



Złożenie pracy online:
2021-09-20 13:43:51
Kod pracy:
12449/38822/CloudA

Katarzyna Jurewicz
(nr albumu: 24745)

Praca magisterska

Poziom i struktura lęku a postawy rodzicielskie u rodziców posiadających dzieci w edukacji domowej i edukacji zdalnej w dobie pandemii

The level and structure of anxiety and parental attitude among parents of home schooled children and children in remote studying in face of pandemic

Wydział: Wydział Nauk Społecznych i Informatyki

Kierunek: Psychologia

Specjalność: psychologia kliniczna i osobowości

Promotor: dr Agnieszka Chmielowska-Marmucka

Składam podziękowania Pani promotor dr Agnieszce Chmielowskiej-Marmuckiej za wsparcie naukowe w procesie powstawania niniejszej pracy i cenne merytoryczne uwagi. Dziękuję bardzo mojej rodzinie, w szczególności mężowi, który wspierał mnie, dopingował i wierzył, że dam radę, dzieciom, które czekały na moje powroty i trzymały kciuki oraz mamie, gotowej pomóc w trudnych momentach. Bez Waszego wsparcia i wyrozumiałości nie dałabym rady spełnić tego marzenia. To było wspólne studiowanie, pełne śmiechu, niekiedy stresu i wielu przejechanych kilometrów.



Streszczenie

Przedstawiona praca badawcza zawiera część teoretyczną i empiryczną. Powstała w celu sprawdzenia, jakie powiązania zachodzą między poziomem i strukturą lęku, a postawami rodzicielskimi u osób posiadających dzieci w edukacji domowej i w edukacji zdalnej w dobie pandemii. Badaniem objęto rodziców dzieci w edukacji domowej oraz w edukacji zdalnej (szkoła tradycyjna) realizowanej w dobie pandemii. Łącznie w badaniu wzięło udział 85 rodziców. Do przeprowadzenia badania posłużono się Inwentarzem Stanu i Cech Lęku STAI, autorstwa C.D. Spielbergera, R.L. Gorsucha i R.E. Lushene, Skalą Postaw Rodzicielskich M. Plopy oraz arkuszem personalnym własnej konstrukcji. Przeprowadzone analizy pozwoliły na weryfikację postawionych hipotez i na wysunięcie wniosków, iż istnieje zależność pomiędzy poziomem lęku, a postawami rodzicielskimi. Dokonano również porównania grup edukacji zdalnej i domowej, w których uzyskano statystycznie istotne różnice szczególnie w obszarze motywacji i kondycji psychicznej dzieci, która w edukacji zdalnej była niższa niż u dzieci w edukacji domowej.

Słowa kluczowe

Słowa kluczowe: lęk, postawy rodzicielskie, edukacja domowa, edukacja zdalna, koncepcje lęku, rodzice, dzieci, pandemia.



Abstract

The presented research contains two parts: theoretical and empirical. It was conducted in order to find the links between the problems related to the measure and the structure of anxiety, and parental attitudes in people with children in home and remote education in the time of the pandemic. Research was conducted on parents of children in home education and remote education (traditional school) in the time of a pandemic. A total of 85 parents participated in the study. To conduct this study, the State Trait Anxiety Inventory STAI by C.D. Spielberger, R.L. Gorsuch and R.E. Lushene; the Parental Attitude Scale by M. Plopa and a personal sheet of my own construction were used. The conducted analysis allowed for the verification of the hypotheses and for drawing conclusions that there is a relationship between the level of anxiety and parental attitudes. A comparison was also made between the groups of remote and home education, in which statistically significant differences were observed, especially in the terms of motivation and mental condition of children, which in case of remote education was lower than in children in home education.

Keywords

Słowa kluczowe: anxiety, parental attitude, home education, remote education, parents, children, pandemic



Spis treści

Wstęp	3
Rozdział 1 Poziom i struktura lęku	7
1.1 Przegląd definicji związanych z lękiem.....	7
1.2 Wybrane koncepcje dotyczące lęku.....	10
1.2.1 Lęk w koncepcji psychoanalitycznej Sigmunda Freuda	10
1.2.2 Lęk i strach w koncepcji neopsychologicznej Karen Horney	12
1.2.3 Postrzeganie lęku wg koncepcji Antoniego Kępińskiego	15
1.2.4 Lęk w ujęciu Charlesa Donalda Spielbergera	18
1.3 Uwarunkowania lęku	18
1.4 Przegląd badań dotyczących lęku	22
Rozdział 2 Rodzina oraz postawy rodzicielskie	27
2.1 Przegląd definicji związanych z rodziną i postawami rodzicielskimi	27
2.2 Wybrane typologie postaw rodzicielskich	33
2.2.1 Typologia postaw według Leo Kanner'a.....	33
2.2.2 Model postaw rodzicielskich według Anny Roe	34
2.2.3 Model postaw według Charlesa E. Schaefera	37
2.2.4 Model postaw rodzicielskich według Marii Ziemskiej	38
2.2.5 Typologia postaw rodzicielskich w ujęciu Mieczysława Plopy	41
2.3 Uwarunkowania postaw rodzicielskich	42
2.4 Przegląd badań.....	50
Rozdział 3 Metodologia badań własnych	57
3.1 Problem i hipotezy badawcze	57
3.2 Opis narzędzi badawczych	58
3.2.1 STAI - Inwentarz Stanu i Cech Lęku	58
3.2.2 Skala Postaw Rodzicielskich Mieczysława Plopy.....	58
3.2.3 Arkusz personalny własnej konstrukcji	60
3.3 Opis procedury badań i metod statystycznych	61
3.4 Analiza wyników badań	61
3.4.1 Analiza arkusza personalnego własnej konstrukcji.....	61
3.5.2 Analiza STAI - Inwentarza Stanu i Cech Lęku	84
3.5.3 Analiza Skali Postaw Rodzicielskich Mieczysława Plopy	86
3.6. Analiza powiązań pomiędzy zmiennymi	88
3.6.1 Analiza powiązań pomiędzy zmiennymi w całej grupie edukacji domowej.....	88
3.6.2 Analiza powiązań pomiędzy zmiennymi w całej grupie edukacji zdalnej	90
3.6.3 Analiza powiązań w grupach skrajnych obu grup badanych.....	94
Źródło: Opracowanie własne.....	97
3.6.4 Analiza porównawcza	97
Podsumowanie i wnioski	102
Zakończenie	107
Bibliografia	112
Źródła internetowe:.....	114
Spis.....	117



Rysunki.....	118
Wykresy.....	118
Załączniki.....	119
STAI - Inwentarz Stanu i Cech Lęku.....	119
Skala Postaw Rodzicielskich Mieczysława Plopy.....	121
Arkusz personalny własnej konstrukcji.....	125



Wstęp

Celem niniejszej pracy jest odpowiedź na pytanie, jakie powiązania zachodzą między poziomem i strukturą lęku, a postawami rodzicielskimi u osób posiadających dzieci w edukacji domowej i w edukacji zdalnej w dobie pandemii. Badaniom poddani zostaną rodzice posiadający dzieci w edukacji domowej oraz w edukacji zdalnej (szkoła tradycyjna) podczas pandemii koronowirusa. Moment, który wybrano na przeprowadzenie badań był wyjątkowym okresem w dziejach ludzkości. Pierwszy raz po całym świecie rozprzestrzenił się wirus wprowadzając liczne zmiany w funkcjonowaniu indywidualnych jednostek, jak i całych gospodarek. Liczne obostrzenia, zamknięcia poszczególnych gałęzi gospodarki, trudności z zapewnieniem bezpiecznego dostępu do edukacji, niepewność ekonomiczna, obawa o bezpieczeństwo i przyszłość znacząco wpływało na kondycję polskiego społeczeństwa. Liczne, przeprowadzone w tym okresie badania wskazywały na spadek kondycji społeczeństwa, wzrost niepokoju, napięcie, obniżony nastrój u wielu osób, problemy z przyzwyczajaniem się do nowej rzeczywistości. Pojawiały się wyniki badań mówiące o tym, że proponowany system edukacji zdalnej nie udźwignął problemów natury społecznej i emocjonalnej dzieci i młodzieży. Obciążenie nowym sposobem nauki dotknęło również rodziców, na których spadała odpowiedzialność za dopilnowanie edukacji swoich dzieci. Technologia rozgościła się na dobre w domach Polaków wzmagając napięcia i uczucie izolacji. Nowy sposób uczenia się miał i nadal ma znaczący wpływ na kondycję psychiczną, ale i fizyczną dzieci i młodzieży. Równocześnie mocno na popularności zyskała edukacja domowa, która (do tej pory jako niszowa forma edukacji) stała się przez niektórych postrzegana jako stabilny i bezpieczny sposób nauki. Tematami, które były podstawą podjęcia tej pracy to lęk i postawy rodzicielskie u rodziców dzieci w edukacji domowej i w edukacji zdalnej (szkoła tradycyjne) - w dobie pandemii. Zastanawiające było, czy rodzice posiadający dzieci w edukacji domowej charakteryzują się określonymi postawami rodzicielskimi. Czy można zauważyć różnicę, pomiędzy postawami rodzicielskimi rodziców posiadających dzieci w edukacji domowej i zdalnej? Jako czynnik mogący mieć wpływ na rodziców przy podejmowaniu decyzji edukacyjnych przyjęto również lęk, który potrafi zdominować wiele życiowych decyzji. Pojawienie się pandemii i przejście na edukację zdalną wzmogło u rodziców, dzieci i nauczycieli napięcie. Pojawiały się niepokoje, stres, lęk. Trudno było odnaleźć się w nowej rzeczywistości, a powrót do szkoły wiązał się z ryzykiem zakażenia i transmisji



wirusa na bliskie osoby. Grupa rodziców dzieci szkolnych przeszła ciężką próbę i wymuszono na niej wprowadzenie wielu zmian w codziennym funkcjonowaniu. Równocześnie w grupie edukacji domowej niewiele się zmieniło. Dzieci uczyły się w podobny sposób, rodzice poświęcali im zbliżoną do tej sprzed pandemii ilość czasu. Zastanawiające więc jest, czy u obu grup społecznych pojawienie się pandemii i zmiany formy edukacji wpłynęły na zwiększenie lęku na podobnym poziomie. Rodzice przejawiający poszczególne postawy rodzicielskie mogą przejawiać różny poziomem lęku, co może również wpływać na to, jak odbierają rzeczywistość w dobie pandemii.

Lęk towarzyszy człowiekowi od zarania dziejów, od narodzin do śmierci i jest naturalnym sygnałem alarmowym w odpowiedzi na niebezpieczeństwo. Wielu badaczy podkreśla różnicę pomiędzy lękiem i strachem, która przedstawiona zostanie w niniejszej pracy w pierwszym rozdziale. Definiowaniem lęku zajmowano się od dawna, jednak największy przełom w patrzeniu na ten temat pojawił się wraz z psychoanalizą Freuda, który wyciągnął lęk na światło dzienne, dzieląc go na lęk realny, neurotyczny i moralny. Podkreślał, że lęk, w szczególności neurotyczny, może być wywołany powstrzymywaniem się przed zaspokajaniem popędu płciowego. Zaznaczał, że źródła lęku leżą w dzieciństwie, a człowiek wykształca liczne mechanizmy obronne, żeby sobie z nim radzić. Następcy Freuda rozwijali jego dzieło, często polemizując z nim, jak to czyniła Karen Horney. W polskim piśmiennictwie naukowym znaczącą rolę w obszarze badań nad lękiem odegrał Antoni Kępiński, który dokonał bardzo szczegółowej analizy i klasyfikacji lęków, na której opierają się do dziś specjaliści. Dla powstania niniejszej pracy istotnym był wkład w temat lęku Charlesa Donalda Spielbergera, który podzielił lęk na dwie skale – lęk jako stan i lęk jako cecha. Było to wyjściem do powstania Inwentarza Stanu i Cech Lęku. Od tej pory badano lęk w podziale na dwie podskale, co pozwoliło na głębszą analizę lęku u danej osoby. Lęk wpływa na funkcjonowanie każdego człowieka, w tym na rodziców, którzy po pojawieniu się dzieci otwierają nowy obszar lęku związany właśnie z niepokojem o potomstwo. Lęk może być tak silny, że zdominuje funkcjonowanie rodzica w relacji z dzieckiem, budując postawę chroniącą i wpłynie tym samym na kształtowanie się młodego człowieka. Może też mieć naturalny poziom, który pozwoli na wypracowanie zdrowych postaw rodzicielskich i większą zgodę na autonomię dziecka. Postawy rodzicielskie znacząco wpływają na funkcjonowanie dzieci zarówno na poziomie dzieciństwa, jak i dorosłego życia. Mogą pomóc dziecku budować niezależność i autonomię, wpływać na poczucie własnej wartości i sprawczość, dodawać sił. Mogą też pogrążyć dziecko, uczyć, że nic nie potrafi,



jest niedoskonałe, słabe, rozczarowuje. Już Freud nadał dzieciństwu znaczącą wartość w odniesieniu do dalszego kształtowania życia dziecka. To w relacji z rodzicami upatrywał wyzwalaczy dla problemów, lęków, zaburzeń. Naukowcy badający postawy rodzicielskie jasno wskazują, że mają one kluczową rolę w kształtowaniu człowieka i jego przyszłych postaw. To co narodzi się w relacji z kluczowymi opiekunami zostanie w dziecku na zawsze.

Niniejsza praca poświęcona zostanie tematowi związku, jaki zachodzi pomiędzy poziomem i strukturą lęku a postawami rodzicielskimi u osób posiadających dzieci w edukacji domowej i w edukacji zdalnej w dobie pandemii. Podstawą do analizy odpowiedzi na powyższe pytanie będą wyniki badania przeprowadzonego na 85 rodzicach, w tym 43 posiadających dzieci w edukacji zdalnej (szkoła tradycyjna) i 42 posiadających dzieci w edukacji domowej. W badaniu empirycznym posłużono się następującymi metodami psychologicznymi:

- STAI - Inwentarz Stanu i Cech Lęku, autorstwa C.D. Spielbergera, R.L. Gorsucha i R.E. Lushene,
- Skala Postaw Rodzicielskich M. Plopy,
- arkusz personalny własnej konstrukcji.

Część teoretyczna i metodologiczna zawarta zostanie w 3 rozdziałach. Rozdział pierwszy i drugi będą miały charakter teoretyczny i stanowić swoiste wprowadzenie w tematykę pracy. Rozdział trzeci będzie miał charakter metodologiczny i zawierać będzie analizę i wyniki badań empirycznych.

W rozdziale pierwszym przeanalizowane zostaną definicje związane z lękiem oraz przedstawione wybrane koncepcje dotyczące lęku Sigmunda Freuda, Karen Horney, Antoniego Kępińskiego, Charlesa Donalda Spielbergera. Przedstawione zostaną również uwarunkowania lęku i przegląd badań dotyczących lęku u rodziców w tym badania wykonane w dobie pandemii i odnoszące się do zmian, jakie wywołało zdalne nauczanie.

W rozdziale drugim poruszone zostaną zagadnienia dotyczące postaw rodzicielskich, przedstawione będą definicje i sposób, w jaki powstawała teoria postaw rodzicielskich. Przedstawione zostaną typologie postaw rodzicielskich według Leo Kanner, Anna Roe, Charles E. Schaefera, Marii Ziemskiej, Mieczysława Plopy. Zaprezentowane zostaną uwarunkowania postaw rodzicielskich, co wpływa na ich kształtowanie i jak dalej są przekazywane. Ostatni podrozdział będzie poświęcony badaniom postaw rodzicielskich w tym poprzez pryzmat pandemii koronawirusa.



W trzecim rozdziale zaprezentowane zostaną problemy badawcze i hipotezy, charakterystyka grupy badanej. Opisane zostaną narzędzia badawcze oraz sposób badania. Wyniki przeprowadzonych na rodzicach dzieci w edukacji domowej i w edukacji zdalnej badań poddane zostaną analizie, co pozwoli na zaprezentowanie ich wyników. Całość zwieńczona zostanie podsumowaniem i zakończeniem.



Rozdział 1 Poziom i struktura lęku

1.1 Przegląd definicji związanych z lękiem

Lęk i strach, podobnie jak między innymi radość, smutek, gniew, tworzą podstawowe uczucia, nadające zabarwienia ludzkiemu funkcjonowaniu. Lęk i strach wywołują silne reakcje i intensywnie wpływają na codzienne życie człowieka, dlatego wzbudzają zainteresowanie naukowców wielu dyscyplin. Oba te pojęcia wydają się na pierwszy rzut oka identyczne, jednak zasadniczo się od siebie różnią. Strach odzwierciedla stan zagrożenia, uczucie, które pojawia się w stanowiącej niebezpieczeństwo sytuacji, lęk zaś to intensywne, złe samopoczucie wywołane niejasnym wrażeniem do końca nie dającego się sprecyzować zagrożenia, które wywołuje bezsilność i bezbronność. Kolejna różnica między strachem, a lękiem to czas ich trwania. Strach kojarzy się z krótkim uczuciem, znika, kiedy znika bodziec go wywołujący. Lęk za to jest stanem długotrwałego napięcia, ciągłego oczekiwania na coś złego (Bednarska, 2009). Prześledzić możemy podobieństwa pomiędzy strachem i lękiem:

- reakcja na zakładane niebezpieczeństwo, lub też coś nieprzyjemnego,
- nerwowość,
- zwiększone pobudzenie,
- niepokój,
- wybieganie w przyszłość,
- różnego rodzaju reakcje somatyczne (na przykład: przyspieszone tętno, drżenie rąk, nóg, ciała, biegunka, pocenie się, zimne poty, uderzenia gorąca, nerwowość),
- reakcje na bodziec mogą być nieświadome.

Na tym kończą się podobieństwa, a pojawia się wiele różnic, które przedstawia poniższa tabela:



Tabela 1. Różnice pomiędzy lękiem, a strachem.

LĘK	STRACH
Niejasne źródło zagrożenia	Skonkretyzowane źródło zagrożenia
Długi czas trwania, może mieć przewlekły charakter	Krótki czas trwania – zazwyczaj sporadyczny charakter
Może nie mieć obiektu, czy konkretnego bodźca, więc jego zniknięcie nie rozwiązuje sprawy	Znika, kiedy znika bodziec go wywołujący
Niejasny związek pomiędzy zagrożeniem, a lękiem	Jasny związek pomiędzy zagrożeniem, a strachem
Wszechobecny	Ograniczony w czasie i przestrzeni
Niejasny początek powstania	Wywołany przez bodziec zagrożeniowy
Zagrożenie rzadko kiedy jest bliskie i realne	Realne i bliskie zagrożenia
Stała, wzmożona czujność	Stan chwilowej mobilizacji
Objawy somatyczne mogą pozostawać aktywne przez długi okres czasu	Objawy somatyczne ustępują wraz z bodźcem zagrożeniowym
Powstaje w wyobraźni jako reakcja na nie do końca jasne zagrożenia	Odczucie powstające na poziomie biologicznym, uwarunkowane bezpośrednio subiektywnym poczuciem zagrożenia
Reakcja na wewnętrzne odczucia	Chroni przed zewnętrznymi zagrożeniami, ma zapewnić bezpieczeństwo
Może trwać zarówno chwilę jak i bardzo długi okres czasu	Raczej krótkotrwały

Źródło: Opracowanie własne na podstawie: Bednarska 2009, s. 2-5, Kamiński, 2014, s. 45-46

Jak widzimy z powyższej tabeli, lęk powstaje w ludzkiej głowie z bliżej nieokreślonych powodów i bezpośrednio wpływa na skalę oddziaływania. Każda istota chcąca pozostać przy życiu i zdrowiu będzie wykorzystywała w sposób naturalny strach jako uczucie do



poznawania i oceniania realności sytuacji. Lęk zaś w życiu dorosłym może być pozytywnym wzmocnieniem strachu, wyzwalcem niepewności, wymuszającym odpowiedzi na pytania o bezpieczeństwo danej sytuacji (Kamiński, 2014). Lęk więc to powszechnie stosowane pojęcie, przeżycie, z którym spotkał się zapewne każdy człowiek na Ziemi. Pomimo swojej popularności nie jest wcale łatwym do zdefiniowania słowem. U Arthura S. Robera (za: Wójtowicz, 2005) znajdziemy określenie lęku jako nieprzyjemnego, nie do końca jasnego stanu emocjonalnego, który wiąże się z przeżywaniem strachu, przykrości, stresu. Odnosząc się do teorii uczenia się termin lęk wiązany jest bezpośrednio z reakcją unikania, która ma niniejszy lęk redukować. Freud (Wójtowicz, 2005) opisuje lęk podobnie jak Robera, z tym, że podkreśla jego znaczenie jako sygnału niebezpieczeństwa psychicznego, związanego z pojawieniem się realizacji nieświadomego pragnienia.

Lęk może być zarówno objawem, jak i bezpośrednim źródłem rodzenia się nerwic. Jest to silny stan napięcia, wywołany poczuciem zagrożenia, bezsilności czy niepokoju (Kozłowska, 1996). C. Izard (za: Fajkowska, Szymura, 2009) ujął lęk jako połączenie strachu, złości i przykrości, a dodatkowo wstydu i podniecenia. Wszystkie wymienione emocje składają się w jedną całość, będącą elementem osobowości. Można wyodrębnić dwa oblicza lęku, który:

- może aktywizować do działania,
- może działać paralizująco.

Wiąże się to ze sposobem reagowania na stres danej osoby. Człowiek boi się na swój własny sposób, bo lęk jest przeżywany bardzo indywidualnie (Riemann, 2020). U jednych lęk wywoła ucieczkę, u innych atak, u jeszcze innych może dojść do zamrożenia. Lęk istnieje więc niezależnie od poziomu rozwoju, kultury jednostki czy też danego społeczeństwa. Zmienne mogą być za to obiekty wywołujące lęk i sposoby, po które sięgamy, aby lęk pokonać (Riemann, 2020).

Lęk może być odpowiedzią na coś nowego, co spotyka człowieka. Rzeczy przeżywane po raz pierwszy niosą ze sobą ciekawość, przyjemność, nowość, ale także pewne ryzyko i lęk. Jako że człowiek nieustannie zderza się z nowymi sytuacjami, to lęk również nieustannie może nam towarzyszyć. Stąd pojawia się wyodrębnienie lęków całkowicie normalnych, związanych z rozwojem człowieka, przypisanych do konkretnego wieku i etapu rozwojowego, organicznie związane z człowiekiem. Oprócz nich występują tak zwane lęki indywidualne, specyficzne dla danej osoby, które



u innej mogą w ogóle nie występować i być przez nią niezrozumiałe. Można stwierdzić, że wszystko może być przyczyną lęku indywidualnego (Riemann, 2020).

Riemann (2020) wyodrębnia 4 podstawowe formy lęku:

- lęk przed rezygnacją z siebie – popadnięcie w zależność,
- lęk przed samorealizacją,
- lęk przed zmianą,
- lęk przed koniecznością.

Podkreśla, że wszystkie inne lęki są pochodną właśnie tych 4 form (Riemann, 2020). Charakterystyczne dla lęków wywołanych konkretną sytuacją jest to, że mogą one zostać szybko wyparte, jeśli pojawi się coś odwracającego uwagę od lęku. W takiej sytuacji lęk może zostać zapomniany bądź szybko zastąpiony innym rodzajem lęku – lękiem zastępczym. Po ustaniu lęku może pojawić się nowy lęk, który będzie aktywny do czasu zastąpienia przez kolejny. Kolejną odmianą lęku może być lęk patologiczny, charakterystyczny dla chorób psychicznych. Mogą wtedy pojawiać się ostre stany lękowe:

- urojeniowe,
- schizofreniczne,
- depresyjne,
- paniczne.

To głównie ta odmiana lęków wpływa negatywnie na ludzkie życie, doprowadzając do ograniczania aktywności, utrudniając codzienne funkcjonowanie. Pojawia się uczucie nieustannego zagrożenia, stany paniki, wybuchy agresji, w tym autoagresji, która daje ujście lękom (Kamiński, 2014).

1.2 Wybrane koncepcje dotyczące lęku

W tym podrozdziale zostaną scharakteryzowane koncepcje dotyczące lęku Sigmunda Freuda, Karen Horney, Antoniego Kępińskiego oraz Charlesa Donalda Spielbergera.

1.2.1 Lęk w koncepcji psychoanalitycznej Sigmunda Freuda

Dla Sigmunda Freuda (za: Wójtowicz, 2005) lęk to subiektywne dla każdego człowieka odczuwanie zagrożenia. Jest to naturalny stan dla człowieka, który ma zmobilizować organizm do działania, czyli ataku, obrony lub ucieczki. Bezpodstawne zaś



odczuwanie lęku może świadczyć o dysfunkcjach psychicznych danej osoby. Freud wyróżnia w swoich książkach trzy typy lęku:

1. Lęk realny – który jest reakcją na dostrzeżone niebezpieczeństwo zewnętrzne i jego domniemaną szkodliwość. Wiąże się bezpośrednio z odruchem ucieczki i jest uzewnętrznieniem popędu samozachowawczego. Brak jest tutaj konkretnego obiektu, którego dana osoba się boi, ale sytuacja, w której się znajduje jest rzeczywiście związana z zagrożeniem. Ten rodzaj lęku jest podobny do strachu.
2. Lęk neurotyczny – nieadekwatny do zagrożenia lęk, podczas którego osoba odczuwa dyskomfort, pogłębiany przez świadomość nieracjonalności lęku. Jest to lęk charakterystyczny dla nerwic i psychonerwic. Podzielić go można na:
 - Lęk oczekiwania – przewidywanie najstraszniejszej ze wszystkich możliwych sytuacji, wszędzie widzą przepowiednie nieszczęścia, ten typ lęku przypisać można nerwicy lękowej.
 - Fobie – wiążą się z określonymi obiektami (pająki, myszy), zjawiskami (burza, grad), sytuacjami (ciemność, zamknięcie w małym pomieszczeniu, lot samolotem). Podzielone zostały one przez Freuda według stopnia realności zagrożenia na: w pełni zrozumiałe, kiedy np. spotykamy dużego drapieżnika, mające niski poziom zagrożenia, który zwykle umyka uwadze (podróż pociągiem), nie posiadające zagrożenia (mysz, mucha).
3. Lęk moralny – jego źródło jest w sumieniu i wywołuje poczucie winy. Zagrożenie to wykroczenie poza obowiązujące normy, zasady, które pociągnie za sobą niekorzystne konsekwencje (Wójtowicz, 2005).

Freud w swojej teorii jednoznacznie wskazał na źródła lęku i dobrał pod nie właściwe postępowanie terapeutyczne, według niego wzór reakcji lękowych bierze się bezpośrednio z określonego, traumatycznego przeżycia, trudnego do samodzielnego pokonania. Przy lęku realistycznym wskazuje na zderzenie się z odczuciem niebezpieczeństwa wywołującego bezradność jak u noworodka. Przy lęku neurotycznym wskazuje na to, że jest on związany ze strefą psychoseksualną i może być wywołany powstrzymaniem się od zaspokajania popędu płciowego. Na ten rodzaj lęku może też się wiązać w dysfunkcjach procesów psychicznych – wypieraniu myśli, pragnień, uczuć. Jako powstanie lęku moralnego, który pojawia się w miarę socjalizacji, gdzie rodzice zaczynają ograniczać dziecko, które coraz bardziej zaczyna postępować w oparciu o kierujący nim lęk przed karą. Z wiekiem pojawia się autorytet wewnętrzny – superego, które poprzez lęk reguluje postępowanie dorosłego już człowieka. Oprócz wymienionych



3 rodzajów lęków Freud (za: Wójtowicz, 2005) wyodrębnia również lęk przed śmiercią, łączący w sobie elementy lęku realnego i neurotycznego.

Wg Freuda zachowania człowieka nie zawsze są uwarunkowane racjonalnymi motywami, potrzebami czy wartościami, ale właśnie generowane są przez nieuświadomione lęki. Sam lęk wywołuje trudną dla człowieka sytuację, w której zagrożona jest integracja psychiki, utrudniona kontrola funkcji życiowych, dlatego naturalne, że człowiek próbuje usunąć lub jak najbardziej zmniejszyć źródła lęku. Robi to często poprzez mechanizmy obronne, które Freud szczegółowo opisał. Jeżeli pomimo prób wyparcia i działania mechanizmów lęki nie znikają, mogą pojawić się poważne problemy zdrowotne jak nerwice, psychozy (Wójtowicz, 2005), (Czernianin, Czernin, 2017). Według Freuda mechanizmy obronne są częścią struktury ego i ich zadanie polega na zwalczaniu lękotwórczego zagrożenia. Usuwają one lub osłabiają zagrożenia, równocześnie ich działanie jest na poziomie nieświadomości. Aktywizacja następuje w momencie pojawienia się konfliktu, którego przyczyną najczęściej są niezaspokojone popędy seksualne i agresywne. Wywołuje to akcję ostrzeżenia ego poprzez wywołanie lęku sygnałowego, aktywizującego impuls obrony. Cały ten system chroni ego przed odczuwaniem lęku jako trudnego do zniesienia uczucia (Antoszewska, 2011).

To klasyczne dla psychoanalizy, stworzone przez Freuda spojrzenie na temat lęku, było następnie intensywnie rozwijane i modyfikowane przez jego następców.

1.2.2 Lęk i strach w koncepcji neopsychologicznej Karen Horney

Kontynuując koncepcję psychoanalityczną i poddając prace Freuda poprawkom, K. Horney (1993), przedstawicielka nurtu psychoanalizy, również uznała, że należy rozróżnić lęk od strachu. I tak według niej:

1. Strach to emocjonalna, proporcjonalna do zagrożenia reakcja organizmu na pojawiające się, uświadomione niebezpieczeństwo. Jest to prawdziwe zagrożenie.
2. Lęk to emocjonalna, subiektywna reakcja na ukryte niebezpieczeństwo, nie z zawsze znanych i rozumianych powodów. Niebezpieczeństwo tworzone jest przez psychikę, często wyolbrzymiane.

Ze strachem można sobie poradzić. Lęk jednak powoduje bezradność, bezbronność (Horney, 1976). Horney podzieliła lęk na dwie kategorie:

1. Lęk podstawowy – koncepcja stworzona przez Horney – reakcja na potencjalne niebezpieczeństwo, odczuwany przez bezbronne dzieci i uwarunkowany poprzez



doświadczenia ze wczesnego dzieciństwa związanych z relacjami z rodzicami. Na budowanie się tego lęku wpływa wszystko, co negatywnie zakłóca relację dziecka z rodzicem i bezpieczeństwo w tej przestrzeni. To uczucie bezradności i samotności, które towarzyszy człowiekowi, sprawia, że każdy konstruuje swój własny sposób na radzenie sobie z tym lękiem. Występuje on z reguły we wszystkich zaburzeniach nerwicowych. Horney wyróżnia typy lęków w jakich objawia się lęk podstawowy. Z jednej strony są to sytuacje, kiedy człowiek obawia się samego siebie, swoich zachowań, impulsów, utraty kontroli. Z drugiej strony uruchamiane są przez projekcje, czyli przekierowywaniu swoich emocji na inne objekty.

2. Lęk jawny – zbliżony do freudowskiego lęku realistycznego, czyli reakcja na jawne niebezpieczeństwo (Wójtowicz, 2005; Horney, 1976).

Lęk podstawowy towarzyszy dorosłym ludziom podczas wszelkich kontaktów z drugim człowiekiem, w konsekwencji czego człowiek dąży do przywrócenia bezpieczeństwa w swoim funkcjonowaniu. Horney (1976) pokazała 3 sposoby radzenia sobie z lękiem, które są najbardziej dostrzegalne u pacjentów neurotycznych – nastawienie przeciwko ludziom, ku ludziom i od ludzi. Są to sposoby charakterystyczne również dla zdrowych ludzi, jednak u neurotyków mają bardzo sztywny charakter.

1. Ku ludziom – zabiegają o uwagę, miłość, akceptację, pochwały, uważają się za gorszych, przekładają ich potrzeby nad swoje. Szukanie opieki i wsparcia.
2. Przeciwko ludziom – jest to ciągła walka z innymi – wrogami, niezależnie czy rzeczywiście są nastawieni negatywnie. Następuje zaprzeczanie potrzeby relacji i bliskości. Uaktywnia się agresja.
3. Od ludzi - stałe utrzymywanie dystansu w stosunku do siebie samego i innych ludzi. Wywołuje to zachowanie silny lęk przed emocjonalnym zaangażowaniem. Dochodzi do separacji albo ucieczki.

Ludzie potrafią dostosować powyższe postawy do zastanej sytuacji, jeżeli jednak chodzi o osobę neurotyczną, to nie potrafi ona być tak plastyczna. Nie potrafi dokonać wyboru i wchodzi w sztywno utrwaloną reakcję. Poprzez ten konflikt następuje utrwalenie lęku i kształtowanie się tak zwanego jądra nerwic. Horney (1976) uważa, że nerwica zakorzeniona jest w osobowości i jej podstawowym celem jest zapewnienie bezpieczeństwa, do czego właśnie ma służyć redukcja lęku. Poprzez redukcję lęku podstawowego może dojść do pojawienia się lęku wtórnego, dającego objawy typowego, błędnego koła nerwicowego. W odniesieniu do osób neurotycznych Horney wyodrębniła charakterystyczne dla nich potrzeby, dzieląc je na 2 grupy:



1. Potrzeby związane bezpośrednio z ludzką słabością – przywiązania, uczucia, aprobaty, partnera potrzebnego do przejścia odpowiedzialności, ograniczenia aspiracji własnych i ambicji.
2. Potrzeby związane bezpośrednio z poczuciem mocy i niezależności – dominacji, znaczenia, kontroli, wykorzystywania, prestiżu, uznania, podziwu, ambicji, samowystarczalności, niezależności, perfekcji.

Wymienione trendy są ze sobą w konflikcie co prowadzi do wewnętrznego konfliktu. Nie można w sposób satysfakcjonujący połączyć obu tych grup potrzeb i ich w pełni zaspokoić (Domański, 2015).

Według Horney (1976) ludzie stosują szereg technik obrony przez pojawiającym się lękiem. Wymienia ona następujące metody:

1. Racjonalizacja – szukanie powodów tłumaczących racjonalność występujących lęków. Zamiana lęku w całkiem racjonalny strach. Ostatecznie taki zabieg niewiele rzeczywiście zmienia.
2. Zaprzeczanie – wykasowywanie lęku ze świadomości, wypierania, ukrywanie przed samym sobą, co sprawia, że pojawia się on pod postacią innych zachowań, reakcji, pozornie niezwiązanych z lękiem, a będących formą ujścia dla niego. Teoretycznie lęku nie ma, ale zostają objawy somatyczne.
3. Używki – używanie środków odurzających, które zmniejszają chwilowo napięcia lękowe, w tym zachowania behawioralne jak obciążanie się pracą, wchodzenie w nadaktywność w życiu towarzyskim, pogrążanie się we śnie.
4. Unikanie – chronienie się przed bodźcami, które zazwyczaj wywołują reakcje lękowe. Zachodzi to poprzez unikanie czynności, uczuć, zdarzeń potencjalnie wywołujących lęk oraz poprzez hamowanie myślenia o rzeczach, które mogłyby wywołać lęk (Horney, 1976).

Horney polemizowała z poglądami Freuda. Przedstawiła szereg argumentów odnośnie jego też. Po pierwsze, o ile Freud bagatelizował czynniki kulturowe i ich wpływ na ludzi, o tyle Horney podkreślała, że mają one dużo większe znaczenie. Decydującą rolę przypisuje powszechnej rywalizacji, która doprowadziła do tego, że lęk stał się powszechny niemal jak choroba cywilizacyjna. Podkreśla siłę negatywnego oddziaływania emocjonalnej izolacji, kłótni pomiędzy ludźmi, braku bezpieczeństwa. Biologiczne podejście do człowieka prezentowane przez Freuda zamieniła na badanie okoliczności społeczno - kulturowych (Wójtowicz, 2005). Po drugie Freud podkreślał, że lęki biorą się z wypartych impulsów seksualnych. Niemożność rozładowania energii



seksualnej wywołuje napięcie powodujące lęk. Horney podkreśla, że nadając charakter fizjologiczny swojej teorii pomija on znaczący element – postawienie psychologicznego pytania o to, jakie są psychiczne skutki wyparcia impulsów. Ten mechanizm nie interesował Freuda, poświęcał uwagę jedynie obawom przed zaspokajaniem impulsów seksualnych i agresji. Po trzecie Horney nie zgadzała się z Freudowskim stwierdzeniem, że lęk generowany jest tylko w dzieciństwie i później pojawiające się lęki opierają się o infantylne reakcje. Horney uważa, że owszem doświadczenia dziecięcego lęku zostają w człowieku, jednak reakcje lękowa ewoluują i przechodzą od lęku dziecięcego do lęku dorosłego (Horney, 1976).

1.2.3 Postrzeganie lęku wg koncepcji Antoniego Kępińskiego

Poruszając zagadnienie lęku nie sposób nie wspomnieć o Antonim Kępińskim (2012), polskim psychiatrze, który napisał znaną pozycję „Lęk”. Kępiński podkreślał w swojej książce, że genezę i źródła lęku można znaleźć w czterech strefach ludzkiego życia:

- 1) sfera życia biologicznego
- 2) sfera życia społecznego
- 3) sfera wartości
- 4) sfera interakcji z otoczeniem.

Strefa biologiczna wiąże się z powstawaniem lęku biologicznego, strefa społeczna z lękiem społecznym, strefa wartości związana jest z lękiem moralnym, zaś strefa interakcji z otoczeniem łączy się również z lękiem społecznym. Wynika to z podziału, lęku na 3 warstwy, jakiego autor dokonał. Pierwsza warstwa to lęk przed śmiercią. Kępiński uważał, że lęk wywoływany jest przez zagrożenie zniszczenia części lub całości organizmu. Druga warstwa obejmuje następujące lęki: biologiczny, dezintegracyjny, społeczny, moralny.

1. Lęk biologiczny uaktywnia się w sytuacjach, kiedy dochodzi do zagrożenia przede wszystkim życia własnego i życia gatunku. Poczucie zagrożenia może mieć źródło zarówno na zewnątrz jak i wewnątrz. Lęk z zewnątrz jest lękiem uświadomionym i może pojawiać się na przykład w zetknięciu z atakiem innych, z zagrażającymi sytuacjami, zwierzętami. Ten rodzaj lęku wywołują również ludzie świadomie, wchodząc w potencjalnie niebezpieczne sytuacje – sporty ekstremalne, sytuacje niosące zagrożenie, w których chcą się sprawdzić i zapanować nad lękiem. Ta forma



lęku charakteryzuje się intuicyjnym przewidywaniem zagrożeniowej sytuacji. Jest to forma lęku wspólna dla ludzi i dla zwierząt, u tych drugich często można obserwować intuicyjne przewidywania. U niektórych ludzi ta umiejętność również jest dobrze rozwinięta. Lęk wewnętrzny nie jest uświadomiony i reakcje na wewnętrzne zagrożenia odbywają się poza ludzką świadomością i kierują nimi prawa biologii (Kępiński, 2012).

