

# Kultura a strategie radzenia sobie ze stresem. Badania międzykulturowe

Anna Kwiatkowska<sup>1</sup>, Joanna Roszak<sup>2</sup>, Renata Sikora<sup>3</sup>, Ben C. H. Kuo<sup>4</sup>,  
Konstantin Karpinskij<sup>5</sup>, Tatiana Gushchina<sup>6</sup>, Greta Gober<sup>7</sup>

<sup>1</sup> Instytut Psychologii PAN, <sup>2</sup> Szkoła Wyższa Psychologii Społecznej, <sup>3</sup> Uczelnia Techniczno-Handlowa im. Heleny Chodkowskiej,

<sup>4</sup> Uniwersytet Windsorski, Windsor, Kanada, <sup>5</sup> Państwowy Uniwersytet im. Janki Kupały, Grodno, Białoruś,

<sup>6</sup> Państwowy Uniwersytet Techniczny, Kostroma, Rosja, <sup>7</sup> Uniwersytet w Oslo, Centrum Badań Genderowych, Norwegia

Celem badania było porównanie kultur charakteryzujących się różnym poziomem indywidualizmu i kolektywizmu pod względem preferowanych strategii radzenia sobie ze stresem. Testowano hipotezy dotyczące uwarunkowań kulturowych strategii radzenia sobie, tj. związku między cenionymi wartościami, dominującym konstruktem Ja, samoocena i religijnością a strategią zaangażowania, kolektywną i unikania. Badanie przeprowadzono w Norwegii, Polsce, Białorusi i Rosji ( $N = 759$ ). Zastosowano *Skalę wartości* Schwartza i Bilsky'ego, *Skalę konstruktu Ja* Singelisa i *Międzykulturową skalę radzenia ze stresem* Kuo, Roysircara i Newby-Clarka. Narzędzia były sprawdzane pod względem równoważności pomiaru (konfiguralnej, metrycznej i skalarnej), uprawniającej do porównań międzykulturowych. Zależności przewidywane w hipotezach analizowano za pomocą modelowania strukturalnego. W próbach norweskiej, polskiej i białoruskiej (modelowanie łączne i w podgrupach) uzyskano dobre dopasowanie modeli odnośnie do strategii zaangażowania (model indywidualistyczny) i strategii kolektywnej (model kolektywistyczny); nie udało się uzyskać wiarygodnego modelu dla strategii unikania. Natomiast dane pochodzące z próby rosyjskiej analizowano oddzielnie ze względu na brak równoważności konfiguralnej *Międzykulturowej skali radzenia ze stresem*. Pozwoliło to na ustalenie czterech specyficznych dla tej próby modeli zależności: modelu kolektywistyczno-indywidualistycznego dla strategii zaangażowania, dwóch modeli kolektywistycznych dla strategii kolektywnej „rodzina” i dla strategii kolektywnej „dalsi”, oraz modelu indywidualistyczno-kolektywistycznego dla strategii unikania. W dyskusji wyników zajmowano się m.in. problemem uniwersalności i specyficzności kulturowej poszczególnych strategii radzenia sobie ze stresem.

Słowa kluczowe: *strategie radzenia sobie ze stresem, kolektywizm, indywidualizm, modelowanie strukturalne*

Stres i sposoby radzenia sobie z nim to tematy, które cieszą się niesłabnącym zainteresowaniem psychologów od wielu dziesiątków lat (Heszen, Sęk, 2008). Mimo ogromnej wiedzy zgromadzonej w tej dziedzinie, pe-

wien problem pozostaje poza obszarem zainteresowania większości badaczy. Choć już w pierwszych pracach

Anna Kwiatkowska, Instytut Psychologii, Polska Akademia Nauk, ul. Jaracza 1, 00-378 Warszawa, e-mail: anna.kwiatkowska@psych.pan.pl

Joanna Roszak, Szkoła Wyższa Psychologii Społecznej, 03-815 Warszawa, ul. Chodakowska 19/31; e-mail: jroszak@swps.edu.pl

Renata Sikora, Uczelnia Techniczno-Handlowa im. Heleny Chodkowskiej, 02-486 Warszawa, Al. Jerozolimskie 200, e-mail: rssikora@op.pl

Ben C. H. Kuo, University of Windsor, Canada, e-mail: benkuo@uwindsor.ca

Konstantin Karpinskij, Państwowy Uniwersytet im. Janki Kupały, Grodno, Białoruś, e-mail: karpkostia@tut.by

Tatiana Gushchina, Państwowy Uniwersytet Techniczny, Kostroma, Rosja, e-mail: gutat05@rambler.ru

Greta Gober, Uniwersytet w Oslo, Centrum Badań Genderowych, Oslo, Norwegia,

e-mail: gretagober@gmail.com

Korespondencję w sprawie artykułu prosimy kierować na adres: anna.kwiatkowska@psych.pan.pl

Badania zostały sfinansowane z grantu wewnętrznego Wyższej Szkoły Zarządzania i Prawa im. Heleny Chodkowskiej w Warszawie udzielonego Renacie Sikorze oraz z grantu udzielonego Annie Kwiatkowskiej w ramach badań statutowych Instytutu Psychologii PAN.

Richarda Lazarusa i Susan Folkman (1984) pojawiła się teza o zależności reakcji na stres od kultury (autorzy ci wskazywali, że uwewnętrznione przez jednostkę wartości, przekonania i normy kulturowe wpływają na proces oceny stresorów i na postrzeganie strategii radzenia sobie oraz ich dostępność), to kontekst kulturowy w badaniach nad stresem nie zyskał jak dotąd należytej wagi. Stres i radzenie sobie ze stresem to uniwersalne ludzkie doświadczenia, jednak członkowie różnych kultur mogą postrzegać i reagować na stres w sposób wielce zróżnicowany, kierując się innymi wartościami, celami, przekonaniami (Kuo, 2011; Wong, Wong, 2006). Kultura ma niewątpliwie związek z charakterem stresorów, z jakimi ludzie mają najczęściej do czynienia, a także określa, jakimi zasobami człowiek dysponuje, do jakich strategii jest zachęcany, jakie skutki zostawia po sobie stres (por. Heppner, 2008).

W badaniach nad stresem dominuje monokulturowa perspektywa zachodnia, silnie osadzona w wartościach indywidualistycznych (Hobfoll, 2001). Duży nacisk kładzie się na kontrolę osobistą, sprawczość i bezpośrednie działanie w radzeniu sobie ze stresem (Folkman, Moskowitz, 2004). Koncentracja na jednostce i na procesach intrapsychicznych w literaturze dotyczącej stresu coraz częściej spotyka się z krytyką ze strony niektórych badaczy, którzy stawiają zarzut „akontekstualizacji” badań i ignorowania kultury, budującej podstawowy kontekst *copingu* (Folkman, Moskowitz, 2004). Co prawda, ostatnie dwie dekady, zdaniem Bena Kuo (2011), przyniosły zmiany w sposobie myślenia o relacji między kulturą a stresem.

### **Kultura i syndromy kulturowe**

Kultura to wysoce złożony, nieustannie zmieniający się system znaczeń, wyuczony, podzielany w danej grupie społecznej i przekazywany z pokolenia na pokolenie (Triandis, 1996). Ten system znaczeń zawiera przekonania (o tym, co jest prawdą), wartości (to, co jest ważne), oczekiwania co do właściwych zachowań, a zwłaszcza co do sekwencji zachowań i znaczeń przypisywanych określonym zachowaniom (jakie implikacje wiążą się z danym zachowaniem), rozwijane przez grupę w czasie jej istnienia w określonej niszy geograficznej. Kultura stanowi swoisty zbiór przepisów na to, jak żyć, by być człowiekiem wartościowym i szanowanym w danej kulturze (Bond, 2004).

Najbardziej znany sposób analizy relacji między tym, co psychologiczne, a tym, co kulturowe, to perspektywa wymiarów kulturowych. Badacze starają się zidentyfikować te wymiary kulturowe, które mogą wyjaśnić różnice w zakresie postaw, przekonań, wartości, zachowań demonstrowanych przez ludzi w różnych kontekstach

kulturowych. Poszczególne kultury mogą być opisywane zgodnie z ich położeniem na tych wymiarach. Dzięki temu rozkłady częstości zachowań, postaw, norm w danym kontekście mogą być mierzone i porównywane z innymi kontekstami. Na syndromy kulturowe (określenie wprowadzone przez Triandisa, 1996) składają się postawy, przekonania, normy, role, definiowanie Ja, wartości – podzielane przez członków w danym kontekście kulturowym, organizowane wokół specyficznych tematów. Jednym z takich tematów jest relacja między jednostką a grupą; jest to podstawowy temat syndromów kulturowych zwanych *kolektywizmem* i *indywidualizmem*. W kulturach zorientowanych na indywidualizm najważniejsza jest jednostka: jej prawa, autonomia osobista i samorealizacja, troska o siebie i najbliższą rodzinę. W kulturach zorientowanych na kolektywizm najważniejsza jest grupa: jej cele, los i potrzeby, a także wysoko ceniona jest harmonia wewnątrz grupy (Triandis, 1994).

Na poziomie indywidualnym kultura może się manifestować pod postacią specyficznej konstrukcji pojęcia Ja. W kulturach indywidualistycznych przeważającą formą Ja jest Ja-niezależne, definiowane jako odrębna, autonomiczna jednostka; w kulturach kolektywistycznych zaś – Ja-współzależne, oparte na związkach i relacjach z innymi ludźmi (Markus, Kitayama, 1993). Różnice w konstrukcji Ja są skojarzone z tym, jak ludzie odbierają i reagują na kontekst społeczny. Indywidualizm zakłada, że podstawowym celem jednostki jest dobre samopoczucie jako osoby unikalnej i odrębnej od innych, a także wysoka samoocena. Swoje unikalne własności, czyli Ja, definiuje się za pomocą abstrakcyjnych cech (Oyserman, Lee, 2008). Kolektywizm zaś zakłada, że podstawowym celem jednostki jest osiągnięcie i utrzymanie członkostwa grupowego, a więc Ja powinno być definiowane zarówno w terminach grupowej przynależności, jak i cech ważnych z punktu widzenia członkostwa (np. lojalność, wierność). Wydaje się wobec tego, że sposób odczuwania stresu i wybór określonej strategii w reagowaniu na stres może być powiązany zarówno z kontekstem kulturowym, jak i z formą Ja, w którą jest wyposażona jednostka.

### **Kultura a rozumienie i odczuwanie stresu**

Analiza literatury dotyczącej stresu dokonana przez Bena Kuo (2011) zaowocowała wyróżnieniem jedynie czterech modeli teoretycznych, postulujących w sposób otwarty istnienie powiązań między czynnikami kulturowymi a stresem i strategiami radzenia sobie (Aldwin, 2007; Chun, Moos, Cronkite, 2006; Hobfoll, 2001; Wong, 1993). Mimo pewnych różnic w akcentowaniu roli kultury na różnych etapach procesu reagowania na stres, każdy z tych modeli wskazuje na wielorakie i złożone zależności

między czynnikami kulturowymi a stresem i strategiami radzenia sobie. Przede wszystkim teorie wyróżnione przez Kuo zawierają tezę o tym, iż kultura wpływa na sposób definiowania stresu, co oznacza, że dane zdarzenie może nieść różny ładunek stresowości w odmiennych kulturach.

Środowisko, przez naciski i wymagania kulturowe, generuje stres, ale też określa, jakie zasoby mogą być dostępne jednostce, do uruchomienia w reakcji na stres. Różnice międzykulturowe mogą wystąpić ze względu na rodzaje stresorów, z jakimi członek danej społeczności najczęściej się styka, a także pod postacią różnego znaczenia, jakie jest nadawane wydarzeniom życiowym. W kulturach indywidualistycznych stres może wynikać z presji na autonomię i niezależność, gdy np. jednostka nie jest jeszcze na to gotowa, jak to bywa we wczesnej dorosłości. Ponadto realizacja kulturowego ideału bycia niezależnym przyczynia się do powstawania sytuacji stresowych, takich jak samotność i izolacja w późniejszym okresie życia. Nacisk na wolność wyboru u członków kultury indywidualistycznej może wywoływać stres w momentach, kiedy wybór jest niemożliwy, np. w okresach bezrobocia. Z drugiej strony ograniczenia wolności są ewidentnym źródłem stresu dla indywidualistów, co nie zawsze jest tak samo traktowane przez kolektywistów. W kulturach kolektywistycznych stres może wynikać z presji na współzależność i realizowanie wymagań grupy, czasem kosztem jednostki, gdy np. wybór studiów jest determinowany koniecznością zabezpieczenia interesów rodziny, a nie zainteresowaniami czy predyspozycjami dziecka. Wydarzenia takie jak małżeństwo mogą być stresujące w kulturze kolektywistycznej, ponieważ wymagają osiągnięcia równowagi między zależnością od rodziców a zadzierzgnięciem więzów z nową rodziną. Nacisk na współzależność może nakładać na jednostkę ciężar opieki nad starymi rodzicami czy niedołączonymi, chorymi członkami rodziny; chociaż z drugiej strony niezajmowanie się potrzebującymi pomocy członkami rodziny może być źródłem poważnego dyskomfortu ze względu na nie-realizowanie nakazów kulturowych. Natomiast w kulturze indywidualistycznej stres może pojawić się w związku z koniecznością przyjęcia do rodziny starego rodzica (Chun, Moos, Cronkite, 2006).

### **Kultura a strategie radzenia sobie ze stresem**

Analizę różnic kulturowych pod względem strategii i stylów radzenia sobie ze stresem można prowadzić na wiele sposobów (np. Kuo, 2011; Yeh, Arora, Wu, 2006). W tym artykule weźmiemy pod uwagę przede wszystkim znaczenie czynników społecznych dla radzenia sobie ze stresem.

**Rola czynników społecznych.** Monnier, Hobfoll, Dunahoo, Hulsizer i Johnson (1998) zwracają uwagę, że choć stres często pojawia się w kontekście społecznym, to strategie radzenia sobie są konceptualizowane głównie w paradygmacie indywidualistycznym, w którym eksploatuje się indywidualną akcję jednostki ukierunkowaną na rozwiązanie problemu za pomocą środków bezpośrednich. W rezultacie takie formy radzenia, jak zachowania prospołeczne, są traktowane jako pasywne (Endler, Parker, 1990), a zachowania antyspołeczne są ignorowane, w podejściu indywidualistycznym bowiem badacze są skoncentrowani na przystosowaniu jednostki i osiągnięciu przez nią celu, a nie na społecznych konsekwencjach (pro- lub anty-) indywidualnych aktywności. W *Wieloosiowym modelu radzenia sobie* Stevena Hobfolla i współpracowników (Dunahoo, Hobfoll, Monnier, Hulsizer, Johnson, 1998) zostały ujęte oba podejścia: indywidualistyczne i społeczne, wspólnotowe (*communal*). Podejście społeczne reprezentuje oś prospołeczne–antyspołeczne i odnosi się do sposobów radzenia sobie ze stresem, które pozostają w relacji do kontekstu społecznego. Na przykład, ktoś może opóźniać swoje reakcje lub nie angażować się w działania bezpośrednio, jeżeli te czynności mogłyby mieć negatywne skutki dla innych członków danej społeczności. Wspólnotowe radzenie sobie może mieć charakter prospołeczny.

