

Justyna Mróz
Institut Pedagogiki i Psychologii
Uniwersytet Jana Kochanowskiego w Kielcach

Relacje rodzinne a przebaczenie w rodzinie pochodzenia i związkach tworzonych we wczesnej dorosłości

Wstęp

Przebaczenie z perspektywy interpersonalnej ujmowane jest jako zmiana w spostrzeganiu sprawcy krzywdy polegająca na redukcji negatywnych bądź, (nie jest to konieczny warunek) pojawieniu się pozytywnych myśli, emocji, motywacji wobec sprawcy (McCullough, Pargament, i Thoresen, 2000). Zmiana ta jest szczególnie widoczna w zachowaniu ofiary względem sprawcy i polega na zaniechaniu takiego zachowania, które można określić jako zemstę, rewanż, dodatkowo może dochodzić także do zaprzestania unikania sprawcy (Fincham i in., 2002). Przebaczenie interpersonalne angażuje zarówno ofiarę, jak i sprawcę w odróżnieniu od przebaczenia intrapsychnicznego, które nie wymaga wchodzenia w relację ze sprawcą i jest jednostronne, bezwarunkowe i niezależne od działań sprawcy krzywdy (Andrews, 2000).

Szczególnym przykładem przebaczenia innym jest przebaczenie w rodzinie, które jest istotne zarówno dla zachowania satysfakcjonujących relacji, jak i możliwości rozwoju rodziny (por. Kaleta, Mróz, 2015). Przebaczenie w rodzinie może być rozpatrywane w poszczególnych relacjach np.: diadzie rodzic-dziecko (Paleari, Regalia, Fincham, 2003; Maio i in., 2005), bądź w odniesieniu do ogólnej skłonności rodziny do przebaczenia (np.: Pollard i in., 1998). Szczególnym rodzajem przebaczenia jest także przebaczenie w małżeństwie (np. Paleari, Regalia, Fincham, 2005), które jest istotne dla jakości i trwałości relacji małżeńskiej (Fincham Beach, Davila, 2004).

I. Teoretyczne wprowadzenie do badań

1. Dyspozycja rodziny do przebaczenia

Dyspozycja rodziny do przebaczenia nie odnosi się do przebaczenia konkretnych krzywd, do których dochodzi między członkami rodziny, a do ogólnego klimatu przebaczenia panującego w rodzinie. Klimat rodzinny, panujące w rodzinie zasady,

granice między poszczególnymi osobami i podsystemami, wypełnianie poszczególnych ról i oczekiwania względem nich przez pozostałych członków rodziny mają znaczenie dla spostrzegania przebaczenia w relacjach rodzinnych.

Takie rozumienie przebaczenia w rodzinie osadzone jest w kontekstualnej teorii i terapii rodziny Ivana Boszormenyi-Nagy. Relacje w rodzinie pochodzenia, między rodzicami i dziećmi, różnią się od innych relacji między innymi ze względu na swoją specyficzną ciągłość. Według Boszormenyi-Nagy (Boszormenyi-Nagy, Krasner, 1986) pierwszą wiążącą rzeczą w rodzinie i decydującą o specyfice relacji jest egzystencjalna lojalność dzieci wobec (biologicznych) rodziców. Lojalność przejawia się przez całe życie, rozpoczyna się już w dzieciństwie i kontynuowana jest dalej w dorosłości. Egzystencjalna lojalność dzieci idzie w parze z odpowiedzialnością rodzicielską. Rodzice są zobowiązani w zamian do dawania opieki i wsparcia swoim dzieciom. Pomimo, że relacje w parze rodzice - dziecko są asymetryczne, jednak ważne jest zachowanie, specyficznej dla tej diady, równowagi dawania i brania. Obie strony są niejako zobowiązane do dawania, jak i brania od siebie nawzajem. Samo dawanie, przy jednoczesnym odmawianiu brania, podobnie jak i branie bez dawania, powoduje zakłócenie w relacji i funkcjonowaniu rodziny. Zakłócenie tej równowagi może prowadzić do nieprawidłowości w podstawowej charakterystyce tych relacji - sprawiedliwości. Zaburzenie równowagi dawania i brania mogą doprowadzić do zranień, zarówno bardzo subtelnych, jak i poważnych wynikających np. z niespełnienia bądź zaniechania obowiązków rodzicielskich. Przestrzeganie sprawiedliwości w relacjach nie powoduje zakłóceń w dawaniu i braniu. Dodatkowo teoria Boszormenyi-Nagy odnosi się do przekazu międzygeneracyjnego, który może dotyczyć specyficznych wzorców zachowania bądź też zakłóceń w obrębie równowagi dawania i brania. Przekaz międzygeneracyjny odnosi się również do sprawiedliwości, jak i sposobów przebaczenia danej rodziny. Kontekstualna teoria i terapia rodziny posłużyła do rozwinięcia modelu przebaczenia w bliskich relacjach przez Terry'ego D. Hargrave'a i Jamesa N. Sellsa (1997) oraz koncepcji przebaczenia w rodzinie autorstwa Mary Pollard i in. (1998).

