

MAGDALENA GAJDEROWICZ

ORCID: 0009-0009-1584-2714

mmajderowicz@gmail.com

Stres rodzicielski a postawy rodzicielskie matek dzieci w wieku 0–10 lat

Parental Stress and Attitudes of Children's Mothers Aged 0 to 10 Years

PROPOZYCJA CYTOWANIA: Gajderowicz, M. (2024). Stres rodzicielski a postawy rodzicielskie matek dzieci w wieku 0–10 lat. *Annales Universitatis Mariae Curie-Skłodowska. Sectio J, Paedagogia-Psychologia*, 37(2), 23–41. DOI: 10.17951/j.2024.37.2.23-41.

ABSTRAKT

Główny problem badawczy, jaki postawiono w niniejszej pracy, brzmi: Czy stres rodzicielski wiąże się z postawami rodzicielskimi u matek dzieci wieku 0–10 lat? Z tak nakreślonego przedmiotu badań wyłoniony został cel badań, którym była analiza, w jakim stopniu stres rodzicielski koreluje z postawami rodzicielskimi matek. Badaniami objęto 60 kobiet w wieku 20–40 lat, które są matkami dzieci w wieku 0–10 lat. Do przeprowadzenia badań użyto takich narzędzi jak Skala Postaw Rodzicielskich (SPR) i Inwentarz Stresu Rodzicielskiego (PSI-4). Postawiono następującą hipotezę: Istnieje związek pomiędzy poziomem odczuwanego stresu rodzicielskiego a postawami rodzicielskimi matek. W wyniku przeprowadzonych badań hipoteza została potwierdzona. Analiza wykazała, że wszystkie wyznaczniki postaw rodzicielskich, tj. akceptacja, wymaganie, autonomia, niekonsekwencja i ochranianie, korelowały ze stresem rodzicielskim. Badane matki, przejawiające większy poziom stresu, równocześnie miały tendencję do postaw niewłaściwych wobec swoich dzieci. Cechowały się one większą skłonnością do postawy odrzucającej wobec dzieci, częściej przejawiały tendencję do wygórowanych oczekiwań i wymagań wobec nich lub do nadmiernej ochrony. Kobiety miały także większą trudność w poszanowaniu autonomii swoich dzieci oraz wykazywały się skłonnością do niekonsekwencji.

Słowa kluczowe: stres rodzicielski; postawy rodzicielskie; matki; poziom stresu; postawy niewłaściwe; dzieci

WPROWADZENIE

Zjawisko stresu jest szeroko opisane w literaturze naukowej. Pełni on określone funkcje, a jego doświadczanie niesie za sobą różne skutki, w zależności od częstości, okoliczności i intensywności jego występowania.

Czym zatem jest stres? Zgodnie z definicją słownikową to „stan wzmożonego napięcia nerwowego, będący reakcją na działanie negatywnych bodźców fizycznych lub psychicznych” (Drabik i in., 2016, s. 966). Równie zwięzła jest definicja Jankowiak i Krupińskiego (2012, s. 256–257), którzy definiują stres jako „swoistą reakcję psychofizyczną będącą wynikiem doświadczania sytuacji i zdarzeń, postrzeganych jako trudne lub niemożliwe do rozwiązania”. Reber i Reber (2008) natomiast dokonali podziału definicji stresu na tę, która odnosi się do przyczyny i do skutku. W doniesieniu do przyczyny mowa jest o swego rodzaju sile, która poprzez swoje oddziaływanie na organizm wywołuje „istotną modyfikację jego postaci”. Owa siła może mieć charakter zarówno fizyczny, psychiczny, jak i społeczny. Natomiast stres rozumiany jako skutek to efekt występowania wyżej wymienionych nacisków, nazywanych inaczej stresorami.

Jedną z najbardziej znanych koncepcji wyjaśniających zjawisko stresu jest poznawczo-transakcyjna koncepcja Lazarusa i Folkman. Aby ją przybliżyć, w pierwszej kolejności należy nakreślić kilka podstawowych pojęć odnoszących się do tej teorii. Główną tezę, stanowiącą podstawę myślenia tych badaczy, jest twierdzenie, że aktywność jednostki dokonuje się w określonym i konkretnym otoczeniu, które stanowi jej kontekst sytuacyjny. Pomiędzy człowiekiem a otoczeniem występują wzajemne oddziaływania, określane terminem „transakcja”. Proces transakcji jest dynamiczny, co oznacza, że zarówno człowiek, jak i otoczenie ulegają ciągłym zmianom.

Kolejną ważną składową koncepcji Lazarusa i Folkman jest teza o tym, że transakcje otoczenia i człowieka podlegają ocenie poznawczej, dotyczącej przede wszystkim tych elementów otoczenia, które będą istotne dla jego dobrostanu. Stresem będziemy zatem nazywać „określoną relację między osobą a otoczeniem, która jest oceniana przez osobę jako obciążająca lub przekraczająca jej zasoby oraz zagrażająca jej dobrostanowi” (za: Heszen, 2014, s. 28).

Ważne jest podkreślenie, że uznanie, czy dana sytuacja zostanie zakwalifikowana jako stresowa czy też nie, zależy od oceny poznawczej, która jest dokonywana w sposób subiektywny przez daną jednostkę. Świadczy to o podmiotowym i indywidualnym charakterze stresu, gdyż o tym, czy dana sytuacja będzie odebrana jako stresogenna, zadecyduje percepcja jednostki. Można wskazać na ocenę pierwotną i wtórną. Pierwsza z nich dotyczy sytuacji, kiedy dana osoba dokonała oceny wymagań postawionych przez otoczenie względem siebie. Ocena wtórna natomiast odnosi się do oszacowania własnych szans i możliwości poradzenia sobie z sytuacją stresową. W ocenie pierwotnej można dokonać analizy ze skutkiem

trojakim. Dana sytuacja może być zakwalifikowana jako niemająca znaczenia, sprzyjająco-pozytywna lub stresująca. W przypadku oceny wtórnej można daną transakcję uznać jako krzywdę, stratę, zagrożenie lub wyzwanie. Należy podkreślić, że oceny pierwotne i wtórne są ze sobą ściśle związane i charakteryzuje je pewna dynamika. Po zakwalifikowaniu danej sytuacji jako stresującej podmiot uruchamia procesy mające wspomóc radzenie sobie ze stresem. W zależności od sytuacji będą one skoncentrowane na problemie lub na emocjach (Kaczmarek, Curyło-Sikora, 2016).

Szczególnie istotna z punktu widzenia prowadzonych tu rozważań, związanych z odczuwaniem stresu przez matki, jest koncepcja poczucia koherencji Antonovsky'ego. Według tego autora stresory „to wymagania, na które nie ma automatycznej odpowiedzi”. Jednostka obraca się w przestrzeni, która nieustannie się zmienia. Ze zmianą związana jest konieczność stykania się z bodźcami, na które nie ma automatycznej, gotowej odpowiedzi, a jednostka musi na nie zareagować. Radzenie sobie ze stresem polega na wykorzystaniu wszelkich dostępnych możliwości sprostania zarówno wewnętrznym, jak i zewnętrznym wymaganiom (Kaczmarek, Curyło-Sikora, 2016).

