satysfakcji małżeńskiej oraz niższy – poczucia osamotnienia w związku małżeńskim (Adamczyk i Pietrzak 2022). Z narracji religijnych rodzin wynika, że modlitwa wstawienicza buduje osobistą siłę oraz stanowi źródło umocnienia dla systemu (Skipper i in. 2018). Modlitwa może także być postrzegana w kategoriach fundamentu relacji rodzinnych oraz czynnika jednoczącego małżeństwo (Hatch i in. 2017).

Pozytywne religijne i duchowe radzenie sobie może polegać na czerpaniu z relacji z istotą wyższą oraz uzyskiwaniu pomocy od współwyznawców (Mahoney i in. 2023). Jak wynika z badań, jest ono związane z wyższą jakością związku małżeńskiego (Fallahchai i in. 2021). Może także wspierać procesy prężności w zakresie rozwiązywania problemów oraz komunikacji (Prasetyo

2022), a także zwiększać poziom dobrostanu członków rodziny osoby dotkniętej schizofrenią (Rohmi i in. 2023).

Miejsce religijności i duchowości w ramach prężności rodzinnej

Prężność to zjawisko ujmowane obecnie w ramach jednostkowych i rodzinnych. Wyznacza sposoby oraz skuteczność radzenia sobie systemu z napotykanymi trudnościami. W centrum modeli prężności rodzinnej znajdują się zasoby. Wśród nich należy wskazać na obecność tych, które są związane z duchowością i religijnością. Duchowy dobrostan i prężność korelują ze sobą na poziomie jednostkowym (Smith i in. 2013; Schwalm i in. 2021). Interwencje oparte na omawianych zasobach okazują się skuteczne w obliczu kryzysowych doświadczeń (Alawiyah i in. 2011). Mogą stanowić czynnik wzmacniający zdrowie psychiczne, prężność i dobrostan dla dorosłych dzieci pozbawionych opieki rodzicielskiej (Howard i in. 2023).

Słuszne zatem zdaje się być pytanie o miejsce duchowości i religijności w zasobach wspierających prężność rodziną. Froma Walsh (2012) umieszcza je w ramach systemu przekonań rodzin prężnych. Wskazuje na poczucie celu i inspirację, których doświadcza rodzina angażująca się w religijne i duchowe praktyki. Jej zdaniem rodzina prężna postrzega kryzys w kategoriach doświadczenia, z którym potrafi sobie poradzić. Takie spostrzeżenia pozostają spójne z wynikami badań, według których w ujemnym związku między religijnym radzeniem sobie a dystresem pośredniczy ponowna ocena problemu oraz poczucie własnej skuteczności (Dolcos i in. 2021).

Religijność i duchowość stanowią zasoby dla członków rodzin osób zmagających się z chorobą (Pessotti i in. 2018). Religijne radzenie sobie jest powiązane z prężnością rodzinną (Prasetyo 2022). Wydaje się, że istotnym czynnikiem w jego ramach jest także poczucie wspólnoty, które – jak wynika z badań jakościowych – wspiera w konfrontowaniu się z kryzysami (Skipper i in. 2018).

Podsumowanie i kierunki badań

Celem powyższego opracowania była analiza zjawiska prężności rodzinnej w świetle zasobów religijnych i duchowych. Przytoczono najważniejsze modele prężności oraz właściwości rodzin prężnych. Jak wynika z przywołanych badań, zasoby religijne i duchowe rodziny wydają się mieć znaczącą rolę w bu-

dowaniu jej prężności oraz nabywaniu cech charakterystycznych dla rodzin prężnych.

