



**Raport z badań uczniów klas II-VIII
w Publicznej Szkole Podstawowej
Sióstr Salezjanek im. Błogosławionej Laury Vicuña**

**Projekt: „Zjawisko martwienia się dzieci i młodzieży –
czynniki ryzyka i czynniki chroniące”¹**

dr Elżbieta Talik

Instytut Psychologii, Katedra Psychologii Klinicznej, Katolicki Uniwersytet Lubelski Jana Pawła II,
Al. Raławickie 14; 20-950, Lublin. E-mail: etalik@kul.pl

¹ Badania przeprowadzono w ramach grantu: SUBWENCJA Nauka 2023 (1/6-20-23-05-0611-0002-0850).

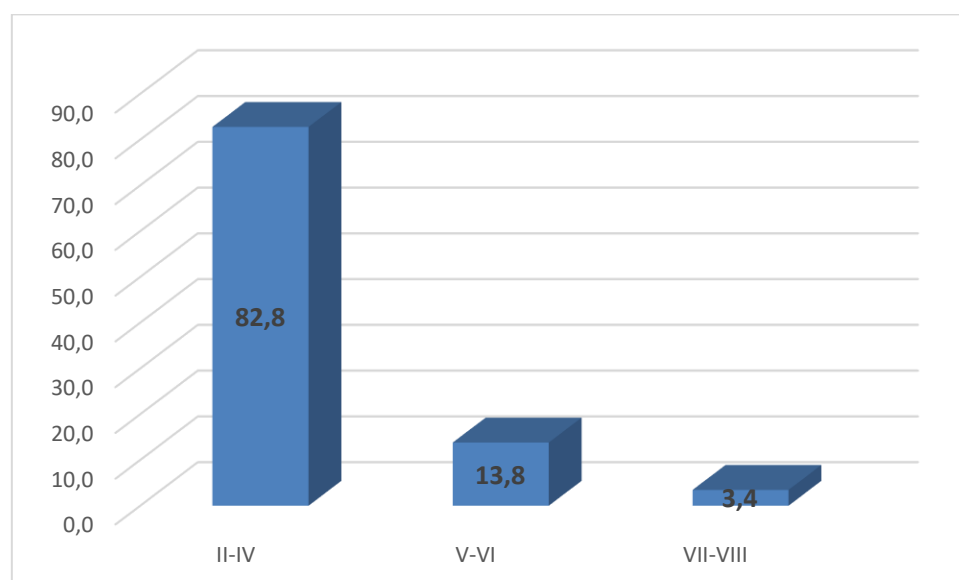
I. DANE DEMOGRAFICZNE

Badania zostały przeprowadzone w lutym 2023r. Brało w nich udział 58 uczniów z klas II-VIII, w wieku 8-14 lat (średnia wieku $M = 9,86$; $SD = 1,55$). Dziewczęta stanowiły 48,3% badanej grupy ($N = 28$), chłopcy – 50% ($N = 29$). Jedna osoba nie zaznaczyła w ankiecie odpowiedzi na pytanie o płeć.

Większość badanych (69%) jako miejsce zamieszkania wskazali duże miasto (powyżej 150 tys. mieszkańców), 15,5% badanych uczniów mieszka na wsi, 6,9% - w mieście do 50 tys. mieszkańców/ 8,6% jako miejsce zamieszkania wskazuje miasto z 50-150 tys. mieszkańcami.

Zdecydowana większość badanych uczniów (93,1%) wychowuje się w pełnej rodzinie. 6,9% pochodzi z rodziny rozbitej (rodzice po rozwodzie, w separacji).

Badana grupa została podzielona (zgodnie z normami zastosowanych testów psychologicznych) na trzy grupy wiekowych: pierwsza – uczniowie klas II-IV; druga – uczniowie klas V-VI oraz trzecia – uczniowie klas VII-VIII. Liczebność badanych uczniów (w %) z poszczególnych klas przedstawia się następująco (Rys. 1).



Rys. 1. Liczebność badanych uczniów (w %) z poszczególnych klas

II. WYNIKI BADAŃ PSYCHOLOGICZNYCH

1. Martwienie się

Wprowadzenie teoretyczne

Martwienie się jest zjawiskiem powszechnym i dotyczy – w mniejszym lub większym stopniu – każdej grupy wiekowej: od małych dzieci (Vasey, Crnic, Carter, 1994) po osoby starsze (Janowski, 2011). Forma i ekspresja martwienia zmienia się w rozwoju, np. starsze dzieci martwią się więcej, ale też mają lepsze możliwości radzenia sobie, poznawczego i werbalnego opracowywania treści zmartwień (Carr, Szabo, 2015; Wilson, Hughes, 2011). Treści trosk dziecięcych również się zmieniają – od dominacji zagrożeń fizycznych u małych dzieci, poprzez martwienie się o społeczne funkcjonowanie i kompetencje osobiste u starszych, aż po niepokoje dotyczące psychicznych aspektów funkcjonowania u młodzieży (Vasey i in., 1994) oraz – co typowe dla wieku dorastania – problemy natury globalnej, takie jak np. zmiany klimatyczne (Olaja, 2013) czy ryzyko wojny nuklearnej (Boyd i in., 1994).

Z naukowego punktu widzenia *martwienie się* można zdefiniować jak ciąg niekontrolowanych myśli i obrazów, które prowadzą do powstania negatywnych emocji oraz wpływają na rozwój i utrzymywanie się lęku (Kelly, Miller, 1999). Proces martwienia polega na bezustannym powtarzaniu bezproduktywnych myśli, charakteryzujących się antycypacją niepomyślnych i niepożądanych dla jednostki wydarzeń (Donovan, Holmes, Farrell, Hearn, 2016) – zatem perspektywa czasowa w martwieniu dotyczy głównie przyszłości. Martwienie staje się patologiczne, gdy cechuje je nadmierna intensywność i częstotliwość oraz brak kontroli (Borkovec, Ray, Stöber, 1998). Klinicznie nasilone martwienie się jest jedną z kluczowych cech w zaburzeniach lękowych (Esbjörn, Lønfeldt, Nielsen, Reinholdt-Dunne, Sømhøvd, 2015).

