

Vilniaus universitetas
Filosofijos fakultetas
Psichologijos institutas

Emilija Jucevičiūtė

Klinikinės psichologijos studijų programa
Magistro darbas

Tėvų, auginančių vaiką su įvairiapusiu raidos sutrikimu, emocijų reguliacijos, atjautos sau, dėmesingu įsisąmoninimu grįstos tėvystės sąsajos su vaiko probleminiu elgesiu

Darbo vadovė: prof. dr. Vilmantė Pakalniškienė
Darbo konsultantė: doc. dr. Olga Zamalijeva

Vilnius
2024

TURINYS

SANTRAUKA.....	4
SUMMARY.....	5
SVARBIAUSIOS SAŲOKOS.....	6
PRATARMĖ.....	7
1. ĮVADAS.....	9
1.1. Įvairiapusių raidos sutrikimų samprata ir ypatumai.....	9
1.2. Dažniausiai nustatomi iššūkiai, auginant vaiką su ASS.....	11
1.2.1. Tėvų emocijų reguliacijos ir vaiko probleminio elgesio sąsajos.....	12
1.3. Dėmesingu įsisąmoninimu grįsta tėvystė ir jos reikšmė vaiko probleminiam elgesiui.....	15
1.4. Atjauta sau ir jos samprata.....	19
1.4.1. Atjautos sau ir tėvų emocijų reguliacijos sąsajos.....	20
1.4.2. Atjautos sau ir tėvų emocijų reguliacijos sąsajos.....	21
1.4.3. Atjautos sau ir vaiko probleminio elgesio sąsajos.....	22
1.5. Tėvų emocijų reguliacijos, atjautos sau, dėmesingu įsisąmoninimu grįstos tėvystės ir vaiko probleminio elgesio sąsajos.....	23
2. TYRIMO METODOLOGIJA.....	25
2.1. Tyrimo dalyviai.....	25
2.2. Tyrimo instrumentai.....	26
2.2.1. Vaiko probleminio elgesio vertinimas.....	26
2.2.2. Tėvų emocijų reguliacijos sunkumų vertinimas.....	29
2.2.3. Tėvų jaučiamos atjautos sau vertinimas.....	30
2.2.4. Dėmesingu įsisąmoninimu grįstos tėvystės vertinimas.....	31
2.3. Tyrimo eiga.....	32
2.4. Duomenų analizė.....	33
3. REZULTATAI.....	35
3.1. Pirminė analizė.....	35
3.2. Vaiko probleminio elgesio sąsajos su demografiniais kintamaisiais.....	40
3.3. Probleminį vaiko elgesį prognozuojantys veiksniai.....	42
3.4. Vaiko probleminio elgesio takų analizės modelis	43
4. REZULTATŲ APTARIMAS.....	46
4.1. Sąsajos tarp skirtingų probleminio elgesio būdų.....	46
4.2. Tiesiogiai probleminį vaiko elgesį prognozuojantys veiksniai.....	48
4.3. Netiesiogiai su vaiko probleminiu elgesiu susiję veiksniai.....	49
4.4. Sociodemografinių charakteristikų sąsajos su probleminiu vaiko elgesiu.....	51

4.5. Tyrimo ribotumai, gairės ateities tyrimams ir praktinės rekomendacijos.....	52
IŠVADOS	54
LITERATŪRA.....	55
PRIEDAI.....	68

.

SANTRAUKA

Tėvų, auginančių vaiką su įvairiapusiu raidos sutrikimu, emocijų reguliacijos, atjautos sau, dėmesingu įsisąmoninimu grįstos tėvystės sąsajos su vaiko probleminiu elgesiu

Emilija Jucevičiūtė

Vilnius, Vilniaus universitetas, 2024

71 puslapis

Pastaruoju metu įvairiapusio raidos sutrikimo (arba kitaip – autizmo spektro sutrikimo, ASS) atvejų skaičius auga tiek pasaulyje, tiek Lietuvoje. Tinkamos emocijų raiškos ir elgesio problemos yra dažnos žmonėms, turintiems ASS ir kelia iššūkių tiek šeimai, tiek su vaikais dirbantiems specialistams. Vis dėlto, vaikas daugiausiai laiko praleidžia namuose su šeima, todėl būtina ieškoti būdų, kuriais patys tėvai bendravimo su vaiku metu galėtų prisidėti prie probleminio vaiko su ASS elgesio mažinimo. Šiuo darbu buvo siekiama išplėsti šia tema jau turimas žinias bei panagrinėti galimas šiuo metu moksliniame pasaulyje susidomėjimo sulaukiančių konstruktyvų, tokių kaip dėmesingu įsisąmoninimu grįsta tėvystė ir atjauta sau, sąsajas su vaiko probleminiu elgesiu. Tyrime dalyvavo 117 tėvų, auginančių vaiką ASS, iš kurių 107 (91,5%) buvo moterys, o 8 (6,8%) – vyrai. Dalyvių amžius svyravo nuo 25 iki 63 metų ($M = 38,42$; $SD = 5,51$). Surinkti duomenys apie 91 (77,8%) berniuko ir 26 (22,2%) mergaičių su ASS, kurių amžius svyravo nuo 3 iki 19,8 metų ($M = 7,44$; $SD = 3,46$), probleminį elgesį. Probleminio elgesio vertinimui šiame tyrime buvo naudojama Elgesio problemų klausimyno asmenims su intelektine negalia trumpoji forma. Taip pat buvo įvertinti tėvų emocijų reguliacijos sunkumai, jų jaučiama atjauta sau bei dėmesingu įsisąmoninimu grįstos tėvystės principų taikymas. Takų analizės modelis atskleidė, kad tėvų emocijų reguliacijos sunkumai prie probleminio vaiko su ASS elgesio paaiškinimo prisideda tiesiogiai, o dėmesingu įsisąmoninimu grįsta tėvystė ir atjauta sau - netiesiogiai, per tėvų emocijų reguliacijos sunkumus.

Raktiniai žodžiai: įvairiapusis raidos sutrikimas, autizmo spektro sutrikimas, tėvų emocijų reguliacija, tėvų atjauta sau, dėmesingu įsisąmoninimu grįsta tėvystė, probleminis vaiko elgesys

SUMMARY

Raising a child with pervasive developmental disorder: the links between parental emotion regulation, self-compassion, mindful parenting and child's problem behaviour

Emilija Jucevičiūtė

Vilnius, Vilnius University, 2024

71 pages

The number of cases of pervasive developmental disorder (or autism spectrum disorder, ASD) has been rising recently, both worldwide and in Lithuania. Problems with the appropriate expression of emotions and behaviour problems are common in people with ASD and pose challenges for both families and professionals working with these children. However, the child spends most of his/her time at home with family, so it is necessary to look for ways in which parents themselves can contribute to the reduction of challenging behaviour of the child with ASD during interactions with their child. The aim of this research was to expand the knowledge already available on this topic and to explore the relevance of constructs of current interest in the scientific world, such as mindful parenting and self-compassion, to the child's challenging behaviour. The study involved 117 parents of a child with ASD, 107 (91,5%) women and 8 (6,8%) men. Participants' age ranged from 25 to 63 years ($M = 38,42$; $SD = 5,51$). Data were collected about the problem behaviour of 91 (77,8%) boys and 26 (22,2%) girls with ASD. Their age varied between 3 and 19,8 years ($M = 7,44$; $SD = 3,46$). The Behavior Problems Inventory for Individuals with Intellectual Disabilities - Short Form was used to assess problem behaviour. Parents' difficulties in emotion regulation, their perceived self-compassion and the application of mindful parenting principles were also assessed. Path analysis revealed that parental emotion regulation difficulties directly predict the problem behaviour of a child with ASD, whereas mindful parenting and self-compassion contribute indirectly through parental emotion regulation difficulties.

Key words: pervasive developmental disorder, autism spectrum disorder, parental emotion regulation difficulties, parental self-compassion, mindful parenting, child's problem behavior

SVARBIAUSIOS SĄVOKOS

Įvairiapusiai raidos sutrikimai (angl. *pervasive developmental disorders*) – sutrikimai apibūdinami kokybinėmis socialinio bendravimo ir komunikacijos anomalijomis bei ribotu, stereotipiniu ir pasikartojančiu interesų ir veiklos ratu. Šios kokybinės anomalijos yra asmens iškreipto funkcionavimo visose situacijose požymis (Pasaulio sveikatos organizacija, 2015).

Autizmo spektro sutrikimas (angl. *autism spectrum disorder*) – sutrikimas, kuriam būdingas nuolatinis gebėjimo pradėti ir palaikyti abipusę socialinę sąveiką bei socialinį bendravimą trūkumas bei įvairūs riboti, pasikartojantys ir nelankstūs elgesio, interesų ar veiklos modeliai, kurie yra aiškiai netipiški ar pertekliniai asmens amžiui ir sociokultūriniam kontekstui (World Health Organization, 2019).

Neurotipiškas asmuo (angl. *neurotypical person*) – asmuo, neturintis raidos sutrikimų, ypač autizmo spektro sutrikimų: pasižymintis tipiška neurologine raida (Merriam-Webster, n.d.).

Dėmesingu įsisąmoninimu grįsta tėvystė (angl. *mindful parenting*) – tai aukšta emocijų reguliacija pasižymintis auklėjimo procesas, kurio metu tėvai kiek galėdami labiau, akimirka po akimirkos, stengiasi suteikti supratimą, dėmesį, nesmerkiantį priėmimą ir atjautą sau ir savo vaikams (Ahemaitijiang et al., 2021).

Atjauta sau (angl. *self-compassion*) – tai adaptyvus elgesio su savimi būdas, apimantis supratingą ir rūpestingą požiūrį į savo emocinį skausmą (Lathren et al., 2020).