Wśród zasobów rodzinnych religijność i duchowość mogą stanowić istotne źródło wsparcia. Wydaje się jednak, że tematyka ta nadal nie została w wyczerpujący sposób zbadana. Religijność i duchowość wspierają funkcjonowanie rodziny na wielu poziomach oraz etapach. Przytoczone wcześniej badania dotyczą jednak wielu różnych sfer jej funkcjonowania. Dalsze kierunki badań mogłyby zatem dotyczyć próby włączenia religijności i duchowości w terminy wyznaczone przez modele prężności. Dzięki temu stanie się możliwe usystematyzowanie wiedzy na temat roli omawianych zasobów w ściśle określonych procesach związanych z prężnością rodzinną. Cenne byłoby także wdrożenie większej liczby badań eksperymentalnych i podłużnych, które mogłyby weryfikować skuteczność interwencji opartych na duchowości i religijności w procesie budowania prężności rodzin. Dotychczasowe wyniki badań wydają się być obiecujące. W ich świetle religijne i duchowe zasoby jawią się jako cenne czynniki wspierające działanie rodziny.

BIBLIOGRAFIA

- Adamczyk K., Pietrzak S. (2022), *Prayer for a partner and relationship outcomes: The moderating role of relationship form (marital vs. nonmarital relationship), „Religions”, doi:10.3390/rel13100953.*
- Alawiyah T., Bell H., Pyles L., Runnels R.C. (2011), *Spirituality and faith-based interventions: pathways to disaster resilience for African American hurricane Katrina survivors*, „Journal of Religion & Spirituality in Social Work: Social Thought”, 30(3), s. 294–319.
- Allgood S., Harris S., Skogrand L., Lee T. (2009), *Marital commitment and religiosity in a religiously homogenous population*, „Marriage & Family Review”, doi:10.1080/01494920802537472.
- Aman J., Abbas J., Lela U., Shi G. (2021), *Religious affiliation, daily spirituals, and private religious factors promote marital commitment among married couples: Does religiosity help people amid the COVID-19 crisis?*, „Frontiers in Psychology”, doi: 10.3389/fpsyg.2021.657400.
- Aman J., Abbas J., Nurunnabi M., Bano S. (2019), *The relationship of religiosity and marital satisfaction: The role of religious commitment and practices on marital satisfaction among Pakistani respondents*, „Behavioral Sciences”, doi:10.3390/bs9030030.
- Bakhtiari A., Keshefi F., Pasha H., Nasiriamiri F., Bakouei F., Saffari E. (2024), *Role of family communication patterns as predictors of behavioral health among*

- students of public universities in north of Iran*, „Journal of Education and Health Promotion”, doi:10.4103/jehp.jehp_1406_23.
- Berc G., Kokorić S.B., Sertić A.D. (2017), *Strengthening family cohesion through shared participation of family members in religious activities in Croatia*, „Journal of Religion & Spirituality in Social Work: Social Thought”, 36(3), s. 326–345.
- Block J., Kremen A.M. (1996), *IQ and ego-resiliency: Conceptual and empirical connections and separateness*, „Journal of Personality and Social Psychology”, 70(2), s. 349–361.
- Boss P. (2006), *Loss, trauma, and resilience: Therapeutic work with ambiguous loss*, New York: W.W. Norton.
- Bożek A., Nowak P.F., Blukacz M. (2020), *The relationship between spirituality, health-related behavior, and psychological well-being*, „Frontiers in Psychology”, doi.org/10.3389/fpsyg.2020.01997.
- Chateh N. (2022), *Investigating gender differences in housework and religion in marital conflict in Cameroon*, „Inkanyiso”, doi:10.4102/ink.v14i1.18.
- Clark M.T., Littlemore J., Taylor J., Debelle G. (2023), *Child abuse linked to faith or belief: Working towards recognition in practice*, „Nursing Children and Young People”, 35(3), s. 34–42.
- Clark W. (1958), *How do social scientists define religion?*, „Journal of Social Psychology”, 47(1), s. 143–147.
- Daks J.S., Peltz J.S., Rogge R.D. (2022), *The impact of psychological flexibility on family dynamics amidst the COVID-19 pandemic: A longitudinal perspective*, „Journal of Contextual Behavioral Science”, doi:10.1016/j.jcbs.2022.08.011.
- Davis J.M., Horrell K.E., Anderson T.L., Lewis Hall M.E. (2018), *Religious and role contributions to the marital satisfaction of evangelical women*, „Journal of Psychology and Theology”, 46(3), s. 184–198.
- Delatorre M.Z., Wagner A. (2018), *Marital conflict management of married men and women*, „Psico-USF”, 23(2), s. 229–240.
- Dolcos F., Hohl K., Hu Y., Dolcos S. (2021), *Religiosity and resilience: Cognitive reappraisal and coping self-efficacy mediate the link between religious coping and well-being*, „Journal of Religion and Health”, 60(4), s. 2892–2905.
- Dollahite D.C., Marks L.D., Barrow B.H. (2019), *Exploring relational reconciliation processes in christian, jewish, and muslim families*, „Family Relations”, 68(5), s. 517–533.
- Drumm R., Popescu M., Cooper L., Trecartin S., Seifert M., Foster T., Kilcher C. (2014), *“God just brought me through it”: Spiritual coping strategies for resilience among intimate partner violence survivors*, „Clinical Social Work Journal”, 42(4), s. 385–394.
- Fallahchai R., Fallahi M., Moazenjami A., Mahoney A. (2021), *Sanctification of marriage, religious coping and marital adjustment of Iranian couples*, „Archive for the Psychology of Religion”, 43(2), s. 121–134.