Nietrudno zauważyć, że rodzicielstwo – szczególnie w przypadku pierwszego dziecka, choć nie tylko – jest przestrzenią, w której trudno uzyskać gotowe rozwiązania. To raczej szereg decyzji, które są szybszą lub wolniejszą odpowiedzią na daną sytuację, związaną z dynamiką procesu wychowania i opieki. Antonovsky (2005, s. 32) poczucie koherencji definiuje następująco: „Jest to globalna orientacja człowieka, wyrażająca stopień, w jakim człowiek ten ma dominujące, trwałe, choć dynamiczne poczucie pewności, że (1) bodźce napływające w ciągu życia ze środowiska wewnętrznego i zewnętrznego mają charakter ustrukturalizowany, przewidywalny, wytłumaczalny; (2) dostępne są zasoby, które pozwolą mu sprostać wymaganiom stawianym przez te bodźce; (3) wymagania te są dla niego wyzwaniem wartym wysiłku i zaangażowania”.

Podnosząc refleksję nad różnymi koncepcjami stresu, warto przytoczyć jeszcze jedną, autorstwa Hobfolla, czyli tzw. teorię zachowania zasobów. Jej podstawą jest twierdzenie, że jednostka dąży do uzyskania, utrzymania i ochrony tych elementów, które są dla niej cenne. Są to tzw. zasoby, czyli warunki, cechy osobowości, przedmioty oraz pokłady energii, które są cenne z perspektywy przetrwania. Zasoby w ujęciu Hobfolla stanowią punkt wyjścia do podjęcia aktywności. W obliczu sytuacji stresowej mówimy zatem bardziej o procesach zachowania zasobów niż o radzeniu sobie. Z tak postawionej tezy wynika definicja stresu mówiąca o tym, że jest to „reakcja wobec otoczenia, w którym istnieje zagrożenie stratą zasobów netto, nastąpiła strata zasobów netto i nie został osiągnięty zysk w zasobach w następstwie ich zainwestowania” (Hobfoll, 1989, za: Heszen, 2014, s. 42).

Stres rodzicielski jest przedmiotem wielu badań, ale najczęściej grupą badaną są rodzice dzieci z różnego rodzaju niepełnosprawnościami. W istocie jest to

grupa, która z racji trudnej sytuacji, w której się znalazła, doświadcza szczególnego stresu, niemniej błędem byłoby twierdzenie, że rodzice dzieci zdrowych nie doświadczają stresu w związku z pełnioną rolą.

Trudno jest podać odrębną definicję mówiącą o tym, czym jest stres rodzicielski. Pojęcie to wskazuje raczej na obszar, w którym pojawiają się stresory, czyli na rodzicielstwo oraz związek z pełnioną rolą matki lub ojca. Mogą to być m.in. takie zdarzenia jak ciąża, pojawienie się nowego członka rodziny, wyprowadzenie się dziecka z domu. W sposób pośredni, jeśli dotyczą dziecka, mogą się z nim wiązać także takie wydarzenia jak: śmierć bliskiego członka rodziny, zmiana stanu zdrowia lub zachowania członka rodziny, zmiana statusu finansowego, zmiana częstotliwości kłótni z małżonkiem, problemy seksualne, zmiana godzin lub warunków pracy, zmiana szkoły, zmiana sposobu spędzania czasu wolnego, zmiana aktywności społecznych, zmiana osobistych przyzwyczajęń, zmiana zwyczajów związanych z jedzeniem, zmiana zwyczajów związanych ze snem, zmiana liczby spotkań rodzinnych.

Temat stresu rodzicielskiego jest wart uwagi, gdyż jest on głównym czynnikiem wypalenia rodzicielskiego (Piotrowski i in., 2022). Pojawia się w sytuacji, w której obciążenia, których źródło leży w pełnieniu roli rodzica, przewyższają zasoby, jakimi ów rodzic dysponuje. Wyróżniono cztery grupy czynników ryzyka bądź wsparcia w zjawisku wypalenia rodzicielskiego. Są to: czynniki społeczno-geograficzne (np. status społeczny i ekonomiczny rodziny, wiek rodzica, wiek dziecka), cechy osobowości zarówno dziecka, jak i rodzica, czynniki społeczne (np. jakość relacji rodziców, wsparcie), czynniki kulturowe (np. wartości).

Wymienione wyżej przyczyny czy też źródła stresu wynikają z roli rodzica. Osoba, która staje się rodzicem, szczególnie po raz pierwszy, doświadcza nowej rzeczywistości, niosącej za sobą dużo niewiadomych. Odnalezienie się w tej przestrzeni może być – i często jest – związane z doświadczaniem stresu.

Jak już podkreślono, źródła stresu rodzicielskiego mogą być związane z osobą rodzica (dotyczyć np. jego postaw, przekonań, cech osobowości itp.) oraz dziecka. Szymańska i Aranowska (2019) zauważają, że rodzice, którzy doświadczali większego stresu i rozbieżności (rozumianej jako dystans celów rodzicielskich, czyli cech, które rodzic chce kształtować w swoim dziecku w trakcie procesu wychowawczego oraz stopnia, w jakim dziecko owe cechy rozwinęło), mieli dzieci z niższym dobrym nastrojem, mniejszą wytrwałością, wyższym złym nastrojem i większą elastycznością.

Odwołując się do analizy błędów wychowawczych Guryckiej (1990), Szymańska i Aranowska (2021) wskazują na fakt, że doświadczanie stresu w życiu rodzica może skutkować wyjątkowo niekorzystną reakcją, mianowicie wycofywaniem się rodzica z relacji z dzieckiem. Analiza tego zjawiska doprowadziła badaczy do wniosku, że możemy mieć do czynienia z sytuacją, w której rodzic wycofuje się z bliskości z dzieckiem, aby uniknąć stresu. Jest to zachowanie zapobiegawcze – rodzic staje się wtedy obojętny na dziecko. Warto również podkreślić,

że brak zainteresowania dzieckiem może skutkować też innymi postawami rodziców, np. rygoryzmem czy agresją (Gurycka, 1990). Inną skrajną postawą jest nadopiekuńczość, która może być zakorzeniona w stresie i w potrzebie kontroli. Można zatem wysnuć wniosek, że stres i postawy rodzicielskie mogą ze sobą korelować, co jest przedmiotem niniejszych badań.

Greszta, Ryś i Trębicka (2020) zauważają, że początki typologii postaw rodzicielskich sięgają 1926 r., kiedy to Kenworthy wprowadziła pojęcia nadmiernej opieki i odrzucenia, uznając, że są to przeciwstawne typy postaw rodzicielskich.

Jedną z ważniejszych typologii postaw rodzicielskich jest oparty na badaniach klinicznych model autorstwa Roe. Zawiera on 11 pojęć opisujących stosunek rodziców do dzieci oraz kierunki ich wzajemnych powiązań. Podstawowe wymiary tego modelu to ciepło i chłód. Powiązane są z nimi trzy postawy naczelne: akceptacja, unikanie i emocjonalna koncentracja. Z postaw naczelnych wyszczególniono następujące postawy częściowe: dawanie dziecku swobody, wyrażanie miłości, poświęcanie uwagi, wymaganie, odrzucanie i zaniedbywanie. Ten bogaty model zawiera wymiary, które obecne są w wielu klasyfikacjach postaw rodzicielskich, mianowicie „miłość-odrzucenie”, „swoboda-odrzucenie” (za: Greszta i in., 2020).

Na gruncie rodzimym najbardziej znane typologie postaw rodzicielskich są autorstwa Ziemskiej i Plopy.

