

KAMIL OLSZEWSKI, ELŻBIETA TALIK, MARIA OLEŚ

Katolicki Uniwersytet Lubelski Jana Pawła II, Lublin
The John Paul II Catholic University of Lublin
e-mail: olszewski.kam@gmail.com

Martwienie się młodzieży w okresie dorastania a percepcja postaw rodzicielskich

The tendency to worry and the perception of parental attitudes in adolescence

Abstract. The aim of this study is to identify the relationship between the tendency to worry and the perception of parental attitudes in early adolescence. A group of 103 children, aged from 13 to 15, was examined. The participants completed two tests: Anne Roe's Parent-Child Relations Questionnaire and Bruce Chorpita's Penn State Worry Questionnaire for Children. Adolescents, girls more often than boys, worry at a moderate level. The results confirm that the intensity level of worry is associated with the perception of some parental attitudes: the more young people perceive their parents as demanding and rejecting, the more they worry. The tendency to worry is mostly associated with the rejecting mother's attitude.

Key words: parental attitudes, tendency to worry

Słowa kluczowe: percepcja postaw rodzicielskich, skłonność do martwienia się

WPROWADZENIE

Badania dotyczące zjawiska martwienia się są prowadzone na świecie od lat 80. ubiegłego wieku, głównie wśród dorosłych (por. m.in. Davey, 1994; Borkovec, Ray, Stöber, 1998; Delgado-Pastor i in., 2015; Gould, Gerolimatos, Edelstein, 2015). Dopiero od niedawna badacze zainteresowali się tą problematyką w odniesieniu do dzieci i młodzieży (por. m.in. Gosselin i in., 2002; Brown, Whiteside, 2008; Pestle, Chorpita, Schiffman, 2008; Wilson, Hughes, 2011). W Polsce dostępnych jest kilka opracowań naukowych dotyczących martwienia się dorosłych (por. Janowski i in., 2009; Solarz, Janowski, 2013) i prowadzone są pierwsze badania empiryczne w grupie dzieci i młodzieży (Cisło, 2014; Fidut, 2014; Olszewski, 2014; Żelazko, 2014; Dobrzyńska, 2015; Smył, 2015; Spulnik, 2015; Talik, 2015).

Martwienie się można zdefiniować jako ciąg niekontrolowanych myśli i obrazów, które prowadzą do powstania negatywnych emocji oraz wpływają na rozwój i utrzymywanie się lęku (Kelly, Miller, 1999). Przejawia się w bezustannym powtarzaniu bezproduktywnych myśli, charakteryzujących się antycypacją niepomyślnych i niepożądanych dla osoby wydarzeń (Borkovec, Ray, Stöber, 1998). Do typowych właściwości martwienia się należą zatem: przewlekłość, bezproduktywność, powtarzalność oraz intruzyjność (Davey, 1994). O skłonności do martwienia się decydują czynniki zarówno biologiczne (np. neurotyzm, wiążący się m.in. z reagowaniem niepokojem w różnych sytuacjach), jak i środowiskowe (m.in. wychowanie, negatywne doświadczenia osobiste, np. bycie ofiarą przemocy) (Horney, 1997; Costa, McRae, 2005; Hazlett-Stevens, 2006). Martwienie się jest jedną z głównych cech w zaburzeniach lę-

kowych (Weems, Silverman, La Greca, 2000; Wells, 2008).

Z badań wynika, że większość dzieci i młodzieży się martwi (Gosselin i in., 2002; Brown, Whiteside, 2008; Pestle, Chorpita, Schiffman, 2008; Wilson, Hughes, 2011), a najczęstszymi powodami martwienia się są: niepowodzenia w szkole, kłótnie z rówieśnikami, problemy zdrowotne (Muris i in., 2000). Najmłodszą grupą wiekową, u której zaobserwowano przejawy martwienia się, były dzieci 5-letnie. Forma i ekspresja martwienia zmieniają się w rozwoju – starsze dzieci martwią się więcej niż młodsze, ale też mają lepsze możliwości radzenia sobie, poznawczego opracowywania treści zmartwień (Vasey, Crnic, Carter, 1994). Dotyczy to szczególnie młodzieży w okresie dorastania, która z jednej strony doświadcza wielu sytuacji trudnych związanych zarówno z osobą nastolatka, jak i z relacjami z ważnymi dla niego środowiskami (rodzina, szkoła i grupa rówieśnicza) (Jelonkiewicz, Kosińska-Dec, 2004; Czerwińska-Jasiewicz, 2015), które mogą być przyczyną martwienia się, ale z drugiej strony – dzięki wieloaspektowym przemianom okresu dorastania, zwłaszcza dotyczących rozwoju myślenia formalnego (Kielar-Turska, 2000; Obuchowska, 2005; Czerwińska-Jasiewicz, 2015), lepiej sobie radzi z bezproduktywnymi i powtarzającymi się myślami, dotyczącymi przyszłych, niepomyślnych zdarzeń (Vasey, Crnic, Carter, 1994).

Jak już wspomniano, okres dorastania może generować liczne troski i niepokoje, w dużym stopniu związane z podstawowym zadaniem rozwojowym tego czasu, które – w dużym uproszczeniu – polega na „odcinaniu pępowiny”, czyli przechodzeniu od dziecięcej zależności względem osób dorosłych, a zwłaszcza rodziców, do niezależnego funkcjonowania i decydowania o sobie (Campbell, 1991; Namysłowska, 2005; Obuchowska, 2005; Ribner, 2005; Czerwińska-Jasiewicz, 2015). Przyczyną martwienia się u nastolatków mogą być zarówno zmiany w budowie ciała i wyglądzie zewnętrznym związane z dojrzewaniem biologicznym, które mogą się wiązać z niepokojem o normalność własnego rozwoju i atrakcyjność fizyczną (Namysłowska, 2005), jak i przemiany psychiczne, w tym

typowy dla okresu dorastania kryzys tożsamości (Oleszkowicz, 1995; Obuchowska, 2005; Czerwińska-Jasiewicz, 2015). Kryzys ten związany jest z poszukiwaniem odpowiedzi na pytania: „Kim jestem i kim chcę być w przyszłości?” (Erikson, 2004). Tym poszukiwaniom towarzyszy podwójna troska – o poznanie i określenie siebie („kim jestem?”) oraz znalezienie swojego miejsca w życiu („kim chcę być?”). W płaszczyźnie społecznej powodem zmartwień może być ocena rówieśników i związana z tym potrzeba bycia zaakceptowanym przez grupę (Ribner, 2005), a także pierwsze sympatie i miłości, zwłaszcza zakończone niepowodzeniem i odrzuceniem (Guszkowska, 2003; Seiffge-Krenke, 2006; Jasiński, 2008). Stosunkowo wiele napięć i konfliktów dotyka relacji nastolatków z rodzicami (Gurba, 2013). Dorastający nie chcą być już traktowani jak dzieci, a zarazem nie są jeszcze osobami dorosłymi. Ów nieustabilizowany i nie do końca określony status bywa często przyczyną problemów, wzajemnego niezrozumienia, które określa się mianem konfliktu pokoleń (Oleszkowicz, 1995; Obuchowska, 2005). Młodzież na skutek intensywnego w tym czasie rozwoju poznawczego często staje się krytyczna wobec rodziców, ich systemu wychowawczego i prezentowanych postaw rodzicielskich (Badura-Madej, 1981; Gurba, 2013; Czerwińska-Jasiewicz, 2015).

