

WPŁYW POSTAW RODZIELSKICH NA POWSTAWANIE ZABURZEŃ DEPRESYJNYCH WŚRÓD MŁODZIEŻY.

Zaangażowanie się rodziców w sprawy wychowania ma decydujące znaczenie dla przyszłych losów dziecka, dla kształtowania się jego niepowtarzalnej jednostki, przejawiającej określony poziom zdolności czy specyficzne cechy charakteru. To kształtowanie rozpoczyna się od najwcześniejszych momentów życia dziecka, a przygotowuje się jeszcze przed jego narodzeniem. Przez cały okres rodzice stanowią dla dziecka wzory osobowe, wzory do identyfikacji. Rodzice oddziałują w sposób nie tylko zamierzony, ale i niezamierzony – samą swoją obecnością, postępowaniem, sposobem odnoszenia się do siebie nawzajem i do dziecka. „*Stosunek emocjonalny do dziecka, odbijający się w sposobie postępowania z dzieckiem i myślenia o nim, nazywamy postawą rodzicielską*”.

Już potoczna obserwacja wskazuje, że nie wszyscy rodzice ustosunkowują się w ten sam sposób do swoich dzieci i nie każda postawa rodziców wobec dziecka jest równie wartościowa i korzystna dla jego rozwoju.

W postawach wychowawczych wobec dziecka rodzice mogą różnić się między sobą dość krąńcowo. Można wyróżnić postawy rodzicielskie zarówno wychowawczo właściwe, jak i niewłaściwe ze względu na skutki zdrowia psychicznego dziecka. Poznanie typologii postaw rodzicielskich właściwych i niewłaściwych sprzyja uzyskaniu dobrych wyników wychowawczych i zapobiega powstawaniu zaburzeń osobowości. Od lat trzydziestych czynione są próby, by przez wyodrębnienie głównych typów postaw rodzicielskich uporządkować bogactwo ustosunkowań rodziców wobec dzieci i wiążących się z nimi zachowań. Typologii takich było szereg i niektóre podano w literaturze polskiej.

Jedną z najbardziej interesujących typologii stosowanych w literaturze przedmiotu jest typologia postaw Marii Ziemskiej.

Postępując się typologią postaw M. Ziemskiej, możemy wyróżnić postawy właściwe i niewłaściwe wychowawczo. **U podłoża niewłaściwych postaw rodzicielskich leżą zaburzenia kontaktu z dzieckiem przejawiające się w następujących formach:** kontakt agresywny, kontakt uporczywie korygujący, kontakt zbyt bliski, ucieczka od kontaktu.

Wymienione powyżej rodzaje zaburzeń kontaktu z dzieckiem są czynnikami wyznaczającymi podstawowe typy nieprawidłowych postaw rodzicielskich, a mianowicie postawy: **odtrącającą, unikającą, zbyt wymagającą i nadmiernie chroniącą.**

Postawa odtrącająca – dziecko jest dla rodziców ciężarem, nie lubią go, żywią do niego urazę, stale krytykują, kierują nim stosując rozkazy, surowe kary i represje. Taka postawa kształtuje u dziecka agresję, nieposłuszeństwo, uciekanie się do kłamstwa i staje się przyczyną aspołecznego zachowania lub też wywołuje reakcje nerwicowe.

Postawa unikająca – rodzice są pozornie liberalni, niedbali i obojętni wobec dziecka, co powoduje, że kontakt z dzieckiem jest luźny, ograniczony do minimum. Cechuje ich brak zainteresowania sprawami dziecka, które pozostawione bez pomocy, nie bierze udziału w życiu codziennym, pracach i przyjemnościach. Taka postawa powoduje, że dziecko staje się uczuciowo niestałe, niezdolne do koncentracji w nauce, nieufne, bojaźliwe i łatwo popada w konflikt ze szkołą i rodzicami.

