

AGNIESZKA ŁABA-HORNECKA*

STYLE I STRATEGIE RADZENIA SOBIE W SYTUACJACH TRUDNYCH A SATYSFAKCJA Z ŻYCIA MATEK I OJCÓW DZIECI Z ZABURZENIAMI ZE SPEKTRUM AUTYZMU

Wprowadzenie

Każdy człowiek, niezależnie od warunków, w jakich żyje, doświadcza trudnych sytuacji. Są one czymś nieuniknionym, stanowią część ludzkiej egzystencji i wpływają na mechanizmy przystosowawcze. W dłuższej perspektywie mogą być czynnikiem zakłócającym funkcjonowanie jednostki, a nawet całej grupy, jaką jest rodzina.

W szczególnie trudne sytuacje narażeni są rodzice dzieci z niepełnosprawnością. Muszą oni poradzić sobie z dezorganizacją dotychczasowego życia, przewartościowaniem priorytetów i oczekiwań, w tym wobec osiągnięć dzieci (Randall, Parker, 2010).

Prezentowany artykuł skoncentrowano na rodzinach wychowujących dziecko z zaburzeniami ze spektrum autyzmu, które doświadczają wielu trudnych sytuacji. Każda taka rodzina uruchamia specyficzny repertuar możliwości radzenia sobie w trudnych sytuacjach (Heszen-Niejodek, 1997), które złagodzą nieprzyjemne uczucia i wpłyną na odczuwanie zadowolenia z przeżywanego życia.

Jaka jest wobec tego satysfakcja z życia rodziców wychowujących dzieci z zaburzeniami ze spektrum autyzmu? Jeden z czołowych przedstawicieli psychologii pozytywnej Ed Diener (2000) tłumaczy ją jako efekt porównania przez jednostkę swojego życia z przyjętymi przez nią standardami. Jest ona indywidualną oceną własnego życia, w której upatruje się zależność – jest tym wyższa, im bardziej zgodne są oba aspekty. Wobec tego istnieje potrzeba aktualizowania

* Agnieszka Łaba-Hornecka (<http://orcid.org/0000-0002-6441-0717>); Uniwersytet Rzeszowski, ul. ks. J. Jałowego 24, 35-010 Rzeszów; tel. +48 17 8721000; e-mail: alaba@ur.edu.pl

badań na ten temat, głównie w zakresie trudności związanych z wychowywaniem dzieci z zaburzeniami ze spektrum autyzmu.

Rodzina dziecka z zaburzeniami ze spektrum autyzmu

Dziecko z zaburzeniami ze spektrum autyzmu nie przejawia cech fizycznych, które wskazywałyby na jego niepełnosprawność. Liczne zaburzenia uwidaczniają się w sferze społecznych kontaktów. Zgodnie z DSM-5 Amerykańskiego Towarzystwa Psychiatrycznego zaburzenia ze spektrum autyzmu obejmują dwa obszary. Mowa o deficytach w komunikacji i interakcji oraz powtarzalnych wzorcach zachowania. Sama natura zaburzenia jest niejasna etiologicznie i pozostawia wiele zapytań w zakresie źródeł trudności w funkcjonowaniu dotkniętych nim dzieci (American Psychiatric Association, 2013, s. 50–59). Stąd też pojawienie się w rodzinie dziecka z zaburzeniami ze spektrum autyzmu powoduje niezwykle trudną sytuację, obfitującą w nieprzewidywalne wydarzenia. Dotychczasowy styl życia ulega reorganizacji. Funkcjonowanie rodziny powiązane jest z doświadczaniem różnorodnych problemów, głównie ekonomicznych, biopsychicznych, socjopsychologicznych oraz społeczno-wychowawczych (Jakubczyk, 2017). Rodzice muszą zmierzyć się m.in. ze złością i bezsilnością. Próbuje poradzić sobie w zaistniałej sytuacji. Czasem dystansują się od niej lub podejmują próby podważania diagnozy ich dziecka. Cierpią na zespół wyczerpania emocjonalnego i fizycznego. Mogą czuć się osamotnieni, ale powoli godzą się z zaistniałą sytuacją. Pojawiają się u nich również optymizm i wiara we własne możliwości, a następnie przekonanie, że poradzą sobie w codziennej opiece nad dzieckiem (Pisula, 1998).

Częściej niż inni rodzice, doświadczają zespołu wypalenia się sił (Bouma, Schweitzer, 1990; Neece, Baker, 2008; Meadan, Halle, Ebata, 2010), który negatywnie wpływa na jakość relacji zarówno między samymi małżonkami, jak i ich dziećmi. Pojawia się on nie tylko w wyniku samych zachowań trudnych, które rodzice muszą zaakceptować, lecz także w wyniku braku wiedzy na temat samego zaburzenia ich dziecka (Pisula, 1994). Małgorzata Sekułowicz (2013) w swoich badaniach potwierdza, że 50–70% rodziców dzieci z zaburzeniami ze spektrum autyzmu przejawia kliniczne objawy depresji. Niekiedy rodzice wpędzają siebie w spiralę zachowań, które opierają się na nierealnych planach związanych z przyszłością ich dzieci (Pisula, 1994, 2003). Dodatkowo doświadczają poczucia krzywdy, osamotnienia i lęku o dziecko oraz jego przyszłość (Pisula, 2012).

Lauren Brookman-Frazer, Aubyn Stahmer, Mary J. Baker-Ericzen i Katherine Tsai (2006) w prowadzonych przez siebie badaniach wskazały, że matki dzieci z zaburzeniami ze spektrum autyzmu poddawane są silnemu stresowi, którego poziom jest na nieco wyższym poziomie niż w przypadku matek dzieci z innymi niepełnosprawnościami oraz matek dzieci prawidłowo rozwijających się. Inne badania, które korespondują z przytoczonymi pokazują, że poziom kompetencji

rodzicielskich, satysfakcji małżeńskiej oraz przystosowania się do sytuacji, jaką jest bycie rodzicem dziecka z niepełnosprawnością, jest niższy u matek dzieci z zaburzeniami ze spektrum autyzmu niż matek dzieci z zespołem Downa i matek prawidłowo rozwijających się dzieci (Rodrigue, Morgan, Geffken, 1990; Lecavalier, Leone, Wiltz, 2006; Konstantareas, Homatidis, 1989).

Doświadczenia matek dzieci z zaburzeniami ze spektrum autyzmu są zależne od stylów i strategii obranych w codziennym postępowaniu. Wynika z nich, że niektóre matki „zamykają” się w świecie ich dziecka i żyją tylko jego życiem. Inne określają zaburzenia ze spektrum autyzmu jako jedną wielką niewiadomą, która zmieniła życie całej rodziny oraz sposób postrzegania świata i ludzi, zburzyła wcześniejsze marzenia, zamieniając je na inne. Niektóre matki odnoszą się do samego zaburzenia jako czegoś, co pomogło zmienić ich życie na lepsze (Prokopiak, 2014).

Wiedza na temat różnic w funkcjonowaniu matek i ojców dzieci z zaburzeniami ze spektrum autyzmu nie oddaje w pełni problematyki badanego zjawiska. Zarówno ojcowie, jak i matki są dość zróżnicowaną grupą społeczną, nie tylko pod względem predyspozycji osobistych, lecz także wypracowanych sposobów radzenia sobie w różnych sytuacjach.

Ojcowie dzieci z zaburzeniami ze spektrum autyzmu mają właściwy dla siebie styl wchodzenia w interakcje społeczne, odreagowywania stresu oraz poziom zaangażowania w codzienną pracę z dzieckiem (Palkovitz, 2002). Coraz częściej uczestniczą w opiece i wychowaniu dziecka (Flippin, Crais, 2011), stąd tak samo jak matki narażeni są na różne trudne sytuacje oraz brak wsparcia od innych (Boström, Broberg, 2014). Ojcowie deklarują nawet wyższy poziom stresu niż matki (Rivard i in., 2014). Alicja Kurasz i Tomasz Gosztyła (2016, zob. Gray, 2002; Kayfitz, Gragg, Orr, 2010; Bresnahan i in., 2002; Banasiak, 2013) odnotowali, że w sytuacji złego zachowania dziecka postronni obserwatorzy (nieznający sytuacji klinicznej dziecka) kierowali do ojców uwagi „złego wychowania”.

