
Raport z badań przeprowadzonych wśród rodziców

W ramach Programu wsparcia psychologiczno-pedagogicznego
dla uczniów i nauczycieli finansowanego ze środków
Ministerstwa Edukacji i Nauki

Autorzy:

Iwona Niewiadomska
Bernadeta Lelonek-Kuleta
Krzysztof Jurek
Elżbieta Trubiłowicz
Joanna Chwaszcz
Małgorzata Łysiak
Stanisław Mamcarz
Anna Siudem

Lublin 2021



Ministerstwo
Edukacji i Nauki



Spis treści



1	Podstawy teoretyczne badań.	4
2	Narzędzia wykorzystane w badaniach.	8
	2) Kwestionariusz Oceny Zachowania Zasobów S.Hobfolla	9
	3) Skala do Oceny Prężności SPP-18.	11
	4) Inwentarz do Pomiaru Radzenia Sobie ze Stresem Mini-COPE.	12
	5) Skala Wsparcia Dostarczanego i Otrzymywanego.	12
3	Procedura badawcza	16
4	Osoby badane.	18
5	Metody analiz statystycznych	21
6	Charakterystyki opisowe zmiennych	23
7	Związki między kapitałem psychologicznym rodziców, a dostarczanym przez nich wsparciem.	71
8	Funkcje modyfikacyjne (mediacyjne oraz moderacyjne) otrzymywanego wsparcia dla związków między kapitałem psychologicznym, a wsparciem dostarczanym przez rodziców	77
9	Wnioski końcowe i rekomendacje.	89
10	Bibliografia.	98

1 Podstawy teoretyczne badań

W raporcie zaprezentowano wyniki badań przeprowadzonych we wrześniu 2021, dotyczących dostarczania wsparcia przez rodziców uczniom, którzy wrócili do nauczania stacjonarnego po okresie długotrwałej izolacji, spowodowanej pandemią COVID-19. Treścią badania jest analiza dostarczania różnych form wsparcia młodym osobom oraz psychospołecznych czynników, które wpływają na poziom udzielanej pomocy przez rodziców. Uzyskane wyniki powinny przyczynić się do kształtowania i/lub wzmacniania działań, mających na celu dostarczanie takich form wsparcia społecznego przez rodziców, dzięki którym uczniowie będą mogli doświadczać wysokiej jakości życia.

W badaniach diagnostycznych postawiono trzy główne pytania.

1. Jakie jest nasilenie wsparcia dostarczanego uczniom przez rodziców w czasie pandemii COVID-19?

Istotą wspierania uczniów przez rodziców jest takie kształtowanie relacji między rodzicem a młodą osobą przeżywającą trudności, by zawierało w sobie element niesienia pomocy w aspekcie emocjonalnym, wartościującym, poznawczym, instrumentalnym i/lub materialnym¹.

Wsparcie dostarczane przez rodziców może mieć dla uczniów znaczenie ogólnie uodparniające lub buforowe². Rola uodparniająca polega na tym, że dostarczana pomoc jest spostrzegana i oceniana w kategoriach umożliwiających przezwyciężanie trudności, co prowadzi zarówno do złagodzenia stresu, jak również do powiększania indywidualnych zasobów zaradczych. Ważne jest też to, że osoba doświadczająca pomocy ze strony innych czuje się bardziej bezpieczna i zakorzeniona we wspólnocie, co w dłuższej perspektywie czasu prowadzi do zwiększenia jej odporności na stres³.

- 1 Sęk H., Cieślak R. (2004). Wsparcie społeczne – sposoby definiowania, rodzaje i źródła wsparcia, wybrane koncepcje teoretyczne. W: *Wsparcie społeczne, stres i zdrowie*. Red. H. Sęk, R. Cieślak. Warszawa Wyd. Nauk. PWN, s. 11–28.
- 2 Cieślak R., Elias A. (2004). Wsparcie społeczne a osobowość. W: *Wsparcie społeczne, stres i zdrowie*. Red. H. Sęk, R. Cieślak. Warszawa: Wyd. Nauk: PWN, s. 68–90.
- 3 Carson R., Butcher J., Mineka S. (2003). *Psychologia zaburzeń*, t. 1. Gdańsk: GWP, s. 205.

Teoria buforowa zakłada, że dostarczanie wsparcia społecznego w sytuacji silnego stresu chroni osobę przed zaburzeniami w funkcjonowaniu fizjologicznym, psychicznym i/lub społecznym. Buforowe działanie relacji pomocowych może mieć różnorodny charakter w zależności od tego, na jaki element dynamiki stresu oddziałuje. Przykładowo, udzielone wsparcie może przynieść zmianę w ocenie napływających bodźców stresorodnych lub też wzmocnić zaradność w zakresie rozwiązania zaistniałego problemu⁴.

2. Czy istnieją związki między kapitałem psychologicznym rodziców a dostarczanym przez nich wsparciem w czasie pandemii COVID-19?

Drugie pytanie badawcze odnosi się do zależności zachodzących między wsparciem dostarczanym dzieciom przez rodziców w czasie pandemii COVID-19 a posiadanym przez nich kapitałem psychologicznym. Pojęcie *kapitału psychologicznego* odzwierciedla psychologiczny zakres rozwoju jednostki, który jest generowany przez: 1) przekonania dotyczące podejmowania wysiłku mającego na celu radzenie sobie z trudnymi zadaniami; 2) nastawienie co do możliwości uzyskania sukcesu aktualnie i/lub w przyszłości; 3) odporność na występujące problemy i/lub elastyczny powrót do równowagi w sytuacji odczuwania negatywnych skutków doświadczanych trudności; 4) zorientowanie działań na cele zwiększające szanse na osiągnięcie sukcesu⁵.

W raporcie uwzględniono cztery kategorie zmiennych, które w przeprowadzonych badaniach diagnostycznych konstytuują kapitał psychologiczny rodziców:

1. Poczucie własnej skuteczności w zakresie wspierania dzieci – przekonanie o sensowności pomagania dziecku doświadczającemu problemów z racji posiadania kompetencji/umiejętności służących rozwiązaniu trudności dziecka. Osoba o wysokim poczuciu własnej skuteczności często podejmuje działania wspierające, wkłada duży wysiłek w ich wykonanie, jest wytrwała w trakcie ich realizacji, okazuje pozytywne uczucia w stosunku do osób wspieranych oraz skutecznie radzi sobie z trudnościami na drodze do pozytywnego zakończenia zachowań pomocowych⁶.
2. Prężność psychiczna – mechanizm osobowościowy, obejmujący elementy: 1) poznawcze (traktowanie występujących problemów w kategoriach wyzwania ze względu na przekonanie o posiadaniu właściwych kompetencji do ich skutecznego rozwiązania); 2) emocjonalne (stabilność emocjonalna i preferowanie pozytywnych uczuć w trudnych sytuacjach); 3) behawioralne (poszukiwanie nowych doświadczeń i podejmowanie różnorodnych działań mających na celu skuteczne rozwiązanie problemów). Tak rozumiana prężność psychiczna sprzyja wytrwałości i elastycznemu przystosowaniu się do wymagań życiowych, ułatwia mobilizację do podejmowania działań zaradczych

4 Sęk H., Cieślak R., dz. cyt., s. 26–27.

5 Luthans F. (2002). The need for and meaning of positive organizational behavior. *Journal of Organizational Behavior* 23, s. 695–706; Avey J., Reichard R., Luthans F., Mhatre K. (2011). Meta-Analysis of the Impact of Positive Psychological Capital on Employee Attitudes, Behaviors, and Performance. *Human Resource Development Quarterly* 22, s. 127–152.

6 Schwarzer R. (1997). Poczucie własnej skuteczności w podejmowaniu i kontynuacji zachowań zdrowotnych. Dotychczasowe podejścia teoretyczne i nowy model. W: I. Heszen-Niejodek, H. Sęk. (red.) *Psychologia zdrowia* Warszawa: Wyd. Nauk. PWN, 1997, s. 175–205.

w trudnych sytuacjach oraz zwiększa tolerancję na negatywne emocje w sytuacji niepowodzeń?;

3. Doświadczanie zysków/strat w podmiotowych zasobach zarządzających (obejmujących m.in. poczucie zaangażowania, poczucie kontroli nad własnym życiem, umiejętności organizacyjne, uznanie dla własnych osiągnięć, poczucie humoru, umiejętność porozumiewania się) – odczuwanie zysków w podmiotowych zasobach zarządzających sprzyja konstruktywnemu zarządzaniu własnym życiem i trafnemu doborowi zadań dla innych ludzi, odmiennie zaś straty mogą generować trudności zarówno w wymiarze własnego funkcjonowania, jak również zarządzania otoczeniem społecznym⁸;
4. Strategie radzenia sobie ze stresem – spostrzeganie zaistniałych okoliczności w kategoriach stresujących prowadzi do uruchomienia procesu adaptacyjnego w postaci radzenia sobie; możliwości zaradcze są oceniane przez osobę w aspekcie dwóch podstawowych funkcji⁹: 1) zmiany sytuacji na lepszą (aktywne strategie zaradcze), 2) utrzymaniu takiej samoregulacji osobowościowej, aby nie doszło do spadku odporności psychicznej i społecznego funkcjonowania (strategie zorientowane na emocje i/lub strategie unikowe).

3. Czy odczuwane przez rodziców wsparcie społeczne modyfikuje zależności między posiadanym przez nich kapitałem psychicznym a dostarczanym przez nich wsparciem w czasie pandemii COVID-19?

Odpowiedź na trzecie pytanie badawcze jest związana z uzyskaniem wyników dotyczących modyfikowania zależności między kapitałem psychicznym rodziców a dostarczanym przez nich wsparciem w czasie pandemii COVID-19, poprzez otrzymywane przez nich wsparcie.

Otrzymywanie wsparcia społecznego następuje w ramach międzyludzkich interakcji, nawiązywanych w sytuacjach problemowych. W relacji pomocowej osoba otrzymująca wsparcie od innych może być odbiorcą takich form działania jak¹⁰:

- a) Wsparcie emocjonalne – przekazywanie emocji uspokajających, podwyższających samoocenę oraz odzwierciedlających troskę, opiekę i poczucie przynależności;
- b) Wsparcie wartościujące – dawanie komunikatów służących wzmacnianiu poczucia własnej wartości, ważności partnerów w relacji, wzajemnego szacunku oraz poczucia znaczenia i godności;
- c) Wsparcie informacyjne – wymiana wiadomości służących lepszemu zrozumieniu sytuacji, położenia życiowego czy problemu, a także dostarczanie informacji zwrotnych o skuteczności działań zaradczych osoby wspieranej;

7 Ogińska-Bulik N., Juczyński Z. (2008). Skala pomiaru prężności – SPP-25. *Nowiny Psychologiczne* 3, s. 39–56.

8 Chwaszcz J., Bartczuk R., Niewiadomska I. (2019). Analiza strukturalna zasobów u osób zagrożonych marginalizacją społeczną – Kwestionariusz Zachowania Zasobów Hobfolla. *Przegląd Psychologiczny*, 62 (1), s. 167–184.

9 Lazarus R. (1986). Paradygmat stresu i radzenia sobie. *Nowiny Psychologiczne* 3–4, s. 2–39.

10 Sęk H., Cieślak R., dz. cyt., s. 18–19; Włodarczyk E. (2017). *Od wykluczenia do wsparcia*. Kraków: Impuls, s. 192.

- d) Wsparcie instrumentalne – rodzaj instruktażu polegającego na informowaniu o konkretnych sposobach postępowania w określonej sytuacji, co stanowi formę modelowania efektywnych strategii zaradczych;
- e) Wsparcie rzeczowe (materialne) – świadczenie pomocy materialnej, rzeczowej i/lub finansowej na rzecz osoby potrzebującej.

2 Narzędzia wykorzystane w badaniach empirycznych

Na potrzeby badań na grupie rodziców wykorzystano kwestionariusze standaryzowane, a także adaptacje kwestionariuszy standaryzowanych oraz narzędzia autorskie.

1. Skala Poczucia Własnej Skuteczności w Zakresie Wspierania Dzieci

Skala do badania poczucia własnej skuteczności opiera się na konstrukcie teoretycznym Alberta Bandury¹¹ (1977). Definiując *poczucie własnej skuteczności* jako „przekonanie o własnych możliwościach, zdolnościach do organizowania i podejmowania działań zmierzających do celu”, A. Bandura określił jeden z ważniejszych czynników decydujących o poczuciu sprawstwa i pozytywnej oceny siebie. Zgodnie z tą koncepcją, poczucie własnej skuteczności zawiera trzy aspekty: wewnętrzny, funkcjonalny i przyszłościowy. Aspekt wewnętrzny tworzony jest poprzez ocenę własnych kompetencji, które przekładają się na wytrwałe i pełne zaangażowanie działanie. Aspekt funkcjonalny odnosi się do rzeczywistych działań. Aspekt przyszłościowy wyznacza natomiast dalekosiężne cele. Skale poczucia własnej skuteczności, tworzone w oparciu o wyróżnione przez Bandurę aspekty, odnosiły się do samooceny (aspekt wewnętrzny) oraz poczucia własnej kompetencji (aspekt funkcjonalny).

Zespół badawczy, w oparciu o literaturę, opracował kwestionariusz do badania własnej skuteczności jako bardzo ważne źródło informacji dotyczących poczucia posiadanego kapitału psychologicznego rodziców. Twierdzenia dotyczące aspektu wewnętrznego (samoocena) poczucia własnej skuteczności zostały zaczerpnięte z polskiej adaptacji Skali Samooceny SES Morrisa Rosenberga, dokonanej przez Mariolę Łagunę, Kingę Lachowicz-Tabaczek i Irenę Dzwonkowską (2007)¹²: *Uważam, że jestem osobą wartościową tak jak inni, Uważam, że posiadam wiele pozytywnych cech, Lubię siebie.*

Twierdzenia określające poczucie kompetencji są autorstwa własnego zespołu i używały pozytywną ocenę sędziów kompetentnych: *Posiadam wiedzę niezbędną do wsparcia dzieci w ich rozwoju, Jestem kompetentny w zakresie udzielania porad dzieciom, Posiadam umiejętności potrzebne do emocjonalnego wspierania dzieci.*

11 Bandura A. (1977). Self-efficacy. Toward a unifying theory of behavioral change. *Psychological Review*, 84.

12 Łaguna M., Lachowicz-Tabaczek K., Dzwonkowska I. (2007), Skala samooceny SES Morrisa Rosenberga – polska adaptacja metody w: *Psychologia Społeczna*, 202(04), s. 164–17.

Kwestionariusz był testowany w badaniu pilotażowym, w którym uzyskał współczynnik α Cronbacha 0,864, co określa jego wysoką rzetelność. Na podstawie tych badań, oceny stopnia zgodności opinii sędziów kompetentnych i wyników analiz właściwości psychometrycznych, skonstruowano wersję ostateczną narzędzia, w której zachowano wszystkie twierdzenia. W badaniu właściwym, przeprowadzonym na próbie 2500 rodziców, uzyskano współczynnik α Cronbacha 0,894.

Kwestionariusz zawiera 6 twierdzeń, które opatrzone są czterostopniową skalą odpowiedzi: *całkowicie nieprawdziwe, w małym stopniu prawdziwe, w umiarkowanym stopniu prawdziwe, całkowicie prawdziwe*.

Przeprowadzona analiza czynnikowa wyników badań zasadniczych pozwoliła na ujęcie samooceny i poczucia kompetencji jako jednego czynnika – poczucia własnej skuteczności w zakresie wspierania dzieci.

Wysokie wyniki uzyskane w badaniu tą skalą świadczą o wysokim poczuciu skuteczności, pozytywnej ocenie swoich kompetencji społecznych i dobrej samoocenie. Osoby takie mają ambitne cele, szybko podejmują decyzje, uważają, że kontrolują sytuację, są w stanie angażować się w realizację zadań, nawet jeżeli pojawiają się przeszkody zewnętrzne (Kulawska, 2017).

Niskie wyniki świadczą o przekonaniu badanego, że nie jest wystarczająco skuteczny, ma niedostateczne kompetencje i negatywnie postrzega swoją osobę. Osoby takie mają niewielkie aspiracje zawodowe i osobiste, są wycofane i bezradne wobec trudności oraz pesymistycznie nastawione co do własnego rozwoju (Kulawska, 2017)¹³.

2. Kwestionariusz Oceny Zachowania Zasobów S.Hobfolla

Do oceny dystrybucji zasobów podmiotowych wykorzystano część kwestionariusza Conservation of Resources – Evaluation (COR-E) autorstwa S. Hobfolla^{14,15} i R. Lilly. Kwestionariusz oparty został na teorii zachowania zasobów S. Hobfolla. Teoria ta definiuje zasoby jako wszystko to, co jest dla człowieka ważne i cenione przez niego oraz niezbędne do przetrwania bezpośrednio lub pośrednio¹⁶. Obejmują one cechy osobowości, relacje, stany (np. małżeństwo) oraz przedmioty. Hobfoll uważa, że w ciągu całego życia człowiek pozyskuje i traci zasoby, a proces ten nazywa dystrybucją. Wzrost zasobów wiąże się z lepszym funkcjonowaniem osoby, wyższą jakością życia i lepszą odpornością na stres, podczas gdy utrata zasobów wywołuje stres^{17,18}.

13 Kulawska E. (2017), Poczucie własnej skuteczności nauczycieli edukacji wczesnoszkolnej. *Forum Pedagogiczne*, 2, s. 237–251.

14 Hobfoll S.E., Lilly R.S., Jackson A.P. (1992). Conservation of social resources and the self. W U. Baumann, H. O. F. Veiel (Red.), *The meaning and measurement of social support* (s. 125–141). New York: Hemisphere.

15 Hobfoll S.E., Lilly R.S. (1993). Resource conservation as a strategy for community psychology. *Journal of Community Psychology*, 21(2), s. 128–148.

16 Hobfoll S.E. (2011). Conservation of resource caravans and engaged settings: Conservation of resource caravans. *Journal of Occupational and Organizational Psychology*, 84(1), s. 116–122.

17 Hobfoll S.E. (2014). Resource caravans and resource caravan passageways: a new paradigm for trauma responding. *Intervention*, 12, s. 21–32.

18 Kaczmarek A., Curyło-Sikora P. (2016). Problematyka stresu – przegląd koncepcji. *Hygeia Public Health*, 51(4), s. 317–321.

Oryginalny kwestionariusz COR-E zawiera listę 74 zasobów, obejmujących zasoby podmiotowe, stanu, energii oraz materialne¹⁹. Respondent oceniając poszczególne itemy odnosi się do każdego z nich na skali 5-punktowej (od 1 – *wcale* do 5 – *w bardzo dużym stopniu*), w dwóch kategoriach: utraty i zysku. Rzetelność α Cronbacha, polskiej adaptacji kwestionariusza, na próbie N=392, wyniosła dla skali zysków 0,92, a dla skali strat 0,96 (Gruszczyńska 2012). Rzetelność w badaniach osób zagrożonych wykluczeniem (N=1564) wyniosła 0,70 (Kalinowski, Niewiadomska 2010).

W przedmiotowym badaniu posłużono się adaptacją COR-E opracowaną przez J. Chwaszcz, R. Bartczuka oraz I. Niewiadomską²⁰. Rzetelność wewnętrzna Kwestionariusza Oceny Zachowania Zasobów (KOZZ) mierzona α Cronbacha, na próbie N=1173 osoby, wyniosła 0,96 dla skali zysków i 0,98 dla skali strat. Do analizy struktury KOZZ zastosowano model podwójnie czynnikowy, na podstawie którego wyodrębniono czynnik G zasobowości globalnej i 7 czynników grupowych. Wyniki hierarchicznej analizy czynnikowej były dobrze dopasowane (RMSEA = 0,038; 95% PU [0,036; 0,038]. Za kryterium włączenia itemu do czynnika globalnego przyjęto 0,4, zaś do czynników grupowych 0,3²¹. Zasobowość globalną interpretuje się jako ogólną potencjalność zasobową człowieka, umożliwiającą mu realizację celów życiowych. W skład czynnika G weszło 68 itemów. Czynniki grupowe obejmują zasoby: zarządzające, statusu społecznego, odporności, rodzinne, statusu materialnego, wzrostu oraz wspólnotowe. Spójność wewnętrzna α Cronbacha dla poszczególnych czynników wahała się od 0,89 do 0,58²².

W obecnym badaniu posłużono się częścią skali KOZZ zawierającą itemy, które weszły do czynnika G₁ – zasoby zarządzające. Obejmują one właściwości podmiotowe, m.in. poczucie humoru, poczucie kontroli nad życiem, umiejętności organizacyjne, uznanie dla własnych osiągnięć, umiejętność dobrego porozumiewania się. Do tej grupy należą zasoby niezbędne do zarządzania własnym życiem, ale i te kluczowe do zarządzania innymi. Posiadanie zasobów zarządzających o charakterze podmiotowym jest w dużej mierze determinowane czynnikami osobowościowymi, historią życia i nabytymi kompetencjami. Wynik zysków i strat w zasobach zarządzających podmiotowych został obliczony na podstawie 5 itemów zaopatrzonych 5-stopniową skalą odpowiedzi: *wcale*, *w małym stopniu*, *w średnim stopniu*, *w dużym stopniu*, *w bardzo dużym stopniu*. Rzetelność α Cronbacha wyniosła w próbie rodziców (N=2500) 0,92 – dla zysków i 0,85 – dla utraty zasobów.

19 Hobfoll S.E. (2006). *Stres, kultura i społeczność: psychologia i filozofia stresu*. Gdańsk: Gdańskie Wydawnictwo Psychologiczne.

20 Chwaszcz J., Bartczuk R.P., Niewiadomska I. (2019). Analiza strukturalna zasobów u osób zagrożonych marginalizacją społeczną – Kwestionariusz Zachowania Zasobów Hobfolla / Structural analysis of resources in those at risk of social marginalization – Hobfoll's Conservation of Resources Evaluation. *Przeгляд Psychologiczny*, 62(1), s. 167–202.

21 Tamże.

22 Tamże.

3. Skala do Oceny Prężności SPP-18

Skala do pomiaru prężności u dzieci i młodzieży SPP-18, autorstwa N. Ogińskiej-Bulik i Z. Juczyńskiego²³, mierzy prężność w rozumieniu indywidualnej właściwości jednostki (rozumianej jako mechanizm samoregulacji), która jest istotna w procesie skutecznego radzenia sobie oraz sprzyja procesowi adaptacji. Wyjściowo skala obejmowała 55 twierdzeń ułożonych w efekcie przeglądu różnorodnych narzędzi do pomiaru resilience u młodzieży. Twórcy narzędzia opracowali własny zestaw twierdzeń, eliminując te niejednoznaczne. Wstępna wersja skali zawierała 50 twierdzeń. Następnie przeprowadzono badania pilotażowe i na podstawie mocy dyskryminacyjnej twierdzeń wyeliminowano kolejnych kilkanaście pozycji, których korelacja z wynikiem ogólnym nie przekraczała 0,5. Wyniki pozostałych twierdzeń poddano analizie czynnikowej. Po wyeliminowaniu itemów o niskich ładunkach czynnikowych i wchodzących do więcej niż jednego czynnika, pozostawiono 18 twierdzeń. Wartości psychometryczne metody sprawdzono na próbie 350 dzieci i młodzieży. Zgodność wewnątrzna α Cronbacha dla całej skali wyniosła 0,82. Rzetelność dla podskal mieściła się w granicach 0,76–0,87. Uzyskane wskaźniki oceniono jako zadawalające. Stabilność wewnątrzna oceniona za pomocą testu – retestu, w odstępie 6 tygodni, na 30-osobowej grupie, wyniosła 0,78, co świadczy o wysokiej stałości badanego konstruktów.

Skala SPP-18 ma strukturę czynnikową. Cztery czynniki wyjaśniają 63,9% całkowitej wariancji. Największy udział w wyjaśnianej wariancji ma czynnik pierwszy Optymistyczne nastawienie i energia (42,5), następnie Wytrwałość i determinacja w działaniu, Poczucie humoru i otwartość na nowe doświadczenia, Kompetencje osobiste i tolerancja negatywnego afektu. Wyjaśniają one łącznie nieco ponad 20% wariancji. Trafność kryterialną narzędzia ustalono poprzez korelacje wyników SPP-18 z wynikami innych narzędzi mierzących konstrukty zbliżone do prężności. Odnotowano silną korelację prężności z dwoma cechami osobowości mierzonymi kwestionariuszem NEO-FFI: ujemną z neurotycznością i dodatnią z ekstrawersją, oraz związek nieco słabszy, ujemny, z ugodowością. Wykazano także dodatni związek prężności ze strategiami radzenia sobie ze stresem o charakterze przystosowawczym (aktywne radzenie) oraz ujemny związek ze strategiami nieprzystosowawczymi (unikanie, ucieczka), mierzonymi za pomocą Mini-COPE.

Badanie skalą SPP-18 w zrealizowanym projekcie polega na ustosunkowaniu się do 18 twierdzeń na skali 5-stopniowej od 0 (*zdecydowanie nie*) do 4 (*zdecydowanie tak*). Minimalny wynik wynosi 18, maksymalny 72 – czym wyższy wynik, tym wyższe nasilenie prężności. Skalę SPP-18, po analizie trafności językowej, zastosowano w badaniu pilotażowym na próbie osób dorosłych-rodziców (N=769).

Rzetelność α Cronbacha w przedmiotowym badaniu właściwym na reprezentatywnej próbie 2500 rodziców wyniosła dla całej skali 0,94, co zadecydowało o włączeniu kwestionariusza do ostatecznej baterii metod badawczych.

23 Ogińska-Bulik N., Juczyński Z. (2011). Prężność u dzieci i młodzieży: charakterystyka i pomiar – polska skala SPP-18. *Polskie Forum Psychologiczne*, 16 (1), s. 7–28.

4. Inwentarz do Pomiaru Radzenia Sobie ze Stresem Mini-COPE

Radzenie sobie ze stresem mierzono skalą Mini-COPE autorstwa Charlesa S. Carvera, w adaptacji Z. Juczyńskiego i N. Ogińskiej-Bulik²⁴. Punktem wyjścia do dalszych prac był inwentarz COPE Carvera i współpracowników, który należał do najczęściej stosowanych narzędzi pomiaru stresu na świecie. Składa się on ze 118 twierdzeń i jego wypełnienie wymaga stosunkowo dużo czasu²⁵. Opracowano więc wersję skróconą zawierającą 60 itemów. Wskutek dalszego skracania narzędzia powstała wersja Brief COPE, zawierająca 28 twierdzeń wchodzących do 14 skal²⁶.

Rzetelność Brief COPE w formie zgodności wewnętrznej określona została na próbie 168 osób poszkodowanych w wyniku huraganu, na poziomie 0,70. Analiza czynnikowa wyłoniła 9 czynników wyjaśniających 72,4% wariacji. Polską wersję Brief COPE nazywamy Mini-COPE. Skala ta mierzy częstotliwość stosowania 14 strategii zaradczych: aktywne radzenie sobie, planowanie, pozytywne przewartościowanie, zażywanie substancji psychoaktywnych, zaprzestanie działań, obwinianie siebie, poszukiwanie wsparcia emocjonalnego, poszukiwanie wsparcia instrumentalnego, zajmowanie się czymś innym, zaprzeczanie, wyładowanie, zwrot ku religii, akceptacja, poczucie humoru. Składa się z 28 twierdzeń, ocenianych na skali 4-stopniowej (od 0 – *prawie nigdy tak nie postępuję* do 3 – *prawie zawsze tak postępuję*).

Strategie pogrupowane zostały podług 7 czynników: 1. aktywne radzenie sobie (aktywne radzenie, planowanie, pozytywne przewartościowanie); 2. bezradność (zażywanie substancji psychoaktywnych, zaprzestanie działań, obwinianie siebie); 3. poszukiwanie wsparcia (emocjonalnego i instrumentalnego); 4. unikanie (zajmowanie się czymś innym, zaprzeczanie, wyładowanie); 5. zwrot ku religii; 6. akceptacja; 7. poczucie humoru²⁷. Czynniki te wyjaśniają 66% wariacji.

Zgodność wewnętrzną polskiej skali ustalono na podstawie badań na próbie 200 osób w wieku 25–60 lat. Obliczono rzetelność połówkową – wskaźnik Guttmana 0,87. Stałość oceniono jako zadowalającą, po czym zweryfikowano na grupie 34 osób badanych po upływie 6 tygodni. Najwyższa stałość cechowała strategię Zwrot ku religii 0,94 i Zażywanie substancji psychoaktywnych 0,82, natomiast najniższą strategię Zajmowanie się czymś innym 0,32.

Współczynnik rzetelności połówkowej w badaniu przedstawionym w niniejszej pracy, na próbie reprezentatywnej rodziców (N=2500), wyniósł dla całej skali 0,776.

5. Skala Wsparcia Dostarczanego i Otrzymywanego

Skale do badania wsparcia społecznego powstały na podstawie polskiej wersji Berlin Social Support Scales (BSSS), autorstwa A. Łuszczynskiej i M. Kowalskiej.

Stosowane na potrzeby zrealizowanych badań pojęcie *wsparcia społecznego* wywodzi się z koncepcji Schultza i Schwarzera, autorów Berlińskich Skal Wsparcia Społecznego

24 Juczyński Z., Ogińska-Bulik N. (2012). *Narzędzia pomiaru stresu i radzenia sobie ze stresem*. Warszawa: Pracownia Testów Psychologicznych Polskiego Towarzystwa Psychologicznego.

25 Carver C.S., Weintraub J.K., Scheier M.F. (1989). Assessing coping strategies: a theoretically Based Approach. *Journal of Personality and Social Psychology*, 56 (2), s. 267–283.

26 Carver C.S. (1997). You want to measure coping but your protocol's too long: Consider the brief COPE. *International Journal of Behavioral Medicine*, 4, s. 92–100.

27 Juczyński Z., Ogińska-Bulik, N., op. cit.

BSWS²⁸, które zostały opracowane w ramach badań dotyczących radzenia sobie z chorobą. Według autorów, wsparcie społeczne może być rozpatrywane jako: **spostrzegane** dostępne wsparcie, czyli ocena dostępności wsparcia ze strony otoczenia; **zapotrzebowanie** na wsparcie, czyli nasilenie potrzeby skorzystania ze wsparcia w trudnej sytuacji; **poszukiwanie** wsparcia, czyli częstotliwość bądź zakres działań mających na celu uzyskanie pomocy u innych jednostek; aktualnie **otrzymywane** wsparcie, oznaczające poziom spostrzeganego wsparcia uzyskanego przez otoczenie; aktualnie **udzielane** wsparcie, czyli postrzegany poziom wsparcia udzielanego innym w otoczeniu; oraz wsparcie **buforująco-ochronne**, czyli ochrona bliskich osób przed przykrymi wiadomościami²⁹. Według autorów wsparcie społeczne może przybierać charakter: **emocjonalny**, **instrumentalny** oraz **informacyjny**. Oryginalne skale zawierają 38 itemów.

