



УНИВЕРЗИТЕТ „СВ. КИРИЛ И МЕТОДИЈ“ – СКОПЈЕ

ФИЛОЗОФСКИ ФАКУЛТЕТ

- Институт за социјална работа и социјална политика -

СТРАТЕГИИ ЗА СПРАВУВАЊЕ СО СТРЕС И ПЕРЦЕПЦИЈА НА СЕМЕЈНИ ОДНОСИ
КАЈ РОДИТЕЛИ НА СО ЛИЦА СО ПОПРЧЕНОСТ – КОМПАРАТИВЕН ПРИКАЗ НА
МАКЕДОНИЈА И ШВЕДСКА

- магистерски труд -

Студент:

Ирена Анастасовска Николов

Ментор:

Проф. д-р. Софија Георгиевска

Скопје, 2020

Содржина

ВОВЕД.....	4
ТЕОРЕТСКА ПОЗАДИНА	6
Родителски стилови на воспитување.....	7
Еднородителско семејство	17
Ризични фактори поврзани со родителско однесување	18
Фактори кои влијаат врз однесувањето на родителите	21
Односот помеѓу родителите и децата	23
Ризични фактори поврзани со воспитни стилови на родителите	25
Семејството и родителските стилови	33
1. Авторитарен (автократски, строг).....	35
2. Пермисивен (попустлив)	36
3. Занемарувачки (несовесен)	36
4. Авторитетен (демократски, асертивен, балансиран).....	37
Механизми за справување со стрес.....	39
Дефинирање на поимот стрес	39
Што е справување?.....	41
Копинг механизми	41
Стратегии и начини на реагирање и нивното влијание на стресот	41
Позитивни техники за справување со стрес.....	48
Негативни техники за справување со стрес	48
Семејства со дете со попреченост	49
Интелектуална попреченост стресор за родителите	52
Стресот кај родителите на ученици со интелектуална попреченост	59
РЕЛЕВАНТНИ ИСТРАЖУВАЊА.....	62
ИСТРАЖУВАЧКИ ДЕЛ	64
Проблем на истражување	64
ИСТРАЖУВАЧКИ ХИПОТЕЗИ.....	64
МЕТОД	64
МЕРНИ ИНСТРУМЕНТИ.....	64

ПРИМЕРОК	67
ПОСТАПКА.....	68
Спроведување на истражувањето	68
Обработка на податоците	68
РЕЗУЛТАТИ	69
Дескриптивна статистика	69
ДИСКУСИЈА.....	86
Недостатоци на истражувањето и сугестии за идните истражувања	94
Препораки	95
ЛИТЕРАТУРА:	97
ПРИЛОЗИ	106
Прилог 1: Инвентар за справување со стрес COPE (COPE Inventory) – Carver, Scheier and Weintraub (1989).....	106
Прилог 2: Скала на перцепција на семејни дноси – I. Масика (2005)	110

ВОВЕД

Умешноста „да бидеш смирен и кога си под стрес“
е основна животна вештина
и можеби најважната психолошка алатка
за справување со стресот

(Suzanne Kobasa, 1982)

Што е стрес? Кои се добри а кои лоши начини за справување со стресот? Постои ли некаква поврзаност меѓу родителските стилови на воспитување и копинг механизмите? Секако, кога станува збор за односот родители – деца, потрагата по одговорите започнува во семејството. Исто како што и животните приказни на луѓето обично започнуваат во семејство.

Како основна клетка на општеството и еден од примарните агенси на социјализација, семејството е во фокусот на многу научни истражувања, било да станува збор за семејството како феномен или пак за конкретен аспект од неговото функционирање.

Човекот се раѓа, се развива и созрева во семејство. Во семејство, детето станува човек, подготвен за живот надвор од неговите рамки. А напуштајќи го примарното и создавајќи свое семејство, ја продолжува приказната на идните генерации.

И без разлика, дали станува збор за нуклеарно семејство (родители и деца), посвоители и посвоеници, браќа и сестри или пак за пошироки семејни заедници во кои членуваат и други роднини (најчесто баба и дедо), семејството е многу повеќе од едноставен збир на негови членови. Пред сè, тоа е жив и динамичен систем, кој бара специфичен пристап, како во неговото проучување и согледување, така и во ситуации на евентуална терапевтска интервенција за надминување на проблеми, што со своето појавување го нарушуваат неговото оптимално функционирање, што е многу болно, не само за поединецот – член на семејството, семејството како целина, туку и за самото

општество. Зашто, дисфункционално семејство, значи дисфункционално општество. И затоа, како примарна задача на секое семејство, се наметнува продукцијата на здрави, стабилни и функционални единици, како основа на едно здраво, стабилно и функционално општество.

Интересот за семејството во ова истражување е свртен кон перцепцијата на семејните односи, родителството и родителските стилови на воспитување и влијанието што го имаат врз развојот на личноста и нејзините капацитети за справување во разновидни животни, неизбежно и стресни ситуации, што само по себе, го отвара и прашањето за изборот на механизми за справување со стрес.

Барањето одговори на горепоставените прашања, со претпоставките за односот меѓу истражуваните психолошки феномени е направено врз основа на некои досегашни теоретски сознанија и емпириски истражувања, што не води до формулирање на проблемот на ова истражување.

ТЕОРЕТСКА ПОЗАДИНА

Родителски стилови на воспитување

„Постои само еден начин да го воспитате детето
и да го изведете на прав пат,
а тоа е самите да чекорите по истиот“.

Abraham Lincoln (1863)

Семејството е основната клетка во која човековата единка го започнува својот живот и правилен развој од самото раѓање. Средината во која личноста израснала пред се семејната е исклучиво знажен фактор.

Во современата психологија, социологија и педагогија се повеќе се истакнува значењето на семејството како агенс за социјализација на детето. Како што констатира Рот.... „не се битни одделни специфични постапки во односот кон детето, колку што е битен општиот однос и општата атмосфера во семејството, а пред се чувството на сигурност на детето“ (1973 стр.119).

Семејството како животна институција има општествено значење. Од него потекнува нов човек, ново општествено битие. На семејството му е доверена задачата за примарна социјализација на детето, тоа мора својот нов член да го соедини во семејната и пошироката општествена заедница и во неа да му обезбеди посебно место.

Семејството е прв и најважен фактор во социјаната средина на детето која го започнува процесот на неговата социјализација. Во нашата цивилизација влијанието на семејството е големо во однос на усвојување на основниот систем на етички и други општствени вредности кои се од исклучителна важност во сложениот процес на социјализација. Влијанието на семејството опаѓа со текот на годините, бидејќи како детето расте се вклучува во други социјални групи кои што исто така имаат големо влијание во процесот на социјализацијата.

Бидејќи личноста најдолго се создава во семејството, се чини дека е од најголемо

значење. Тука се прават првите чекори на адаптација, социјализација и постепено и систематски детето се вклучува во воспитните и образовни влијанија на средината.

Во семејството се задоволуваат најелементарните потреби важни за биолошкиот опстанок на детето, како што се потребата за храна, сон, хигиена, нежност и социјални контакти. Родителите имаат огромна улога и во стекнување на знаења, вештини, карактеристики, вредности, ставови и слично. Детето преку комуникацијата со своите родители учи да зборува, да ги покажува чувствата, да ги искажува мислите, да игра, да црта, да учи, да создава пријателства, да се доживува себе си на одреден начин.

Општата атмосфера во семејството е поважна, отколку поединечните видови на постапки кои се користат кон децата. Додека детето расте и се развива, родителите можат да покажат различен степен на прифаќање и неприфаќање. За правилен развој на личноста, важно е детето да се чувствува сакано и сигурно во семејството.

Децата кои потекнуваат од семејства во кои постои меѓусебна доверба, љубов и другарски однос и помеѓу родителите и помеѓу родителите и децата стекнуваат попозитивни особини: независност, сигурност во себе, адаптивност, добри социјални контакти отколку децата кои потекнуваат од семејства во кои има чести конфликти и во кои нема грижа и љубов за нив.

Општествениот начин на живеење и социјализацијата во текот на развојот на личноста, можат да го ограничат и попречат развојот на креативноста, особено ако правилата на пожелно однесување се премногу крути. Со својата крутост тие ја инхибираат спонтаноста која претставува основен услов за креативно дејствување. Поаѓајќи од фактот дека семејството е прва општествена средина во која детето ги стекнува своите искуства тоа ја предодредува индивидуата за креативност или и поставува интрапсихички бариери, па во таа смисла е битно каков стил на воспитување се преферира во семејството.

Адлер го набљудува семејството како основен образец на меѓучовечките социјални односи со последици особено по децата.

Семејството представува првата скала во процесот на социјализацијата кај секој поединец, па поради тоа квалитетот на односите со родителите, како и динамиката во

семејното опкружување се клучни фактори за развој на детето.

На семејните услови и општата атмосфера во семејството, во стручната литература им се придава најголема важност за развојот и формирањето на личноста. Од семејната атмосфера во голема мера зависи каква личност ќе се формира и каква ќе биде таа личност во текот на целиот живот. Раното детство, има огромно значење каква ќе биде личноста на возрасниот човек.

Неадекватното семејство односно неадекватната примарна социјализација на единката во него е еден од главните фактори за појава на нарушено однесување кај адолесцентите. Недоволната грижа и недостигот на љубов кон него се првенствени причини за развивање на определени општествено непожелни особини и непожелно однесување како што е агресивноста и непријателскиот став према околината или затворање пред околината, повлеченост, пасивност.

Од исклучителна важност е општата атмосфера во семејството. Децата од семејства во кои постои меѓусебна доверба, љубов и другарски однос помеѓу самите родители и помеѓу родителите и децата, најверојатно ќе бидат возрасни луѓе со позитивни особини (со чувство за независност, сигурност во себе, урамнотежени, со добри социјални контакти) отколку децата од семејства каде се чести караниците и расправиите и во кои нема доволно грижа и љубов за детето.

При разгледување на влијанието на семејната група врз развојот и нарушувањата во развојот на децата и младите, треба да се земат предвид: составот на семејството, односите меѓу родителите, функциите и составот на семејството, семејните односи, квалитетот на стамбените услови, лошите материјални услови, родителската контрола, динамиката и развојот на семејните односи, начинот на одгледување и воспитување на децата, начинот на комуникација меѓу членовите во семејството, системот на моралните вредности и норми на однесување и други значајни варијабли. Сите овие карактеристики на семејството делуваат поврзано и не можат да се набљудуваат одвоено.

Гомем број на истражувања укажуваат и на важноста на односите меѓу родителите. Тие ја истакнуваат важноста на складните односи меѓу родителите за развој на детето. Недоразбирањето меѓу родителите доведува до појава на промени во однесувањето и до конфликт во самото дете.

Несомнена е важноста за влијанието на семејните услови како ризични фактори за појава на нарушено однесување. Тоа го потврдуваат и многу автори (Farrington, 1992, 2004, 2005; Ruchkin, 2002; Vazsonyi и Flannery, 1997; de Kemp и соп., 2006; Hovee и соп., 2007; Andrews и Bonta, 2006; Shader, 2004 и други) кои во прилог зборуваат за квалитетот на семејните односи и поврзаноста, ниското ниво на родителски надзор, грубите облици на родителската контрола, брачните проблеми, родителското отфрлање на детето, слабата вклученост во развојот на детето, криминално или зависничко однесување како важни причинители за идното деликвентно однесувањена децата.

Лошите материјални услови на семејството - најчесто се карактеристични за повеќе бројни семејства и за семејства со социјални проблеми (алкоголизам, бракоразвод, инвалидност, материјална необезбеденост). Семејствата со низок социо економски статус (сиромаштија и нисок социјален статус), имаат значајно влијание врз појавата на нарушеното однесување. Ако адолесцентот живее во атмосфера со постојано ограничување на пари, несоодветен стандард, престојува подолго време во гужва во семејството кај него се јавува напнатост.

Преголемата окупираност на родителите со егзистенцијални и други проблеми, се една од причините кои можат да доведат до развој на негативни или општествено неприфатливи особини како што се: агресивност, затворање во себе, бегане од средината, пасивност и сл.

Меѓусебната поврзаност и испреплетеност на ризичните фактори врз појавата на нарушено однесување кај адолесцентите можат да се поделат на четири групи ризични фактори во семејното опкружување а тоа се:

1. односот меѓу родителите и децата;
2. родителските воспитни стилови;
3. еднородителски семејства и
4. социопатолошки појави во семејството.

Јосиповиќ (Josipović, 2003) истакнува дека структурата на семејството индиректно влијание како ризичен фактор за развој на детето, при што акцентот го става на квалитетот на односите меѓу родителите и децата, економските услови и материјалниот статус, поддршката и перцепција за разводот како и потесната и поширока општествена средина.

Дисхармоничните односи во семејството што се манифестираат најчесто преку алкохолизам на еден од родителите, а исто така преку нарушените брачни односи многу штетно влијаат врз развојот на детето. Бројните истражувања покажуваат дека од вакви средински услови потекнуваат потенцијалните престапници кои имаат многу лошо влијание и врз своите врсници, се јавуваат потешкотии во учењето, бегање од училиште, и домот итн. (Матерне, 1988).

Од голема важност за семејството е хармоничноста, емоционалната атмосфера во семејството која треба да биде пријатна, ведрa без напнати ситуации со заемна љубов меѓу родителите и нивната заедничка грижа за децата, со настојување на сите членови животот во семејството да го направат посодржаен и поубав.

За да се формира детето како позитивна личност секогаш му е потребна љубов и близина и од двајцата родители. Штом е детето поврзано само со еден од нив значи дека семејната организација е растроена, а тоа нужно раѓа чувство на несигурност, страв од омраза спрема оној кој е причина за таквото растројство, со што се нарушува личноста. Односите помеѓу децата и родителите треба да се проучуваат поради нивната динамика и променливост и тоа зависно како од развојот на децата, така и од развојот на родителите.

Во адолесценцијата се менуваат некои функции, улоги на семејството и се менува рамнотежата во динамиката на семејните интеракции. Истражувањата покажуваат дека најчести конфликти и судири настануваат околу процесот на одвојување индивидуализацијата, независноста и сексуалното ослободување, заради различни вредносни систем, естетски, политички и религиозни убедувања.

Голем број на ученици тврдат дека основните обележја на личноста се формираат во рамките на семејството, во родителскиот дом, уште во периодот на детството. Со самото раѓање човечкото суштество е толку зависно и беспомошно, така што за одржување во живот безусловно му е потребна помош и грижа од возрасните. Тоа сè уште ги нема развиено сите особини кои се карактеристични за човекот, туку поседува основи и диспозиции од кои тие можат да се развијат.

Истражувањата покажуваат дека односот помеѓу родителите и детето е основа за успешна социјализација на детето и за развојот на здрава личност. Семејството е значаен фактор за развој заради долгиот временски период на влијание врз детето,

односно семејството е единствен фактор на социјализација во периодот на детскиот живот, кој повеќето автори го сметаат за најзначаен за севкупниот развој на личноста.

Во семејната средина се стекнуваат првите морални претстави, се стекнуваат најосновните навики, емотивната стабилност за успешно решавање на животните задачи. Под влијание на семејството се определува и формира првиот однос спрема општеството, традицијата, идеалите итн. Затоа, семејната средина не треба да се сфати како затворен свет за себе. Семејството иако е специфичен социјален фактор тоа не е изолиран од општеството. Напротив, за детето семејната средина е првата мала социјална заедница во која уште од најрана возраст се оспособува за општествен живот, за првите општествени права и обврски.

Во семејните услови детето учи да сака, да ги надминува егоистичните чувства што се јавува како услов да ги развие и другите социјални чувства. Семејството, воспитната работа може да ја врши доколку самите родители се подготвени за тоа. Родителите влијаат врз своите деца пасивно и несвесно преку својот пример. Често децата низ игра емитуваат „семејство“, тие копираат тоа што го гледаат од мајката и од таткото. Се чини тоа е природно бидејќи тие се сведоци на заемното уважување и љубов, внимание и нежност и тие тоа го прифаќаат природно. Во семејства каде има постојано семејни конфликти, раздор, грубост, меѓусебно непочитување на родителите, таквата состојба ја ранува детската душа и создава непочитување кон родителите и семејството како институција. Семејството, воспитната улога може да ја врши доколку самите родители се подготвени за тоа. За жал има родители кои не се подготвени за таа улога, односно немаат конкретни знаења па сета таа воспитна улога ја препуштаат на училиштата.

Многубројните истражувања и сознанија покажуваат дека еден од најзначајните услови за позитивен развој на децата е социоемоционалната атмосфера во семејството. Во оние семејства каде што постои љубов, срдечност, меѓусебна комуникација, почитување, заемно помагање, децата се развиваат нормално, со чувство на безбедност, емоционално се постабилни, достоинствени но и кооперативни, додека пак децата кои биле лишени од семејната атмосфера и љубов заостанувале во секој поглед од развојот. Тие покажувале слаб физички развој, иако имале добра

исхрана и хигиена. Особено слаби резултати биле забележани во нивниот ментален развој, нивниот ментален количник бил многу понизок во споредба со оние деца кои живееле и се развивале во семејство. (Фром, 2006, според Ангеловска, 2009).

Најважни односи кои се битни за процесот на социјализација се срдечениот однос кон детето наспроти ладниот, односно овозможување на слободни активности на детето наспроти строго ограничување на неговите активности. Постојат голем број на истражувања кои покажуваат дека срдечниот родителски однос кон децата претставува важен услов за успешна социјализација. Во семејствата во кои постои срдечен однос кон детето полесно се формира чувството на одговорност. Исто така и полесно се јавува чувство на вина кога детето ќе постапи спротивно од поставените норми.

Родителите кои служат како модел и покажуваат срдечен однос се поефикасни во процесот на социјализација, бидејќи повеќе ги поддржуваат своите деца, а како резултат на тоа децата се спремни да ја прифатат пораката од нивните родители. Детето, чии родители имаат срдечен однос со него ќе се чувствува повеќе поврзано со нив, тоа повеќе ќе сака да биде со родителите и ќе биде мотивирано да стекне одобрување од родителите, и да го избегнува неодобрувањето.

Големината на семејството исто така влијае врз појавата на промени во однесувањето, има мислења според кои нарушувањата во однесувањето е почесто кај деца кои живеат во големи семејства. Големите семејства можат да придонесат кон потешкотии во воспоставување на дисциплина во истите, недоволна грижа и чести конфликти.

Во поголемите семејства со повеќе деца, најмалото дете често е галениче и може долго да биде задржано во детинеста и зависна положба. Но и едно дете како централна фигура во семејството има шанса да остани долго во нарцисоидно самозадоволство со потешкотии во одвојувањето и воспоставување на нови емотивни општествени односи.

Како причина за појава на нарушено однесување може да бидат и непотполните семејства. Поделбата на семејствата на потполни и непотполни се врши според два вида на врски: општествени и емотивни. Во оваа смисла како непотполно семејство не

се смета само она во кое недостасува само еден родител, туку она семејство во кое се присутни и двајцата родители, но се прекинати емотивните врски помеѓу нив или помеѓу родителите и децата.

Функционалноста на семејството

Функциите во семејството имаат значајно влијание врз сите членови во семејството. Во адолесцентниот период функцијата на семејството се менува и семејството ги губи некои свои улоги. По секоја цена задржување на старите обрасци на однесување за младинецот или девојката станува извор на судир или тоа доведува да адолесцентот се покорува на родителските барања, жртвувајќи ја на тој начин својата индивидуалност и автономија. Најчестите судири кои ја нарушуваат семејната динамика се судирите кои се кристализираат околу процесот на одвојување – индивидуализацијата, зависност – независност, конфликтите околу сексуалното ослободување, различен систем на вредности, естетски, политички и религиозни убедувања. Ако семејната група не одржува поврзаност помеѓу семејниот и општествениот идентитет, односно живее на работ од општеството, постои опасност да се развие нарушено однесување.

Составот на семејството има значајна улога и врз појавата на промените во однесувањето. Патолошки развој на личноста на детето (невротичност, несигурност, агресивност, егоизам) е присутен во семејства кои се непотполни, во кои има чести несогласувања, рамнодушен, циничен и потценувачки однос кон децата, како и недоследност во наградувањето и казнувањето. (Трбе Анин, 2001).

Основата за остварување на воспитните функции на семејството ја сочинуваат функционалноста на семејството, која може да биде појаснета од аспект на систематски пристап на семејството.

Семејството е систем со внатрешни случувања кој е поврзан со надворешниот свет. Системот на семејството не е збир на поединци, во него се обликуваат односите меѓу членовите, односно се развива интеракција помеѓу нив. **Семејната интеракција** најчесто подразбира четири системи (односно подсистеми), како што се: *интеракцијата меѓу партнерите, интеракцијата меѓу родителите и децата, интеракцијата помеѓу децата и интеракцијата на*

семејството со надворешниот свет.

Авторот Хендрик (Hendrick,1992) наведува дека семејството ги исполнува биолошките, психолошките и општествените функции:

- негува, одгледува, штити и му дава на своите членови психосоцијална поддршка;
- овозможува на своите членови да се прилагоди на културата во која семејството живее;
- ги негува општествено културните обележја и специфичности и ги пренесува од колено на колено;
- на своите членови им овозможува равој на идентитетот на секого поединечно.

Семејствата кои ги исполнуваат овие функции ги нарекуваме **функционални** а оние кои не се во состојба да ги исполнат ги нарекуваме **дисфункционални**. **Функционални** се сметаат семејните обрасци кои овозможуваат постигнување на семејните цели кои себе си ги поставува семејството. Во функционално семејства спаѓа демократското семејство кое се карактеризира со изразено почитување, вреднување, уважување на членовите и потврдување. **Дисфункционални** се сметаат семејните обрасци со кои не се исполнува задачата, туку доаѓа до појава на одредени симптоми или незадоволство. Дисфункционалните семејства се недемократски т.е автократско семејство, во кое нема почитување, признавање, уважување и потврдување.

Друг автор дисфункционалното семејство го дефинира она семејство во кое има конфликт, несоодветно однесување и злоупотреба, на поедини членови на семејството, при што останатите во домот се приморани да се приспособат на ваквите акции (Stoop & Masteller,1997).

Според Џорџевиќ, (Dzordzević,1981) функционално е она семејство кое создава услови за развој на здрави и зрели членови во согласност со нивните интелектуални и креативни способности.

Функционалноста на семејството може да се проучува во однос на *организационите процеси* кои ја поддржуваат интеграцијата во семејството како целина. Елементите на овие **организациони процеси** се **кохезивност, флексибилност и комуникација**.

Функционалноста на семејниот систем може да се дефинира преку следниве

димензии: **семејна флексибилност**, која претставува баланс измеѓу стабилноста и промените, **семејната кохезивност** која претставува баланс помеѓу **блискоста и индивидуализацијата и семејната комуникација**.

Позитивната комуникација има големо значење за оптимално фамилијарно комуницирање и има важни импликации за појава на пореметено однесување кај адолесцентите. Рофеј (Roffey, 2002., 27- 45), нагласува дека **функционалното семејство** е флексибилно и прилагодливо. Доколку се потребни промени од внатре или надвор од него тоа е способно брзо да реагира и да се реорганизира, така што тоа ќе им одговара на сите членови. Овие семејства овозможуваат потребна автономија и го поттикнува индивидуалниот развој.

Дисфункционалното семејство е доста ригидно и тешко прилагодливо. Без туѓа помош тоа не е способно на брз и соодветен начин да се реорганизира во даден момент. Не може да воспостави позитивна комуникација. Дисфункционалното семејство го попречува и го оневозможува индивидуалниот развој и на несоодветен начин допира до индивидуалноста и автономноста на секој член во семејството.

Комуникацијата помеѓу членовите во семејството е една од најважните фактори која влијае на интерперсоналните односи, и се чини дека е клуч на динамичните семејни односи. Семејството е дефинирано како систем во кое владеат правила чии членови ја дефинираат и рedefинираат природата на нивните односи преку разни форми на комуникација. Се претпоставува дека членовите на семејствата кои користат позитивни форми на комуникација се организираат себеси во предвидливи модели на однесување. (Galvin and Brommel 1991).