Radzenie sobie w sytuacjach trudnych w kontekście wychowywania dziecka z zaburzeniami ze spektrum autyzmu

Autorzy posługujący się terminem „sytuacja stresowa” albo „sytuacja trudna” napotykają na trudności w dokładnym jej zdefiniowaniu. Czynią to w sposób intuicyjny (Łosiak, 2012). Tadeusz Tomaszewski (1975) podjął się próby określenia sytuacji trudnej. Jego zdaniem to zakłócenie równowagi wartości i możliwości, z pojawiającą się rozbieżnością między celami działania a możliwościami ich osiągnięcia przez jednostkę.

W literaturze odnajdujemy również pojęcie radzenia sobie ze stresem tj. *coping with stress*, czyli wysiłki podejmowane przez jednostkę w celu przezwyciężania stresu i jego skutków (Łosiak, 2012). Można go rozpatrywać w kontekście stylów

i strategii. Strategie odnoszą się do całości aktywności jaką podejmuje człowiek w sytuacji stresu (Heszen, 2013). Nie są one wrodzone, ale są formą zachowania nabytego, która powstaje i rozwija się zgodnie z zasadami uczenia się. W wyniku przypadku lub zamierzonych czynności człowieka istnieje możliwość pojawienia się innych form aktywności zaradczej. Dlatego też niektóre z nich mogą utrwalac się jako nowe strategie radzenia sobie, zwłaszcza wtedy, kiedy okazały się skuteczne. Świadczy to o całokształcie mobilizacji jednostki w sytuacji trudnej. Wybór strategii zależy od rodzaju sytuacji stresowej, składników osobowości, postrzegania siebie jako jednostki, poziomu samooceny, wieku, płci i ogólnego stanu psychofizycznego (Heszen-Niejodek, 1996). Kategoria stylu radzenia sobie odnosi się do indywidualnego zróżnicowania dyspozycji determinujących zachowanie danej jednostki w warunkach stresu (Heszen, 2013).

Richard Lazarus i Susan Folkman (za: Sekułowicz, Sipiński, 2009, s. 444) proces radzenia sobie określają jako „[...] ciągle zmieniające się wysiłki poznawcze i behawioralne zmierzające do sprostania specyficznym zewnętrznym i/lub wewnętrznym wymogom, pojawiające się w warunkach stresu psychologicznego, tzn. podczas szczególnego rodzaju relacji pomiędzy osobą i otoczeniem, które jest oceniane przez nią jako nadwyrężające lub przekraczające jej siły i możliwości oraz zagrażające jej dobru (dobrostanowi)”.

Wyniki badań pokazują, że rodzice dzieci z zaburzeniami ze spektrum autyzmu stosują różne strategie radzenia sobie w sytuacji trudnej. Opierają się one głównie na ucieczce od stresora. Rodzice rzadziej poszukują wsparcia społecznego. Twierdzą, że radzą sobie dzięki akceptacji nieprzewidywalności zdarzeń oraz koncentrując się na bieżących problemach (zob. Pisula, 2012; Osborne i in., 2008; Baker-Ericzen, Brookman-Frazer, Stahmer, 2005; Hastings, Johnson, 2001; Higgins, Bailey, Pearce, 2005).

Badania Anny Dąbrowskiej i Ewy Pisuli (2010) obejmowały eksplorację wokół profilu stresu matek i ojców dzieci: w wieku przedszkolnym z zaburzeniami ze spektrum autyzmu, zespołem Downa i rozwijających się typowo. Celem badań była ocena związku między stresem rodzicielskim a stylem radzenia sobie. Łącznie przebadano 162 rodziców Kwestionariuszem Zasobów i Stresu dla Rodzin Osób z Niepełnosprawnością lub Chorobami Przewlekłymi autorstwa Jeana Holroyda (ang. *Questionnaire of Resources and Stress for Families with Chronically Ill or Handicapped Members*) oraz Inwentarzem Radzenia Sobie w Sytuacjach Stresowych autorstwa Normana S. Endlera i Jamesa D.A. Parkera (ang. *The Coping Inventory for Stressful Situations*). Wyniki ukazały wyższy poziom stresu u rodziców dzieci z zaburzeniami ze spektrum autyzmu. Analizy potwierdziły istnienie związku między stylami radzenia sobie a stresem rodzicielskim.

W przypadku rodzin wychowujących dzieci z innymi niepełnosprawnościami sytuacja wygląda podobnie. Sama niepełnosprawność, która powoduje sytuacje stresowe, rzutuje na sposób postrzegania życia i czerpania z niego satysfakcji. Wyniki zaprezentowane przez Małgorzatę Marmolę (2017) ukazują, w jaki

sposób niepełnosprawność dziecka determinuje życie poszczególnych członków rodziny. Zdaniem autorki od umiejętności radzenia sobie przez matki zależy zarówno dobrostan dziecka, jak i całej rodziny. Eksploracje koncentrowały się na badaniu stylów radzenia sobie ze stresem u matek wychowujących dzieci z niepełnosprawnością na wsi i w mieście. Wyniki wskazały, że badane matki cierpią na deficyty w zadaniowym nastawieniu do sytuacji stresowych. Dominuje u nich styl skoncentrowany na unikaniu. Inne badania przeprowadzone w grupie kobiet wychowujących dziecko z niepełnosprawnością przeprowadziły Katarzyna Wałęcka-Matyja i Dominika Kurpiel (2015). Badaczki przebadaly grupę 103 matek: 47 matek wychowujących dzieci z niepełnosprawnością oraz 56 matek wychowujących dzieci pełnosprawne. Na podstawie uzyskanych wyników stwierdziły, że matki wychowujące dzieci z niepełnosprawnością niżej oceniają satysfakcję z życia niż matki dzieci pełnosprawnych (zob. Blacher, McIntyre, 2006; Rolland, Walsh, 2006).

Żaneta Stelter (2014) prowadziła badania na grupie 165 rodziców dzieci z niepełnosprawnością intelektualną w stopniu umiarkowanym, znacznym i głębokim. Wiek dzieci badanych respondentów obejmował przedział od 4 do 38 lat. Na podstawie dyskusji wyników sformułowano kilka wniosków. Okazało się, że matki dzieci z niepełnosprawnością intelektualną były bardziej rozczarowane swoim małżeństwem niż badani ojcowie. Wykształcenie badanych rodziców również miało znaczenie w ocenie poziomu satysfakcji małżeńskiej oraz ich życia, tj. małżonkowie z wyższym wykształceniem byli mniej rozczarowani swoim życiem i deklarowali wyższy poziom satysfakcji z życia w porównaniu z rodzicami z wykształceniem średnim oraz zawodowym.

Założenia badań własnych

Podjęte w artykule analizy miały na celu wykrycie i określenie związku między sposobami radzenia sobie w sytuacjach trudnych a satysfakcją z życia rodziców dzieci z zaburzeniami ze spektrum autyzmu. Realizację tego celu przeprowadzono w obrębie dwóch grup, tj. matek i ojców dzieci z zaburzeniami ze spektrum autyzmu. W badaniach uwzględniono dwa aspekty: dyspozycyjny (style) i sytuacyjny (strategie) w celu ustalenia najbardziej typowych sposobów radzenia sobie w sytuacjach trudnych.

W literaturze psychologicznej, koncentrującej się na jakości życia, wiele uwagi poświęca się takim pojęciom, jak dobrostan oraz satysfakcja z życia. Satysfakcja z życia jest pojęciem wieloznacznym, wielowymiarowym oraz interdyscyplinarnym. Niektórzy badacze pojęcie satysfakcji z życia utożsamiają z innymi bliskoznacznymi terminami, takimi jak: „jakość życia”, „dobrostan” i „zadowolenie z życia” (zob. Argyle, 2004; Jaracz, 2001; Cegła, Bartuzi, 2004; Czapiński, 2004). Według Krystyny Jaracz (2001) satysfakcja z życia jest pewnego rodzaju kryterium, na podstawie którego ocenia się jakość życia, wartościuje poszcze-

gólne jej sfery oraz życie jako całość. W ujęciu Zygryda Juczyńskiego (2001) ocena „satisfakcji z życia” jest wynikiem świadomego, poznawczego porównania własnej sytuacji z ustalonymi przez siebie standardami. Gdy wynik porównania jest zadowalający, to osoba odczuwa satysfakcję.

