



Mediacyjna rola tłumienia (subiektywnej kontroli) depresji w relacji między samooceną młodych matek a ich satysfakcją z życia

Dorota Suwalska-Barancewicz, Alicja Malina

Katedra Psychologii Społecznej, Wydział Psychologii, Uniwersytet Kazimierza Wielkiego w Bydgoszczy

dsbarancewicz@ukw.edu.pl; alamalina@gmail.com

Wprowadzenie

- Tłumienie negatywnych emocji (gniewu, lęku, smutku) może prowadzić do nasilenia się lub długotrwałego utrzymywania się napięcia emocjonalnego. Niewyrażone emocje przyczyniają się do pogorszenia stanu zdrowia, a także mogą sprzyjać pojawieniu się zaburzeń psychosomatycznych i niektórych chorób jak np. choroba wieńcowa, nadciśnienie tętnicze, nowotwory (Baumeister, Heatherton, Tice, 2000). Badania wskazują, że emocjonalność depresyjna wiąże się z niższą samooceną, przekłada się na jakość życia społecznego, a także przyczynia się do pogorszenia satysfakcji z życia (Michalska-Leśniewicz, Gruszczyński, 2010).
- Macierzyństwo jest z pewnością jednym z obszarów, które w istotny sposób zaważa na odczuwanej przez kobiety satysfakcji z życia, gdyż narodziny dziecka wprowadzają zmiany w obszar funkcjonowania kobiety, system zachowań i przeżyć (Bielawska-Batorowicz, 2006; por. Bakiera, Szczербal, 2018). Realizacja macierzyństwa może dostarczać kobietom wiele pozytywnych, ale również negatywnych doznań (Koronkiewicz, 2014). Macierzyństwo można rozpatrywać bowiem jako źródło samospelnienia, siły, dojrzałości czy osobistego rozwoju. Z drugiej jednak strony, posiadanie dzieci wiąże się z zaburzeniem dotychczasowego porządku życia kobiety i napięciem emocjonalnym wynikającym z tego faktu, co rzutuje na negatywną ocenę związku i własnego położenia życiowego (Włodarczyk, 2012; Brannon, 2002).
- Celem badania była analiza czy tłumienie (kontrola depresji) wiąże się z poziomem samooceny młodych matek i ich satysfakcją z życia oraz identyfikacja mediatorów decydujących o jakości tej relacji.

Charakterystyka osób badanych

- W badaniu udział wzięło 340 kobiet-matek znajdujących się w okresie wczesnej dorosłości (średnia wieku 30,8; $SD = 4,32$), czyli takich, które po raz pierwszy zostały matkami w przedziale wiekowym 20-39 lat i posiadających co najmniej jedno dziecko, które nie ukończyło 24 miesiąca życia (średnia wieku 12,5 miesiąca; $SD = 6,34$). Dla 62% badanych matek było to pierwsze dziecko, dla 32% drugie, natomiast dla pozostałej części badanych kobiet, tj. 6% - trzecie i kolejne. Większość z badanych matek posiadała wykształcenie wyższe (82,09 %), 53 cechowało się wykształceniem średnim (16,89%), natomiast 3 kobiety miały wykształcenie podstawowe (1,01 %). Zdecydowana większość badanych mam (66,89%) pochodziła z dużych miast (powyżej 100 tys. mieszkańców), 20,27 % kobiet mieszkało w mniejszych miastach, najmniej zaś - 12,84 % kobiet zamieszkiwało wieś. Prawie 80% badanych matek to mężatki (79,73%), panny stanowiły 17,23 % ogółu badanych, rozwiedzionych było 8 kobiet.

Charakterystyka narzędzi badawczych

- Skala Samooceny Rosenberga SES w adaptacji Marioli Łaguny, Kingi Lachowicz-Tabaczek i Ireny Dzwonkowskiej i (2008). Narzędzie składa się z jednej skali służącej do badania ogólnego poziomu samooceny. Kwestionariusz zbudowany 10 stwierdzeń diagnostycznych, a zadaniem osoby badanej jest wskazanie na czterostopniowej skali, w jakim stopniu zgadza się z każdym z tych stwierdzeń. Skala Samooceny SES uzyskuje wysoką zgodność wewnętrzną (współczynniki *alfa Cronbacha* dla różnych grup wieku wahają się od .81 do .83).
- Skala Kontroli Emocji CECS (Watson, Greer, 1983) w polskiej adaptacji Zygryda Juczyńskiego (2001) składa się z 3 podskal, z których każda zawiera 7 stwierdzeń dotyczących ujawniania gniewu, lęku i przygnębienia. Służy do pomiaru subiektywnej kontroli gniewu, lęku, depresji w sytuacjach trudnych. Rzetelność metody określona dla użytej w badaniach skali depresji jest satysfakcjonująca, współczynnik *alfa Cronbacha* wynosi 0.77.
- Skala Satysfakcji z Życia autorstwa Eda Dienera i współpracowników (1985; SWLS) w polskiej adaptacji Zygryda Juczyńskiego (2009) składa się z 5 twierdzeń, do których badany ustosunkowuje się oceniając, w jakim stopniu każde z nich odnosi się do jego dotychczasowego życia. Rzetelność metody jest satysfakcjonująca – współczynnik *alfa Cronbacha* wynosi 0.81.

