



Wydział Psychologii  
Uniwersytetu Warszawskiego



UNIwersytet  
WARSZAWSKI

# Rodzice, dzieci i pandemia

Raport nr 10 z badania przeprowadzonego na Wydziale Psychologii Uniwersytetu Warszawskiego podczas epidemii COVID-19 w 2020 r.

## BADANIE

Rodzice i dzieci wobec pandemii COVID-19

## CEL

Celem projektu było przyjrzenie się emocjonalnemu funkcjonowaniu rodziców i dzieci oraz zmianom w relacjach w rodzinie w czasie trwania pandemii COVID-19.

## METODA

Badanie było prowadzone w ramach panelu internetowego Ariadna i miało charakter podłużny. Grupa rodziców 459 dzieci w wieku do 18 lat czterokrotnie wypełniała internetowy zestaw kwestionariuszy: na początku maja, a następnie w czerwcu, lipcu i grudniu 2020 roku. W badaniu uczestniczyło 228 matek i 231 ojców. Połowa ankietowanych rodziców miała wykształcenie wyższe (50,4%), stąd konieczne jest zachowanie ostrożności w uogólnianiu wyników naszych analiz na populację ogólną.



## WYNIKI

Okolo 70% badanych rodziców deklarowało, że wiosenny lockdown miał również pozytywne strony dla relacji dziecko-rodzic. Pomimo doświadczanego niepokoju, niepewności i zmian wielu rodziców doświadczyło większej bliskości w relacji z dzieckiem, odkrywało wraz z dzieckiem nowe wspólne aktywności i zabawy, obserwowało, że dzieci uczą się nowych umiejętności i są bardziej twórcze. Predyktorami pozytywnych doświadczeń w relacji dziecko-rodzic były m.in. poczucie posiadania wsparcia społecznego w trakcie epidemii oraz poczucie własnej skuteczności rodzicielskiej.

Ojcowie doświadczali najwyższego poziomu lęku w maju i grudniu, a najniższego w lipcu. Natomiast nie udało się wykazać istotnych różnic w **nasileniu objawów lęku** u matek oraz w **nasileniu objawów depresji** u matek i ojców pomiędzy poszczególnymi pomiarami. Matki doświadczały wyższego nasilenia objawów depresji i lęku niż ojcowie we wszystkich falach naszego badania.

Rodzice obserwowali u swoich dzieci wyższe **nasilenie objawów zaniepokojenia, lęku i napięcia** w maju i czerwcu w porównaniu z lipcem oraz grudniem. W maju co najmniej średnie nasilenie lęku wystąpiło zdaniem rodziców u prawie połowy dzieci (49,8%), po czym w kolejnych pomiarach ta liczba zmniejszała się (w czerwcu - 39,1%, w lipcu - 28,3%, w grudniu - 22%). Dodatkowo, według rodziców **nadmierne korzystanie z internetu, telewizji i urządzeń elektronicznych przez dzieci i młodzież** (np. nadmierne granie w gry komputerowe, oglądanie bajek) w największym stopniu zauważalne było w maju i w czerwcu, a w najmniejszym w lipcu. Nie wykazano różnic w innych trudnościach i objawach, takich jak: obniżony nastrój, drażliwość, problemy psychosomatyczne, trudności w koncentracji uwagi i w kontaktach z innymi.

Zaobserwowano liniowy spadek częstości pozytywnych interakcji w relacjach z partnerem/partnerką (np. okazywanie sobie zrozumienia, rozmawianie o zainteresowaniach i miłych sprawach, słuchanie siebie nawzajem) oraz wsparcia doświadczanego przez matki i ojców ze strony partnera/partnerki. Rodzice doświadczali najniższego poziomu pozytywnych interakcji i poczucia wsparcia w relacji z partnerem/partnerką w grudniu, a najwyższego w maju. Jednak nie wykazano różnic w częstości negatywnych interakcji w relacji z partnerem/partnerką. Pomimo obserwowanego spadku w pozytywnych aspektach relacji z partnerem, nasza grupa rodziców charakteryzowała się wysokim poziomem pozytywnych interakcji i wsparcia w relacji z partnerem.