Како ризични фактори во семејството меѓу другите е и присуството на социопатолошки појави во него. Во областа на социопатолошките појави во семејството постојат разни форми на неприфатливо, девијантно и опасно однесување. Со оглед на тоа што присуството на социопатолошките појави во семејството од аспект на идното ризично однесување на децата од такво семејство ние ќе се обрнеме само на дел од истите за кои сметаме дека се најзначајни. Според Стотхамер и Лејбер (Stouthamer-Loeber, 1986) идентификувани се четири модели на 'семејство под ризик' кои ги имаат следниве карактеристики:

1. Занемарувачко семејство - во овие семејства малку внимание се посветува на

децата и ретко се надгледуваат. Не проверуваат каде се и со кого децата го минуваат времето, ниту пак што тие прават.

2. Конфликтно семејство - во овие семејства присутни се постојаните недоразбирања и расправи помеѓу родителите како и меѓу родителите и децата. Во овие семејства присутно е и насилното однесување. Сите методи кои се применуваат кон децата се без успех. Во овие семејства децата учат дека недоразбирањата единствено можат да се решат со насилство, поради што често се чувствуваат отфрлени од родителите и се повлекуваат во себе.

3. Девујантни семејства - го толерираат или кришум дури и го поддржуваат деликвентното однесување. Во овие семејства и самите родители најчесто се агресивни и наклонети кон деликвентно однесување, а детето е под висок ризик да развие тешко деликвентно однесување, вклучувајќи и насилни деликти.

4. Хаотично семејство - Во овие семејства нема јасни граници, ниту кој за што е одговорен. Чувството за припадност во овие семејства е слабо развиено исто така и блискоста (поврзаноста) со членовите од семејството е мала. Во овие семејства многу често и значајните и тешки одлуки се носат брзоплето и во многу кратко време. Родителите често не водат грижа за потребите на децата. Ваквите семејства често имаат низок социо - економски статус, а членовите имат повеќеструки потешкотии во социјалното и емоционалното функционирање.

Еднородителско семејство

Еднородителските семејства според некои истражувања имаат исто така влијание врз појавата на нарушеното однесување кај адолесцентите.

Во истражувањата за влијанието на еднородителското семејство, што го вклучуваат и разводот на бракот не се подеднакво значајни. Додека некои истражувања на еднородителските семејства покажуваат како тие ја зголемуваат можноста за појава на нарушувања во однесувањето МекКорд, Видом и Крауел (McCord, Widom и Crowell, 2001; според, Shader, 2004), други резултати кои го контролирале влијанието на социо - економските варијабли, го минимизираат влијанието на еднородителските семејства. (Austin, 1978; Crockett, Eggebeen & Hawkins, 1993; според Shader, 2004).

Постои верување дека децата израснати во семејства со еден родител се лишени од подучување и прифаќање на општествените норми од двата родители.

Фарингтон (Farrington, 1992) наведува дека разводот на бракот во раната детска возраст не е посебно значаен фактор, што може да се изведе заклучок дека најверојатно поправилно е да се разгледуваат ефектите од самиот развод отколку самиот развод, „квалитетот“ на разводот во однос на фактот дека тие повеќе не се заедно. Во прилог на ова зборува Работег - Шариќ, Пеќник и Јосиповиќ (Raboteg - Šarić, Pećnik и Josipović, 2003) истакнувајќи го незначително влијанието на структурата на семејството како ризичен фактор за развој на детето, тие ставаат поголем акцент на квалитетните односи меѓу родителите и децата, економските прилики и материјалниот статус, поддршката и перцепцијата за разводот во пошироката општествена средина.

Поголема значајност треба да се даде на воспоставување на топлиот и непосреден однос на детето со родителот отколку на влијанието на еднородителското семејство врз појавата на пореметеното однесување. Едно големо истражување на Демута и Браун (Demutha и Browna 2004; според Andrews и Bonta, 2006) на примерок од 16.000 адолесценти, во кое биле вклучени околу 7.000 млади од еднородителски семејства ја потврдуваат оваа теза.

Нивните резултати покажуваат најголемо ниво на нарушено однесување е забележано кај младите кои живееле со татковците. Меѓутоа, кога авторите вклучиле и обработка на варијаблите поврзани со односот помеѓу татковците и младите, еднородителското семејство повеќе не било значајно. Оваа студија потврдила дека доколку таткото има топол однос со своите деца и има адекватен надзор, веројатноста за појава на нарушено однесување не би била поголема во однос на двородителските семејства. Овие резултати не упатуваат на тоа дека поголема е важноста на поголемата кохезија, топлина и приврзаност меѓу родителите и децата отколку структурта на семејството. Во основа квалитетот на односите помеѓу родителите и децата има силно влијание како заштитен фактор за идно делквентно однесување отколку структурата на семејството.

Ризични фактори поврзани со родителско однесување

Постојат многу фактори кои влијаат на родителското однесување. Многубројните истражувања спроведени во оваа област покажуваат значајна стабилност во индивидуалните разлики во однесувањето на родителите кон децата низ текот на развојот.

Без разлика на возраста на детето истражувањата покажуваат на две темелни димензии на родителското однесување (Darling & Steinberg, 1993 според Vizler, 2004) а тоа се: емоционалност и контрола.

Димензијата на емоционалност се однесува на емоциите кои родителите ги доживуваат во интеракцијата со детето. Таа е биполарна димензија, на едниот крај е димензијата емоционална топлина, а на другиот крај емоционалниот ладен однос. Многу автори емоционалната топлина ја наведуваат како аспект на семејното опкружување кое најмногу влијае на детскиот развој (Vander-Zanden, 1993 според Vizler, 2004). Емоционално топлиите родители ги прифаќаат своите деца, им даваат поддршка, внимание, разбирање, грижа при што како методи за дисциплина користат објаснување, охрабрување и пофалба. Емоционално ладните родители ги занемаруваат своите деца, непријателски се расположени кон нив, ги критикуваат и казнуваат.

Димензијата на контрола се однесува на она однесување кое родителите го користат во интеракцијата со децата, за да го менуваат нивното однесување и внатрешната состојба. (Peterson & Rollins, 1987 според Vizler, 2004). Нормално е младите да настојуваат да ги задоволат нивните потреби на најлесен, најдиректен начин, а потоа ако социјалната контрола е отсутна тие ќе манифестираат нарушено однесување (Eliot, Huizinga, Ageton, 1985). Слабата социјална контрола може да се движи кон следното:

1. неуспех да се развие внатрешна контрола за време на детството;
2. губење на контрола или поттикнување на претходно воспоставена внатрешна контрола посебно за време на адолесценцијата и
3. социјална дезорганизација во посебни социјални единици (семејства), што резултира со слаба надворешна контрола.

Семејството има многу начини на кои може да го спречи нарушеното однесување. Недостатокот на семејни улоги подразбира и отсуство на контрола што ја зголемува

можноста за појава на промени во однесувањето.

Родителската контрола е биполарна, така што на едниот крај на оваа димензија се постапките на цврста контрола на однесувањето на детето, а на другиот крај постапките на слаба контрола. Родителите кои применуваат цврста контрола строго го контролираат однесувањето на детето и се насочени кон тоа детето да се придржува на правилата кои тие ги поставиле. Родителите кои користат слаба контрола поставуваат мал број правила, помалку го набљудуваат однесувањето на детето, односно му даваат потполна слобода.

Истражувањата покажуваат дека родителското однесување на двете димензии на контрола може да бидат ризик фактор за развојот на детето. Претераната контрола може да предизвика зависност, субмисивно однесување и намалување на мотивот за постигнување, а слабата контрола може да предизвика агресивно и недоследно однесување кај децата. (Vander-Zanden, 1993 според Vizler, 2004).

Бидејќи резултатите од истражувањата укажуваат на спротивни ефекти на родителската контрола врз однесувањето на детето, некои автори се обиделе да дефинираат поддимензии на димензиите на контрола. Новите истражувања укажуваат на постоење на две одвоени димензии на родителска контрола, а тоа се психолошка контрола и бихевиорална контрола. (Dornbusch & Darling, 1992; Darling & Steinberg, 1993 според Vizler, 2004). Главна разлика помеѓу овие две димензии на контрола е во целите кои родителите сакаат да ги постигнат при нивна примена. Со примена на психолошката контрола родителите настојуваат да го контролираат психолошкиот свет на детето, а со примена на бихевиоралната контрола тие се насочени кон контролирање на однесувањето на детето посебно на непожелното однесување.

Развојот на детето бара одреден степен на психолошка автономија за да може низ различната социјала интеракција да развие независност и самостојност. Претераната психолошка контрола го оневозможува процесот на индивидуализација и доаѓа до развој на психолошка зависност, недоверба во сопствениот идентитет и се јавува страв од губење на поврзаноста со родителите. Правилниот развој бара одреден степен на регулирање на однесувањето така што детето ќе научи во социјалната интеркација да вклучува правила на однесување и ќе има одредена структура која треба да ја почитува за да може да се прилагоди во социјалната средина. Преголемото психолошко

контролирање на детето претставува ризик фактор во развојот, но од друга страна и отсуството на бихевиоралната контрола исто така влијае на развојот на детето. Овие две димензи имаат различно влијание на однесувањето на детето.

Истражувањата покажуваат дека силната психолошка контрола на децата е поврзана со интернализирани проблеми во адолесценција, додека силната бихевиорална контрола е поврзана со екстернализирани проблеми. (Barber, Olsen & Shagle, 1994 според Vizler, 2004).

Фактори кои влијаат врз однесувањето на родителите

За важноста на родителите уште во првите години од животот на детето во литературата се среќаваат многу податоци Худсон Генц и Ѓорѓевиќ (Hudson, 1967; Генц, 1988; Ѓорѓевиќ, 1985 и др.) кои го потенцираат нивниот однос кон детето и општата семејна клима која се јавува како детерминатор на идните интереси, стилот на живот на личноста, нејзината структура и сл.

Постојат голем број на истражувања што се спроведени со цел да се утврди зошто родителите се однесуваат кон своите деца на определен начин, односно што го одредува родителското однесување. Постојат три главни фактори (Belsky, 1984 според Vizler, 2004):

1. индивидуалните особини на родителите;
2. особините на детето и
3. контекстуалните фактори.

Индивидуални особини на родителите кои влијаат на родителското однесување се: возраста на родителот, полот, особините на личноста, однесувањето на нивните родители кон нив, знаењето и верувањето за детскиот развој и задоволството од бракот. Истражувањата покажуваат дека и интеракцијата на повозрасните мајки со децата е потопла, позитивна повеќе стимулативна отколку интеракцијата на помладите мајки со децата. Исто така, се покажало дека малолетните мајки покажуваат повеќе непожелно однесување кон своите деца, имаат помалку реалистични очекувања од детскиот развој и помалку чувство за задоволување на детските потреби (Belsky, 1984

според Vizler, 2004).

Полот на родителите е еден од битните фактори. Мајките повеќе се окупирани со активности кои се поврзани со негата на детето, а интеракцијата на татковците и децата повеќе се сведува на игра и исполнување на слободното време. Исто така докажано е дека мајките поминуваат повеќе време со своите деца отколку татковците. Мајките повеќе користат постапки за психолошка контрола на детето, а татковците повеќе користат бихевиорална контрола (Collins и Russell, 1991 според Vizler, 2004).

Особините на личноста на родителите и нивното влијание најмногу доаѓа до израз во истражувањата кои се занимаваат со родителите со емоционални нарушувања. Утврдено е дека депресивните мајки покажуваат помалку прифаќање, топлина и трпение односно повеќе ги казнуваат децата во однос на недепресивните мајки.

Полот, возраста, темпераментот и способностите на детето се особини кои највеќе влијаат на родителското однесување. Истражувањата покажуваат дека родителите различно се однесуваат кон децата од различен пол (Russell и Russell 1987 според Vizler, 2004). Се наведува дека родителите на шестогодишните и седмогодишните деца покажуваат повеќе емоционалност во интеракцијата со девојчињата, а сè повеќе доминација во интеракцијата со момчињата. Некои истражувања укажуваат и на интеракција на полот на детето и полот на родителот. Во периодот на доенче мајките повеќе разговараат и се насмевнуваат на девојчињата отколку на момчињата, а татковците повеќе се насочени кон момчињата отколку кон девојчињата особено ако се работи за прво родено дете (Keresteš, 1999, според Vizler, 2004). Во адолесценцијата потешкотии се јавуваат во интеракцијата со родителот од ист пол (мајка- ќерка, татко- син).

Битен фактор во родителското однесување е и возраста на детето. Иако наодите од истражувањата не се секогаш конзистентни, утврдено е дека со растењето на детето доаѓа до намалување на психолошката контрола, физичкото покажување на љубов, односно времето кое се поминува со детето, а се зголемува бихевиоралната контрола и употребата на вербални методи за дисциплина и се нагласува автономијата на детето (Keresteš, 1999 според Vizler, 2004).

Родителското однесување не се одвива во социјална изолација. Важни

контекстуални фактори се: социјаната мрежа на родителот, работното место и брачниот однос (Belsky, 1984 според Vizler, 2004). Сите овие фактори можат да бидат извор на стрес и поддршка.

Стресот кој е предизвикан од проблемите на работното место може да го промени однесувањето кон детето. Исто така, влијание има и перцепцијата на брачните односи. Доколку жената чувствува поддршка од својот сопруг повеќе ќе се посвети на своите деца. Социјалната поддршка која произлегува од вклученоста во социјалната мрежа има позитивно влијание и на однесувањето, го смалува негативното влијание од стресот (Vander–Zanden, 1993, според Vizler, 2004).

Истражувањата покажуваат дека родителите со помала социјална поддршка помалку се успешни и одговорни од оние кои се добро интегрирани во социјалната мрежа. Родителите со помала социјална поддршка поставуваат повеќе правила и користат авторитетни методи на казнување (Belsky, 1984, според Vizler, 2004).

Битни фактори се и социо-економскиот статус, структурата на семејството (бројот на членови во семејството, бројот на деца, редоследот на раѓањето), културолошките фактори односно, различните извори на стрес. Социо-економскиот статус влијае на начинот на живот во семејството, на улогата на родителите и на односите во семејството. Мајките со различен социо-економски статус може да имаат заеднички вредности, но тие вредности може да ги остваруваат на различни начини. Мајките од понизок социо-економски статус се повеќе рестриктивни, додека мајките со повисок социо-економски статус повеќе комуницираат со своите деца и повеќе ги поддржуваат (Peterson и Rollins, 1987, според Vizler, 2004).

Од сето претходно изнесено може да заклучиме дека родителското однесување треба да се сфати како повеќе димензионален концепт кој ги обединува индивидуалните особини на родителите и децата но и односите на пошироката социјална средина кон семејството и улогата на родителите и децата во неа.

Односот помеѓу родителите и децата

Присутни се бројни истражувања за испитување влијанието на односите помеѓу родителите и децата за појавата на пореметеното однесување. Тие ги испитуваат односите помеѓу родителите и децата во корелација со нарушеното однесување, го проучуваат односот низ родителиската топлина, прифаќањето на децата и нивната блискост односно нивната меѓусеба поврзаност.

Леду и сораб. (Ledoux и сораб., 2002) наведуваат дека блискоста помеѓу родителите и децата е заштитен фактор за многу форми на нарушено однесување. Ферик Шлехан, (Ferić Šlehan, 2006) ги сумирале резултатите од истражувањата на разни автори за значењето на семејната динамика, како што се семејните слави, јачината на семејството, времето и рутината на семејните традиции како најважни заштитни семејни фактори. За сите овие обележја може да се дефинира заеднички фактор, а тоа се факторите на меѓусебна кохезија, односно приврзаност на членовите во семејството.

Семејната атмосфера е извор на поврзаност бидејќи родителите дејствуваат како контрола и ги поттикнуваат нивните деца на општествено прифатливо однесување.

Семејната нестабилност, недостатокот на семејна кохезија и слабиот квалитет на односите меѓу родителите и децата е поврзано со појавата на нарушеното однесување.

Адолесцентите кои имаат силна фамилијарна поддршка имаат самодоверба и тие се способни да ги поддржуваат општествените вредности и им се спротивставуваат на притисоците кои доаѓаат од надвор за да манифестираат нарушено однесување. Оттука може да се донеси логичен заклучок дека ако постои недостаток на овие карактеристики во семејството има ризични фактори за појава на нарушено однесување.

Поврзаноста помеѓу родителите и децата јасно ни укажува за влијанието кое родителите го имаат на своите деца. Адолесцентот во семејството треба да биде рамноправен член, значи активно да учествува во основните домашни задачи.

Доколку детето не се чувствува поврзано со своите родители, тоа не ги перцепира како важни личности чии морални вредности и однесувања е потребно да се почитуваат и прифатат.

Ризични фактори поврзани со воспитни стилови на родителите

Кенер (Kanner, 1935, според Todorović, 2005) ја дал првата поделба на родителските ставови во односот кон детето. Тој во својата класификација ги издвоил следниве родителски ставови: прифаќање и љубов, јавно отфрлање, преголема грижа и преголеми барања. Нивните специфичности од аспект на говорните искази, постапките со детето и нивните последици врз неговиот развој се прикажани подолу.

Прифаќање и љубов

Говорни искази: Најмногу ме интересира детето.

Постапки со детето: Нежност во играта, галење, трпение.

Последици врз развојот на детето: Чувство на сигурност, нормален развој на личноста.

Јавно отфрлање

Говорни искази: Не го поднесувам, не сакам да се мачам поради детето.

Постапки со детето: Запоставување, грубо однесување, избегнување блискост и разговор, понижувања, навредувања со погрдности.

Последици на развојот на детето: агресивност, заостанување на емоционалниот развој, разбојништво.

Преголеми барања

Говорни искази: Не сакам такво дете морам да го направам да биде нај - нај.

Постапки со детето: Избегнување пофалби, кртитицизам, преувеличување на безначајните грешки на детето.

Последици на развојот на детето: фрустрации, чувство на страв, недостаток на доверба во сопствените можности.

Преголема грижа

Говорни искази: Се правам за детето, се жртвувам за него!

Постапки со детето: галење, преголемо попуштање или скратување на слободата.

Последици на развојот на детето: задоцнето морално созревање, неспособност за самостоен живот, секогаш зависен од наредбите на своите родители и наставници. Сè што ќе му се рече за него е покорно извршување.

Воспитниот стил подразбира проценка на воспитни постапки на родителите со кои најуспешно ќе ги остварат своите воспитни цели, без да го нарушат емоционалниот однос кон детето. Овие постапки произлегуваат од базичното прифаќање и љубов кон детето, или негово отфрлање и условна љубов. Емоционалниот фактор се смета за најважна компонента на воспитниот стил на родителите.

Под воспитен стил на родителите се подразбира релативно доследен начин на однесување на родителите, со кој се воспоставува однос кон децата (Matejevic, 2000).

Воспитниот стил може да се одреди како синдром на различни постапки кон детето кој се манифестира во низа животни ситуации низ интеракција родител-дете. Тие постапки имаат тенденција на групирање, во смисла на доминација на некои видови, што дава обележје на целокупното родителско однесување и се разликува од другите (Пацковиќ- Грин, 1982, според Котева-Мојсовска, 2006).

Воспитниот стил на родителите е специфичен начин на однесување, збир од намерни или ненамерни постапки на родителите кон децата кој всушност го одредува карактерот на меѓусебната комуникација и развивањето на одредени способности и особини кај децата.

Денес има бројни промени во однос на традиционалното воспитување така што сега и двата родители имаат подеднаква улога во воспитувањето, кое пак е повеќе интерактивно и со помалку казнување.

Класифицирањето на воспитните стилови, во зависност од високите и ниските одговорности и барањата на родителите, креира четири воспитни стилови, и секој од нив се карактеризира со различна природа на воспитувањето, различни родителски вредности, постапки и различен баланс помеѓу одговорноста и барањата на родителите. [http://www.athealth.com/ Practitioner/ ceduc/parentingstyles.html](http://www.athealth.com/Practitioner/ceduc/parentingstyles.html)).

Наталија Витас (Витас, 1983), (според Котева - Мојсовска, 2006), однесувањето на родителите го класифицира преку категоризацијата на родителската личност и нејзините карактеристични ставови. Таа разликува:

Емоционално зрели родители, кои умеат да ги покажат емоциите и да ги прифатат децата, и кои по пат на емоционална поддршка, градат самостојна личност.

Истражувањата покажуваат дека децата кои најдобро се адаптирани, посебно во социјалните релации, имаат родители кои го негуваат авторитативниот воспитен стил.

Презагрижени родители, кои или претерано или недоволно го контролираат детето, го бранат и ги решаваат неговите проблеми. Како последица на ова однесување, детето е емоционално нестабилно и неадаптирано во социјалните норми. Тоа е несамостојно и плашливо и секогаш во потрага по внимание и признание.

Претерана заштита или размазаност, го забавува психосоцијалното созревање. Овие деца се дрски, вообразени, себични, ги злоупотребуваат своите родители, и им поставуваат големи барања. Но кога овие деца ќе се најдат во ситуација да не се со своите родители, стануваат несигурни и вознемирени (Todorović, 2005). Децата чии родители се однесуваат претерано заштитнички кон нив, се зависни од авторитет и имаат недостаток на спонтаност.

Попустливи родители, кои Витас ги дели на претерано и умерено попустливи. Децата од умерено попустливи родители се секогаш подготвени на соработка и самостојни, додека другите се себични и тешко прилагодливи во социјалните контакти.

Родители кои отфрлуваат, чии карактеристики се незаинтересираност, инертност и негрижа. Детето кое од родителот често е отфрлено станува уплашено, интровертно, или пак агресивно и наметливо.

Кај деца чии родители го застапуваат воспитниот стил на отфрлање, чести појави се агресивноста и непослушноста. Кај нив емоциите како што е сочувство, несебичност, пожртвуваност, дружељубивост, се мошне слабо развиени. Тие често се исплашени, беспомошни лути, тешко се прилагодуваат и често пати имаат забавен ментален и физички развој (Todorović, 2005).

Татјана Котева - Мојсовска(2006) ги издвојува следниве воспитни стилови: **Демократски**, преферира почитување на личноста на детето како рамноправен член кој има свои права во семејството. Родителите ги фалат своите деца, ги поттикнуваат, ги охрабруваат, ги мотивираат, ги наградуваат, заеднички ги решаваат проблемите,

покажуваат трпеливост и емпатија. Детето кое се чувствува прифатено од страна на своите родители е добро расположено, весело, динамично, сигурно во себе, чувствително и храбро. Физичките нежности кои се користат како награда, кога детето ќе ги исполни барањата на своите родители, кај него развиваат голема потреба за постигнувања (Todorović,2005).

Автократски воспитен стил, се карактеризира со строгост, чести казнувања и за мали грешки направени од страна на детето. Не се почитуваат потребите на детето, се поставуваат безусловни барања и се очекува безпрекорна послушност. Доминантна е контролата врз детето, се поставуваат превисоки и нереални очекувања, не се покажува доверба во способностите на детето, се наметнуваат сопствените идеи и ставови. Често омаловажувано и критикувано дете, развива чувство на помала вредност.

Анархичен воспитен стил, во кој децата се препуштени сами на себе или на образовните институции, додека родителите покажуваат незаинтересираност и рамнодушност кон детскиот раст и развој. Родителите не се запознати со животниот тек на своето дете, не знаат доволно што му се случува. Комуникацијата меѓу родителите и децата е усилен и почесто за површни отколку за суштински содржини. Присутна е незаинтересираност за потребите и активностите на детето.

Родителите кои се незаинтересирани кај своето дете предизвикуваат интензивна потреба за љубов, внимание и наклоност. Детето во своите родители не гледа поткрепа и помош. Тоа се чувствува напуштено и осамено во својот дом. Ова може да предизвика целосен или делумен застој во развојот на сложените чувства, а може да доведе дури до неспособност за трајно врзување за други личности (Todorović, 2005). Децата од овие семејства имаат ниско чувство на самодоверба поради тоа што не ја чувствуваат родителската грижа (Котева-Мојсовска, 2006).

Односот родител - дете може да се набљудува и во однос на различните стилови на родителското однесување кое преставува комбинација на горе наведените димензи. Воспитните стилови подразбираат процена на родителите со кои воспитни постапки на најдобар начин ќе ги остварат своите воспитни цели, без да го нарушат својот емоционален однос кон детето.