Emocijų reguliacija (angl. *emotion regulation*) – tai mūsų pastangos daryti įtaką savo ar kitų emocijoms taip, kad, mūsų manymu, padidėtų tikimybė, jog jos konkrečioje situacijoje bus naudingos, o ne žalingos (Gross, 2015).

Probleminis vaiko elgesys – šio darbo kontekste probleminis vaiko elgesys apima save žalojančią elgesį, agresyvų/destruktyvų elgesį ir pasikartojantį stereotipinį elgesį. Toks elgesys ne tik kelia tiesioginę fizinės žalos grėsmę, bet ir turi netiesioginį poveikį ir pasekmes, pavyzdžiui, trukdo asmeniniam ir socialiniam vaiko vystymuisi, kelia grėsmę bendruomenės gyvenimo sąlygoms ir stipriai veikia asmens gyvenimo kokybę (Rojahn, 2012).

PRATARMĖ

Autizmo spektro sutrikimo (ASS) pastaruoju metu nebeįmanoma nepastebėti – vis daugiau apie šį neuroraidos sutrikimą kalbama viešojoje erdvėje: daugėja tėvų, auginančių vaiką su šiuo sutrikimu, istorijų, patys autizmo spektro sutrikimą turintys žmonės prabyla apie savo patirtis, autizmo tema nuskamba ir įtraukiojo ugdymo kontekste. Kartu ir mokslininkai pastebi, kad autizmo spektro sutrikimo atvejų skaičius auga visame pasaulyje, todėl didėja specializuotos pagalbos poreikis ne tik vaikams, bet ir šeimai.

Kai kurie tėvai savo patirtis auginant vaiką su autizmo spektro sutrikimu (ASS) apibūdina kaip juos sustiprinsią kelionę, pilną gražių atradimų (Berman, 2016). Tačiau kartu kasdieniame gyvenime kyla ir nemažai iššūkių dėl sutrikimo specifikos: vaikams kyla bendravimo ir socialinės sąveikos sunkumų, jie yra labai jautrūs sensoriniams stimulams, o pernelyg didelė emocinė ar sensorinė disreguliacija gali lengvai peraugti į iššūkių keliantį elgesį (Prizant, 2019). Vaiką su ASS auginančios šeimos turi būti lanksčios, gebėti prisitaikyti – pirmiausiai prie pačios diagnozės, kurią neretai lydi į gedulą ar depresiją panašios reakcijos (Papadopoulou, 2020), o tuomet – prie su amžiumi kintančių vaiko poreikių ir elgesio (Manning et al. 2011). Kai kada vaikas su ASS, jo poreikiai, rutina tampa visos šeimos gyvenimo centru (Mount & Dillon, 2014). Natūralu, kad tokia našta neigiamai veikia tėvų emocinę ir fizinę savijautą, o kilusias neigiamas emocijas sureguliuoti darosi sunku. Vis dėlto, šeima yra sistema (Bowen, cit. iš Haefner, 2014), todėl tikėtina, kad neigiamos tėvų emocijos veikia ir jų vaikus bei galimai prisideda ir prie probleminio jų elgesio.

Kartu mokslininkai pastebi, kad viena iš dažnai tėvų patiriamų sunkių emocijų yra kaltė. Kai kurie kaltina save dėl vaiko sutrikimo, negebėjimo tinkamai atliepti vaiko su ASS poreikius, kiti jaučia kaltę prieš kitus savo vaikus dėl mažiau jiems skiriamo dėmesio ar kitų kylančių sunkumų (Efstratopoulou et al., 2022). Kai kada ir aplinka smerkia ar stigmatizuoja raidos iššūkių turintį vaiką auginančius tėvus. Tad gali būti, kad gebėjimas save atjausti, būti sau švelniu(-a) susidūrus su sunkumais, kurių tėvai, auginantys vaiką su ASS patiria nemažai, gali būti svarbus gerinant bendrą emocinį foną ir stiprinant pozityvumą vaiką su ASS auginančiose šeimose.

Be to, pastebima, kad emocijos daro įtaką tam, kaip tėvai bendrauja su savo ASS turinčiais vaikais bei juos auklėja (Zhou & Yi, 2014). Pastaruoju metu, kartu su dėmesingo įsisąmoninimo praktikų iškilimu, imta kalbėti ir apie dėmesingu įsisąmoninimu grįstą tėvystę, t.y. dėmesingo įsisąmoninimo principų „iliejimą“ į bendravimą su vaiku. Esama duomenų, kad ši auklėjimo praktika yra naudinga padedant mažinti vaikų su ASS probleminį elgesį, o kartu yra susijusi ir su geresne tėvų emocijų reguliacija (Singh et al., 2021) bei atjauta sau (Gouveia et al., 2016).

Taigi, šiuo tyrimu buvo siekiama išplėsti turimas žinias apie psichologinius su tėvų emocine savijauta bei auklėjimo praktikomis susijusius veiksnius, galinčius prisidėti prie probleminio vaiko su ASS elgesio mažinimo – iki šiol neteko aptikti tyrimų, kurie visus šiuos kintamuosius nagrinėtų

kartu. Be to, šiame darbe aptariami veiksniai, kuriuos galima keisti, ugdyti ar jų mokytis. Tad žinios apie tai, kaip tėvai gali patys prisidėti prie iššūkių keliančio vaiko elgesio mažinimo, gali būti labai svarbios, naudingos ir praktiškai pritaikomos.

Už pagalbą pasiekiant vaikų su ASS mamas ir tėčius norėčiau nuoširdžiai padėkoti Aušrai Vainikonytei-Lisauskienei, Domantui Pauliui Dragūnui, Aistei Aleckūnaitei, Joanai Grygutis, Linai Paškevičienei, Miglei Stanevičienei, Jurgitai Matulevičienei. Už pagalbą kuriant internetinę anketą dėkoju Rasai Dobrovolskaitei.

1. ĮVADAS

1.1. Įvairiapusių raidos sutrikimų samprata ir ypatumai

Įvairiapusiai raidos sutrikimai – tai neuroraidos sutrikimų grupei priskiriami sutrikimai, pasireiškiantys vaiko socialinių įgūdžių, kalbos, sensoriniais bei elgesio sunkumais, kurie dažniausiai išryškėja iki 3 metų amžiaus (World health organization, WHO, 2019; American Psychiatric Association, APA 2013). Įvairiapusiams raidos sutrikimams būdingi įvairūs ir skirtingai pasireiškiantys bruožai, todėl jie, pagal šiuo metu Lietuvoje naudojamą TLK-10-AM klasifikaciją, skirstomi į atskiras grupes: vaikystės autizmas (F84.0), netipinis autizmas (F84.1), Rett'o sindromas (F84.2), kiti dezintegraciniai vaikystės sutrikimai (F84.3), hiperaktyvus elgesys, susijęs su protiniu atsilikimu ir stereotipiniais judesiais (F84.4), Aspergerio sindromas (F84.5), kiti įvairiapusiai raidos sutrikimai (F84.8) bei nepatikslintas įvairiapusis raidos sutrikimas (F84.9).

Vis dėlto, naujosiose ICD-11 (WHO, 2019) ir DSM-V (APA, 2013) klasifikacijos redakcijose buvo atlikta svarbių pakeitimų – smulkesnės įvairiapusių raidos sutrikimų grupės diagnozės sutelktos į visas jas apjungiančią autizmo spektro sutrikimo (ASS) kategoriją. Toks pokytis grindžiamas tyrimų duomenimis, atskleidusiais, kad net 91% vaikų, kuriems pagal TLK-10 ar DSM-IV buvo diagnozuotas kuris nors įvairiapusis raidos sutrikimas, gali būti priskirti autizmo spektro sutrikimo kategorijai (Venta et al., 2021). Pagal naująją TLK-11 versiją diagnozuojantis gydytojas turi patikslinti, ar esama/nesama protinės negalios, nurodyti funkcinio kalbos sutrikimo laipsnį bei tai, ar buvo prarasti anksčiau raidos eigoje įgyti įgūdžiai. Taip pat TLK-11 klasifikacijoje prie autizmo spektro sutrikimų nebepriskiriamas Rett'o sindromas, kuris perkeltas į Raidos anomalijų skirsnį, o Aspergerio sindromo diagnozės šioje klasifikacijoje apskritai atsisakyta.

Šis, naujesnis, apibendrintas skirstymas ir pavadinimas pastaruoju metu vis dažniau naudojamas tarp pagalbos vaikui specialistų bei plačiojoje visuomenėje. Pavyzdžiui, Sutrikusios raidos vaikų konsultavimo skyriaus puslapyje pateiktoje informacijoje nurodoma, kad „TLK-10-AM sisteminiame ligų sąrašė autizmo spektro sutrikimai įvardijami kaip įvairiapusiai raidos sutrikimai“ („Įvairiapusiai raidos sutrikimai = autizmo spektro sutrikimai“, n.d.). Mokslo darbuose taip pat galima rasti pavyzdžių, kai tyrimo imtis sudaryta iš žmonių, turinčių diagnozę pagal TLK-10 ar DSM-IV, tačiau jiems apibūdinti naudojamas autizmo spektro sutrikimo terminas (pvz., Crane et al., 2016; Mappelink et al., 2016). Kartu ir patys tėvai bei visuomenė, kuri pastaruoju metu žiniasklaidos priemonių pagalba vis dažniau yra supažindinama su ASS ir apie jį šviečiama, yra linkusi naudoti būtent šį, o ne įvairiapusių raidos sutrikimų, terminą. Dėl visų minėtų priežasčių ir šiame darbe pasirinkta įvairiapusių raidos sutrikimų ir autizmo spektro sutrikimo sąvokas laikyti tapačiomis ir naudoti pakaitomis.

Pasaulio sveikatos organizacijos duomenimis (2023) maždaug 1 vaikui iš 100 nustatomas autizmo spektro sutrikimas, nors pabrėžiama, kad skirtingose šalyse gaunami skirtingi duomenys.