Ziemska (1973) wyróżniła postawy częściowe i złożone. Każdą z postaw złożonych określa szereg postaw częściowych. Autorka podzieliła postawy na właściwe i niewłaściwe. Do postaw właściwych zaliczone zostały:

- 1) **akceptacja dziecka** – przyjęcie dziecka takim, jakie ono jest, zarówno w sferze fizycznej, jak i osobowościowej, z jego mocnymi stronami i ograniczeniami. Rodzice, którzy akceptują swoje dziecko, lubią je i okazują mu sympatię. Wspólne chwile są dla rodzica przyjemne. Chwalą swoje dziecko. Kiedy dziecko jest upominane, akceptujący rodzic daje mu odczuć, że naganą objęty jest niewłaściwy aspekt zachowania, a nie dziecko jako osoba. Rodzice zgadzają się na niezależność uczuciową dziecka, dają mu poczucie bezpieczeństwa;
- 2) **współdziałanie z dzieckiem** – polega na zaangażowaniu rodziców i okazywaniu przez nich zainteresowania zabawą i pracą dziecka oraz na zapraszaniu dziecka do aktywnego uczestnictwa w życiu rodzinnym i domowym, adekwatnie do etapu rozwojowego. Owo współdziałanie cechuje aktywne zaangażowanie we wzajemnych kontaktach. W miarę rozwoju dziecka rodzice udzielają mu wskazówek, aby następnie zachęcać je do samodzielnego zdobywania wiedzy;
- 3) **dawanie dziecku swobody** – wraz z rozwojem dziecka rodzic pozwala mu coraz bardziej się oddalać, jednocześnie budując świadomą więź emocjonalną. Swoboda ta jest adekwatna do wieku i opiera się na zaufaniu. Zgoda na swobodę nie

wyklucza prowadzenia dziecka w sytuacjach, kiedy jest to pożądane, ani troski o jego zdrowie fizyczne i emocjonalne. Niemniej troska ta nie jest obiektywna i wystarczająca do ochrony dziecka, bez charakteru neurotycznego;

- 4) uznanie praw dziecka – spojrzenie na dziecko jak na równoprawnego członka rodziny. Rodzice wykazują się otwartością na aktywność dziecka. Nie są zbyt formalni, wścibscy czy dyktatorscy. Pozwalają na doświadczenie przez dziecko odpowiedzialności za własne działanie, ukazując szacunek do jego indywidualności. Tłumaczą i wyjaśniają dziecku prawidłowości; rozwijają intelektualne zrozumienie zamiast autorytarnie narzucać swoje zdanie. Dziecko ma świadomość, jakie są wobec niego oczekiwania i ma możliwość ich realizacji.

Najogólniej rzecz ujmując, rodzice, którzy przejawiają właściwe postawy względem dziecka, otaczają je troską i opieką, widzą jego potrzeby i odpowiadają na nie, charakteryzują się cierpliwością, są gotowi do rozmowy i wyjaśniania. Nawiazuje z dzieckiem kontakt, który jest oparty na szacunku, uczuciach, sympatii i wzajemnym zrozumieniu. Potrafią obiektywnie ocenić dziecko oraz reprezentują odpowiedni umiarkowany dystans, wraz z akceptacją jego osoby.

Do niewłaściwych Ziemska (1973) zaliczyła takie postawy jak:

- 1) **unikanie** – rodzica charakteryzuje ubogość lub wręcz obojętność emocjonalna. Wspólne spędzanie czasu nie sprawia rodzicowi przyjemności albo bywa przeżywane jako trudne. Relacja z dzieckiem może przybrać charakter luźnej albo pozornie dobrej, ale np. maskowanej prezentami;
- 2) **odtrącająca** – rodzice traktują dziecko jako ciężar, nie darzą go sympatią. Najczęściej przejawiające się wobec dziecka uczucia to rozczarowanie, zawód, uraza. Podjęcie opieki nad dzieckiem wydaje się zadaniem przekraczającym ich możliwości. Rodzice demonstrują dezaprobatę, krytykują dziecko, nierzadko bywają autorytarni. Głównym narzędziem wychowawczym są surowe kary, żądania i zakazy. Rodzice nie tolerują ograniczeń i „niedoskonałości” dziecka;
- 3) **nadmiernie wymagająca** – rodzice mają swój wykreowany obraz dziecka, do którego próbują go „nagiąć”, bez uwzględniania jego indywidualnych cech i predyspozycji. Obraz ten jest bardzo często idealistyczny, niemożliwy do spełnienia. W efekcie postawione przez rodzica wymagania są zbyt wygórowane, a prawo dziecka do samodzielności i indywidualności jest ograniczane. Ponadto zauważalne są tendencje do prób przyspieszenia rozwoju, oczekiwanie osiągnięć. Wypowiedzi rodziców są często oceniające;
- 4) **nadmiernie chroniąca** – dziecko uważane jest za ideał, a podejście rodziców wobec niego jest bezkrytyczne. Ponadto traktują dziecko nieadekwatnie do jego wieku – jakby było młodsze, nie doceniają jego możliwości. Wszelkie działania związane z ryzykiem są przez rodziców blokowane w obawie, że dziecku może się coś stać lub w przekonaniu, że sobie nie poradzi. Izolowanie dziecka od rówieśników, nadmierny lęk o jego zdrowie. Rodzice reprezentujący tego typu postawę mogą też z łatwością ulegać zachciankom dziecka.

Plopa (2005) w Skali Postaw Rodzicielskich (SPR) wyróżnił następujące postawy, będące zarazem skalami w tym narzędziu:

- 1) **postawa Akceptacji-Odrzucenia** – są to dwa skrajne bieguny. Z jednej strony rodzic akceptuje dziecko dokładnie takim, jakie ono jest i dlatego, że jest, a z drugiej strony je odrzuca. W relacji rodzic–dziecko panuje klimat sprzyjający wymianie uczuć, w efekcie czego dziecko przejawia ufność do świata i ludzi. Ponadto jest zachęcane do okazywania swoich potrzeb, ma poczucie bezpieczeństwa i miłości. Rodzic jest troskliwy, czuły, wspólne przebywanie razem jest dla rodzica źródłem przyjemności, radości i satysfakcji. Na drugim biegunie znajduje się odrzucenie, które przejawia się tym, że w kontakcie z dzieckiem rodzic głównie doświadcza trudnych emocji. Relacje charakteryzuje dystans i chłód emocjonalny oraz brak uważności na jego potrzeby;
- 2) **postawa nadmiernie wymagająca** – rodzic nosi w sobie sztywny model wychowania; uważa się za autorytet w każdej dziedzinie, która dotyczy dziecka. Nie podejmuje prób zrozumienia dziecka, którego potrzeby (szczególnie autonomii) nie są uwzględniane. Rodzic jest usztywniony w egzekwowaniu nakazów i zakazów obowiązujących dziecko. Akceptacja dziecka obejmuje te obszary, które pokrywają się z jego oczekiwaniami;
- 3) **postawa autonomii** – rodzic uwzględnia rozwój dziecka, a co za tym idzie jego coraz większą potrzebę autonomii; wobec dziecka zachowuje się elastycznie. Uwzględnia też potrzebę intymności i prywatności u dziecka; ukazuje możliwe alternatywne wybory przy jednoczesnej zachęcie do samodzielnych decyzji. Samodzielność dziecka jest nagradzana. Jeśli jest taka potrzeba, matka lub ojciec wyrażają gotowość do udzielenia wsparcia i porady. W sytuacjach konfliktowych patrzą szerzej, biorąc pod uwagę perspektywę dziecka i szanując jego zdanie;
- 4) **postawa niekonsekwentna** – przejawia się w zmienności stosunku rodzica do dziecka. Jest on uzależniony od nastroju rodzica, jego samopoczucia lub innych spraw, niekoniecznie związanych z dzieckiem. Doświadczenia intrapsychiczne są łatwo przenoszone na relację z dzieckiem. W efekcie np. postawa akceptująca przeplata się z nadmiarową ingerencją czy nerwowością;
- 5) **postawa nadmiernie chroniąca** – rodzic jest nadopiekuńczy, traktuje dziecko jako nieporadne, wymagające ciągłej opieki. Nie dopuszcza do siebie myśli, że dziecko może mieć potrzebę autonomii czy swobody, które wraz z jego wzrostem są coraz większe. Jest przekonany, że dziecko nie poradzi sobie bez niego, także w dorosłości.