- Fayaz I. (2023), *Role of religion in posttraumatic growth among population exposed to armed conflict: A systematic review*, „Mental Health, Religion & Culture”, doi:10.1080/13674676.2023.2237909.
- Feinson M.C., Meir A. (2014), *Is religiosity related to reduced abuse in childhood? A community study of ultra-orthodox and secular Jewish women*, w: M.T. Segal, V. Demos (red.), *Gendered perspectives on conflict and violence. Part B* (s. 99–123), Emerald Group Publishing Limited, doi:1108/S1529-2126201400-0018B008.
- Fellers L.E., Kunkle C.E., Schrod P., Follmer D.J. (2023), *Sanctification, relationship maintenance behaviors, and closeness within parent-adult child relationships*, „Journal of Family Communication”, 23(2), s. 107–122.
- Fouche P.J.P. (2008), *The development and relevance of the resiliency model of family stress, adjustment and adaptation*, „Acta Academica”, 40(1), s. 78–126.
- Frain M.P., Lee G.K., Berven N.L., Tansey T., Tschopp M.K., Chronister J. (2007), *Use of the resiliency model of family stress, adjustment and adaptation by rehabilitation counselors*, „Journal of Rehabilitation”, 73(3), s. 18–25.
- Frankl V. (2009), *Człowiek w poszukiwaniu sensu*, Warszawa: Czarna Owca.
- Gąsior K., Chodkiewicz J., Cechowski W. (2016), *Kwestionariusz Oceny Prężności (KOP-26): Konstrukcja i właściwości psychometryczne narzędzia*, „Polskie Forum Psychologiczne”, 21(1), s. 76–92.
- Grogan-Kaylor A., Burlaka V., Ma J., Lee S., Castillo B., Churakova I. (2018), *Predictors of parental use of corporal punishment in Ukraine*, „Children and Youth Services Review”, 88, s. 66–73.
- Gull B., Geist C. (2020), *Godly husbands and housework: A global examination of the association between religion and men's housework participation*, „Social Compass”, 67(3), s. 389–409.
- Gur A., Reich A. (2023), *Spirituality-based interventions for parents of children with disabilities: A systematic review*, „Spirituality in Clinical Practice”, doi:10.1037/scp0000352.
- Gurrentz B.T. (2017), *Religious dynamics and marital dissolution: A latent class approach*, „Marriage & Family Review”, 53(2), s. 185–205.
- Hall H.R., Neely-Barnes S.L., Graff J.C., Krcek T.E., Roberts R.J., Hankins J.S. (2012), *Parental stress in families of children with genetic disorder/disability and the resiliency model of family stress, adjustment, and adaptation*, „Issues in Comprehensive Pediatric Nursing”, doi: 10.3109/01460862.2012.646479.
- Hart T. (1994), *The hidden spring: The spiritual dimension of therapy*, New York: Paulist Press.
- Hatch T., Alghafli Z., Marks L., Rose A., Rose J., Hardy B., Lambert N. (2017), *Prayer in Muslim families: A qualitative exploration*, „Journal of Religion & Spirituality in Social Work: Social Thought”, 36(1–2), s. 73–95.
- Hawley D.R., DeHaan L. (1996), *Toward a definition of family resilience: Integrating life-span and family perspectives*, „Family Process”, 35(3), s. 283–298.