Jednym ze środków umożliwiających radzenie sobie ze stresem jest otrzymywanie wsparcia społecznego. Wsparcie może redukować dyskomfort emocjonalny, być buforem przed negatywnymi dla zdrowia psychicznego i fizycznego skutkami stresu, pozwala zaadaptować się do trudnej sytuacji. Dawanie wsparcia osobie w sytuacji stresowej to przesłanie komunikatu, że jest ona kochana, szanowana i akceptowana przez innych, jest częścią sieci społecznej, której członkowie nawzajem się o siebie troszczą. Wsparcie społeczne może pochodzić od rodziny, przyjaciół, współpracowników, lokalnej społeczności itp. Może mieć charakter emocjonalny, informacyjny czy materialny. Jednak udzielanie i otrzymywanie wsparcia w różnych kulturach jest regulowane przez odmienne zasady, co sprawia, że sam fakt otrzymania wsparcia nie zawsze jest oceniany jednoznacznie pozytywnie. Na przykład Azjaci i Amerykanie pochodzenia azjatyckiego wykazywali niższą tendencję do poszukiwania wsparcia społecznego niż Amerykanie pochodzenia europejskiego, a także ocenili gorzej osoby wsparcia poszukujące (Kim, Sherman, Taylor, 2008). Dezaprobatą dla takich działań nie oznacza jeszcze, że wsparcie społeczne dla Azjatów nie ma znaczenia ani że jest czymś niepożądanym. W kulturach kolektywistycznych wartością nadrzędną jest harmonia społeczna, oznaczająca troskę o podtrzymywanie

dobrych relacji z osobami w grupie, dbanie o ich dobre samopoczucie, unikanie sytuacji wprowadzających napięcie, niepokój, zażenowanie, niewygodę, cierpienie. Natomiast dzielenie się swoimi problemami z bliskimi może ich zmartwić, zaniepokoić, zdenerwować, spowodować dyskomfort emocjonalny, innymi słowy poszukiwanie wsparcia niesie ze sobą ogromne ryzyko wprowadzenia dysharmonii w relacje. W związku z tym aktywne poszukiwanie wsparcia nie jest preferowanym sposobem radzenia sobie ze stresem w kulturach kolektywistycznych (Kim i in., 2008).

Ponadto dawanie wsparcia emocjonalnego przez otwarte zapewnienie, że odbiorca wsparcia jest kimś wartościowym, łamie normy kulturowe odnoszące się do konieczności utrzymywania powściągliwości emocjonalnej i zachowania skromności. Wsparcie emocjonalne, takie jak w kulturach zachodnich, może nawet spowodować poczucie dyskomfortu u odbiorcy. Nic dziwnego, że w kulturach kolektywistycznych wsparcie skoncentrowane na problemie jest częściej dostarczane niż wsparcie emocjonalne.

Dotychczasowe badania nad stresem i radzeniem opierają się na założeniu, że jednostka przede wszystkim dba o swoje potrzeby, a mówiąc ściśle stara się zredukować swój własny niemiły stan emocjonalny. To przekonanie odzwierciedla indywidualistyczny system wartości, w którym zakłada się, że ludzie częściej myślą o sobie niż o innych. Nie zauważa się, że bezpośrednie usunięcie dyskomfortu nie musi być najbardziej pożądanym celem jednostki ani też jego redukcja nie musi być wskaźnikiem, że cele jednostki zostały osiągnięte. Często bywa tak, że jednostka pragnie osiągnąć wiele nawet sprzecznych ze sobą celów. Podstawowy cel radzenia sobie może być definiowany w kategoriach polepszenia dobrostanu innych czy poprawy jakości relacji z innymi, jak również zredukowanie własnego nieprzyjemnego stanu emocjonalnego, np. dla osób pełniących rolę opiekunów najważniejsze jest dobro podopiecznych, ważniejsze niż własny dobrostan. Jest to szczególnie prawdziwe u osób o orientacji kolektywistycznej, ponieważ inni ludzie należą niejako do koncepcji Ja, a więc ich samopoczucie jest tak samo ważne, jak własne samopoczucie. Czasami poprawa sytuacji innych wymaga od podmiotu poświęcenia, wówczas osiągnięcie tego celu może przejawiać się jako własny dyskomfort, co zachodni badacze traktują jako nieefektywne radzenie sobie ze stresem. Ale natychmiastowe ulżenie sobie wcale nie musi być symptomem poradzenia sobie ze stresem, jeśli cel był inny (Chun i in., 2006).

**Sprawowanie kontroli.** W kulturach zachodnich sprawowanie kontroli jest wysoko wartościowane, a w odpo-

wiedzi na stres preferowane są strategie umożliwiające uzyskanie kontroli nad środowiskiem. Ale kontrola może być sprawowana także w inny sposób: przez pogodzenie się z rzeczywistością, i niezmiennianie w niej niczego, natomiast zmienianie siebie stosownie do wymogów tej rzeczywistości (Rothbaum, Weisz, Snyder, 1982). Roger Tweed, Katherine White i Darrin Lehman (2004) opisują czynniki kulturowe, zwiększające prawdopodobieństwo ukierunkowania kontroli na siebie, a zmniejszające ukierunkowanie kontroli na środowisko. Według tych badaczy w kulturach Dalekiego Wschodu, w których buddyzm i taoizm zachowują swoje wpływy, oraz w kulturach kolektywistycznych i o wysokim dystansie władzy, tendencja do kontrolowania siebie w odpowiedzi na stres będzie silniejsza niż tendencja do kontrolowania środowiska. Na przykład, według filozofii buddyjskiej cierpienie jest nieuchronnym elementem życia i tylko brak pragnień, a nie próby zmieniania środowiska, jest właściwą drogą prowadzącą do wyzwolenia od cierpienia. Z badań nad strategiami radzenia sobie ze stresem Chińczyków tajwańskich wynika, że ważną strategią w ich repertuarze jest akceptacja, cierpliwe znoszenie traumatycznych wydarzeń życiowych i ich reinterpretacja (Heppner i in., 2006). Taoizm głosi, iż człowiek powinien dostosować się do rytmów natury, tak jak woda, która czerpie swoją siłę z dopasowania się do zbiornika. Tym samym preferowany będzie styl unikowy w reakcjach na stres, czyli odwracanie uwagi od stresora i własnych reakcji, pomijanie, odrzucanie, wypieranie i zaprzeczanie informacjom o wydarzeniu stresowym, angażowanie się w „beztresowe” aktywności (Chun i in., 2006).

W modelu Lazarusa i Folkmana (1984) wyróżnia się strategie zorientowane na zadanie, co odpowiada ukierunkowaniu kontroli na środowisko zewnętrzne i strategie skoncentrowane na emocjach, co pokrywa się w zasadzie z ukierunkowaniem wewnętrznym, jednak w sensie funkcjonalnym nie są tożsame. Koncentrowanie się na emocjach niewątpliwie jest sposobem kontrolowania siebie, lecz główną funkcją tej strategii jest regulacja emocji doświadczanych przez jednostkę. Zdaniem Tweeda (Tweed i in., 2004), strategia ta może służyć także innym celom, pozaemocjonalnym, np. zachowaniu harmonii w grupie lub dostosowywaniu się do środowiska. Autorzy cytują badania japońskich psychologów (Ozeki, Haraguchi, Tsuda, 1994, za: Tweed i in., 2004), którzy uwzględnili strategię polegającą na czekaniu (przeczekiwaniu – *waiting*). Rzecz jasna czekanie wymaga kontrolowania własnych impulsów, ale niekoniecznie emocjonalnych. W czekaniu może chodzić o to, by nie stwarzać problemów innym, albo by uzyskać jaśniejszą ocenę sytuacji, by odłożyć rozwiązanie problemu na później.



Dychotomiczny podział na kontrolę skierowaną na zewnętrzne obiekty i na obiekty wewnętrzne to nie jedyna charakterystyka egzekwowania kontroli. Susumu Yamaguchi (2001) stwierdza, że bezpośrednio, osobiste sprawowanie kontroli nad środowiskiem jest typowe raczej dla kultur zachodnich, przy czym pośredniość jest kojarzona z manipulacyjnością, nieuczciwością i nieefektywnością. W kulturach wschodnich zaś preferowane są pośrednie formy kontroli pozwalające na ukrywanie swojej sprawczości, a bezpośredniość jest uważana za prostacko i niewrażliwość na innych.

**Religia.** Do specyficznie kulturowych form radzenia sobie Folkman i Moskowitz (2004) zaliczają odwoływanie się do religii. Religia odgrywa rolę zarówno w tym, jak ludzie poznawczo opracowują zdarzenia stresowe, psychiczne i fizyczne konsekwencje tych zdarzeń, jak również w bezpośrednich reakcjach na stres. Religia może dać siłę, by stres wytrzymać, a także pomaga znaleźć sens w okolicznościach, które mogą naruszyć najbardziej fundamentalne przekonania. W krajach, w których religia ma duże znaczenie, modlenie się może należeć do powszechnego repertuaru strategii radzenia sobie ze stresem, podczas gdy w krajach świeckich ten sposób może być używany jedynie w skrajnych przypadkach, tzn. gdy inne sposoby zawodzą, np. w radzeniu sobie ze śmiercią ukochanej osoby (Bardi, Guerra, 2011). W skład strategii religijnych mogą wchodzić metody radzenia sobie ze stresem zarówno aktywne, jak i pasywne, skoncentrowane na problemie, jak i na emocjach, metody intrapsychiczne (np. poznawcze), jak i interpersonalne. Oprócz znalezienia sensu w przeciwnościach losu, człowiek może uzyskać poczucie kontroli (bezpośredniej lub zastępczej), poczucie bliskości z siłami wyższymi, także poczucie bliskości z członkami wspólnoty religijnej, mieć szanse na dokonanie zmian w sobie (Klaassen, McDonald, James, 2006).

### BADANIE WŁASNE

Celem badania była eksploracja kontekstu kulturowego w determinowaniu strategii radzenia sobie ze stresem. Kontekst kulturowy był operacjonalizowany na dwa sposoby. Po pierwsze, przez taki dobór prób badawczych pobranych z kilku różnych krajów, by można było je ułożyć na dymensji indywidualizm–kolektywizm, zgodnie z wiedzą dotyczącą stopnia nasycenia elementami kolektywistycznymi i indywidualistycznymi w poszczególnych krajach. Kraje te to Norwegia, Polska, Białoruś i Rosja. Po drugie, kontekst definiowano także przez układ określonych zmiennych kulturowych, charakterystycznych dla syndromu indywidualistycznego (cenienie

wartości indywidualistycznych, stopień artykulacji Ja-niezależnego i poziom samooceny) i dla syndromu kolektywistycznego (cenienie wartości kolektywistycznych, stopień artykulacji Ja-współzależnego i poziom religijności).

W badaniu radzenia sobie ze stresem szczególnie użyteczne wydało się podejście zaproponowane przez Bena Kuo, Gargi Roysircara i Iana Newby-Clarka (2006), którzy wyróżnili trzy rodzaje strategii, motywowanych wartościami indywidualistycznymi bądź kolektywistycznymi. Są to: strategia *zaangażowanie*, należąca do zachowań preferowanych w kulturach indywidualistycznych, oraz strategię *unikania i kolektywne*, preferowane w kulturach kolektywistycznych. Autorzy zwracają uwagę na istnienie kontrowersji co do kulturowych aspektów strategii unikania. Można przystać na to, że zarówno zachowania takie jak konfrontacja ze stresem, jak i unikanie konfrontacji oraz brak jakichkolwiek działań to decyzje podejmowane autonomicznie przez jednostkę (por. Parker, Endler, 1996), a więc motywowane wartościami indywidualistycznymi. Jednak unikanie może być uznane za manifestację ważnych azjatyckich wartości kulturowych: cierpliwego znoszenia trudów życia, powstrzymywania się od działań, poddawania się losowi (Kim, Atkinson, Yang, 1999). Na rzecz tezy o kolektywistycznym umocowaniu strategii unikania przemawiają także wyniki badań Kuo i współpracowników (2006), w których wykazano silne związki z Ja-współzależnym oraz częstsze pojawianie się tego typu zachowań u emigrantów o słabszej akulturacji do kultury Zachodu.

Strategia zaangażowania polega na konfrontacji ze stresem i przyjmuje takie formy, jak: podejmowanie bezpośrednich akcji, by stawić czoło problemowi, poleganie wyłącznie na sobie, wkładanie dodatkowego wysiłku, poszukiwanie pozytywnych stron danej sytuacji, także podejmowanie różnych czynności przed przystąpieniem do działania (refleksja, relaks). Strategia unikania to emocjonalne lub fizyczne odseparowanie się od stresora, takie jak: wyrzucenie z pamięci, stosowanie dystraktorów. Strategii kolektywne to uzyskanie rady lub wsparcia od rodziców, przyjaciół, autorytetów i podporządkowanie się normom grupy kulturowej (Kuo i in., 2006).

### Pytania badawcze i hipotezy

W podjętym przez nas badaniu postawiono pytanie o różnice w zakresie preferowanych strategii radzenia sobie ze stresem w kulturach charakteryzujących się różnym stopniem indywidualizmu i kolektywizmu. Interesowało nas również, jakie czynniki pozwalają najlepiej przewidywać preferencje co do strategii, a także występujące między czynnikami zależności.

Hipotezy formułowano na gruncie tezy o istnieniu syndromów kulturowych – indywidualistycznego i kolektywistycznego – w których obrębie określone zjawiska psychologiczne, społeczne i kulturowe są lepiej wyartykułowane, częściej występujące, wyraziste (Triandis, 1996).

Przewidywano (hipoteza 1), że strategia zaangażowania będzie preferowana w kulturach o przewadze aspektów indywidualistycznych nad kolektywistycznymi (tj. bardziej w Norwegii niż w pozostałych krajach); natomiast strategię kolektywną i unikania będą preferowane w kulturach o przewadze elementów kolektywistycznych nad indywidualistycznymi (tj. bardziej w Rosji i Białorusi niż w pozostałych krajach).

Oczekiwano, że preferowanie strategii zaangażowania można przewidywać na podstawie elementów indywidualistycznych w kulturze: stopnia akceptacji wartości indywidualistycznych, poziomu rozwoju Ja-niezależnego i poziomu samooceny (hipoteza 2). Elementy zaś kolektywistyczne w kulturze, tj. stopień akceptacji wartości kolektywistycznych, poziom rozwoju Ja-współzależnego i stopień religijności, pozwalają przewidywać strategię kolektywną i unikania (hipoteza 3).

Zależności przewidywane w hipotezach drugiej i trzeciej mogą być ujęte w postaci dwóch modeli strukturalnych: indywidualistycznego i kolektywistycznego. Oprócz wymienionych wyżej zmiennych do zbioru zmiennych wyjaśniających, w obu modelach wprowadzono ocenę stresowości sytuacji trudnych, zakładając, że subiektywne odczucie poziomu stresu (ocena poznawcza) może mieć znaczenie dla wyboru strategii radzenia sobie. Tak więc w modelu indywidualistycznym zmienną wyjaśnianą jest strategia zaangażowania, w puli zaś zmiennych wyjaśniających znajdują się wartości indywidualistyczne, Ja-niezależne, poziom samooceny i stresowość sytuacji.

W modelu kolektywistycznym zmienną wyjaśnianą jest strategia kolektywna bądź strategia unikania, a w zbiorze zmiennych wyjaśnianych – wartości kolektywistyczne, Ja-współzależne, religijność i stresowość sytuacji.

### Metoda

**Osoby badane.** Przebadano 1267 osób w czterech krajach: Norwegii, Polsce, Białorusi i Rosji, jednak w analizie wykorzystano dane zebrane od 759 osób; pozostałe osoby zostały usunięte z analiz. Przyjęto następujące kryteria usunięcia danych z analiz: (1) osoba pominęła cały jeden kwestionariusz; (2) w wypełnionych przez osobę kwestionariuszach było zbyt wiele braków danych (> 1%). Pozostałe braki danych zostały uzupełnione średnimi. Odfiltrowano 50% próby białoruskiej, w celu zmniejszenia dysproporcji w zakresie liczebności w grupach (tabela 1).

Respondentów pozyskano w różnych instytucjach kształcenia wyższego: studia dzienne, zaoczne, wieczorowe, studia podyplomowe.