Wyniki badań

Badanych uczniów cechuje przeciętny poziom martwienia się $M = 19,71$ (tab.1) – w porównaniu do badań normalizacyjnych, przeprowadzonych w grupie 822 osób, w wieku 8-19 lat ($M = 14,63$, $SD = 3,09$), w których średnie nasilenie martwienia wynosiło $M = 18,09$; $SD = 8.51$.

Tabela 1

Poziom martwienia się w grupie dziewcząt ($N = 28$) i chłopców ($N = 29$)

	<i>N</i>	<i>M</i>	<i>SD</i>	<i>Min</i>	<i>Max</i>	<i>t</i>	<i>p</i>
Dziewczęta	28	21,36	9,21	5	40	1,14(55)	0,129
Chłopcy	29	18,45	9,94	0	39		
Ogółem	58	19,71	9,62	0,00	40,00		

Adnotacja. *N* – liczebność; *Min* – najniższy wynik; *Max* – najwyższy wynik; *M* – przeciętny wynik; *SD* – odchylenie standardowe; *t* – statystyka testu różnic; *p* – poziom istotności różnic: * $p < 0,05$; ** $p < 0,01$; *** $p < 0,001$

Biorąc pod uwagę płeć, dziewczęta uzyskują wyższe wyniki w zakresie martwienia się niż chłopcy, ale różnica nie jest istotna statystycznie – poziom martwienia się u dziewcząt i chłopców jest na podobnym poziomie.

Oszacowano również poziom martwienia się w trzech grupach wiekowych: pierwsza – uczniowie klas II-IV; druga – uczniowie klas V-VI oraz trzecia – uczniowie klas VII-VIII (zgodnie z normami) (tabela 2).

Tabela 2

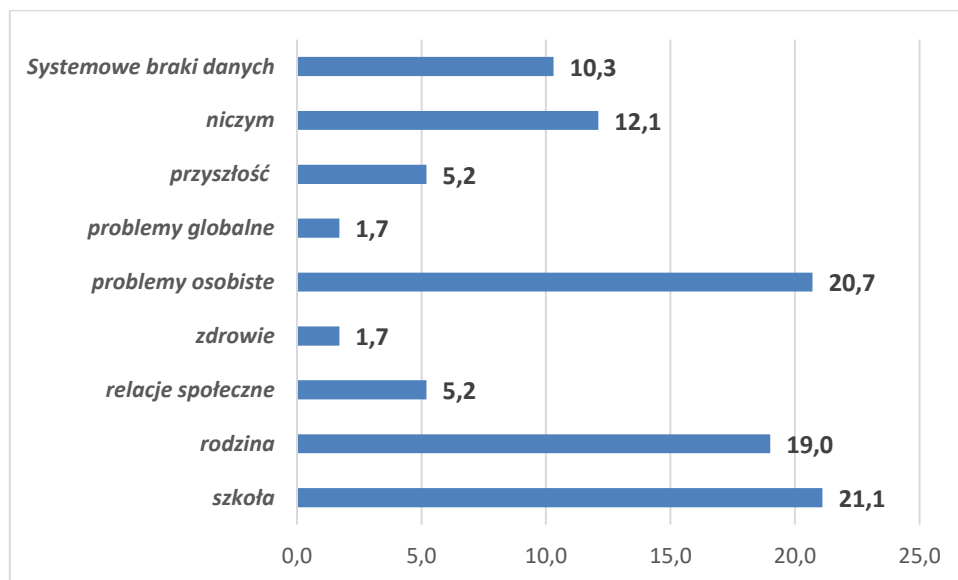
Poziom martwienia się w poszczególnych grupach wiekowych

<i>Klasa</i>	<i>N</i>	<i>M</i>	<i>SD</i>	<i>Min.</i>	<i>Max.</i>	<i>F</i>	<i>p</i>
II-IV	48	19,83	10,13	0,00	40,00	1,22 (2)	0,30
V- VI	8	16,75	2,49	12,00	20,00		
VII-VIII	2	28,50	13,44	19,00	38,00		
Ogółem	58	19,71	9,62	0,00	40,00		

Adnotacja. *N* – liczebność; *Min* – najniższy wynik; *Max* – najwyższy wynik; *M* – przeciętny wynik; *SD* – odchylenie standardowe; *F* – statystyka testu różnic; *p* – poziom istotności różnic: * $p < 0,05$; ** $p < 0,01$; *** $p < 0,001$

Uwzględniając wiek osób badanych, najbardziej martwią się uczniowie klas 7-8 w porównaniu do klas młodszych, ale różnica nie jest istotna statystycznie. **Poziom martwienia uczniów z poszczególnych klas jest na podobnym poziomie.**

Jeśli chodzi o to, czym się martwią badani uczniowie, to wyodrębniono kilka kategorii zmartwień (Rys. 2).



Rys. 2. Rodzaje zmartwień badanych uczniów ($N= 58$)

Jak wynika z powyższego wykresu, najczęstszym powodem zmartwień u młodych ludzi jest szkoła (21,1%) – nauka, sprawdziany, oceny, prace domowe, a także relacje z nauczycielami; w drugiej kolejności najczęściej podawaną odpowiedzią są problemy osobiste (20,7%) – dotyczące wyglądu zewnętrznego (np. wagi), własnego zachowania, negatywnej oceny ze strony innych, pojawia się również lęk przed śmiercią; następnie – rodzina (19%), np. kłótnie w rodzinie, obawa przed rozwodem rodziców; że rodzice będą niezadowoleni z ocen, nakrzczać; wśród zmartwień z tej kategorii pojawiają się także obawy, związane z problemami finansowymi rodziny. 12,1% badanych uczniów nie martwi się niczym. Wśród problemów globalnych (1,7%) pojawiły się zmartwienia dotyczące wojny, wypadków, a wśród obaw, związanych z przyszłością (5,2%) dominują te, związane z wyborem i dostaniem się do wymarzonej szkoły, na studia.