Wyniki



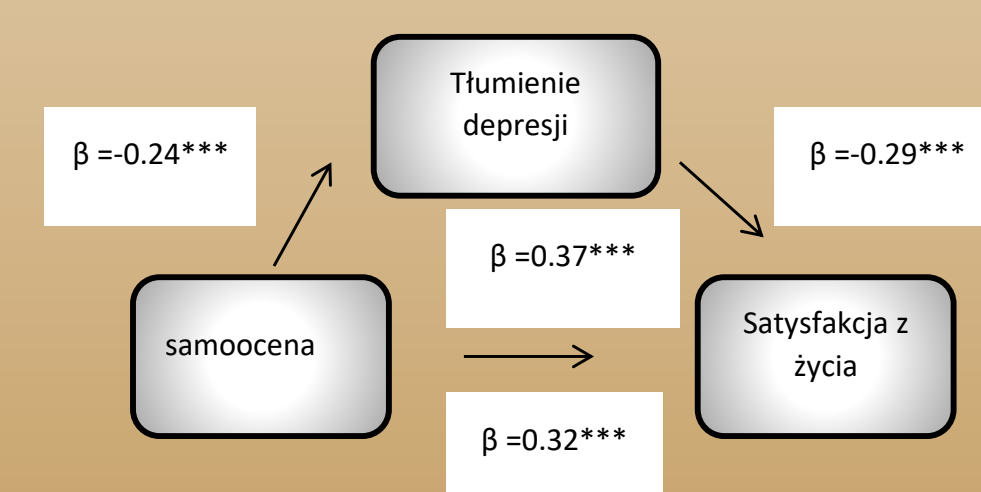
Współczynnik korelacji r-Pearsona

Zmienna	Współczynnik korelacji r-Pearsona $p < .05000$ N=340		
	CECS depresja	SWLS	SES
CECS depresja	1,0000	-.2897	-.2377
	$p = ---$	$p < .001$	$p < .001$
SWLS satysfakcja z życia	-.2897	1,0000	.3673
	$p < .001$	$p = ---$	$p < .001$
SES samoocena	-.2377	.3673	1,0000
	$p < .001$	$p < .001$	$p = ---$

- Występuje istotny związek między poziomem samooceny młodych matek i ich satysfakcją z życia. Im wyższy poziom samooceny, tym wyższy poziom satysfakcji z życia charakteryzował osoby badane.
- Występuje istotny związek między poziomem samooceny a poziomem tłumienia depresji – im niższy poziom samooceny tym wyższy poziom tłumienia depresji.
- Występuje istotny związek między poziomem tłumienia depresji a poziomem satysfakcji z życia – im wyższy poziom tłumienia (subiektywnej kontroli) depresji, tym niższy jest poziom satysfakcji z życia młodych matek. Należy jednak zaznaczyć, że otrzymane współczynniki korelacji są stosunkowo niskie.



Analizy mediacyjne



- W badaniach użyto analizy regresji wielorakiej; model jest dobrze dopasowany do danych: $F(2,337) = 36.57$; $p < 0.001$; $R^2 = 0.18$; Sobel test = 3.70; $p < 0.001$
- Poziom tłumienia depresji jest istotnym mediatorem w związku między poziomem samooceny młodych matek a ich satysfakcją z życia
- Im niższy był poziom samooceny młodych matek, tym niższy poziom satysfakcji z życia przy udziale wyższego poziomu tłumienia depresji (im niższy poziom samooceny tym wyższy poziom tłumienia depresji, a w efekcie niższy poziom zadowolenia z życia)

- Wykazano istotne korelacje między subiektywną kontrolą depresji i samooceną oraz satysfakcją z życia
- Im wyższy był poziom tłumienia depresji, tym niższy był poziom samooceny i satysfakcji z życia młodych matek
- Tłumienie (subiektywna kontrola) depresji jest istotnym mediatorem w relacji między samooceną młodych matek a ich satysfakcją z życia

Wnioski



Wybrane referencje

- Baron, R. M., Kenny, D. A. (1986). The moderator-mediator variable distinction in social psychological research: conceptual, strategic, and statistical considerations. *Journal of Personality and Social Psychology*, 51(6):1173-82.
- Bakiera, L. (2013). *Zaangażowane rodzicielstwo a autokreacyjny aspekt rozwoju dorosłych*. Warszawa: Wydawnictwo Difin.
- Włodarczyk, E. (2012). O „rodzeniu się” macierzyństwa. [w:] J. Deręgowska, M. Majorczyk (red.), *Konteksty współczesnego macierzyństwa. Perspektywa młodych naukowców*, Poznań, Wydawnictwo UAM, s. 101-127