Pomimo różnic tkwiących w obszarze rozważań teoretycznych, badania nad satysfakcją z życia obejmują dwa aspekty: poznawczy, tj. w jakim stopniu jednostka ocenia poziom zaspokojenia swoich aspiracji oraz afektywny (emocjonalny), czyli jak jednostka zazwyczaj się czuje. Inaczej mówiąc, satysfakcja z życia opiera się na subiektywnej ocenie i emocjonalnym ustosunkowaniu się względem zaistniałych warunków (Veenhoven, 1991).

Przy pomocy zmiennej zależnej, jaką jest satysfakcja z życia badanych rodziców dzieci z zaburzeniami ze spektrum autyzmu, określono jeden z zasobów osobistych jednostki (Diener, Lucas, Oishi, 2005). Przez zasób osobisty określa się wszystko, co może posłużyć jednostce do optymalnego jej funkcjonowania w różnych okresach życia. To również wykorzystanie potencjału rozwojowego i efektywne zmaganie się z sytuacjami w warunkach, które czasowo lub trwale utrudniają człowiekowi zaspokajanie potrzeb oraz realizację wyznaczonych przez siebie celów (Poprawa, 1996). Za zmienne niezależne uznano style i strategie radzenia sobie w sytuacjach trudnych matek i ojców dzieci z zaburzeniami ze spektrum autyzmu.

Sformułowano główny problem badawczy, który zawarł się w pytaniu:

Czy istnieje związek między satysfakcją z życia badanych rodziców dzieci z zaburzeniami ze spektrum autyzmu a stosowanymi przez nich stylami i strategiami radzenia sobie w sytuacjach trudnych? Jeżeli tak, to jaki jest jego charakter?

Uszczegóławiając główny problem badawczy, sformułowano dodatkowe pytania badawcze:

1. Jaka jest satysfakcja z życia badanych rodziców (matek i ojców) dzieci z zaburzeniami ze spektrum autyzmu?
2. Jakie style i strategie radzenia sobie w sytuacjach trudnych stosują badani rodzice dzieci z zaburzeniami ze spektrum autyzmu?

Do problemu głównego została postawiona hipoteza zakładająca istnienie zależności między stosowanymi stylami i strategiami radzenia sobie w trudnych sytuacjach a satysfakcją z życia badanych rodziców dzieci z zaburzeniami ze spektrum autyzmu. Uzasadnienie tak wysuniętego założenia hipotetycznego oparto na wnioskach z badań przyjmujących, że wybierane style i strategie znajdują odzwierciedlenie w ocenie życia własnego oraz rodzinnego rodziców dzieci z zaburzeniami ze spektrum autyzmu (zob. Bouma, Schweitzer, 1990; Neece, Baker, 2008; Meadan, Halle, Ebata, 2010; Pisula, 2012; Sekułowicz, 2013). Przyjmuje się, że sposoby radzenia sobie w trudnych sytuacjach rzutują na efektywność pokonywania problemów, w tym również na postrzeganie i wartościowanie własnego życia (Terelak, 2008).

Radość z życia i skuteczne pokonywanie życiowych trudności pozostają w ścisłym związku zależnościowym. Stąd można przyjąć, że istnieje zależność między dyspozycyjnymi i sytuacyjnymi właściwościami radzenia sobie w sytuacjach trudnych badanych rodziców dzieci z zaburzeniami ze spektrum autyzmu a deklarowaną przez nich satysfakcją z życia.

W badaniu wykorzystano następujące narzędzia badawcze: Skalę Satysfakcji z Życia Eda Dienera (Diener i in., 1985; Jankowski, 2015). Przy jej pomocy można określić ogólny stopień zadowolenia z aktualnie przeżywanego życia. Style i strategie radzenia zidentyfikowano przy pomocy Kwestionariusza COPE (The Coping Orientations to Problems Experienced), autorstwa Charlesa S. Carvera, Michaela F. Scheiera i Jagdishy K. Weintrauba (1989) w polskiej adaptacji S. Piątek i Kazimierza Wrześniewskiego (Pracowania Testów Psychologicznych Polskiego Towarzystwa Psychologicznego). Przy jego pomocy można określić preferencje badanych w zakresie 8 stylów i 8 strategii radzenia sobie w sytuacjach trudnych, tj.: koncentracji na problemie (PRO) – 13 itemów, zaprzeczania (ZAP) – 4 itemy, koncentracji na emocjach i ich wyładowaniu (EM) – 4 itemy, poszukiwaniu emocjonalnego wsparcia (WS) – 4 itemy, akceptacji (AKC) – 5 itemów, zwracania się ku religii (REL) – 4 itemy, poczucia humoru (HUM) – 4 itemy i używania alkoholu lub innych środków odurzających (ALK) – 4 itemy.

Badania trwały na przełomie 2019/2020 roku. Objęły trzy miasta województwa podkarpackiego. Dobór do grupy był celowy. Wybrano rodziny mieszkające w mieście (ze względu na większy dostęp do grupy badanych) i wychowujące dziecko z zaburzeniami ze spektrum autyzmu. Przebadano łącznie 69 rodziców dzieci z zaburzeniami ze spektrum autyzmu, w tym 36 (52,17%) matek i 33 (47,83%) ojców. Pierwotnie badanie przewidywało 72 rodziców, ale trzech ojców odmówiło badania. Były to rodziny pełne, wychowujące jedno dziecko z zaburzeniami ze spektrum autyzmu w wieku 9–14 lat. Średni wiek badanych matek wynosił 43 lata, a ojców 44,5.

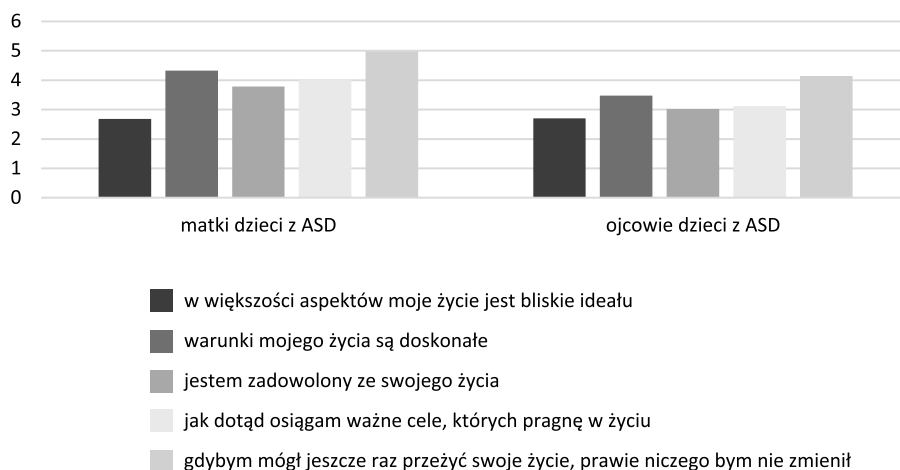
W celu udzielenia odpowiedzi na postawione pytania badawcze i przetestowania wysuniętej hipotezy, przeprowadzono analizy statystyczne przy użyciu programu Statistica 12.5. Za jego pomocą wykonano analizy korelacji ze współczynnikiem r-Pearsona i test t-Studenta dla prób niezależnych.

Wyniki badań własnych

Wobec przyjętych założeń wyniki zebrano i opisano w obszarze satysfakcji z życia badanych matek i ojców dzieci z zaburzeniami ze spektrum autyzmu, stylów i strategii radzenia sobie w sytuacjach trudnych oraz związków korelacyjnych między satysfakcją z życia a stylami i strategiami radzenia sobie ze stresem badanych matek i ojców dzieci z zaburzeniami ze spektrum autyzmu.