Воспитните стилови започнуваат да се формираат рано и се протегаат низ целото

детство и младоста. Иако со развојните промени, потребите на детето и родителите, воспитните цели, дисциплинските барања, постепено се менуваат, сепак во основа емоционалниот однос ја задржува својата постојаност.

Според Олга Мурцева - Шкарик (2004), родителските стилови се разликуваат во однос на две основни димензии: 1. дали интеракцијата е со љубов или е спротивна на ова – со непријателство и 2. дали се тие попустливи родители или се со авторитетна контрола. Со тоа се издвојуваат неколку стилови во потенцирање на на родителство како воспитен фактор и тоа:

Авторитарните родители (авторитарен-диктаторски стил) се засноваат врз моќта, ја вреднуваат послушноста како доблест и предност им дават на мерките на казнување и на силата за да ги потисне иницијативите кај децата. Има многу дисциплина и барања, а малку љубов и комуникација. Детето се држи подредено и со ограничена автономија, а не се стимулира ни вербална размена, родителите можат да бидат многу загрижени и да се постават заштитнички кон децата или да ги занемаруваат.

Попустливите родители (попустлив стил) се однесуваат афирмативно, ги следат и се благи кон детските импулси и поведенија. На децата им даваат нежност, но имаат малку барања, малку дисциплина и малку комуникација. Себе си се гледаат како извор за детето, но не како активен и одговорен фактор за моделирање на неговите идни поведенија. Тие ги сакаат децата и ги заштитуваат но, им даваат слобода што им овозможува да немаат одговорност за детскиот развој.

Компетентните родители или родителите со авторитет (демократски стил) ги насочуваат детските активности на рационален и целисходен начин. Односите се засноваат на реципрочност: родителите имаат високи барања од детето и висока дисциплина, но исто така има и голема љубов и прифаќање на детето. Родителите даваат добро одмерена доза на љубов, барајќи дисциплина и комуникација. Го охрабруваат разговорот и размената на мислења, а ако детето одбива, ја почитуваат неговата одлука. Се вреднува автономната желба, но и се контролира поведението според прифатливи стандарди. Се препознаваат индивидуалните детски интереси и стилови, но се држи до стандардните правила прифатени од возрасните кои треба и децата да ги усвојат. Овие родители се топли, постојани и разумни. Детето може да го предвиди нивното однесување кон него и знае што се очекува од него бидејќи тоа му

се објаснува на достапен начин. Позитивното поткрепување е поефикасно за учење на пожелните поведенија и е почесто користено од овие родители.

Незаинтересирани родители се оние кои се индиферентни, невнимателни и безгрижни во дисциплинирањето на децата или споделувањето на нежност со нив. Тие не се вклучуваат во родителството, туку се насочени кон својот комфор и други активности кои ним им се значајни.

Дијана Баумринд (Diana Baumrind, 1970 според Vizler, 2004) наведува три различни родителски стила, а тоа се: авторитативен, авторитарен и попустлив.

Авторитативните родители поставуваат јасни правила на однесување, јасни барања, даваат објаснување на постапките кои ги применуваат и го земаат предвид развојниот период во кој се наоѓа детето. Оваа контрола се применува во топла емоционална атмосфера, односно се почитуваат потребите на детето. Со ова се овозможува развој на автономија кај детето како и слободно изразување на неговите идеи.

Помеѓу **авторитарните родители** и нивните деца владее однос на подреденост и надреденост. Овие родители максимално го контролираат однесувањето на детето и очекуваат максимална послушност, при што не се земаат предвид потребите на детето. Користат строги техники за дисциплинирање кои вклучуваат и физичко казнување.

Попустливите родители отфрлаат било каква контрола над детето. Детето се поттикнува само да ги донесува своите одлуки и да развива независност при што нема никакво водење и контрола од страна на родителите. Пред детето се поставуваат многу малку барања и очекувања, односно се одобруваат сите постапки и одлуки на детето.

Авторитативните и авторитарните родителски стилови подразбираат цврста контрола во однесувањето на детето. Разликата помеѓу нив е во димензијата емоционалност но, и во видот на контролата. Авторитативните родители повеќе применуваат бихевиорална контрола. Авторитарните родители покрај бихевиоралната контрола применуваат и психолошка и дисфункционална контрола, а со тоа го оневозможуваат автономниот развој на детето.

Мекоби и Мартин (Maccoby & Martin 1983, според Vizler, 2004) даваат уште еден родителски стил. Според нив попустливиот родителски стил кој е ниско на димензијата

контрола не ги зема предвид разликите во емоционалноста.

Затоа тие разликуваат *авторитативен, авторитарен, пермисивен и незаинтересиран родителски стил*. Овие четири стила настануваат со комбинација на спротивните пола на димезиите на родителското однесување.

Авторитативниот родителски стил е комбинација од емоционалната топлина и цврстата контрола, **авторитарниот** од цврста контрола и ладен емоционален однос.

Пермисивниот родителски стил е комбинација од емоционална топлина и слаба контрола, **незаинтересируваниот** родителски стил е комбинација од емоционално ладни родители кои поставуваат слаба контрола.

За тоа како воспитните стилови влијаат на однесувањето постојат многу истражувања.

Горман и Смит и сораб. (Gorman - Smith и sur. 2000), според Hoeve и сор., (2008) , дошле до резултати дека занемарувачкиот воспитен родителски стил (ниско ниво на дисциплинирање, надзор, емоционалност и поврзаност) е значаен причинител за сите форми на нарушено однесување на младите додека Фарингтон (Farrington, 2005) наведува дека ниското ниво на родителскиот надзор е предуслов за деликвентно однесување. За тоа дека во семејството е од исклучителна важност и комуникацијата за појавата на пореметувањата зборуваат и Башиќ и Жижак (Bašić и Žižak, 1994) кои наведуваат дека неискрената комуникација, недостатокот на заедништво во семејството, индивидуализмот, критиките, омаловажувањата и негативните пораки кои си ги упатуваат членовите се ризични фактори за различни видови на однесување.

Во едно истражување направено на 200 адолесценти, ученици во средно училиште во Ниш испитувана е поврзаноста меѓу воспитните стилови, особините на личноста и склоноста кон алкохол. Податоците кои се добиени покажале дека постои значајна поврзаност речиси на сите воспитни стилови и наклоноста на злоупотреба на алкохол кај младите.

Емоционалната топлина на таткото и на мајката се од неизмерно значење за развојот на свесноста како особина на личноста, додека недоследноста негативно корелира. Значи, додека мајката почесто критикува, казнува, навредува и отфрла, толку е помала веројатноста дека ќе се развие свесноста како особина на зрелата личност.

Истражувањата на Тодоровиќ (Todorović, 2005) за поврзаноста на воспитните стилови и самопочитувањето кај адолесцентите покажале дека нестабилни самопроценки најчесто настануваат кај семејства каде се негува претерана контрола во воспитувањето. Кај т.н. претерано заштитнички стил, најважни обележја се контрола и надзор на однесувањето како и истакнување на високи барања во однос на детето посебно во поглед на училишниот успех, и придонесува за развој на висок ЈАС идеал, но поттикнуваат и несигурност и непристоен однос кон себе и другите, па и кон сопствените вредности и цели.

Во Ниш е спроведено истражување од страна на Станојевиќ (Stanojevic) на примерок од 100 жени чија возраст била помеѓу 40 и 55 години и 100 студентки на возраст помеѓу 19 и 22 години со цел да се утврди дали постои поврзаност помеѓу партнерската афективна врска кај родителите и воспитниот стил кој тие го негуваат. Карактеристично за истражувањето е односот помеѓу мајките и ќерките, при што мајките го проценувале квалитетот на нивната поврзаност со нивните сопрузи, а ќерките со нивните мајки, но и татковци. Резултатите покажуваат дека лицата кои со партнерот имаат сигурна афективна врска од своите деца се доживеани како родители кои практикуваат демократски стил. Несигурната афективна поврзаност (окупирачки, избегнувачки и плашлив) статистички значајно се поврзани со либералниот воспитен стил и авторитарен стил.

Односот родител-дете е многу важен за формирање на идентитетот и неговите афективни компоненти на самопочитувањето. Високо и стабилно самопочитување се развива во одредени семејни услови низ воспитно влијание на кое детето е изложено. Прикажани се резултатите од истражувањето на улогата на различните воспитни стилови во формирањето на стабилно самопочитување кај адолесцентите. Истражувањето е изведено во 8 средни училишта во Ниш на примерок од 280 ученици. Се покажало дека стабилното самопочитување е во корелација со емоционалната топлина и прифатеност на мајката; нестабилното самопочитување се поврзува со недоследност и презаштитување како воспитен стил, додека отфрлувањето како воспитен стил е поврзано со стабилно, но ниско самопочитување (според Todorović).

Семејството и родителските стилови

„Семејство - тоа се децата, пред сè“, вели Engels (1884) во своето дело „Потекло на семејството, приватната сопственост и државата“. Тоа секако е непобитен факт. Но, фактот дека зад секое дете стои родител (или старател), упатува на родителството како *процес на промоција и поддршка на физичкиот, емоционалниот, интелектуалниот и социјалниот развој на детето, од раѓање до зрелоста* (Шурбановска, 2013).

Дали децата навистина се раѓаат како *tabula rasa* (John Locke, 1693), кои под водство на родителите и учителите стекнуваат нови сознанија и искуства или пак, сите наводни ефекти од различните стилови на родителство се чиста илузија, наспроти вистинските причини, како наследството, културата и начинот на кој децата го доживуваат стилот на воспитување на своите родители (Judith Rich Harris, 1998)?

Секој знае како се воспитуваат туѓи деца, малку е потешко кога станува збор за сопствените. Од античката филозофија, до современите теории, се кршат копјата за начинот на воспитување на децата. Љубов, грижа и поддршка, попустливост или строгост, ригидност или занемарување, се само некои од начините на родителско однесување кон децата. Некои родителски стилови се базираат на строго почитување на правилата, некои други на емпатија со емоционалната состојба на детето. Овие или оние? Кои се поадекватни, кога станува збор за правилниот развој на децата?

Родителски стил на воспитување е психолошки конструкт, со кој се дефинираат стандардните родителски стратегии за воспитување на децата (Шурбановска, 2013).

Од бројните класификации на родителски стилови во психолошката литература, се издвојува класификацијата што се базира врз комбинацијата на спротивставените страни на димензиите на родителското однесување.

Според Vizek Vidovic (2003) две основни димензии на родителското однесување се: *родителска топлина* (љубов, грижа, поддршка, охрабрување, прифаќање, што буди чувство на сигурност кај детето) и *родителска контрола* (строгост, дисциплина, казна,

како управување наспроти автономија, што го попречува развојот на независност кај детето). Врз основа на комбинираното влијание на овие две димензии, се издвојуваат неколку родителски стилови на воспитување, иако самите не се јасно ограничени, ниту стриктно определени.

Не постои чист тип на родителство. Каков ќе биде родителскиот стил на воспитување, зависи од повеќе фактори: ситуацијата, минатото и искуството на родителите, возраста на детето и многу други. Во основата на родителството секогаш има високи или ниски барања, одговорност или неодговорност, љубов, грижа или одбивање, попустливост или строгост и контрола (Baumrind, 1973).

„Родителите на децата им даваат корен и крилја – корен, да не забораваат каде им е домот, а крилја да полетаат и покажат што научиле од своите родители“ (непознат автор).

Родителските стилови се формираат врз основа на *родителските одговори* (како степен до кој родителите одговараат на детските потреби) и *родителските барања* (очекувања за одговорно однесување на детето), па според тоа може да се издвојат три типа родителски стилови на воспитување: *авторитарен, пермисивен и авторитетен* (Baumrind, 1973).

Овие три, се надополнуваат и со *занемарувачкиот стил* на родителско воспитување (Maccoby – Martin, 1992).

Сите на одреден начин резултираат со развивање на трајни особини на личноста и карактеристичен начин на однесување на единката во интеракција со социјалната средина. И доколку родителите сакаат децата да ги научат на одредено однесување, пред сè, би требало да го преиспитаат сопственото.

Многу родители својот стил на воспитување го создаваат комбинирајќи повеќе фактори. Со тек на време тој еволуира, менувајќи се во сообразност со промените во личноста на детето, карактеристични за развојните фази низ кои минува. Во голема мера, родителскиот стил се формира како копија на начинот на воспитување, на кој биле изложени родителите кога биле деца. Најчесто, родителите ги копираат своите

родители. Меѓутоа, понекогаш се случува да го отфрлат нивниот стил на воспитување и да креираат свој, сосема поинаков. Некои родители се одговорни, други се попустливи, строги, незаинтересирани. Каков е родителот, таков ќе биде и неговиот стил на воспитување.

1. Авторитарен (автократски, строг)

Комбинација од емоционално студенило и цврста контрола, се дефинира со високи барања и строга контрола, од една страна и нечувствителност за детските потреби, од друга. Познат е и како тоталитарно родителство, поради рестриктивниот и казнувачки родителски однос, во кој детето е принудено да ги следи родителските упатства и заложби, без простор за отворен дијалог со родителот или преиспитување на неговите ставови. Во односот надреден – подреден, родителот ја користи силата на авторитетот за покорување на детето, ограничувајќи му ја слободата на изразување и правото на избор, со што ја обесхрабрува индивидуалноста и ја попречува независноста на детето. Авторитарните родители се ригидни, крути, склони кон вербални закани и казни (не е исклучено ниту физичко казнување) како техники за дисциплинирање и учење на послушност.

Производ на ваквиот родител е социјално некомпетентно дете, кое не знае како да се однесува, ниту самостојно да донесува одлуки и постојано очекува да биде водено. Таквото дете е со многу ниско ниво на просоцијално однесување, не покажува љубопитност, креативност и независност. Има ниско ниво на самопочит и самодоверба. Во некои случаи, е изразена склоноста кон проблематично однесување, агресија или автодеструкција. Но, според некои истражувања (Baumrind, 1973) наспроти очекувањата, овој тип на родителство, во некои култури може да биде поврзан со позитивни резултати, кога станува збор за формирање на личноста на детето.

2. Пермисивен (попустлив)

Комбинацијата од емоционална топлина и слаба контрола, го дефинира како родителска структура со многу ниски барања и изразена чувствителност за детските потреби, без ограничувања и јасни правила на однесување. Се карактеризира со незаинтересираност и игнорирање на непожелното детско однесување и одбегнување на одговорноста во моделирањето на детското поведение. Попустливите или т.н. индулгентни родители не контролираат, не дисциплинираат и не оптеретуваат со барања. Љубовта ја докажуваат преку исполнување на сите детски потреби и желби, компензирајќи го недостатокот на комуникација, под изговор на силна презафатеност или изложеност на стрес.

Преголемата слобода резултира со „расипано слатко“, односно деца кои се незрели, неодговорни, без самоконтрола, деца кои тешко се справуваат со фрустрации и развиваат склоност кон агресивни поведенија. Кршејќи ги правилата на просоцијално однесување (неретко и законот), со девијантно однесување, се обидуваат кон себе да го свртат вниманието на околината. Но, од друга страна, постојат и случаи кога слободата за самостојно донесување одлуки продуцира деца кои побрзо созреваат, емоционално се сигурни, независни и подготвени за прифаќање на поразите. Во принцип, децата на попустливите родители имаат сличност со децата на авторитарните родители.

3. Занемарувачки (несовесен)

Комбинацијата од емоционално студенило и слаба контрола, овој стил го дефинира и како неинволвиран, бесчувствителен, отфрлувачки, рамнодушен. Се однесува на родители кои не се вклучуваат во родителскиот процес, бидејќи се насочени кон себе и сопствената удобност или поради некои други причини (замор, фрустрации, зависност) се откажуваат од својот родителски авторитет. Тие отфрлаат, занемаруваат, не споделуваат нежност, не се наметнуваат и не контролираат,

честопати се и непријателски расположени кон детето, но сè уште ги задоволуваат потребите на неговата елементарна егзистенција.

Овој стил најмногу се поврзува со најнепожелните развојни исходи кај децата, кои честопати се самозаштитнички настроени или обидувајќи се да станат независни од своите родители, оставаат впечаток на зрелост и покрај реалната возраст што ја имаат. На емоционалната запустеност се надоврзува и повлеченоста во социјалните интеракции. Овој оштетен атачмент подоцна се рефлектира врз врските со други луѓе, а не е исклучена и можноста за развој на модели на девијантно однесување. Децата – производ на ваквиот стил на воспитување се оценуваат како најнеспособни за справување во разни животни ситуации.

4. Авторитетен (демократски, асертивен, балансиран)

Комбинацијата од емоционална топлина и цврста контрола, го дефинира како најпожелно и најпрепорачливо родителско однесување за воспитување деца. Се карактеризира со доследно и одговорно однесување на родителот, кое вклучува љубов, топлина, поддршка и разбирање, со јасно поставени ограничувања и правила на однесување, како и почитување на потребите и правата на детето, согласно со неговата возраст. Авторитетните родители се цврсти, но не строги и ригидни, развиваат активна комуникација со детето, слушаат и даваат објаснувања, не дисциплинираат со казнување, туку со советување, користејќи позитивна поткрепа во учење позитивно поведение и вклучување на детето во донесување одлуки во семејството. Во рамките на контролата и ограничувањата, го поттикнуваат развивањето на автономијата, креативноста и слободата за самостојно донесување одлуки, истовремено поставувајќи високи стандарди за зрело однесување на детето.

Децата на ваквите родители, во принцип се зрели, одговорни, независни, со високо ниво на самопочит и самоконтрола и со високо ниво на просоцијално однесување во рамките на социјалната интеракција.

Од горенаведената класификација на родителските воспитни стилови, произлегува прашањето: зошто едноставно сите родители не го применуваат авторитетниот стил на воспитување, кога тоа продуцира среќни, независни, сигурни и способни деца? Зошто родителите се разликуваат според стиловите на воспитување? Зошто разлика се појавува и меѓу воспитните стилови кај двојка родители (мајката практикува еден, таткото друг стил на воспитување)? Како можни причини, се наведуваат неколку фактори: културата, личноста на родителот, бројноста на членовите во семејството, „родителската традиција“ (родители на родители), социоекономскиот статус, степенот на образование и религијата. Сосема чист стил на воспитување не постои. Така, во насока на формирање на еден кохезивен пристап на родителство, како најважна задача пред родителите се поставува комбинирањето на различни елементи во еден оригинален, сопствен стил на воспитување. Пред сè, стил што ќе промовира единки компетентни за справување во разни животни, неизбежно и стресни ситуации.

Механизми за справување со стрес

Животот е стрес.

Но, ако се претвори во снага потребна за одбрана,
може да биде полезен.

Без било каков стрес, не можеме да бидеме здрави.

Hans Selye (1956)

Дефинирање на поимот стрес

Терминот стрес (англ. *stress* – голем притисок, напрегање), канадскиот физиолог Hans Selye (1907-1982) го преземал од физиката, за да ги означат ефектите од долготрајно влијание на разни фактори (*стресори*) врз живите организми. Според него, стресот е *општа реакција или збир од неспецифични реакции на организмот, што се јавуваат при процесот на прилагодување на организмот на изменетите услови во внатрешната/надворешната средина.*

Во овој, таканаречен кружен модел на стресот, се издвојуваат три многу значајни термини: *адаптација, реакција на организмот и општ адаптационен синдром*, со кој се опфатени симптомите и манифестацијата на стресот.

Во текот на животот, човекот постојано е атакуван од некаков стрес, што како долготрајна состојба, може да се претвори во сериозна закана по неговото здравје, како внатрешна хармонија на организмот и рамнотежа со околината, наречена *хомеостаза*. Стресорите, внатрешни или надворешни, кои условно кажано, имаат биолошко, психолошко или социјално потекло, ја нарушуваат хомеостазата на организмот, што предизвикува активирање низа специфични, адаптивни механизми за прилагодување на новонастанатата состојба и обид за повторно воспоставување на нарушената хомеостаза. Доколку хомеостазата не биде повратена, ќе се активираат и одбранбените механизми на организмот, како збир од неспецифични реакции, дефинирани како *општ адаптационен или стресен синдром*, кој се пројавува низ три сукцесивни стадиуми: аларм, отпор, исцрпеност.

Но, најинтересно во учењето на Selye е неговиот заклучок, дека покрај штетните стресови (*distress*), непријатни и заканувачки по здравјето, постојат и стресови (*eustress*) кои се доживуваат како пријатни и се корисни за здравјето.

Станува збор за благи пореметувања на хомеостазата, подложни на контрола, кои го поттикнуваат емоционалниот раст и развој и ја зголемуваат самодовербата. Разрешување стресогени ситуации од овој тип, го збогатуваат искуството на единката, оспособувајќи ја за успешно конфронтирање со нови стресни ситуации во иднина.

Биолошкиот модел на Selye и денес е еден од најзначајните модели на стресот, бидејќи претставува основа на која се надоградуваат понатамошните истражувања и создаваат нови, современи теории на стресот.

Lazarus и Folkman (1984) – творците на психолошките теории за стресот, го дефинираат стресот предизвикан од психосоцијални фактори, како посебен однос на индивидуата со околината. Најзначајна карактеристика на овој однос е проценката (реална или нереална) на важноста и значењето на ситуацијата, од една страна и на капацитетот на индивидуата за справување со истата, од друга и која пред сè, има когнитивна компонента. Целокупната проценка пак, има влијание врз соочувањето со стресната ситуација и изборот на механизми за нејзино неутрализирање или надминување, познати како копинг механизми или стратегии за справување со стресот.

Што е справување?

Наједноставно кажано, *мисли и дејства кои се користат за снаоѓање во стресна ситуација.*

Според Lazarus и Folkman (1984), справувањето може да се дефинира како *постојано менување на когнитивните и бихејвиорални дејствувања за управување со специфични внатрешни и/или надворешни барања, оценети како напорни или ги надминуваат капацитетите на личноста*, повеќе како начин на управување со стресната ситуација, отколку како успешно решавање на проблемот.

И, доколку може да се препознае стресот и да се идентификува неговиот извор, справувањето ќе биде толку полесно. Тоа отвара низа прашања околу изборот на стратегија за справување (копинг механизам).