- Hendricks J., Chelladurai J., Marks L., Dollahite D., Kelley H., Rose A. (2022), *Exploring personal and relational motivations and processes of forgiveness in religious families*, „Family Relations”, doi:10.1111/fare.12733.
- Hill R. (1949), *Families under stress*, Westport, CT: Greenwood Press.
- Holland K.J., Lee J.W., Marshak H.H., Martin L.R. (2016), *Spiritual intimacy, marital intimacy, and physical/psychological well-being: Spiritual meaning as a mediator*, „Psychology of Religion and Spirituality”, 8(3), s. 218–227.
- Howard A.H., Roberts M., Mitchell T., Wilke N.G. (2023), *The relationship between spirituality and resilience and well-being: A study of 529 care leavers from 11 nations*, „Adversity and Resilience Science”, 4(2), s. 177–190.
- Huang X.C., Zhang Y.N., Wu X.Y., Jiang Y., Cai H., Deng Y.Q. i in. (2023), *A cross-sectional study: Family communication, anxiety, and depression in adolescents: The mediating role of family violence and problematic internet use*, „BMC Public Health”, doi: 10.1186/s12889-023-16637-0.
- Hwang W., Cakirsoy-Aslan A.D., Brown M.T., Silverstein M. (2021), *Husband-wife religious denomination homogamy and marital satisfaction over time: The moderating role of religious intensity*, „Family Relations”, 70(5), s. 1498–1513.
- James W. (2001), *Doświadczenie religijne*, Kraków: Nomos.
- Jarosz M. (2010), *Pojęcie duchowości w psychologii*, w: O. Gorbaniuk, B. Kostrubiec-Wojtachnio, D. Musiał, M. Wiechetek (red.), *Studia z psychologii w KUL*, t. 16 (s. 9–22), Lublin: Wydawnictwo KUL.
- Jocson R.M., Garcia A.S. (2021), *Religiosity and spirituality among Filipino mothers and fathers: Relations to psychological well-being and parenting*, „Journal of Family Psychology”, 35(6), s. 801–810.
- Kaufman C.C., Howell K.H., Mandell J.E., Hasselle A.H., Thurston I.B. (2021), *Spirituality and parenting among women experiencing intimate partner violence*, „Journal of Family Violence”, 36(2), s. 183–193.
- Kelley H. (2018), *Uniting and dividing influences of religion on familial relationships*, Utah: Brigham Young University.
- Kim C. (2021), *Religion, religious heterogeneity, and intimate partner violence among Korean immigrant women*, „Journal of Interpersonal Violence”, doi:10.1177/0886260518757224.
- Kroff S.L., Cragun K.L., Reyes J.R., Wilmoth J.D., Dollahite D.C., Marks L.D. (2018), *Relationship with God and the Word: Faith among American Evangelical Christian families*, „Marriage & Family Review”, 54(7), s. 693–705.
- Kulesza M. (2017), *Rodzinne zasoby w pedagogice społecznej i praktyce psychopedagogicznej*, Warszawa: Difin.
- Lachowska B. (2014), *Pozytywna psychologia rodziny – w teorii i praktyce*, w: I. Janicka, H. Liberska (red.), *Psychologia rodziny* (s. 556–564), Warszawa: PWN.
- Lane T. (2015), *Impact of parents' religious background on parenting style and children's religiosity in the orthodox Jewish community*, New Jersey: Rutgers University.