Satysfakcja z życia badanych matek i ojców dzieci z zaburzeniami ze spektrum autyzmu

Na podstawie uzyskanych wartości średnich (matki: $M = 19,79$, $SD = 3,75$; ojcowie: $M = 16,45$, $SD = 3,12$) można wskazać, że matki dzieci z zaburzeniami ze spektrum autyzmu częściej oceniają swoje życie jako satysfakcjonujące. W celu szczegółowego przeanalizowania, w jakich obszarach badane matki i ojcowie wykazują zróżnicowanie, uwzględniono wyniki otrzymane przez nich w poszczególnych itemach zastosowanego narzędzia pomiarowego (wykres 1).



Wykres 1. Satysfakcja z życia badanych – wyniki otrzymane w itemach Skali Satysfakcji z Życia Eda Dienera – zestawienie wyników badanych matek i ojców dzieci z zaburzeniami ze spektrum autyzmu

Źródło: badania własne.

Badani rodzice w konfrontacji z możliwością ponownego przeżycia swojego życia, wyrazili mniejszą skłonność do przeobrażeń w swoim dotychczasowym życiu. Badane matki dzieci z zaburzeniami ze spektrum autyzmu, dokonując oceny swojego życia, wykazały wysokie zadowolenie z warunków życia, opisując je jako doskonałe. Nieco niżej od poprzedniego, ale i tak satysfakcjonująco, oceniły osiągnięte przez siebie ważne cele, na których bardzo im zależało. Badane matki wyżej niż ojcowie dzieci z zaburzeniami ze spektrum autyzmu doceniają to, co mają. Porównywalnie do grupy badanych ojców, z dystansem odnoszą się do określenia „ideału życia”. Może być to spowodowane rozbieżnością między realnym a upragnionym obrazem swojego życia i życia swojej rodziny, w której mają miejsce liczne nieprzewidywalne sytuacje, wymagające szybkiego reagowania. Badani ojcowie niżej niż badane matki, odnieśli się do sformułowania mówiącego, że warunki ich życia są doskonałe. Również niżej od badanych matek ocenili zadowolenie z osiągniętych przez siebie celów, na których im najbardziej zależało.

Style radzenia sobie ze stresem badanych matek i ojców dzieci z zaburzeniami ze spektrum autyzmu

W analizie radzenia sobie ze stresem u badanych matek i ojców dzieci z zaburzeniami ze spektrum autyzmu skupiono się na dyspozycyjnym charakterze radzenia sobie. W zakresie trzech kategorii odnotowano istotne różnice między grupami: koncentracja na problemie ($p < 0,023^*$), zaprzeczanie ($p < 0,000^*$) i akceptacja ($p < 0,013^*$). Uzyskane rezultaty wskazują na znaczące różnice między badanymi matkami a ojcami w zakresie względnie stałych preferencji postępowania w sytuacjach stresowych (tabela 1). Matki dzieci z zaburzeniami ze spektrum autyzmu wykazują istotnie wyższą tendencję do posługiwania się zadaniowym stylem radzenia, koncentracji na problemie, ale także zorientowanym na akceptację sytuacji, w jakiej się znalazły. Zdecydowanie w mniejszym stopniu w porównaniu do badanych ojców, cechuje je tendencja do zaprzeczania istniejącej sytuacji trudnej. Na poziomie braku statystycznej istotności znalazły się pozostałe kategorie, tj.: koncentracja na emocjach i wyładowaniu ($p > 0,717$), poszukiwanie emocjonalnego wsparcia ($p > 0,579$), zwracanie się ku religii ($p > 0,496$), poczucie humoru ($p > 0,296$) i używanie alkoholu lub innych środków odurzających ($p > 0,410$).

Wartości średnich uzyskane w ramach stylów tj. koncentracja na emocjach i ich wyładowaniu oraz poszukiwanie emocjonalnego wsparcia są minimalnie

Tabela 1. Style radzenia sobie ze stresem – zestawienie wyników badanych matek i ojców dzieci z zaburzeniami ze spektrum autyzmu

Style	Matki dzieci z zaburzeniami ze spektrum autyzmu		Ojcowie dzieci z zaburzeniami ze spektrum autyzmu		Test istotności	
	<i>M</i>	<i>SD</i>	<i>M</i>	<i>SD</i>	<i>t</i>	<i>p</i>
PRO	15,80	0,42	15,30	0,48	-2,465	0,023*
ZAP	5,33	0,57	6,84	0,47	-5,121	0,000*
EM	15,93	0,25	15,88	0,33	0,366	0,717
WS	49,33	2,08	48,00	2,82	0,619	0,579
AKC	15,78	0,57	15,02	0,68	-2,109	0,013*
REL	10,71	3,49	12,00	0,81	-0,708	0,496
HUM	10,00	4,00	11,38	1,50	-1,082	0,296
ALK	7,25	1,50	9,25	2,75	0,883	0,410

Oznaczenia w tabeli: (PRO) koncentracja na problemie; (ZAP) zaprzeczanie; (EM) koncentracja na emocjach i wyładowaniu; (WS) poszukiwanie emocjonalnego wsparcia; (AKC) akceptacja; (REL) zwracanie się ku religii; (HUM) poczucie humoru; (ALK) używanie alkoholu lub innych środków odurzających; *M* – średnia arytmetyczna; *SD* – odchylenie standardowe; *t*^o – t-Studenta; * *p* – poziom istotności statystycznej ($p < 0,05$).

Źródło: badania własne.

wyższe w grupie badanych matek. Pozostałe trzy, tj. zwracanie się ku religii, poczucie humoru i używanie alkoholu lub innych środków odurzających są minimalnie wyższe w grupie badanych ojców. Można założyć, że każda rodzina, w zależności od sytuacji, w jakiej się znalazła, uruchamia odpowiednie do niej style radzenia sobie.

Strategie radzenia sobie ze stresem badanych matek i ojców dzieci z zaburzeniami ze spektrum autyzmu

Właściwości sytuacyjne radzenia, podobnie jak dyspozycyjne, również cechuje zróżnicowanie w grupie badanych matek i ojców dzieci z zaburzeniami ze spektrum autyzmu (tabela 2). W zakresie trzech kategorii odnotowano istotne różnice między badanymi grupami: koncentracja na problemie ($p < 0,034^*$), zaprzeczanie ($p < 0,000^*$) i poszukiwanie emocjonalnego wsparcia ($p < 0,001^*$).

Tabela 2. Strategie radzenia sobie ze stresem – zestawienie wyników badanych matek i ojców dzieci z zaburzeniami ze spektrum autyzmu

Strategie	Matki dzieci z zaburzeniami ze spektrum autyzmu		Ojcowie dzieci z zaburzeniami ze spektrum autyzmu		Test istotności	
	<i>M</i>	<i>SD</i>	<i>M</i>	<i>SD</i>	<i>t</i>	<i>p</i>
PRO	51,77	1,56	49,00	0,81	0,471	0,034*
ZAP	7,41	0,93	12,00	0,00	-4,746	0,000*
EM	14,20	1,15	14,00	0,44	-0,360	0,729
WS	7,71	1,06	11,00	2,58	-3,926	0,001*
AKC	18,78	0,78	18,45	0,98	0,502	0,619
REL	11,71	3,79	12,11	0,91	-0,608	0,378
HUM	14,22	1,50	14,33	0,66	0,196	0,846
ALK	7,00	0,89	7,08	1,37	-0,133	0,895

Oznaczenia w tabeli: (PRO) koncentracja na problemie; (ZAP) zaprzeczanie; (EM) koncentracja na emocjach i wyładowaniu; (WS) poszukiwanie emocjonalnego wsparcia; (AKC) akceptacja; (REL) zwracanie się ku religii; (HUM) poczucie humoru; (ALK) używanie alkoholu lub innych środków odurzających; *M* – średnia arytmetyczna; *SD* – odchylenie standardowe; *t*^o – t-Studenta; * *p* – poziom istotności statystycznej ($p < 0,05$).

Źródło: badania własne.

W sytuacjach stresowych matki dzieci z zaburzeniami ze spektrum autyzmu, w przeciwieństwie do badanych ojców, w większym zakresie koncentrują się na problemie. Z badań wynika również, że badane matki, które obrały w ramach strategii poszukiwanie emocjonalnego wsparcia oraz zaprzeczanie istniejącym problemom, uzyskały niższe wyniki niż badani ojcowie. Na poziomie braku

statystycznej istotności znalazły się pozostałe kategorie, takie jak koncentracja na emocjach i wyładowaniu ($p > 0,729$), akceptacja ($p > 0,619$), zwracanie się ku religii ($p > 0,378$), poczucie humoru ($p > 0,846$) i używanie alkoholu lub innych środków odurzających ($p > 0,895$).