Pavyzdžiui JAV autizmo spektro sutrikimas diagnozuojamas 1 vaikui iš 36 (Maenner et al., 2023). Dažnai kalbama ir apie tai, kad autizmas tampa tarsi savotiška epidemija dėl labai spartaus atvejų augimo – per pastaruosius 40 metų ASS paplitimas pasaulyje padidėjo 20-30 kartų (Wang et al., 2022). Lietuvoje taip pat stebima įvairiapusių raidos sutrikimų atvejų didėjimo tendencija. Remiantis naujausia Higienos instituto ataskaita (2023), apžvelgiant 2017-2023 metų duomenis, šią diagnozę turinčių vaikų skaičius 2022 m., palyginti su 2021 m., padidėjo 1,2 karto. Berniukų rodiklis visais analizuojamais metais buvo 3–4 kartus didesnis nei mergaičių – tai atitinka ir pasaulines tendencijas, kuriose ASS santykis tarp lyčių yra maždaug 4:1 (Zeidan et al., 2022). Taip pat Higienos institutas (2023) skelbia, kad įvairiapusių raidos sutrikimų atvejų visu analizuojamu laikotarpiu didėjo tiek tarp berniukų, tiek tarp mergaičių. Taigi, akivaizdu, kad ASS atvejų skaičius sparčiai auga. Vadinasi, šis sutrikimas paliečia vis daugiau šeimų ir specialistų, kurie susiduria su šį sutrikimą turinčiais vaikais. Kartu auga ir spaudimas valstybei – didėja specializuotų paslaugų, socialinės ir psichologinės paramos poreikis. Todėl labai svarbu aiškintis, kokiose srityse šiems vaikams ir juos supantiesiems kyla daugiausiai iššūkių, kaip jie reiškiasi ir veikia tiek vaiką, tiek aplinkinius bei kas gali prisidėti prie jų mažinimo.

Nors autizmo spektro sutrikimas dažniausiai siejamas su socialinės sąveikos ir kalbinio bei nekalbinio bendravimo sunkumais, tačiau tinkamos emocijų raiškos ir elgesio problemos yra dažnos žmonėms, turintiems ASS. Pasak Navickienės ir kt. (2019) vaikai, turintys ASS, iš kitų labiausiai išsiskiria būtent neįprastu elgesiu: dažnai vaikšto ant pirštų galų, atlieka stereotipinius judesius (plasnoja rankomis, sukasi ratu, linguoja, krato galvą ir pan.). Taip pat vaikas su ASS gali reikšti stiprų norą ir atkaklų siekį daryti tai, ką nori, kas jam patinka ar jį domina, apie dominančias sritis nuolat kalbėti neatsižvelgdamas į kitų norus ir poreikius (Winter-Messiers, 2007). Paėmus iš ASS turinčio vaiko jo mėgstamą daiktą, gali kilti audringos emocijos: pykčio protrūkis, rėkimas, vaikas gali tapti agresyvus savo ir/ar kitų atžvilgiu. Šiems vaikams taip pat labai svarbi pastovi dienvietė, rutina, o net nežymūs aplinkos ar kasdienybės pokyčiai dažnai gali sukelti stiprų neigiamų emocijų protrūkį ir pasipriešinimą (Budrytė, 2022). Neretai toks iššūkių keliantis elgesys pasireiškia tuomet, kai vaikas išgyvena emocinę ar fiziologinę disreguliaciją. Pasak Prizant (2019), sunkumai išlaikant emocinį ir fiziologinį stabilumą turėtų būti esminis ASS apibūdinantis bruožas. O kartu tai nurodo ir galimas pagalbos kryptis – reikia ieškoti būdų, kuriais galima būtų geriau užtikrinti vaiko su ASS emocinį ir fiziologinį stabilumą ar padėti vaikui greičiau jį atkurti.

Tad ankstyva intervencija, nukreipta į ASS požymių švelninimą, geresnį pusiausvyros palaikymą yra be galo svarbi, nes sunkumai komunikuojant, mezgant ryšį su kitais žmonėmis, o kartu ir specifinis, dažnai kitiems neįprastas ar agresyvus elgesys riboja vaikų su ASS galimybes bendrauti, kurti artimus ir šiltus santykius su aplinkiniais, mokytis, ugdyti savo socialines kompetencijas. Nors nemažai žinoma apie įvairias intervencijas ugdymo įstaigose (pvz., taikomąją elgesio analizę (ABA)),

tačiau vaikas daugiausiai laiko praleidžia namuose su šeima, todėl nemaža dalis atsakomybės koreguojant vaiko elgesio ir emocijų sunkumus gula ant tėvų pečių. Tai reiškia, jog reikia ieškoti būdų, kuriais tėvai sąveikų su vaiku metu galėtų prisidėti prie sunkumų keliančio vaiko elgesio mažinimo.

1.2. Dažniausiai nustatomi iššūkiai, auginant vaiką su ASS

Kaip žinoma, autizmo spektro sutrikimas egzistuoja kontinuume – nuo lengvesnių iki itin sunkių atvejų. Tačiau kad ir kokių sunkumų patiria vaikas, neišvengiamai jie paliečia ir vaiko tėvus bei visą šeimą. Tyrimai rodo, kad tėvų, auginančių vaiką su ASS, psichologinė gerovė yra mažesnė (Lord et al., 2020). Tad verta išsamiau panagrinėti sunkumus, kylančius tėvams, auginantiems vaiką su ASS. Pirmiausiai, tėvai susiduria su sunkumais, kurie susiję su paties vaiko sutrikimu. Tėvų klausiant, kas jiems yra sunkiausia auginant autizmo spektre esantį vaiką, jie nurodo, kad dažnai tai yra būtent vaiko elgesys, neretai pastebimas ir aplinkinių. Pačių tėvų nuomone, jiems daugiausiai iššūkių kelia besikartojantys ir ilgai trunkantys pykčio protrūkiai, tai, kad vaikas greitai ir labai lengvai patiria frustraciją, yra nedėmesingas, atitolęs ar prislėgtas (Costa et al., 2017). Be to, vaikai su ASS dažnai demonstruoja pasipriešinimą pokyčiams, padidėjusį jautrumą aplinkos stimulams – tai kelia vaikams vidinę įtampą, kuri gali pasireikšti gana netikėtomis emocijinėmis perkrovomis (angl. *meltdown*) (Prizant, 2019). Šis netikėtumo faktorius, kai tėvai nežino, kada, kur ir dėl ko vaikas gali intensyviai sureaguoti, dažnai verčia tėvus jaustis nuolat įsitempusiais – tėvams tai yra tiek fiziškai, tiek emociškai sekinanti patirtis (Aydin, 2023). Tad tikėtina, kad vaiką su ASS auginantys tėvai neretai būna emociškai išsekę bei stokojantys psichologinių resursų savo pačių emocijų reguliacijai.

Taip pat tėvams iššūkių dažnai kyla ir kasdieniame gyvenime. Pats autizmo spektro sutrikimas gali būti įvairaus sunkumo, o taip pat tyrimai rodo, kad maždaug pusė vaikų su ASS kartu turi ir kokio nors lygmens intelekto negalią (Postorino et al., 2016). Be to, su ASS gana dažnai pasireiškia ir kiti gretutiniai sutrikimai, tokie kaip epilepsija, psichikos ar elgesio sutrikimai ir virškinamojo trakto sutrikimai (Mpaka et al., 2016). Tad natūralu, jog tokiam vaikui reikės daugiau tėvų dėmesio, o galbūt ir nuolatinės, visą para trunkančios, priežiūros. Neretai pasitaiko ir atveju, kai vienam iš tėvų apskritai reikia atsisakyti darbo, o kitam – padidinti darbo krūvį, kad šeimos pajamos liktų stabilios. Tai gali turėti įvairių pasekmių: galbūt gali susiaurėti tėvų socialinių ryšių ratas, nes tiesiog nebelieka laiko susitikti su draugais, galimai sumažėja sau skiriamo laiko, tampa sunkiau jo atrasti mėgstamai veiklai ar tiesiog pasyviai poilsiui. Tokiu atveju tėvai gali patirti tiek fizinį pervargimą, tiek emocijinį išsekimą.

Be to, sunkumų gali kilti ir vidiniame šeimos gyvenime. Nemažoje dalyje vaiką su ASS auginančių šeimų auga ir daugiau vaikų, tačiau vaiko, turinčio ASS, priežiūra atima labai daug laiko, emociinių bei fizinių resursų, kurių mažiau lieka kitiems vaikams. Pasak Efstratopoulou ir kolegų (2022) tuomet tėvai dažnai jaučia kaltę, kad daugiau dėmesio skiria ASS turinčiam, o ne

neurotipiškam savo vaikui (vaikams). Tyrimai rodo, kad kaltė dažniausiai skatina koki nors į situacijos pataisymą orientuotą veiksmą – atsiprašymą ar žalos atitaisymą (Tangney et al., 2007), tačiau tokiomis aplinkybėmis, kai kaltė susijusi su kitu šeimos nariu, kuriam reikia nuolatinio rūpesčio, tai padaryti tėvams gali būti labai sudėtinga. Tad gali būti, kad tėvai su šiuo sekinančiu kaltės jausmu gyvena ilgą laiką, galėdami mažai ką pakeisti.

