



**My children are the reason I
laugh, smile and want to get
up every morning.**

Gena Lee Nolin

Starea de bine a părinților, în contextul creșterii copiilor



Asist. Univ. Dr. Marius Marici

Toate drepturile rezervate

31. 01. 2019

Material prezentat în cadrul proiectului:



Building Bridges: Promoting Social Inclusion and Wellbeing for Families of Children with Special Needs

Program ERASMUS+

KA2: Cooperare pentru inovare și schimb de bune practici

Parteneriat strategic în domeniul educației adulților

Obiectiv principal: Dezvoltare și inovare

Suceava, 31 ianuarie 2019

Ce este starea de bine în parenting?

- Majoritatea studiilor pe starea de bine și parenting:
 1. **Disconfortul psihologic** și gradul în care părinților **raportează o percepție pozitivă** (percepție)
 2. Alte studii adaugă: (indicatori)
 - gradul de semnificație și existența unui scop în viață
 - eficiență personal
 - singurătate,
 - comportamente sănătoase
 - sănătate fizică
 3. **Costuri și beneficii** ale creșterii copiilor în cadrul grupului social și de-a lungul vieții (economică)

Credeți că un părinte în situația 1, 2 sau 3, va înceta să fie un părinte bun sau să se sacrifice?

Umberson, D., Pudrovska, T., & Reczek, C. (2010). Parenthood, Childlessness, and Well-Being: A Life Course Perspective. *Journal of marriage and the family*, 72(3), 612-629.

“Think having children will make you happy?”

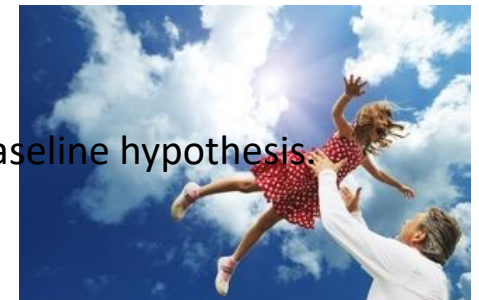
The psychologist

- Numeroase studii realizate pe eșantioane din **Europa** și **America** au găsit că părinții raportează un nivel semnificativ mai mic de:
 - **fericire** (Alesina et al., 2004),
 - **satisfacție privind propria viață** (Di Tella et al., 2003),
 - **satisfacția maritală** (Twenge et al., 2003), și
 - **sănătate mintală** (Clark & Oswald, 2002) comparative cu cei care nu sunt părinți

Momentul de fericire!

- Clark și colegii (2008) au investigat dinamica pe termen lung a **satisfacției față de viața personală**, de-a lungul mai multor **evenimente din viață**, atât pentru **mame cât și pentru tați**.
 - Au găsit că există o creștere semnificativă a satisfacției față de viață în general, (mame și tați) **cu un an înainte de nașterea unui copil și cu un an după**.
 - Apoi urmează **4 ani de nefericire**
 - Înainte de a deveni **“doar” împăcați** cu soarta lor.
 - Fericirea lor în această ultimă perioadă **nu este mai bună** decât în perioada în care nu aveau copii.

Clark, A.E., Diener, E., Georgellis, Y. & Lucas, R.E. (2008). Lags and leads in life satisfaction: A test of the baseline hypothesis. *Economic Journal*, 118, F222–243.



Dificultăți în rolul de părinte 1

- aproape 13% dintre părinții intervievați ajung la **epuizare ridicată** (“high burnout”). (Frontiers in Psychology)
- O **viata social** nouă – pierzi prieteni, te împrietenești din nou cu Tom și Jerry și încep să-ți placă poveștile.
- **Lipsa timpului liber**
- **Alte???**



Dificultăți în rolul de părinte 2

- Educarea copiilor este foarte importantă în primii **5 ani de viață** ai copilului (Duncan, Yeung, Brooks-Gunn, & Smith, 1998; Heckman & Masterov, 2007). În această perioadă părinții sunt **cei mai obosiți**, ca urmare părinții
 - (1) sunt **mai puțin eficienți** în manifestarea abilităților de creștere a copiilor. În plus, părinții care au copii mici,
 - (2) sunt **mai puțin eficienți în munca** la serviciu!



Somnul!!!

Povara/Bucuria creșterii copiilor!

“Although recent studies recognize that **parenting stress is greater for some groups** than others, we lack a solid understanding of the various mechanisms (e.g., financial, relationship quality, access to child care and social supports) through which **parenting affects well-being**. **The strains of parenting are not distributed equally**—with women, unmarried parents, and lower SES individuals shouldering more strain and its consequences. Recent work calls attention to the **burden of parenting in American society** and the absence of public support for parents and children ([Hewlett et al., 2002](#)).”

- Umberson, D., Pudrovska, T., & Reczek, C. (2010). Parenthood, Childlessness, and Well-Being: A Life Course Perspective. *Journal of marriage and the family*, 72(3), 612-629.

Cum explicăm că totuși părinții fac **toate aceste lucruri neplacute** și declară că au un nivel al stării de bine ridicat?

Explicația 1

Iluzia focalizării pe evenimentele rare!