Postawy rodzicielskie są niezwykle istotnym czynnikiem, wpływającym z jednej strony na dynamikę procesu wychowania, a co za tym idzie na rozwój dziecka, z drugiej zaś na obraz własnego Ja w przeżywaniu siebie jako rodzica.

PROBLEM BADAWCZY I HIPOTEZY BADAWCZE

W oparciu o przyjęte podstawy teoretyczne określono przedmiot badań, czyli stres rodzicielski a postawy rodzicielskie wśród matek dzieci w wieku 0–10 lat. Z nakreślonego przedmiotu badań wyłoniony został cel badań, którym była analiza, w jakim stopniu stres rodzicielski koreluje z postawami rodzicielskimi. Z tak postawionego celu i przedmiotu badań wyłoniono główny problem badawczy, który brzmi następująco: Czy stres rodzicielski wiąże się z postawami rodzicielskimi?

Na podstawie przeprowadzonej analizy literatury przedmiotu sformułowano następującą hipotezę badawczą: Istnieje związek pomiędzy poziomem odczuwanego stresu rodzicielskiego a postawami rodzicielskimi.

Jak podkreśla Kowalewska (2012), długotrwały stres może negatywnie wpływać na zdrowie psychiczne, skutkiem czego osoba go doświadczająca może być bardziej narażona na depresję, silne i długotrwałe poczucie lęku oraz zagrożenia, a także może mieć trudności w kontroli nad emocjami, w efekcie czego może je wyrażać w sposób agresywny, np. poprzez krzyk, przemoc, obojętność czy wycofanie. Innym skutkiem przewlekłego stresu mogą być zaburzenia procesów poznawczych, w tym pamięci, oraz pogorszenie zdolności do podejmowania decyzji. Heitzman (2002) w pracy *Stres w etiologii przestępstw agresywnych* przedstawia liczne wnioski z badań swoich i innych badaczy, mówiące o tym, że doświadczanie sytuacji stresowej, szczególnie związanej z krzywdą i brakiem możliwości odreagowania natychmiast, może prowadzić do utrzymującego się stanu agresywnego pobudzenia. Agresja i przemoc to zjawiska zbliżone do siebie i dość powszechnie rozumiane jako synonimy, lecz nie są one tożsame. Podstawowa różnica pomiędzy agresją a przemocą jest taka, że w przypadku pierwszego zjawiska mamy do czynienia z równowagą sił, a w przypadku drugiego już nie. Oznacza to, że jeśli agresor zaatakuję drugą osobę, a ta ma szansę się obronić, można mówić o zachowaniach agresywnych. W przypadku przemocy mamy do czynienia z dysproporcją sił, co oznacza, że ofiara agresora jest wyraźnie od niego słabsza (Ćwikła, 2018). Z uwagi na oczywistą dysproporcję sił, kiedy mówimy o zachowaniach agresywnych w relacji rodzic–dziecko, to mówimy o przemocy. Istotne jest podkreślenie, że przemoc może mieć różne formy. Najczęściej wyróżnia się przemoc fizyczną i psychiczną. O ile przemoc fizyczna jest łatwa do zdefiniowania, gdyż dotyczy naruszenia cielesności dziecka, w wyniku czego jest ono narażone na doznanie krzywdy, o tyle przemoc psychiczna jest trudniejsza do precyzyjnego określenia. Dotyczy ona zazwyczaj tych sytuacji, w których dziecko pozostaje w kontakcie z osobą mającą wobec niego władzę i ponosi odpowiedzialność za różne działania lub z osobą, do której ma zaufanie i doznaje od niej krzywdy w sferze emocjonalnej. Przykładem tego typu zachowań jest ośmieszanie, zastraszanie, upokarzanie,

dyskryminowanie czy odrzucanie (Włodarczyk, 2017). Zachowania, które można określić jako przemocowe w relacji rodzic–dziecko, zawierają się w stylu autorytarnym i niedbałym. Pierwszy z nich charakteryzuje się zaniedbywaniem potrzeb dziecka oraz oczekiwaniem, że we wszystkim ma się podporządkować; co więcej, jego emocje i potrzeby, szczególnie te związane z autonomią, nie są zaspokajane. Rodzice są wtedy nadmiernie wymagający i rygorystyczni. Opiekunowie reprezentujący styl niedbały natomiast nie wykazują troski o dziecko, nie są zainteresowani jego sprawami, a w postawie wobec dziecka dominuje obojętność (Brzezińska, Appelt, Ziółkowska, 2016). W świetle przedstawionych badań i analiz można postawić hipotezę, że rodzice odczuwający wysoki poziom stresu mogą przejawiać więcej zachowań o charakterze przemocy fizycznej i emocjonalnej, co przekłada się na postawy rodzicielskie.

METODOLOGIA BADAŃ WŁASNYCH

Badania zostały przeprowadzone w okresie od lipca do października 2022 r. i miały charakter indywidualny. Uczestniczyło w nich 60 kobiet, które są matkami dzieci w wieku 0–10 lat. Kobiety były w wieku 20–40 lat. Większość badanych osób (55%) stanowiły kobiety w wieku 35–40 lat (33 osoby). Druga pod względem liczebności (43%) była grupa kobiet w wieku 26–35 lat (26 osób). Jedna osoba była w przedziale wieku 20–26 lat. Najmniej badanych, bo tylko 3%, pochodziło z miast 50–100 tys. mieszkańców (2 osoby), 5% z miast do 50 tys. osób (3 osoby), 7% z miast powyżej 500 tys. (4 osoby), 15% ze wsi (9 osób). Najwięcej natomiast (70%) pochodziło z miast 150–500 tys. mieszkańców (42 osoby). Zdecydowana większość, bo aż 85%, badanych kobiet była aktywna zawodowo (51 osób), 8% było w trakcie urlopu macierzyńskiego (5 osób), niektóre były w trakcie poszukiwania pracy (3 osoby), co stanowi 5%, a jedna osoba była niepracująca i poszukiwała pracy.

W celu realizacji badań wykorzystano trzy narzędzia: dwa standaryzowane kwestionariusze oraz autorską ankietę. Wybór narzędzi był podyktowany przekonaniem, że są one adekwatne do postawionych problemów i hipotez badawczych.

Inwentarz Stresu Rodzicielskiego (PSI-4) to narzędzie autorstwa Abidina. Jest to klasyczna wersja testu typu papier-ołówek. Służy on do pomiaru natężenia stresu rodzicielskiego na podstawie samopisu ojca lub matki. Pozycje testowe dotyczą takich obszarów jak ocena cech dziecka, osobiste cechy rodzica oraz interakcje rodzic–dziecko. Autorkami polskiej adaptacji testu są Niedziela i Wrocławska-Warchala. Narzędzie – w wersji zarówno oryginalnej, jak i rodzimej – ma dwie wersje: dłuższą i krótszą. Na potrzeby niniejszych badań zastosowana została skrócona wersja narzędzia – PSI-4-SF. Zawiera ona 36 pozycji pochodzących z pełnej wersji narzędzia. Pozycje te tworzą trzy skale: *Stres osobisty*, *Dysfunkcyjna relacja między rodzicem i dzieckiem* oraz *Trudne*

dziecko. Łącznie skale te tworzą *Ogólny wskaźnik stresu rodzicielskiego*. Ponadto w wersji skróconej (podobnie jak w wersji pełnej) znajduje się skala *Obronny styl odpowiadania*, która wskazuje na prawdopodobieństwo postawy obronnej w trakcie wypełniania testu. Wysokie wyniki w tej skali sugerują ostrożność w interpretacji wyników. Polska wersja Inwentarza Rodzicielskiego służy do badania rodziców dzieci w wieku 0–10 lat (Abidin, 2021; Niedziela, Wrocławska-Warchała, 2021).