W prezentowanych badaniach oparto się na polskiej adaptacji BSWS³⁰. Analizie poddano wybrane aspekty wsparcia społecznego, odnosząc się do poszczególnych grup osób badanych (rodzice, dzieci, młodzież, nauczyciele, specjaliści).

W badaniu pilotażowym rodziców wykorzystano skale do badania wsparcia społecznego, które obejmowały itemy mierzące: **spostrzegane** otrzymywane wsparcie, czyli ocenę dorosłych dotyczącą dostępnego dla nich wsparcia emocjonalnego, informacyjnego, instrumentalnego, wartościującego i materialnego. Dodatkowo, analizowano aspekt **poszukiwania** wsparcia przez rodziców oraz ich **zapotrzebowanie** na wsparcie. Rodziców zapytano także o **transmitowane** (udzielane/dostarczane) przez nich wsparcie, czyli wsparcie, jakiego udzielają dzieciom, a także o postrzegane przez nich systemowe wsparcie udzielane dzieciom. W badaniu rodziców wykorzystano zaadaptowane pytania polskiej adaptacji Berlińskich Skal Wsparcia Społecznego, które uzupełniono pytaniami dotyczącymi spostrzeganego wsparcia materialnego, wartościującego oraz transmitowanego. Współczynnik α Cronbacha dla narzędzia w badaniu pilotażowym rodziców wyniósł odpowiednio: spostrzegane wsparcie (kapitał społeczny) $\alpha = 0,865$, transmitowane wsparcie (kapitał wspierający) $\alpha = 0,888$, co wskazuje na wysoką rzetelność narzędzia.

Ostateczna wersja skal w badaniu właściwym osób dorosłych obejmowała 44 itemy. Pytania zawierały czterostopniową skalę odpowiedzi: *całkowicie nieprawdziwe*, *w małym stopniu prawdziwe*, *w umiarkowanym stopniu prawdziwe*, *całkowicie prawdziwe*. Analiza czynnikowa wyników uzyskanych w badaniu właściwym na grupie osób dorosłych pozwoliła na potwierdzenie istnienia 9 czynników w kwestionariuszu. Wyłoniono następujące czynniki: spostrzegane dostępne wsparcie emocjonalne, spostrzegane dostępne wsparcie instrumentalne, spostrzegane dostępne wsparcie materialne, spostrzegane dostępne wsparcie informacyjne, spostrzegane dostępne wsparcie wartościujące (tworzące skalę spostrzeganego wsparcia społecznego), czynnik zapotrzebowania na wsparcie, czynnik poszukiwania wsparcia (wraz ze spostrzeganym wsparciem składający się na kapitał

28 Schulz U., Schwarzer, R. (2003). Soziale Unterstützung bei der Krankheitsbewältigung. Die Berliner Social Support Skalen (BSSS) [Social support in coping with illness: The Berlin Social Support Scales (BSSS)]. *Diagnostica*; 49: 73–82.

29 http://userpage.fu-berlin.de/~health/soc_pol.htm

30 Łuszczczyńska, A., Mazurkiewicz, M., Kowalska, M., Schwarzer, R., (2006). Berlińskie Skale Wsparcia Społecznego (BSSS): Wyniki wstępnych nad adaptacją skal i ich własnościami psychometrycznymi. *Studia Psychologiczne*, 44(3), s. 17–27.

społeczny rodziców) oraz transmitowane (udzielane/dostarczane) wsparcie indywidualne i transmitowane wsparcie systemowe (kapitał wspierający rodziców). Współczynniki rzetelności dla poszczególnych wymiarów wynosiły: spostrzegane wsparcie społeczne $\alpha = 0,931$, transmitowane wsparcie społeczne $\alpha = 0,933$.

Spostrzegane wsparcie **emocjonalne** oznacza ocenę osoby dotyczącą tego, na ile wsparcie emocjonalne dostępne jest dla niej w jej otoczeniu, w jakim stopniu może otrzymać pocieszenie czy inną formę emocjonalnego wsparcia, np. okazywanie sympatii w sytuacjach dla niej trudnych. Przykładowe pytanie: *Ile razy jestem smutny, są ludzie, którzy podnoszą mnie na duchu.*

Spostrzegane wsparcie **informacyjne** oznacza ocenę osoby dotyczącą tego, na ile dostępna jest dla niej w otoczeniu pomoc, polegająca na udzieleniu jej potrzebnych informacji, wyjaśnieniu kwestii trudnych, odpowiedzi na pytanie. Przykładowe pytanie: *Są osoby, które udzielają mi wyjaśnień, jeśli o to poproszę.*

Spostrzegane wsparcie **instrumentalne** oznacza ocenę osoby dotyczącą tego, na ile dostępne jest dla niej wsparcie w jej otoczeniu, polegające na wyjaśnieniu, w jaki sposób rozwiązać problem, dostarczeniu narzędzi czy pomysłów na rozwiązanie problemu, czy innej pomocy. Przykładowe pytanie: *Są osoby, które oferują mi pomoc, kiedy jej potrzebuję.*

Spostrzegane wsparcie **wartościujące** oznacza ocenę osoby dotyczącą tego, na ile dostępne jest dla niej wsparcie w jej otoczeniu, polegające na umożliwieniu rozmowy na ważne tematy, pomocy w rozwiązywaniu dylematów moralnych, ale także przekazywaniu takich sygnałów, które sprawiają, że osoba czuje się wartościowa, np. informowanie o dobrym wykonywaniu pracy. Przykładowe pytanie: *Są ludzie w moim otoczeniu, dzięki którym czuję się wartościowy i ważny.*

Spostrzegane wsparcie **materiałne** oznacza ocenę osoby dotyczącą tego, na ile dostępne jest dla niej wsparcie w jej otoczeniu, polegające na dostarczaniu / pożyczaniu / / użyczaniu zasobów materialnych (przedmioty i pieniądze). Przykładowe pytanie: *Otrzymuję wynagrodzenie za pracę, które wystarcza mi do zaspokojenia moich potrzeb.*

Zapotrzebowanie na wsparcie oznacza nasilenie potrzeby skorzystania ze wsparcia w różnych sytuacjach, postrzeganych przez osobę jako trudne. Niskie nasilenie wskaźnika w tym wymiarze oznacza, że osoba najczęściej radzi sobie sama, nie odczuwa potrzeby otrzymywania pomocy od innych, czuje się samodzielna podczas rozwiązywania problemów. Wysokie nasilenie wskazuje na dużą potrzebę bycia wspieranym w sytuacjach doświadczanych jako trudne, poleganiu na innych osobach. Zapotrzebowanie na wsparcie może dotyczyć każdego rodzaju wsparcia (emocjonalne, instrumentalne, informacyjne, materiałne, wartościujące). Przykładowe pytanie: *Zanim podejmę ważne decyzje, koniecznie muszę zasięgnąć czyjejs opinii.*

Poszukiwanie wsparcia oznacza częstotliwość bądź zakres działań mających na celu uzyskanie pomocy u innych jednostek. Wyraża ono, jak często osoba aktywnie zwraca się do innych po pomoc. Niskie nasilenie wskaźnika oznacza, że osoba w sytuacjach trudnych nie zwraca się do innych po pomoc, nie próbuje aktywnie docierać do osób, które mogłyby być wsparciem w danej sytuacji. Wysokie nasilenie wskaźnika oznacza, że osoba często aktywnie zwraca się o pomoc do innych osób, samodzielnie do nich dociera w celu uzyskania wsparcia. Poszukiwanie może dotyczyć każdego rodzaju wsparcia (emocjonalne,

instrumentalne, informacyjne, materialne, wartościujące). Przykładowe pytanie: *Gdy jestem zmartwiony, szukam kogoś, z kim mógłbym porozmawiać.*

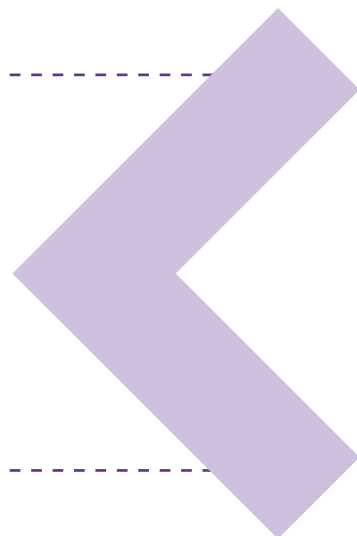
Transmitowane/dostarczane wsparcie oznacza stopień, w jakim osoba udziela wsparcia innym. Wyraża gotowość i umiejętność wspierania innych osób. W przypadku osób dorosłych analizowano udzielanie przez nich pomocy dzieciom i młodzieży. W przypadku dzieci pod uwagę brano udzielanie przez nich pomocy swoim rówieśnikom. Niskie nasilenie wskaźnika oznacza, że osoba rzadko udziela innym pomocy, nie jest do tego gotowa lub nie potrafi tego robić. Wysokie nasilenie wskaźnika oznacza, że osoba jest gotowa do udzielania pomocy innym osobom, często takiej pomocy im udziela, potrafi to robić, jest do tego gotowa. Transmitowane wsparcie może dotyczyć każdego rodzaju wsparcia (emocjonalne, instrumentalne, informacyjne, materialne, wartościujące). Przykładowe pytanie: *Jeśli dziecko pyta, jak poradzić sobie z trudnościami, daję mu wskazówki.*

6. Metryczka

Metryczka obejmowała pytania dotyczące płci, wieku, miejsca zamieszkania, wykształcenia, sytuacji rodzinnej, sytuacji zawodowej, niepełnosprawności, statusu materialnego, wiary, jakości życia, wpływu pandemii COVID-19 na życie.

3

Procedura badawcza



Badanie ogólnopolskie było prowadzone od 13 września 2021 roku do 1 października 2021 roku. Z uwagi na charakter badań schemat doboru próby obejmował dwa etapy.

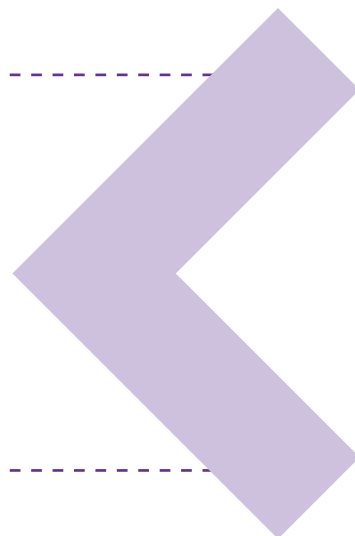
W pierwszym etapie założono wylosowanie minimum 1 200 szkół z całej Polski (16 województw). Przyjęto, że badanie będzie miało charakter reprezentatywny, przy zastosowaniu próby warstwowej. Warstwy odzwierciedlały liczebny udział szkół danego rodzaju w poszczególnych województwach. Dobór szkół przeprowadzono w oparciu o publicznie dostępne dane, zgromadzone w Rejestrze Szkół i Placówek Oświatowych (<https://rspo.gov.pl/>). Ostatecznie w próbie badawczej znalazło się 1 228 jednostek, w tym 868 szkół podstawowych, 333 szkół ponadpodstawowych oraz 27 MOW i MOS. Po ustaleniu struktury próby przeprowadzono losowanie oparte na wyborze odpowiedniej liczby szkół danego rodzaju dla każdego województwa, przy wykorzystaniu generatora liczb pseudolosowych. Procedura ta pozwoliła na wskazanie konkretnych jednostek, z których wszyscy uczniowie, rodzice, nauczyciele i specjaliści wzięli udział w badaniu (każda osoba wchodząca w skład danej grupy miała niezerowe prawdopodobieństwo wzięcia udziału w badaniu). Do przeprowadzenia badania wykorzystano ankietę internetową w usłudze Lime Survey, udostępnioną przez system ankiet Uniwersytetu Kardynała Stefana Wyszyńskiego. Kontakt z respondentami następował za pośrednictwem szkół. Przeszkoleni w ramach projektu koordynatorzy informowali władze wylosowanych placówek o celu badania, jego przebiegu i sposobie wykorzystania uzyskanych wyników. Koordynatorzy udostępniali narzędzie badawcze oraz kontrolowali prawidłowy przebieg procesu badawczego.

Badanie miało charakter dobrowolny i anonimowy. Ankieta zawierała trzy rodzaje pytań. Zdecydowana większość pytań wymagała wskazania jednej odpowiedzi (pytania jednokrotnego wyboru). Nieliczne wymagały zaznaczenia większej liczby odpowiedzi (pytania wielokrotnego wyboru). Ponadto w ankiecie znalazły się tzw. pytania otwarte. Respondenci mieli możliwość udzielenia odpowiedzi we wskazanym polu, np. podając swój wiek. Przeciętny czas wypełniania ankiety wahał się od 20 minut do 30 minut. Ankietowani mieli możliwość przerwania badania i wznowienia w dowolnej chwili. Projektując badanie uwzględniono, że dana jednostka edukacyjna mogła zostać zlikwidowana przez

organ prowadzący, co nie zostało zaktualizowane w bazach danych. W takiej sytuacji dokonano losowania dodatkowej jednostki danego rodzaju we wskazanym województwie (losowanie bez zwracania).

Po pierwszym etapie badania otrzymano 28 019 prawidłowo wypełnionych ankiet. Na potrzeby analizy statystycznej dokonano kolejnego losowania próbki. Aby zapewnić reprezentatywność uzyskanych wyników, losowanie uwzględniało kontrolę następujących cech: województwo zamieszkania, typ miejscowości zamieszkania (miasto vs. wieś) oraz płeć. Dane dotyczące rozkładu tych cech w populacji pobrano z materiałów udostępnionych przez Główny Urząd Statystyczny. Do próby włączono 2500 obserwacji. W dalszej części raportu przedstawiono charakterystykę społeczno-demograficzną badanej grupy.

4 Osoby badane



W badaniu wzięło udział 2500 rodziców, spośród których kobiety stanowią 51,3%.

Tabela 1. Rozkład płci w grupie badanych rodziców

Płeć	N	%
Kobieta	1283	51,3
Mężczyzna	1217	48,7
Ogółem	2500	100,0

Średnia wieku badanych rodziców wynosi 42,39 lat. Minimalny wiek badanych to 25 lat, a maksymalny – 79 lat.

Tabela 2. Rozkład wieku w grupie badanych rodziców

	M	Me	SD	Min	Max
Wiek	42,39	42,00	6,96	25,00	79,00

Rodzice biorący udział w badaniu zamieszkują nieco częściej miasto (52,2%) niż wieś (47,8%).

Tabela 3. Miejsce zamieszkania badanych rodziców

Miejsce zamieszkania	N	%
Wieś	1194	47,8
Miasto	1306	52,2
Ogółem	2500	100,0

Wśród badanych rodziców 75,6% deklaruje się jako osoby wierzące, 7,1% deklaruje się jako osoby niewierzące, a 17,4% odmówiło odpowiedzi na pytanie dotyczące własnej wiary.

Tabela 4. Deklaracja wiary w grupie badanych rodziców

Osoba wierząca	N	%
Tak	1889	75,6
Nie	177	7,1
Odmawiam odpowiedzi	434	17,4
Ogółem	2500	100,0

Rodziców zapytano o to, jak oceniają swoją jakość życia. Najwięcej z nich ocenia ją jako dobrą (64,2%), bądź ani dobrą, ani złą (21,4%). Swoją jakość życia jako bardzo złą albo złą ocenia tylko 2,1% rodziców.

Tabela 5. Deklaracja jakości życia w grupie badanych rodziców

Jakość życia	N	%
Bardzo zła	18	,7
Zła	34	1,4
Ani dobra, ani zła	534	21,4
Dobra	1604	64,2
Bardzo dobra	310	12,4
Ogółem	2500	100,0

Najwięcej badanych rodziców posiada wykształcenie wyższe (46,8%) oraz średnie (34,4%). Najmniej osób posiada wykształcenie podstawowe (4,4%).

Tabela 6. Wykształcenie w grupie badanych rodziców

Wykształcenie	N	%
Podstawowe	109	4,4
Zawodowe	361	14,4
Średnie	860	34,4
Wyższe	1170	46,8
Ogółem	2500	100,0

Zdecydowana większość badanych rodziców (79,6%) wykonuje pracę zawodową.

Tabela 7. Wykonywanie pracy zawodowej w grupie badanych rodziców

Praca zawodowa	N	%
Tak	1991	79,6
Nie	509	20,4
Ogółem	2500	100,0

Zdecydowana większość badanych rodziców (84,3%) deklaruje pozostawanie w związku (małżeństwo, związek partnerski).

Tabela 8. Stan cywilny badanych rodziców

Stan cywilny	N	%
Kawaler/panna	393	15,7
Żonaty/zamężna/ w związku	2107	84,3
Ogółem	2500	100,0

5 Metody analiz statystycznych

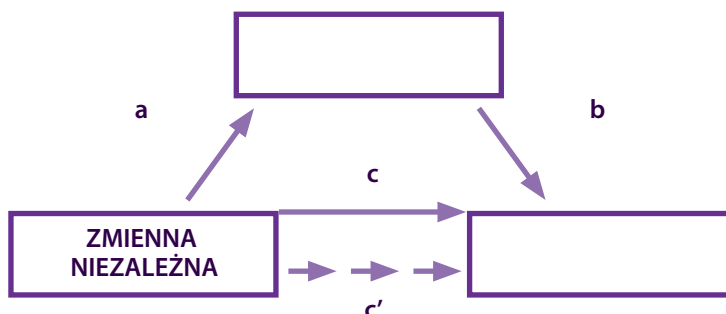
Zebrany materiał badawczy opracowano statystycznie za pomocą pakietu PS IMAGO. Zmienne ilościowe opisano za pomocą średniej, odchylenia standardowego, mediany, dominanty, asymetrii i kurtozy, a także wartości minimalnej i maksymalnej. W przypadku zmiennych jakościowych podano liczebność i odsetek wskazywanych przez respondentów kategorii. W analizie zastosowano odpowiednie procedury statystyczne. Normalność rozkładów danych sprawdzono przy użyciu testu Shapiro-Wilka, jednorodność wariancji za pomocą testu F. Levene'a, a równoliczność grup oceniono testem chi-kwadrat. Zdecydowano się na metody nieparametryczne. Dwie grupy porównano testem U Manna-Whitneya (ang. Mann-Whitney U test), który znany jest również pod nazwą test Wilcoxon Manna-Whitneya (ang. Wilcoxon Mann-Whitney test). Służy on do weryfikacji hipotezy o nieistotności różnic pomiędzy medianami badanej zmiennej w dwóch populacjach (przy czym zakładamy, że rozkłady zmiennej są sobie bliskie). Do porównania więcej niż dwóch grup niezależnych zastosowano test ANOVA rang Kruskala-Wallisa. Jednoczynnikowa analiza wariancji dla rang Kruskala-Walisa (ang. Kruskal-Wallis one-way analysis of variance by ranks) jest rozszerzeniem testu U-Manna-Whitneya i służy do weryfikacji hipotezy o nieistotności różnic pomiędzy medianami badanej zmiennej w kilku populacjach (przy czym zakładamy, że rozkłady zmiennej są sobie bliskie).

W celu określenia korelacji pomiędzy zmiennymi ilościowymi wykorzystano współczynnik korelacji liniowej Pearsona (ang. Pearson product-moment correlation coefficient), wykorzystywanego do badania związku liniowego pomiędzy dwoma cechami, o ile rozkład badanych cech jest rozkładem normalnym. W przypadku zmiennych porządkowych zastosowano współczynnik rho Spearmana (ang. Test of significance for Spearman's rank-order correlation coefficient), który pozwala na weryfikację hipotezy o braku zależności monotonicznej pomiędzy badanymi cechami populacji.

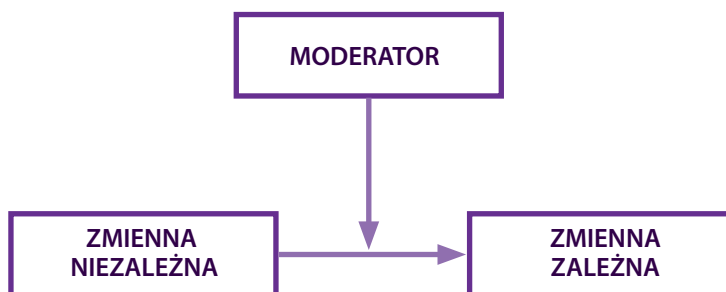
Ponadto przeanalizowano związki mediacyjne pomiędzy wybranymi zmiennymi oraz efekty moderacyjne.

Mediacje przeprowadzono zgodnie z wytycznymi Prechera i Hayesa przy użyciu makra PROCESS (dla SPSS). Do testowania istotności efektów pośrednich wykorzystano procedurę bootstrappingu. Zgodnie z zaleceniami zawartymi w literaturze, efekty pośredniczące

uznano za istotne, gdy wartości efektu mieściły się w 95% przedziale ufności, który nie zawierał zera. Przyjmuje się, że aby istniał efekt pośredniczący zmiennej M, musi istnieć istotna zależność między zmienną niezależną a mediatorem (ścieżka a) oraz między mediatorem a zmienną zależną (ścieżka b). Ścieżka c' oznacza efekt bezpośredni, określając wpływ zmiennej niezależnej na zmienną zależną przy kontroli mediatora. Ścieżka c to tzw. efekt całkowity, tj. suma efektów bezpośredniego i pośredniego.



Moderacje przeprowadzono również za pomocą makra PROCESS. Założeniem analiz moderacyjnych jest określenie, czy zmienna, zwana moderatorem, decyduje o istnieniu i sile obserwowalnej zależności pomiędzy zmiennymi niezależną i zależną, lub też o braku takiej zależności.



Otrzymane wyniki analizy przyjęto za statystycznie istotne przy $p < 0,05$.

6

Charakterystyki opisowe zmiennych



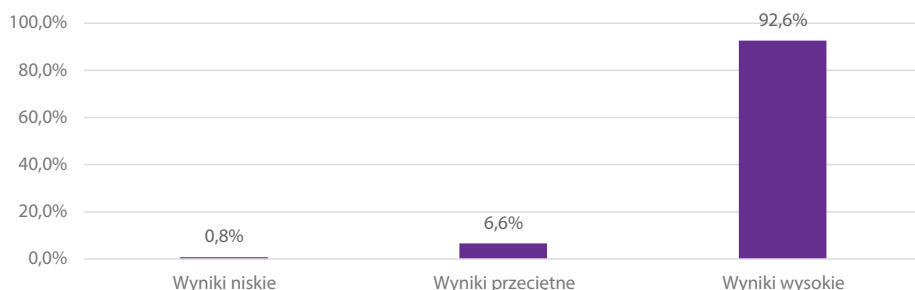
1. Kapitał wspierający rodziców – dostarczane przez rodziców wsparcie

Kapitał wspierający rodziców dotyczy wsparcia, jakiego dostarczają oni swoim dzieciom, zarówno w aspekcie indywidualnym (m.in. okazywanie dziecku miłości i akceptacji, pocieszenie, pomoc w rozwiązywaniu problemów, udzielanie rad), jak również w aspekcie przekazywania wsparcia systemowego (zaspokojenie potrzeb materialnych dziecka, warunków do nauki, dodatkowych zajęć). Rodzice wyżej oceniają wsparcie, jakiego dostarczają dzieciom indywidualnie, niż wsparcie, jakie zapewnia im system (poprzez zapewnienie m.in. dobrych warunków materialnych). Wyniki dotyczące dostarczanego dzieciom wsparcia prezentuje tabela 9.

Tabela 9. Rozkłady wyników dotyczących dostarczanego dzieciom wsparcia społecznego

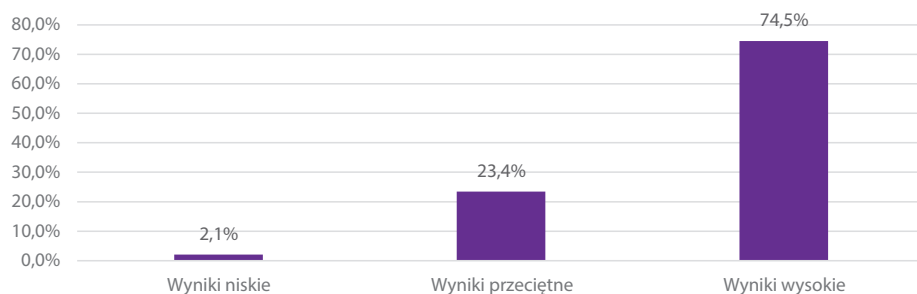
Wsparcie	N		
Wsparcie indywidualne	Wyniki niskie	20	,8
	Wyniki przeciętne	166	6,6
	Wyniki wysokie	2314	92,6
Wsparcie systemowe	Wyniki niskie	52	2,1
	Wyniki przeciętne	585	23,4
	Wyniki wysokie	1863	74,5
Dostarczane wsparcie (wynik ogólny)	Wyniki niskie	19	.8
	Wyniki przeciętne	208	8.3
	Wyniki wysokie	2273	90.9

Zdecydowana większość rodziców (92,6%) wysoko ocenia wsparcie indywidualne, jakiego dostarcza swoim dzieciom. Oznacza to, że są oni gotowi do udzielania pomocy dzieciom, i często takiej pomocy im udzielają, potrafią to zrobić, są do tego gotowi. Mniej niż 1% rodziców ocenia dostarczane przez siebie indywidualne wsparcie dzieciom jako niskie, co oznacza, że rzadko udzielają oni pomocy dzieciom, nie są do tego gotowi lub nie potrafią tego zrobić.



Wykres 1. Wsparcie indywidualne dostarczane dzieciom przez rodziców

Jeżeli chodzi o ocenę przez rodziców wsparcia systemowego, jakie za ich pośrednictwem dostarczane jest im dzieciom, wysoko poziom tego wsparcia ocenia 74,5% rodziców, co wskazuje na przekonanie o wystarczającym zaspokojeniu potrzeb materialnych ich dzieci. 2,1% rodziców ocenia wsparcie systemowe dostarczane dzieciom nisko, co sugeruje doświadczanie deficytów w obszarze zaspokojenia potrzeb materialnych dzieci.



Wykres 2. Wsparcie systemowe dostarczane dzieciom przez rodziców

Wsparcie dostarczane dzieciom w opinii rodziców a zmienne demograficzne i psychospołeczne

Kobiety i mężczyźni różnią się istotnie statystycznie w ocenie poszczególnych wymiarów wsparcia dostarczanego dzieciom. Kobiety wyżej niż mężczyźni oceniają wsparcie udzielane dzieciom przez siebie (indywidualne), natomiast mężczyźni wyżej niż kobiety oceniają wsparcie, jakie udzielane jest dzieciom przez system (w tym możliwości materialne rodziców, pozwalające na zaspokojenie potrzeb dziecka).

Tabela 10. Porównanie kobiet i mężczyzn pod względem wsparcia dostarczanego dzieciom

	Kobieta		Mężczyzna		Statystyka	
	M	SD	M	SD	Z	p
Wsparcie indywidualne	3,86	0,30	3,70	0,51	-8,966	0,000
Wsparcie systemowe	3,48	0,58	3,51	0,65	-2,712	0,007
Dostarczane wsparcie	3,67	0,36	3,60	0,51	-1,291	0,197

W analizach wykazano istnienie dodatnich związków między postrzeganiem przez rodziców wsparcia udzielanego dzieciom a ich wiekiem. Wraz z wiekiem nasila się przekonanie rodziców o tym, że dziecko otrzymuje adekwatne wsparcie zarówno z ich strony, jak również systemowo.

Tabela 11. Wsparcie dostarczane dzieciom w opinii rodziców a wiek rodziców

	Statystyka	
	r	p
Wsparcie indywidualne	,077**	0,000
Wsparcie systemowe	,074**	0,000
Dostarczane wsparcie	,089**	0,000

Miejsce zamieszkania nie różnicuje rodziców pod względem spostrzegania przez nich wsparcia dostarczanego dzieciom. Rodzice z miast i ze wsi spostrzegają zatem udzielane dzieciom wsparcie, zarówno indywidualne, jak i systemowe, na podobnym poziomie.

Tabela 12. Wsparcie dostarczane dzieciom w opinii rodziców a miejsce zamieszkania

	Wieś		Miasto		Statystyka	
	M	SD	M	SD	Z	p
Wsparcie indywidualne	3,80	0,42	3,77	0,43	-1,898	0,058
Wsparcie systemowe	3,49	0,60	3,49	0,62	-0,386	0,699
Dostarczane wsparcie	3,64	0,43	3,63	0,45	-0,350	0,726

Odnotowano istnienie istotnych różnic między rodzicami deklarującymi się jako wierzący i niewierzący pod względem spostrzegania wsparcia indywidualnego. Rodzice deklarujący się jako wierzący wyżej niż rodzice deklarujący się jako niewierzący oceniają udzielane przez siebie wsparcie swoim dzieciom.

Tabela 13. Wsparcie dostarczane dzieciom w opinii rodziców a deklarowanie wiary

	Tak		Nie		Statystyka	
	M	SD	M	SD	Z	p
Wsparcie indywidualne	3,82	0,36	3,64	0,58	-5,157	0,000
Wsparcie systemowe	3,52	0,57	3,49	0,70	-0,750	0,453
Dostarczane wsparcie	3,67	0,39	3,57	0,57	-1,484	0,138

Jakość życia deklarowana przez rodziców dodatnio koreluje z dostarczaniem wsparcia dzieciom w opinii ich rodziców. Wyniki te oznaczają, że im lepiej rodzice oceniają swoją jakość życia, tym wyżej oceniają także udzielane dzieciom wsparcie, zarówno przez nich samych, jak i przez system.

Tabela 14. Wsparcie dostarczane dzieciom w opinii rodziców a jakość życia rodziców

	Statystyka	
	rho	p
Wsparcie indywidualne	,168**	0,000
Wsparcie systemowe	,434**	0,000
Dostarczane wsparcie	,417**	0,000

Rodzice różnią istotnie pod względem oceny dostarczanego dzieciom wsparcia w zależności od posiadanego poziomu wykształcenia. Zauważa się ogólną prawidłowość polegającą na tym, że im wyższe wykształcenie rodziców, tym lepiej oceniają oni udzielane dzieciom wsparcie, zarówno przez nich samych, jak również przez system.