Wartości średnich uzyskane w ramach strategii radzenia sobie w trudnych sytuacjach tj. koncentracja na emocjach i ich wyładowaniu oraz akceptacja są na minimalnie wyższym poziomie w grupie badanych matek. W obszarze strategii, jakimi są: zwracanie się ku religii, poczucie humoru i używanie alkoholu oraz innych środków odurzających, wartości średnich arytmetycznych są wyższe w grupie badanych ojców dzieci z zaburzeniami ze spektrum autyzmu. Podobnie było w zakresie analizowanych itemów w obszarze stylów.

Można zatem zauważyć, że badane matki przyjmują problemy, dostrzegają ich wagę i nie zaprzeczają ich istnieniu. Ujawniana przez nie wysoka częstotliwość stosowania strategii koncentracji na problemie w pewien sposób wyjaśnia najszerszy zakres posługiwania się metodami opartymi na aktywnym działaniu. Być może łączą się z szukaniem wyjaśnień sensu doświadczanych trudności.

Korelacje między satysfakcją z życia a stylami i strategiami radzenia sobie ze stresem badanych matek i ojców dzieci z zaburzeniami ze spektrum autyzmu

Analiza korelacji ujawniła pewne istotne statystycznie powiązania między dyspozycyjnymi i sytuacyjnymi właściwościami radzenia a satysfakcją z życia badanych matek dzieci z zaburzeniami ze spektrum autyzmu (tabela 3).

Tabela 3. Satysfakcja z życia a style i strategie radzenia sobie ze stresem badanych matek dzieci z ASD – współczynniki korelacji r-Pearsona

	PRO	ZAP	EM	WS	AKC	REL	HUM	ALK
STYLE								
Satysfakcja z życia	0,420*	0,018	0,395*	0,337*	0,462*	0,271	0,020	0,308
STRATEGIE								
Satysfakcja z życia	0,462*	0,122	0,337*	0,005	0,339*	0,018	0,438	-0,030

Oznaczenia w tabeli: (PRO) koncentracja na problemie; (ZAP) zaprzeczanie; (EM) koncentracja na emocjach i wyładowaniu; (WS) poszukiwanie emocjonalnego wsparcia; (AKC) akceptacja; (REL) zwracanie się ku religii; (HUM) poczucie humoru; (ALK) używanie alkoholu lub innych środków odurzających; * p – poziom istotności statystycznej ($p < 0,05$).

Źródło: badania własne.

W obszarze powiązań pomiędzy stylami a satysfakcją z życia, wyższej satysfakcji z życia towarzyszy większa tendencja do koncentrowania się na proble-

mie, ale także na emocjach i ich wyładowaniu, poszukiwaniu wsparcia oraz akceptacji problemu. W przypadku stylów radzenia sobie ze stresem najsilniejszy związek stwierdzono w zakresie dyspozycji do akceptacji problemów i przyjmowania ich takimi, jakimi są.

W przypadku strategii radzenia sobie ze stresem stwierdzono tylko trzy związki korelacyjne. Koncentracja na problemie, jego akceptacja oraz koncentracja na emocjach w sytuacjach trudnych może wiązać się ze wzrostem ogólnego zadowolenia z życia. Nasiloną preferencją w postaci koncentracji na problemie w grupie badanych matek, może odgrywać znaczącą rolę w kształtowaniu ich poziomu satysfakcji z życia, na co wskazuje otrzymany współczynnik korelacji o charakterze dodatnim.

Poszerzając analizy, w obszarze powiązań między sytuacyjnymi i dyspozycyjnymi właściwościami radzenia a satysfakcją z życia badanych matek dzieci z zaburzeniami ze spektrum autyzmu nie wykazano związku u badanych matek dzieci z zaburzeniami ze spektrum autyzmu w zakresie, jakim jest zaprzeczanie sytuacji trudnej, zwracanie się ku religii, poczucie humoru i używanie alkoholu lub innych środków odurzających. Dodatkowo w obszarze między sytuacyjnymi właściwościami radzenia a satysfakcją z życia badanych matek dzieci z zaburzeniami ze spektrum autyzmu nie wykazano związku u badanych matek dzieci z zaburzeniami ze spektrum autyzmu w zakresie, jakim jest poszukiwanie emocjonalnego wsparcia. Być może zdefiniowanie problemów, rozmowa o emocjach stwarza swojego rodzaju sytuację stabilności, której towarzyszy tymczasowe poczucie harmonii codziennego życia, co w konsekwencji może sprzyjać odczuwaniu egzystencjalnej satysfakcji.

W dalszej części analizy, wzięto pod uwagę grupę badanych ojców. Wyniki z zastosowanej procedury korelacyjnej w tejże grupie prezentuje tabela 4.

Tabela 4. Satysfakcja z życia a style i strategie radzenia sobie ze stresem badanych ojców dzieci z ASD – współczynniki korelacji r-Pearsona

	PRO	ZAP	EM	WS	AKC	REL	HUM	ALK
STYLE								
Satysfakcja z życia	0,237	0,089	0,054	0,195	0,244	-0,146	0,125	0,207
STRATEGIE								
Satysfakcja z życia	0,219	0,111	-0,106	-0,024	0,044	0,207	0,205	-0,014

Oznaczenia w tabeli: (PRO) koncentracja na problemie; (ZAP) zaprzeczanie; (EM) koncentracja na emocjach i wyładowaniu; (WS) poszukiwanie emocjonalnego wsparcia; (AKC) akceptacja; (REL) zwracanie się ku religii; (HUM) poczucie humoru; (ALK) używanie alkoholu lub innych środków odurzających; * *p* – poziom istotności statystycznej ($p < 0,05$).

Źródło: badania własne.

Zastosowana analiza korelacji nie wykazała istotnych statystycznie powiązań między dyspozycyjnymi i sytuacyjnymi właściwościami radzenia a satysfakcją z życia badanych ojców dzieci z zaburzeniami ze spektrum autyzmu (tabela 4). Doniesienia z innych badań sugerują, że ojcowie w wyniku trudów związanych z wychowaniem dziecka z zaburzeniami ze spektrum autyzmu doświadczają wyższego poziomu stresu niż matki (zob. Rivard i in., 2014; Kayfitz, Gragg, Orr, 2010).

Podsumowanie

Na podstawie uzyskanych rezultatów badań można sformułować odpowiedzi na postawione problemy badawcze i wysunąć następujące wnioski:

1. Uszczegółowienie analiz pozwoliło określić wyższe nasilenie zadowolenia z aktualnych warunków życiowych, ogólnego zadowolenia z życia i osiągniętych celów w grupie badanych matek dzieci z zaburzeniami ze spektrum autyzmu. Deklarowane przez rodziców niskie zapotrzebowanie na dokonywanie jakichkolwiek zmian w ich dotychczasowym życiu, potwierdza ich wysokie wartościowanie doświadczanej sytuacji życiowej. Warto zaznaczyć, że badane matki i ojcowie nie uzyskali niskich wyników w żadnym twierdzeniu uwzględnionym do oceny satysfakcji z ich życia. Można zaryzykować stwierdzenie, że czerpane przez badanych zadowolenie życiowe oparte jest na realizmie i docenieniu tego, czym aktualnie dysponują. Przeprowadzone analizy w części odnoszą się do wyników badań Małgorzaty Sekułowicz (2013). Na ich podstawie można stwierdzić, że każda rodzina, w tym rodzina dziecka z zaburzeniami ze spektrum autyzmu, doświadcza zarówno pozytywnych, jak i też negatywnych przeżyć emocjonalnych. One z kolei wpływają na poziom satysfakcji z życia rodziców dziecka.
2. Właściwości sytuacyjne radzenia, podobnie jak dyspozycyjne, różnią badanych rodziców dzieci z zaburzeniami ze spektrum autyzmu. W zakresie stylów badane matki wykazują się wyższą tendencją do zadaniowego podejścia do problemu, cechując się przy tym większą skłonnością do koncentracji na problemie, jego zaakceptowania, w porównaniu z badanymi ojcami. Pomimo licznych trudności, które tkwią w środowisku zewnętrznym, przejawiających się najczęściej w postawach społecznych, badane matki akceptują sytuację, w jakiej się znalazły. W grupie badanych matek stwierdzono również niższe zaprzeczanie trudnościom w ich życiu, co może wiązać się z tym, że nie bagatelizują problemów. Ogólnie rzecz ujmując, można stwierdzić, że u badanych matek nie dominują style zorientowane na religię, poczucie humoru i używanie alkoholu lub innych środków odurzających. Badane matki koncentrują się na emocjach i szukają emocjonalnego wsparcia. Różnice między badanymi rodzicami dzieci z zaburzeniami ze spektrum autyzmu w obrębie sytuacyjnych właściwości radzenia wykazują pewne zbieżności do stwierdzonych wcześniej cech dyspozycyjnych badanych osób. W zakresie