- Langlais M., Reimnitz S. (2017), *Religiosity and relationship quality of dating relationships: Examining relationship religiosity as a mediator*, „Religions”, doi:10.3390/rel8090187.
- Latifa R., Salsabila S., Yulianto H. (2021), *Understanding the relationship between religiosity and marital commitment to marital stability: An investigation on Indonesian female journalists*, „Religions”, doi:10.3390/rel12040242.
- Leavitt C.E., Allsop D.B., Price A.A., Marks L.D., Dollahite D.C. (2021), *Exploring gender roles in highly religious families*, „Review of Religious Research”, 63(4), s. 511–533.
- Lee S., Lee M.-J. (2023), *Religious homogamy and marital satisfaction in South Korea: Exploring variations across religious groups*, „Journal for the Scientific Study of Religion”, 62(3), s. 672–693.
- Leonhardt N.D., Busby D.M., Hanna-Walker V.R., Leavitt C.E. (2021), *Sanctification or inhibition? Religious dualities and sexual satisfaction*, „Journal of Family Psychology”, 35(4), s. 433–444.
- Luthar S.S., Zelazo L.B. (2003), *Research on resilience. An integrative review*, w: S.S. Luthar (red.), *Resilience and vulnerability* (s. 510–549), Cambridge: Cambridge University Press.
- Lynn M.G., Grych J.H., Fosco G.M. (2016), *Influences on father involvement: Testing for unique contributions of religion*, „Journal of Child and Family Studies”, 25(11), s. 3247–3259.
- Maciejewska F., Bury P. (2008), *Dysfunkcjonalność rodziny: psychologiczny i socjologiczny aspekt definicji*, „Przegląd Naukowo-Metodyczny. Edukacja dla bezpieczeństwa”, 2, s. 27–41.
- Mackova J., Dankulincova Veselska Z., Bobakova D.F., Madarasová Gecková A., Dijk J.P., Reijneveld S.A. (2019), *Crisis in the family and positive youth development: The role of family functioning*, „International Journal of Environmental Research and Public Health”, doi:10.3390/ijerph16101678.
- Mahoney A. (2010), *Religion in families, 1999–2009: A relational spirituality framework*, „Journal of Marriage and the Family”, 72, s. 805–827.
- Mahoney A., Chinn J.R., McGraw J.S. (2023), *Positive psychology and religiousness/spirituality in the context of couples and families*, w: E.B. Davis, E.L. Worthington Jr., S.A. Schnitker (red.), *Handbook of positive psychology, religion, and spirituality* (s. 445–459), New York: Springer.
- Mahoney A., Wong S., Pomerleau J., Pargament K. (2021), *Sanctification of diverse aspects of life and psychosocial functioning: A meta-analysis of studies from 1999 to 2019*, „Psychology of Religion and Spirituality”, doi:10.1037/rel0000354.
- Marshall E.A., Shepherd H. (2018), *Fertility preferences and cognition: Religiosity and experimental effects of decision context on college women*, „Journal of Marriage and Family”, 80(2), s. 521–536.
- Matuszczak-Świgoń J. (2022), *Prężność rodzinna – aspekty teoretyczne i praktyczne*, „Psychologia Rozwojowa”, 27(3), s. 37–47.