Be to, kiekvienas žmogus ir šeima gyvena bendruomenėje, visuomenėje, kuri veikia mūsų raidą bei siejasi su mūsų fizine bei emocine sveikata (Bronfenbrenner, cit. iš Julian & Lumeng, 2022). Vis dėlto, ir čia tėvams, auginantiems vaiką su ASS, neretai kyla sunkumų. Mūsų visuomenėje vis dar labai gajį stigma, susijusi su bet kokiomis negalėmis. Tyrimai rodo, kad tėvai, auginantys vaiką su ASS, ypač jei jis linkęs elgtis agresyviai, susiduria su stipriu stigmatizavimu iš aplinkos (Swaab et al., 2021). Dažniausi akivaizdžiai rodomo stigmatizavimo pavyzdžiai, su kuriais susiduria būtent vaiką su ASS auginantys tėvai – iš aplinkinių jaučiamas vengimas, įžeidžiantys, nemandagūs komentarai ar reakcijos bei spoksojimas (Salleh et al., 2020). Tokios aplinkinių reakcijos gali ir taip pavargusiems tėvams sukelti papildomų stiprių jausmų – gėdą, pyktį, liūdesį. O kartu kelti jiems emocinę įtampą, pavyzdžiui, kur nors išėjus su savo vaiku.

Visa ši daugybė išvardytų sunkumų gali stipriai paveikti tėvų emocinę savijautą. Nustatyta, kad sumažėja vaiką su ASS auginančių tėvų psichologinė gerovė, jie jaučia daugiau fiziologinio streso lyginant su tėvais, kurie augina neurotipišką vaiką (Costa et al., 2017). Taip pat padidėja tėvų pažeidžiamumas depresijai ir nerimui (Hayes & Watson, 2013; Kutuk et al. 2021), suprastėja mamos ir tėčio tarpusavio santykiai (Chan & Leung, 2020). Natūralu, kad susiduriant su tiek sunkumų kyla įvairių, dažnai neigiamų ir stiprių, emocijų, kurias būtina tinkamai reguliuoti tam, kad jos neprasiveržtų netinkamais būdais. Tėvų gebėjimas reguliuoti savo emocijas yra laikomas pozityvaus vaikų prisitaikymo veiksniumi, turinčiu įtakos tiek vaikų, tiek tėvų gerovei (Lieneman et al., 2020). Tad emocijų reguliacija yra labai svarbi tėvų, auginančių vaiką su ASS, reakcijoms ir gali veikti tiek kaip apsauginis, tiek kaip rizikos veiksnys priklausomai nuo asmeniui būdingų emocijų reguliacijos ypatumų. Todėl svarbu pažvelgti į tai, kaipgi tėvų emocijų reguliacija veikia probleminį vaiko elgesį bei su juo siejasi.

1.2.1. Tėvų emocijų reguliacijos ir vaiko probleminio elgesio sąsajos

Emocijų reguliacija – tai mūsų pastangos daryti įtaką savo ar kitų emocijoms taip, kad, mūsų manymu, padidėtų tikimybė, jog jos konkrečioje situacijoje bus naudingos, o ne žalingos (Gross, 2015). Pasak emocijų reguliaciją tyrinėjančių mokslininkų Gratz ir Roemer (2004), emocijų reguliacija apima keletą veiksnių: (1) sąmoningą emocijų suvokimą ir supratimą; (2) emocijų priėmimą; (3) gebėjimą kontroliuoti impulsyvų elgesį ir elgtis pagal siektinus tikslus, net kai patiriamos neigiamos emocijos; (4) gebėjimą lanksčiai naudoti konkrečioje situacijoje tinkamas emocijų reguliacijos strategijas, kad jos reguliuotų emocines reakcijas ir atitiktų individualius tikslus

bei situacijos keliamus reikalavimus. Auklėjimo srityje emocijų reguliacija reiškia tėvų gebėjimą daryti įtaką savo emocijų raiškai sąveikų su vaiku metu (Shenaar-Golan et al., 2023).

Tyrimais nustatyta, kad ASS turinčių vaikų tėvams sunkiau reguliuoti savo emocijas, lyginant su tėvais, kurių vaikai neturi ASS: jie naudoja mažiau adaptyvių strategijų, skatinančių emocijų reguliaciją, tokių kaip pakartotinis kognityvinis įvertinimas (angl. *cognitive reappraisal*) ir emocinis pertvarkymas (angl. *emotional reframing*) (Hirschler-Guttenberg et al., 2015). Viena to priežasčių gali būti patiriamas perdegimas, kuris tarp tėvų, auginančių vaiką su ASS, pasireiškia dažniau nei tarp tėvų, auginančių neurotipišką vaiką (Kutuk et al. 2021). Nepaisant to, kad tėvai nori savo vaikui kuo geriausio, tačiau jiems neretai tampa sunku kontroliuoti savo emocijas, nes ASS turinčių vaikų nuotaikos gali būti nestabilios, greitai kintančios, o elgesys – sunkiai kontroliuojamas. Susidūrę su perdegimu tėvai paprasčiausiai turi mažiau psichologinių resursų pasitelkti adaptyvias emocijų reguliacijos strategijas, todėl ir emocijų, ypač stiprių, tokių kaip pyktis, liūdesys, nerimas ar kaltė, reguliacija tampa sunkesnė.

Vis dėlto, vaiko-tėvų santykiai yra abipusis procesas: tėvų emocijos veikia vaikus, o vaikų - tėvus. Kaip jau minėta ankstesniame skyrelyje, tėvai, auginantys vaiką su ASS, neišvengiamai patiria neigiamų emocijų dėl vaiko elgesio ir kitų sunkumų. O jei jų emocijų reguliacijos gebėjimai yra prastesni arba jie tiesiog pernelyg pavargę ir nebeturi psichologinių resursų savo emocijas nuolat reguliuoti, tai galima tikėtis, kad jų emocinės reakcijos sąveikų su vaiku metu persiduos vaikui, galbūt paskatins netinkamą elgesį su vaiku ir pan., kas, savo ruožtu, galimai tik pablogins vaiko probleminį elgesį. Ši ryšį patvirtina ir moksliniai tyrimai, nurodantys, kad vaiko, turinčio emocinių ir/ar elgesio problemų, auginimas neigiamai veikia tėvų gerovę, o tėvų emocinė būseną, savo ruožtu, veikia jų vaikų elgesį ir patiriamas emocijas (Shenaar-Golan et al., 2023). Apie tokias sąsajas kalba ir raidos psichopatologijos mokslininkė Venta su kolegomis (2021) – jie linkę laikyti transakcinio požiūrio, kuriame teigiama, kad jei tėvai į vaiką reaguoja taip, kad jų reakcija tik padidina vaiko frustraciją, kognityvinius bei emocinius sunkumus, tuomet atsiranda neadaptyvus transakcinis paternas, vedantis į dar didesnių iššūkių keliantį elgesį. Tokį abipusės sąveikos požiūrį patvirtina ir tyrimai, pavyzdžiui, Baker su kolegomis (2019) nustatė, kad tėvų kritika savo ASS turinčiam vaikui yra tiesiogiai susijusi jo patiriamomis eksternaliomis (elgesio) problemomis, o internalios (emocinės) problemos didėja tuomet, kai tėvų kritika vaikui reiškiamą šilumos stokojančiame kontekste. Be to, vaiko probleminiam elgesiui reikšmingos yra ne tik tėvų reakcijos, bet ir jų pačių būseną. Neece ir kolegos (2012) nustatė, kad tėvų stresas yra tiek su raidos iššūkiais susiduriančio vaiko elgesio priežastis, tiek pasekmė, o vaikų elgesio problemos – tėvų patiriamo tėvystės streso priežastis ir pasekmė. Pasak autorių, šie kintamieji per laiką turi abipusį skatinantį ar slopinantį poveikį vienas kitam. Be to, ir patys tėvai, auginantys vaiką su ASS, nurodo jaučiantys, kad jų emocijos veikia tiek vaiko emocijas, tiek jo simptomus (Zhou & Yi, 2014). Taigi, esama nemažai mokslinių įrodymų, kad tėvų patiriamas

emocijas bei vaiko išgyvenamas emocines reakcijas ir net elgesio problemas sieja abipusis tiesioginis ryšys.

Taip pat probleminį vaiko elgesį gali skatinti ir netinkamai reguliuojamų emocijų nulemti auklėjimo būdai ir tėvystės praktikos. Tyrimai rodo, kad emocijos, kylančios auklėjimo metu, skatina tėvus šiame procese griebtis efektyvių arba neefektyvių elgesio būdų (Del Vecchio & O'Leary, 2008). Vis dėlto, svarbu paminėti, kad vaiko su ASS auklėjimas neretai yra ypatingas tuo, kad tėvai turi priiimti ne tik globėjų, bet ir mokytojų vaidmenį, siekdami įvairias intervencijas, pavyzdžiui, komunikaciją simboliais, įdiegti ir namuose bei kitose aplinkose (Hoogsteen & Woodgate, 2012). Tad tyrinėdami sąveikų su vaiku būdus būtent vaiką su ASS auginančiose šeimose, Zhou ir Yi (2014) nustatė, kad esama 4 auklėjimo būdų:

- (1) Kai prioritetas yra mokymas – tokį būdą pasirinkę tėvai dažniausiai yra daug reikalaujantys ir griežti, o vaikui nepasiekus norimų rezultatų – gali jį bausti (net ir fizinėmis bausmėmis). Šis auklėjimo būdas siejamas su dideliu tėvų jaučiamu nerimu.
- (2) Kai pirmenybė teikiama santykiui – šį auklėjimo stilių pasirinkę tėvai itin pabrėžia santykio su vaiku svarbą. Jie aktyviai pritaiko savo lūkesčius prie realių vaiko galimybių, o santykyje su vaiku stengiasi atsipalaiduoti bei palaikyti pozityvumą.
- (3) Kai auklėjimas yra kaitaliojamas tarp mokymo ir santykio – šiuo atveju tėvai dažnai keičia vaidmenis tarp mokytojo ir globėjo bei nurodo, kad jiems sunku atrasti balansą tarp abiejų. Dažniausios šių tėvų patiriamos emocijos – baimė, nerimas ir sumaištis.
- (4) Vaikas apskritai paliekamas vienas – stilius, pasirenkamas tuomet, kai tėvai turi mažai vilties, kad jų vaiko būklė pagerės ir todėl jaučia mažai motyvacijos dalyvauti bet kokioje į vaiko būklės gerinimą orientuotoje veikloje. Šie tėvai dažniausiai išgyvena bejėgiškumo ir beviltiškumo jausmus.