2. Przebaczenie w bliskich relacjach w ujęciu Hargrave'a i Sellsa

Hargrave i Sells (1997) określają przebaczenie w relacjach, zwłaszcza w bliskich, jako podejmowanie wysiłku w odbudowywaniu miłości i zaufania między ofiarą i sprawcą krzywdy, tak, aby raniąca sytuacja nie była dalej źródłem rozłamu między nimi.

W ujęciu Hargrave'a przebaczenie w rodzinie odnosi się do dwóch kategorii. Pierwszy z nich to uwalnianie (*exonerating*), a drugi to przebaczenie (*forgiving*) (Hargrave, 1994). Uwalnianie odnosi się do wysiłku, jaki wykonuje zraniona osoba, aby zrozumieć i udźwignąć doświadczany ból. Jest to możliwe poprzez wgląd (*insight*) oraz

zrozumienie (*understanding*). Wgląd jest tu rozumiany jako zdolność jednostki do obiektywnego spojrzenia na mechanizmy, które powodują zranienia w rodzinie. Zauważanie tych mechanizmów i ich rozumienie może w przyszłości sprzyjać ich niwelowaniu m.in. poprzez świadomą ich kontrolę. Z kolei zrozumienie odnosi się do wejścia w świat sprawcy, jego ograniczeń, działań, zamiarów. Efektem tego może być zaakceptowanie, że inni ludzie bywają zawodni i mogą ranić. Jednak nie chodzi tu o zdjęcie odpowiedzialności ze sprawcy za jego raniące zachowania, a o zminimalizowanie odczuć niechęci, rewanżu czy unikania go.

Drugi obszar to przebaczenie, w odróżnieniu do uwalniania, wymaga on już konkretnego zachowania, które byłoby związane z przyjęciem odpowiedzialności za wyrządzoną krzywdę przez jej sprawcę. Przebaczenie odbywa się poprzez stwarzanie możliwości kompensacji (*giving the opportunity for compensation*) oraz otwarty akt wybaczenia (*overt act of forgiving*). Stwarzanie możliwości kompensacji leży po stronie ofiary i związane jest z daniem przyzwolenia sprawcy do odbudowania zaufania w relacji między nimi. W akt wybaczenia zaangażowany jest zarówno sprawca, poprzez przyznanie się do popełnienia czynu, który sprawił drugiej osobie ból, jak i osoba pokrzywdzona, poprzez odpuszczenie. Wspólnie podejmowana jest decyzja o budowaniu zaufania, które jest niezbędne do tworzenia satysfakcjonującej relacji (Hargrave, 1994). Tak przeprowadzone przebaczenie może prowadzić do pojednania.

Hargrave (1994) zwraca uwagę, że te cztery komponenty – wgląd, zrozumienie, stwarzanie możliwości kompensacji, otwarty akt wybaczenia, nie są etapami przebaczenia, a pewnymi punktami, po których poruszają się osoby w drodze ku przebaczeniu i odbudowywaniu zaufania i miłości. W przypadku gdy sprawca, z różnych powodów nie angażuje się: nie żyje, nie przyjmuje odpowiedzialności za ból, który sprawił, przebaczenie obejmuje tylko wgląd i zrozumienie.

3. Koncepcja przebaczenia w rodzinie według Pollard i współpracowników

W podobny sposób jak Hargrave przebaczenie w rodzinie ujmuje Mary Pollard i in. (1998). W podejściu tym zwrócono uwagę na dwa różne rodzaje przebaczenia, ujmowanego ze względu na rodzaj relacji: przebaczenie w relacjach wertykalnych (odnoszące się do rodziny pochodzenia) oraz w odniesieniu do znaczących relacji horyzontalnych z takimi osobami jak współmałżonek czy partner życiowy.