Копинг механизми

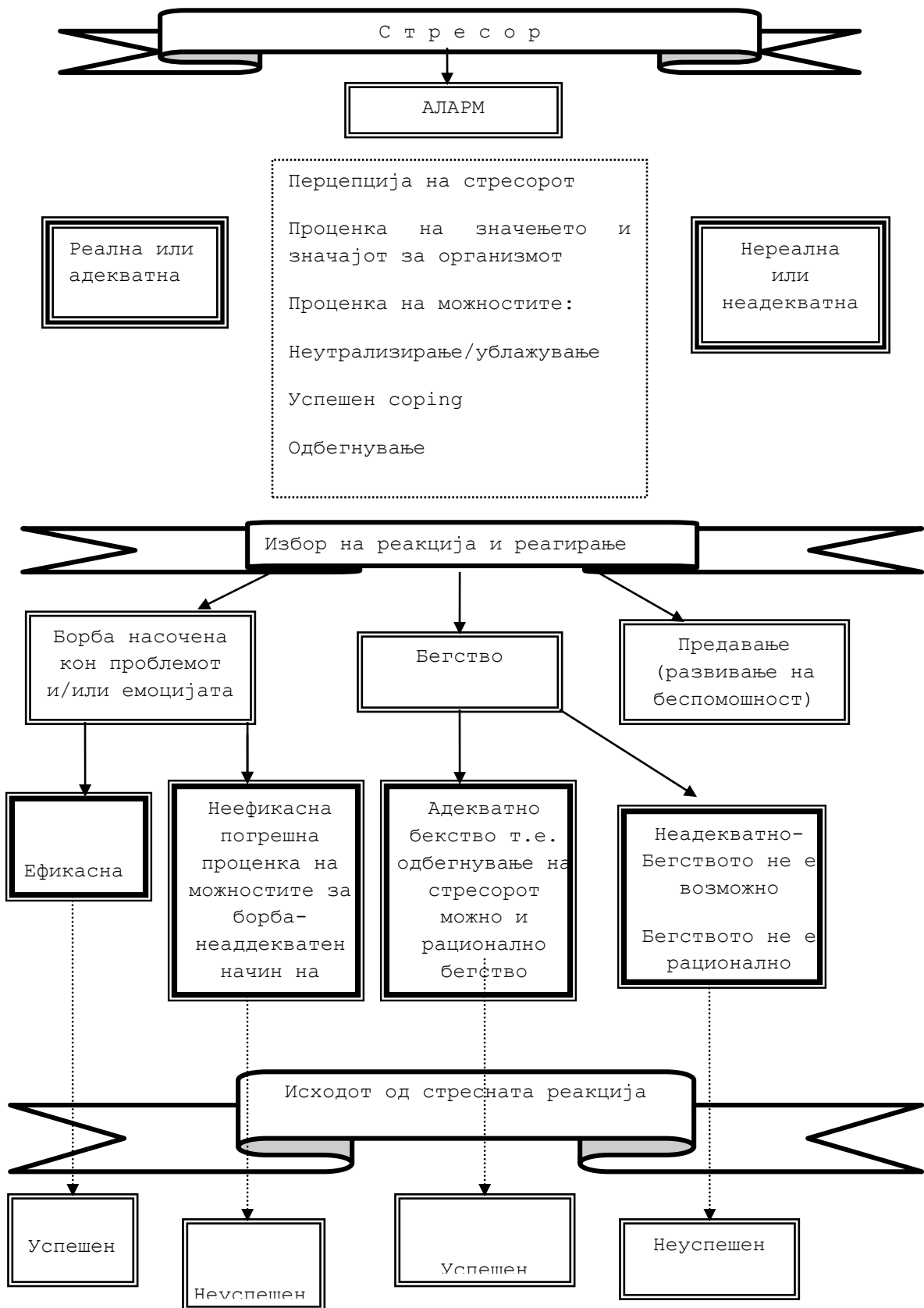
Копинг механизми – (*англ. cope – справува*) – психолошки термин, кој се однесува на *вложување свесен напор во решавање на интерперсонални или лични проблеми, како обид за минимизирање или совладување стрес или конфликт* (Lazarus и Folkman, 1984).

Стратегии и начини на реагирање и нивното влијание на стресот

Реагирањето на личноста под стрес, не зависи само од природата на стресорот и нејзините когнитивни проценки, кои можат да бидат точни или погрешни. Од големо значење е тоа како личноста ги проценува сопствените способности и можности, со активно однесување да ја спречи, ублажи, прекине или избегне стресната реакција. И оваа проценка може да биде точна или погрешна, во смисла да се подцени или прецени.

Кога сето ова ќе се земе во обзир, станува јасно зошто личноста по стрес има зголемена потреба од помош за да дојде до реални проценки и за самата стресна ситуација и за сопствените можности.

Истражувањата насочени кон начините на реагирање и стратегиите кои се користат во стресните ситуации покажале дека луѓето под стрес користат разни стратегии и модели на однесување, кои можат да бидат помалку или повеќе корисни.



Спрема стратегиите кои луѓето во сите стресни ситуации, ги користат во когнитивната проценка, можат да се поделат во две групи:

- повеќе се наклонети да обраќаат внимание на актуелните и потенцијалните позитивни аспекти на стресната ситуација, рedefинирајќи ја, и интерпретирајќи ја како нешто што е составен дел од животот, и од која може да се извлече позитивно искуство;
- втората група, во когнитивната проценка повеќе е наклонета да ги гледа само негативните аспекти од стресната ситуација или истите да ги преценува

Типот на избрана адаптација, или избор на реагирање, зависи исклучиво од примарната когниција, односно од начинот на кој личноста ја аперципира стимулусната ситуација во однос на себе и своите можности. Споредувајќи ја стимулусната ситуација со своите вредности, личноста прво проценува дали е посилна или послаба во однос на стресорот, односно дали може да влијае на промената на загрозувачкиот стимулус. Стресните реагирања можат да бидат насочени на самата стресна ситуација, проблемот кој се јавува или кон емоциите кои се предизвикани од неа.

Истражувањата на луѓето под стрес, укажуваат дека стресогените ситуации кои не се контролираат од објективни причини, делуваат патогено. Тие се пратени со низа психосоматски пореметувања.

Стресогените ситуации можат да бидат:

I. загрозувачки, опасни стресогени ситуации

a) променливи – тогаш непријатните емоции го мотивираат субјектот на однесување кое ќе делува на самата стресна ситуација и кое ќе доведе до саканата промена во надворешниот свет. Типично чувство е лутината, презирот и омразата, а типично однесување агресивноста. Доколку однесувањето изведено од емоцијата допринесе за промена во надворешниот свет, реадaptацијата е воспоставена, и емоцијата се заменува со чувство на олеснување.

b) Непроменлива загрозувачка стресогена ситуација

- ❖ Избежна – емоцијата ја мотивира личноста да се повлече, избегне или да

се избега. Со други зборови кажано, субјектот се повлекува од делот на светот во кој не е адаптиран, во дел во кој е адаптиран, а реадaptацијата ја прати чувство на олеснување. Емоција-страв.

❖ Неизбежна— тогаш адаптивното однесување нема смисла, бидејќи субјектот ништо не може да направи за да ја промени реeалноста. Поради тоа овие две чувства во однесувањето се манифестираат со пасивност. Овде адаптацијата се состои во прифаќање на реалноста, во промената на референтниот оквир и вредносниот систем во самиот себе. Адаптивните активности се на ниво на ментални операции, а со цел да се прилагоди субјективниот систем на претстава за себе, другите и светот. Реадaptацијата доаѓа на крајот на овој процес. Типичното чувство е тага, очај и разочараност. Од причини што референтниот оквир е релативно ригидна структура, неговата промена е спора и подолготрајна, така што чувствата се манифестираат како расположенија.

II. афирмирачки стресогени ситуации

Овој тип на адаптација е карактеристичен за пријатни чувства, поточно за чувствата кои се реакција на оценката дека во надворешниот свет, дошло до афирмирање на вредноста на личноста. Тоа ја зголемува мотивацијата и самодовербата. Типична емоција е задоволството.

При соочувањето со стресната ситуација се препознаваат три **избори на реагирање**:

- *Борба* – која е насочена кон проблемот или емоцијата;
 - * ефикасна борба или соочување, исходот од стресната ситуација е успешен, или
 - * неефикасна борба или соочување, поради погрешната проценка на можностите за соочувањеили поради неадекватниот начин на борба
- *Бегство* – со одбегнување или игнорирање на стресната ситуација;
 - *адекватен избор на реакција, т.е. избегнување на стресорот, која може да биде рационална, исходот успешен.

*неадекватна реакција - бегство не е можно, избегнувањето не е рационално, исходот неуспешен.

- *Предавање* - отстапување, повлекување, развивање на чувство на беспомошност. Систем од успешни механизми за соочување со проблемот за конкретни луѓе и ситуации, нема. Општо земено, соочувањето насочено на емоциите обично е покорисно во почетните фази на стресното доживување, додека пак стратегиите насочени на проблемот, се покорисни во подоцните фази. Кога надворешните услови не се подложни на контрола, предност има соочувањето насочено на емоциите со чија помош проблемот се занемарува, минимизира или едноставно тој се прифаќа и поднесува таков каков што е (Folkman, 1984). Од друга страна, овој начин на соочување е штетен, кога го спречува поединецот да користи нужни стратегии насочени кон проблемот. Соочувањето насочено кон проблемот, е поуспешно кога се работи за проблем кој се пролонгира подолг временски период со последователни последици (Lazarus и Folkman, 1984). Споредувајќи го избегнувањето и директното соочување со проблемот, Suls и Fletcher (1985), покажале дека првиот начин на соочување е покорисен за ситуации што траат кратко, додека пак, кај хроничните стресни ситуации повеќе помага отворено, директно соочување со проблемот.

Или со едноставен речник, предметот кој се скршил може: да се поправи, да се замени со нешто друго, или едноставно да се помириме со ситуацијата. Која од овие стратегии помага, односно штети, неопходно е да се познава и поединецот и ситуацијата во која тој се наоѓа.

Психолошките механизми за справување со стрес обично се нарекуваат стратегии (вештини) за справување, што генерално се однесува на адаптивни или конструктивни стратегии, кои го намалуваат стресот. Наспроти овие, други стратегии, кои го интензивираат стресот, се определуваат како неадаптивни и во однос на исходот се опишуваат како не-справување.

Всушност, станува збор за реактивни справувања, одговори на стресот, наспроти проактивното справување, чија цел е превенција или неутрализирање на идни стресови. Несвесните стратегии, како што се одбранбените механизми, генерално се исклучени од областа на справувањето.

Во однос на видот на стратегии за справување со стрес, идентификувани се стотици различни стратегии, иако во рамките на психолошката литература не постои конкретна класификација. Дистинкција обично се прави меѓу разни спротивставени стратегии како: ангажман наспроти слобода, когнитивни спроти бихејвиорални или пак, стратегии фокусирани на проблем, наспроти стратегии фокусирани на емоции (Lazarus и Folkman, 1984).

Стратегии фокусирани на проблем се однесуваат на ситуации во кои луѓето прават обиди да се справат со причината на нивниот проблем и тоа го прават со информирање за проблемот и учење нови вештини за справување со него. Овие стратегии се насочени кон промена или отстранување на изворот на стресот. Како стратегии фокусирани на проблемот се издвојуваат следните одговори на стресот: преземање контрола, барање информации и оценување на добрите и лошите страни на стресот (Lazarus и Folkman, 1984).

Стратегии фокусирани на емоции се ориентирани кон управување со емоциите, придружено со перцепција на стресот. Всушност, тие се механизам за олеснување на болката, со редуцирање или превенција на емоционалните компоненти на стресот. Во фокусот на овој механизам се наоѓа менување на значењето на стресот или свртување на вниманието далеку од него, што може да се примени на повеќе начини: негирање, избегнување, дистанцирање, преиспитување на стресорите во позитивно светло, прифаќање одговорност, вежбање самоконтрола, барање социјална поддршка. Некои од нив, како што се дистанцирањето или избегнувањето, резултираат со ублажување за релативно кус период, но на подолго време стануваат штетни. Наспроти тоа, механизмите фокусирани на позитивни емоции, преиспитување на стресот во позитивно светло или барање социјална поддршка, даваат позитивни резултати (Lazarus и Folkman, 1984).

Обично, луѓето комбинираат неколку стратегии за справување, кои со тек на време може и да се менуваат, зависно од менување на ситуацијата. Сите се корисни на свој начин, иако постои мислење дека лицата кои експлоатираат стратегии фокусирани на проблем, подобро се адаптираат на стрес.

Механизмите фокусирани на проблем овозможуваат подобра контрола врз проблемот, што ги прави адаптивни или конструктивни и се вбројуваат во позитивните техники, наспроти оние што се фокусирани на емоциите, наместо на когнитивната компонента, па поради послабо согледување и контрола на проблемот, честопати се категоризираат како неадаптивни или маладаптивни справувања или не-справување, што ги става во групата на негативни техники за справување со стрес.

Позитивни техники за справување со стрес

Познати и како адаптивни или конструктивни справувања – една од нив е и проактивното справување, што всушност значи предвидување на проблемот, како подготвеност за полесно прифаќање на предизвикот што претстои. Во групата на позитивни техники се вбројуваат апсолвирање на претходни стресни искуства и барање социјална поддршка.

Но, покрај сето ова, за полесно справување со стресот, неопходни се и здрави животни навики, кои вклучуваат соодветна исхрана, добар сон, физичка активност или некакви други релаксациони техники (Lazarus и Folkman, 1984).

Негативни техники за справување со стрес

Познати уште и како маладаптивни справувања или не-справување – за разлика од адаптивните механизми, кои го подобруваат функционирањето, ги намалуваат симптомите, додека во исто време го одржуваат и зајакнуваат нарушувањето. На кусо се покажуваат како ефикасни, но долготрајно може да се трансформираат во не-справување. Вклучуваат: дисоцијација (способност на умот да ги раздвои мислите, емоциите и спомените, најкарактеристично за пост-трауматски стрес-синдром); сензибилизација (обид за заштита од страшни настани со вежбање или предвидување на истите); безбедносно однесување (во ситуации кога лицата со анксиозни

нарушувања се потпираат на неког или нешто, како средство за справување со нивната прекумерна анксиозност); бегство (одбегнување на ситуации што предизвикуваат вознемиреност, тесно поврзано со лица кои имаат панични напади или фобии). Но, покрај овие, тука се вбројуваат и: емоционалната или инструменталната поддршка, негирањето, самодеструкцијата, употребата на супстанции, самообвинувањето и синдромот на низок напор, како карактеристичен и се однесува на обидите на малцинските групи да се вклопат во доминантната култура (Lazarus Folkman, 1984).

Во контекст на стратегиите за справување со стрес, некои истражувања укажуваат и на важноста на емоционалната интелигенција, како способност за ослободување од неконтролираната анксиозност и раздразливост. Утврдено е дека, луѓето со пониско ниво на оваа способност, постојано се борат со чувство на непријатност, за разлика од оние со високо ниво, кои побрзо се справуваат со неуспесите и стресните ситуации. Од оваа перспектива, умешноста „да си смирен кога си под стрес“, е основна животна вештина и можеби најважната психичка алатка за справување со стресот (Suzanne Kobasa, 1982).

Семејства со дете со попреченост

Да се биде родител на дете со попреченост често со себе носи низа проблеми во менталното здравје, **зголемено ниво на стрес, чувство на помала вредност и срам,**

намалена физичка функционалност, измореност и исцрпеност кај родителите.

Тавома (Tavoma) опишува четири начини за реагирање на родителите кон попреченоста на детето .

Во првиот случај родителот емоционално се „разделува“ од детето, оставајќи ја грижата на детето на другиот родител, и самиот се крие преку низа ангажирања и активности надвор од домот.

Вториот начин на реагирање настанува кога родителите се здружуваат и заедно го отфрлаат детето, во таков случај детето се остава во институција.

Третиот начин на реагирање е кога детето станува центар на животот на родителите, тогаш тие подготвено секоја жртва ја поднесуваат обидувајќи се секоја желба да му ја задоволат сметајќи дека тоа е најдобро за детето.

Последниот начин на реагирање кој можеби е најдобар кога родителите се ангажирани да му пружат поддршка на детето и меѓусебно си пружаат поддршка, со тоа го задржуваат личниот идентитет и духот на нормалниот живот.

Во процесот на приспособување на фактот дека имаат поинакво дете, дете со посебни потреби, родителите мора да поминат низ неколку фази:

- Прва фаза е **фазата на шок**, кога чувствата на родителите се закочени, тогаш доминира чувството на реалност и беспомошност. Родителите се крајно анксиозни поради што тешко ја примаат првично ваквата информација, дури и кога ќе им биде презентирана и неколку пати.
- **Фаза на негација**, кога сериозноста на состојбата е доведена во прашање и родителите тогаш дури може да имаат фантазии дека детето ќе им биде на магичен начин излекувано, па честопати го носи од лекар на лекар очекувајќи дека барем некој од нив ќе ги исполни нивните очекувања. Оваа фаза е пропратена со зборовите „ова не е можно“, „ова не ни се случува нам“.
- **Фаза на жалење и лутина**, кога депресивните чувства и чувствата на вина доминираат. Многу од родителите на децата се здрави луѓе и тие имаат чувство на одговорност и чувствуваат вина поради раѓањето на дете со пречки во развојот. Самообвинувањата можат да бидат толку интензивни што родителите можат да се чувствуваат несреќни до крајот на животот. Понекогаш тоа чувство може да се проектира и на околината.

- **Фаза на реорганизација**, во која родителите ја прифаќаат реалноста и започнуваат да се однесуваат конструктивно, да бараат стручна помош и подобрување и унапредување на состојбата на нивното дете. Тогаш се прави планови за негова нега, едукација, иднина.

Според овие фази можеме да видиме дека родителите на деца со интелектуална попреченост, **чувствуваат интензивен гнев, вина, депресија и анксиозност**. Овие емоционални доживувања најчесто се манифестираат преку психосоматски проблеми. Процесот на прифаќање на своето дете е долготраен и често никогаш не завршува. Со текот на времето може емоционално да го прифатат хендикепот на своето дете. Некои автори зборуваат и за „хронична“ криза на која се подложени родителите, дури и тогаш кога е завршен целокупниот процес на приспособување. **Болката и тагата** можеби не се толку изразени но изгледа дека **жалоста** ги прати во сите степени од развојот на детето на пример кога врсниците на нивното дете започнуваат да одат на училиште и сл. Како и во одредени периоди од животот кога се случуваат важни настани семејството се соочува повторно со негативни емоции, се додека не се постигне нова рамнотежа.

Семејствата се разликуваат и во поглед на степенот на помош и практично водство кое им е потребно. Некои родители можат да излезат на крај со емоционалните конфликти без некоја поголема помош, додека пак други се под постојан стрес и многу долго време поставуваат бариери и одбрани, го игнорираат проблемот и поставуваат нереални цели пред сопственото дете.

Еден од моментите е **силна емоционална напнатост** која се однесува на комуникација при соопштување на дијагноза. Соопштувањето на дијагнозата предизвикува **шок и болка**, но неопходно е да се замисли семејството како еден динамичен систем кој не кристализира во времето на настанот, но е способен да се справат со новата ситуација со стратегии и ресурси²⁰⁷. Најчестите искуства нудат јасна поделба на улогите помеѓу родители кои ги преземаат веднаш по дијагнозата на попреченост, каде, генерално, мајката станува жртва во животот на ²¹⁰, посветувајќи целиот свој живот на детето без да остави простор за слобода (ниту за себе ниту за детето). Присуството на дете со попреченост во семејството често тоа вклучува, ако

има и други браќа, искуство на страдање дури и за второто бидејќи тие се повикани да станат зрели и возрасни порано поради однесувањето кај возрасни. Во реалноста мора да се има на ум дека честопати поделбата на улогите во семејството не е јасна.

Страдањето, болката и лутината се присутни заедно со повеќе конвенционални чувства и емоции за оние кои живеат секојдневни тешкотии, барем во стереотипот на семејството со попреченост што делумно е сè уште силно присутно. Во зависност од карактеристиките на семејството и од типот на патологијата на која детето е носител семејниот капацитет за спроведување на стратегии за справување, или да се идентификуваат индивидуални и семејни ресурси за да се справат со проблемите што произлегуваат или од отпорност, или да се спротивстави на новата и страдалната ситуација, многу зависи од особените особини на даденото семејство и како ги ориентира специфични квалитети со кои се соочува, во овој случај, раѓање на дете со попреченост.

Родителските реакции не можат да се класифицираат априори, бидејќи тие се субјективни и разновидни, сепак тие имаат повторувања и заеднички точки со извештај во моментот кога дијагнозите се соопштуваат. Може да се разликуваат три моменти: неонаталниот период, раното детство и возрасни. Првиот момент има различно влијание врз родителските емоции и необични реакции во зависност од тоа попреченоста е видлива во моментот на испорака или во фази по раѓањето на детето (Dott.ssa Lisa Bichi Disabilità e pedagogia dei genitori. Percorsi di famiglie con figli speciali, 2009).

Интелектуална попреченост стресор за родителите

Ниту еден облик на попреченост не влијае само на истата личност туку има последици на сите членови во семејството и пошироко како и на семејниот систем во целина. Попреченоста на еден член во семејството бара приспособување и реструктуирање на семејниот систем на развој на механизми за излез на крај со проблемите кои се однесуваат на попреченоста (Ајдински, Кескинова, Мемеди, 2017).

Концепт на временските фази на состојбата овозможува на клиничарите да ја согледаат попреченоста како процес кој има свој клинички точки, транзиција и залагања кои се менуваат во текот на животот.

Временски фази на состојбата се следни:

- ФАЗА НА КРИЗА - време пред поставување на дијагнозата, почетен период при поставување на дијагнозата и почеток на третманот
- ХРОНИЧНА ФАЗА - живот со состојбата „од ден на ден“
- ТЕРМИНАЛНА ФАЗА - неминовност на смрт почнува да доминира со семејниот живот

Многу важен е пристапот на здравствените работници кој има силно влијание на семејното доживување на компетентност во однос на состојбата и успешно справување. Разговорите и советите во време на поставување на дијагнозата можат да дадат рамка за понатамошно надминување (Ајдински, Кескинова, Мемеди, 2017).

Со оглед на ранливоста на членовите од семејството во овој период мора да се биде внимателен во интеракцијата со нив и да се биде свесен за пораката преку својот начин на однесување.

Како суштински важени фактор се следните:

- Емоционалната топлина, љубов и грижа за детето;
- Родителска вербализација подеднакво и невербалните постапки кон детето а посебно помошта од страна на родителите да детето се носи со сопствените чувства;
- Сочувство и разбирање на детето од страна на родителите е клучно;
- Негативните ефекти на комплетен развој има занемарување , отфрлање а и преголемата грижа со презаштитнички однос или пак строга и крута дисциплина со ладен емоционален однос.

Родителството, радоста и стресот се различни концепти кои во исто време се поврзани во искуствата на родителите низ целиот свет. Да се биде родител е голема одговорност и тешка работа. Често е стресно и за да се постигне успех потребна е адаптација. Централна карактеристика во сите теории за родителскиот стрес е идејата на балансирачкиот акт помеѓу перцепцијата на родителот за барањата во оваа улога и пристапот до достапните средства во исполнување на овие барања. Овој баланс помеѓу

барањата и ресурсите е централен во повеќе теории за стресот и справувањето со него. Родителскиот стрес произлегува кога очекувањата на родителот за потребните ресурси што се потребни да ги пренесат барањата во родителството не се совпаѓаат со достапните ресурси. Барањата во родителството се многу и варираат и вклучуваат уникатни особини на детето, како и социјалната улога а се биде родител (Dott.ssa Lisa Bichi, 2009).

Одгледувањето, односно воспитувањето дете со интелектуална попреченост или попреченост во развојот, може да придонесе за голем стрес поради многу причини. Тоа е долгорочен интензивен стресор, кој има потреба од краткотрајни и долготрајни вештини за решавање проблеми како текот на попреченоста и прогнозата, кои често се најасни и непредвидливи. Повеќето родители чувствуваат дека нивните искуства се уникатни и различни по природа од оние на нивното семејство и пријатели, па ова се рефлектира со чувство на изолација. Иако не се сите родители на деца со интелектуална попреченост или друга попреченост во развојот пријавуваат високи нивоа на стрес, за другите ова чувство е различност и изолација може да доведе до сериозни проблеми од оваа област (Dott.ssa Lisa Bichi, 2009).

Родителите на овие деца со посебни потреби може да доживеат **замор, депресија, намалена самопочит и интерперсонално незадоволство**. Од многуте истражувања што се спроведени особено мајките на децата опишале дека се немоќни да ги постигнат персоналните цели со минималното слободно време што им е на располагање. Тие опишуваат амбиваленција и тага за количината на времето што му го посветуваат на детето, жртвувајќи се себе си и семејството. Грижите за зависноста на детето и лимитираните семејни можности се примарните придонесувачи за стресот кај мајките. И двајцата родители изразуваат загриженост за иднината на своето дете, за неговата независност и за прифатеноста во заедницата (Dott.ssa Lisa Bichi, 2009).

Трнбул, Самерс и Бродерсон (1986 г.) ги наведуваат развојните фази што можат да бидат особено стресни, и тоа:

- одгледување на детето,
- каде се исчекува точна дијагноза,
- се прават емоционални приспособувања и се информираат другите членови во семејството;

- училишна возраст, каде се разјаснуваат персоналните гледишта на инклузивно наспроти сегрегирано училиште;
- справување со реакциите на врсниците од групата на детето,
- подготовка за грижа и екстракурикуларни активности;
- адолесценција,
- справување со хроничноста на нарушувањето на детето,
- справување со сексуалноста,
- справување со изолација и отфрлање од страна на врсниците,
- планирање на професионалната иднина на детето;
- почнување, приспособување на континуираната одговорност на семејството,
- одлучување на соодветно резиденцијално сместување,
- справување со недостиг од можности за социјализација;
- постродителски, одново воспоставување на врската со брачниот другар,
- комуникација со провајдери за резиденцијално сместување лица со посебни потреби,
- планирање на иднината.