Skala Postaw Rodzicielskich to kwestionariusz autorstwa Plopy. Jest to test typu papier-ołówek; przeznaczony jest do badań zarówno indywidualnych, jak i grupowych. Czas wypełniania jest nieograniczony. Kwestionariusz testowy posiada dwie wersje, odrębną dla matek i ojców. W każdej z nich znajduje się 50 pytań, które przypisane są do pięciu skal. Pierwsza z nich – skala *Postawa Akceptacji-Odrzucenia* – odnosi się do postawy rodzica względem dziecka, charakteryzującej się akceptacją dziecka takim, jakim ono jest. Pytania oscylują wokół tego, czy rodzic wykazuje się otwartością na dziecko, jest zainteresowany jego przeżyciami, kocha je, akceptuje i uwzględnia jego potrzeby. Druga skala to *Postawa nadmiernie wymagająca*. Pytania w obrębie tej skali dotyczą tego, czy rodzic postrzega siebie jako bezwzględny autorytet we wszystkim, co dotyczy jego dziecka, czy też pozostaje w otwartości na dziecko. Skala ta dotyczy także form egzekwowania poleceń, zakazów i nakazów, które rodzic kieruje w stronę dziecka. Skala trzecia to *Postawa autonomii* – bada ona, w jakim stopniu rodzic pozwala dziecku na samodzielność, autonomię, chęć podejmowania wyzwań. Skala *Postawa niekonsekwentna* skupia się wokół tego, czy rodzic w stosunku do dziecka zachowuje się zmiennie, a także czy jego postawa względem dziecka jest uzależniona od czynników zewnętrznych, czy też przeciwnie – rodzica cechuje stałość w postępowaniu rodzicielskim. Ostatnia skala – *Postawa nadmiernie ochraniająca* – oscyluje wokół problematyki troski o dziecko. Innymi słowy, dotyczy tego, czy rodzic wykazuje się tendencją do ochraniań dziecka w każdej sytuacji, czy też daje mu szansę na doświadczanie trudności, które mają charakter rozwojowy (Plopa, 2008).

Autorska ankieta zawierała wstęp z informacją o danych osoby badającej oraz zapewnienie o anonimowości. Zawarty w niej został również cel badań. Pozostałe pytania dotyczyły osoby badanej i w większości miały charakter zamknięty. Dotyczyły one wieku osoby badanej (z uwzględnieniem trzech wariantów: 20–26 lat, 26–35 lat, 35–40 lat), miejsca zamieszkania (możliwe opcje: wieś, miasto do 50 tys. mieszkańców, miasto 50–150 tys. mieszkańców, miasto 150–500 tys. mieszkańców, miasto powyżej 500 tys. mieszkańców) oraz sytuacji zawodowej (aktywna zawodowo, urlop macierzyński, bezrobotna, niepracująca).

Badanie miało charakter indywidualny i poprzedzone było krótkim wprowadzeniem, w trakcie którego uczestnicy zostali poinformowani o dobrowolnym i anonimowym charakterze badań. Ponadto każdy z badanych uzyskał informację o celu badania. Badani otrzymali także instrukcje techniczne dotyczące

wypełniania kwestionariuszy. Instrukcje te dotyczyły czasu wypełniania kwestionariuszy (czas nie był ograniczony), konieczności pozostawienia pustych pól w pytaniach o dane osobowe oraz poprawnego wypełniania arkuszy testowych.

Badanie zostało przeprowadzone w następującej kolejności: autorska metryczka zawierająca pytania dotyczące sytuacji osoby badanej, kwestionariusz PSI-4 oraz SPR. Z reguły czas potrzebny na wypełnienie wszystkich kwestionariuszy wynosił 30–60 minut.

WYNIKI

Analiza zgromadzonych danych została przeprowadzona za pomocą programu SPSS. Zastosowano następujące analizy statystyczne:

- w celu prezentacji uzyskanych danych zastosowano tabele zbiorcze, uwzględniające wybrane statystyki opisowe zmiennych uwzględnionych w badaniach, tj. stres osobisty, dysfunkcyjną relację między rodzicem a dzieckiem, trudne dziecko, ogólny wskaźnik stresu rodzicielskiego, akceptację-odrzućenie, wymaganie, autonomię, niekonsekwencję, ochranianie;
- normalność rozkładu badanych zmiennych sprawdzono za pomocą testu Kołmogorowa-Smirnowa;
- w celu sprawdzenia korelacji badanych zmiennych użyto *rho* Spearmana i *r*-Pearsona, w zależności od rozkładu normalności.

Jako pierwszy zostanie zaprezentowany poziom stresu rodzicielskiego wśród badanych matek. Opisane zostaną następujące wymiary: stres osobisty, dysfunkcyjna relacja pomiędzy rodzicem a dzieckiem, trudne dziecko oraz ogólny wskaźnik stresu rodzicielskiego. W tabeli 1 zaprezentowano takie parametry jak średnia, odchylenie standardowe oraz minimalne i maksymalne wartości centylowe lub stenowe.

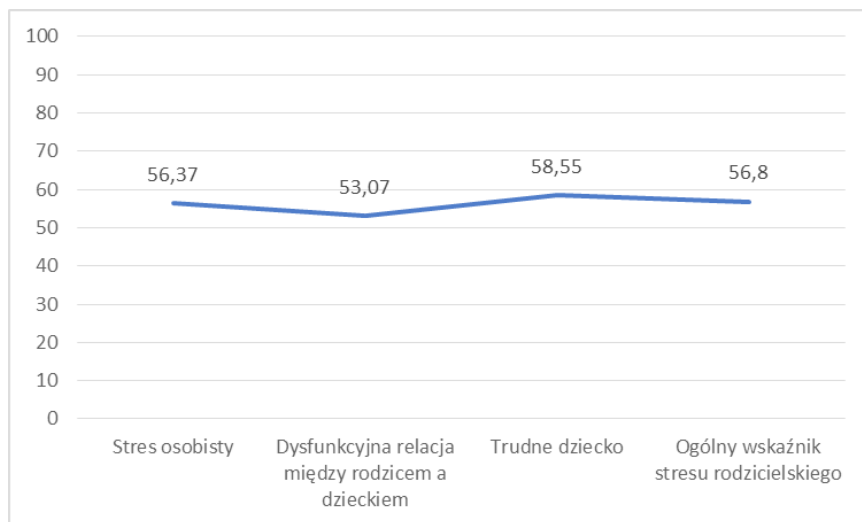
Tabela 1. Stres rodzicielski wśród matek dzieci w wieku 0–10 lat (centyle)

Wskaźniki stresu rodzicielskiego	<i>M</i>	<i>SD</i>	Min.	Max
Stres osobisty (SO)	56,37	31,354	1	97
Dysfunkcyjna relacja między rodzicem a dzieckiem (DRRD)	53,07	31,976	0	99
Trudne dziecko (TD)	58,55	33,287	0	100
Ogólny wskaźnik stresu rodzicielskiego (OS)	56,80	32,410	0	99

Źródło: opracowanie własne.