W obydwu rodzajach relacji przebaczenie jest oparte na pięciu elementach. Pierwszy z nich to uświadomienie (*realization*). Świadomość doznanej krzywdy jest jednym z podstawowych warunków przebaczenia, bowiem jej brak nie pociąga za sobą całego procesu związanego z przebaczeniem (McCullough, Worthington, Rachal, 1997). W przebaczeniu, które miało by być uwieńczone pojednaniem, takie uświadomienie

powinno dotyczyć obu stron tzn. sprawcy krzywdy i osoby, która jej doznała. W relacjach rodzinnych jest to jeden z warunków niezbędnych do tego, aby po doznanej krzywdzie relacje mogły być kontynuowane i oceniane jako satysfakcjonujące. Kolejny obszar - rozpoznanie (*recognition*) – odnosi się do oceny zdarzenia, jako takiego, które było źródłem bólu i cierpienia. Przebaczenie może być łatwiejsze dla człowieka, gdy krzywda, której doświadczył była, w jego ocenie, nieduża (Enright i in., 1991).

Następny obszar związany jest z naprawą relacji po zaistniałej krzywdzącej sytuacji (*reparation*). Sprawca przejmuje odpowiedzialność za wyrządzoną krzywdę oraz zwraca się do ofiary z prośbą o przebaczenie. Przyjęcie przebaczenia przez osobę skrzywdzoną jest kolejnym warunkiem przebaczenia. Everett Worthington (Worthington, Sherer, 2004) zwraca uwagę, że czasem może dojść do przebaczenia jedynie na poziomie decyzyjnym, tzn., jednostka deklarując przebaczenie jedynie powstrzymuje się od zachowań rewanżowych, mściwych wobec sprawcy, ale na poziomie emocjonalnym dalej odczuwa gniew, złość, niechęć wobec tego, który był sprawcą bólu. Z kolei Robert Carlise wraz z współpracownikami (2012) zauważył, że samo słowne przeproszenie może być niewystarczające dla pełnego przebaczenia i potrzebna jest także rekompensata. Właśnie pewnego rodzaju zadośćuczynienie, rekompensata (*restitution*) jest kolejnym obszarem wyróżnionym przez Pollard i wsp. (1998). Ostatnim obszarem jest rozwiązanie (*resolution*) i dotyczy niejako porzucenia raniącej przeszłości, zarówno przez pokrzywdzonego, jak i sprawcę krzywdy.

4. Relacje w rodzinie a przebaczenie

W rodzinie, między małżonkami, rodzicem a dzieckiem, rodzeństwem dochodzi do różnorodnych relacji, zarówno do tych satysfakcjonujących, jak i takich, które wymagają przebaczenia np. konfliktowych, przekraczających granice, raniących.

W ramach systemowego rozumienia rodziny, jednym z modeli ujmujących relacje rodzinne jest Model Kołowy Davida Olsona (Olson, Gorall, 2003). W tym modelu wyróżnia się trzy wymiary relacji rodzinnych: spójność, elastyczność oraz komunikację. Spójność odnosi się do więzi emocjonalnych między poszczególnymi członkami rodziny i kształtuje się na kontinuum od niezwiązania poprzez zrównoważoną spójność do splątania. Elastyczność natomiast odnosi się do ilości zmian jakie mają miejsce w rodzinie w obrębie przywództwa, ról, negocjacji rodzinnych itp. Elastyczność rozciąga się od sztywności poprzez zrównoważoną elastyczność do chaotyczności. Trzeci wymiar – komunikacji jest istotny między innymi dlatego, że umożliwia dopasowanie poziomów spójności i elastyczności do wymogów zewnętrznych i wewnętrznych rodziny. Dodatkowo w modelu tym zwraca się uwagę na satysfakcję z życia rodzinnego (Margasiński, 2015).

