

Budowanie więzi małżeńskiej a emigracja w perspektywie poradnictwa rodzinnego

Migracje zagraniczne nie są zjawiskiem nowym, gdyż ludzie od zarania dziejów przemieszczali się w różnych celach. Zjawisko to przybrało jednak na sile w ostatnich dziesięcioleciach, a w naszym kraju zdecydowanie nasiliło się po otwarciu zachodnich rynków legalnej pracy dla Polaków po 2004 r. GUS oszacował liczbę Polaków przebywających czasowo poza granicami kraju dłużej niż 3 miesiące w roku w 2012 r. na 2 130 tys. Spośród krajów UE, najwięcej naszych obywateli przebywało w: Wielkiej Brytanii (637 tys.), Niemczech (500 tys.), Irlandii (118 tys.), w Holandii i we Włoszech (po 97 tys.) (Narodowy Spis Powszechny 2011). Analiza liczby emigrantów przypadającej na tysiąc mieszkańców województwa pokazuje, że najbardziej intensywny odpływ ludności za granicę odnotowano dla województwa opolskiego, w dalszej kolejności podlaskiego, podkarpackiego i warmińsko-mazurskiego¹. Powyższe dane jednoznacznie wskazują, że skala zjawiska migracji Polaków jest ogromna. Co przekłada się na różnorokie konteksty życia małżeńskiego i rodzinnego, jednym z nich jest więź małżeńska.

Dlatego głównym przedmiotem rozważań poniższego przedłożenia stanie się więź małżeńska w kontekście rozłąki migracyjnej, to znaczy takiej sytuacji, gdy jedno z małżonków opuszcza Ojczyznę i ze względów ekonomicznych przebywa z dala od współmałżonka. Małżonkowie wówczas funkcjonują w cyklicznej separacji, każdorazowo, przynajmniej kilku dni oddalenia od siebie, spowodowanej pracą jednego z nich, w tak zwanym modelu pulsacyjnym rozłąki. Bez wątplenia z perspektywy sytuacji ekonomicznej, jakość życia małżonków ulega radykalnej poprawie, co przekłada się na poczucie bezpieczeństwa i stabilności. Jednak z perspektywy sytuacji psychologicznej i tworzenia więzi małżeńskiej, kontekst rozłąki migracyjnej zazwyczaj przynosi różnego rodzaju napięcia i trudności w budowaniu ich wspólnego życia².

Więź małżeńska z perspektywy oddziaływań poradnianych staje się istotnym elementem diagnostycznym stanu relacji małżonków doświadczających rozłąki migracyjnych,

¹ J. Brągiel, „Eurosieroctwo” jako rezultat przemian więzi rodzinnych, http://ff.diecezja.opole.pl/pdf/2013/10_Bragiel.pdf, (22.02.2017).

² Por. Z. Kawczyńska-Butrym, *Migracja – szansa czy zagrożenie rodziny*, w: W. Muszyński, E. Sikora (red.), *Małżeństwo i rodzina w ponowoczesności*, Toruń 2008, s. 113-120.

a także stanowi cenne narzędzie pracy, dzięki któremu można przepracować wiele trudnych doświadczeń oraz odnowić i wzmocnić jakość wspólnoty małżeńskiej.

Na początku rozważań zostanie nakreślone rozumienie pojęcia więzi małżeńskiej, jej struktury, uwarunkowań prawidłowego kształtowania i rozwoju, a w tym także różnych przejawów (objawów) jej destabilizacji oraz dezorganizacji. Na tym tle nakreślone będą zadania stojące przed poradnictwem rodzinnym, wraz z proponowanymi sposobami jego oddziaływania wobec małżeństw doświadczających kryzysów odzwierciedlających się w budowaniu satysfakcjonującej więzi małżeńskiej.

1. Wiąż małżeńska – pojęcie, struktura i rozwój

Termin *wiąż* definiuje się jako siłę relacji zachodzących pomiędzy poszczególnymi członkami danej grupy³. Warto w tym miejscu podkreślić istotne powiązanie więzi psychicznych z relacjami zachodzącymi między określonymi osobami tworzącymi daną grupę. W niniejszym przedłożeniu przyjęte zostanie założenie, że *wiąż* wyraża się dzięki relacji, jest ona jakby formą tworzenia więzi między ludźmi.

Większość psychologów określa *wiąż psychiczną małżonków* jako wielopłaszczyznowy obszar interakcji małżeńskiej⁴. Można ją także rozumieć jako proces wzajemnego, osobowego obdarowania sobą małżonków na płaszczyźnie poznawczej, emocjonalnej i działaniowej⁵, która sytuuje się pomiędzy *postawą miłości małżeńskiej*, czyli względnie stałego odniesienia się małżonka do współmałżonka (jednokierunkowość) a *spójnią małżeńską*, czyli względnie trwałą strukturą wartości łączących małżonków na płaszczyźnie poznawczej, emocjonalnej i behawioralnej⁶. W podobnym stylu definiuje *wiąż małżeńską* J. Szopiński, który uznaje, że tworzy się ona jako dynamiczny kontakt osobowy na trzech płaszczyznach: poznawczej, emocjonalnej i dążeńiowej, które pozostają w sprzężeniu zwrotnym i prowadzą do współrozumienia, współodczuwania i współdziałania. Uznaje on także, że *wiąż* psychiczna w małżeństwie jest synonimiczna do partnerstwa⁷. Powyższe ujęcia definicyjne pozwalają przyjąć, że strukturę więzi małżeńskiej tworzą trzy płaszczyzny wzajemnie się przenikające i zazębiające na zasadzie sprzężeń zwrotnych: intelektualna, emocjonalna i działaniowa.

³ A. Tomkiewicz, M. Czosnyka, *Zgodność światopoglądów małżonków a ich wiąż małżeńska*, „Roczniki Teologiczne” (1997), nr 6, s. 171.

⁴ J. Miłoszewska, *Zachowania przywiązaniowe a jakość więzi małżeńskich osób z krótkim stażem małżeńskim*, w: S. Bukalski (red.), *Teoria przywiązania i jakość więzi. Analizy empiryczne*, Szczecin 2012, s. 151.

⁵ Por. L. Dyczewski, *Wiąż między pokoleniami w rodzinie*, Lublin 2002, s. 11-22.

⁶ K. Wojaczek, *Wiąż małżeńska w sytuacji rozłąki z przyczyn ekonomicznych*, Opole 2007, s. 8.

⁷ J. Szopiński, *Synonimem – wiąż psychiczna*, „Problemy Rodziny” (1986), nr 1, s. 35.

Płaszczyzna intelektualna, którą można nazwać także poznawczą, pozostaje w ścisłym sprzężeniu ze współrozumieniem. Ten element więzi przejawia się we wspólnych zainteresowaniach i poglądach⁸. Przy właściwie rozwiniętym współrozumieniu małżonkowie dążą do wymiany refleksji, upodobań, spostrzeżeń, doświadczeń, oczekiwań itp. Współrozumienie daje małżonkom inspirację do spojrzenia na siebie z punktu widzenia drugiej osoby⁹. Nastawienie poznawcze pozwala także odbierać partnera jako kogoś równouprawnionego, a zarazem odmiennego, innego. Dobrze jest dla wspólnoty małżeńskiej, aby poznawać świat zainteresowań drugiej osoby. Służy to pogłębieniu przyjaźni, zwiększa ilość wspólnych tematów, a także sprzyja współdziałaniu¹⁰. Można zatem mówić o pewnej zależności, którą można sformułować następująco: im większe wzajemne poznanie małżonków, tym co ich łączy jest stabilniejsze i pewniejsze. Stanowi fundament ich relacji. Buduje przekonanie o bliskości i możliwości wzajemnego powierzania się sobie, czyli budowaniu zaufania. Bardzo ważne w płaszczyźnie intelektualnej wydają się przekonania światopoglądowe i system wartości. Każdy z małżonków wkraczając w małżeństwo ma już swoje wartości a trakcie trwania ich wspólnoty życia powinni wytworzyć wspólny i spójny system wartości. Współrozumienie ułatwia dostrzeganie i rozwiązywanie konfliktów pojawiających się nieuchronnie w każdym związku¹¹. Współrozumienie zakłada także prawidłową¹² komunikację (werbalną i niewerbalną) w każdej sferze życia. Obejmuje wzajemne słuchanie i rozumienie, przy akceptacji odmienności i indywidualności drugiej osoby¹³.

Płaszczyzna emocjonalna (współodczuwania) jest jednym z głównych motywatorów dla zaistnienia i rozwoju przyjaźni, zaufania i miłości. Emocje dynamizują wzajemne relacje, nadają im kolorytu, wyrazistości i przekonania o ich autentyczności. Współodczuwanie jest wyrazem więzi emocjonalnej w małżeństwie. Owa wzajemność odczuć stanowi o powiedzeniu relacji oraz o przeżywaniu poczucia szczęścia i spełnienia. Niezwykle ważną cechą tej płaszczyzny jest możliwość uczestnictwa w przeżyciach emocjonalnych drugiej osoby, przy równoczesnym zachowaniu swojej niezależności i tożsamości¹⁴. Dzięki temu

⁸ M. Ryś, *Psychologia małżeństwa*, Warszawa 1993, s. 40.

⁹ M. Wyźlic, *Communio małżeńskie w perspektywie migracji*, „Roczniki Teologiczne” (2007), nr 10, s. 158.

¹⁰ A. Tomkiewicz, M. Czosnyka, *Zgodność światopoglądów małżonków a ich więź małżeńska*, „Roczniki Teologiczne” (1997), nr 6, s. 173.

¹¹ M. Ryś, *Psychologia małżeństwa*, Warszawa 1993, s. 40.

¹² A. Tomkiewicz, M. Czosnyka, *Zgodność światopoglądów małżonków a ich więź małżeńska*, „Roczniki Teologiczne” (1997), nr 6, s. 172.

¹³ M. Wyźlic, *Communio małżeńskie w perspektywie migracji*, „Roczniki Teologiczne” (2007), nr 10, s. 158.