**Dobór kultur.** W ustalaniu, czy dana kultura jest kolektywistyczna, czy indywidualistyczna, pomocne są klasyfikacje kultur na tych dymensjach, uzyskane w klasycznych już badaniach Geerta Hofstede (1980/2000) czy w późniejszych badaniach Geerta Hofstede i Geerta Jana Hofstede (2005), także w projekcie GLOBE (House, Hanges, Javidan, Dorfman, Gupta, 2004<sup>1</sup>). W tych badaniach konstrukty „indywidualizm” i „kolektywizm” są traktowane jako dwa krańce tego samego wymiaru. A zatem, jeśli dany kraj zajmuje na skali indywidualizmu pozycję wysoką, to tym samym reprezentuje kulturę bardziej indywidualistyczną, a mniej kolektywistyczną. Wśród psychologów kulturowych toczy

Tabela 1

*Liczba osób badanych, płeć i średnie wieku (odchylenia standardowe w nawiasach) w całej próbie i w poszczególnych krajach*

Wiek	Norwegia N = 94	Polska N = 256	Białoruś N = 271	Rosja N = 138
Ogółem N = 759	26,88 (10,07)	26,64 (7,93)	28,02 (7,20)	30,39 (10,87)
Kobiety	n = 65 27,83 (10,85)	n = 201 27,14 (8,42)	n = 172 27,87 (7,07)	n = 88 28,74 (10,12)
Mężczyźni	n = 29 24,76 (7,82)	n = 55 24,85 (5,55)	n = 99 28,30 (7,45)	n = 50 33,35 (11,62)

<sup>1</sup> W projekcie GLOBE wyróżniono dwie formy kolektywizmu: instytucjonalny i grupowy.

Tabela 2

Wskaźniki rzetelności oraz średnie i odchylenia standardowe wartości uzyskane w Skali cenionych wartości Schwartza i Bilsky'ego

Kraje	Wartości indywidualistyczne (7 pozycji)		Wartości kolektywistyczne (6 pozycji)	
	$\alpha$ Cronbacha	M (SD)	$\alpha$ Cronbacha	M (SD)
Norwegia (N = 94)	0,63	4,05 (0,47)	0,69	3,58 (0,60)
Polska (N = 256)	0,71	3,90 (0,48)	0,62	4,16 (0,47)
Białoruś (N= 271)	0,74	3,59 (0,62)	0,73	4,01 (0,56)
Rosja (N = 138)	0,66	3,91 (0,49)	0,63	3,96 (0,51)
Ogółem (N = 759)	0,72	3,81 (0,56)	0,70	3,99 (0,56)

się spór o to, czy jest to jeden wymiar, czy dwa wymiary ortogonalne wobec siebie; jak się wydaje, więcej danych przemawia za tą drugą opcją (por. Chen, West, 2008; Reykowski, 1994; Sinha, Tripathi, 1994; Triandis, 1996). Oznacza to, że teoretycznie rzecz biorąc, kultura może być charakteryzowana jako wysoce kolektywistyczna i jednocześnie wysoce indywidualistyczna, silnie kolektywistyczna a słabo indywidualistyczna i odwrotnie, a także jako słabo kolektywistyczna i słabo indywidualistyczna. Jednoczesną obecność w kulturze elementów indywidualistycznych i kolektywistycznych można uzasadnić tym, iż w toku ewolucji ludzie byli socjalizowani zarówno do współpracy z innymi, jak i do dbania o własne interesy. W kulturach heterogenicznych pod tym względem jednostka ma potencjalnie równy dostęp do obu rodzajów skryptów kulturowych.

Mimo większej, naszym zdaniem, trafności dwuwymiarowego podejścia do kolektywizmu i indywidualizmu, w tym badaniu – z uwagi na większą dostępność – wykorzystano dane zaczerpnięte z opracowania Hofstede i Hofstede (2005, s. 78). W badaniach, na które powołują się ci autorzy, indywidualizm (IND) i kolektywizm (KOL) są traktowane jako krańce tego samego wymiaru. Oznacza to, że jeśli dany kraj zajmuje na skali indywidualizmu pozycję wysoką, to tym samym reprezentuje kulturę bardziej indywidualistyczną, a mniej kolektywistyczną.

Wypytowano do badania następujące kraje: Norwegię, Polskę, Białoruś i Rosję. Wśród 74 krajów Norwegia (wskaźnik indywidualizmu na skali: 69) zajmuje pozycję oznaczoną jako 16,5, Polska (wskaźnik IND: 60) – pozycję o randze 23, Rosja zaś (wskaźnik: 39) lokuje się na pozycji 37,5. Białoruś nie była ujęta w tych badaniach. Norwegię można więc uznać za kraj najbardziej indywidualistyczny, Rosję zaś – najmniej indywidualistyczny (bardziej kolektywistyczny). Białoruś może uchodzić za

kraj kulturowo bliski Rosji. Jednak z racji geograficznego położenia, jak również historycznych i kulturowych związków Białorusi z Polską, można ją lokować między Polską a Rosją także na dymensji indywidualizmu.

Jak widać, wybrane kraje lokują się powyżej mediany skali indywidualizmu (37,0), co może sugerować, że nie ma wśród nich reprezentacji kultury wysoce kolektywistycznej. Opisany ranking traktujemy jako jedno ze źródeł informacji o kulturze danego kraju. Uzupełnieniem informacji o tym, jaki syndrom kulturowy ma przewagę w danym kraju, są dane z poziomu indywidualnego, a mianowicie stopień cenięcia wartości kolektywistycznych i indywidualistycznych. Do pomiaru cenionych wartości użyto skali Shaloma Schwartza i Wolfganga Bilsky'ego (1990) w wersji COLINDEX, zaproponowanej przez Chana (1994). Jest to lista 13 wartości, uzupełnionych krótkim opisem; w tym siedem wartości indywidualistycznych (ekscytujące życie, przyjemność, kreatywność, urozmaicone życie, bycie odważnym, wolność, niezależność) i sześć wartości kolektywistycznych (szacunek dla starszych, porządek społeczny, bezpieczeństwo narodowe, samodyscyplina, grzeczność, posłuszeństwo). Zadaniem osoby badanej jest określenie na pięciopunktowej skali stopnia, w jakim każda z tych wartości stanowi przewodnią zasadę w jej życiu.

Współczynniki rzetelności dla obu podskal obliczone dla całej próby, jak i w poszczególnych krajach, okazały się wystarczająco wysokie:  $\alpha$  Cronbacha dla wartości indywidualistycznych w całej próbie – 0,72, w poszczególnych krajach – od 0,63 do 0,74; dla wartości kolektywistycznych w całej próbie – 0,70, w poszczególnych krajach – od 0,62 do 0,73 (tabela 2).

Zweryfikowano ekwiwalencję strukturalną skali, by upewnić się, że mierzy ona te same konstrukty w poszczególnych krajach. Zastosowano metodę  $\phi$  Tuckera

(Tucker, 1951), która wykazała, że zachodzi ekwiwalencja pomiarowa (wartości wahały się od 0,91 do 0,99, czyli spełniają ustalone kryterium  $> 0,90$ ; van de Vijver, Poortinga, 1994). Możliwe jest wobec tego wykorzystanie i interpretacja danych uzyskanych przy użyciu *Skali cenionych wartości*.

**Sytuacje trudne, pomiar stresowości i strategie radzenia sobie ze stresem.** Narzędzie do pomiaru preferowanych strategii radzenia sobie ze stresem powinno opisywać reakcje na stres spotykane w kulturach zachodnich i niezachodnich, by osoba badana miała możliwość ustosunkowania się do różnych opcji kulturowych. W tym badaniu wykorzystano skalę *Cross-Cultural Coping Scale* autorstwa Bena Kuo, Gargi Roysircara i Iana Newby-Clarka (2006). Jest to skala stosunkowo krótka (26 pozycji) i oparta na idei scenariuszy, które można tworzyć stosownie do pytań badawczych. Osobie badanej jest prezentowany opis sytuacji trudnej (jednej lub więcej; większą liczbę umożliwia krótkość skali) z prośbą o wyobrażenie siebie w tej sytuacji, następnie jest proszona o ocenę stopnia stresowości sytuacji i o wskazanie stopnia preferencji co do sposobów radzenia sobie. Zastosowano cztery opisy sytuacji trudnych, związanych ze środowiskiem pracy i ze zdrowiem. Specyfikę kulturową sytuacji trudnych operacjonalizowano przez aktywizację skryptów indywidualistycznego i kolektywistycznego. Dzięki odpowiednio dobranym treściom uwagę czytelnika kierowano na jednostkę i zagrożenie potrzeb wzrostu (samorealizacji, uznania, sukcesu, osiągnięć, wartości – skrypt indywidualistyczny), lub na zagrożenie relacji bohatera historyjki z grupą i bliskimi osobami (skrypt kolektywistyczny; dokładny opis narzędzia – Kwiatkowska i in., 2014). Historyjki zostały przygotowane w wersjach męskich i kobiecych, respondentom zaprezentowano po dwie historyjki – jedną indywidualistyczną i drugą kolektywistyczną, w rotowanej kolejności.

Po przeczytaniu każdej historyjki respondenci mieli sobie wyobrazić, że znaleźli się w tej sytuacji i zapoznać się z wymienionymi niżej stwierdzeniami, opisującymi różne zachowania, a następnie odpowiedzieć na skali od 1 do 6, w jakim stopniu opisują one ich zachowania „(...) które mogłyby się pojawić w tej sytuacji, inaczej mówiąc, w jakim stopniu dane zachowanie do Ciebie pasuje”. Ponadto badani odpowiadali na pytanie: „Gdyby sytuacja opisana powyżej zdarzyła się Tobie naprawdę, jak bardzo stresująca byłaby dla Ciebie? Zaznacz jedną z podanych możliwości”. Odpowiedzi udzielano na skali 6-punktowej, od 1 – w ogóle niestresująca, do 6 – wybitnie stresująca.

Podjęte działania mające na celu adaptację kulturową skali pozwoliły w efekcie na utworzenie trzech podskal

(strategia zaangażowania, kolektywna i unikania) w próbach norweskiej, polskiej i białoruskiej. Natomiast w próbie rosyjskiej celowe okazało się utworzenie czterech podskal: oprócz strategii zaangażowania i unikania powstały dwie skale opisujące strategię kolektywną ukierunkowaną na rodzinę i strategię kolektywną ukierunkowaną na osoby dalsze, co w efekcie spowodowało utworzenie dwóch wersji skali Kuo („podstawowej” i „rosyjskiej”). W związku z tym analizy wyników dokonywano dla Rosji osobno. W celu ustalenia równoważności pomiaru zastosowano wielogrupową confirmacyjną analizę czynnikową za pomocą programu AMOS 21 (MG CFA; Marsh, 1994; Vandenberg, Lance, 2000), w wyniku której okazało się, że w wersji „podstawowej” narzędzie charakteryzuje się akceptowalnym poziomem równoważności konfiguralnej (ta sama liczba czynników) i metrycznej (te same wartości ładunków czynnikowych) – wskaźnik dopasowania testowanych modeli  $RMSEA = 0,048^2$ ; natomiast nie ma odpowiedniego poziomu równoważności skalarnej (te same wartości stałych). Oznacza to, że badane konstrukty są rozumiane tak samo przez respondentów w każdej z trzech podgrup (norweskiej, polskiej i białoruskiej), a także że uprawnione będzie dokonywanie porównań międzygrupowych, np. odpowiadając na pytanie, jaka jest struktura i siła powiązań między badanymi konstrukcjami. Jednak brak satysfakcjonującej równoważności skalarnej stawia pod znakiem zapytania możliwość porównywania średnich w podgrupach. Szczegółowa analiza równoważności pomiaru została przedstawiona w odrębnym tekście (Kwiatkowska i in., 2014).

Współczynniki rzetelności dla obu wersji skali w każdej z badanych grup okazały się satysfakcjonujące (od 0,66 do 0,82).

**Konstrukt Ja.** W badaniu użyto skali Singelisa (*Self-Constraint Scale*; Singelis, 1994) w wersji zawierającej 10 stwierdzeń, po 5 dla każdego rodzaju Ja. Wykonano confirmacyjną analizę głównych składowych w celu potwierdzenia dwuczynnikowej struktury skali. Rozwiązanie dwuczynnikowe nie było zadowalające: ilość wariacji wyjaśnionej wynosiła 40,85%, wykres osypiska sugerował istnienie większej liczby czynników, a oprócz tego jedna z 10 pozycji była tak samo stosunkowo nisko ładowana przez oba czynniki (0,34–0,28 – „Z moimi znajomymi wolę być bezpośredni i szczerzy”). Odpowiednie miary dopasowania modelu dwuczynnikowego wskazywały na co najwyżej mierne dopasowanie

<sup>2</sup> Wartość  $RMSEA$  mniejsza od 0,05 mówi o dobrym dopasowaniu, między 0,05 a 0,08 – o zadowalającym, między 0,08 a 0,10 – o miernym dopasowaniu, powyżej 0,10 – o braku dopasowania.



modelu do danych:  $\chi^2 = 230,02$ ;  $df = 34$ ;  $p < 0,001$ ; RMSEA = 0,087; 90% CI = 0,077–0,098). W związku z tym zdecydowano się na rozwiązanie trójczynnikowe, co wyjaśniło 51,79% wariancji. Wskaźniki dopasowania modelu trójczynnikowego sugerowały dopasowanie zadowalające: RMSEA = 0,080; 90% CI = 0,069–0,091, mimo iż wartość  $\chi^2$  była wciąż za wysoka:  $\chi^2 = 174,89$ ;  $df = 32$ ;  $p = 0,000^3$ . Czynniki pierwszy okazał się treściwo zgodny z oryginalnym czynnikiem konstytuującym Ja-współzależne (5 pozycji, 22,86% wariancji), natomiast oryginalne Ja-niezależne przybrało dwie postaci. Dwa stwierdzenia składające się na czynnik drugi (14,64%) sugerują, że chodzi tu o rodzaj sprawowania kontroli nad własnym życiem, o rodzaj samowystarczalności i niezależności od innych ludzi wynikającej z tego, że „sam dbam o siebie i nikogo do tego nie potrzebuję”. Są to następujące stwierdzenia: „Bycie zdrowym cenię ponad wszystko” oraz „Móc wziąć swoje sprawy we własne ręce jest dla mnie rzeczą pierwszorzędną wagi”. Czynniki ten został nazwany jako Ja-niezależne-samowystarczalność. Trzeci czynnik – Ja-niezależne-autonomia – wyjaśnia 14,29% wariancji i zawiera istotę bycia niezależnym i autonomicznym. W jego skład wchodzi trzy stwierdzenia: „Pod wieloma względami lubię być niepowtarzalny i inny niż bliskie mi osoby”, „Z moimi znajomymi wolę być bezpośredni i szczerzy” oraz „Moja własna tożsamość, niezależna od innych ludzi, jest dla mnie bardzo ważna” (por. Kwiatkowska, 2012).

Wykonano wielogrupową konfirmacyjną analizę czynnikową (MG CFA) w celu ustalenia równoważności pomiaru w czterech badanych próbach. Podobnie jak w przypadku skali CCCS, potwierdzono równoważność strukturalną skali ( $\chi^2 = 264,15$ ;  $df = 120$ ;  $p = 0,000$ ; CMIN/ $df = 2,204^4$ ; RMSEA = 0,040; 90% CI = 0,033–0,046) oraz równoważność metryczną ( $\chi^2 = 341,152$ ;  $df = 141$ ;  $p = 0,000$ ; CMIM/ $df = 2,42$ ; RMSEA = 0,043; 90% CI = 0,038–0,049). Natomiast wskaźniki dopasowania w przypadku równoważności skalarnej nie były zadowalające ( $\chi^2 = 781,146$ ;  $df = 171$ ;  $p = 0,000$ ; CMIN/ $df = 4,568$ ; RMSEA = 0,069; 90% CI = 0,064–0,083).

Współczynniki rzetelności obliczone dla podskali złożonych z pięciu pozycji (bez podziału Ja-niezależnego na dwie formy) w całej próbie, jak i w poszczególnych krajach, okazały się wystarczająco wysokie dla Ja-współzależnego:  $\alpha$  Cronbacha w całej próbie równe 0,68, a w poszczególnych krajach od 0,56 do 0,74. Natomiast

dla Ja-niezależnego w całej próbie współczynnik  $\alpha$  Cronbacha wynosił 0,53, a w poszczególnych krajach od 0,36 do 0,52, co potwierdza raz jeszcze niespójną strukturę tej formy konstruktów Ja.

