

Streszczenie popularnonaukowe

Cel naukowy projektu

W ramach projektu przyjmujemy spojrzenie na życie w pojedynkę jako na tzw. niejasną, niejednoznaczną stratę (ang. *ambiguous loss*), tzn. sytuację, w której osoba żyjąca w pojedynkę doświadcza psychologicznej obecności, ale fizycznej nieobecności partnera/partnerki/męża/żony. Sytuacja niejasnej straty wiąże się z brakiem jednoznacznych i pewnych informacji odnośnie do tego, czy osobie uda się (lub nie) spotkać partnera/partnerkę/męża/żonę i czy to spotkanie nastąpi w krótkiej lub dłuższej perspektywie czasu. Niejasna strata stanowi zatem niedostrzegalną, ukrytą dla innych stratę, gdyż dotyczy straty partnera/partnerki/męża/żony, który/która jest osobą nie istniejącą, a jedynie antycypowaną przez osobę żyjącą w pojedynkę.

Biorąc pod uwagę, iż taka niejasna strata, której mogą doświadczać osoby żyjące w pojedynkę, może wiązać się z negatywnymi konsekwencjami w obszarze zdrowia psychicznego, głównymi celami naszego projektu jest: 1) określenie, w jakich warunkach życie w pojedynkę jako niejasna strata może prowadzić do tzw. granicy niejednoznaczności (ang. *boundary ambiguity*), która odnosi się do postrzegania niejasnej straty w życiu i pojawia się, gdy myśli, uczucia lub działania osoby zostają dotknięte brakiem jasności co do obecności lub nieobecności członka rodziny; 2) określenie, jakie są bezpośrednie i pośrednie związki między niejasną stratą a zdrowiem psychicznym; 3) określenie, jakie i w jaki sposób strategie radzenia sobie z niejasną stratą i granicą niejednoznaczności pozwalają ograniczyć jej negatywne skutki w zakresie zdrowia psychicznego. Innymi słowy, interesuje nas poznanie tego, kiedy życie w pojedynkę jako niejasna strata może prowadzić do granicy niejednoznaczności, w jaki sposób życie w pojedynkę jako niejasna strata prowadzi w sposób bezpośredni i pośredni (poprzez niejednoznaczność i lęk przed życiem w pojedynkę) do negatywnych skutków w obszarze zdrowia psychicznego, a także jak negatywne skutki niejasnej straty oraz niejednoznaczności mogą być łagodzone poprzez stosowanie przez osoby żyjące w pojedynkę różnych strategii radzenia sobie z ową stratą i niejednoznacznością.

Opis badań

Badania w ramach projektu będą stanowiły badania mieszane, tzn. w ramach projektu przeprowadzimy badania jakościowe oraz badania ilościowe. W pierwszym etapie badań przeprowadzimy badania jakościowe z zastosowaniem wywiadów narracyjnych. W wywiadach pragniemy poznać historie osób dorosłych, które co najmniej od trzech lat żyją w pojedynkę, w odniesieniu do niejasnej straty i niejednoznaczności, a także procesu radzenia sobie z nimi. W drugim etapie badań przeprowadzimy wstępne badania walidacyjne, które pozwolą nam na opracowanie oraz sprawdzenie trafności w grupie osób żyjących w pojedynkę trzech nowych narzędzi do pomiaru trzech naszych zmiennych, tj. niejasnej straty, granicy niejednoznaczności, a także strategii radzenia sobie z niejasną stratą i niejednoznacznością. W trzecim, ostatnim etapie badań przeprowadzimy zasadnicze badania ilościowe z trzema pomiarami w rocznych odstępach, które umożliwią nam zweryfikowanie naszych hipotez badawczych.

Powody podjęcia tematyki badawczej

Do podjęcia tematyki życia w pojedynkę w dorosłości, trwającego wiele lat, jako niejasnej straty skłaniają nas: 1) rosnąca liczba osób żyjących w pojedynkę w Polsce oraz w innych krajach Europy, jak i poza Europą w powiązaniu z dobrze udokumentowanym w literaturze znaczeniem bliskich i intymnych związków dla zdrowia psychicznego i fizycznego człowieka; 2) pragnienie wypełnienia luki w dziedzinie badań psychologicznych dotyczących życia w pojedynkę, gdyż obecnie nadal brakuje nam kompleksowego modelu lub teorii, które pozwoliłyby na całościowy opis, wyjaśnienie życia w pojedynkę oraz predykcję jego konsekwencji w obszarze zdrowia psychicznego w perspektywie długoterminowej, obejmującej zarówno aspekty jakościowe, jak i ilościowe; 3) potrzeba skupienia badań wyłącznie na osobach żyjących w pojedynkę i spełnienie postulatu innych badaczy, wskazujących na konieczność podejmowania badań, w których przedmiotem zainteresowania nie byłyby, jak dotychczas, jedynie porównania osób nie posiadających partnera/partnerki z osobami posiadającymi partnera/partnerkę, gdyż takie porównania prowadzą bowiem do przedstawiania osób żyjących w pojedynkę w negatywnym świetle.

Najważniejsze spodziewane efekty

Nasz projekt stanowi pierwszy projekt, który wprowadza perspektywę psychologii pozytywnej do badań nad życiem w pojedynkę. Innymi słowy, stanowi on pierwszą propozycję skierowania zainteresowania badaczy, skupiających się dotychczas na negatywnych konsekwencjach życia w pojedynkę, ku pytaniu o to, jak osoby żyjące w pojedynkę niwelują negatywne konsekwencje życia w pojedynkę jako niejasnej straty poprzez różne strategie radzenia sobie. Oczekujemy, iż nasz projekt dostarczy szerokiego zakresu danych i wyników jakościowych oraz ilościowych o charakterze podłużnym. Wyniki te pozwolą przede wszystkim określić nie analizowaną w badaniach wcześniej buferującą rolę strategii radzenia sobie z niejasną stratą oraz niejednoznacznością obecnych w życiu osób nie posiadających partnera/partnerki/męża/żony dla zdrowia psychicznego, mierzonego w terminach pozytywnych wskaźników (dobrostan) oraz negatywnych wskaźników (lęk, depresja, stres, używanie substancji psychoaktywnych). Badania jakościowe oraz podłużne badania ilościowe umożliwią nam z kolei na połączenie subiektywnej i obiektywnej perspektywy ujmowania życia w pojedynkę oraz ukazanie procesu radzenia sobie z niejasną stratą oraz niejednoznacznością poprzez stosowanie różnych strategii radzenia sobie z nimi przez osoby nie posiadające partnera/partnerki.