- Maurović I., Liebenberg L., Ferić M. (2020), *A review of family resilience: Understanding the concept and operationalization challenges to inform research and practice*, „Child Care in Practice”, 26(4), s. 337–357.
- May M., Reynolds J. (2018), *Religious affiliation and work – family conflict among women and men*, „Journal of Family Issues”, 39(7), s. 1797–1826.
- McClendon D. (2016), *Religion, marriage markets, and assortative mating in the United States*, „Journal of Marriage and Family”, 78(5), s. 1399–1421.
- McCubbin H.I., McCubbin M.A. (2001), *Resiliency in families: A conceptual model of family adjustment and adaptation in response to stress and crises*, w: M.A. McCubbin, A.I. Thompson, H.I. McCubbin (red.), *Family measures stress, coping and resilience – inventories for research and practice* (s. 1–60), Hawaii: Kamehameha Schools.
- McCubbin M.A., McCubbin H.I. (1993), *Family coping with health crises: The family resiliency model of family stress, adjustment and adaptation*, w: C. Danielson (red.), *Families, health and illness* (s. 21–63), St. Louis, MO: Mosby.
- McCubbin M.A., McCubbin H.I. (1996), *Resiliency in families: A conceptual model of family adjustment and adaptation in response to stress and crisis*, w: H.I. McCubbin, A.I. Thomson, M.A. McCubbin (red.), *Family assessment: Resiliency, coping and adaptation – inventories for research and practice* (s. 1–64), Madison: University of Wisconsin.
- Moore T.J., Hill M.S., King P.E., Palkovitz R., Dollahite D.C., Marks L.D. (2018), *Loving God, loving others: The sacred among American mainline protestant families*, „Marriage & Family Review”, 54(7), s. 733–748.
- Norouzi S., Tamiz R., Naghizadeh S., Mobasseri K., Imani L., Esmaeili P., Hamitalab R., Rahmani F., Asghari Jafarabadi M. (2022), *Marriage survival in new married couples: A competing risks survival analysis*, „PLOS ONE”, doi:10.1371/journal.pone.0272908.
- Nouman H., Benyamini Y. (2019), *Religious women's coping with infertility: Do culturally adapted religious coping strategies contribute to well-being and health?*, „International Journal of Behavioral Medicine”, 26(2), s. 154–164.
- Okun B.S. (2017), *Religiosity and fertility: Jews in Israel*, „European Journal of Population”, 33(4), s. 475–507.
- Patterson J.M. (1988), *Families experiencing stress: I. The Family Adjustment and Adaptation Response Model II. Applying the FAAR Model to health-related issues for intervention and research*, „Family Systems Medicine”, 6(2), s. 202–237.
- Perry S.L. (2016), *Spouse's religious commitment and marital quality: Clarifying the role of gender*, „Social Science Quarterly”, 97(2), s. 476–490.
- Pessotti C., Fonseca L., Tedrus G., Laloni D. (2018), *Family caregivers of elderly with dementia relationship between religiosity, resilience, quality of life and burden*, „Dementia e Neuropsychologia”, 12, s. 408–414.
- Petts R. (2018), *Paternity Leave, father involvement, and parental conflict: The moderating role of religious participation*, „Religions”, doi:10.3390/rel9100289.

- Petts R.J. (2011), *Parental religiosity, religious homogamy, and young children's well-being*, „Sociology of Religion”, 72(4), s. 389–414.
- Pirutinsky S., Midlarsky E., Kor A., Pelcovitz D. (2014), *The impact of religious conflict within orthodox Jewish families in Israel*, „Mental Health, Religion & Culture”, 17(7), s. 665–679.
- Prasetyo Y. (2022), *The influence of religious coping on family resilience in communicating and solving problems during the COVID-19 pandemic*, „Gaceta Médica de Caracas”, doi:10.47307/GMC.2022.130.s5.20.
- Renzetti C.M., DeWall C.N., Messer A., Pond R. (2017), *By the grace of God: Religiosity, religious self-regulation, and perpetration of intimate partner violence*, „Journal of Family Issues”, 38(14), s. 1974–1997.
- Rhoades V.J. (2020), *The domestic violence shelter and alternation: The importance of socialization on the victim-survivor's religion*, w: S. Sremac, I.W. Jindra (red.), *Lived religion, conversion and recovery* (s. 93–119), New York: Springer.
- Rohmi F., Yusuf A., Fitriasari R., Agustinus H. (2023), *What benefits might a family expect from using spiritual coping mechanisms when providing care for people with schizophrenia? Literature review*, „SAGE Open Nursing”, doi:10.1177/23779608231214935.
- Rosino M. (2016), *ABC-X Model of Family and Stress and Coping*, „The Wiley Blackwell Encyclopedia of Family Studies”, doi: 10.1002/9781119085621.wbef313.
- Rutter M. (1987), *Psychosocial resilience and protective mechanism*, „American Journal of Orthopsychiatry”, 57(3), s. 316–331.
- Rutter M. (2006), *Implications of resilience concepts for scientific understanding*, „Annals of the New York Academy of Sciences”, 1094(1), s. 1–12.
- Schwalm F., Zandavalli R., Filho E., Lucchetti G. (2021), *Is there a relationship between spirituality/religiosity and resilience? A systematic review and meta-analysis of observational studies*, „Journal of Health Psychology”, doi:10.1177/1359105320984537.
- Seddighi A., Safarbeygi S., Mohebbi S., Shahseyah M. (2014), *A survey of the relationship between religious orientation and marital adjustment among couples*, „Journal of Religion & Health”, <https://www.semanticscholar.org/paper/A-Survey-of-the-relationship-between-religious-and-Seddighi-Safarbeygi/a7f4ca9b5eac364ec18c844757be6c40a42411ab> (data dostępu: 12.04.2024).
- Silverstein M., Hwang W., Kim J.-H., Yoon J., Vasilenko S.A. (2023), *The relationship between religiosity and marriage from emerging to established adulthood*, „Journal of Adult Development”, 30(1), s. 118–130.
- Skipper A.D., Rose A.H., Card N.A., Moore T.J., Lavender-Bratcher D., Chaney C. (2023), *Relational sanctification, communal coping, and depression among African American couples*, „Journal of Marital and Family Therapy”, 49(4), s. 899–917.
- Skipper A.D., Moore T.J., Marks L. (2018), *“The prayers of others helped”: Intercessory prayer as a source of coping and resilience in christian African American fami-*

