

A reziliencia és az énhatékonyság szerepe a COVID-19 időszakában (Sz04)

Kövesdi Andrea, Soltész Klára

Károli Gáspár Református Egyetem, Reziliens Fejlődés-Pozitív (RFP) Kutatócsoport

A COVID-19 járványt stresszes életkörülményként fogtuk fel, amikor 2020 április elején Magyarországon elindítottuk (RFP Kutatócsoport) a szülők és gyermekek (11-18 évesek) reziliencia fókuszú kutatását.

Elméleti háttér: A reziliencia – lelki ellenállóképesség - különösen aktuális kutatási téma a túlélés és a helyreállítás szempontjából a járvány időszakában, amikor számos kihívással kellett szembenézni. Az előadásban vizsgálatunk rezilienciára, az énhatékonyságra az egészségügyi szorongás és az észlelt stressz összefüggéseire fókuszálunk. Kutatásunk során protektív tényezőket is keresünk a szülők és a gyermekek számára.

Minta: A vizsgálatban 684 főt vett részt, szülők és gyermekeik töltötték ki az online kérdőíveket. A nők felülreprezentáltak a mintában. A mintavétel 2020.04. és 11-12. hónapban történt két alkalommal.

Eredményeink azt mutatják, hogy a szülők reziliencia értéke 63,7%-a, a gyermekek 53,4%-a az átlagos övezet középső tartományában helyezkedik el. A szülői reziliencia pozitív összefüggést mutat az életminőséggel, a jóléttel és az énhatékonysággal. A reziliencia negatív szignifikáns összefüggését találtunk az észlelt stresszel és az egészségügyi szorongással. A szülői eredményekhez hasonló összefüggéseket találtunk a gyermekek és serdülők körében. A szülői mintában kimutattuk, hogy az észlelt stressz és az énhatékonyság mediáló hatását a rezilienciára. Az egészségügyi szorongás közvetlenül csökkenti a rezilienciát, míg az észlelt stressznek közvetítő hatása érvényesül a rezilienciára. Az énhatékonyság mérsékli az egészségügyi szorongás rezilienciára tett negatív hatását. A szülői énhatékonyság protektív tényező mind a szülők, mind a gyermekek ellenállóképessége szempontjából.

Diszkusszió: A longitudinális vizsgálatunk első és második elemzése hasonló eredményeket mutat, ahol az énhatékonyság protektív tényező pandémiás helyzetben az észlelt stresszel szemben a reziliencia összefüggésében, mely lehetővé teszi a rugalmas alkalmazkodást a szokatlan kihívásokhoz. A szülői énhatékonyság protektív tényező mind a szülők, mind a gyermekek körében reziliencia szempontjából járvány idején!

A kutatást a Károli Gáspár Református Egyetem elnyert Kutatási Pályázata támogatja.

Kulcsszavak: reziliencia, énhatékonyság, észlelt stressz, szülők, gyermekek, COVID-19