¹⁴ A. Tomkiewicz, M. Czosnyka, *Zgodność światopoglądów małżonków a ich więź małżeńska*, „Roczniki Teologiczne” (1997), nr 6, s. 172.

rozwijają się zdolności do empatii. A ona, rozumiana czy to jako stan aktualny, czy jako stała cecha, jest zjawiskiem niejednorodnym i oznaczać może trzy dość różne i niezależne zjawiska. Po pierwsze, wczuwanie się w innego człowieka może oznaczać przyjmowanie cudzego punktu widzenia i patrzenie na określone sprawy z cudzej perspektywy. Po drugie, wczuwanie się w innego człowieka oznacza emocjonalne współbrzmienie – współczucie dla partnera znajdującego się w jakimś kłopotcie. To współczucie jest emocją własną, choć skierowaną na innego człowieka – odczuwaną z jego powodu i w jego, a nie własnej, sprawie. Po trzecie, empatia oznacza własne cierpienie na widok innego człowieka znajdującego się w opresji. Podobnie jak współczucie, jest to jego własna emocja, choć skierowana na siebie, a nie na człowieka znajdującego się w potrzebie¹⁵. Obecność empatii w związku małżeńskim jest jednym z podstawowych warunków pojawienia się intymności. W miarę trwania i rozwoju związku interpersonalnego zazwyczaj postępuje poznawanie coraz bardziej centralnych, a zarazem coraz bardziej intymnych sfer osobowości partnerów. Im lepiej partnerzy się znają, tym łatwiej przychodzi im rozpoznawać wewnętrzne stany współpartnera. Empatia stwarza zatem warunki do pojawienia się otwartości, co wtórnie procentuje większą znajomością partnera i zwiększa efektywność empatii¹⁶. Poznawcza zdolność do przyjmowania cudzego punktu widzenia, jaka zachodzi dzięki empatii, zwiększa ogólne zadowolenie ze związku dzięki temu, że pomaga uniknąć negatywnych zjawisk i procesów poznawczo-emocjonalnych, takich jak: sztywność postaw, konflikt, zazdrość czy nietolerancja. Z kolei współbrzmienie emocjonalne poprawia ogólną satysfakcję dzięki temu, że wzmacnia pozytywne zjawiska i procesy, takie jak: dobre porozumiewanie się, wsparcie i wzajemna pomoc. Empatia jest bowiem podstawą działań altruistycznych, bezinteresownych, nie opierających się na prawach wymiany społecznej. Powiązana zdaje się być z pozytywną samooceną, tolerancją, wyrozumiałością wobec siebie i innych, optymizmem i zaufaniem oraz ze zdrowiem psychicznym. Tym samym stanowi ważny czynnik zapobiegania zachowaniom agresywnym i ułatwia rozwiązywanie konfliktów¹⁷. Empatia ma ponadto istotny wpływ na kształtowanie się komunikacji interpersonalnej. Różni się jednak w sposobie przeżywania przez mężczyznę i kobietę we wzajemnej relacji¹⁸. Niemniej jest siłą wyzwalającą zdolności i umożliwiającą wytworzenie się poczucia wzajemnej bliskości. Okazywanie sobie troski, czułości i wrażliwości zwiększa poczucie bezpieczeństwa,

¹⁵ B. WOJCISZKE, *Psychologia miłości*, Gdańsk 1998, s. 118–119.

¹⁶ M. Sitarczyk, A. Waniewski, *Rola empatii w małżeństwie*, „Małżeństwo i Rodzina” 1 (2001), nr 2, s. 24.

¹⁷ M. Sitarczyk, A. Waniewski, *Empatia a zadowolenie z małżeństwa*, „Małżeństwo i Rodzina” 1 (2001), nr 3, s. 28–29.

¹⁸ Zob. M. Kornaszewska, *Czynniki kształtujące różnice w emocjonalności kobiet i mężczyzn*, „Studia Psychologica UKSW” 3 (2002), s. 167–186.

akceptacji i wzajemnego wsparcia. Nadaje to życiu poczucie szczęścia, wyzwala ludzką aktywność. Dzięki bliskości emocjonalnej, jaka zachodzi poprzez empatię, dana osoba czuje, że jest przedmiotem zainteresowania. Prawidłowa komunikacja w tej sferze buduje zaufanie i przyjacielskie nastawienie. Postawa życzliwości, będąca następstwem empatii, przyczynia się do usuwania niechęci, rozładowywania napięć, wpływa na podejmowanie szczerych rozmów. I chodzi tu o pełne komunikowanie zarówno pozytywnych, jak i negatywnych uczuć¹⁹.

Płaszczyzna działaniowa (współdziałanie) zakłada właściwe funkcjonowanie dwóch poprzednich płaszczyzn więzi małżeńskiej. Wyraża się ona wzajemną troską o siebie, o trwałość wspólnoty życia, o zaspokajanie potrzeb swoich i dzieci. Płaszczyzna ta staje się zazwyczaj praktycznym weryfikatorem poznania i emocji. Współdziałanie małżonków jest okazją do częstszych kontaktów, a także umacnia więź emocjonalną i ułatwia proces wspólnego zrozumienia i akceptacji²⁰. Na tej płaszczyźnie ujawnia się jak jest realizowane partnerstwo w parze. Istotą partnerstwa w małżeństwie jest zasada równości kobiety i mężczyzny, która opiera się na trwałej więzi między nimi, miłości rozumianej jako wzajemny szacunek, odpowiedzialności za siebie i współpartnera oraz wierności²¹. Obok egalitaryzmu ważnymi czynnikami tworzącymi partnerstwo w małżeństwie są: 1) identyczny lub podobny poziom wykształcenia; 2) identyczny lub podobny kierunek zainteresowań i upodobań; 3) uprawianie identycznego lub podobnego zawodu; 4) skłonność obojga małżonków do bardziej nowoczesnego, a mniej instytucjonalnego traktowania małżeństwa i rodziny (gdzie ważniejsze są interakcje osobowe niż interakcje określone i wynikające z przestrzeganych ról społecznych)²².

Psychologowie, socjologowie, etycy, seksuolodzy, prawnicy, pedagodzy i inni przedstawiciele nauk społecznych zainteresowani gamologią i familiologią wymieniają jako najważniejsze następujące elementy małżeńskiego związku partnerskiego: 1) właściwa komunikacja i dbałość o wzajemne zaspokajanie swoich potrzeb; 2) właściwy system sprawowania władzy domowej (powinna ona opierać się przede wszystkim na autorytecie osobistym)²³; 3) silna więź emocjonalna (obowiązywać powinna indywidualizacja w przejawianiu miłości, czułości, opiekuńczości, oddania i ekspresji, a także symetryczność,

¹⁹ M. Sitarczyk, A. Waniewski, *Rola empatii w małżeństwie*, „Małżeństwo i Rodzina” 1 (2001), nr 2, s. 26–27.

²⁰ A. Tomkiewicz, M. Czosnyka, *Zgodność światopoglądów małżonków a ich więź małżeńska*, „Roczniki Teologiczne” (1997), nr 6, s. 175.

²¹ D. Inglik-Dziąg, *Partnerstwo w małżeństwie – analiza problemu*, „Problemy Rodziny” 38 (1998), nr 5–6, s. 51.

²² Z. Tyszka, *Sposób współżycia w rodzinie*, „Problemy Rodziny” 25 (1986), nr 1, s. 30.

²³ Zob. Z. Major, *O małżeństwie partnerskim. Refleksje krytyczne*, „Problemy Rodziny” 32 (1992), nr 1, s. 3–5.

komplementarność i podobieństwo tych uczuć²⁴; 4) specyficzna więź seksualna, ściśle powiązana z emocjonalną²⁵; 5) silna więź intelektualna, która umacnia przyjaźń i podtrzymuje wzajemną atrakcyjność partnerów (jej podstawę stanowi więź kulturowa, wspólny system wartości, styl życia i uczestniczenie w kulturze); 6) równowaga ekonomiczna w materialnej sferze życia²⁶.

Przedstawione powyżej najważniejsze wymiary partnerstwa małżeńskiego należy rozpatrywać jako integralną całość, bowiem każdy wymiar stanowi podbudowę dla następnego, a zarazem go uzupełnia. Jednakże praktyczna realizacja idei partnerstwa w małżeństwie napotyka rozliczne trudności i wręcz zagrożenia. Przykładowo można wymienić, wydaje się, najważniejsze sytuacje, które mogą wywołać kryzys w przeżywaniu małżeństwa partnerskiego. Zagrożeniem dla partnerstwa mogą stać się: a) narodziny pierwszego dziecka, które powoduje jednoznaczny podział ról i obowiązków; b) odpowiedzialna i absorbująca praca jednego z małżonków, która także powoduje wyraźny podział ról i obowiązków w ich związku; c) zbyt indywidualizm; d) bezwiedne naśladowanie wzorów wyniesionych ze swoich rodzin pochodzenia, bez równoczesnego budowania własnego modelu współżycia; e) złe warunki mieszkaniowe, w tym wspólne zamieszkiwanie z rodzicami; f) konieczność zbyt długiego rozstania się małżonków, nawet z bardzo ważnych powodów; g) choroba jednego z partnerów, zwłaszcza choroba psychiczna²⁷; h) zbyt duże różnice narodowościowe, środowiskowe, kulturowe lub obyczajowe²⁸. W małżeństwie opierającym się na partnerstwie kobieta i mężczyzna czują się odpowiedzialni za własne życie oraz za życie partnera, a także los swych dzieci i miłości²⁹. A im częstsze jest występowanie w związku zbieżnych zachowań, a także świadomości doświadczeń, tym lepsze przystosowanie do siebie oraz funkcjonowanie partnerów. Wprost proporcjonalnie rośnie wówczas lub maleje satysfakcja ze

²⁴ Zob. B. Chorągwicka, *O miłości partnerskiej naukowo*, „Małżeństwo i Rodzina” 3 (2004), nr 2, s. 40–46; por. Z. Major, *Główne typy kontaktu emocjonalnego*, „Problemy Rodziny” 33 (1993), nr 5, s. 12–15.

²⁵ Zob. Z. Lew–Starowicz, *Fenomen partnerstwa seksualnego*, „Problemy Rodziny” 25 (1986), nr 1, s. 41–46.