**Poziom samooceny.** Pomiar samooceny został dokonany za pomocą jednego pytania, które brzmiało w następujący sposób: „Jak bardzo zgodziłybyś/zgodziłyabyś się z następującym stwierdzeniem: *Mam wysoką samoocenę?*”. Badani podawali stopień zgody na skali 5-punktowej. Ten sposób pomiaru samooceny został zaczerpnięty z Europejskich Sondaży Społecznych (ESS, <http://ess.nsd.uib.no>).

**Religijność.** Pytanie o religijność było poprzedzone prośbą o informację, czy respondent wyznaje jakąś religię i jeśli tak, to jaką. Następnie osoba badana była proszona o określenie na skali 11-stopniowej, w jakim stopniu jest religijna, bez względu na to, czy należy do jakiejś religii, czy nie. W tym przypadku również posłużono się sformułowaniami stosowanymi w ESS.

**Zmienne kontrolowane.** Zadawano też pytania o wiek, płeć i wykształcenie respondentów.

## ANALIZA WYNIKÓW

### Prezentacja rozkładów i korelacji między zmiennymi

W tabeli 3 przedstawione są wartości współczynników korelacji Pearsona w zbiorze zmiennych, które w dalszych analizach będą występować w modelowaniu strukturalnym w charakterze zmiennych wyjaśniających dla wyjaśnianych zmiennych strategii radzenia sobie ze stresem.

Analiza zależności między zmiennymi pozwala na poczynienie pewnych korekt w założeniach co do istnienia syndromów kulturowych opartych na idei rozdzielności elementów kolektywistycznych i indywidualistycznych. Przede wszystkim należy zwrócić uwagę na współzależność wartości kolektywistycznych i indywidualistycznych w badanej próbie ( $r = 0,17$ ), co oznacza, że w tworzeniu modeli strukturalnych należy uwzględnić kowariancję między tymi zmiennymi. Samoocena potwierdza swą przynależność do syndromu indywidualistycznego: silne korelacje z wartościami indywidualistycznymi i z oboma formami Ja-niezależnego, oraz negatywną istotną korelację z Ja-współzależnym. Natomiast religijność, tak jak zakładano, włącza się w syndrom kolektywistyczny: istotne korelacje z wartościami indywidualistycznymi i Ja-współzależnym, negatywna istotna korelacja z wartościami indywidualistycznymi. Ocena stresowości wiąże się raczej z elementami indywidualistycznymi, ale za-

<sup>3</sup> Wysoka wartość  $\chi^2$  nie jest diagnostyczna w przypadku dużych prób (np. Vandenberg, Lance, 2000).

<sup>4</sup> Wartość CMIN/ $df$  nie powinna przekraczać 3,00 (Arbuckle, 2010).

Tabela 3

Współczynniki korelacji i wartości średnich i odchyłeń standardowych zmiennych w całej próbie (N = 759)

		2	3	4	5	6	7	8	M(SD)
1	Wart. ind.	0,17***	-0,03	0,43***	0,30***	0,17***	-0,13***	0,13***	3,81 (0,56)
2	Wart. kol.		0,46***	0,10**	0,18***	-0,05	0,32***	0,09*	3,99 (0,56)
3	Ja-współ.			0,03	0,02	-0,10**	0,26***	0,04	3,81 (0,62)
4	Ja-nzal.-aut.				0,26***	0,26***	-0,06 <sup>†</sup>	0,16***	3,85 (0,67)
5	Ja-nzal.-sam.					0,17***	-0,01	0,22***	3,71 (0,86)
6	Samooocena						-0,06 <sup>†</sup>	0,04	3,10 (0,98)
7	Religijność							-0,05	5,21 (2,55)
8	Stres								4,18 (0,98)

\*\*\*  $p < 0,00$ ; \*\*  $p < 0,01$ ; \*  $p < 0,05$ ; <sup>†</sup>  $p < 0,10$ .

znacza się także istotna korelacja z wartościami kolektywistycznymi. Ogólnie rzecz biorąc, syndrom kolektywistyczny (wartości kolektywistyczne, Ja-współzależne i religijność) prezentuje się w formie bardziej klarownej niż syndrom indywidualistyczny (wartości indywidualistyczne, Ja-niezależne-autonomiczne i Ja-niezależne-samowystarczalne oraz samoocena), ponieważ obie formy Ja-niezależnego korelują także z wartościami kolektywistycznymi ( $r = 0,10$ ;  $r = 0,18$ ).

**Weryfikacja hipotezy o preferencjach strategii radzenia sobie w badanych próbach narodowych.** Sprawdzenie, czy pod względem preferowanych strategii radzenia sobie ze stresem istnieją różnice między Norwegią, Polską i Białorusią nie było możliwe z powodu braku równoważności skalarnej narzędzia; między Rosją zaś a pozostałymi krajami – ze względu na brak

podstawowej równoważności konfiguralnej (czynnikiowej). Możliwe natomiast było porównanie stopnia preferencji w obrębie danego kraju za pomocą testu *t*-Studenta dla prób zależnych. Wartości średnich i odchyłeń standardowych oraz wyniki testu *t* umieszczono w tabelach 4 i 5.

W badanej próbie (wszystkie cztery kraje) najbardziej preferowaną strategią jest strategia zaangażowania. W Norwegii, Polsce i Białorusi w drugiej kolejności występuje strategia kolektywistyczna. Najniżej ceniona jest strategia unikania. Efekty wszystkich porównań są istotne przy  $p < 0,001$ . W próbie rosyjskiej preferencje dla strategii zaangażowania są istotnie różne w porównaniu z pozostałymi trzema. Strategia unikania w próbie rosyjskiej zajmuje pozycję pośrednią między strategią zaangażowania a obiema kolektywnymi, przy czym między strategiami kolektywnymi nie ma istotnych różnic.

Tabela 4

Średnie i odchylenia standardowe strategii radzenia sobie ze stresem w Norwegii, Polsce i Białorusi

Kraje	N	Strategia kolektywna (K) M (SD)	Strategia unikania (U) M (SD)	Strategia zaangażowania (Z) M (SD)	Wyniki porównań: wartości <i>t</i>		
					K vs. U	K vs. Z	U vs. Z
Norwegia	94	3,24 (0,83)	2,39 (0,65)	4,28 (0,59)	8,42***	-11,47***	-19,11***
Polska	256	3,48 (0,88)	2,37 (0,76)	4,04 (0,71)	16,81***	-9,09***	-27,72***
Białoruś	271	3,68 (0,75)	2,64 (0,73)	4,11 (0,71)	17,50***	-7,05***	-23,87***
Ogółem	621	3,52 (0,83)	2,53 (0,73)	4,12 (0,69)	25,57***	-14,36***	-40,48***

\*\*\*  $p < 0,001$ .

Tabela 5

Średnie i odchylenia standardowe strategii radzenia sobie ze stresem w Rosji oraz wyniki porównań (wartości t)

	Strategia unikania (U)	Strategia zaangażowania (Z)	Strategia kolektywna – dalsi (K-D)	Strategia kolektywna – rodzina (K-R)
M (SD)	3,73 (0,73)	4,62 (0,73)	3,28 (0,77)	3,29 (0,82)
Strategia U vs...		-10,28***	4,88***	5,42***
Strategia Z vs...			14,24***	14,10***
Strategia K-D vs...				-0,20

\*\*\*  $p < 0,001$ .

### Testowanie modeli strukturalnych

Przyjęto następujący sposób postępowania. Najpierw oszacowano modele (indywidualistyczny dla strategii zaangażowania i modele kolektywistyczne dla strategii kolektywnej i strategii unikania) dla danych pochodzących z całej próby z wykluczeniem Rosji, a więc są to dane odnoszące się do trzech krajów łącznie (Norwegia, Polska, Białoruś). Dzięki temu zweryfikujemy trafność modeli teoretycznych, ich postać oraz kierunki i siłę związków między zmiennymi, koncentrując się na efektach całkowitych wywieranych przez zmienne wyjaśniające na zmienne wyjaśniane (tj. określonych strategii radzenia sobie).

Następnie każdy z modeli (indywidualistyczny i kolektywistyczny) oszacowano w podgrupach kulturowych jednocześnie, przy założeniu, że postać modelu jest taka sama w każdej podgrupie, a różnice mogą występować w stosunku do wartości parametrów w podgrupach. Modelowanie jednoczesne pozwala na zdiagnozowanie łącznej wielkości rozbieżności modeli szacowanych w podgrupach, na określenie siły i kierunków związków między zmiennymi w podgrupach, jak również na porównanie istotności różnic między analogicznymi parametrami w podgrupach.

Na końcu zostały oszacowane także modele dla próby rosyjskiej, traktowanej osobno.

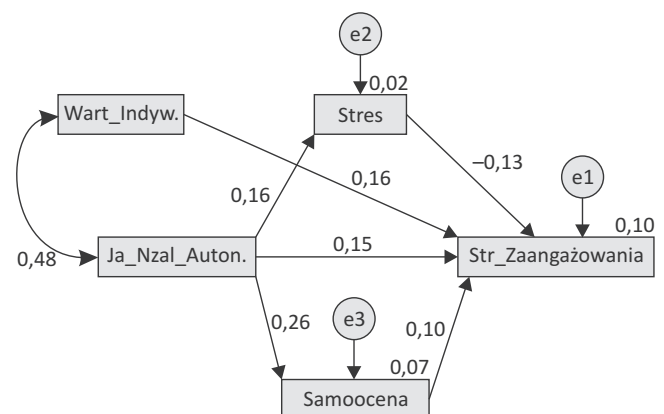
**Modelowanie w trzech krajach łącznie: model indywidualistyczny.** Zmienną wyjaśnianą była strategia zaangażowania, zmiennymi zaś wyjaśniającymi wartości indywidualistyczne, Ja-niezależne-autonomiczne, Ja-niezależne-samowystarczalne, samoocena i ocena stresowości.

Testowanie tak zbudowanego modelu nie przyniosło zadowalających rezultatów, mimo że wszystkie parametry ścieżkowe są istotne statystycznie. Dopiero po usunięciu z modelu zmiennej Ja-niezależne-samowystarczalne

jakość modelu zdecydowanie się poprawiła: model uzyskał satysfakcjonujący stopień dopasowania do danych empirycznych. Wszystkie współczynniki  $\beta$  są istotne przy  $p < 0,001$ .

Najsilniejszy efekt całkowity (złożony z efektu bezpośredniego i upośrednionego przez samoocenę i ocenę stresowości) wywiera Ja-niezależne-autonomiczne (0,162), następnie wartości indywidualistyczne (0,158), w dalszej kolejności stresowość sytuacji (-0,126) i na końcu samoocena (0,103).

Zależności te można opisać w następujący sposób: strategia zaangażowania jest tym bardziej prawdopodobna, im bardziej jest wyartykułowane Ja-niezależne-autonomiczne, pozostające w zależności od wartości indywidualistycznych; im wyżej się ceni wartości indywidualistyczne; im niżej jest oceniany poziom stresowości sytuacji i im wyższy jest poziom samooceny (rysunek 1).



$\chi^2 (3, N = 621) = 5,91; p = 0,116; CMIN/DF = 1,969; CFI = 0,989; RMSEA = 0,040$ .

e – składnik losowy zmiennej.

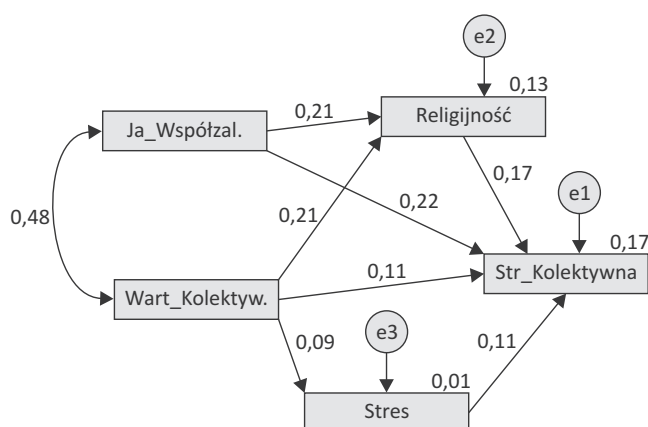
Rysunek 1. Model indywidualistyczny dla strategii zaangażowania szacowany w trzech krajach łącznie.

Zadano również pytanie, czy ten sam model (tj. ta sama konfiguracja zmiennych wyjaśniających) może mieć zastosowanie w wyjaśnianiu strategii kolektywnych i strategii unikania. Okazało się, że współczynnik korelacji wielokrotnej dla strategii kolektywnych wynosi zaledwie 0,02, tak samo dla strategii unikania.

**Modelowanie w trzech krajach łącznie: model kolektywistyczny dla strategii kolektywnej.** Zmienną wyjaśnianą była tu strategia kolektywna, zaś zmiennymi wyjaśniającymi wartości kolektywistyczne, Ja-współzależne, religijność i ocena stresowości.

Parametry jakości dopasowania wskazują, że jest to model dobrze dopasowany do danych. Wszystkie współczynniki  $\beta$  są istotne przy  $p < 0,01$ , oprócz współczynnika wartości kolektywistyczne a strategia kolektywna –  $p < 0,05$ . Najsilniejszy efekt całkowity wywiera Ja-współzależne (całkowity efekt standaryzowany: 0,260), następnie religijność (wskaźnik: 0,176), wartości kolektywistyczne (wskaźnik: 0,158) i ocena stresowości (wskaźnik: 0,112). Poziom religijności jest zależny od wartości kolektywistycznych i Ja-współzależnego, wartości kolektywistyczne zaś wywierają wpływ na strategię kolektywistyczną nie tylko w sposób bezpośredni, lecz także pośrednio – przez wpływ na poziom religijności i na ocenę stresowości sytuacji (im bardziej wartości te są cenione, tym wyższe są oceny stresowości sytuacji).

A zatem strategia kolektywna jest tym bardziej prawdopodobna, im bardziej wyartykułowane jest Ja-współzależne, im wyższym poziomem religijności (zależnym od Ja-współzależnego i wartości kolektywistycznych)



$\chi^2 (2, N = 621) = 4,71; p = 0,09; CMIN/DF = 2,35; CFI = 0,992; RMSEA = 0,047.$

e – składnik losowy zmiennej.

Rysunek 2. Model kolektywistyczny dla strategii kolektywnej szacowany w trzech krajach łącznie.

nych) cechuje się jednostka, im bardziej ceni wartości kolektywistyczne i im wyżej oceniana jest stresowość sytuacji trudnych (rysunek 2).

Tak jak poprzednio model ten został przetestowany dla strategii zaangażowania i strategii unikania. W obu wypadkach współczynnik korelacji wielokrotnej dla odpowiedniej strategii wyniósł 0,02.

**Modelowanie w trzech krajach łącznie: model kolektywistyczny dla strategii unikania.** Zmienną wyjaśnianą była strategia unikania, zmiennymi wyjaśniającymi zaś wartości kolektywistyczne, Ja-współzależne, religijność i ocena stresowości. Proponowany model nie spełniał pokładanych w nim nadziei, ponieważ zbiór zmiennych nie ma związku ze strategią unikania (wariancja wyjaśniana rzędu 0,01). Próba przetestowania modelu indywidualistycznego dla tej strategii również zakończyła się niepowodzeniem.

#### Testowanie modeli strukturalnych: modelowanie w podgrupach

Kolejnym etapem analizy było szacowanie modeli indywidualistycznego i kolektywistycznego w trzech podgrupach kulturowych. Modelowanie w podgrupach umożliwia uzyskanie informacji, jak dobrze postulowany model teoretyczny jest powielany w każdej grupie oraz oszacowanie parametrów dla każdej grupy oddzielenie (Bedyńska, Książek, 2012). W ten sposób można porównać rolę poszczególnych parametrów między próbą norweską a polską i białoruską.