Na podstawie danych zestawionych w tabeli 1 można stwierdzić, że badane matki najwyższe wyniki uzyskały w skali TD, gdzie średnia arytmetyczna wynosi 58,55, przy odchyleniu standardowym 33,287. Wyniki wahają się pomiędzy 0 a 100 centylem. Badane w skali OS uzyskały średnią 56,80, przy odchyleniu standardowych 32,410. Wyniki oscylują pomiędzy 0 a 99 centylem. W skali SO

kobiety uzyskały średnią 56,37, przy odchyleniu standardowym 31,354. Wyniki w tej skali wahają się pomiędzy 1 a 97 centylem. Matki biorące udział w badaniu w skali DRRD uzyskały wynik 53,07, przy odchyleniu standardowym 31,976. Wyniki oscylują pomiędzy 1 a 99 centylem.



Rysunek 1. Wyniki uzyskane w teście PSI-4 (średnia w centylach)

Źródło: opracowanie własne.

Jako drugie zostaną zaprezentowane postawy rodzicielskie badanych matek. Opisane zostaną następujące wymiary: akceptacja-odrzućenie, wymaganie, autonomia, niekonsekwencja, ochranianie. Wyniki zostały uzyskane za pomocą SPR Płopy.

Tabela 2. Postawy rodzicielskie wśród matek dzieci w wieku 0–10 lat

Wskaźniki postaw rodzicielskich	<i>M</i>	<i>SD</i>	Min.	Max
<i>Akceptacja-Odrzućenie</i>	8,07	1,326	5	10
<i>Wymaganie</i>	5,19	1,672	1	8
<i>Autonomia</i>	6,13	1,751	3	10
<i>Niekonsekwencja</i>	5,27	1,912	1	10
<i>Ochranianie</i>	4,38	1,842	1	9

Źródło: opracowanie własne.

Na podstawie wyników uzyskanych wśród matek dzieci w wieku 0–10 lat można stwierdzić, że najwyższe wyniki badane uzyskały w skali *Akceptacja-Odrzućenie*, gdzie średnia arytmetyczna wynosi 8,07, co jest wynikiem wysokim. Świadczy to o pożądanej postawie, która charakteryzuje się bliskim i uczuciowym

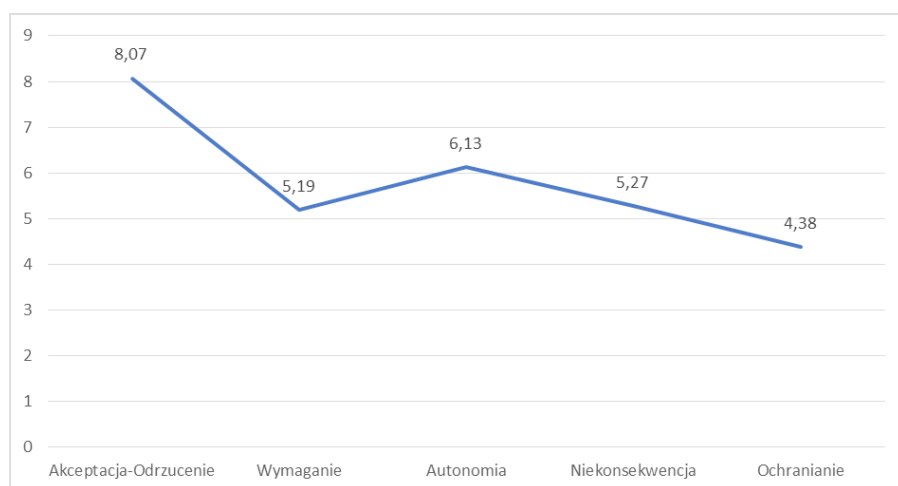
kontaktem rodzica z dzieckiem. Odchylenie standardowe wynosi 1,326. Wyniki oscylują pomiędzy 5 a 10 stenem.

W skali *Wymaganie* średnia arytmetyczna wynosi 5,19, co stanowi wynik przeciętny i wskazuje na postawę umiarkowanie właściwą. Odchylenie standardowe wynosi 1,672. Wyniki wahają się pomiędzy 1 a 8 stenem.

W skali *Autonomia* badane uzyskały średni wynik przeciętny, na co wskazuje średnia arytmetyczna 6,13, co oznacza postawę umiarkowanie respektującą autonomię dziecka. Odchylenie standardowe wynosi 1,751. Wyniki oscylują pomiędzy 3 a 10 stenem.

W skali *Niekonsekwencja* badane uzyskały średni wynik 5,27, co jest wynikiem przeciętnym i wskazuje na postawę umiarkowanie właściwą. Odchylenie standardowe wynosi 1,912. Wyniki wahają się pomiędzy 1 a 10 stenem.

W skali *Ochranianie* średnia arytmetyczna wyników osób badanych wynosi 4,38, co jest wynikiem niskim i wskazuje na postawę właściwą. Odchylenie standardowe wynosi 1,842. Wyniki oscylują pomiędzy 1 a 9 stenem.



Rysunek 2. Wyniki uzyskane w teście SPR (wyniki średnie w stenach)

Źródło: opracowanie własne.

W celu zweryfikowania hipotezy badawczej zakładającej, że istnieje związek pomiędzy poziomem odczuwanego stresu rodzicielskiego a postawami rodzicielskimi, przeprowadzono analizy korelacyjne, których wyniki zamieszczone są w tabeli 3. Z uwagi na fakt, że w skalach *Akceptacja-Odrzucenie* oraz *SO* rozkład wyników odbiegał od rozkładu normalnego, w analizie korelacji wykorzystano współczynnik ρ Spearmana. W pozostałych skalach do wykonania analiz statystycznych użyto r -Pearsona.

Z przeprowadzonej analizy statystycznej wynika, że istnieje umiarkowany, ujemny związek pomiędzy skalą *Akceptacja-Odrzucenie* a skalą OS ($\rho = -0,401$; $p = 0,002$). Uzyskane wyniki wskazują, że im wyższy poziom stresu rodzicielskiego w życiu badanych matek, tym mniejsza postawa akceptacji w stosunku do dziecka.

Tabela 3. Stres ogólny a postawy rodzicielskie

Wskaźniki postaw rodzicielskich	Wynik ogólny skali PSI-4		
	ρ	r -Pearsona	p
<i>Akceptacja-Odrzucenie</i>	-0,401**	–	0,002
<i>Wymaganie</i>	–	0,422**	0,001
<i>Autonomia</i>	–	-0,202	0,122
<i>Niekonsekwencja</i>	–	0,515**	0,001
<i>Ochranianie</i>	–	0,281*	0,030

Objaśnienie: * korelacja na poziomie 0,05; ** korelacja na poziomie 0,01.

Źródło: opracowanie własne.

Wykazano również umiarkowany, dodatni związek pomiędzy skalą *Wymaganie* a skalą OS (r -Pearsona = 0,422; $p = 0,001$). Oznacza to, że im większe nasilenie postawy charakteryzującej się wysokimi wymaganiami wobec dziecka reprezentuje rodzic, tym wyższy poziom stresu rodzicielskiego.

Istnieje umiarkowany, dodatni związek pomiędzy skalą *Niekonsekwencja* a skalą OS (r -Pearsona = 0,515; $p = 0,001$). Wyniki wskazują, że im bardziej rodzic reprezentuje postawę niekonsekwentną wobec dziecka, tym większy jest u niego poziom stresu rodzicielskiego.

Wykazano także słaby, dodatni związek pomiędzy skalą *Ochranianie* a skalą OS (r -Pearsona = 0,281; $p = 0,030$). Oznacza to, że im bardziej rodzic wykazuje się nadmierną postawą ochraniającą wobec dziecka, tym większy jest u niego poziom ogólnego stresu rodzicielskiego.

Nie wykazano korelacji pomiędzy skalą *Autonomia* a skalą OS (r -Pearsona = -0,202; $p = 0,122$).