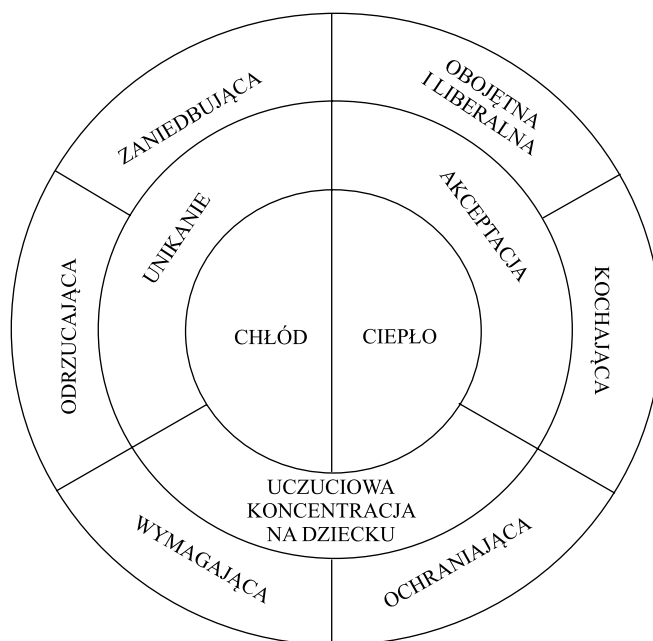
Postawami rodzicielskimi nazwiemy trwałe – rozpoczynające się wraz z narodzinami dziecka i funkcjonujące przez znaczną część życia – tendencje rodziców, osobno matki i osobno ojca, do określonego zachowania w stosunku do własnych dzieci (Król, 1989; Cudak, 2000). W najszerszym znaczeniu postawa rodzicielska jest nabytą strukturą o charakterze poznawczo-dążeniowo-afektywnym, która składa się z trzech składników: myślowego – wyrażającego się w formie twierdzeń na temat dziecka, np. „To takie dobre, posłuszne, małe dziecko”; uczuciowego – dotyczącego ekspresji emocji w stosunku do dziecka, zarówno w formie wypowiedzi, jak i w zachowaniu; oraz działania – odnoszącego się do czynnego zachowania względem dziecka, np. tulenia, pieszczenia czy karcenia (Ziemska, 2009). Komponent uczuciowy jest uważany za najistotniejszy – wyznaczający działanie w stosunku do dziecka, dzięki któremu postawa rodzi-

cielska jest czymś więcej niż tylko mniemaniem rodzica o dziecku (Król, 1989).

Postawy rodzicielskie różnią się pod względem kierunku i siły, co przekłada się na tendencje do pozytywnego lub negatywnego reagowania rodziców wobec dziecka. Z pozytywnymi postawami rodzicielskimi wiążą się zaangażowane działania, cechujące się dynamiką, inwencją i kierowaniem się dobrem dziecka. To z kolei pozytywnie wpływa na rozwój dorastającego dziecka, budując atmosferę bezpieczeństwa i miłości oraz emocjonalną pewność i spokój.

Postawy negatywne przejawiają się natomiast w formie różnego rodzaju agresji: od złośliwych uwag i komentarzy przez kary fizyczne do wreszcie unikania kontaktu z dzieckiem, zaniedbywania i nieinteresowania się jego losem, co może wpływać na społeczne niedostosowanie dziecka (Kuśpit, 2004; Ziemska, 2006; Plopa, 2011).

Powyższy pozytywny lub negatywny stosunek rodziców do dziecka odzwierciedla czynnikowa typologia postaw rodzicielskich opracowana przez Annę Roe (rysunek 1).



Rysunek 1. Typologia postaw rodzicielskich A. Roe (za: Ziemska, 2009, s. 44)

Roe swoją koncepcję przedstawiła w formie koła, którego centralne miejsce stanowią dwa podstawowe wymiary postaw rodzicielskich: ciepło oraz chłód. Z postawą ciepła łączy się akceptacja dziecka, z postawą chłodu – unikanie, a częściowo z postawą ciepła i częściowo z postawą chłodu wiąże się uczuciowa koncentracja na dziecku. W modelu, na zewnętrznym okręgu znajdują się postawy cząstkowe. Postawa akceptacji dziecka, po pierwsze, może być wyrazem miłości i silnego zaangażowania emocjonalnego (postawa kochająca, najbardziej

w modelu pożądana), po drugie, może oznaczać akceptację pozbawioną silnego zaangażowania emocjonalnego (postawa przypadkowej akceptacji). Postawa unikania dziecka prowadzić może do postaw: odrzucającej i zaniedbującej. Postawa uczuciowej koncentracji na dziecku po stronie ciepła przyjmuje natomiast postać postawy nadmiernie chroniącej, po stronie chłodu – nadmiernie wymagającej (za: Rembowski, 1972, s. 275).

Celem prezentowanych badań była analiza skłonności do martwienia się u młodzieży

w okresie dorastania – poziomu nasilenia oraz przyczyn, z uwzględnieniem zależności między tendencją do martwienia się a percepcją postaw rodzicielskich. Przewidywano, że postawy matek i ojców: wymagająca, odrzucająca oraz ochraniająca, będą się wiązać z większą tendencją do martwienia się. W dotychczasowych badaniach potwierdzono związek wymienionych postaw rodzicielskich z lękiem, niepokojem, neurotycznością. I tak – postawa wymagająca rodzica wobec dziecka współwystępuje z wyższym ogólnym niepokojem (Januszewska, Januszewski, 1996), a postawa odrzucająca rodzica prowadzić może do pojawienia się szeroko rozumianej lęklivosti (Wolińska, 1988). Podobnie postawa ochraniająca – nadopiekuńcza może się wiązać ze skłonnością do martwienia się. Nadmierna troska wobec dziecka powoduje, że traci ono możliwość zmierzenia się i radzenia sobie z wyzwaniami codziennego życia. W toku rozwoju staje się ono coraz bardziej zależne od rodziców, nie uzyskując doświadczeń potrzebnych do prawidłowego kształtowania się osobowości i poczucia własnej wartości (Last, 2012), co w konsekwencji może powodować wyższy poziom lęku (por. Cheron, Ehrenreich, Pincus, 2009; Spada i in., 2012). Z kolei rodzicielskie postawy wychowawcze: kochająca i liberalna, wiążą się z akceptacją dziecka, która sprzyja nawiązywaniu więzi emocjonalnej i poprawnemu wyrażaniu uczuć, a w konsekwencji może chronić przed tendencją do nadmiernego zamartwiania się (Pecyna, 1998; por. Grüner, Muris, Merkelbach, 1999). Związek postaw rodzicielskich z lękiem, niepokojem, neurotycznością pośrednio wskazuje na podobną zależność z martwieniem się, które – jak wspomniano wcześniej – jest podstawową składową lęku.

METODA

Problem badawczy, pytania i hipotezy badawcze

Problem badawczy dotyczy analizy skłonności do martwienia się u młodzieży w okresie dorastania: jego natężenia, przyczyn oraz zależności między martwieniem się a subiektywną oceną

postaw rodzicielskich i wyraża się w następujących pytaniach badawczych:

- 1) Jaki jest poziom martwienia się u młodzieży w okresie dorastania?
- 2) Jakie są przyczyny martwienia się u młodzieży w okresie dorastania?
- 3) Jaki jest związek skłonności do martwienia się z percepcją postaw rodzicielskich u młodzieży w okresie dorastania?
- 4) Która z percypowanych postaw rodzicielskich w największym stopniu wyjaśnia tendencję do martwienia?

Dwa pierwsze pytania badawcze mają charakter eksploracyjny, dlatego nie postawiono do nich hipotez. Do pytania trzeciego sformułowano następujące hipotezy:

H. 3.1. Istnieje pozytywny związek między skłonnością do martwienia się a postrzeganiem rodziców jako wymagających, odrzucających i ochraniających.

H. 3.2. Istnieje negatywny związek między skłonnością do martwienia się a postrzeganiem rodziców jako kochających i liberalnych.

Do pytania czwartego sformułowano następującą hipotezę:

H. 4. Postawa rodzicielska postrzegana jako odrzucająca w największym stopniu wyjaśnia tendencję do martwienia się.

Narzędzia pomiaru

W badaniach zastosowano: do oceny percepcji postaw rodzicielskich – Kwestionariusz Stosunków między Rodzicami a Dziećmi, PCRQ. Skłonność do martwienia się oszacowano za pomocą polskiej wersji Kwestionariusza Martwienia się, PSWQ-C. Za pomocą ankiety socjo-demograficznej zebrano podstawowe dane na temat uczniów.