WNIOSKI:

1. Badaną młodzież cechuje **przeciętny poziom martwienia się.**
2. **Dziewczęta martwią się w podobnym stopniu co chłopcy.**
3. **Poziom martwienia uczniów z poszczególnych klas jest na podobnym poziomie.**
Najczęstszym powodem zmartwień badanych uczniów jest **szkoła.**

2. Lęk

Wprowadzenie teoretyczne

Lęk jest reakcją emocjonalną, pojawiającą się w sytuacji zagrożenia. Wyróżnia się dwa rodzaje lęku:

- *Lęk jako stan* – jest to lęk aktualnie przeżywany, jest to chwilowa reakcja człowieka w konkretnej zagrażającej sytuacji; zwykle wzrasta w sytuacjach stresowych; jego poziom się zmienia, wraz ze zmianą sytuacji.
- *Lęk jako cecha* – jest względnie stałą właściwością człowieka, przejawiająca się w skłonności do postrzegania różnych, obiektywnie niegroźnych sytuacji jako niebezpiecznych i zagrażających; kształtuje się pod wpływem doświadczeń, zwłaszcza związanych z sytuacjami karania przez osoby znaczące (rodziców)

Wyniki badań

Lęk jako stan

Poziom lęku jako stan – dla całej badanej grupy mieści się w granicach wyniku = przeciętnego ($M = 6,88$; $SD = 2,12$).

Oszacowano również poziom aktualnego lęku (lęk jako stan) w trzech grupach wiekowych: pierwsza – uczniowie klas II-IV; druga – uczniowie klas V-VI oraz trzecia – uczniowie klas VII-VIII (zgodnie z normami). Wyniki zaprezentowano w tabeli 3.

Tabela 3

Nasilenie aktualnego lęku (lęk jako stan) w badanej grupie uczniów (N= 58)

<i>Klasa</i>	<i>N</i>	<i>Min.</i>	<i>Max.</i>	<i>M</i>	<i>SD</i>	<i>F</i>	<i>p</i>
II-IV	48	6,98	2,10	3,00	10,00	2,29 (2)	0,111
V- VI	8	5,75	1,98	3,00	8,00		
VII-VIII	2	9,00	1,41	8,00	10,00		
Ogółem	58	6,88	2,12	3,00	10,00		

Adnotacja. *N* – liczebność; *Min* – najniższy wynik; *Max* – najwyższy wynik; *M* – przeciętny wynik; *SD* – odchylenie standardowe; *F* – statystyka testu różnic; *p* – poziom istotności różnic: * $p < 0,05$; ** $p < 0,01$; *** $p < 0,001$

Aktualny poziom lęku jest na podobnym poziomie we wszystkich grupach wiekowych. Nie stwierdzono różnic istotnych statystycznie między poszczególnymi grupami.

Biorąc pod uwagę płeć – dziewczęta uzyskują wyższe wyniki w zakresie lęku jako stan niż chłopcy, ale różnica nie jest istotna statystycznie (tabela 4).

Tabela 4

Różnice między dziewczętami (N = 28) a chłopcami (N = 29) w zakresie lęku jako stan

	<i>N</i>	<i>M</i>	<i>SD</i>	<i>t</i>	<i>p</i>
Dziewczęta	28	7,32	1,87	1,44 (55)	0,07
Chłopcy	29	6,52	2,31		

Adnotacja. *N* – liczebność; *Min* – najniższy wynik; *Max* – najwyższy wynik; *M* – przeciętny wynik; *SD* – odchylenie standardowe; *t* – statystyka testu różnic; *p* – poziom istotności różnic: * *p* <0,05; ** *p* <0,01; *** *p* <0,001

WNIOSKI:

1. Poziom aktualnie przeżywanego lęku (lęk jako stan) jest **przeciętny**.
2. **Nie ma istotnych różnic między grupami wiekowymi** w zakresie aktualnie przeżywanego lęku.
3. **Nie ma istotnych różnic między dziewczynkami a chłopcami** w zakresie aktualnie przeżywanego lęku.

Lęk jako cecha

Poziom lęku jako cecha – dla całej badanej grupy mieści się w granicach wyniku przeciętnego ($M = 6,71$; $SD = 2,14$).

Oszacowano również poziom aktualnego lęku (lęk jako stan) w trzech grupach wiekowych: pierwsza – uczniowie klas II-IV; druga – uczniowie klas V-VI oraz trzecia – uczniowie klas VII-VIII (zgodnie z normami). Wyniki zaprezentowano w tabeli 5.

Tabela 5

Nasilenie aktualnego lęku (lęk jako stan) w badanej grupie uczniów (N= 58)

<i>Klasa</i>	<i>N</i>	<i>M</i>	<i>SD</i>	<i>Min.</i>	<i>Max.</i>	<i>F</i>	<i>p</i>
II-IV	48	6,77	2,29	1,00	10,00	0,216 (2)	0,807
V- VI	8	6,25	1,28	4,00	8,00		
VII-VIII	2	7,00	1,41	6,00	8,00		
Ogółem	58	6,71	2,14	1,00	10,00		

Adnotacja. *N* – liczebność; *Min* – najniższy wynik; *Max* – najwyższy wynik; *M* – przeciętny wynik; *SD* – odchylenie standardowe; *F* – statystyka testu różnic; *p* – poziom istotności różnic: * $p < 0,05$; ** $p < 0,01$; *** $p < 0,001$

Poziom lęku jako cechy jest najwyższy w najstarszej grupie wiekowej, ale nie jest to różnica istotna statycznie.

Biorąc pod uwagę płeć – dziewczeta uzyskują nieco wyższe wyniki w zakresie lęku jako cechy niż chłopcy, ale nie jest to różnica istotna statystycznie (tabela 6).