Tabela 15. Wsparcie dostarczane dzieciom w opinii rodziców a wykształcenie rodziców

	Podstawowe		Zawodowe		Średnie		Wyższe		Statystyka	
	M	SD	M	SD	M	SD	M	SD	H	p
Wsparcie indywidualne	3,35	0,88	3,77	0,50	3,83	0,34	3,80	0,37	30,351	0,000
Wsparcie systemowe	3,14	0,90	3,40	0,66	3,46	0,59	3,58	0,57	55,340	0,000
Dostarczane wsparcie	3,25	0,84	3,58	0,50	3,65	0,38	3,69	0,39	37,793	0,000

Rodzice wykonujący pracę zawodową różnią się istotnie od tych nieposiadających pracy pod względem oceny dostarczanego dzieciom wsparcia ze strony systemu. Rodzice pracujący istotnie wyżej niż rodzice niepracujący oceniają wsparcie systemowe udzielane ich dzieciom. Także wynik ogólny w zakresie udzielanego wsparcia jest istotnie wyższy wśród rodziców wykonujących pracę zawodową.

Tabela 16. Wsparcie dostarczane dzieciom w opinii rodziców a wykonywanie pracy zawodowej przez rodziców

	Tak		Nie		Statystyka	
	M	SD	M	SD	Z	p
Wsparcie indywidualne	3,80	0,38	3,74	0,57	-1,148	0,251
Wsparcie systemowe	3,54	0,58	3,32	0,72	-6,220	0,000
Dostarczane wsparcie	3,67	0,40	3,53	0,57	-4,444	0,000

Stan cywilny rodziców nie różnicuje badanych rodziców pod względem ich oceny udzielanego dzieciom wsparcia indywidualnego i systemowego.

Tabela 17. Wsparcie dostarczane dzieciom w opinii rodziców a stan cywilny rodziców

	Kawaler/panna		Żonaty/zamężna/ w związku		Statystyka	
	M	SD	M	SD	Z	p
Wsparcie indywidualne	3,79	0,41	3,78	0,43	-0,034	0,973
Wsparcie systemowe	3,52	0,64	3,49	0,61	-1,579	0,114
Dostarczane wsparcie	3,65	0,45	3,64	0,44	-1,277	0,202

Odnotowano ujemne związki między udzielanym dzieciom wsparciem a przekonaniem rodziców o sile wpływu pandemii na ich życie. Im bardziej nasilone jest przekonanie rodziców o wpływie pandemii na ich życie, tym niższa ocena wsparcia udzielanego dzieciom przez system.

Tabela 18. Wsparcie dostarczane dzieciom w opinii rodziców a wpływ pandemii na ich jakość życia

	Statystyka	
	rho	p
Wsparcie indywidualne	-,025	0,215
Wsparcie systemowe	-,159**	0,000
Transmitowane wsparcie	-,147**	0,000

2. Kapitał podmiotowy rodziców

Poczucie własnej skuteczności w zakresie wspierania dzieci

Badani rodzice oceniają poczucie własnej skuteczności w zakresie wspierania swych dzieci najczęściej jako przeciętne: takie odpowiedzi wskazało 83,6% spośród nich. 10% rodziców ocenia swoją skuteczność we wspieraniu dzieci jako wysoką. Osoby uzyskujące wysoki wynik mają ogólne przekonanie, że są wartościowe, pozytywnie oceniają siebie, uważają, że funkcjonują na „wystarczająco” dobrym poziomie. Mają przekonanie, że posiadają umiejętności społeczne pozwalające na udzielanie właściwego wsparcia dzieciom. Postrzegają siebie jako osoby kontrolujące sytuację, które mogą osiągać ambitne cele, nawet znacznym wysiłkiem. Nisko takie kompetencje ocenia natomiast 6,4% rodziców. Osoby uzyskujące niski wynik są niezadowolone z siebie, negują swoją wartość, odrzucają własne „Ja” jako niewystarczające. Mają poczucie beznadziejności, są depresyjne i lękowe. Są niezadowolone ze swoich możliwości dotyczących wspierania dzieci. Wyniki statystyk opisowych prezentuje tabela 19.

Tabela 19. Rozkład wyników dotyczących poczucia własnej skuteczności rodziców – wynik ogólny

	N	%
Wyniki niskie	161	6,4
Wyniki przeciętne	2089	83,6
Wyniki wysokie	250	10,0
Ogółem	2500	100,0



Wykres 3. Rozkład wyników niskich, średnich i wysokich w zakresie poczucia własnej skuteczności rodziców

Poczucie własnej skuteczności rodziców a zmienne demograficzne i psychospołeczne

Porównanie wyników średnich uzyskanych przez kobiety i mężczyzn w wymiarze poczucia własnej skuteczności wykazuje istotne statystycznie różnice między rodzicami obu płci. Mężczyźni przejawiają przeciętnie wyższe poczucie własnej skuteczności niż kobiety, co świadczy o ich silniejszym przekonaniu dotyczącym posiadania kompetencji wychowawczych oraz bardziej pozytywnym stosunku do samych siebie.

Tabela 20. Poczucie własnej skuteczności a płeć rodziców

	Kobieta		Mężczyzna		Statystyka	
	M	SD	M	SD	Z	p
Poczucie własnej skuteczności	19,09	2,83	19,16	3,36	-2,038	0,042

Poczucie własnej skuteczności wśród rodziców wykazuje dodatni związek z ich wiekiem – wraz z wiekiem wzrasta poczucie własnej skuteczności rodziców. Może mieć to związek ze zdobywanymi sukcesywnie doświadczeniami rodziców, wpływającymi na podnoszenie kompetencji wychowawczych oraz kształtowanie pozytywnego stosunku do siebie.

Tabela 21. Związek między poczuciem własnej skuteczności a wiekiem rodziców

	Statystyka	
	r	p
Poczucie własnej skuteczności	,063**	0,002

Porównanie rodziców pod względem poczucia własnej skuteczności w zależności od miejsca zamieszkania nie ujawnia istotnych różnic, co oznacza, że nie różnicuje ich poziom poczucia własnej skuteczności w zależności od wielkości miejsca zamieszkania.

Tabela 22. Poczucie własnej skuteczności a miejsce zamieszkania rodziców

	Wieś		Miasto		Statystyka	
	M	SD	M	SD	Z	p
Poczucie własnej skuteczności	19,11	2,92	19,13	3,26	-1,424	0,155

Rodzice deklarujący się jako wierzący wykazują istotnie niższe poczucie własnej skuteczności niż rodzice deklarujący się jako niewierzący.

Tabela 23. Poczucie własnej skuteczności a deklarowanie wiary przez rodziców

	Tak		Nie		Statystyka	
	M	SD	M	SD	Z	p
Poczucie własnej skuteczności	19,15	2,97	19,59	3,22	-2,465	0,014

Poczucie własnej skuteczności koreluje dodatnio z deklarowaną przez rodziców jakością życia – im bardziej pozytywne przekonanie rodziców o ich jakości życia, tym większe poczucie własnej skuteczności.

Tabela 24. Związek między poczuciem własnej skuteczności a deklarowaną przez rodziców jakością życia

	Statystyka	
	rho	p
Poczucie własnej skuteczności	,191**	0,000

Poczucie własnej skuteczności różni się u rodziców w zależności od poziomu wykształcenia. Najwyższy poziom poczucia własnej skuteczności cechuje rodziców z wykształceniem wyższym. Wraz z obniżeniem poziomu wykształcenia spada także u nich poczucie własnej skuteczności.

Tabela 25. Poczucie własnej skuteczności, a wykształcenie rodziców

	Podstawowe		Zawodowe		Średnie		Wyższe		Statystyka	
	M	SD	M	SD	M	SD	M	SD	H	p
Poczucie własnej skuteczności	17,96	3,49	18,83	2,85	19,00	2,88	19,42	3,25	46,462	0,000

Poczucie własnej skuteczności jest istotnie wyższe u rodziców wykonujących pracę zawodową niż u rodziców niewykonyjących pracy zawodowej.

Tabela 26. Poczucie własnej skuteczności a praca zawodowa rodziców

	Tak		Nie		Statystyka	
	M	SD	M	SD	Z	p
Poczucie własnej skuteczności	19,23	3,13	18,69	2,93	-4,588	0,000

Stan cywilny nie różnicuje poczucia własnej skuteczności wśród rodziców.

Tabela 27. Poczucie własnej skuteczności a stan cywilny rodziców

	Kawaler/panna		Żonaty/zamężna/ w związku		Statystyka	
	M	SD	M	SD	Z	p
Poczucie własnej skuteczności	18,99	3,21	19,15	3,08	-0,642	0,521

Analiza korelacyjna wykazała istnienie ujemnego związku między poczuciem własnej skuteczności rodziców a deklarowaną przez nich siłą oddziaływania pandemii na ich życie. Oznacza to, że im bardziej nasilony wpływ pandemii na życie rodziców, tym mniejsze jest ich poczucie własnej skuteczności.

Tabela 28. Poczucie własnej skuteczności a wpływ pandemii na jakość życia rodziców

	Statystyka	
	r	p
Poczucie własnej skuteczności	-,077**	0,000

Zasoby podmiotowe o charakterze zarządzającym

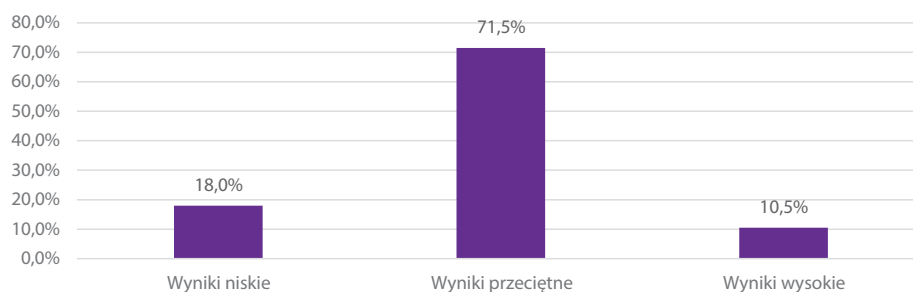
Najwięcej rodziców uzyskało średni wyniki w zakresie zysku zasobów podmiotowych zarządzających – 71,5%. Wysoko zysk zasobów zarządzających ocenia 10,5% rodziców. Wyniki takie oznaczają, że osoba w ostatnim czasie pozyskała takie zasoby jak: poczucie

kontroli nad własnym życiem, przekonanie o posiadaniu umiejętności porozumiewania się, przekonanie o posiadaniu umiejętności organizacyjnych, uznanie dla osiągnięć oraz poczucie humoru. Zyski zasobowe wiążą się z efektywnym zarządzaniem sobą w sytuacji trudnej. Z kolei 18% rodziców oceniło nisko swój zysk zasobów zarządzających, co oznacza, że w nikłym stopniu uzyskali oni wymienione wyżej zasoby zarządzające.

Jeżeli chodzi o ocenę straty zasobów zarządzających przez rodziców, największa część grupy oceniła je nisko – 38,7%. Wyniki niskie oznaczają, że osoba pomimo sytuacji trudnej nie utraciła ważnych zasobów podmiotowych, które są niezbędne do efektywnego zarządzania sobą i radzenia sobie ze stresem. Z kolei 24,8%, czyli prawie jedna czwarta rodziców, oceniła straty zasobów zarządzających wysoko. Wyniki wysokie oznaczają, że osoba w ostatnim czasie utraciła dużo zasobów podmiotowych, takich jak: poczucie kontroli nad własnym życiem, przekonanie o posiadaniu umiejętności porozumiewania się, przekonanie o posiadaniu umiejętności organizacyjnych, uznanie dla osiągnięć oraz poczucie humoru. Wysoki wynik najprawdopodobniej oznacza, że osoba weszła w tzw. spiralę strat, gdzie utrata jednych zasobów pociąga za sobą kolejne.

Tabela 29. Rozkład wyników dotyczących dystrybucji podmiotowych zasobów zarządzających wśród rodziców

	Zysk zasobów		Strata zasobów	
	N	%	N	%
Wyniki niskie	450	18.0	967	38.7
Wyniki przeciętne	1787	71.5	914	36.6
Wyniki wysokie	263	10.5	619	24.8
Ogółem	2500	100.0	2500	100.0



Wykres 4. Rozkład wyników niskich, średnich i wysokich w zakresie zysku podmiotowych zasobów zarządzających wśród rodziców



Wykres 5. Rozkład wyników niskich, średnich i wysokich w zakresie straty podmiotowych zasobów zarządzających wśród rodziców

Zasoby podmiotowe zarządzające rodziców a zmienne demograficzne i psychospołeczne

Porównanie kobiet i mężczyzn pod względem doświadczania zysków i strat zasobów zarządzających ujawnia brak istotnych różnic między nimi w odniesieniu do zysków zasobowych. Wykazano natomiast istotne statystycznie różnice dotyczące strat zasobów zarządzających – kobiety istotnie częściej niż mężczyźni doświadczały strat tych zasobów na przestrzeni miesiąca przed badaniem.

Tabela 30. Porównanie kobiet i mężczyzn pod względem dystrybucji zasobów podmiotowych – zarządzających

	Kobieta		Mężczyzna		Statystyka	
	M	SD	M	SD	Z	p
Zysk zasobów podmiotowych	16,77	4,84	16,54	5,73	-0,500	0,617
Strata zasobów podmiotowych	12,84	7,15	11,05	6,73	-6,273	0,000

Nie wykazano związku między wiekiem a dystrybucją zasobów podmiotowych zarządzających wśród rodziców.

Tabela 31. Dystrybucja zasobów zarządzających rodziców a wiek

	Statystyka	
	r	p
Zysk zasobów podmiotowych	-0,014	0,482
Strata zasobów podmiotowych	-0,034	0,093

Miejsce zamieszkania różnicuje rodziców w zakresie dystrybucji zasobów. Rodzice ze wsi w większym stopniu doświadczają zysków zasobowych niż rodzice z miast.

Tabela 32. Dystrybucja zasobów zarządzających rodziców a miejsce zamieszkania

	Wieś		Miasto		Statystyka	
	M	SD	M	SD	Z	p
Zysk zasobów podmiotowych	17,01	5,06	16,33	5,47	-2,913	0,004
Strata zasobów podmiotowych	12,02	7,14	11,91	6,89	-0,037	0,970

Istnieją różnice pod względem dystrybucji zasobów między rodzicami deklarującymi wiarę a niewierzącymi. Rodzice deklarujący wiarę doświadczają wyższego zysku zasobów podmiotowych oraz większych strat zasobów w porównaniu do rodziców niewierzących.

Tabela 33. Dystrybucja zasobów zarządzających a deklarowanie wiary przez rodziców

	Tak		Nie		Statystyka	
	M	SD	M	SD	Z	p
Zysk zasobów podmiotowych	16,93	5,00	15,32	6,52	-2,545	0,011
Strata zasobów podmiotowych	12,18	7,07	9,96	6,01	-3,803	0,000

Dystrybucja zasobów rodziców jest związana z deklarowaną przez nich jakością życia. Im wyższa deklarowana jakość życia, tym większy zysk zasobów, natomiast wraz ze wzrostem poziomu deklarowanej jakości życia spada poziom strat zasobowych u rodziców.

Tabela 34. Związki między dystrybucją zasobów zarządzających rodziców a deklarowaną przez rodziców jakością życia

	Statystyka	
	rho	p
Zysk zasobów podmiotowych	,240**	0,000
Strata zasobów podmiotowych	-,158**	0,000

Wykształcenie różnicuje rodziców w zakresie zysku zasobów podmiotowych. Najwyższych zysków zasobowych doświadczają rodzice o wykształceniu zawodowym, najniższych – o wykształceniu wyższym. Straty zasobowe nie różnią się istotnie wśród rodziców z innym poziomem wykształcenia.

Tabela 35. Dystrybucja zasobów zarządzających a wykształcenie rodziców

	Podstawowe		Zawodowe		Średnie		Wyższe		Statystyka	
	M	SD	M	SD	M	SD	M	SD	H	p
Zysk zasobów podmiotowych	17,36	5,14	17,86	4,14	16,93	4,94	16,01	5,76	27,322	0,000

	Podstawowe		Zawodowe		Średnie		Wyższe		Statystyka	
	M	SD	M	SD	M	SD	M	SD	H	p
Strata zasobów podmiotowych	11,43	6,41	12,55	7,11	11,98	6,99	11,82	7,04	3,589	0,309

Wykonywanie pracy zawodowej przez badanych rodziców różnicuje ich pod względem straty zysków podmiotowych – zarządzających. Osoby nieposiadające pracy doświadczają strat zasobów podmiotowych na poziomie istotnie wyższym niż osoby pracujące.

Tabela 36. Dystrybucja zasobów zarządzających a wykonywanie pracy zawodowej przez rodziców

	Tak		Nie		Statystyka	
	M	SD	M	SD	Z	p
Zysk zasobów podmiotowych	16,60	5,41	16,88	4,80	-0,190	0,850
Strata zasobów podmiotowych	11,73	6,97	12,88	7,07	-3,189	0,001

Stan cywilny badanych rodziców nie różnicuje ich dystrybucji zasobów podmiotowych – zarządzających.

Tabela 37. Dystrybucja zasobów zarządzających a stan cywilny rodziców

	Kawaler/panna		Żonaty/zamężna/ w związku		Statystyka	
	M	SD	M	SD	Z	p
Zysk zasobów podmiotowych	16,61	5,31	16,66	5,29	-0,016	0,987
Strata zasobów podmiotowych	11,55	6,91	12,04	7,02	-1,194	0,232

Wykazano istnienie istotnych związków między dystrybucją zasobów a wpływem pandemii na jakość życia rodziców. Im wyższy zysk zasobów podmiotowych u rodziców, tym mniejszy wpływ pandemii na życie rodziców w ich ocenie, a im większa strata zasobów, tym silniejsze poczucie wpływu pandemii na jakość życia rodziców.

Tabela 38. Dystrybucja zasobów zarządzających a wpływ pandemii na jakość życia rodziców

	Statystyka	
	rho	p
Zysk zasobów podmiotowych	-,107**	0,000
Strata zasobów podmiotowych	,175**	0,000

Prężność

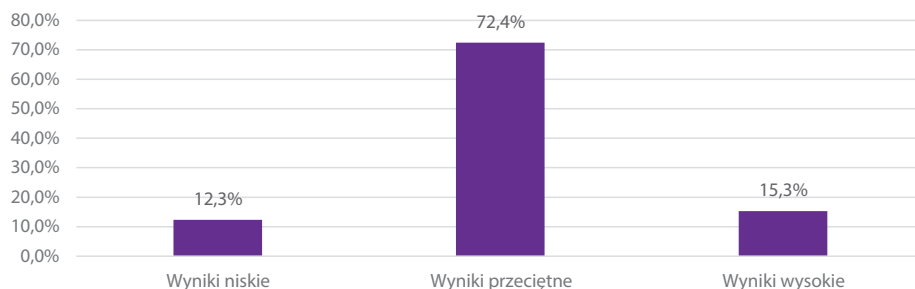
Kolejnym analizowanym aspektem kapitału psychologicznego rodziców była ich prężność, w zakresie której analizie poddano wynik ogólny oraz wyniki w obrębie poszczególnych wymiarów prężności. Rozkłady wyników niskich, przeciętnych i wysokich dla poszczególnych skal prezentuje tabela 39.

Tabela 39. Rozkład wyników dotyczących prężności badanych rodziców – czynniki i wynik ogólny

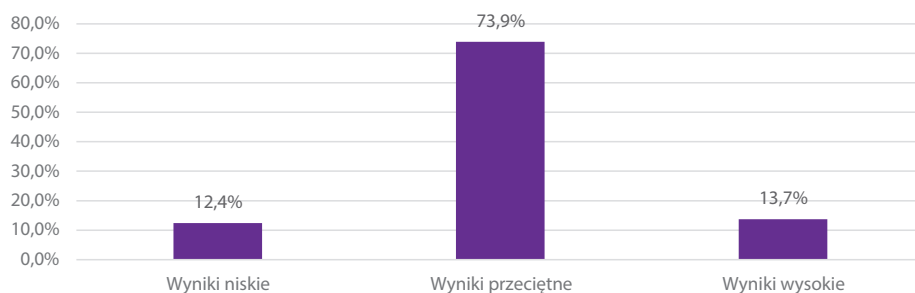
Czynniki	Niskie		Przeciętne		Wysokie		Ogółem	
	N	%	N	%	N	%	N	%
Optymistyczne nastawienie i energia	309	12.4	1848	73.9	343	13.7	2500	100
Wytrwałość i determinacja w działaniu	312	12.5	1762	70.5	426	17.0	2500	100
Poczucie humoru i otwartość na nowe doświadczenia	308	12.3	1747	69.9	445	17.8	2500	100
Kompetencje osobiste i tolerancja negatywnego afektu	302	12.1	1826	73.0	372	14.9	2500	100
SPP-18	307	12.3	1811	72.4	382	15.3	2500	100

W zakresie wyniku ogólnego prężności badani rodzice w zdecydowanej większości osiągnęli wyniki przeciętne – 72,4%. Oznacza to, że są to osoby o umiarkowanej energii, raczej optymistycznie nastawione do przyszłości, zwykle realizujące swoje cele, o umiarkowanej otwartości na nowe doświadczenia. Posiadają wystarczające kompetencje osobiste, w tym poczucie własnej skuteczności. Radzą sobie z nieprzyjemnymi emocjami w zadowalający sposób. Wyniki wysokie osiągnęło 15,3% rodziców, co wskazuje, że są to osoby energiczne, optymistycznie nastawione do przyszłości, wytrwałe w działaniu, zdeterminowane w osiąganiu celów, otwarte na nowe doświadczenia, z poczuciem humoru. Posiadają wysokie kompetencje osobiste, w tym poczucie własnej skuteczności. Potrafią kontrolować swoje emocje. 12,3% rodziców osiągnęło wyniki niskie w zakresie prężności, co wskazuje, że są to osoby o niskiej energii, raczej pesymistycznie nastawione do przyszłości. Osoby w małym stopniu realizują zaplanowane cele, brakuje im determinacji w działaniu. Posiadają niskie kompetencje osobiste, w tym niskie poczucie własnej skuteczności. Osoby te często doświadczają nieprzyjemnych emocji (nie radzą sobie z nieprzyjemnymi emocjami).

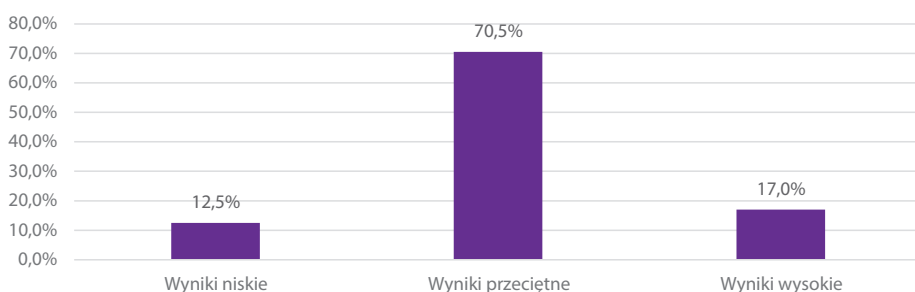
Rozkłady wyników w obrębie poszczególnych wymiarów prężności zaprezentowane są na wykresach 7–10.



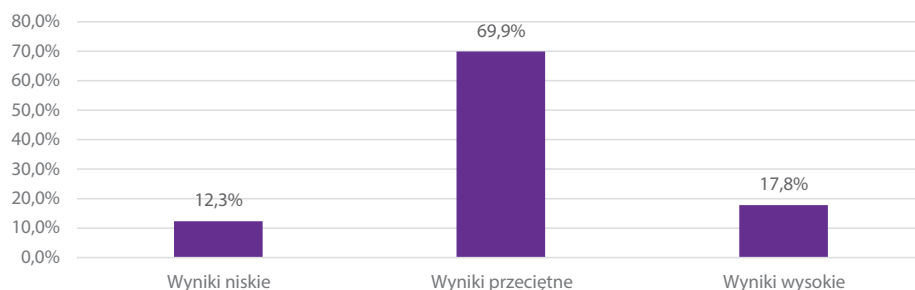
Wykres 6. Rozkład wyników niskich, średnich i wysokich w zakresie wyniku ogólnego prężności



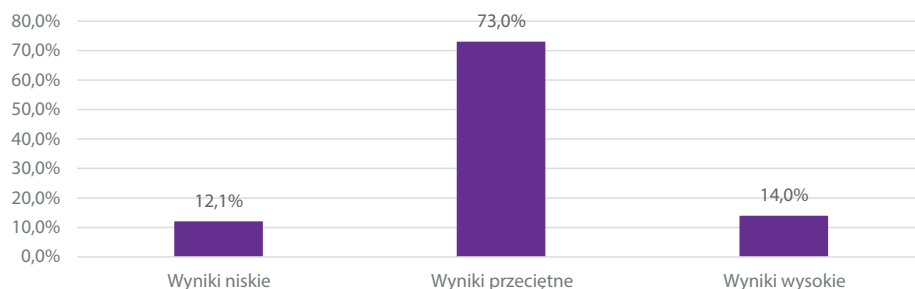
Wykres 7. Rozkład wyników niskich, średnich i wysokich w zakresie optymistycznego nastawienia i energii



Wykres 8. Rozkład wyników niskich, średnich i wysokich w zakresie wytrwałości i determinacji w działaniu



Wykres 9. Rozkład wyników niskich, średnich i wysokich w zakresie poczucia humoru i otwartości na nowe doświadczenia



Wykres 10. Rozkład wyników niskich, średnich i wysokich w zakresie kompetencji osobistych i tolerancji negatywnego afektu

Prężność rodziców a zmienne demograficzne i psychospołeczne

Porównania wyników rodziców w skali prężności wykazują istotne statystycznie różnice między kobietami i mężczyznami w wyniku ogólnym oraz wszystkich wymiarach prężności – w których kobiety osiągają niższe wyniki. Wskazuje to, że kobiety charakteryzują się ogólnie niższym poziomem energii, mniej optymistycznym nastawieniem do przyszłości, mniejszą wytrwałością w działaniu oraz otwartością na doświadczenie, jak i nieco gorzej niż mężczyźni radzą sobie z trudnymi emocjami.

Tabela 40. Porównanie kobiet i mężczyzn pod względem prężności

	Kobieta		Mężczyzna		Statystyka	
	M	SD	M	SD	Z	p
Optymistyczne nastawienie i energia	3,06	0,54	3,11	0,59	-2,634	0,008
Wytrwałość i determinacja w działaniu	3,06	0,56	3,13	0,60	-3,465	0,001
Poczucie humoru i otwartość na nowe doświadczenia	2,98	0,61	3,11	0,64	-5,837	0,000
Kompetencje osobiste i tolerancja negatywnego afektu	2,83	0,68	3,02	0,68	-7,229	0,000
SPP-18	53,83	9,44	55,71	10,06	-5,410	0,000

Analiza korelacyjna wykazała istnienie dodatnich związków między wiekiem rodziców a prężnością, zarówno na poziomie wyniku ogólnego, jak i pozostałych wymiarów (poza wymiarem *poczucie humoru* i *otwartość na nowe doświadczenia*). Wraz z wiekiem wzrasta u rodziców poczucie prężności, wyrażające się m.in. w optymistycznym nastawieniu do przyszłości, wytrwałości, przekonaniu o posiadaniu osobistych kompetencji i radzeniu sobie z negatywnymi emocjami.

Tabela 41. Związek między prężnością rodziców a wiekiem

	Statystyka	
	r	p
Optymistyczne nastawienie i energia	,062**	0,002
Wytrwałość i determinacja w działaniu	,041*	0,040
Poczucie humoru i otwartość na nowe doświadczenia	0,026	0,196
Kompetencje osobiste i tolerancja negatywnego afektu	,081**	0,000
SPP-18	,059**	0,003

Deklaracja wiary przez rodziców różnicuje ich wyniki w jednym wymiarze prężności, jakim jest poczucie humoru i otwartość na doświadczenia. Rodzice deklarujący się jako wierzący wykazują istotnie niższe wyniki w tym wymiarze niż rodzice deklarujący się jako niewierzący.

Tabela 42. Prężność rodziców a deklaracja wiary

	Tak		Nie		Statystyka	
	M	SD	M	SD	Z	p
Optymistyczne nastawienie i energia	3,09	0,54	3,08	0,64	-0,279	0,781
Wytrwałość i determinacja w działaniu	3,11	0,57	3,06	0,63	-0,626	0,532
Poczucie humoru i otwartość na nowe doświadczenia	3,04	0,60	3,11	0,68	-2,030	0,042
Kompetencje osobiste i tolerancja negatywnego afektu	2,92	0,67	2,97	0,72	-0,865	0,387
SPP-18	54,86	9,49	55,02	10,38	-0,423	0,672

Prężność rodziców wykazuje istotne dodatnie związki z deklarowanym przez nich poczuciem jakości życia. Oznacza to, że im wyższe deklarowane przez rodziców poczucie jakości życia, tym wyższa ich ogólna prężność, jak i poszczególne wymiary prężności. Szczegółowe wyniki znajdują się w tabeli 43.

Tabela 43. Związki prężności rodziców z deklarowanym poczuciem jakości życia

	Statystyka	
	rho	p
Optymistyczne nastawienie i energia	,293**	0,000
Wytrwałość i determinacja w działaniu	,239**	0,000
Poczucie humoru i otwartość na nowe doświadczenia	,213**	0,000
Kompetencje osobiste i tolerancja negatywnego afektu	,242**	0,000
SPP-18	,280**	0,000

Poziom wykształcenia rodziców nie różnicuje ich wyników w zakresie prężności – ani na poziomie wyniku ogólnego, ani poszczególnych wymiarów.

Tabela 44. Prężność rodziców a poziom wykształcenia

	Podstawowe		Zawodowe		Średnie		Wyższe		Statystyka	
	M	SD	M	SD	M	SD	M	SD	H	p
Optymistyczne nastawienie i energia	2,85	0,92	3,08	0,58	3,10	0,51	3,09	0,55	5,210	0,157
Wytrwałość i determinacja w działaniu	3,02	0,87	3,13	0,60	3,12	0,54	3,08	0,57	4,551	0,208
Poczucie humoru i otwartość na nowe doświadczenia	2,97	0,90	3,07	0,59	3,05	0,58	3,03	0,64	0,882	0,830
Kompetencje osobiste i tolerancja negatywnego afektu	2,78	0,97	2,99	0,67	2,95	0,64	2,89	0,70	7,556	0,056
SPP-18	52,33	15,55	55,31	9,78	55,09	8,94	54,54	9,68	2,709	0,439

Wykonywanie pracy zawodowej różnicuje badanych rodziców w zakresie prężności – zarówno na poziomie wyniku ogólnego, jak i poszczególnych jej wymiarów. Rodzice nieposiadający pracy zawodowej wykazują istotnie niższy poziom prężności niż rodzice pracujący, cechują ich niższy poziom optymizmu i energii, mniejsza wytrwałość, poczucie humoru i otwartość na doświadczenia, a także niższy poziom kompetencji osobistych oraz umiejętności radzenia sobie z trudnymi emocjami.