**Model indywidualistyczny: strategia zaangażowania.** W modelu indywidualistycznym, objaśniającym strategię zaangażowania, zachowano wszystkie zmienne wyjaśniające, tj. nie wykluczano Ja-niezależnego-samo-wystarczającego.

Model miał wysoką dobroć dopasowania:  $\chi^2 (15, N = 621) = 18,496; p = 0,238; CMIN/DF = 1,233; CFI = 0,987; RMSEA = 0,019$ . Oznacza to, że w każdej próbie struktura zależności między zmiennymi (postać modelu) była podobna, jednak wartości parametrów w poszczególnych próbach mogą się od siebie różnić, podobnie jak współczynnik korelacji wielokrotnej zmiennej wyjaśniającej (tabela 6).

Przyjrzymy się kolejno parametrom modelu w poszczególnych próbach.

**Norwegia.** Testowany model wyjaśnia aż 27% wariancji strategii zaangażowania. Efekty całkowite wpływu zmiennych na strategię zaangażowania można porangować w następujący sposób:



Tabela 6

Model indywidualistyczny dla strategii zaangażowania: standaryzowane współczynniki ścieżek i współczynniki korelacji wielokrotnej w próbach norweskiej, polskiej i białoruskiej

Parametry	Norwegia	Polska	Białoruś
<i>Strategia: R<sup>2</sup></i>	0,27	0,10	0,09
Strategia ← Stres	-0,21*	-0,01	-0,09
Strategia ← Samoocena	0,13	0,08	0,15**
Strategia ← Wartości indywidualistyczne	0,22*	0,13 <sup>t</sup>	0,15*
Strategia ← Ja-niezależne-autonomiczne	0,25*	0,22***	0,11 <sup>t</sup>
<i>Stres: R<sup>2</sup></i>	0,01	0,00	0,00
Stres ← Ja-niezależne-autonomiczne	-0,12	0,00	0,05
<i>Samoocena: R<sup>2</sup></i>	0,23	0,03	0,07
Samoocena ← Ja-niezależne-autonomiczne	0,48***	0,05	0,23***
Samoocena ← Ja-niezależne-samowystarczalne	0,06	0,16**	0,08

Model:  $\chi^2(15, N = 621) = 18,496; p = 0,238; CMIN/DF = 1,233; CFI = 0,987; RMSEA = 0,019.$

\*  $p < 0,05$ ;  $p < 0,01$ ; \*\*\*  $p < 0,001$ .

Najsilniejszy wpływ wywiera Ja-niezależne-autonomiczne (0,333), następnie wartości indywidualistyczne (0,216), ocena stresowości sytuacji ze znakiem ujemnym (-0,214) i samoocena (0,126). Wpływ Ja-niezależnego-samowystarczającego jest nieistotny (0,008). Tak więc strategia zaangażowania u Norwega jest tym bardziej prawdopodobna, im bardziej wyartykułowane jest Ja-niezależne-autonomiczne, im bardziej ceni on wartości indywidualistyczne, im mniej stresująca jest sytuacja trudna i im wyższa jest samoocena.

Dodać należy, że ocena stresowości jest zależna (zależność ujemna) od Ja-niezależnego-autonomicznego: im bardziej wyartykułowana jest ta forma Ja, tym niższa jest ocena stresowości, a im niższa jest ocena stresowości, tym bardziej jest używana strategia zaangażowania. Można więc rzec, że rola Ja-niezależnego-autonomicznego jest podwójna: przez oddziaływanie bezpośrednie na rzecz danej strategii i pośrednio przez obniżanie oceny stresowości sytuacji.

Można wskazać na jeszcze jeden aspekt szczególnej roli Ja-niezależnego-autonomicznego. Mianowicie najsilniej wpływa na samoocenę (i za jej pośrednictwem na strategię radzenia), silniej niż na stres (różnica między parametrami istotna statystycznie: -4,577)<sup>5</sup>, także silniej niż bezpośrednio na strategię zaangażowania (-2,846).

<sup>5</sup> W nawiasach podawana jest wartość statystyki testującej istotność różnic między wartościami parametrów; hipoteza zerowa o braku różnic nie powinna być odrzucona, jeśli wartość statystyki zawiera się w przedziale -2,0 i 2,0 (Bedyńska, Książek, 2012).

**Polska.** W próbie polskiej współczynnik korelacji wielokrotnej dla strategii zaangażowania przyjmuje niższą wartość niż w próbie norweskiej, mianowicie tylko 0,10. Efekty całkowite wpływu zmiennych wyjaśniających na strategię zaangażowania układają się podobnie jak w próbie norweskiej odnośnie do dwóch pierwszych zmiennych: Ja-niezależne-autonomiczne (0,226) i wartości indywidualistyczne (0,126). W następnej kolejności pojawia się samoocena (0,08 – na pograniczu istotności), wpływ zaś Ja-niezależnego-samowystarczającego i wpływ stresowości sytuacji są nieistotne. Zasadnicza różnica między obiema próbami polega na nieistotnym wpływie oceny stresowości na strategię zaangażowania w próbie polskiej, mimo iż testy nie wykazały istotnych różnic między parametrami z obu grup. Różnica istotna wystąpiła w zakresie współczynników ścieżki Ja-niezależne-autonomiczne – samoocena (-3,849).

**Białoruś.** Współczynnik korelacji wielokrotnej w próbie białoruskiej jest zbliżony do próby polskiej – 0,09. Podobnie jak w dwóch poprzednich próbach, największe efekty całkowite wpływające na strategię zaangażowania wykazują zmienne: wartości indywidualistyczne (0,150) i Ja-niezależne-autonomiczne (0,139), wraz z samooceną (0,149). Wpływ stresu ujawnia się na pograniczu istotności (-0,087) w kierunku takim samym, jak w próbie norweskiej. Wpływ Ja-niezależnego-samowystarczającego nie jest istotny.

Porównanie wartości parametrów ścieżkowych w trzech grupach wykazało, że różnice istotne statystycznie występują tylko w parametrze Ja-niezależne-autonomiczne – samoocena. Odpowiednie statystyki istotności różnic są następujące: między Norwegią i Polską –3,849, między Norwegią a Białorusią –2,345; między Polską a Białorusią –2,008. Oznacza to, że wpływ Ja-niezależnego na samoocenę jest największy w próbie norweskiej, a najmniejszy w próbie polskiej.

**Model kolektywistyczny: strategia kolektywna.** Nie udało się utrzymać modelu kolektywistycznego oszacowanego na całej próbie, dlatego włączono do zmiennych wyjaśniających zmienne, o których wiadomo, że są skorelowane ze zmiennymi kulturowymi kolektywistycznymi, tj. wartości indywidualistyczne i jedną z form Ja-niezależnego: Ja-samowystarczalne.

Tak skonstruowany model jest dobrze dopasowany do danych empirycznych:  $\chi^2(21, N = 621) = 30,945$ ;  $p = 0,075$ ; CMIN/DF = 1,474; CFI = 0,974; RMSEA = 0,028. Wartości odpowiednich parametrów znajdują się w tabeli 7.

**Norwegia.** W próbie norweskiej model ten wyjaśnia 22% wariancji zmiennej strategia kolektywna.

Zmienne, które mają największe efekty całkowite na strategię kolektywną, można porangować w następujący sposób: Ja-współzależne – 0,263; religijność – 0,251; wartości indywidualistyczne – 0,190; ocena stresowości – 0,097; Ja-niezależne-samowystarczalne – 0,097; wartości kolektywistyczne: 0,066. W przypadku Norwegów, im bardziej wyartykułowane jest Ja-współzależne, im większa religijność, im bardziej się ceni wartości indywidualistyczne, im wyżej się ocenia stopień stresowości sytuacji oraz im bardziej wyartykułowane Ja-niezależne-samowystarczalne, tym bardziej prawdopodobne jest użycie strategii kolektywnej. Cienienie wartości kolektywistycznych nie ma istotnego (bezpośredniego) znaczenia dla użycia tej strategii.

Natomiast od wartości kolektywistycznych zależy ocena stresowości sytuacji (efekt całkowity – 0,218). Ocena stresu zależy też od religijności (0,218) i od Ja-współzależnego (–0,074). Tak więc wartości kolektywistyczne i religijność podwyższają ocenę stresowości sytuacji trudnych, czemu Ja-współzależne stara się przeciwdziałać.

Tabela 7

Model kolektywistyczny dla strategii kolektywnej: standaryzowane współczynniki ścieżek i współczynniki korelacji wielokrotnej w próbach norweskiej, polskiej i białoruskiej

Parametry	Norwegia	Polska	Białoruś
<i>Strategia: R<sup>2</sup></i>	0,22	0,19	0,15
Strategia ← Stres	0,10	0,17**	0,21***
Strategia ← Religijność	0,23*	0,13*	0,08
Strategia ← Wartości indywidualistyczne	0,19*	0,12*	0,05
Strategia ← Ja-współzależne	0,22*	0,27***	0,24***
Strategia ← Ja-niezależne-samowystarczalne	0,10	0,07	0,11 <sup>†</sup>
<i>Stres: R<sup>2</sup></i>	0,07	0,07	0,04
Stres ← Religijność	0,17 <sup>†</sup>	0,10	0,18**
Stres ← Wartości kolektywistyczne	0,19 <sup>†</sup>	0,04	–0,02
Stres ← Ja-współzależne	–0,11	0,20**	0,07
<i>Religijność: R<sup>2</sup></i>	0,11	0,09	0,05
Religijność ← Ja-współzależne	0,20 <sup>†</sup>	0,11 <sup>†</sup>	0,05
Religijność ← Wartości kolektywistyczne	0,19 <sup>†</sup>	0,23***	0,20**

Model:  $\chi^2(21, N = 621) = 30,945$ ;  $p = 0,075$ ; CMIN/DF = 1,474; CFI = 0,974; RMSEA = 0,028.

\*  $p < 0,05$ ;  $p < 0,01$ ; \*\*\*  $p < 0,001$ .

**Polska.** W próbie polskiej model ten wyjaśnia 19% wariacji, niewiele mniej niż w próbie norweskiej. Kolejność zmiennych oddziałujących na strategię kolektywną (efekty całkowite) przedstawia się następująco: Ja-współzależne – 0,317; ocena stresowości – 0,174; religijność – 0,148; wartości indywidualistyczne – 0,119; Ja-niezależne-samowystarczalne – 0,072; wartości kolektywistyczne – 0,040. Stosowanie strategii kolektywnej przez Polaków jest tym bardziej prawdopodobne, im lepiej wyartykułowane jest Ja-współzależne, im wyżej ocenia się stresowość sytuacji trudnej, im wyższa religijność, im bardziej ceni się wartości indywidualistyczne oraz im bardziej jest wyartykułowane Ja-niezależne-samowystarczalne.

Ocena stresowości zależy w największym stopniu od Ja-współzależnego (efekt całkowity: 0,213), od religijności (0,101) i w pewnym stopniu od wartości kolektywistycznych (0,059).

**Białoruś.** Model ten wyjaśnia najmniej wariacji w badanych próbach: 15%. Ranking efektów całkowitych zmiennych na strategię kolektywną rozpoczyna, tak jak w próbach norweskiej i polskiej, Ja-współzależne (0,262), następnie – jak w próbie polskiej – ocena stresowości (0,210) i religijność (0,117). W dalszej kolejności występuje Ja-niezależne-samowystarczalne (0,109) oraz wartości indywidualistyczne (0,049) i wartości kolektywistyczne (0,019). Stosowanie strategii kolektywnej przez Białorusinów jest tym bardziej prawdopodobne, im lepiej wyartykułowane jest Ja-współzależne, im wyżej jest oceniona stresowość sytuacji, im większy stopień religijności i im bardziej wyartykułowane jest Ja-niezależne-samowystarczalne. Cienienie wartości nie ma istotnych związków z tendencją do stosowania strategii kolektywnej.

Na ocenę stresowości sytuacji przez Białorusinów wpływa przede wszystkim poziom religijności (efekt całkowity – 0,183). Ja-współzależne (0,079) i wartości kolektywistyczne (0,019) nie mają istotnego znaczenia.

Porównanie istotności różnic parametrów ścieżkowych między trzema grupami dało w wyniku zaledwie jedną istotną różnicę między próbą norweską i polską – dotyczyła parametru Ja-współzależne a stres: 2,566.

**Strategia unikania.** Zrezygnowano z analiz dotyczących strategii unikania ze względu na stwierdzoną wcześniej niewielką wartość heurystyczną tego modelu.

### Modelowanie strukturalne w próbie rosyjskiej

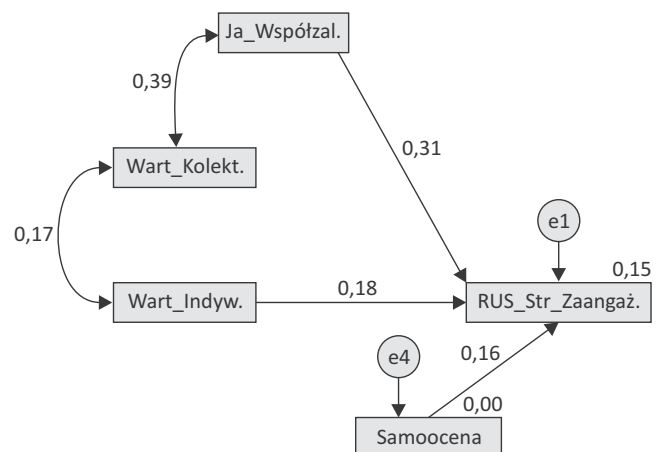
Osobno zostały wykonane analizy ścieżkowe w próbie rosyjskiej, ponieważ zmodyfikowano narzędzie do badania strategii radzenia sobie ze stresem z powodu

niewystarczającej równoważności w tej próbie. Podskale mierzące strategie, opatrzone takimi samymi etykietkami jak w poprzednich próbach (zaangażowania, kolektywna, unikania), nie są identyczne – zawierają nieco inny zestaw itemów.

Spodziewając się większej złożoności w zakresie konfiguracji zmiennych (struktury zależności między zmiennymi), w kulturze rosyjskiej do testowanych modeli włączano zarówno zmienne indywidualistyczne, jak i kolektywistyczne. Uzyskano dwa modele kolektywistyczno-indywidualistyczne dotyczące strategii zaangażowania i unikania oraz dwa modele (raczej) kolektywistyczne dotyczące dwóch postaci strategii kolektywnych.

**Model kolektywistyczno-indywidualistyczny: strategia zaangażowania.** Mierniki jakości modelu są satysfakcjonujące, model ten wyjaśnia 15% wariacji. Wszystkie współczynniki  $\beta$  są istotne przy  $p < 0,05$  (rysunek 3). Ze zmiennych należących do kultury indywidualistycznej w modelu pozostały wartości indywidualistyczne i samoocena, charakteryzujące się podobnymi wartościami parametrów ścieżkowych (0,18 i 0,16), jednak stosunkowo silniejszy wpływ na strategię zaangażowania wywiera Ja-współzależne (0,31). Zastosowanie strategii zaangażowania u Rosjan jest tym bardziej prawdopodobne, im bardziej wyartykułowane jest Ja-współzależne, im bardziej cenione są wartości indywidualistyczne oraz im wyższy poziom samooceny.

Model ten został nazwany kolektywistyczno-indywidualistycznym, ponieważ w sukurs zmiennym indywidualistycznym idzie silna zmienna kolektywistyczna – Ja-współzależne.



$\chi^2 (5, N = 138) = 3,169; p = 0,674; CMIN/DF = 0,634; CFI = 1,00; RMSEA = 0,000.$

e – składnik losowy zmiennej.