Postawa nadmiernie ochraniająca – rodzice chronią dziecko przed każdym samodzielnym wysiłkiem, pracą i odpowiedzialnością. Ustawiczne pobłażanie, przesadna opieka, usuwanie z drogi każdego ryzyka, cieplarniana atmosfera, powoduje w rezultacie to, że dzieci wyrastają na jednostki

bierne, infantylne, bez inicjatyw, a czasem odwrotnie: zarozumiałe, egoistyczne, zuchwałe i samolubne.

Postawa nadmiernie wymagająca – przy tej postawie rodzice stawiają dziecku maksymalne wymagania. Dziecko jest pod presją przesadnych wymagań rodziców i nie może im sprostać. Rodzice zaś krytykują je, zmuszając do wysiłku ponad możliwości dziecka. Wywołuje to bunt i protest dzieci oraz sprzyja kształtowaniu się takich cech jak: brak wiary we własne siły, niepewność, lękliwość i obsesje. Dziecko traktowane jest z pozycji autorytetu, bez uznania jego praw jako równych w rodzinie i poszanowania jego indywidualności.

Przeciwny biegun postaw to **postawy właściwe wychowawczo** takie jak: *akceptacja, współdziałanie, rozumne uznawanie swobody aktywności i poszanowanie praw dziecka*

Akceptacja dziecka – rodzice przyjmują dziecko takim, jakie ono jest. Rozumni rodzice kochają dziecko, chwala je, w uznanym przypadku gania je, ale nie potępiają jego osoby. Poznają jego potrzeby i zaspokajają je. W tych warunkach dziecko ma poczucie bezpieczeństwa i jego rozwój przebiega prawidłowo. Dziecko rośnie wesołe, przyjacielskie, miłe, usługowe, a dzięki poczuciu bezpieczeństwa – odważne.

Współdziałanie z dzieckiem – dziecko uczestniczy w życiu rodzinnym, w pracy domowej i rozrywkach takich, które są dostosowane do jego potrzeb, możliwości i wieku. Współdziałanie zaspokaja potrzeby kontaktu z rodzicami. Powoduje to, że dziecko staje się ufne wobec rodziców, zwraca się do nich po radę i pomoc w momentach trudnych.

Zapewnienie dziecku rozumnej swobody – dziecko przechodzi różne fazy rozwojowe. Pozornie oddala się z wiekiem rodziców, ale istnieje więź psychiczna, uczuciowa i wzajemne zaufanie. Rodzice stwarzają okazję do zaspokojenia dziecięcej potrzeby aktywności i samodzielności. Uznawanie swobody aktywności rozwija pomysłowość, oryginalność, dążenie do pokonywania przeszkód i łatwość w przystosowaniu do różnych sytuacji. W tych warunkach dziecko staje się uspołecznione, rozsądne i łatwo przystosowujące się do różnych sytuacji.

Uznawanie równych praw dziecka – poszanowanie praw dziecka – rodzice unikają przesadnej dyscypliny i rygoru, oczekują od dziecka dojrzałego zachowania się i zawsze są chętni mu pomóc. Przejawiają szacunek dla jego indywidualności. Umieją być przyjacielem dziecka, poważnie traktując jego wszystkie przeżycia, jak to czynią wobec innych dorosłych członków rodziny. Postawa ta rozwija u dziecka jego lojalność, pobudza do przejawiania własnej inicjatywy. Potrzeba ta gratyfikuje potrzebę uznania i szacunku – jedną z głównych potrzeb.

Postawy rodzicielskie sprzyjają rozwojowi pewnych cech zachowania się dzieci. Dobre, właściwe postawy rodziców decydują o pełnym rozwoju możliwości dziecka. Dzieje się tak dlatego, że właściwe postawy rodziców, jak akceptacja dziecka, współdziałanie z nim, dawanie mu swobody odpowiedniej do wieku, oraz poszanowanie, uznawanie jego praw jako członka rodziny bez przeceniania czy niedoceniania jego pozycji, zaspokajają podstawowe potrzeby psychospołeczne dziecka i nie prowadzi do powstawania zaburzeń w jego zachowaniu.

Wnioski z badań dot. wpływu postaw rodzicielskich na powstawanie zaburzeń depresyjnych wśród młodzieży.