Tabela 45. Prężność rodziców a posiadanie pracy zawodowej

	Tak		Nie		Statystyka	
	M	SD	M	SD	Z	p
Optymistyczne nastawienie i energia	3,11	0,53	2,96	0,66	-4,530	0,000
Wytrwałość i determinacja w działaniu	3,12	0,57	3,02	0,63	-2,973	0,003
Poczucie humoru i otwartość na nowe doświadczenia	3,06	0,61	2,96	0,68	-2,630	0,009
Kompetencje osobiste i tolerancja negatywnego afektu	2,95	0,67	2,81	0,75	-3,741	0,000
SPP-18	55,19	9,40	53,00	11,04	-4,081	0,000

Stan cywilny rodziców nie różnicuje ich prężności ani na poziomie wyniku ogólnego, ani w poszczególnych jej wymiarach.

Tabela 46. Prężność rodziców a stan cywilny

	Kawaler/panna		Żonaty/zamężna/ w związku		Statystyka	
	M	SD	M	SD	Z	p
Optymistyczne nastawienie i energia	3,11	0,57	3,08	0,56	-1,363	0,173
Wytrwałość i determinacja w działaniu	3,13	0,59	3,09	0,58	-1,498	0,134
Poczucie humoru i otwartość na nowe doświadczenia	3,09	0,62	3,03	0,63	-1,591	0,112
Kompetencje osobiste i tolerancja negatywnego afektu	2,94	0,67	2,92	0,69	-0,818	0,413
SPP-18	55,33	9,88	54,64	9,77	-1,577	0,115

Prężność rodziców była ujemnie skorelowana z przekonaniem rodziców o sile wpływu pandemii na ich życie, zarówno na poziomie wyniku ogólnego, jak i poszczególnych czynników. Oznacza to, że im wyższa prężność, tym słabsze przekonanie rodziców o tym, że pandemia wpłynęła na ich życie. Szczegółowe wyniki prezentuje tabela 47.

Tabela 47. Prężność rodziców a wpływ pandemii na ich jakość życia

	Statystyka	
	r	p
Optymistyczne nastawienie i energia	-,151**	0,000
Wytrwałość i determinacja w działaniu	-,129**	0,000
Poczucie humoru i otwartość na nowe doświadczenia	-,146**	0,000
Kompetencje osobiste i tolerancja negatywnego afektu	-,176**	0,000
SPP-18	-,170**	0,000

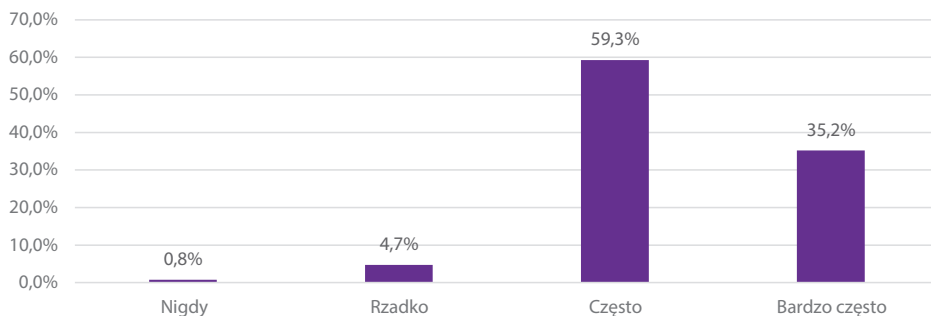
Radzenie sobie ze stresem

Kolejny analizowany aspekt dotyczący kapitału psychologicznego badanych rodziców stanowi radzenie sobie ze stresem. Badanie kwestionariuszem Mini-COPE pozwala na uzyskanie wyników w zakresie czternastu strategii radzenia sobie. Wyniki dotyczące strategii radzenia sobie prezentuje tabela 48.

Tabela 48. Rozkład wyników dotyczących strategii radzenia sobie ze stresem przez rodziców

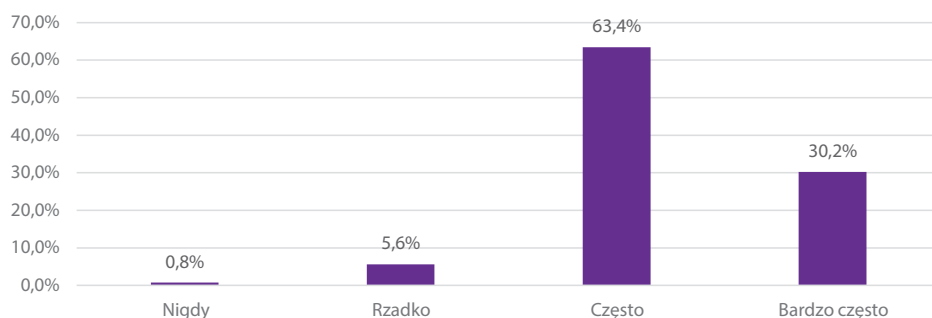
Strategia radzenia sobie		N	%
Aktywne radzenie sobie	Nigdy	20	0,8
	Rzadko	118	4,7
	Często	1482	59,3
	Bardzo często	880	35,2
Planowanie	Nigdy	21	0,8
	Rzadko	139	5,6
	Często	1584	63,4
	Bardzo często	756	30,2
Pozytywne przewartościowanie	Nigdy	31	1,2
	Rzadko	363	14,5
	Często	1642	65,7
	Bardzo często	464	18,6
Akceptacja	Nigdy	37	1,5
	Rzadko	270	10,8
	Często	1700	68,0
	Bardzo często	493	19,7
Poczucie humoru	Nigdy	289	11,6
	Rzadko	1294	51,8
	Często	831	33,2
	Bardzo często	86	3,4
Zwrot ku religii	Nigdy	676	27,0
	Rzadko	779	31,2
	Często	746	29,8
	Bardzo często	299	12,0
Poszukiwanie wsparcia emocjonalnego	Nigdy	97	3,9
	Rzadko	659	26,4
	Często	1343	53,7
	Bardzo często	401	16,0
Poszukiwanie wsparcia instrumentalnego	Nigdy	141	5,6
	Rzadko	711	28,4
	Często	1375	55,0
	Bardzo często	273	10,9
Odwracanie uwagi	Nigdy	102	4,1
	Rzadko	806	32,2
	Często	1353	54,1
	Bardzo często	239	9,6

Strategia radzenia sobie		N	%
Zaprzeczanie	Nigdy	706	28,2
	Rzadko	1319	52,8
	Często	423	16,9
	Bardzo często	52	2,1
Wyładowanie	Nigdy	220	8,8
	Rzadko	1005	40,2
	Często	1147	45,9
	Bardzo często	128	5,1
Zażywanie substancji psychoaktywnych	Nigdy	1884	75,4
	Rzadko	461	18,4
	Często	130	5,2
	Bardzo często	25	1,0
Zaprzestanie działań	Nigdy	844	33,8
	Rzadko	1382	55,3
	Często	251	10,0
	Bardzo często	23	0,9
Obwinianie siebie	Nigdy	425	17,0
	Rzadko	1365	54,6
	Często	605	24,2
	Bardzo często	105	4,2



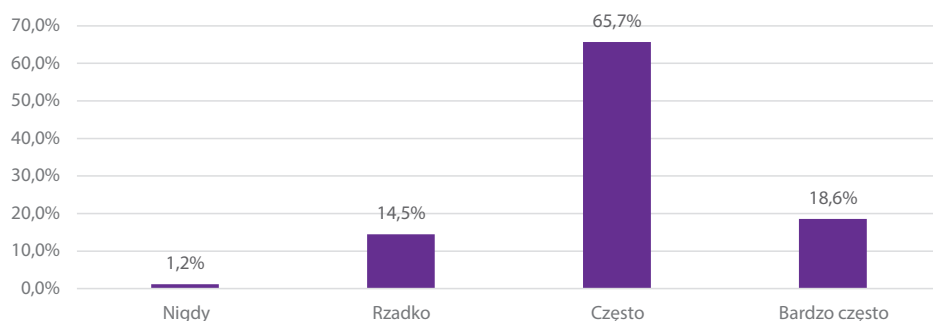
Wykres 11. Częstość stosowania strategii aktywnego radzenia sobie ze stresem

Aktywne radzenie sobie ze stresem oznacza, że osoba stara się rozwiązać sytuację trudną, podejmuje różne działania, aby sobie z nią poradzić. Taką strategię radzenia sobie ze stresem często stosuje 59,3% rodziców, natomiast bardzo często 35,2% z nich. 5,5% rodziców nie stosuje strategii aktywnego radzenia sobie ze stresem nigdy albo robi to rzadko.



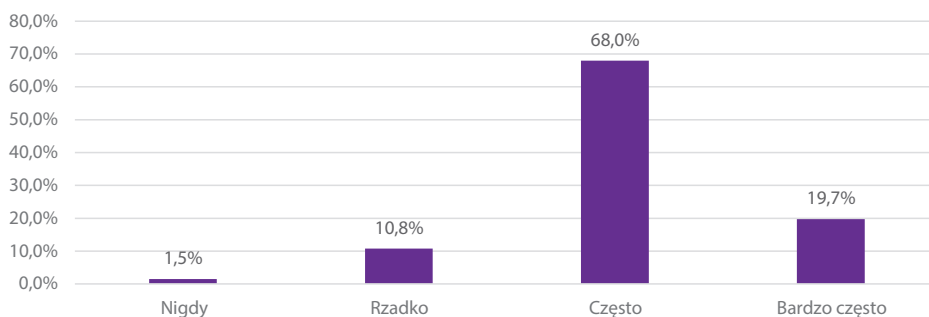
Wykres 12. Częstość stosowania strategii planowania w radzeniu sobie ze stresem

Osoba stosująca tę strategię w radzeniu sobie ze stresem planuje, jak rozwiązać sytuację trudną, planuje realizację celu i konkretne kroki w celu zrealizowania go. Często stosowanie tej strategii w radzeniu sobie ze stresem deklaruje 63,4% rodziców, natomiast bardzo często 30,2%, co świadczy zadaniowym podejściu do problemów. Tylko 6,4% rodziców nie stosuje nigdy takiej strategii lub stosuje ją rzadko.



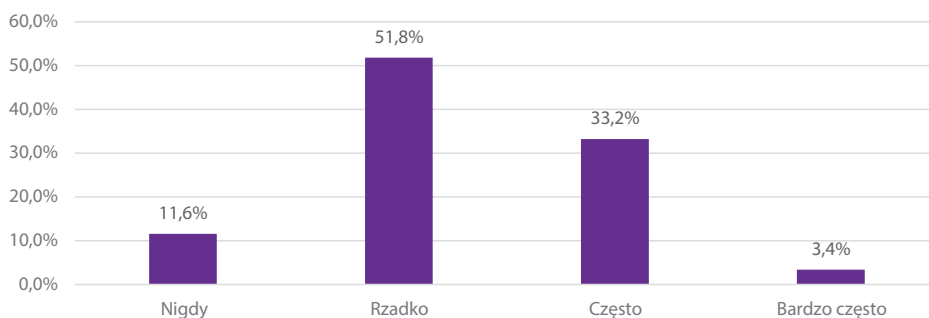
Wykres 13. Częstość stosowania strategii pozytywnego przewartościowania w radzeniu sobie ze stresem

Osoba stosująca strategię pozytywnego przewartościowania w radzeniu sobie ze stresem stara się zobaczyć sytuację trudną w pozytywnym świetle, poszukuje dobrych stron w sytuacjach trudnych. Wśród badanych rodziców 65,7% stosuje taką strategię często, a 18,6% bardzo często. 15,7% rodziców nie stosuje takiej strategii radzenia sobie ze stresem lub stosuje ją rzadko.



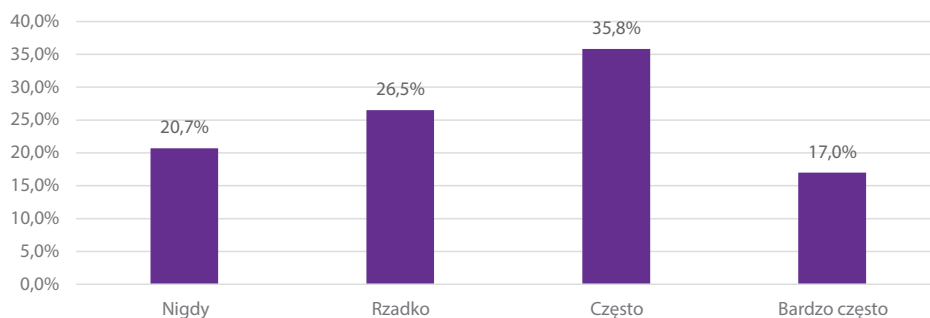
Wykres 14. . Częstość stosowania strategii akceptacji w radzeniu sobie ze stresem

Osoba stosująca strategię akceptacji w radzeniu sobie ze stresem akceptuje fakt, że sytuacja trudna już zaistniała, i uczy się z tym żyć. Taką strategię radzenia sobie ze stresem deklaruje 68% rodziców, którzy stosują ją często, oraz 19,7% rodziców stosujących ją bardzo często. 12,3% rodziców z kolei nie stosuje tej strategii nigdy lub stosuje ją rzadko.



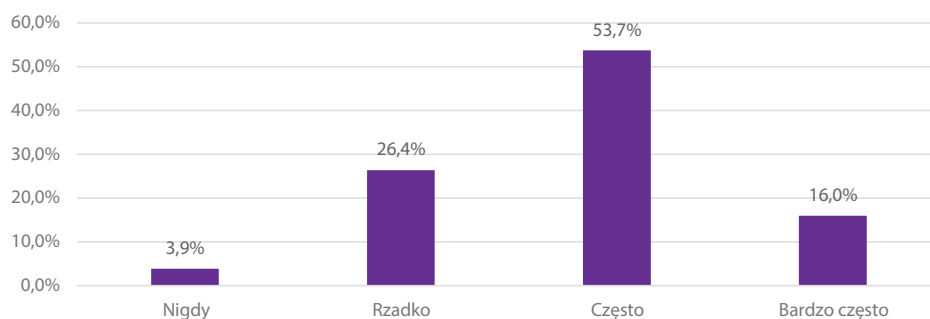
Wykres 15. Częstość stosowania strategii poczucia humoru w radzeniu sobie ze stresem

Osoba stosująca strategię poczucia humoru w radzeniu sobie ze stresem żartuje na temat stresującej sytuacji, traktuje sytuację trudną jak zabawę. Taką strategię często stosuje 33,2% rodziców, a bardzo często 3,4% rodziców. Rzadko stosuje ją 51,8% rodziców, a nigdy 11,6%. Obrócenie w żart sytuacji stresującej stanowi zatem stosunkowo mało popularną strategię radzenia sobie ze stresem.



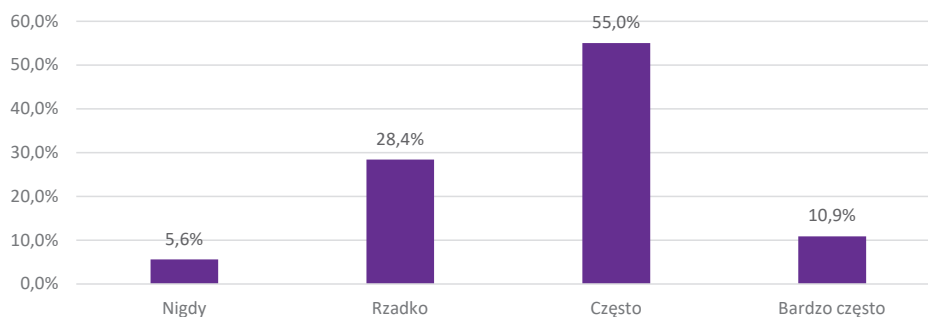
Wykres 16. Częstość stosowania strategii zwrotu ku religii w radzeniu sobie ze stresem

Osoba stosująca strategię zwrotu ku religii w radzeniu sobie ze stresem szuka ukojenia w religii lub swojej wierze w sytuacjach stresujących, modli się lub medytuje, chcąc poradzić sobie ze stresem. Wśród badanych rodziców strategię taką stosuje często 35,8%, a bardzo często – 17% rodziców. Zwrot ku religii jest strategią stosowaną rzadko lub wcale przez 47,2% rodziców.



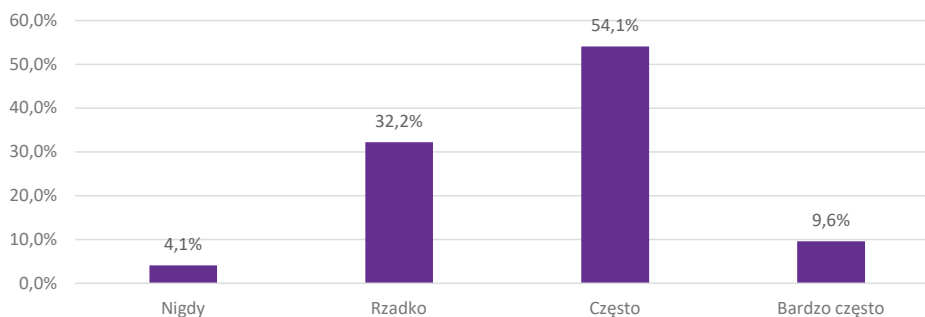
Wykres 17. Częstość stosowania strategii poszukiwania wsparcia emocjonalnego w radzeniu sobie ze stresem

Osoba stosująca strategię poszukiwania wsparcia emocjonalnego w sytuacjach stresowych poszukuje wsparcia, w efekcie czego otrzymuje od innych wsparcie, otuchę i zrozumienie. Taką strategię radzenia sobie ze stresem stosuje często 53,7% rodziców, a bardzo często 16%. Ponad jedna czwarta spośród badanych rodziców stosuje taką strategię rzadko, a 3,9% – nigdy.



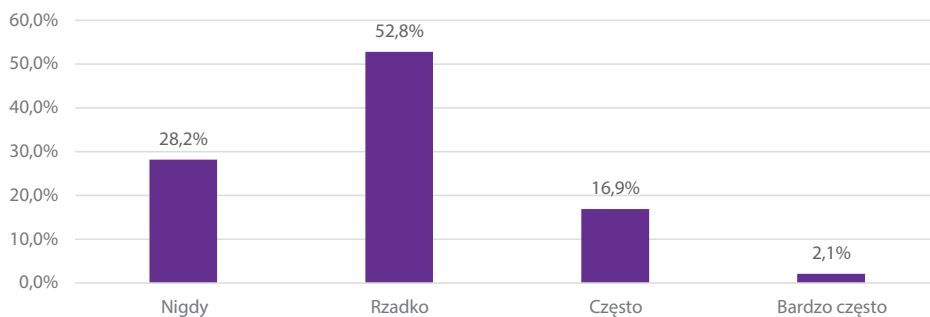
Wykres 18. Częstość stosowania strategii poszukiwania wsparcia instrumentalnego w radzeniu sobie ze stresem

Osoba stosująca strategię poszukiwania wsparcia instrumentalnego w radzeniu sobie ze stresem poszukuje rady i pomocy u innych oraz otrzymuje ją. Strategia ta stanowi dość popularną wśród badanych rodziców – często stosuje ją 55% z nich, a bardzo często 10,9%. 28,4% rodziców rzadko poszukuje porady i pomocy u innych w sytuacjach stresowych, a 5,6% – nigdy.



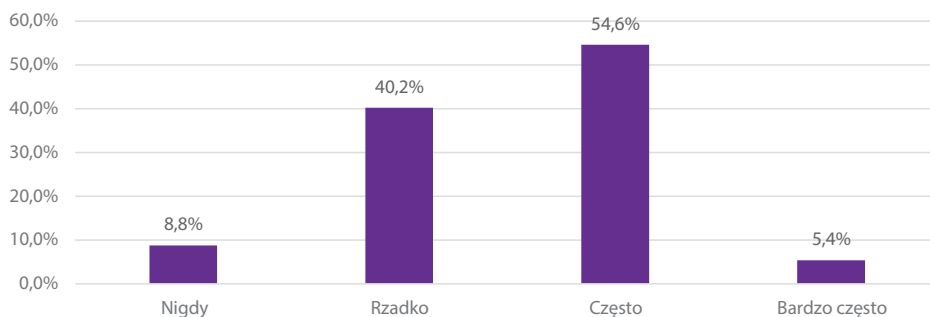
Wykres 19. Częstość stosowania strategii odwracania uwagi w radzeniu sobie ze stresem

Odwracanie uwagi jako strategia radzenia sobie ze stresem polega na zajmowaniu się innymi czynnościami, aby nie myśleć o sytuacji trudnej. Wśród badanych rodziców często taką strategię stosuje 54,1%, a bardzo często 9,6%. Blisko jedna trzecia rodziców (32,2%) stosuje taką strategię rzadko, a 4,1% nigdy.



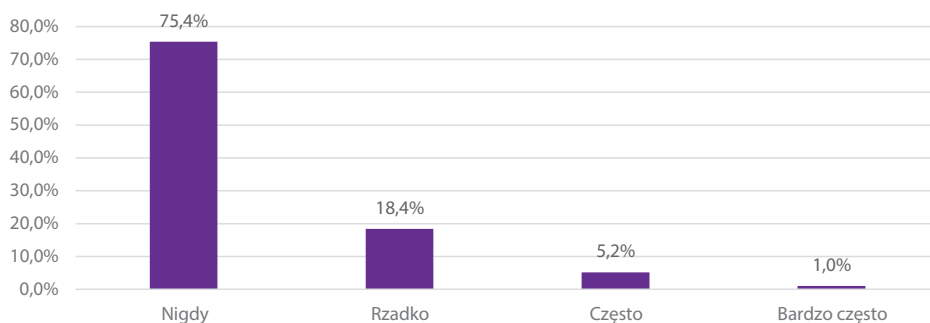
Wykres 20. Częstość stosowania strategii zaprzeczania w radzeniu sobie ze stresem

Osoba stosująca strategię zaprzeczania w radzeniu sobie ze stresem zaprzecza, że sytuacja trudna się wydarzyła, nie chce uwierzyć, że coś naprawdę się wydarzyło. Strategia ta nie jest popularna wśród badanych rodziców. Często stosuje ją 16,9%, a bardzo często 2,1%. Ponad połowa rodziców (52,8%) stosuje rzadko strategię zaprzeczania, a 28,2% rodziców nie stosuje jej nigdy.



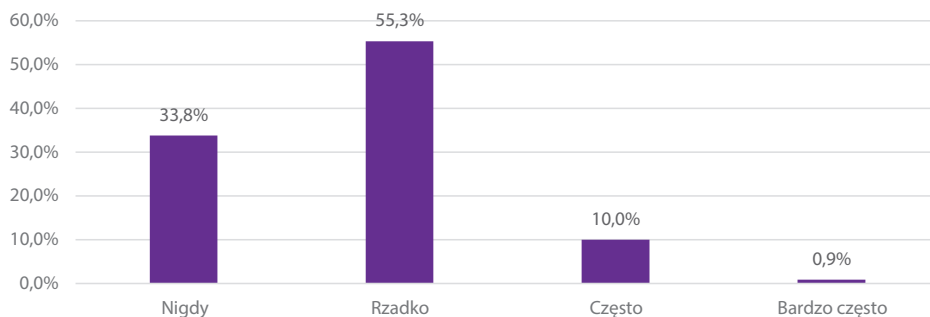
Wykres 21. Częstość stosowania strategii wyładowania w radzeniu sobie ze stresem

Osoba, która stosuje strategię wyładowania w radzeniu sobie ze stresem, w sytuacji stresującej ujawnia przykre emocje, np. irytację, złość. Mówi o rzeczach, które pozwalają jej uciec od problemów. Ponad połowa badanych rodziców (54,6%) stosuje taką strategię często, a 5,4% bardzo często. Rzadko stosuje ją 40,2% rodziców, a 8,8% deklaruje niestosowanie takiej strategii radzenia sobie ze stresem.



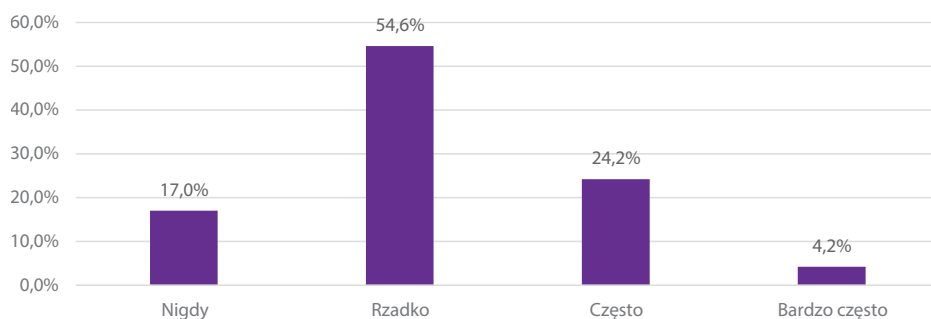
Wykres 22. Częstość stosowania strategii zażywania substancji psychoaktywnych w radzeniu sobie ze stresem

Osoby stosujące strategię zażywania substancji psychoaktywnych w radzeniu sobie ze stresem piją alkohol i/lub zażywają inne środki psychoaktywne, aby nie myśleć o sytuacji trudnej oraz aby za pomocą środka psychoaktywnego przytłumić nieprzyjemne emocje, których doświadczają w związku z sytuacją stresującą. Wśród badanych rodziców tylko 1% zadeklarowało stosowanie takiej strategii bardzo często, a 5,2% stosuje ją często. Trzy czwarte rodziców (75,4%) nigdy nie stosuje takiej strategii radzenia sobie ze stresem, a 18,4% stosuje ją rzadko.



Wykres 23. Częstość stosowania strategii zaprzestania działań w radzeniu sobie ze stresem

Zaprzestanie działań jako strategia radzenia sobie ze stresem oznacza, że osoba rezygnuje z poradzenia sobie z sytuacją trudną, jak i z wszelkich działań zmierzających do rozwiązania problemu. Ponad jedna trzecia (33,8%) badanych rodziców deklaruje, że nigdy nie stosuje takiej strategii, natomiast ponad połowa (55,3%) stosuje ją rzadko. 10% rodziców przyznaje się do stosowania często takiej strategii, a 0,9% – zawsze.



Wykres 24. Częstość stosowania strategii obwiniania siebie w radzeniu sobie ze stresem

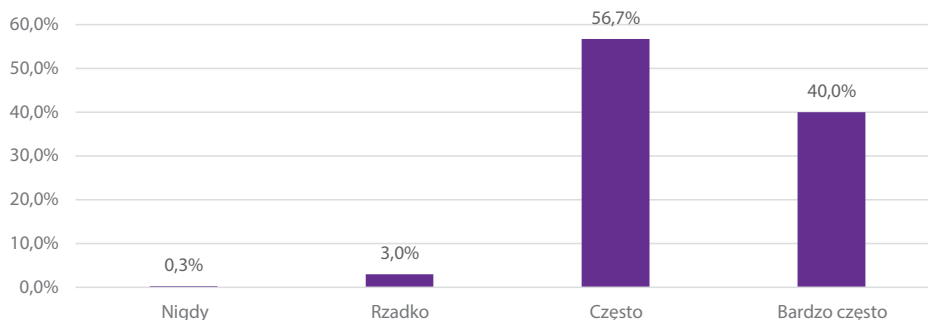
Osoba stosująca strategię obwiniania siebie w radzeniu sobie ze stresem krytykuje siebie, za to, co się stało, a winę za sytuację trudną przypisuje sobie. Ponad połowa badanych rodziców (54,6%) stosuje taką strategię rzadko, a 17% nie stosuje jej nigdy. Blisko jedna czwarta rodziców (24,2%) stosuje strategię obwiniania siebie często, a 4,2% deklaruje stosowanie tej strategii zawsze.

Kolejnym krokiem w analizach dotyczących wyników rodziców w zakresie radzenia sobie ze stresem było policzenie wartości wyników w obrębie czynników nadrzędnych. Interesujące było to, w jakim stopniu rodzice stosują styl radzenia sobie ze stresem oparty o aktywne radzenie sobie, polegające na bezradności, poszukiwaniu wsparcia oraz unikaniu. Wyniki przedstawia tabela 49.

Tabela 49. Rozkłady wyników w obrębie stylów radzenia sobie ze stresem przez rodziców

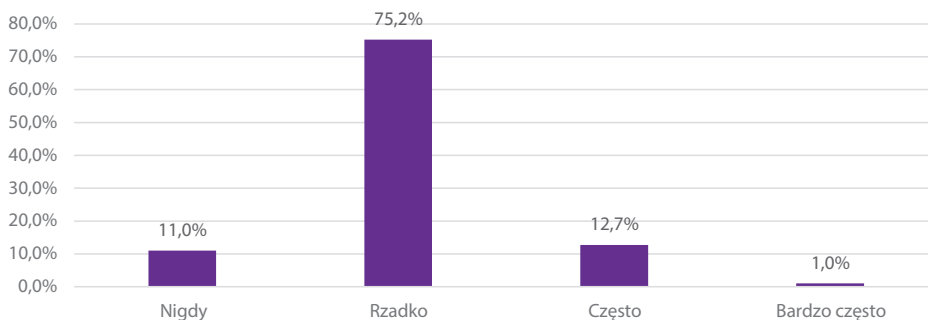
Styl		N	%
Aktywne radzenie sobie	Nigdy	8	0,3
	Rzadko	75	3,0
	Często	1417	56,7
	Bardzo często	1000	40,0
Bezradność	Nigdy	276	11,0
	Rzadko	1880	75,2
	Często	318	12,7
	Bardzo często	26	1,0
Poszukiwanie wsparcia	Nigdy	49	2,0
	Rzadko	528	21,1
	Często	1460	58,4
	Bardzo często	463	18,5
Unikanie	Nigdy	40	1,6
	Rzadko	802	32,1
	Często	1554	62,2
	Bardzo często	104	4,2

Styl aktywny w radzeniu sobie ze stresem jest popularny wśród badanych rodziców. Często stosuje go ponad połowa (56,7%), a bardzo często 40% spośród nich. Tylko 3,3% rodziców nie wykorzystuje aktywnego radzenia sobie ze stresem wcale lub wykorzystuje go rzadko. Wskazuje to na duży potencjał psychologiczny rodziców w zakresie radzenia sobie ze stresem.