Relacje między członkami rodziny wiążą się z możliwościami rodziny do wzajemnego przebaczenia. Maio i współpracownicy (2008) zwracają uwagę na to, że wzajemne przebaczenie sobie przez członków rodziny jest związane z pozytywną oceną własnej rodziny. Z kolei badania dotyczące przebaczenia w diadzie rodzic-dziecko wskazują m.in. na różnice jakie niesie za sobą przebaczenie matki i ojca (Paleari, Regalia, Fincham, 2003; Maio i in., 2008). Okazuje się, że spostrzeganie relacji z matką jako przebaczącej przez nastoletnie dzieci nie ma znaczenia dla oceny relacji z nią w ogóle, w przeciwieństwie do relacji z ojcem, która spostrzegana jako przebacząca wiąże się z lepszą jakością relacji (Paleari, Regalia, Fincham, 2003). Dla tworzenia się dyspozycji do przebaczenia w okresie adolescencji ma z kolei znaczenie postawa rodziców i rodzaj więzi z nimi. Postawa troski matek, jak i ojców wiąże się pozytywnie z przebaczeniem nastolatków samemu sobie i innym. Natomiast postawa nadopiekuńcza ojców jest negatywnie związana z przebaczeniem sobie, innym. Nadopiekuńcza postawa matek nie ma znaczenia dla stałej skłonności do przebaczenia wśród adolescentów (Passmore i in., 2009). Ponadto rodziny z przebaczącą matką charakteryzują się większą spójnością, a z przebaczącym ojcem są mniej konfliktowe (Maio i in., 2008). Niezależnie od płci rodzica spostrzeganie relacji z nim jako przebaczącej zmniejsza poziom konfliktu w diadzie rodzic-dziecko (Paleari, Regalia, Fincham, 2003; Maio i in., 2008) i skłonność do ponownego wzajemnego krzywdzenia się (Maio i in., 2008), a sprzyja przeproszaniu (Maio i in., 2008). Dodatkowo dyspozycja do przebaczenia członków rodziny sprzyja spójności rodziny z problemem alkoholowym (Sherer i in., 2011).

Przebaczenie w rodzinie ma znaczenie również w kontekście międzygeneracyjnym (Katz, 2000; Lee, Enright, 2009). Yu-Rim Lee i Robert D. Enright (2009) zaobserwowali w swoich badaniach, że mężczyźni, którzy byli zranieni przez swoich ojców w dzieciństwie i im przebaczyli mają mniej złości i gniewu wobec swoich synów niż ci, którzy cały czas zmagają się z przebaczeniem własnym ojcom.

W prezentowanych w niniejszym artykule badaniach podjęto próbę odpowiedzi na pytanie: Czy istnieje związek między relacjami w rodzinie pochodzenia a przebaczeniem w niej i w związkach tworzonych w dorosłości.

Sformułowano następującą hipotezę: Zrównoważone funkcjonowanie rodziny, a więc elastyczność, spójność, a także lepsza komunikacja w rodzinie oraz większe zadowolenie z życia rodzinnego będzie związane z wyższym poziomem przebaczenia, zarówno w rodzinie pochodzenia, jak i w związkach tworzonych w dorosłości. Z kolei niezrównoważenie spójności i elastyczności (chaotyczność, niezwiązanie, sztywność, splątanie), a także gorsza komunikacja i mniejsze zadowolenie z życia rodzinnego będą związane z niższym poziomem przebaczenia w rodzinie pochodzenia i w związkach tworzonych w dorosłości.

II. Badania

1. Grupa

Badania zostały przeprowadzone wśród 103 dorosłych osób, średnia wieku wyniosła 24,97 (w wieku od 19 do 46 lat). Spośród badanych 60 osób stanowiły kobiety, 43 - mężczyźni. Zdecydowana większość osób wskazała, że ich sytuacja materialna jest zadowalająca, tylko 4 osoby, że zła, a 2 że bardzo dobra. Do ostatecznych analiz zostało wzięte pod uwagę 91 kompletnie uzupełnionych zestawów kwestionariuszy. Badania miały charakter anonimowy i dobrowolny. Badani nie otrzymali żadnego wynagrodzenia za udział w badaniu.

2. Narzędzia

Wykorzystano dwa narzędzia badawcze :

Do określenia relacji rodzinnych został użyty kwestionariusz FACES – IV – SOR będący opracowaną przez Andrzeja Margasińskiego (2009) adaptacją narzędzia opartego na modelu kołowym Olsona (Olson, Gorall, 2003). Uczestników badania proszono o ocenę relacji w rodzinie pochodzenia. W analizie uwzględniono wyniki odnoszące się do nasilenia podstawowych wymiarów relacji rodzinnych w zakresie (1) zrównoważonej spójności, (2) zrównoważonej elastyczności (3) niezwiązania (4) splątania (5) sztywności i (6) chaotyczności. Również oceniono aspekty dodatkowe (7) efektywność komunikacji rodzinnej i (8) zadowolenie z życia rodzinnego.