Z przeprowadzonej analizy statystycznej wynika, że istnieje niska, dodatnia korelacja pomiędzy skalą *Wymaganie* a skalą SO ($\rho = 0,399$; $p = 0,002$). Oznacza to, że matki, które są nadmiernie wymagające wobec własnych dzieci, odznaczają się także wyższym poziomem stresu osobistego.

Tabela 4. Stres osobisty a postawy rodzicielskie

Wskaźniki postaw rodzicielskich	Wynik ogólny skali SO		
	ρ	r -Pearsona	p
<i>Akceptacja-Odrzucenie</i>	-0,200	–	0,126
<i>Wymaganie</i>	0,399**	–	0,002

<i>Autonomia</i>	–0,096	–	0,468
<i>Niekonsekwencja</i>	0,366**	–	0,004
<i>Ochranianie</i>	0,305*	–	0,018

Objaśnienie: * korelacja na poziomie 0,05; ** korelacja na poziomie 0,01.

Źródło: opracowanie własne.

Istnieje niski, dodatni związek pomiędzy skalą *Niekonsekwencja* a skalą SO ($\rho = 0,366$; $p = 0,004$). Wskazuje to na fakt, że matki, które są niekonsekwentne w swoich działaniach rodzicielskich, są też bardziej zestresowane w sferze niezwiązanej z rolą rodzica.

Z przeprowadzonej analizy wynika również, że istnieje niski, dodatni związek pomiędzy skalą *Ochranianie* a SO ($\rho = 0,305$; $p = 0,018$). Oznacza to, że im bardziej badane matki charakteryzują się nasiloną postawą ochraniającą, tym większy jest u nich stres osobisty.

Nie wykazano związku ani pomiędzy skalą *Akceptacja-Odrzucenie* a skalą SO ($\rho = -0,200$; $p = 0,126$), ani pomiędzy skalą *Autonomia* a skalą SO ($\rho = -0,096$; $p = 0,468$).

Z przeprowadzonych analiz wynika, że istnieje umiarkowana, ujemna korelacja pomiędzy skalą *Akceptacja-Odrzucenie* a skalą DRRD ($\rho = -0,455$; $p = 0,001$). Oznacza to, że im bardziej relacja matka–dziecko charakteryzuje się dysfunkcjami, tym mniejsza postawa akceptacji wobec dziecka.

Tabela 5. Dysfunkcyjna relacja między rodzicem a dzieckiem a postawy rodzicielskie

Wskaźniki postaw rodzicielskich	Wynik ogólny skali DRRD		
	ρ	r -Pearsona	p
<i>Akceptacja-Odrzucenie</i>	–0,455**	–	0,001
<i>Wymaganie</i>	–	0,379**	0,003
<i>Autonomia</i>	–	–0,282*	0,029
<i>Niekonsekwencja</i>	–	0,477**	0,001
<i>Ochranianie</i>	–	0,305*	0,018

Objaśnienie: * korelacja na poziomie 0,05; ** korelacja na poziomie 0,01.

Źródło: opracowanie własne.

Istnieje dodatni, niski związek pomiędzy skalą *Wymaganie* a skalą DRRD (r -Pearsona = 0,379; $p = 0,003$). Oznacza to, że im większe natężenie dysfunkcyjnych relacji pomiędzy badanymi matkami a ich dziećmi, tym bardziej matki charakteryzują się postawą wymagającą wobec dzieci.

Z przeprowadzonych analiz wynika, że istnieje ujemny, niski związek pomiędzy skalą *Autonomia* a skalą DRRD (r -Pearsona = –0,282; $p = 0,029$). Oznacza to,

że im bardziej dysfunkcyjna relacja pomiędzy matką a dzieckiem, tym mniejsze jest nasilenie postawy akceptacji dziecka przez matkę.

Skala *Niekonsekwencja* dodatnio i umiarkowanie koreluje ze skalą DRRD (r -Pearsona = 0,477; p = 0,001). Oznacza to, że im bardziej relacja matka–dziecko nosi znamiona relacji dysfunkcyjnej, tym częściej matki charakteryzują się postawą niekonsekwentną wobec dzieci.

Analizy statystyczne wskazują na niski, dodatni związek skali *Ochranianie* ze skalą DRRD (r -Pearsona = 0,305; p = 0,018). W związku z tym im większe nasilenie dysfunkcji w relacji rodzic–dziecko, tym częściej matki wykazują się postawą nadmiernie ochraniającą dzieci.

Jak wynika z przedstawionych w tabeli 6 analiz, istnieje ujemny, umiarkowany związek pomiędzy skalą *Akceptacja-Odrzucenie* a skalą TD (ρ = –0,433; p = 0,001). Oznacza to, że im bardziej matki postrzegają swoje dziecko jako trudne, tym bardziej cechują się mniejszą skłonnością do postawy akceptacji swojego dziecka.

Tabela 6. Trudne dziecko a postawy rodzicielskie

Wskaźniki postaw rodzicielskich	Wynik ogólny skali TD		
	ρ	r -Pearsona	p
<i>Akceptacja-Odrzucenie</i>	–0,433	–	0,001
<i>Wymaganie</i>	–	0,347**	0,007
<i>Autonomia</i>	–	–0,142	0,279
<i>Niekonsekwencja</i>	–	0,464**	0,001
<i>Ochranianie</i>	–	0,181	0,167

Objaśnienie: ** korelacja na poziomie 0,01.

Źródło: opracowanie własne.

Istnieje niski, dodatni związek pomiędzy skalą *Wymaganie* a skalą TD (r -Pearsona = 0,347; p = 0,007). Oznacza to, że im bardziej matki postrzegają swoje dzieci jako trudne, tym częściej wykazują się postawą wymagającą wobec nich.

Z analizy wynika także, że istnieje umiarkowana, dodatnia korelacja pomiędzy skalą *Niekonsekwencja* a skalą TD (r -Pearsona = 0,464; p = 0,001). Uzyskane wyniki wskazują na to, że im bardziej matki postrzegają swoje dzieci jako trudne, tym częściej charakteryzują się niekonsekwencją w swojej postawie rodzicielskiej.

Nie wykazano związku pomiędzy skalą *Autonomia* a skalą TD (r -Pearsona = –0,142; p = 0,279). Z analizy wynika również, że nie istnieje związek pomiędzy skalą *Ochranianie* a skalą TD (r -Pearsona = 0,181; p = 0,167).