Depresja to szczególny rodzaj zaburzenia nastroju i emocji. Rozpowszechnienie zaburzeń depresyjnych w populacji dziecięco-młodzieżowej ocenia się na 2-4 % . W obecnie obowiązującej Klasyfikacji Zaburzeń Psychiczych ICD-10, aby rozpoznać epizod depresyjny muszą wystąpić co najmniej dwa z trzech tzw. objawów osiowych, którymi są obniżenie nastroju, utrata zainteresowań

oraz zmniejszenie energii prowadzące do zwiększonej męczliwości. Do innych często spotykanych objawów można zaliczyć spadek koncentracji, niską samoocenę, poczucie winy, pesymistyczne myślenie o przyszłości, myśli i czyny samobójcze, zaburzenia życia popędowego w postaci zmian apetytu oraz rytmu dobowego snu i czuwania. Objawy te muszą utrzymywać się, przez co najmniej dwa tygodnie. Nie ma osobnych kryteriów rozpoznania epizodu depresyjnego dla dzieci i młodzieży, są one takie same, jak dla osób dorosłych, wobec czego w diagnozie należy uwzględnić specyficzny obraz kliniczny depresji dzieci i młodzieży, który może różnić się od tego, jaki prezentowany jest przez osoby dorosłe. Przykładem takim może być dysforia odczuwana i okazywana przez dzieci i młodzież w zaburzeniach depresyjnych, która rozumiana powinno być jako ekwiwalent smutku i obniżonego nastroju u osób dorosłych.

Jako przyczyny wystąpienia zaburzeń depresyjnych wymienia się czynniki biologiczne związane ze zmianami biochemicznymi oraz strukturalnymi zachodzącymi w mózgu, czynniki genetyczne oraz środowiskowe.

Liczne badania wskazują na zależność pomiędzy depresją a nieodpowiednią więzią emocjonalną z rodzicami.

Rodzina jest miejscem, gdzie dziecko doświadcza swych pierwszych kontaktów z otoczeniem, a rodzice są wzorem, z którym dzieci się identyfikują. Również rodzina a przede wszystkim postawy rodziców wobec dzieci mają wpływ na kształtowanie się osobowości dziecka, na jego życie uczuciowe i rozwój intelektualny. Wychowanie dziecka w rodzinie, spełniającej takie jego potrzeby jak: potrzeba życzliwości, ciepła, miłości, kontaktu z rodzicami, uczy dziecko współdziałania, szacunku, wiary we własne siły, otwarcia na innych, samodzielności. Rodzice przejawiający właściwe postawy rodzicielskie są zdolni do obiektywnej oceny dziecka dzięki zachowaniu odpowiedniego dystansu wobec niego, a zarazem akceptacji jego osoby. Otaczają swoje dziecko opieką, dostrzegają i zaspokajają jego potrzeby, mają duży margines cierpliwości, gotowości tłumaczenia i wyjaśniania. Łatwo nawiązują kontakt z dzieckiem. Jest on przyjemny dla obu stron, oparty na wzajemnej sympatii i zrozumieniu. Właściwa postawa sprzyja wszechstronnemu rozwojowi intelektu dziecka, jego aktywności, uspołecznienia i przystosowania szkolnego. Dobry klimat w rodzinie powoduje, że dziecko czuje się bezpiecznie, jest pewne siebie, ufne wobec rodziców, a także otwarte wobec innych ludzi. Jest swobodne, radosne, aktywne i wytrwałe w działaniu.

Inaczej jest w przypadku niewłaściwych postaw rodzicielskich. Ich podłożem jest zazwyczaj nadmierny dystans uczuciowy wobec dziecka, bądź nadmierna koncentracja nad nim. Rodzice wykazujący niewłaściwą postawę rodzicielską wobec dziecka charakteryzują się tym, że traktują dziecko jako ciężar, nie lubią dziecka, jawnie okazują swoją niechęć w stosunku do niego. Nie interesują się nim, jego potrzebami, towarzystwem, nauką szkolną, planami życiowymi i ambicjami, a w stosunku do dzieci są surowi, a nawet brutalni. Negatywne doświadczenia z wczesnego dzieciństwa, w postaci tworzenia chłodnych lub lękowych relacji przywiązania pomiędzy rodzicami a dzieckiem oraz uczenia się nieprzystosowawczych umiejętności i procesów poznawczych, mogą się przyczyniać do podatności na depresję.