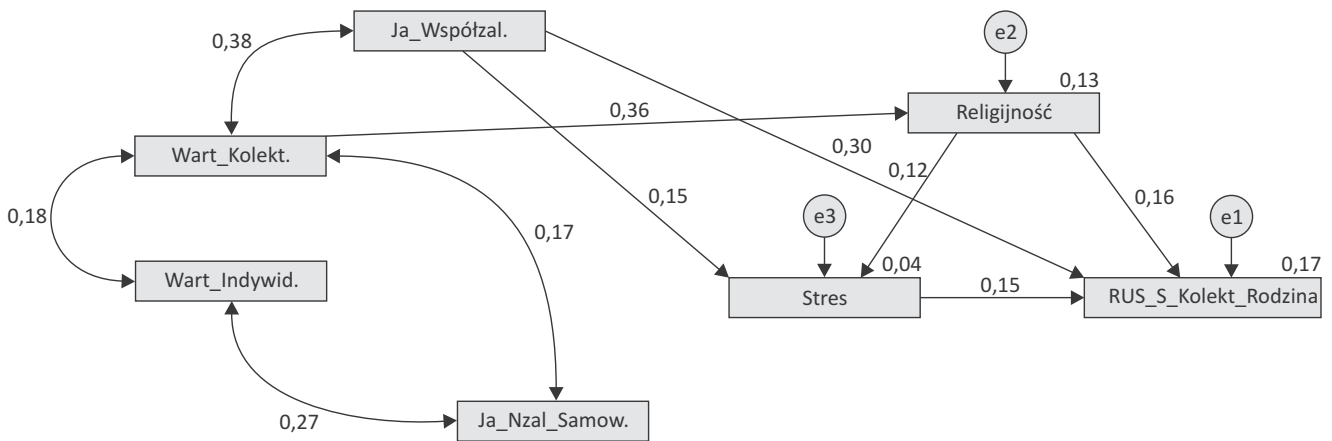
Rysunek 3. Model indywidualistyczno-kolektywistyczny dla strategii zaangażowania w próbie rosyjskiej.

**Model kolektywistyczny: strategia kolektywna – rodzina.** Pozostajemy przy nazwie model kolektywistyczny mimo obecności w nim zmiennych indywidualistycznych. Zmienne te w zasadzie nie grają ważnej roli w determinowaniu strategii kolektywnych, a występują jedynie jako kowarianty wartości kolektywistycznych, których usunięcie powoduje znaczne obniżenie jakości modelu (rysunek 4).

Wielkość współczynnika korelacji wielokrotnej wynosi 0,17. Współczynniki  $\beta$  są istotne przy  $p < 0,05$ , z wyjątkiem Ja-współzależne a stres –  $p < 0,10$  i religijność a stres –  $p < 0,15$ . Podobnie jak w modelu szacowanym dla Norwegii, Polski i Białorusi, najsilniejszy efekt

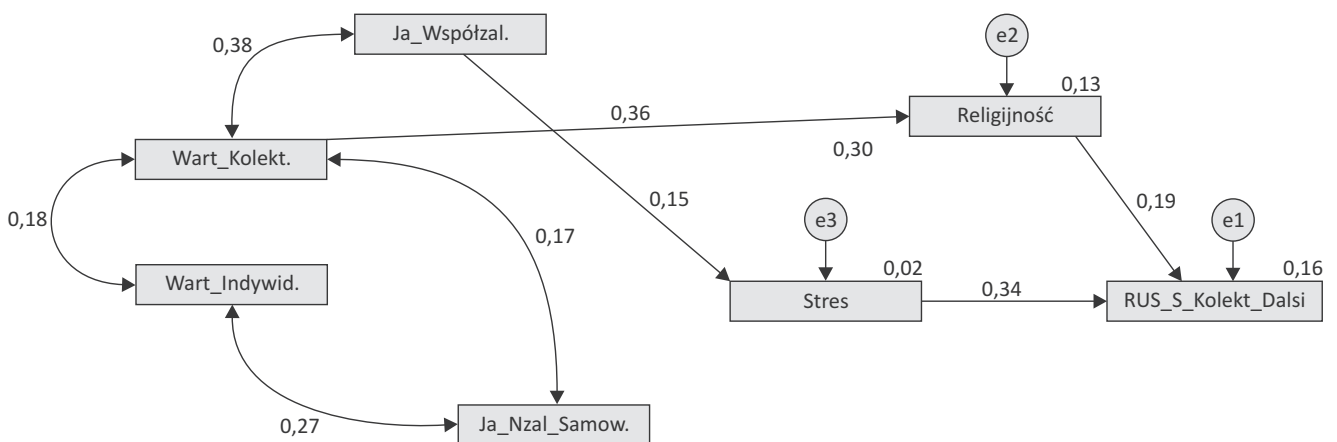
całkowity na strategię kolektywną „rodziną” wywiera Ja-współzależne (0,321), w drugiej kolejności religijność (0,181), a dalej lokuje się ocena stresowości (0,152). Wartości kolektywistyczne odgrywają niewielką rolę (0,064). Rosjanie są tym bardziej skłonni do stosowania strategii kolektywnej skupionej wokół członków rodziny, im lepiej wyartykułowane jest Ja-współzależne, im bardziej są religijni i im sytuacja jest oceniona jako bardziej stresowa.

Natomiast ocena stresowości jest zależna, podobnie jak u Polaków, od Ja-współzależnego (0,145) i religijności (0,121) oraz w niewielkim stopniu od wartości kolektywistycznych (0,043).



$\chi^2(11, N = 138) = 17,573; p = 0,092; CMIN/DF = 1,598; CFI = 0,924; RMSEA = 0,066.$   
e – składnik losowy zmiennej.

Rysunek 4. Model kolektywistyczny dla strategii kolektywnej – rodzina w próbie rosyjskiej.



$\chi^2(13, N = 138) = 14,124; p = 0,365; CMIN/DF = 1,086; CFI = 0,986; RMSEA = 0,025.$   
e – składnik losowy zmiennej.

Rysunek 5. Model kolektywistyczny dla strategii kolektywnej – dalsi w próbie rosyjskiej.



**Model kolektywistyczny: strategia kolektywna – dalsi.** Model kolektywistyczny w wyjaśnianiu strategii kolektywnej skoncentrowanej na innych ludziach ma taką samą postać jak model poprzedni, jednak wartość współczynników ścieżkowych i efekty całkowite zmiennych prezentują się inaczej (rysunek 5).

Model ten wyjaśnia mniej więcej tyle samo wariacji zmiennej strategia kolektywna – inni (16%), co model poprzedni. Wszystkie współczynniki regresji  $\beta$  są istotne przy  $p < 0,01$ , z wyjątkiem Ja-współzależne a stres –  $p < 0,08$ . Układ efektów całkowitych jest inny przede wszystkim ze względu na nikłą rolę Ja-współzależnego (0,051), które wywierało zdecydowanie wyższy wpływ na strategię w modelu szacowanym dla strategii kolektywnej – rodzina w próbie rosyjskiej, jak również w modelu kolektywistycznym w próbach norweskiej, polskiej i białoruskiej.

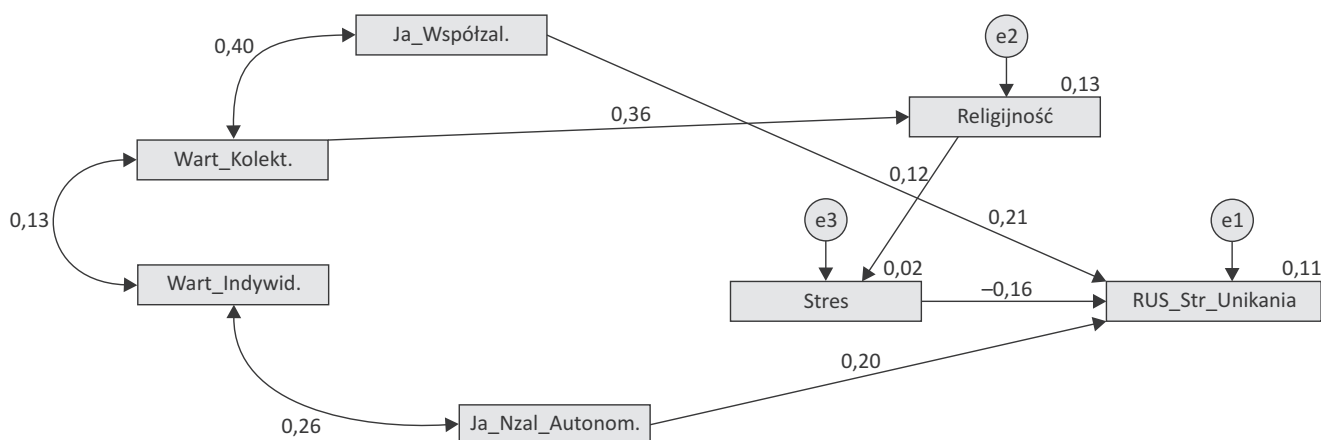
Tutaj najsilniejszy efekt wywierają ocena stresowości (0,342), religijność (0,195) oraz nieznacznie wartości kolektywistyczne (0,069) i Ja-współzależne (0,051). Z kolei ocena stresowości jest zależna od Ja-współzależnego (0,148).

**Model indywidualistyczno-kolektywistyczny: strategia unikania.** Wszystkie współczynniki regresji w tym modelu są istotne przy  $p < 0,05$ , z wyjątkiem religijność a stres –  $p < 0,14$ . Model ten jest najbardziej zrównoważony pod względem elementów indywidualistycznych i kolektywistycznych. Oto Ja-współzależne (0,206) i Ja-niezależne-autonomiczne (0,201) oddziałują na strategię unikania z jednakową siłą. Trzecią istotną zmienną wyjaśniającą jest ocena stresowości sytuacji trudnych

(–0,163), pozostająca pod wpływem religijności (0,124). A zatem strategia unikania będzie tym bardziej prawdopodobna u Rosjan, im bardziej wyartykułowane są Ja-współzależne i Ja-niezależne-autonomiczne oraz im słabsza jest ocena stresowości sytuacji trudnej (rysunek 6).

## DYSKUSJA

Głównym celem podjętych badań było poszukiwanie związków między kulturą a reakcjami na stres i weryfikacja założenia, że strategie zidentyfikowane w kulturze zachodniej mają walor uniwersalny i równie dobrze opisują zachowania ludzi w kulturach niezachodnich. W tworzeniu opozycji kultury zachodnie vs. niezachodnie wykorzystaliśmy syndromy kulturowe indywidualistyczny i kolektywistyczny, przy czym zamiarem naszym był taki dobór prób badawczych, by można je ułożyć w porządku od kultury najbardziej wysyczonej elementami indywidualistycznymi (Norwegia), przez kultury heterogeniczne (Polska, Białoruś), do kultury najbardziej wysyczonej elementami kolektywistycznymi (Rosja). Co prawda, stosowne analizy potwierdziły zakładany porządek badanych prób, jednak okazało się, że nie jest możliwe porównywanie wszystkich czterech krajów między sobą, a to z uwagi na różnice między wersjami skali Kuo i współpracowników, zastosowanymi w trzech krajach i w próbie rosyjskiej. Mając wybór między: (a) odrzuceniem danych respondentów rosyjskich zgodnie z filozofią czyszczenia próby z „podejrzanymi” danych lub (b) zaakceptowaniem danych jako manifestacji specyfiki kultury rosyjskiej, wybraliśmy tę drugą opcję, łącząc w ten sposób podejście międzykulturowe (porównywanie kultur) z podejściem kulturowym (koncentracja na idiosynkrazjach wewnątrz



$\chi^2 (13, N = 138.) = 19,306; p = 0,114; CMIN/DF = 1,485; CFI = 0,914; RMSEA = 0,060.$

e – składnik losowy zmiennej.

Rysunek 6. Model indywidualistyczno-kolektywistyczny dla strategii unikania w próbie rosyjskiej.

jednej kultury). W związku z tym, interpretując uzyskane dane, należało wziąć pod uwagę pewne różnice w rozumieniu strategii opatrzonych tymi samymi nazwami. I tak, strategia zaangażowania funkcjonująca w próbach norweskiej, polskiej i białoruskiej oznacza aktywne podejmowanie dowolnych działań w sytuacji stresowej, w próbie zaś rosyjskiej oznacza aktywności skoncentrowane przede wszystkim na rozwiązaniu określonego problemu, co jest bliższe tradycyjnemu rozumieniu strategii skoncentrowanej na zadaniu. Strategia unikania, oprócz wspólnych tendencji do zaprzeczania istnienia problemu i poszukiwania czynności zastępczych, w próbie rosyjskiej jest związana z regulowaniem stanu emocjonalnego (koncentracja na emocjach) w większym stopniu niż w pozostałych próbach.

### Strategia zaangażowania

Podaliśmy w wątpliwość status strategii zaangażowania jako zachowania optymalnego w reagowaniu na stres, argumentując, że jest ona silnie osadzona w kulturze zachodniej, podporządkowanej imperatywowi walki, aktywności, „brania byka za rogi”, także odpowiedzialności za własne działania i samodzielnego rozwiązywania własnych problemów. Jak się okazuje, niesłusznie wątpliliśmy w jej uniwersalność. Jest to strategia preferowana przez przedstawicieli każdej badanej kultury, aczkolwiek najsilniej związana z kulturą indywidualistyczną *en bloc* (Norwegia) lub z jej elementami, obecnymi w kulturach bardziej heterogenicznych. Chodzi tu o wartości indywidualistyczne (im bardziej ceniona jest wolność, niezależność, bycie odważnym, ekscytujące życie, tym chętniej ludzie stają do walki z przeciwnościami), autonomiczną formę Ja-niezależnego (im bardziej wyraziste poczucie, że jest się autonomiczną, niezależną jednostką, tym większa skłonność do angażowania się) i poziom samooceny (im wyższa samoocena, a tym samym większa wiara we własny sukces, tym bardziej prawdopodobne jest podejmowanie różnych działań prowadzących do poradzenia sobie z sytuacją trudną). W literaturze psychologicznej od dawna samoocena jest uznawana za jedną z głównych zmiennych stanowiących o zasobach jednostki w radzeniu sobie ze stresem (por. Sinha, Tripathi, 1994), chociaż jej rola wydaje się ograniczona do kontekstu kultury indywidualistycznej. Durganand Sinha i Roma Tripathi (1994) donoszą na podstawie wyników swoich badań prowadzonych w Kanadzie i w Indiach, że w kulturze indyjskiej samoocena nie ma takiego znaczenia, jak w kulturze zachodniej.

Przyjmując do wiadomości fakt uniwersalności strategii zaangażowania, choć o indywidualistycznej proveniencji, należy zwrócić uwagę na okoliczności ograniczające

powszechność stosowania tej strategii. Po pierwsze, preferencje w zakresie strategii zaangażowania zależą od poznawczej oceny stresu; jest to wynik uzyskany w modelu testowanym na trzech krajach łącznie. Strategia ta jest tym bardziej prawdopodobna, im niższa jest ocena stresu. Inaczej mówiąc, strategia ta jest uruchomiona wówczas, gdy podmiot ocenia poziom trudności jako stosunkowo niewielki, możliwy do pokonania. Na efekt ten złożyły się zależności występujące przede wszystkim w próbach norweskiej i białoruskiej, natomiast w próbie polskiej ocena stresowości sytuacji nie ma związku z preferowaniem strategii zaangażowania.

I tu napotykamy na drugie ograniczenie uniwersalności strategii zaangażowania, mianowicie na specyfikę kulturową w zakresie konfiguracji czynników determinujących tę strategię. Otóż waga kulturowych elementów indywidualistycznych, ich wzajemne powiązania oraz wspomagające bądź osłabiające działanie innych czynników może się zmieniać w zależności od kraju. W próbie polskiej rola oceny poznawczej stresowości sytuacji przestaje być ważna, a poziom samooceny nie gra istotnej roli. Nie ma wiarygodnego wyjaśnienia tej sytuacji. Być może Polacy podejmują działania, nie licząc się z realiami, nie biorąc pod uwagę trudności, bez względu na ocenę szans powodzenia. Najważniejsze dla Polaków są czynniki kulturowe: cenione wartości indywidualistyczne i indywidualistyczna forma Ja.