Tabela 6

Różnice między dziewczętami (N = 28) a chłopcami (N = 29) w zakresie lęku jako stan

	<i>N</i>	<i>M</i>	<i>SD</i>	<i>t</i>	<i>P</i>
Dziewczęta	28	6,82	2,25	0,41 (55)	0,343
Chłopcy	29	6,59	2,11		

Adnotacja. *N* – liczebność; *Min* – najniższy wynik; *Max* – najwyższy wynik; *M* – przeciętny wynik; *SD* – odchylenie standardowe; *t* – statystyka testu różnic; *p* – poziom istotności różnic: * *p* <0,05; ** *p* <0,01; *** *p* <0,001

WNIOSKI:

1. Poziom lęku jako cechy jest **porównywalny we wszystkich grupach wiekowych i** mieści się na **przeciętnym**.
2. W zakresie lęku jako cechy **nie ma istotnych różnic między dziewczynkami a chłopcami**.

3. Depresja

Wprowadzenie teoretyczne

Depresja jest zaburzeniem, które w ostatnim czasie jest często diagnozowane u dzieci i młodzieży. Według kryteriów diagnostycznych objawy depresji muszą się utrzymywać przez co najmniej 2 tygodnie, powodując zmianę w stosunku do dotychczasowego poziomu funkcjonowania. Do objawów zalicza się:

1. Obniżony nastrój utrzymujący się przez większą część dnia, prawie każdego dnia, ujawniany albo w postaci subiektywnych skarg (np. poczucie smutku, pustki lub braku nadziei), albo za pośrednictwem obserwacji czynionych przez inne osoby (np. płaczliwość).

Uwaga: U dzieci i osób dorastających nastrój może być drażliwy.

2. Znaczne zmniejszenie zainteresowań i zdolności do odczuwania przyjemności w stosunku do wszystkich lub prawie wszystkich aktywności, utrzymujące się przez większą część dnia, niemal każdego dnia (ujawniane albo w postaci subiektywnych skarg, albo za pośrednictwem obserwacji czynionych przez inne osoby).

3. Znaczący spadek masy ciała, bez rozmyślnego ograniczenia przyjmowanych pokarmów lub zwiększenie masy ciała (np. zmiana przekraczająca 5 proc. masy ciała w ciągu miesiąca) albo zmniejszenie lub zwiększenie apetytu, utrzymujące się prawie każdego dnia

Uwaga: U dzieci należy brać także pod uwagę niepowodzenie w osiągnięciu oczekiwanej masy ciała).

4. Bezsenność lub nadmierna senność niemal każdego dnia.

5. Pobudzenie lub spowolnienie psychoruchowe niemal każdego dnia (obserwowane przez inne osoby, nie jedynie subiektywne poczucie pobudzenia lub bycia spowolnionym).

6. Zmęczenie lub poczucie braku energii niemal każdego dnia.

7. Poczucie braku własnej wartości lub nieadekwatne, nadmierne poczucie winy (może być urojeniowe), występujące niemal każdego dnia (nie zaledwie wyrzuty sumienia lub poczucie winy z powodu bycia chorym).

8. Zmniejszona zdolność myślenia lub koncentracji albo brak zdecydowania, utrzymujące się niemal każdego dnia (ujawniane albo w postaci subiektywnych skarg, albo za pośrednictwem obserwacji czynionych przez inne osoby).

9. Nawracające myśli o śmierci (nie tylko lęk przed śmiercią), nawracające myśli samobójcze bez określonego planu działania, próby samobójcze lub określony plan popełnienia samobójstwa.

Wyniki badań

Poziom depresji – dla całej badanej grupy mieści się w granicach wyniku przeciętnego ($M = 5,60$; $SD = 4,08$).

Oszacowano również poziom depresji w trzech grupach wiekowych: pierwsza – uczniowie klas II-IV; druga – uczniowie klas V-VI oraz trzecia – uczniowie klas VII-VIII (zgodnie z normami). Wyniki zaprezentowano w tabeli 7.

Tabela 7

Nasilenie depresji w badanej grupie uczniów ($N = 58$)

Klasa	N	M	SD	Min	Max.	F	p
II-IV	48	5,77	4,40	0,00	19,00	0,264 (2)	0,769
V- VI	8	4,63	2,07	1,00	7,00		
VII-VIII	2	5,50	0,71	5,00	6,00		
Ogółem	58	5,60	4,08	0,00	19,00		

Adnotacja. N – liczebność; Min – najniższy wynik; Max – najwyższy wynik; M – przeciętny wynik; SD – odchylenie standardowe; F – statystyka testu różnic; p – poziom istotności różnic: * $p < 0,05$; ** $p < 0,01$; *** $p < 0,001$

Poziom depresji jest najwyższy w najmłodszej grupie wiekowej, ale różnica nie jest istotna statystycznie.

Biorąc pod uwagę płeć – dziewczęta uzyskują wyższe wyniki w zakresie depresji niż chłopcy (tabela 8), i jest to wynik zgodny z innymi badaniami i literaturą przedmiotu, jednak różnica nie jest istotna statystycznie.

Tabela 8

Różnice między dziewczętami (N = 28) a chłopcami (N = 29) w zakresie depresji

	<i>N</i>	<i>M</i>	<i>SD</i>	<i>t</i>	<i>p</i>
Dziewczęta	28	5,71	4,30	0,117 (55)	0,454
Chłopcy	29	5,59	3,97		

Adnotacja. *N* – liczebność; *Min* – najniższy wynik; *Max* – najwyższy wynik; *M* – przeciętny wynik; *SD* – odchylenie standardowe; *t* – statystyka testu różnic; *p* – poziom istotności różnic: * $p < 0,05$; ** $p < 0,01$; *** $p < 0,001$

WNIOSKI:

1. Poziom depresji w badanej grupie jest **przeciętny**.
2. **Nie stwierdzono różnic istotnych statystycznie w zakresie depresji między uczniami z różnych poziomów wiekowych.**
3. **Poziom depresji dziewczynek i chłopców jest porównywalny.**

4. Poczucie własnej skuteczności

Wprowadzenie teoretyczne

Poczucie własnej skuteczności oznacza oczekiwania człowieka dotyczące możliwości wykonania zadania i/lub rozwiązania problemu w różnorodnych okolicznościach życiowych. Składa się z dwóch komponentów:

- *Sily* – koniecznej do zainicjowania działania
- *Wytrwałości* – niezbędnej do kontynuowania działania

Wyniki badań

Ogólny poziom poczucia własnej skuteczności – dla całej badanej grupy mieści się w granicach wyniku przeciętnego ($M = 5,19$; $SD = 2,27$).