Kwestionariusz Stosunków między Rodzicami a Dziećmi, PCRQ (Parent-Child Relations Questionnaire) Anny Roe i Marvina Siegelmana służy do badania percypowanego przez dzieci, charakterystycznego wobec nich zachowania rodziców w retrospektywnym obrazie, według typologii postaw rodzicielskich zaproponowanych przez Roe (postawa: kochająca,

wymagająca, ochraniająca, odrzucająca, liberalna). Polska wersja kwestionariusza, w przekładzie Włodzimierza Kowalskiego (1983), składa się z dwóch części, złożonych z pięćdziesięciu twierdzeń, przeznaczonych osobno do badania percepcji postaw matki (I część: „Moja matka”) i percepcji postaw ojca (II część: „Mój ojciec”). Osoby badane proszone są o ocenę postępowania rodziców wobec nich do momentu ukończenia przez badanych 12. roku życia. W każdej z pięciu skal zawarto po dziesięć twierdzeń, do których badany odnosi się przez wybór odpowiedniej odpowiedzi, udzielanej na 4-stopniowej skali: „tak”, „raczej tak”, „raczej nie”, „nie”, otrzymując za nie odpowiednio punkty od 4 do 1. Wyniki surowe poszczególnych skal mieszczą się w przedziale od 10 do 40. Im wyższy wynik, tym wyższe nasilenie danej postawy rodzicielskiej. Kwestionariusz PCR przeznaczony jest do badania indywidualnego oraz zbiorowego zarówno młodzieży od 14. roku życia, jak i dorosłych. Rzetelność PCR sprawdzono za pomocą techniki powtórnego testowania, obliczając współczynniki stabilności bezwzględnej, które dla obu wersji kwestionariusza okazały się istotne ($p < .001$ i $p < .05$) i znaczące (w wersji „Moja matka”: $r = .64-.86$; w wersji „Mój ojciec” $r = .61-.85$). Zgodność wewnątrzna skal PCR, obliczona za pomocą wzoru 20 Kudera Richardsona wynosi: w wersji „Moja matka” $rtt = .65-.78$; w wersji „Mój ojciec” $rtt = .61-.88$). Według wzoru Spearmana-Browna rozpiętość współczynników zgodności zewnętrznej wynosi: w wersji „Moja matka” $rtt = .82-.91$; w wersji „Mój ojciec” $rtt = .87-.94$.

Kwestionariusz PCR cechuje się również wysoką trafnością teoretyczną. Skale PCR wyraźnie łączą się w dwa czynniki: Miłość–Odrzucenie (L–R) i Liberalizm–Wymagania (C–D). Postawa kochająca koreluje istotnie negatywnie ($p < .001$), z postawą odrzucającą zarówno w wersji kwestionariusza o matce ($r = -.55$), jak i o ojcu ($r = -.68$). Podobna zależność, choć nieco słabsza, zachodzi pomiędzy postawą liberalną i postawą wymagającą – w wersji kwestionariusza o matce $r = -.40$, w wersji o ojcu $r = -.50$; $p < .001$.

Kwestionariusz Martwienia się, PSWQ-C (Penn State Worry Questionnaire – for Children)

Bruce’a F. Chorpity. PSWQ-C to 14-itemowy kwestionariusz służący do oceny tendencji do martwienia się u dzieci i młodzieży w wieku 7–17 lat. Kwestionariusz jest adaptacją 16-itemowej wersji dla dorosłych, *The Penn State Worry Questionnaire* (por. Meyer i in., 1990), przeprowadzoną przez zespół pracowników Uniwersytetu w Kalifornii pod kierunkiem profesora Bruce’a F. Chorpity (Chorpita i in., 1997). Zadaniem osoby badanej jest ustosunkowanie się do każdego twierdzenia przez wybór jednej odpowiedzi oznaczającej, w jakim stopniu dane twierdzenie jest prawdziwe dla badanego. Odpowiedzi są punktowane na 4-stopniowej skali typu Likerta od 0 (nigdy) do 3 (zawsze). Twierdzenia: 2, 7, i 9 ocenia się na odwróconej skali, od 0 (zawsze) do 3 (nigdy), gdzie wyższy wynik świadczy o niższej tendencji do martwienia się. Następnie wyniki są sumowane dla uzyskania wyniku ogólnego, który mieści się w przedziale od 0 do 42 punktów. Wyższy wynik wskazuje na większą tendencję do martwienia się. Ewaluacja oryginalnego narzędzia odbyła się w dwóch grupach: kontrolnej ($N = 199$) i klinicznej ($N = 35$). Kwestionariusz cechuje się zadowalającymi właściwościami psychometrycznymi: rzetelność, oszacowana za pomocą współczynnika zgodności wewnętrznej α -Cronbacha, wynosi .89. Potwierdzona została również trafność metody – kwestionariusz koreluje wysoko ($r = .71$; $p < .05$) z podskalą kwestionariusza do badania lęku (RCMAS – *Revised Children’s Manifest Anxiety Scale*) i umiarkowanie ($r = .52$; $p < .05$) ze skalą depresji (CDI – *Children’s Depression Inventory*). Wyższe wyniki uzyskują dzieci starsze, powyżej 12 lat ($M = 19.24$; $SD = 8.33$) niż młodsze, z grupy wiekowej 6–11 lat ($M = 16.12$; $SD = 6.43$). Dziewczynki wykazują wyższą tendencję do martwienia się niż chłopcy (odpowiednio: $M = 20.05$; $SD = 8.06$ i $M = 16.18$; $SD = 7.19$). PSWQ-C znajduje potwierdzenie w badaniach klinicznych – dzieci z diagnozą zaburzeń lękowych uzyskują istotnie wyższe wyniki niż dzieci zdrowe. Stałość kwestionariusza (*test-retest reliability*) w grupie klinicznej ($N = 35$) jest bardzo wysoka i wynosi $r = .92$; $p < .001$.

Polska wersja PSWQ-C. Za zgodą Chorpity została przeprowadzona adaptacja kwestionariusza PSWQ-C. Polską wersję oprac-

wano – zgodnie ze standardami dla kulturowej adaptacji testów (por. Hornowska, Paluchowski, 2004) – w Katedrze Psychologii Klinicznej KUL, na seminarium magisterskim z psychologii klinicznej dzieci i młodzieży prowadzonym przez dr hab. Marię Oleś i dr Elżbietę Talik. W procedurze translacji została zastosowana metoda wspólnego i wielokrotnego tłumaczenia (*collaborative and iterative translation*) – 12 studentów, uczestników seminarium, dokonało niezależnego tłumaczenia metody na język polski, a następnie, pod kierunkiem promotora, wspólnie ustalono najlepszą wersję kwestionariusza. Odrzucono procedurę retranslacji ze względu na jej wady – głównie wieloznaczność tłumaczonych słów i zwrotów oraz trudność dosłownego przetłumaczenia tekstu (por. Van de Vijver, Hambleton, 1996; Douglas, Craig, 2007). Instrukcja, sposób udzielania odpowiedzi oraz obliczania wyników pozostały takie same jak woryginalie.

Następnie przeprowadzono badania pilotażowe – przebadano 8 dzieci w wieku 8–16 lat ($M = 10.87$; $SD = 3.31$). Średni wynik w zakresie tendencji do martwienia się wynosił $M = 16$ ($SD = 5.53$). Rzetelność pierwszej, eksperymentalnej wersji, oszacowana za pomocą współczynnika zgodności wewnętrznej α -Cronbacha, wynosiła .74. Wersja B, wykorzystana w niniejszej pracy, jest adresowana do dzieci starszych (powyżej 12. roku życia). Badania walidacyjne tej wersji kwestionariusza przeprowadził Kamil Olszewski (2014). Przebadano 103 osoby w wieku 13–15 lat ($M = 14.02$; $SD = .08$). Rzetelność – typu zgodność wewnętrzną skali α -Cronbacha – wynosi .91. Najniższą moc dyskryminacyjną mają twierdzenia odwrócone: 2 ($r = .47$), 7 ($r = .51$) i 9 ($r = .39$). Korelacje między twierdzeniami skali a wynikiem ogólnym są istotne i mieszczą się w przedziale od $r = .47$; $p < .001$ (item 9) do $r = .79$; $p < .01$ (item 8). Obecnie trwają dalsze prace nad adaptacją metody.

Osoby badane i procedura badań

Badaniami objęto 103 uczniów klas I–III gimnazjum w Toruniu (52 dziewczęta oraz 51 chłopców) w wieku od 13. do 15. roku życia ($M = 14.02$; $SD = .82$). Prawie 70% badanych pochodziło z dużego miasta (powyżej 50 tys. mieszkańców), a prawie 1/4 badanych mieszkała na wsi. Ponad 2/3 matek i ojców badanych uczniów miało wykształcenie wyższe. Nieco ponad 3/4 badanych wychowywało się w rodzinach pełnych, niemal 16% w rodzinach niepełnych, rozbitych. Zdecydowana większość badanych uczniów (ok. 3/4) miała rodzeństwo. Większość uczniów określiło swoją relację z rodzicami jako bardzo dobrą (42.16%) i dobrą (28.43%), negatywnie relację z rodzicami oceniło w sumie 12.74% badanych.

