

Cel projektu

Rola rodzica jest jedną z najważniejszych w życiu człowieka dorosłego. Jak pokazują badania prowadzone w Stanach Zjednoczonych oraz w Unii Europejskiej, od 93% do 98% osób dorosłych posiada albo chciałoby posiadać przynajmniej jedno dziecko w trakcie swojego życia. Można więc uznać, że mimo ogólnego spadku dzietności jaki obserwujemy w krajach rozwiniętych w ostatnich dekadach, chęć posiadania dzieci jest nadal szeroko rozpowszechnioną potrzebą człowieka.

Badania nad rodzicielstwem pokazują, że podjęcie roli rodzica może prowadzić do wzrostu dojrzałości, jednak okazuje się, że rodzicielstwo jest często dużym obciążeniem dla młodych ludzi. Podjęcie roli rodzica wywołuje często silny stres, prowadzi do spadku samooceny, a także może wywoływać negatywne zmiany osobowości.

W roku 2018, badaczki z Uniwersytetu Katolickiego w Louvain (Belgia), Moira Mikołajczak i Isabelle Roskam, rozpoczęły pogłębione i systematyczne badania nad jednym z najpoważniejszych skutków długotrwałego stresu rodzicielskiego, który określa się jako wypalenie rodzicielskie (*parental burnout*). Nasz projekt badawczy ma na celu rozwinięcie wiedzy o wypaleniu rodzicielskim poprzez gruntowną analizę początków wypalenia, które sięgają prawdopodobnie pierwszych miesięcy i lat rodzicielstwa. Jak dotąd nie prowadzono na świecie pogłębionych i systematycznych badań podłużnych nad wypaleniem rodzicielskim u osób, które dopiero rozpoczynają realizowanie roli rodzica. Nasz projekt badawczy ma na celu wypełnienie tej luki. Jak pokazały wyniki niedawnych badań, wypalenie rodzicielskie wiąże się również z żałowaniem decyzji o rodzicielstwie, co może sprawiać, że rodzice doświadczający wypalenia rodzicielskiego mogą zaniechać dalszych planów prokreacyjnych i zrezygnować z posiadania większej liczby dzieci. Wpływ wypalenia rodzicielskiego na zmiany planów prokreacyjnych nie były jednak dotychczas badane, a nasze badanie będzie pierwszym projektem tego rodzaju.

Opis badań

Nasz projekt zakłada przeprowadzenie serii trzech badań podłużnych z udziałem niezależnych prób. Zaplanowane badania pozwolą na przekroczenie wielu ograniczeń, jakie były obecne we wcześniejszych badaniach nad wypaleniem rodzicielskim:

1) przeprowadzimy pierwsze badania podłużne nad procesem wypalenia rodzicielskiego, które rozpoczną się jeszcze zanim jednostka zostanie rodzicem (przed przyjściem pierwszego dziecka na świat), dzięki czemu będziemy mogli zaobserwować proces powstawania wypalenia rodzicielskiego od samego początku i po raz pierwszy określić jego wczesne predyktory;

(2) badania zostaną oparte na planach badawczych jakie nie były dotąd stosowane: zastosujemy intensywny pomiar (co 2 miesiące), dzięki czemu będziemy w stanie dokonać najbardziej szczegółowych i precyzyjnych obserwacji w dotychczasowych badaniach oraz wyodrębnimy precyzyjne trajektorie rozwojowe wypalenia rodzicielskiego sięgające jeszcze okresu ciąży; przeprowadzimy także najdłuższe badania podłużne nad wypaleniem rodzicielskim, które rozpoczną się w okresie ciąży (trzeci trymestr) i potrwać przez 3 lata po przyjściu dziecka na świat;

(3) sprawdzimy także czy wypalenie rodzicielskie, którego doświadczają głównie rodzice z krajów wysokorozwiniętych, wpływa na plany prokreacyjne. Zakładamy bowiem, że możliwe jest, że coraz mniejsza chęć rodziców do posiadania dzieci może wynikać właśnie z postępującego wypalenia rodzicielskiego.

Powody podjęcia problemu badawczego i efekty badania

Niedawne badania prowadzone w naszym kraju ujawniły, że odsetek silnie wypalonych rodziców w Polsce jest jednym z najwyższych na świecie. Szacuje się, że około 9% kobiet i 2% mężczyzn w Polsce odznacza się silnym wypaleniem, co, na tle innych badanych dotąd populacji, plasuje Polskę wśród krajów wysokiego ryzyka. Ostatnie badania pokazują także, że wśród młodych polskich rodziców, około 13% żałuje, że w ogóle zdecydowało się na posiadanie dziecka, co jest odsetkiem wyraźnie wyższym niż w innych badanych dotąd krajach (w USA jest to około 7%, a w Niemczech około 8%). Te obserwacje, które sugerują, że polscy rodzice doświadczają większych trudności z adaptacją do roli rodzicielskiej niż mieszkańcy wielu innych krajów rozwiniętych, były jednymi z powodów dla których zdecydowano się przygotować planowany projekt. Wyniki naszych badań pozwolą na lepsze zrozumienie przyczyn wypalenia rodzicielskiego, a w przyszłości także na zaplanowanie profesjonalnych, opartych na dowodach, metod wsparcia dla rodziców.