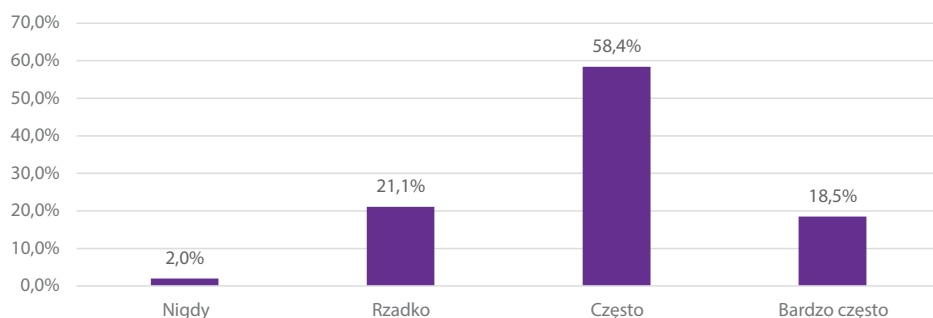
Wykres 25. Częstość stosowania aktywnego stylu radzenia sobie ze stresem przez rodziców

Styl polegający na bezradności w radzeniu sobie ze stresem jest stosunkowo mało popularny wśród badanych rodziców. Bardzo często stosuje go 1% spośród nich, a często 12,7%. Trzy czwarte rodziców stosuje taki styl radzenia sobie ze stresem rzadko, a 11% nigdy nie wykazuje bezradności w radzeniu sobie ze stresem. Potwierdza to obserwację, że rodzice posiadają duży kapitał psychologiczny w zakresie radzenia sobie ze stresem.



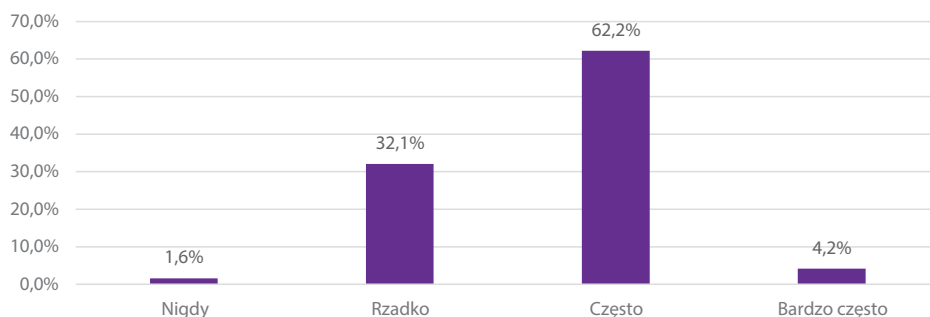
Wykres 26. Częstość stosowania stylu bezradności w radzeniu sobie ze stresem przez rodziców

Ponad połowa rodziców (58,4%) w sytuacjach stresowych często szuka wsparcia u innych, a 18,5% robi to bardzo często. Umiejętność zwracania się o pomoc do innych stanowi ważny czynnik wzmacniający kapitał psychologiczny rodziców. Jedna piąta rodziców (21,1%) rzadko zwraca się po pomoc do innych w sytuacjach stresowych, a tylko 2% nie robi tego nigdy.



Wykres 27. Częstość stosowania stylu poszukiwania wsparcia w radzeniu sobie ze stresem

Uzyskane wyniki pokazują, że ponad połowa rodziców (60,2%) w sytuacjach stresowych często ucieka się do stylu unikania, polegającego na zajmowaniu się czymś innym, by nie myśleć o problemie, skupieniu na emocjach czy zaprzeczaniu trudnej sytuacji. Unikanie stanowi niekonstruktywny styl radzenia sobie ze stresem, ponieważ odsuwa od rozwiązania istotnego problemu, poprzez skupienie się na czynnościach zastępczych. Być może unikanie stanowiło sposób na poradzenie sobie ze stresem w sytuacjach, których rozwiązania nie zależało od rodziców (np. przymusowe zamknięcie w domach w okresach lockdownu). Stosowanie tego stylu może sygnalizować deficyty rodziców w zakresie konstruktywnych strategii radzenia sobie ze stresem. Warto zauważyć, że 4,2% rodziców stosuje ten styl bardzo często. Blisko jedna trzecia rodziców nie stosuje tego stylu lub stosuje go rzadko, co sugeruje stosowanie przez nich strategii skoncentrowanych na rozwiązaniu problemu.



Wykres 28. Częstość stosowania stylu unikania w radzeniu sobie ze stresem

Radzenie sobie ze stresem przez rodziców a zmienne demograficzne i psychospołeczne

Badani rodzice nie różnią się pod względem płci w zakresie aktywnych strategii radzenia sobie ze stresem oraz planowania czy pozytywnego przewartościowania, co oznacza, że strategie te są stosowane przez kobiety i mężczyzn w podobnym nasileniu. W zakresie pozostałych strategii występują między nimi różnice istotne statystycznie, przy czym kobiety częściej od mężczyzn stosują w radzeniu sobie ze stresem akceptację, zwrot ku religii, poszukiwanie wsparcia emocjonalnego i instrumentalnego, odwracanie uwagi,

zaprzeczanie, wyładowanie, zaprzestanie działań i obwinianie siebie. Strategiami preferowanymi przez mężczyzn są: stosowanie poczucia humoru w sytuacji stresu oraz zażywanie substancji psychoaktywnych. Pełne wyniki statystyk opisowych prezentuje tabela 49.

Tabela 50. Porównanie kobiet i mężczyzn pod względem strategii radzenia sobie ze stresem

	Kobieta		Mężczyzna		Statystyka	
	M	SD	M	SD	Z	p
Aktywne radzenie sobie	2,16	0,52	2,15	0,58	-0,046	0,964
Planowanie	2,10	0,52	2,11	0,60	-1,271	0,204
Pozytywne przewartościowanie	1,89	0,58	1,85	0,62	-1,741	0,082
Akceptacja	1,94	0,55	1,87	0,62	-2,697	0,007
Poczucie humoru	0,96	0,62	1,12	0,68	-5,830	0,000
Zwrot ku religii	1,28	0,96	1,01	0,93	-7,151	0,000
Poszukiwanie wsparcia emocjonalnego	1,77	0,69	1,53	0,74	-8,629	0,000
Poszukiwanie wsparcia instrumentalnego	1,63	0,68	1,46	0,72	-6,202	0,000
Odwracanie uwagi	1,61	0,62	1,36	0,70	-9,615	0,000
Zaprzeczanie	0,78	0,61	0,71	0,68	-3,861	0,000
Wyładowanie	1,43	0,61	1,04	0,68	-15,157	0,000
Zażywanie substancji psychoaktywnych	0,19	0,45	0,37	0,65	-7,652	0,000
Zaprzestanie działań	0,65	0,55	0,62	0,61	-2,247	0,025
Obwinianie siebie	1,02	0,70	0,94	0,67	-2,555	0,011

Odnotowano także związki między stosowaniem różnych strategii radzenia sobie ze stresem przez rodziców a wiekiem. Wraz z wiekiem rośnie nasilenie stosowania strategii: aktywne radzenie sobie, planowanie, pozytywne przewartościowanie oraz zwrot ku religii. Tendencja ta może wynikać z gromadzonych wraz z wiekiem doświadczeń rodziców i nabywania umiejętności zadaniowego podejścia do problemów, a także zwrotu ku sile wyższej nasilającego się wraz z wiekiem. Stosowanie strategii radzenia sobie, takich jak: poszukiwanie wsparcia emocjonalnego, zaprzeczanie, wyładowanie, zaprzestanie działań i obwinianie siebie, wykazuje ujemny związek z wiekiem, co oznacza, że ich nasilenie wraz z wiekiem obniża się. Można zatem przypuszczać, że wraz z wiekiem spada skłonność rodziców do stosowania niekonstruktywnych strategii radzenia sobie.

Tabela 51. Związki między strategiami radzenia sobie ze stresem przez rodziców a wiekiem

	Statystyka	
	r	p
Aktywne radzenie sobie	,059**	0,003
Planowanie	,091**	0,000
Pozytywne przewartościowanie	,053**	0,009
Akceptacja	0,030	0,131
Poczucie humoru	-0,033	0,098
Zwrot ku religii	,088**	0,000
Poszukiwanie wsparcia emocjonalnego	-,074**	0,000
Poszukiwanie wsparcia instrumentalnego	-0,030	0,128
Odwracanie uwagi	-,046*	0,021
Zaprzeczanie	-,059**	0,003
Wyładowanie	-,136**	0,000
Zażywanie substancji psychoaktywnych	0,007	0,717
Zaprzestanie działań	-,053**	0,009
Obwinianie siebie	-,042*	0,036

Miejsce zamieszkania także różnicuje badanych rodziców pod względem stosowanych strategii radzenia sobie ze stresem. Rodzice z miasta z większym nasileniem niż rodzice ze wsi stosują strategię aktywnego radzenia sobie oraz akceptację, natomiast rodzice ze wsi w porównaniu do tych z miasta z większym nasileniem stosują strategię polegającą na zwróceniu się do religii oraz zaprzeczaniu. Pod względem sięgania po pozostałe strategie radzenia sobie, rodzice ze wsi i z miasta nie różnią się istotnie statystycznie. Wyniki pokazują zatem, że rodzice z miasta wybierają skuteczniejsze strategie radzenia sobie, natomiast rodzice ze wsi te mniej skuteczne.

Tabela 52. Radzenie sobie ze stresem przez rodziców a miejsce zamieszkania

	Wieś		Miasto		Statystyka	
	M	SD	M	SD	Z	p
Aktywne radzenie sobie	2,13	0,56	2,18	0,54	-2,254	0,024
Planowanie	2,08	0,57	2,13	0,56	-1,586	0,113
Pozytywne przewartościowanie	1,85	0,61	1,89	0,59	-1,654	0,098
Akceptacja	1,89	0,59	1,93	0,58	-2,129	0,033
Poczucie humoru	1,01	0,64	1,05	0,66	-1,510	0,131
Zwrot ku religii	1,27	0,93	1,04	0,96	-6,244	0,000
Poszukiwanie wsparcia emocjonalnego	1,67	0,72	1,63	0,73	-1,072	0,284

	Wieś		Miasto		Statystyka	
	M	SD	M	SD	Z	p
Poszukiwanie wsparcia instrumentalnego	1,57	0,69	1,52	0,72	-1,356	0,175
Odwracanie uwagi	1,49	0,65	1,49	0,69	-0,016	0,987
Zaprzeczanie	0,79	0,64	0,71	0,65	-3,610	0,000
Wyładowanie	1,24	0,67	1,24	0,67	-0,254	0,800
Zażywanie substancji psychoaktywnych	0,25	0,53	0,30	0,59	-2,257	0,024
Zaprzestanie działań	0,64	0,59	0,63	0,58	-0,558	0,577
Obwinianie siebie	0,99	0,69	0,98	0,69	-0,047	0,962

Stosowane strategie radzenia sobie ze stresem różnią się także wśród rodziców w zależności od ich stosunku do wiary. Rodzice deklarujący się jako wierzący częściej od niewierzących podejmują próby radzenia sobie ze stresem poprzez zwrot ku religii, poszukiwanie wsparcia emocjonalnego i instrumentalnego lub zaprzeczanie. Rodzice deklarujący się jako niewierzący częściej niż wierzący podejmują próby radzenia sobie ze stresem poprzez planowanie, akceptację, poczucie humoru oraz zażywanie substancji psychoaktywnych.

Tabela 53. Radzenie sobie ze stresem a deklarowanie wiary przez badanych rodziców

	Tak		Nie		Statystyka	
	M	SD	M	SD	Z	p
Aktywne radzenie sobie	2,15	0,54	2,23	0,55	-1,839	0,066
Planowanie	2,09	0,55	2,24	0,59	-3,539	0,000
Pozytywne przewartościowanie	1,87	0,59	1,90	0,64	-1,184	0,236
Akceptacja	1,90	0,58	1,99	0,59	-2,150	0,032
Poczucie humoru	1,01	0,64	1,18	0,67	-3,293	0,001
Zwrot ku religii	1,40	0,90	0,15	0,43	-17,231	0,000
Poszukiwanie wsparcia emocjonalnego	1,69	0,71	1,50	0,76	-2,957	0,003
Poszukiwanie wsparcia instrumentalnego	1,58	0,69	1,35	0,78	-3,548	0,000
Odwracanie uwagi	1,52	0,66	1,40	0,70	-1,866	0,062
Zaprzeczanie	0,78	0,64	0,55	0,65	-5,172	0,000
Wyładowanie	1,25	0,66	1,16	0,76	-1,818	0,069
Zażywanie substancji psychoaktywnych	0,24	0,52	0,43	0,67	-4,258	0,000
Zaprzestanie działań	0,63	0,57	0,60	0,60	-1,080	0,280
Obwinianie siebie	0,98	0,67	0,97	0,71	-0,229	0,819

Kolejny analizowany aspekt stanowi poszukiwanie związków między stosowanymi przez rodziców strategiami radzenia sobie ze stresem a deklarowaną przez nich jakością życia. Analiza korelacyjna wykazuje istnienie związków prawie wszystkich strategii radzenia sobie z jakością życia rodziców (prócz strategii odwracania uwagi). Dodatkowo związki dotyczą następujących strategii: aktywnego radzenia sobie, planowania, pozytywnego przewartościowania, akceptacji, poczucia humoru, zwrotu ku religii, poszukiwania wsparcia emocjonalnego oraz instrumentalnego. Oznacza to, że stosowanie tych strategii nasila się wraz z wyższą deklarowaną przez rodziców jakością życia. Z kolei ujemne związki dotyczą strategii: zaprzeczanie, wyładowanie, zażywanie substancji psychoaktywnych, zaprzestanie działań, obwinianie siebie, czyli częstość stosowania tych strategii rośnie wraz ze spadkiem deklarowanej przez rodziców jakości życia. Można zauważyć zatem ogólne powiązanie wysokiej jakości życia z konstruktywnymi strategiami radzenia sobie. Niska jakość życia wiąże się ze stosowaniem niekonstruktywnych strategii radzenia sobie.

Tabela 54. Związki między radzeniem sobie ze stresem a deklarowaną przez rodziców jakością życia

	Statystyka	
	rho	p
Aktywne radzenie sobie	,175**	0,000
Planowanie	,181**	0,000
Pozytywne przewartościowanie	,168**	0,000
Akceptacja	,095**	0,000
Poczucie humoru	,048*	0,017
Zwrot ku religii	,095**	0,000
Poszukiwanie wsparcia emocjonalnego	,191**	0,000
Poszukiwanie wsparcia instrumentalnego	,131**	0,000
Odwracanie uwagi	0,026	0,201
Zaprzeczanie	-,069**	0,001
Wyładowanie	-,049*	0,015
Zażywanie substancji psychoaktywnych	-,066**	0,001
Zaprzestanie działań	-,135**	0,000
Obwinianie siebie	-,158**	0,000

Analiza wyników ujawnia także różnice pod względem stosowanych strategii radzenia sobie przez rodziców w zależności od poziomu ich wykształcenia. Zauważalna jest tendencja do częstszego stosowania strategii: aktywne radzenie sobie, planowanie oraz akceptacja, wraz ze wzrostem poziomu wykształcenia badanych rodziców. Wskazuje to na liniowe powiązanie wykształcenia z umiejętnością konstruktywnego radzenia sobie. W przypadku strategii: zaprzeczanie, zażywanie substancji psychoaktywnych, zaprzestanie działań, największa częstość ich stosowania występuje wśród rodziców z najniższym wykształceniem, a wraz ze wzrostem wykształcenia tendencja ta spada. Jeżeli chodzi o wyładowanie, po strategię tę najczęściej sięgają rodzice z najwyższym i najniższym wykształceniem.

Tabela 55. Radzenie sobie ze stresem a wykształcenie rodziców

	Podstawowe		Zawodowe		Średnie		Wyższe		Statystyka	
	M	SD	M	SD	M	SD	M	SD	H	p
Aktywne radzenie sobie	2,00	0,72	2,07	0,59	2,14	0,53	2,21	0,53	21,526	0,000
Planowanie	1,91	0,75	1,97	0,60	2,08	0,54	2,19	0,53	48,965	0,000
Pozytywne przewartościowanie	1,86	0,74	1,81	0,60	1,85	0,60	1,90	0,58	6,675	0,083
Akceptacja	1,82	0,78	1,83	0,62	1,90	0,57	1,95	0,55	11,056	0,011
Poczucie humoru	1,14	0,77	1,02	0,68	1,03	0,65	1,04	0,63	2,241	0,524
Zwrot ku religii	0,95	0,95	1,15	0,90	1,16	0,96	1,16	0,96	5,354	0,148
Poszukiwanie wsparcia emocjonalnego	1,75	0,82	1,67	0,74	1,63	0,73	1,65	0,71	1,489	0,685
Poszukiwanie wsparcia instrumentalnego	1,61	0,76	1,52	0,75	1,53	0,71	1,56	0,68	1,989	0,575
Odwracanie uwagi	1,58	0,77	1,52	0,67	1,46	0,65	1,50	0,67	3,323	0,344
Zaprzeczanie	1,11	0,78	0,99	0,69	0,77	0,62	0,62	0,61	120,134	0,000
Wyładowanie	1,33	0,77	1,16	0,70	1,20	0,65	1,29	0,67	14,934	0,002
Zażywanie substancji psychoaktywnych	0,50	0,87	0,23	0,53	0,23	0,51	0,30	0,57	22,054	0,000
Zaprzestanie działań	0,83	0,77	0,70	0,62	0,60	0,56	0,62	0,56	11,726	0,008
Obwinianie siebie	1,12	0,90	0,91	0,67	0,98	0,68	1,00	0,68	5,988	0,112

Wśród rodziców występują także różnice pod względem stosowanych strategii radzenia sobie w zależności od statusu zawodowego. Rodzice wykonujący pracę zawodową częściej niż niepracujący stosują strategię polegającą na aktywnym radzeniu sobie z problemami oraz na planowaniu. Rodzice nieposiadający pracy w porównaniu do tych posiadających częściej sięgają po strategię radzenia sobie opartą na zwrocie ku religii, zaprzeczaniu i wyładowaniu. Można zatem zauważyć związek między wykonywaniem pracy zawodowej a stosowaniem konstruktywnych sposobów radzenia sobie z problemami.

Tabela 56. Radzenie sobie ze stresem a wykonywanie pracy zawodowej przez rodziców

	Tak		Nie		Statystyka	
	M	SD	M	SD	Z	p
Aktywne radzenie sobie	2,18	0,54	2,05	0,59	-4,707	0,000
Planowanie	2,14	0,55	1,96	0,59	-6,614	0,000
Pozytywne przewartościowanie	1,88	0,59	1,82	0,64	-1,755	0,079
Akceptacja	1,92	0,57	1,88	0,62	-1,251	0,211
Poczucie humoru	1,04	0,64	1,00	0,69	-1,574	0,116
Zwrot ku religii	1,12	0,95	1,27	0,95	-3,408	0,001
Poszukiwanie wsparcia emocjonalnego	1,65	0,72	1,64	0,75	-0,517	0,605
Poszukiwanie wsparcia instrumentalnego	1,55	0,70	1,52	0,74	-0,911	0,362
Odwracanie uwagi	1,48	0,67	1,52	0,65	-0,849	0,396
Zaprzeczanie	0,71	0,63	0,89	0,67	-5,758	0,000
Wyładowanie	1,23	0,68	1,30	0,66	-1,843	0,065
Zażywanie substancji psychoaktywnych	0,28	0,57	0,24	0,53	-1,712	0,087
Zaprzestanie działań	0,60	0,57	0,74	0,62	-4,671	0,000
Obwinianie siebie	0,98	0,68	0,99	0,73	-0,025	0,980

Stan cywilny różnicuje badanych rodziców tylko w zakresie jednej strategii radzenia sobie, jaką jest zażywanie substancji psychoaktywnych. Rodzice samotni częściej deklarują stosowanie tej strategii radzenia sobie niż rodzice pozostający w związku formalnym lub nieformalnym.

Tabela 57. Radzenie sobie ze stresem a stan cywilny rodziców

	Kawaler/panna		Żonaty/zamężna/ w związku		Statystyka	
	M	SD	M	SD	Z	p
Aktywne radzenie sobie	2,17	0,55	2,15	0,55	-0,688	0,491
Planowanie	2,10	0,59	2,11	0,56	-0,166	0,868
Pozytywne przewartościowanie	1,85	0,61	1,87	0,60	-0,500	0,617
Akceptacja	1,91	0,62	1,91	0,58	-0,286	0,775
Poczucie humoru	1,08	0,66	1,03	0,65	-1,401	0,161
Zwrot ku religii	1,15	0,96	1,15	0,95	-0,012	0,990
Poszukiwanie wsparcia emocjonalnego	1,67	0,71	1,65	0,73	-0,708	0,479
Poszukiwanie wsparcia instrumentalnego	1,55	0,71	1,55	0,71	-0,074	0,941

	Kawaler/panna		Żonaty/zamężna/ w związku		Statystyka	
	M	SD	M	SD	Z	p
Odwracanie uwagi	1,48	0,71	1,49	0,66	-0,197	0,844
Zaprzeczanie	0,70	0,62	0,76	0,65	-1,537	0,124
Wyładowanie	1,19	0,66	1,25	0,67	-1,181	0,238
Zażywanie substancji psychoaktywnych	0,32	0,58	0,27	0,56	-2,235	0,025
Zaprzestanie działań	0,61	0,57	0,64	0,59	-0,822	0,411
Obwinianie siebie	1,00	0,70	0,98	0,69	-0,573	0,567

Analiza korelacyjna wykazuje istnienie istotnych statystycznych związków między strategiami radzenia sobie ze stresem a przekonaniem rodziców o sile wpływu pandemii na ich życie. Odnotowano ujemne związki między wpływem pandemii na życie a strategią aktywnego radzenia sobie, pozytywnym przewartościowaniem i poczuciem humoru, co oznacza, że im większe nasilenie stosowania tych strategii, tym słabiej postrzegany jest wpływ pandemii rodziców na ich życie. Dodatkowo związki dotyczą strategii: poszukiwania wsparcia instrumentalnego, odwracania uwagi, wyładowania, zażywania substancji psychoaktywnych, zaprzestania działań i obwiniania siebie. Wskazuje to, że im bardziej nasilone jest stosowanie tych strategii radzenia sobie, tym silniejsze wśród rodziców poczucie wpływu pandemii na życie.

Tabela 58. Związki między radzeniem sobie ze stresem a wpływem pandemii na jakość życia rodziców

	Statystyka	
	rho	p
Aktywne radzenie sobie	-,043*	0,031
Planowanie	-,034	0,091
Pozytywne przewartościowanie	-,054**	0,007
Akceptacja	-,032**	0,107
Poczucie humoru	-,069**	0,001
Zwrot ku religii	,043*	0,033
Poszukiwanie wsparcia emocjonalnego	,015	0,441
Poszukiwanie wsparcia instrumentalnego	,063**	0,002
Odwracanie uwagi	,064**	0,001
Zaprzeczanie	,033	0,099
Wyładowanie	,136**	0,000
Zażywanie substancji psychoaktywnych	,051*	0,011
Zaprzestanie działań	,113**	0,000
Obwinianie siebie	,154**	0,000

3. Kapitał społeczny rodziców

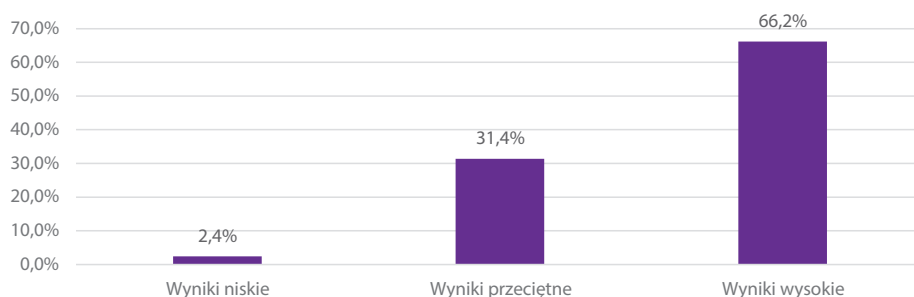
Otrzymywane Wsparcie Społeczne

Kolejnym analizowanym czynnikiem jest spostrzeganie przez rodziców otrzymywanego przez nich wsparcia. Wyniki prezentuje tabela 59.

Tabela 59. Rozkłady wyników dotyczących spostrzeganego przez rodziców wsparcia społecznego

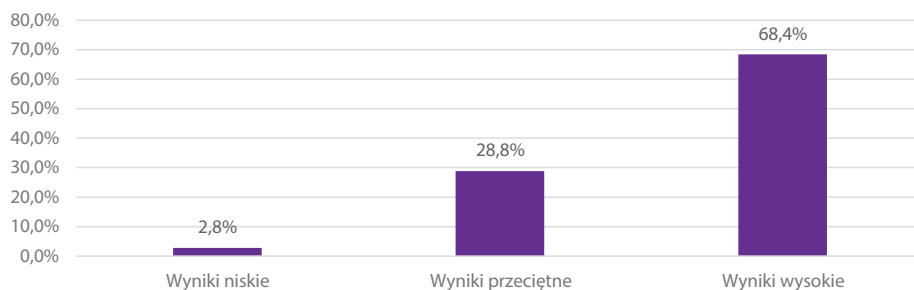
Rodzaj wsparcia		N	%
Wsparcie emocjonalne	Wyniki niskie	61	2,4
	Wyniki przeciętne	785	31,4
	Wyniki wysokie	1654	66,2
Wsparcie instrumentalne	Wyniki niskie	70	2,8
	Wyniki przeciętne	719	28,8
	Wyniki wysokie	1711	68,4
Wsparcie materialne	Wyniki niskie	600	24,0
	Wyniki przeciętne	1446	57,8
	Wyniki wysokie	454	18,2
Wsparcie informacyjne	Wyniki niskie	182	7,3
	Wyniki przeciętne	994	39,8
	Wyniki wysokie	1324	53,0
Wsparcie wartościujące	Wyniki niskie	71	2,8
	Wyniki przeciętne	885	35,4
	Wyniki wysokie	1544	61,8

Większość badanych rodziców (66,2%) ocenia otrzymywane wsparcie emocjonalne wysoko, co wskazuje na przekonanie, że mają od kogo w sytuacjach trudnych czerpać pocieszenie i oparcie. Blisko jedna trzecia rodziców ocenia otrzymywane wsparcie emocjonalne przeciętnie, co wskazuje na to, że możliwości uzyskania pocieszenia czy emocjonalnego oparcia są w ich przypadku w pewnym stopniu ograniczone. 2,4% rodziców nisko ocenia możliwości otrzymania wsparcia emocjonalnego.



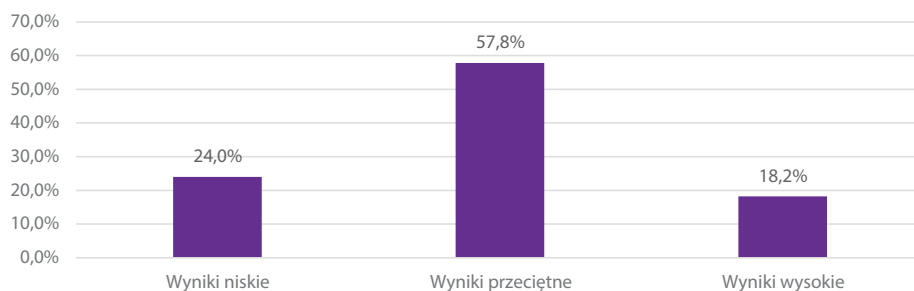
Wykres 29. Rozkład wyników niskich, średnich i wysokich w zakresie otrzymywanego przez rodziców wsparcia emocjonalnego

Wsparcie instrumentalne otrzymywane przez rodziców oceniane jest przez nich stosunkowo wysoko (68,4%). Wskazuje to na to, że dostrzegają w swoim otoczeniu dostępne dla siebie wsparcie, polegające na wyjaśnieniu, w jaki sposób rozwiązać problem, dostarczeniu narzędzi czy pomysłów do rozwiązania problemu. Blisko jedna trzecia rodziców ocenia otrzymywanie takiego wsparcia na poziomie przeciętnym, co może sugerować ograniczony dostęp do niego, 2,8% rodziców wskazuje wynik niski, najprawdopodobniej nie posiadając dostępu do takiej formy wsparcia.



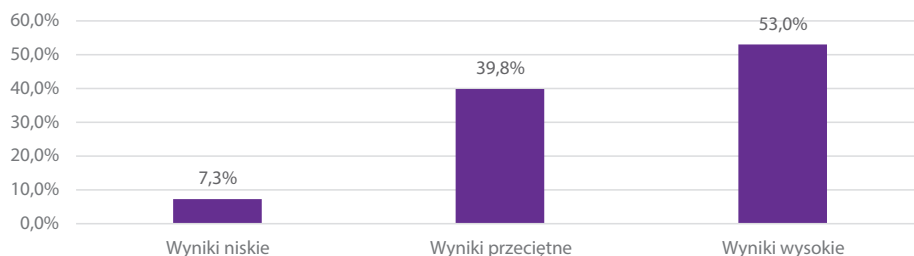
Wykres 30. Rozkład wyników niskich, średnich i wysokich w zakresie otrzymywanego przez rodziców wsparcia instrumentalnego

Otrzymywane wsparcie materialne rodzice oceniają przeciętnie – taki wynik zaznaczyło 57,8% spośród nich. Blisko jedna czwarta rodziców nisko ocenia otrzymywane przez siebie wsparcie materialne, co może sugerować niezaspokojone potrzeby materialne tych rodziców oraz brak źródeł wsparcia w tym obszarze. Mniej niż jedna piąta rodziców (18,2%) ocenia dostępne dla siebie wsparcie materialne wysoko.



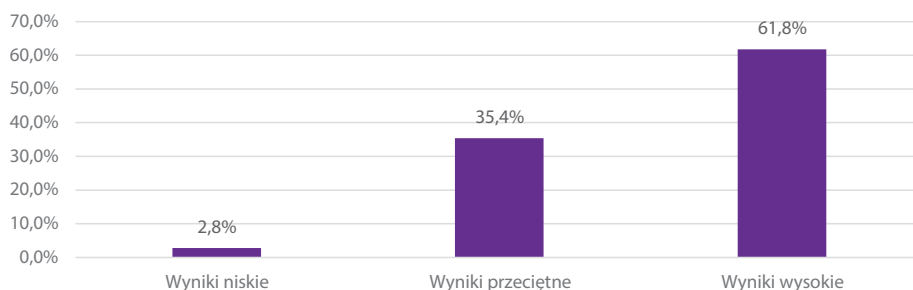
Wykres 31. Rozkład wyników niskich, średnich i wysokich w zakresie otrzymywanego przez rodziców wsparcia materialnego

Wsparcie informacyjne otrzymywane przez rodziców oceniane jest przez nich powyżej przeciętnie – 53% spośród nich ocenia je wysoko. Oznacza to, że dostrzegają w swym otoczeniu źródła wsparcia dla siebie w postaci udzielenia im potrzebnych informacji, wyjaśnienia kwestii trudnych czy odpowiedzi na pytania. Ponad jedna trzecia rodziców (39,8%) ocenia możliwości takiego wsparcia dla siebie przeciętnie, a 7,3% – nisko, co może sugerować, że nie posiadają takiego wsparcia w swoim otoczeniu.