Кога се работи за споредба на двајцата родители, поголем дел истражувања докажале дека мајката е повеќе афектирана, односно значително повисоко ниво на стрес се јавува кај мајката за разлика откај таткото и мајките ги доведува до повисок ризик на депресија и значително повеќе симптоми на анксиозност. Мајките доживуваат поголема вознемиреност отколку татковците бидејќи заземаат диспропорционален дел од честитите тешки задачи во грижата на детето и имаат најголем контакт со детето. поради големите барања во одгледувањето, многу од овие мајки не можат да работат надвор од домот и како последица на тоа, за разлика од својот сопруг, немаат доволен извор на самоидентитет и самодоверба. Мајките најчесто заземаат улога на негувател, додека татковците се основните прехранители на семејството. Животната сатисфакција кај мајката е зголемена доколку таткото преземе мал дел грижа на детето. Поддршката од сопругот е модератор што може да го намали ризикот за депресија кај мајките (Dott.ssa Lisa Bichi, 2009).

Потребата да се разберат детето и семејството надвор во клиниката, училницата е неминовна и постои како таква, односно стручните лица треба да бидат алармирани

и загрижени за импактот на детето врз браќата/сестрите и сите членови во семејството и ефектите врз брачниот, социјалниот и работниот живот на родителите. Покрај тоа треба да бидат земени во предвид персоналните и психолошките импликации.

Секојдневните стресови се чини дека директно влијаат на психолошката благосостојба на родителите, нивните ставови и верувања и на нивните однесувања кон своите деца. Стресот не влијае директно на детето, односно тој го афектира квалитетот на воспитувањето и функционирањето на семејниот систем, кој влијае на квалитетот на развојното функционирање низ спектарот на социјалните, афективните и когнитивните домени (Dott.ssa Lisa Bichi, 2009).

При соопштувањето на родителите за состојбата за попреченост во развојот на детето, тие сè уште чекаат: родителите да го почувствуваат тоа во растот да има нешто во ред со нивното дете, бидејќи неговите ритмови на созревање, во јазикот и во моторните освојувања, тие се многу различни од оние на врсниците. Во почетокот родителите имаат тенденција да ги **негираат доказите** да ја продолжат состојбата на непостоечката нормалност, потоа да почне да се претпоставуваат најстрашните грижи за она што аномалиите во однесувањето може да се сокрие. Значи, кога доаѓаат на лекарска помош, родителите веќе имаат еден имагинарен начин на болка и ирационални стравови, кои често треба да се смират. Дијагнозата се очекува и родителот се надева, бидејќи името што ќе го даде лекарот на болеста ќе отвори патека можна интервенција, а не знаејќи го непријателот против кого борбите вклучуваат движење по случаен избор помеѓу длабоки грижи и атаквистички стравови. Раскажаното започнува со времето на испорака што не претставува посебни тешкотии, само некоја лоша мисла и огромна желба да се оди дома да продолжат животот на сите времиња. Но, „нивниот,, живот никогаш нема да биде ист како и порано. Кога станува збор за светот дете, сето тоа автоматски се менува и сè се зема на перспектива и димензија различни (Dott.ssa Lisa Bichi, 2009).

Справувањето и еластичноста не може да се идентификуваат како априори на некој настан трауматски, бидејќи тие се спроведуваат по инцидентот се случи, но сепак не може да се анализираат некои карактеристики кои се појавуваат во семејствата. Терминот справување значи спроведување на стратегии за справување со проблем. Во литературата зазема претежно позитивно значење, односно се однесува на оние

стратегии кои се промотори на промените кон изгледите за кои се докажуваат функционални за семејното јадро, познат не само на краток рок, туку пред сè на долг рок. Во реалноста на стратегии кои семејството може да ги избере за да се справи со стресот кој се појавил, тие можат да бидат силно штетни за семејството во целост, чии последици може да бидат видливи во еволуцијата на вакви проекти, како што се пример мајка која треба да се справи со управувањето со времето на детето со посебни потреби, се откажува од сè (работа, пријатели, места за релаксација) да се посвети целосно на детето. Стратегија дека ако во прво време дозволи да одржува рамнотежа семејството, со текот на времето на вратата да биде мајка се повеќе и повеќе истрошена затоа што нема личен простор. Активирањето на позитивните семејни стратегии се однесуваат на **когнитивните аспекти, релациона и емоционална** (Dott.ssa Lisa Bichi, 2009).

Всушност, родителите кои најмногу можат да се развијат ресурсите и позитивните аспекти се оние кои на когнитивното ниво можат да го дадат преформулирање на она што се случило, повторно читање на настанот во позитивна смисла благодарение на повеќе информации за попреченоста на детето и на една познавање на ресурсите што ги овозможува територијата.

Когнитивниот аспект исто така, вклучува стратегии за решавање на проблемите и донесување одлуки, кои се важни за да се создаде флексибилност во мисловниот процес со цел да се најдат нови решенија и донесе важни одлуки.

Прочистување на проблемот помага да се имплементираат стратегии на емоционална природа, каде, иако страдањето останува за она што се случило и за тоа колку ќе дојде повторува секој ден, сценарија за поголема свесност и отворање прифаќање на детето навистина родено, често благодарение на фактот дека родителите од децата со посебни потреби сметаат дека настанот ги подигнал и ги направил луѓето зрели и повеќе силни, бидејќи тие се способни да се справат со стресни ситуации.

Заедно овие две стратегии се релациони оние кои се состојат во способноста на членовите на семејството да останат смирувачки, колаборативни и да се најде секој еден релациски простор во рамките на семејните односи, продолжувајќи да ги негуваат своите интереси и хобија (Dott.ssa Lisa Bichi, 2009).

Како што истакнува Сореси: *Семејства кои често ги користат овие стратегии (високо справување) тие се разликуваат од оние што се случуваат само спорадично (ниско справување) за како се соочуваат со тешкотиите од самиот почеток, за ставовите што имаат намера да се претпостави со текот на времето, за вредностите кон кои се чини дека се придржуваат, за активностите кои играат, за учество во грижата за детето и за тоа како живеат, социјална поддршка што ја добиваат овие родители, изгледаат посposобни да најдат поголем број решенија и тие го прават тоа заедно, обезбедувајќи разбирање и взаемна поддршка.*

Справувањето, во позитивна смисла, е поврзано со концептот на еластичност, каде што, во студиите на Волш, наоѓаме карактеристики слични на оние опишани од Сореси во врска со справувањето, или кон конструктивен и значаен функционирањето на семејството се важни методи на комуникација, стил организацијата и способноста да се припише значење на настанот. Терминот еластичност се појавува во физиката за да ги опише оние тела што би можеле се спротивстави на шок (Dott.ssa Lisa Bichi, 2009).

Во хуманите науки зборот еластичност конотира еден дополнителен позитивен аспект, бидејќи не само што може да се спротивстави притисок или влијание врз животната средина, но исто така се однесува на можноста за излегување од парализирана ситуација.

Во хуманите науки, на издржливоста на една личност или на семејна единица може да се види само по драматичен настан. Тоа е од ранливоста во која се наоѓа каде живее предмет или а јадро на субјекти кои можат да ја нагласат волјата за надминување на ситуацијата тешко: еластичноста не е производ даден еднаш и за сите, но тоа е пат динамичен во кој протагонистите ја гледаат можноста да растат и да се соберат среќни и значајни моменти за еден живот понекогаш незамислив момент на настанување на драматичниот настан, кој во случај на истражување во објектот одговара на раѓањето на детето со посебни потреби (Dott.ssa Lisa Bichi, 2009).

Карактеристиките што овозможуваат развој на позитивни и адаптивни стратегии еластичност која произлегува од приказните на родителите се многу, најзначајни и повторливи се однесува на наведување на значење на настанот (во позитивна смисла), присуството и продолжувањето на семејни ритуали остануваат дури и по раѓањето на детето, соработка со формалната мрежа и неформална поддршка која се врзува за

перцепција за контрола на ресурсите е на проблемот поврзан со хендикепот (Dott.ssa Lisa Bichi Disabilità e pedagogia dei genitori. Percorsi di famiglie con figli speciali).

Стресот кај родителите на ученици со интелектуална попреченост

Семејството, т.е. родителите се изложени на многу предизвици и истите може успешно да се носат со тешкотиите и кризите и да развиваат конструктивни стратегии за нивно надминување и решавање на настанатите проблеми. Семејството има свој развоен животен циклус кој се состои од развојни фази на пр. Различна возраст на детето (мало, училишна возраст, адолесцент) како што напознаваме претходно. И секоја од фазите носи со себе посебни настани кои се развојно очекувани, на пример: раѓање на дете, поаѓање на училиште, женење, напуштање на домот на родителите, пензионирање). Најголемата чувствителност е од преминување од една во друга фаза – процесот на адаптација, однесување и функционирање се прилагодени на секоја наредна фаза (Ајдински, Кескинова, Мемеди, 2017).

Состојбата на **тензија** која произлегува од некој акутен или потреба која се става примарно пред семејството а бара приспособување претставува СЕМЕЕН СТРЕС. Стресовите може да бидат: акцидентни настани (смрт, инвалидност, тешка болест...) Развојно очекувани настани (преминување од една во друга фаза), акумулирање на внатрешно семејни тешкотии и напнатости (ориентационо 6 месеци) – стрес (Ајдински, Кескинова, Мемеди, 2017).

Способноста за **надминување** на стресните ситуации се нарекува резилиентност, која може да се однесува како на поединец така и на семејството. Инаку се дефинира како способност да се издржи и закрепне од нарушени животни предизвици (стресори), и да се излезе појак и со повеќе ресурси.

Клучните процеси во резилиентноста на семејството Волш (Walsh) се системи на уверувања, организација и комуникација (решавање на проблемот).

- Систем на уверувања – резилиентното семејство е она кое има позитивен став кон иднината, негативните случувања ги разбира како предизвик и лесно совладливи, како можност за раст и развој.

- Организација – резилиентното семејство е она кое е флексибилно организирано, во кое има силна поврзаност, како и почитување на меѓусебните разлики и граници, рамноправност и партнерска врска на родителскиот пар, и која поседува социјални и економски ресурси
- Комуникација/решавање на проблеми – резилиентноста придонесува јасна комуникација, отворено изразување на емоциите, позитивна интеракција, презема одговорност за своите постапки, заедничко решавање на проблеми.
- Позитивниот однос кон иднината – негување надеж.
- Голем број истражувања потврдуваат силни позитивни психолошки и физиолошки ефекти на надеж во надминување на стресот, подобрување на квалитетот на живеење на штета на тешката болест и инвалидитетот.
- Надежта дава енергија за да се продолжи да се одговори на животните предизвици и барање на позитивни содржини во истите
- Кога ова убедување е заедничко на сите членови во семејството тогаш истото е резилиентно и активно учествува во процесот на адаптација и го оптимизира квалитетот на живеење.

Истражувањата за стресот кај семејствата започнаа во 1980-тите со ученици со посебни потреби. Основната идеја што ги карактеризираа првите истражувања, спроведена главно во Соединетите Држави¹³², на стрес во семејствата што ги поставува соочени со попреченост, беше конституиран од фактот дека овие семејства се соочуваат со ситуации кои се многу потешки, а со тоа и повеќе стресни. Истражувањата се однесуваат да ги бараат елементите што ќе укажат на патологијата на поставените семејства во состојба на попреченост.

Последователното размислување доведува до увидување со оглед на фактот дека секој настан не може да се смета за стресен само по себе, бидејќи тоа е перцепцијата и проценката што субјектот ја дава на ситуацијата што живее за да го направи овој момент повеќе или помалку стресен, тогаш не е можно да се разгледа настан, колку и да е тешко болно, стресно априори. Покрај тоа, исто така, ресурси и стратегии кои субјектот ги поседува, може да определи поинаква перцепција на проблематичната состојба.

Врз основа на овие размислувања, можно е да се погледне патот кон автономија во врска со учењата и вештините насочени кон способноста да се да се изразат себеси, да научат за употребата на пари, употребата на телефон, итн. способност за движење за да стигнат до места каде што треба. Овие вештини придонесуваат да се прошири личната автономија и да се подобрат квалитетите на животот на лицата со посебни потреби.

Помагањето на учениците со интелектуална попреченост за комуникација е важна компонента за автономија, особено за да ги изразат своите способности и потреби. Ако во повеќето познати места, комуникацијата може да биде повеќе рудиментирана, во простори надвор од вообичаеното, експресивните компетенции добиваат суштинска важност. На работата на автономија турка право во насока на места надвор од безбедноста на домашната рутина, за да можеш да се изразиш во практичниот живот тоа значи да знае како да побара информации, да поставува прашања итн. Затоа соработката со семејството е од суштинско значење, бидејќи дури и вообичаените места стануваат адаптивни за да му помогнат на субјектот да комуницира со надворешниот свет.

Ако, всушност, родителите секогаш реагираат веднаш не добро артикулирани и структурирани реченици на детето нема да има мотивација, од второто, да го подобри својот квалитет и квантитет комуникативни перформанси. Подобрувањето на сферата на комуникација не се совпаѓа само со зајакнување на лингвистичката сфера, бидејќи изразувањето, исто така, значи и постоење свеста за невербалниот аспект на комуникација значи внесување во сопствените емоции и знаење како да се споделат.

За да му помогнете на субјектот да се изрази себеси можно е да се користат експресивните уметности кои овозможуваат да се појави креативност која ризикува да се задуши во стереотипните предлози на активностите дневно.

РЕЛЕВАНТНИ ИСТРАЖУВАЊА

Релевантните истражувања поврзани со оваа тема служат за разбирање на истражувачките варијабли и нивната меѓусебна поврзаност, било да станува збор за директни или индиректни истражувања (со слична содржина), коишто даваат насока за појаснување на поврзаноста на конкретните варијабли.

Во теоријата за емоционални тренинзи, Готман како најважна компонента за развој го нагласува справувањето на родителите со негативните емоции кај децата. Меѓутоа, Бовен како поважни ги истакнува диференцијацијата и рамнотежата меѓу емоционалните и когнитивните реакции во семејството. Ова истражување не ги специфицира методите на родителство кои поттикнуваат здрава диференцијација. Меѓутоа, авторите претпоставуваат дека родителите, со емоционално тренирани родители, постигнуваат поздрава диференцијација отколку родителите кои биле под влијание на други стилови на воспитување.

Истражувањето за мерење на перцепцијата на родителските стилови на воспитување и диференцијација на себството спроведено врз 254 испитаници од кои, 129 женски и 125 машки, покажува дека кај машките испитаници неодобрувањето на стилот на нивните родители е поврзано со негативното доживување на себеси, додека кај женските испитаници, екстремното ниво на фузија, наспроти ниското ниво на емоционален прекин е тесно поврзувано со емоционално студени родители и пред сè, ригидни мајки. Импликациите и ограничувањата се дискутабилни.

*Истражување на поврзаноста меѓу стратегиите за справување кај
адолесценти и перцепцијата на стиловите на родителство (Jerome. B. Dusek,
Maribeth Danko)*

Истражувањето е спроведено врз 107 испитаници, на возраст 15 - 17 години, поделени во четири групи (авторитарни, пермисивни, занемарувачки, авторитетни), врз основа на перцепцијата на родителскиот стил на нивните родители. Од нив било побарано да се изјаснат за своите справувања со тешки искуства, како мерка за општи адолесцентски начини на справување. Утврдено е дека испитаниците од групите со пермисивни и авторитетни родители повеќе користеле справувања фокусирани на проблемот. Испитаниците од групите со пермисивни и занемарувачки родители повеќе се ориентирани кон когнитивни справувања. Доживувањето на родителите со емоционална топлина се поврзува со подобро справување со проблемите. Наспроти тоа, строгоста и контролата се поврзува со намалена фокусираност и на емоционалните и на когнитивните справувања. Резултатите се дискутираат во контекст на родителските стилови на воспитување кои влијаат врз капацитетите за справување: а) преку нивното потпирање на родителите како извор на инструментална, емоционална и социјална поддршка и б) преку подобро психосоцијално прилагодување.

ИСТРАЖУВАЧКИ ДЕЛ

Проблем на истражување

ИСТРАЖУВАЧКИ ХИПОТЕЗИ

Хипотеза 1: Постојат разлики во родителските стилови кај родителите на лица со попреченост помеѓу Македонија и Шведска

Хипотеза 2: Постојат разлики во механизмите за справување со стрес кај родителите на лица со попреченост помеѓу Македонија и Шведска

Хипотеза 3: Родителите од женски пол одбираат стратегии насочени кон проблем/емоции, наспроти родителите од машки пол кои одбираат стратегии насочени кон избегнување.

МЕТОД

Методолошки, цел на истражувањето е предикција, т.е. диференцијален метод на предикција, со кој се испитува постоење на разлики во однос на родителските стилови на воспитување и разлики во одбирање стратегии за справување со стрес, кај родители на лица со попреченост во Македонија и Шведска.

МЕРНИ ИНСТРУМЕНТИ

Во истражувањето како мерни инструменти ќе се користат: Скалата на перцепција на семејните односи од Ивана Мацука (Masuka, 2005) и Инвентарот за справување со стрес COPE (COPE Inventory) од Карвер, Шајер и Вајнтрауб (Carver, Scheier and Weintraub, 1989).

Скала за перцепција на семејните односи – Мацука (Masuka, 2005) – ги мери стиловите на родителско однесување преку димензиите емоционалност и контрола. Прашалникот составен од 25 тврдења, од кои 15 се однесуваат на емоционалноста, другите 10 на контролата, содржи два суптеста: перцепција на односот со мајката и перцепција на односот со таткото, при што секоја од наведените димензии ги отсликува специфичните родителски начини на однесување со децата. Задача на испитаниците е да направат проценка, до кој степен важи секое тврдење за интеракцијата со родителите, за секој родител посебно. На скалата од Ликертов тип, во распон од 1 (целосно неприфаќање) до 3 (целосно прифаќање), минималниот можен резултат за димензијата емоционалност е 15, максималниот е 45, додека за димензијата контрола, минималниот резултат е 10, максималниот 30. Коефициентот на релијабилност на оригиналната скала изнесува Cronbach $\alpha = 0,84$. Во пробното тестирање на инструментот добиена е Cronbach $\alpha = 0,75$, што значи дека ја задоволува метриската карактеристика релијабилност.

Инвентар на справување со стрес COPE (COPE Inventory) – Карвер, Шајер и Вајнтрауб (Carver, Scheier and Weintraub, 1989) – мултидимензионален инвентар, создаден со цел откривање на начините на кои луѓето се справуваат со стрес.

Инвентарот е составен од 60 ајтеми кои мерат 15 различни стратегии за справување со стрес. Ајтемите се зададени како тврдења за различни облици на однесување во стресогени ситуации. На ајтемите се одговара на скала од Ликертов тип, во распон 1 – 4, на која се изјаснуваат во која мера ги користат во стресни ситуации.

1. Активни стратегии за справување со стрес – насоченост кон проблем

- *Активно справување* (5, 25, 47, 58) – преземање чекори за отстранување на стресорот или намалување на негативните ефекти;

- *Планирање* (19, 32, 39, 56) – планирање стратегии за преземање акција, размислување за чекорите кои треба да се преземат и размислување за ситуацијата;
- *Потиснување на спротивставени активности* (15, 33, 42, 55) – се однесува на занемарување на другите обврски поради справување со стресорот;
- *Воздржување* (10, 22, 41, 49) – очекување на вистинскиот момент за реагирање и воздржување од непромислено реагирање;
- *Употреба на инструментална социјална поддршка* (4, 14, 30, 45) – се однесува на барање совети, помош или информации;

2. Пасивни стратегии за справување со стрес – насоченост кон емоции и избегнување

а) Аспекти на стратегиите насочени кон емоции

- *Барање емоционална социјална поддршка* (11, 23, 34, 52) – добивање на морална поддршка, симпатија и разбирање;
- *Позитивна реинтерпретација и личен развој* (1, 29, 38, 59) – барање позитивни смисла на стресната ситуација;
- *Прифаќање* (13, 21, 44, 54) – реално согледување и прифаќање на стресната ситуација;
- *Насоченост кон изразување емоции* (3, 17, 28, 46) – тенденција за фокусирање на стресот со манифестација на емоции;
- *Религиозно справување* (7, 18, 48, 60) – насочување кон религијата за справување со стресот.

б) Аспекти на стратегиите насочени кон избегнување

- *Негација* (6, 27, 40, 57) – неприфаќање на реалната ситуација
- *Бихејвиорална дезангажираност* (9, 24, 37, 51) – не-вложување напор за справување со стресорот или откажување од обидите за постигнување на одредени цели во кои стресорот претставува пречка;
- *Употреба супстанции* (12, 26, 35, 53) – супстанците како средство за справување со стресот;
- *Ментална дезангажираност* (2, 16, 31, 43) – обид за не-размислување за бихејвиоралната димензија или целите за кои стресорот претставува пречка;
- *Хумор* (8, 20, 36, 50) – обид сериозноста на ситуацијата да се согледа низ призмата на шега;

ПРИМЕРОК

Истражувањето е спроведено врз пригоден примерок од 71 испитаник, сите родители на деца со попречност, при што 38 од испитаниците се родители од Северна Македонија, а 33 се родители на деца со попреченост од Шведска.

Табела 1: Земја на потекло

	Фреквенција	%
Северна Македонија	38	53.5
Шведска	33	46.5
Вкупно	71	100.0

Во однос на возраста, најмладиот испитаник има 20, највозрасниот 64 години. Средната возраст на испитаниците изнесува $M = 44,2$ со стандардно отстапување $SD = 1,42$. Дистрибуцијата на испитаниците според возраст, во продолжение е прикажана во Табела 2.

Табела 2: Возраст на испитаниците

	Min	Max	M	SD
Возраст	20	64	44.20	1.42

ПОСТАПКА

Спроведување на истражувањето

Истражувањето, спроведено во период од јануари до март, 2020, се одвиваше во неколку дневни центри за лица со попреченост во Северна Македонија и Шведска, во кое доброволно учество земаа 74 испитаници (родители на деца со попреченост кои посетуваат дневни центри), тестирани со печатени форми на мерните инструменти, односно Скалата за перцепција на семејните односи од Мацука (Masuka, 2005) и Инвентарот на справување со стрес (*COPE Inventory*) од Карвер, Шајер и Вајнтрауб (Carver, Scheier and Weintraub, 1989), при што три теста беа дисквалификувани како невалидни, поради нецелосно пополнети прашалници и дојдовме до финална бројка на 71 испитаник.

Истражувањето е спроведено на тој начин што, по објаснување на целите и намената на истражувањето, од испитаниците беше побарано да ги пополнат прашалниците, следејќи ги инструкциите дадени на почетокот од истите. Истовремено им беа нагласени етичките правила за почитување на анонимноста на одговорите, како и важноста на искреноста при пополнување на прашалниците. Прибирањето на податоци за истражувањето главно се одвиваше без поголеми проблеми.

Обработка на податоците

По спроведување на истражувањето и прибирање на податоците, беше пристапено кон обработка на добиените податоци. Скоровите на прашалниците релевантни за понатамошна статистичка обработка беа рачно пресметани, а потоа беа компјутерски обработувани со статистичката програма SPSS 20.

Најнапред беше направена демографска и дескриптивна анализа на трите прашалници користени во текот на истражувањето. Од демографските податоци беше добиен приказ на полот и возраста на испитаниците, дополнети со дескриптивната анализа, од која беше добиен приказот на фреквенциите и процентите на испитаниците во дадени категории, приказот на најниските и највисоките постигнати скорови, како и приказот на аритметичката средина и стандардното отстапување.

Потоа, беше направено тестирање на истражувачките хипотези.

РЕЗУЛТАТИ

Дескриптивна статистика

1. Во однос на прашалникот за родителски стилови, прво е направена анализа на степенот на емоционалност и контрола кај мајките и татковците на испитаниците, потоа и приказ на родителскиот стил базиран на овие димензии.

