



SPRÁVA PRE MÉDIÁ

Košickí psychológovia: Lockdown znamenal pre niektoré rodiny s dospelievajúcimi zlepšenie vzťahov

Predpoklady o negatívnych psychologických dôsledkoch koronakrízy ako zvýšený stres či napätie prameniace z domácej izolácie sa nepotvrdili.

Pandémia je príležitosťou na rozvoj kvality vzťahu rodičov so svojimi dospelievajúcimi deťmi.

▪ KOŠICE 8. DECEMBRA 2020

Vyplyva to z výsledkov výskumných tímov **Katedry pedagogickej psychológie a psychológie zdravia Filozofickej fakulty Univerzity Pavla Jozefa Šafárika v Košiciach**, ktoré zrealizovali prirodzený experiment sledujúci vplyv marcového lockdownu na procesy prebiehajúce v rodinách s dospelievajúcimi deťmi.

V rámci iných výskumných projektov košickí psychológovia zbierali začiatkom roka údaje od žiakov deviatych ročníkov základných škôl. Zber však v marci náhle prerušil celoplošný lockdown, čo členovia výskumného tímu využili ako experimentálny zásah – koncom marca a začiatkom apríla, teda približne mesiac po zavedení obmedzení, realizovali opakovaný zber údajov u tých istých žiakov, tentoraz so zameraním na rodinné procesy a psychické zdravie dospelievajúcich.

„Výsledky boli prekvapujúce,“ uvádzajú zodpovedné riešiteľky projektov, dekanka Filozofickej fakulty UPJŠ v Košiciach **prof. PhDr. Oľga Orosová, CSc.**, a odborná asistentka na Katedre pedagogickej psychológie a psychológie zdravia FF UPJŠ **Mgr. Mária Bačíková, PhD.**

„V médiách sa v čase lockdownu objavovali informácie o rôznych negatívnych psychologických dôsledkoch koronakrízy. Očakával sa napr. zvýšený stres rodičov spojený so strachom o zdravie a zamestnanie, väčšou záťažou – najmä matiek – v snahe spojiť pracovné povinnosti s domácim vyučovaním detí, či celkového nedostatku voľnočasových aktivít a sociálnych kontaktov rodičov aj detí. Zároveň sa predpokladalo, že viac času, ktoré trávia rodičia s deťmi, bude vyvolávať napätie. Výsledky nášho experimentu však tieto predpoklady nepotvrdili.“

Na otázku výskumníkov, ako subjektívne vnímajú dospelievajúci zmenu atmosféry v rodine po zavedení lockdownu, viac ako polovica opýtaných uviedla, že sa atmosféra nezmenila. Približne 20 percent uviedlo, že atmosféra je trocha alebo výrazne horšia a približne štvrtina považovala atmosféru v rodine dokonca za trocha alebo výrazne lepšiu.

Porovnanie údajov pred a po lockdowne poukazuje na zaujímavé skutočnosti. „Matky používali štatisticky menej často rôzne negatívne formy kontrolujúceho správania voči svojim dospelievajúcim deťom – výrazný pokles sme zaznamenali v používaní psychologickéj kontroly (nerespektovanie názoru dieťaťa, podmienená láska, znevažovanie, zosmiešňovanie) či v pocitoch prílišnej kontroly zo strany matky (nadmerné zasahovanie do autonómneho rozhodovania dospelievajúceho).“



Výsledky experimentu sú možno prekvapujúce, ale nie sú v rozpore so zisteniami z iných krajín. „Postupne stále viac štúdií poukazuje na možnosť, že pre skupinu dobre fungujúcich a rezilientných rodín bol lockdown príležitosťou na upokojenie sa a intenzívnejšie strávený spoločný čas, čo mohlo viesť k poklesu nevhodných foriem rodičovského správania a súčasne s tým k celkovému zlepšeniu vzťahov v rodine,“ zdôrazňuje profesorka Oľga Orosová a dodáva, že ich štúdia je unikátna v tom, že nesleduje subjektívne prežívanú zmenu, ale vďaka experimentálnemu dizajnu môže hovoriť o priamom vplyve lockdownu.

Košickí výskumníci prízvukujú, že súčasná situácia súvisiaca s pandémiou ochorenia Covid-19 je osobitou príležitosťou pre rodičov a ich dospelávajúce deti.

„Naše skúmania potvrdzujú dôležitosť toho, ako dospelávajúci vnímajú úroveň informovanosti rodičov o svojich voľnočasových aktivitách vo vzťahu k výskytu fajčenia a konzumácie alkoholu, ktorú dospelávajúci uvádzajú. Vyššia úroveň vnímanej rodičovskej informovanosti má vzťah k nižšej pravdepodobnosti výskytu fajčenia a konzumácie alkoholu, ktorú dospelávajúci udávali. Pandémia je príležitosťou na rozvoj kvality vzťahu rodičov so svojimi dospelávajúcimi deťmi a na posilnenie ochoty dospelávajúcich podeliť sa o informácie týkajúce sa ich aktivít. Je to zároveň príležitosť na dobré rady alebo usmernenia, ktoré deti nebudú vnímať zo strany svojich rodičov ako vtieravé. Ak dospelávajúci vnímajú rodičovskú kontrolu ako príliš striktnú, môžu byť k rizikóvemu správaniu viac provokovaní. Zároveň ale platí, že ak kontrola úplne chýba, rizikóvé správanie býva tiež častejšie.“

■ MÉDIÁM SPROSTREDKOVAL

PhDr. Marián Gladiš, PhD.
Filozofická fakulta UPJŠ v Košiciach