Wykres 32. Rozkład wyników niskich, średnich i wysokich w zakresie otrzymywanego przez rodziców wsparcia informacyjnego

Jeżeli chodzi o wsparcie wartościujące, ponad połowa rodziców (61,8%) ocenia je wysoko. Wynik taki oznacza, że rodzice ci posiadają w swoim otoczeniu wsparcie polegające na możliwości rozmowy na ważne tematy, pomocy w rozwiązywaniu dylematów moralnych, ale także otrzymywaniu takich sygnałów, które sprawiają, że czują się wartościowi, np. informowanie o dobrym wykonywaniu pracy. Ponad jedna trzecia rodziców ocenia przeciętnie możliwości otrzymywania takiego wsparcia, natomiast 2,8% ocenia je nisko, co może wskazywać na brak dostępu do wsparcia wartościującego.



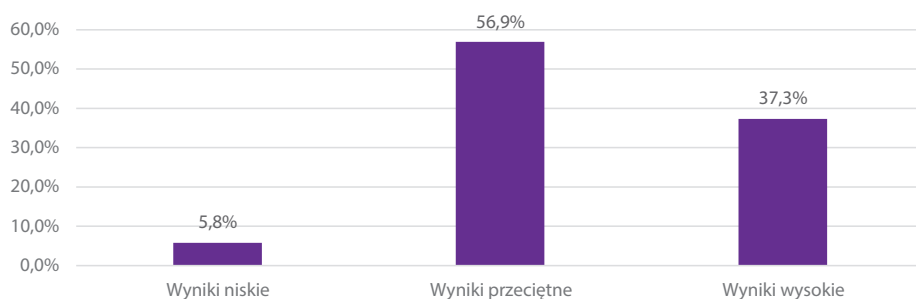
Wykres 33. Rozkład wyników niskich, średnich i wysokich w zakresie otrzymywanego przez rodziców wsparcia wartościującego

Kolejnym analizowanym aspektem spostrzeganego przez rodziców wsparcia był poziom ich zapotrzebowania na wsparcie oraz to, w jakim stopniu sami tego wsparcia aktywnie poszukują. Wyniki przedstawia tabela 60.

Tabela 60. Rozkłady wyników dotyczące zapotrzebowania na wsparcie oraz poszukiwania wsparcia społecznego przez rodziców

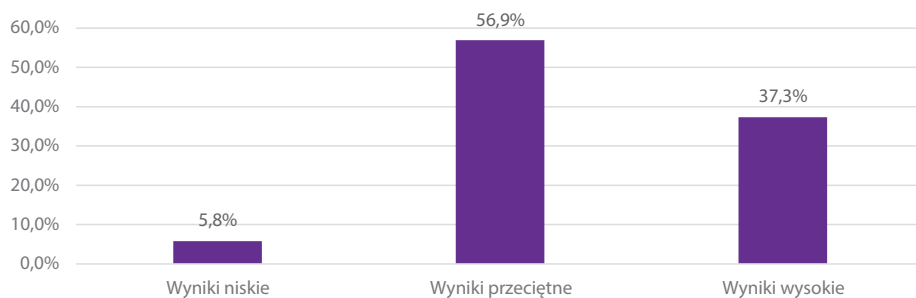
Rodzaj wsparcia		N	%
Zapotrzebowanie na wsparcie	Wyniki niskie	146	5,8
	Wyniki przeciętne	1422	56,9
	Wyniki wysokie	932	37,3
Poszukiwanie wsparcia	Wyniki niskie	299	12,0
	Wyniki przeciętne	1390	55,6
	Wyniki wysokie	811	32,4

Badani rodzice wyrażają zapotrzebowanie na wsparcie na średnim poziomie – 56,9% deklaruje takie zapotrzebowanie na poziomie przeciętnym, co oznacza, że potrafią radzić sobie z trudnościami samodzielnie, ale doświadczają także sytuacji, w których potrzebują wsparcia ze strony innych osób. Jednak ponad jedna trzecia wyraża wysokie zapotrzebowanie na wsparcie, co wskazuje na dużą potrzebę bycia wspieranym w sytuacjach doświadczanych jako trudne, polegania na innych osobach. Tylko 5,8% ocenia swoje potrzeby w zakresie otrzymywania wsparcia nisko, co wskazuje na to, że osoby te najczęściej radzą sobie same, nie odczuwają potrzeby otrzymywania pomocy od innych, czują się zdolne do samodzielnego rozwiązywania problemów.



Wykres 34. Rozkład wyników niskich, średnich i wysokich w zakresie zapotrzebowania rodziców na wsparcie

Stopień aktywnego poszukiwania wsparcia przez rodziców kształtuje się także na poziomie średnim. 55,6% ocenia przeciętnie podejmowanie przez siebie działań w zakresie poszukiwania dla siebie wsparcia. Blisko jedna trzecia rodziców ocenia wysoko poszukiwanie przez siebie wsparcia, co oznacza, że często aktywnie zwracają się o pomoc do innych osób, samodzielnie do nich docierają w celu uzyskania wsparcia. 12% rodziców z kolei ocenia nisko działania w zakresie poszukiwania dla siebie wsparcia. Oznacza to, że w sytuacjach trudnych nie zwracają się oni do innych po pomoc, jak i nie próbują aktywnie docierać do osób, które mogłyby być wsparciem w danej sytuacji.



Wykres 35. Rozkład wyników niskich, średnich i wysokich w zakresie poszukiwania wsparcia przez rodziców

Otrzymywane przez rodziców wsparcie społeczne a zmienne demograficzne i psychospołeczne

Rodzice różnią się pod względem spostrzegania dostępnego dla nich wsparcia społecznego w zależności od płci (poza wymiarem wsparcia materialnego, gdzie nie odnotowano różnic istotnych statystycznie). Kobiety w porównaniu do mężczyzn ogólnie spostrzegają wsparcie społeczne jako bardziej dostępne. Mają zatem silniejsze od mężczyzn przekonanie o tym, że w sytuacjach trudnych mają od kogo otrzymać pocieszenie, poradę, pomoc czy też zapewnienie o swojej wartości.

Tabela 61. Porównanie kobiet i mężczyzn pod względem spostrzegania otrzymywanego wsparcia społecznego

	Kobieta		Mężczyzna		Statystyka	
	M	SD	M	SD	Z	p
Wsparcie emocjonalne	3,47	0,61	3,24	0,68	-9,048	0,000
Wsparcie instrumentalne	3,55	0,64	3,34	0,74	-8,187	0,000
Wsparcie materialne	2,43	0,73	2,48	0,76	-1,583	0,114
Wsparcie informacyjne	3,24	0,79	3,09	0,82	-5,189	0,000
Wsparcie wartościujące	3,38	0,65	3,26	0,68	-4,907	0,000
Otrzymywane wsparcie	3,21	0,54	3,08	0,58	-6,187	0,000

Kobiety także w większym stopniu od mężczyzn wyrażają potrzebę otrzymywania wsparcia od innych w sytuacjach trudnych oraz bardziej aktywnie zwracają się do innych po wsparcie, częściej też takiego wsparcia poszukują.

Tabela 62. Porównanie kobiet i mężczyzn pod względem zapotrzebowania na wsparcie i poszukiwania wsparcia

	Kobieta		Mężczyzna		Statystyka	
	M	SD	M	SD	Z	p
Zapotrzebowanie na wsparcie	3,01	0,54	2,75	0,61	-11,759	0,000
Poszukiwanie wsparcia	2,93	0,75	2,60	0,75	-10,934	0,000

W przeprowadzonej analizie korelacyjnej nie odnotowano związków między wiekiem rodziców a spostrzeganiem otrzymywanego wsparcia społecznego. Oznacza to, że przekonanie o dostępnym dla siebie wsparciu w trudnych sytuacjach nie zmienia się wraz z wiekiem.

Tabela 63. Związki między spostrzeganiem otrzymywanego przez rodziców wsparcia społecznego a wiekiem

	Statystyka	
	r	p
Wsparcie emocjonalne	-0,004	0,860
Wsparcie instrumentalne	-0,015	0,447
Wsparcie materialne	-0,018	0,369
Wsparcie informacyjne	-0,027	0,178
Wsparcie wartościujące	0,018	0,375
Otrzymywane wsparcie	-0,013	0,519

Odnotowano natomiast istnienie związków między zapotrzebowaniem na wsparcie społeczne oraz poszukiwaniem wsparcia społecznego przez rodziców a wiekiem. Związki te mają charakter ujemny, co oznacza, że wraz z wiekiem słabnie przekonanie rodziców o tym, że w trudnych sytuacjach potrzebują wsparcia od innych, spada także ich tendencja do aktywnego poszukiwania takiego wsparcia.

Tabela 64. Związki między zapotrzebowaniem na wsparcie i poszukiwaniem wsparcia społecznego przez rodziców a wiekiem

	Statystyka	
	r	p
Zapotrzebowanie na wsparcie	-,041*	0,041
Poszukiwanie wsparcia	-,057**	0,005

Odnotowano istotne statystycznie różnice między rodzicami pod względem otrzymywanego wsparcia społecznego, w zależności od miejsca zamieszkania. Rodzice ze wsi na wyższym poziomie oceniają dostępne dla siebie wsparcie materialne w porównaniu do rodziców z miast. Rodzice z miast natomiast na wyższym poziomie niż rodzice ze wsi oceniają dostępność wsparcia wartościującego.

Tabela 65. Otrzymywane przez rodziców wsparcie społeczne a miejsce zamieszkania

	Wieś		Miasto		Statystyka	
	M	SD	M	SD	Z	p
Wsparcie emocjonalne	3,35	0,67	3,37	0,64	-0,570	0,569
Wsparcie instrumentalne	3,43	0,71	3,46	0,69	-0,908	0,364
Wsparcie materialne	2,48	0,75	2,42	0,74	-2,060	0,039
Wsparcie informacyjne	3,15	0,81	3,18	0,81	-0,900	0,368
Wsparcie wartościujące	3,28	0,69	3,35	0,64	-2,243	0,025
Otrzymywane wsparcie	3,14	0,58	3,16	0,55	-0,503	0,615

Rodzice mieszkający na wsi i w mieście różnią się także pod względem zapotrzebowania na wsparcie i stopnia zaangażowania podczas jego poszukiwania. Rodzice ze wsi wyrażają większe zapotrzebowanie na wsparcie, a także aktywniej niż rodzice z miast tego wsparcia poszukują.

Tabela 66. Zapotrzebowanie na wsparcie i poszukiwanie wsparcia społecznego przez rodziców a miejsce zamieszkania

	Wieś		Miasto		Statystyka	
	M	SD	M	SD	Z	p
Zapotrzebowanie na wsparcie	2,93	0,59	2,84	0,59	-3,763	0,000
Poszukiwanie wsparcia	2,81	0,76	2,74	0,78	-2,372	0,018

Deklarowanie wiary przez rodziców różnicuje ich pod względem spostrzeganego otrzymywanego wsparcia, zarówno na poziomie wyniku ogólnego, jak i poszczególnych wymiarów wsparcia. Rodzice deklarujący się jako wierzący wyżej niż niewierzący oceniają dostępne dla nich wsparcie społeczne.

Tabela 67. Otrzymywane przez rodziców wsparcie społeczne a deklarowanie wiary

	Tak		Nie		Statystyka	
	M	SD	M	SD	Z	p
Wsparcie emocjonalne	3,39	0,62	3,22	0,73	-2,820	0,005
Wsparcie instrumentalne	3,49	0,66	3,27	0,82	-3,326	0,001
Wsparcie materialne	2,53	0,74	2,21	0,71	-5,833	0,000
Wsparcie informacyjne	3,22	0,77	3,00	0,88	-3,087	0,002
Wsparcie wartościujące	3,35	0,64	3,23	0,73	-1,999	0,046
Otrzymywane wsparcie	3,20	0,53	2,98	0,63	-4,340	0,000

Rodzice deklarujący się jako niewierzący wyrażają większe zapotrzebowanie na wsparcie ze strony innych, a także aktywniej go poszukują w porównaniu do rodziców niewierzących.

Tabela 68. Zapotrzebowanie na wsparcie i poszukiwanie wsparcia społecznego przez rodziców a deklarowanie wiary

	Tak		Nie		Statystyka	
	M	SD	M	SD	Z	p
Zapotrzebowanie na wsparcie	2,93	0,58	2,62	0,58	-6,703	0,000
Poszukiwanie wsparcia	2,84	0,75	2,40	0,77	-7,019	0,000

Analiza korelacyjna wykazała istnienie dodatnich związków między spostrzeganym przez rodziców wsparciem (we wszystkich wymiarach oraz na poziomie wyniku ogólnego) a deklarowanym poziomem jakości życia. Oznacza to, że im bardziej pozytywnie rodzice oceniają swoją jakość życia, tym więcej możliwości wsparcia dostrzegają w swoim otoczeniu.

Tabela 69. Związki między otrzymywanym przez rodziców wsparciem społecznym a deklarowaną jakością życia

	Statystyka	
	rho	p
Wsparcie emocjonalne	,227**	0,000
Wsparcie instrumentalne	,244**	0,000
Wsparcie materialne	,311**	0,000
Wsparcie informacyjne	,276**	0,000

	Statystyka	
	rho	p
Wsparcie wartościujące	,306**	0,000
Otrzymywane wsparcie	,349**	0,000

Dodatkowo, im bardziej pozytywnie rodzice oceniają swoją jakość życia, tym bardziej potrzebują wsparcia od innych w sytuacjach trudnych, ale także częściej podejmują aktywne działania w zakresie poszukiwania dla siebie wsparcia u innych.

Tabela 70. Związki między zapotrzebowaniem na wsparcie i poszukiwaniem wsparcia społecznego przez rodziców a deklarowaną jakością życia

	Statystyka	
	rho	p
Zapotrzebowanie na wsparcie	,143**	0,000
Poszukiwanie wsparcia	,126**	0,000

Wykształcenie także istotnie różnicuje rodziców w odniesieniu do otrzymywanego wsparcia. Wraz ze wzrostem poziomu wykształcenia rośnie także przekonanie rodziców o tym, że otrzymują wsparcie od innych. Ta sama prawidłowość dotyczyła wymiaru wsparcia instrumentalnego i wartościującego. W przypadku wsparcia emocjonalnego przekonanie o jego otrzymywaniu rośnie wraz ze wzrostem poziomu wykształcenia, po czym na poziomie wykształcenia wyższego jest ono nieco niższe niż na poziomie wykształcenia średniego.

Tabela 71. Otrzymywane przez rodziców wsparcie społeczne, a wykształcenie

	Podstawowe		Zawodowe		Średnie		Wyższe		Statystyka	
	M	SD	M	SD	M	SD	M	SD	H	p
Wsparcie emocjonalne	2,95	0,81	3,30	0,69	3,41	0,64	3,38	0,62	36,944	0,000
Wsparcie instrumentalne	3,11	0,83	3,42	0,74	3,49	0,68	3,46	0,68	23,003	0,000
Wsparcie materialne	2,47	0,76	2,48	0,74	2,41	0,74	2,47	0,75	3,668	0,300
Wsparcie informacyjne	3,11	0,81	3,13	0,84	3,17	0,81	3,19	0,79	1,764	0,623
Wsparcie wartościujące	3,06	0,82	3,26	0,72	3,33	0,64	3,35	0,65	14,448	0,002
Otrzymywane wsparcie	2,94	0,64	3,12	0,60	3,16	0,55	3,17	0,55	14,708	0,002

Poziom wykształcenia różnicuje także istotnie rodziców w odniesieniu do zapotrzebowania na wsparcie. Największe zapotrzebowanie na wsparcie wyrażają rodzice z wykształceniem średnim, natomiast najmniejsze – z wykształceniem zawodowym.

Tabela 72. Zapotrzebowanie na wsparcie i poszukiwanie wsparcia społecznego przez rodziców, a deklarowanie wiary a wykształcenie

	Podstawowe		Zawodowe		Średnie		Wyższe		Statystyka	
	M	SD	M	SD	M	SD	M	SD	H	p
Zapotrzebowanie na wsparcie	2,78	0,75	2,94	0,64	2,92	0,58	2,85	0,56	13,856	0,003
Poszukiwanie wsparcia	2,83	0,86	2,84	0,80	2,78	0,77	2,74	0,74	5,573	0,134

Wykonywanie pracy zawodowej okazuje się różnicować wyniki rodziców dotyczące spostrzeganego dostępnego dla nich wsparcia społecznego (we wszystkich wymiarach poza wsparciem informacyjnym). Rodzice posiadający pracę wyżej oceniają dostępne dla nich otrzymywane wsparcie społeczne.

Tabela 73. Otrzymywane przez rodziców wsparcie społeczne a wykonywanie przez nich pracy zawodowej

	Tak		Nie		Statystyka	
	M	SD	M	SD	Z	p
Wsparcie emocjonalne	3,38	0,63	3,28	0,72	-2,325	0,020
Wsparcie instrumentalne	3,47	0,68	3,37	0,76	-2,306	0,021
Wsparcie materialne	2,48	0,74	2,34	0,77	-3,572	0,000
Wsparcie informacyjne	3,19	0,80	3,10	0,85	-1,915	0,055
Wsparcie wartościujące	3,35	0,64	3,21	0,75	-3,186	0,001
Otrzymywane wsparcie	3,17	0,55	3,06	0,62	-3,485	0,000

Rodzice wykonujący pracę zawodową wyrażają także większe zapotrzebowanie na wsparcie ze strony innych w sytuacjach trudnych oraz częściej aktywnie poszukują takiej pomocy.

Tabela 74. Zapotrzebowanie na wsparcie i poszukiwanie wsparcia społecznego przez rodziców a posiadanie pracy zawodowej

	Tak		Nie		Statystyka	
	M	SD	M	SD	Z	p
Zapotrzebowanie na wsparcie	2,87	0,58	2,92	0,62	-2,320	0,020
Poszukiwanie wsparcia	2,75	0,76	2,88	0,80	-3,545	0,000

Stan cywilny nie różnicuje badanych rodziców w zakresie spostrzeganego otrzymywanego wsparcia społecznego.

Tabela 75. Otrzymywane przez rodziców wsparcie społeczne a stan cywilny

	Kawaler/panna		Żonaty/zamężna/ w związku		Statystyka	
	M	SD	M	SD	Z	p
Wsparcie emocjonalne	3,38	0,63	3,35	0,66	-0,568	0,570
Wsparcie instrumentalne	3,48	0,65	3,44	0,71	-0,605	0,545
Wsparcie materialne	2,44	0,74	2,45	0,75	-0,250	0,802
Wsparcie informacyjne	3,17	0,78	3,17	0,81	-0,282	0,778
Wsparcie wartościujące	3,34	0,63	3,32	0,67	-0,238	0,812
Otrzymywane wsparcie	3,16	0,54	3,15	0,57	-0,264	0,792

Rodzice o różnym stanie cywilnym nie różnią się także istotnie pod względem zapotrzebowania na wsparcie społeczne oraz jego poszukiwania.

Tabela 76. Zapotrzebowanie na wsparcie i poszukiwanie wsparcia społecznego przez rodziców a stan cywilny

	Kawaler/panna		Żonaty/zamężna/ w związku		Statystyka	
	M	SD	M	SD	Z	p
Zapotrzebowanie na wsparcie	2,88	0,57	2,89	0,59	-0,226	0,821
Poszukiwanie wsparcia	2,80	0,77	2,77	0,77	-0,899	0,369

Odnotowano istotne statystycznie ujemne związki między spostrzeganym otrzymywanym wsparciem przez rodziców a ich oceną dotyczącą wpływu pandemii na ich życie. Związki nie dotyczą tylko spostrzeganego wsparcia emocjonalnego. Wraz z wyższą oceną spostrzeganego przez rodziców otrzymywanego wsparcia spada siła ich przekonania, że pandemia oddziałuje na jakość ich życia.

Tabela 77. Związki między otrzymywanym przez rodziców wsparciem społecznym a wpływem pandemii na ich jakość życia

	Statystyka	
	r	p
Wsparcie emocjonalne	-0,030	0,129
Wsparcie instrumentalne	-0,047 *	0,020
Wsparcie materialne	-0,134 **	0,000
Wsparcie informacyjne	-0,070 **	0,000

	Statystyka	
	r	P
Wsparcie wartościujące	-0,098 **	0,000
Otrzymywane wsparcie	-0,098 **	0,000

Z kolei wraz ze zwiększeniem zapotrzebowania na wsparcie oraz jego poszukiwania rośnie przekonanie rodziców o tym, że pandemia wpłynęła na jakość ich życia.

Tabela 78. Związki między zapotrzebowaniem na wsparcie a poszukiwaniem wsparcia społecznego przez rodziców, a wpływem pandemii na jakość ich życia

	Statystyka	
	rho	p
Zapotrzebowanie na wsparcie	,049*	0,013
Poszukiwanie wsparcia	,084**	0,000

7

Związki między kapitałem psychologicznym rodziców a dostarczanym przez nich wsparciem

1. Kapitał psychologiczny a dostarczane wsparcie indywidualne

Kolejnym krokiem podczas analizy uzyskanych wyników było dookreślenie związków między zmiennymi wyjaśnianymi (dostarczane dzieciom wsparcia przez rodziców) a zmiennymi wyjaśniającymi. Uzyskano istotną statystycznie dodatnią korelację między poczuciem własnej skuteczności rodziców a dostarczanym przez nich wsparciem. Oznacza to, że im wyższe poczucie własnej skuteczności, tym bardziej skłonni są oni udzielać wsparcia swoim dzieciom.

Tabela 79. Związki między poczuciem własnej skuteczności rodziców a dostarczanym dzieciom wsparciem

Zmienne	Dostarczane wsparcie indywidualne	
	R	P
Poczucie własnej skuteczności	.268**	0,000

Występuje także istotna korelacja między dystrybucją zasobów a dostarczanym przez rodziców wsparciem. Dodatnia korelacja z zyskiem zasobów podmiotowych oznacza, że im wyższego zysku zasobów doświadczają rodzice, tym większe jest udzielane przez nich dzieciom wsparcie. Ujemna korelacja ze stratą zasobów oznacza, że im więcej strat zasobów rodzic doświadczył, tym mniejsze jest udzielane przez niego wsparcie swoim dzieciom.

Tabela 80. Związki między dystrybucją zasobów u rodziców a dostarczanym dzieciom wsparciem

Zmienne	Dostarczane wsparcie indywidualne	
	R	P
Zysk zasobów podmiotowych	.181**	0,000
Strata zasobów podmiotowych	-.111**	0,000

Dodatnie korelacje występują także między dostarczanym wsparciem a prężnością – na poziomie poszczególnych wymiarów oraz wyniku ogólnego. Im większe nasilenie prężności, oznaczającej m.in. optymizm, energię, wytrwałość poczucie humoru, otwartość, tolerancję negatywnego afektu, tym większego wsparcia rodzice udzielają dzieciom.

Tabela 81. Związki między prężnością rodziców a dostarczanym dzieciom wsparciem

Zmienne	Dostarczane wsparcie indywidualne	
	R	P
Optymistyczne nastawienie i energia	.336**	0,000
Wytrwałość i determinacja w działaniu	.288**	0,000
Poczucie humoru i otwartość na nowe doświadczenia	.280**	0,000
Kompetencje osobiste i tolerancja negatywnego afektu	.279**	0,000
SPP-18	.333**	0,000

Istotne związki występują także między wybranymi strategiami radzenia sobie ze stresem a dostarczanym przez rodziców wsparciem. Ujemne związki dotyczą strategii: zaprzeczania, zażywania substancji psychoaktywnych, zaprzestania działań i obwiniania siebie, co oznacza, że im częstsze stosowanie tych strategii, tym mniejsze wsparcie udzielane dzieciom przez rodziców. Dodatkowo związki dotyczą strategii: aktywnego radzenia sobie, planowania, pozytywnego wartościowania, akceptacji, zwrotu ku religii, poszukiwania wsparcia emocjonalnego, poszukiwania wsparcia instrumentalnego oraz odwracania uwagi. Oznacza to, że im częstsze stosowanie tych strategii radzenia sobie ze stresem, tym większe wsparcie udzielane jest dzieciom przez rodziców.

Tabela 82. Związki między strategiami radzenia sobie rodziców a dostarczanym dzieciom wsparciem

Zmienne	Dostarczane wsparcie indywidualne	
	R	P
Aktywne radzenie sobie	.284**	0,000
Planowanie	.270**	0,000
Pozytywne przewartościowanie	.215**	0,000
Akceptacja	.153**	0,000
Poczucie humoru	-0,017	0,405
Zwrot ku religii	.091**	0,000
Poszukiwanie wsparcia emocjonalnego	.205**	0,000
Poszukiwanie wsparcia instrumentalnego	.140**	0,000

Odwracanie uwagi	.044*	0,028
Zaprzeczanie	-.110**	0,000
Wyładowanie	-0,024	0,237
Zażywanie substancji psychoaktywnych	-.254**	0,000
Zaprzestanie działań	-.211**	0,000
Obwinianie siebie	-.166**	0,000

Kolejna analiza dotyczyła związków między dostarczanym przez rodziców wsparciem a wsparciem spostrzeganym przez rodziców jako dostępne dla nich. Wykazała ona istnienie dodatnich istotnych związków między wszystkimi wymiarami spostrzeganego przez rodziców dostępnego dla nich wsparcia a udzielanym przez nich dzieciom wsparciem. Im więcej dostępnego dla siebie wsparcia dostrzegają rodzice, tym więcej wsparcia udzielają dzieciom. Dodatkowo, dodatnie korelacje dotyczą także poszukiwania wsparcia oraz zapotrzebowania na nie. Wraz z nasilaniem się zapotrzebowania rodziców na wsparcie i jego poszukiwania, rośnie także poziom wsparcia dostarczanego przez nich dzieciom.

Tabela 83. Związki między spostrzeganym dostępnym dla rodziców wsparciem a dostarczanym dzieciom wsparciem

Zmienne	Dostarczane wsparcie indywidualne	
	R	P
Wsparcie emocjonalne	.402**	0,000
Wsparcie instrumentalne	.396**	0,000
Wsparcie materialne	.106**	0,000
Wsparcie informacyjne	.302**	0,000
Wsparcie wartościujące	.405**	0,000
Zapotrzebowanie na wsparcie	.290**	0,000
Poszukiwanie wsparcia	.230**	0,000
Otrzymywane wsparcie	.402**	0,000

2. Kapitał psychologiczny a dostarczane wsparcie systemowe

Drugim krokiem była analiza związków między czynnikami składającymi się na kapitał psychologiczny rodziców a oceną przez nich wsparcia systemowego dostępnego dla ich dzieci.

Poczucie własnej skuteczności wykazuje dodatni pozytywny związek z udzielanym wsparciem dzieciom wsparciem systemowym, co wskazuje, że wraz ze wzrostem poczucia własnej skuteczności wśród rodziców rośnie ich ocena wsparcia systemowego udzielanego ich dzieciom.

Tabela 84. Związek między dostarczanym dzieciom wsparciem systemowym a poczuciem własnej skuteczności rodziców

Zmienne	Dostarczane wsparcie systemowe	
	R	P
Poczucie własnej skuteczności	.187**	0,000

Ocena systemowego wsparcia udzielanego dzieciom wykazuje także istotne dodatnie związki z zyskiem i stratą zasobów przez rodziców. Wynik ten oznacza, że wsparcie systemowe dla dzieci oceniane jest przez rodziców tym wyżej, im bardziej doświadczają oni zarówno zysku, jak i straty zasobów podmiotowych.

Tabela 85. Związek między dostarczanym dzieciom wsparciem systemowym a dystrybucją zasobów podmiotowych zarządzających u rodziców

Zmienne	Dostarczane wsparcie systemowe	
	R	p
Zysk zasobów podmiotowych	.140**	0,000
Strata zasobów podmiotowych	-.126**	0,000

Dodatnie istotne związki występują także między prężnością – na poziomie zarówno wyniku ogólnego, jak i poszczególnych czynników – a oceną rodziców wsparcia społeczno-dostarczanego dzieciom. Ten rodzaj wsparcia oceniany jest tym wyżej, im wyższy poziom prężności rodziców: większy optymizm, energia, wytrwałość, poczucie humoru, otwartość czy tolerancja negatywnego afektu.

Tabela 86. Związek między dostarczanym dzieciom wsparciem systemowym a prężnością rodziców

Zmienne	Dostarczane wsparcie systemowe	
	R	p
Optymistyczne nastawienie i energia	.287**	0,000
Wytrwałość i determinacja w działaniu	.231**	0,000
Poczucie humoru i otwartość na nowe doświadczenia	.219**	0,000
Kompetencje osobiste i tolerancja negatywnego afektu	.220**	0,000
SPP-18	.270**	0,000

W kolejnym kroku analizowano związki między oceną wsparcia systemowego udzielanego dzieciom a strategiami radzenia sobie ze stresem przez rodziców. Wykazano w tym zakresie zarówno dodatnie, jak i ujemne istotne statystycznie związki. Dodatkowo związki dotyczą strategii: aktywne radzenie sobie, planowanie, pozytywne przewartościowanie,

akceptacja, poczucie humoru, poszukiwanie wsparcia emocjonalnego i poszukiwanie wsparcia instrumentalnego. Wyniki te oznaczają, że wraz z częstszym stosowaniem tych strategii radzenia sobie rośnie także ocena wsparcia systemowego udzielanego dzieciom. Negatywne związki dotyczą strategii: zaprzeczanie, wyładowanie, zażywanie substancji psychoaktywnych, zaprzestanie działań, obwinianie siebie. Ich stosowanie jest powiązane z niską oceną wsparcia udzielanego dzieciom przez system.