Badanie miało charakter grupowy, trwałoby jedną jednostkę lekcyjną – 45 minut, odbywało się w obecności badającego i nauczyciela.

WYNIKI

Analizę danych empirycznych rozpoczęto od oceny poziomu nasilenia skłonności do martwienia się (tabela 1).

Przeciętny poziom skłonności do martwienia się badanych wynosi $M = 20.54$ ($SD = 9.08$), co – odnosząc do badań normalizacyjnych – wskazuje na umiarkowaną skłonność do martwienia się.

Dla dodatkowej kontroli zmiennych przeprowadzono także analizy dotyczące różnic w zakresie płci, ponieważ – jak wynika z literatury przedmiotu – płeć może w istotny sposób różnicować tendencje do martwienia się. W tym celu zastosowano testy istotności różnic (test t dla prób niezależnych). Uzyskane wyniki podano w tabeli 2.

Tabela 1. Statystyki opisowe dla zmiennej Skłonność do martwienia się

Skłonność do martwienia się	Min.	Max.	M	SD
		0	42	20.54

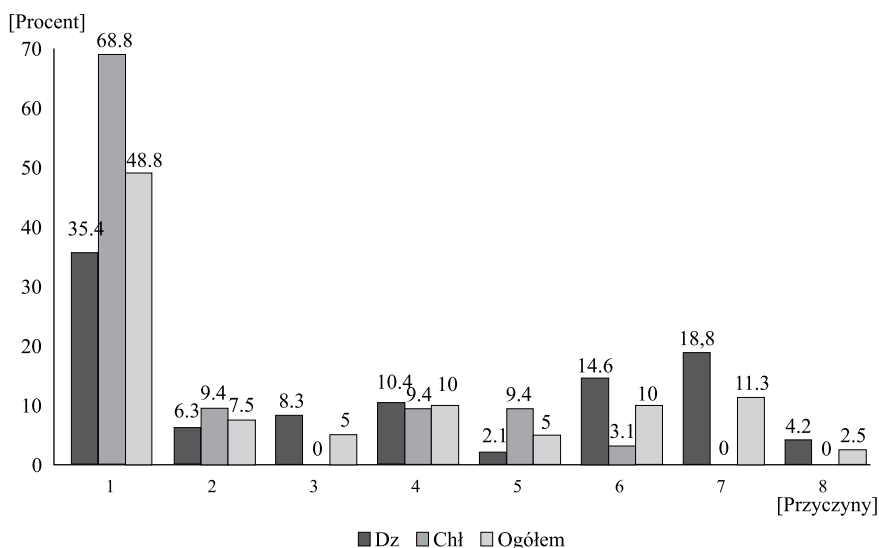
Tabela 2. Różnice między dziewczętami (N = 52) a chłopcami (N = 51) w zakresie tendencji do martwienia się

Skłonność do martwienia się	Dziewczęta (N = 52)		Chłopcy (N = 51)		t	p <
	M	SD	M	SD		
	23.77	8.54	17.25	8.48		

Badani chłopcy i dziewczęta istotnie statystycznie różnią się w zakresie skłonności do martwienia się ($t(101) = -3.89$; $p < .001$). Dziewczęta ($M = 23.77$; $SD = 8.54$) istotnie częściej w porównaniu z chłopcami ($M = 17.25$;

$SD = 8.48$) przejawiają tendencję do martwienia się.

Na rysunku 2 zaprezentowano przyczyny martwienia się podawane przez badaną młodzież.



Objaśnienia:

- (1) **Szkola** (m.in. oceny, testy, prace klasowe, sprawdziany, zadania domowe, konkursy, nadmiar nauki, brak czasu na odpoczynek, stres, aklimatyzacja w nowej szkole, stosunek nauczycieli wobec uczniów)
- (2) **Rodzina** (m.in. kłótnia z rodzicami, choroby w rodzinie, zła sytuacja materialna, rozwód rodziców, nadmierne wymagania rodziców, problemy rodziców w pracy, przemęczenie mamy w pracy)
- (3) **Grupa rówieśnicza** (m.in. akceptacja przez rówieśników, relacje z przyjacielem/przyjaciółką, choroby i uzależnienia przyjaciół)
- (4) **Problemy osobiste** (np. problemy zdrowotne, myśli samobójcze, samookaleczenia)
- (5) **Brak powodów do martwienia się**
- (6) **Szkola i rodzina**
- (7) **Szkola i rówieśnicy**
- (8) **Szkola i problemy osobiste**

Rysunek 2. Przyczyny martwienia się u dziewcząt (N = 48) i chłopców (N = 32) w okresie dorastania (w procentach)

Wśród 80 badanych, którzy udzielili odpowiedzi na postawione w ankiecie socjodemograficznej

pytanie dotyczące powodów martwienia się w ciągu miesiąca poprzedzającego badanie, zaledwie

czworo (trzech chłopców i jedna dziewczynka) odpowiedziało, że niczym się nie martwiło (5).

Prawie połowa badanych (48.8%), wśród których zdecydowaną większość stanowili chłopcy (68.8%), jako główny powód martwienia się wskazała szkołę (1) – m.in. obawy przed uzyskaniem gorszych ocen, zmęczenie związane z licznymi sprawdzianami, kartkówkami, testami, pracami domowymi i obowiązkami, niepewność otrzymania stypendium naukowego oraz łączące się z tymi przyczynami ciągle napięcie i stres. Dla około 10% badanych dziewcząt i chłopców podstawową przyczyną martwienia się były problemy osobiste, związane głównie ze zdrowiem, także psychicznym (myśli samo-

bójcze, samookaleczenia). Łącznie 7.5% uczniów jako główny powód martwienia się podała problemy rodzinne (nieco więcej chłopców niż dziewcząt), natomiast na trudności w relacjach z rówieśnikami wskazało wyłącznie 8.3% dziewcząt. Warto zauważyć, że prawie 1/4 badanych martwiła się zarówno szkołą, jak i problemami w środowisku rodzinnym, rówieśniczym i w sferze osobistej, przy czym dwie ostatnie kategorie powodów martwienia się były charakterystyczne wyłącznie dla dziewcząt.

W celu weryfikacji hipotez 3.1–3.2 przeprowadzono analizę korelacji (współczynnik korelacji r-Pearsona). Uzyskane wyniki zaprezentowano w tabeli 3.

Tabela 3. Zależności między skłonnością do martwienia się a percypowanymi postawami rodzicielskimi: matki (N = 101) i ojca (N = 96) (współczynnik korelacji r-Pearsona)

Postawa		Skłonność do martwienia się	
		r	p <
Matka	Kochająca	.18	n.i
	Wymagająca	.27	.01
	Ochraniająca	.03	n.i
	Odrzucająca	.32	.01
	Liberalna	.14	n.i
Ojciec	Kochająca	-.16	n.i
	Wymagająca	.28	.01
	Ochraniająca	.02	n.i
	Odrzucająca	.24	.05
	Liberalna	-.05	n.i

Skłonność do martwienia się u badanych nastolatków współwystępuje z percypowanymi przez nich niektórymi postawami rodzicielskimi. Hipoteza 3.1 została częściowo potwierdzona: **istnieje pozytywny związek między skłonnością do martwienia się a postrzeganiem rodziców jako wymagających i odrzucających**, zarówno matek (odpowiednio: $r = .27$; $p < .01$ i $r = .32$; $p < .01$), jak i ojców (odpowiednio: $r = .28$; $p < .01$ i $r = .24$; $p < .05$). Im bardziej młodzież postrzega rodziców jako wymagających i odrzucających, tym wyższą tendencję do martwienia się przejawia. Uzyskane zależności są istotne statystycznie i wskazują na ni-

ską siłę związku. Nie potwierdzono natomiast pozytywnej korelacji między skłonnością do martwienia się a postrzeganiem rodziców jako ochraniających.

Hipoteza 3.2 w całości nie została potwierdzona: **nie stwierdzono istotnej statystycznie negatywnej zależności między skłonnością do martwienia się a postrzeganiem rodziców jako kochających i liberalnych**.

W celu weryfikacji hipotezy 4 przeprowadzono wielokrotną analizę regresji z metodą krokową. Jako zmienne wyjaśniające wprowadzono percypowane postawy rodzicielskie (kochająca, wymagająca, ochraniająca, odrzu-

cająca i liberalna), zarówno matek, jak i ojców. Zmienną wyjaśnianą stanowiła tendencja do martwienia się. Wyniki analizy regresji wska-

zują, która postawa rodzicielska w największym stopniu wyjaśnia tendencję do martwienia się u badanej młodzieży (tabela 4).