2. Lęk dezintegracyjny wypływa z zagrożenia struktury psychicznej, to naruszenie stanu psychicznego. Dotyczy zatem bardziej metabolizmu energetycznego. Dezintegracja występuje niemal ciągle i objawia się w formie czujności, bo życie ulega ciągłym zmianom. Lęk dezintegracyjny, poza dwoma wyjątkami, nie ma charakteru patologicznego. Destrukcyjny zaczyna być przy zbyt dużym usztywnieniu lub zbyt dużym rozluźnieniu struktury psychicznej (Ceklarz, 2017).
3. Lęk społeczny – wywołują sytuacje stanowiące zagrożenie w środowisku społecznym – odrzucenia przez grupę, samotnością. Człowiek jest istotą społeczną i potrzebuje do funkcjonowania innych ludzi. Budowane od urodzenia więzi osadzają człowieka w rodzinie, a następnie w społeczności i budują poczucie bezpieczeństwa. Perspektywa utraty tych więzi wywołuje silny lęk (Kępiński, 2012).
4. Lęk moralny wiąże się bezpośrednio z lękiem społecznym, ponieważ to właśnie między innymi przeglądając się w normach społecznych budujemy swoją moralność. Dochodzi tutaj do sprzeczności pomiędzy kształtowaniem się własnej moralności jednostki, a oczekiwaniami otoczenia. Lęk moralny jest dla Kępińskiego naturalnym przedłużeniem lęku społecznego, gdyż właśnie w społecznych wzorcach ma on swoje źródła. Są one oferowane jednostce do zaakceptowania, aby mogła wejść w grupę i się z nią zintegrować. Wewnętrznym strażnikiem zasad jest sumienie. Jednostka może dojść do wniosku, że nie jest w stanie spełniać wymagań otoczenia i dostosować się do zasad społecznych, które jej przedstawiono. Jest to zapalnik, który wywołuje poczucie lęku. Na konstruowanie się lęku moralnego najsilniejszy wpływ ma okres dzieciństwa i wczesna socjalizacja, kiedy to dziecko chce dorównać do otoczenia. Zderzenie z tym obrazem zachodzi w życiu dorosłym, gdzie albo dalej odzwiercadla się normy społeczne, albo podąża własną ścieżką, co może wywoływać lęk (Kępiński, 2012).

Trzecia warstwa zawiera lęk jednostkowy, który dotyczy konkretnej sytuacji i konkretnego stanu organizmu i jego reakcji. Tutaj mieści się szerokie spektrum doświadczeń każdego człowieka. Istotna jest specyfika przeżywania lęku, zaburzenia



psychiczne, przyswajanie informacji. Tym samym w trzeciej warstwie wyróżnia Kępiński następujące lęki:

1. Lęk nerwicowy wywodzi się z lęku moralnego i stanowi karę za sprzeciwienie się porządkowi moralnemu. Lęk w nerwicy przyjmuje charakter stałego napięcie nerwicowego. Jest to niemożliwy do określenia niepokój, lęk anankastyczny (charakterystyczny dla nerwicy natręctw), ataki lękowe (Kępiński, 2012).
2. Lęk depresyjny nie stanowi dominującego objawu. Łączy się ściśle z obniżonym nastrojem, katastroficznymi myślami. Jest to lęk o charakterze dezintegracyjnym wywołany spowolnieniem metabolizmu informacji, niepokojem o przyszłość (Kępiński, 2012).
3. Lęk schizofreniczny ma bardzo złożone pochodzenie i wiąże się z doznaniem, które potrafią przekraczać ludzką wyobraźnię. Aby zrozumieć lęk schizofreniczny, trzeba go przeżyć, bo trudno znaleźć odpowiednik tego lęku w normalnym świecie. Jest on niezwykle silny i destrukcyjny. Osoby, które miały epizod lęku schizofrenicznego potrafili sobie często poradzić z traumatycznymi przeżyciami, ponieważ nie dorównywały one poziomem lęku do lęku z psychozy. Lęk ten ma swoje korzenie w lęku społecznym, szczególnie w patologicznych relacjach rodzinnych i społecznych. Człowiek wycofuje się z realnego świata i chowa w świecie własnych przeżyć. Lęk ten powstaje poprzez burzenie starego świata i budowanie nowego, posklejanego z mroków psychiki (Kępiński, 2012).
4. Lęk psychoorganiczny pojawia się przez destabilizację pamięci, co prowadzi do zaburzenia przyswajania przeżyć w odniesieniu do czasu i przestrzeni. Z czasem dochodzi do niego lęk społeczny, wywołany nieumiejętnością funkcjonowania jednostki w społeczności.
5. Lęk oligofreniczny powstaje w wyniku obniżenia wydolności ośrodkowego układu nerwowego. Ograniczone jest wtedy funkcjonowanie człowieka i jego wymiana informacji ze środowiskiem. Możliwości funkcjonowania są adekwatne do poziomu niedorozwoju. Odmienność, trudność z komunikacją i rozumieniem zewnętrznego świata może nasilać lęki, które mają swoje korzenie w lęku społecznym.
6. Lęk urojeniowy wiąże się ze społecznym charakterem funkcjonowania człowieka między innymi w obszarze symboli informacyjnych. Urojenia to tworzenie własnego obrazu świata, które w konsekwencji prowadzi do oderwania od rzeczywistości i nasilania się lęków. Ten lęk ma podobny charakter, jak ten występujący w psychozie i wiąże się z dezintegracją przepływu informacji (Kępiński, 2012).



1.2.4 Lęk w ujęciu Charlesa Donalda Spielbergera

To, co istotnego w ujęciu lęku przez Spielbergera (za: Bielecki, 1988), to podział na lęk jako stan aktualny i lęk jako cecha. Lęk jako stan uwidacznia zmienny stan emocjonalny, subiektywne przeżywanie napięcia, obaw, pobudzenie autonomicznego układu nerwowego. Tutaj idealnie pasuje zwrot przeżywanie lęku doznawanie lęku. Lęk jako cecha to indywidualne, stałe różnice w skłonności doznawania lęku przez daną osobę w sytuacji o charakterze zagrożeniowym. Częstotliwość występowania lęku, nasilenie lęków. Tutaj pasować będzie zwrot „ktoś lękliwy”. Poza tym podziałem spojrzenie Spielberga na lęk nie wnosi zbyt wiele nowego. W swoim ujęciu Spielberger podkreślał, że lęk rozumiany jako stan ma dwie składowe: uświadomione odczucie lęku, objawy fizjologiczno-behawioralne. Lęk rozumiany jako cecha charakteryzuje się dwoma elementami:

1. Cecha lęku służy do opisu w miarę trwałych różnic indywidualnych. Jej pomiar ma wyłącznie statystyczny charakter, a nasilenie lęku u danej osoby określamy porównując jej wyniki do średnich we właściwej jej populacji.
2. Lęk jako cecha to charakterystyczna dla danej osoby ścieżka reakcji stanem lęku, czyli prawdopodobieństwo pojawienia się lęku w danej sytuacji. Pozwala ona na przewidywanie zachowania i nasilenia lęku.

Istotne znaczenie ma określanie w jakim stosunku stan i cecha lęku pozostają do siebie. Cecha lęku to ukryta predyspozycja do określonej reakcji na odpowiednio silny bodziec. Lęk jako stan to odpowiednik możliwości reakcji człowieka w sytuacji stresowej (Bielecki, 1988).

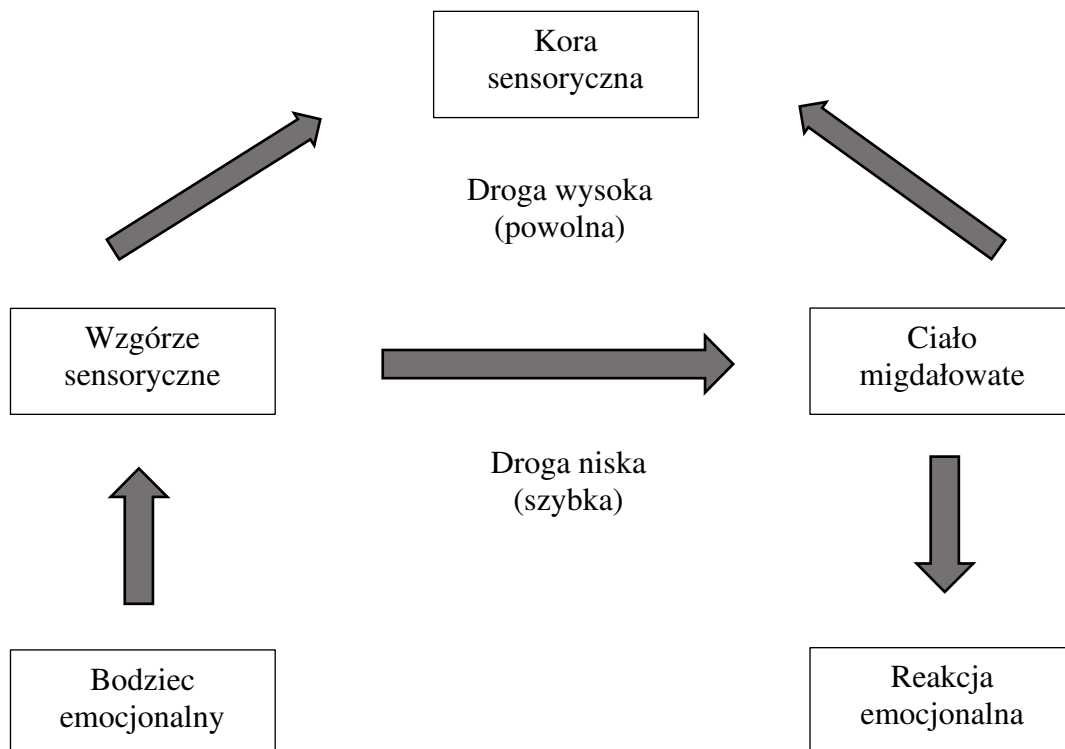
1.3 Uwarunkowania lęku

Liczne badania potwierdzają, że reakcje lękowe wiążą się bezpośrednio z biologią człowieka i nie można ich wyeliminować. Są naturalną częścią ludzkiego życia. Reakcjami lękowymi dysponują zarówno ludzie jak i zwierzęta. Mają one za zadanie chronić nas przed szkodliwymi, czy też nieprzyjemnymi sytuacjami, zdarzeniami, wpływami. Reagowanie strachem w niebezpiecznym otoczeniu zwiększa szanse danej jednostki na przeżycie. Przez wieki reakcje stresowe nie zmieniały się znacząco, ulegały za to zmianie stresory. W dzisiejszym świecie wiele z nich ma charakter wewnętrzny i nie potrzebują zewnętrznego bodźca, żeby pojawił się lęk. Do tej pory nie powstała jedna teoria potwierdzająca, jak powstaje lęk. Nie ma zgodności co do tego, czy jest



on wrodzony, czy pojawia się poprzez socjalizację i wpływ otoczenia rodzinnego, szkolnego czy dalszego. Na lęk wpływać może sposób życia, doświadczenia, cechy charakteru, sytuacja życiowa, pojawiają się również głosy, że niektóre czynniki odpowiadające za pojawianie się lęku mogą być wrodzone. Lęk na poziomie biologicznym jest wręcz wdrukowany w psychikę i ma zapewnić przetrwania jednostki i jej potomstwa. Gatunek ma przetrwać, a lęk się ma do tego przyczynić, chroniąc go przed niebezpieczeństwami. W drodze socjalizacji pojawia się jednak wiele aspektów zewnętrznych, które zaczynają kreować reakcje na bodźce i wywoływane nimi lęki. Od strony budowy mózgu według LeDoux (za: Bodzioch-Bryła, Dorak-Wojakowska, 2017) podstawową strukturą odpowiedzialną za lęk jest ciało migdałowate, które na poziomie nieświadomym steruje ludzkimi reakcjami. LeDoux stworzył model odseparowanych od siebie, lecz połączonych ze sobą dwóch obwodów strachu, generujących sposób reagowania organizmu w sytuacji zagrożenia. Obwody nazwane zostały drogą szybką, czy też niską oraz drogą powolną, czy też wysoką.

Rysunek 1. Sposób reagowania organizmu w sytuacji zagrożenia.



Źródło: Opracowanie własne na podstawie: Bodzioch-Bryła, Dorak-Wojakowska, 2017, s. 31



Analizując powyższe drogi można zobaczyć, że czasami, na poziomie nieświadomości, człowiek reaguje w szybki, instynktowny sposób, bez kontaktu z korą mózgową. Nasz mózg reaguje wtedy szybko, schematycznie, chcąc jak najszybciej zażegnać zagrożenie. Droga wysoka pozwala na świadome podjęcie kroków związanych z konkretnym działaniem i przemyślanej reakcji na lęk. Pokazuje to, dlaczego niekiedy człowiek nie rozumie swojej reakcji w danej sytuacji i ma wrażenie, że powstała ona z pominięciem jego woli. Reakcje na lęk i sam lęk uwarunkowane mogą być wieloma zmiennymi, które mogą przyczyniać się do ich powstawania:

1. Rodzina i otoczenie – to w niej człowiek nabywa pierwsze doświadczenia, modeluje swoje zachowania, reakcje, buduje wewnętrzną siłę, czy też traci poczucie własnej wartości. To w rodzinie dziecko dowiaduje się, czego powinno się bać, a które lęki są śmieszne, czy też dziecinne. Sposób budowania więzi i tworzenia relacji w różnych konfiguracjach daje dziecku siłę do mierzenia się z lękami, ale może też podciąć mu dopiero co wyrastające skrzydła i poprzez patologiczne postępowanie rodziny doprowadzić do wzmożonych lęków, a nawet różnych zaburzeń o podłożu lękowym. W pierwszym okresie życia głównym generatorem lęków jest matka, która ma najsilniejszą więź z dzieckiem i zapewnia mu biologicznie przeżycie. Następnie wpływ rozszerza się o ojca i innych opiekunów, oraz środowisko przedszkolne, szkolne, rówieśnicze. I to właśnie otoczenie przyczynia się do tego, co jest odbierane jako sytuacja zagrożenia, a co nie. Dziecko naśladuje, obserwuje, analizuje, słucha tego jak zachowują się inni i powtarza te zachowania. Biologicznie to właśnie szybkie uczenie się od innych mogło uchronić dziecko przed niebezpieczeństwem. Tym samym lękowość może być świadomie lub nie, przekazywana przez rodzinę i otoczenie.
2. Wrodzone reakcje – w celu zapewnienia podstawowej ochrony człowiek ma wrodzone reakcje lękowe na konkretne obiekty, które mogą być dla niego niebezpieczne. Na poziomie nieświadomym możemy doświadczać lęku przed dzikimi zwierzętami, węzami, pajakami, ale też przed burzą, silnym wiatrem czy wodą (Kępiński 2012). Odbywa się to na poziomie nieświadomości zbiorowej, przekazywanej z pokolenia na pokolenie, tłumaczącej nie związane z doświadczeniem zachowania i wzorce reagowania (Bednarska, 2009).
3. Religia – wraz z pojawieniem się religii i jej sukcesywnym rozwojem pojawił się strach i lęk, które już na zawsze miały zawładnąć umysłem człowieka. Człowiek bał się już nie tylko śmierci, ale i pozbawienia życia wiecznego. Jakby tego było mało



obawiał się o własne gesty, słowa, zachowania, obawiał się zjawisk, których nie rozumiał i pogody, na którą nie miał wpływu. Z upływem lat człowiek zaczął tłumić swoje potrzeby i bać się, że gdy sięgnie po ich zaspokojenie to spotka go kara boska. Sama spowiedź stała się procesem, który miał poza wybaczeniem wpoić człowiekowi lęk przed tym, że będzie zły (Kamiński, 2014).

4. Kultura – zdecydowany wpływ na obszary wywołujące lęk ma kultura, w której człowiek dorasta. To ona może napędzać spiralę strachu, tworzyć obiekty, które mają strach wywoływać, na stałe zakotwiczać w danej społeczności konkretne lęki. Z drugiej zaś strony oswajając irracjonalne lęki, tłumaczyć, edukować.
5. Doświadczenia – nabywane przez człowieka mogą generować lęki. Jeżeli doszło do traumatycznego zdarzenia, śmierci bliskiego opiekuna, choroby, wypadku, wykorzystania seksualnego, przemocy to mogą te przejścia pozostać w człowieku i generować silne lęki łącznie z PTSD. Jeżeli doświadczyliśmy traumy, to będziemy odczuwać lęk w wielu sytuacjach przypominających lub chociaż tworzących cień szans na podobne zdarzenia. Pozytywne doświadczenia w życiu mogą też zmniejszać lęki, oswajając je i poprzez powtarzalność schematu wprowadzać poczucie bezpieczeństwa w danej sytuacji.
6. Czynniki genetyczne – mają też istotne znaczenie. Predyspozycje genetyczne mogą wprowadzać większe ryzyko zachorowania na zaburzenia lękowe. Temperament może wpływać na poziom lękliwości, cechy charakteru również mogą mieć wpływ na to jak odbierana jest rzeczywistość i jak projektowane są lęki.
7. Czynniki biologiczne - na bardzo podstawowym poziomie wpływają na funkcjonowanie człowieka, w tym na poziom odczuwanego lęku. Mogą na to mieć wpływ na przykład zaburzenia w równowadze neuroprzekaźników w obszarze mózgu, zaburzenia w budowie anatomicznej mózgu.
8. Istotne zmiany w życiu - również mogą wywołać nasilenie lęków. Kiedy dochodzi do ważnych zdarzeń, takich jak na przykład pójście do przedszkola, zmiana szkoły, wyprowadzka, zmiana pracy, pobyt w zakładzie karnym, pobyt w szpitalu, może pojawić się wzmożony lęk przed tą nową sytuacją i konsekwencjami, jakie ona za sobą pociągnie.

Podsumowując można stwierdzić, że nie ma jednego czynnika będącego uniwersalnym powodem występowania zaburzeń lękowych. Geneza powstawania lęków jest wieloczynnikowa i może być inna dla każdego człowieka.



1.4 Przegląd badań dotyczących lęku

A. Kępiński (2012) jako predyspozycje do wytworzenia się osobowości lękowej wskazał w swoich opracowaniach na istotny wpływ matki na dziecko. Matka obojętna, nastawiona wrogo, zalękniona czy też bezradna zwiększała prawdopodobieństwo występowania u dziecka nadmiernej lękliwości (Kępiński, 2012). Oddzielenie dziecka od matki wiąże się z ryzykiem śmierci potomstwa, stąd związek pomiędzy matką i dzieckiem jest podwaliną poczucia bezpieczeństwa. Zerwanie przez matkę relacji z dzieckiem wiąże się z budowaniem się u niego lęku. Kolejnym istotnym elementem jest przenoszenie z matki na dziecko stanów emocjonalnych. Lękliwa matka zapewne przekazuje dziecku swoje stany niepokoju (Kępiński, 2012). Rola ojca jest niezwykle ważna w kształtowaniu się ładu i porządku, ale też przy niewłaściwych relacjach lęku społecznego.

Inne badania „Postawy rodzicielskie matki i ojca a lęk jako stan i lęk jako cecha u młodych dorosłych”, przeprowadzone przez Dr Marię Jankowską (2014) potwierdzają, że istnieje zależność pomiędzy postawami rodzicielskimi a lękiem jako stan i lękiem jako cecha u młodych dorosłych. Jej wyniki są zgodne z przedstawioną powyżej tezą Kępińskiego o znaczącym wpływie matki. Jej postawa rodzicielska wpływa istotnie na generowanie lęku u dzieci obojga płci. Postawa akceptacji i autonomii u matki koreluje z niższym poziomem lęku jako stan u dzieci płci żeńskiej, zaś postawa autonomii koreluje z niższym poziomem lęku jako cecha u dzieci płci męskiej. Adekwatnie korelują postawy negatywne, które potęgują występowanie lęku zarówno u dzieci płci męskiej jak i żeńskiej. Tutaj najsilniej koreluje postawa nadmiernie wymagająca, która zaburza u dziecka poczucie własnej wartości i podnosi poziom lękowości. Postawa niekonsekwencji u matki jest szczególnie niekorzystna w potęgowaniu lęku jako cechy u córek. W odniesieniu do ojców korelację można zaobserwować pomiędzy postawą akceptacji, która zmniejsza lęk u synów oraz z niewłaściwymi postawami nadmiernie wymagającą i niekonsekwentną, która korelowała z wystąpieniem u synów wyższego poziomu lęku jako stan i lęku jako cecha. Można zatem stwierdzić, że im bardziej akceptujący rodzice, dający autonomię w odpowiednim wymiarze, tym w niższym stopniu występuje lęk jako stan i lęk jako cecha u młodych dorosłych. Najmocniej na kształtowanie się lęku wpływają zaś postawy nadmiernie wymagające i niekonsekwentne.



W opracowaniu J. Bieleckiego (1988) można znaleźć badania dotyczące lęku jako stan i lęku jako cecha u jękającej się młodzieży. Wyniki pokazują, że nie ma istotnej statystycznie różnicy w obszarze nasilenia lęku jako cecha i lęku jako stan wśród osób jękających się i w grupie kontrolnej. Nie potwierdziło się tym samym przypuszczenie, że poziom lęku u osób jękających będzie wyższy niż u osób z grupy kontrolnej (Bielecki, 1988).

W publikacji „Poziom lęku u rodziców noworodków leczonych w oddziale intensywnej terapii a wsparcie ze strony rodziny i personelu medycznego” badaniom poddano rodziców dzieci hospitalizowanych na oddziale intensywnej terapii noworodka, gdzie hospitalizacja wiązała się z zagrożeniem życia dziecka. Badania skupiały się na pokazaniu poziomu lęku i poczucia winy u rodziców. Badaniem objęto 39 rodziców, większość z nich odczuwała wysoki poziom lęku i bezradności, a 41% miało poczucie winy. U kobiet zaobserwowano wyższe niż u mężczyzn przygnębienie, zaś rodzice o wyższym poziomie lęku częściej nie odczuwali poczucia bezpieczeństwa. Sytuacja, w której następuje obawa o zdrowie i życie dziecka są więc bardzo lękotwórcze i potrafią również wpłynąć na silne poczucie winy u rodziców (Kwiatkowska-Guca i in., 2010).

W pozycji „Postawy rodzicielskie i poziom lęku matek dzieci nieśmiałych”, Iwona M. Marcysiak i Stanisław Siek (1996) objęli badaniem nieśmiałych uczniów klasy I-IV, ich matki w wieku 28-47 lat oraz grupę kontrolną. Większość z matek miała wykształcenie średnie. Wyniki badań nie wskazały na istotne statystycznie różnice pomiędzy postawami i poziomem lęku u matek nieśmiałych dzieci i u matek z grupy kontrolnej. Poszczególne wyniki w obu grupach różniły się od siebie, jednak może to jedynie wskazywać na swego rodzaju tendencję w danej grupie. Na przykład na nieznacznie większą tendencję do lęku o matkę dzieci nieśmiałych (Marcysiak, Siek, 1996). Nad lękiem i stylami radzenia sobie ze stresem pochyłono się w realizowanym w 2015 roku badaniu sytuacji rodziców w obliczu choroby onkologicznej ich dziecka. Rodziców przebadano kwestionariuszami CISS oraz Inwentarz STAI. W badaniu wykazano, że zarówno lęk jako stan, jak i lęk jako cecha wiążą się dodatnio ze stylem skoncentrowanym na emocjach i skoncentrowanym na unikaniu. Im wyższy poziom lęku tym trudniej ze skupieniem się na zadaniowych aspektach radzenia sobie z nasilonym stresem. Sytuacja nowotworowej choroby dziecka jest bardzo stresująca i lękotwórcza, a podwyższony poziom lęku ukierunkowuje koncentrację na doświadczeniach negatywnych emocji i przekierowaniu się na czynności zastępcze. Tym samym można zakładać, że im wyższy poziom lęku u rodziców, tym



trudniej znaleźć im przestrzeń i energię na zapewnienie wsparcia dziecku – zarówno tego emocjonalnego, jak i instrumentalnego (Bargiel-Matusiewicz, Ziółkowska, 2015).

Czynnikiem znacząco wpływającym na poziom lęku u całej populacji, w tym między innymi u rodziców jest i była pandemia koronowirusa. W 2020 roku przeprowadzono w Polsce różne badania sprawdzające sytuację Polaków podczas pandemii Covid-19. Jedne z nich – „Występowanie zaburzeń lękowych wśród Polaków w dobie pandemii COVID-19” objęły swoim zasięgiem 2457 respondentów, z czego 82% stanowiły kobiety. Prawie 80% osób wykazywało lęk przed zachorowaniem. 3 na 4 osoby biorące udział w tym badaniu przejawiało różnego rodzaju nasilenie stanów lękowych, u 23% były to silne zaburzenia lękowa, zaś u 44% badanie wskazało na zespół lęku uogólnionego. Można wnioskować, że tak duże występowanie lęku w dobie pandemii w społeczeństwie może wynikać z przekazów medialnych, obostrzeń, ograniczeniami w kontaktach społecznych, poczuciem bezsilności i bezradności w obecnej sytuacji, sytuacji ekonomicznej.

Przed pandemią zespół lęku uogólnionego występował u około 1% populacji polskiej. W trakcie całego życia 5-9% populacji przechodziło napad lęku uogólnionego. Można zobaczyć, jak znacząco podniósł się obecnie poziom lęku uogólnionego w społeczeństwie po pojawieniu się zagrożenia ze strony koronowirusa. Niestabilność i niepewność co do przyszłości w znaczący sposób wpływa na pojawienie się frustracji oraz lęku o to, jak będzie wyglądać życie po pandemii i czy w ogóle ten moment nastanie. Bardzo dużym stresorem jest ograniczenie wsparcie społecznego, które jest niezbędne każdej jednostce do spokojnego funkcjonowania. Warto podkreślić, że lęk zarówno przed jak i podczas pandemii częściej występował u kobiet niż u mężczyzn (Babicki, Mastalerz-Migas, 2020). Z innego badania zrealizowanego wśród rodziców uczniów można wywnioskować, że pojawiał się u rodziców silny lęk wywołany pandemią. Aż 61,4 % rodziców wskazało na pojawianie się lęku przed możliwością zakażenia, 29,6% wskazało, że nie odczuwa takiej obawy. Wśród nauczycieli było to aż 80,9% respondentów, a tylko 14,9% wskazało na brak obawy przed zarażeniem. Wielu rodziców i nauczycieli obawiało się, czy można zapewnić bezpieczne warunki kształcenia dzieciom i pracownikom szkół. Pojawiała się nieufność, co do odpowiedzialności innych uczniów i rodziców za bezpieczeństwo i zabezpieczanie się przed roznoszeniem wirusa. Duży lęk wywoływała również perspektywa nałożenia na domowników kwarantanny wynikającej ze zdiagnozowania COVID-19 w szkole. Aż 71% respondentów wskazało właśnie na lęk w tym zakresie. Co ciekawe aż 63,2%



rodziców i 51,1% nauczycieli przejawiało lęk przed przejściem na kształcenie zdalne (Turska-Kawa i in., 2020).

W ramach projektu „Wpływ pandemii COVID - 19 na emocje, zachowania i postawy Polaków” realizowanego przez zespół: dr hab. Katarzynę Hamer, dr Marię Baran, dr Martę Marchlewska oraz prof. dr hab. Krzysztofa Kaniasty w 2020 roku cztery razy poproszono te same osoby o odpowiedź na przygotowane pytania odnośnie obaw związanych z pandemią. Obawy Polaków oscylowały w kilku obszarach:

- lęku przed zbyt szybkim rozchodzeniem się wirusa w marcu było to aż 75% ankietowanych, w grudniu już 55%,
- lęku przed niewydolnością służby zdrowia, największe obawy były w kwietniu w 79% ankietowanych, spadły w maju do 56% i wzrosły znowu w grudniu do 64%,
- lęku przed zachorowaniem bliskiej osoby - 72% osób bało się tego w marcu, 75% w kwietniu, 61% w grudniu,
- lęku przed ogólnym kryzysem finansowym (71% osób w marcu, 80% w kwietniu, i spadek do 61% w grudniu),
- lęku o sytuację ekonomiczną rodziny – lęk u 75% osób w kwietniu i spadek do 55% w grudniu,
- lęk przed ograniczeniem swobód obywatelskich i wprowadzeniem dyktatury - 62% w kwietniu i następnie utrzymujące się do końca roku 58%,
- lęk przed nasileniem innych chorób, które zostały zaniedbane przez walkę z pandemią koronawirusa – w czerwcu 64% i wzrost w grudniu do 68%.

Na każdym etapie badania to kobiety bardziej niż mężczyźni obawiały się epidemii oraz osoby starsze (powyżej 55 roku życia) bardziej od młodszych.

Zmniejszająca się z biegiem czasu tendencja lękowa może świadczyć o psychicznym uodpornianiu się na stres wywołany pandemią czy też pojawiania się strategii zaprzeczania. Niemniej nie da się ukryć, że doszło do obniżenia dobrostanu u Polaków, więcej osób odczuwało samotność, brak sprawczości, spadek zadowolenia z życia (Hamer i in., 2020).

Podobne refleksje nasuwają się po analizie badania „Objawy depresji i lęku wśród Polaków w trakcie epidemii COVID-19”. Badano w nim nasilenie oraz uwarunkowania objawów depresji i lęku uogólnionego u dorosłych Polaków w trakcie pandemii COVID-19. Poddano ich badaniu 4 razy w liczbach 1179 osób w maju, 1014 osób w czerwcu, 857 w lipcu i 688 osób w grudniu. W uzyskanych wyników można zobaczyć, że nasilenie depresji i lęku było wyższe w maju i grudniu niż w lipcu, kiedy zniesiono ograniczenia



i rozpoczął się sezon urlopowy. Początek pandemii najsilniej negatywnie oddziaływał na młode osoby w wieku 18-24. W grudniu zaś to osoby w wieku 35-44 doświadczyły najsilniejszych objawów depresji i lęków. Mogło to wynikać z dużego przeciążenia w łączeniu pracy z edukacją dzieci i sytuacją zagrożenia zarażeniem (Gambin i in., 2020).



Rozdział 2 Rodzina oraz postawy rodzicielskie

2.1 Przegląd definicji związanych z rodziną i postawami rodzicielskimi

Rozważania na temat typologii postaw rodzicielskich rozpocząć można od przyjrzenia się pojęciu rodziny. Pomimo, że znane jest ono i używane powszechnie, jego jednoznaczne zdefiniowanie wcale nie jest prostym zadaniem. Trudno stworzyć jedną definicję, która celnie odnosiłaby się do wszystkich znanych kultur, obszarów historycznych, czy społeczności, łącząc jednocześnie zachodzące zmiany społeczne i światopoglądowe, które w różnych obszarach geograficznych mają odmienną dynamikę. Dochodzą jeszcze aspekty prawne na danym terenie i zapewne wiele innych uwarunkowań. Rodzina na przestrzeni wieków ulegała ciągłym przekształceniom, a wraz z tymi zmianami zmieniało się jej postrzeganie, czy też definiowanie. Sprawy nie ułatwiał fakt, że tematem rodziny niemal zajmują się bardzo różne dyscypliny naukowe, jak medycyna, psychologia, pedagogika, socjologia, demografia, prawo, ekonomia i wiele innych. Na rodzinę można spojrzeć jako na grupę społeczną, potraktować jak instytucję, czy też środowisko wychowawcze albo system społeczny. Jako grupa społeczna rodzina ma charakter pierwotny, jest to najczęściej pierwsza grupa, która zaspokaja zarówno fizyczne, psychiczne, jak i społeczne potrzeby jej członków. Spoglądając na rodzinę, jak na instytucję, należy odwołać się do konkretnych przepisów prawnych funkcjonujących na danym obszarze (np. Kodeks rodzinny). Instytucjonalność można też obserwować w sposobie zaspokajania potrzeb osób będących członkami rodziny oraz jej interakcji ze społeczeństwem, w którym dana rodzina żyje. Przyglądając się definicji od strony środowiska wychowawczego, rodzina jest przedstawiana jako pierwotne środowisko wychowawcze, które od podstaw odpowiada za rozwój dzieci, kształtowanie się ich postaw i wartości. Jest łącznikiem pomiędzy dziećmi, a społeczeństwem i wprowadza je w otaczający świat kształtując nastawienie do niego, czy wyrażane poglądy. W obszar wychowawczy wchodzi między innymi:

- potrzeby i ich zaspokajanie,
- kontakty międzyludzkie,
- relacje pomiędzy członkami rodziny i osobami spoza rodziny,
- umiejętności komunikacyjne, wyrażania siebie,
- symbole kulturowe.



Według M. Tyszkowej (za: Bochniarz, 2010) należy też pamiętać, że w tym środowisku rodzinnym dziecko w aktywny sposób uczestniczy w wybieraniu działań rodziców pod kątem swoich potrzeb, aktualnych możliwości i etapów rozwoju. Samo ma też istotny wpływ na kształtowanie się tego środowiska.

W ujęciu systemowym rodzinę stanowią poszczególne jednostki ją tworzące, ale równocześnie stanowi ona odrębna całość, na którą składają się:

- potrzeby,
- normy,
- cele,
- zasady,
- spójność,
- zadania o charakterze społecznym (Bochniarz, 2010).

Cały system dodatkowo składa się jeszcze z licznych, wzajemnie na siebie oddziałujących podsystemów. Podsystemów może być tak wiele, jak wiele da się wymyślić kryteriów do ich tworzenia, np. młodzi - starzy, mężczyźni - kobiety, chorzy – zdrowi, dzieci - dorośli. Jeden członek rodziny może równocześnie należeć do kilku podsystemów, np. dziecko może być w podsystemie jako brat i syn. Najważniejszy podsystemem stanowi w rodzinie związek dwójki dorosłych (małżeństwo/partnerstwo) i tworzy tak zwany nadsystem. Jak można zobaczyć rodzina to złożony system pełen powiązań, wpływów wewnętrznych i zewnętrznych, relacji, więzi. Każdy członek rodziny ma wpływ na innych członków, a najbardziej znaczący wpływ na dzieci w rodzinie mają rodzice i ich postawy, które kształtują się w interakcji z dziećmi i ich potrzebami. Jest to system, który podobnie jak ludzkie ciało, dąży do równowagi, a wpływ na niego mają wszystkie jego części (Schaffer, Kipp, 2014). Reasumując, aby całość rodziny funkcjonowała poprawnie, to każdy z jej członków powinien funkcjonować w równowadze. Mamy tutaj do czynienia z systemem psychospołecznym, który ma determinujący wpływ na rozwój kolejnych pokoleń.

Widząc przedstawioną powyżej złożoność problematyki rodziny można zauważyć, że definiowanie tego pojęcia może przysparzać trudności. Próbując przyjrzeć się definicjom zobaczymy, że z jednej strony dowiemy się, że rodzina to co najmniej dwie osoby, które są ze sobą związane urodzeniem, związkiem formalnym (małżeństwo, adopcja) lub własnym wyborem, które odczuwają więź emocjonalną i mają w stosunku do siebie obowiązki (Schaffer, Kipp, 2014). Z innej strony, jako rodzinę definiować będziemy grupę bliskich sobie ludzi, które są połączone określoną wspólnotą: majątkową,



formalną czy też terytorialną (Janicka, Liberska, 2015). Plopa (2007) dodatkowo wymienia 3 cechy, które determinują według niego postrzeganie rodziny:

- organizacyjna złożoność (wspólne budowanie głównego systemu rodzinnego),
- całościowość (tworzenie kompleksowej i jednolitej całości),
- współzależność (wzajemna zależność i wpływanie na siebie).

Rodzina, niezależnie od pochodzenia, ma istotny wpływ na zaspokajanie potrzeb jej członków, rozwój, budowanie jedności rodzinnej i tożsamości oraz relacje ze światem zewnętrznym. Jednym z istotnych aspektów tych wpływów są granice. Każdy system rodzinny posiada granice zarówno wewnętrzne, jak i zewnętrzne (Janicka, Liberska, 2015). Zewnętrzne oddzielają daną rodzinę od innych systemów, umożliwiają komunikację między innymi systemami, a rodziną, współpracowanie, tworzenie relacji. Granice w rodzinie stawiać można fizycznie, poprzez np. groźenie swojej przestrzeni życia, jak i psychologicznie, dopuszczając, lub też nie dopuszczając innych do systemu, chroniąc system lub też odwrotnie - wystawiając go na zagrożenia. Szczelność granic w danym systemie wpływa na to, w jakim stopniu świat poza rodziną będzie miał na nią wpływ. Granice wewnętrzne wytwarzają się bezpośrednio pomiędzy członkami rodziny i podsystemami. Każda rodzina tworzy własny mikrokosmos, pełen unikalnych zasad, poglądów, wartości, działań, uczuć. Słabe granice wewnętrzne nie pozwalają na zachowanie autonomii i zdrowego rozwoju jej członków. Rodziny są wtedy splecione i uwikłane, ich członkowie nie troszczą się o siebie nawzajem, nie mogą liczyć na swoją pomoc. Zbyt sztywne granice zamykają przepływ informacji i emocji, gaszą ekspresję. W takim systemie jego członkowie nie mają zbyt dużej wiedzy o sobie nawzajem, nie oczekują wzajemnego wsparcia, jest duże wyobcowanie i brak zaangażowania członków rodziny w system. Konieczna jest tutaj elastyczność granic i otwarcie na drugiego człowieka oraz rodzinne podsystemy, aby budować zdrowe postawy między innymi rodzicielskie oraz spełniać funkcje, jakie ma do spełnienia rodzina.

Funkcje rodziny są ściśle powiązane z jej strukturą, rolami osób w niej będących, zbudowanymi relacjami, predyspozycjami wewnętrznymi jej członków. Pojęcie rodziny łączy się bezpośrednio z innym pojęciem - zadań rodziny. Według Ziemskiej (1986) podstawowe funkcje rodziny stanowią przypisane jej zadania. Chcąc przeanalizować funkcje rodziny można przywrócić się temu zagadnieniu pod kątem etapów życia rodziny i przypisać do nich konkretne zadania:

1. Małżeństwo bez dzieci - zadania: budowanie stabilnej relacji, powstawanie zasad, struktury związku, planów, ewentualne przygotowanie się do rodzicielstwa.



2. Rodzina wychowująca dzieci do wieku 30 miesięcy - zadania: opieka nad dzieckiem, przystosowanie się do nowej rzeczywistości, stymulowanie rozwoju dziecka.
3. Rodzina wychowująca dzieci w przedziale wiekowym 2,5 – 5 lat - zadania: wspieranie rozwoju potencjału dziecka.
4. Rodzina wychowująca dzieci w przedziale wiekowym 6 lat - 12 lat - zadania: socjalizacja i edukacja dzieci.
5. Rodzina wychowująca dzieci w przedziale wiekowym 13 lat - 20 lat - zadania: określanie granic zachodzących pomiędzy swobodą dziecka, a odpowiedzialnością.
6. Rodzina z dzieckiem, które opuszcza dom - zadania: wsparcie separacji dziecka, dalsze wspieranie dziecka, budowania relacji w nowej rzeczywistości.
7. Rodzice w wieku średnim - zadania: budowanie celów, szukanie sensu, konstruowanie wspólnego życia.
8. Rodzice na emeryturze - oswojenie tematu starości i perspektywy śmierci współmałżonka.

W odniesieniu do wymienionych powyżej zadań, wg Ziemskiej możemy mówić o następujących funkcjach rodziny:

- prokreacyjna,
- zarobkowa,
- opiekuńczo – wychowawcza,
- socjalizacyjna,
- psychohigieniczna.