- lies, „Journal of Religion & Spirituality in Social Work: Social Thought”, 37(4), s. 373–394.
- Smith L., Webber R., DeFrain J. (2013), *Spiritual well-being and its relationship to resilience in young people: A mixed methods case study*, „Sage Open”, doi:10.1177/2158244013485582.
- Spencer A., Marks L., Dollahite D., Kelley H. (2020), *Positive relational transformation in religious families: Supports and catalysts for meaningful change*, „Family Relations”, doi:10.1111/fare.12440.
- Stearns M., McKinney C. (2019), *Perceived parent–child religiosity: Moderation by perceived maternal and paternal warmth and autonomy granting and emerging adult gender*, „Psychology of Religion and Spirituality”, 11(3), s. 177–187.
- Subchi I., Latifa R., Hartati N., Nahartini D., Yuliani A., Roup M. (2019), *The influence of religiosity, cultural values, and marital commitment to infidelity in marital life*, „Journal of Critical Reviews”, 6(5), s. 51–58.
- Tart C. (1975), *Introduction*, w: C. Tart (red.), *Transpersonal psychologies* (s. 3–7), New York: Harper & Row.
- Thombre A., Sherman A.C., Simonton S. (2010), *Religious coping and posttraumatic growth among family caregivers of cancer patients in India*, „Journal of Psychosocial Oncology”, doi:10.1080/07347330903570537.
- Tuttle J.D., Davis S.N. (2015), *Religion, infidelity, and divorce: Reexamining the effect of religious behavior on divorce among long-married couples*, „Journal of Divorce & Remarriage”, 56(6), s. 475–489.
- Tyszka Z. (1998), *Socjologia rodziny a pedagogika rodziny. Przedmiot badań – możliwości współdziałania badawczego*, „Roczniki Socjologii Rodziny”, 10, s. 77–90.
- Van Riper M., Knafl G.J., Knafl K. i in. (2023), *Family adaptation in families of individuals with Down syndrome from 12 countries*, „American Journal of Medical Genetics Part C Seminars in Medical Genetics”, doi:10.1002/ajmg.c.32075.
- Vass A. (2023), *‘Everything comes for a reason’: The meaning of spirituality and faith among ultra-orthodox Jewish women survivors of IPV*, „Journal of Family Violence”, doi:10.1007/s10896-023-00506-w.
- Vermeer P. (2011), *The impact of parental religiosity on parenting goals and parenting style: A Dutch perspective*, „Journal of Beliefs & Values”, 32(1), s. 69–84.
- Walsh F. (2012), *Family resilience: Strengths forged through adversity*, w: F. Walsh (red.), *Normal family processes* (s. 399–427), New York: Guilford Press.
- Walsh F. (2016), *Applying a family resilience framework in training, practice, and research: Mastering the art of the possible*, „Family Process”, doi:10.1111/famp.12260.
- Wilmoth J., Riaz M. (2019), *Religious activities, christian media consumption and marital quality among protestants*, „Religions”, doi:10.3390/rel10020119.
- Wojciszke B. (2022), *Psychologia społeczna*, Warszawa: Scholar.