Tabela 4. Wyniki krokowej analizy regresji w zakresie skłonności do martwienia się względem percypowanych postaw rodzicielskich: wyniki dla całej grupy

R = .35; R ² = .12 ; skorygowane R ² = .11; F (1.92) = 12.88; p < .001					
	B	Błąd stand.	β	t	p <
Stała	10.62	2.97		3.58	.01
Matka odrzucająca	.64	.18	.35	3.59	.01

Jak wynika z przeprowadzonej analizy regresji, spośród wszystkich wyróżnionych postaw rodzicielskich jedynie **odrzucająca postawa matki** w największym stopniu wyjaśnia skłonność do martwienia się u dzieci (hipoteza 4 po części została potwierdzona). Zakres wyjaśnianej wariacji jest jednak niewielki, wynosi 12%, co oznacza, że inne zmienne, nieuwzględnione w badaniu, wyjaśniają tendencję do martwienia się.

DYSKUSJA

Uzyskane rezultaty badań pozwalają stwierdzić, że młodzież w okresie wczesnej adolescencji przejawia umiarkowaną tendencję do martwienia się, przy czym częściej martwią się dziewczęta niż chłopcy, co jest spójne z rezultatami innych badań (por. Chorpita i in., 1997; Muris, Meesters, Gobel, 2001; Pestle, Chorpita, Schiffman, 2008).

Dokładna analiza wypowiedzi badanych nastolatków wskazuje, że najczęstsze powody do martwienia się dotyczą sytuacji związanych ze szkołą, takich jak np. osiągnięcia i wyniki w nauce, przeciążenie nadmiarem obowiązków, liczne sprawdziany i zadania domowe, a także nastawienie nauczycieli wobec nich. Wielu uczniów martwiło się o przyszłość – o to, jak zaliczą egzaminy gimnazjalne i do jakiej szkoły średniej trafią. Inna kategoria odpowiedzi dotyczyła sytuacji rodzinnej: obaw o rozmowy z rodzicami i ewentualnych kar po uzyskaniu

złej oceny w szkole, czy zbyt wysokich wymagań stawianych przez rodziców. Zdarzały się również wypowiedzi, które wskazywały na ważniejsze powody zmartwień, np. uzależnienia, samookaleczanie czy myśli samobójcze. Dziewczęta – częściej niż chłopcy – jako przyczyny zmartwień wymieniały sytuację i relację z innymi osobami, zarówno z bliskimi (gorsza sytuacja materialna w rodzinie, przemęczenie mamy w pracy, kłótnie czy brak kontaktu z rodzicem), jak i ze znajomymi (problem bycia akceptowanym i lubianym czy choroby i uzależnienia przyjaciół).

Jak wynika z przeprowadzonej analizy, przyczyny martwienia się są złożone i wieloaspektowe, ale należy pamiętać, że natężenie tendencji do martwienia się u badanych nastolatków cechuje umiarkowany poziom. Oznacza to, że młodzież nie neguje możliwości wystąpienia negatywnych zdarzeń w swoim życiu, a zarazem nie zadręcza się myślami o ewentualnym doświadczeniu przyszłych, niepomyślnych sytuacji. Taka postawa wydaje się uwarunkowana dwojako: czynnikami zewnętrznymi, związanymi z sytuacją życiową współczesnej młodzieży, oraz czynnikami wewnętrznymi, rozumianymi jako zjawiska rozwojowe typowe dla okresu dorastania. Wśród tych pierwszych należy wymienić różnorodność możliwości rozwoju, a co za tym idzie, lepszą perspektywę przyszłości, co – jak zauważa Maria Czerwińska-Jasiewicz (2003) – w szerszym kontekście wiąże się z w miarę ustabilizowaną sytuacją społeczno-gospodarczą oraz postępem techno-

logicznym, jaki dokonał się od okresu transformacji ustrojowej. Współczesna młodzież może rozwijać swoje pasje i zainteresowania, wybierając z bogatej oferty zajęć szkolnych i pozaszkolnych, dzięki czemu może się czuć dobrze przygotowana do wyzwań i zadań przyszłości (np. edukacyjnych), a tym samym – nie musi się nimi zamartwiać.

Jeśli chodzi o drugą kategorię czynników wyjaśniających umiarkowany poziom martwienia się badanej młodzieży, można wskazać na pewne zjawiska rozwojowe typowe dla okresu dorastania, związane przede wszystkim z intensywnym rozwojem poznawczym. Ich oddziaływanie i powiązanie z tendencją do martwienia się może mieć dwojaki charakter.

Z jednej strony rozwój myślenia formalnego umożliwi nastolatkom bardziej efektywne radzenie sobie z bezproduktywnymi i powtarzającymi się myślami dotyczącymi przyszłych, niepomyślnych zdarzeń (Vasey, Crnic, Carter, 1994). Zdolność do logicznego i abstrakcyjnego rozumowania pozwala na bardziej zróżnicowane, wielopoziomowe i złożone widzenie siebie, innych i świata (Namysłowska, 2005), co z kolei może przekładać się na krytyczną ocenę przewidywanych trudności i trosk. Młodzież również lepiej może sobie radzić z wymaganiami stawianymi przez rodziców, ponieważ właściwości poznawcze umożliwiają jej wchodzenie w bardziej partnerski dialog z rodzicami – dorastający stają się zdolni do refleksji i autorefleksji oraz formułowania własnych opinii, a w chętnie podejmowanych dyskusjach szukają racjonalnej argumentacji (Obuchowska, 2005).

Z drugiej jednak strony inne zjawiska pojawiające się w rozwoju poznawczym dorastających mogą wpływać zniekształcająco na postrzeganie siebie, innych i świata, a tym samym zmniejszać rzeczywiste natężenie poziomu martwienia się. Przykładowo: idealizm młodzieńczy ukierunkowuje młodych na nadmiernie pozytywne postrzeganie siebie i świata. Mit osobisty pozwala wierzyć dorastającym, że niebezpieczeństwo dotknąć może wszystkich, tylko nie ich (Ribner, 2005). Innym rodzajem zniekształcenia poznawczego jest egotyzm atrybucyjny, w tym okresie powiązany z egocentryzmem młodzieńczym, który polega na

wyolbrzymianiu roli samego siebie w wywoływaniu zdarzeń korzystnych, pozytywnych i pomniejszeniu jej w odniesieniu do zdarzeń niekorzystnych, negatywnych (Kofta, 2001). Dzięki tym właściwościom poznawczym młodzież może mieć przekonanie, że wystarczająco dobrze poradzi sobie z przyszłymi zadaniami i wyzwaniami dotyczącymi własnej osoby, a także relacji z rówieśnikami, rodzicami, nauczycielami – co przekłada się na umiarkowaną tendencję do martwienia się nimi.

Uzyskane rezultaty badań potwierdzają, że natężenie poziomu martwienia się łączy się z percepcją niektórych postaw rodzicielskich: im bardziej młodzież postrzega rodziców jako wymagających i odrzucających, w tym większym stopniu się martwi, a postawą w największym stopniu wyjaśniającą tendencję do martwienia się jest odrzucająca postawa matki.

Wydaje się to oczywiste, biorąc pod uwagę specyfikę wymienionych postaw wychowawczych: postawa wymagająca wiąże się ze stawianiem wysokich wymagań, wprowadzaniem zasad, których trzeba bezwzględnie przestrzegać, a w przypadku ich łamania – ze stosowaniem kar. Taka postawa daje wystarczająco wiele powodów do martwienia się, począwszy od trudności w realizacji często zbyt wysokich wymagań do obaw o sprostanie oczekiwaniom rodziców i lęku przed karą za niespełnienie narzuconych standardów. Potwierdza to dokładna analiza wypowiedzi badanych nastolatków, z której wynika, że jednym z częstszych powodów martwienia się są właśnie nadmierne wymagania rodzicielskie, zwłaszcza te dotyczące nauki szkolnej oraz dyscypliny. Również inne badania potwierdzają, że im bardziej wymagający są rodzice, tym częściej dzieci doświadczają lęku (Januszewska, Januszewski, 1996; Muris i in., 2004a). Wspomniane wyżej właściwości poznawcze, które umożliwiają partnerski dialog z rodzicami, mogą być nieprzydatne w sytuacji autorytarnego narzucania zasad, bez możliwości ich przedyskutowania.