Interesujący jest przypadek Rosji. Wśród czynników determinujących strategię zaangażowania znajdujemy oprócz wartości indywidualistycznych i samooceny, zamiast Ja-niezależnego – Ja-współzależne, konstrukt należący do kolektywistycznego syndromu kulturowego. Co więcej, jest to najsilniejszy predyktor tej strategii. Nie da się wytłumaczyć zamiany form Ja i tak dużego udziału Ja-współzależnego w determinowaniu tej strategii tylko różnicami w sposobie rozumienia zaangażowania (tj. różnej operacjonalizacji w tym badaniu). Jeśli przyjmujemy założenie, iż aktywna postawa jednostki wobec trudności jest optymalnym i pożądanym sposobem radzenia sobie w każdej kulturze, to wydaje się, że kultury powinny być wyposażone w instrumenty wspierające takie zachowania. Takim instrumentem może być specyficzna dla danej kultury forma Ja: w kulturach indywidualistycznych Ja-niezależne, w kulturach kolektywistycznych Ja-współzależne. Tak więc im lepiej jest wyartykułowana forma Ja spójna z wartościami panującymi w danej kulturze, tym bardziej prawdopodobne jest zaangażowanie się jednostki w pokonywanie trudnych sytuacji. W badaniu Bena Kuo i Laurie Gingricha (2004) na studentach kanadyjskich pochodzenia europejskiego i azjatyckiego stwierdzono w całej badanej próbie istotne korelacje

między obiema formami Ja i strategią zaangażowania (współczynnik korelacji z Ja-niezależnym był jednak wyższy niż z Ja-współzależnym), co może świadczyć o „współdziałaniu” Ja-niezależnego i Ja-współzależnego w sytuacjach, gdy jednostka wybiera strategię zaangażowania. Dodajmy, że autorzy nie stwierdzili takich zależności w przypadku strategii kolektywnej: strategia ta pozostawała w istotnej korelacji tylko z Ja-współzależnym.

### Strategia kolektywna

Strategia ta jest determinowana przez czynniki należące do kulturowego syndromu kolektywistycznego: Ja-współzależne (im bardziej wyartykułowane, tym bardziej prawdopodobne się staje, iż jednostka sięgnie do kolektywnych sposobów radzenia sobie z sytuacją trudną), wartości kolektywistyczne (im bardziej cenione są bezpieczeństwo, porządek społeczny, szacunek dla starszych, samodyscyplina, posłuszeństwo, tym bardziej preferowana jest strategia kolektywna) i religijność (im wyższy poziom religijności, tym łatwiej o strategię kolektywną). Co ciekawe, strategia ta jest uruchamiana tym częściej, im wyższa jest poznawcza ocena stresu. A zatem po wsparcie, radę, wzory zachowania udajemy się do kolektywu wtedy, gdy stres w naszej ocenie jest stosunkowo wysoki; gdy poziom stresu postrzegamy jako stosunkowo niski, próbujemy sobie radzić sami (strategia zaangażowania).

Steven Hobfoll (2001) używa terminu Ja zagnieżdżone (*nested self*), wskazując na zagnieżdżenie jednostki w rodzinie, która z kolei jest zagnieżdżona w grupie (plemieniu). Próby koncentrowania się wyłącznie na jednostce, jak pisze, ograniczają zdolności przewidywania zachowania. Jednostka ocenia sytuację stresową i dokonuje wyboru odpowiedniej strategii, wykorzystując zasoby osobiste, a także czerpiąc z relacji interpersonalnych i z poczucia przynależności kulturowej.

Ta ogólna zasada zależności strategii kolektywnej od wymienionych wyżej elementów kolektywistycznych i oceny stresu ulega modyfikacji na poziomie poszczególnych kultur. Po pierwsze, osiągamy lepszy wgląd w rolę religijności. Religijność oddziałuje bezpośrednio na rzecz uruchomienia strategii kolektywnej, a zarazem pośrednio – przez podwyższenie oceny poznawczej sytuacji stresowej. Stosunkowo łatwo wyjaśnić bezpośredni wpływ religijności: jest zasilana wartościami tradycyjnymi (np. szacunek dla starszych, posłuszeństwo), więc nic dziwnego, że w sytuacjach trudnych (zwłaszcza bardzo trudnych) jednostka posłuszenie udaje się po pomoc do tych, których ceni i szanuje. Natomiast zaobserwowany pozytywny związek między religijnością a oceną stresowości sytuacji (najsilniejszy na Białorusi, w Norwegii i Rosji na poziomie tendencji, w Polsce – bez znaczenia) pozostaje

w sprzeczności z koncepcją religii i religijności jako źródła wsparcia. Być może światopogląd nacechowany religijnością zawiera w sobie również wizję świata najeżonego trudnościami, zwiększając poczucie zagrożenia, co z kolei usprawiedliwia potrzebę uciekania się do religii w sytuacjach trudnych.

Zdaniem niektórych autorów, badania, które pokazują pozytywny wpływ religijności na zdrowie, dobrostan psychiczny, efektywne radzenie sobie ze stresem, najczęściej prowadzone są na grupach pozostających poza głównym nurtem społeczeństwa. Aczkolwiek można też odnieść inne wrażenie: odczucie powszechności praktyk religijnego radzenia sobie ze stresem (por. Harrison, Koenig, Hays, Eme-Akwari, Pargament, 2001; Pargament, 1997). Kawika Allen i Paul Heppner (2011) opisują mormońską społeczność Polinezyjczyków mieszkających w Stanach Zjednoczonych, posiadających silne religijne przekonania, którzy w sytuacjach stresowych nie tylko znajdują ukojenie w religii, ale także twierdzą, iż religia pomaga im rozwiązywać konkretne problemy. Tak zwany czarny Kościół w USA był w czasach historycznych podstawową instytucją społeczno-kulturową, z której Afroamerykanie czerpali siłę (np. poczucie własnej wartości, optymizm, wytrzymałość) w czasach trudności ekonomicznych i uprzedzeń rasowych. Generalnie, religijność odgrywa ogromną rolę w życiu jednostek i społeczności Afroamerykanów, w kształtowaniu ich sposobu interpretacji świata, nadawania sensu przeciwnościom losowym. Wspomaga radzenie sobie ze stresem, dostarczając optymizmu i ram poznawczych dla rozumienia świata (Utsey, Giesbrecht, Hook, Stanard, 2008). Mimo to badania prowadzone w różnych populacjach dowodzą czegoś przeciwnego: religijność może być źródłem dyskomfortu, a nawet depresji i tendencji samobójczych. Depresja i myśli samobójcze mogą być związane z poczuciem alienacji od Boga, poczuciem winy, zwłaszcza wówczas, gdy człowiek sądzi, że popełnił niewybaczalnie grzeszny czyn (Exline, 2002; Exline, Yali, Sanderson, 2000). Należałoby się zastanowić, jaką rolę może odgrywać religia w krajach laickich, takich jak Norwegia, czy zlaicyzowanych, lecz o odnawiającej się religijności, jak na Białorusi i w Rosji, czy też w kraju takim jak Polska, w którym religijność jest w dużej mierze deklaratywna. Być może przyznanie się do bycia religijnym w Norwegii czy na Białorusi jest równoznaczne z większym znaczeniem wiary w życiu jednostki niż w Polsce. Prawdopodobnie rodzaj konfesji (tu: protestantyzm, katolicyzm i prawosławie) stanowi istotny czynnik różnicujący postawy wobec siebie i świata, chociaż Julie Exline (2002) twierdzi, że rodzaj i głębokość wiary nie mają wielkiego znaczenia dla wywołania depresji u osób religijnych.

Po drugie, w zbiorze predyktorów do elementów kolektywistycznych dochodzą niektóre elementy indywidualistyczne, mianowicie wartości i Ja-niezależne-samowystarczalne. A zatem strategia kolektywna jest bardziej dostępna tym osobom, które dysponują lepiej wyartykułowanym Ja-współzależnym oraz Ja-niezależnym-samowystarczalnym (choć w mniejszym stopniu), które wyżej cenią wartości kolektywistyczne i zarazem indywidualistyczne (choć w mniejszym stopniu), uważają siebie za bardziej religijne, oraz w ich ocenie stresowość sytuacji jest wyższa. Zastanawiające jest tu ułożenie Ja-niezależnego-samowystarczalnego w zbiorze czynników warunkujących strategię kolektywną. Przede wszystkim należy zapytać, na czym może polegać związek tej formy Ja z wartościami kolektywistycznymi. Być może na tym, że jednym z motywów postępowania kolektywisty jak troska o innych, o ich dobrostan, o harmonię w grupie, czego efektem może być tendencja do nieobarczania innych swoimi problemami i bycie samowystarczalnym (Yeh, Arora, Wu, 2006). Tak więc Ja-niezależne-samowystarczalne może pośrednio działać na wybór strategii kolektywnej przez wzmacnianie działania odpowiednich wartości.

W próbie rosyjskiej strategia kolektywna przybrała dwie formy: odwoływanie się do rodziny i do osób spoza rodziny. Podstawową różnicą jest rola Ja-współzależnego w przewidywaniu formy strategii. Ja-współzależne jest stosunkowo silnym predyktorem strategii kolektywnej skierowanej na rodzinę, podczas gdy ta forma Ja nie odgrywa istotnej roli w przewidywaniu strategii skierowanej na osoby dalsze. W przypadku strategii kolektywnej ukierunkowanej na osoby spoza rodziny najsilniejszą moc predykcyjną ma ocena stresowości sytuacji oraz religijność.

Istotny wpływ, jaki grupa odniesienia wywiera na życie jednostki, to bez wątpienia najważniejsza cecha kultury kolektywistycznej. Istnieje wiele sposobów definiowania, czym jest grupa odniesienia, w zależności m.in. od jej funkcji, wielkości, stabilności (Chen, West, 2008). Niektórzy badacze (np. Brewer, Chen, 2007) proponują podział na grupy relacyjne (np. rodzina, przyjaciele) i na kolektywy (np. kategoria płciowa, partia polityczna). Anu Realo, Juri Allik i Michael Vadi (1997) dzielą grupy na podstawie wielkości dystansu społecznego utrzymywanego przez jednostkę; są to bliskie relacje z członkami najbliższej rodziny i z osobami znaczącymi, nieco dalsze relacje z sąsiadami, kolegami w szkole i w pracy oraz najdalsze relacje z dużymi grupami i kategoriami społecznymi.

Próbując wyjaśnić zaobserwowane różnice, przyjrzyjmy się treści skal mierzących strategię kolektywną w Rosjan (por. także Kwiatkowska i in., 2014). Oprócz

faktu, że dotyczą innych obiektów (rodzice, rodzeństwo, ciotki, wujkowie z jednej strony, a z drugiej – koledzy, przyjaciele, nauczyciele, osoby starsze), zawierają ponadto inne oczekiwania. Rodzina zdaje się wytyczać kierunek działania, pokazuje, jak rozwiązać problem, definiuje wartości, na których można się oprzeć. Natomiast ci inni mogą wesprzeć konkretną radą, udzielić konkretnej pomocy. Do skali tej weszły także dwa stwierdzenia podkreślające fakt korzystania z pomocy innych ludzi. Biorąc pod uwagę tak zinterpretowane różnice między dwiema formami strategii kolektywnych, można sądzić, że w pierwszym przypadku dobrze wyartykułowane Ja-współzależne, oparte na relacjach z bliskimi osobami, wspiera zachowania odwołujące się do wartości przekazywanych przez bliskich; dzieje się tak w sytuacjach trudnych o umiarkowanej stresowości. Natomiast w drugim przypadku, gdy stres jest wysoki, znacznie pilniejszym zadaniem jest uzyskanie konkretnego wsparcia ze strony ludzi spoza rodziny, z którymi nie ma tak silnych więzi (Ja-współzależne nie ma bezpośredniego wpływu na tę strategię). Takie rozumowanie jest spójne z założeniem, iż osoby o orientacji kolektywistycznej w trosce o samopoczucie swoich bliskich mogą unikać obarczania ich swoimi problemami i w sytuacjach wysoce stresowych.

### Strategia unikania

W wersji właściwej dla Norwegii, Polski i Białorusi (głównie poszukiwanie aktywności zastępczych) strategia unikania nie jest w żadnej mierze determinowana czynnikami kulturowymi manifestowanymi na poziomie wartości czy na poziomie jednostki w postaci określonej formy konstruktów Ja. Nie ma też związku z oceną stresowości sytuacji. Można sądzić, że za wybór tej strategii odpowiedzialne są czynniki indywidualne, stałe dyspozycje, np. cechy osobowości czy temperamentu. Andrew Elliot, Todd Thrash i Kou Murayama (2011) wymieniają szereg czynników, które mogą o tym decydować, np. wiek, neurotyzm, poczucie braku kontroli nad stresem czy brak wsparcia społecznego. Ich zdaniem, ważnym czynnikiem skłaniającym do zachowań unikowych jest specyficzna struktura celów jednostki, gdzie istotne miejsce zajmują cele unikania (*avoidance personal goals*), które reprezentują tendencje motywacyjne do trzymania się z daleka od możliwości pojawienia się zdarzeń negatywnych, a gdy te wystąpią – do ich unikania.

W próbie rosyjskiej strategię tę (poszukiwanie czynności zastępczej wraz z koncentrowaniem się na emocjach) można przewidywać na podstawie stopnia artykulacji zarówno Ja-współzależnego, jak i Ja-niezależnego-autonomicznego, przy czym strategia unikania jest tym bardziej prawdopodobna, im słabiej oceniana jest



stresowość sytuacji. Taka dwutorowość kulturowa nie potwierdza hipotezy o silniejszej inklinacji członków kultury kolektywistycznej do stosowania tej strategii ani nie wyklucza możliwości, że strategia ta należy do kultury indywidualistycznej. Otrzymaliśmy co prawda wynik wskazujący na wyższy poziom preferowania strategii unikania w próbie białoruskiej niż w próbach polskiej i norweskiej, jednak brak zdecydowanego umocowania tego sposobu radzenia sobie ze stresem w elementach kolektywistycznych stawia nas przed pytaniem, czy model kulturowy w tym przypadku jest trafny. Być może właściwsza byłaby tu konstelacja czynników kulturowych i indywidualnych (podmiotowych, intrapsychicznych).

### OGRANICZENIA BADANIA

#### I PRZYSZŁE ZAMIERZENIA BADAWCZE

Można wskazać kilka powodów, dla których wyniki badania należy traktować z pewną dozą ostrożności. Po pierwsze, można się zastanawiać, czy do eksploracji kontekstu kulturowego wzdłuż dymensji indywidualizm–kolektywizm kultury były właściwie dobrane. Ani Norwegia, ani Rosja nie reprezentują krańców dymensji, przy czym indywidualizm skandynawski to jedna z możliwych form indywidualizmu, mianowicie forma horyzontalna, w przeciwieństwie do indywidualizmu wertykalnego, występującego np. w Ameryce Północnej (Triandis, 1996). Co prawda taki dobór kultur miał wyeksponować ich heterogeniczność pod względem występowania elementów indywidualistycznych i kolektywistycznych, niemniej jednak w przyszłych badaniach należałoby rozważyć włączenie krajów reprezentujących syndromy kulturowe w sposób wyrazistszy.

Ponadto próba białoruska nie może uchodzić za próbę w pełni reprezentatywną dla kultury białoruskiej. Białoruscy badani to mieszkańcy Grodna, dużego miasta w zachodniej Białorusi, o silnych związkach historycznych i kulturowych z Polską. Prawdopodobnie wschodnie, a także małomiasteczkowe i wiejskie rejony Białorusi są silniej osadzone w kulturze kolektywistycznej, co należałoby uwzględnić w przyszłych badaniach.