Tad galima matyti, kad tam tikros tinkamai nereguliuotos neigiamos emocijos išties skatina tėvus pasirinkti vienokį ar kitokį buvimo su vaiku būdą. Tačiau tas buvimo būdas kartu lemia ir tam tikrus jį apibrėžiančius elgesio modelius. Pavyzdžiui, tėvai, pasirinkę vaikui būti mokytojais, gali būti itin griežti ir daug reikalaujantys ar net fiziškai baudžiantys vaiką: „Jei jis prastai atlikdavo užduotis, tuomet aš jį mušdavau“ (Zhou ir Yi, 2014, p. 72); „Aš turiu jį griežtai prižiūrėti 24 valandas per parą ir dėti visas pastangas, kad jį išmokyčiau“ (Zhou ir Yi, 2014, p. 72). Natūralu, kad toks drastiškas tėvų elgesys ar net fizinės bausmės gali atsilipti ir vaiko elgesiui. Tyrimai rodo, kad pernelyg griežtas, vaiko saviraišką varžantis elgesys, nenuosekli disciplina siejasi su vaikų emociniu disbalansu (Duncombe et al., 2012), kuris, kaip minėta anksčiau, gali vesti prie elgesio problemų. Tad galima daryti išvadą, kad tėvų gebėjimas tinkamai sureguliuoti tokias sunkias emocijas kaip nerimą, baimę, sumaištį, beviltiškumą gali juos paskatinti rinktis pozityvesnius ir labiau vaiko poreikius atliepiančius auklėjimo būdus, kurie, savo ruožtu, teigiama linkme paveiks ir vaiko

simptomus bei raidą. Kaip pastebi vieno vaiko mama: „Tik tada, kai mano vaiko emociniai poreikiai yra patenkinti, jis gali daryti progresą“ (Zhou ir Yi, 2014, p. 73).

Kartu svarbus bei aktualus išlieka mokymasis stebint. Tinkamai nereguliuotos tėvų emocijos, kaip buvo aptarta anksčiau, neretai pasireiškia tam tikru, ne visuomet deramu, elgesiu, kurį gali pastebėti ir aplinkiniai bei pats vaikas. Tačiau dažnai vien stebėjimu vaikai neapsiriboja, nes, besimokydami socialinės sąveikos, jie yra linkę mėgdžioti tėvų bei aplinkinių elgesį. Nors vieni tyrimai rodo, kad vaikų su ASS gebėjimas mokytis stebint yra susilpnėjęs (McDonald & Ahearn, 2015), tačiau kiti tyrimai rodo, kad šie vaikai kaip tik turi stiprų gebėjimą stebėti ar klausytis ir gautą informaciją atkartoti. Tai galima pastebėti per vaikams su ASS būdingas kalbos (echolalijos) ir elgesio (echopraksijos) imitacijas, kurios dažnai atliekamos neatsižvelgiant į prasmę ir kontekstą (Ryan et al., 2022; Spengler et al., 2010). Tad jei globėjai, netinkamai reguliuoja ir reiškia savo emocijas, pavyzdžiui, supykę keikiasi ar mēto daiktus, tuomet tikėtina, kad ir vaikas, būdamas imlus aplinkos stimulams, perims tokį elgesį, kuris vėliau gali kelti problemų įvairiose situacijose.

Taigi, nors sąsajos tarp probleminio vaiko elgesio ir tėvų gebėjimo tinkamai sureguliuoti sunkias emocijas yra gana sudėtingas ir abipusis procesas, tačiau kartu žinios apie šiuos ryšius gali suteikti informacijos apie tai, kur turėtų būti nukreipta pagalba. Pasak Cheung ir kolegų (2019), tėvų vidinių ir išorinių procesų bei ASS turinčių vaikų elgesio prisitaikymo mechanizmų supratimas tebeišlieka vienu svarbiausių mokslinių tyrimų prioritetu. Vis dėlto, galima kelti prielaidą, kad itin svarbu tai, kad tėvai gebėtų ne tik pastebėti ir atpažinti kylančias savo emocijas, kurias reikia suvaldyti, bet ir pastebėtų tai, kokios emocijos tam tikroje situacijoje kyla jų vaikui bei pagal tai parinktų geriausiai derančius veiksmus tam tikroje situacijoje. Toks nuolatinis atidumas nėra lengva užduotis, tad mokslininkai pabrėžia, kad norint padėti mažinti vaiko su ASS emocišes ir elgesio problemas ne mažiau svarbu užtikrinti, kad kartu būtų atsižvelgiama ir į tėvų emocišes gerovės didinimą (Tarver et al., 2019). Būtent tokios intervencijos turėtų užtikrinti stabilius ilgalaikius pokyčius ir turėti naudos tiek vaikui, tiek visai šeimai.

1.3. Dėmesingu įsisąmoninimu grįsta tėvystė ir jos reikšmė vaiko probleminiam elgesiui

Iki šiol apžvelgėme tai, kaip tėvų emocišes reakcijos kasdienybėje ir tėvų gebėjimas jas efektyviai valdyti gali bent iš dalies paaiškinti vaiko, turinčio ASS, probleminį elgesį ir jo raišką. Kartu buvo šiek tiek prisiliesta prie to, kaip emocijų reguliacija siejasi su auklėjimo praktikų pasirinkimu bei jų poveikiu vaiko su ASS savijautai ir elgesiui. Akivaizdu, kad tikslingi tėvų veiksmai, nukreipti į vaiką ir jo auklėjimą, t.y. tam tikros tėvystės praktikos, taip pat gali prisidėti prie vaiko su ASS emocišes ir elgesio sunkumų paaiškinimo, tad verta šias sąsajas panagrinėti išsamiau.

Šiomis dienomis tėvai susiduria su vis didėjančiu jiems prieinamos informacijos apie auklėjimo „stilius“ ar rekomendacijų, kaip teisingai auklėti vaiką, kiekiu. Žinoma, tėvai savo

auklėjimo stilių formuoja priklausomai nuo daugelio aplinkybių, įskaitant ir savo asmeninę patirtį (Lomanowska et al., 2017). Vis dėlto, yra nemažai prieigų, kurios siūlo tėvams gaires, padedančias tobulinti elgesį su savo vaiku bei siekti harmoningesnio, gilesnio abipusio ryšio. Viena iš tokių prieigų, kuri gali būti naudinga tiek tėvams, tiek vaikui bei pastaruoju metu sulaukia vis didesnio tiek mokslininkų, tiek visuomenės susidomėjimo yra dėmesingu įsisąmoninimu grįsta tėvystė (DİGT).

Šis buvimo su vaiku būdas kilo iš pastaraisiais dešimtmečiais itin išpopuliarėjusių individualių dėmesingumo praktikų, kurios įgyja vis didesnę reikšmę tiek psichikos sveikatos, tiek kasdienio gyvenimo srityse. Tyrimai rodo, kad dėmesingo įsisąmoninimo nauda gali būti reikšminga kone visiems žmonėms padedant dorotis su stresu, gerinant gyvenimo kokybę ar mažinant depresiškumą (Strohmaier et al., 2020). Dėmesingo įsisąmoninimo lavinimas gali būti ypač naudingas tėvams, auginantiems vaiką su ASS, nes nustatyta, kad būtent ši grupė žmonių patiria daugiau streso ir depresijos simptomų lyginant su neurotipiškų vaikų tėvais ar tėvais, auginančiais vaikus su kitomis negalėmis (Cohrs & Leslie, 2017). Be to, dėmesys yra vienas iš kognityvinių procesų, bene labiausiai paveikiamų dėmesingo įsisąmoninimo praktikos. Pasak Bogels et al. (2010), būtent gebėjimas nukreipti dėmesį nuo netikėtų ir emociškai įkrautų stimulų pagerėja praktikuojant dėmesingumą. Tai gali būti itin reikšminga tėvams, auginantiems vaiką su ASS, nes dažnai šių vaikų elgesio sunkumai, pykčio protrūkiai būna nenuspėjami ir keliantys daug streso bei iššaukiantys skubotas, impulsyvias ir ne visuomet tinkamas tėvų reakcijas (O’Nions et al., 2020). Taip pat padidėjęs dėmesingumas gali būti naudingas ir atkreipiant dėmesį į vaiko poreikius, gali padėti tėvams parinkti tinkamiausią, labiausiai vaikui tuo metu, toje situacijoje tinkamą auklėjimo ar nuraminimo būdą. Be to, padidėjęs dėmesingumas gali leisti tėvams labiau pastebėti tai, kaip jų elgesys, emocijos veikia jų vaikus, pavyzdžiui, galbūt mama, supykusi trenkia kumščiu į stalą, o po kurio laiko supykęs vaikas trenkia kitam vaikui. Dėmesingumas tokiems niuansams gali padėti tėvams susieti šiuos reiškinius ir pagal tai koreguoti savo emocijų ir elgesio raišką. Vis dėlto, tyrimai rodo, kad tėvams, kurie augina vaiką, patiriantį psichologinių sunkumų, naudingiau rinktis dėmesingu įsisąmoninimu grįstos tėvystės, o ne bendro dėmesingo įsisąmoninimo praktikas, nes būtent dėmesingu įsisąmoninimu grįsta tėvystė, o ne asmeninė tėvų dėmesingumo praktika, prognostiniais ryšiais buvo susijusi su vaiko patiriamų psichologinių sunkumų mažėjimu (Mappelink et al., 2016).