W celu określenia przebaczenia w rodzinie została wykorzystana skala przebaczenia w rodzinie autorstwa Pollard i wsp. (1999). Skala składa się z 40 pytań, podzielonych na dwie części po 20 pytań; pierwsza część odnosi się do rodziny pochodzenia, druga do związków zawieranych w dorosłości. Każda z części składa się z pięciu podskal: uświadomienie (*realization*), rozpoznanie (*recognition*), naprawa (*reparation*), rekompensata (*restitution*), rozwiązanie (*resolution*). Każda podskala składa się z czterech pytań do których badani ustosunkowują się na pięciostopniowej skali. Im wyższy wynik uzyskany w poszczególnych skalach tym większe nasilenie przebaczenia.

3. Wyniki

W pierwszym etapie została wykonana analiza korelacji r-Pearsona między relacjami w rodzinie pochodzenia (skala SOR) i przebaczeniem w rodzinie pochodzenia oraz przebaczeniem w związkach tworzonych w dorosłości (skala Przebaczenia w rodzinie). Uzyskane rezultaty przedstawia tabela 1.

Tabela 1. Korelacje (r-Pearsona) między przebaczeniem w rodzinie pochodzenia (1), związkach tworzonych w dorosłości (2) a relacjami w rodzinie pochodzenia

Przebaczenie Relacje w rodzinie	Uświadomie nie		Rozpoznani e		Naprawa		Rekompens ata		Rozwiązani e	
	1	2	1	2	1	2	1	2	1	2
Chaotyczność	-0,12	0,05	- 0,17	- 0,06	0,05	- 0,07	- 0,38*	- 0,04	0,03	- 0,12
Zrównowazona Elastyczność	0,24*	-0,18	0,30*	- 0,04	0,18	- 0,04	0,21*	- 0,01	0,10	0,14
Sztywność	0,08	-0,21*	0,08	- 0,10	0,05	- 0,11	-0,03	- 0,07	0,07	- 0,02
Niezwiązanie	- 0,30*	-0,03	- 0,26*	- 0,08	- 0,17	- 0,11	- 0,46*	- 0,11	- 0,05	- 0,12
Zrównowazona Spójność	0,21*	-0,02	0,33*	- 0,02	0,31	0,02	0,35*	0,06	0,26	0,13
Splątanie	-0,04	-0,33*	- 0,08	- 0,23*	- 0,03	- 0,31	- 0,24*	- 0,17	- 0,02	- 0,29*
Komunikacja	0,27*	0,02	0,42*	- 0,10	0,27	0,02	0,29*	0,04	0,24	0,12
Zadowolenie	0,38*	-0,10	0,38*	- 0,07	0,23	- 0,06	0,26*	0,03	0,25	0,17

*p<0,05

Wyniki wskazują na pozytywne i negatywne związki między wymiarami relacji rodzinnych a przebaczeniem w rodzinie, zarówno w relacjach wertykalnych, jak i horyzontalnych. Wśród wymiarów opisujących elastyczność rodziny ujemne relacje zaobserwowano między chaotycznością a rekompensatą w rodzinie pochodzenia oraz sztywnością a uświadomieniem w relacjach tworzonych w dorosłości. Natomiast zrównowazona elastyczność wiąże się pozytywnie z uświadomieniem, rozpoznaniem i rekompensatą w rodzinie pochodzenia. W przypadku wymiarów odnoszących się do spójności w rodzinie to dodatnie powiązania ujawniły się między zrównowazoną spójnością a wszystkimi skalami odnoszącymi się do przebaczenia w rodzinie pochodzenia. Negatywne korelacje wystąpiły między niezwiązaniem, uświadomieniem a rozpoznaniem w rodzinie pochodzenia oraz splątaniem a uświadomieniem, rozpoznaniem, rekompensatą oraz rozwiązaniem w związkach tworzonych w dorosłości. Komunikacja w rodzinie, podobnie jak i satysfakcja z życia rodzinnego wiązały się dodatnio ze wszystkimi skalami przebaczenia w rodzinie pochodzenia.

W dalszej kolejności została wykonana analiza regresji, której celem było wskazanie, jakie rodzaje relacji w rodzinie pochodzenia wiążą się z przebaczeniem w tej rodzinie (tabela 2) i jakie z przebaczeniem w związkach tworzonych w dorosłości (tabela 3).