Z kolei postawa odrzucająca wiąże się z niedbaniem, uczuciowym dystansem, chłodnym, wręcz wrogim nastawieniem wobec dzieci, ograniczaniem i unikaniem kontaktu. Odrzucenie dziecka jest doświadczeniem silnie stresu-

jącym na każdym etapie rozwojowym, także w okresie dorastania, w którym – jak by się mogło wydawać, z racji „odcinania pępownicy” (Badura-Madej, 1981) czy zacieśniania więzi z rówieśnikami – rodzice przestają być ważni. Rodzicielska postawa odrzucenia frustruje ważne potrzeby adolescenta, wśród których obok pragnienia bycia traktowanym jak dorosły pojawiają się również potrzeby typowe dla dziecka – bliskości, miłości, akceptacji (Campbell, 1991; Cote-Jallade, 1995; Czerwińska, 2002). Brak zaspokojenia tych potrzeb, wynikający z rodzicielskiej postawy odrzucenia, może być przyczyną trudności przystosowawczych u młodzieży (Worsztynowicz, 2003), a także – na co wskazują przeprowadzone badania – wzrostu tendencji do martwienia się. Również inne badania potwierdzają, że im bardziej rodzice odrzucają dziecko, tym częściej przejawia ono tendencję do martwienia się (Muris i in., 2000; Brown, Whiteside, 2008) i lęku (Wolińska, 1988; Hazen, 2000; McLeod, Wood, Weisz, 2007; Levy, 2010).

Nie potwierdzono pozytywnej korelacji między skłonnością do martwienia się a postrzeganiem rodziców jako ochraniających. Zakładano, że uczuciowa koncentracja na dziecku, charakterystyczna dla tej postawy, prowadząca do zwiększonej zależności, będzie nasilać tendencje do martwienia się u dorastającej młodzieży. Brak takiej zależności wskazuje, że postrzeganie rodziców jako ochraniających być może nie jest odbierane przez młodzież w kategoriach nadopieczności, a raczej – jako źródło wsparcia i zaspokojenia wymienionych wyżej potrzeb zależnościowych, dlatego nie ma związku z nasileniem tendencji do martwienia się. Podobnie w innych badaniach postawa nadmiernie ochraniająca nie wiązała się z nasileniem lęku jako stanu i lęku jako cechy u młodych dorosłych (Jankowska, 2014).

Nie potwierdzono również związku między postawą kochającą i liberalną a martwieniem się u młodzieży w okresie dorastania – postrzeganie rodziców jako kochających i liberalnych nie zmniejsza u niej poziomu martwienia się. Obie postawy wyrażają akceptację dziecka, przy czym dla liberalnej postawy charakterystyczne jest mniejsze zaangażowanie emocjonalne, a do

istoty **postawy kochającej** należy zaspokajanie następujących potrzeb dziecka: miłości, bezpieczeństwa uznania i wsparcia, połączone z silnym zaangażowaniem uczuciowym. Z dostępnych badań wynika, że rodzicielska postawa akceptacji dziecka jest czynnikiem chroniącym przed wystąpieniem różnych trudności przystosowawczych oraz zaburzeń u dziecka (por. m.in. Geurtzen i in., 2015), jednak – w kontekście wyników badań własnych – nie chroni przed pojawianiem się tendencji do martwienia się i nie zmniejsza jej. Być może pojawianie się negatywnych myśli i niepokojów dotyczących przyszłości można potraktować jako zjawisko normatywne w okresie dorastania, który – jak wspomniano wcześniej – obfituje w liczne sytuacje trudne dla nastolatka i niezależnie od poczucia akceptacji rodzicielskiej młody człowiek musi się z nimi zmierzyć. Oczywiście istotne jest natężenie martwienia się – jeśli jest ono nadmiernie intensywne, częste i pozostaje poza kontrolą człowieka, staje się patologiczne (Borkovec, Ray, Stöber, 1998) i może prowadzić do groźnych zaburzeń, w tym przede wszystkim zaburzeń lękowych i depresyjnych (Weems, Silverman, La Greca, 2000; Muris i in., 2004b).

Spośród wszystkich wyróżnionych postaw rodzicielskich martwienie się – jak wynika z przeprowadzonych badań – w największym stopniu jest wyjaśniane przez postawę odrzucającą matki. Miłość matczyna zwykle kojarzy się z bezwarunkową akceptacją dziecka, dlatego brak takiej postawy jest przez dzieci boleśniej odczuwany. Ponadto, jak wynika z badań, odrzucająca postawa matki ma związek z problemami przystosowawczymi dziecka (por. Siudem, 2003), wzrostem lęku (Krohne, Hock, 1991; Yazdkhasti, Harizuka, 2006), lękowo-ambivalentnym i unikającym stylem przywiązania, zarówno do rodziców, jak i do rówieśników (Marchwicki, 2004), a także – na co wskazują przeprowadzone badania – zwiększa tendencje do martwienia się.

Niewielki procent wyjaśnionej wariancji w zakresie martwienia się wskazuje, że omawiana tendencja wiąże się z tym, jak dzieci postrzegają swoich rodziców, ale również mogą mieć na nią wpływ inne czynniki, takie jak np. style przywiązania dziecka, inne czynniki

środowiskowe, w tym relacje z innymi osobami, a także cechy osobowościowe, m.in. to, w jaki sposób dziecko reaguje i jak radzi sobie z określonym stylem wychowawczym (por. Horney, 1997; La Greca, Lopez, 1998; Muris i in., 2000; Brown, Whiteside, 2008). W literaturze wymienia się również takie predyktory martwienia się, jak: cechy osobowości, w tym zwłaszcza neurotyczność (Solarz, Janowski, 2013); specyficzne przekonania poznawcze, takie jak: pesymizm (Stöber, Joormann, 2001), nietolerancja niepewności (Dugas, Laugesen, Bukowski, 2012), pozytywne przekonania o martwieniu się, a więc dostrzeganie korzyści z martwienia się (por. Pallesen i in., 2006; Wells, 2008) oraz niektóre strategie radzenia sobie ze stresem – unikanie i negatywna orientacja przy rozwiązywaniu problemu (Laugesen, Dugas, Bukowski, 2003).

Podsumowując – z przeprowadzonych badań wynika, że zjawisko martwienia się występuje dość często u dorastającej młodzieży, chociaż poziom jego natężenia jest przeciętny. Natłok szkolnych obowiązków, brak wolnego czasu, złe relacje z przyjaciółmi, uzależnienia – tym głównie martwią się gimnazjaliści, przy czym skłonność do martwienia się występuje częściej u dziewcząt niż u chłopców.

Obok wymienionych wyżej sytuacji trudnych przyczyną martwienia się są również

percypowane przez młodzież niektóre postawy rodzicielskie: wymagająca i odrzucająca u obojga rodziców. Postawą, która w największym stopniu wyjaśnia martwienie się, jest odrzucająca postawa matki. Te rodzaje relacji wychowawczej zachodzą w specyficznym kontekście, jakim jest okres dorastania i związane z nim potrzeby młodego człowieka, nierzadko frustrowanego przez narzucane reguły postępowania (postawa wymagająca), dystans i brak zainteresowania (postawa odrzucająca). Wraz z konfliktami, jakie mogą się w związku z tym rodzic, pojawia się u nastolatków skłonność do martwienia się.

W dalszej perspektywie warto włączyć do badań młodzież uczęszczającą do innych typów szkół, jak również osoby pochodzące z rodzin o niższym statusie socjoekonomicznym, gdyż – jak się wydaje – liczba obiektów, które stanowią źródło trosk i niepokojów, mogłaby być zdecydowanie większa. Warto również poszukiwać innych determinant zjawiska martwienia się (m.in. w czynnikach osobowościowych, przekonaniach czy strategiach radzenia sobie ze stresem), które z praktycznego punktu widzenia mogą stanowić czynniki chroniące wobec nadmiernej skłonności do martwienia się, prowadzącej w konsekwencji do zaburzeń w psychospołecznym funkcjonowaniu młodzieży.