FALA 1. MAJ	FALA 2. CZERWIEC	FALA 3. LIPIEC	FALA 4. GRUDZIEŃ
----------------	---------------------	-------------------	---------------------

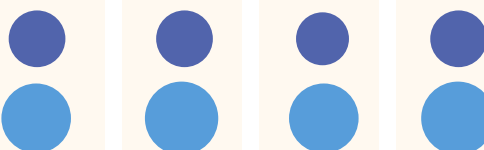


**70%** rodziców deklarowało, że wiosenny lockdown miał również pozytywne strony dla relacji dziecko-rodzic

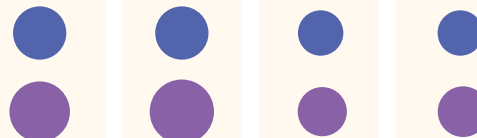
### ojcowie



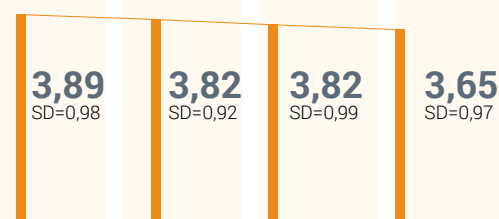
### matki



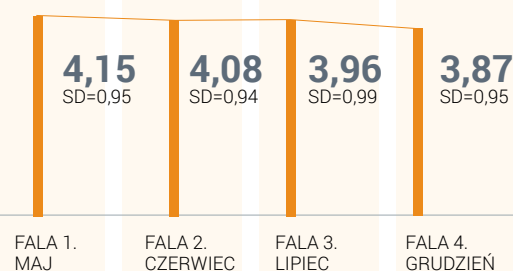
### dzieci



### Pozytywne interakcje w relacji z partnerem (skala 1-5)



### Wsparcie w relacji z partnerem (skala 1-5)





Zdaniem rodziców, dzieci doświadczały największego nasilenia lęku na początku pandemii, a ojcowie w maju i grudniu. W przypadku matek, choć doświadczały one więcej objawów lęku i depresji niż ojcowie, nie wykazano różnic w czasie. W radzeniu sobie z trudnościami pandemii bardzo ważne okazało się wsparcie osób bliskich. Jednak w miarę przedłużania się stanu niepewności, zmęczenia, obciążenia obowiązkami, rodzice dostrzegali pewien spadek pozytywnych interakcji i wzajemnego wsparcia.

## ZESPÓŁ

**Kierownik projektu:** dr hab. Grażyna Kmita<sup>a,d</sup>

dr hab. Małgorzata Gambin<sup>a</sup>, dr Małgorzata Woźniak-Prus<sup>b</sup>,  
dr Marcin Sękowski<sup>b</sup>, prof. dr hab. Ewa Pisula<sup>a</sup>,  
mgr Joanna Boruszak-Kiziukiewicz<sup>a,d</sup>,  
dr Eliza Kiepura<sup>d</sup>, dr Andrzej Cudo<sup>c</sup>, dr Anna Wnuk<sup>e</sup>,  
dr Tomasz Oleksy<sup>a</sup>

a – Wydział Psychologii, Uniwersytet Warszawski

b – Instytut Psychologii, Akademia Pedagogiki Specjalnej im. Marii Grzegorzewskiej

c – Wydział Nauk Społecznych, Katolicki Uniwersytet Lubelski Jana Pawła II

d – Zakład Wczesnej Interwencji Psychologicznej, Instytut Matki i Dziecka

e – Instytut Studiów Społecznych im. Profesora Roberta Zajonca, Uniwersytet Warszawski

## PRZECZYTAJ WIĘCEJ

Preprint artykułu: Gambin, M., Woźniak-Prus, M., Sękowski, M., Cudo, A., Pisula, E., Kiepura, E., ... Kmita, G. (2020). Factors related to positive experiences in parent-child relationship during the COVID-19 lockdown. The role of empathy, emotion regulation, parenting self-efficacy and social support. <https://psyarxiv.com/yhtqa/>

## KONTAKT



**dr hab. Grażyna Kmita**

✉ [grazyna.kmita@psych.uw.edu.pl](mailto:grazyna.kmita@psych.uw.edu.pl)

**WYDZIAŁ PSYCHOLOGII  
UNIWERSYTETU WARSZAWSKIEGO**

✉ [promocja@psych.uw.edu.pl](mailto:promocja@psych.uw.edu.pl)

f [WydzialPsychologiiUW](https://www.facebook.com/WydzialPsychologiiUW)

🏠 [psych.uw.edu.pl](https://psych.uw.edu.pl)

**BIURO PRASOWE  
UNIWERSYTETU WARSZAWSKIEGO**

✉ [media@uw.edu.pl](mailto:media@uw.edu.pl)

f [fanpageUW](https://www.facebook.com/fanpageUW)

🏠 [uw.edu.pl](https://uw.edu.pl)

Więcej informacji na: [covid.psych.uw.edu.pl](https://covid.psych.uw.edu.pl)



Wydział Psychologii  
Uniwersytetu Warszawskiego



UNIWERSYTET  
WARSZAWSKI