Oszacowano również poziom poczucia własnej skuteczności w trzech grupach wiekowych: pierwsza – uczniowie klas II-IV; druga – uczniowie klas V-VI oraz trzecia – uczniowie klas VII-VIII (zgodnie z normami). Wyniki zaprezentowano w tabeli 9.

Tabela 9

Nasilenie poczucia własnej skuteczności w badanej grupie uczniów ($N = 58$)

<i>Klasa</i>	<i>N</i>	<i>M</i>	<i>SD</i>	<i>Min</i>	<i>Max.</i>	<i>F</i>	<i>p</i>
II-IV	48	5,83	1,93	1,00	10,00	4,905 (2)	0,01**
V- VI	8	8,13	2,23	4,00	10,00		
VII-VIII	2	7,00	0,00	7,00	7,00		
Ogółem	58	6,19	2,08	1,00	10,00		

Adnotacja. *N* – liczebność; *Min* – najniższy wynik; *Max* – najwyższy wynik; *M* – przeciętny wynik; *SD* – odchylenie standardowe; *F* – statystyka testu różnic; *p* – poziom istotności różnic: * $p < 0,05$; ** $p < 0,01$; *** $p < 0,001$

Istnieją różnice istotne statystycznie w zakresie poczucia własnej skuteczności w badanej grupie: **najmłodsza grupa wiekowa (II-IV) uzyskuje niższe wyniki** niż grupa średnia (różnica istotna) i najstarsza (różnica nieistotna).

Jeśli chodzi o komponenty poczucia własnej skuteczności – różnice istotne statystycznie dotyczą jednego komponentu: siły, w której **najmłodsza grupa wiekowa (II-IV) uzyskuje istotnie niższe wyniki** ($M = 17,69$; $SD = 3,20$) niż grupa średnia ($M = 20,50$; $SD = 2,56$ – różnica istotna) i najstarsza (różnica nieistotna).

W zakresie drugiego komponentu poczucia własnej skuteczności: wytrwałości, nie stwierdzono różnic istotnych statystycznie między porównywanymi grupami wiekowymi.

Biorąc pod uwagę płeć – różnica między dziewczętami a chłopcami dotyczy jednego komponentu poczucia własnej skuteczności – siły, w której **dziewczęta uzyskują niższe wyniki niż chłopcy** (odpowiednio: $M = 17,07$; $SD = 2,88$ i $M = 19,31$; $SD = 3,24$).

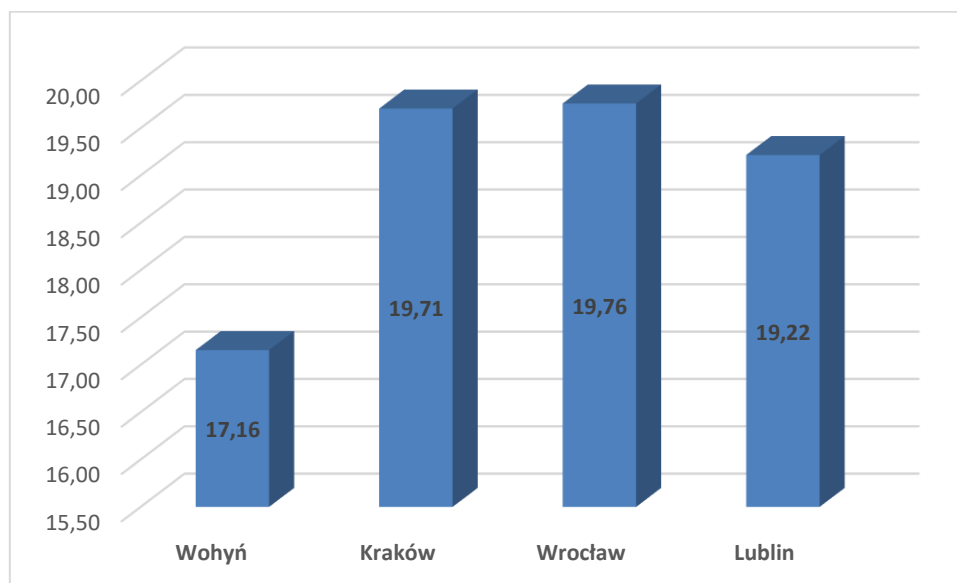
WNIOSKI:

1. **Poziom ogólnego poczucia własnej skuteczności w badanej grupie jest przeciętny.**
2. **Najmłodsza grupa wiekowa (II-IV) uzyskuje istotnie niższe wyniki w zakresie poczucia własnej skuteczności i siły.**
3. **Nie stwierdzono różnic istotnych statystycznie w zakresie wytrwałości między uczniami z różnych poziomów wiekowych.**
4. **Dziewczęta uzyskują niższe wyniki niż chłopcy w zakresie siły.**
5. **Dziewczynki i chłopcy nie różnią się między sobą w zakresie wytrwałości.**