BIBLIOGRAFIA

- Badura-Madej W. (1981), Psychologiczne problemy okresu adolescencji. W: M. Orwid (red.), *Zaburzenia psychiczne u młodzieży*, 53–67. Warszawa: PZWL.
- Borkovec T.D., Ray W.J., Stöber J. (1998), Worry: A cognitive phenomenon intimately linked to affective, physiological, and interpersonal behavioral processes. *Cognitive Therapy and Research*, 22(6), 561–576.
- Brown A.M., Whiteside S.P. (2008), Relations among perceived parental rearing behaviors, attachment style, and worry in anxious children. *Journal of Anxiety Disorders*, 22(2), 263–272.
- Campbell R. (1991), *Twój nastolatek potrzebuje ciebie*, tłum. A. Gandecki. Kraków: Towarzystwo Krzewienia Etyki Chrześcijańskiej.
- Cheron D.M., Ehrenreich J.T., Pincus D.B. (2009), Assessment of parental experiential avoidance in a clinical sample of children with anxiety disorders. *Child Psychiatry and Human Development*, 30, 383–403.
- Chorpita B.F., Tracey S., Brown T.A., Collica T.J., Barlow D.H. (1997), Assessment of worry in children and adolescents: An adaptation of the Penn State Worry Questionnaire. *Behaviour Research and Therapy*, 35, 569–581.
- Cisło N. (2014), *Prężność psychiczna i przywiązanie do matki a skłonność do martwienia się u dzieci z otęszością*. Niepublikowana praca magisterska. Lublin: KUL JPII.
- Costa P.T. Jr., McCrae R.R. (2005), *Osobowość dorosłego człowieka. Perspektywa teorii pięcioczynnikowej*. Kraków: Wydawnictwo WAM.

- Cote-Jallade M.F. (1995), *Młdzieńczość – trud istnienia*, tłum. M. Przyłipiak. Gdańsk: Gdańskie Wydawnictwo Psychologiczne.
- Cudak H. (2000), *Funkcje rodziny w pierwszych okresach rozwojowych dziecka*. Warszawa: Wydawnictwo Wyższej Szkoły Pedagogicznej Towarzystwa Wiedzy Powszechnej.
- Czerwińska N. (2002), Kształtowanie jakości życia w okresie dorastania. W: A. Brzezińska, M. Bardziejewska, B. Ziółkowska (red.), *Szanse rozwoju w okresie dorastania*, 11–25. Poznań: Wydawnictwo Fundacji Humaniora.
- Czerwińska-Jasiewicz M. (2003), Cele i plany młodzieży w kontekście rozwoju orientacji przyszłościowej. W: L. Wojciechowska (red.), *Spostrzeżanie zjawisk świata społecznego przez dzieci, młodzież i młodych dorosłych*, 129–148. Warszawa: Wydawnictwa Uniwersytetu Warszawskiego.
- Czerwińska-Jasiewicz M. (2015), *Psychologia rozwoju młodzieży w kontekście biegu ludzkiego życia*. Warszawa: Difin.
- Davey G.L. (1994), Worrying, social problem-solving abilities, and social problem-solving confidence. *Behaviour Research and Therapy*, 32(3), 327–330.
- Delgado-Pastor L., Ciria L.F., Blanca B., Mata J.L., Vera M.N., Vila J. (2015), Dissociation between the cognitive and interoceptive components of mindfulness in the treatment of chronic worry. *Journal of Behavior Therapy and Experimental Psychiatry*, 48, 192–199.
- Dobrzyńska K. (2015), Martwienie się a radzenie sobie w sytuacjach stresowych u młodzieży licealnej. Niepublikowana praca proseminaryjna. Lublin: KUL JPIL.
- Douglas S.P., Craig C.S. (2007), Collaborative and iterative translation: An alternative approach to back translation. *Journal of International Marketing*, 15(1), 30–43.
- Dugas M.J., Laugesen N., Bukowski W.M. (2012), Intolerance of uncertainty, fear of anxiety, and adolescent worry. *Journal of Abnormal Child Psychology*, 40(6), 863–870.
- Erikson E. (2004), *Tożsamość a cykl życia*. Poznań: Zysk i S-ka.
- Fidut O. (2014), *Słoność do martwienia się i poczucie własnej wartości a subiektywna jakość życia u dzieci z rodzin wielodzietnych*. Niepublikowana praca magisterska. Lublin: KUL JPIL.
- Geurtzen N., Scholte R.J., Engels R.E., Tak Y.R., van Zundert R.P. (2015), Association between mindful parenting and adolescents' internalizing problems: Non-judgmental acceptance of parenting as core element. *Journal of Child and Family Studies*, 24(4), 1117–1128.
- Gosselin P., Tremblay M., Dugas M.J., Ladouceur R. (2002), Adolescent worries: Psychometric properties in the French version of the Penn State Worry Questionnaire for Children. *Canadian Psychology/Psychologie Canadienne*, 43(4), 270–277.
- Gould Ch.E., Gerolimatos L.A., Edelstein B.A. (2015), Experimental examination of worry among older and young adults. *International Psychogeriatrics*, 27(7), 1177–1190.
- Grüner K., Muris P., Merkelbach H. (1999), The relationship between anxious rearing behaviours and anxiety disorders symptomatology in normal children. *Journal of Behavior Therapy and Experimental Psychiatry*, 30 (1), 27–35.
- Gurba E. (2013), *Nieporozumienia z dorastającymi dziećmi w rodzinie*. Kraków: Wydawnictwo UJ.
- Guszkowska M. (2003), *Przebieg transakcji stresowej u młodzieży i czynniki go moderujące*. Warszawa: Wydawnictwo AWF.
- Hazen R.A. (2000), Parental rejection, temperament, and internalizing problems. *Dissertation Abstracts International: Section B: The Sciences and Engineering*, 66(6-B), 3410.
- Hazzlet-Stevens H. (2006), *Kobiety, które martwią się za bardzo*. Poznań: Dom Wydawniczy Rebis.
- Horney K. (1997), *Neurotyczna osobowość naszych czasów*. Poznań: Dom Wydawniczy Rebis.
- Hornowska E., Paluchowski W.J. (2004), Kulturowa adaptacja testów psychologicznych. W: J. Brzeziński (red.), *Metodologia badań naukowych – wybór tekstów*, 151–191. Warszawa: Wydawnictwo Naukowe PWN.
- Jankowska M. (2014), Postawy rodzicielskie matki i ojca a lęk jako stan i lęk jako cecha u młodych dorosłych. *Kwartalnik Naukowy*, 4(18), 88–108.
- Janowski K., Kaczmarek Ł., Kossowska M., Niedbał K. (2009), Słoność do martwienia się a wykonywanie testu Stroopa przez kobiety. *Psychiatria Polska*, 1, 41–51.
- Januszewska E., Januszewski A. (1996), Postawy matek w percepcji dzieci neurotycznych o niskim vs wysokim niepokoju. W: E. Januszewska (red.), *Wybrane zagadnienia z psychologii klinicznej dzieci i młodzieży*, 45–68. Lublin: Towarzystwo Naukowe Katolickiego Uniwersytetu Lubelskiego.