²⁶ Z. Dąbrowska–Caban, *Z badań nad małżeństwem w Polsce – uwarunkowania i właściwości*, „Problemy Rodziny” 41 (2001), nr 2, s. 6–7; por. J. Krzyszkowski, *Uwarunkowania realizacji modelu partnerskiego w małżeństwie*, „Problemy Rodziny” 28 (1989), nr 5, s. 3–14; J. Witczak, *Partnerstwo w małżeństwie – część I*, „Problemy Rodziny” 24 (1984), nr 4, s. 26–31.

²⁷ Zob. Z. Kawczyńska–Butrym, *Partnerstwo w małżeństwie i rodzinie w sytuacji choroby*, „Problemy Rodziny” 28 (1989), nr 3, s. 3–5.

²⁸ D. Inglík–Dziąg, *Partnerstwo w małżeństwie – analiza problemu*, „Problemy Rodziny” 38 (1998), nr 5–6, s. 55; por. J. Rembowski, J. Rostowski, *Trudności i zagrożenia (Z problematyki psychologicznego modelu małżeństwa partnerskiego)*, „Problemy Rodziny” 25 (1986), nr 1, s. 12–18; S. Dulko, M. Jasiński, *Dylematy dla socjologów (Trudności partnerstwa w aspekcie socjobiologicznym)*, „Problemy Rodziny” 25 (1986), nr 1, s. 19–23; J. Witczak, *Partnerstwo w małżeństwie – część II*, „Problemy Rodziny” 24 (1984), nr 5, s. 3–8.

²⁹ A. Tomkiewicz, M. Czosnyka, *Zgodność światopoglądów małżonków a ich więź małżeńska*, „Roczniki Teologiczne” (1997), nr 6, s. 175.

związku i jego spójność. Tam, gdzie słabnie współdziałanie, małżonkowie stają się sobie coraz bardziej obojętni, potem coraz bardziej osamotnieni, aż do ustania więzi między nimi³⁰.

Niezwykle ważnym kontekstem rozwoju partnerstwa w małżeństwie, a zatem i jakości więzi między małżonkami jest komunikacja. Termin „komunikacja” (łac. *communicatio* – wymiana, łączność, rozmowa) oznacza porozumiewanie się, przekonywanie myśli, udzielanie wiadomości³¹. Ogólnie można powiedzieć, iż komunikacja jest terminem transferu czegoś z jednego miejsca na inne. Tym „czymś” może być wiadomość, sygnał, znaczenie itp. Warunkiem koniecznym zajścia komunikacji jest posiadanie wspólnego kodu przez nadawcę i odbiorcę, by znaczenie czy informacja zawarte w komunikacie mogły być bezbłędnie zinterpretowane³². Komunikację pomiędzy osobami nazywa się komunikacją interpersonalną, a w małżeństwie staje się ona wymianą informacji na temat własnych doświadczeń, doznań, uczuć, potrzeb, planów życiowych oraz wszelkich innych zagadnień związanych z relacjami pomiędzy małżonkami³³ oraz innymi osobami tworzącymi rodzinę³⁴. Komunikowanie w małżeństwie, w porównaniu z innymi rodzajami komunikacji, charakteryzuje się szczególną intensywnością interakcji osobowych, co wynika z dużej częstotliwości kontaktów, codziennego przebywania ze sobą oraz nasycenia emocjonalnego³⁵.

W systemie małżeńskim występują charakterystyczne dwie grupy reguł komunikowania się: dialog³⁶ oraz konformizm. Pierwsza reguła, określana nastawieniem dialogicznym, odnosi się do stopnia przychylności i otwartości na omawianie różnych, często kontrowersyjnych, tematów. W przypadku, gdy system małżeński jest silnie nastawiony dialogowo, interakcje między małżonkami są plastyczne, częste, naturalne, bez ograniczeń czasowych czy przestrzennych. Przyczyniają się one do konsolidacji wspólnego życia. W małżeństwach o słabym nastawieniu dialogicznym kontakt jest mniejszy, brak jest również aktywności czy spotkań. Stwarza to niebezpieczeństwo występowania konfliktów i nieporozumień. Druga reguła nastawienie konformistyczne, oznacza stopień, w jakim komunikowanie się zmierza do zachowania jednorodności postaw, wartości i przekonań. W małżeństwach o silnym nastawieniu konformistycznym małżonkowie dążą do uzyskania

³⁰ M. Ryś, *Psychologia małżeństwa*, Warszawa 1993, s. 41.

³¹ J. Tokarski, *Słownik wyrazów obcych*, Warszawa 1979, s. 374.

³² A.S. Reber, *Słownik psychologiczny*, Warszawa 2000, s. 308.

³³ Zob. J. Szopiński, *Komunikacja interpersonalna w małżeństwie*, „Roczniki Filozoficzne” 24 (1976), z. 4, s. 79–91.

³⁴ T. Rostowski, *Konflikty międzypokoleniowe w rodzinie*, Łódź 2001, s. 51.

³⁵ D. Krok, *Znaczenie komunikacji interpersonalnej w funkcjonowaniu rodziny*, w: B.J. Soiński (red.), *Rodzina w świetle psychologii pastoralnej*, Łódź 2007, s. 44.

³⁶ Zob. F. Głód, *Dialog małżeński a rozwój miłości*, w: B.J. Soiński (red.), *Rodzina w świetle psychologii pastoralnej*, s. 55–78; J. Baniak, *Znaczenie dialogu w małżeństwie*, „Małżeństwo i Rodzina” 3 (2004), nr 1, s. 25–28.

harmonii, unikają konfliktów i szanują się nawzajem. Są to związki hierarchiczne, w których istnieje określony porządek władzy. Inaczej funkcjonują małżeństwa o słabym konformizmie, gdzie komunikacja charakteryzuje się indywidualizmem, autonomią, równorzędnością i osobistą wolnością. W takich związkach wspiera się indywidualny rozwój jednostki³⁷.

Warunki dialogu w małżeństwie, który jest szczególną formą komunikacji interpersonalnej, można sprawdzić do dwóch zasadniczych aspektów: przejrzystości i zrozumienia. W pierwszej chodzi o ukazanie siebie drugiemu w całej prawdzie (możliwej do przekazania): czym się jest i na co się liczy, co cieszy, a co zniechęca. W drugim chodzi o wysiłek zrozumienia lub „wycucia” współmałżonka, jego reakcji, postaw, słów i oczekiwań³⁸. To, co charakteryzuje udany dialog małżeński, można zawrzeć w następujących wskazaniach: 1) dialog powiększa wzajemne poznanie, świadomość problemów i oczekiwań współmałżonka; 2) język, głos, mimika i gesty odpowiadają przekazywanej treści; 3) wymiana ma charakter dynamiczny, ubogacający małżonków, jest skuteczna, dlatego pożądana przez oboje; 4) jasno ustawiany zostaje problem, ograniczając się w danej chwili do niego i unikając zbędnych dygresji; 5) zachodzi pełna akceptacja drugiej osoby, która pozwala pozostawać krytycznym, lecz jednocześnie budować wzajemne zaufanie; 6) dialog nie ogranicza się do słów i mimiki, lecz ubogaca go wymiana duchowa, zbieżność poglądów, wspólne wspomnienia i cała sfera seksualna; 7) małżonkowie mówią do siebie, będąc ze sobą³⁹.

Treść komunikowania się, jak i jej forma zmieniają się w zależności od etapu życia małżeństwa, a potem rodziny. Styl komunikowania się zależy może od kryzysów i wydarzeń krytycznych, pojawienia się i dorastania dzieci oraz starzenia się⁴⁰. Efektywne wzorce komunikacji małżeńskiej są jednymi z najsilniejszych korelatów zadowolenia z małżeństwa i jednocześnie problemy z komunikacją są najczęściej wymieniane przez małżonków przeżywających kryzysy⁴¹. W kontekście komunikowania poglądów i myśli istotne jest wzajemne zrozumienie i prawidłowe „odczytanie” sensu wypowiedzi. W przeciwnym razie pojawia się ryzyko nieporozumień i konfliktów, które zachodzą zwykle wtedy, gdy treści

³⁷ D. Krok, *Znaczenie komunikacji interpersonalnej w funkcjonowaniu rodziny*, w: B.J. Soiński (red.), *Rodzina w świetle psychologii pastoralnej*, Łódź 2007, s. 44.

³⁸ A.M. Guilhot, *Les conditions de la communication à l'intérieur d'un couple*, „Annales de psychothérapie” 2 (1971), nr 3, s. 70.

³⁹ Por. R. Mucchielli, *Psychologie de la vie conjugale*, Paris 1980, s. 72–73.

⁴⁰ B. Harwas-Napierała, *Komunikacja interpersonalna w rodzinie*, Poznań 2006, s. 63–65; zob. E. Korniluk, *Kryzys małżeński w świetle badań amerykańskich*, „Problemy Rodziny” 27 (1988), nr 3, s. 7–10; K. Bar, *Konflikty i kryzysy w małżeństwie i w rodzinie*, „Małżeństwo i Rodzina” 4 (2005), nr 1, s. 57–64.

⁴¹ D. Krok, *Znaczenie komunikacji interpersonalnej w funkcjonowaniu rodziny*, w: B.J. Soiński (red.), *Rodzina w świetle psychologii pastoralnej*, Łódź 2007, s. 45.

komunikowane przez jednego członka rodziny są niezgodne z intencją nadawcy, bądź też są sprzeczne z oczekiwaniami odbiorcy⁴².

Więź małżeńska, jej struktura i rozwój jest złożonym zjawiskiem, który rozgrywa się w sposób dynamiczny pomiędzy dwojgiem bliskich sobie osób. Ważne jest by dostrzec, iż jest ono procesem, który bądź ulega rozwojowi, bądź następuje jego degradacja, zatem wymaga wspólnego zaangażowania i współpracy. Więź małżeńska zależy również od dojrzałości małżonków warunkującej zdolność permanentnego czynienia z siebie osobowego daru dla drugiego oraz faktycznie podejmowanej aktywności w tym kierunku. Te dwa warunki: ustawiczność procesu i dojrzałość osobowa małżonków, stanowią o tym, czy dana więź małżeńska będzie satysfakcjonująca, rozwojowa i podstawą ich poczucia szczęśliwego życia⁴³. Z tej perspektywy warto przyglądać się więzi małżeńskiej realizowanej w sytuacji rozłąki migracyjnej.