koncentracji na emocjach, pomimo że wyniki nie znalazły się na poziomie istotnym statystycznie, wartości średnich arytmetycznych są wyższe w grupie badanych matek. Nie są bardzo zorientowane na poszukiwanie emocjonalnego wsparcia, nie zaprzeczają problemom i trudnościom, raczej koncentrują się na problemie w przeciwieństwie do badanych ojców dzieci z zaburzeniami ze spektrum autyzmu. Akceptują sytuację, w jakiej się znalazły. Podobnie jak w zakresie stylów, tak i w stosowanych strategiach badane matki dzieci z zaburzeniami ze spektrum autyzmu nie są tak bardzo zorientowane na religię, poczucie humoru i używanie alkoholu lub innych środków odurzających.

Wyniki innych badań potwierdzają przeprowadzone analizy i pokazują, że rodzice dzieci z zaburzeniami ze spektrum autyzmu stosują różne strategie radzenia sobie w sytuacji trudnej. Matki radzą sobie dzięki akceptacji zdarzeń oraz koncentrując się na bieżących problemach (zob. Pisula, 2012; Osborne i in., 2008; Higgins, Bailey, Pearce, 2005).

Można zaryzykować stwierdzenie, że wśród badanych matek zauważa się tendencję do nasilonego preferowania stylów i strategii radzenia skoncentrowanych na emocjach. U kobiet ta ekspresyjność emocjonalna wpisana jest w repertuar ich codzienności. Stąd też częściej niż inni rodzice doświadczają sytuacji stresowych, które są wynikiem niewiadomych w życiu (zob. Neece, Baker, 2008; Meadan, Halle, Ebata, 2010), a które wpływają na wybór stylów i strategii w życiu (por. Prokopiak, 2014). Podobne wyniki uzyskały Anna Dąbrowska i Ewa Pisula (2010; por. Brookman-Frazeo i in., 2006), których badania objęły związek między stresem rodziców dzieci z zaburzeniami ze spektrum autyzmu, zespołem Downa i typowo rozwijających się dzieci a stylem radzenia sobie. Wyniki ukazały nie tylko wyższy poziom stresu u rodziców dzieci z zaburzeniami ze spektrum autyzmu, lecz także udowodniły istnienie związku między stylami radzenia sobie a stresem rodzicielskim.

Wszelkie porównania do innych badań i wnioski z nich płynące powinny uwzględniać odmienność każdej badanej rodziny. Każda doświadcza różnych problemów, głównie ekonomicznych, biopsychicznych, socjopsychologicznych oraz społeczno-wychowawczych (zob. Jakubczyk, 2017). W celu nakreślenia szerszej płaszczyzny interpretacyjnej, wysunięte przypuszczenia wymagają dalszej weryfikacji empirycznej.

3. Uzyskane rezultaty badań potwierdziły częściowo wysuniętą hipotezę. Dotyczy ona tylko grupy badanych matek, u których stwierdzono, że istnieje związek między stosowanymi stylami i strategiami radzenia sobie ze stresem a ich satysfakcją z życia. W grupie tej istotne znaczenie dla kształtowania się wyższej satysfakcji z życia ma zarówno radzenie dyspozycyjne, jak i sytuacyjne ukierunkowane na emocje, akceptację problemu oraz koncentrację na nim. Dodatkowo istotne znaczenie dla kształtowania wyższej satysfakcji z życia ma radzenie dyspozycyjne zorientowane na poszukiwaniu emocjonalnego wsparcia. Nie wykazano związku u badanych matek dzieci z zabu-

rzeniami ze spektrum autyzmu w zakresie, jakim jest zaprzeczanie sytuacji trudnej, zwracanie się ku religii, poczucie humoru i używanie alkoholu lub innych środków odurzających. Nie potwierdzono również związku między satysfakcją z życia a radzeniem sytuacyjnym zorientowanym na poszukiwaniu emocjonalnego wsparcia.

Na podstawie analiz w grupie badanych ojców nie stwierdzono związku między preferowanymi stylami i strategiami radzenia sobie ze stresem a satysfakcją z ich życia. Co więcej, inne doniesienia z badań sugerują, że w wyniku trudnych warunków, jakimi jest wychowanie dziecka z zaburzeniami ze spektrum autyzmu, ojcowie doświadczają wyższego poziomu stresu niż matki (zob. Rivard i in., 2014; Kayfitz, Gragg, Orr, 2010). Na podstawie innych badań stwierdza się, że satysfakcja z życia jest niższa u badanych rodziców dzieci z zaburzeniami ze spektrum autyzmu niż np. matek dzieci z zespołem Downa i matek prawidłowo rozwijających się dzieci (Rodrigue, Morgan, Gelfken, 1990; Lecavalier, Leone, Wiltz, 2006).

Podsumowując, mówi się, że człowiek uczy się przez całe swoje życie. Wszystkie wydarzenia, które go dotyczą nie są obojętne i wpływają na obraz realnego, jak również tego upragnionego życia. Augustyn Bańka (2005) jest zdania, że poczucie szczęścia, dobrostanu, jakości, jak i satysfakcji z życia stanowią rezultat ciągłego rozwoju człowieka. Z biegiem lat ocena naszego życia podlega częstym zmianom, pod wpływem nabywanych doświadczeń. Stąd według niego całościowa ocena życia wymaga od człowieka wykorzystania licznych informacji, pochodzących z różnych źródeł. Przedstawione w prezentowanym artykule analizy i wyprowadzone na ich podstawie wnioski nie są wolne od ograniczeń spowodowanych znacznym zróżnicowaniem rodzin wychowujących dzieci z zaburzeniami ze spektrum autyzmu. Niektóre doniesienia z badań obejmują grupy badanych funkcjonujących w odmiennych warunkach kulturowych. W obrębie dokonywanych analiz empirycznych stosowane są zróżnicowane narzędzia pomiarowe uniemożliwiające określenie trwałej konfiguracji różnic czy podobieństw. Pomimo wspomnianych utrudnień można wskazać pewien zakres działań praktycznych zorientowanych na działania pomocowe wobec rodzin dzieci z zaburzeniami ze spektrum autyzmu. Słuszną wydaje się pomoc psychologiczna, którą powinni być objęci matka i ojciec dziecka z niepełnosprawnością na każdym etapie rozwoju dziecka. Wsparcie to powinno obejmować m.in. pomoc w sytuacjach związanych z pojawianiem się stresu, w uczeniu się rozpoznawania potencjału dziecka i stawiania mu realnych wymagań oraz adaptacji do szybkiej zmiany. Ważne jest ukazanie rodzicom źródła radości i satysfakcji w procesie wychowania dziecka (Dębska, 2006). Istotne jest wdrożenie działań o charakterze terapeutycznym. Głównie takich, które są ukierunkowane na zmianę w postrzeganiu perspektywy dziecka przez rodziców oraz na wspieranie procesu akceptacji roli matki/ojca dziecka z zaburze-

niami ze spektrum autyzmu. Wspomniane zabiegi przyniosą rodzicielstwu pozytywny charakter i przyczynią się do satysfakcjonujących relacji między małżonkami (por. Glenn, 2007).