Dėmesingu įsisąmoninimu grįstą tėvystę ir yra bandymas asmeninį gebėjimą dėmesingai įsisąmoninti perkelti į tarpasmeninius santykius, ypač – į santykius tarp mamos/tėčio ir vaiko (Ahemaitijiang et al., 2021). DİGT pradininkai Kabat-Zinn ir Kabat-Zinn (1997) ją apibūdina kaip nuolat besitęsiantį kūrybinį procesą, kai kiekvieną su vaiku praleidžiamą akimirką reikia dėmesingai, kaip įmanoma geriau, įsisąmoninti be išankstinio vertinimo. Pasak daugelio mokslininkų pripažinto Duncan ir kolegų (2009) pasiūlyto modelio, DİGT apima penkis elementus: (1) *klausymąsi sutelkus visą dėmesį*, t.y. tėvai skiria visą dėmesį čia ir dabar vykstančiai auklėjimo patirčiai ir savo vaiko

klausosi dėmesingai, atkreipdami dėmesį į vaiko kalbos turinį, balso toną, veido išraišką ir kūno kalbą; (2) *savęs ir savo vaiko nesmerkiantį priėmimą*, t.y. tėvai supranta ir priima savo pačių ir savo vaiko elgesį, su vaiku turimą santykį ir dabartinę auklėjimo patirtį taip, kad jų pažintiniai procesai ir elgesys nėra paveikiami automatinio mąstymo ir šališkumų; (3) *savęs ir vaiko emocijų suvokimą*, t.y. tėvai gali identifikuoti savo ir savo vaiko emocijas bei reaguoti sąmoningai, o ne automatiškai ar akklai; (4) *savireguliaciją auklėjimo santykiuje*, t.y. auklėjimo metu tėvai geba kontroliuoti savo emocines reakcijas, ypač jausdami neigiamas emocijas; ir (5) *atjautą sau ir savo vaikui*, t.y. tėvai pripažįsta savo pastangas auklėjimo procese, vengia perdėtos savikritikos bei guodžia ir palaiko savo vaikus jiems išgyvenant distresą. Dėmesingu įsisąmoninimu grįstos tėvystės mokymu siekiama skatinti tėvus pakeisti savo turimas kognityvines schemas, įpročius ir paskatinimo modelius bei pasitelkti švelnesnį, labiau atjaučiantį požiūrį į save ir tėvystę (Cachia et al., 2016). Tėvai gali reguliuoti savo emocijas ir gerinti problemų sprendimo gebėjimus per tokius dėmesingu įsisąmoninimu grįstai tėvystei būdingus veiksmus, kaip klausymas, geresnis vaiko vidinių reakcijų supratimas, ramus atreagavimas (Benn et al., 2012). Dėmesingi asmenys suvokia patirtį akimirka-po-akimirkos, įskaitant savo mintis, jausmus, kūno pojūčius, tai, kas vyksta jų sąmonėje ir aplinkoje taip, kad jie atsisieja nuo automatinio kognityvinio apdorojimo ir pasikartojančių neigiamų minčių modelių (Cheung et al., 2019). Šia praktika nėra siekiama sukurti geresnių vaikų ar geresnių tėvų, o tiesiog kiek įmanoma labiau įsisąmoninti visą buvimo kartu su vaiku procesą, kuriame reiškiasi abipusis švelnumas, meilė bei nauji atradimai tiek apie save, tiek apie savo vaiką. Tai gali būti itin reikšminga vaiką su ASS auginantiems tėvams, nes, pavyzdžiui, dėmesingumo aspektas pabrėžia būtinybę atkreipti dėmesį ir į vaiko veido išraiškas, kūno kalbą – tai gali būti labai svarbu santykiui, nes nemaža dalis vaikų su ASS nekalba arba pradeda kalbėti gerokai vėliau. Taip pat ir priėmimo aspektas gali būti labai aktualus, nes ASS nėra liga, kurią galima išgydyti – tai visą gyvenimą trunkantis sutrikimas ir tėvai turi stengtis priimti savo padėtį ir savo vaiką tokius, kokie jie yra.

Tyrimai dėmesingu įsisąmoninimu grįstos tėvystės poveikį nagrinėja trimis kryptimis: jos įtaką tėvams, vaikui bei mamos/tėčio ir vaiko santykiui. Kalbant apie dėmesingu įsisąmoninimu grįstos tėvystės poveikį tėvams nustatyta, kad šios praktikos gali turėti visokeriopą naudą mažindamos tėvų patiriamus sunkumus: jos neigiamai siejasi su tėvų patiriamu stresu, depresijos ir nerimo simptomais (Pan et al., 2019) bei kritiškumu savo vaikui (Moreira & Canavarro, 2018). Taip pat dėmesingumo taikymas tėvystėje pastiprina teigiamas tėvų savybes - nustatyta, kad DĪGT teigiamu ryšiu siejasi su tėvų optimizmu, psichine sveikata ir socialiniais santykiais (deBruin et al., 2014). Be to, praktikuodami dėmesingu įsisąmoninimu grįstą tėvystę, tėvai palaiipsniui geba vis geriau atsisieti nuo automatinio kognityvinio apdorojimo ir pasikartojančių neigiamų minčių modelio (Cheung et al., 2019), o jautrumas, buvimas čia ir dabar su vaiku, supratingumas ir gebėjimas reguliuoti savo reakcijas DĪGT kontekste padeda tėvams geriau suprasti ir reguliuoti savo pačių

emocijas (Aydin, 2023). Galima matyti, kad dėmesingu įsisąmoninimu grįsta tėvystė galėtų būti labai naudinga ir taip pažeidžiamai vaiką su ASS auginančių tėvų grupei, kuri, kaip jau minėta, susiduria su įvairiais tiek emociniais, tiek socialiniais, tiek gyvenimiškais iššūkiais.

Dėmesingu įsisąmoninimu grįstos tėvystės kontekste pagerėjus tėvų emociniam, socialiniam ir fiziniam funkcionavimui bei savijautai, gilėja ir jų ryšys su savo vaiku. Ši tėvystės praktika teigiamu koreliaciniu ryšiu siejasi su pozityviu tėvystės stiliumi (Parent et al., 2016), o neigiamu – su negatyviu auklėjimo stiliumi (pvz., vaikui jaučiamu priešišku ir autoritarišku auklėjimo stiliumi) (Pan et al., 2019; McCaffrey et al., 2017). Taip pat tėvai, dažniau taikantys DĮGT, yra ir labiau linkę naudoti adaptyvias emocijų reguliacijos strategijas – taip užkertamas kelias neadaptyviems tėvų-vaiko sąveikos ciklams (Bogels et al., 2010), kurie, kaip minėta anksčiau, tik dar labiau gilina probleminį vaiko elgesį. Kadangi DĮGT padeda tėvams geriau reguliuoti savo emocijas – skatina neišveikti pykčio, jaučiamo vaikui (Aydin, 2023), ramiau reaguoti patekus į keblias auklėjimo situacijas (Benn et al., 2012), todėl atsiranda erdvės kurti harmoningesnį, pozityvesnį ir gilesnį ryšį su vaiku. Išties, tėvai tyrimuose įvertino, kad po DĮGT intervencijų pagerėjo jų pačių tėvystės įgūdžiai ir pasitenkinimas jais bei socialinė sąveika su savo vaikais (Mappelink et al., 2016). Vaiką su ASS auginantys tėvai nurodo, kad pagerėjo jų gebėjimas savo vaikams nustatyti tinkamas ribas, kartu išlaikant situacijos ir savo reakcijų kontrolę (Hartley et al., 2021). Be to, DĮGT leidžia tėvams tiksliau interpretuoti čia ir dabar vykstančią situaciją, būti lankstesniems, labiau priimantiems vaiką, geriau „pagauti“ įvairias vaiko siunčiamas užuominas apie jo savijautą (Aydin, 2023). Tai gali padėti tėvams parinkti geriausią, labiausiai vaikui tuo metu ir toje situacijoje tinkamą auklėjimo ar nuraminimo ar apskritai atreagavimo būdą, kol vaiko frustracija neperaugo į pykčio protrūkį ar kitą probleminį elgesį.

Dėmesingu įsisąmoninimu grįsta tėvystė turi reikšmingos naudos ir vaikui. Nustatyta, kad tėvams praktikuojant DĮGT, sumažėjo vaikų agresija, nepaklusnumas (Singh et al., 2021), pagerėjo vaikų psichologinis prisitaikymas, apimantis ir eksternalių sunkumų mažėjimą (Parent et al., 2016). Dėmesingu įsisąmoninimu grįstos tėvystės praktikos taip pat veikia ir socialinį vaikų funkcionavimą – vaikai tampa drąsesni, mažėja jų socialinis abejingumas (Chen et al., 2018) – tai gali būti itin reikšminga ASS turintiems vaikams, nes dažnai jie būna susitelkę į save ir savo pomėgius, nelinkę bendrauti su kitais, o tai apsunkina jų socialinę adaptaciją. Be to, dėmesingu įsisąmoninimu grįsta tėvystė teigiamai veikia ir vaikų fizinę sveikatą (Medeiros et al., 2016). Taip pat, kadangi tėvai, taikydami DĮGT, skiria daugiau nuoširdaus dėmesio vaikui (Aydin, 2023), todėl gali būti geriau pastebimos naujos išryškėjančios vaiko problemos ar jau esamų problemų sunkėjimas, o tuomet galima anksčiau įsikišti ir suteikti reikiamą pagalbą.