При тоа, се покажа дека кај мајките најнискиот постигнат скор на скалата за емоционалност изнесува 20, највисокиот 45, со средна вредност $M = 37,18$ и $SD = 6,68$, додека на скалата за контрола, најнискиот скор е 9, највисокиот 30, со средна вредност $M = 15,48$ и $SD = 4,80$.

Кај татковците, на скалата за емоционалност најнискиот скор изнесува 21, највисокиот 45, средна вредност $M = 35,94$ и $SD = 6,39$, додека на скалата на контрола, најнискиот скор е 10, највисокиот 24, средна вредност $M = 13,58$ и $SD = 3,36$ (Табела3)

Табела 3: Скала на емоционалност и контрола кај мајките и татковците на децата со попреченост

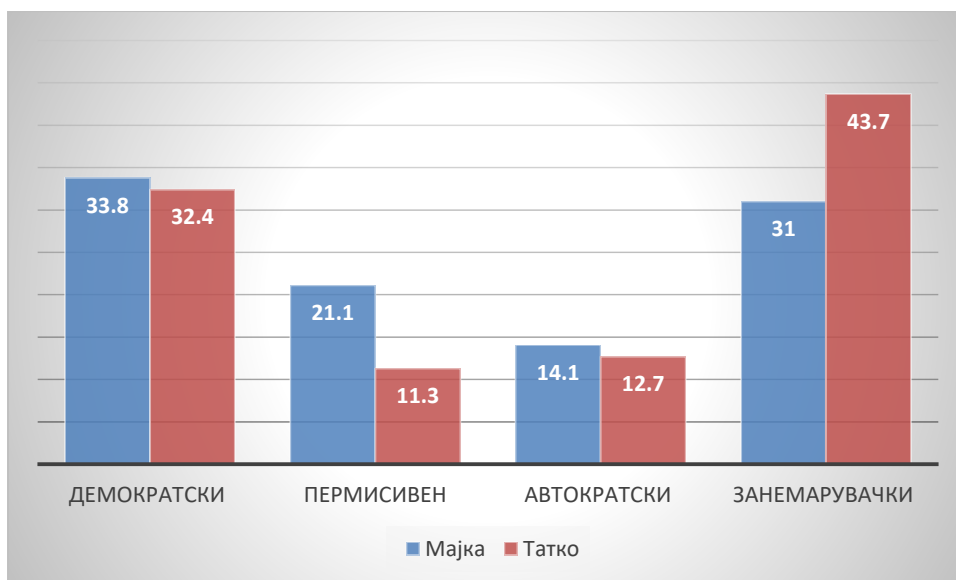
	Min	Max	M	SD
Емоционалност -Мајка	20	45	37.18	6.68
Емоционалност -Татко	21	45	35.94	6.39
Контрола -Мајка	9	30	15.48	4.80
Контрола -Татко	10	24	13.58	3.36

Што се однесува до скалата на родителските стилови, кај мајките како најзастапен родителски стил се покажа демократскиот (33,8%), нешто помалку застапен занемарувачкиот (31%), потоа пермисивниот (21,1%) а најнезастапен автократскиот (14,1%). Кај татковците, со 43,7% најзастапен родителски стил е занемарувачкиот, нешто помалку застапен демократскиот (32,4%), додека меѓу автократскиот (12,7%) и пермисивниот (11,3%) како најмалку застапен, може да се забележи сосема мала разлика (Табела 4).

Табела 4: Скала на родителски стилови на воспитување кај мајките и татковците на децата со попреченост

	Родителски стил – Мајка		Родителски стил – Татко	
	Фрекв	%	Фрекв	%
Демократски	24	33.8	23	32.4
Пермисивен	15	21.1	8	11.3
Автократски	10	14.1	9	12.7

Занемарувачки	22	31.0	31	43.7
Вкупно	71	100.0	71	100.0

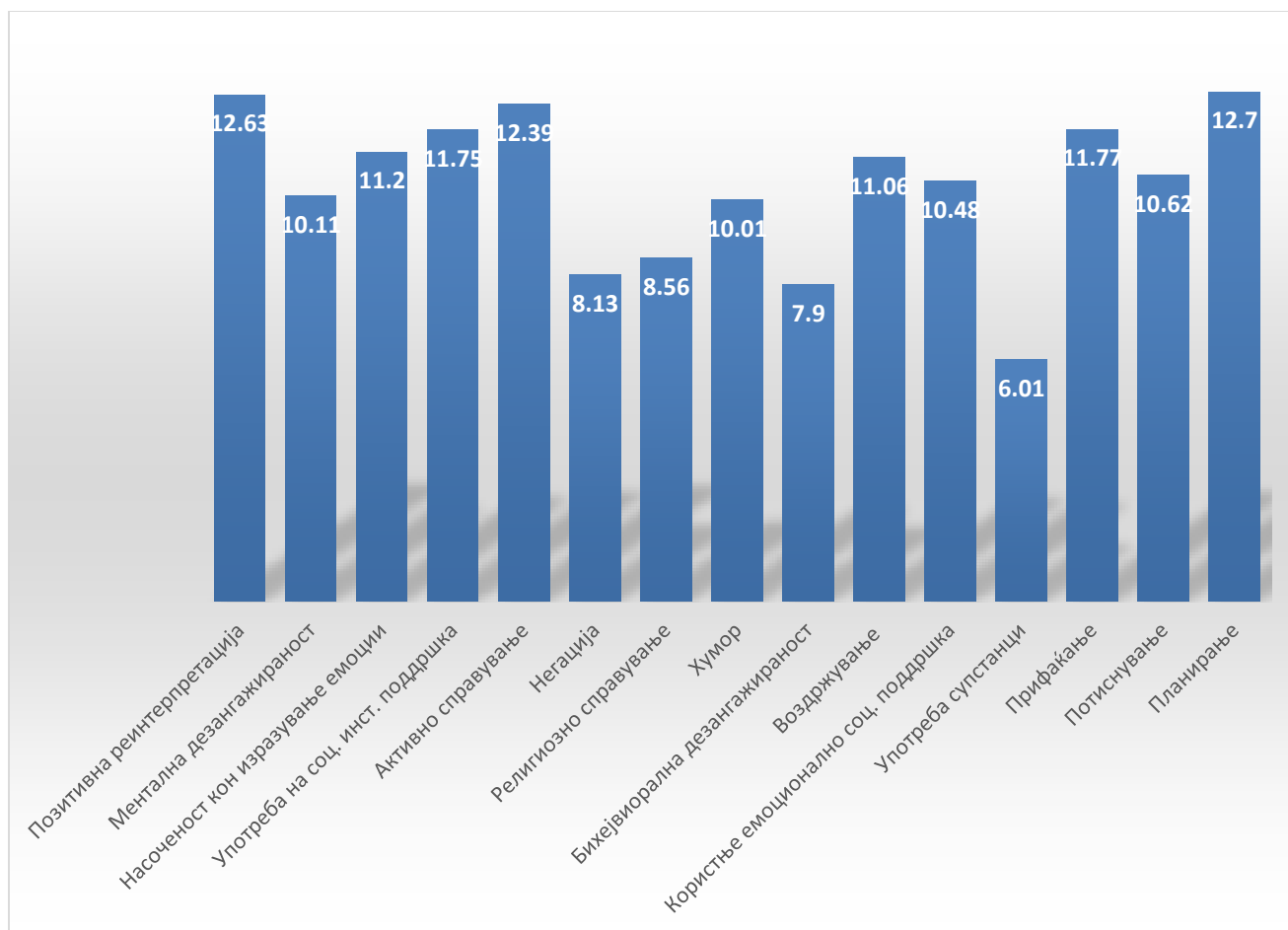


2. Во однос на прашалникот за избор на стратегија за справување со стрес, направен е приказ на секоја од димензиите посебно а потоа и приказ на вкупната застапеност на трите основни стратегии за справување со стрес.

Се покажа дека најчесто користени димензии се планирање со $M = 12,7$ и $SD = 2,62$ и позитивна реинтерпретација, со $M = 12,63$ и $SD = 2,75$ наспроти употреба супстанции, со $M = 6,01$ и $SD = 3$, на дното на табелата (Табела 5).

Табела 5: Димензии на стратегиите за справување со стрес

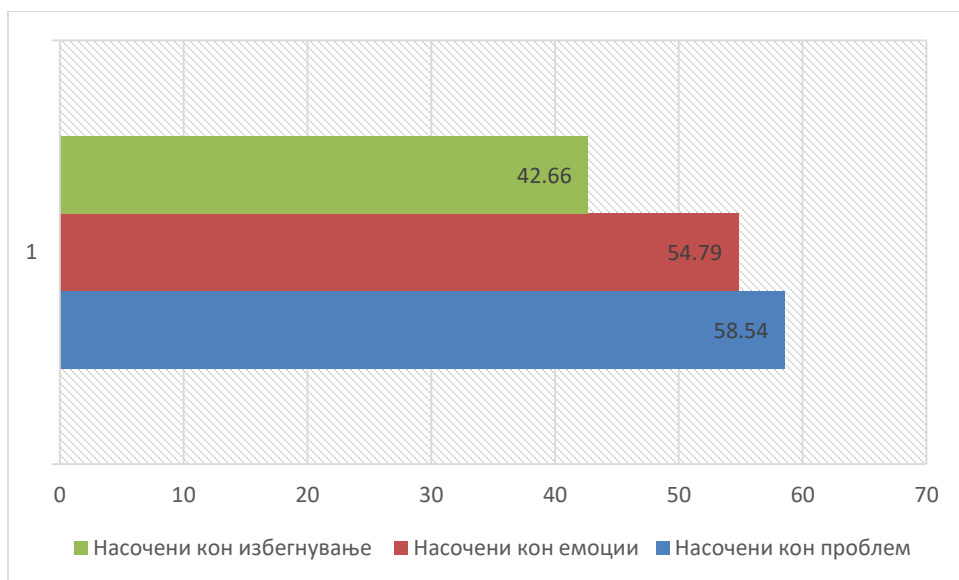
	Min	Max	M	SD
Позитивна реинтерпретација	4	16	12.63	2.75
Ментална дезангажираност	4	16	10.11	2.61
Насоченост кон изразување емоции	4	16	11.20	2.85
Употреба на соц. инст. поддршка	4	16	11.75	2.87
Активно справување	4	16	12.39	2.51
Негација	4	16	8.13	3.12
Религиозно справување	4	16	8.56	4.02
Хумор	4	16	10.01	3.45
Бихејвиорална дезангажираност	4	16	7.90	2.57
Воздржување	6	16	11.06	2.34
Користење емоционално соц. поддршка	4	16	10.48	3.07
Употреба супстанци	4	16	6.01	3.00
Прифаќање	4	16	11.77	2.51
Потиснување	4	15	10.62	2.28
Планирање	4	16	12.70	2.62



Во однос на избор на стратегија за справување со стрес, се покажа дека испитаниците најчесто одбираат стратегии насочени кон проблем, со $M=58,54$ и $SD=9,23$, нешто помалку кон емоции, $M = 54,79$ и $SD = 8,46$ а најмалку насочени кон избегнување, со $M = 42,66$ и $SD = 11,96$ (Табела 6).

Табела 6: Основни стратегии на справување со стрес

	Min	Max	M	SD
Насочени кон проблем	23	77	58.54	9.23
Насочени кон емоции	20	75	54.79	8.46
Насочени кон избегнување	11	92	42.66	11.96



Тестирање на истражувачките хипотези

По дескриптивната анализа, направено е тестирање на истражувачките хипотези, при што беа добиени следниве резултати.

Тестирање на хипотеза 1, односно на тврдењето дека постојат разлики помеѓу родителските стилови на родителите на лица со попречност во Македонија и Шведска, беше направена еднонасочна анализа на варијансата – АНОВА, со која се испитуваа разликите помеѓу сите категории родителски стилови кај двете испитувани националности.

Анализата беше правена посебно за родителскиот стил на мајката и таткото.

Во однос на родителскиот стил на мајката, споредбата помеѓу групите покажа дека вредноста на варијансата е $F(df = 70) = 1,174$, при што $p = 0.326$, односно $p > 0,05$, што значи дека не постои значајна разлика во родителски стилови на мајката кај родителите на лица со попречност во Македонија и Шведска (Табела 7; Табела 8).

Табела 7: Родителски стилови кај мајките

	N	M	SD
Пермисивен	22	72.18	14.62
Занемарувачки	10	78.20	13.90
Автократски	24	80.08	18.65
Демократски	15	73.27	13.45
Вкупно	71	75.93	15.87

Табела 8: АНОВА за тестирање на разликите на родителски стилови на мајката во Македонија и Шведска

	SS	df	MS	F	p
Помеѓу групи	881.008	3	293.669	1.174	0.326
Во групи	16759.639	67	250.144		
Вкупно	17640.648	70			

Во однос на анализата на варијансата кај различни типови на родителски стил кај татковците во однос на местото на живеење, се покажа дека вредноста на $F(df = 70) = 3,541$, при што $p = 0,019$, односно $p < 0.05$, со што се потврдува тврдењето дека кај постојат разлики кај родителските стилови кај родителите (татковците) во Македонија и Шведска (Табела 9; Табела 10).

Табела 9: Родителски стилови кај таткото

	N	M	SD
Попустлив	32	71.50	15.12

Занемарувачки	9	74.11	10.89
Автократски	23	84.26	14.76
Демократски	7	71.14	20.00
Вкупно	71	75.93	15.87

Табела 10: АНОВА за тестирање на разликите на родителски стилови на татткот во Македонија и Шведска

	SS	df	MS	F	p
Помеѓу групи	2414.467	3	804.822	3.541	0.019
Во групи	15226.181	67	227.256		
Вкупно	17640.648	70			

Од анализата на варијансата добивме информација за тоа, дека постои разлика меѓу групите, но не и за тоа, меѓу кои групи поточно се јавува разлика, поради што се јави потреба да биде направено и тестирање до пост-хок тестот, Шефеов тест (Табела 11).

Табела 11: Шефе тест

Родителски стил	Спореден со:	MD	SD	p
Пермисивен	Занемарувачки	-2.61	5.69	0.976
	Автократски	-12.76*	4.12	0.029*
	Демократски	.36	6.29	1.000
Занемарувачки	Попустиливи	2.61	5.69	0.976
	Автократски	-10.15	5.93	0.409

	Демократски	2.97	7.60	0.985
Автократски	Попустлив	12.76*	4.12	0.029*
	Занемарувачки	10.15	5.93	0.409
	Демократки	13.12	6.51	0.264
Демократски	Попустлив	-.36	6.29	1.000
	Занемарувачки	-2.97	7.60	0.985
	Автократски	-13.12	6.51	0.264

**разликата е значајна на ниво 0,05, односно $p < 0,05$*

Споредбата покажа дека значајна разлика се јавува само меѓу две групи испитаници, меѓу оние кои родителскиот стил на таткото е автократски и оние кои родителскиот стил на таткото го перцепираат како пермисивен (попустлив), при што родителите на деца со попреченост во Шведска се автократски, а оние во Северна Македонија попустливи.

Со оглед на фактот, дека постојат разлики само во однос на родителскиот стил на татковците, но не и на мајките, *оваа хипотеза делумно се потврдува.*

Тестирање на хипотеза 2, односно на тврдењето дека родителите кои родителскиот стил го перцепираат како демократски, одбираат стратегии насочени кон проблемот, наспроти оние кои родителскиот стил го перцепираат како автократски или пермисивен и одбираат стратегии насочени кон емоции или избегнување, повторно беше употребена АНОВА за да се увидат разликите меѓу изборот на стратегија за справување со стрес, на секоја од стратегиите посебно, кај различни родителски стилови (Табела 12).

Со оглед на фактот дека оваа хипотеза е составена од 3 суб-хипотези, во продолжение ќе биде разгледана секоја од нив посебно.

Од тестирањето на **суб-хипотеза 2.1**, кое се состоеше од тестирање на разликите во изборот на стратегиите за справување со стрес насочени кон проблем, во однос на различни родителски стилови, анализата на варијансата покажа вредност $F(df = 70) = 3,460$ при што $p = 0,021$ односно $p < 0.05$, со што беше потврдена претпоставката дека, *кај испитаници изложени на различни родителски стилови, се јавува разлика во изборот стратегии за справување со стрес насочени кон проблем* (Табела 13).

Табела 12: Дистрибуција на стиловите на воспитување кај родителите

	N	M	SD
Попустлив	32	61.53	8.82
Занемарувачки	9	51.44	12.57
Автократски	23	56.96	6.55
Демократски	7	59.14	9.51
Вкупно	71	58.54	9.23

Табела 13: АНОВА за тестирање на разликите во изборот на стратегии насочени кон проблем кај различни родителски стилови

	SS	df	MS	F	p
Помеѓу групи	799.657	3	266.552	3.460	0.021
Во групи	5162.005	67	77.045		
Вкупно	5961.662	70			

За утврдување на тоа, меѓу кои групи постои разлика, беше направен пост-хок тестот, Шефеов тест. Споредбата покажа дека значајна разлика се јавува само кај

групата испитаници, кои родителскиот стил го перцепираат како пермисивен и во значајно поголема мера употребуваат стратегии насочени кон проблемот ($p < 0,033$; $p < 0,05$). Меѓу сите други групи на испитаници не се јавува значајна разлика во однос на користењето на овој тип на стратегии (Табела 14).

Табела 14: Шефе тест

Спореден со:		MD	SD	p
Попустлив	Занемарувачки	10.09*	3.31	0.033*
	Автократски	4.57	2.40	0.312
	Демократски	2.39	3.66	0.935
Занемарувачки	Попустиливи	-10.09*	3.31	0.033*
	Автократски	-5.51	3.45	0.471
	Демократски	-7.70	4.42	0.394
Автократски	Попустлив	-4.57	2.40	0.312
	Занемарувачки	5.51	3.45	0.471
	Демократски	-2.19	3.79	0.953
Демократски	Попустлив	-2.39	3.66	0.935
	Занемарувачки	7.70	4.42	0.394
	Автократски	2.19	3.79	0.953

Од тестирањето на **суб-хипотеза 2.2**, кое се состоеше од тестирање на разликата во изборот на стратегии за справување со стрес насочени кон емоции, во однос на различни родителски стилови, анализата на варијансата покажа вредност од $F(df = 70) = 2,016$ при што $p = 0,120$ односно $p > 0.05$, со што се доаѓа до заклучок дека, *кај испитаниците кои биле изложени на различни родителски стилови, не постои разлика во изборот на стратегии за справување со стрес насочени кон емоции* (Табела 15).

Табела 15: Дистрибуција на стиловите на воспитување кај родителите

	N	M	SD
Попустлив	32	57.19	8.72
Занемарувачки	9	50.22	12.14
Автократски	23	53.52	5.66
Демократски	7	53.86	7.69
Вкупно	71	54.79	8.46

Табела 16: АНОВА за тестирање на разликите во изборот на стратегии насочени кон емоции кај различни родителски стилови

	SS	df	MS	F	P
Помеѓу групи	414.804	3	138.268	2.016	0.120
Во групи	4595.027	67	68.582		
Вкупно	5009.831	70			

Од тестирањето на **суб-хипотеза 2.3**, кое се состоеше од тестирање на разликата во изборот на стратегии за справување со стрес насочени кон избегнување, во однос на различни родителски стилови, анализата на варијансата покажа вредност $F(df = 70) = 3,905$ при што $p = 0,012$, односно $p < 0,05$, со што се потврдува тврдењето дека, *кај испитаниците изложени на различни родителски стилови се јавува разлика во изборот на стратегии за справување со стрес насочени кон избегнување* (Табела 19).

Табела 17: Дистрибуција на стиловите на воспитување кај родителите

	N	M	SD
Попустлив	32	38.09	10.65
Занемарувачки	9	42.78	9.02
Автократски	23	48.61	12.82
Демокартски	7	43.86	11.16
Вкупно	71	42.66	11.96

Табела 18: АНОВА за тестирање на разликите во изборот на стратегии насочени кон избегнување кај различни родителски стилови

	SS	df	MS	F	p
Помеѓу групи	1491.278	3	497.093	3.905	0.012
Во групи	8528.610	67	127.293		
Вкупно	10019.887	70			

Споредбата со пост-хок тестот, Шефе тест, покажа дека значајна разлика се јавува само меѓу групата испитаници кои родителскиот стил го перцепираат како автократски и во многу поголема мера употребуваат стратегии за справување со стрес насочени кон избегнување, наспроти групата испитаници која родителскиот стил го перцепира како пермисивен ($p < 0,013$; $p < 0,05$). Меѓу сите други групи испитаници не се забележува значајна разлика во однос на изборот на овој тип на стратегии (Табела 19).

Табела 19: Шефе тест

Спореден со:		MD	SD	P
Попустлив	Занемарувачки	-4.68	4.26	0.751
	Автократски	-10.51*	3.08	0.013
	Демократски	-5.76	4.71	0.684
Занемарувачки	Попустиливи	4.68	4.26	0.751
	Автократски	-5.83	4.44	0.633
	Демократски	-1.08	5.69	0.998
Автократски	Попустлив	10.51*	3.08	0.013*
	Занемарувачки	5.83	4.44	0.633
	Демократски	4.75	4.87	0.813
Демократски	Попустлив	5.76	4.71	0.684
	Занемарувачки	1.08	5.69	0.998
	Автократски	-4.75	4.87	0.813

Тестирање на хипотеза 3, односно на тврдењето постојат разлики во користењето на различни стратегии за соочување со стрес, кај родителите на лица со попреченост во Северна Македонија и Шведска.

Кај **суб-хипотеза 3.1** – тврдењето дека постојат разлики во однос на земјата на потекло и користењето на стратегии насочени кон проблем, упатува на тоа дека станува збор за споредување на две групи во однос на една зависна континуирана варијабла, па затоа беше користен t–тестот. Се покажа дека вредноста на $t = 0,817$, $p = 0,369$ ($p > 0.05$), со што се отфрла суб-хипотезата, односно се прифаќа тврдењето дека не постои значајна разлика во изборот на стратегии за справување со стрес насочени кон проблем (Табела 20).

Табела 20: Стратегии насочени кон проблем кај родители од различни земји

Стратегии	Земја	N	M	SD	t	df	p
насочени кон проблем	Македонија	38	59.29	9.52	0.817	69	0.369
	Шведска	33	57.23	8.73			

Кај **суб-хипотеза 3.2** – тврдењето дека постојат разлики во однос на земјата на потекло и користењето на стратегии насочени кон емоции, упатува на тоа дека станува збор за споредување на две групи во однос на една зависна континуирана варијабла, па затоа беше користен t–тест. Се покажа дека вредноста на $t = 0,287$, $p = 0,594$, односно $p > 0.05$, со што *суб-хипотезата се отфрла, односно се прифаќа тврдењето дека не се јавува позначајна разлика во изборот на стратегии за справување со стрес насочени кон емоции* (Табела 21).

Табела 21: Стратегии насочени кон емоции кај родители од различни земји

Стратегии	Земја	N	M	SD	t	df	p
насочени кон емоции	Македонија	38	55.20	9.12	0.287	69	0.594
	Шведска	33	54.08	7.29			

Кај **суб-хипотеза 3.3** – тврдењето дека постојат разлики во однос на земјата на потекло и користењето на стратегии насочени кон избегнување, упатува на тоа дека станува збор за споредување на две групи во однос на една зависна континуирана варијабла, па затоа беше користен t–тест. Се покажа дека вредноста на $t = 8,111$, $p = 0,006$, односно $p < 0,01$, со што *суб-хипотезата, се прифаќа* при што родителите во Македонија во поголема мера од родителите во Шведска ги користат овие стратегии (Табела 22).

Табела 22: Стратегии насочени кон избегнување кај родители од различни земји

Стратегии	Земја	N	M	SD	t	df	p
насочени кон избегнување	Македонија	38	39.73	8.94	8.111**	69	0.006
	Шведска	33	47.73	14.77			

Тестирање на хипотеза 4 – од тврдењето родителите од женски пол во поголема мера одбираат стратегии за справување со стрес насочени кон проблем или емоции, наспроти родителите од машки пол, кои одбираат стратегии насочени кон избегнување, се покажа дека :

а) испитаниците од женски пол во значајно поголема мера одбираат стратегии за справување со стрес насочени кон проблем: $t = -2.388$, $p = 0.020$, $p < 0.05$ (Табела 23);

б) испитаниците од женски пол во значајно поголема мера одбираат стратегии за справување со стрес насочени кон емоции: $t = -3.238$, $p = 0.002$, $p < 0.01$ (Табела 24);

в) не постои значајна разлика во изборот за стратегии со стрес насочени кон избегнување, вооднос на испитаниците од двата пола: $t = 0.240$, $p = 0.811$, $p > 0.05$ (Табела 25);

Од гореневеденото може да се заклучи дека *хипотезата се отфрла*.