- Yang Y. (2021), *Religion and attitudes toward intimate partner violence: A cross-national study*, „The Arbutus Review”, 12(1), s. 104–120.
- Yeh P.-M., Bull M. (2011), *Use of the resiliency model of family stress, adjustment and adaptation in the analysis of family caregiver reaction among families of older people with congestive heart failure*, „International Journal of Older People Nursing”, doi:10.1111/j.1748-3743.2011.00275.x.
- Zambianchi M., Ricci Bitti P.E. (2014), *The role of proactive coping strategies, time perspective, perceived efficacy on affect regulation, divergent thinking and family communication in promoting social well-being in emerging adulthood*, „Social Indicators Research”, doi: 10.1007/s11205-013-0307-x.
- Zinnbauer B., Pargament K. (2005), *Religiousness and spirituality*, w: R. Paloutzian, C. Park (red.), *The handbook of the psychology of religion and spirituality* (s. 21–42), New York: Guilford Press.

STRESZCZENIE

Prężność rodzinna to zagadnienie wyrosłe na gruncie badań nad prężnością indywidualną. Istotną rolę w jej rozumieniu odgrywają zasoby rodziny. Umożliwiają one jej członkom skuteczne poradzenie sobie ze stresorem oraz adaptację do rzeczywistości obciążonej skutkami oddziaływania niekorzystnych okoliczności. Należy wymienić wśród nich zasoby duchowe i religijne. Dzięki nim rodzina może nadać znaczenie wydarzeniom związanym ze stresorem oraz postrzegać go w kategoriach możliwego do rozwiązania problemu. Tego typu zasoby umieszczają doświadczany przez rodzinę kryzys oraz radzenie sobie z nim w ramach wartości. Niniejsza praca ma na celu analizę zjawiska prężności rodzinnej w świetle duchowych i religijnych zasobów rodziny. Przytoczono najistotniejsze modele prężności rodzinnej oraz właściwości rodzin prężnych. Przywołano wyniki badań nad rolą duchowości i religijności w funkcjonowaniu rodziny. Wskazano na mechanizmy, dzięki którym religijność i duchowość mogą wspierać rodzinę. Dokonano syntezy wyników przytoczonych badań z pojęciem prężności rodzinnej. Wskazano na możliwe dalsze kierunki badań.

SŁOWA KLUCZOWE: prężność rodzinna, religijność, duchowość, zasoby rodzinne

SUMMARY

Family resilience is an issue that grew out of research on individual resilience. Family resources have a significant role in its understanding. They enable its members to cope effectively with stressors and to adapt to a reality burdened by the effects of adverse circumstances. Among these are spiritual and religious resources. They enable the family to make meaning of the events associated with the stressor and to see it in terms

of a manageable problem. Such resources put the crisis experienced by the family and its coping within a framework of values. This paper aims to analyse the phenomenon of family resilience in the context of the family's spiritual and religious resources. The most relevant models of family resilience and the characteristics of resilient families are cited. Research findings on the role of spirituality and religiosity in family functioning are referred to. Mechanisms through which religiosity and spirituality can support the family were pointed out. A synthesis of the results of the cited research with the concept of family resilience was made. Possible further research directions are indicated.

KEYWORDS: family resilience, religiosity, spirituality, family resources

DOMINIK MOSKAL (autor korespondencyjny),
BARTOSZ PYRZ, WERONIKA LESZCZYŃSKA –
Uniwersytet Jana Kochanowskiego w Kielcach,
Studenckie Koło Naukowe Psychologii Stosowanej „Do Działa!”

Pedagogika/Pedagogy

Przysłano do redakcji / Received: 29.06.2024

Data akceptacji do publikacji / Accepted: 25.12.2024