Taigi, dėmesingu įsisąmoninimu grįstos tėvystės praktikos, tyrimų duomenimis, gali turėti reikšmingos naudos tiek tėvams, tiek vaikui, tiek jų tarpusavio ryšiui. Šis buvimo su vaiku būdas

atliepia anksčiau mokslininkų išsakytus pastebėjimus, kad, norint lengvinti vaiko patiriamus sunkumus, kartu būtina atsižvelgti ir į tėvų poreikius. Ir nors keisti vaiko su ASS elgesį, jo reagavimo būdus gali būti sunku, tačiau tėvai per savo elgesį, auklėjimo praktikas (būtent – dėmesingu įsisažymėjimu grįstą tėvystę) ir emocines reakcijas gali daryti reikšmingą įtaką tiek vaiko elgesiui, tiek fizinei, tiek emocinei savijautai.

1.4. Atjauta sau ir jos samprata

Nors dėmesingu įsisažymėjimu grįsta tėvystė, kaip jau aptarta, gali būti naudinga tiek tėvų gerovei ir emocinei reguliacijai, tiek teigiamai veikti probleminį vaiko elgesį, tačiau gali būti, kad tėvams nėra taip paprasta pereiti prie dėmesingu įsisažymėjimu grįsto auklėjimo. Gali būti, kad esama dar kokio nors veiksnio, besisiejiančio su tėvų emocijų reguliacija ir vaiko probleminiu elgesiu bei padedančio tėvams lanksčiau keisti savo auklėjimo modelį. Pasak Cohen ir Naaman (2023), vienas iš mechanizmų, galinčių padėti suprasti, kas galimai prisideda prie tėvų patiriamų emocijų ir jų sąsajų su vaiko elgesio sunkumais paaiškinimo, yra tėvų atjauta sau. Skirtingai nei auklėjimo stilius ar tėvų gebėjimas reguliuoti emocijas, atjauta sau vaikų su ASS probleminio elgesio kontekste yra gerokai mažiau žinomas, naujesnis, todėl ir mažiau tyrinėtas konstruktas. Kartu atjauta sau yra vienas iš dėmesingu įsisažymėjimu grįstos tėvystės komponentų, tad gali būti verta atidžiau pažvelgti į tai, kas gi yra atjauta sau bei į galimas visų šių konstrukto sąsajas.

Atjauta sau yra procesas, kurio metu atjauta yra nukreipiama ne į kitus asmenis, o į save (Neff, 2003). Ji reiškiasi tuo, kad esame sau malonūs ir supratingi, o ne save kritikuojantys, kai mums kas nors nepasiseka, kai padarome klaidų ar jaučiamės netinkami. Tokiose situacijose suteikiame sau paramą ir padrąšinimą, o ne būname šalti ir smerkiantys. Tyrimai rodo, kad atjauta sau yra vienas iš galingiausių streso įveikos ir atsparumo jam šaltinių, reikšmingai gerinantis žmonių psichinę ir fizinę gerovę (Neff, 2003). Ji apima tris tarpusavyje susijusius komponentus, kurie skatina atsparumą susidūrus su distresu: (1) *gerumą sau*, kuris reiškiasi reagavimu į kylančius iššūkius supratingai, palaikančiai ir save raminančiai, o ne save kritikuojant; (2) *bendražmogiškumo jausmą*, t.y. pripažinimą, kad sunkumai ir emocinis skausmas yra normalios patirtys, kurios mus visus vienija, o ne izoliuoja; ir (3) *dėmesingą įsisažymėjimą*, apimančią sureguliuotus ir priimančius atsakus į sudėtingas emocijas, o ne leidimą sau būti užvaldytam emocijų ar jų slopinimą (Neff, 2003). Taigi, atjauta sau yra tarsi buvimas geriausiu draugu pačiam sau, sunkiose situacijose stengiantis išlikti sau jautriam ir švelniam, tačiau kartu priimančiam ir įsisažymėjimą sudėtingas emocijas bei primenant sau, kad sunkumai yra bendros žmogiškos patirties dalis.

Tėvams, auginantiems vaiką su ASS, ypač jei jis linkęs elgtis agresyviai ar savo elgesiu pernelyg išsiskirti iš aplinkos, dažnai tenka susidurti su aplinkinių smerkimu. Pavyzdžiui, Ilias ir kolegos (2017) nustatė, kad dėl visuomenės žinių trūkumo apie šį sutrikimą, vaiką su ASS auginantys tėvai dažnai jaučiasi kitų matomi kaip „blogi tėvai“, o jų vaikas kitų laikomas neklusniu ar

nedrausminamu. Minėtame tyrime kai kurie tėvai net nurodė, kad suvokiamas smerkimas iš kitų juos vargino labiau nei vaikų demonstruojamas agresyvus elgesys. Taip pat ASS turintį vaiką auginantys tėvai pastebėjo, kad net jų pačių tėvai yra linkę laikyti juos „blogais tėvais“ – dėl to mažėja senelių suteikiama parama vaiką su ASS auginančiai šeimai (Ludlow et al., 2012). Tokie patyrimai gali skatinti tėvus jausti gėdą, pyktį, o kai kada – galbūt net įtikėti tokiomis aplinkinių nuomonėmis ir pradėti save kaltinti, peikti. Kartu, kaip jau minėta, dažnai perdegimą patiriantys vaiką su ASS auginantys tėvai gali nesusivaldyti – pakelti balsą, netinkamai sukontroliuoti sudėtingą auklėjimo situaciją, skirti nepakankamai dėmesio ir šilumos savo vaikui. Tad atjauta sau, kuri skatina save priimti, sau atleisti už klaidas ir save drąsinti, gali būti labai reikšmingas resursas.

1.4.1. Atjautos sau ir tėvų emocijų reguliacijos sąsajos

Atjauta sau yra reikšminga padedant tėvams reguliuoti savo emocijas. Ji yra glaudžiai susijusi su bendru emociniu fonu: aukštesnė atjauta sau siejama su didesniu emociniu atsparumu, didesniu viltingumu ateičiai ir mažesniu depresiškumu (Neff & Faso, 2015), o žemesnis atjautos sau lygis siejamas su sumažėjusiu gebėjimu reguliuoti savo emocijas (Finlay-Jones, 2017). Nors atjauta sau priklauso nuo kai kurių emocijų reguliavimo komponentų (pvz.: emocijų suvokimo ir priėmimo) ir reikalauja, kad asmuo patirtų ir įsisąmonintų savo neigiamas emocijas (Neff, 2003), tačiau naujesni tyrimai rodo, kad pati atjauta sau gali veikti kaip emocijų reguliavimo strategija. Tyrimais nustatyta, kad esama tiesioginio abipusio ryšio tarp emocijų reguliacijos sunkumų ir atjautos sau (Shenaar-Golan et al., 2023). Mokslininkai pastebi, kad atjauta sau modifikuoja neigiamas emocijas ir sukelia daugiau pozityvių emocijų (Berking & Whitley, 2014), o atjautą sau jaučiantys asmenys naudoja daugiau adaptyvių emocijų reguliacijos strategijų, pvz., pozityvų kognityvinį restruktūrizavimą, taip pat priėmimo ir į problemą orientuotas įveikos strategijas bei rečiau naudoja vengimą kaip streso įveikos strategiją (Sirois et al., 2015). Tai yra itin aktualu vaiką su ASS auginantiems tėvams, nes, kaip jau aptarta anksčiau, jie apskritai yra linkę naudoti mažiau adaptyvių emocijų reguliacijos strategijų.

Taip pat atjauta sau mažina emocinį reaktyvumą susidūrus su sudėtingomis situacijomis kasdienybėje (Leary et al., 2007). Tyrimai, kuriuose daugiausia dėmesio skiriama galimam atjautos sau vaidmeniui didinant tėvų subjektyvią gerovę, rodo, kad atjauta sau suteikia tėvams stiprią apsaugą nuo streso ir neigiamų jausmų, kurie gali kilti auginant vaiką su specialiaisiais poreikiais (Neff & Faso, 2015). Tokia nauda gali būti itin reikšminga ir vaiką su ASS auginantiems tėvams, kurių kasdienybėje sudėtingų situacijų ir slogių emocijų tikrai pasitaiko nemažai ir ypač lengva atsakomybę už visas negandas suversti sau. Taip pat atjauta sau reiškiasi tuo, kad neigiamos emocijos yra priimamos jaučiant gerumą sau (angl. *self-kindness*) o ne save vertinant neigiamai (pvz.: save kritikuojant, žadinant gėdos jausmą), o būtent neigiamas savęs vertinimas, pasak Berking ir Whitley (2014) yra viena iš neadaptyvios emocijų reguliacijos charakteristikų. Tad atjauta sau ir per šį aspektą

gali gerinti tėvų emocijų reguliaciją. Kartu atjauta sau padidina asmens gebėjimą toleruoti/išbūti su neigiamomis emocijomis, o tuomet atsiranda galimybė šias emocijas integruoti ir apdoroti. Tokiu būdu sumažėja ir neadaptivių emocijų reguliacijos strategijų, pavyzdžiui, vengimo, naudojimas (Berking & Whitley, 2014). Be to atjauta sau padeda tėvams dorotis su kaltės ir gėdos jausmais, kylančiais, kai tėvai jaučia, kad netinkamai suvaldė sudėtingą auklėjimo situaciją (Sirois et al., 2019), kas auginant vaiką su ASS gali pasitaikyti ne taip ir retai, turint omenyje dažną šių tėvų nuovargį ir kitus anksčiau aptartus sunkumus.

Taip pat atjauta sau gali padėti reguliuoti emocijas paveikdama ir kitas sritis. Pavyzdžiui, nustatyta, kad atjauta sau didina susietumo su kitais jausmą, o susietumas su kitais mažina gėdos ir izoliacijos jausmus, kurie būdingi neadaptiviam emociniam atsakui (Finlay-Jones, 2017) ir dažnai yra patiriami tėvų, auginančių ASS turintį vaiką. Taip pat atjauta sau skatina savęs ir savo emocijų priėmimą, didesnę pozityvų afektą bei mažina negatyvius jausmus (Finlay-Jones, 2017) – tuomet atsiranda daugiau emocinių ir psichologinių resursų, kuriuos galima panaudoti sunkias emocijas reguliuojant adaptiviu būdu.