Tabela 87. Związek między dostarczanym dzieciom wsparciem systemowym a strategiami radzenia sobie ze stresem przez rodziców

Zmienne	Dostarczane wsparcie systemowe	
	R	p
Aktywne radzenie sobie	.205**	0,000
Planowanie	.235**	0,000
Pozytywne przewartościowanie	.161**	0,000
Akceptacja	.095**	0,000
Poczucie humoru	.072**	0,000
Zwrot ku religii	0,024	0,227
Poszukiwanie wsparcia emocjonalnego	.119**	0,000
Poszukiwanie wsparcia instrumentalnego	.086**	0,000
Odwracanie uwagi	-0,004	0,847
Zaprzeczanie	-.083**	0,000
Wyładowanie	-.093**	0,000
Zażywanie substancji psychoaktywnych	-.106**	0,000
Zaprzestanie działań	-.158**	0,000
Obwinianie siebie	-.130**	0,000

Ostatnia grupa związków dotyczy powiązania oceny przez rodziców wsparcia systemowego udzielanego dzieciom z oceną wsparcia dostępnego dla nich samych. We wszystkich wymiarach wsparcia odnotowano dodatnie istotne związki. Wraz ze wzrostem oceny dostępnego dla rodziców wsparcia emocjonalnego, instrumentalnego, informacyjnego, wartościującego i materialnego, rośnie ocena rodziców dotycząca dostępnego dla dzieci wsparcia systemowego. Dodatkowo, im większe nasilenie zapotrzebowania na wsparcie u rodziców, a także jego poszukiwania dla siebie, tym większa ocena wsparcia systemowego udzielanego dzieciom.

Tabela 88. Związek między dostarczanym dzieciom wsparciem systemowym a spostrzeganym przez rodziców wsparciem dostępnym dla nich

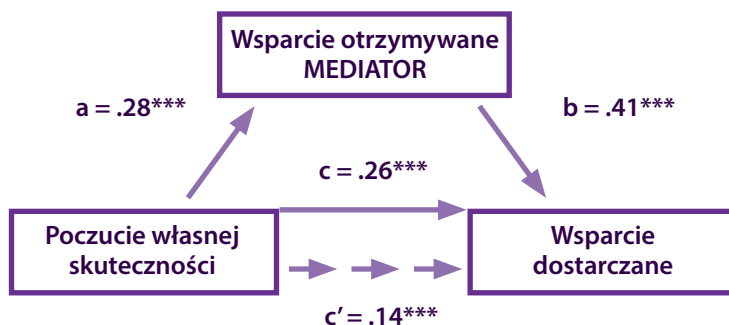
Zmienne	Dostarczane wsparcie systemowe	
	R	p
Wsparcie emocjonalne	.250**	0,000
Wsparcie instrumentalne	.258**	0,000
Wsparcie materialne	.342**	0,000
Wsparcie informacyjne	.272**	0,000
Wsparcie wartościujące	.353**	0,000
Zapotrzebowanie na wsparcie	.175**	0,000
Poszukiwanie wsparcia	.123**	0,000
Otrzymywane wsparcie	.374**	0,000

8

Funkcje modyfikacyjne (mediacyjne oraz moderacyjne) otrzymywanego wsparcia dla związków między kapitałem psychologicznym a wsparciem dostarczanym przez rodziców

Modele mediacyjne

Zgodnie z założeniami teoretycznymi badań, kolejnym krokiem analiz była ocena pośredniczącej roli wsparcia otrzymywanego przez rodziców dla zależności między elementami składowymi kapitału psychologicznego rodziców a wsparciem, jakiego udzielają oni swoim dzieciom. Pierwszy model mediacyjny odnosił się do poczucia własnej skuteczności rodziców.



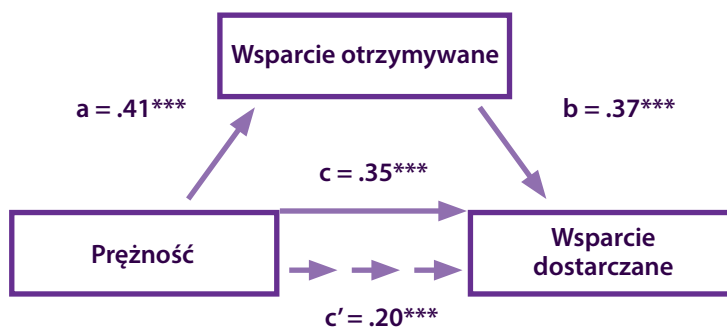
* $p < .05$; ** $p < .01$; *** $p < .001$; *standardized coefficients*

Schemat 1. Model relacji między poczuciem własnej skuteczności rodziców, otrzymywanym wsparciem a udzielonym dzieciom wsparciem

Wykres pokazuje istotny bezpośredni związek między poczuciem własnej skuteczności rodziców we wspieraniu a otrzymywanym wsparciem ($\beta = 0,28$, $SE = 0,003$, $p < 0,001$). Ponadto istotny okazał się efekt całkowity poczucia własnej skuteczności we wspieraniu na wsparcie transmitowane ($\beta = 0,26$, $SE = 0,003$, $p < 0,001$). Wykazano istotny statystycznie wpływ zmiennej pośredniczącej (wsparcie otrzymywane) na wsparcie transmitowane ($\beta = 0,41$, $SE = 0,014$, $p < 0,001$). Bezpośredni wpływ poczucia skuteczności we wspieraniu na transmitowane wsparcie, po uwzględnieniu otrzymywanego wsparcia jako mediatora, zmniejszył się ($\beta = 0,14$, $SE = 0,003$, $p < 0,001$). Wyniki analizy z wykorzystaniem

bootstrappingu potwierdziły mediującą rolę wsparcia otrzymywanego (LLCI=-0,0154; ULCI=0,0257).

Wyniki pokazują, że związek bezpośredni poczucia własnej skuteczności rodziców z udzielanym przez nich wsparciem wobec dzieci jest zapośredniczony, tzn. częściowo wyjaśniany przez wsparcie, jakie otrzymują rodzice. Posiadany przez rodziców kapitał psychologiczny, w tym wypadku poczucie własnej skuteczności, przekłada się na udzielanie wsparcia dzieciom, ale ważne w tym związku są także odpowiednie społeczne zasoby rodziców – możliwość otrzymania wsparcia od innych.

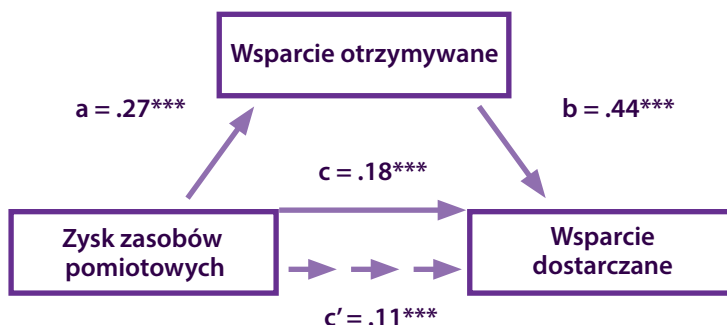


* $p < .05$; ** $p < .01$; *** $p < .001$; *standardized coefficients*

Schemat 2. Model relacji między prężnością rodziców, otrzymywanym wsparciem a udzielanym dzieciom wsparciem

Wykres pokazuje związek między prężnością a otrzymywanym wsparciem ($\beta = 0,41$, $SE = 0,001$, $p < 0,001$). Efekt całkowity był istotny statystycznie ($\beta = 0,35$, $SE = 0,001$, $p < 0,001$). Istotny okazał się bezpośredni wpływ zmiennej pośredniczącej (wsparcie otrzymywane) na wsparcie transmitowane ($\beta = 0,37$, $SE = 0,015$, $p < 0,001$). Bezpośredni wpływ prężności na transmitowane wsparcie, po uwzględnieniu otrzymywanego wsparcia jako mediatora, zmniejszył się ($\beta = 0,20$, $SE = 0,001$, $p < 0,001$). Wyniki analizy z wykorzystaniem *bootstrappingu* potwierdziły mediację wsparcia otrzymywanego w związku pomiędzy prężnością a transmitowanym wsparciem (LLCI=0,0071; ULCI=0,0105).

Oznacza to, że związek bezpośredni prężności rodziców z udzielanym przez nich wsparciem wobec dzieci jest zapośredniczony, tzn. częściowo wyjaśniany przez wsparcie, jakie rodzice otrzymują. Posiadany przez rodziców kapitał psychologiczny, w tym wypadku prężność, przekłada się na udzielanie wsparcia dzieciom, ale istotną rolę w tym związku pełnią odpowiednie społeczne zasoby rodziców – możliwość otrzymania wsparcia od innych.

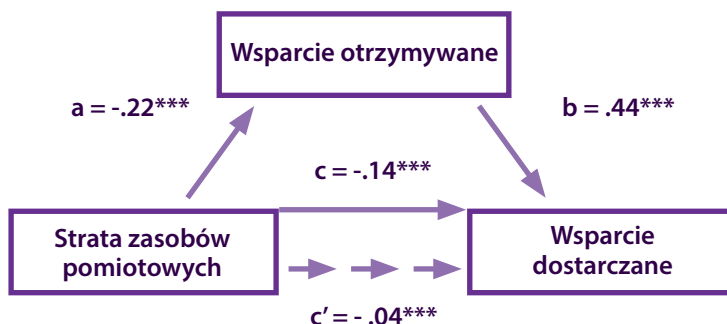


* $p < .05$; ** $p < .01$; *** $p < .001$; *standardized coefficients*

Schemat 3. Model relacji między zyskiem zasobów podmiotowych rodziców, otrzymywanym wsparciem a udzielanym dzieciom wsparciem

Jak pokazuje wykres, istnieje istotny bezpośredni związek między zyskiem zasobów podmiotowych a otrzymywanym wsparciem ($\beta = 0,27$, $SE = 0,002$, $p < 0,001$). Analiza wykazała istotny efekt całkowity zysku zasobów podmiotowych na wsparcie transmitowane ($\beta = 0,07$, $SE = 0,002$, $p < 0,001$). Istotny okazał się bezpośredni wpływ zmiennej pośredniczącej (wsparcie otrzymywane) na wsparcie transmitowane ($\beta = 0,44$, $SE = 0,015$, $p < 0,001$). Bezpośredni wpływ zysku zasobów podmiotowych na transmitowane wsparcie po uwzględnieniu otrzymywanego wsparcia jako mediatora zmniejszył się ($\beta = 0,11$, $SE = 0,002$, $p < 0,001$). Wyniki analizy z wykorzystaniem bootstrappingu potwierdziły rolę mediacyjną wsparcia otrzymanego ($LLCI = 0,0025$; $ULCI = 0,0086$).

W świetle wyników okazuje się, że związek bezpośredni zysku zasobów podmiotowych rodziców z udzielanym przez nich wsparciem wobec dzieci jest zapośredniczony, tzn. częściowo wyjaśniany przez wsparcie, jakie otrzymują rodzice. Posiadany przez rodziców kapitał psychologiczny, w tym wypadku zysk zasobów podmiotowych, przekłada się na udzielanie wsparcia dzieciom, ale ważne w tym związku są także odpowiednie społeczne zasoby rodziców – możliwość otrzymania wsparcia od innych.

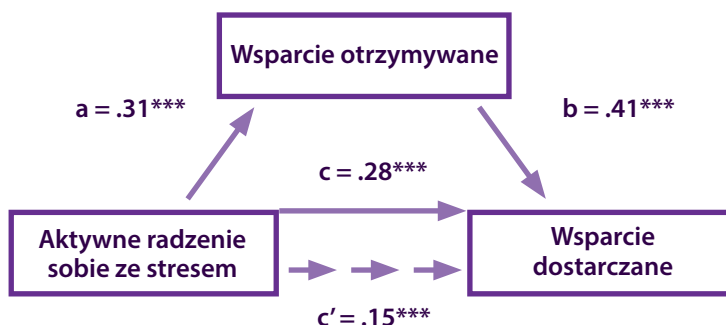


* $p < .05$; ** $p < .01$; *** $p < .001$; *standardized coefficients*

Schemat 4. Model relacji między stratą zasobów podmiotowych rodziców, otrzymywanym wsparciem a udzielanym dzieciom wsparciem

Jak pokazuje wykres, istnieje bezpośredni istotny związek między stratą zasobów podmiotowych a otrzymywanym wsparciem ($\beta = -0,22$, $SE = 0,002$, $p < 0,001$). Analiza wykazała istotny efekt całkowity strat zasobów podmiotowych na wsparcie transmitowane ($\beta = -0,14$, $SE = 0,001$, $p < 0,001$). Istotny okazał się bezpośredni wpływ zmiennej pośredniczącej (wsparcie otrzymywane) na wsparcie transmitowane ($\beta = 0,44$, $SE = 0,019$, $p < 0,001$). Bezpośredni wpływ straty zasobów podmiotowych na transmitowane wsparcie, po ujęciu otrzymywanego wsparcia jako mediatora, zmniejszył się ($\beta = -0,04$, $SE = 0,001$, $p < 0,01$). Wyniki analizy z wykorzystaniem *bootstrappingu* potwierdziły rolę mediacyjną wsparcia otrzymywanego (LLCI = -0,0049; ULCI = -0,0004).

Wyniki pokazują, że związek bezpośredni straty zasobów podmiotowych rodziców z udzielanym przez nich wsparciem wobec dzieci jest zapośredniczony, tzn. częściowo wyjaśniany przez wsparcie, jakie rodzice otrzymują. Strata zasobów podmiotowych przez rodziców powoduje zmniejszenie udzielania przez nich wsparcia swoim dzieciom. Efekt ten jest jednak mniejszy, jeśli uwzględni się wsparcie, jakie od innych otrzymują rodzice. Otrzymywanie wsparcia przez rodziców stanowi czynnik, który pomaga im wspierać swoje dzieci, pomimo doświadczania strat zasobów podmiotowych.



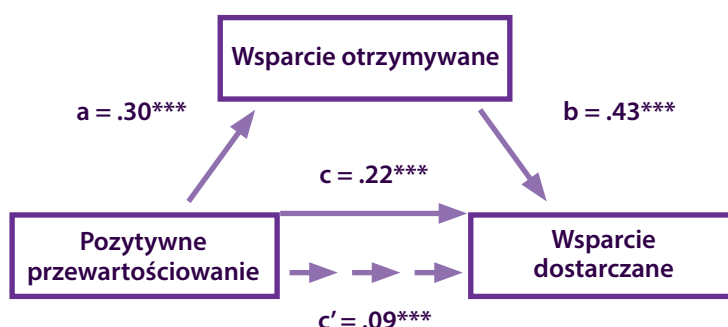
* $p < .05$; ** $p < .01$; *** $p < .001$; *standardized coefficients*

Schemat 5. Model relacji między aktywnym radzeniem sobie ze stresem przez rodziców, otrzymywanym wsparciem a udzielanym dzieciom wsparciem

Wykres pokazuje istotny bezpośredni związek między aktywnym radzeniem sobie ze stresem a otrzymywanym wsparciem ($\beta = 0,31$, $SE = 0,020$, $p < 0,001$). Efekt całkowity aktywnego radzenia sobie ze stresem na wsparcie transmitowane był istotny statystycznie ($\beta = 0,28$, $SE = 0,015$, $p < 0,001$). Istotny okazał się również bezpośredni wpływ zmiennej pośredniczącej (wsparcie otrzymywane) na wsparcie transmitowane ($\beta = 0,41$, $SE = 0,015$, $p < 0,001$). Bezpośredni wpływ aktywnego radzenia sobie ze stresem na transmitowane wsparcie po uwzględnieniu otrzymywanego wsparcia istotnie zmniejszył się ($\beta = 0,15$, $SE = 0,015$, $p < 0,001$). Wyniki analizy z wykorzystaniem *bootstrappingu* potwierdziły rolę mediacyjną wsparcia otrzymywanego (LLCI = 0,0942; ULCI = 0,1525).

Wyniki pokazują, że związek bezpośredni aktywnego radzenia sobie ze stresem przez rodziców z udzielanym przez nich wsparciem wobec dzieci jest zapośredniczony, tzn. częściowo wyjaśniany przez wsparcie, jakie rodzice otrzymują. Posiadany przez rodziców

kapitał psychologiczny, w tym wypadku strategia aktywnego radzenia sobie ze stresem, przekłada się na udzielanie wsparcia dzieciom, ale istotną rolę w tym związku pełnią odpowiednie społeczne zasoby rodziców – możliwość otrzymania wsparcia od innych.

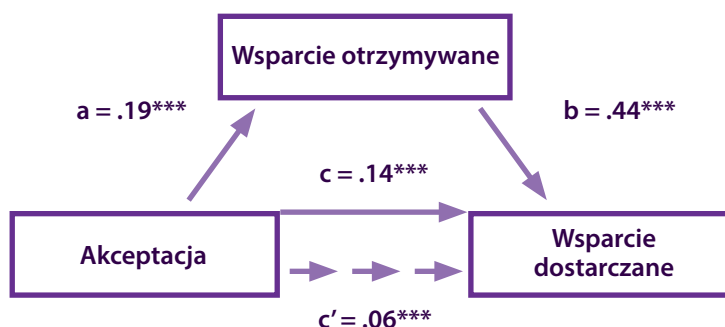


* $p < .05$; ** $p < .01$; *** $p < .001$; *standardized coefficients*

Schemat 6. Model relacji między strategią pozytywnego przewartościowania przez rodziców, otrzymywanym wsparciem a udzielonym dzieciom wsparciem

Wykres pokazuje istotny bezpośredni związek między strategią pozytywnego przewartościowania a otrzymywanym wsparciem ($\beta = 0,30$, $SE = 0,018$, $p < 0,001$). Efekt całkowity aktywnego radzenia sobie ze stresem na wsparcie transmitowane był istotny statystycznie ($\beta = 0,22$, $SE = 0,014$, $p < 0,001$). Istotny okazał się również bezpośredni wpływ zmiennej pośredniczącej (wsparcie otrzymywane) na wsparcie transmitowane ($\beta = 0,43$, $SE = 0,015$, $p < 0,001$). Bezpośredni wpływ strategii pozytywnego przewartościowania w radzeniu sobie ze stresem na transmitowane wsparcie po uwzględnieniu otrzymywanego wsparcia jako mediatora istotnie zmniejszył się ($\beta = 0,09$, $SE = 0,014$, $p < 0,001$). Wyniki analizy z wykorzystaniem *bootstrappingu* potwierdziły rolę mediacyjną wsparcia otrzymywanego ($LLCI=0,0364$; $ULCI=0,0901$).

Oznacza to, że związek bezpośredni strategii rodziców radzenia sobie ze stresem, jaką jest pozytywne przewartościowanie, z udzielanym przez nich wsparciem wobec dzieci, jest zapośredniczony, tzn. częściowo wyjaśniany przez wsparcie, jakie rodzice otrzymują. Posiadany przez rodziców kapitał psychologiczny, w tym wypadku umiejętność stosowania strategii pozytywnego przewartościowania w radzeniu sobie ze stresem, przekłada się na udzielanie wsparcia dzieciom, ale istotną rolę w tym związku pełnią odpowiednie społeczne zasoby rodziców – możliwość otrzymania wsparcia od innych.

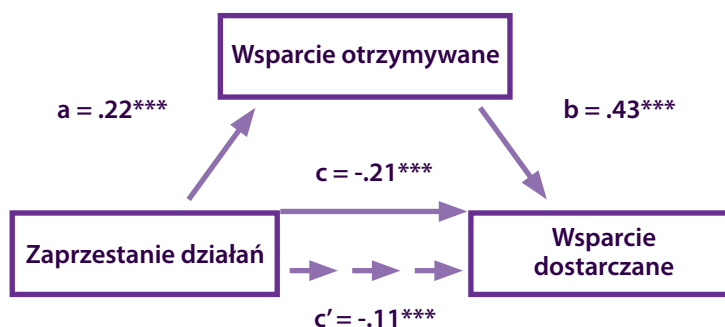


* $p < .05$; ** $p < .01$; *** $p < .001$; *standardized coefficients*

Schemat 7. Model relacji między strategią akceptacji stosowaną przez rodziców, otrzymywanym wsparciem a udzielonym dzieciom wsparciem

Wykres pokazuje istotny bezpośredni związek między strategią akceptacji w radzeniu sobie ze stresem a otrzymywanym wsparciem ($\beta = 0,19$, $SE = 0,019$, $p < 0,001$). Ponadto istotny okazał się efekt całkowity strategii akceptacji na wsparcie transmitowane ($\beta = 0,14$, $SE = 0,015$, $p < 0,001$). Wykazano istotny statystycznie wpływ zmiennej pośredniczącej (wsparcie otrzymane) na wsparcie transmitowane ($\beta = 0,44$, $SE = 0,014$, $p < 0,001$). Bezpośredni wpływ strategii akceptacji na transmitowane wsparcie po uwzględnieniu otrzymywanego wsparcia jako mediatora zmniejszył się ($\beta = 0,06$, $SE = 0,056$, $p < 0,01$). Wyniki analizy z wykorzystaniem *bootstrappingu* potwierdziły rolę mediacyjną wsparcia otrzymanego ($LLCI=0,0157$; $ULCI=0,0694$).

Wyniki pokazują, że związek bezpośredni strategii rodziców radzenia sobie ze stresem, jaką jest akceptacja, z udzielanym przez nich wsparciem wobec dzieci, jest zapośredniczony, tzn. częściowo wyjaśniany przez wsparcie, jakie rodzice otrzymują. Posiadany przez rodziców kapitał psychologiczny, w tym wypadku umiejętność stosowania strategii akceptacji w radzeniu sobie ze stresem, przekłada się na udzielanie wsparcia dzieciom, ale istotną rolę w tym związku pełnią społeczne zasoby rodziców – możliwość otrzymania wsparcia od innych.

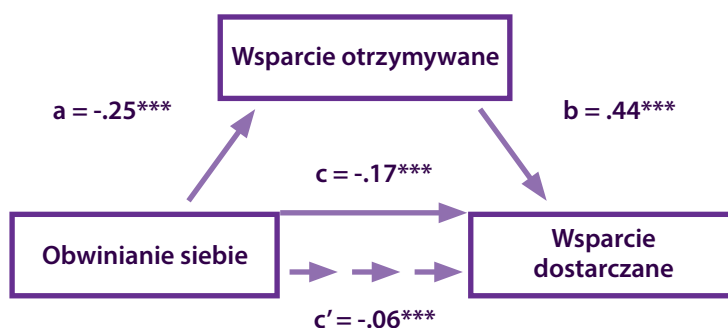


* $p < .05$; ** $p < .01$; *** $p < .001$; *standardized coefficients*

Schemat 8. Model relacji między strategią zaprzestania działań przez rodziców, otrzymywanym wsparciem a udzielonym dzieciom wsparciem

Wykres pokazuje istotny bezpośredni związek między strategią zaprzestaniem działań w radzeniu sobie ze stresem a otrzymywanym wsparciem ($\beta = -0,22$, $SE = 0,019$, $p < 0,001$). Efekt całkowity zaprzestania działań na wsparcie transmitowane był istotny statystycznie ($\beta = -0,21$, $SE = 0,015$, $p < 0,001$). Wykazano wpływ zmiennej pośredniczącej (wsparcie otrzymywane) na wsparcie transmitowane ($\beta = 0,43$, $SE = 0,014$, $p < 0,001$). Bezpośredni wpływ zaprzestania działań w radzeniu sobie ze stresem na transmitowane wsparcie po uwzględnieniu otrzymywanego wsparcia jako mediatora uległ zmniejszeniu ($\beta = -0,11$, $SE = 0,015$, $p < 0,001$). Wyniki analizy z wykorzystaniem *bootstrappingu* potwierdziły rolę mediacyjną wsparcia otrzymywanego (LLCI=-0,1143; ULCI=-0,0604).

Oznacza to, że związek bezpośredni strategii zaprzestania działań z udzielanym przez rodziców wsparciem wobec dzieci jest zapośredniczony, tzn. częściowo wyjaśniany przez wsparcie, jakie rodzice otrzymują. Stosowanie przez rodziców strategii zaprzestania działań powoduje zmniejszenie udzielania przez nich wsparcia swoim dzieciom. Efekt ten jest jednak mniejszy, jeśli uwzględni się wsparcie, jakie od innych otrzymują rodzice. Otrzymywanie wsparcia przez rodziców stanowi czynnik, który pomaga im wspierać swoje dzieci, pomimo stosowania strategii radzenia sobie ze stresem w postaci zaprzestania działań.



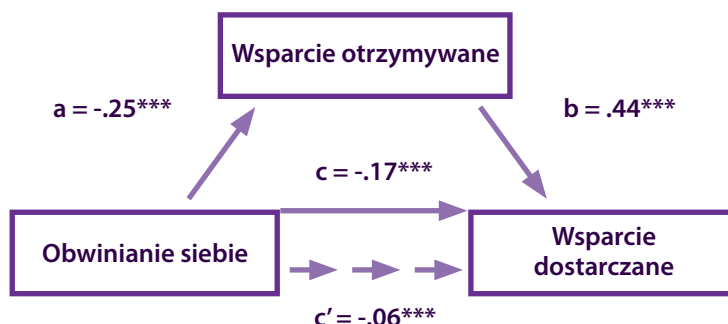
* $p < .05$; ** $p < .01$; *** $p < .001$; *standardized coefficients*

Schemat 9. Model relacji między strategią obwiniania siebie stosowaną przez rodziców, otrzymywanym wsparciem a udzielonym dzieciom wsparciem

Wykres pokazuje istotny bezpośredni związek między strategią obwiniania siebie w radzeniu sobie ze stresem a otrzymywanym wsparciem ($\beta = -0,25$, $SE = 0,016$, $p < 0,001$). Efekt całkowity obwiniania siebie na wsparcie transmitowane był istotny statystycznie ($\beta = -0,17$, $SE = 0,013$, $p < 0,001$). Wykazano wpływ zmiennej pośredniczącej (wsparcie otrzymywane) na wsparcie transmitowane ($\beta = 0,44$, $SE = 0,014$, $p < 0,001$). Bezpośredni wpływ obwiniania siebie w radzeniu sobie ze stresem na transmitowane wsparcie, po uwzględnieniu otrzymywanego wsparcia jako mediatora, uległ zmniejszeniu ($\beta = -0,06$, $SE = 0,012$, $p < 0,001$). Wyniki analizy z wykorzystaniem *bootstrappingu* potwierdziły rolę mediacyjną wsparcia otrzymywanego (LLCI=-0,0628; ULCI=-0,0167).

Oznacza to, że związek bezpośredni strategii obwiniania siebie z udzielanym przez rodziców wsparciem wobec dzieci jest zapośredniczony, tzn. częściowo wyjaśniany przez wsparcie, jakie rodzice otrzymują. Stosowanie przez rodziców strategii obwiniania siebie powoduje zmniejszenie udzielania przez nich wsparcia swoim dzieciom. Efekt

ten jest jednak słabszy, jeśli uwzględnimy wsparcie, jakie od innych otrzymują rodzice. Otrzymywanie wsparcia przez rodziców stanowi czynnik, który pomaga im wspierać swoje dzieci, pomimo stosowania strategii radzenia sobie ze stresem w postaci obwiniania siebie.



* $p < .05$; ** $p < .01$; *** $p < .001$; standardized coefficients

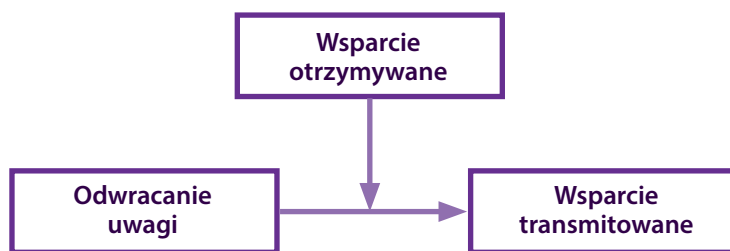
Schemat 10. Model relacji między strategią zwrotu ku religii stosowaną przez rodziców, otrzymywanym wsparciem a udzielonym dzieciom wsparciem

Wykres pokazuje istotny bezpośredni związek między strategią zwrotu ku religii w radzeniu sobie ze stresem a otrzymywanym wsparciem ($\beta = 0,18$, $SE = 0,002$, $p < 0,001$). Efekt całkowity zmiennej zwrotu ku religii na wsparcie transmitowane był istotny statystycznie ($\beta = 0,06$, $SE = 0,009$, $p < 0,01$). Wykazano wpływ zmiennej pośredniczącej (wsparcie otrzymywane) na wsparcie transmitowane ($\beta = 0,46$, $SE = 0,014$, $p < 0,001$). Bezpośredni wpływ zwrotu ku religii w radzeniu sobie ze stresem na transmitowane wsparcie, po uwzględnieniu otrzymywanego wsparcia jako mediatora, okazał się nieistotny statystycznie ($\beta = 0,02$, $SE = 0,008$, $p > 0,05$). Bezpośrednia zależność między zwrotem ku religii a transmitowanym wsparciem, która była istotna statystycznie, po wprowadzeniu mediatora stała się nieistotna, co świadczy o pełnej mediacji. Wyniki analizy z wykorzystaniem *bootstrappingu* potwierdziły rolę mediacyjną wsparcia otrzymywanego ($LLCI = -0,0259$; $ULCI = 0,0071$).

Wyniki oznaczają, że związek bezpośredni strategii zwrotu ku religii z udzielanym przez rodziców wsparciem wobec dzieci jest zapośredniczony, tzn. całkowicie wyjaśniany przez wsparcie, jakie rodzice otrzymują. Stosowanie przez rodziców strategii zwrotu ku religii wydaje się wpływać na udzielanie przez nich wsparcia swoim dzieciom, jednak okazuje się, że wyjaśniającą rolę w tym związku odgrywa wsparcie, jakiego sami doświadczają rodzice. Zwrot ku religii wpływa pozytywnie na otrzymywanie wsparcia przez rodziców, a to z kolei przekłada się bezpośrednio na udzielanie wsparcia swoim dzieciom.

Modele moderacyjne

Pierwszy model dotyczył moderacyjnej roli otrzymywanego przez rodziców wsparcia dla relacji między strategią odwracania uwagi w radzeniu sobie ze stresem a udzielanym przez rodziców wsparciem.

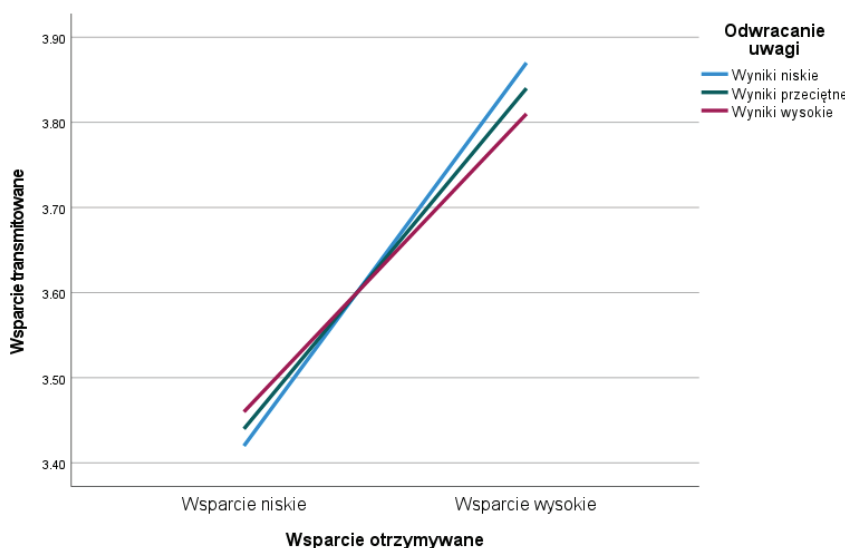


Schemat 11. Testowany model: otrzymywane wsparcie społeczne jako moderator relacji między odwracaniem uwagi a wsparciem transmitowanym / dostarczanym

Na rysunku nr 11 przedstawiono model, którego założeniem było określenie moderującej roli otrzymywanego wsparcia społecznego w relacji między odwracaniem uwagi w radzeniu sobie ze stresem a wsparciem transmitowanym. Model wyjaśniał $R^2 = 21,80\%$ wariacji zmiennej zależnej, $F = 231,94$ (3, 2496), $p < 0,001$. Wykazano interakcję pomiędzy odwracaniem uwagi a otrzymywanym wsparciem ($\Delta R^2 = 0,04$, $F = 11,82$ (1, 2496), $p = < 0,001$).