2. Więź małżeńska w perspektywie rozłąki migracyjnej

Budowanie więzi małżeńskiej jest zatem długotrwałym procesem, który wymaga zaangażowania obu stron relacji wzajemnego obdarowania. Wyraża się on w płaszczyźnie intelektualnej, emocjonalnej i działaniowej. Wszystkie one oddziałują na siebie nawzajem i warunkują prawidłowy przebieg rozwoju więzi małżeńskiej. Jednak kontekst rozłąki migracyjnej stanowi istotne tło dla utrudnień budowania więzi małżeńskiej.

Budowanie więzi w sferze poznawczej oznacza w relacji osobowej podjęcie decyzji i zaryzykowania zaprezentowania siebie drugiej osobie. Tego kim się jest, co się myśli, jakimi wartościami się kieruje w życiu, co jest ważne, czego się obawia, o czym się marzy, jaką ma się historię pochodzenia. Oznacza to, świadomy i dobrowolny wybór otwarcia się na drugą osobę, przyjmując ryzyko potraktowania siebie obojętnie lub wręcz odrzucająco przez kogoś drugiego. Od początku tworzenia więzi na poziomie poznawczym jest to zatem pewne odkrywanie własnej tajemnicy przed kimś drugim. Wraz z rozwojem więzi zakres komunikowanych treści poznawczych poszerza się między małżonkami, tworząc fundament ich więzi. Pośrednio umożliwia to bowiem rozwój głębokiego przekonania u nich, że im więcej wiemy o sobie, tym bardziej możemy sobie zaufać, tym trwalsza jest relacja między nami. Buduje to zręby poczucia bezpieczeństwa w tworzonym związku oraz świadomości dalszego otwierania się przed sobą. Takie podejście do małżeństwa sprawia, że nawet

⁴² D. Krok, *Znaczenie komunikacji interpersonalnej w funkcjonowaniu rodziny*, w: B.J. Soiński (red.), *Rodzina w świetle psychologii pastoralnej*, Łódź 2007, s. 47.

⁴³ M. Braun-Gałkowska, *Miłość aktywna*, Warszawa 1980, s. 111.

małżonkowie o długoletnim stażu są dla siebie wciąż fascynujący, ciągle zadziwiający się nowymi odkryciami swoich tajemnic, siebie samych i rozwijanych wartości⁴⁴.

Kontekst rozłąki migracyjnej powoduje jednak, że ten proces odbywający się w sposób ciągły w codziennej egzystencji małżonków zostaje poważnie naruszony. Rozłąka ta bowiem wydaje się poprzez brak swobodnego, coraz bardziej pogłębionego poznawania się zaburzać proces wzajemnego zaufania sobie małżonków. Rzutuje to w sposób bezpośredni na jakość budowanej więzi co najwyraźniej dostrzec można w utrudnieniach komunikowania się małżonków ze sobą. Zmniejsza się intensywność tego procesu, redukując go do bardzo ograniczonego czasu odwiedzin, telefonów, listów, maili, rozmów drogą elektroniczną⁴⁵. Zatem bardzo często zamiast budowania współrozumienia i wynikającej z tego poczucia bliskości rodzą się konflikty.

Można je rozumieć jako interakcję ludzi zależnych od siebie, którzy uważają, że mają niezgodne cele oraz postrzegają siebie nawzajem jako przeszkody w osiągnięciu owych celów⁴⁶. Etiologia konfliktu małżeńskiego jest dość złożona⁴⁷. U początku pojawia się zawsze jakaś forma rozczarowania partnerem i doznania zawodu. Prowadzi to do wymówek i poczucia doznania krzywdy, które stanowią wstęp do głębszej postaci konfliktu. Samo rozczarowanie może wynikać z wielu źródeł. Są wśród nich: a) brak zrozumienia przez współmałżonka; b) odkrycie braków u partnera; c) zawiedzione oczekiwania i nadzieje; d) upokorzenia; e) instrumentalizacja, czyli potraktowanie partnera jako rzeczy, środka do zaspokojenia swoich zachcianek⁴⁸. W kontekście takiej sytuacji, w oparciu o cechy osobowościowe, partnerzy wypracowują określone typy pierwszych zachowań obronnych, którymi próbują zneutralizować powstające u nich rozczarowanie. Do palety takich zachowań można zaliczyć: 1) akceptację rzeczywistą, czyli próbę zrozumienia współmałżonka, by usprawiedliwić i zminimalizować zachodzące braki; 2) akceptację pozorną, czyli ucieczkę przed frustracjami za cenę malejącego zaufania i powiększającej się niechęci, które nie są ujawniane; 3) ucieczkę, która przybiera wielorakie postaci: wyizolowania, choroby faktycznej lub urojonej, pracy, hobby, a w skrajnych przypadkach sięgania po alkohol,

⁴⁴ Zob. K. Wojaczek, *Małżeństwo jako proces obdarowania się osób*, w: M. Worbs (red.), *Dynamizm wiary*, Opole 2002, s. 68.

⁴⁵ K. Wojaczek, *Rozłąka z przyczyn ekonomicznych czy więź małżeńska?*, w: P. Jaskóła, R. Porada (red.), *Ad plenam unitatem*, Opole 2002, s. 606.

⁴⁶ J.P. Folger, M.S. Pool, R.K. Stutman, *Konflikt i interakcja*, w: J. Steward (red.), *Mosty zamiast murów. O komunikowaniu się między ludźmi*, Warszawa 2002, s. 495.

⁴⁷ Zob. I. Pospiszyl, *Źródła konfliktu w rodzinie*, „Psychologia Wychowawcza” 29 (1986), nr 2, s. 205–211; M. Walczak, *Dynamika i kryzys w relacjach małżeńskich*, „Małżeństwo i Rodzina” 2 (2002), nr 1, s. 31–37.

⁴⁸ B. Mierzwiński, *Pedagogizacja małżonków. Relacje między mężczyzną a kobietą w małżeństwie*, „Paedagogia Christiana” 5 (2000), nr 1, s. 200–201.

narkotyki, lekarstwa, w tym szczególnie środki przeciwbólowe; 4) kompensację, która wyraża się skoncentrowaniem na innej przestrzeni życia, np. na wychowaniu dziecka, pracy, aktywności społecznej, politycznej czy naukowej, poszukiwaniu przygodnych znajomości i miłostek, by odczuć satysfakcję ze swego życia i powetować doznawane straty w relacjach małżeńskich; 5) zerwanie dialogu małżeńskiego, kiedy małżonkowie uporczywie milczą, chcą wymusić na partnerze zmiany lub dostrzeżenie zaistniałego problemu⁴⁹.

Konkretnymi przejawami zmian zachodzących w poznawczym aspekcie budowania więzi małżeńskiej są następujące: obniżenie poczucia własnej wartości zarówno u pracujących za granicą, jak i pozostających w domu; utrudnienie rozpoznawania potrzeb współmałżonka i jego stanów emocjonalny; ambiwalencja w kwestiach bycia docenionym; obniżone poczucie szczerości w rozmowach współmałżonków; a także rozpoznawania poglądów współmałżonka na wierność małżeńską i nierozzerwalność małżeńską⁵⁰. Istotnym kontekstem powyższych przejawów jest ciągle doświadczanie braku bezpieczeństwa, które jest następstwem rozłąki migracyjnej.

Budowanie więzi małżeńskiej w sferze emocjonalnej jest jeszcze bardziej złożonym procesem niż w płaszczyźnie poznawczej. Warunkiem koniecznym do właściwego przebiegu tego mechanizmu staje się przeżywanie siebie jako wartości i posiadanie pozytywnego stosunku emocjonalnego do samego siebie. Stanowi to właściwą podstawę powstawania i komunikowania pozytywnych emocji wobec współmałżonka. Emocje przekazywane są i odczytane głównie dzięki komunikacji niewerbalnej. Wyraz twarzy, gesty, zachowania, spłot wielu sytuacyjnych elementów może stawać się narzędziem obdarowania współmałżonka uczuciami. Jednak dopełnienie tej komunikacji jej werbalnym potwierdzeniem powodują, że poziomo przeżywanych wzajemnych emocji mocno zbliża osoby małżonków do siebie⁵¹.

Okazywanie emocji dynamizuje więź małżeńską. Czyni ją źródłem doświadczenia szczęścia i spełnienia. Małżonkowie często jednak pokonują błędne utożsamienie uczuć zakochania z miłością. Uczucia są jedynie energią potrzebną do tworzenia miłości i wzajemnych relacji. Z biegiem czasu ilość tej uczuciowej energii zmniejsza się co często interpretowane jest jako wypalanie się miłości w związku. A energia uczuć ma być spożytkowana na budowanie wzajemnej relacji, która wyraża się w bliskości, czułości, wierności, wsparciu, wybaczeniu i wielu jeszcze innych tego typu przejawach. Zatem od

⁴⁹ B. Mierzwiński, *Pedagogizacja małżonków. Relacje między mężczyzną a kobietą w małżeństwie*, „Paedagogia Christiana” 5 (2000), nr 1, s. 201.

⁵⁰ K. Wojaczek, *Więź małżeńska w sytuacji rozłąki z przyczyn ekonomicznych*, Opole 2007, s. 101-102.

⁵¹ K. Wojaczek, *Małżeństwo jako proces obdarowania się osób*, w: M. Worbs (red.), *Dynamizm wiary*, Opole 2002, s. 69-70.

początku tworzenia więzi małżeńskiej ważne jest uczenie się wzajemnego dbania i wyrażanie uczuć. Ważnym aspektem staje się rozumienie odmienności życia emocjonalnego mężczyzny i kobiety. Ta różnorodność ma stawać się miejscem budowania wzajemnego dopełniania się, a nie rywalizacji.