Obserwacje pokazują, że we współczesnym świecie zaczynają dominować postawy konsumpcyjne. Coraz więcej rodziców stara się stwarzać dzieciom jak najlepsze warunki rozwoju fizycznego i intelektualnego, koncentruje się na rozwijaniu i kształtowaniu tych umiejętności, które w przyszłości pomogą im osiągnąć sukcesy, natomiast mniejszy nacisk kładzie się na ich rozwój emocjonalny i moralny.

Wyniki niniejszej pracy w pełni potwierdzają występowanie zależności pomiędzy poziomem i strukturą depresji a postawami rodzicielskimi. Młodzież z wysokimi wynikami w skali depresji,

w porównaniu z uczniami z niskimi wynikami, charakteryzują się wysokim poziomem złego samopoczucia, które przybiera postać przygnębienia, smutku, obniżonego nastroju, poczucia pustki i bezradności. Z powodu obniżonej motywacji często unikają lub wycofują się z aktywności społecznej i relacji rówieśniczych. Wykazują się obojętnością i apatią, co wpływa na ograniczenie typowych dla danej osoby zachowań. Brak wsparcia w najbliższych, niewłaściwe postawy rodzicielskie nasilające objawy depresji w postaci poczucia beznadziejności i braku nadziei powodują powstawanie tendencji samobójczych.

W świetle uzyskanych danych, prezentowane przez rodziców postawy rodzicielskie znacząco przyczyniają się do powstawania u dzieci zaburzeń depresyjnych. Obecnie nie wydaje się możliwym zredukowanie wszystkich czynników ryzyka sprzyjających występowaniu zaburzeń depresyjnych, jednak możliwa jest popularyzacja informacji na temat głównych czynników ryzyka, pogłębianie świadomości społecznej na temat wczesnego rozpoznawania i metod zapobiegania tej chorobie. Odpowiednia profilaktyka depresji umożliwi bowiem wczesne wykrycie problemu oraz zapewnienie powszechnie dostępnej opieki zdrowotnej i pomocy niezbędnej do prawidłowego funkcjonowania w środowisku rodzinnym i społecznym jednostki. Stąd też, z punktu widzenia działań profilaktycznych bardzo ważne jest zwiększanie świadomości rodziców odnośnie wpływu ich postaw i zachowań na psychikę i zachowanie młodego człowieka. Istotne jest kształtowanie kompetencji dotyczących umiejętności interpersonalnych zarówno u dzieci jak i rodziców (tj. komunikacja, umiejętność skutecznego radzenia sobie z emocjami w tym ze stresem).

Problem badawczy niniejszej pracy dotyczył uzyskania odpowiedzi na następujące pytanie: Problem pracy można ująć w formie pytania ogólnego: *Czy i jakie powiązania występują pomiędzy poziomem i strukturą depresji a percepcją postaw rodzicielskich u młodzieży?*

W celu rozwiązania tak postawionego problemu badawczego zostały przeprowadzone badania psychologiczne na grupie 120 uczniów, w tym 70 kobiet i 50 mężczyzn w wieku od 17 do 19 roku życia.

W projekcie badawczym zostały zastosowane następujące metody psychologiczne:

- *Skala Depresji CES-D* (The Center for Epidemiologic Studies Depression Scale) L. E. Rodloff i E. Helmes,
- *Skalę Postaw Rodzicielskich (SPR)* M. Plopa
- Arkusz personalny własnej konstrukcji.