5. Uczniowie z Krakowa w porównaniu z innymi badanymi

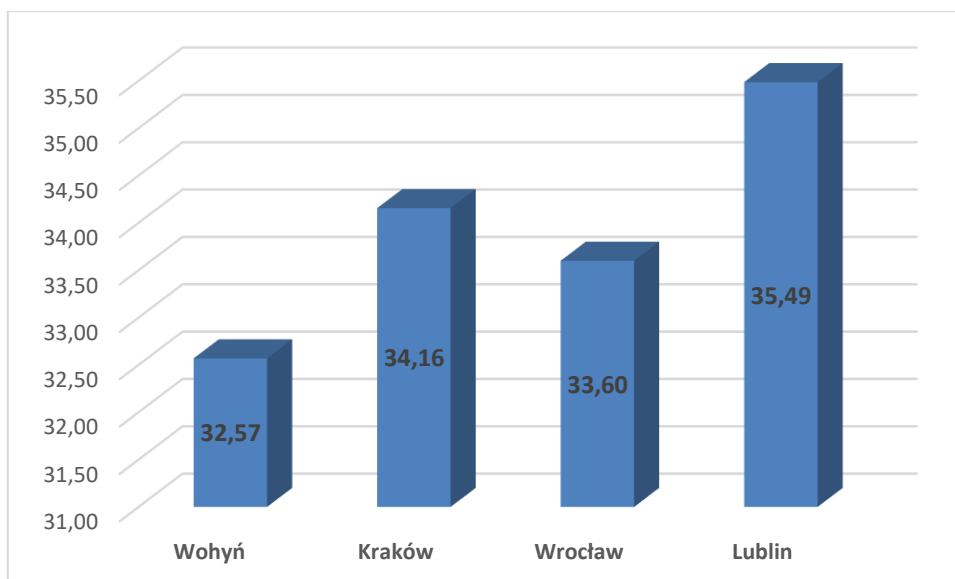
Poniżej zaprezentowano porównanie wyników uczniów z Krakowa ($N = 58$), z wynikami uczniów z Wołynia ($N = 109$), Lublina ($N = 37$) i Wrocławia ($N = 50$) w zakresie badanych zmiennych.

Najniższy poziom martwienia się zaobserwowano wśród uczniów w Wołyniu – różnica nie jest jednak istotna statystycznie ($F(3) = 1,47$; $p=0,224$). **Uczniowie z Krakowa uzyskali porównywalne wyniki do uczniów z innych miast, wskazujące na przeciętny poziom martwienia się (Rys.3).**



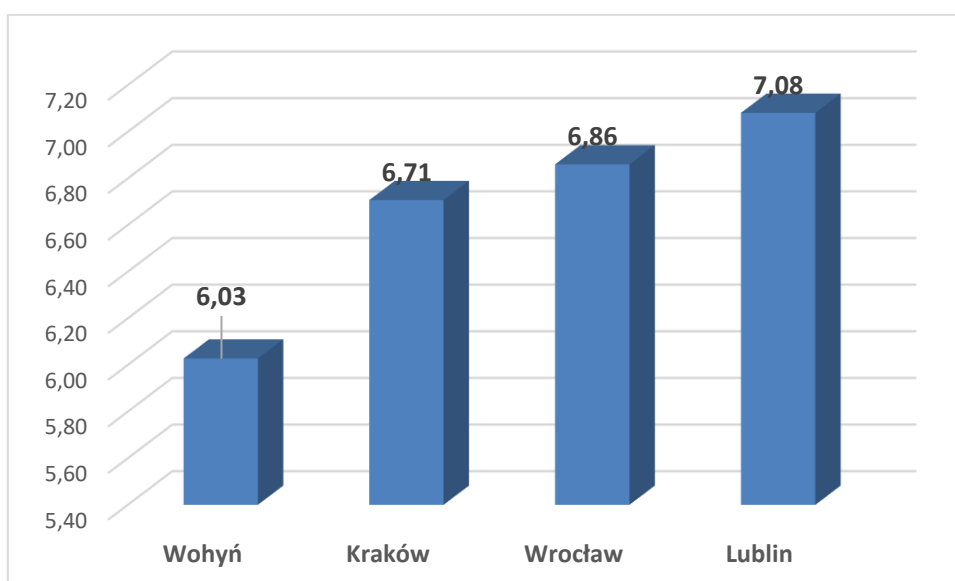
Rys. 3. Wyniki badań uczniów z różnych szkół w zakresie *martwienia się*

Uczniowie z Krakowa uzyskali porównywalne wyniki do uczniów z innych miast, wskazujące na przeciętny poziom lęku jako stan ($F(3) = 1,027$; $p=0,381$) (Rys.4).



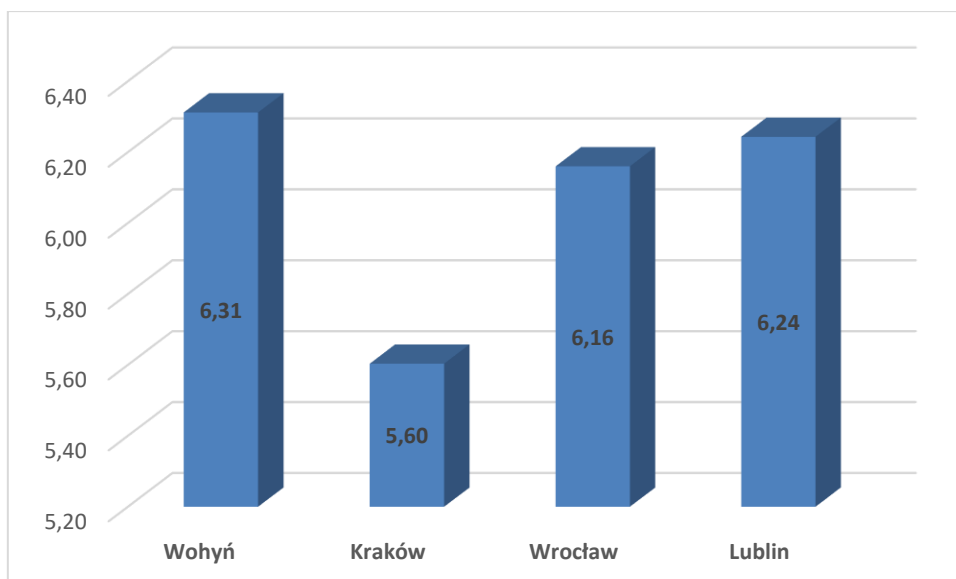
Rys. 4. Wyniki badań uczniów z różnych szkół w zakresie lęku jako stanu

Najwyższy poziom lęku jako cechy zaobserwowano w Lublinie – różnica jest istotna statystycznie w porównaniu z uczniami z Wołynia ($F(3) = 3,175$; $p=0,02$). Uczniowie z Krakowa uzyskali wyniki, wskazujące na przeciętny poziom lęku jako cechy (Rys. 5).