U Rostowskiej (za: Janicka, Liberska, 2015) funkcje rodziny zostały rozszerzone o dodatkowe pozycje i ostatecznie przedstawiła je w następujący sposób: prokreacyjna, ekonomiczna, opiekuńczo – wychowawcza, socjalizacyjna, edukacyjna, emocjonalno – ekspresyjna. Klasyfikacja funkcji rodziny wg Wałęckiej - Matyja (za: Janicka, Liberska, 2015) określa nową perspektywę spojrzenia na rodzinę - tzw. modelu niezależności, który bezpośrednio dotyczy:

- uznania autonomii i polegania na sobie za fundamentalną wartość wychowania,
- rozluźnienia struktur rodzinnych w stronę atomizacji,
- ograniczenia relacji wspólnotowych,
- osłabienia funkcji socjalizacyjnej,
- podążania w kierunku usamodzielniania potomstwa.

Wałęcka - Matyja wyróżnia tym samym następujące funkcje rodziny:



- prokreacyjną (nie w każdym związku),
- seksualną (również w kontekście przyjemności nie tylko prokreacji),
- ekonomiczną,
- opiekuńczą,
- socjalizacyjną,
- emocjonalną,
- spójności.

Rodzina, która nie wypełnia którejś lub kilku z funkcji może być określana mianem dysfunkcyjnej, czyli takiej, która wpływa negatywnie na członków rodziny, w bezpośredni sposób blokując ich potrzeby. Może również w pośredni sposób wpływać na społeczeństwo.

Reasumując, nawet rodzina, która jest postrzegana jako najzwyczajniejsza na świecie, jest złożonym systemem społecznym o wielu funkcjach i zadaniach, w którym znaleźć można różne role i postawy. Każdy członek rodziny ma znaczący wpływ na system, jak i na zachowanie poszczególnych członków rodziny, a relacja dwóch członków może zaważyć na funkcjonowaniu pozostałych podsystemów, jednostek, czy całego systemu rodzinnego. Zmieniająca się dynamika życia rodzinnego, społecznego, środowiskowego sprawia, że socjalizacja to nie tylko przepływ pomiędzy rodzicem, a dzieckiem, ale i wpływ różnych innych czynników otaczających rodzinę bezpośrednio czy pośrednio.

Ogólna definicja postawy rodzicielskiej mówi, że to dość stała skłonność do ustosunkowania się pozytywnie lub negatywnie do danej osoby (Wojcieszek, 2000). Ziemska zaś rozwija definicję postaw jako tendencję do określonego zachowania wobec osoby, problemu czy sytuacji tzw. przedmiotu zainteresowania, w kierunku którego jest wyrażana (Ziemska, 1969). Postawę możemy rozpatrywać ze względu na następujące mechanizmy:

- postawa jako rezultat przekonań,
- postawa jako rezultat emocji,
- postawa jako rezultat zachowań.

Postawa jako rezultat przekonań bazuje na założeniu, że stosunek emocjonalny do danego człowieka wynika bezpośrednio z opinii jaką posiada się na jego temat. Postawa rozpatrywana z poziomu emocji opiera się o tzw. warunkowanie klasyczne, gdzie znak emocjom nadajemy głównie w odniesieniu do tego, jak nam się dana osoba kojarzy, czy z pozytywnymi emocjami czy z negatywnymi. Postawa będące rezultatem zachowań bazuje na tym w jaki sposób się w stosunku do danej osoby zachowujemy.



Jeżeli jest to pozytywne zachowanie, to postawa również jest pozytywna, a jeżeli zazwyczaj zachowujemy się negatywnie w stosunku do kogoś, to nasza postawa również będzie negatywna (Wojcieszek, 2000). Postawy mają nierozzerwalnie silny związek z zachowaniami, jakie dany człowiek przejawia na każdym etapie swojego rozwoju. Rodzice, w momencie zdecydowania się na potomstwo, otrzymują również pewne powinności wobec swojego dziecka, do podstawowych można zaliczyć:

1. Opiekę – zapewnienia rzeczy niezbędnych do życia, zdrowego funkcjonowania i zaspokojenia potrzeb dziecka, takich jak m.in. jedzenie, ubranie, miejsce do życia, zdrowie fizyczne i psychiczne, bezpieczeństwo, zaspokajanie potrzeb społecznych, inne potrzeby materialne, edukacyjne.

2. Zasilanie emocjonalne, obejmujące: okazywanie bezwarunkowej miłości, dawanie uwagi, skupianie się na dziecku, zaspokajanie jego emocjonalnych potrzeb, szacunek do dziecka i jego godności, tworzenie bezpiecznej przestrzeni, dawanie uważnego wsparcia, tworzenie poczucia przynależności i bycia ważnym, docenianie dziecka; okazywanie mu zrozumienia, troski.

3. Wychowanie - wprowadzania dziecka w nadchodzącą dorosłość, usamodzielnianie, kształtowanie psychiki i emocji u dziecka.

Składa się na nie: bycie wzorem dla dziecka, rozwijanie empatii własnej i empatii u dziecka, rozwój inteligencji emocjonalnej, wspieranie w samodzielnym myśleniu, wprowadzanie w świat norm społecznych, kształtowanie umiejętności interpersonalnych i wartości, uczenie dobrej organizacji, pracowitości, przewodnictwo w obszarze rozwoju intelektualnego i duchowego, ochrona przed szkodliwymi wpływami z zewnątrz (Koźmińska, Olszewska, 2014). Sposób i poziom spełniania tych powinności zależy w dużym stopniu od postawy rodzicielskiej danego opiekuna.

Postawy rodzicielskie są ważnym elementem oddziaływania psychospołecznego danej rodziny (Bochniarz, 2015). Mają duży wpływ na panującą w rodzinie atmosferę, jej funkcję wychowawczą i sposób traktowania przebywających w niej dzieci. Najważniejsze zaś jest to, że ma nierozzerwalny wpływ na budowanie więzi i relacji w rodzinie. Postawy rodzicielskie w literaturze definiowane są w odniesieniu do orientacji wobec czegoś, czyli np. element poznawczy (postawa, pogląd), czynników emocjonalnych (element uczuciowo – motywacyjny), czy też od strony behawioralnej. W element myślowy mogą wchodzić opinie na temat dziecka, oceny jego postawy i zachowania. Komponent działaniowy obejmować będzie czynne zachowanie się wobec danego dziecka, zaś element emocjonalny kierować będzie wypowiedziami,



zachowaniami, uczuciami. W postawie rodzicielskiej nie wszystkie komponenty są zawsze obecne. Może występować brak, niedobór jakiegoś komponentu, niektóre komponenty mogą też dopiero się kształtować, a inne być nadmiernie rozbudowane.

Postawa rodzicielska składa się w dużej mierze z ładunku uczuciowego, wyznaczającego kierunek działania z danym dzieckiem. To działanie rodziców, wynikające z niego zachowanie i kierowane uczucia wyznaczają postawę rodzicielską (Bochniarz, 2015). Postawy rodzicielskie, jak i wszelkie inne postawy to wynik długotrwałego uczenia się. Wg Rembowskiego (za: Plopa, 2007) postawa rodzicielska stanowi pełne ustosunkowanie się rodziców do swoich dzieci, do poruszanych zagadnień wychowawczych, osobna dla matki i ojca, a ukształtowana poprzez pełnienie funkcji rodzica. Dodać należy, że wpływ na postawę rodzicielską ma nie tylko pełnienie funkcji rodzica, ale również własna historia danej osoby i jej rodzina pochodzenia, w której była ona przedmiotem postaw rodzicielskich.

Postawy rodzicielskie nie są sztywne i dane raz na całe życie. Podlegają one ciągłym zmianom, które związane mogą być z:

- rozwojem dziecka,
- rozwojem wewnętrznego rodzica (Plopa, 2007).

Najczęściej zmianie ulega obszar związany bezpośrednio z poziomem swobody dziecka i ilością kontroli rodzicielskiej. Zmianie ulegać mogą w czasie proporcje kontaktów fizycznych jak i psychicznych. Postawy rodzicielskie mogą być różnie ukierunkowane i mieć różną siłę oddziaływania, co skutkować może zarówno pozytywnym jak i negatywnym reagowaniem na dziecko (Plopa, 2007).

2.2 Wybrane typologie postaw rodzicielskich

W tym podrozdziale zostaną scharakteryzowane typologie postaw według Leo Kanner, Anny Roe, Charlesa E. Schaefera, Marii Ziemskiej i Mieczysława Plopy.

2.2.1 Typologia postaw według Leo Kanner

Amerykański psychiatra, L. Kanner (za: Bochniarz, 2010), opierając się na teoriach swoich poprzedników, wyróżnił jako pierwszy 4 typy postaw rodzicielskich: akceptacji i miłości, jawnego odrzucenia, perfekcjonizmu, przesadnej opiekuńczości. Opierał się on na swojej praktyce, w której zauważył, że postawy rodziców mają



zasadniczy wpływ na zachowania dzieci. Przedstawione przez siebie typy postaw podzielił na pozytywne i negatywne. Pozytywną postawą jest postawa akceptacji i miłości, gdzie obdarzone tą postawą dzieci są zaopiekowane, w centrum zainteresowania rodziców, którzy okazują im uczucie, wykazują się cierpliwością i wyrozumiałością. Wszystkie te działania sprzyjają zrównoważonemu rozwojowi osobowości i budują u dzieci poczucie bezpieczeństwa i stabilności. Pierwszą z negatywnych postaw przedstawionych przez Kannerera jest postawa odrzucająca, w której rodzice unikają bycia w kontakcie z dzieckiem, są szorstcy, mają surowe nastawienie i odrzucają dziecko. Taka relacja powoduje u dziecka zatrzymanie rozwoju uczuć wyższych, wzrost agresji, dziecko może wejść na ścieżkę przestępczego życia, mieć zachowania destrukcyjne. Kolejną, nacechowaną negatywnie postawą jest postawa perfekcjonistyczna. Tutaj dziecku stawiane są zbyt wygórowane wymagania, nie toleruje się zachowań dziecka, jest ono obwiniane z byle powodu, a aspiracją główną rodziców jest wychowanie idealnego potomka. W konsekwencji takiej postawy dziecko przeżywa silne stany frustracji, ma zachwiane poczucie zaufania do siebie, brak wiary we własne możliwości, poczucie winy i niskie poczucie własnej wartości. Jest to prosta droga do pojawienia się lęków i obsesji. Ostatnią z postaw nacechowanych negatywnie jest postawa nadmiernie opiekuńcza i ochraniająca. Wymaga ona poświęcenia się dla dziecka, co może prowadzić z jednej strony do pobłażania i lekceważenia tego co się z dzieckiem dzieje, a z drugiej strony do przytłoczenia go autorytetem. Buduje to relacje opartą na całkowitej zależności dziecka od opiekuna, pozbawienie go samodzielności, autonomii, prywatności. Dochodzić może zarówno do rozpieszczania, jak i do nadmiernego ograniczania wolności dziecka. W takiej relacji może dojść do zaburzenia dojrzewania psychicznego u dziecka, braku decyzyjności, niezaradności i braku inicjatywy własnej. (Przetacznik-Gierowska, Włodarski, 1994). W tej pierwszej, ustalonej przez Kannerera typologii jest wiele braków. Między innymi nie wskazuje ona na obojętność uczuciową, czy tendencję rodziców do separowania się od dziecka. Niemniej stanowiła ona swojego rodzaju punkt wyjścia do dalszych rozważań o postawach rodzicielskich.

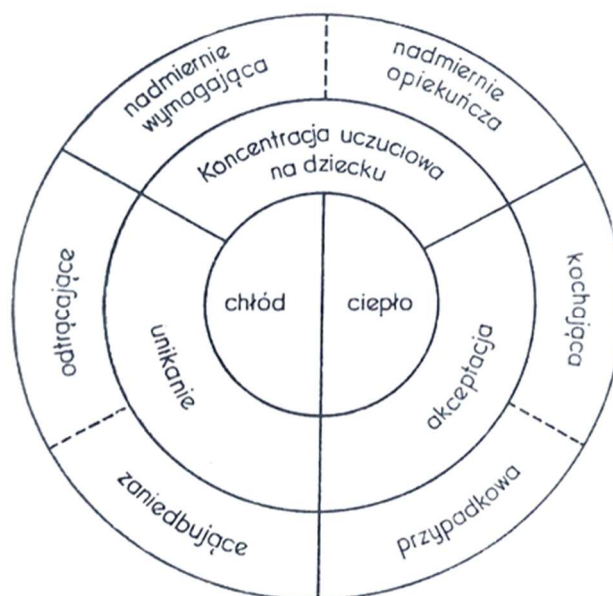
2.2.2 Model postaw rodzicielskich według Anny Roe

Anna Roe (za: Ziemska, 1986) w pewien sposób zawężyła ilość postaw, zamykając je w dwie główne postawy - ciepła i chłodu i połączyła to w 6 zachowań



rodziców. Wg jej schematu powstało jedenaście pojęć, które określały stosunek rodziców do dzieci.

Rysunek 2. Model postaw rodzicielskich według A. Roe



Źródło: M. Ziemska, 1986, s. 171

Rysunek schematu pokazuje kierunki powiązań między pojęciami, a sąsiadujące ze sobą bezpośrednio typy postaw charakteryzują się największym podobieństwem do siebie (Ziemska, 1986). Postawa ciepła w jej typologii mówi o pełnej, ale i okazjonalnej akceptacji. Wskazuje na uczuciową koncentrację na dziecku również w postawie chroniącej. Postawa chłodu wskazuje zaś na częste unikanie kontaktu z dzieckiem, wiążące się z tym zaniedbania, odtrącenia, a uczucia skoncentrowane są na zbyt wygórowanych wymaganiach i oczekiwaniach. Stojące za tymi postawami zachowania, pokazujące emocjonalny stosunek rodziców do dzieci to:

1. Akceptacja przypadkowa (dorywcze zainteresowanie).
2. Akceptacja kochająca (czułość do dziecka, bycie pomocnym).
3. Koncentracja uczuciowa na dziecku nadmiernie opiekuńcza (chronienie dziecka przed otoczeniem, pobłażanie).

4. Koncentracja uczuciowa na dziecku nadmiernie wymagająca (stawianie zbyt wygórowanych oczekiwań).
5. Unikanie odtrącające (pozostawianie dziecka samemu sobie, brak zainteresowania).
6. Unikanie zaniedbująca (niezaspokajanie potrzeb dziecka) (Ziemska, 1986).

Należy wspomnieć, że zarówno postawa ciepła, jak i chłodu jest bezpośrednio związana z uczuciowym skoncentrowaniem na dziecku. Jeżeli koncentracja jest nadmierna, to przy postawie ciepłej znajdzie to odzwierciedlenie w nadmiernej ochronie dziecka, zaś przy postawie chłodu przesunie się postawa wobec dziecka w kierunku nadmiernego wymagania. W typologii Roe dokonała podziału na postawy pozytywne i negatywne. Do pozytywnych zaliczyła postawę kochającą, w której panuje klimat miłości, rodzice poświęcają dziecku uwagę, pomagają w sytuacjach trudnych, zachęcają do samodzielności, unikają karania, są otwarci na potrzeby dziecka. Pozostałe zaliczyła do postaw negatywnych i tak:

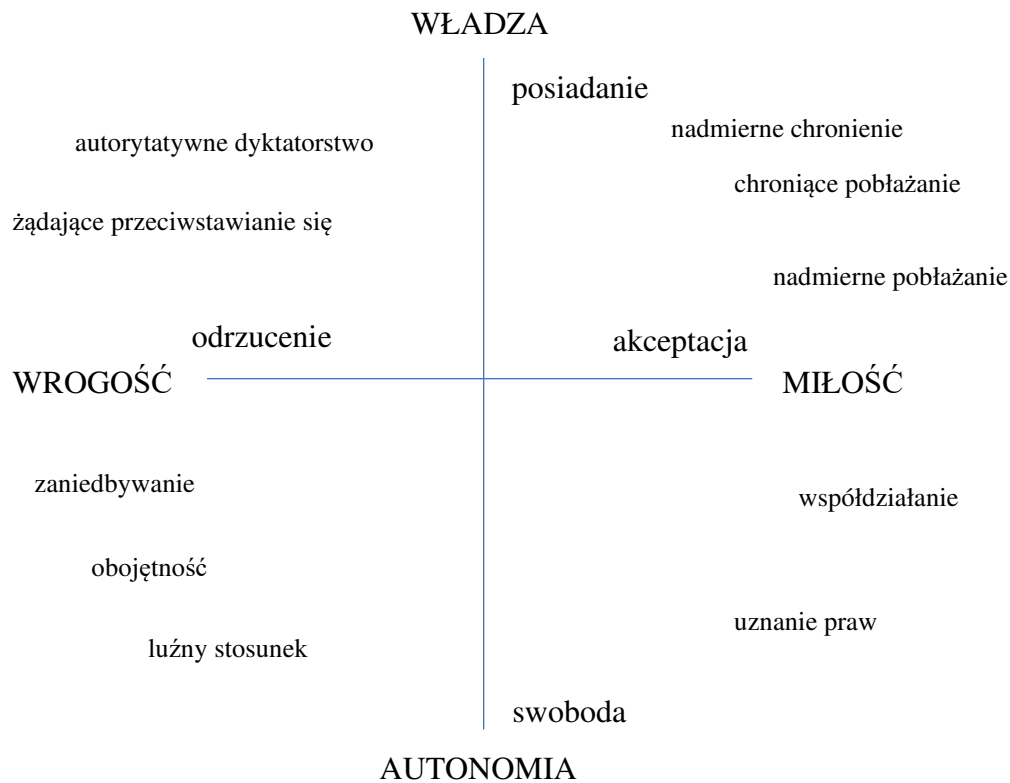
- W postawie nadmiernie opiekuńczej świat rodziców kręci się wokół dziecka. Są oni dla niego pobłażliwi, niekonsekwentni, zbyt wylewni, chronią je przed zewnętrznym światem, stresem, wyzwaniem, sprawiając, że jest całkowicie od nich zależne.
- W postawie nadmiernie wymagającej dziecko stale zderza się ze zbyt wysoko postawionymi przez rodziców wymaganiami, bezwzględnym posłuszeństwem w wypełnianiu zadań, brakiem elastyczności ze strony rodziców. Życie dziecka jest tak prowadzone, aby stało się konstruktywne i pożyteczne, poddawane jest ciągłej kontroli i karom. Jest to styl autorytarny, despotyczny, nie liczący się z dzieckiem i jego uczuciami.
- W postawie odtrącającej następuje odrzucenie dziecka i jego dziecięcości. Jest tutaj wiele chłodu, wrogości, wyśmiewania, nietolerowania błędów, wytykania trudności. Dziecko unika takich rodziców, skazane jest na samotność, zdane samo na siebie.
- W postawie przypadkowej i zaniedbującej brakuje zainteresowania ze strony rodziców, dziecko jest nieistotnym dodatkiem do ich życia, któremu uwagę poświęca się w ostateczności. Potrzeby dziecka nie są zaspokajane. Funkcjonuje ono samo sobie, jest zaniedbane emocjonalnie a niekiedy również fizycznie. Nikt nie interesuje się jego działaniami, przyszłością, wychowaniem.



2.2.3 Model postaw według Charlesa E. Schaefera

E. Schaefer (za: Ziemska, 1986) był badaczem, który wniósł istotny wkład w rozwój modeli postaw rodzicielskich. Stworzony przez niego określony model postaw rodzicielskich jest jednym z najbardziej rozbudowanych modeli. Dokonał on w nim podziału postaw na pozytywne i negatywne oraz wziął pod uwagę postawy szczegółowe, które ściśle związane są z zaspokajaniem potrzeb dziecka w dostosowaniu do jego rozwoju (Ziemska, 1986).

Rysunek 3. Model postaw rodzicielskich według E. Schaefera



Źródło: Opracowanie własne na podstawie: Ziemska, 1986, s. 171

Model zawiera czternaście postaw rodzicielskich, które pogrupowane są w 7 przeciwstawnych par:

1. akceptacja – odrzucenie,
2. uznanie praw – autorytatywne dyktatorstwo,
3. współdziałanie – żądające przeciwstawianie się,
4. nadmierne pobłażanie – zaniedbywanie,
5. chroniące pobłażanie – obojętność,
6. nadmierne chronienie – luźny stosunek (Ziemska, 1986).

Stworzone przez siebie postawy Schaefer przedstawił w odniesieniu do podstawowych osi jako oddalające się lub zbliżające do nich. Oś pionową stanowi autonomia i władza, zaś poziomą miłość i wrogość. Stojące na dwóch biegunach autonomia i władza określają postawę swobody i posiadania. Umiejscowione przeciwległe miłość i wrogość mówią o akceptacji i odrzuceniu. Na obwodzie koła ustawiono te postawy, które są względem siebie zbliżone. W ćwiartce pomiędzy wymiarem „autonomia” i „miłość” wyznaczają się postawy swobody, uznania praw, współdziałania, akceptacji. W ćwiartce pomiędzy wymiarem „miłość” i „władza” wyznaczają się postawy: akceptacji, nadmiernego pobłażania, chroniącego pobłażania, nadmiernego chronienia, posiadania. W ćwiartce pomiędzy wymiarem „władza” i „wrogość” wyznaczają się postawy: posiadania, autorytatywnego dyktatorstwa, żądająca przeciwstawienia się, odrzucenia. W ćwiartce pomiędzy wymiarem „wrogość” i „autonomia” wyznaczają się postawy: odrzucenia, zaniedbania, obojętności, luźnego stosunku, swobody (Ziemska, 1986).

Do postaw pozytywnych E. Schaefer zaliczył swobodę, uznanie praw, współdziałanie i akceptację. Jako negatywne przyjął postawy nadmiernego pobłażania, chroniącego pobłażania, nadmiernego chronienia, posiadanie, autorytatywne dyktatorstwo, żądającą przeciwstawienia się, odrzucenia, zaniedbania, obojętności, luźnego stosunku. Patrząc na ten model można wywnioskować, że o wiele więcej jest postaw negatywnych niż pozytywnych.

2.2.4 Model postaw rodzicielskich według Marii Ziemskiej

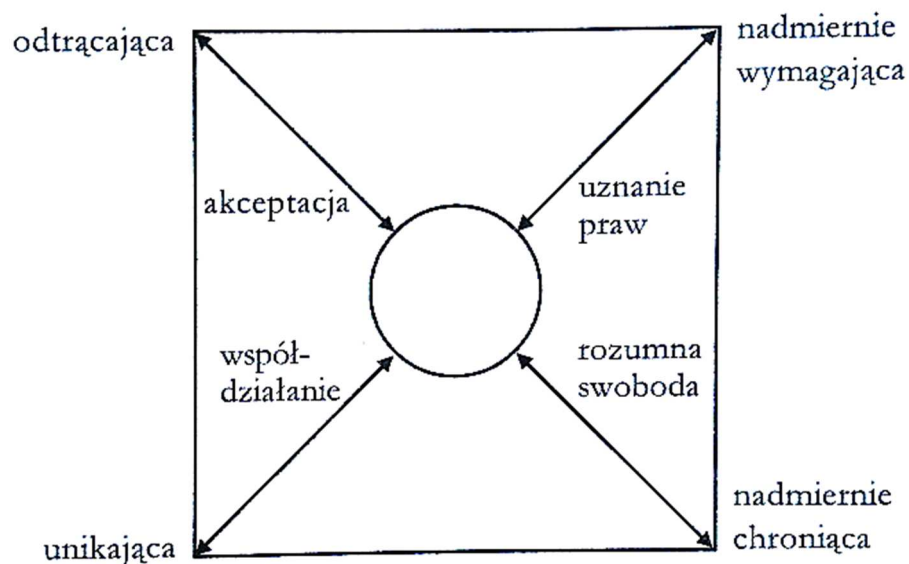
Przenosząc się do polskiej literatury poświęconej postawom rodzicielskim znajdziemy jeden z ważniejszych modeli, który przedstawiła Maria Ziemska (1973). Rozszerzyła ona typologię postaw w taki sposób, aby była ona przydatna zarówno do pracy diagnostycznej, jak i terapeutycznej. Skupiła się tym samym na postawach



niepożądanych i pożądanых. Można zobaczyć, że jej model ma wartościujący charakter i obejmuje 8 postaw rodzicielskich ułożonych w 4 pary:

1. Akceptacja – odrzucenie.
2. Współdziałanie – unikanie.
3. Rozumna swoboda - nadmierne ochranianie.
4. Uznanie praw - nadmierne wymaganie.

Rysunek 4. Model postaw rodzicielskich według M. Ziemskiej (1973)



Źródło: Plopa, 2005, s. 269

Postawa akceptująca charakteryzuje się w tej typologii nieukrywaniem uczuć przed dzieckiem. Rodzic otwarcie okazuje mu bezwarunkową akceptację, zaspokaja potrzeby dziecka, daje mu adekwatną do momentu rozwojowego niezależność, interesuje się szczerze jego życiem i okazuje akceptację dla jego znajomych. Postawa odrzucenia kieruje się okazywaniem negatywnych uczuć, traktowaniem dziecka i jego spraw jako problemu, niewiarygodnego ciężaru. Dominuje tutaj dyktatorski styl w komunikacji z dzieckiem, zdystansowanie uczuciowe i emocjonalne, częste okazywanie

rozczarowania dzieckiem. Surowa dyscyplina wprowadza liczne zakazy, nakazy i kary. Postawa współdziałania to przede wszystkim angażowanie się w sprawy dziecka i związane z dzieckiem w sposób właściwy do potrzeb i pozytywny, rodzic aktywnie uczestniczy w jego życiu, interesuje się nim i jego sprawami. Angażuje również dziecko w życie rodzinne. Postawa unikania niesie ze sobą obojętność wobec dziecka, zaniedbywanie potrzeb i spraw dziecka, wszechobecny dystans uczuciowy, zbyt dużą uległość czy też bierność wobec dziecka, pochłonięcie rodziców innymi tematami, własnymi sprawami a nie dzieckiem, przesuwanie dziecka na margines rodziny, unikanie odpowiedzialności za dziecko i ignorowanie jego potrzeb. Postawa rozumnej swobody kieruje się zaufaniem do dziecka, racjonalnym dostosowywaniem poziomu swobody do potrzeb rozwojowych dziecka, jego cech charakteru i etapu życia. Dziecko dostaje liczne szanse na własną aktywność, wykazanie się inicjatywą, rozwój i samodzielność. Postawa nadmiernej ochrony to przede wszystkim nadopiekuńczość, niezdrowa bezkrytyczność wobec dziecka, częste uleganie dziecku, ale też ograniczanie jego kontaktów społecznych. Rodzice chcą być w centrum życia dziecka, mieć z nim stały kontakt, osaczają je, wyręczają, przejmują wszelkie, trudne sprawy za dziecko i wykazują się dużym lękiem o dziecko. Postawa uznania praw to racjonalne stosowanie dyscypliny i kontroli. Równowaga pomiędzy niedocenianiem a przecenianiem możliwości dziecka. Traktowanie dziecka jako pełnoprawnego członka rodziny, dopuszczanie go do tych spraw rodziny, w których może współdecydować i współuczestniczyć. Postawa nadmiernie wymagająca idzie w stronę nieprzywiązywania wagi do indywidualności dziecka. W takiej postawie panują sztywne zasady i niezmiennie metody wychowywania, koncentracja na dziecku jest jedynie po to, aby ukształtować je na wzór, jaki ustalili sobie rodzice. Wiąże się to ze stawianiem mu wygórowanych wymagań, całkowitym przejęciem decyzyjności w życiu dziecka, odmawianie mu samodzielnych decyzji i własnej odpowiedzialności, ograniczanie swobody, zabieranie wolności, stosowanie kar, wywoływanie lęków (Plopa, 2005).

Do postaw pozytywnych Ziemska zalicza: akceptację, rozumną swobodę, uznawanie praw dziecka, współdziałania. Jako negatywne kwalifikuje postawę nadmiernie wymagającą, nadmiernej ochrony, unikania, odrzucenia. Powyższy podział jest chętnie wspominany i często znajdziemy go w literaturze przedmiotu.



2.2.5 Typologia postaw rodzicielskich w ujęciu Mieczysława Plopy

Obecnie najbardziej powszechnie w polskiej diagnostyce stosowana jest typologia M. Plopy (2008). Podzielił on wytypowane przez siebie postawy rodzicielskie na 5 typów oddziaływań rodzicielskich umieszczonych na przeciwstawnych skalach (Plopa, 2008):

1. Postawa Akceptacji - Odrzucenia

Rodzik akceptuje dziecko takie jakie ono jest, przede wszystkim za to, że jest, a nie za to kim jest. Uczucia są kierowane od rodzica do dziecka i od dziecka do rodzica, następuje płynna, harmonijna wymiana uczuć. Budowane jest poczucie bezpieczeństwa, komunikacja jest otwarta, emocje i potrzeby wprost wyrażane i zaspokajane. Dziecko czuje, że jest bezwzględnie kochane, zauważane są jego potrzeby, rodzice go wspierają, jest widziane i chciane. Przeciwną postawą jest odrzucenie, gdzie zobaczyć można wycofanie rodzica z kontaktów z dzieckiem, które żyje poza relacją, jest niedostrzegane, jego potrzeby bagatelizowane, albo niezauważane. Od rodzica bije chłód, unika on bliskości z dzieckiem, zachowuje dystans i oziębłość uczuciową. Rodzik nie szanuje dziecka i jego świata, jego potrzeby, problemy, emocje są mu obce, obojętne, albo przez niego deprimowane.

2. Postawa Nadmiernie wymagająca

Obecny tutaj model wychowania ma bardzo sztywny charakter. Rodzik przyjmuje postawę autorytetu, ma być tak jak on chce. W swoim zawzięciu nie dostrzega potrzeb dziecka, nie daje mu swobody, nie pozwala, aby miało wpływ na swoje życie. Rodzik rządzi, a wszelki sprzeciw ze strony dziecka jest pacyfikowany. Panuje nieomyślność rodzica i jego absolutna władza, a z aprobatą dziecko może się spotkać tylko wtedy, kiedy robi coś zgodnie z wolą i poglądami rodzica.

3. Postawa Autonomii

Rodzik ma świadomość, że z wiekiem dziecko będzie potrzebowało coraz więcej autonomii. Stara się więc dostosować swoje postępowanie do okresu w jakim obecnie znajduje się dziecko.

Z każdym krokiem pozwala, aby dziecko powoli zwiększało swoją samodzielność, szukało swoich dróg rozwoju i korzystało zarówno z własnych pomysłów, jak i propozycji rodziców. Rodzik zachęca wręcz dziecko do samodzielności i własnego szukania rozwiązania dla napotykaných problemów. Stoi obok, wspiera i w razie



potrzeby służy radą, wsparciem. Wybory dziecka są przez rodzica szanowane, nawet jeśli sam zrobiłby inaczej.

4. Postawa Niekonsekwencji

Rodzic nie potrafi zachować stabilności w swojej postawie wobec dziecka. Jego zachowanie podyktowane jest obecnym nastrojem, sytuacją w jakiej się znajduje, samopoczuciem, humorem. Są momenty, kiedy rodzic jest akceptujący, za chwilę znowu przejawia silną ingerencję w życie dziecka. Jednego dnia wykazuje się dużym zrównoważeniem, innego jest krzykliwy, okazuje dużą nerwowość i nieprzewidywalność. Dziecko w takiej relacji dystansuje się do rodzica, ukrywa swoje problemy, próbuje się ochronić przed rodzicem i jego niestabilnością.

5. Postawa Nadmiernie Ochraniająca

Rodzic okazuje nadmierną troskę o dziecko. Podchodzi do niego, jak do kogoś, kto stale potrzebuje opieki i wsparcia. Nie rozumie potrzeby swobody, nie daje dziecku autonomii. Nie dostosowuje się do etapów rozwojowych dziecka. Wszelkie przejawy samodzielności u dziecka budzą w rodzicu niepokój, lęk. Troska o przyszłość dziecka przybiera przesadzoną formę, nie ma w rodzicu wiary, że da sobie ono samo radę. Uważa, że bez rodzicielskiej troski, zaangażowanie, rady, pomocy, bezpośredniego kontaktu, dziecko sobie w życiu nie poradzi. Równocześnie rodzic nie dopuszcza do siebie faktu, że to jego przesadne zaangażowanie uwstecznia dziecko, jest źródłem konfliktów i frustracji. Dziecko zaś zaczyna się emocjonalnie odsuwać i buntować (Płopa, 2008).

2.3 Uwarunkowania postaw rodzicielskich

Postawy rodzicielskie przechodzą z pokolenia na pokolenie. Zapewne nie dzieje się tak w każdym przypadku, jednak postawy rodziców mają silny wpływ na przyszłe postawy rodzicielskie ich dzieci. Fundamentem do budowania przez rodziców właściwych postaw rodzicielskich są:

- podmiotowy kontakt z dzieckiem,
- emocjonalna równowaga rodziców,
- autonomia rodziców,
- zauważanie i przede wszystkim zaspokajanie potrzeb dziecka (między innymi potrzeby: kontaktu emocjonalnego, szacunku, kontaktu z innymi poza rodziną, samospełnienia).

Negatywne postawy w prosty sposób prowadzą do wykształcenia w dziecku zachwianego, negatywnego obrazu siebie. To zaś szybka droga do pojawienia się:



nadpobudliwości, nieśmiałości, impulsywności, lęklivosti, agresji, nieodpowiedzialności, oderwania od uczuć i emocji. Zaburzony zostaje u dziecka obraz samego siebie, pojawiają się problemy z akceptacją i stwierdzeniem, kim jestem i jaki naprawdę jestem. Pogarszać również mogą się osiągnięcia szkolne, a pęd do rozwoju może zostać zatrzymany.

Postawy rodzicielskie nie tylko oddziałują na wzajemne relacje pomiędzy rodzicami i dziećmi, ale odgrywają też ważną rolę w kształtowaniu się u dziecka postaw i zachowań, jakie będzie przyjmowało w stosunku do innych ludzi (rodziny, rodzeństwa, rodziców, przyjaciół, znajomych). Docelowo zaś, jak wspomniano wyżej, wpływać będą one na własne, przyjmowane w przyszłości postawy rodzicielskie.

Na budowanie postaw rodzicielskich wpływ ma wiele czynników. Wg Plopy (2008) źródeł postaw rodzicielskich należy się dopatrywać w:

1. Dziedzictwie z rodziny pochodzenia

Doświadczenia nabyte we własnych rodzinach wpływają na zdrowie psychiczne oraz osobowość przyszłego rodzica. Osoby z dobrze funkcjonujących rodzin prawdopodobnie będą posiadać więcej cierpliwości, empatii, umiejętności w obszarze komunikacji, wrażliwości, które później są niezbędne do wychowywania dzieci i budowania z nimi zdrowej relacji. Te cechy pozwalają na stosowaniu stylu wychowania opartego na podmiotowości, odpowiedzialności za dziecko i jego prawidłowy rozwój, bez szkodliwego pobłażania czy też zbyt dużego dyscyplinowania. Dziecko jest jak biała kartka, która zapisuje się poprzez interakcje z rodzicami i co buduje w dziecku wzorce do naśladowania w jego całym życiu.

2. Podmiotowe cechy rodzica

Cechy budowane przez całe życie danego człowieka mają bezpośredni związek z prezentowanymi postawami rodzicielskimi. Osoby o konkretnych cechach osobowości mogą być bardziej podatne na przyjmowanie konkretnej postawy rodzicielskiej. I tak jedni mogą reagować na zdarzenia bardziej emocjonalnie, inni zaś podchodzić będą do budowania relacji w sposób bardziej refleksyjny. Pod uwagę mogą być też tutaj brane uzdolnienia poznawcze, sztywność, czy też elastyczność myślenia, hierarchia wartości.

3. Uwarunkowania struktur pozarodzinnych

Rodzice, a co za tym idzie cała rodzina nie żyją w próżni. Mają rozwiniętą bogatą sieć zależności od struktur pozarodzinnych. Sposób w jaki rodzina w nich funkcjonuje ma wpływ na emocjonalny i społeczny rozwój dzieci oraz budowanie jego relacji z rodzicami. Przyjaciele, znajomi, dalsza rodzina są częścią systemu rodzinnego i mogą



służyć zarówno za wsparcie w procesie rodzicielskim jak i za przeszkodę w budowaniu zdrowych więzi z dzieckiem. Jakość wsparcia społecznego w znaczący sposób wpływa na kształtowanie się postaw rodzicielskich

4. Jakości związku rodziców dziecka

Jest kluczowym elementem rozwoju wszystkich członków rodziny. Dobrze prosperujący związek rodziców dostarcza członkom rodziny podstawowych form wsparcia w pełnieniu ról rodzicielskich – emocjonalnego i instrumentalnego. Miłość, szacunek i docenianie w związku wpływają na jakość zaangażowania rodzica w rodzicielstwo. Zaś instrumentalne zapewnienie odpowiedniego standardu życia sprawia, że bardziej można się skupić na opiece na dzieckiem i budowaniu z nim relacji. Z drugiej zaś strony rodzice tworzący między sobą relację o słabej jakości mają bardziej negatywne nastawienie do bycia rodzicem. Stres i konflikty pomiędzy rodzicami znacząco wpływają na jakość życia rodziny i na budowanie postaw rodzicielskich.

5. Sytuacja ekonomiczna i zawodowa rodziców

Napięcia związane z godzeniem życia rodzinnego i zawodowego może odbijać się na funkcjonowaniu rodziny. Zbyt duże zaangażowanie w pracę i nieumiejętność zadbania o czas tylko dla siebie i rodziny może wprowadzać destrukcję do układu rodzinnego. Elastyczność pracodawcy może być wsparciem w realizowaniu się na polu rodzicielskim, zaś sztywne ramy funkcjonowania w pracy utrudniają bycie rodzicem i wprowadzają stres do systemu rodzinnego. Satysfakcja z pracy jest ważnym elementem w życiu rodzica i znacząco może wpływać na jego nastrój i komfort życia. Brak pracy może również generować silne napięcia i przekładać się na nieprawidłowy stosunek do dzieci.

6. Płeć rodzica

Nie da się ukryć, że w polskich uwarunkowaniach społecznych płeć rodzica odgrywa znaczącą rolę w kształtowaniu się jego postaw rodzicielskich. Nadal więcej opieki nad dziećmi przekierowywane jest na matkę, która przejmuje wiele obowiązków, niekiedy nie mając już czasu na zabawowe spędzanie czasu z dziećmi.

7. Cechy podmiotowe dziecka

Czynnikami wpływającymi na budowanie się postaw rodzicielskich są też cechy samego dziecka. Zarówno płeć, wiek, stan emocjonalny, cechy charakteru, temperament dziecka mogą kształtować zachowania rodziców w stosunku do dziecka. Inaczej opiekować się będą rodzice dzieckiem wrażliwym emocjonalnie, a inaczej dzieckiem odpornym emocjonalnie. Ważne jest też dopasowanie na linii rodzic – dziecko, jak cechy obu osób



oddziałują na siebie nawzajem. Pojawiają się również tutaj oczekiwania rodziców i ich zderzenie z cechami dziecka.

8. Czynniki kulturowe

Otoczająca człowieka kultura potrafi mieć znaczący wpływ na tworzenie się postaw rodzicielskich. Kształtuje ona postawy, wartości, zachowania, przekonania przystosowując je do tych, które obowiązują w danej kulturze (Plopa, 2005).