W związku z niejednorodnym charakterem doświadczanych trudności rodziców dzieci z zaburzeniami ze spektrum autyzmu, wybieranych przez nich stylów i strategii radzenia sobie w sytuacjach trudnych oraz satysfakcji z życia, można potraktować zaprezentowane w artykule analizy jako wartościowe na tyle, żeby podjąć w przyszłości kolejne przedsięwzięcia badawcze.

Bibliografia

- American Psychiatric Association. (2013). *Diagnostic and statistical manual of mental disorders: DSM-5*. Washington, DC.
- Argyle, M. (2004). *Psychologia szczęścia*. Wrocław: Wydawnictwo Astrum.
- Baker-Ericzen, M.J., Brookman-Frazee, L., Stahmer, L. (2005). Stress levels and adaptability in parents of toddlers with and without autism spectrum disorders. *Research & Practice for Persons with Severe Disabilities*, 30, 194–204. <https://doi.org/10.2511/rpsd.30.4.194>
- Banasiak, A. (2013). Stres rodzicielski ojców dzieci z autyzmem. W: J.M. Garbula, A. Zakrzewska, W. Sawczuk (red.), *Świat rodziny perspektywa interdyscyplinarna, wobec wyzwań i zagrożeń* (s. 78–93). Toruń: Wydawnictwo Adam Marszałek.
- Bańka, A. (2005). Jakość życia a jakość rozwoju. Społeczny kontekst płci, aktywności i rodziny. W: A. Bańka (red.), *Psychologia jakości życia* (s. 11–78). Poznań: Stowarzyszenie Psychologia i Architektura.
- Blacher, J., McIntyre, L.L. (2006). Syndrome specificity and behavioural disorders in young adults with intellectual disability: Cultural differences in family impact. *Journal of Intellectual Disability Research*, 50, 184–198. <https://doi.org/10.1111/j.1365-2788.2005.00768.x>
- Boström, P.K., Broberg, M. (2014). Openness and avoidance – a longitudinal study of fathers of children with intellectual disability. *Journal of Intellectual Disability Research*, 58, 810–821. <https://doi.org/10.1111/jir.12093>
- Bouma, R., Schweitzer, R. (1990). The impact of chronic childhood illness on family stress: A comparison between autism and cystic fibrosis. *Journal of Clinical Psychology*, 46(6), 722–730. [https://doi.org/10.1002/1097-4679\(199011\)46:6<722::aid-jclp2270460605>3.0.co;2-6](https://doi.org/10.1002/1097-4679(199011)46:6<722::aid-jclp2270460605>3.0.co;2-6)
- Bresnahan, M.J., Shearman, S.M., Lee, S.Y., Ohashi, R., Mosher, D. (2002). Personal and cultural differences in responding to criticism in three countries. *Asian Journal of Social Psychology*, 5, 93–105. <https://doi.org/10.1111/1467-839X.00097>
- Brookman-Frazee, L., Stahmer, A., Baker-Ericzen, M.J., Tsai, K. (2006). Parenting interventions for children with autism spectrum and disruptive behavior disorders: Opportunities for cross-fertilization. *Clinical Child and Family Psychology Review*, 9(3–4), 181–200. <https://doi.org/10.1007/s10567-006-0010-4>
- Carver, C.S., Scheier, M.F., Weintraub, J.K. (1989). Assessing coping strategies: A theoretically based approach. *Journal of Personality and Social Psychology*, 56, 267–283. <https://doi.org/10.1037/0022-3514.56.2.267>
- Cegła, B., Bartuzi, Z. (2004). Badania jakości życia w naukach medycznych. *Polska Medycyna Rodzinna*, 6(1), 124–128.
- Czapiński, J. (2004). *Psychologia pozytywna*. Warszawa: WN PWN.
- Dąbrowska, A., Pisula, E. (2010). Parenting stress and coping styles in mothers and fathers of pre-school children with autism and Down syndrome. *Journal of Intellectual Disability Research*, 54(3), 266–280. <https://doi.org/10.1111/j.1365-2788.2010.01258.x>
- Dąbrowska, M. (2005). *Zjawisko wypalenia wśród matek dzieci niepełnosprawnych*. Kraków: Oficyna Wydawnicza Impuls.

- Dębska, U. (2006). Zespół wypalenia sił jako utrudnienie do podejmowania zachowań prozdrowotnych. W: U. Dębska (red.), *Bliżej człowieka. Konteksty interdyscyplinarne* (s. 197–208). Wrocław: Oficyna Wydawnicza Atut.
- Diener, E. (2000). Subjective well-being. The science of happiness and a proposal for national index. *American Psychologist*, 1, 34–43. <https://doi.org/10.1037/0003-066X.55.1.34>
- Diener, E., Emmons, R.A., Larsen, R.J., Griffen, S. (1985). The satisfaction with life scale. *Journal of Personality Assessment*, 49, 71–75.
- Diener, E., Lucas, R.E., Oishi, S. (2005). Dobrostan psychiczny. Nauka o szczęściu i zadowoleniu z życia. W: J. Czapiński (red.), *Psychologia pozytywna. Nauka o szczęściu, zdrowiu, sile i cnotach człowieka* (s. 35–50). Warszawa: WN PWN.
- Flippin, M., Crais, E.R. (2011). The need for more effective father involvement in early autism intervention. *Journal of Early Intervention*, 33, 24–50.
- Glenn, F. (2007). *Growing together or drifting apart? Children with disabilities and their parents relationships*. London: One Plus One.
- Gray, D.E. (2002). “Everybody just freezes. Everybody is just embarrassed”: Felt and enacted stigma among parents of children with high functioning autism. *Sociology of Health & Illness*, 24, 734–749. <https://doi.org/10.1111/1467-9566.00316>
- Hastings, R.P., Johnson, E. (2001). Stress in UK families conducting intensive home-based behavioral intervention for their young child with autism. *Journal of Autism and Developmental Disorders*, 31, 327–336. <https://doi.org/10.1023/a:1010799320795>
- Heszen, I. (2013). *Psychologia stresu*. Warszawa: WN PWN.
- Heszen-Niejodek, I. (1996). Stres i radzenie sobie – główne kontrowersje. W: I. Heszen-Niejodek, Z. Ratajczak (red.), *Człowiek w sytuacji stresu – problemy teoretyczne i metodologiczne* (s. 12–43). Prace Naukowe Uniwersytetu Śląskiego, nr 1549. Katowice: Wydawnictwo Uniwersytetu Śląskiego.
- Heszen-Niejodek, I. (1997). Styl radzenia sobie ze stresem: fakty i kontrowersje. *Czasopismo Psychologiczne*, 3(1), 7–22.
- Higgins, D.J., Bailey, S.R., Pearce, J.C. (2005). Factors associated with functioning style and coping strategies of families with a child with an autism spectrum disorder. *Autism: The International Journal of Research and Practice*, 9, 125–137. <https://doi.org/10.1177/1362361305051403>
- Jakubczyk, M. (2017). Program wspomagania rodziny dziecka z autyzmem. Studium przypadku. W: A. Prokopiak, Z. Pałak (red.), *Autyzm i rodzina* (s. 113–138). Lublin: Wydawnictwo UMCS.
- Jankowski, K.S. (2015). Is the shift in chronotype associated with an alteration in well-being? *Biological Rhythm Research*, 46, 237–248.
- Jaracz, K. (2001). Sposoby ujmowania i pomiaru jakości życia. Próba kategoryzacji. *Pielęgniarstwo Polskie*, 2(12), 219–226.
- Juczyński, Z. (2001). *Narzędzia pomiaru w promocji i psychologii zdrowia*. Warszawa: PTP.
- Kayfitz, A.D., Gragg, M.N., Orr, R.R. (2010). Positive experiences of mothers and fathers of children with autism. *Journal of Applied Research in Intellectual Disabilities*, 23, 337–343. <https://doi.org/10.1111/j.1468-3148.2009.00539.x>
- Konstantareas, M.M., Homatidis, S. (1989). Assessing child symptom severity and stress in parents of autistic children. *Journal of Child Psychology and Psychiatry*, 30(3), 459–470. <https://doi.org/10.1111/j.1469-7610.1989.tb00259.x>
- Kurasz, A., Gosztyła, T. (2016). Trudne zachowanie dziecka a praktyki religijne rodziców dzieci z zaburzeniem ze spektrum autyzmu. *Fides et Ratio*, 28, 275–296.
- Lecavalier, L., Leone, S., Wiltz, J. (2006). The impact of behavior problems on caregiver stress in young people with autism spectrum disorders. *Journal of Intellectual Disability Research*, 50(Pt 3), 172–183. <https://doi.org/10.1111/j.1365-2788.2005.00732.x>
- Łosiak, W. (2012). *Psychologia stresu*. Warszawa: Oficyna Wydawnicza Łośgraf.
- Marmola, M. (2017). Style radzenia sobie ze stresem matki dzieci z niepełnosprawnością. *Kultura – Przemiany – Edukacja*, 5, 267–281.