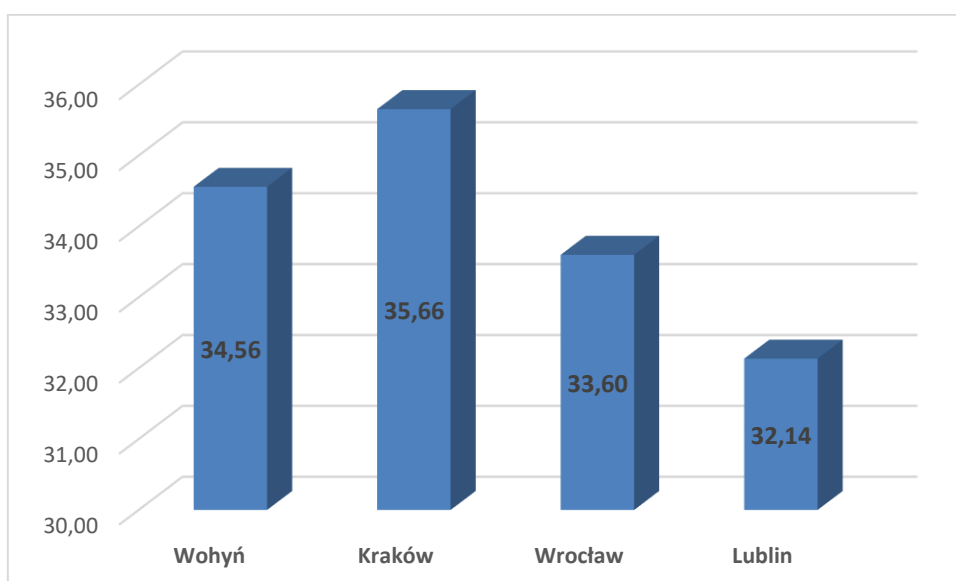
Rys. 5. Wyniki badań uczniów z różnych szkół w zakresie lęku jako cechy

Najniższy wskaźnik depresji odnotowano wśród uczniów w Krakowie – jednak różnica między grupami nie jest istotna statystycznie $F(3) = 0,34; p=0,794$ (**Rys.6**).



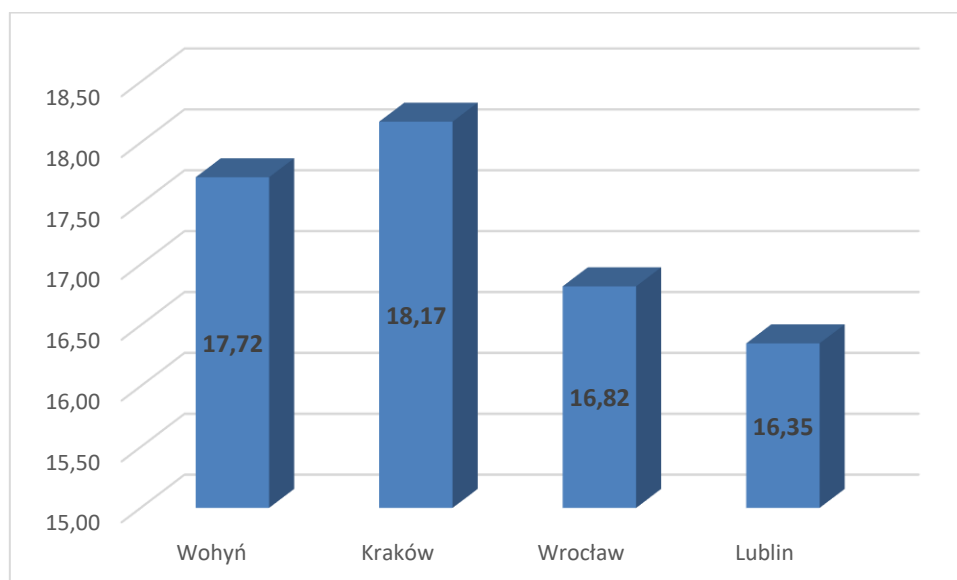
*Rys. 6. Wyniki badań uczniów z różnych szkół w zakresie **depresji***

Badani uczniowie różnią się między sobą w zakresie ogólnego poczucia własnej skuteczności $F(3) = 3,006; p=0,031$), przy czym istotna różnica dotyczy uczniów z Krakowa i Lublina – **uczniowie z Krakowa** – w porównaniu z uczniami z Lublina – **uzyskali istotnie wyższe wyniki w zakresie poczucia własnej skuteczności** ($p= 0,02$). (Rys. 7).