ZAKOŃCZENIE

W wyniku przeprowadzonych badań hipoteza zakładająca, że istnieje związek pomiędzy poziomem odczuwanego stresu rodzicielskiego a postawami rodzicielskimi, została potwierdzona. Można zatem wskazać, że istnieje korelacja pomiędzy postawami rodzicielskimi a poziomem odczuwanego stresu. Co istotne, analiza wykazała, że wszystkie wyznaczniki postaw rodzicielskich, tj. akceptacja, wymaganie, autonomia, niekonsekwencja i ochranianie, korelowały ze stresem rodzicielskim. Oznacza to, że matki, które przejawiały większy poziom stresu, jednocześnie miały tendencję do postaw niewłaściwych wobec swoich dzieci. Wykazywały one większą skłonność do postawy odrzucającej wobec dzieci, częściej przejawiały tendencję do wygórowanych oczekiwań i wymagań wobec nich lub do nadmiernej ochrony. Kobiety miały także większą trudność w poszanowaniu autonomii swoich dzieci oraz wykazywały się skłonnością do niekonsekwencji. Można przypuszczać, że większy stres utrudnia matkom wejście w prawidłowy kontakt z dzieckiem. Być może zwiększone poczucie stresu wiąże się też z nadmierną, nieadekwatną potrzebą kontroli, która z kolei skutkuje skłonnością do odbierania autonomii dzieciom. Natomiast związek pomiędzy niekonsekwencją a stresem może wiązać się z poczuciem własnej skuteczności. Źródła empiryczne dowodzą, że osoby przekonane o tym, iż są aktywnymi podmiotami własnych działań oraz mają wystarczające zasoby do sprostania wyzwaniom, którym towarzyszy stres, w mniejszym stopniu go odczuwają i manifestują (Ogińska-Bulik, Juczyński, 2010). Łosiak (2007) podkreśla, że długotrwałym następstwem stresu może być również obniżenie jakości relacji interpersonalnych. Autor zaznacza przy tym, że wskutek stresu jednostka może być mniej otwarta i skłonna do współpracy oraz może mniej kontrolować trudne emocje, co może objawiać się poprzez drażliwość i impulsywność. Warto zwrócić uwagę na to, że „ofiarami” stresu rodzicielskiego, a co za tym idzie niekorzystnych postaw, są nie tylko opiekunowie, lecz także dzieci. Jak wynika z badań Szatkowskiej (2022), postawy rodzicielskie w istotny sposób wpływają na przyszłość dorosłych już osób w zakresie prężności psychicznej. Nasilenie postaw negatywnych, tj. charakteryzujących się niekonsekwencją i nadmiernymi wymaganiami, współlistnieje z obniżonym poziomem prężności psychicznej, co przekłada się na trudność lub brak wytrwałości w dążeniu do celu oraz na trudność z tolerowaniem trudnych emocji i nowych doświadczeń.

Opisane w niniejszym artykule badanie własne wskazuje na niezwykle ważny problem. Wyciągnięte z analiz wnioski pokazują, że współczesne matki doświadczają stresu, co koreluje z ich postawami względem dzieci. Cenną wskazówką dla psychologów i pedagogów będzie zatem informacja, że rodzice – w tym wypadku matki – potrzebują wsparcia w pełnieniu tej roli.

BIBLIOGRAFIA

- Abidin, R. (2021). *Inwentarz Stresu Rodzicielskiego*. Warszawa: Pracownia Testów Psychologicznych PTP.
- Antonovsky, A. (2005). *Rozwikłanie tajemnicy zdrowia. Jak radzić sobie ze stresem i nie zachorować*. Warszawa: Instytut Psychiatrii i Neurologii.
- Brzezińska, A., Appelt, K., Ziółkowska, B. (2016). *Psychologia rozwoju człowieka*. Sopot: GWP.
- Ćwikła, M. (2018). Czynniki determinujące agresję i przemoc – podobieństwa i różnice. W: E. Żywucka-Kozłowska, A. Szczechowicz, K. Rzeczkowska (red.), *Problemy współczesnego świata. Zagadnienia wybrane* (s. 27–36). Olsztyn: Uniwersytet Warmińsko-Mazurski.
- Drabik, L., Kubiak-Sokół, A., Sobol, E., Wiśniakowska, L. (2016). *Słownik języka polskiego*. Warszawa: PWN.
- Greszta, E., Ryś, M., Trębicka, P. (2020). Typy par rodzicielskich – współzależność postaw rodzicielskich w diadzie. *Kwartalnik Naukowy Fides et Ratio*, 41(1), 186–205.
- Gurycka, A. (1990). *Błąd w wychowaniu*. Warszawa: WSiP.
- Heitzman, J. (2002). *Stres w etiologii przestępstw agresywnych*. Kraków: Wydawnictwo UJ.
- Heszen, I. (2014). *Psychologia stresu*. Warszawa: PWN.
- Jankowiak, A., Krupiński, R. (2012). *Słownik psychologiczny. Leksykon ludzkich zachowań*. Konin: Psychoskok.
- Kaczmarek, A., Curyło-Sikora, P. (2016). Problematyka stresu – przegląd koncepcji. *Hygeia Public Health*, 51(4), 317–321.
- Kowalewska, A. (2012). Wybrane układy i funkcje organizmu człowieka ważne dla procesów uczenia się. W: B. Woynarowska, A. Kowalewska, Z. Izdebski, K. Komosińska (red.), *Biomedyczne podstawy kształcenia i wychowania. Podręcznik akademicki* (s. 149–188). Warszawa: PWN.
- Łosiak, W. (2007). *Natura stresu. Spójrzanie z perspektywy ewolucyjnej*. Kraków: Wydawnictwo UJ.
- Niedziela, J., Wrocławska-Warchał, E. (2021). *PSI-4. Inwentarz Stresu Rodzicielskiego. Polska adaptacja i normalizacja*. Warszawa: Pracownia Testów Psychologicznych PTP.
- Ogińska-Bulik, N. (2009). Czy doświadczenie stresu może służyć zdrowiu? *Polskie Forum Psychologiczne*, 14(1), 33–45.
- Piotrowski, K., Dzielińska, M., Sanna, K., Szczygiel, D. (2022). Wypalenie rodzicielskie: wprowadzenie do teorii i badań. *Psychologia Rozwojowa*, 27(3), 9–23. DOI: 10.4467/20843879PR.22.015.17676
- Plopa, M. (2005). *Psychologia rodziny. Teoria i badania*. Kraków: Oficyna Wydawnicza Impuls.
- Plopa, M. (2008). *Skala Postaw Rodzicielskich*. Warszawa: Vizja Press@IT.
- Reber, A., Reber, E. (2008). *Słownik psychologii*. Warszawa: Wydawnictwo Naukowe Scholar.
- Szatkowska, M. (2022). Postawy wychowawcze rodziców a radzenie sobie w sytuacjach trudnych i z negatywnymi emocjami – ocena z perspektywy dorosłego życia. *Zeszyty Naukowe WSG. Edukacja – Rodzina – Społeczeństwo*, 40(7), 103–140.
- Szymańska, A., Aranowska, E. (2019). „Trudny” temperament dziecka i jego związek ze stresem rodzicielskim w grupach rodziców wychowujących chłopców i dziewczynki. *Psychiatria Polska*, 53(2), 399–417. DOI: 10.12740/PP/94381
- Szymańska, A., Aranowska, E. (2021). Stres rodzicielski, obojętność i wycofywanie się rodzica z relacji z dzieckiem. Ujęcie strukturalne. *Psychiatria Polska*, 55(3), 675–699. DOI: 10.12740/PP/115967
- Włodarczyk, J. (2017). Przemoc wobec dzieci. *Dziecko Krzywdzone. Teoria, badania, praktyka*, 16(1), 192–213.
- Ziemska, M. (1973). *Postawy rodzicielskie*. Warszawa: Wiedza Powszechna.

ABSTRACT

The main research question posed in this paper is: Does parental stress correlate with parental attitudes in mothers of children aged 0 to 10 years? The research objective derived from this question was to analyse the extent to which parental stress correlates with maternal parental attitudes. The study included 60 women aged between 20 and 40 years who are mothers of children aged between 0 and 10 years. The following tools were used for the research: the Parental Attitude Scale (PAS) and the Parenting Stress Index, 4th edition (PSI-4). The following hypothesis was formulated: There is a relationship between the level of perceived parental stress and maternal parental attitudes. The results of the conducted research confirmed the hypothesis. The analysis showed that all determinants of parental attitudes, such as acceptance, demand, autonomy, inconsistency, and protection, correlated with parental stress. Mothers who experienced higher levels of stress tended to exhibit inappropriate attitudes towards their children. They were more inclined to adopt a rejecting attitude towards their children, often displaying exaggerated expectations and demands or excessive protection. Women also had greater difficulty respecting the autonomy of their children and showed a tendency towards inconsistency.

Keywords: parental stress; parental attitudes; mothers; level of stress; inappropriate attitudes; children