Табела 23: Улога на полот во изборот на стратегија насочена кон проблем

Стратегии	Пол	N	M	SD	t	df	p
насочени кон проблем	Машки	33	55.82	9.62	-	69	0.020
	Женски	38	60.89	8.30	2.388**		

Табела 24: Улога на полот во изборот на стратегија насочена кон емоции

Стратегии	Пол	N	M	SD	t	df	p
насочени кон емоции	Машки	33	51.52	8.48	-3.23*	69	0.002
	Женски	38	57.63	7.44			

Табела 25: Улога на полот во изборот на стратегија насочена кон избегнување

Стратегии	Пол	N	M	SD	t	df	p
насочени кон избегнување	Машки	33	43.03	14.43	0.240	69	0.811
	Женски	38	42.34	9.52			

ДИСКУСИЈА

Во РМакедонија може да се пронајдат студии, и тоа на родители на деца со аутизам во споредба со родители што немаат деца со аутизам, каде што е користен истиот инструмент. Заклучокот од истражувањето на Насковска и Белевска (2018) е дека стресот кај родителите на деца со аутизам е значајно поголем во компарација со родителите на деца што немаат аутизам, односно во сите три домени на стрес, родителите на деца со аутизам покажувале значајно повисоки нивоа на стрес. Студиите во коишто се споредувани стрес-резултатите помеѓу родители на деца со аутизам наспроти родители на деца со друга попреченост, како објаснување на повисоките нивоа на стрес кај родителите на деца со аутизам ги наведуваат проблемите во однесувањето, агесијата, опсесивно-компулсивните ритуали, проблеми во спиењето, односно екстернализирачките аспекти, кои во голем дел влијаат на семејството. Стресот најчесто е асоциран со проблемите во однесувањето, со што се зголемуваат стресот и емоционалните проблеми кај родителот.

Наодите од истражувањето докажуваат дека поддршката од непосредната околина резултира со намалено ниво на стресот, но иако не е истакната формалната поддршка како значајна, сепак професионалците, покрај директните услуги што се насочени кон ученикот со интелектуална попреченост, треба да служат како извори за поддршка исто така и за семејствата. Клучично е вклучувањето на родителите во самиот процес на едукација.

Во студија во РМакедонија, Чичевска-Јованова и Димитрова-Радојчиќ (2013) дошле до заклучок дека најголемата помош и семејна поддршка родителите ја добиваат од сопругот/партнерот, но ги истакнуваат и членовите од блиското семејство, како бабите и дедовците, и другите деца на родителите. Растењето, односно воспитувањето дете со интелектуална попреченост, бара прекумерно време и енергија и може да има штетен ефект на брачните релации, на вниманието посветено на другите деца и на работните можности за оние што се грижат за него. Родителите може да се најдат себеси како се повлекуваат од социјалните врски и рекреативни и општествени настани, хобија, истите оние активности што можат да послужат како ублажувач на стресот што е асоциран. Семејната поддршка или потпирањето на семејната поддршка се смета и

за механизам за справување на стресот што често е користен од страна на родителите на ученици со интелектуална попреченост. Со добар пристап и стратегија и превземање на мерки и информирање на родителите, насочување, советување и секако може да се намали нивото на стресот. И истовремено се отвараат можности за нови истражувања. Припишувањето на значењето е поврзано со културните и општествените верувања на кои семејството се однесува. Семејните верувања се перспектива преку кои семејството ги разгледува настаните. "Системите на верување претставуваат суштинско функционално јадро во сите семејства и се моќни сили во смисла на еластичност. Се соочуваме со критични моменти и неволји со тоа што му припишуваме значење на нашето искуство: поврзување со нашиот општествен контекст, со нашите вредности културно и духовно, во нашата мултигенерациска историја и надежи и очекувања аспирации за иднината. Професионалците треба да им бидат достапни доколку имаат прашања и да се поттикнуваат да бараат алтернативни извори на поддршка, како поддршка од нивните пријатели, преостанатите членови од семејството и општо од социјалните кругови. Со поттик да се користи неформална и формална поддршка, советување, терапија и зајакнување, стресот ќе се намалува и тоа ќе придонесе за подобар целосен исход на детето со аутизам и на неговото семејство. Приложените податоци осветлуваат нови патишта, кои треба да се земат предвид при градење соодветна програма за интервенција, не само за детето туку и за семејството.

Во истражувањето на Mekki спроведено во Канада на 128 мајки на деца со АСН, потпирањето на семејната или на социјалната поддршка се издвоило како еден од најчесто употребуваните начини за справување со стресот. Авторот наведува дека социјалната поддршка е корисна за мајките, особено по примањето на дијагнозата на АСН за нивното дете. Недостигот од сфаќање на нарушувањето веројатно ќе ги натера мајките да тргнат во потрага по одговори, односно да бараат информативна поддршка, да побараат помош за справување со нивното дете, односно формална поддршка, или да побараат поддршка од најблиските, емоционална поддршка или неформална поддршка.

Начинот на кој семејствата ги оценуваат проблемите и можностите ја одредува разликата помеѓу способноста да се соочи и совлада тешкотијата во функционална дезорганизација и непријатност. Основниот аспект се однесува на способноста да се

припише значење „на настанот се случи,.. Атрибуцијата на значењето може да се поврзе со живо искуство религиозна и секуларна визија за животот, може да се манифестира на начини експлицитни или се појавуваат меѓу редови или зборови на раскажувачкиот родител. Знаеме дека за многумина ова може да изгледа парадоксално, и поради таа причина неминовно е: да се разговара со нив да демонстрираат, но како е можно, навистина речиси неизбежно за да станеме свесни дека сме привилегирани, како и среќните родители. Не е лесно луѓето да ги разберат родителите на ученик со интелектуална попреченост. Постоенето на многу конфликтни чувства, секој од нив има неверојатен интензитет вежбање со радост, со изненадување, болка, загриженост, бунт, збунетост, не можеме да направиме ништо друго освен "вкус" во размислување и соживот.

Социјални ресурси, раѓањето на социјално одговорна држава се сфаќа како да се грижи државата за своите членови, со цел да се гарантира на секој добросостојба преку имплементација на социјалните политики кои се покажаа премногу нефункционални, како и премногу централизирани во законодавството, за самата држава која повеќе не може да ја исполни оваа функција. Но, проблемот произлегува од фактот дека никој не сака да се откаже од социјалната заштита. Во дното алтернатива за државата на благосостојбата не е "да се откаже од целите на благосостојба, туку да ги реформираме, и да најдеме други начини и други средства, така да добиете поголема ефикасност и праведност преку нови комбинации на фактори и поголема севкупна и локална "рефлексивност" на системот на благосостојбата. Она што се преорачува е да се обидеме да ги развиеме во социјалните политики, преку зајакнување на граѓаните, кои не се повеќе само корисници на услуги, но тие стануваат вистински ко-свезди, реклама на пример во областа на инвалидитетот преку изградба на заедница. Терминот со себе носи двосмислено значење: со тоа, всушност, да значи работа на грижа и во заедницата, или активирање на социјалните политики во самата заедница, но исто така и еден сет на услуги кои институциите ги спроведуваат за заедницата.

Двосмисленост што внатре дел е надминат ако мислиме на заедницата не само за тоа што може да стори повикување на формален модалитет на помош, но исто така и на една заедница чија членовите се способни да развијат ставови за грижа за еден од

други со цел да се гарантира добросостојба за себе и за другите. Терминот грижа за заедницата се однесува на целата заедница што ја зема се грижи за тешки и проблематични ситуации со кои секојдневно се соочуваат родителите на ученици со интелектуална попреченост. Активирањето на мрежната работа помага самото семејство да излезе од некои проблеми, како што е изолацијата. Неопходно е да се разјасни дека семејството кое живее со ученик со интелектуална попреченост (и било која друга попреченост) не пристигнува никогаш не постигнувајќи цел по која се чувствуваат слободни и безгрижно, бидејќи барањата поставени на лицата со попреченост секогаш се врзуваат за потребите посебно образование. Ако го земеме моделот на животниот циклус на семејството "Нормално" гледаме дека една од предвидливите критични точки е преземањето на автономијата на децата почнувајќи од адолесценцијата, како проблематичен настан носи со себе влегуваат во конфликт со светот, вредности и семејни верувања за да се изградат свој идентитет. Ако овие карактеристики го дестабилизираат семејниот баланс и односот помеѓу родителите и децата, исто така е вистина дека за таткото и мајката се зема автономијата на децата, исто така, значи заземање на лични простори, закрепнување на пример да патуваат сами или да преземат серија пријателства можеби тие биле повеќе запоставени во претходната фаза кога нивните деца бараат повеќе ресурси за неа. Закрепнувањето од страна на родителите од секојдневните стресови од овие простори кои се соочуваат со поголема тешкотија интелектуална попреченост (или друга попреченост) е оневозможено, бидејќи постигнувањето на автономија од страна на родителот не секогаш е можно за што тие продолжуваат да бараат серија на третмани од најраната возраст.

Во истражувањето на Мери Нолчева(2015) се наведува дека нема значајна разлика помеѓу стресот кај родителите на децата со аутизам и интелектуална попреченост. Средните вредности на двете групи во однос на тоталниот стрес-скор укажуваат на многу високо ниво на стрес од $M=94,94$ за родители на деца со аутистичен спектар на нарушување и $M=93.46$ и за родители на деца со интелектуална попреченост. Демографските податоци од испитаниците прикажани во истражувањето на Мери Нолчева(2015) прикажуваат дека двете групи не се разликуваат во однос на полот и дека тие се составени најмногу од мајки. Родителите не се разликуваат по возраста,

односно средната возраст на родителите на деца со АСН е $40,83 \pm 4,78$, додека во групата на родители на деца со ИП изнесува $39,71 \pm 6,47$. Примерокот по етникум 97,14% Македонци и 2,86% Срби во групата на родители на деца со АСН и 85,71% Македонци, 8,58% Албанци и 5,71% Срби во групата на деца со ИП. Поголемиот број од испитаниците се во брак и се со високо образование. Во однос на работниот статус, во групата на родители на деца со АСН кај 71,43% и двајцата родители се вработени, додека во групата на родители на деца со ИП тој процент изнесува 45,71%. Во однос на податоците за нивното дете, поголемиот дел од примерокот е од машки пол, односно двете групи не се разликуваат во однос на полот на децата. Опфатениот примерок во однос на возраста на детето ги дава средните вредности $9,43 \pm 2,19$ во групата на родители на деца со АСН и $9,17 \pm 2,57$ на деца со ИП, односно нема покажано значајна разлика помеѓу двете групи во однос на возраста на детето. При споредба на двете испитувани групи во однос на тоталното ниво на стрес и супсистемите, на стратегиите за справување со стрес и нивото на семејна поддршка, ниту во една област не се доби статистички значајна разлика помеѓу родителите на деца со АСН и родителите на деца со ИП.

Бидејќи истражувањето било фокусирано на групата родители на деца со АСН, со спроведени дополнителни анализи, односно се истражувало подлабоко во однос на тоа како механизмите за справување со стресот и семејната поддршка влијаат на нивото на доживеан родителски стрес, со што позитивната корелација укажува дека со зголемена употреба на механизмите од наведените категории се зголемува нивото на родителски стрес. Од категоријата одбегнување, како статистички значајни се истакнаа самоодбегнувањето ($r=0,402$) и самообвинувањето ($r=0,549$). Од другата категорија, неангажираност, како статистички значајни супскали се истакнаа бихејвиоралната неангажираност, каде што корелацијата изнесува $r=0,467$, и супскалата негирање, каде што корелацијата изнесува $r=0,554$, при што значајноста е на ниво $p<0,01$. Од категоријата на когнитивно репланирање, која ги вклучува адаптивните механизми за справување со стрес, како статистички значајни се истакнаа супскалите прифаќање и позитивно репланирање. Односно добиената негативна корелација $r=-0,342$ за супскалата прифаќање и $r=-0,375$ за супскалата позитивно репланирање, укажува дека

со зголемена употреба на прифаќање и позитивно репланирање како механизми за справување со стрес, се намалува нивото на доживеан стрес кај родителите.

Во однос на перцепираната семејна поддршка, резултатите прикажани со категоријата вкупна неформална поддршка се покажува како статистички значајна, при што се добила силна негативна корелација од $r=-0,437$, што укажува дека со зголемување на неформалната поддршка, се намалува нивото на доживеан стрес кај родителите. Како значајни од оваа категорија се истакнува поддршката од партнерот ($r=-0,385$) и неформалната поддршка ($r=-0,367$), која вклучува поддршка од пријателите, другите деца, соседите, други родители и црквата. Категоријата на формална поддршка, која ги вклучува професионалните услуги, не се покажа како статистички значајна. Вкупната семејна поддршка, односно тоталниот резултат од скалата за процена на поддршката во семејството покажа дека коефициентот на корелација изнесува $r=-0,415$, при што постои статистички значајна разлика, односно добиената негативна корелација укажува дека со зголемување на вкупното ниво на семејна поддршка се намалува стресот кај родителите на деца со АСН.

Со истражувањето на Ивона Милачи Видојевиќ (2008) на 105 родители на деца со аутизам, Аспергеров синдром и високофункционален аутизам со помош на тестот Parenting Stress Index утврдено е високо ниво на стрес кај родителите од 95%. Вкупниот стрес е поврзан со сите параметри на стресот (родителски стрес, тешко дете и дисфункционална интеракција родител-дете). Според податоците од ова истражување полот на родителот, како и брачниот статус и дијагнозата на детето не се поврзани со степенот на стресот. Стресот е поврзан со возраста на детето, а поинтензивен е кај родителите на повозрасни деца. Сознанијата за некои од варијаблите што влијаат на функционирањето на семејството на деца со интелектуална попреченост даваат можност да се земат предвид едукативни интервенции, интервенции за поддршка и терапевтски интервенции, кои имаат можност да го засилат семејното функционирање (на пример, тренинзи за родители, групи за поддршка). Оваа помош може да се најде преку активирање на формални и неформални услуги. Со првиот што го правите повикување на институции како што се училишта и здравствени и територијални услуги, со неформалните секунди значи мрежа изградена со други родители, волонтери, асоцијации и соседи, културата на интеграција, всушност, сè уште е спречена од

предрасуди, наследство на нашето минато и нашиот општествен систем. Сè уште има многу работа да се направи и општа добра здрава смисла, добра волја на операторите и мисијата на здруженијата да ги предводат активностите. Стучните служби во училиштата, посебно специјалните едукатори и рехабилитатори треба да работат со родителите покрај работата со учениците со посебни образовни потреби, се со една цел насочени да поуспешно ги решаваат проблемите и надминуваат тешкотиите. Самиот овој факт да се биде родител на ученик со интелектуална попреченост не упатува кон заклучок дека е неминовно работењето со нив. Секој до нив има потресна приказна на свој начин, секако како индивидуи имаме свој склоп на генетика и секој по себе индивидуа за себе на свој начин се бори со секојдневните предизвици.

Потребно е социјалните мрежи на граѓаните и здруженијата се поддржани од социјалната политика што ја дава долготрајни резултати. Малата чувствителност на оние кои не се во близок контакт со попреченост што произлегува од бројни сведоштва, како што видовме во претходни извештаи, како што се оние за наведување на значење, а сепак во оптички за неа на заедницата, важно е да се опорави и да се зајакнат мрежните ресурси, можеби помагајќи да се надминат и отфрлат предрасудите за попреченоста. Всушност, често, како што се појави од проблеми и потреби на родителите кои ги раскажуваа своите приказни во училиштата, наставниците страдаат од предрасуди поврзани со попреченост, други приказни истакнуваат како етикетата на обичните луѓе не одговара на реалноста на родителот, кој сè уште е стигматизиран, како што раскажуваат самите родители на ученици со интелектуална попреченост, која чувствува дека во очите на други го гледаат само од аспект на страдањето, а не радоста што ја доживува родителот.

Ова истражување нема цел да ги истакне негативните страни на тоа како е да се има ученик со интелектуална попреченост, ниту има цел да дијагностицира проблеми во врската на родителот и детето. Целта е да им се посочи на идните истражувачи и практиканти како родителите на ученик со интелектуална попреченост се справуваат со барањата што им ги наметнува грижата за да се насочи вниманието кон подрачјата во коишто родителите имаат потреба од дополнителна поддршка и развој на вештини за справување со стресот што го доживуваат при грижата за ученик со интелектуална

попреченост. Истражувањето со своите наоди и заклучоци придонесува за дефектолошката теорија и практика од аспект на поддршката што може да им биде понудена на родителите.

Првата забелешка е попреченоста не е тага. Напротив, попреченоста произведува огромна радост: тоа е победа над себе. Најважниот резултат кој го постигнуваме секој ден е тоа што сме таму и дека сме таму со радост и иронија. Енергијата и силата да се борат, да се насмеани со повеќе вистина, да ја игра играта на живот, која денес многумина ја имаат прецизно. Од сето ова наследство на знаење и на емоции.

Во контекст на ова истражување, беа поставени четири хипотези. Нивното тестирање ги покажа следните резултати.

1. Во однос на стратегиите насочени кон проблем, разлика се јавува во групата испитаници кои родителскиот стил го перцепираат како пермисивен, наспроти другите групи испитаници меѓу кои не се јавува значајна разлика во однос на користење на овој тип стратегија, што значи дека суб-хипотеза 2.1 се отфрла.

2. Во однос на стратегиите насочени кон емоции, меѓу испитаниците кои биле изложени на различни родителски стилови, не се јавува значајна разлика во изборот на овој тип стратегии, што значи дека суб-хипотеза 2.2 се отфрла.

3. Во однос на стратегиите насочени кон избегнување, значајна разлика се јавува само во групата испитаници кои родителскиот стил го перцепираат како автократски, за разлика од групата испитаници кои родителскиот стил го перцепираат како пермисивен, што значи дека суб-хипотеза 2.3 се отфрла.

Тоа што сите суб-хипотези се отфрлени, значи дека хипотеза 2 во целост се отфрла.

Наодите од релевантно истражување (Jerome B. Dusek, Maribeth Danko) покажуваат дека лицата кои своите родители ги доживуваат како емоционално топли, подобро се справуваат со проблеми, додека строгоста и контролата се поврзуваат со намалена фокусираност и на емоционалните и на когнитивните справувања. Причината за тоа треба да се бара во родителските стилови на воспитување кои влијаат врз

капацитетите за справување: а) преку потпирање на родителите како на извор на инструментална, емоционална и социјална поддршка и б) преку подобро социјално прилагодување.

Тестирањето на хипотеза 4 покажа дека испитаниците од женски пол во значајно поголема мера одбираат стратегии за справување со стрес насочени кон проблем и емоции, наспроти испитаниците од машки пол и дека во однос на стратегиите насочени кон избегнување, не постои значајна разлика во изборот на овој тип стратегија, во однос на испитаниците од двата пола, што значи дека хипотезата се отфрла.

Наодите од релевантни истражувања (Nancy L. Murdock, Paul A. Gore Jr.) ги потврдуваат суб-хипотезите кои се однесуваат на испитаниците од женски пол, во однос на изборот на стратегии насочени кон проблем и емоции. Се потврдува дека испитаниците од машки пол наспроти испитаниците од женски пол, во значајно поголема мера одбираат стратегии насочени кон избегнување.

Генерално, од наодите на ова истражување може да се заклучи, дека кај степенот на диференцијација на селфот, не се јавува статистички значајна разлика во однос на родителските стилови на воспитување, освен кај групата испитаници изложени на авторитарски стил на таткото, а во однос на изборот на стратегии за справување со стрес, статистички значајна разлика се јавува само меѓу групата испитаници со понизок степен на диференцијација на селфот, кои повеќе одбираат стратегии насочени кон избегнување, наспроти стратегиите насочени кон проблем и емоции, кајшто разлики не се јавуваат.

Недостатоци на истражувањето и сугестии за идните истражувања

Може да се каже, дека главен недостаток на истражувањето претставува ограниченоста за генерализирање на добиените податоци, првенствено поради начинот на формирање на примерокот – пригоден примерок и големината на мострата. Иако станува збор за хетероген примерок испитаници, не може да се утврди дали (не)

се разликува од останатиот дел на популацијата родители, така што овие наоди, во најголема мера се однесуваат само на примерокот од кој се добиени.

Недостатоците во истражувањата наведуваат на сугестии за наредните истражувања. Со оглед на недостатокот на ова истражување, добро би било како сугестија да се прифати спроведувањето на контролирано истражување, со репрезентативен примерок од популацијата која се истражува и попрецизна генерализација на наодите со употреба на случаен примерок со многу поголем број на испитаници, паралелно со контрола на релевантните варијабли, како пол, возраст и степен на образование, за добивање наоди кои би можеле да се генерализираат на цела популација родители на лица со попреченост во Република Северна Македонија и Република Шведска.

Препораки

Врз основа на изнесеното, од ова истражување самите резултати придонесуваат за директно, непосредно согледување на стресот на родителите кај учениците со интелектуална попреченост. Со имплементација на следните предлози ќе овозможиме намалување на стресот и стресните ситуации со кои се справуваат родителите:

- Потребно е да се направи анализа на работа на институции, невладини организации во Република Македонија и Република Шведска кои ги едуцираат родителите, дали истите воопшто работат на едукација на стресот или формално се именувани.
- Зголемување на бројот на ресурси и подобрување на нивната пристапност, со што семејствата би добиле поголема поддршка при справувањето со секојдневните обврски и предизвици, а со што би се намалил и стресот со кој се соочуваат сите членови во семејството;
- Да се направи стратегија на кој начин ќе се интервенира со превенција на стресот, информирање, едукација на родителите, иако патот е долг,

напорен но доколку се преземат мерки последиците од стресот ќе се амортизираат и нема да предизвика далекусежни сериозни последици.

- Креирањето на нова политика со стратегија и искористувањето на ресурсите од стручните професионалци од психолози, дефектолози, психијатри, социјални работници и логопеди може да се помогне во превенција, информирање и едукација за намалување на нивото на стрес.
- Сметаме дека значително позитивно ќе влијае во процесот на креирањето на нова политика со стратегија доколку и семејните терапевти го најдат своето место во тимот.
- Работа на стручниот тим со семејството, по потреба ангажирање и на други стручни профили кои ќе понудат стручна поддршка и континуирана работа со сите членови на семејството;
- Стимулирање на родителите за надминување на предрасудите и препреките од непосредната околина и нивно повторно вклучување во социјални активности, зголемување на кругот на пријатели и на нивните активности насочени кон пошироката општествена средина;
- Формирање здруженија на родители што би имале голема улога во едукација на родителите, размена на искуства меѓу нив, запознавање со различни стратегии за работа, запознавање со ефикасни стратегии за интеракција родител-дете.

Со ова истражување со овој труд очекуваме да дадеме мал придонес во развојот на креирањето на стратешката политика за раст и развој на општеството кое ќе се погрижи за стресот на родителите воопшто а посебно за родителите на децата и учениците со интелектуална попреченост.

ЛИТЕРАТУРА:

Abidin RR. Parenting stress index: professional manual. 4th ed. Lutz (FL): PAR; 2012.

Abraham, C., Gregory, N., Wolf, L., Pemberton, R. Self – esteem, stigma and community participation among people with learning difficulties living in the community, *Journal of Community and Applied Social Psychology*, 2002,12(6).

Ajdukovic, M. (1990): Differences in parent`s rearing style between female and male predelinquent and delinquent youth. *Psychologische Beitrage*, 32, 7-15.

American Association on Intellectual and Developmental Disabilities (AAIDD), *Intellectual Disability: Definition, Classification and Systems of Support*, 10th ed. Washington, DC: American Association on Intellectual and Developmental Disabilities, 2010.