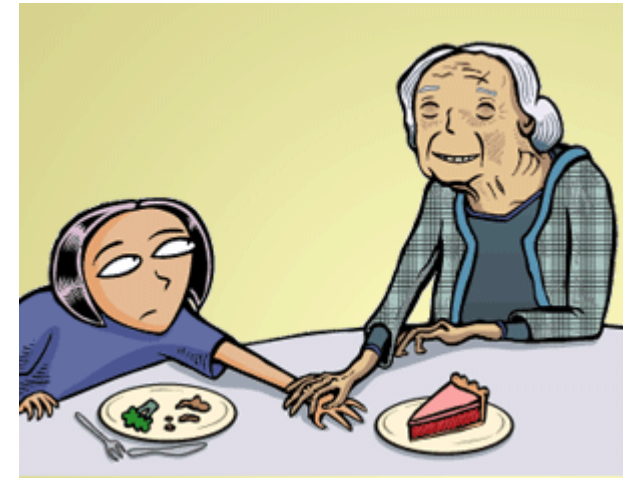
Iluzia fericirii

- Tindem să credem că evenimentele pline de semnificație vor face ca fericirea noastră să atingă cote maxime
 - Zâmbetul unui copil
 - Terminarea unei facultăți
 - Succesul în viață
- Toate cresc nivelul de fericire, dar nu pt mult timp. De câte ori **vă gândiți la ele** pentru a vă crește nivelul de fericire?
 - The psychologist, Think having children will make you happy?



Explicația 2

Principiul Premack



Părinții sunt motivați să se **sacrifice**, pentru a obține **stisfacții superioare**, pe care **nu le pot obține altfel**.

- satisfacția de a fi **un părinte bun** și a **nu regret nimic**
- Satisfacția de a fi **congruent cu credințele personale** și **standardele impuse**, sau autoimpuse.
- Satisfacția de a se comporta **congruent cu noul rol de părinte**

Explicația 3

Iubirea necondiționată



Exisă ceva care **se manifestă diferit** de celalalte tipuri de iubire și care **tinde spre necondiționare**.

Unde este **satisfacția unui tată** care își **donează un rinichi** pentru copilul bolnav?

**Ati dona un rinichi
pentru soț sau coleg de serviciu?**

- The psychologist, Think having children will make you happy?

Explicația 3

Iubirea necondiționată



The neural basis of unconditional love

Mario Beauregard^{a,b,c,d,*}, Jérôme Courtemanche^{a,d}, Vincent Paquette^{a,d}, Évelyne Landry St-Pierre^a

^aCentre de Recherche en Neuropsychologie et Cognition (CERNEC), Département de Psychologie, Université de Montréal, C.P. 6128, succursale Centre-Ville, Montréal, Québec, Canada H3C 3J7

^bDépartement de Radiologie, Université de Montréal, Canada

^cCentre de Recherche en Sciences Neurologiques (CRSN), Université de Montréal, Canada

^dCentre de Recherche, Institut Universitaire de Gériatrie de Montréal (CRIUGM), Canada

ARTICLE INFO

Article history:

Received 17 March 2008

Received in revised form 22 September 2008

Accepted 12 November 2008

Keywords:

Unconditional love

Reward system

Functional magnetic resonance imaging

ABSTRACT

Functional neuroimaging studies have shown that **romantic love** and **maternal love** are mediated by regions specific to each, as well as overlapping regions in the brain's reward system. **Nothing is known yet regarding the neural underpinnings of unconditional love.** The main goal of this functional magnetic resonance imaging study was to identify the brain regions supporting this form of love. Participants were scanned during a control condition and an experimental condition. In the control condition, participants were instructed to simply look at a series of pictures depicting individuals with intellectual disabilities. In the experimental condition, participants were instructed to feel unconditional love towards the individuals depicted in a series of similar pictures. Significant loci of activation were found, in the experimental condition compared with the control condition, in the middle insula, superior parietal lobule, right periaqueductal gray, right globus pallidus (medial), right caudate nucleus (dorsal head), left ventral tegmental area and left rostro-dorsal anterior cingulate cortex. These results suggest that unconditional love is mediated by a distinct neural network relative to that mediating other emotions. This network contains **cerebral structures** known to be involved in **romantic love** or **maternal love**. Some of these structures represent key components of the brain's reward system.

Explicația 3

Iubirea necondiționată



“These structures represent key components of the brain's reward system. As in the case of romantic love and maternal love, the rewarding nature of unconditional love facilitates the creation of **strong emotional links between humans**. Such robust emotional bonds may critically contribute to the **preservation of the human species**.” (p. 97)

Implicații pentru starea de bine a familiei

- Avem mecanisme **native** si **dobândite** care susțin parentingul
- Fie **prevenim**, fie **intervenim**
- **The basics**
 - Relație bună de cuplu
 - Soțul care își ajută soția în creșterea copiilor
 - Rezolvarea conflictelor când apar
 - Sens al vieții, scopuri și obiective personale, credințe puternice
 - Know-how al familiei
 - Timp împreună de calitate
 -

Soții își **stresează** soțiile
mai mult decât copiii!?