Tabela 2. Analiza regresji dla zmiennych predykcyjnych relacji w rodzinie pochodzenia dla przebaczenia w rodzinie pochodzenia

Relacje w rodzinie pochodzenia	Przebaczenie w rodzinie pochodzenia		
	β	t	p
Zadowolenie z życia rodzinnego	Uświadomienie R=0,45; R ² =0,20; F(8,81)= 2,56; p<0,001;		
	0,35	2,57	0,011
Komunikacja w rodzinie	Rozpoznanie R=0,49; R ² =0,24; F(8,81)=3,25; p p<0,001		
	0,30	2,01	0,047
Chaotyczność	Rekompensata R= 0,58; R ² = 0,31; F(8,81)=4,55; p<0,001		
	-0,26	-2,18	0,032
Spójność	Rozwiązanie R=0,38; R ² =0,14; F(8,81)=1,66; p<0,001		
	0,31	2,04	0,044

Zadowolenie z życia rodzinnego wyjaśnia w 20% uświadomienie w rodzinie pochodzenia. Z kolei komunikacja w rodzinie w 24% wyjaśnia rozpoznanie. Chaotyczność w rodzinie w 31% pozwala przewidywać rekompensatę krzywdy w rodzinie. Zależność ta jest ujemna, więc wynik może oznaczać to, że im bardziej relacja w rodzinie jest chaotyczna tym jest mniej miejsca na zachowania związane z rekompensatą, zadośćuczynieniem krzywdy. Spójność relacji rodzinnych okazała się istotnym predyktorem rozwiązania, zakończenia sytuacji krzywdzącej a procent wyjaśnianej zmienności wariancji wynosi 14%.

Tabela 3. Analiza regresji dla zmiennych predykcyjnych relacji w rodzinie pochodzenia dla przebaczenia w związkach tworzonych w dorosłości

Relacje w rodzinie pochodzenia	Przebaczenie w związkach tworzonych w dorosłości		
	β	t	p
Splątanie	Uświadomienie R=0,44; R ² =0,20; F(8,81)= 2,46 p<0,001		
	-0,45	-2,85	0,005
Splątanie	Rozpoznanie R= 0,29; R ² =0,09; F(8,81)=,93; p<0,001		
	-0,39	-2,30	0,023
Splątanie	Naprawa R=0,34; R ² =0,12; F(8,81)=1,34; p<0,001;		
	-0,46	-2,81	0,006
Splątanie	Rozwiązanie R=0,44; R ² =0,20; F(8,81)=2,44; p<0,001		
	-0,61	-3,84	0,000

Uzyskane wyniki wskazują, że splątanie jest taką cechą rodziny pochodzenia, która wyjaśnia od 9 do 20 % poszczególnych obszarów przebaczenia w związkach tworzonych w dorosłości. Jedynie rekompensata nie jest istotnie przewidywana przez którykolwiek rodzaj relacji w rodzinie pochodzenia. Ujawniona zależność ma charakter ujemny co oznacza, że im bardziej relacje w rodzinie pochodzenia są splątane, tym trudniej jest przebaczać w związkach tworzonych w dorosłości.

Dyskusja

Celem prezentowanych badań było określenie związków między relacjami w rodzinie pochodzenia i przebaczeniem w niej, jak i przebaczeniem w związkach tworzonych w dorosłości. Uzyskane rezultaty pozwalają częściowo potwierdzić stawianą hipotezę, zwłaszcza w tej części odnoszącej się do związku relacji rodzinnych z przebaczeniem w rodzinie pochodzenia.

Okazuje się, że zrównoważone funkcjonowanie życie rodzinnego, zarówno w obszarze spójności, jak i elastyczności wiąże się z przebaczeniem w rodzinie. Ponadto osoby będące usatysfakcjonowane z komunikacji w swojej rodzinie, jak i z życia rodzinnego oceniały swoje rodziny jako bardziej przebaczące. Uzyskane rezultaty są zbieżne z doniesieniami innych badaczy, gdzie spójność okazała się ważnym czynnikiem dla przebaczenia w rodzinie (por. Maio i in., 2008; Sherer i in., 2011). Optymalne więzi emocjonalne między członkami rodziny sprzyjają przebaczeniu, a w szczególności w podejmowaniu rekompensaty wobec osoby skrzywdzonej. Podobnie zrównoważona elastyczność sprzyja przebaczeniu dzięki bardziej partnerskim relacjom, które pozwalają na rozwiązywanie konfliktowych sytuacji w sposób satysfakcjonujący obie strony, w przeciwieństwie do sztywnej relacji, gdzie trudniej rozmawia się o kompromisie czy zbyt chaotycznej, w której może nie być miejsca na rozmowę o krzywdzie.