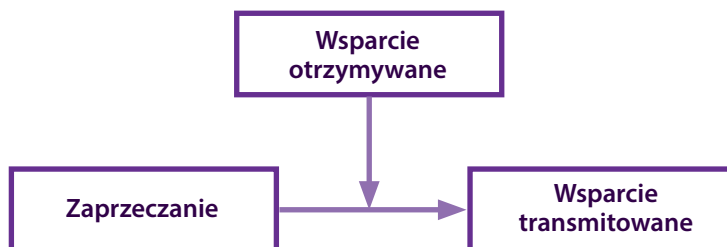
Analiza ta pozwala stwierdzić, czy zależność między odwracaniem uwagi a wsparciem transmitowanym różni się istotnie wśród osób otrzymujących niskie i wysokie wsparcie społeczne. Wśród osób, które otrzymywały wysokie wsparcie społeczne, częstsze stosowanie odwracania uwagi jako strategii radzenia sobie ze stresem przekładało się na mniejsze wsparcie udzielane ($ef = -0,05$; $SE = 0,016$; $t = -3,14$; $p < 0,01$; $LLUI = -0,0803$; $ULCI = -0,0185$). W przypadku rodziców, którzy otrzymywali niskie wsparcie społeczne, nie odnotowano efektu istotnego statystycznie. Oznacza to, że u rodziców otrzymujących niski poziom wsparcia, nasilenie strategii odwracania uwagi nie przekłada się na poziom udzielanego dzieciom wsparcia.

Wykres 1 przedstawia charakter interakcji między odwracaniem uwagi na trzech poziomach nasilenia wyników a udzielanym wsparciem, przy uwzględnieniu moderacyjnej roli wsparcia otrzymywanego przez rodziców.



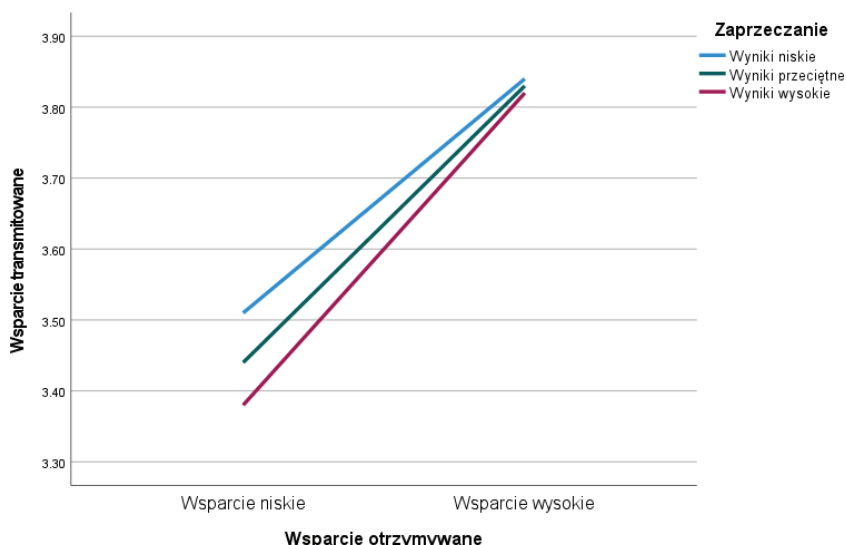
Wykres 36. Otrzymywane wsparcie społeczne jako moderator relacji między odwracaniem uwagi na trzech poziomach wyników a wsparciem transmitowanym/dostarczanym

Drugi model dotyczył moderacyjnej roli otrzymywanego przez rodziców wsparcia dla relacji między strategią zaprzeczania w radzeniu sobie ze stresem a udzielanym dzieciom wsparciem.



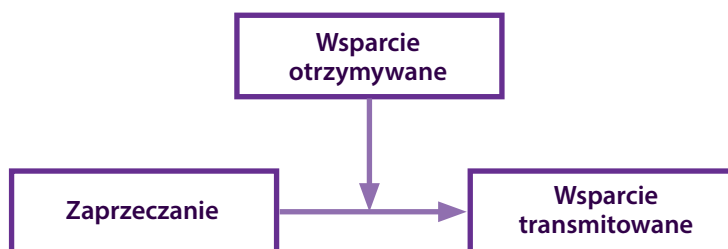
Schemat 12. Testowany model: otrzymywane wsparcie społeczne jako moderator relacji między zaprzeczaniem a wsparciem transmitowanym/dostarczanym

Na rysunku nr 12 przedstawiono model, którego założeniem było określenie moderującej roli otrzymywanego wsparcia społecznego w relacji między zaprzeczaniem w radzeniu sobie ze stresem a wsparciem transmitowanym. Model wyjaśniał $R^2 = 21,04\%$ wariacji zmiennej zależnej, $F = 221,75$ (3, 2496), $p < 0,001$. Wykazano interakcję pomiędzy zaprzeczaniem a otrzymywanym wsparciem ($\Delta R^2 = 0,04$, $F = 11,82$ (1, 2496), $p = < 0,001$). Wśród osób, które otrzymywały niskie wsparcie społeczne, częstsze stosowanie zaprzeczania miało wpływ na mniejsze wsparcie transmitowane ($ef = -0,02$; $SE = 0,016$; $t = -1,19$; $p < 0,001$; $LLUI = -0,0508$; $ULCI = -0,0124$). W przypadku rodziców, którzy otrzymywali wysokie wsparcie społeczne nie odnotowano efektu istotnego statystycznie. Wyniki wskazują na to, że przy ograniczonym wsparciu społecznym otrzymywanym przez rodziców, istotną rolę w udzielaniu przez nich wsparcia pełni nasilenie strategii zaprzeczania w radzeniu sobie ze stresem. Wśród takich rodziców wysokie nasilenie zaprzeczania wpływa na ograniczenie udzielania przez rodziców wsparcia. U rodziców otrzymujących duże wsparcie społeczne nasilenie strategii zaprzeczania w radzeniu sobie ze stresem nie wywiera istotnego efektu na udzielane dzieciom wsparcie. Można więc stwierdzić, że otrzymywane wsparcie eliminuje wpływ strategii zaprzeczania na udzielane przez rodziców wsparcie.



Wykres 37. Otrzymywane wsparcie społeczne jako moderator relacji między zaprzeczaniem na trzech poziomach wyników a udzielanym wsparciem

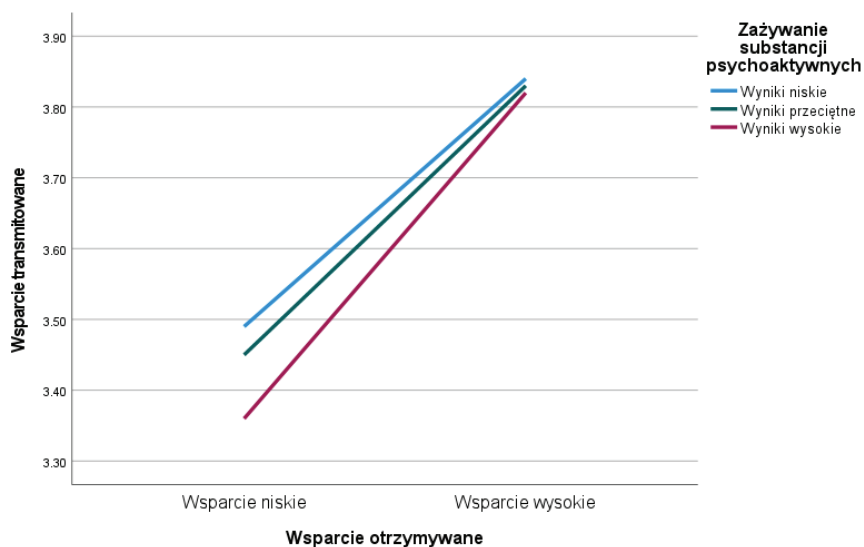
Trzeci model moderacyjny dotyczył moderacyjnej roli otrzymywanego przez rodziców wsparcia dla relacji między strategią zażywania substancji psychoaktywnych w radzeniu sobie ze stresem a udzielanym dzieciom wsparciem.



Schemat 13. Testowany model: otrzymywane wsparcie społeczne jako moderator relacji między zażywaniem substancji psychoaktywnych a wsparciem transmitowanym/dostarczanym

Na rysunku nr 13 przedstawiono model, którego założeniem było określenie moderującej roli otrzymywanego wsparcia społecznego w relacji między zażywaniem substancji psychoaktywnych w radzeniu sobie ze stresem a wsparciem transmitowanym. Model wyjaśniał $R^2 = 23,32\%$ wariacji zmiennej zależnej, $F = 253,09 (3, 2496)$, $p < 0,001$. Wykazano interakcję pomiędzy zażywaniem substancji psychoaktywnych a otrzymywanym wsparciem ($\Delta R^2 = 0,08$, $F = 26,29 (1, 2496)$, $p = < 0,001$). Wśród osób, które miały niskie wsparcie społeczne, częstsze stosowanie strategii zażywania substancji psychoaktywnych przekładało się na mniejsze wsparcie udzielane ($ef = -0,15$; $SE = 0,016$; $t = -9,36$; $p < 0,001$; $LLUI = -0,1854$; $ULCI = -0,1212$). Efektu istotnego nie odnotowano w przypadku

rodziców, którzy otrzymywali wysokie wsparcie społeczne. Oznacza to, że wysoki poziom wsparcia społecznego otrzymywanego przez rodziców eliminuje negatywny wpływ zażywania substancji psychoaktywnych przez rodziców na udzielanie wsparcia dzieciom. Przy niskim wsparciu otrzymywanym przez rodziców zażywanie przez nich substancji psychoaktywnych wiąże się z mniejszym wsparciem udzielanym przez nich dzieciom.



Wykres 38. Otrzymywane wsparcie społeczne jako moderator relacji między zażywaniem substancji psychoaktywnych na trzech poziomach wyników a wsparciem transmitowanym/dostarczanym

9

Wnioski końcowe i rekomendacje

Przeprowadzenie badań wśród rodziców pozwoliło na poznanie ich kondycji psychologicznej, a także na zidentyfikowanie czynników warunkujących udzielanie wsparcia dzieciom. Uzyskane wyniki badań pozwalają na udzielenie odpowiedzi na postawione pytania badawcze.

I. **Jakie jest nasilenie wsparcia dostarczanego uczniom przez rodziców w czasie pandemii COVID-19?**

1. Rodzice oceniają wysoko wsparcie indywidualne, jakiego sami udzielają swoim dzieciom, nieco niżej oceniają wsparcie, jakiego mogą udzielić dzieciom dzięki pomocy ze strony systemu (m.in. zaspokojenie potrzeb materialnych dziecka, opłacenie dodatkowych zajęć). Ocena obu form wsparcia rośnie wraz z wiekiem rodziców.
2. Matki wyżej niż ojcowie oceniają wsparcie udzielane dziecku przez siebie, z kolei ojcowie wyżej niż matki oceniają wsparcie ze strony systemu.
3. Wsparcie indywidualne i systemowe oceniane jest wyżej przez rodziców wraz ze wzrostem poziomu wykształcenia, wzrostem poczucia jakości życia, a także u rodziców wykonujących pracę zawodową.
4. Rodzice przekonani o wpływie pandemii na własne życie niżej oceniają wsparcie systemowe udzielane dzieciom.

II. **Czy istnieją związki między kapitałem psychologicznym rodziców a dostarczanym przez nich wsparciem w czasie pandemii COVID-19?**

1. Istnieją dodatnie związki między kapitałem psychologicznym rodziców a dostarczanym przez nich indywidualnym wsparciem, co oznacza, że tym większe jest udzielane przez rodziców wsparcie dzieciom, im wyższe wyniki rodzice osiągnęli w obszarze:
 - poczucia własnej skuteczności
 - zysku zasobów podmiotowych
 - optymistycznego nastawienia i energii
 - wytrwałości i determinacji w działaniu
 - poczucia humoru i otwartości na nowe doświadczenia
 - kompetencji osobistych i tolerancji negatywnego afektu

- strategii aktywnego radzenia sobie ze stresem
 - strategii planowania w radzeniu sobie ze stresem
 - strategii pozytywnego wartościowania w radzeniu sobie ze stresem
 - strategii akceptacji w radzeniu sobie ze stresem
 - strategii zwrotu ku religii w radzeniu sobie ze stresem
 - strategii poszukiwania wsparcia emocjonalnego i instrumentalnego w radzeniu sobie ze stresem
 - strategii odwracania uwagi w radzeniu sobie ze stresem
 - otrzymywanego wsparcia emocjonalnego, instrumentalnego, materialnego, informacyjnego, wartościującego
 - zapotrzebowania na wsparcie
 - poszukiwania wsparcia.
2. Istnieją dodatnie związki między kapitałem psychologicznym rodziców a oceną wsparcia systemowego, jakie jest dostępne dla ich dzieci, co oznacza, że tym wyższa jest ocena wsparcia dla dzieci ze strony systemu, im wyższe wyniki rodzice osiągnęli w obszarze:
- poczucia własnej skuteczności
 - zysku zasobów podmiotowych
 - optymistycznego nastawienia i energii
 - wytrwałości i determinacji w działaniu
 - poczucia humoru i otwartości na nowe doświadczenia
 - kompetencji osobistych i tolerancji negatywnego afektu
 - strategii aktywnego radzenia sobie ze stresem
 - strategii planowania w radzeniu sobie ze stresem
 - strategii pozytywnego wartościowania w radzeniu sobie ze stresem
 - strategii akceptacji w radzeniu sobie ze stresem
 - strategii poczucia humoru w radzeniu sobie ze stresem
 - strategii poszukiwania wsparcia emocjonalnego i instrumentalnego w radzeniu sobie ze stresem
 - otrzymywanego wsparcia emocjonalnego, instrumentalnego, materialnego, informacyjnego, wartościującego
 - zapotrzebowania na wsparcie
 - poszukiwania wsparcia.
3. Istnieją ujemne związki między kapitałem psychologicznym rodziców a dostarczanym przez nich indywidualnym wsparciem, co oznacza, że tym mniejsze jest udzielane przez rodziców wsparcie dzieciom, im wyższe wyniki rodzice osiągnęli w obszarze:
- straty zasobów podmiotowych
 - strategii zaprzeczania w radzeniu sobie ze stresem
 - strategii zażywania substancji psychoaktywnych w radzeniu sobie ze stresem
 - strategii zaprzestania działań w radzeniu sobie ze stresem
 - strategii obwiniania siebie w radzeniu sobie ze stresem.

4. Istnieją ujemne związki między kapitałem psychologicznym rodziców a oceną wsparcia systemowego, jakie jest dostępne dla ich dzieci, co oznacza, że tym niższa jest ocena wsparcia dla dzieci ze strony systemu, im wyższe wyniki rodzice osiągnęli w obszarze:
- straty zasobów
 - strategii zaprzeczania w radzeniu sobie ze stresem
 - strategii wyładowania w radzeniu sobie ze stresem
 - strategii zażywania substancji psychoaktywnych radzeniu sobie ze stresem
 - strategii zaprzestania działań w radzeniu sobie ze stresem
 - strategii obwiniania siebie w radzeniu sobie ze stresem.

III. Czy odczuwane przez rodziców wsparcie społeczne modyfikuje zależności między posiadanym przez nich kapitałem psychologicznym a dostarczanym przez nich wsparciem w czasie pandemii COVID-19?

1. Odczuwane przez rodziców wsparcie społeczne stanowi mediator zależności między posiadanym przez rodziców kapitałem psychologicznym a dostarczanym przez nich wsparciem; mediacyjna rola otrzymywanego wsparcia odnosi się do zależności między udzielanym wsparciem a następującymi elementami kapitału psychologicznego rodziców:
- poczucie własnej skuteczności
 - prężność (optymistyczne nastawienie i energia, wytrwałość i determinacja w działaniu, poczucie humoru i otwartość na nowe doświadczenia, kompetencje osobiste i tolerancja negatywnego afektu)
 - zysk zasobów podmiotowych
 - strata zasobów podmiotowych
 - aktywne radzenie sobie ze stresem
 - pozytywne przewartościowanie w radzeniu sobie ze stresem
 - akceptacja w radzeniu sobie ze stresem
 - zaprzestanie działań w radzeniu sobie ze stresem
 - obwinianie siebie w radzeniu sobie ze stresem
 - zwrot ku religii w radzeniu sobie ze stresem.
2. Odczuwane przez rodziców wsparcie społeczne stanowi moderator zależności między posiadanym przez rodziców kapitałem psychologicznym a dostarczanym przez nich wsparciem. Moderacyjna rola otrzymywanego wsparcia odnosi się do zależności między udzielanym wsparciem a następującymi elementami kapitału psychologicznego rodziców:
- odwracanie uwagi w radzeniu sobie ze stresem
 - zaprzeczanie w radzeniu sobie ze stresem
 - zażywanie substancji psychoaktywnych w radzeniu sobie ze stresem.

Rekomendacje

1. Zaleca się dostosowanie wsparcia systemowego dla rodzin z dziećmi do ich potrzeb wynikających ze zmian spowodowanych pandemią COVID-19.

2. Szczególnym wsparciem należy otoczyć rodziny, w których pandemia COVID-19 wywołała znaczące zmiany związane z obniżeniem jakości życia (m.in. poważne problemy zdrowotne, obniżenie statusu materialnego).
3. Zaleca się wsparcie rodziców w procesie aktywizacji zawodowej, której rola jest istotna w obszarze wspierania własnych dzieci.
4. Zaleca się zapewnienie psychologicznego wsparcia rodzicom w obszarze umiejętności radzenia sobie ze stresem oraz kompetencji wychowawczych, które to są powiązane z poziomem wsparcia udzielanego przez nich dzieciom.
5. Zaleca się podejmowanie działań w celu informowania rodziców o dostępnych formach wsparcia, jak i motywowania ich do aktywnego poszukiwania wsparcia – otrzymywanie wsparcia przez rodziców powiązane jest bowiem z bardziej skutecznym wspieraniem przez nich swoich dzieci.
6. Otrzymywane przez rodziców wsparcie społeczne odgrywa istotną rolę w procesie udzielania przez nich wsparcia dzieciom, wzmacnia działanie kapitału psychologicznego rodziców bądź zmniejsza negatywny wpływ deficytów w zakresie kapitału psychologicznego, co wyjaśnia istotną rolę rodziców w procesie wspierania psychologiczno-pedagogicznego uczniów w czasie trwania i po zakończeniu pandemii COVID-19.

Aneks

Odniesienie uzyskanych wyników dotyczących rodziców do danych populacyjnych.

Populacja – 5 030 966

Dane zaczerpnięte z Rocznika Demograficznego 2021, liczbę rodziców/opiekunów oszacowano na podstawie danych dotyczących edukacyjnych grup wieku (uwzględniono osoby w wieku 6–18 lat). Powyższe oszacowanie jest zatem obarczone wieloma wadami, niemniej jednak uznano, że pozwala ono na orientacyjne określenie populacji rodziców w zakresie uzyskanych w badaniu wyników.

Poniższe dane (ekstrapolacja wyników z próby na populację) należy zatem traktować ostrożnie, jako dane wyłącznie orientacyjne.

Tabela 88. Poczucie własnej skuteczności w zakresie udzielania wsparcia dzieciom (zmienny kapitał)

	N
Wyniki niskie	321 982
Wyniki przeciętne	4 205 888
Wyniki wysokie	503 097

Tabela 89. Zysk zasobów podmiotowych zarządzających wśród rodziców

	N
Wyniki niskie	905 574
Wyniki przeciętne	3 597 141
Wyniki wysokie	528 251

Tabela 90. Strata zasobów podmiotowych zarządzających wśród rodziców

	N
Wyniki niskie	1 946 984
Wyniki przeciętne	1 841 334
Wyniki wysokie	1 247 680

Tabela 91. Prężność rodziców – Optymistyczne nastawienie i energia

	N
Wyniki niskie	623 840
Wyniki przeciętne	3 717 884
Wyniki wysokie	689 242

Tabela 92. Prężność rodziców – Wyttrwałość i determinacja w działaniu

	N
Wyniki niskie	628 871
Wyniki przeciętne	3 546 831
Wyniki wysokie	855 264

Tabela 93. Prężność rodziców – Poczucie humoru i otwartość na nowe doświadczenia

	N
Wyniki niskie	618 809
Wyniki przeciętne	3 516 645
Wyniki wysokie	895 512

Tabela 94. Prężność rodziców – Kompetencje osobiste i tolerancja negatywnego afektu

	N
Wyniki niskie	608 747
Wyniki przeciętne	3 672 605
Wyniki wysokie	749 614

Tabela 95. Prężność rodziców – wynik ogólny

	N
Wyniki niskie	618 809
Wyniki przeciętne	3 642 419
Wyniki wysokie	769 738

Tabela 96. Wyniki w zakresie strategii radzenia sobie ze stresem przez rodziców MINI-COPE

Strategia		N
Aktywne radzenie sobie	Nigdy	40 248
	Rzadko	236 455
	Często	2 983 363
	Bardzo często	1 770 900
Planowanie	Nigdy	40 248
	Rzadko	281 734
	Często	3 189 632
	Bardzo często	1 519 352
Pozytywne przewartościowanie	Nigdy	60 372
	Rzadko	729 490
	Często	3 305 345
	Bardzo często	935 760
Akceptacja	Nigdy	75 464
	Rzadko	543 344
	Często	3 421 057
	Bardzo często	991 100
Poczucie humoru	Nigdy	583 592
	Rzadko	2 606 040
	Często	1 670 281
	Bardzo często	171 053
Zwrot ku religii	Nigdy	1 358 361
	Rzadko	1 569 661
	Często	1 499 228
	Bardzo często	603 716
Poszukiwanie wsparcia emocjonalnego	Nigdy	196 208
	Rzadko	1 328 175
	Często	2 701 629
	Bardzo często	804 955

Strategia		N
Poszukiwanie wsparcia instrumentalnego	Nigdy	281 734
	Rzadko	1 428 794
	Często	2 767 031
	Bardzo często	548 375
Odwracanie uwagi	Nigdy	206 270
	Rzadko	1 619 971
	Często	2 721 753
	Bardzo często	482 973
Zaprzeczanie	Nigdy	1 418 732
	Rzadko	2 656 350
	Często	850 233
	Bardzo często	105 650
Wylądowanie	Nigdy	442 725
	Rzadko	2 022 448
	Często	2 309 213
	Bardzo często	256 579
Zażywanie substancji psychoaktywnych	Nigdy	3 793 348
	Rzadko	925 698
	Często	261 610
	Bardzo często	50 310
Zaprzestanie działań	Nigdy	1 700 467
	Rzadko	2 782 124
	Często	503 097
	Bardzo często	45 279
Obwinianie siebie	Nigdy	855 264
	Rzadko	2 746 907
	Często	1 217 494
	Bardzo często	211 301

Tabela 97. Wsparcie dostarczane dzieciom przez rodziców – wynik ogólny

	N
Wyniki niskie	40 248
Wyniki przeciętne	417 570
Wyniki wysokie	4 573 148

Tabela 98. Wsparcie otrzymywane przez rodziców

	N
Wyniki niskie	166 022
Wyniki przeciętne	1 700 467
Wyniki wysokie	3 159 447

Tabela 99. Wsparcie dostarczane dzieciom przez rodziców – indywidualne

	N
Wyniki niskie	40 248
Wyniki przeciętne	332 044
Wyniki wysokie	4 658 675

Tabela 100. Wsparcie dostarczane dzieciom przez rodziców – systemowe

	N
Wyniki niskie	105 650
Wyniki przeciętne	1 177 246
Wyniki wysokie	3 748 070

Tabela 101. Wsparcie otrzymywane przez rodziców – wymiary

Wsparcie		N
Wsparcie emocjonalne	Wyniki niskie	120 743
	Wyniki przeciętne	1 579 723
	Wyniki wysokie	3 330 499
Wsparcie instrumentalne	Wyniki niskie	140 867
	Wyniki przeciętne	1 448 918
	Wyniki wysokie	3 441 181
Wsparcie materialne	Wyniki niskie	1 207 432
	Wyniki przeciętne	2 907 898
	Wyniki wysokie	915 636
Wsparcie informacyjne	Wyniki niskie	367 261
	Wyniki przeciętne	2 002 324
	Wyniki wysokie	2 666 412
Wsparcie wartościujące	Wyniki niskie	140 867
	Wyniki przeciętne	1 780 962
	Wyniki wysokie	3 109 137

Wsparcie		N
Zapotrzebowanie na wsparcie	Wyniki niskie	291 796
	Wyniki przeciętne	2 862 620
	Wyniki wysokie	1 876 550
Poszukiwanie wsparcia	Wyniki niskie	603 716
	Wyniki przeciętne	2 797 217
	Wyniki wysokie	1 630 033

Tabela 102. Wyniki w zakresie radzenia sobie ze stresem przez rodziców MINI-COPE – wymiary

Strategia		N
Aktywne radzenie sobie	Nigdy	15 093
	Rzadko	150 929
	Często	2 852 558
	Bardzo często	2 012 386
Bezradność	Nigdy	553 406
	Rzadko	3 783 286
	Często	638 933
	Bardzo często	50 310
Poszukiwanie wsparcia	Nigdy	100 619
	Rzadko	1 061 534
	Często	2 938 084
	Bardzo często	930 729
Unikanie	Nigdy	80 495
	Rzadko	1 614 940
	Często	3 129 261
	Bardzo często	211 301

9

Bibliografia

- Avey, J., Reichard, R., Luthans, F., Mhatre K. (2011). Meta-Analysis of the Impact of Positive Psychological Capital on Employee Attitudes, Behaviors, and Performance. *Human Resource Development Quarterly*, 22.
- Bandura, A. (1977). Self-efficacy. Toward a unifying theory of behavioral change. *Psychological Review*, 84.
- Carson, R., Butcher, J., Mineka, S. (2003). *Psychologia zaburzeń*, t. 1. Gdańsk: GWP.
- Carver, C.S., Weintraub, J.K., Scheier, M.F. (1989). Assessing coping strategies: a theoretically Based Approach. *Journal of Personality and Social Psychology*, 56(2).
- Carver, C.S. (1997). You want to measure coping but your protocol's too long: Consider the brief COPE. *International Journal of Behavioral Medicine*, 4.
- Chwaszcz J., Bartczuk R., Niewiadomska I. (2019). Analiza strukturalna zasobów u osób zagrożonych marginalizacją społeczną – Kwestionariusz Zachowania Zasobów Hobfolla. *Przegląd Psychologiczny*, 62 (1).
- Cieślak, R., Elias, A. (2004). Wsparcie społeczne a osobowość. W: H. Sęk, R. Cieślak (red.). *Wsparcie społeczne, stres i zdrowie* (68–90). Warszawa: Wydawnictwo Naukowe PWN.
- Hobfoll, S.E., Lilly, R. S., Jackson, A. P. (1992). Conservation of social resources and the self. W: U. Baumann i H.O.F. Veiel (red.), *The meaning and measurement of social support* (125–141). New York: Hemisphere.
- Hobfoll, S.E., Lilly, R.S. (1993). Resource conservation as a strategy for community psychology. *Journal of Community Psychology*, 21(2).
- Hobfoll, S.E. (2011). Conservation of resource caravans and engaged settings: Conservation of resource caravans. *Journal of Occupational and Organizational Psychology*, 84(1).

- Hobfoll, S.E. (2014). Resource caravans and resource caravan passageways: a new paradigm for trauma responding. *Intervention, 12*.
- Hobfoll, S.E. (2006). *Stres, kultura i społeczność: psychologia i filozofia stresu*. Gdańsk: Gdańskie Wydawnictwo Psychologiczne.
- Juczyński, Z., Ogińska-Bulik, N. (2012). *Narzędzia pomiaru stresu i radzenia sobie ze stresem*. Warszawa: Pracownia Testów Psychologicznych Polskiego Towarzystwa Psychologicznego.
- Kaczmarek, A., Curyło-Sikora, P. (2016). Problematyka stresu – przegląd koncepcji. *Hygeia Public Health, 51(4)*.
- Kulawska, E. (2017), Poczucie własnej skuteczności nauczycieli edukacji wczesnoszkolnej. *Forum Pedagogiczne, 2*.
- Lazarus, R. (1986). Paradygmat stresu i radzenia sobie. *Nowiny Psychologiczne, 3–4*.
- Łaguna M., Lachowicz-Tabaczek K., Dzwonkowska I. (2007), Skala samooceny SES Morrisa Rosenberga – polska adaptacja metody. *Psychologia Społeczna, 202(04)*.
- Luthans F. (2002). The need for and meaning of positive organizational behavior. *Journal of Organizational Behavior, 23*.
- Ogińska-Bulik N., Juczyński Z. (2008). Skala pomiaru prężności – SPP-25. *Nowiny Psychologiczne, 3*.
- Ogińska-Bulik, N., Juczyński, Z. (2011). Prężność u dzieci i młodzieży: charakterystyka i pomiar – polska skala SPP-18. *Polskie Forum Psychologiczne, 16(1)*.
- Schwarzer, R. (1997). Poczucie własnej skuteczności w podejmowaniu i kontynuacji zachowań zdrowotnych. Dotychczasowe podejścia teoretyczne i nowy model. W: I. Heszen-Niejodek, H. Sęk. (red.) *Psychologia zdrowia*. Warszawa: Wydawnictwo Naukowe PWN.
- Sęk, H., Cieślak, R. (2004). Wsparcie społeczne – sposoby definiowania, rodzaje i źródła wsparcia, wybrane koncepcje teoretyczne. W: H. Sęk, R. Cieślak (red.). *Wsparcie społeczne, stres i zdrowie* (11–28). Warszawa Wydawnictwo Naukowe PWN.
- Włodarczyk, E. (2017). *Od wykluczenia do wsparcia*. Kraków: Impuls.