Uzyskane wyniki z badań własnych pozwoliły na weryfikację hipotez oraz sformułowanie następujących wniosków końcowych:

- *Występują powiązania pomiędzy poziomem i strukturą depresji a percepcją postaw rodzicielskich prezentowanymi zarówno przez matkę jak i ojca.*

Analiza korelacji ujawniła że im wyższa Depresyjność (z jej różnymi wymiarami) u osób badanych, tym mniej pozytywnie spostrzegają oni swoich rodziców. Stwierdzono następujące zależności:

- **tym mniejsze** nasilenie u badanych Ogólnej Depresyjności w **im większym stopniu spostrzegają oni swoich rodziców, jako akceptujących, czyli okazujących ciepło, życzliwość, akceptację, wrażliwość na problemy i potrzeby dziecka,**
- **wyższe nasilenie** Ogólnej Depresyjności wiąże się ze spostrzeganiem rodzica, jako **bardziej niekonsekwentnego (niestabilnego emocjonalnie i nieprzewidywalnego w zachowaniu względem dziecka),**
- **im wyższe** nasilenie Depresyjności, Samopoczucia (złego), Indyferentności tym **rodzic spostrzegany jest, jako mniej akceptujący i bardziej niekonsekwentny,**

- im bardziej badani odczuwają trudności w kontaktach oraz im silniejsze mają tendencje samobójcze, tym w mniejszym stopniu spostrzegają swoich rodziców, jako cechujących się postawą akceptacji.

- tym wyższe złe Samopoczucie im niższa aprobata matki w odniesieniu do prób samodzielnego rozwiązywania przez dziecko problemów, decydowania o sobie czy też wyrażania przez dziecko poglądów odmiennych od poglądów matki.

- *Występują różnice w percepcji postaw rodzicielskich matki u młodzieży o wysokim i niskim poziomie depresji.*

Zachowanie matki w percepcji badanych o wysokich wynikach w zakresie depresyjności jest nieelastyczne, niedostosowane do potrzeb rozwojowych dziecka. Nadmierne wymaganie przy równoczesnym nieuznawaniu prawa dziecka do autonomii i wyrażania sprzeciwu a także niekonsekwencja i labilność emocjonalna prowadzi do braku poczucia, że dziecko zawsze może liczyć na racjonalną dyskusję i życzliwą pomoc ze strony matki, a tym samym zamykania się w sobie, ukrywania własnych problemów i dystansowania się do matki.

- *Występują różnice w percepcji postaw rodzicielskich ojca u młodzieży o wysokim i niskim poziomie depresji.*

Osoby o wysokiej depresyjności postrzegają swoich ojców, jako w mniejszym stopniu akceptujących i przyzwalających na autonomię, za to w większym stopniu niekonsekwentnych i formułujących nadmierne wymagania w porównaniu z osobami o niskiej depresyjności. Ojcowie ci w percepcji badanych cechują się dystansem emocjonalnym, obojętnością brakiem chęci podejmowania interakcji i dialogu z dzieckiem, nie interesują się sprawami i potrzebami dziecka. Wymagają bezwzględności posłuszeństwa, nie tolerując sprzeciwu i krytyki. Są niekonsekwentni w swych opiniach, decyzjach, uczuciach, zachowaniach, prezentowanych zasadach i nakazach oraz zakazach rodzicielskich. Ich postawa w stosunku do dziecka jest chwiejna, poprzez co dziecko dystansuje się emocjonalnie, zamyka w sobie i ukrywa swoje problemy.

Niechęć do ojca i matki, brak wsparcia i zrozumienia ze strony rodziców jak i innych osób poza domem, brak bliskości, może wywołać albo całkowitą apatię albo agresję i bunt a w konsekwencji prowadzić może do nieakceptowanych zachowań i tendencji samobójczych młodego człowieka.

Podsumowując, można stwierdzić, iż dane empiryczne uzyskane w wyniku przeprowadzonej analizy statystycznej i psychologicznej, umożliwiły pozytywne zweryfikowanie wszystkich postawionych hipotez. Zostało potwierdzone twierdzenie, że występują związki pomiędzy poziomem i strukturą depresji a percepcją postaw rodzicielskich u młodzieży.

Opr. Agnieszka Cisek

(Wybrane fragmenty z pracy magisterskiej z psychologii, w tym analiza przeprowadzonych badań)