- Meadan, H., Halle, J.W., Ebata, A.T. (2010). Families with children who have autism spectrum disorders: Stress and support. *Exceptional Children*, 77(1), 7–36. <https://doi.org/10.1177/001440291007700101>
- Neece, C., Baker, B. (2008). Predicting maternal parenting stress in middle childhood: The roles of child intellectual status, behaviour problems and social skills. *Journal of Intellectual Disability Research*, 52(12), 1114–1128. <https://doi.org/10.1111/j.1365-2788.2008.01071.x>
- Osborne, L.A., McHugh, L., Saunders, J., Reed, P. (2008). Parenting stress reduces the effectiveness of early teaching interventions for autistic spectrum disorders. *Journal of Autism and Developmental Disorders*, 38, 1092–1103. <https://doi.org/10.1007/s10803-007-0497-7>
- Palkovitz, R. (2002). *Involved fathering and men's adult development: Provisional balances*. New York: Erlbaum.
- Pisula, E. (1994). Zespół wypalania się sił u rodziców dzieci autystycznych. *Nowiny Pedagogiczne*, 3, 83–89.
- Pisula, E. (1998). *Psychologiczne problemy rodziców dzieci z zaburzeniami rozwoju*. Warszawa: Wydawnictwa UW.
- Pisula, E. (2003). *Autyzm i przywiązanie. Studia nad interakcjami dzieci z autyzmem i ich matek*. Gdańsk: GWP.
- Pisula, E. (2012). *Rodzice dzieci z autyzmem*. Warszawa: WN PWN.
- Poprawa, R. (1996). Zasoby osobiste w radzeniu sobie ze stresem. W: G. Dolińska-Zygmunt (red.), *Elementy psychologii zdrowia* (s. 101–137). Wrocław: Wydawnictwo Uniwersytetu Wrocławskiego.
- Prokopiak, A. (2014). Wychowanie dziecka z zaburzeniami ze spektrum autyzmu. *Annales Universitatis Mariae Curie-Skłodowska, Sectio J*, 27(2), 1–59.
- Randall, P., Parker, J. (2010). *Autyzm. Jak pomóc rodzinie*. Sopot: GWP.
- Rivard, M., Terroux, A., Parent-Boursier, C., Mercier, C. (2014). Determinants of stress in parents of children with autism spectrum disorders. *Journal of Autism & Developmental Disorders*, 44, 1609–1620. <https://doi.org/10.1007/s10803-013-2028-z>
- Rodrigue, J.R., Morgan, S.B., Geffken, G. (1990). Families of autistic children: Psychological functioning of mothers. *Journal of Clinical Child Psychology*, 19(4), 371–379. https://doi.org/10.1207/s15374424jccp1904_9
- Rolland, J.S., Walsh, F. (2006). Facilitating family resilience with childhood illness and disability. *Current Opinion in Pediatrics*, 8, 527–538. <http://doi.org/10.1097/01.mop.0000245354.83454.68>
- Sekułowicz, M. (2000). *Matki dzieci niepełnosprawnych wobec problemów życiowych*. Wrocław: Wydawnictwo Uniwersytetu Wrocławskiego.
- Sekułowicz, M. (2013). *Wypalanie się sił rodziców dzieci z niepełnosprawnością*. Wrocław: Wydawnictwo Naukowe Dolnośląskiej Szkoły Wyższej.
- Sekułowicz, M., Sipiorski, P. (2009). Style i strategie radzenia sobie rodziców dzieci z niepełnosprawnością. W: T. Żółkowska, L. Konopska (red.), *W kręgu niepełnosprawności – teoretyczne i praktyczne aspekty poszukiwań w pedagogice specjalnej* (s. 443–444). Szczecin: Print Group Daniel Krzanowski.
- Stelter, Ż. (2014). Satysfakcja małżeńska rodziców dziecka z niepełnosprawnością intelektualną. *Psychologia Rozwojowa*, 19(1), 117–132.
- Terelak, J.F. (2008). *Człowiek i stres. Koncepcje – źródła – reakcje – radzenie sobie – modyfikatory*. Bydgoszcz–Warszawa: Oficyna Wydawnicza Branta.
- Tomaszewski, T. (1975). Człowiek i otoczenie. W: T. Tomaszewski (red.), *Psychologia* (s. 13–36). Warszawa: PWN.
- Veenhoven, R. (1991). Questions on happiness: Classical topics, modern answers, blind spots. W: F. Strack, M. Argyle, N. Schwarz (red.), *Subjective well-being. An interdisciplinary perspective* (s. 7–26). Oxford: Pergamon Press.
- Walęcka-Matya, K., Kurpiel, D. (2015). Ocena satysfakcji z życia a poczucie skuteczności i styl wychowania w percepcji matek młodzieży z niepełnosprawnością w perspektywie rozwoju. *Psychologia Rozwojowa*, 20(1), 75–89.

STYLE I STRATEGIE RADZENIA SOBIE W SYTUACJACH TRUDNYCH A SATYSFAKCA Z ŻYCIA MATEK I OJCÓW DZIECI Z ZABURZENIAMI ZE SPEKTRUM AUTYZMU

Abstrakt

Niepełnosprawność stawia rodziców dziecka i cały system rodzinny w trudnej sytuacji. Wiąże się z przeorganizowaniem dotychczasowego funkcjonowania rodziny, podziału obowiązków, czasu wolnego oraz aktywności społecznej. Artykuł prezentuje badanie związku między stylami i strategiami radzenia sobie w sytuacjach trudnych a poczuciem satysfakcji z życia u badanych rodziców dzieci z zaburzeniami ze spektrum autyzmu.

Wysunięta hipoteza została częściowo potwierdzona tylko w grupie badanych matek, u których stwierdzono, że istnieje związek między stosowanymi stylami i strategiami radzenia sobie ze stresem a ich satysfakcją z życia. W grupie tej istotne znaczenie dla kształtowania się satysfakcji z życia ma działanie dyspozycyjne i sytuacyjne ukierunkowane na emocje, akceptację problemu i koncentrację na nim.

Przy niejednorodnym charakterze doświadczanych trudności rodziców dzieci z zaburzeniami ze spektrum autyzmu, stylów i strategii radzenia oraz satysfakcji z życia, przeprowadzone analizy można potraktować jako wartościowe na tyle, żeby podjąć kolejne przedsięwzięcia w obrębie prezentowanej problematyki.

Słowa kluczowe: zaburzenia ze spektrum autyzmu, style, strategie, satysfakcja z życia, rodzice

STYLES AND STRATEGIES OF COPING IN DIFFICULT SITUATIONS AND LIFE SATISFACTION OF MOTHERS AND FATHERS OF CHILDREN WITH AUTISM SPECTRUM DISORDER

Abstract

Disability puts the child's parents and the whole family system in a difficult situation. It is associated with the reorganization of the current functioning of the family, division of duties, free time and social activity. The article presents a study on the relationship between styles and strategies of coping with difficult situations and a sense of satisfaction with life in the parents of children with autism spectrum disorders.

Only in the group of examined mothers the hypothesis has been partially confirmed in which it was found that there is a relationship between the applied styles and strategies of coping with stress and their life satisfaction. In this group, dispositional and situational action focused on emotions, acceptance of the problem and concentration on it had significant on the shaping of life satisfaction.

Due to the heterogeneous nature of the experienced difficulties of parents of children with autism spectrum disorders, styles and strategies of counseling and life satisfaction, these analyzes can be treated as valuable enough to undertake further ventures within the presented issues.

Keywords: autism spectrum disorders, styles, strategies, life satisfaction, parents