U Bochniarza (2010) znajdziemy następujące uwarunkowania postaw rodzicielskich:

1. Brak pozytywnego wzorca dla tworzenia się poprawnych ról w rodzinie.

Wzorce postaw rodzicielskich to coś, co jest wynoszone z rodziny pochodzenia zarówno kobiety, jak i mężczyzny i najsilniej kształtują się w okresie dzieciństwa. Pomiędzy rodzicami, a dzieckiem dochodzi do licznych interakcji, które następnie stanowią wzorzec do naśladowania, modyfikowania, ale również niekiedy do całkowitego odrzucenia. I tak negatywne postawy rodzicielskie mogą kształtować się poprzez brak właściwego wzorca postawy ojca czy matki w dzieciństwie. Pozytywne zaś będą powielane poprzez przenoszenie do dorosłego życia bezpiecznych relacji.

2. Okres oczekiwania na potomstwo

Na postawy rodzicielskie wpływ ma to w jaki sposób dziecko zostało poczęte i jak wyglądały starania rodziców o to, aby mieć dziecko. Czy ciąża była chciana, czy do zapłodnienia doszło naturalnie, jak długi był proces starania o dziecko, czy towarzyszył temu stres. Uczucia, które pojawiły się w tym okresie mogą zostać przeniesione na dziecko i mieć nawet decydujący wpływ na to jak będą się kształtowały relacje pomiędzy rodzicem i dzieckiem. Wymagania co do dziecka mogą przybierać w sytuacjach trudnego poczęcia zbyt wysokie albo zbyt niskie wymagania. Może pojawiać się lęk, zbyt silne wiązanie dziecka ze sobą.

3. Brak satysfakcji życiowej rodziców

Spełnienie w małżeństwie, zadowolenie ze wspólnego życia, pozytywne uczucia między rodzicami są podwaliną do budowania pozytywnych postaw rodzicielskich. Jeżeli pomiędzy rodzicami pojawiają się problemy, to mogą mieć one decydujący wpływ na ich relację z dziećmi. Może pojawić się zaniedbywanie, niewłaściwe traktowanie, rozgrywanie własnych spraw za pomocą dziecka. Równowaga w małżeństwie to większa równowaga w relacjach z dzieckiem

4. Wpływ osób spoza małżeństwa na przyszłych bądź obecnych rodziców.

Otoczenie rodziny może mieć wpływ na zachowania rodziców wobec dziecka. Może to być jedna osoba, która będzie wywierać presję i nacisk, czy też poprzez swój wpływ



korygować niewłaściwe postawy. Jeżeli rodzice są bezradni, niewydolni, to może się okazać, że role rodzicielskie zostaną przejęte przez kogoś z bliskiego otoczenia (babcia, dziadek, ciocia). Taka sytuacja może tworzyć napięcia, dystans emocjonalny w stosunku do dziecka, czy też doprowadzić do unikania z nim kontaktu. Należy pamiętać, że otoczenie może też być zasobem, i dawać wsparcie w sytuacjach trudnych dla rodziny. Docelowo takie zachowanie może być rozwojowe dla poprawnych postaw rodzicielskich, o ile jest ono dawkwane we właściwy sposób.

5. Zaburzenia osobowości u któregoś z rodziców

Zaburzenia osobowości występujące u rodziców mogą mieć decydujący wpływ na to w jaki sposób dziecko będzie przez nich traktowane. Mogą one powodować zarówno zwiększoną lękliwość, kontrolę, jak i lekceważenie potrzeb dziecka czy odrzucanie jego uczuć. Zarówno pojawiająca się oziębłość emocjonalna, jak i nadmierna wylewność uczuciowa wprowadzają w świat dziecka zamieszanie, budują niepewność oraz podważają jego poczucie sprawczości i własnej wartości.

Obuchowska (1996) zwraca uwagę na to, że z postawami rodzicielskimi łączy się bezpośrednio typ osobowości, jaki ma rodzic. Wyodrębniła u matek 6 typów osobowości, które mogą wpływać na negatywne funkcjonowanie dziecka:

1. Matka autokratyczna, czyli taka, która stale wymaga od dziecka całkowitego podporządkowania, steruje jego życiem i decyzjami. W relacji z matką dziecko jest pełne lęku, w ciągłej gotowości i za wszelką cenę chce spełnić oczekiwania, jakie wobec niego ma matka.
2. Matka pedantyczna jest bardzo drobiazgową, stale koryguje, wymaga, poprawia. W swoich decyzjach jest nieustępliwa, nieustannie kieruje w stronę dziecka wygórowane wymagania. Jeżeli dziecko nie sprosta wymaganiom matki, to naraża się na utratę jej miłości i bliskości.
3. Matka lękowa charakteryzuje się dużą skrupulatnością i nadmierną opiekuńczością. Nie docenia możliwości swojego dziecka. Wiele czynności wykonuje za nie, chroniąc je przed problemami, rówieśnikami, stresem.
4. Matka niezrównoważona jest nerwowa i często przemęczona pracą. Nie potrafi wygospodarować czasu dla siebie i dla swojej rodziny. Te niedobory często powodują jej drażliwość i wybuchowość. Trudno przewidzieć jaki humor będzie miała danego dnia.
5. Matka niekochająca – unika kontaktu z dzieckiem, nie troszczy się o nie, nie poświęca uwagi jemu i jego sprawom, najchętniej podrzucałaby stale dziecko pod opiekę



krewnym. Dziecko czuje się odrzucone, nieszczęśliwe, pozbawione miłości, stałości i bezpieczeństwa.

6. Matka nieszczęśliwa jest osobą smutną, zgorzkniałą, wycofaną lub zbyt wylewną. Często jest rozczarowana swoim związkiem to kobieta smutna, zgorzkniała, często zawiedziona pożyciem małżeńskim. Może przelewać wszystkie niezaspokojone potrzeby i uczucia na dziecko, w innych sytuacjach może dziecko wręcz odrzucać i porównywać do ojca.

Zdarza się, że niektóre cechy matek występują równocześnie i wówczas ich wpływ jest jeszcze większy (Kwiatek, 2007). Wyodrębniono również typy postaw ojców, wśród których negatywny wpływ przypisuje się następującym typom:

1. Ojciec nieobecny – jest to zarówno ojciec, który wykazuje brak zainteresowania sprawami dziecka, jak i taki, którego autorytet został sprowadzony do minimum przez dominującą matkę.
2. Ojciec rygorystyczny i surowy – jest wymagający i nadmiernie egzekwuje na dziecku wykonywanie swojej woli.
3. Ojciec groźny - często nosi w sobie utajoną wrogość i nienawiść do swoich dzieci, której potrafi dać agresywne ujście. Często spotyka się ten typ ojca w rodzinach alkoholików.

Wymienione powyżej typy osobowości ojców i matek wpływają niekorzystnie na kształtowanie się relacji w rodzinie oraz na budowanie atmosfery domu rodzinnego. Ich zachowanie wpływa na zaburzenie rozwoju emocjonalnego dziecka, deformuje jego relacje społeczne oraz spojrzenie na samego siebie. W znacznym stopniu przyczyniają się też do kształtowanie się w negatywny sposób przyszłych postaw ich dzieci (Kwiatek, 2007).

Postawy rodzicielskie wspierają dziecko w rozwoju i budowaniu jego przyszłych postaw rodzicielskich najczęściej wtedy, gdy zachodzi stałe zasilanie emocjonalne dziecka przez rodziców (Koźmińska, Olszewska, 2014). Jest to jedna z najważniejszych, jak nie najważniejsza powinności rodziców, której głównym zadaniem jest ciągle przekazywanie rodzicielskiej miłości swojemu dziecku. Pozwoli to mu na zbudowanie samouznania, rozwinię w nim empatię, sprawczość i poczucie bezpieczeństwa. Jeżeli rodzic będzie okazywać dziecku czułość, troskę, współczucie i sprawi, że w podobny sposób dziecko będzie się odnosiło do innych ludzi i dzieliło się z nimi dobrem, zainteresowaniem i empatią. Pozostawianie dziecka bez wsparcia, płaczącego i zagubionego w swoich emocjach, wyśmiewanie go, jego uczuć, lęków, czy



bagatelizowanie potrzeb i problemów dziecka doprowadzi do wykształcenia u dziecka przekonania, że nie jest ważne. Dziecko uzna, że nie może na nikogo liczyć. Zrozumie, że w momentach, kiedy mu źle i ciężko, zostawiane jest samo sobie. Doprowadzić to może do wypierania uczuć i zamykania się w sobie, żeby nie cierpieć w momentach odrzucenia.

Aby dziecko i jego postawy rozwijało się prawidłowo potrzebna jest prawdziwa, żywa obecność rodzica, oraz bezwarunkowa miłość.

Według Jespera Juula (2014) w przyjmowaniu przyszłych postaw znaczącą rolę odgrywa autentyczność rodziców, czyli umiejętność bycia zarówno wiarygodnym jak i szczerym. Wpływa ona na 3 niezwykle ważne rzeczy w rodzinie:

1. Bezpośredni i szczerzy kontakt między dorosłymi, czy też dorosłymi i dziećmi, pełen serdeczności i ciepła.
2. Rozwój autentycznego autorytetu, co umożliwi nadanie znaczenia zarówno potrzebom, jak i wartościom oraz granicom.
3. Rozwiązywanie pojawiających się problemów i konfliktów w rodzinie.

Kluczowy wpływ na kształtowanie się postaw w przyszłości mają, jak już niejednokrotnie wspomniano, postawy przejawiane przez rodziców z rodziny pochodzenia. I tak podążając za Marią Ziemską (1986) można pokrótce prześledzić, jak dana postawa wpływa na dalszy rozwój dziecka. I tak:

1. Postawa odtrącenia sprawia, że dziecku zaburza się zarówno rozwój emocjonalny jak i społeczny. Dorasta w izolacji emocjonalnej, odtrącone, otoczone krytyką. Wpływa to na niską samoocenę, problem z poczuciem własnej wartości, negatywny obraz siebie. Kształtuje się u dziecka agresja, kłamliwość, kłótniowość. Może dojść do zachowań aspołecznych, czy też antyspołecznych. Takie wychowanie może przenosić tą postawę na dalsze życie.
2. Postawa unikania może zbudować u dziecka oschłość uczuciową. Jest zagrożenie powstania trudności z nawiązywaniem trwałych relacji, dziecko bywa nieufne, czuje się wyobcowane, bardzo samotne, czy też niechciane. Wpływa to na kiepską koncentrację i nieumiejętność dążenia do celów. Te trudności mogą się przenosić na dalsze funkcjonowanie w dorosłym życiu, wpływać na dokonywanie obiektywnych ocen, lękliwość, wchodzenie w konflikty.
3. Postawa nadmiernie wymagająca może wywołać u dzieci zaburzenia o charakterze nerwowym. Następuje brak wiary we własne siły, lękliwość, przewrażliwienie, trudności w przystosowaniu się, uległość. Mogą pojawić się trudności w szkole czy w relacjach



społecznych. Działanie tej postawy może się osłabić, kiedy dziecko ma moce do buntu i dobry kontakt z rówieśnikami.

4. Postawa nadmiernie ochraniająca przyczynia się często do opóźnienia dojrzewania społecznego i emocjonalnego u dziecka. Rozwija się silna zależność dziecka od opiekuna. Taka osoba może często pozostawać bierna, ustępować innym, ale też całkiem odwrotnie skierować się w stronę nadmiernej arogancji i wyolbrzymionej pewności siebie.

5. Postawa akceptacji prowadzi do stabilnego budowania pewności siebie i poczucia własnej wartości. Dziecko czuje, że jest akceptowane, kochane dokładnie takie, jakie jest. W dorosłym życiu wpływa to na stabilność, akceptację, wiarę w siebie, zaufanie do innych ludzi, życie w zgodzie ze sobą.

6. Postawa uznawania praw daje dziecku odpowiedzialność za własne czyny, zdaje sobie ono sprawę, jakie są wobec niego oczekiwania. Te oczekiwania nie wykraczają poza jego możliwości i dziecko może im bez stresu podołać. Umożliwia to spokojne rozwijanie zainteresowań i uzdolnień dziecka. Kształtuje ono też w zrównoważony sposób potrzeby uczuciowe i społeczne. Dziecko potrafi być lojalne, niezależne, podejmować decyzje, solidaryzować się z innymi.

7. Postawa współdziałania pozwala rosnąć dziecku w ufności, rozwijać umiejętność współpracy, samodzielnego podejmowania decyzji. Buduje zaufanie wobec innych i pewność siebie. Dziecko potrafi zwracać się do rodziców o pomoc, jest zadowolone z siebie, zdolne do współpracy. Wykazuje się niskim poziomem lęku.

8. Postawa rozumnej swobody wpływa na powstawanie poczucia sprawczości i odpowiedzialności za własne decyzje. Dziecko stale uczy się podejmować decyzje, buduje zaufanie do siebie i świata. Może być dobrze uspołecznione, bystre, pewne siebie i pomysłowe. Potrafić będzie pokonywać przeszkody i samodzielnie zadbać o siebie (Ziemska, 1986).

Istnieje wiele czynników decydujących o tym, jak kształtują się postawy rodzicielskie u ludzi. Postawy rodziców decydują, jak dziecko się zachowuje w domu i poza domem, jak się rozwijają i jakie postawy w sobie buduje. Duże znaczenie ma szczęście w związku rodziców, ich relacja i uczucia. Wpływają historia życia rodziców, ich osobowość, choroby, zaburzenia. Te i inne czynniki decydują o tym, co dziecko weźmie od swojej rodziny pochodzenia i poniesie dalej w świat.



2.4 Przegląd badań

Liczne badania naukowe potwierdzają istnienie tendencji kształtowania się cech osobowości dziecka na podstawie postaw jego rodziców. Intensywnie tematowi postaw przyglądał się od lat M. Plopa. Jego badania wykazały, że te same postawy rodzicielskie przejawiane przez matkę i ojca całkiem inaczej wpływają na ich dzieci. I tak podążając za wynikami jego badań:

- odrzucenie ze strony ojca przyczynia się do rozwijania introwertycznych zachowań u córek,
- zaniedbanie ze strony matki przyczynia się do rozwijania introwertycznych zachowań u synów,
- nadmierne wymaganie ze strony ojca przyczynia się do rozwijania negatywnych postaw i pobudliwości emocjonalnej u córek i synów,
- nadmierne wymaganie ze strony ojca przyczynia się do rozwijania introwertyzmu u córek (Plopa, 2004).

M. Plopa wykazał również w swoich badaniach, że:

- rodzice z wykształceniem średnim i wyższym prezentują bardziej pożądane postawy rodzicielskie w porównaniu do osób z wykształceniem podstawowym i zawodowym,
- matki wykazują tendencję do nadmiernego ochraniania dzieci młodszych,
- ojcowie wykazują wyższy poziom akceptacji oraz niższy poziom niekonsekwencji i nadmiernego ochraniania w stosunku do młodszych dzieci,
- starsze matki i starsi ojcowie wykazują niższą tendencję do prezentowania postawy akceptującej oraz wyższą tendencję do postawy nadmiernie ochraniającej,
- ojcowie posiadający jedno lub dwoje dzieci wykazują wyższy poziom akceptacji,
- ojcowie posiadający 3 i więcej dzieci charakteryzują się większą tendencją do niekonsekwencji i pozostawiają dzieciom mniej autonomii (Plopa, 2008).

Plopa wskazuje w swoich opracowaniach na badania dzieci w wieku 12 lat, które wskazało, że percepcja postaw matek i ojców jest zróżnicowana. Dzieci więcej pozytywnych oddziaływań otrzymywały od matek (55,8%) przedstawiając je w pozytywnym świetle (ojcowie 43,6%). Równocześnie unaoczniono, że dzieci otrzymują więcej uczuć pozytywnych od matek, a negatywnych od ojców. U matek dzieci wskazywały jako pozytywne zachowania: rozwiązywanie konfliktów, rozumienie potrzeb, okazywanie serdeczności, troskę, okazywanie zadowolenia. Jako negatywne najczęściej wskazywano na: stosowanie kar fizycznych, akceptację stosowania kar przez



ojców, brak zrozumienia potrzeb, ograniczanie swobody, brak kontaktu psychicznego, odręczenie uczuciowe. U ojców jako pozytywne zachowania dzieci wskazywały na: zrozumienie potrzeb, racjonalne rozwiązywanie konfliktów, opiekuńczość, troskę. Jako negatywne wskazano głównie: nieokazywanie uczuć, brak zrozumienia potrzeb dziecka, stosowanie kar fizycznych, unikanie spędzania wolnego czasu razem (Plopa, 2005).

Tematem badań nad postawami społecznymi były również obszary przystosowania społecznego. K. Pospieszyl (1973) na podstawie przeprowadzonych w ośrodku wychowawczym obserwacji wykazał, że postawa niekonsekwencji u rodziców może być bardzo szkodliwa. Wpływa ona na kształtowanie się negatywnych cech osobowości dziecka, zaburzenia jego rozwoju społecznego i kształtowania się moralności. Może wywoływać wrogie nastawienie, negatywne zachowania w stosunku do innych ludzi. Podobny efekt może wywołać zachowanie nadmiernie wymagające, jak i nadmiernie pobłażające. N. Serot i R. Teevan (za: Plopa, 2005) przebadali 102 dziewcząt i chłopców w wieku 9-10 lat, które pochodziły z rodzin o podobnym statucie społecznym. Badanie wykazało, że pozytywny odbiór stosunków z rodzicami miał znaczący wpływ na kształtowanie się właściwego przystosowania społecznego młodzieży. Grupę dostosowanych społecznie i niedostosowanych społecznie chłopców przebadał E. Schaefer. Badania wykazały, że tylko chłopcy przystosowani społecznie wskazywali na ciepłe relacje z rodzicami. Na agresję u chłopców odrzuconych przez obojga rodziców wskazywał zaś w swoim badaniu F. Cox (Plopa, 2005).

M. Plopa przeprowadził badanie szukając odpowiedzi na pytanie: czy i na jakie aspekty zachowania szkolnego ma wpływ percepcja postaw rodzicielskich przez młodzież w wieku 12-13 lat. Wyniki badania pozwoliły na wysunięcie poniższych wniosków:

- istnieje zależność pomiędzy percepcją postaw rodzicielskich, a przystosowaniem szkolnym młodzieży,
- u młodzieży, która jest kochana przez rodziców dominują w sferze szkolnej zachowania pozytywne nad negatywnymi,
- u młodzieży, która ocenia swoje relacje z rodzicami jako obojętne nadal przeważają zachowania pozytywne, jednak już nie w tak dużym stopniu jak powyżej,
- u młodzieży, która została odrzucona przez rodziców dominują trudności w przystosowaniu się, zachowania negatywne przeważają nad pozytywnymi (Plopa, 2002).



Należy pamiętać, że temat postaw pozostaje płynny, ponieważ nadal zachodzi rewolucja w postrzeganiu ról kobiet i mężczyzn. Skierowanie się obu płci na rynek pracy spowodowało konieczność reorganizacji ról w domu i zwiększenia zaangażowania ojców w procesy rodzicielskie. Zwiększanie się świadomości społecznej co do roli matki i roli ojca, na nowo otworzyło przestrzeń wspólnego wychowywania dzieci i poddało ją znaczącym zmianom. Z roku na rok wzrasta zaangażowanie ojców w życie rodziny i wychowanie dzieci i zwiększa się niezależność emocjonalna i zawodowo – finansowa matek, co w dalszym czasie może przyczynić się do zmiany kształtowania się postaw rodzicielskich w podziale na matki i ojców.

Wiele badań kieruje swoją uwagę na dziedziczenie postaw rodzicielskich. Już M. Ziemska (1969) w prowadzonych badaniach w 1967 roku porównała style wychowania rodziców w porównaniu do stylów wychowania w ich rodzinach pochodzenia. Wykazała, że mało rygorystycznie wychowywani ojcowie i matki wykazywali się pobłażliwością wobec swoich dzieci. Surowi ojcowie mieli surowych ojców, podobnie sytuacja kształtowała się u matek, większość, która przeszła surowe wychowanie wykazywała się surowością wobec własnego potomstwa. Wyniki osiągnięte przez Ziemską sugerują dużą zależność pomiędzy rodziną pochodzenia, a postawami rodzicielskimi. Inni autorzy również pochylali się nad tym tematem (Ziemska, 1969). W. Bronson, E. Katten i N. Livson (za Sitarczyk, 2002), którzy prowadząc badania uzyskali informacje mówiące o zachowaniach matki i ojca wobec dziecka oraz o perspektywie jak oni postrzegali zachowania swoich rodziców. Dzięki wynikom udało im się potwierdzić, że istnieje zależność między percepcją postaw rodzicielskich własnych rodziców a postawami rodzicielskimi wobec własnego dziecka. U matek zależność ta dotyczy głównie sfery kontroli, dla ojców zaś sfery uczucia (Sitarczyk, 2002).

Badania G. Makiełło-Jarzy (1972) dotyczyły kształtowania się postaw macierzyńskich u młodych kobiet. Badanie wskazało, że zła atmosfera wychowawcza w rodzinie pochodzenia, rozbitcie rodziny, brak matki wpływały na kształtowanie się negatywnych postaw rodzicielskich i utrudniały nawiązywanie trwałych związków emocjonalnych z partnerem, a następnie z dzieckiem. Ta sama autorka w 1989 roku przeprowadziła badania w dużym mieście, miasteczku i na wsi, które wykazały, że istnieje silny związek pomiędzy dziedzictwem danej rodziny, a zachowaniami następnego pokolenia. Niezależnie w jakim środowisku się wychowują ludzie, przenoszą



na swoje dorosłe życie style wychowania i postawy rodzicielskie wyniesione ze swoich domów (Makiełło-Jarża, 1972).

Ciekawe wyniki, do których jednak należy podejść z ostrożnością przedstawiła w swojej pracy magisterskiej napisanej pod kierunkiem dr Moniki Wasilewskiej i Beata Chromy (2010). Badała ona międzypokoleniową transmisję postaw rodzicielskich i poddała badaniu 88 kobiet. W wieku 36-50 lat. W interpretacji wyników badania stwierdziła,

że pozytywny obraz dzieciństwa, odczuwana w tym okresie więź uczuciowa i zbudowane dobre relacje z matką sprzyjały późniejszej identyfikacji z rodzicielką, a co za tym idzie przejmowanie jej postaw rodzicielskich w swoim dorosłym życiu jako wzoru do naśladowania w budowaniu relacji z własnym dzieckiem. Negatywny obraz matki może doprowadzić do nieświadomego powielania jej postaw, czy też odrzucenia ich. U niektórych badanych następowało przerwanie ciągłości pokoleniowej poprzez odrzucenie postawy matki. U tych kobiet w dzieciństwie nie było więzi z matką, miłości z jej strony ani poczucia bezpieczeństwa (Chromy, 2010).

Godnym zainteresowania obszarem poddanym badaniom jest funkcjonowanie systemu rodzinnego, a rozwój osobowości jedynaków. A. Bochniarz w pozycji Postawy rodzicielskie a funkcjonowanie społeczne jedynaków przedstawia badania wskazujące na różnicę pomiędzy postawami rodziców posiadających jedno dziecko, a rodziców posiadających więcej dzieci. Matki jedynaków częściej przyjmują postawę górowania nad dzieckiem, o wiele bardziej koncentrują się na dziecku i ingerują w jego życie niż matki posiadające więcej dzieci. W tych obszarach w przypadku ojców jedynaków i posiadających więcej dzieci, nie wystąpiły istotne różnice. W odniesieniu do bezradności, koncentracji i dystansu nieco wyższe wyniki wykazywali ojcowie jedynaków, zaś w skali górowanie to ojcowie większej liczby dzieci niż 1 wykazywali wzrost. Wśród rodziców jedynaków, płeć dziecka nie ma istotnego znaczenia w większości badanych czynników. Jedynie w stosunku do postawy koncentracji – większa występuje u ojców w stosunku do chłopców oraz dystansu - u ojców większy dystans w stosunku do dziewcząt, zaś u matek do chłopców. Inaczej było w grupie porównawczej. U rodziców posiadających więcej niż 1 dziecko płeć dziecka miała znaczący wpływ na kształtowanie się postaw rodzicielskich i matek i ojców w postawach górowania i koncentracji u ojców w stosunku do córek oraz bezradności i dystansu u matek w stosunku do obojga płci (Bochniarz, 2010).



Jak możemy wywnioskować z niniejszej pracy postawy rodzicielskie ulegają stałym zmianom, na które wpływ mają liczne czynniki wewnętrzne i zewnętrzne. W 2020 roku pojawił się czynnik zewnętrzny w postaci pandemii, który w znaczący sposób wpłynął na funkcjonowanie polskich rodzin. Z badań, które powstały w 2020 roku można wywnioskować, że sytuacja w wielu domach uległa pogorszeniu. Wśród przebadanych uczniów uczęszczających do klas podstawowych, którzy przez pandemię uczyli się w formie zdalnej, prawie 13% wykazało, że w tym okresie ich relacje z rodzicami czy opiekunami uległy znacznemu pogorszeniu. Ta grupa uczniów narażona była na negatywne skutki pandemii. Jedynie 5% uczniów wskazało, że podczas pandemii ich relacje rówieśnicze poprawiły się. Na zdrowie psychiczne, zdaniem uczniów, najbardziej wpływały w tym czasie relacje z rodzicami/ opiekunami oraz rówieśnikami. Uczniowie, u których te ważne relacje uległy znacznemu pogorszeniu wykazywali się dużym ryzykiem depresji i problemów psychosomatycznych. Dobrostan psychiczny i fizyczny uległ pogorszeniu (53% dziewcząt, 37% chłopców). Najczęściej pogorszenie dobrostanu zdrowotnego pojawiało się u uczniów liceów.

Nauka zdalna wiązała się również z dużym stresem i przeciążeniem u rodziców. Aż 34% rodziców musiało nauczyć się obsługi sprzętu niezbędnego do telelekcji. Nowe narzędzia komunikacyjne były dużym wyzwaniem edukacyjnym dla aż 57% rodziców oraz 60% uczniów. Co drugi rodzic (52%) wskazał, że ilość czasu poświęconego na naukę swojego dziecka znacząco wzrosła. O znaczącym wzroście czasu poświęcanego na naukę mówiło również 62% samych uczniów. Zdalna edukacja była więc dla wszystkich badanych grup o wiele bardziej obciążająca i angażująca niż edukacja stacjonarna. Poświęcali więcej czasu i energii. Wymagało to od nich doszkalania się i zmierzenia z nowymi technologiami. Rodzice musieli wykazywać dużo większe zaangażowanie w naukę dzieci, co mogło zwiększać poziom stresu i lęku, który generowała ta niezwykła sytuacja (Ptaszek i in., 2020).

Inne aktualne badanie „Obawy rodziców i nauczycieli wobec nowych form edukacji w okresie pandemii SARS-COV-2. Studium Województwa Śląskiego” wskazuje, że zarówno uczniowie, jak i rodzice i nauczyciele stwierdzili, że ich aktualne samopoczucie fizyczne i psychiczne jest zdecydowanie gorsze w porównaniu do czasu sprzed pandemii, co potwierdzałoby powyższe badania. Obserwować można nagminne nadużywanie mediów cyfrowych we wszystkich grupach badanych, a co za tym idzie pojawianie się przemęczenia i niechęci do korzystania z Internetu i komputerów.



Nagminne jest zmęczenie cyfrowe. Wszystkie te elementy mogą znacząco wpływać na relacje w rodzinie i postawy rodzicielskie (Truska – Kawa i in., 2020).

We wspomnianym już wyżej, realizowanym w 2020 roku badaniu: „Zdalne nauczanie a adaptacja do warunków społecznych w czasie epidemii koronawirusa” autorzy wskazują, że zarówno u uczniów, jak i u rodziców i nauczycieli poziom odczuwania subiektywnego dobrostanu psychicznego i fizycznego obniżył się. Wśród nauczycieli było to aż 65,3% osób, ponad 50% wśród rodziców i wśród uczniów. Należy wspomnieć, że w ostatniej grupie co piąty uczeń wskazał, że jego dobrostan fizyczny i psychiczny się w tym okresie poprawił. Równocześnie prawie 30% uczniów biorących udział w badaniu często lub cały czas odczuwała smutek, samotność oraz przygnębienie. U wszystkich grup pojawiają się symptomy nadużywania mediów cyfrowych, czyli przemęczenie, rozdrażnienie, niechęć do korzystania z mediów cyfrowych, przeładowanie informacjami, problemy ze snem, ciągłe napięcie i bycie w gotowości. Po przejściu na zdalne nauczanie 49,5% uczniów i 51% nauczycieli wskazało na to, że spędza dziennie 6 lub więcej godzin korzystając z Internetu, a prawie 1/3 poświęca tyle samo czasu na Internet w weekend. Jest to o tyle niebezpieczne dla relacji w rodzinie, że przeciążenie cyfrowe wpływa znacząco na zdrowie psychiczne i fizyczne. Tym bardziej, że jak wiemy z poprzednich podrozdziałów - aby całość rodziny funkcjonowała poprawnie, to każdy z jej członków powinien funkcjonować w równowadze. Sytuacja zaburza też relacje rówieśnicze. Ponad połowa biorących udział w badaniu uczniów uważa, że relacje rówieśnicze były zdecydowanie lepsze przed pandemią (Ptaszek i in., 2020).

Jeżeli chodzi o rodziców posiadających dzieci w edukacji domowej, to w większości przypadków sposób edukowania nie uległ znaczącej zmianie. Dzieci nadal uczyły się w domu, a rodzice poświęcali im podobną ilość czasu. Nieco inaczej mogła kształtować się sytuacja dzieci, które formalnie przypisane są do edukacji domowej, ale uczęszczają do grup nieformalnych, unschoolingowych, szkół demokratycznych i innych form kształcenia poza systemem. Tutaj częstotliwość zajęć uwarunkowana bywała sytuacją epidemiologiczną. W większości przypadków jednak obostrzenia były dla tych grup mniej inwazyjne niż dla dzieci i rodziców szkolnych. Pojawił się też trend przenoszenia dzieci do edukacji domowej ze względu na pandemię. Rodzice obawiali się o zdrowie swoich dzieci (osłabiona odporność, przewlekłe choroby) i woleli zrezygnować ze szkoły dla ich bezpieczeństwa. Inni rodzice zwracali uwagę, że ich szkoła nie była przygotowana na edukację zdalną i woleli sami mieć wpływ



na naukę dzieci. Chcieli, aby dzieci i oni przeznaczali na naukę mniej czasu, a więcej znajdowali na swoje pasje i zainteresowania. W edukacji zdalnej odpowiedzialność za naukę przeniesiona została na rodziców, jednak poza wykonywaniem poleceń nauczyciela nie mieli oni wpływu na edukację dziecka. W edukacji domowej sami decydują, jak ich dziecko będzie się uczyć i o dziwo poświęcają na to statystycznie mniej czasu niż rodzice dziecka w edukacji zdalnej.

W edukacji tradycyjnej w dobie pandemii uczniowie i ich rodzice żyją najczęściej w ciągłej niepewności. Zastanawiają się, kiedy szkoły znowu zostaną zamknięte/otwarte, czy nauczyciel pojawi się na lekcji? Czy nie trafią na kwarantannę? Czy dziecko nie zachoruje? Czy nie zarazi bliskich? Do tego oliwy do ognia dodają takie niedogodności jak niesprawny sprzęt niezbędny do nauki zdalnej, problemy z Internetem, brak warunków w domu do nauki zdalnej (jeden pokój a w nim kilka osób, złe warunki bytowe). Wstyd przed tym, co inni zobaczą w kamerce (bieda, bałagan, przemoc, alkoholizm). I nagle okazuje się, że w 2020 roku najbardziej spokojną, stabilną i pożądaną formą nauczania, staje się edukacja domowa.



Rozdział 3 Metodologia badań własnych

3.1 Problem i hipotezy badawcze

Celem pracy jest odpowiedź na pytanie jakie powiązania zachodzą między poziomem i strukturą lęku, a postawami rodzicielskimi u osób posiadających dzieci w edukacji domowej i w edukacji zdalnej w dobie pandemii.

Ogólny problem badawczy:

Czy i jakie powiązania występują między poziomem i strukturą lęku a postawami rodzicielskimi u osób posiadających dzieci w edukacji domowej i w edukacji zdalnej w dobie pandemii.

Problemy szczegółowe:

P1 Czy i jakie powiązania zachodzą pomiędzy poziomem lęku a postawami rodzicielskimi u rodziców dzieci w edukacji domowej i zdalnej.

P2 Czy i jakie powiązania zachodzą pomiędzy strukturą lęku a postawami rodzicielskimi u rodziców dzieci w edukacji domowej i zdalnej.

P3 Czy i jakie różnice w postawach rodzicielskich ujawniają się u rodziców z niskim poziomem lęku dzieci w edukacji domowej i zdalnej.

P4 Czy i jakie różnice w postawach rodzicielskich ujawniają się u rodziców z wysokim poziomem lęku dzieci w edukacji domowej i zdalnej.

Hipotezy:

H0 Występują powiązania pomiędzy poziomem i strukturą lęku a postawami rodzicielskimi u osób dzieci w edukacji domowej i w edukacji zdalnej w dobie pandemii

H1 Występują powiązania pomiędzy poziomem lęku a postawami rodzicielskimi u rodziców dzieci w edukacji domowej i zdalnej

H2 Występują powiązania pomiędzy strukturą lęku a postawami rodzicielskimi u rodziców dzieci w edukacji domowej i zdalnej

H3 Występują różnice w postawach rodzicielskich u rodziców z niskim poziomem lęku dzieci w edukacji domowej i zdalnej.

H4 Występują różnice w postawach rodzicielskich u rodziców z wysokim poziomem lęku dzieci w edukacji domowej i zdalnej.



3.2 Opis narzędzi badawczych

W niniejszej pracy użyto 3 narzędzi badawczych: Inwentarza Stanu i Cech Lęku STAI, Skali Postaw Rodzicielskich oraz arkusza personalnego własnej konstrukcji, którymi przebadano nasilenie lęku, postawy rodzicielskie oraz wpływ pandemii i wprowadzenia zdalnego nauczania na dzieci i rodziców.

3.2.1 STAI - Inwentarz Stanu i Cech Lęku

Inwentarz Stanu i Cech Lęku STAI to narzędzie, które jest przeznaczone do badania:

- lęku jako stan, czyli przejściowy i uwarunkowany sytuacyjnie stan jednostki,
- lęku jako względnie stała cecha osobowości.

Składa się z dwóch skal X-1 – do pomiaru lęku jako stan i X2 – do pomiaru lęku jako cecha. Każda podskala zawiera 20 pytań, na które odpowiada badany zaznaczając jedna z 4 odpowiedzi:

- zdecydowanie nie,
- raczej nie,
- raczej tak,
- zdecydowanie tak.

Test charakteryzuje się wysoką zgodnością obu skal. Trafność teoretyczna obu skal została potwierdzona w wielu badaniach. Test przeznaczony jest do badania młodzieży w wieku 15-18 lat oraz dla osób dorosłych. Stai ma zastosowanie w diagnozach przesiewowych oraz indywidualnych. Skala X1 sprawdza się również w badaniach eksperymentalnych, które wymagają rejestrowania zmian nasilenia lęku.

W tym kwestionariuszu skala X1 mierząca lęk jako stan traktuje lęk jako złożoną reakcję poruszającą emocje, która wywoływana jest przez subiektywne odczucia napięcia czy też zagrożenia. Pojawia się w określonej sytuacji i może trwać zarówno krótko jak i długo. Lęk jako cechę traktuje jako bardziej trwałą, uwarunkowany indywidualnie sposób reagowania lękiem i odbierania danej sytuacji jako zagrożeniowej.

3.2.2 Skala Postaw Rodzicielskich Mieczysława Plopy

SPR - Skala Postaw Rodzicielskich jest kwestionariuszem, który powstał, aby badać postawy rodzicielskie.



Skala Postaw Rodzicielskich posiada dwie wersje - jedna z nich przygotowana jest dla ojców i ocenia postawę rodzicielską ojców, druga zaś przygotowana została dla matek i pozwala ocenić ich postawę rodzicielską. Obie wymienione powyżej wersje zawierają 50 stwierdzeń, na które udzielić można odpowiedzi zaznaczając odpowiedź od a do e. Poniżej przedstawiono opis odpowiedzi:

- a - zdecydowanie taki jestem i tak się zachowuję
- b - raczej taki jestem i tak się zachowuję
- c - mam wątpliwości czy taki jestem i tak się zachowuję
- d - raczej taki nie jestem i tak się nie zachowuję
- e - zdecydowanie taki nie jestem i tak się nie zachowuję

Po podliczeniu punktów odpowiedzi grupują się w wymienionych poniżej, pięć postaw rodzicielskich:

- akceptacji – odrzucenia,
- nadmiernie wymagającej,
- autonomii,
- niekonsekwencji,
- nadmiernie ochraniającej.

Postawa akceptacji – odrzucenia ma dwa przeciwstawne bieguny. Przy akceptacji rodzic bezwarunkowo akceptuje swoje dziecko, tworząc otwartą, bezpieczną atmosferę, w której można wymieniać myśli, otwierać się na świat, inność, drugiego człowieka. Potrzeby dziecka są zauważane i zaspokajane, a rodzic jest czuły i okazuje zrozumienie w kontakcie z emocjami dziecka. Relacja sprawia rodzicowi radość, lubi być z dzieckiem, szanuje je i jego przestrzeń. Na drugim biegunie jest postawa odrzucenia, gdzie rodzic nie ma radości z przebywania z dzieckiem. Odrzuca je od siebie, ignoruje, okazuje chłód i obojętność, zapewnia jedynie minimum konieczne do przeżycia.

Postawa nadmiernie wymagająca – cechuje się tym, że rodzic wymaga bezwzględnego posłuszeństwa i całkowitego, sztywnego podporządkowania się dziecka. Nie ma tutaj przestrzeni na sprzeciw, czy swoje zdanie. Cechuje się ta postawa sztywnością, poczuciem nieomyślności, blokowaniem wszelkich przejawów samodzielnego myślenia czy współdecydowania. Jest tutaj wiele kar, nakazów i zakazów i wymaganie perfekcjonizmu. Wszelkie działania podporządkowane są aspiracjom, poglądom i oczekiwaniom rodzica.



Postawa autonomii – tutaj rodzic patrzy na rozwój dziecka ze zrozumieniem i dostosowuje mu przestrzeń do obecnych możliwości. Potrzebę niezależności i potrzebę rozwoju dziecka, traktuje jako naturalny aktywizator u dziecka. Pozwala na samodzielność, eksperymenty, doświadczanie. Jest dla dziecka bazą wypadową, do której może w każdej chwili wrócić po wsparcie. Dziecko samodzielnie podejmuje te decyzje, na które jest rozwojowo gotowe, rodzic jest otwarty na popełnianie błędów, jest elastyczny i wspierający. Dziecko może mieć swoje zdanie, swoją prywatność, rodzic zaś poszerza perspektywę i prowokuje dziecko do refleksji. Można tutaj zauważyć przeplatanie się chwilowej akceptacji z nerwowością, wymaganiem, karami. Wprowadza to dziecko w dystans emocjonalny, izolację od rodzica, o którą ten może mieć pretensje.