Zadowolenie z życia rodzinnego, jak i jakości komunikacji wiąże się z przebaczeniem w rodzinie, a przede wszystkim z uświadomieniem i rozpoznaniem krzywdy. Osoby bardziej zadowolone z komunikacji i życia w rodzinie mają większe poczucie wsparcia od niej oraz większe poczucie przynależności (Kaleta, Mróz, 2013). W takiej atmosferze łatwiej jest mówić o krzywdzie i dążyć do rozwiązania tej sytuacji bez obawy, że mówienie o zranieniu może doprowadzić do utraty relacji a najlepszym rozwiązaniem byłoby przemilczenie bądź wyparcie doświadczonej niesprawiedliwości.

W przypadku zależności między relacjami w rodzinie pochodzenia i przebaczeniem w związkach tworzonych w dorosłości ujawniły się jedynie pojedyncze istotne zależności, wskazując na splątanie w rodzinie pochodzenia jako dominującą cechę relacji rodzinnych, która może oddziaływać na skłonność do przebaczenia partnerowi. Splątanie, jako element utrudniający skuteczne rozwiązywanie konfliktów w rodzinie, również wymienia Salvatore Minuchin (za: Goldenberg, Goldenberg, 2006).

Relacje w rodzinie oceniane jako zbyt bliskie emocjonalnie nie sprzyjają przebaczeniu w związkach tworzonych w dorosłości. Osoby pochodzące z takich rodzin mogą spozstrzegać zranienie ze strony partnera jako krzywdę, z którą należy udać się do kogoś z rodziny pochodzenia, aby wyżalić się czy zasięgnąć rady. Zbyt silna więź emocjonalna z członkami rodziny pochodzenia może nie sprzyjać obiektywnemu spojrzeniu na omawianą sytuację i pogłębić spostrzeganie krzywdy jako bolesnej, jak i może nie sprzyjać racjonalnemu osądowi i zbliżeniu do rozwiązania i przebaczenia.

Różnicę między zależnościami relacji w rodzinie pochodzenia a przebaczeniem w rodzinie i w związku z osobą spoza rodziny można tłumaczyć między innymi obawą przed utratą ważnych relacji (por. Younger i in., 2004), które ze względu na ich specyfikę, będą silniejsze w rodzinie pochodzenia niż w związkach tworzonych w dorosłości. Relacje w rodzinie pochodzenia poprzez więzy krwi są silniejsze i nie można ich zastąpić innymi osobami, w przeciwieństwie do relacji, które są tworzone w dorosłości. Ponadto

odmienność relacji rodzinnych i partnerskich może utrudniać porównanie przebaczenia w tych dwu rodzajach bliskich relacji.

Dodatkowo należy zwrócić uwagę na ograniczenie, jakim jest wiek badanych. Wczesna dorosłość jest okresem, w którym tworzenie relacji poza rodziną jest w fazie początkowej i transmisja pewnych wzorców rodzinnych może nie być uwidaczniana, albo może być także negowana. W kolejnych etapach dorosłości może wzorzec ten ulec zmianie.

Bibliografia:

- Andrews M. (2000). Forgiveness in context. *Journal of Moral Education*, 29, s.75-86.
- Boszormenyi-Nagy I., Krasner B. (1986). *Between give and take: A clinical guide to contextual therapy*. New York: Brunner/Mazel.
- Carlisle R.D., Tsangi J-A., Ahmad N.Y., Worthington E.L , Witvliet, C.V.O., Wade, N. (2012). Do actions speak louder than words? Differential effects of restitution and apology on behavioral and self-reported forgiveness. *The Journal of Positive Psychology*, 7(4), s. 294-305.
- Enright R.D., i the Human Development Study Group (1991). The moral development of forgiveness. W: W. Kurtines, J. Gewirtz (red.), *Handbook of moral behavior and development*, (123-152), Hillsdale, NJ: Erlbaum.
- Fincham F. D., Beach S. R. H., Davila J. (2004). Forgiveness and conflict resolution in marriage. *Journal of Family Psychology*, 18 (1), s. 78.
- Fincham F.D., Paleari F. G., Regalia C. (2002). Forgiveness in marriage: The roles of relationship quality, attributions and emotions. *Personal Relationships*, 9, s. 27-37.
- Goldenberg H., Goldenberg I. (2006). *Terapia rodzin*. Kraków: Wydawnictwo Uniwersytetu Jagiellońskiego.
- Gordon K., Baucom D.H., Snyder D. (2005), Forgiveness in Couple: Divorce, Infidelity, and Couples Therapy, (W:) E. L. Worthington (red.), *Handbook of Forgiveness*, (s. 407-421). miejsce
- Hargrave T.D. (1994). Families and forgiveness: a theoretical and therapeutic framework. *The Family Journal*, 2(4), s. 339-348.
- Hargrave T.D., Sells J.N. (1997). The development of a forgiveness scale. *Journal of Marital and Family Therapy*, 23, s. 41-63.
- Kaleta K., Mróz J. (2013). Struktura relacji w rodzinie pochodzenia a poczucie wsparcia i osamotnienia. *Społeczeństwo i rodzina*, 35(2), s. 87-104.
- Katz S.H. (2002). Healing the, father-son relationship: A qualitative inquiry into adult reconciliation. *Journal of Humanistic Psychology*, 42(3), s. 13-52.

- Lee Y., Enright R. (2009). Fathers' Forgiveness as a Moderator Between Perceived Unfair Treatment by a Family of Origin Member and Anger With own Children. *The family Journal: Counseling and Therapy for Couples and Families*, 17(1), s. 22-31.
- McCullough M.E., Pargament K.I., Thoresen C.E. (2000). The Psychology of Forgiveness: History, Conceptual Issues, and Overview. M. E. McCullough, K.I. Pargament, C. E. Thoresen (red.), *Forgiveness: Theory, research, and practice*, (s. 1-16). New York: Guilford.
- Maio G.R., Thomas G., Fincham F.D., Carnelley K.B. (2008). Unraveling the Role of Forgiveness in Family Relationships. *Journal of Personality and Social Psychology*, 94(2), s. 307-319.
- Margasiński A. (2009). *Skale Oceny Rodziny. Polska adaptacja FACES IV Davida Olsona*. Podręcznik. Warszawa: Pracownia Testów Psychologicznych.
- Margasiński A. (2015). Teoria i wybrane modele systemów rodzinnych. W: A. Margasiński (red.) *Rodzina w ujęciu systemowym, teoria i badania*, (s. 6-32), Warszawa, Pracownia Testów Psychologicznych PTP.
- Olson D.H., Gorall D.M. (2003). Circumplex model of marital and family systems. W: F. Walsh (red.), *Normal family processes*, (s. 514 – 547), New York, Guilford.
- Paleari F.G., Regalia C., Fincham F.D., (2005). Marital quality, forgiveness, empathy, and rumination: A longitudinal analysis. *Personality and Social Psychology Bulletin*, 31, s. 373-374.
- Paleari F.G., Regalia C., Fincham F.D. (2003). Adolescents' willingness to forgive their parents: An empirical model. *Parenting: Science and Practice*, 3, s.155-174.
- Passmore N.L., Rea V.C., Fogarty B. T., Zelakiewicz P.M.L. (2009). Parental bonding and religiosity as predictors of dispositional forgiveness. W: *44th Australian Psychological Society Annual Conference*, 30 Sept - 4 Oct 2009, Darwin, Australia. Accessed from USQ ePrints <http://eprints.usq.edu.au>
- Pollard M.W., Anderson R.A., Anderson W.T., Jennings G. (1998). The development of family forgiveness scale. *Journal of Family Therapy*, 20(1), s. 95–109.
- Scherer M., Worthington E.L., Hook J.N., Campana K.L., West S. L., Gartner A.L. (2011). Forgiveness and Cohesion in Familial Perceptions of Alcohol Misuse. *Journal of Counseling & Development*, 90, s. 160 – 168.
- Worthington E.L., Scherer M. (2004). Forgiveness as an emotion-focused coping strategy that can reduce health risks and promote health resilience: Theory, review, and hypotheses. *Psychology and Health*, 19, s. 385–405.
- Younger J.W., Piferi R.L., Jobe R.L., Lawler K.A. (2004). Dimensions of forgiveness: The views of laypersons. *Journal of Social and Personal Relationships*, 21(6), s. 837–855.