Do analiz można było włączyć także kontekst polityczno-ekonomiczny<sup>6</sup>. Norwegia jawi się tu jako szczególne odstępstwo od reguły, która zdaje się łączyć trzy pozostałe kraje. W ostatnich kilkunastu latach Polska, Białoruś i Rosja borykały się – z różnym skutkiem – z transformacją ustrojową i gospodarczą, co może zmieniać sposoby funkcjonowania społeczeństwa w wymiarze kulturowym i jednostkowym. Na tym tle Norwegia wydaje się ostoją

stabilności, mimo iż – ogólnie rzecz ujmując – kultura nie jest zjawiskiem niezmiennym.

Poważnym ograniczeniem tych badań są zbyt małe liczebności próby norweskiej i rosyjskiej. Zwłaszcza modelowanie strukturalne przeprowadzone na niewielkiej próbie rosyjskiej powinno być traktowane raczej jako wstępne rozpoznanie możliwych konfiguracji zmiennych niż jako ostateczne przedstawienie realnych zależności. Weryfikacja opisanych w tym badaniu modeli powinna być przeprowadzona na większych próbach.

O niedostatkach *Międzykulturowej skali radzenia ze stresem* Kuo i współpracowników (2006) pisaliśmy w artykule poświęconym adaptacji kulturowej narzędzia (Kwiatkowska i in., 2014). Można mieć zastrzeżenia przede wszystkim do pomiaru strategii unikania; tej części skali należałoby poświęcić więcej uwagi w dalszych pracach nad tym narzędziem.

### LITERATURA CYTOWANA

- Aldwin, C. (2007). *Stress, coping, and development: An integrative perspective* (wyd. 2). New York: Guilford Press.
- Allen, G. E., Kawika, Heppner, P. P. (2011). Religiosity, coping, and psychological well-being among Latter-Day Saint Polynesians in the US. *Asian American Journal of Psychology*, 2, 13–24.
- Arbuckle, J. R. (2010). *IBM SPSS AMOS 19*. Chicago: AMOS Development Corporation.
- Bardi, A., Guerra, V. M. (2011). Cultural values predict coping using culture as an individual difference variable in multicultural samples. *Journal of Cross-Cultural Psychology*, 42, 908–927.
- Bedyńska, S., Książek, M. (2012). *Statystyczny drogowskaz 3. Praktyczny przewodnik wykorzystania modeli regresji oraz równań strukturalnych*. Warszawa: Wydawnictwo Akademickie Sedno.
- Bond, M. H. (2004). Culture and aggression: From context to coercion. *Personality and Social Psychology Review*, 8, 62–78.
- Brewer, M., Chen, Y.-R. (2007). Where (Who) are collectives in collectivism? Toward conceptual clarification of individualism and collectivism. *Psychological Review*, 114, 133–151.
- Chan, D. K.-S. (1994). COLINDEX: A refinement of three collectivism measures. W: U. Kim, H. C. Triandis, C. Kagitcibasi, S.-C. Choi, G. Yoon (red.), *Individualism and collectivism. Theory, method, and applications* (s. 200–210). Thousand Oaks: Sage.
- Chen, F. F., West, S. G. (2008). Measuring individualism and collectivism: The importance of considering differential components, reference groups, and measurement invariance. *Journal of Research in Personality*, 42, 259–294.
- Chun, C.-A., Moos, R. H., Cronkite, R. C. (2006). Culture: A fundamental context for the stress and coping paradigm. W: P. T. Wong, L. C. Wong (red.), *Handbook of multicultural per-*

<sup>6</sup> Za tę uwagę dziękujemy anonimowemu recenzentowi pierwszej wersji tego artykułu.

- spectives on stress and coping* (29–48). New York: Springer Science and Business Media Inc.
- Dunahoo, C. L., Hobfoll, S. E., Monnier, J., Hulsizer, M. R., Johnson, R. (1998). There's more than rugged individualism in coping. Part 1. Even the Lone Ranger had tonto. *Anxiety, Stress, and Coping*, 11, 137–165.
- Elliot, A. J., Thrash, T. M., Murayama, K. (2011). A longitudinal analysis of self-regulation and well-being: Avoidance personal goals, avoidance coping, stress generation, and subjective well-being. *Journal of Personality*, 79, 643–674.
- Endler, N. S., Parker, J. D. (1990). Multidimensional assessment of coping: A critical evaluation. *Journal of Personality and Social Psychology*, 58, 844–854.
- Exline, J. J. (2002). Stumbling blocks on the religious road: Fractured relationships, nagging vices, and the inner struggle to believe. *Psychological Inquiry*, 13, 182–189.
- Exline, J. J., Yali, A. M., Sanderson, W. C. (2000). Guilt, discord, and alienation: The role of religious strain in depression and suicidality. *Journal of Clinical Psychology*, 56, 1481–1496.
- Folkman, S., Moskowitz, J. T. (2004). Coping: Pitfalls and promise. *Annual Review of Psychology*, 55, 745–774.
- Harrison, M. O., Koenig, H. G., Hays, J. C., Eme-Akwari, A. G., Pargament, K. I. (2001). The epidemiology of religious coping: A review of recent literature. *International Review of Psychiatry*, 13, 86–3.
- Hashimoto, T., Mojaverian, T., Kim, H. S. (2012). Culture, interpersonal stress, and psychological distress. *Journal of Cross-Cultural Psychology*, 43, 527–532.
- Heppner, P. P. (2008). Expanding the conceptualization and measurement of applied problem solving and coping: From stages to dimensions to the almost forgotten cultural context. *American Psychologist*, 63 (8), 805–816.
- Heppner, P. P., Heppner, M. J., Lee, D. G., Wang, Y. W., Park, H. J., Wang, L. F. (2006). Development and validation of collectivistic coping styles inventory. *Journal of Counseling Psychology*, 53 (1), 107–125.
- Heszen, I., Sęk, H. (2008). Zdrowie i stres. W: J. Strelau, D. Dołęcki (red.), *Psychologia. Podręcznik akademicki* (t. 2, s. 681–734). Gdańsk: Gdańskie Wydawnictwo Psychologiczne.
- Hobfoll, S. E. (2001). The influence of culture, community, and the nested-self in the stress process: Advancing Conservation of Resources Theory. *Applied Psychology: An International Review*, 50, 337–421.
- Hofstede, G. (2000). *Kultury i organizacje. Zaprogramowanie umysłu* (przeł. M. Durska). Warszawa: Polskie Wydawnictwo Ekonomiczne.
- Hofstede, G. H. (2001). *Culture's consequences: Comparing values, behaviors, institutions and organizations across nations* (wyd. 2). Thousand Oakes, CA: Sage.
- Hofstede, G. H., Hofstede, G. J. (2005). *Cultures and organizations. Software of the mind*. New York: McGraw Hill.
- House, R. J., Hanges, P. J., Javidan, M., Dorfman, P. W., Gupta, V. (red.) (2004). *Culture, leadership, and organizations. The GLOBE Study of 62 societies*. Thousand Oakes: Sage.
- Kim, B. S., Atkinson, D. R., Yang, P. H. (1999). The Asian Values Scale: Development, factor analysis, validation, and reliability. *Journal of Counseling Psychology*, 46, 342–352.
- Kim, H. S., Sherman, D. K., Taylor, S. E. (2008). Culture and social support. *American Psychologist*, 63, 518–526.
- Klaassen, D. W., McDonald, M. J., James, S. (2006). Advance in the study of religious and spiritual coping. W: P. T. Wong, L. C. Wong (red.), *Handbook of multicultural perspectives on stress and coping* (s. 105–132). New York: Springer.
- Kuo, B. C. (2011). Culture's consequences on coping, theories, evidences, and dimensionalities. *Journal of Cross-Cultural Psychology*, 42, 1084–1100.
- Kuo, B. C., Roysircar, G., Newby-Clark, I. R. (2006). Development of the Cross-Cultural Coping Scale: Collective, avoiding and engagement coping. *Measurement and Evaluation in Counseling and Development*, 39, 161–181.
- Kuo, B. C.-H., Gingrich, L. (2004). Correlates of self-construals among Asian and Caucasian undergraduates in Canada. Cultural patterns and implications for counseling. *Guid Couns*, 20, 78–88.
- Kwiatkowska, A. (2012). Tożsamość a kultura. W: A. Szuster, D. Maison, D. Karwowska (red.), *W stronę podmiotowości. O emocjonalności, tożsamości, dobrych uczynkach i pożytkach płynących z porannego wstawania* (s. 145–180). Sopot: Smak Słowa.
- Kwiatkowska, A., Roszak, J., Sikora, R., Kuo, B.C.H., Karpinski, K., Guszczina, T., Gober, G. (2014). Kulturowa adaptacja Międzykulturowej skali radzenia ze stresem (Cross-Cultural Coping Scale – CCCS) Kuo, Roysircara i Newby-Clarka. *Psychologia Społeczna*, 2 (29), 142–162.
- Lazarus, R. S., Folkman, S. (1984). *Stress, appraisal, and coping*. New York: Springer-Verlag.
- Markus, H., Kitayama, S. (1993). Kultura i Ja: Implikacje dla procesów poznawczych, emocji i motywacji. *Nowiny Psychologiczne*, 3, 5–20.
- Marsh, H. W. (1994). Confirmatory factor analysis models of factorial invariance: A multifaceted approach. *Structural Equation Modelling*, 1, 5–34.
- Monnier, J., Hobfoll, S. E., Dunahoo, C. L., Hulsizer, M. R., Johnson, R. (1998). There's more than rugged individualism in coping. Part 2. Construct validity and further model testing. *Anxiety, Stress, and Coping*, 11, 247–272.
- Oyserman, D., Lee, S. W. (2008). A situated cognition perspective on culture: Effects of priming cultural syndromes on cognition and motivation. W: R. M. Sorrention, S. Yamaguchi (red.), *Handbook of motivation and cognition across cultures* (s. 237–266). Amsterdam: Elsevier Academic Press.
- Pargament, K. I. (1997). *The psychology of religion and coping: Theory, research, practice*. New York: Guilford Press.
- Parker, J. D., Endler, N. S. (1996). Coping and defense: A historical overview. W: M. Zeichner, N. Endler (red.), *Handbook of coping: Theory, research, application* (s. 3–23). New York: Wiley.
- Realo, A., Allik, J., Vadi, M. (1997). The hierarchical structure of collectivism. *Journal of Research in Personality*, 31, 93–116.
- Reykowski, J. (1994). Collectivism and individualism as dimensions of social change. W: U. Kim, H. C. Traindis, C. Kagitcibasi, S.-C. Choi, G. Yoon (red.), *Individualism and*

- collectivism. Theory, method, and applications* (s. 276–292). Thousand Oakes: Sage.
- Rothbaum, F., Weisz, J. R., Snyder, S. S. (1982). Changing the world and changing the self: A two-process model of perceived control. *Journal of Personality and Social Psychology*, 42, 5–37.
- Schwartz, S. H. (1994). Beyond individualism/collectivism: New dimensions of values. W: U. Kim, H. C. Triandis, C. Kagitcibasi, S. C. Choi, G. Yoon (red.), *Individualism and collectivism: Theory, method, and applications* (s. 85–119). Newbury Park, CA: Sage.
- Schwartz, S. H., Bilsky, W. (1990). Toward a theory of the universal content and structure of values: Extensions and cross-cultural replications. *Journal of Personality and Social Psychology*, 58, 878–891.
- Singelis, T. (1994). The measurement of independent and interdependent self-construals. *Personality and Social Psychology Bulletin*, 20, 580–591.
- Sinha, D., Tripathi, R. C. (1994). Individualism in a collectivist culture. W: U. Kim, H. C. Triandis, C. Kagitcibasi, S.-C. Choi, G. Yoon (red.), *Individualism and collectivism. Theory, method, and applications* (s. 123–136). Thousand Oakes: Sage.
- Triandis, H. C. (1994). *Culture and social behaviour*. New York: McGraw-Hill.
- Triandis, H. C. (1996). The psychological measurement of cultural syndromes. *American Psychologist*, 51, 407–415.
- Tucker, L. R. (1951). *A method for synthesis of factor analysis studies (Personnel Research Section Report No. 984)*. Washington, D.C.: Department of the Army.
- Tweed, R. G., White, K., Lehman, D. R. (2004). Culture, stress, and coping. internally- and externally-targeted control strategies of European Canadians, East Asian Canadians, and Japanese. *Journal of Cross-Cultural Psychology*, 35, 652–668.
- Utsey, S. O., Giesbrecht, N., Hook, J., Stanard, P. M. (2008). Cultural, sociofamilial, and psychological resources that inhibit psychological distress in African Americans exposed to stressful life events and race-related stress. *Journal of Counseling Psychology*, 55, 49–62.
- van de Vijver, F., Poortinga, Y. (1994). Methodological issues in cross-cultural studies on parental rearing behavior and psychopathology. W: C. Perris, W. A. Arrindell, M. Eisemann (red.), *Parental rearing and psychopathology* (s. 173–197). Chichester: Wiley.
- Vandenberg, R. J., Lance, C. E. (2000). A review and synthesis of the measurement invariance literature: Suggestions, practices, and recommendations for organizational research. *Organizational Research Methods*, 3, 4–70.
- Weisz, J. R., Rothbaum, F. M., Blackburn, T. C. (1984). Standing out and standing in. The psychology of control in America and Japan. *American Psychologist*, 39, 955–969.
- Wong, P. T. (1993). Effective management of life stress: The resource-congruence model. *Stress Medicine*, 9, 51–60.
- Wong, P. T., Wong, L. C. (red.) (2006). *Handbook of multicultural perspectives on stress and coping*. New York: Springer.
- Yamaguchi, S. (2001). Culture and control orientations. W: D. Matsumoto (red.), *The handbook of culture and psychology* (s. 223–244). New York: Oxford University Press.
- Yeh, C. J., Arora, A. K., Wu, K. A. (2006). A new theoretical model of collective coping. W: P. T. Wong, L. C. Wong (red.), *Handbook of multicultural perspectives on stress and coping* (s. 55–72). New York: Springer.

## Culture, stress and coping strategies. Cross-cultural study

Anna Kwiatkowska<sup>1</sup>, Joanna Roszak<sup>2</sup>, Renata Sikora<sup>3</sup>, Ben C. H. Kuo<sup>4</sup>,  
Konstantin Karpinskij<sup>5</sup>, Tatiana Gushchina<sup>6</sup>, Greta Gober<sup>7</sup>

<sup>1</sup> *Institute of Psychology PAS, Poland,* <sup>2</sup> *University of Social Sciences and Humanities, Warsaw, Poland,*

<sup>3</sup> *Chodkowska University, Warsaw, Poland,* <sup>4</sup> *University of Windsor, Windsor, Canada,*

<sup>5</sup> *Yanka Kupala State University, Grodno, Belarus,* <sup>6</sup> *State Technical University, Kostroma, Russia,*

<sup>7</sup> *Oslo University, Center for Gender Research, Norway*

### ABSTRACT

The study sought to compare cultures differing in level of individualism and collectivism with regard to preferred coping strategies. Tested were hypotheses concerning cultural determinants of coping, i.e. relations between values, self-construals, self-esteem, and religiosity (explanatory variables), and engagement, collective and avoidance strategies (explained variables). Research was carried out in Norway, Poland, Belarus, and Russia ( $N = 759$ ). The following instruments were employed: Schwartz and Bilsky's Values Scale, Singelis's Self-Construals Scale, and Cross-Cultural Coping Strategies by Kuo, Rosysicar and Newby-Clark. In order to be able to compare cultures, measurement invariance (configural, metric and scalar) was tested. Predicted relationships between variables were tested by means of SEM. Structural models (assessed in the overall sample and in country subgroups) achieved sufficient goodness of fit in Norwegian, Polish and Belarusian samples, with regard to engagement (individualistic model) and collective strategies (collectivistic model), but not with regard to avoidance coping. Russian sample data were tested separately since there was no equivalence of the Cross-Cultural Coping Strategies, and in this sample four models were revealed instead of the expected three. Problems of universality and specificity of particular coping strategies were discussed, among other issues.

Keywords: *stress, coping strategies, collectivism, individualism, SEM*

Złożono: 29.04.2013

Złożono poprawiony tekst: 10.10.2013

Zaakceptowano do druku: 16.10.2013