Postawa nadmiernie ochraniająca – rodzic pod osłoną miłości i zaangażowania ingeruje przesadnie w życie dziecka, chce wszystko wiedzieć i na wszystko mieć wpływ. Otacza dziecko nieustanną, często toksyczną opieką. Nie zmienia swojego zachowania nawet w procesie dorastania dziecka. Wszelkie kroki dziecka w stronę autonomii wywołują u rodzica lęk i niepokój. Martwienie się jest stałym elementem życia rodzica, bo nie wierzy, że dziecko poradzi sobie bez niego. (Plopa, 1987; Plopa 2008; Jankowska, 2013).

3.2.3 Arkusz personalny własnej konstrukcji

Arkusz personalny własnej konstrukcji zawierał łącznie 32 pytania. Zbierał dane statystyczne o grupie badanej, informacje o poziomie lęku przed i w trakcie pandemii, subiektywnym odczuwaniu postaw rodzicielskich, wpływie edukacji zdalnej i domowej na motywację, relacje, stan psychiczny. Pytania były takie sam zarówno dla kobiet jak i dla mężczyzn. Obie grupy badane - edukacji domowej i edukacji zdalnej odpowiadały na takie same pytania.

Dane statystyczne o grupie badanej obejmowały pytania: 1, 2, 3, 4, 5, 6, 7, 8, 9, 10, 11.

Dane dotyczące sposobu edukacji zbierały pytania: 12, 13, 14, 15, 16, 17.

Subiektywne odczucie postaw rodzicielskich badały pytania: 18, 19, 20.

Poziom lęku przed i podczas pandemii zawierał się w pytaniach: 21, 22, 23, 24, 25.

Wpływ edukacji zdalnej i domowej na motywację, relacje i stan psychiczny sprawdzały pytania: 26, 27, 28, 29, 30, 31, 32.



3.3 Opis procedury badań i metod statystycznych

Badanie zostało przeprowadzone za pomocą dwóch kwestionariuszy oraz ankiety własnej. Do badań użyto STAI - Inwentarz Stanu i Cech Lęku autorstwa C.D. Spielbergera, R.L. Gorsucha i R.E. Lushene oraz Skale Postaw Rodzicielskich (SPR) Mieczysława Plopy. Stworzono również ankietę własną.

Badania przeprowadzone zostały w miesiącach marzec - kwiecień 2021 roku. Miały charakter anonimowy i dobrowolny. Test wypełniano według przekazanej instrukcji. Czas, jaki poświęcano na wypełnienie obu kwestionariuszy i ankiety własnej wynosił 30-40 minut.

Przy opracowaniu wyników badań zastosowano test Wilcozona dla prób zależnych (sprawdzenie istotności różnicy poziomu lęku przed pandemią i w trakcie pandemii), test U Manna-Whitneya (sprawdzenie istotności różnicy w postawach rodziców pomiędzy grupami wydzielonymi ze względu na poziom lęku). Skorzystano również z nieparametrycznego testu ze względu na niespełnienia założenia o normalności rozkładów. Istotność powiązań między zmiennymi ilościowymi i rangowymi sprawdzano za pomocą współczynnika korelacji rang Spearmana. Do sprawdzenia zgodności zmiennych ilościowych z rozkładem normalnym sprawdzano za pomocą testu Shapiro-Wilka. W analizach statystycznych przyjęto poziom istotności $p = 0,05$.

3.4 Analiza wyników badań

W tym podrozdziale dokonano analizy wyników przeprowadzonych za pomocą Inwentarza Stanu i Cech Lęku STAI, Skali Postaw Rodzicielskich oraz arkusza personalnego własnej konstrukcji badań.

3.4.1 Analiza arkusza personalnego własnej konstrukcji

Arkusze personalne własnej konstrukcji w pierwszej kolejności badał grupę docelową. Grupę badawczą stanowili rodzice dzieci w edukacji domowej oraz rodzice dzieci w edukacji zdalnej (szkoła tradycyjna) zamieszkujący w Polsce. Łącznie w badaniu udział wzięło 85 osób. 42 osoby były z grupy edukacji domowej i 43 osoby z grupy edukacji zdalnej. Badaniu poddały się 82 kobiety i 3 mężczyźni. 50 osób było w wieku 31-40 lat, 28 osób miało 41-50 lat, 4 osoby były w wieku 20-30 lat i 3 osoby były powyżej 50 roku życia. Prawie 83,5% badanych miało wykształcenie wyższe (71 osób), 16,5% (14 osób) miało wykształcenie średnie. 36 osób określiło swoje warunki materialne jako



dobrze, 30 osób jako bardzo dobrze, zaś 19 osób jako średnie. 63 osoby wskazały, że są aktywne zawodowo. 22 odpowiedziały, że nie pracują. Jako miejsce zamieszkania najczęściej osób wskazało miasto od 150 tys. do 500 tys. Najmniej osób było z miasta od 50 tys. do 150 tys.

Tabela 2 Struktura grupy docelowej

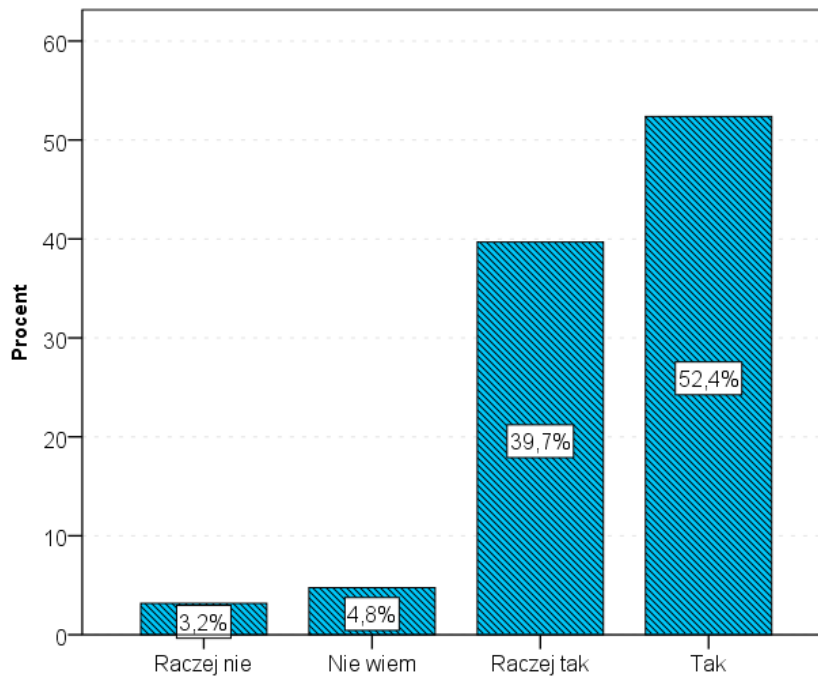
		N - Liczebność	%
Płeć	Kobieta	82	96,5%
	Mężczyzna	3	3,5%
Wiek	20-30 lat	4	4,7%
	31-40 lat	50	58,8%
	41-50 lat	28	32,9%
	Powyżej 50 lat	3	3,5%
Wykształcenie	Średnie	14	16,5%
	Wyższe	71	83,5%
Miejsce zamieszkania	Wieś	18	21,2%
	Miasto do 50 tys. mieszkańców	10	11,8%
	Miasto od 50-150 tys. mieszkańców	5	5,9%
	Miasto od 150-500 tys. mieszkańców	28	32,9%
	Miasto > 500 tys. mieszkańców	24	28,2%
Warunki materialne rodziny	Średnie	19	22,4%
	Dobre	36	42,4%
	Bardzo dobre	30	35,3%
Aktywność zawodowa	Tak	63	74,1%
	Nie	22	25,9%

Źródło: Opracowanie własne

Łącznie 92,1% aktywnych zawodowo osób było usatysfakcjonowana z wykonywanej pracy (52,4% - tak, 39,7% - raczej tak), raczej nieusatysfakcjonowanych było 3,2% ankietowanych.



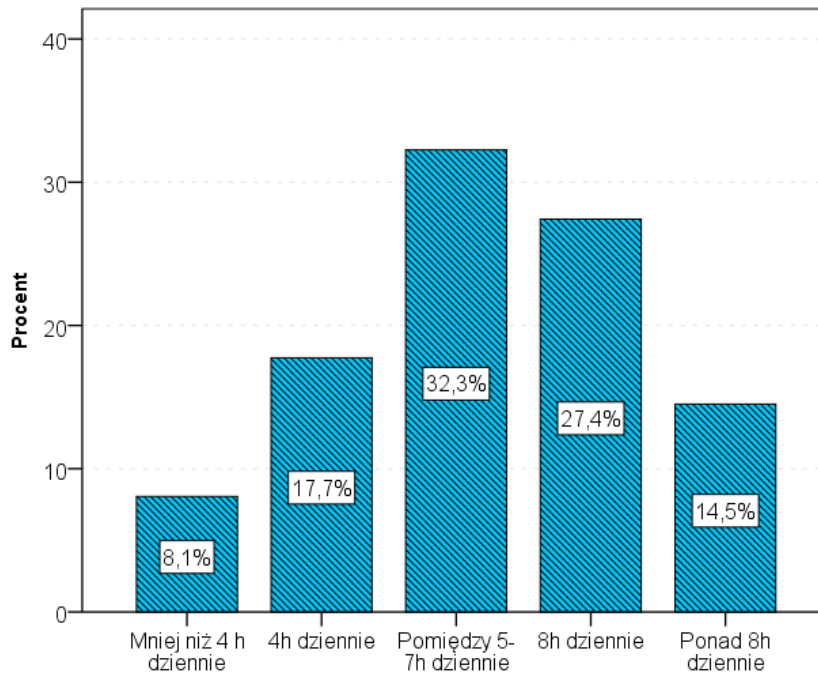
Wykres 1. Satysfakcja z wykonywanej pracy



Źródło: Opracowanie własne

Średnia liczba godzin w pracy wynosiła pomiędzy 5, a 7 godzin dziennie (32,3%), duży odsetek respondentów pracował 8 godzin (27,4%), pozostałe osoby pracowały dziennie mniej niż 4 godziny (8,1%), 4 godziny (17,7%) i ponad 8 godzin (14,5%).

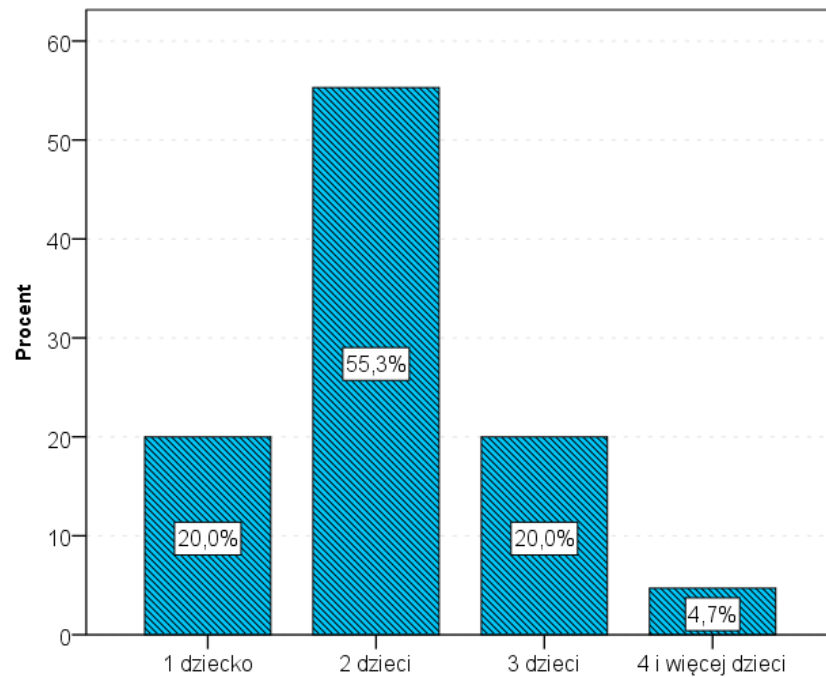
Wykres 2. Średnia liczba godzin poświęcana na pracę



Źródło: Opracowanie własne

Najczęściej ankietowani posiadali dwójkę dzieci (55,3%), jedno dziecko miało 20% respondentów, taki sam odsetek ankietowanych miał troje dzieci, pozostali ankietowani mieli czworo i więcej dzieci (4,7%).

Wykres 3. Liczba posiadanych dzieci



Źródło: Opracowanie własne

Średni wiek dziecka wynosił 8,8 lat, przy odchyleniu standardowym wynoszącym 4,68 lat. Co najmniej połowa respondentów posiadała dzieci w wieku 8 lat lub starsze. Najwięcej ankietowanych miało dzieci w wieku 8 lat (Tab.3).

Tabela 3. Średni wiek posiadanych dzieci

Zmienne	<i>M</i>	<i>SD</i>	<i>Me</i>	<i>Mo</i>	<i>Min.</i>	<i>Maks.</i>
Wiek dziecka:	8,8	4,68	8,0	8,0	0,2	26,0

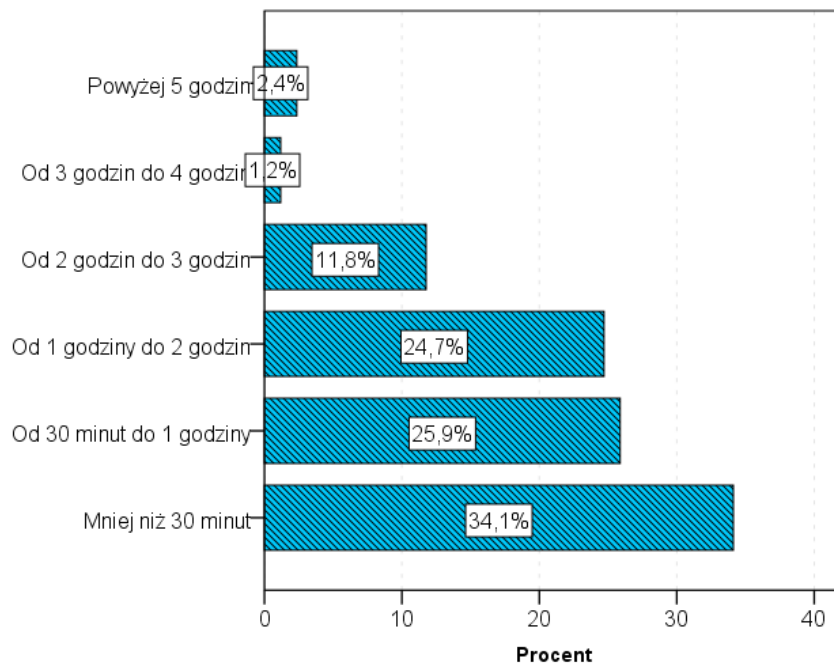
M – średnia, *SD* – odchylenie standardowe, *Me* – mediana, *Mo* – dominanta, *Min.* – wartość minimalna, *Maks.* – wartość maksymalna

Źródło: Opracowanie własne



W ankiecie wzięło blisko 51% rodziców dzieci uczących się zdalnie (43 osoby) i 49% (42 osoby) rodziców dzieci będących w edukacji domowej. Najczęściej rodzice na wsparcie edukacji swojego dziecka poświęcali mniej niż 30 minut dziennie (34,1%), od 30 do 1 godziny (25,9%) od 1 do 2 godzin (24,7%) dziennie.

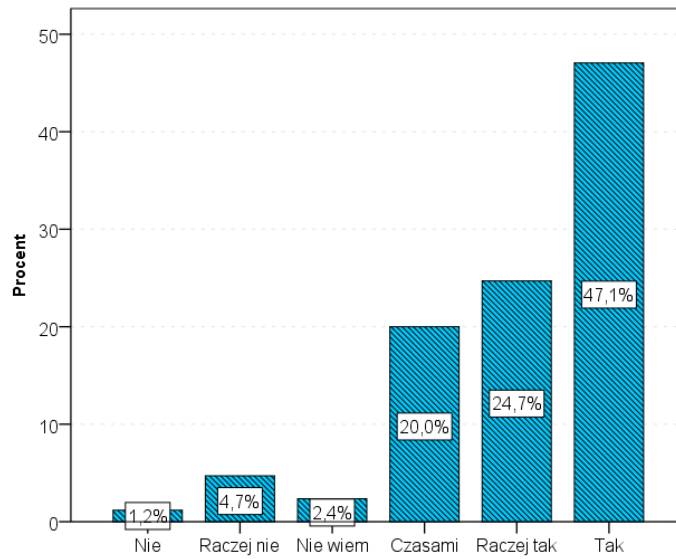
Wykres 4. Forma edukacji dzieci



Źródło: Opracowanie własne

Większość osób uważała, że pomoc dziecku w edukacji wiąże się z satysfakcją (47,1% - odpowiedzi tak, 24,7% - odpowiedzi raczej tak).

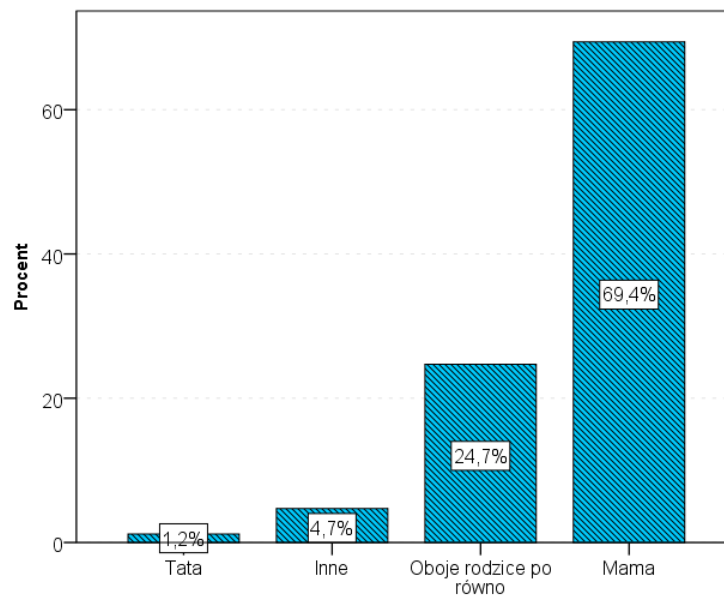
Wykres 5: Czy pomoc dziecku w edukacji wiąże się z satysfakcją?



Źródło: Opracowanie własne

Najczęściej dziecko edukacyjnie wspierała mama (69%), rzadziej oboje rodzice po równo (25%), bardzo rzadko ojciec (1%).

Wykres 6. Kto najczęściej wspiera dziecko edukacyjnie w domu?



Źródło: Opracowanie własne

Swoje metody wychowawcze ankietowani najczęściej oceniali raczej pozytywnie (55,3%) oraz pozytywnie (35,3%). Pozostali respondenci nie wiedzieli, jak ocenić swoje metody wychowawcze (9,4%).

Tabela 4. Samoocena swoich metod wychowawczych

Odpowiedzi	%	N - liczebność
Nie wiem	9,4%	8
Raczej pozytywnie	55,3%	47
Pozytywnie	35,3%	30

Źródło: Opracowanie własne



Ankietowani wychowując dziecko najczęściej chcieliby mieć więcej cierpliwości (27,1%). Często uważali, że chcą spędzać więcej czasu z dzieckiem (9,4%), chcieli mieć większą konsekwencję (8,2%), być bardziej systematycznym (4,7%), mieć więcej dyscypliny (4,7%), chcieliby wykorzystywać kreatywne pomoce (2,4%), chcieliby zwiększyć samodzielność dziecka (2,4%). Większość respondentów niczego nie zmieniałoby w swoich metodach wychowawczych (22,4%). Inne propozycje zmian wymieniane przez pojedyncze osoby zestawiono w tabeli 5.



Tabela 5. Co by ankietowany zmienił w swoich metodach wychowawczych?

	N liczebność	Procent
Większa cierpliwość	23	27,1%
Więcej czasu z dziećmi	8	9,4%
Większa konsekwencja	7	8,2%
Nie wiem	4	4,7%
Więcej systematyczności	4	4,7%
Większa dyscyplina	4	4,7%
Kreatywne pomoce	2	2,4%
Zwiększenie samodzielności dziecka	2	2,4%
Inny sposób tłumaczenia	1	1,2%
Mniejsze faworyzowanie jednego z dzieci	1	1,2%
Więcej aktywności poza domem	1	1,2%
Więcej biernego słuchania	1	1,2%
Więcej czasu na przygotowanie materiałów do podstawy programowej	1	1,2%
Więcej kultury i szacunku	1	1,2%
Więcej praktycznych zadań	1	1,2%
Większa liczba alternatywnych podręczników	1	1,2%
Większa wyrozumiałość	1	1,2%
Większe opanowanie	1	1,2%
Większy nacisk na niektóre aspekty współżycia rodzinnego	1	1,2%
Włączenie elementów nauki przez zabawę	1	1,2%
Zadbałabym bardziej o siebie	1	1,2%
Nic	19	22,4%

Źródło: Opracowanie własne



W swoich metodach wychowawczych ankietowani nie zmienialiby najczęściej bliskiej więzi i zaufania z dzieckiem (15,3%), swojej komunikacji z dzieckiem (14,1%), otwartości (5,9%), konsekwencji (4,7%), dawania samodzielności dziecku (3,5%), empatycznego, wyrozumiałego podejścia (2,4%), planowania (2,4%), poczucia wolności (2,4%), stawiania na dobrą zabawę, również podczas nauki (2,4%), szacunku dla dziecka (2,4%), wyznaczonych granic (2,4%), zaangażowania (2,4%).



Tabela 6. Czego ankietowany nie zmieniały w swoich metodach wychowawczych?

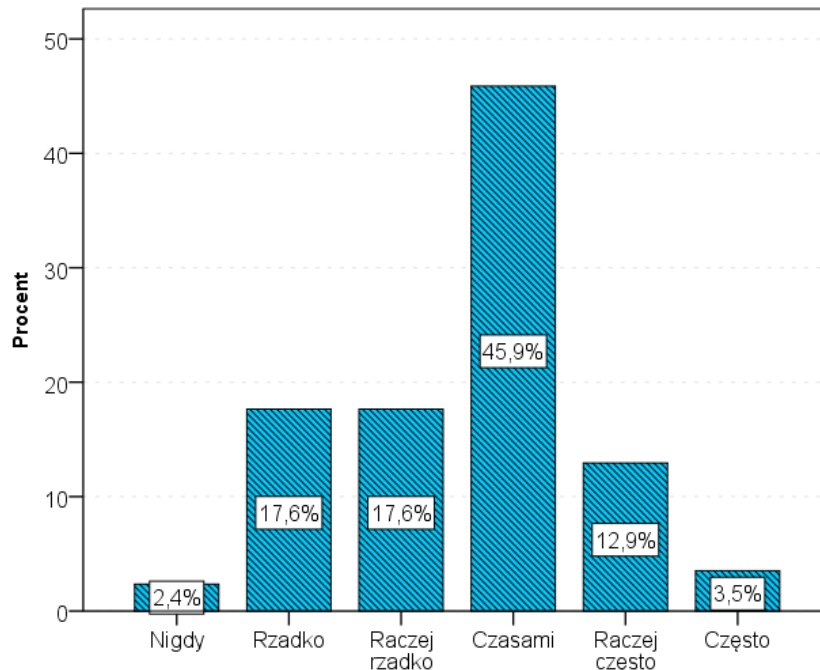
	Częstość	Procent
Bliskiej więzi i zaufania	13	15,3%
Komunikacji z dzieckiem	12	14,1%
Otwartości	5	5,9%
Konsekwencji	4	4,7%
Dawania samodzielności dziecku	3	3,5%
Empatycznego, wyrozumiałego podejścia	2	2,4%
Planowania	2	2,4%
Poczucia wolności	2	2,4%
Stawiania na dobrą zabawę, również podczas nauki	2	2,4%
Szacunku dla dziecka	2	2,4%
Wyznaczonych granic	2	2,4%
Zaangażowania	2	2,4%
Autentyczności	1	1,2%
Dawania dziecku maksimum swobody odnośnie nauki i zainteresowań	1	1,2%
Gotowość do wysłuchania i wsparcia	1	1,2%
Indywidualnego podejścia	1	1,2%
Kreatywność, postawa otwartości	1	1,2%
Nacisku na czytanie	1	1,2%
Nastawienia	1	1,2%
Podążania za dzieckiem	1	1,2%
Podejścia do przedmiotów	1	1,2%
Pozytywnego podejścia	1	1,2%
Relacji z dziećmi	1	1,2%
Systematyczności	1	1,2%
Wiedzy	1	1,2%
Niczego bym nie zmienił	21	24,7%

Źródło: Opracowanie własne



Lęk w życiu większości ankietowanych występował czasami (45,9%), raczej często odczuwało go 12,9% respondentów, często 3,5% ankietowanych. Pozostałe osoby nie odczuwały lęku (2,4%), odczuwały go rzadko (17,6%) lub raczej rzadko (17,6%).

Wykres 7. Częstość występowania lęku w życiu ankietowanego



Źródło: Opracowanie własne

Ankietowani lęk odczuwali obawiając się o swoje własne zdrowie (23,5%) i bliskich (22,4%). Lęk wywoływały różne aspekty związane z sytuacją finansową (10,6%) i najbliższymi (5,9%), niepewność jutra (5,9%), agresja innych (4,7%), działania polityków (4,7%), sytuacja społeczna (4,7%), sytuacja związana z pandemią (3,5%), obawa przed utratą kontroli nad życiem (3,5%), strach o dzieci (2,4%) oraz strach przed utratą pracy (2,4 %).

Tabela 7. Sytuacja wywołujące lęk. Możliwość wielokrotnych odpowiedzi

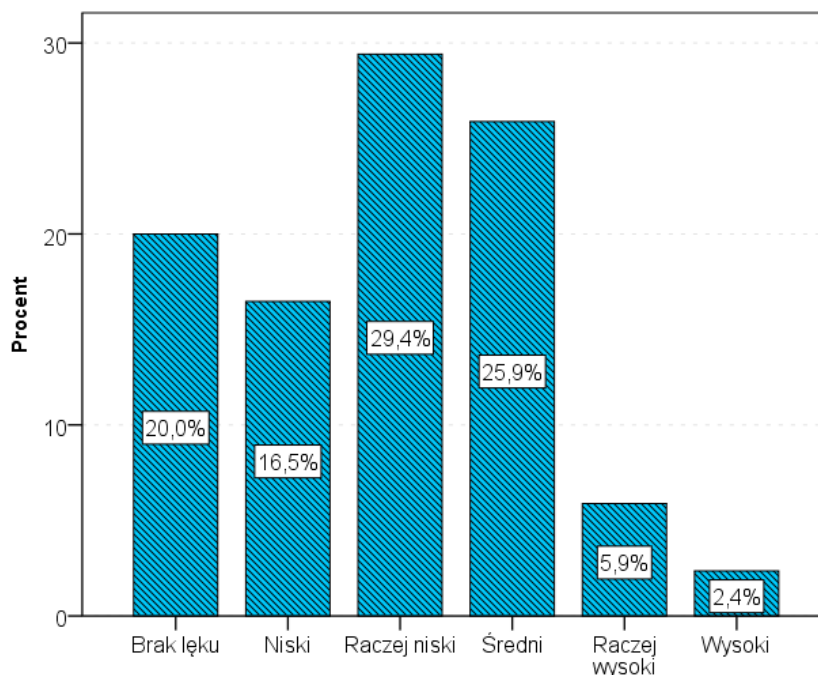
	N - Liczebność	%
Zdrowie własne	20	23,5%
Zdrowie bliskich	19	22,4%
Sytuacja finansowa	9	10,6%
Lęk o najbliższych	5	5,9%
Niepewność jutra	5	5,9%
Agresja innych	4	4,7%
Działania polityków	4	4,7%
Sytuacja społeczna	4	4,7%
Pandemia	3	3,5%
Utrata kontroli nad życiem	3	3,5%
Strach o dzieci	2	2,4%
Utrata pracy	2	2,4%
Bezradność	1	1,2%
Edukacja dziecka	1	1,2%
Głupota ludzka	1	1,2%
Izolacja	1	1,2%
Kontakty z innymi	1	1,2%
Nadmiar obowiązków	1	1,2%
Nagłe sytuacje	1	1,2%
Nieplanowana ciąża	1	1,2%
Nieznane sytuacje	1	1,2%
Rozstania	1	1,2%
Sytuacja gospodarcza	1	1,2%
Szybka jazda samochodem	1	1,2%
Zachowanie dzieci	1	1,2%
Nic	5	5,9%

Źródło: Opracowanie własne



Przed pojawieniem się pandemii swój poziom lęku ankietowani oceniali najczęściej jako raczej niski (29,4%), średni (25,9%), duży odsetek ankietowanych miał niski poziom lęku (16,5%), a 20% w ogóle go nie odczuwało.

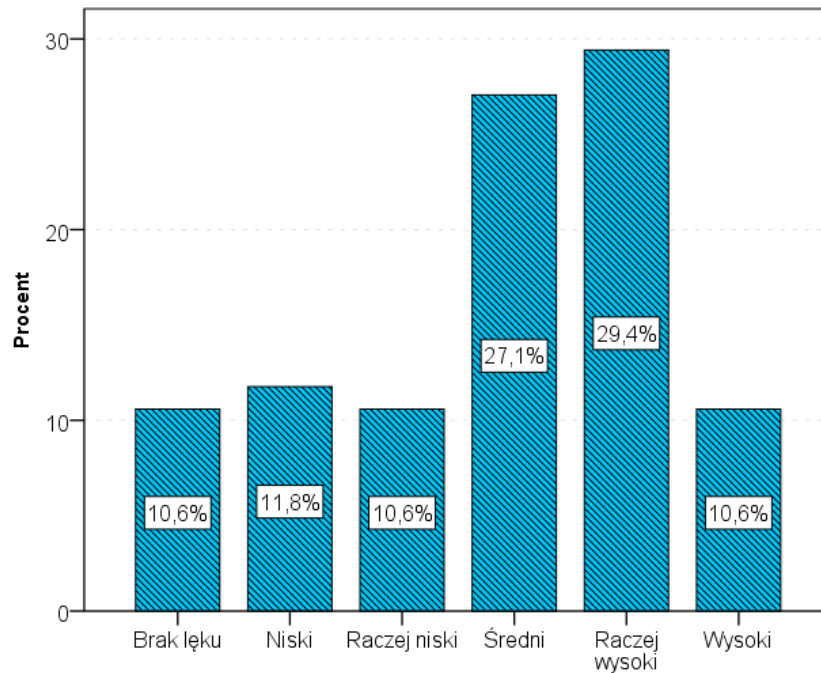
Wykres 8. Ocena poziomu lęku przed pojawieniem się pandemii i wprowadzeniem edukacji zdalnej



Źródło: Opracowanie własne

W trakcie pandemii ankietowani najczęściej uważali, że ich lęk jest raczej wysoki (29,4%) lub średni (27,1%). Ponad 10,6% ankietowanych odczuwało wysoki poziom lęku, tylko samo osób wskazywało na brak lęku. 11,8% osób odpowiedziało, że lęk był niski, a 10,6% że raczej niski.

Wykres 9. Ocena poziomu lęku przed pojawieniem się pandemii i wprowadzeniem edukacji zdalnej



Źródło: Opracowanie własne

Podsumowując poziom lęku w porównaniu ze stanem przed pandemią u blisko 4,7% respondentów zmniejszył się, ponad połowa ankietowanych odczuwała większy lęk (54,1%), a żadnych zmian w poziomie lęku nie zaobserwowało 41,2% respondentów. Różnicę w poziomie lęku przed i w trakcie pandemii są istotne statystycznie ($p < 0,001$, $Z = -5,48$). Do sprawdzenia wyników przeprowadzono test Wilcoxon. Wyniki przedstawiono w tabeli numer 7.

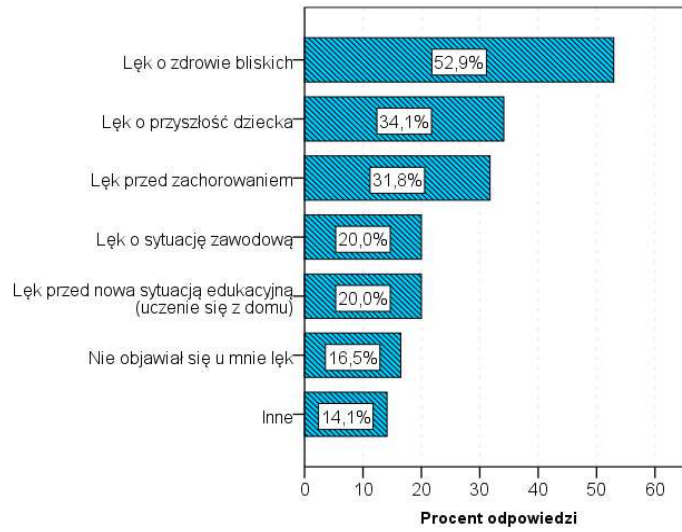
Tabela 8. Zmiana poziomu lęku

Zmiana lęku:	N	%
Mniejszy lęk	4	4,7%
Większy lęk	46	54,1%
Brak zmian	35	41,2%
Test Wilcoxon	Z = -5,48; p < 0,001	

Źródło: Opracowanie własne

Głównym źródłem lęku był lęk o zdrowie bliskich (52,9%), o przyszłość dziecka (34,1%), lęk przed zachorowaniem (31,8%), rzadziej źródłem był lęk o sytuację zawodową (20%), przed nową sytuacją edukacyjną (20%). U 16,5% osób nie objawiał się lęk. Wśród innych odpowiedzi podano lęk o: zatracenie 15 latka w świecie online, utrata pracy – lęk o finanse, ograniczenie kontaktów rówieśniczych, zmniejszenie aktywności fizycznej, ubezpieczenie, pozbawienie praw obywatelskich, o sytuację edukacyjną, przed śmiercią, ograniczenie poruszania się – zamknięcie granic, W tym pytaniu była możliwość wybrania więcej niż 1 odpowiedzi.

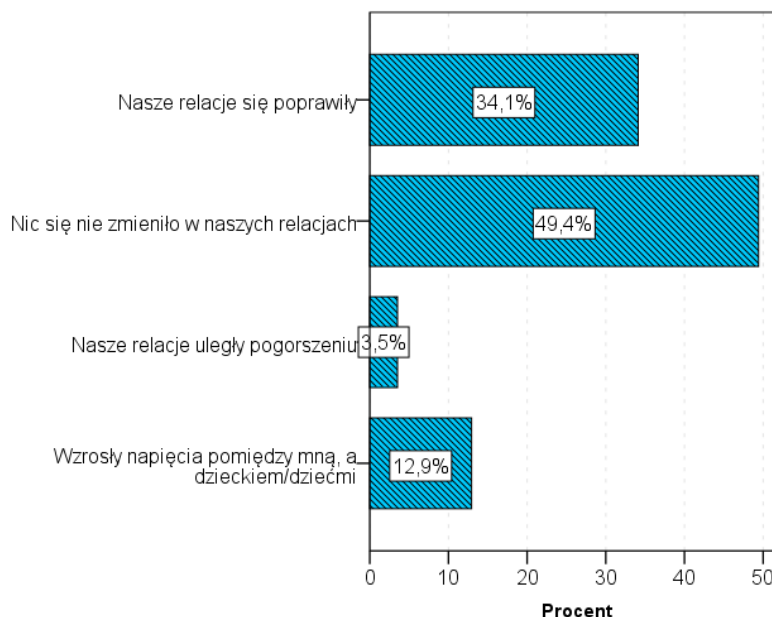
Wykres 10. Źródła lęku w czasie edukacji zdalnej lub domowej w dobie pandemii



Źródło: Opracowanie własne

U większości respondentów nie doszło do zmiany relacji rodzinnych na skutek edukacji zdalnej lub domowej (49,4%), a duży odsetek zauważył poprawę relacji (34,1%). 3,5% osób wskazało na pogorszenie relacji, a 12,9% na wzrost napięcia między nimi, a dzieckiem/dziećmi.

Wykres 11. W jaki sposób edukacja zdalna/domowa w dobie pandemii wpłynęła na relację w rodzinie?

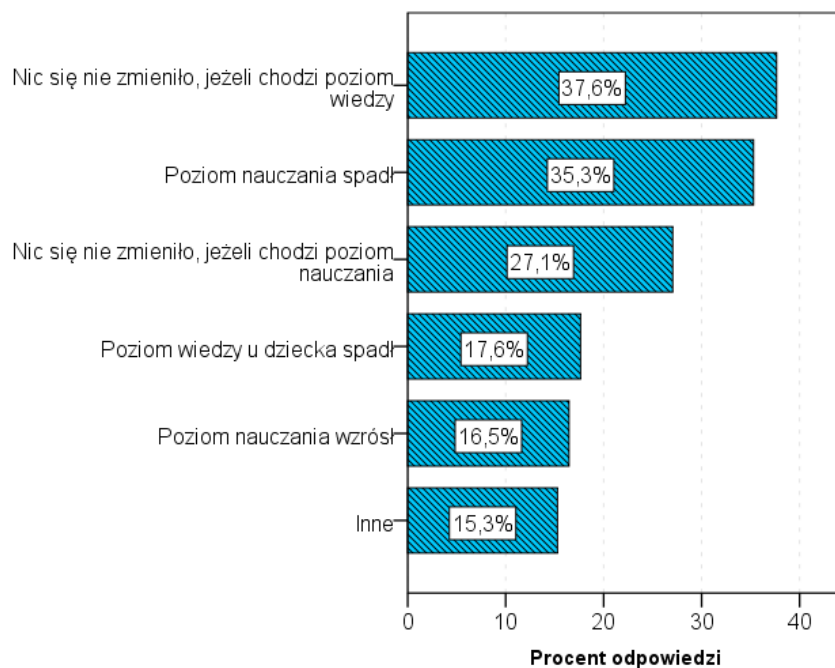


Źródło: Opracowanie własne

W większości przypadków motywacja dziecka do nauki nie zmieniła się po pojawieniu się pandemii i rozpoczęciu edukacji zdalnej (60%), 11,8% rodziców określiło, że motywacja do nauki wzrosła. 28,2% rodziców twierdziło, że motywacja dziecka spadła, było to łącznie 21 osób, w tym 3 osoby posiadały dzieci w edukacji domowej, zaś 18 w edukacji zdalnej. Jeżeli chodzi o poziom wiedzy, to najwięcej ankietowanych uważało, że pandemia nic nie zmieniła w poziomie wiedzy dziecka (38%), jednakże podobny odsetek respondentów uważał, że poziom nauczania spadł (36%). Łącznie 30 osób określiło, że poziom nauczania znacząco spadł, w tym 4 osoby miały dzieci w edukacji domowej, zaś 26 rodziców miało dzieci w edukacji zdalnej. Żadnych zmian w poziomie nauczania nie zauważyło 27% ankietowanych rodziców, 18% rodziców uważało, że poziom wiedzy dziecka spadł (18%), a tylko 17% respondentów uważało, że poziom nauczania wzrósł (17%). W tym pytaniu istniała możliwość wielokrotnych odpowiedzi



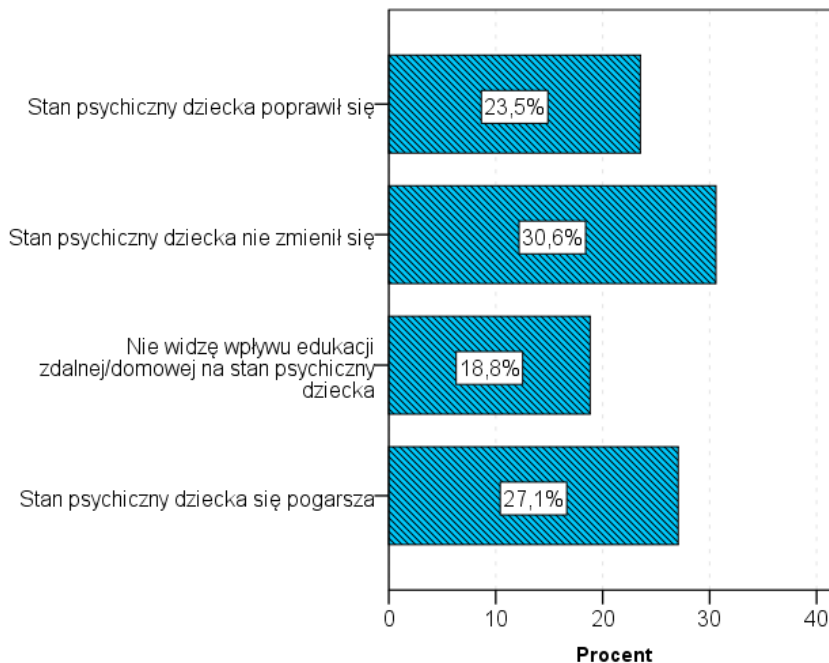
Wykres 12. W jaki sposób pandemia wpłynęła na edukację dziecka?