Niezwykle ważnym aspektem budowania więzi małżeńskiej na płaszczyźnie emocjonalnej jest uświadomienie małżonków, że żadne z nich nie ma pełnej kontroli i władzy nad swoimi uczuciami⁵². Dlatego małżonkowie wciąż muszą podejmować wysiłki uczenia się rozpoznawania i zarządzania swymi stanami uczuciowymi, które wyrażają się ekspresją pozytywną i negatywną. Żaden człowiek nie może nakazać powstawania określonych uczuć lub ich niwelowania. Jednak będąc w stabilnej relacji z osobą współmałżonką emocje można rozpoznawać, nazywać, przeżywać, korzystać z ich energii i uczuć się dzięki nim adekwatnie funkcjonować z prowadzonym życiem. Małżonkowie stają się sobie wówczas bardziej czytelnymi, bliżsi i rozumiejący.

Perspektywa rozłąki małżonków z przyczyn ekonomicznych i w tej przestrzeni ma ogromne znaczenie. Brak bliskości małżonków sprawia, że proces rozwoju uczuć we wzajemnych interakcjach nabiera zupełnie innej dynamiki. Emocji nie można wyrażać na zewnątrz, a trzeba przeżywać wewnątrz siebie. Narasta także potężne uczucia tęsknoty i niepewności, które stanowią kanwę różnych przeżyć. Z tej perspektywy pojawia się istotne zagrożenie, że pozytywne emocje małżonków do siebie będą słabe, a pogłębiały będą się głównie emocje negatywne⁵³.

Jedną z głównych negatywnych emocji pojawiających się między rozłączonymi małżonkami staje się zazdrość. Sam termin jest pojęciem wieloznacznym. Potocznie jest określana jako uczucie przykrości i żalu z czyjegoś powodzenia, szczęścia, stanu posiadania itp. oraz jako uczucie niepokoju co do wierności kochanej osoby, cechujące się podejrzliwością i dążeniem do wyłączności w tym zakresie⁵⁴. W seksuologii zazdrość rozumiana jest jako stan emocjonalny i intelektualny oraz zachowanie kreowane wyobrażeniem straty, bądź stratą tego, co się posiadało ze strony partnera, najczęściej połączone z agresją w stosunku do obiektu uczuć lub z autoagresją⁵⁵. W tej dziedzinie zazdrość traktowana jest jako negatywna emanacja miłości i erotyzmu.

⁵² A. Jacyniak, Z. Płużek, *Świat ludzkich kryzysów*, Kraków 1997, s. 102-103.

⁵³ Por. K. Wojacek, *Rozłąka z przyczyn ekonomicznych czy więź małżeńska?*, w: P. Jaskóła, R. Porada (red.), *Ad plenum unitatem*, Opole 2002, s. 607.

⁵⁴ M. Szymczak, *Zazdrość*, Słownik Języka Polskiego, t. III, Warszawa 1981, s. 987.

⁵⁵ K. Imieliński, *Seksuologia. Zarys encyklopedyczny*, Warszawa 1985, s. 435.

Zazdrość jako uczucie jest określonym zjawiskiem świadomości odzwierciedlającym osobisty stosunek podmiotu do czegoś (danej rzeczy, sytuacji) lub kogoś (osoby, osób). Powstaje w wyniku wielokrotnych i różnorodnych kontaktów oraz stałych emocjonalnych ustosunkowań się danego podmiotu do obiektu zazdrości. Stanowi utrwaloną gotowość do reagowania emocjonalnego wobec osób, rzeczy, instytucji i wartości uznanych w społeczeństwie⁵⁶. Należy ją zaliczyć do rzędu uczuć niższych, sprawiających człowiekowi cierpienie. Rodzi się ona w sytuacji niepewności uczuć wyższych (miłości) i zdrad osoby kochanej, w warunkach niezyczliwości wobec zawodowego powodzenia innych osób i posiadania majątku oraz żądzy władzy, a także na tle paranoidalnym. Nieopanowana zazdrość może stać się źródłem wielu nieporozumień i tragedii⁵⁷.

Do czynników sprzyjających powstawaniu uczucia zazdrości można zaliczyć poczucie niższej wartości, egoistyczne nastawienie do otoczenia, nastawienie projekcyjne osoby do otoczenia, które polega na przypisywaniu innym osobom własnych pragnień i uczuć⁵⁸, nieufność i podejrzliwość, dysfunkcje poczucia bezpieczeństwa. Nieufność i podejrzliwość polegają na tym, iż dana osoba stale nie dowierza partnerowi w małżeństwie ani innym osobom. Pozostaje wówczas w stałym napięciu niepewności, iż jest zdradzany. Natomiast dysfunkcja poczucia bezpieczeństwa wyraża się w braku zaspokojenia potrzeby lojalności ze strony partnera. Stan ten może powstać w sytuacji wcześniejszego naruszenia równowagi zaufania ze strony któregoś z partnerów. Jeżeli jeden z partnerów w małżeństwie dopuścił się niewierności, drugi może poczuć się zawiedziony i niepewny w tym względzie. U osoby, której partner całkowicie zaspokaja potrzebę bezpieczeństwa i wytwarza zaufanie do siebie, uczucie zazdrości rozwija się rzadziej i w mniejszym stopniu⁵⁹. W kontekście rozłąki ekonomicznej małżonków uczucie zazdrości ma realne podstawy, gdyż ich odosobnienie, dystans mogą spowodować rodzenie się pozytywnych uczuć do osoby trzeciej⁶⁰.

Podsumowując też część prowadzonych rozważań można stwierdzić, że rozłąka małżonków z przyczyn ekonomicznych wywiera znaczący wpływ na emocjonalne aspekty ich więzi. Z jednej strony wyraża się ona gwałtownym wzrostem częstotliwości doświadczania takich uczuć jak, tęsknota za współmałżonkiem oraz poczucie osamotnienia. W parze z tymi

⁵⁶ J. Reykowski, *Emocje i motywacje*, w: T. Tomaszewski (red.), *Psychologia*, Warszawa 1977, s. 605.

⁵⁷ S. Pikulski, *Zazdrość i jej uwarunkowania*, „Problemy Rodziny” 27 (1988), nr 5, s. 23; por. M. Sitarczyk, B. Szymczak, *Zazdrość a zadowolenie z małżeństwa*, „Problemy Rodziny” 32 (1993), nr 1, s. 15-18.

⁵⁸ J. Reykowski, *Z zagadnień psychologii motywacji*, Warszawa 1976, s. 49.

⁵⁹ S. Pikulski, *Zazdrość i jej uwarunkowania*, „Problemy Rodziny” 27 (1988), nr 5, s. 29.

⁶⁰ K. Wojaczek, *Rozłąka z przyczyn ekonomicznych czy więź małżeńska?*, w: P. Jaskóła, R. Porada (red.), *Ad plenum unitatem*, Opole 2002, s. 607.

zmianami pojawia się wyraźny spadek częstotliwości doświadczania przez małżonków poczucia bezpieczeństwa. Z drugiej strony pojawiają się zmiany częstotliwości przeżywania takich uczuć jako złość, niechęć do współmałżonka, czy w dalszej kolejności oziębłość emocjonalna w relacji do współmałżonka. Im dłużej rozłąka tak trwa, tym mocniej zdaje się ujawniać proces destrukcji emocjonalnej więzi małżeńskiej. Wyraźnie narasta także uczucie rozczarowania małżeństwem⁶¹.

Budowanie więzi małżeńskiej w sferze zachowań nie podlega już takim ograniczeniom jakie posiada sfera emocjonalna. Z tego powodu, gdyż poszczególne zachowania małżonków wprost i bezpośrednio podlegają ich woli i decyzjom. Także wzajemne odniesienia małżonków postrzegane są nie tylko jako tworzące relacje, ale także jako działania dostarczające konkretnych dóbr, najczęściej materialnych oraz pozwalających otaczać opieką wspólne gospodarstwo domowe i proces wychowania potomstwa⁶².

Swoisty zagadnieniem, które swą ostrość zyskuje szczególnie w kontekście rozłąki migracyjnej jest kwestia zachowania wierności wzajemnej. Wierność jest podstawowym pojęciem etyki⁶³. W słowniku etymologicznym zwraca uwagę fakt, że korzeń słowa „wierny” jest taki sam jak korzeń wiary. Wiara zaś w dawnej polszczyźnie uznawana była za tożsamą z prawdą. Mieć wiarę – to znaczy posiadać prawdę. Wierny jest człowiek, który przy tej prawdzie trwa. Zachodzi więc spójność aksjologiczna takich pojęć, jak: wierność, wiara i prawda. Można zatem powiedzieć, że ten jest wierny, kto wierząc w jakąś prawdę, trwa przy niej⁶⁴. Wierność jest postawą i aktem decyzyjnym⁶⁵. Wierność wiąże się z ludzkim postępowaniem i w ten sposób ma swe podmiotowe i przedmiotowe znaczenie. Od strony podmiotowej człowiek jest wierny na dwa różne sposoby. W pierwszym przypadku działa on zgodnie ze swą wiarą. Nie jest do niczego zobowiązany, nikomu nic nie obiecywał. Ma tylko wiarę, że tak postępować należy, inaczej sprzeniewierzyłby się prawdzie. Można to nazwać wiernością uwierzytelniającą⁶⁶. W drugim przypadku sytuacja podmiotu wierności się zmienia, gdyż podmiot do czegoś się zobowiązuje, składa obietnicę. Ten rodzaj wierności można określić mianem wierności wiarygodnej⁶⁷. Od strony przedmiotowej wierność odnosi

⁶¹ K. Wojaczek, *Więź małżeńska w sytuacji rozłąki z przyczyn ekonomicznych*, Opole 2007, s. 140-141.

⁶² K. Wojaczek, *Małżeństwo jako proces obdarowania się osób*, w: M. Worbs (red.), *Dynamizm wiary*, Opole 2002, s. 72.

⁶³ Zob. K. Wojtyła, *Osobowa struktura samostanowienia*, „Roczniki Filozoficzne” 29 (1981), z. 2, s. 5–12.

⁶⁴ A. Drożdż, *Antropologiczne aspekty wierności*, w: I. Celary, G. Polok (red.), *Zagrożenia rodziny w aspekcie pastoralno-społecznym*, Katowice 2008, s. 81–82.