- Jasiński M. (2008), Problemy miłości nastolatków. W: Z. Izdebski (red.), *Zagrożenia okresu dorastania*, 155–162. Zielona Góra: Oficyna Wydawnicza Uniwersytetu Zielonogórskiego.
- Jelonkiewicz I., Kosińska-Dec K. (2004), Spostrzegane zasoby a doświadczanie stresu rodzinnego i szkolnego wśród młodzieży. W: K. Kosińska-Dec, L. Szewczyk (red.), *Rozwój, zdrowie, choroba. Aktualne problemy psychosomatyki*, 71–90. Warszawa: BEL Studio Sp. z o.o.
- Kelly W.E., Miller M.J. (1999), A discussion of worry with suggestions for counselors. *Counseling and Values*, 44, 55–66.
- Kielar-Turska M. (2000), Rozwój człowieka w pełnym cyklu życia. W: J. Strelau (red.), *Psychologia. Podręcznik akademicki*, t. 1, 309–316. Gdańsk: Gdańskie Wydawnictwo Psychologiczne.
- Kofta M. (2001), Poczucie kontroli, złudzenia na temat siebie, a adaptacja psychologiczna. W: M. Kofta, T. Szustrowa (red.), *Złudzenia, które pozwalają żyć*, 199–225. Warszawa: PWN.
- Kowalski W. (1983), *Kwestionariusz stosunków między rodzicami a dziećmi A. Roe i M. Siegelmana*. Warszawa: Wydawnictwa Radia i Telewizji.
- Krohne H.W., Hock M. (1991), Relationships between restrictive mother-child interactions and anxiety of the child. *Anxiety Research*, 4(2), 109–124.
- Król J. (1989), *Postawy rodzicielskie, poziom samoakceptacji a pojęcie Boga. Studium psychologiczne*. Lublin: Redakcja Wydawnictwa KUL.
- Kuśpit M. (2004), Przyczyny zachowań agresywnych u dzieci. *Remedium*, 10, 14–16.
- La Greca A.M., Lopez N. (1998), Social anxiety among adolescents: Linkages with peer relations and friendships. *Journal of Abnormal Child Psychology*, 26(2).
- Last C.G. (2012), *Jak pomóc dziecku, które się boi. Przewycięzanie lęków i niepokojów u dzieci*. Kraków: Wydawnictwo eSPe.
- Laugesen N., Dugas M.J., Bukowski W.M. (2003), Understanding adolescent worry: The application of a cognitive model. *Journal of Abnormal Psychology*, 31(1), 55–64.
- Levy M.C. (2010), Parental rearing and child anxiety: A transactional approach. *Dissertation Abstracts International: Section B: The Sciences and Engineering*, 71(5-B), 33–60.
- Marchwicki P (2004), Style przywiązania a postawy rodzicielskie. Doniesienie z badań. *Roczniki Psychologiczne*, 7(2), 81–103.
- McLeod B.D., Wood J.J., Weisz J.R. (2007), Examining the association between parenting and childhood anxiety: A meta-analysis. *Clinical Psychology Review*, 27(2), 155–172.
- Meyer T.J., Miller M.L., Metzger R.L., Borkovec T.D. (1990), Development and validation of the Penn State Worry Questionnaire. *Behaviour Research and Therapy*, 28(6), 487–495.
- Muris P., Meesters C., Gobel M. (2001), Reliability, validity, and normative data of the Penn State Worry Questionnaire in 8–12-yr-old children. *Journal of Behavior Therapy and Experimental Psychiatry*, 32(2), 63–72.
- Muris P., Meesters C., Merckelbach H., Hulsbeck P. (2000), Worry in children is related to perceived parental rearing and attachment. *Behaviour Research and Therapy*, 38 (5), 487–497.
- Muris P., Meesters C., Morren M., Moorman L. (2004a), Anger and hostility in adolescents: Relationship with self-reported attachment style and perceived parental rearing styles. *Journal of Psychosomatic Research*, 57, 257–264.
- Muris P., Roelofs J., Meesters C., Boomsma, P. (2004b), Rumination and worry in nonclinical adolescents. *Cognitive Therapy and Research*, 28(4), 539–554.
- Namysłowska I. (2005), Adolescencja – wiek dorastania. W: I. Namysłowska (red.), *Psychiatria dzieci i młodzieży*, 231–246. Warszawa: Wydawnictwo Lekarskie PZWL.
- Obuchowska I. (2005), Adolescencja. W: B. Harwas-Napierała, J. Trempała (red.), *Psychologia rozwoju człowieka*, 163–201, Warszawa: Wydawnictwo Naukowe PWN.
- Oleszkowicz A. (1995), *Kryzys młodzieńczy – istota i przebieg*. Wrocław: Wydawnictwo Uniwersytetu Wrocławskiego.
- Olszewski K. (2014), *Percepcja postaw rodzicielskich i postrzegane wsparcie społeczne rówieśników a skłonność do martwienia się dzieci w wieku gimnazjalnym*. Nieopublikowana praca magisterska. Lublin: KUL JPII.
- Pallesen S., Nordhus I.H., Carlstedt B., Thayer J.F., Johnsen T. (2006), A Norwegian adaptation of the Penn State Worry Questionnaire: Factor structure, reliability, validity and norms. *Scandinavian Journal of Psychology*, 47(4), 281–291.

- Pecyna M.B. (1998), *Rodzinne uwarunkowania zachowania dziecka w świetle psychologii klinicznej*. Warszawa: Wydawnictwa Szkolne i Pedagogiczne.
- Pestle S.L., Chorpita B.F., Schiffman J. (2008), Psychometric Properties of the Penn State Worry Questionnaire for Children in a Large Clinical Sample. *Journal of Clinical Child & Adolescent Psychology*, 37(2), 465–471.
- Płopa M. (2011), *Psychologia rodziny. Teoria i badania*. Kraków: Oficyna Wydawnicza Impuls.
- Rembowski J. (1972), *Więzi uczuciowe w rodzinie. Studium psychologiczne*. Warszawa: Wydawnictwo Naukowe PWN.
- Ribner N.G. (2005), *Terapia nastolatków*, tłum. O. Waśkiewicz. Gdańsk: Gdańskie Wydawnictwo Psychologiczne.
- Seiffge-Krenke I. (2006), Coping with relationship stressors: The impact of different working models of attachment and links to adaptation. *Journal of Youth and Adolescence*, 35(1), 25–39.
- Siudem A. (2003), Postawy wychowawcze matek i ojców a przystosowanie społeczne ich 8–9-letnich dzieci. *Małżeństwo i Rodzina*, 3, 31–34.
- Smyl D. (2015), *Martwienie się a postawa twórcza u młodzieży*. Niepublikowana praca proseminaryjna. Lublin: KUL JP II.
- Solarz A., Janowski K. (2013), Skłonność do martwienia się, przekonania o martwieniu się a osobowość – analiza wzajemnych zależności i różnic płciowych. *Postępy Psychiatrii i Neurologii*, 22(2), 103–112.
- Spada M., Caselli G., Manfredi C., Rebecchi D., Rovetto F., Ruggiero G., Nikčević A., Sassaroli S. (2012), Parental overprotection and metacognitions as predictors of worry and anxiety. *Behavioural & Cognitive Psychotherapy*, 40(3), 287–296.
- Spulnik A. (2015), *Martwienie się a właściwości celów życiowych młodzieży licealnej*. Niepublikowana praca proseminaryjna. Lublin: KUL JP II.
- Stöber J., Joormann J. (2001), Worry, procrastination, and perfectionism: Differentiating amount of worry, pathological worry, anxiety, and depression. *Cognitive Therapy and Research*, 25(1), 49–60.
- Talik E. (2015), A Polish adaptation of the Penn State Worry Questionnaire for Children (PSWQ-C): Factor structure, reliability and validity. *Psychological Bulletin* (w recenzji).
- Van de Vijver F., Hambleton R.K. (1996), Translating Tests: Some Practical Guidelines. *European Psychologist*, 1(4), 89–99.
- Vasey M.W., Crnic K.A., Carter W.G. (1994), Worry in childhood: A developmental perspective. *Cognitive Therapy and Research*, 18, 529–549.
- Weems C.F., Silverman W.K., La Greca A.M. (2000), What do youth referred for anxiety problems worry about? Worry and its relation to anxiety and anxiety disorders in children and adolescents. *Journal of Abnormal Child Psychology*, 28(1), 63–72.
- Wells A. (2008), Metacognitive therapy: Cognition applied to regulating cognition. *Behavioural and Cognitive Psychotherapy*, 36(6), 651–658.
- Wilson C., Hughes C. (2011), Worry, beliefs about worry and problem solving in young children. *Behavioural and Cognitive Psychotherapy*, 39, 507–521.
- Wolińska J.M. (1988), Wpływ postaw wychowawczych rodziców na aspekt opisowy, wartościujący i normatywny obrazu własnej osoby ich dzieci w wieku dorastania. W: K. Pospiszyl (red.), *Z badań nad postawami rodzicielskimi*, 85–107. Lublin: Wydawnictwo Uniwersytetu Marii Curie-Skłodowskiej.
- Worsztynowicz A. (2003), Doświadczenie wsparcia rodzicielskiego a poczucie koherencji dorastających. W: Z. Juczyński, N. Ogińska-Bulik (red.), *Zasoby osobiste i społeczne sprzyjające zdrowiu jednostki*, 163–176. Łódź: Wydawnictwo Uniwersytetu Łódzkiego.
- Yazdkhasti F., Harizuka S. (2006), The effects of temperament and perceived maternal rejection on childhood anxiety and behaviour problems. *School Psychology International*, 27(1), 105–128.
- Ziemska M. (2006), *Rodzina i dziecko*. Warszawa: Wydawnictwo Naukowe PWN.
- Ziemska M. (2009), *Postawy rodzicielskie*. Warszawa: Wiedza Powszechna.
- Żelazko K. (2014), *Percepcja postaw rodzicielskich i skłonność do martwienia się a style radzenia sobie ze stresem u dzieci z zespołem nadpobudliwości psychoruchowej*. Niepublikowana praca magisterska. Lublin: KUL JP II.