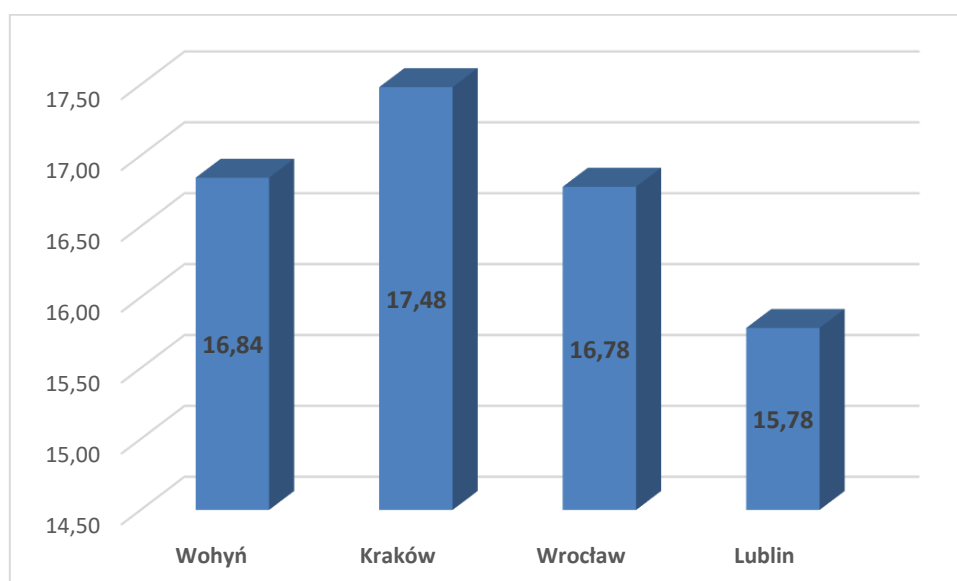
*Rys. 7. Wyniki badań uczniów z różnych szkół w zakresie **poczucia własnej skuteczności***

Badani uczniowie różnią się między sobą w zakresie siły $F(3) = 2,620$; $p=0,05$), przy czym istotna różnica dotyczy ponownie uczniów z Krakowa i Lublina – **uczniowie z Krakowa** – w porównaniu z uczniami z Lublina – **uzyskali istotnie wyższe wyniki w zakresie siły** ($p= 0,08$).



Rys. 8. Wyniki badań uczniów z różnych szkół w zakresie *siły*

Badani uczniowie **nie różnią się między sobą** w zakresie wytrzymałości $F(3) = 1,639$; $p=1,181$) (**Rys.9**).



Rys. 9. Wyniki badań uczniów z różnych szkół w zakresie *wytrzymałości*

3. Uwarunkowania martwienia się u dzieci i młodzieży – podsumowanie

Badanych uczniów cechuje przeciętny poziom martwienia się. Dodatkowa analiza statystyczna (analiza korelacja r-Pearsona²) wskazała, że czynnikiem ryzyka martwienia się jest lękowa postawa – zarówno w postaci aktualnie doświadczanego lęku ($r = 0,61$; $p < 0,001$), jak i bardziej utrwalonej tendencji do reagowania lękiem ($r = 0,76$; $p < 0,001$). Siła korelacji jest umiarkowana i wysoka i wskazuje, że **im wyższy poziom lęku jako stanu i lęku jako cechy, tym wyższe natężenie martwienia wśród badanych.**

Również dodatnia, silna korelacja dotyczy związku martwienia z depresją ($r = 0,66$; $p < 0,001$) – **im wyższe nasilenie depresji, tym wyższy poziom martwienia się.**

Nieistotna korelacja dotyczy związku martwienia z poczuciem własnej skuteczności wraz z wytrwałością, natomiast związek z siłą jest ujemny i oznacza, że **im większa siła, czyli zdolność do rozpoczynania jakiegoś zadania – tym mniejszy poziom martwienia się.**

Tabela 11

Współczynniki korelacji martwienia się z pozostałymi zmiennymi w badanej grupie (N = 58)

	1	2	3	4	5	6	7
1. Martwienie	-						
2. Lęk jak stan	0,61***	-					
3. Lęk jako cecha	0,76***	0,46**					
4. Poczucie własnej skuteczności	-0,18	-0,47***	-0,15	-			
5. Siła	-0,45***	-0,58***	-0,39**	0,73***	-		
6. Wytrwałość	0,14	-0,16	0,13	0,79***	0,17	-	
7. Depresja	0,66***	0,53***	0,71***	-0,36**	-0,51***	-0,06	-

Adnotacja. Obliczono współczynniki korelacji r-Pearsona. * $p < 0,05$; ** $p < 0,01$; *** $p < 0,001$

² Wartości od 0 do 0,30 świadczą o korelacji bardzo słabej, od 0,31 do 0,50 o umiarkowanej, od 0,51 do 0,70 o silnej oraz od 0,71 do 1 o bardzo silnej.

Podsumowując, **czynnikiem ryzyka dla martwienia się** wśród dzieci i młodzieży są: **lękowa postawa** (lęk jak stan i lęk jako cecha) **oraz depresja**. Im bardziej osoba jest lękliwa i depresyjna, tym bardziej się zamartwia.

Natomiast tylko jeden komponent **przekonania o własnej skuteczności** jest istotnym czynnikiem chroniącym młodzież przed martwieniem – **siła**. Wzmacniając siłę u dzieci i młodzieży, zmniejszamy ryzyko zamartwiania się.

Bibliografia:

1. 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. <https://doi.org/10.1023/A:1018790003416>
2. Chorpita, B. F., Tracey, S. A., Brown, T. A., Collica, T. J., & Barlow, D. H. (1997). Penn State Worry Questionnaire for Children. *PsycTESTS*. <https://doi.org/10.1037/t13659-000>
3. Ambroziak, K., Kołakowski, A., Siwek, K. (2021). *Depresja nastolatków*. Sopot: GWP.
4. Ambroziak, K., Kołakowski, A., Siwek, K. (2021). *Nastolatek a depresja*. Sopot: GWP.
5. Amerykańskie Towarzystwo Psychiatryczne. (2013). *Kryteria Diagnostyczne Zaburzeń Psychiczych DSM-5*. Waszyngton: Amerykańskie Towarzystwo Psychiatryczne.
6. Schab, L. M. (2017). *Lęk i zamartwianie się u nastolatków*. Kraków: Wydawnictwo Uniwersytetu Jagiellońskiego
7. ICD-10. Światowa Organizacja Zdrowia. (2008). *Międzynarodowa Statystyczna Klasyfikacja Chorób i Problemów Zdrowotnych – X Rewizja*. Genewa: Światowa Organizacja Zdrowia

Dziękuję!