⁶⁵ J. Górnicki, *Granice sumienia*, w: J. Iwański (red.), *O wartościach, normach i problemach moralnych*, Warszawa 1994, s. 300.

⁶⁶ Por. T. Styczeń, *Prawda o człowieku miarą jego afirmacji*, „Communio” 2 (1982), nr 2, s. 45–69.

⁶⁷ Por. T. Styczeń, *Prawda o człowieku a etyka*, „Roczniki Filozoficzne” 30 (1982), z. 2, s. 41–92.

się do ludzi (np. wierność małżeńska) – można też mówić o wierności innym, samemu sobie, idei⁶⁸.

Wierność potrzebuje określonych warunków, w jakich może być spełniana i realizowana: 1) akt wierności wymaga w pełni świadomego i dobrowolnego wyboru przedmiotu wierności; 2) wymaga on także mocnego przywiązania do tego przedmiotu oraz intelektualnego i aktywnego zaangażowania; 3) stała kontrola podmiotu nad sobą, by wierność nie była ślepym podporządkowaniem; 4) wierność nie jest sprawą prywatną, gdyż realizowana jest zawsze w kontekście konkretnego podmiotu i jego dobra⁶⁹.

Zaprzeczeniem wierności staje się zdrada. Jest ona jawnym lub ukrytym wypowiedzeniem „nie” własnej wierze lub obietnicy. Zdrada bardzo często jest cofnięciem się (najczęściej w wyniku lęku) przed konsekwencjami uprzedniego zaangażowania w wartość. W ten sposób poprzez złe wybory czyni się krzywdę często osobom najbliższym. Najbardziej dramatycznie wygląda to w małżeństwie⁷⁰. Naruszenie wierności małżeńskiej najczęściej wiąże się z niewiernością cielesną, lecz są to także różnego rodzaju wykroczenia przeciw szeroko pojętej miłości małżeńskiej. Wierność małżeńska to wartość wciąż uznawana i oczekiwana, pomimo zmian struktury i funkcji w rodzinie. Wydaje się nawet, że w związku z eksponowaniem miłości wśród potrzeb i wartości małżeńskich oraz w związku z samodzielnością młodych w wyborze współmałżonka znaczenie tej wartości wciąż wzrasta. Zachowanie wierności – brak zdrady małżeńskiej przez kobietę, ale również i przez mężczyznę – jest uznawane za gwarancję miłości, jej siły i wyłączności. Wierna miłość jest wciąż ideałem bez względu na wiek, płeć i przynależność społeczną. Naruszenie zaś wierności jest dla miłości małżeńskiej ciosem, sprzecznym z miłością i przyjaźnią, nadszarpnięciem ambicji męskich czy kobiecych partnera – jeśli on wie o tym, a przekreśleniem szczerości w miłości i przyjaźni – jeśli on o tym nie wie⁷¹.

Przyczynami zdrad małżeńskich najczęściej są: brak miłości do partnera, brak zaspokojenia potrzeb seksualnych w prawowitym małżeństwie, istnienie sympatii z okresu poprzedzającego małżeństwo, wstręt fizyczny do współmałżonka, odmowa współżycia przez małżonka. Wydaje się, że układ stosunków między małżonkami, brak od samego początku lub zanikające uczucie miłości prowadzą w prostej konsekwencji do poszukiwania nowych

⁶⁸ Por. E. Sujak, *Rozważania o ludzkim rozwoju*, Kraków 1975, s. 257–261.

⁶⁹ Por. J. Rorczyca, *Oblicza odpowiedzialności*, „Rocznik Wydziału Towarzystwa Jezusowego” (1988), s. 105–114.

⁷⁰ A. Drożdż, *Antropologiczne aspekty wierności*, w: I. Celary, G. Polok (red.), *Zagrożenia rodziny w aspekcie pastoralno-społecznym*, Katowice 2008, s. 82.

⁷¹ J. Dzierżanowski, *Konflikty małżeńskie jako problem duszpasterski w świetle dokumentacji Sądu Biskupiego w Opolu (1980-1989)*, Opole 2000, s. 125–126.

kontaktów i znajomości⁷². Zdrada staje się częstym motywem zgłaszania się małżeństw przeżywających rozłąkę migracyjną do poradni rodzinnych.

3. Poradnictwo rodzinne a więź małżonków rozdzielonych migracją zarobkową

Na potrzeby niniejszego opracowania *poradnictwo* można zdefiniować jako taki typ pomagania, który poszczególnym jednostkom, ale i wspólnie małżonkom, umożliwia samodzielne pokonywanie przeszkód znajdujących się na drodze ich osobistego rozwoju oraz w optymalnym pobudzaniu indywidualnych źródeł tego rozwoju⁷³. A precyzując można dodać, że poradnictwo jest to proces ułatwiający poszczególnym osobom pogodzenie się z własnym życiem - takim, jakim ono jest – a w ostatecznym rachunku pomagający osiągnąć większą dojrzałość poprzez nauczenie się brania odpowiedzialności i podejmowania decyzji za samego siebie⁷⁴ i swoich najbliższych. Zatem istotą *porady* jest to, aby przez kontakt osobowy i rozmowę człowiek potrzebujący, mógł odzyskać lub uzyskać możliwość samodzielnego rozwiązywania problemu, podjęcia właściwych decyzji, wprowadzenia ich w czyn i unikania błędów. W tej perspektywie zasadniczym celem poradnictwa rodzinnego staje się optymalizacja życia małżeńskiego i rodzinnego oraz rozwój osobowości członków tychże systemów w kierunku ich większej dojrzałości i odpowiedzialności. Poradnictwo ze swej istoty skierowane jest do osób niezaburzonych psychicznie.

Momentem pojawienia się pary małżeńskiej rozdzielonej migracją ekonomiczną w poradni rodzinnej zazwyczaj jest sytuacja całkowitego poczucia bezradności wobec zachodzących i trwających pewny okres czasu negatywnych następstw rozłąki. Wówczas zgłaszanymi objawami są konflikty wokół takich zagadnień jak: problem wychowania dzieci, gospodarowanie środkami finansowymi oraz kwestie pożycia seksualnego w perspektywie zachodzących zdrad lub głębokiego przekonani o zagrożeniu nimi. Jest to zatem etap głębokiego kryzysu tworzenia więzi małżeńskiej, czasami zastanawiania się nad rozpadem danego związku.

Niezwykle ważnym kontekstem pracy w poradni rodzinnej staje się w tej perspektywie neutralność i bezstronność doradców. Wyraża się to m.in. zawieszeniem osądu moralnego wobec osób proszących o wsparcia oraz nie podejmowanie interwencji, których celem miałyby stać się jakkolwiek sugestie przyjmowanych rozwiązań co do trwałości i funkcjonowania związku. Te założenia mają na celu utrzymywanie odpowiedzialności i

⁷² J. Dzierżanowski, *Konflikty małżeńskie jako problem duszpasterski w świetle dokumentacji Sądu Biskupiego w Opolu (1980-1989)*, Opole 2000, s. 127.

⁷³ S. Murgatroyd, *Poradnictwo i pomoc*, Poznań 2000, s. 16.

⁷⁴ S. Murgatroyd, *Poradnictwo i pomoc*, Poznań 2000, s. 17.

sprawczości po stronie poszukujących pomocy małżonków. W dalekosiężnej perspektywie umożliwi to, rozwój osobowości klientów w kierunku ich większej dojrzałości i sprawczości, a zatem wzrastania w kompetencji samodzielnego rozwiązywania pojawiających się kolejnych problemów ich wspólnego życia.

Napięcia pojawiające się w sposobie tworzenia więzi małżeńskiej stają się istotnym sposobem diagnozowania przeżywanych problemów małżonków, a jednocześnie ta sama więź małżonków jest niezwykle użyteczną przestrzenią pracy poradnianej, dzięki której możliwe staje się przepracowywanie trudności i wprowadzanie zmian. Zadania poradnictwa rodzinnego w kontekście przepracowywania więzi małżeńskiej, można by nakreślić jako: umożliwienie odreagowania negatywnych emocji; poznaniu wzajemnych stanowisk i towarzyszących im doświadczanych przeżyć; osiągnięcia większego wglądu na poziomie intelektualnym i emocjonalnym oraz zwerbalizowanie go; wypracowania nowych zachowań, które będą wzmacniać więź małżeńską. Zasygnalizowane zagadnienia jednoznacznie wskazują, iż tego typu oddziaływania nie mogą dokonać się podczas jednorazowej wizyty. Działania poradni rodzinnej wobec małżonków wymagają zatem towarzyszenia im w procesie poradnianym, który rozkłada się w czasie na wiele sesji.

Porada jako proces dokonuje się w czasie i świadomości osób a znajduje odbicie w ich przeżywaniu i postępowaniu. Proces ten posiada wiele etapów. Pierwszy z nich bywa nazywany spotkaniem. Wówczas klienci poznają swego doradcę. Następuje tak zwane przyłączenie, dzięki któremu doradca zostaje zaakceptowany jako osoba godna zaufania i profesjonalnie przygotowana do podjęcia się roli towarzyszenia małżonkom w sytuacji ich kryzysu. Dokonuje się to poprzez okazanie zrozumienia, szacunku i życzliwego, uważnego wysłuchania⁷⁵.

Drugi etap wiąże się z powierzeniem doradcy doświadczanego ciężaru, wypowiedzenia przeżywanych negatywnych emocji. Nakreślenia istoty rozwijającego się między małżonkami konfliktu. Ujawnianie to dokonuje się w atmosferze rozumienia i bezpieczeństwa, gdyż doradca nie osądza i nie karze. Werbalizowane uczucia pozwalają doznać ulgi. Następuje swoiste *katharsis*. Zadaniem doradcy jest wówczas bierne słuchanie, okazywanie zrozumienia i dokonywanie krótkich streszczeń usłyszanych treści i przeformułowanie ich. Relacje doradcy ma jedynie na celu upewnienie się czy zwierzający się małżonek czuje się dobrze rozumiany. Powoduje to zazwyczaj reinterpretacje

⁷⁵ E. Sujak, *Poradnictwo małżeńskie i rodzinne*, Katowice 1995, s. 71.

przeżywanych do tej pory myśli, uczuć i wzajemnych zachowań. Pozwala to często zrozumieć poprzednio niezrozumiałe kwestie i zobaczyć sytuację w nowym świetle⁷⁶.