Źródło: Opracowanie własne

Najczęściej ankietowani uważali, że na skutek edukacji zdalnej/domowej w dobie pandemii dobrostan psychiczny dziecka pogorszył się (27,1 %), 18,8% rodziców nie widziało wpływu edukacji zdalnej/domowej na stan psychiczny dziecka, najwięcej osób uważało, że w trakcie pandemii stan psychiczny dziecka nie zmienił się (30,6%). Poprawę stanu psychicznego dziecka zauważyło 23,5 % ankietowanych rodziców (17 osób), w tym było 9 osób posiadających dzieci w edukacji domowej i 8 posiadająca dzieci w edukacji zdalnej.

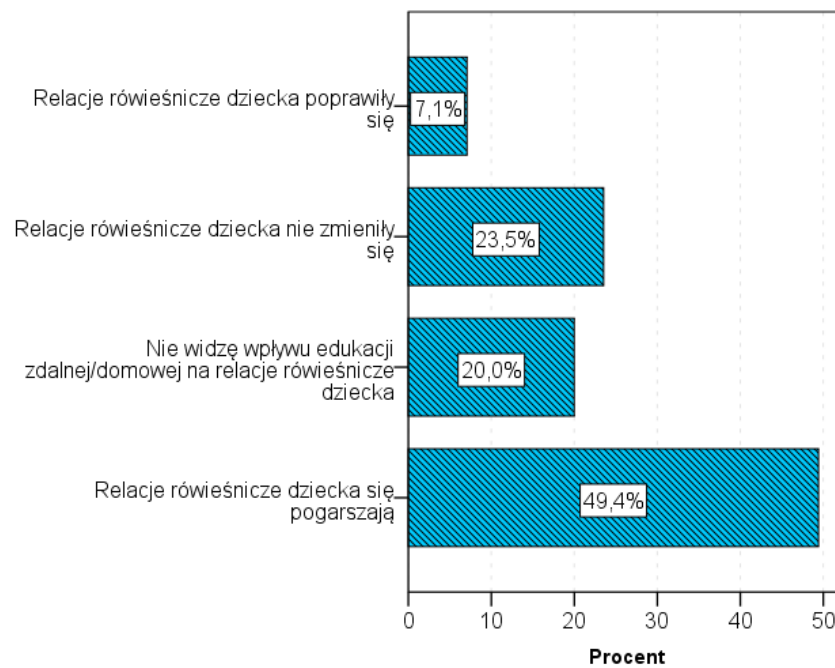
Wykres 13. Ocena wpływu edukacji zdalnej/domowej na dobrostan psychiczny dziecka w dobie pandemii



Źródło: Opracowanie własne

Zdecydowana większość ankietowanych uważała, że edukacja zdalna/domowa w dobie pandemii wpływa negatywnie na relacje rówieśnicze dziecka - 39 osób wskazało, że relacje się pogorszyły. Spośród nich 14 osób miało dzieci w edukacji domowej, zaś 25 w zdalnej. 20% rodziców nie widziało wpływu takiej edukacji na relacje rówieśnicze dziecka. Podobny odsetek ankietowanych uważał, że relacje rówieśnicze dziecka nie zmieniły się (24%), a poprawę takich relacji zauważyło zaledwie 6 ankietowanych.

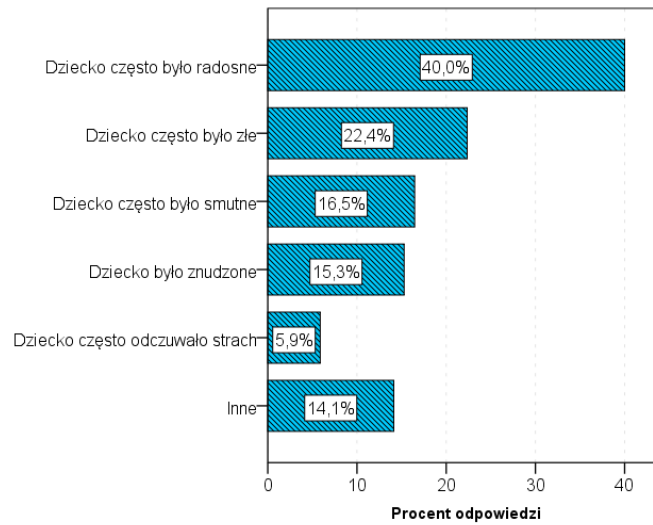
Wykres 14. Ocena edukacji zdalnej/ domowej na relacje rówieśnicze dziecka w dobie pandemii



Źródło: Opracowanie własne

Większość ankietowanych uważało, że w dobie pandemii dziecko było radosne (40%). Rzadziej dziecku towarzyszyły takie emocje jak złość (22%), smutek (17%), znudzenie (15%), strach (6%). Istniała w tym pytaniu możliwość wielokrotnych odpowiedzi.

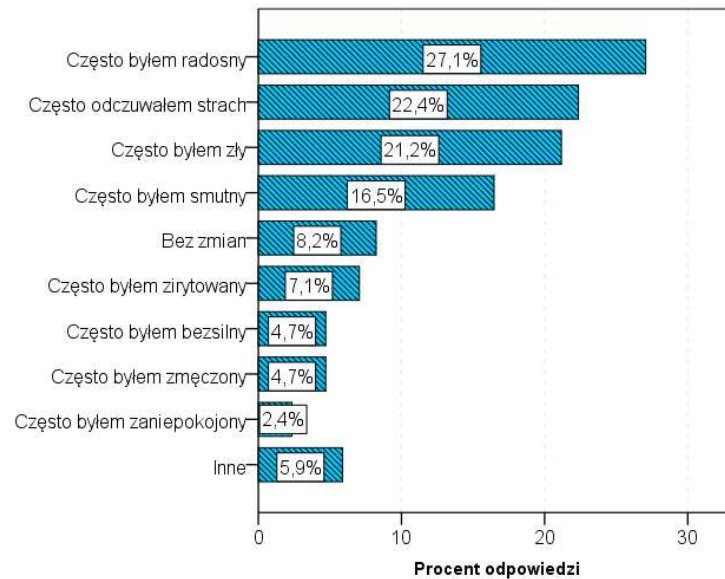
Wykres 15. Emocje towarzyszące dziecku w okresie zdalnej edukacji/edukacji domowej w dobie pandemii



Źródło: Opracowanie własne

Najczęstsze emocje odczuwane przez ankietowanych w okresie zdalnej edukacji lub edukacji domowej to radość (27,1%), strach (22,4%), złość (21,2%), smutek (16,5%). 8,5% zaznaczyło, że nie było zmian na poziomie emocji. Istniała możliwość wielokrotnych odpowiedzi.

Wykres 16. Emocje towarzyszące ankietywanemu w okresie zdalnej edukacji/edukacji domowej w dobie pandemii



Źródło: Opracowanie własne

3.5.2 Analiza STAI - Inwentarza Stanu i Cech Lęku

Z analizy przeprowadzonych badań wynika, że średni wynik surowy, uzyskiwany na skali lęku jako stan, wynosił 35,4, przy odchyleniu standardowym wynoszącym 9,56 punktów. Mediana rozkładu zmiennej wynosiła 35 punktów. Najczęściej ankietywani uzyskiwali 22 punktów. Rozkład zmiennej kształtował się od 20 do 62 punktów. Rozkład surowych wyników nie był zgodny z rozkładem normalnym ($p = 0,043$) (Tab.5). Średni wynik surowy uzyskiwany na skali lęku jako cecha wynosił 37,6, przy odchyleniu standardowym wynoszącym 8,88 punktów. Mediana rozkładu zmiennej wynosiła 36 punktów. Najczęściej ankietywani uzyskiwali 33 punkty. Rozkład zmiennej kształtował się od 21 do 58 punktów. Rozkład surowych wyników nie był zgodny z rozkładem normalnym ($p = 0,005$) (Tab.8).

Tabela 9. Miary tendencji centralnej oraz rozproszenia. Wyniki surowe kwestionariusza STAI

Zmienne	<i>M</i>	<i>SD</i>	<i>Me</i>	<i>Mo</i>	<i>Min.</i>	<i>Maks.</i>
Lęk – stan	35,4	9,56	35,0	22,0	20,0	62,0
Lęk – cecha	37,6	8,88	36,0	33,0	21,0	58,0

M – średnia, *SD* – odchylenie standardowe, *Me* – mediana, *Mo* – dominanta, *Min.* – wartość minimalna, *Maks.* – wartość maksymalna

Źródło: Opracowanie własne

Średni sten dla skali lęku jako stan wynosił 4,7 (wyniki średnie), przy odchyleniu standardowym wynoszącym 2,19. Mediana rozkładu wartości stenowych wynosiła 5, a najczęściej ankietowani uzyskiwali 3 sten (Tab.6). Średni sten dla skali lęku jako cecha wynosił 3,7. Mediana rozkładu wartości stenowych wynosiła 3, a najczęściej ankietowani uzyskiwali 1 sten (Tab.9). Wnioskować można, że najwięcej osób odczuwało niski lęk jako stan oraz niski poziom lęku jako cecha. Pojawiały się osoby o bardzo niskim stanie lęku zarówno jako stan jak i jako cecha oraz osoby o bardzo wysokim poziomie lęku jako stan (sten 10) oraz lęku jako cecha (sten 9).

Tabela 10. Miary tendencji centralnej oraz rozproszenia. Wartości stenów kwestionariusza STAI

Zmienne	<i>M</i>	<i>SD</i>	<i>Me</i>	<i>Mo</i>	<i>Min.</i>	<i>Maks.</i>
Lęk - stan	4,7	2,19	5,0	3,0	1,0	10,0
Lęk - cecha	3,7	2,30	3,0	1,0	1,0	9,0

M – średnia, *SD* – odchylenie standardowe, *Me* – mediana, *Mo* – dominanta, *Min.* – wartość minimalna, *Maks.* – wartość maksymalna

Źródło: Opracowanie własne



Niskie wyniki na skali poziomu lęku jako stan uzyskało 37% respondentów, 42% respondentów uzyskało średnie wyniki, a wysokim lękiem cechowało się 21% ankietowanych.

Tabela 11. Poziom lęku (stan)

Odpowiedzi	%	N - liczebność
Niski	36,5%	31
Średni	42,4%	36
Wysoki	21,2%	18

Źródło: Opracowanie własne

Większość respondentów uzyskała niskie wyniki dla skali lęku jako cechy (53%), średnie wyniki uzyskało 31% rodziców, a wysokie 17% respondentów.

Tabela 12. Poziom lęku (cecha)

Odpowiedzi	%	N - liczebność
Niski	52,9%	45
Średni	30,6%	26
Wysoki	16,5%	14

Źródło: Opracowanie własne

3.5.3 Analiza Skali Postaw Rodzicielskich Mieczysława Płopy

Najwyższe średnie wyniki ankietowani na skali postaw rodzicielskich uzyskiwali dla zmiennej akceptacja (średnio 44,2 punktów) i dla zmiennej autonomia (średnio 42,0 punktów). Najniższe wyniki uzyskiwano dla skali wymaganie (21,9), niekonsekwencja (20,2) i ochranianie (21,4). Rozkłady wszystkich skal były niezgodne z rozkładem normalnym ($p > 0,05$) (Tab.12).



Tabela 13. Miary tendencji centralnej oraz rozproszenia. Wyniki surowe kwestionariusza SPR

Zmienne	<i>M</i>	<i>SD</i>	<i>Me</i>	<i>Mo</i>	<i>Min.</i>	<i>Maks.</i>
Akceptacja	44,2	4,79	46,0	49,0	31,0	50,0
Wymaganie	21,9	6,97	22,0	15,0	10,0	40,0
Autonomia	42,0	5,41	42,0	41,0	24,0	50,0
Niekonsekwencja	20,2	7,80	19,0	20,0	10,0	41,0
Ochranianie	21,4	6,38	21,0	23,0	10,0	40,0

M – średnia, *SD* – odchylenie standardowe, *Me* – mediana, *Mo* – dominanta, *Min.* – wartość minimalna, *Maks.* – wartość maksymalna

Źródło: Opracowanie własne

Najwyższe średnie wartości stenów ankietowani uzyskiwali dla skali autonomia (średnio 6,4 sten), dla skali akceptacja (5,4) oraz dla skali niekonsekwencja (5,3). Nieco niższe wartości stenów respondenci uzyskali dla skali wymaganie (4,1). Najniższe wartości stenów respondenci uzyskiwali dla skali ochranianie (1,9) (Tab.10).

Tabela 14. Miary tendencji centralnej oraz rozproszenia. Wartości stenowe kwestionariusza SPR

Zmienne	<i>M</i>	<i>SD</i>	<i>Me</i>	<i>Mo</i>	<i>Min.</i>	<i>Maks.</i>
Akceptacja	5,4	3,05	6,0	2,0	1,0	10,0
Wymaganie	4,1	1,47	4,0	5,0	1,0	8,0
Autonomia	6,4	1,98	6,0	6,0	1,0	10,0
Niekonsekwencja	5,3	1,86	5,0	5,0	1,0	9,0
Ochranianie	1,9	1,18	2,0	1,0	1,0	6,0

M – średnia, *SD* – odchylenie standardowe, *Me* – mediana, *Mo* – dominanta, *Min.* – wartość minimalna, *Maks.* – wartość maksymalna

Źródło: Opracowanie własne



3.6. Analiza powiązań pomiędzy zmiennymi

W niniejszym rozdziale dokonane zostaną analizy powiązań pomiędzy zmiennymi z wykonanego badania zarówno w obu grupach badanych, jak i zależności pomiędzy grupami skrajnymi. Dokonana zostanie również analiza porównawcza. Do przeprowadzenia analizy użyto testu Spearmana oraz testu U Manna-Whitneya.

3.6.1 Analiza powiązań pomiędzy zmiennymi w całej grupie edukacji domowej

Z wynikami Skali Postaw Rodzicielskich skorelowano zmienne pochodzące z autorskiej ankiety takie jak: częstość występowania lęku, ocena poziomu lęku przed pandemią i w trakcie pandemii oraz z wynikami kwestionariusza STAI (lęk – stan i cecha). W grupie edukacji domowej między tymi zmiennymi zauważono kilka statystycznie istotnych korelacji. Stwierdzono, że ankietowani często odczuwający lęk uzyskiwali wyższe wyniki na skali niekonsekwencja ($p = 0,036$, $r=0,32$), korelacja charakteryzowała się słabą zależnością oraz na skali ochranianie ($p = 0,003$, $r=0,45$) gdzie występowała umiarkowana zależność pomiędzy odczuwanym lękiem, a postawą ochraniania. Wnioskować można, że osoby odczuwające lęk częściej miały postawę niekonsekwencji i ochraniania. Im lęk był częstszy tym wymienione powyżej postawy były silniejsze. Obie postawy charakteryzują się podatnością na występowanie lęku. Ciągłe ochranianie generuje ciągłe odczucie niepokoju, które może przerodzić się w lęk, zaś niekonsekwencja charakteryzuje się niestabilnością emocjonalną, nieumiejętnością funkcjonowania w równowadze, co również może przyczynić się do częstszego odczuwania lęków.

Ankietowani mocniej odczuwający poziom lęku przed pandemią ($p = 0,015$, $r=0,37$), jak i w trakcie pandemii ($p = 0,038$, $r=0,32$) uzyskiwali wyższe wyniki na skali wymagania. Wskazać tutaj można na korelację o słabej zależności. Rodzice przyjmujący się postawą wymagającą charakteryzują się sztywnym podejściem do wychowania, wierzą w swoją nieomylność i że wszystko ma być tak jak oni chcą. Wszelkie zmiany wywołują u nich napięcie, którego podłożem może być właśnie siła występującego lęku. Im postawa jest mocniejsza, tym pojawiający się lęk jest mocniejszy

Ankietowani uzyskujący wysokie wyniki na skali lęk jako stan, uzyskiwali wyższe wyniki na skali niekonsekwencja ($p = 0,047$, $r=0,31$) była to korelacja o słabej zależności oraz ochranianie ($p = 0,002$, $r=0,47$), gdzie wynik wskazuje na umiarkowaną zależność



pomiędzy wysokimi wynikami na skali lęk jako stan, a postawą ochraniającego. Napięcia występujące zarówno w postawie niekonsekwencji, jak i w silniejszej formie w postawie ochraniającej mogła wpływać na częstsze pojawianie się lęku jako stan, który jest złożoną reakcją poruszającą emocje, która wywoływana jest przez subiektywne odczucia napięcia czy też zagrożenia. W obu tych postawach takie właśnie odczucia pojawiają się u rodziców.

Ankietowani uzyskujący wysokie wyniki na skali lęk jako cecha uzyskiwali wyższe wyniki na skali wymagania ($p = 0,038$, $r=0,32$) korelacja wskazuje na słabą zależność pomiędzy wysokim wynikiem na skali lęk jako cecha, a wyższymi wynikami na skali postawy wymagania. Przy skali niekonsekwencja ($p = 0,002$, $r=0,47$) i ochraniająca ($p < 0,001$, $r=0,62$) można tutaj wskazać na umiarkowaną zależność korelacji. Wykazane korelacje były dodatnie, co świadczy o tym, że gdy wyniki na skali lęku rosną, to wyniki na skali danej postawy rodzicielskiej też rosną. Byłoby to zgodne z charakterystyką danych postaw, gdzie w postawie ochraniającej wszelkie przejawy samodzielności u dziecka budzą w rodzicu lęk. Rodzic okazuje nadmierną troskę o dziecko i nie ma w nim zgody na samodzielność. Lękowość stanowi wpisana cechę rodziców o ochraniającej postawie rodzicielskiej. Pojawiający się wyższy poziom lęku może przenosić na dziecko. W postawie niekonsekwentnej rodzic charakteryzuje się niestabilnością emocjonalną, nie potrafi budować poczucia bezpieczeństwa co może wpływać na częstsze pojawianie się lęku u tego rodzica.

Tabela 15. Lęk, a postawy rodzicielskie. Wartości współczynników korelacji rang Spearmana

		Akceptacja	Wymaganie	Autonomia	Niekonsekwencja	Ochronianie
Częstość występowania lęku (ankieta własna)	Współczynnik korelacji	0,05	0,15	-0,15	0,32	0,45
	Istotność (dwustronna)	0,734	0,347	0,329	0,036	0,003
Ocena poziomu lęku (przed pandemią, ankieta własna)	Współczynnik korelacji	-0,05	0,37	-0,21	0,28	0,24
	Istotność (dwustronna)	0,752	0,015	0,181	0,074	0,131
Ocena poziomu lęku (w trakcie pandemii, ankieta własna)	Współczynnik korelacji	0,10	0,32	-0,16	0,19	0,22
	Istotność (dwustronna)	0,525	0,038	0,315	0,222	0,169
Lęk - stan	Współczynnik korelacji	-0,05	0,30	-0,28	0,31	0,47
	Istotność (dwustronna)	0,734	0,055	0,073	0,047	0,002
Lęk - cecha	Współczynnik korelacji	-0,08	0,32	-0,22	0,47	0,62
	Istotność (dwustronna)	0,611	0,038	0,167	0,002	<0,001

Źródło: Opracowanie własne

3.6.2 Analiza powiązań pomiędzy zmiennymi w całej grupie edukacji zdalnej

Znacznie więcej istotnych korelacji stwierdzono w przypadku rodziców dzieci korzystających z edukacji zdalnej. Ankietowani często odczuwający lęk uzyskiwali wyższe wyniki na skali wymaganie ($p = 0,033$, $r=0,33$) przy niskiej zależności korelacji, czyli gdy częstość lęku rośnie to postawa wymaganie rośnie. Kolejna istotność dotyczy obszaru ochronianie ($p = 0,004$, $r=0,43$), który u osób często odczuwających lęk charakteryzował się wyższymi wynikami, przy umiarkowanej zależności dodatniej. Ankietowani odczuwający często lęk uzyskiwali niższe wyniki na skali autonomia ($p = 0,008$, $r=-0,40$) jest tutaj słaba zależność i ujemna korelacja mówiąca o tym, że kiedy częstość występowania lęku rośnie, to wyniki na skali autonomia maleją. Podsumowując można zauważyć, że częstość lęku zwiększa skalę postawy ochraniającej, co może być

zgodne z charakterystyką tej postawy mówiącej o silnych tendencjach do odczuwania lęku. Ankietowani często odczuwający lęk uzyskiwali wyższe wyniki na skali wymagania. Może to wynikać z wysokiej sztywności zachowań osób o wymagającej postawie oraz silnym ograniczaniu swobody dziecka, która może generować rzadsze występowanie lęku, bo dziecko jest pod stałym, nieomylnym nadzorem. Zobaczyć można również zależność pomiędzy częstością lęku a postawą autonomii, która zmniejsza się wraz ze wzrostem częstości lęku. Postawa autonomii wiąże się z otwartością, elastycznością i rozumieniem naturalnych procesów usamodzielniania dziecka, które nie stanowią przestrzenia do lęku, a normalny element życia. Osoby charakteryzujące się taką postawą nie mają tendencji do częstego występowania u nich lęku.

Ankietowani wysoko odczuwający poziom lęku przed pandemią uzyskiwali wyższe na skali ochranianie ($p < 0,05$, $r=0,30$) z niską, dodatnią zależnością. Jest to postawa bezpośrednio związana z lękowością i podatna na bodźce go wywołujące, stąd jej zależność od poziomu lęku.

Ankietowani odczuwający wysoki lęk w trakcie pandemii uzyskiwali wyższe wyniki na skali wymagania ($p = 0,038$, $r=0,32$) przy równoczesnej niskiej, dodatniej zależności, ochranianie ($p = 0,021$, $r=0,35$) gdzie zależność była niska i dodatnia oraz niższe wyniki na skali autonomii ($p = 0,007$, $r=-0,41$) przy umiarkowanej zależności ujemnej. Podczas pandemii można zauważyć, że postawia wymagania, rośnie wraz ze wzrostem lęku. Może to być uwarunkowane większą odpowiedzialnością za edukację dziecka i presją, która w związku z tym się pojawiła. Mogło to ingerować w sztywność zachowań osób o postawach wymagających i zaburzać ich poczucie stałości i wpływu, to równocześnie mogło podnosić poziom lęku. W odniesieniu do skali ochraniania nic się nie zmieniło, po wystąpieniu pandemii nadal miała ona dodatnią korelację o niskiej zależności z odczuwanym lękiem. Pojawiła się podczas pandemii istotna statystycznie zależność pomiędzy wysokim lękiem, a poziomem autonomii, która charakteryzowała się tym, że im wyższy był lęk tym niższy wynik na skali autonomii można było zauważyć. Postawa autonomii charakteryzuje się otwartością i zrozumieniem i może być zmniejszana przez poziom lęku, który jest nieadekwatny do jej charakterystyki i tendencji i może zaburzać postawę autonomii.

Ankietowani uzyskujący wysokie wyniki na skali lęk – stan uzyskiwali wyższe wyniki na skali wymagania ($p < 0,001$, $r= 0,55$), które charakteryzowały się umiarkowaną zależnością dodatnią, niekonsekwencja ($p < 0,001$, $r=-0,49$) gdzie zależność była



umiarkowana i ujemna oraz ochranianie ($p < 0,001$, $r=0,51$) z dodatnią i umiarkowaną zależnością, natomiast uzyskiwali niższe wyniki na skali akceptacja ($p = 0,002$, $r=-0,45$) i autonomia ($p = 0,001$, $r=-0,49$) gdzie w obu skalach zależność była umiarkowana i ujemna. Powyższe wyniki świadczyć mogą o tym, że osoby o wysokiej skali lęku jako stan równocześnie mają wysokie wyniki na skali wymagania o dodatniej korelacji, czyli im lęk jako stan wyższy, tym wyższy poziom na skali wymagania. Może to być spowodowane tym, że lęk jako stan jest złożoną reakcją poruszającą emocje, która wywoływana jest przez subiektywne odczucia napięcia czy też zagrożenia, a osoby wymagające charakteryzować się mogą wysokim poziomem napięcia, które może współgrać z występowaniem lęku jako stan. Wszelkie zmiany w sztywności zachowań podczas pandemii mogą wywoływać zwiększony niepokój, który będzie odbijał się zwiększonym lękiem. Ujemna zależność przy skali niekonsekwencja mówi o tym, że im lęk jako stan wyższy, tym postawa niekonsekwencji jest niższa. Może wynikać to z niestabilności osób przejawiających postawę niekonsekwencji i ich chwiejności w odbieraniu rzeczywistości. Być może rosnący poziom lęku podczas pandemii doprowadził do wchodzenia w inne postawy, żeby poradzić sobie w jakiś sposób z rzeczywistością, a może następowało odcięcie od emocji poprzez na przykład używki, co zaburzało postrzeganie otaczającej sytuacji. Postaw ochraniających wykazała się wyższą niż przed pandemią, umiarkowaną korelacją z lękiem, co może świadczyć, że zagrożenie zewnętrzne jeszcze mocniej wpływało na wzmacnianie się postawy ochraniającej. Zobaczyć można ujemną korelację o umiarkowanej sile postawy autonomii i akceptacji z lękiem jako stan. Wnioskować można, że zwiększony poziom lęku jako stan obniżał obie te postawy, czyli im wyższy lęk tym niższa postawa autonomii i akceptacji. Jest to zgodne z charakterystyką obu postaw, które nie należą do lękowych kierunków wychowania, jest w nich dużo otwartości, zrozumienia i racjonalności. W postawie akceptacji jest dużo zrozumienia dla otaczającego świata i dla dziecka, budowanie poczucia bezpieczeństwa i relacji, które zdecydowanie zaburza rosnący poziom lęku. Można wnioskować, że lęk nie idzie w parze z postawą autonomii i akceptacji.

Ankietowani uzyskujący wysokie wyniki na skali lęku jako cecha uzyskiwali wyższe wyniki na skali wymagania ($p = 0,012$, $r=0,38$) przy korelacji słabej dodatniej, niekonsekwencja ($p = 0,002$, $r=0,46$) gdzie można zaobserwować umiarkowaną korelacją dodatnią oraz ochranianie ($p < 0,001$, $r=0,55$) z umiarkowaną korelacją dodatnią, natomiast uzyskiwali niższe wyniki na skali akceptacji ($p < 0,001$, $r=-0,51$) i autonomii ($p = 0,004$, $r=-0,43$) równocześnie w obu postawach widzimy umiarkowaną korelację



ujemną. Wymagający rodzice podczas pandemii mogli być podatni na lęk i jeszcze wzmacniać swoją postawę. Większe przełożenie odpowiedzialności edukacyjnej na rodziców mogło wpływać na ich poziom lęku, a nieomyślność i sztywność zachowań nie pozwalało na zmianę postawy, tylko ją wzmacniało. Rodzice o wysokim poziomie lęku jako cecha, czyli stałej indywidualna, bardziej trwała dyspozycja do reagowania lękiem i spostrzegania danej sytuacji jako zagrażającej umacniali wraz z podnoszeniem lęku jako cecha swoją postawę niekonsekwencji. Można zakładać, że przejście na edukację zdalną stanowiło dla tych rodziców duże wyzwanie, które jeszcze bardziej uaktywniły w nich lęk jako cechę. Nadal widzimy stałą zależność pomiędzy lękiem jako cecha, a postawą ochraniają, również w tej korelacji można zauważyć, że jest to postawa ściśle związana z tą emocją. Podobna sytuacja jak przy lęku jako stan jest w przypadku autonomii i akceptacji z lękiem jako cecha. Im wyższy lęk jako cecha tym niższe wyniki na skali autonomii i akceptacji. Powodowane jest to tym, że rodzice o tych postawach rodzicielskich nie charakteryzują się tendencją do lęku, można raczej dopatrywać się w nich stałości, racjonalności i budowania poczucia sprawczości i bezpieczeństwa.



Tabela 16. Lęk, a postawy rodzicielskie. Wartości współczynników korelacji rang Spearmana

		Akceptacja	Wymaganie	Autonomia	Niekonsekwencja	Ochranianie
Częstość występowania lęku (ankieta własna)	Współczynnik korelacji	-0,14	0,33	-0,40	0,21	0,43
	Istotność (dwustronna)	0,387	0,033	0,008	0,174	0,004
Ocena poziomu lęku (przed pandemią, ankieta własna)	Współczynnik korelacji	-0,22	0,29	-0,11	0,26	0,30
	Istotność (dwustronna)	0,164	0,061	0,481	0,092	0,050
Ocena poziomu lęku (w trakcie pandemii, ankieta własna)	Współczynnik korelacji	-0,28	0,32	-0,41	0,22	0,35
	Istotność (dwustronna)	0,065	0,038	0,007	0,158	0,021
Lęk - stan	Współczynnik korelacji	-0,45	0,55	-0,49	0,52	0,51
	Istotność (dwustronna)	0,002	<0,001	0,001	<0,001	<0,001
Lęk - cecha	Współczynnik korelacji	-0,51	0,38	-0,43	0,46	0,55
	Istotność (dwustronna)	<0,001	0,012	0,004	0,002	<0,001

Źródło: Opracowanie własne

3.6.3 Analiza powiązań w grupach skrajnych obu grup badanych

Analiza statystyczna wykonana za pomocą testu U Manna-Whitneya wykazała statystycznie istotne różnicę pomiędzy osobami z niskim stanem lęku jako stan, a osobami z wysokim lękiem jako stan w wynikach kwestionariusza postaw rodzicielskich dla skal: wymaganie ($p = 0,005$), autonomia ($p = 0,018$), niekonsekwencja ($p = 0,001$), ochranianie ($p < 0,001$). Osoby z wysokim lękiem częściej miały większe wymagania, były niekonsekwentne i miały wyższe poczucie ochraniań, natomiast cechowały się rzadziej postawą autonomii. Jest to podyktowane charakterystyką postaw, gdzie lęk bardziej jest aktywny w postawie ochraniań, niekonsekwencji i wymagania. W każdej z tych postaw wynika to z nieco odmiennych czynników. W postawie ochraniań stale towarzyszy rodzicowi lęk i napięcie związane z dzieckiem. Jest chęć

kontrolowania wszystkiego i pilnowania, aby nic złego się nie wydarzyło. W postawie niekonsekwencji lęk może wynikać z chwiejności emocjonalnej, niskiego zaangażowania, gdzie wszelkie zmiany w życiu nie są korzystne, bo wymagają konkretnych reakcji. Pandemia mogła w tej postawie zaostrzyć napięcie. W postawie wymagania każda zmiana niezakładana przez rodzica budzi napięcie, bo mamy do czynienia ze sztywnością zachowań, autokratycznością. Postawa autonomii jak sama jej nazwa wskazuje pozwala na dużą swobodę, a co za tym idzie daje kredyt zaufania. Nie jest więc to postawa nacechowana lękiem, a raczej odwagą i otwartością. Osoby z niskim poziomem lęku jako stan częściej przyjmowały postawę akceptacji i autonomii, rzadziej natomiast cechowały się postawami wymagania, ochraniań i niekonsekwencji. Osoby o niskim poziomie lęku są bardziej podatne na postawy pozytywne, które budują w oparciu o szacunek, racjonalność, zaufanie i akceptację. Otwartość na drugiego człowieka i jego autonomię jest wpisana w te postawy, co może pozwalać na lepsze radzenie sobie z lękiem i zachodzącymi zmianami.

Tabela 17. Skala Postaw Rodzicielskich porównanie osób z niskim i wysokim poziomie lęku (stan)

Dziedzina:	Lęk – niski		Lęk - wysoki		<i>p</i>
	<i>M</i>	<i>SD</i>	<i>M</i>	<i>SD</i>	
Akceptacja	45,7	4,50	43,2	5,39	0,175
Wymaganie	18,3	7,00	24,7	7,72	0,005
Autonomia	44,7	3,97	40,6	6,51	0,018
Niekonsekwencja	17,1	7,59	23,8	7,42	0,001
Ochranianie	18,0	5,69	24,9	6,55	<0,001

Źródło: Opracowanie własne



Analiza statystyczna wykonana za pomocą testu U Manna-Whitneya wykazała statystycznie istotne różnice pomiędzy osobami z niskim stanem lęku jako cecha, a osobami z wysokim lękiem jako cecha w wynikach kwestionariusza postaw rodzicielskich dla skal: akceptacja ($p = 0,033$), wymagania ($p = 0,006$), autonomia ($p = 0,014$), niekonsekwencja ($p = 0,002$), ochranianie ($p < 0,001$). Osoby z wysokim lękiem częściej miały postawę wymagania, niekonsekwencji i ochraniania, natomiast cechowały się rzadziej postawą akceptacji i autonomii. Cecha lęku towarzyszy postawie ochraniania i jest wręcz jej generatorem. Lęk pojawia się również w niekonsekwencji, gdzie wahania nastrojów i niestabilność wpędzają w różne obszary od lękowych po euforycznych. Postawa wymagania pełna jest napięć i sztywności, co również może być dobrym podłożem do generowania lęków. Rzadkie występowanie postawy autonomii i akceptacji podyktowane jest specyfiką tych postaw, które charakteryzują się bardziej zrozumieniem, otwartością, odwagą i racjonalnością i co za tym idzie nie mają w sobie podłoża lękowego. Są to postawy, które przyjmowane są przez osoby o niskim poziomie lęku, gdzie wszelkie napięcia są regulowane i rozładowywane, a skupienie jest na budowaniu bezpieczeństwa i poczucia sprawczości i bycia kochanym. Osoby z niskim poziomem lęku jako cecha częściej wykazywali się postawą autonomii, rzadziej zaś przyjmowali postawę wymagania, niekonsekwencji i ochraniania. Postawa autonomii cechuje się zatem niskim lękiem i otwartością na to, że zmiana, rozwój i samodzielność jest wpisana w życie człowieka. Przy wysokim lęku nie byłoby mowy o autonomii i zaufaniu do drugiego człowieka i jego procesu dojrzewania.



Tabela 18. Skala Postaw Rodzicielskich porównanie osób z niskim i wysokim poziomem lęku (cecha)

Dziedzina:	Lęk – niski		Lęk - wysoki		<i>p</i>
	<i>M</i>	<i>SD</i>	<i>M</i>	<i>SD</i>	
Akceptacja	45,3	4,17	41,6	5,51	0,033
Wymaganie	19,9	6,53	26,1	7,05	0,006
Autonomia	43,6	4,57	39,3	6,27	0,014
Niekonsekwencja	17,6	6,84	25,9	8,94	0,002
Ochronianie	19,0	6,11	25,7	5,50	0,000

Źródło: Opracowanie własne

3.6.4 Analiza porównawcza

Nie stwierdzono statystycznie istotnych różnic w częstości odczuwania lęku ($p = 0,305$) i ocenie poziomu lęku przed pandemią ($p = 0,178$), wynikami kwestionariusza STAI skala X1 ($p = 0,231$) i STAI skala X2 ($p = 0,413$) pomiędzy rodzicami dziećmi uczącymi się zdalnie i rodzicami dzieci korzystającymi z edukacji domowej. Takie statystycznie istotne różnicę stwierdzono jedynie w ocenie poziomu lęku w trakcie pandemii ($p = 0,027$). Wyższym poziomem lęku cechowali się rodzice dzieci uczących się zdalnie (Tab.13). Może wynikać to z tego, że ich sytuacja uległa znaczącej zmianie, przerzucono na nich obowiązek dbania o edukację dziecka i pilnowania. Jak wynika z przeprowadzonych w 2020 roku badań zdalna edukacja wzbudzała w rodzicach poczucie lęku, mieli obawy jak sobie poradzą oni i ich dzieci. W edukacji domowej nie było takich napięć, bo dla wielu rodzic nic się nie zmieniło. Dzieci uczyły się w podobny sposób, a rodzice byli przyzwyczajeni do odpowiedzialności za ich edukację. Nie było ciągłych napięć związanych z tym, kiedy skończy czy zacznie kolejny okres zamknięcia dzieci w domach, czy pogodzą ten system z pracą, życiem rodzinnym. Mniej również dzieci były obciążane odpowiedzialnością za transmisję wirusa, więc lęk przed zarażeniem mógł być w grupie domowej mniejszy.



Tabela 19. Poziom i częstotliwość lęku, porównanie rodziców dzieci uczących się zdalnie i rodziców dzieci korzystających z edukacji domowej

Dziedzina:	Edukacja zdalna		Edukacja domowa		<i>p</i>
	<i>M</i>	<i>SD</i>	<i>M</i>	<i>SD</i>	
Częstość występowania lęku (ankieta własna) ¹	3,7	1,11	3,5	1,09	0,305
Ocena poziomu lęku (przed pandemią, ankieta własna) ²	3,1	1,25	2,7	1,32	0,178
Ocena poziomu lęku (w trakcie pandemii, ankieta własna) ³	4,3	1,20	3,4	1,67	0,027
Lęk - stan	36,6	9,33	34,2	9,75	0,231
Lęk - cecha	38,3	8,94	36,8	8,86	0,413

¹ 1 – nigdy, 2 – rzadko, 3 – raczej rzadko, 4 – czasami, 5 – raczej często, 6 - często

² 1 – brak lęku, 2 – niski, 3 – raczej niski, 4 – średni, 5 – raczej wysoki, 6 - wysoki

³ 1 – brak lęku, 2 – niski, 3 – raczej niski, 4 – średni, 5 – raczej wysoki, 6 - wysoki

Źródło: Opracowanie własne

Stwierdzono statystycznie istotne różnicę pomiędzy rodzicami dzieci uczących się zdalnie, a rodzicami dzieci korzystających z edukacji domowej dla postawy akceptacja ($p = 0,032$). Wyższe wyniki dla tej skali uzyskiwali rodzice dzieci korzystających z edukacji domowej. Może to wskazywać na to, że edukacja w domu wiąże się z dostosowywaniem pracy do dziecka, jego potrzeb i możliwości, jest więcej czasu na bycie z dzieckiem, rozumienie go, akceptowanie. W przechodzeniu na taki system pracy bardzo pomocna jest postawa akceptacji, która niesie ze sobą zrozumienie i otwartość.