American Association on Mental Retardation (AAMR), *Mental retardation: Definition, Classification and Systems of Support*, 10th edn., Washington, DC: AAMR, 2002.

American Psychiatric Association (APA), *Diagnostic and Statistical Manual of Mental Disorders*, 4th ed., text version, Washington, DC: American Psychiatric Association, 2000.

Asher, S. R; Hymel, Sh; Rensbaw, P. D; (1984): Loneliness in Children. *Child Development*, 55, 1456-1464.

Asher, S; R Wheeler, V. A; (1985): A Comparasion of Rejected and Neglected Peer Status. *Journal of Consulting and Clinical Psychology*, 53/4, 500-505.

Ајдински Љ, Ајдински Г, Михаилов З., Примена на терминологијата за лицата со инвалидност во светот и кај нас, Дефектолошка теорија и практика, Скопје, 2004.

Baumrind, D; (1973): Development of Instrumental Competence trough Socialization. *Minesota Symposium of Child Psychology*, Vol. 7.

Bowen, M. (1976) Theory in the practice of psychotherapy. In P.J. Guerin (Ed.), *Family Therapy: Theory and Practice*. New York: Gardner Press

Bowen, M. (1988) *Family Evaluation*. New York: Norton.

Brajovic C., Brajovic Lj., „*Mentalna retardacija i njena terapija*“, Jugoslovenski simpozium o mentalnoj retardaciji I terapiji, Maribor, 1969.

Carr, A. (1999): *Child and Adolescent Clinical Psychology: A Contextual Approach* Routledge, London and New York,

Carver, C.S; Scheier, M. F; Weintraub, J.K; (1989): *COPE Inventory*. University of Miami.

Chichevska-Jovanova N., Dimitrova-Radojichikj D. Parents of children with developmental disabilities: stress and support. *Journal of Special Education and Rehabilitation* 2013;

Collins, W. A; (1996): *Relationships and Development During Adolescence*. *Interpersonal Adapting to Individual Change*. *Personal Relationships*, 3, 1-14.

Crick, N; Grotpeter, J; (1995): *Relational Aggression, Gender and Social- Psychological Adjustment*. *Child Development*, 66, 710-722.

David Mitchell, „What really works in special and inclusive education “, New York, (2008)

Dekovic, M; (1991): *The Role of Parents in the Development of Child`s Peer Acceptance*. CIP-GEDEVENS KONINKLIJKE, Bibliotheek, Den Haag.

Dekovic, M; Janssens, J; (1992): *Parent`s Child – Rearing Style and Child`s Sociometric Status*. *Developmental Psychology*, 28/5, 925-932)

Dekovic, M; Meeus, W; (1997): *Peer Relations in Adolescence.. Effects of Parenting and Adolescents Self Concept*. *Journal of adolescence* 20, 163-176.

Djordjevic, D; (1984): *Razvojna psihologija*. Cetvrto prosireno izdanje, Gornji Milanovac.

Dott.ssa Lisa Bichi *Disabilità, 2009, e pedagogia dei genitori. Percorsi di famiglie con figli speciali*, Università di studi dei Firenze

Eisenberg, N; Guthrie, I.K; Murphy, B.C; Shepard, S; Cumberland, A; Carl, G; (1999): *Consistency and Development of Prosocial Dispositions: Longitudinal Study*. *Child Development*, Vol. 70, No. 6, 1360-1372.

Eisenberg, N; Shepard, A. A; Fabes, R. A; Murphy, B. C; Guthrie, I. K; (1998): Shyness and Children`s Emotionality, Regulation and Coping: Contemporaneous, Longitudinal and Across-Context Relations. *Child Development*, Vol. 69/3, 767-790.

Engels, F. (1884): *The Origin of Family, Private Property and State*
<https://www.panarchy.org/engels/eng.1884.html>

Goleman, D; (2010): *Socijalna inteligencija*. Beograd: Geopoetika.

Gligorovic, M., Buha, N., Kognitivne sposobnosti osoba sa intelektualnom ometenoscu. U M. Gligorovic I S. Kaljaca (Ur.), *Kognitivne I adaptivne sposobnosti deca sa lakom intelektualnom ometenoscu*, 2012, str. 67-91, Beograd: Univerzitet u Beograd – Fakultet za specijalnu edukaciju I rehabilitaciju.

Gordon, T; (1997): *Umece roditeljstva*. Kreativni centar, Beograd.

Gray DE, Holden WJ. Psycho-social well-being among the parents of children with autism. *Australia and New Zealand Journal of Developmental Disabilities* 1992;.

Gruden, Z; Gruden, V; (1992): *Dijete – Skola – Roditelj*. Zagreb: Medicinska naklada.

Harris, J. R. (1998): *Why children turn out the way they do*. Free Press, [ISBN 978-0-684-84409-1](#).

Hartup, W; Lieshout, C; (1995): *Personality Development in Social Context*. *Annual Review Psychology*, 46, 655-687.

Hastings, R.P., Parental stress and behavior problems of children with developmental disabilities, *Journal of Intellectual Disabilities*, 2002, 27(3), 149-160.

Huijts, T., Kraaykamp, G., Formal and informal social capital and self – rated health in Europe: A new test of accumulation and compensation mechanisms using a multi – level perspective, *Acta Sociologica*, 2012, 55(2), 143-158.

ICD10-klasifikacija mentalnih poremećaja I poremećaja ponašanja: zavod za udzbenike I nastavna sredina, Beograd, 1992.

Jack, D; (1991): *Silencing the Self*. Harvard University Press.

Joksimovic, S; (1986): Mladi u drustvu vrsnjaka. Beograd: Prosveta.

Kamperta, A. L., Goreczny, A. J., Community involvement and socialization among individuals with mental retardation, *Research in Developmental Disabilities*, 2007,

Kapor – Stanulovic, N; (2007): Na putu ka odraslosti – Psihicki razvoj I psihosocijalni aspekti zdravlja mladih. Beograd: Zavod za udzbenike I nastavna sredstva.

Kim, S., Larson, K., Lakin, K.C., Behavioral outcomes of deinstitutionalization for people with intellectual disability: A review of US studies conducted between 1980 and 1999, *Journal od Intellectual and Development Disability*, 2001, 26(1), 35-50.

King, G., Petrenchik, T., Dewit, D., McDougall, J., Hurley, P., Law, M., Out- of – school time activity participation profiles of children with physical disabilities: a cluster analysis, *Child: care, health and development*, 2010, 36(5), 726-774.

Kobasa, S. C; (1979): Stressful life events, personality, and health – Inquiry into hardiness. *Journal of Personality and Social Psychology*, 37 (1), 1–11.

Kobasa, S. C; (1982): Commitment and coping in stress resistance among lawyers. *Journal of Personality and Social Psychology*, 42 (4), 707–717.

Kuburic, Z; (2001): Porodica I psihicko zdravlje dece. Beograd: Cigoja stampa.

Law, M., King, G., King, S., Kertoy, M., Hurley, P., Rosenbaum, P., Young, N., Hanna, S., Patterns of participation in recreational and leisure activities among children with complex physical disabilities, *Developmental Medicine & Child Neurology*, 2004, 48(5), 337-342.

Law, M., Participation in the occupations of everyday Life. *American Journal of Occupational Therapy*, 2002, 56(6), 640-649.

Lazarus, R; Folkman, S; (1984): Stress, Appraisal and Coping. Springer Publishing Company.

Lincoln, A. (1863): Abraham Lincoln Quotes www.notablequotes.com//lincoln_abraham.html

Locke, J. (1693): Some Thoughts on Education
<https://archive.org/details/SomeThoughtsOnEducation-JohnLocke1693>

Luckasson, R., Borthwick-Duffy, S., Buntinx, W. H. E., Coulter, D. L., Ellis, M. C., Reeve, A., Schalock, R. L., Snell, M. E., Spitalnik, D. M., Spreat, S., & Tasse', M. J. 2002, Mental retardation: Definition, classification, and systems of supports (10th ed.). Washington, DC: American Association on Mental Retardation. 5. Reinders, J. S., The good life for citizens with intellectual disability. *Journal of Intellectual Disability Research*, 2002.

Maccoby, E. E; (1992): The role of parents in the socialization of children – An historical overview. *Developmental Psychology*, 28, 1006-1017.

Maccoby, E.E.; Martin, J.A; (1983): Socialization in the context of the family: Parent-child interaction. In Mussen, P.H.; Hetherington, E.M. *Manual of child psychology*, Vol. 4: Social development. New York: John Wiley and Sons 1–101.

Macuka, I; (2005): Skala percepcije obiteljskih odnosa. Zbirka psihologijskih skala i upitnika, Zadar: No. 2.

Mekki K. Stress and coping in mothers of children with autism spectrum disorders. Master thesis. University of Ottawa; 2012.

Nota, L., Ferrari, L., Soresi, S., Wehmeyer, M., Self – determination, social abilities and quality of life of people with intellectual disability, *Journal of Intellectual Disabilities Research*, 2007, 51(11), 850-865.

Penezić, Z. (1996). Zadovoljstvo životom-povjeka konstrukta. Diplomski rad, Filozofski fakultet u Zadaru.

Penezić, Z. (1999). Zadovoljstvo životom: Relacije sa životnom dobi i nekim osobnim značajkama. Magistarski rad. Filozofski fakultet u Zagrebu.

Penezić, Z. (2002). Skala zadovoljstva životom. U: K. Lacković-Ggin, A. Pooković, V. Žubela, Z. Penezić (u.), Zbirka psihologijskih skala i upitnika, Zadar, Filozofski fakultet.

Penezić, Z. (2004). Zadovoljstvo životom u adolescentnoj i odrasloj dobi –povjeca teorije višestrukih diskrepancija. Doktorska disertacija. Filozofski fakultet u Zagrebu. Publication Manual of the American Psychological Association (6th ed.). (2010). Washington, DC: American Psychological association

Rohner, R. P; (1986): The warmth dimension: Foundations of parental acceptance – rejection theory. Beverly Hills, CA: Sage Publications, Inc. Reprinted by Rohner Research Publications.

Rohner, R. P; (1994): Patterns of parenting: The warmth dimension in cross-cultural perspective: W. J. Lonner & R. C. Malpass (Eds.) Reading in Psychology and Culture. Needham Heights. MA: Allyn and Bacon

Rohner, R.P; (1984): Handbook for the Study of Parental Acceptance and Rejection. The University of Connecticut.

Rot, N; (1980): Osnovi socijalne psihologije. Socijalizacija. Beograd: Zavod za udzbenike I nastavna sredstva.

Rubin, K.H; Hymel, S; Mills, R.S; (1989): Sociability and Social Withdrawal in Childhood: Stability and Outcomes. Journal of Personality, 57, 237-255.

Selye, H; (1956): The Stress of Life. By Mc Graw – Hill Education.

Silverman, W. K; Grecca, A. M; Wassertein, S; (1995): What Do Children Worry About? Worries and Their Relation to Anxiety. Child Development, 66, 671-686.

Sivberg B. Coping strategies and parental attitudes, a comparison of parents with children with autistic spectrum disorder and parents with non-autistic children. International Journal of Circumpolar Health 2002.

Stajneberger, I; Colak, B; Milojkovic, N; (2006): Kako otkriti zlo u sebi drugima. Beograd: Plato.

Stefanovic – Stanojevic, T; (2005): Emocionalni razvoj licnosti. Univerzitet u Nisu, Filozofski fakultet.

Sullivan, H. S; (1953): Interpersonal Theory of Psychiatry: W.W. Norton & Company Inc. New York

Summers JA, Behr SK, Turnbull AP. Positive adaptation and coping strategies of families who have children with disabilities. In: Singer GHS, Irvin LK, editors. Support for caregiving families: enabling positive adaptation to disability. Baltimore (MD): Paul H. Brookes Publishing; 1989

Svraka, E., Loga, S., Brown, I., Family quality of life: adult school children with intellectual disabilities in Bosnia and Herzegovina, *Journal of Intellectual Disability Research*, 2011, 55(12), 1115-1122.

Thompson, D.J., Ryrie, I., Wright, S., People with intellectual disabilities living in generic residential services for older people in the UK, *Journal of Applied Research In Intellectual Disabilities*, 2004, 17(2), 101-108.

Thompson, J. R., Bryant, B. R., Campbell, E. M., Craig, E. M., Hughes, C. M., Rotholz, D. A., Schalock, R., Silverman, W., Tasse', M., & Wehmeyer, M., Supports Intensity Scale (SIS). Washington, DC: American Association on Mental Retardation, 2004.

Todorovic, J; (2004): Vaspitni stilovi u porodici I stabilnost samopostovanja adolescenta. Psihologija, Filozofski fakultet – Nis, Vol. 37 (2), 183-193.

Vasic, A., Sacevic, D. & Roglic, A. (2011). Naucni rad - Zadovoljstvo zivotom u Srbiji. *Pimenjena psihologija*, 2

Vizek Vidovic, V, Stetic, V; Rijavec, M; Miljkovic, D; (2003): Psihologija obrazovanja. Zagreb: IEP, VERN.

Vulić – Prtorić A. (2002): Obiteljske interakcije i psihopatološki simptomi u djece i adolescenata. *Suvremena psihologija*, 5, 31-51.

Wals, F; (1998): Strengthening Family Resilience. New York: The Guilford Press.

Youniss, J; Smollar, J; (1958): Adolescent Relationships with Mothers, Fathers and Friends. University of Chicago, Press Chicago.

Zazo, R; (1980): Poreklo covekove osecajnosti. Beograd: Zavod za udzbenike i nastavna sredstva)

Ајдински Г, Киткањ З, Ајдински Љ., Основи на дефектологија -Специјална едукација и рехабилитација, Македонска ризница, Куманово,2007.

Ајдински Г., Карактеристики во развојот на лесно ментално ретардирните ученици, Македонска ризница, Куманово, 2000.

Ајдински Љ., Ајдински Г., Михаилов З., „Основи на дефектологија“, Филозофски факултет: Институт за дефектологија, Скопје,2007.

Ајдински, Г., Кескинова, А., Мемеди, Б., „Интелектуална попреченост“, Тетово, Универзитет во Тетово, 2017

Ајдински, Љ., Преглед во создавањето на институционалниот систем за заштита, едукација и рехабилитација за лицата со инвалидност во Р.Македонија во периодот 1946-1996, *Дефектолошка теорија и практика*, Скопје: Филозофски Факултет, Институт за дефектологија,2004.

Мурџева – Шкарик, О; (2002): Психологија на родот. Скопје: Сојуз на организација на жени.

Мурџева – Шкарик, О; (2004): Развојна психологија. Скопје: Филозофски факултет.

Мурџева – Шкарик, О; (2007): Ненасилна трансформација на конфликти. Скопје: Филозофски факултет.

Петковска, А; Ташева, М; Велковски З; Димитриевска, В; Миноси, К; Шурбановска, О; (2004): Основна студија за младински трендови (Скопје: Агенција за млади и спорт.

Петров, Р., Ѓурчиновска, Л., и Станојковска-Трајковска, Н., *Заштита и рехабилитација на лица со инвалидност*, Скопје: Филозофски Факултет. Институт за дефектологија,2008.

Петров, Р., Копчарев, Д., и Такашманова, Т., Процесот на деинституционализација на деца од Специјалниот завод во Демир Капија, *Дефектолошка теорија и практика*. Скопје: Филозофски Факултет, Институт за дефектологија, 2004.

Петров, Р., Третманот на умерено ментално ретардираните лица во Р.Македонија и во светот, Транзицијата и образованието, зборник на трудови, Струга, 2007.

Петроска-Бешка, В. (1994). Методологија на експерименталните истражувања во психологијата. Скопје: малинска

Поповски, М; (2005): Просоцијално однесување. Скопје: Филозофски факултет.

Шурбановска, О; (2013): Родителите и однесувањето на детето во училиштето. Скопје: Филозофски факултет.

<http://www.ncfr.org/pdf/sourcebook/rohner/pdf>

<http://www.scribd.com/doc/16954509/Parental-Acceptance-and-Rejection-Theory>

[http:// en.wikipedia.org/wiki/parenting_styles](http://en.wikipedia.org/wiki/parenting_styles)

<https://www.stress.org/about/hans-selye-birth-of-stress/>

<http://www.cspar.uconn.edu/Glossary.pdf>

<https://link.springer.com/article/>

<http://journals.sagepub.com/doi/abs/>

ПРИЛОЗИ

Прилог 1: Инвентар за справување со стрес COPE (COPE Inventory) – Carver, Scheier and Weintraub (1989)

Прилог 2: Скала на перцепција на семејните односи – I. Масика (2005)

Прилог 1: Инвентар за справување со стрес COPE (COPE Inventory) – Carver, Scheier and Weintraub (1989)

Луѓето на разни начини се справуваат со тешки и стресни ситуации во животот. Овој прашалник се однесува на тоа, како Вие вообичаено се чувствувате и што правите кога сте соочени со стресен настан. Секако дека на различни настани реагираме на различен начин, но фокусирајте се на она што најчесто го правите во тие ситуации.

1 – никогаш не го правам тоа

2 – ретко го правам тоа

3 – понекогаш го правам тоа

4 – често го правам тоа

1. Се обидувам да пораснам како личност низ тоа искуство 1 2 3 4

2. Се свртувам кон работа или други активности за да не мислам на тоа што ми се случува 1 2 3 4

3. Се вознемирувам и отворено ги покажувам емоциите 1 2 3 4

4. Се обидувам да добијам совет од друг, за тоа како да постапам 1 2 3 4

5. Ги насочувам сите напори кон тоа да преземам нешто 1 2 3 4

6. Си велам „ова што се случува, не е реално“ 1 2 3 4

7. Сета верба му ја препуштам на Бога 1 2 3 4
8. Се смеам на ситуацијата 1 2 3 4
9. Си признавам дека не можам да се справам со тоа и се окжувам од секаков понатамошен обид 1 2 3 4
10. Се воздржувам од било какви избрзани постапки 1 2 3 4
11. Разговарам за моите чувства со некој 1 2 3 4
12. Пијам алкохол или земам дрога/лекови за да се чувствувам подобро 1 2 3 4
13. Се навикнувам на помислата дека тоа се случи 1 2 3 4
14. Разговарам со некого за да добијам што повеќе информации за тоа што се случи 1 2 3 4
15. Не дозволувам други мисли или активности да ми го одвлечат вниманието 1 2 3 4
16. Фантазирам и за други работи, освен за тоа што ми се случува 1 2 3 4
17. Се вознемирувам и свесен(а) сум за тоа 1 2 3 4
18. Барам помош од Бога 1 2 3 4
19. Правам план за акција 1 2 3 4
20. Се шегувам во врска со тоа 1 2 3 4
21. Прифаќам дека тоа се случило и дека не може да се промени 1 2 3 4
22. Одложувам да направам нешто, се додека не дозволат околностите 1 2 3 4
23. Се обидувам да добија емотивна поддршка од пријатели или роднини 1 2 3 4
24. Едноставно се откажувам од тоа да ја остварам целта 1 2 3 4

25. Преземам дополнителни активности за да се ослободам од проблемот 1 2 3 4
26. Се обидувам да „побегнам“ со земање алкохол или дрога/лекови 1 2 3 4
27. Одбивам да поверувам дека тоа се случило 1 2 3 4
28. Ги изразувам чувствата 1 2 3 4
29. Се обидувам на тоа да гледам од поинаква перспектива, за да
изгледа попозитивно 1 2 3 4
30. Разговарам со некој што може да направи нешто конкретно во
врска со проблемот 1 2 3 4
31. Спијам повеќе од вообичаено 1 2 3 4
32. Се обидувам да изнајдам стратегија за тоа како да постапам 1 2 3 4
33. Се фокусирам на тоа како да се справам со проблемот и ако е
потребно, ги оставам другите работи на страна 1 2 3 4
34. Барам сочувство и разбирање од другите 1 2 3 4
35. За да не мислам на тоа, пијам алкохол или земам дрога/лекови 1 2 3 4
36. Правам шеги на своја сметка 1 2 3 4
37. Се откажувам од обидот да го добијам тоа што го сакам 1 2 3 4
38. Барам нешто добро во она што се случило 1 2 3 4
39. Размислувам за тоа како можам најдобро да го решам проблемот 1 2 3 4
40. Се преправам како тоа воопшто да не се случило 1 2 3 4
41. Внимавам да не ги влошам работите со избрзани реакции 1 2 3 4
42. Особено се трудам да спречам други работи да ми ги попречат

- напорите за справување со проблемот 1 2 3 4
43. Одам во кино или гледам ТВ, помалку да размислувам за тоа 1 2 3 4
44. Ја прифаќам реалноста дека тоа се случило 1 2 3 4
45. Ги прашувам луѓето со слично искуство, како се справиле со тоа 1 2 3 4
46. Чувствувам дека сум под голем емотивен притисок и многу често
ги покажувам чувствата 1 2 3 4
47. Преземам директни акции за да го избегнам проблемот 1 2 3 4
48. Барам утеха во религијата 1 2 3 4
49. Се присилувам да го чекам вистинскиот момент пред да сторам нешто 1 2 3 4
50. Ја исмевам ситуацијата 1 2 3 4
51. Ги намалувам напорите што ги вложувам во решавање на проблемот 1 2 3 4
52. Раговарам со некој за тоа како се чувствувам 1 2 3 4
53. Пијам алкохол или земам дрога/алкохол полесно да поминам
низ искуството 1 2 3 4
54. Учам како да живеам со тоа 1 2 3 4
55. Ги одложувам другите активности, за да се сконцентрирам на ова 1 2 3 4
56. Многу размислувам за тоа што да преземам 1 2 3 4
57. Се однесувам како тоа воопшто да не се случило 1 2 3 4
58. Го правам она што мора да се направи, чекор по чекор 1 2 3 4
59. Учам нешто од искуството 1 2 3 4
60. Се молам почесто од вообичаено 1 2 3 4

Прилог 2: Скала на перцепција на семејни дноси – I. Масика (2005)

Во овој прашалник се наоѓаат тврдења кои ги опишуваат различните односи меѓу луѓето и нивните родители. Ваша задача е внимателно да го прочитате секое од тврдењата и од десната страна да го заокружите бројот што најдобро го опишува односот со Вашите мајка – татко.

Не е точно Делумно точно Точно	Мојата мајка			Мојот татко		
Не ми се извинува кога неправедно постапува со мене	1	2	3	1	2	3
Често вика по мене	1	2	3	1	2	3
Не покажува дека ме сака	1	2	3	1	2	3
Ми дава сигурност	1	2	3	1	2	3
Ме теши кога сум тажен(на)	1	2	3	1	2	3
Ме поттикнува да зборувам за работи кои мене ми се битни	1	2	3	1	2	3
Ги прифаќа моите грешки	1	2	3	1	2	3
Имам чувство како да не ме забележува	1	2	3	1	2	3
Не е до мене кога ми е потребен(на)	1	2	3	1	2	3
Можам да зборувам за интимни работи	1	2	3	1	2	3
Често вели дека нема време да разговара со мене кога ми е потребен	1	2	3	1	2	3
Ме охрабрува да успеам во други активности вон училиштето/професијата	1	2	3	1	2	3

Често ми држи „предавања“ како да се однесувам	1	2	3	1	2	3
Јас и мајка ми/татко ми имаме искрен однос	1	2	3	1	2	3
Не ја/го интересира кои проблеми ги имам	1	2	3	1	2	3
Ме омаловажува кога ќе сторам нешто погрешно	1	2	3	1	2	3
Претерано ме критикува	1	2	3	1	2	3
Постојано ме испрашува	1	2	3	1	2	3
Ме исмејува пред други	1	2	3	1	2	3
Ми се заканува дека ќе стори нешто	1	2	3	1	2	3
Кога ќе згрешам, ме казнува со молчење	1	2	3	1	2	3
Ретко ме бакнува	1	2	3	1	2	3
Ретко ми се насмевнува	1	2	3	1	2	3
Често ме уценува ако не се придржувам кон	1	2	3	1	2	3
Нејзините/неговите правила на однесување	1	2	3	1	2	3
Ме споредува со други деца/луѓе	1	2	3	1	2	3