Trzeba jednak zauważyć, że konflikt nie musi mieć tylko negatywnej konotacji⁷⁷. Konflikty w relacjach partnerskich mogą i częstokroć mają funkcje pozytywne. Zależy to od typu problemu, jakiego dotyczy konflikt. Jeśli konflikty nie są sprzeczne z podstawowymi założeniami, na jakich opierają się relacje w małżeństwie, wówczas można w konflikcie odnaleźć funkcje pozytywne. Jednak jeśli konflikt dotyczy podstawowych wartości, na jakich opiera się struktura małżeńska czy społeczna, to wówczas konflikt przybiera formę destrukcyjną⁷⁸. Istotne wydaje się również zagadnienie czy konflikty są realistyczne, czy też nie. Realistycznymi konfliktami są te, które powstają z powodu niezgodności co do sposobów realizacji celu lub co do samych celów. W takich konfliktach interakcja dotyczy konkretnych kwestii, które muszą zostać rozpatrzone przez zaangażowanie stron z zamiarem usunięcia owych niezgodności. Konflikty nierealistyczne natomiast są przede wszystkim ekspresją agresji, która ma na celu wyłącznie pokonanie drugiej strony lub jej zaszkodzenie. Uczestnicy takiego typu konfliktu próbują osiągnąć swoje własne cele poprzez utrudnienie osiągnięcia celów drugiej stronie. Ponieważ konflikty nierealistyczne mają na celu ekspresję emocji negatywnych, głównymi środkami używanymi do ich rozwiązania są siła i przymus. Realistyczne konflikty umożliwiają natomiast zastosowanie dużo szerszej gamy technik, jak np. negocjacje czy perswazja⁷⁹. Stąd zachodzi potrzeba rozróżnienia konfliktów konstruktywnych, czyli pozwalających na budowanie i umacnianie relacji w związku, oraz konfliktów destruktywnych, które degradują relacje, prowadząc je ku rozpadowi. Wówczas interakcje między stronami konfliktu charakteryzują się radykalną eskalacją, przewlekłością, brakiem plastyczności, unikaniem podejmowania adekwatnych kwestii konfliktowych⁸⁰.

By nieporozumienia i konflikty mogły być konstruktywnie rozwiązywane w małżeństwie, powinny zostać wypracowane dwie umiejętności: 1) zdolność do ustalania realistycznych strategii komunikacji i reguł interakcji pomiędzy małżonkami oraz 2) zdolność kształcenia samokontroli wymaganej do utrzymania prawidłowej komunikacji zorientowanej

⁷⁶ E. Sujak, *Poradnictwo małżeńskie i rodzinne*, Katowice 1995, s. 72.

⁷⁷ Zob. D. Krok, *Strategie rozwiązywania konfliktów w systemie małżeńskim*, „Roczniki Teologiczne” 54 (2007), z. 10, s. 119–137.

⁷⁸ B. Chorągwicka, *O miłości partnerskiej naukowo*, „Małżeństwo i Rodzina” 3 (2004), nr 2, s. 44–45.

⁷⁹ J.P. Folger, M.S. Pool, R.K. Stutman, *Konflikt i interakcja*, w: J. Steward (red.), *Mosty zamiast murów. O komunikowaniu się między ludźmi*, Warszawa 2002, s. 498.

⁸⁰ J.P. Folger, M.S. Pool, R.K. Stutman, *Konflikt i interakcja*, w: J. Steward (red.), *Mosty zamiast murów. O komunikowaniu się między ludźmi*, Warszawa 2002, s. 501; por. M. Walczak, *Dylematy życia małżeńskiego. Rzecz o dynamice i kryzysach w relacjach małżeńskich*, w: J. Janicka, T. Rostowska (red.), *Psychologia w służbie rodziny*, s. 102–108.

na cele. Ważna jest także metakomunikacja, polegająca na komunikowaniu się na temat wzajemnej komunikacji. Stosując tę strategię, mówi się partnerowi o jego komunikacji, natomiast on sam ma możliwość sprecyzowania wypowiedzianych treści i intencji. Zapewnia to transparentność w komunikacji małżeńskiej, podtrzymuje pozytywne relacje oraz umożliwia wyjaśnienie ewentualnych sprzeczności i przyczyn konfliktu. Jednocześnie metakomunikacja redukuje poziom napięcia, stresu i negatywnych uczuć wobec bliskiej osoby⁸¹.

Konflikty w relacjach małżeńskich stają się więc swoistym papierkiem lakmusowym żywotności związku, wynikającym z dojrzałości małżonków⁸². Nie rozwiązywane jednak w porę prowadzić mogą do utraty poziomu dojrzałości partnerów, co wyraża się m.in. niedopuszczaniem myśli o własnej winie, obciążaniem winą współmałżonka, chęcią zemsty, które to w ostatecznym rozrachunku degraduje satysfakcję ich związku, prowadząc nawet do jego rozbitcia⁸³.

Trzeci etap pracy doradczej nazywany jest rozszyfrowaniem konfliktu⁸⁴. Poznawanie wzajemnych stanowisk umożliwia małżonkom usłyszenie siebie, dzięki temu ma szansę rozpocząć się proces wzajemnego zrozumienia, który został zaburzony przez emigracyjne oddalenie się od siebie. Otwiera to drogę do rozpoznawania i nazywania własnych potrzeb oraz komunikowania ich współmałżonkowi. Osiągnięcie na tym etapie większego poczucia szczerości i otwartości wobec siebie umożliwia odbudowywanie nadwątlonego zaufania do siebie.

Etap czwarty polega na rozważeniu oraz wyborze metod i sposobów postępowania w drodze do rozwiązywania trudnej sytuacji małżonków pozostających w sytuacji rozłąki z przyczyn ekonomicznych. Ma to na celu stopniowe wykluczenie wcześniej rozpoznanych błędów i zmianę postępowania. Zadaniem doradcy jest tu dbałość o realność wybranych środków, a także torowanie drogi przewidywaniu reakcji drugiej strony oraz podtrzymywaniu pozytywnej motywacji wprowadzaniu zmian. Zasadniczo ten etap kończy podstawowe zadanie porady, którym jest podjęcie konkretnych zadań⁸⁵.

Zazwyczaj zachodzi potrzeba kolejnych spotkań, by wspólnie przeanalizować sposób wprowadzenia wcześniejszych ustaleń we wspólne życie. Doradca jest wówczas swoistym świadkiem sukcesów i porażek, a przy tym swoistym katalizatorem powstałych

⁸¹ M. Plopa, *Więzi w małżeństwie i rodzinie*, Kraków 2005, s. 124.

⁸² K. Pospiszyl, *O chronieniu więzi rodzinnych, które są siłą niezwykłą*, „Małżeństwo i Rodzina” 1 (2001), nr 2, s. 12.

⁸³ B. Mierzwiński, *Pedagogizacja małżonków. Relacje między mężczyzną a kobietą w małżeństwie*, „Paedagogia Christiana” 5 (2000), nr 1, s. 204; zob. M. Ryś, *Jakość związku małżeńskiego a poziom bliskości małżonków i sposoby rozwiązywania przez nich konfliktów*, „Studia Psychologica UKSW” 5 (2004), s. 57–67.

⁸⁴ E. Sujak, *Poradnictwo małżeńskie i rodzinne*, Katowice 1995, s. 72.

⁸⁵ K. Wojacek, *Więź małżeńska w sytuacji rozłąki z przyczyn ekonomicznych*, Opole 2007, s. 191.

przy tych sytuacjach emocji. Gdy proces osiągnie oczekiwany przez małżonków poziom satysfakcji i rozwiązania trudnej sytuacji, wówczas dobiega końca praca doradcy⁸⁶.

Praca poradniana z małżonkami przeżywającymi trudności wynikającymi z ekonomicznej rozłąki migracyjnej w oparciu o dynamikę relacji pozwala samym małżonkom nazywać doświadczane problemy, artykułować je w postaci intersubiektywnie zrozumiałych określeń i pojęć, nabywania większego współrozumienia zachodzących procesów zmian, odreagowania emocji w różnych ich postaciach, nabierania do nich dystansu, omówienia kierunku dalszego rozwoju ich związku oraz przepracowania zachowań. Specyfiką tej pracy jest to, że wiele z tych procesów przebiega równolegle i równocześnie na różnych płaszczyznach relacji małżeńskiej. Szczególnie na początku wspólnej pracy może to stanowić pewien problem, lecz w trakcie trwania procesu poradnianego umożliwia to stosunkowo szybkie wprowadzanie zmian. Swoistą, pierwszą potrzebą małżonków staje się emocjonalne odreagowanie, doświadczenie wysłuchania ich wzajemnych skarg, a dopiero potem powstaje szansa na rozpoczęcie procesu konstruktywnej współpracy na rzecz przepracowania relacji.

Więź małżeńska w sytuacji rozłąki emigracyjnej może pełnić istotną rolę w pracy poradnianej. Jej rola związana jest z jednej strony z funkcją diagnostyczną, a z drugiej strony z funkcją przepracowania i budowania wspólnoty małżeńskiej. Poszczególne płaszczyzny więzi – poznawcza, emocjonalna i behawioralna, umożliwiają doradcy wprowadzenia małżonków na poziom podjęcia współpracy na rzecz dobra ich wzajemnej przyszłości. Emocjonalne odreagowanie, głębsze poznanie i wspólne odnajdywanie bardziej adekwatnych form budowania związku pozwala przepracować różnego rodzaju kryzysów małżeńskich.

Title: **Building a matrimonial bond versus an emigration in the perspective of a family counselling**

The main subject of considerations is a matrimonial bond in the perspective of separation caused by emigration, which means the situation when one of the spouses leaves homeland and, from economic reasons, stays away from his or her spouse. Besides material benefits it usually brings different kind of tensions and obstacles in building a common life. Matrimonial bond, from the perspective of counselling actions, becomes a crucial diagnostic element of the condition of spouses relation. It also constitutes a precious instrument of work thanks to which many difficult experiences can be overworked. Moreover, the quality of their communion can be renewed and strenghtened. At the beginning of the considerations the understanding of a notion of matrimonial bond, the structure and conditions of its proper development and factors that may destabilize this process have been outlined. From that perspective an outline of the concept of family counselling actions to the benefit of creating a satisfactory matrimonial bond has been drafted.