Takich statystycznie istotnych różnic nie stwierdzono dla postawy wymagania ($p = 0,081$) i autonomii ($p = 0,051$), należy jednak zaznaczyć, że w tym przypadku wyniki były na poziomie tendencji statystycznej ($p < 0,1$).

Rodzice dzieci uczących się zdalnie uzyskiwali niższe wyniki na skali autonomii i wyższe wyniki na skali wymagania. Może wskazywać to pewien kierunek, mówiący o tym, że edukacja zdalna mogła mocniej wprowadzać rodziców w postawę wymagania, bo nagle to oni stali się strażnikami edukacji i ocen swoich dzieci. Odpowiadali już nie tylko za dostarczenie dziecka do szkoły, ale za cały proces uczenia się łącznie z dopilnowaniem obecności na lekcjach online, dbaniem o sprzęt, łącze internetowe i tym podobne. Postawa autonomii zaś daje bardzo dużą przestrzeń dziecku, która nie była za bardzo możliwa przy edukacji zdalnej. Nieistotne różnice stwierdzono dla skali niekonsekwencji ($p = 0,423$) i ochraniającej ($p = 0,243$).

Tabela 20. Skala Postaw Rodzicielskich porównanie rodziców dzieci uczących się zdalnie i rodziców dzieci korzystających z edukacji domowej

Dziedzina:	Edukacja zdalna		Edukacja domowa		<i>p</i>
	<i>M</i>	<i>SD</i>	<i>M</i>	<i>SD</i>	
Akceptacja	43,2	4,73	45,2	4,70	0,032
Wymaganie	23,1	6,87	20,7	6,94	0,081
Autonomia	40,8	6,05	43,3	4,37	0,051
Niekonsekwencja	20,4	7,01	20,0	8,61	0,423
Ochranianie	22,3	7,04	20,3	5,53	0,243

Źródło: Opracowanie własne

Nie stwierdzono statystycznie istotnych różnic w rozkładzie odpowiedzi pomiędzy rodzicami dzieci uczących się w trybie zdalnym, a rodzicami dzieci uczących się w trybie domowym w ocenie wpływu pandemii na relacje rodzinne ($p = 0,073$) i na relacje rówieśnicze ($p = 0,080$). Można byłoby zatem wnioskować, że te obszary w obu grupach kształtowały się podobnie, gdyby nie to że wyniki były na poziomie tendencji statystycznej, a destrukcyjny wpływ na te relacje zauważali częściej rodzice dzieci uczących się zdalnie. Przyczyny można upatrywać się w zmianie sposobu uczenia się i tym samym ograniczenia kontaktu z rówieśnikami przy edukacji zdalnej, gdzie takie zmiany nie zachodziły w edukacji domowej. U rodziców mających dzieci w edukacji zdalnej mogło również



dochodzić do większych napięć wywołanych nauką zdalną w domu, która pochłaniała mnóstwo czasu, frustrowała i często była trudna do pogodzenia z pracą zawodową.

Stwierdzono natomiast statystycznie istotne różnicę pomiędzy grupami w ocenie wpływu pandemii na motywację do nauki ($p < 0,001$) i dobrostan psychiczny ($p = 0,001$). Rodzice dzieci uczących się zdalnie częściej uważali niż rodzice uczących się trybie domowym, że ich dziecko straciło motywację do nauki oraz że jego stan psychiczny uległ pogorszeniu. To również może być wynikiem tego, że w rodzinach edukujących domowo pandemia nie wprowadziła znaczących zmian, które mogłyby mieć istotny wpływ na motywację do nauki. Te dzieci uczyły się tak jak wcześniej, w sposób im znany i bezpieczny. Dobrostan psychiczny dzieci uczących się zdalnie nadszarpywać mogły liczne godziny spędzane przed ekranami monitorów, odcięcie od rówieśników, zamknięcie na całe dni, w jednej przestrzeni z resztą rodziny, co było dla niektórych nowością i mogło wywoływać więcej napięć. Dzieci były przeładowane informacjami, przemęczone ekranami i zderzały się jeszcze z napięciami i frustracjami rodziców, rodzeństwa, które mogły znacząco pogorszać ich stan.



Tabela. 21 Wpływ edukacji zdalnej i domowej w dobie pandemii na relacje rodzinne, motywacje dziecka do nauki, jego dobrostan psychiczny, relacje rówieśnicze – porównanie

		Forma edukacji dzieci		p
		Zdalna	Domowa	
Wpływ na relacje rodzinne	Wzrosły napięcia	18,6%	7,1%	0,073
	Uległy pogorszeniu	7,0%	0,0%	
	Nic się nie zmieniło	48,8%	50,0%	
	Nasze relacje się poprawiły	25,6%	42,9%	
Wpływ na motywację dziecka do nauki	Znacząco spadła	48,8%	7,1%	<0,001
	Nie zmieniła się	46,5%	73,8%	
	Wzrosła	4,7%	19,0%	
Wpływ na dobrostan psychiczny dziecka	Pogorszył się	46,5%	7,1%	0,001
	Nie widać wpływu	14,0%	23,8%	
	Nie zmienił się	20,9%	40,5%	
	Poprawił się	18,6%	28,6%	
Wpływ na relacje rówieśnicze dziecka	Pogorszyły się	60,5%	38,1%	0,080
	Nie widać wpływu	16,3%	23,8%	
	Nie zmieniły się	14,0%	33,3%	
	Poprawiły się	9,3%	4,8%	

Źródło: Opracowanie własne



Podsumowanie i wnioski

W niniejszej pracy poddano analizie dwie grupy badane – rodziców dzieci w edukacji domowej i rodziców dzieci w edukacji zdalnej (szkoła tradycyjna). Badanie przeprowadzono za pomocą Inwentarza STAI, Skali Postaw Rodzicielskich oraz arkusza personalnego własnej konstrukcji. W przeprowadzonym badaniu wzięło udział 85 osób, z czego 82 osoby stanowiły kobiety, a 3 osoby to byli mężczyźni. Już na tym etapie warto przyjrzeć się, co mogło być powodem, że w badaniu chętniej brały udział kobiety. Pierwsze co się nasuwa, po analizie badań to zweryfikowane dane odnoszące się do tego, kto zajmuje się wspieraniem dziecka w edukacji. Blisko 70% odpowiedzi ankietowanych wskazywało, że jest to mama, około 24% ankietowanych zaznaczyło, że robią to oboje z rodziców, a tylko 1% wskazało, że wsparcie w obszarze nauki świadczy w domu ojciec. Nauka traktowana jest w Polsce jako przestrzeń do wsparcia opiekuńczego, a takie wsparcie w większości przypadków nadal sprawowane jest głównie przez matkę. Założyć można również, że powodem może być większa otwartość na wypełnianie ankiet i udział w badaniach wykazywana przez kobiety. Może to potwierdzić wspomniane w rozdziale 1 badanie „Występowanie zaburzeń lękowych wśród Polaków w dobie pandemii COVID-19”, którym objęto 2457 respondentów, z czego 82% stanowiły kobiety. Podsumowując, analizując grupę docelową badaną w niniejszej pracy można zatem uznać, że wyniki badań głównie odnoszą się do matek, jako że stanowiły one blisko 97% badanych.

W obu grupach badanych i rodziców dzieci w edukacji domowej i rodziców dzieci w edukacji zdalnej, lęk w życiu przed pandemią występował czasami (46%), raczej często odczuwało go 13% respondentów, 18% osób odczuwało go rzadko i podobna liczba odczuwała go raczej rzadko (ok. 18%). Najczęściej lęk był wywoływany przez obawę o własne zdrowie (24%) i o bliskich (22%). Poziom lęku najczęściej określano jako niski (17%), raczej niski (29%), średni (26%). 20% ankietowanych w ogóle go nie odczuwało.

W trakcie trwania pandemii ankietowani najczęściej uważali, że ich lęk jest raczej wysoki (29%) lub średni (27%), ponad 10% ankietowanych odczuwało wysoki poziom lęku. Można zatem zauważyć, że podczas pandemii 54% ankietowanych odczuwało większy lęk u 5% był mniejszy zaś u 41% osób nie uległ zmianie. Różnicę w poziomie lęku przed i w trakcie pandemii są istotne statystycznie, zatem można stwierdzić, że pandemia wywołała większy poziom lęku u rodziców, a w tym wypadku głównie matek. Głównym źródłem lęku był lęk o zdrowie bliskich (53%), o przyszłość dziecka (34%), lęk przed zachorowaniem (32%), lęk o sytuacji zawodową (20%) oraz przed nową sytuacją edukacyjną (20%). Wyniki są spójne



z przedstawionymi w pracy badaniami „Wpływ pandemii COVID-19 na emocje, zachowania i postawy Polaków”. Wykazały one, że na poziomie grudnia 2020 roku 61 % osób odczuwało lęk przed zachorowaniem bliskiej osoby, zaś 55% o sytuację ekonomiczną rodziny. Podobne wnioski pochodziły z badania „Obawy rodziców i nauczycieli wobec nowych form edukacji w okresie pandemii SARS-COV-2”. Aż 61,4 % rodziców wskazało na pojawianie się lęku przed możliwością zakażenia, 29,6% wskazało, że nie odczuwa takiej obawy. Aż 63,2% rodziców i 51,1% nauczycieli przejawiało lęk przed przejściem na kształcenie zdalne.

Analizując poziom lęku w odniesieniu do mierzenia skalami STAI otrzymano niskie wyniki na skali poziomu lęku jako stan u 37% respondentów, 42% respondentów uzyskało średnie wyniki, a wysokim lękiem cechowało się 21% ankietowanych. Większość respondentów uzyskała niskie wyniki dla skali lęku jako cechy (53%), średnie wyniki uzyskało 31% rodziców, a wysokie 17% respondentów. Nie stwierdzono statystycznie istotnych różnic w częstości odczuwania lęku, ocenie poziomu lęku przed pandemią, wynikami kwestionariusza STAI dla skali X1 ($p = 0,231$) i STAI dla skali X2 ($p = 0,413$) pomiędzy rodzicami dzieci uczącymi się zdalnie i rodzicami dzieci korzystającymi z edukacji domowej. Statystycznie istotne różnice stwierdzono za to w ocenie poziomie lęku w trakcie pandemii ($p = 0,027$). Wyższym poziomem lęku cechowali się rodzice dzieci uczących się zdalnie. Można wnioskować, że sytuacja dla rodziców posiadających dzieci w edukacji domowej zmieniła się edukacyjnie nieznacznie. Nadal dzieci pozostawały w podobnym systemie pracy, jak przed pandemią. Różnice mogli odczuwać rodzice prowadzący dzieci w grupach unschoolingowych, który rzadziej niż szkoły, jednak okresowo również pozostawały zamknięte. Nie pojawiał się również w tej grupie lęk przed przejściem na edukację zdalną. Poziom lęku mógł być zatem u rodziców dzieci w edukacji domowej zasadniczo niższy niż w grupie rodziców posiadających dzieci w edukacji zdalnej. Powyższe analizy, wskazujące na wzrost lęku w okresie pandemii, potwierdzają zaprezentowane w rozdziale 1 badania realizowane podczas pandemii, które pokazały, że u 44% badanych wskazano na pojawienie się zespołu lęku uogólnionego. Przed pandemią zespół lęku uogólnionego występował u około 1% populacji polskiej. W trakcie całego życia 5-9% populacji przechodziło napad lęku uogólnionego. Pokazuje to, że pandemia, a wraz z nią zmiany związane z edukacją zdalną mogły być powodem zwiększenia się poziomu lęku u rodziców, a w realizowanym w niniejszej pracy badaniu – głównie u matek.

Analizując średnie wyniki Skali Postaw Rodzicielskich można zobaczyć, że najwyższe wyniki ankietowani uzyskiwali dla zmiennej akceptacja i autonomia. Najniższe wyniki uzyskiwano dla skali wymagania, ochraniać i niekonsekwencja. Rozkłady wszystkich skal były niezgodne z rozkładem normalnym. Najwyższe średnie wartości stenów ankietowani



uzyskiwali dla skali autonomia (średnio 6,4 sten), dla skali akceptacja (średnio 5,4) oraz dla skali niekonsekwencja (średnio 5,3). Nieco niższe wartości stenów respondenci uzyskali dla skali wymagania (średnio 4,1). Najniższe wartości stenów respondenci uzyskiwali dla skali ochronianie (średnio 1,9). Najwyższe, średnie wyniki uzyskane dla skali autonomia i akceptacja mogą wskazywać na to, że wpływ na przyjmowanie pozytywnych postaw rodzicielskich może mieć wykształcenie rodziców – większość osób wykazywała się wykształceniem wyższym 84%, zaś 16% wykształceniem średnim. W nawiązaniu do części teoretycznej niniejszej pracy można odwołać się do badań M. Plopy, który wykazał, że rodzice z wykształceniem średnim i wyższym prezentują bardziej pożądane postawy rodzicielskie w porównaniu do osób z wykształceniem podstawowym i zawodowym. Istotnym może też być fakt, że w niniejszym badaniu swoje metody wychowawcze ankietowani najczęściej oceniali raczej pozytywnie (55%) oraz pozytywnie (35%). Pozostali respondenci nie wiedzieli, jak ocenić swoje metody wychowawcze (9%).

W części empirycznej zaprezentowano, że korelując ze sobą w grupie edukacji domowej zmienne ze Skali Postaw Rodzicielskich, kwestionariusza STAI oraz ankiety własnej otrzymano istotne statystycznie wyniki. Na podstawie uzyskanych wyników można zauważyć, że w grupie edukacji domowej rodzice odczuwający częściej lęk częściej mieli postawę niekonsekwencji i ochroniania. Ankietowani mocniej odczuwający poziom lęku uzyskiwali wyższe wyniki na skali wymagania. Rodzice uzyskujący wysokie wyniki na skali lęku jako stan uzyskiwali wyższe wyniki na skali niekonsekwencja oraz ochronianie. Rodzice uzyskujący wysokie wyniki na skali lęku jako cecha uzyskiwali wyższe wyniki na skali wymagania oraz skali niekonsekwencja i ochronianie. Wszystkie korelacje w grupie edukacji domowej były dodatnie, co wskazuje na to, że im czynnik lękowy plasował się na wyższej pozycji, tym pozycja na skali danej postawy była wyższa. Możemy zauważyć relację pomiędzy lękiem, a negatywnymi postawami rodzicielskimi. Istniejące w nich napięcie wskazuje na podatność rodzica na lęk pod różną postacią, częstością i mocą. Najczęściej w korelacjach pojawia się postawa ochraniająca, gdzie wszelkie przejawy dziecięcej samodzielności budzą w rodzicu lęk. Rodzic okazuje nadmierną, nieadekwatną do sytuacji i możliwości dziecka troskę o dziecko, nie ma w nim zgody na jego samodzielność. Kolejna postawa, która wzmacnia się proporcjonalnie do nasilającego się lęku jest postawa niekonsekwencji. Jest to postawa charakteryzująca się niestabilnością emocjonalną, nieumiejętnością funkcjonowania w równowadze, poleganiu na chwilowych stanach emocjonalnych, co również może przyczyniać się do częstszego odczuwania lęków. Tym bardziej, że jest to postawa niewydolna rodzicielsko i wszelkie pojawiające się przeciwności, jak na przykład pandemia, nakładają



na nią dodatkowe obowiązki, którym osoba o tej postawie nie potrafi ze spokojem podołać. Przy trzeciej, pojawiającej się w grupie edukacji domowej postawie wymagania można zwrócić uwagę na to, że rodzice przyjmujący taka postawę charakteryzują się sztywnym podejściem do wychowania, wierzą w swoją nieomylność i że wszystko ma być tak jak oni chcą. Wszelkie zmiany wywołują u nich napięcie, którego podłożem może być właśnie siła występującego lęku. Im postawa jest mocniejsza, tym pojawiający się lęk jest mocniejszy

Liczniesze korelacje pojawiły się w grupie rodziców dzieci uczących się zdalnie. Rodzice często odczuwający lęk uzyskiwali wyższe wyniki na skali wymagania i ochranianie oraz niższe wyniki na skali autonomia (przy ujemnej korelacji). Rodzice wysoko odczuwający poziom lęku przed pandemią uzyskiwali wyższe wyniki na skali ochranianie. Osoby odczuwające wysoki lęk w trakcie pandemii uzyskiwali wyższe wyniki na skali wymagania, ochranianie oraz niższe wyniki na skali autonomia (przy ujemnej korelacji). Rodzice odczuwający wysoki lęk w trakcie pandemii uzyskiwali wyższe wyniki na skali wymagania, ochranianie oraz niższe wyniki na skali autonomia (przy ujemnej korelacji). Osoby uzyskujące wysokie wyniki na skali lęk jako stan uzyskiwali wyższe wyniki na skali wymagania, ochranianie, niekonsekwencja oraz niższe wyniki na skali akceptacja i autonomia (przy ujemnej korelacji w obu przypadkach). Ankietowani uzyskujący wysokie wyniki na skali lęk jako cecha uzyskiwali wyższe wyniki na skali wymagania, niekonsekwencja, ochranianie oraz niższe wyniki na skali akceptacja i autonomia (przy ujemnej korelacji w obu przypadkach). Podobnie jak w grupie edukacji domowej wśród osób posiadających dzieci w edukacji zdalnej lęk towarzyszył głównie osobom o negatywnych postawach rodzicielskich jak ochranianie, niekonsekwencja i wymagania. Dodatkowo w tej grupie wykazano korelację pomiędzy lękiem a postawą autonomii i akceptacji, gdzie im wyższy lęk tym wyniki na skali akceptacji i autonomii niższe. Można ostrożnie założyć, że w odniesieniu do skali akceptacji im silniejszy lęk, tym zmniejsza się poziom akceptacji, a wzrasta poziom przeciwstawnej postawy, czyli odrzucenia. Jak wspomniano wyżej postawy negatywne charakteryzują się większą podatnością na lęk i tutaj również możemy przy każdej korelacji to obserwować. Równocześnie postawy pozytywne jak akceptacja i autonomia charakteryzują się mniejszą podatnością na lęk. Postawa autonomii wiąże się z otwartością, elastycznością i rozumieniem naturalnych procesów usamodzielniania dziecka, które nie stanowią przestrzenia do lęku, a normalny element życia. Osoby charakteryzujące się taką postawą nie mają tendencji do częstego występowania u nich lęku



Podsumowując można zauważyć, że częstość lęku zwiększa skalę postawy ochraniającej, co może być zgodne z charakterystyką tej postawy mówiącej o silnych tendencjach do odczuwania lęku. Ankietowani często odczuwający lęk uzyskiwali wyższe wyniki na skali wymagania. Może to wynikać z wysokiej sztywności zachowań osób o wymagającej postawie oraz silnym ograniczaniu swobody dziecka, przy równoczesnym zderzeniu się z nową rzeczywistością nasilają napięcia. Zobaczyć można również zależność pomiędzy częstością lęku a postawą autonomii, która zmniejsza się wraz ze wzrostem częstości lęku. Postawa autonomii wiąże się z otwartością, elastycznością i rozumieniem naturalnych procesów usamodzielniania dziecka, które nie stanowią przestrzenia do lęku, a normalny element życia. Osoby charakteryzujące się taką postawą nie mają tendencji do częstego występowania u nich lęku. W postawie akceptacji jest dużo zrozumienia dla otaczającego świata i dla dziecka, budowanie poczucia bezpieczeństwa i relacji, które może zaburzać znacznie rosnący poziom lęku. Zauważyć można różnice pomiędzy wynikami w grupie edukacji domowej, a w grupie edukacji zdalnej. Tylko w tej drugiej wskazano na ujemną korelację lęku w stosunku do postaw autonomii i akceptacji. Można wnioskować, że u osób posiadających dzieci w edukacji zdalnej rosnący lęk osłabia postawy autonomii i akceptacji. Zgodne by to było z tym, że taki system nauczania wymusza większą autoratywność na rodzicach, wchodzenie w rolę strażnika dziecięcej edukacji, organizatora samodzielnej pracy w domu. Chwiejność rozwiązań systemowych podczas pandemii może wzbudzać większy i częstszy lęk oraz wpływać na relacje i nastroje w rodzinie, co potwierdzają przytoczone w rozdziale teoretycznym badania z okresu pandemii. W tym czasie całe rodziny poddawane były silnej presji, odczuwały przebudcowanie nowymi mediami i zadaniami online.

Analizując wyniki badań w grupach skrajnych można zobaczyć statystycznie istotne różnicę pomiędzy osobami z niskim stanem lęku jako stan, a osobami z wysokim lękiem jako stan w wynikach kwestionariusza postaw rodzicielskich dla skal: wymaganie, autonomia, niekonsekwencja, ochranianie. Osoby z wysokim lękiem częściej miały większe wymagania, były niekonsekwentne i miały wyższe poczucie ochraniań, natomiast cechowali się rzadziej postawą autonomii. Równocześnie nie stwierdzono statystycznie istotnych różnic w rozkładzie odpowiedzi pomiędzy rodzicami dzieci uczącymi się w trybie zdalnym, a rodzicami dzieci uczącymi się w trybie domowym w ocenie wpływu pandemii na relacje rodzinne i na relacje rówieśnicze. Należy jednak zaznaczyć, że wyniki były na poziomie tendencji statystycznej, a destrukcyjny wpływ na te relacje częściej zauważali rodzice dzieci uczących się zdalnie. Stwierdzono natomiast statystycznie istotne różnicę pomiędzy grupami w ocenie wpływu pandemii na motywację do nauki, dobrostan psychiczny. Rodzice dzieci uczących się zdalnie



częściej uważali niż rodzice uczących się trybie domowym, że ich dziecko straciło motywację do nauki oraz że jego stan psychiczny uległ pogorszeniu. Pomimo, że według odpowiedzi w większości przypadków motywacja dziecka do nauki nie zmieniła się po pojawieniu się pandemii i rozpoczęciu edukacji zdalnej (60%), to aż 28% rodziców twierdziło, że motywacja dziecka spadła, było to łącznie 21 osób, w tym 3 osoby posiadały dzieci w edukacji domowej, zaś 18 w edukacji zdalnej. Jeżeli chodzi o poziom wiedzy, to najwięcej ankietowanych uważało, że pandemia nic nie zmieniła w poziomie wiedzy dziecka (38%), jednakże podobny odsetek respondentów uważał, że poziom nauczania spadł (36%). Łącznie 30 osób określiło, że poziom nauczania znacząco spadł, w tym 4 osoby miały dzieci w edukacji domowej, zaś 26 rodziców miało dzieci w edukacji zdalnej. Podsumowując można wskazać na zależności zarówno pomiędzy lękiem, a postawami rodzicielskimi, jak i lękiem i pandemią. Znaczący wpływ wydaje się też mieć sposób edukacji dzieci, na co wskazują istotne statystycznie różnice pomiędzy grupami rodziców dzieci w edukacji domowej i rodziców dzieci w edukacji zdalnej w obszarze motywacji i zdrowia psychicznego.

Zakończenie

Po dokonaniu analizy i podsumowaniu wyników badań przeprowadzonych na rodzicach dzieci w edukacji domowej i rodzicach dzieci w edukacji zdalnej za pomocą Inwentarza STAI, Skali Postaw Rodzicielskich oraz arkusza personalnego własnej konstrukcji, można zauważyć wiele zależności pomiędzy badanym lękiem, a postawami rodzicielskimi. Jako pierwsze można stwierdzić, że występują powiązania między poziomem i strukturą lęku, a postawami rodzicielskimi u osób posiadających dzieci w edukacji domowej i w edukacji zdalnej w dobie pandemii. W pracy szukano odpowiedzi na następujące pytania badawcze:

P1 Czy i jakie powiązania zachodzą pomiędzy poziomem lęku a postawami rodzicielskimi u rodziców dzieci w edukacji domowej i zdalnej.

P2 Czy i jakie powiązania zachodzą pomiędzy strukturą lęku a postawami rodzicielskimi u rodziców dzieci w edukacji domowej i zdalnej.

P3 Czy i jakie różnice w postawach rodzicielskich ujawniają się u rodziców z niskim poziomem lęku dzieci w edukacji domowej i zdalnej.



P4 Czy i jakie różnice w postawach rodzicielskich ujawniają się u rodziców z wysokim poziomem lęku dzieci w edukacji domowej i zdalnej.

W odniesieniu do powyższych pytań badawczych postawiono 4 hipotezy. Wyniki otrzymane po dokonaniu analizy pozwoliły na potwierdzenie wszystkich zakładanych hipotez.

H1 Występują powiązania pomiędzy poziomem lęku a postawami rodzicielskimi u rodziców dzieci w edukacji domowej i zdalnej.

W toku przeprowadzonych analiz przedstawiono za pomocą statystycznie istotnych korelacji, że zarówno w grupie edukacji domowej, jak i w grupie edukacji zdalnej, istnieją powiązania pomiędzy poziomem lęku, a postawami rodzicielskimi. Hipotezę potwierdzono na podstawie wniosków o następującej treści:

- Rodzice posiadający dzieci w edukacji domowej i często odczuwający lęk, uzyskują wyższe wyniki na skali niekonsekwencja oraz na skali ochranianie, im lęk jest wyższy tym ta postawa jest silniejsza.
- Rodzice posiadający dzieci w edukacji zdalnej, często odczuwający lęk, uzyskują wyższe wyniki na skali wymagania, ochranianie oraz niższe wyniki na skali autonomia. Im lęk jest wyższy tym postawy wymagania, ochraniania mają wyższe umiejscowienie na skali postaw. Im lęk jest wyższy, tym wyniki na skali autonomii maleją.
- Rodzice posiadający dzieci w edukacji domowej, mocniej odczuwający poziom lęku przed pandemią, jak i w trakcie pandemii, uzyskują wyższe wyniki na skali wymagania. Im lęk w tych okresach był wyższy, tym wyższe wyniki na skali wymagania otrzymywali rodzice.
- Rodzice posiadający dzieci w edukacji zdalnej i wysoko odczuwający poziom lęku przed pandemią uzyskują wyższe wyniki na skali ochranianie. Im lęk był wyższy, tym wyniki na skali ochraniania były wyższe.
- Rodzice posiadający dzieci w edukacji zdalnej odczuwający wysoki lęk w trakcie pandemii wykazują wyższe wyniki na skali wymagania, ochranianie oraz niższe wyniki na skali autonomia. Im lęk był wyższy, tym postawa ochraniania i wymagania była mocniejsza, a postawa autonomii słabsza.

Wykazano w toku analizy, że im wyższy i częstszy poziom lęku, tym częściej rodzice przedstawiają postawy negatywne, takie jak ochranianie, niekonsekwencja czy wymagania. Równocześnie wykazano, że poziom lęku ma odwrotnie proporcjonalny stosunek do postawy autonomii. Wzrost lęku powoduje spadek postawy autonomii. Ta zależność była istotna



statystycznie w grupie edukacji zdalnej. Możemy zatem stwierdzić, że postawy negatywne są podatne na lęk, który jeszcze bardziej je wzmacnia. Napięcia, stres, nieoczekiwana zmiana mogą powodować nasilenie lęku i obniżenie jakości postaw rodzicielskich.

H2 Występują powiązania pomiędzy strukturą lęku a postawami rodzicielskimi u rodziców dzieci w edukacji domowej i zdalnej

Przeprowadzone badania przedstawione za pomocą statystycznie istotnych korelacji pozwoliły na potwierdzenie powiązań pomiędzy strukturą lęku, a postawami rodzicielskimi. Zarówno w grupie edukacji domowej, jak i w grupie edukacji zdalnej, istnieją powiązania pomiędzy poziomem lęku, a postawami rodzicielskimi. Hipotezę potwierdzono na podstawie wniosków o następującej treści:

- Rodzice posiadający dzieci w edukacji domowej, uzyskujący wysokie wyniki na skali lęk – stan, mają wyższe wyniki na skali niekonsekwencja i ochranianie. Obie postawy mają wyższe wyniki na skali postaw, kiedy lęk jako stan ma wyższą skalę.
- Rodzice posiadający dzieci w edukacji domowej i uzyskujący wysokie wyniki na skali lęk jako cecha mają wyższe wyniki na skali wymagania, niekonsekwencja i ochranianie. Im lęk jako stan wyższy, tym postawa ochraniania, wymagania i niekonsekwencji mocniejsza.
- Rodzice posiadający dzieci w edukacji zdalnej i mający wysokie wyniki na skali lęk jako stan uzyskują wyższe wyniki na skali wymagania, niekonsekwencja i ochranianie oraz mieli niższe wyniki na skali akceptacja i autonomia. Im poziom lęku był wyższy tym negatywne postawy były silniejsze, a pozytywne słabsze.
- Rodzice posiadający dzieci w edukacji zdalnej o wysokim wyniku na skali lęk jako cecha uzyskują wyższe wyniki na skali wymagania, niekonsekwencja oraz ochranianie oraz niższe wyniki na skali akceptacja i autonomia. Im wyższy poziom lęku jako cecha tym postawy wymagania, niekonsekwencji i ochraniania silniejsze, a akceptacji i autonomii niższe.

Podążając za powyższą analizą można stwierdzić, że w obu grupach badanych lęk aktywował bardziej wzrost postaw negatywnych takich jak, ochranianie, wymagania i niekonsekwencja. W grupie edukacji zdalnej dochodziło również do obniżania postaw akceptacji i autonomii wraz ze wzrostem lęku. Można zatem stwierdzić, że w obu grupach istnieje podatność negatywnych postaw rodzicielskich na lęk, a w grupie edukacji zdalnej dodatkowo lęk wpływa również na obniżenie jakości postaw pozytywnych. Lęk może zatem



destrukcyjnie wpływać na postawy rodzicielskie zaostrzając te niekorzystne i osłabiając te właściwe i wspierające.

H3 Występują różnice w postawach rodzicielskich u rodziców z niskim poziomem lęku dzieci w edukacji domowej i zdalnej.

Powyższa hipoteza została potwierdzona przez wypracowane wyniki analizy statystycznej i psychologicznej, z której wyciągnięto następujące wnioski:

- Osoby z niskim poziomem lęku jako stan częściej przyjmowały postawę akceptacji i autonomii, rzadziej natomiast cechowały się postawami wymagania, ochraniań i niekonsekwencji.
- Osoby z niskim poziomem lęku jako cecha częściej wykazywali się postawą autonomii, rzadziej zaś przyjmowali postawę wymagania, niekonsekwencji i ochraniań.

Można na podstawie wyników badań stwierdzić, że osoby charakteryzujące się niskim poziomem lęku jako stan częściej prezentują pozytywne postawy rodzicielskie jak autonomia i akceptacja. Zaś osoby o niskim poziomie lęku jako cecha częściej okazują postawę autonomii. Można to tłumaczyć tym, że obie te postawy nie są lękowe, opierają się na racjonalności, otwartości i budowaniu poczucia bezpieczeństwa. Osobom o tym postawach łatwiej przystosowywać się do zmiany i nie wywołuje ona z reguły tak wysokiego poziomu lęku jak przy negatywnych postawach rodzicielskich.

H4 Występują różnice w postawach rodzicielskich u rodziców z wysokim poziomem lęku dzieci w edukacji domowej i zdalnej.

Analizując porównanie grup skrajnych i wyciągając z nich wnioski można potwierdzić słuszność ostatniej 4 hipotezy, za pomocą poniższych przesłanek:

- Osoby z wysokim poziomem lęku jako cecha częściej mieli większe wymagania, byli niekonsekwentni i mieli wyższe poczucie ochraniań, natomiast cechowali się rzadziej postawą akceptacji i autonomii.
- Osoby z wysokim lękiem częściej mieli większe wymagania, byli niekonsekwentni i mieli wyższe poczucie ochraniań, natomiast cechowali się rzadziej postawą autonomii.



Potwierdza to jedynie już wcześniej zaprezentowane tezy, że wysoki poziom lęku współpracuje z postawami wymagania, niekonsekwencji i ochraniań, przy równoczesnym obniżaniu postawy autonomii.

Dodatkowo przeprowadzone analizy zarówno teoretyczne jak i metodologiczne pozwoliły na wyciągnięcie następujących wniosków:

- Lęk odczuwany podczas pandemii znacząco wzrasta u rodziców. Odczuwa go ponad 50% osób (wśród badanych były głównie kobiety). Pandemia była czynnikiem mocno stresogennym. Generowała wiele napięć, niewiadomych, lęków o przyszłość, bezpieczeństwo, finanse, zdrowie. Znacząco podniosła poziom lęku u ludzi.
- Podczas pandemii wyższym poziomem lęku cechowali się rodzice (głównie kobiety) dzieci uczących się zdalnie niż rodzice dzieci uczących się w edukacji domowej. Może to wynikać z ich większego przeciążenia zmianami i obostrzeniami, które bezpośrednio wpłynęły na ich funkcjonowanie i niekiedy wręcz przewróciły świat do góry nogami.
- Nie ma statystycznie istotnych różnic w rozkładzie odpowiedzi pomiędzy rodzicami dzieci uczącymi się w trybie zdalnym, a rodzicami dzieci uczącymi się w trybie domowym w ocenie wpływu pandemii na relacje rodzinne i na relacje rówieśnicze. Można wnioskować, że w obu grupach sytuacja wyglądała podobnie, a pandemia miała zbliżony wpływ na budowanie relacji rówieśniczych.
- Rodzice dzieci uczących się zdalnie częściej niż rodzice dzieci uczących się w trybie domowym zauważają, że ich dziecko straciło motywację do nauki oraz że jego stan psychiczny uległ pogorszeniu. Wpływ na to mogła mieć nowa, nie do końca skuteczna forma edukacji, która była męcząca zarówno dla wielu uczniów, jak i ich rodziców. Pełni obaw nauczyciele nie zawsze potrafili poradzić sobie z wyzwaniami zdalnego nauczania, zaś przemęczeni uczniowie tracili motywację do kolejnych godzin przed ekranem monitora. Mogło to mieć wpływ na wewnętrzne poczucie motywacji u uczniów będących e edukacji zdalnej. Na spadek kondycji psychicznej w grupie edukacji zdalnej wskazują niemal wszystkie, realizowane w dobie pandemii badania, które przedstawiono w rozdziale 1. W każdym z nich można zauważyć, że okres pandemii koronawirusa był czasem przepełnionym napięciem i rosnącymi trudnościami psychicznymi. Widać to mocno po ostatnim nasileniu wizyt młodych ludzi u psychologów i psychoterapeutów w celu wsparcia w przepracowaniu pogorszonego stanu zdrowia psychicznego.

Podsumowując można zakładać, że postawy rodzicielskie mają znaczący wpływ na kształtowanie się lęku u rodziców. Pomimo, że poziom lęku wzrósł u rodziców podczas



pandemii koronawirusa, to nawet ten czynnik zewnętrzny nie zaburzył znacząco lęku u osób o pozytywnych postawach rodzicielskich. Edukacja domowa stanowi bezpieczniejszą dla stanu psychicznego i motywacji do nauki formę kształcenia niż edukacja zdalna. Pomimo, że nie stwierdzono statystycznie istotnych różnic w poziomie lęku u obu grup badanych przed pandemią, to w sytuacji kryzysowej, jaką wywołała pandemia koronawirusa, to rodzice dzieci w edukacji zdalnej odczuwali wyższy poziom lęku niż rodzice dzieci w edukacji domowej. Może to wskazywać, że rodzaj edukacji wpływa również na kondycję psychiczną rodziców.

Bibliografia

- Bartosiak Ł. (2016). *Postawy ojcowskie w środowisku wiejskim*. Warszawa: Wydawnictwo Uniwersytetu Warszawskiego.
- Bemis J., Barrada A. (2007). *Pokonać lęki i fobie*. Gdańsk: GWP.
- Bielecki J. (1988). *Poziom nasilenia się lęku u osób jękających się*. *Studia Philosophiae Christianae*, 24/2.
- Bochniarz A. (2010). *Postawy rodzicielskie a funkcjonowanie społeczne jedynaków*. Lublin: Wydawnictwo UMCS.
- Bodzioch-Bryła B., Dorak-Wojakowska L. (2017). *Anatomia strachu. Strach, lęk i ich oblicza we współczesnej kulturze*. Kraków: Wydawnictwo Naukowe Akademii Ignatianum.
- Ciccarelli S., Noland White J. (2015). *Psychologia w praktyce*. Warszawa: REBIS.
- Czernianin W., Czernianin H. (2017). *Zarys teorii psychoanalitycznej Zygmunta Freuda (1856-1939) w perspektywie psychologii literatury*. Wrocław: Przegląd Biblioterapeutyczny, Tom VII, Nr 1, s. 13-34.
- Dudzikowska M., Czerepnik-Walczak M. (2010). *Wychowanie: pojęcia, procesy, konteksty: interdyscyplinarne ujęcie*. Gdańsk: Gdańskie Wydawnictwo Psychologiczne.
- Fajkowska, M. Szymura, B. (red.), (2009). *Lęk: geneza, mechanizmy, funkcje*. Warszawa: Wydawnictwo Naukowe SCHOLAR.
- Freud S. (2003), *Wstęp do psychoanalizy*, Warszawa: Wydawnictwo Naukowe PWN



- Horney K. (1976). *Neurotyczna osobowość naszych czasów*, Warszawa: Państwowe Wydawnictwo Naukowe.
- Horney K. (2011). *Nowe drogi w psychoanalizie*. Poznań: Rebis.
- Janicka I., Liberska H. (2015). *Psychologia rodziny*. Warszawa: PWN.
- Jankowska M. (2018). *Źródła, uwarunkowania i rodzaje lęku u dzieci i młodzieży w aspekcie rozwojowym*. Warszawa: Towarzystwo Uniwersyteckie Fides et Ratio. Fidesetratio, 2(34).
- Juroszek W. (2019). *Znaczenie postaw rodzicielskich i stylów przywiązania dla funkcjonowania psychospołecznego dziecka*. Kraków: Oficyna Wydawnicza IMPULS.
- Juul J. (2014). *Życie w rodzinie. Wartości w partnerstwie i rodzicielstwie*. Podkowa Leśna: Wydawnictwo MiND.
- Kamiński M. (2014). *Pojęcie lęku i strachu oraz ich znaczenie dla prób samobójczych*. Przegląd Prawniczy, Ekonomiczny i Społeczny 4/2014.
- Kępiński, A. (2002). *Psychopatologia nerwic*. Kraków: Wydawnictwo Literackie.
- Kępiński, A. (2012). *Lęk*. Kraków: Wydawnictwo Literackie.
- Koźmińska I., Olszewska E. (2014). *Z dzieckiem w świat wartości*. Warszawa: Świat Książki.
- Makiełło G. (1970). *Geneza i rozwój postawy macierzyńskiej*. Zeszyty Naukowe UJ. Prace Psychologiczno – Pedagogiczne. Zeszyt 15.
- Makiełło-Jarża G. (1972). *Kształtowanie się postaw macierzyńskich*. Zeszyty Naukowe UJ. Prace Psychologiczno – Pedagogiczne. Zeszyt 17.
- Marcysiak I. M., Siek S. (1996). *Postawy rodzicielskie i poziom lęku matek dzieci nieśmiałych*. Warszawa: Studia Philosophiae Christianae 32/2, 177-187.
- Obuchowska, I. (1996). *Drogi dorastania. Psychologia rozwojowa okresu dorastania dla rodziców i wychowawców*. Warszawa: Wydawnictwa Szkolne i Pedagogiczne.
- Obuchowska, I. (1981). *Dynamika nerwic. Psychologiczne aspekty zaburzeń nerwicowych u dzieci i młodzieży*. Warszawa: Państwowe Wydawnictwo Naukowe.
- Obuchowska, I. (1999). *Dziecko niepełnosprawne w rodzinie*. Warszawa: Wydawnictwo Szkolne i Pedagogiczne.
- Obuchowska, I. (2001). *Jak sobie poradzić z niechcianymi uczuciami. Poradnik dla nauczycieli i wychowawców*. Poznań: Media Rodzina.
- Płopa M. (2005). *Psychologia rodziny*. Kraków: Impuls.
- Płopa M. (2008). *Więzi w małżeństwie i rodzinie*. Kraków: Impuls.
- Przetacznik-Gierowska M., Włodarski Z. (1994). *Psychologia wychowawcza*. Warszawa: PWN. T. 2, 132-133.