Key words: **matrimonial bond, economic separation caused by emigration, family counselling**

⁸⁶ E. Sujak, *Poradnictwo małżeńskie i rodzinne*, Katowice 1995, s. 78.

Literatura:

- Baniak J., *Znaczenie dialogu w małżeństwie*, „Małżeństwo i Rodzina” 3 (2004), nr 1, s. 25–28.
- Bar K., *Konflikty i kryzysy w małżeństwie i w rodzinie*, „Małżeństwo i Rodzina” 4 (2005), nr 1, s. 57–64.
- Braun-Gałkowska M., *Miłość aktywna*, Warszawa 1980.
- Brağiel J., „Eurosieroctwo” jako rezultat przemian więzi rodzinnych, http://ff.diecezja.opole.pl/pdf/2013/10_Bragiel.pdf, (22.02.2017).
- Choraęwicka B., *O miłości partnerskiej naukowo*, „Małżeństwo i Rodzina” 3 (2004), nr 2, s. 40–46.
- Dąbrowska–Caban Z., *Z badań nad małżeństwem w Polsce – uwarunkowania i właściwości*, „Problemy Rodziny” 41 (2001), nr 2, s. 6–7.
- Drożdż A., *Antropologiczne aspekty wierności*, w: I. Celary, G. Polok (red.), *Zagrożenia rodziny w aspekcie pastoralno–społecznym*, Katowice 2008, s. 81–90.
- Dulko S., Jasiński M., *Dylematy dla socjologów (Trudności partnerstwa w aspekcie socjobiologicznym)*, „Problemy Rodziny” 25 (1986), nr 1, s. 19–23.
- Dyczewski L., *Więź między pokoleniami w rodzinie*, Lublin 2002.
- Dzierżanowski J., *Konflikty małżeńskie jako problem duszpasterski w świetle dokumentacji Sądu Biskupiego w Opolu (1980-1989)*, Opole 2000.
- Folger J.P., Pool M.S., Stutman R.K., *Konflikt i interakcja*, w: J. Steward (red.), *Mosty zamiast murów. O komunikowaniu się między ludźmi*, Warszawa 2002, s. 491-502.
- Głód F., *Dialog małżeński a rozwój miłości*, w: B.J. Soiński (red.), *Rodzina w świetle psychologii pastoralnej*, s. 55–78.
- Górnicki J., *Granice sumienia*, w: J. Iwański (red.), *O wartościach, normach i problemach moralnych*, Warszawa 1994, s. 300-318.
- Harwas–Napierała B., *Komunikacja interpersonalna w rodzinie*, Poznań 2006.
- Imieliński K., *Seksuologia. Zarys encyklopedyczny*, Warszawa 1985.
- Inglík–Dziąg D., *Partnerstwo w małżeństwie – analiza problemu*, „Problemy Rodziny” 38 (1998), nr 5–6, s. 49-56.
- Jacyniak A., Płużek Z., *Świat ludzkich kryzysów*, Kraków 1997.
- Kawczyńska-Butrym Z., *Migracja – szansa czy zagrożenie rodziny*, w: W. Muszyński, E. Sikora (red.), *Małżeństwo i rodzina w ponowoczesności*, Toruń 2008, s. 113-120.
- Kawczyńska-Butrym Z., *Partnerstwo w małżeństwie i rodzinie w sytuacji choroby*, „Problemy Rodziny” 28 (1989), nr 3, s. 3–5.
- Kornaszewska M., *Czynniki kształtujące różnice w emocjonalności kobiet i mężczyzn*, „Studia Psychologica UKSW” 3 (2002), s. 167–186.
- Korniluk E., *Kryzys małżeński w świetle badań amerykańskich*, „Problemy Rodziny” 27 (1988), nr 3, s. 7–10.
- Krok D., *Strategie rozwiązywania konfliktów w systemie małżeńskim*, „Roczniki Teologiczne” 54 (2007), z. 10, s. 119–137.
- Krok D., *Znaczenie komunikacji interpersonalnej w funkcjonowaniu rodziny*, w: B.J. Soiński (red.), *Rodzina w świetle psychologii pastoralnej*, Łódź 2007, s. 41-53.
- Krzyszowski J., *Uwarunkowania realizacji modelu partnerskiego w małżeństwie*, „Problemy Rodziny” 28 (1989), nr 5, s. 3–14.
- Lew–Starowicz Z., *Fenomen partnerstwa seksualnego*, „Problemy Rodziny” 25 (1986), nr 1, s. 41–46.
- Major Z., *Główne typy kontaktu emocjonalnego*, „Problemy Rodziny” 33 (1993), nr 5, s. 12–15.
- Major Z., *O małżeństwie partnerskim. Refleksje krytyczne*, „Problemy Rodziny” 32 (1992), nr 1, s. 3–5.
- Mierzwiński B., *Pedagogizacja małżonków. Relacje między mężczyzną a kobietą w małżeństwie*, „Paedagogia Christiana” 5 (2000), nr 1, s. 189–206.
- Miłoszewska J., *Zachowania przywiązaniowe a jakość więzi małżeńskich osób z krótkim stażem małżeńskim*, w: S. Bukalski (red.), *Teoria przywiązania i jakość więzi. Analizy empiryczne*, Szczecin 2012, s. 145-167.
- Murgatroyd S., *Poradnictwo i pomoc*, Poznań 2000.
- Pikulski S., *Zazdrość i jej uwarunkowania*, „Problemy Rodziny” 27 (1988), nr 5, s. 22-31.
- Płopa M., *Więzi w małżeństwie i rodzinie*, Kraków 2005.
- Pospiszyl I., *Źródła konfliktu w rodzinie*, „Psychologia Wychowawcza” 29 (1986), nr 2, s. 205–211.
- Pospiszyl K., *O chronieniu więzi rodzinnych, które są siłą niezwykłą*, „Małżeństwo i Rodzina” 1 (2001), nr 2, s. 9-13.
- Reber A.S., *Słownik psychologiczny*, Warszawa 2000.
- Rembowski J., Rostowski J., *Trudności i zagrożenia (Z problematyki psychologicznego modelu małżeństwa partnerskiego)*, „Problemy Rodziny” 25 (1986), nr 1, s. 12–18.
- Reykowski J., *Z zagadnień psychologii motywacji*, Warszawa 1976.
- Rorczyca J., *Oblicza odpowiedzialności*, „Rocznik Wydziału Towarzystwa Jezusowego” (1988), s. 105–114.

- Rostowski T., *Konflikty międzypokoleniowe w rodzinie*, Łódź 2001.
- Ryś M., *Jakość związku małżeńskiego a poziom bliskość małżonków i sposoby rozwiązywania przez nich konfliktów*, „Studia Psychologica UKSW” 5 (2004), s. 57–67.
- Ryś M., *Psychologia małżeństwa*, Warszawa 1993.
- Sitarczyk M., Szymczak B., *Zazdrość a zadowolenie z małżeństwa*, „Problemy Rodziny” 32 (1993), nr 1, s. 15-19.
- Sitarczyk M., Waniewski A., *Empatia a zadowolenie z małżeństwa*, „Małżeństwo i Rodzina” 1 (2001), nr 3, s. 28–32.
- Sitarczyk M., Waniewski A., *Rola empatii w małżeństwie*, „Małżeństwo i Rodzina” 1 (2001), nr 2, s. 23-27.
- Styczeń T., *Prawda o człowieku a etyka*, „Roczniki Filozoficzne” 30 (1982), z. 2, s. 41–92.
- Styczeń T., *Prawda o człowieku miarą jego afirmacji*, „Communio” 2 (1982), nr 2, s. 45–69.
- Sujak E., *Poradnictwo małżeńskie i rodzinne*, Katowice 1995.
- Sujak E., *Rozważania o ludzkim rozwoju*, Kraków 1975.
- Szopiński J., *Komunikacja interpersonalna w małżeństwie*, „Roczniki Filozoficzne” 24 (1976), z. 4, s. 79–91.
- Szopiński J., *Synonimem – więź psychiczna*, „Problemy Rodziny” (1986), nr 1, s. 35-37.
- Tokarski J., *Słownik wyrazów obcych*, Warszawa 1979.
- Tomkiewicz A., Czosnyka M., *Zgodność światopoglądów małżonków a ich więź małżeńska*, „Roczniki Teologiczne” (1997), nr 6, s. 167-183.
- Tyszka Z., *Sposób współżycia w rodzinie*, „Problemy Rodziny” 25 (1986), nr 1, s. 29-31.
- Walczak M., *Dynamika i kryzys w relacjach małżeńskich*, „Małżeństwo i Rodzina” 2 (2002), nr 1, s. 31–37.
- Witczak J., *Partnerstwo w małżeństwie – część I*, „Problemy Rodziny” 24 (1984), nr 4, s. 26–31.
- Witczak J., *Partnerstwo w małżeństwie – część II*, „Problemy Rodziny” 24 (1984), nr 5, s. 3–8.
- Wojaczek K., *Małżeństwo jako proces obdarowania się osób*, w: M. Worbs (red.), *Dynamizm wiary*, Opole 2002, s. 65-74.
- Wojaczek K., *Rozłąka z przyczyn ekonomicznych czy więź małżeńska?*, w: P. Jaskóła, R. Porada (red.), *Ad plenam unitatem*, Opole 2002, s. 603-612.
- Wojaczek K., *Więź małżeńska w sytuacji rozłąki z przyczyn ekonomicznych*, Opole 2007.
- Wojciszke B., *Psychologia miłości*, Gdańsk 1998.
- Wojtyła K., *Osobowa struktura samostanowienia*, „Roczniki Filozoficzne” 29 (1981), z. 2, s. 5–12.
- Wyźlic M., *Communio małżeńskie w perspektywie migracji*, „Roczniki Teologiczne” (2007), nr 10, s. 150-167.