- Ptaszek G., Stunża D., Pyżalski J., Dębski M. (2020). *Edukacja zdalna: Co stało się z uczniami, ich rodzicami i nauczycielami?* Gdańsk: Uniwersytet Gdański/Fundacja dbam o mój zasięg.
- Riemann F. (2020). *Oblicza lęku*. Warszawa: Czarna Owca.
- Schaffer D.R., Kipp K. (2014). *Psychologia rozwoju. Od dziecka do dorosłego*. Gdańsk: Harmonia Universalis.
- Sitarczyk M. (2002). *Międzypokoleniowa transmisja postaw wychowawczych ojców*. Lublin: Wydawnictwo UMCS.
- Stirling J.D. (2005). *Psychopatologia*. Gdańsk: Gdańskie Wydawnictwo Psychologiczne.
- Rathus S. A. (2004). *Psychologia współczesna*. Gdańsk: Gdańskie Wydawnictwo Psychologiczne.
- Stein. A. (2014). *Dziecko z bliska*. Warszawa: Mamaniana.
- Wojciszek B. (2000) *Postawy i ich zmiana*. Gdańsk: GWP.
- Wójtowicz M. (2005). *Doświadczenie lęku egzystencjalnego jako sytuacja wyboru*. Katowice: Wydawnictwo Uniwersytetu Śląskiego.
- Wrześniewski K., Sosnowski T., Jaworska A., Fecenec D. (2011). *Inwentarz stanu i cech lęku*. Warszawa: Pracownia Testów Psychologicznych PTP.
- Ziemska M. (1969). *Postawy rodzicielskie*. Warszawa: Wiedza Powszechna.
- Ziemska M. (1986). *Rodzina i dziecko*. Warszawa: Państwowe Wydawnictwo Naukowe.

Źródła internetowe:

- Babicki M., Mastalerz-Migas A. (2020). *Występowanie zaburzeń lękowych wśród Polaków w dobie pandemii COVID-19*. Pobrane dnia 01.05.2021, z http://www.psychiatriapolska.pl/uploads/onlinefirst/Babicki_PsychiatrPolOnlineFirstNr188.pdf
- Bednarska M. (2009). *Strach ma wielkie oczy – o strachu, lęku i szkodliwości straszenia dzieci w procesie wychowania*. Warszawa: Dziecko krzywdzone, 3(28). Pobrano dnia 10 maja 2021, z <https://dzieckokrzywdzone.fdds.pl/index.php/DK/article/view/370/248>.
- Chromy B. (2010). *Międzypokoleniowa transmisja postaw macierzyńskich*. Pobrano dnia 5 marca 2021, z https://repozytorium.ka.edu.pl/bitstream/handle/11315/25918/Chromy_Beata_Miedzypokoleniowa_transmisja_postaw_macierzynskich_2010.pdf?sequence=1.



- Jankowska M. (2013). *Postawy rodzicielskie ojca a styl przywiązaniowy w dorosłych relacjach córki*. Pobrano dnia 5 czerwca, z <https://www.stowarzyszeniefidesetratio.pl/Presentations0/2013-1Jankowska.pdf>
- Kwiatok A. (2007). *Przemoc w rodzinie jako źródło zachowań agresywnych młodzieży*. Pobrano dnia 20 marca 2021 r., z <https://www.sbc.org.pl/dlibra/publication/13269/edition/11925/content>.
- Szatan M. (2012) *Strach a lęk w ujęciu nauk humanistycznych*. Studia Gdańskie. Warszawa: Wydział Nauk Humanistycznych Szkoła Główna Gospodarstwa Wiejskiego. Tom XXXI. Pobrane dnia 3 maja 2021, z http://webcache.googleusercontent.com/search?q=cache:XwdOC_aZbIoJ:yadda.icm.edu.pl/yaadda/element/bwmeta1.element.desklight-2ce9efb1-1b1e-44a4-b2dc-2af503ec6ada/c/325-342.pdf+&cd=3&hl=pl&ct=clnk&gl=pl
- Turska-Kawa A., Stępień-Lampa N., Grzywna P. (2020). *Obawy rodziców i nauczycieli wobec nowych form edukacji w okresie pandemii SARS-COV-2*. Studium Województwa Śląskiego. Pobrane dnia 20 marca 2021, z https://www.researchgate.net/publication/347930179_Obawy_rodzicow_i_nauczycieli_wobec_nowych_form_edukacji_w_okresie_pandemii_SARS-COV-2_Studium_wojewodztwa_slaskiego_-_Raport_Pro_Silesia
- Hamer K., Baran M., Marchlewska M. Kaniasty K. (2021). *Rok w pandemii – jej wpływ na zachowania, postawy i dobrostan Polaków*. Pobrane dnia 06 kwietnia 2021, z: <https://swps.pl/strefa-psyche/blog/relacje/23224-rok-w-pandemii-jej-wplyw-na-zachowania-postawy-i-dobrostan-polakow?dt=1617726216089&fbclid=IwAR3EDtAa3RNk4Sj-82egv79LmK19XLwkEvvRUKQqnWwEuSD9R6PKUrtg1AY>.
- Kozak A., Kozak G. (2005). *Rodzina jako środowisko powstawania i profilaktyki jadłowstrętu psychicznego (anorexia nervosa)*. Pobrano dnia 14 stycznia 2021, z <http://www.psychologia.net.pl/artukul.php?level=85>.
- Instytut Psychologii Zdrowia. *Karen Horney (1885-1952)*. Pobrano dnia 12 maja 2021, z <http://www.psychologia.edu.pl/galeria-mistrzow/1063-horney-karen.html>.
- Pukas A., Suda W., Kwiatkowska-Gruca M., Behrendt J., Godula-Stuglik U. (2010). *Poziom lęku u rodziców noworodków leczonych w oddziale intensywnej terapii a wsparcie ze strony rodziny i personelu medycznego*. Pobrano dnia 24 maja 2021, z <https://www.sciencedirect.com/science/article/abs/pii/S0031393910700068>
- Nowosielska P., Klinger K. (2020). *Boom na edukację domową. Rodzice samodzielnie zabrali się za naukę dzieci*. Pobrano dnia 14 stycznia 2021, z



<https://forsal.pl/lifestyle/zdrowie/artykuly/7824479,edukacja-domowa-rodzice-samodzielnie-zabrali-sie-za-nauke-dzieci.html>.

Kolet-Iciek A. (2020). *Efekt pandemii: coraz więcej dzieci przechodzi na edukację domową*.

Pobrano dnia 15 stycznia 2021, z <https://www.miastopociech.pl/aktualnosci/efekt-pandemii-coraz-wiecej-dzieci-przechodzi-na-edukacje-domowa>.

SWPS. Uniwersytet Humanistycznospołeczny (2020). *O edukacji w czasie pandemii*. Pobrano dnia 15 stycznia 2021, z <https://www.swps.pl/centrum-prasowe/informacje-prasowe/22390-o-edukacji-w-czasie-pandemii-2>.

Gambin M. (2020). *Objawy depresji i lęku wśród Polaków w trakcie epidemii COVID-19*.

Raport z badań podłużnych. Pobrano 28 maja 2021, z http://psych.uw.edu.pl/wp-content/uploads/sites/98/2021/01/Raport_objawy_depresji_leku_IV_fale.pdf



Spis

Tabela 1. Różnice pomiędzy lękiem, a strachem. Opracowanie własne	8
Tabela 2 Struktura grupy docelowej	62
Tabela 3. Średni wiek posiadanych dzieci	65
Tabela 4. Samoocena swoich metod wychowawczych	68
Tabela 5. Co by ankietowany zmienił w swoich metodach wychowawczych?	69
Tabela 6. Czego ankietowany nie zmieniałby w swoich metodach wychowawczych?	71
Tabela 7. Sytuacja wywołujące lęk. Możliwość wielokrotnych odpowiedzi	73
Tabela 8. Zmiana poziomu lęku	76
Tabela 9. Miary tendencji centralnej oraz rozproszenia. Wyniki surowe kwestionariusza STAI	83
Tabela 10. Miary tendencji centralnej oraz rozproszenia. Wartości stenów kwestionariusza STAI	83
Tabela 11. Poziom lęku (stan)	84
Tabela 12. Poziom lęku (cecha)	84
Tabela 13. Miary tendencji centralnej oraz rozproszenia. Wyniki surowe kwestionariusza SPR.....	85
Tabela 14. Miary tendencji centralnej oraz rozproszenia. Wartości stenowe kwestionariusza SPR.....	85
Tabela 15. Lęk, a postawy rodzicielskie. Wartości współczynników korelacji rang Spearmana	88
Tabela 16. Lęk, a postawy rodzicielskie. Wartości współczynników korelacji rang Spearmana	92
Tabela 17. Skala Postaw Rodzicielskich porównanie osób z niskim i wysokim poziomie lęku (stan)	93
Tabela 18. Skala Postaw Rodzicielskich porównanie osób z niskim i wysokim poziomie lęku (cecha)	95
Tabela 19. Poziom i częstotliwość lęku, porównanie rodziców dzieci uczących się zdalnie i rodziców dzieci korzystających z edukacji domowej	96
Tabela 20. Skala Postaw Rodzicielskich porównanie rodziców dzieci uczących się zdalnie i rodziców dzieci korzystających z edukacji domowej.....	97



Tabela. 21 Wpływ edukacji zdalnej i domowej w dobie pandemii na relacje rodzinne, motywacje dziecka do nauki, jego dobrostan psychiczny, relacje rówieśnicze – porównanie.98

Rysunki

Rysunek 1. Sposób reagowania organizmu w sytuacji zagrożenia.	19
Rysunek 2. Model postaw rodzicielskich według A. Roe.....	35
Rysunek 3. Model postaw rodzicielskich według E. Schaefera	37
Rysunek 4. Model postaw rodzicielskich według M. Ziemskiej (1973)	39

Wykresy

Wykres 5. Satysfakcja z wykonywanej pracy	63
Wykres 6. Średnia liczba godzin poświęcana na pracę	64
Wykres 7. Forma edukacji dzieci	66
Wykres 5: Czy pomoc dziecku w edukacji wiąże się z satysfakcją?	67
Wykres 6. Kto najczęściej wspiera dziecko edukacyjnie w domu?	67
Wykres 7. Częstość występowania lęku w życiu ankietowanego	72
Wykres 8. Ocena poziomu lęku przed pojawieniem się pandemii i wprowadzeniem edukacji zdalnej	74
Wykres 9. Ocena poziomu lęku przed pojawieniem się pandemii i wprowadzeniem edukacji zdalnej	75
Wykres 10. Źródła lęku w czasie edukacji zdalnej lub domowej w dobie pandemii.....	76
Wykres 11. W jaki sposób edukacja zdalna/domowa w dobie pandemii wpłynęła na relację w rodzinie?	77
Wykres 12. W jaki sposób pandemia wpłynęła na edukację dziecka?	78
Wykres 13. Ocena wpływu edukacji zdalnej/domowej na dobrostan psychiczny dziecka w dobie pandemii	79
Wykres 14. Ocena edukacji zdalnej/ domowej na relacje rówieśnicze dziecka w dobie pandemii	80
Wykres 15. Emocje towarzyszące dziecku w okresie zdalnej edukacji/edukacji domowej w dobie pandemii	81
Wykres 16. Emocje towarzyszące ankietowanemu w okresie zdalnej edukacji/edukacji domowej w dobie pandemii	82



Załączniki

STAI - Inwentarz Stanu i Cech Lęku

C.D. Spielberger, J. Strelau, M. Tysarczyk, K. Wrześniowski
KWESTIONARIUSZ SAMOCENY
STAI, ARKUSZ X-1

Imię i nazwisko _____ Data _____
 Rok urodzenia _____ Płeć: M K

INSTRUKCJA: niżej podano szereg twierdzeń, przy pomocy których ludzie zwykle opisują samych siebie. Przeczytaj każde z tych twierdzeń, a następnie obok każdego odpowiednią cyfrę na prawo od twierdzenia, aby wskazać jak czujesz się właśnie teraz (tj. w tym momencie). Nie ma odpowiedzi dobrych i złych. Nie poświęcaj zbyt wiele czasu poszczególnym twierdzeniom. Podawaj odpowiedzi, które jak Ci się wydaje najlepiej opisują to, co czujesz w tej chwili.

		Zdecydowanie nie	Raczej nie	Raczej tak	Zdecydowanie tak
1. Jestem spokojny	1	2	3	4	4
2. Czuję się bezpiecznie	1	2	3	4	4
3. Jestem napięty	1	2	3	4	4
4. Jestem rozczulony	1	2	3	4	4
5. Czuję się swobodnie	1	2	3	4	4
6. Jestem przygnębiony	1	2	3	4	4
7. Martwię się, czy nie stanie się coś złego	1	2	3	4	4
8. Czuję się wypoczęty	1	2	3	4	4
9. Odczuwam niepokój	1	2	3	4	4
10. Jest mi dobrze	1	2	3	4	4
11. Czuję się pewny siebie	1	2	3	4	4
12. Jestem zdenerwowany	1	2	3	4	4
13. Jestem roztrzęsiony	1	2	3	4	4
14. Jestem "podminowany"	1	2	3	4	4
15. Jestem odprężony	1	2	3	4	4
16. Jestem zadowolony	1	2	3	4	4
17. Jestem zmartwiony	1	2	3	4	4
18. Czuję się nadmiernie podniecony	1	2	3	4	4
19. Jestem radosny	1	2	3	4	4
20. Jest mi przyjemnie	1	2	3	4	4

STAI przenieśliśmy i reprodokujemy za zgodą wydawcy Mind Garden, Inc., www.mindgarden.com.
 Copyright 1980 by Charles D. Spielberger. Wszystkie prawa zastrzeżone. Dopuszczalna reprodukcja za zgodą wydawcy.
 Wydanie polskie. Copyright © 2012 by Pracownia Testów Psychologicznych Polskiego Towarzystwa Psychologicznego Sp. z o.o.
 ul. Bielwedorska 6A, 00-752 Warszawa, www.pracownia.com.pl



KWESTIONARIUSZ SAMOOCENY

STAL ARKUSZ X-2

Imię i nazwisko _____ Data _____

Rok urodzenia _____ Płeć: M. K

INSTRUKCJA: niżej podano szereg twierdzeń, przy pomocy których ludzie zwykle opisują samych siebie. Przeczytaj każde z tych twierdzeń, a następnie otocz kółkiem odpowiednią cyfrę na prawo od twierdzenia, aby wskazać jak się obecnie czujesz. Nie ma odpowiedzi dobrych i złych. Podawaj odpowiedzi, które jak Ci się wydaje najlepiej opisują jak się na ogół czujesz.

	Prawie nigdy	Czasem	Często	Prawie zawsze
21. Jest mi przyjemnie	1	2	3	4
22. Szybko się męczę	1	2	3	4
23. Chcę mi się płakać	1	2	3	4
24. Chciałbym być tak szczęśliwy jak inni	1	2	3	4
25. Tracę na tym, że nie umiem się dostatecznie szybko decydować	1	2	3	4
26. Czuję się wypoczęty	1	2	3	4
27. Jestem spokojny i opanowany	1	2	3	4
28. Czuję, że trudności tak się piętrzą, że nie potrafię ich przezwyciężyć	1	2	3	4
29. Za bardzo martwię się czymś, co w gruncie rzeczy nie jest ważne	1	2	3	4
30. Jestem szczęśliwy	1	2	3	4
31. Jestem skłonny brać wszystko zbyt poważnie	1	2	3	4
32. Brak mi pewności siebie	1	2	3	4
33. Czuję się bezpiecznie	1	2	3	4
34. Staram się nie zauważać kryzysów i trudności	1	2	3	4
35. Jest mi smutno	1	2	3	4
36. Jestem zadowolony	1	2	3	4
37. Jakaś nieważna myśl chodzi mi po głowie i dręczy mnie	1	2	3	4
38. Przeżywam rozczarowania tak dotkliwie, że nie mogę przestać o nich myśleć	1	2	3	4
39. Jestem osobą zrównoważoną	1	2	3	4
40. Staję się napięty lub rozdrażniony, gdy myślę o swoich niedawnych kłopotach	1	2	3	4



Skala Postaw Rodzicielskich Mieczysława Plopy

SKALA POSTAW RODZICIELSKICH
WERSJA DLA MATEK
Mieczysław Plopa

Nazwisko i imię Wiek

Wykształcenie Zawód

Liczba dzieci Wiek dzieci

INSTRUKCJA: Interesuje nas, co Pani myśli o sposobach wychowywania **SWOJEGO DZIECKA** (dzieci). Proszę opisać swoje myśli, zachowania, odczucia, obawy, nadzieje, tak jak są przez Panią jako **MATKĘ** aktualnie odczuwane, ustosunkowując się do podanych poniżej stwierdzeń. Proszę przeczytać każde stwierdzenie uważnie i zastanowić się, w jakim stopniu dotyczy ono Pani zachowania wobec swojego dziecka (dzieci). Pewne stwierdzenia są do siebie podobne, ale są zamieszczone do wykazania nawet nieznacznych różnic w Pani poglądach i zachowaniach.

Po każdym stwierdzeniu jest pięć ocen (a, b, c, d, e), które określają, w jakim stopniu odnosi się ono do Pani poglądów i zachowań jako **MATKI WOBEC SWOJEGO DZIECKA (DZIECI)**. Wybraną odpowiedź proszę zaznaczyć krzyżykiem.

a – zdecydowanie taka jestem i tak się zachowuję

b – raczej taka jestem i tak się zachowuję

c – mam wątpliwości, czy taka jestem i tak się zachowuję

d – raczej taka nie jestem i tak się nie zachowuję

e – zdecydowanie taka nie jestem i tak się nie zachowuję

1.	Odczuwam, że gdy moje dziecko ma jakiś problem, czegoś się obawia, to poszukuje kontaktu, bliskości ze mną.	a	b	c	d	e
2.	Nieustannie staram się kontrolować swoje dziecko, aby postępowało tak, jak sobie tego życzę.	a	b	c	d	e
3.	Pozwalam mojemu dziecku uczyć się samemu radzenia sobie w różnych sytuacjach.	a	b	c	d	e
4.	W postępowaniu z moim dzieckiem łatwo tracę cierpliwość.	a	b	c	d	e
5.	Staram się chronić moje dziecko przed wszelkimi trudnościami.	a	b	c	d	e
6.	Chętnie nawiązuję kontakt z moim dzieckiem, jestem z nim często – bawię się, rozmawiam.	a	b	c	d	e
7.	Często prawię „kazania” mojemu dziecku na temat jego zachowania.	a	b	c	d	e
8.	Zgadzam się z tym, że moje dziecko w pewnych okolicznościach, w zależności od wieku, może samo dokonywać różnych wyborów.	a	b	c	d	e
9.	Gdy jestem zdenerwowana, to trudno mi przewidzieć, jak się zachowam w stosunku do swojego dziecka.	a	b	c	d	e
10.	Niepokoję się, gdy nie wiem, co robi moje dziecko w danej chwili.	a	b	c	d	e
11.	Jestem szczerze zainteresowana sprawami swojego dziecka.	a	b	c	d	e
12.	Daję wyraźnie do zrozumienia dziecku, kto „rządzi” w domu.	a	b	c	d	e
13.	Myślę, że nie kontroluję swojego dziecka na każdym kroku.	a	b	c	d	e
14.	Często mi się zdarza, że za to samo przewinienie karzę swoje dziecko raz mocniej, a raz mniej.	a	b	c	d	e
15.	Gdy moje dziecko nie jest pod moją opieką, bardzo się o nie niepokoję.	a	b	c	d	e
16.	Bardzo często myślę o swoim dziecku.	a	b	c	d	e
17.	Wymagam od dziecka bezwzględного posłuszeństwa.	a	b	c	d	e
18.	Myślę, że mam i będę miała zaufanie do swojego dziecka.	a	b	c	d	e

Copyright © 2014 by Pracownia Testów Psychologicznych Wyższej Szkoły Finansów i Zarządzania w Warszawie
 01-029 Warszawa, ul. Dzielna 60; www.vizja.net.pl



19.	Za to samo przewinienie różnie postępuję wobec swojego dziecka, nie reaguję, wymierzam karę, krzyczę.	a	b	c	d	e
20.	W zasadzie jako rodzic, zachowuję się tak, jakby moje dziecko było ciągle małe i bezradne.	a	b	c	d	e
21.	Gdy moje dziecko potrzebuje pomocy, chętnie poświęcam mu wiele czasu i uwagi.	a	b	c	d	e
22.	Uważam, że moje dziecko nie ma prawa mi się sprzeciwiać.	a	b	c	d	e
23.	Akceptuję to, że moje dziecko może mieć „swoje tajemnice”, że nie wszystko muszę widzieć i wiedzieć.	a	b	c	d	e
24.	Moje dziecko musi uważać, aby mnie czymś nie zdenerwować.	a	b	s	d	e
25.	Chcę zawsze wiedzieć, gdzie przebywa i co robi moje dziecko.	a	b	c	d	e
26.	Przebywanie z moim dzieckiem sprawia mi dużą przyjemność.	a	b	c	d	e
27.	Moje dziecko musi „rozumieć”, że to ja mam zawsze rację.	a	b	c	d	e
28.	Gdy nie rozumiem zachowania swojego dziecka, to nie robię z tego większego problemu.	a	b	c	d	e
29.	Kara jaką wymierzam dziecku, często zależy od mojego nastroju.	a	b	c	d	e
30.	Często wydaje mi się, że żyję tylko dla mojego dziecka.	a	b	c	d	e
31.	Często staram się dawać mojemu dziecku do zrozumienia, że je kocham.	a	b	c	d	e
32.	Staram się przestrzegać tego, aby moje dziecko postępowało zgodnie z moimi wymaganiami.	a	b	c	d	e
33.	Myślę, że ciągle kontrolowanie swojego dziecka nie jest potrzebne.	a	b	c	d	e
34.	Gdy się zdenerwuję to mocniej karzę swoje dziecko.	a	b	c	d	e
35.	Niepokoję się często o swoje dziecko, jakby ciągle było małe i bezradne.	a	b	c	d	e
36.	Często uśmiecham się do swojego dziecka.	a	b	c	d	e
37.	Często pouczam swoje dziecko, jak powinno postępować.	a	b	c	d	e
38.	Gdy moje dziecko jest uparte, to staram się je zrozumieć, nie zawsze przecież ja mam rację.	a	b	c	d	e
39.	Często mówię do mojego dziecka podniesionym tonem.	a	b	c	d	e
40.	Martwię się, że w wielu sprawach moje dziecko może sobie nie poradzić w życiu.	a	b	c	d	e
41.	Staram się być dla mojego dziecka prawdziwym przyjacielem.	a	b	c	d	e
42.	Daję do zrozumienia mojemu dziecku, że wiem najlepiej, co jest dla niego dobre, a co złe.	a	b	c	d	e
43.	Nie wymagam, aby moje dziecko teraz, czy jak dorośnie, ze wszystkiego mi się zwierzało.	a	b	c	d	e
44.	Gdy mam zły dzień, to krzyczę na swoje dziecko bez powodu.	a	b	c	d	e
45.	Gdy moje dziecko przebywa poza domem, odczuwam lęk, że coś mu się stanie.	a	b	c	d	e
46.	Kiedy moje dziecko zwraca się do mnie ze „swoimi kłopotami”, staram się mu pomóc, aby dobrze się poczuło.	a	b	c	d	e
47.	Często upominam moje dziecko, gdy robi coś nie tak, jak mu każę.	a	b	c	d	e
48.	Akceptuję to, że moje dziecko w miarę dorastania ma prawo do samodzielnych decyzji, np. jak spędzać wolny czas.	a	b	c	d	e
49.	Jestem tak zmienna, że moje dziecko może mieć problemy ze zrozumieniem jaka jestem.	a	b	c	d	e
50.	Trudno jest pogodzić mi się z tym, że moje dziecko tak szybko staje się większe, bardziej dorosłe.	a	b	c	d	e

SKALA POSTAW RODZICIELSKICH
WERSJA DLA OJCÓW
Mieczysław Płopa

Nazwisko i imię Wiek

Wykształcenie Zawód

Liczba dzieci Wiek dzieci

INSTRUKCJA: Interesuje nas, co Pan myśli o sposobach wychowywania SWOJEGO DZIECKA (dzieci). Proszę opisać swoje myśli, zachowania, odczucia, obawy, nadzieje, tak jak są przez Pana jako OJCA aktualnie odczuwane, ustosunkowując się do podanych poniżej stwierdzeń. Proszę przeczytać każde stwierdzenie uważnie i zastanowić się, w jakim stopniu dotyczy ono Pana zachowania wobec swojego dziecka (dzieci). Pewne stwierdzenia są do siebie podobne, ale są zamieszczone do wykazania nawet nieznacznych różnic w Pana poglądach i zachowaniach.

Po każdym stwierdzeniu jest pięć ocen (a, b, c, d, e), które określają, w jakim stopniu odnosi się ono do Pana poglądów i zachowań jako OJCA WOBEC SWOJEGO DZIECKA (DZIECI). Wybraną odpowiedź proszę zaznaczyć krzyżykiem.

- a – zdecydowanie taki jestem i tak się zachowuję
b – raczej taki jestem i tak się zachowuję
c – mam wątpliwości, czy taki jestem i tak się zachowuję
d – raczej taki nie jestem i tak się nie zachowuję
e – zdecydowanie taki nie jestem i tak się nie zachowuję

1.	Odczuwam, że gdy moje dziecko ma jakiś problem, czegoś się obawia, to poszukuje kontaktu, bliskości ze mną.	a	b	c	d	e
2.	Nieustannie staram się kontrolować swoje dziecko, aby postępowało tak, jak sobie tego życzę.	a	b	c	d	e
3.	Pozwalam mojemu dziecku uczyć się samemu radzenia sobie w różnych sytuacjach.	a	b	c	d	e
4.	W postępowaniu z moim dzieckiem łatwo tracę cierpliwość.	a	b	c	d	e
5.	Staram się chronić moje dziecko przed wszelkimi trudnościami.	a	b	c	d	e
6.	Chętnie nawiązuję kontakt z moim dzieckiem, jestem z nim często – bawię się, rozmawiam.	a	b	c	d	e
7.	Często prawię „kazania” mojemu dziecku na temat jego zachowania.	a	b	c	d	e
8.	Zgadzam się z tym, że moje dziecko w pewnych okolicznościach, w zależności od wieku, może samo dokonywać różnych wyborów.	a	b	c	d	e
9.	Gdy jestem zdenerwowany, to trudno mi przewidzieć, jak się zachowam w stosunku do swojego dziecka.	a	b	c	d	e
10.	Niepokoję się, gdy nie wiem, co robi moje dziecko w danej chwili.	a	b	c	d	e
11.	Jestem szczerze zainteresowany sprawami swojego dziecka.	a	b	c	d	e
12.	Daję wyraźnie do zrozumienia dziecku, kto „rządzi” w domu.	a	b	c	d	e
13.	Myślę, że nie kontroluję swojego dziecka na każdym kroku.	a	b	c	d	e
14.	Często mi się zdarza, że za to samo przewinienie karzę swoje dziecko raz mocniej, a raz mniej.	a	b	c	d	e
15.	Gdy moje dziecko nie jest pod moją opieką, bardzo się o nie niepokoję.	a	b	c	d	e
16.	Bardzo często myślę o swoim dziecku.	a	b	c	d	e
17.	Wymagam od dziecka bezwzględного posłuszeństwa.	a	b	c	d	e
18.	Myślę, że mam i będę miał zaufanie do swojego dziecka.	a	b	c	d	e

Copyright © 2014 by Pracownia Testów Psychologicznych Wyższej Szkoły Finansów i Zarządzania w Warszawie
01-029 Warszawa, ul. Dzielna 60; www.vizja.net.pl



19.	Za to samo przewinienie różnie postępuję wobec swojego dziecka, nie reaguję, wymierzam karę, krzyczę.	a	b	c	d	e
20.	W zasadzie jako rodzic, zachowuję się tak, jakby moje dziecko było ciągle małe i bezradne.	a	b	c	d	e
21.	Gdy moje dziecko potrzebuje pomocy, chętnie poświęcam mu wiele czasu i uwagi.	a	b	c	d	e
22.	Uważam, że moje dziecko nie ma prawa mi się sprzeciwiać.	a	b	c	d	e
23.	Akceptuję to, że moje dziecko może mieć „swoje tajemnice”, że nie wszystko muszę widzieć i wiedzieć.	a	b	c	d	e
24.	Moje dziecko musi uważać, aby mnie czymś nie zdenerwować.	a	b	s	d	e
25.	Chcę zawsze wiedzieć, gdzie przebywa i co robi moje dziecko.	a	b	c	d	e
26.	Przebywanie z moim dzieckiem sprawia mi dużą przyjemność.	a	b	c	d	e
27.	Moje dziecko musi „rozumieć”, że to ja mam zawsze rację.	a	b	c	d	e
28.	Gdy nie rozumiem zachowania swojego dziecka, to nie robię z tego większego problemu.	a	b	c	d	e
29.	Kara jaką wymierzam dziecku, często zależy od mojego nastroju.	a	b	c	d	e
30.	Często wydaje mi się, że żyję tylko dla mojego dziecka.	a	b	c	d	e
31.	Często staram się dawać mojemu dziecku do zrozumienia, że je kocham.	a	b	c	d	e
32.	Staram się przestrzegać tego, aby moje dziecko postępowało zgodnie z moimi wymaganiami.	a	b	c	d	e
33.	Myślę, że ciągle kontrolowanie swojego dziecka nie jest potrzebne.	a	b	c	d	e
34.	Gdy się zdenerwuję to mocniej karzę swoje dziecko.	a	b	c	d	e
35.	Niepokoję się często o swoje dziecko, jakby ciągle było małe i bezradne.	a	b	c	d	e
36.	Często uśmiecham się do swojego dziecka.	a	b	c	d	e
37.	Często pouczam swoje dziecko, jak powinno postępować.	a	b	c	d	e
38.	Gdy moje dziecko jest uparte, to staram się je zrozumieć, nie zawsze przecież ja mam rację.	a	b	c	d	e
39.	Często mówię do mojego dziecka podniesionym tonem.	a	b	c	d	e
40.	Martwię się, że w wielu sprawach moje dziecko może sobie nie poradzić w życiu.	a	b	c	d	e
41.	Staram się być dla mojego dziecka prawdziwym przyjacielem.	a	b	c	d	e
42.	Daję do zrozumienia mojemu dziecku, że wiem najlepiej, co jest dla niego dobre, a co złe.	a	b	c	d	e
43.	Nie wymagam, aby moje dziecko teraz, czy jak dorośnie, ze wszystkiego mi się zwierzało.	a	b	c	d	e
44.	Gdy mam zły dzień, to krzyczę na swoje dziecko bez powodu.	a	b	c	d	e
45.	Gdy moje dziecko przebywa poza domem, odczuwam lęk, że coś mu się stanie.	a	b	c	d	e
46.	Kiedy moje dziecko zwraca się do mnie ze „swoimi kłopotami”, staram się mu pomóc, aby dobrze się poczuło.	a	b	c	d	e
47.	Często upominam moje dziecko, gdy robi coś nie tak, jak mu każę.	a	b	c	d	e
48.	Akceptuję to, że moje dziecko w miarę dorastania ma prawo do samodzielnych decyzji, np. jak spędzać wolny czas.	a	b	c	d	e
49.	Jestem tak zmienny, że moje dziecko może mieć problemy ze zrozumieniem jaki jestem.	a	b	c	d	e
50.	Trudno jest pogodzić mi się z tym, że moje dziecko tak szybko staje się większe, bardziej dorosłe.	a	b	c	d	e

Arkusz personalny własnej konstrukcji

Niniejsze badanie przeprowadzane jest w ramach pracy magisterskiej dotyczącej postaw rodzicielskich oraz poziomu lęku u rodziców dzieci w edukacji domowej oraz dzieci w edukacji zdalnej w dobie pandemii.

1. Płeć (zaznacz właściwe):
 - K
 - M

2. Wiek (zaznacz właściwe):
 - 20 – 30
 - 31-40
 - 41-50
 - Powyżej 50

3. Wykształcenie:
 - Podstawowe
 - Gimnazjalne
 - Zasadnicze zawodowe
 - Średnie
 - Wyższe

4. Miejsce zamieszkania:
 - Wieś
 - Miasto do 50 tys.
 - Miasto od 50 tys. do 150 tys.
 - Miasto od 150 tys. – 500 tys.
 - Miasto powyżej 500 tys.

5. Warunki materialne rodziny:
 - Złe
 - Średnie
 - Dobre
 - Bardzo dobre

6. Czy jesteś aktywny/a zawodowo?
 - tak
 - nie

7. Wykonywany zawód:
.....



8. Czy praca zawodowa jest dla Ciebie satysfakcjonująca?

- Tak
- Raczej tak
- Czasami
- Nie wiem
- Raczej Nie
- Nie

9. Ile średnio godzin tygodniowo poświęca Pani/Pan na pracę?

- Mniej niż 4 h dziennie
- 4h dziennie
- Pomiędzy 5-7h dziennie
- 8h dziennie
- Ponad 8h dziennie

10. Liczba dzieci?

- 1
- 2
- 3
- 4 i więcej

11. Wiek dzieci?

.....

12. Forma edukacji dzieci?

- Dziecko jest/było w edukacji zdalnej (szkoła tradycyjna)
- Dziecko jest w edukacji domowej

12. Data przystąpienia do edukacji domowej (jeżeli dotyczy) wystarczy miesiąc i rok?

.....

13. Co było powodem przystąpienia do edukacji domowej (proszę wymienić)?

.....

14. Ile godzin dziennie poświęćcie/poświęcaliście na wsparcie edukacji zdalnej swojego dziecka?

- Mniej niż 30 minut
- Od 30 minut do 1 godziny
- Od 1 godziny do 2 godzin
- Od 2 godzin do 3 godzin
- Od 3 godzin do 4 godzin
- Powyżej 5 godzin

15. Ile godzin dziennie poświęćcie na wsparcie edukacji domowej swojego dziecka?

- Mniej niż 30 minut
- Od 30 minut do 1 godziny



- Od 1 godziny do 2 godzin
- Od 2 godzin do 3 godzin
- Od 3 godzin do 4 godzin
- Powyżej 5 godzin

16. Czy pomoc dziecku w edukacji wiąże się z satysfakcją?

- Tak
- Raczej tak
- Czasami
- Nie wiem
- Raczej Nie
- Nie

17. Kto najczęściej wspiera dziecko edukacyjnie w domu?

- Mama
- Tata
- Oboje rodzice po równo
- Rodzeństwo
- Inne (proszę wpisać)

.....

18. Jak oceniasz swoje metody wychowawcze?

- Pozytywnie
- Raczej pozytywnie
- Nie wiem
- Raczej Negatywnie
- Negatywnie

19. Co byś zmienił/zmieniła w swoich metodach wychowawczych (proszę wymienić)?

.....

20. Czego byś nie zmieniał/a w swoich metodach wychowawczych?

21. Jak często występuje w Pana/Pani życiu lęk?

- Często
- Raczej często
- Czasami
- Raczej rzadko
- Rzadko
- Nigdy

22. Jakie sytuacje wywołują u Pani/Pana największy lęk (proszę wymienić)?

.....



23. Jak ocenia Pani/Pan poziom lęku przed pojawieniem się pandemii i wprowadzeniem edukacji zdalnej?
- lęk był wysoki
 - lęk był raczej wysoki
 - lęk był średni
 - lęk był raczej niski
 - lęk był niski
 - nie odczuwałem/am lęku
24. Jak ocenia Pani/Pan poziom lęku w momencie wprowadzenia kwarantanny narodowej i przejścia dzieci z tradycyjnych szkół na edukację zdalną?
- lęk był wysoki
 - lęk był raczej wysoki
 - lęk był średni
 - lęk był raczej niski
 - lęk był niski
 - nie odczuwałem/am lęku
25. Co było głównym źródłem lęku w czasie edukacji zdalnej/ domowej w dobie pandemii?
- lęk przed zachorowaniem
 - lęk przed nową sytuacją edukacyjną (uczenie się z domu)
 - lęk o przyszłość dziecka
 - lęk o sytuację zawodową
 - lęk o zdrowie bliskich
 - nie objawiał się u mnie lęk
 - inne (proszę wpisać)
26. W jaki sposób edukacja zdalna/domowa w dobie pandemii wpłynęła na relację w rodzinie?
- wzrosły napięcia pomiędzy mną a dzieckiem/dziećmi
 - nasze relacje uległy pogorszeniu
 - nic się nie zmieniło w naszych relacjach
 - nasze relacje się poprawiły
 - inne (proszę wpisać)
27. W jaki sposób edukacja zdalna / domowa w dobie pandemii wpłynęła na motywację dziecka do nauki?
- motywacja do nauki znacząco spadła,
 - motywacja do nauki nie zmieniła się,
 - motywacja do nauki wzrosła
 - inne (proszę wpisać)
28. W jaki sposób pandemia wpłynęła na edukację Twojego dziecka (można zaznaczyć więcej niż jedno)?



- poziom nauczania spadł,
- poziom wiedzy u dziecka spadł
- nic się nie zmieniło, jeżeli chodzi o poziom wiedzy
- nic się nie zmieniło, jeżeli chodzi o poziom nauczania
- poziom nauczania wzrósł
- poziom wiedzy u dziecka wzrósł
- inne (proszę wpisać)

29. W jaki sposób ocenia Pani/Pan wpływ edukacji zdalnej/ domowej na dobrostan psychiczny dziecka w dobie pandemii?

- stan psychiczny dziecka się pogarsza
- nie widzę wpływu edukacji zdalnej/domowej na stan psychiczny dziecka
- stan psychiczny dziecka nie zmienił się
- stan psychiczny dziecka poprawił się
- inne (proszę wpisać)

30. W jaki sposób ocenia Pani/Pan wpływ edukacji zdalnej/ domowej na relacje rówieśnicze dziecka w dobie pandemii?

31. Jakie emocje towarzyszyły dziecku w okresie zdalnej edukacji/ edukacji domowej w dobie pandemii?

- Dziecko często było radosne
- Dziecko często było złe
- Dziecko często odczuwało strach
- Dziecko często było smutne
- inne (proszę wpisać)

32. Jakie emocje towarzyszyły Pani/Panu w okresie zdalnej edukacji/ edukacji domowej w dobie pandemii?

- Często byłem/am radosny/a
- Często byłem/am zła
- Często odczuwałem/am strach
- Często byłem/am smutna
- inne (proszę wpisać)