Taigi, tokie tyrimų rezultatai suponuoja, kad atjauta sau išties gali atlikti emocijų reguliacijos funkciją – skatinti adaptivius emocijų reguliacijos būdus, leisdama save atjaučiantiems asmenims geriau suprasti savo neigiamas emocijas užuot jas slopinus. Tokiu būdu save atjaučianti nuostata gali nuosekliai mažinti neadaptivių emocijų reguliacijos strategijų naudojimą (Leary et al., 2007). Be to, jei mama ar tėtis jaučiasi komfortiškiau ir ramiau, tuomet, tikėtina, kad ir vaikas šalia bus ramesnis ir labiau susireguliuavęs.

1.4.2. Atjautos sau ir dėmesingu įsisąmoninimu grįstos tėvystės sąsajos

Kalbant apie atjautos sau reikšmę dėmesingu įsisąmoninimu grįstai tėvystei, galima žvelgti į Duncan ir kolegų (2009) pasiūlytą DİGT modelį, kuriame atjauta sau ir savo vaikui yra vienas iš dėmesingu įsisąmoninimu grįstos tėvystės komponentų. Tad didesnė tėvų atjauta sau turėtų teigiamai veikti ir dėmesingu įsisąmoninimu grįstos tėvystės praktikas. Vis dėlto, mokslininkai nagrinėja atjautą sau kaip atskirą konstrukta, galintį prisidėti prie tėvų polinkio taikyti dėmesingu įsisąmoninimu grįstą tėvystę bendravime su savo vaiku(-ais). Pavyzdžiui, Gouveia ir kolegos (2016) nustatė, kad atjauta sau teigiamu koreliaciniu ryšiu siejasi su dėmesingu įsisąmoninimu grįsta tėvyste, o aukštas tėvų atjautos sau lygis gali signalizuoti apie jų gebėjimą/pasirengimą taikyti dėmesingu įsisąmoninimu grįstos tėvystės praktikas – taigi tarp šių konstrukto galimai egzistuoja abipusis ryšys. Tokios pat sąsajos nustatytos Nguyen ir kolegų tyrime (2020) bei naujausiame Fernandes ir kolegų (2023) tyrime.

Vis dėlto, mokslininkai kalba ir apie tai, kuo pasižymi žemą atjautą sau jaučiantys tėvai. Pasak Lathren et al. (2020), jie dažniau jaučia diskomfortą arba nepriima sunkių savo vaiko emocijų, todėl labiau tikėtina, kad jie reaguos mažiau palaikančiais būdais, pavyzdžiui, ignoruodami, atmesdami,

nuvertindami vaiko emocijas, ribodami jų emocijų raišką ar bausdami už jas. Mažiau save atjaučiantys tėvai taip pat yra labiau linkę kritikuoti vaiką ir sutelkti dėmesį į problemos „ištaisymą“, užuot teikę paramą vaikui problemų sprendimo procese. Atsižvelgiant į tai galima kelti prielaidą, kad emociškai įkrautose situacijose tėvai, kurie nėra linkę savęs atjausti, bus labiau linkę atliepti savo, o ne vaiko poreikius, o tai yra visiškai priešingas elgesys tam, kurį siūlo dėmesingu įsisąmoninimu grįstos tėvystės praktikos. Tad didesnė atjauta sau gali paskatinti ir didesnę vaiko, jo emocijų, norų, poreikių priėmimą, kas yra būtina sąlyga DĪGT.

Kartu ir patys tėvai įvardina dėmesingumo praktikų naudą atjautos sau jausmui. Pavyzdžiui Reid ir kolegų (2015) atliktame tyrime, kurio metu tėvams, auginantems raidos iššūkių turintį vaiką, buvo teikti dėmesingo įsisąmoninimo mokymai, vienas iš dalyvių dalinosi savo įžvalgomis: „...galbūt man nereikėtų taip savęs spausti ir atrasti laiko padaryti pertrauką“ (p. 11). Tai rodo, kad dėmesingo įsisąmoninimo praktikos padeda tėvams atkreipti dėmesį į savo poreikius, mažiau save smerkti, tėvystės kelyje suteikti sau daugiau atokvėpio akimirklų. Savo ruožtu, labiau save atjaučiantiems, į savo poreikius įsiklausantiems ir savimi pasirūpinantiems tėvams mažėja tikimybė patirti perdegimą, kuris neigiamai veikia tiek jų pačių emocinę savijautą, tiek resursus, galimus nukreipti į vaiką ir pagalbą jam.

1.4.3. Atjautos sau ir vaiko probleminio elgesio sąsajos

Be to, tėvų atjauta sau siejasi ir su probleminiu vaiko elgesiu. Šios sąsajos pastaruosius metus tampa gana aktualia psichologinių tyrimų tema. Nustatyta, kad tėvai, jaučiantys didesnę atjautą sau, geriau dorojasi su netinkamu vaikų elgesiu, turi daugiau pozityvių atribucijų (pvz.: jie probleminį vaiko elgesį apibūdina kaip situacinį ir praeinantį, o ne kaip stabilią vaiko savybę) (Psychogiou et al., 2016). Tai gali būti gana svarbu ASS turinčių vaikų tėvams, nes, nors jie ir žino, kad vaiko elgesys iš dalies susijęs su sutrikimu, tačiau matymas, kad elgesio problemos yra praeinantis ir su situacija susijęs dalykas, gali paskatinti kreiptis pagalbos, daugiau dirbti su vaiku, patiems geriau valdyti savo reakcijas toje situacijoje. Taip pat tėvų jaučiama atjauta sau skatina gebėjimą išlikti ramiam ir susiregulavusiam – taip atsiranda daugiau galimybių sudėtingoje situacijoje padėti pačiam vaikui dorotis su jo elgesiu ir emocijomis (Lathren et al., 2020). Sunkias vaiko patiriamas emocijas atjautą sau jaučiantys tėvai suvokia ne kaip grėsmę ar savo, kaip tėvų, nekompetencijos požymį, o kaip normalią tėvystės dalį. Tokie tėvai yra labiau linkę išlikti ramūs, savo vaikui demonstruodami emocinę savireguliaciją ir galimą tinkamą emocijų įveiką (Lathren et al., 2020). Palaikanti arba „mokanti“ tėvų reakcija į sunkias vaiko emocijas (pvz., paguodimas, pripažinimas, validavimas, skatinimas reikšti emocijas ir spręsti problemas) padeda vaikams suprasti, valdyti ir reikšti emocijas labiau socialiai priimtinais būdais (Zeman et al., 2013). Tad didesnę atjautą sau jaučiantys tėvai, geriau valdydami savo emocijas, pasitarnauja kaip tinkamesni modeliai savo vaikams. Ir priešingai,

nustatyta, kad aukštas tėvų savikritiškas perfekcionizmas (manoma atspindintis žemą atjautą sau) yra susijęs tiek su jų vaikų eksternaliais, tiek internaliais sunkumais (Dieleman et al., 2020).

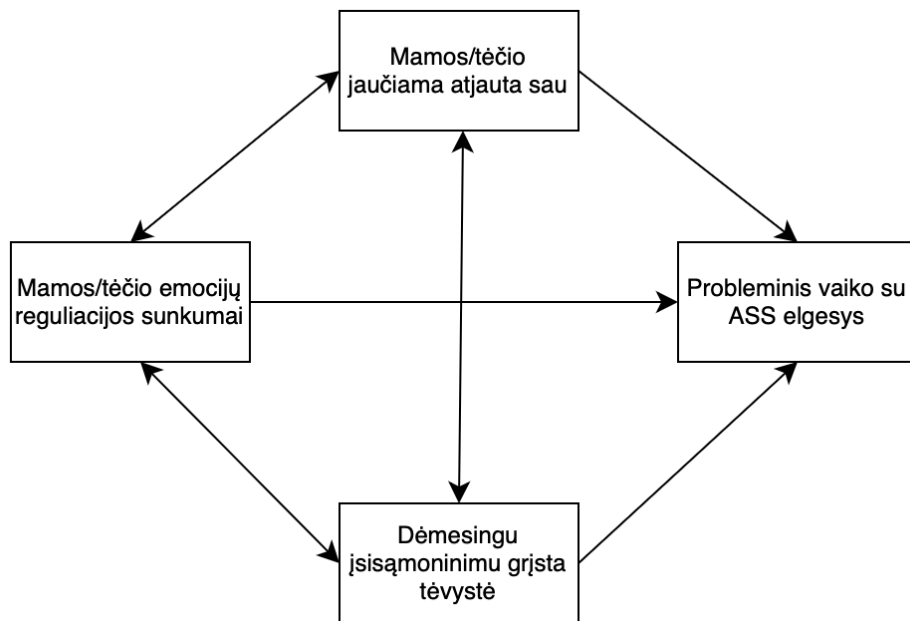
Be to, atjauta sau veikia ir tėvų pasirinktą auklėjimo stilių, kuris, kaip aptarta anksčiau, gali būti glaudžiai susijęs su vaiko elgesio sunkumais. Pasak tyrimų, tėvų atjauta sau yra teigiamai susijusi su autoritetingu auklėjimu (Gouveia ir kt., 2016), t.y. savarankiškumą skatinančiu tėvystės stiliumi, kuriam būdingas didelis tėvų rūpestis, reagavimas į vaiko poreikius, jo palaikymas, tačiau kartu – ribų nustatymas. Vaikui su ASS lygiai taip pat kaip šiluma ir palaikymas reikalingos ir ribos, padedančios aiškiai ir nedviprasmiškai suprasti socialinio pasaulio keliamus reikalavimus.

1.5. Tėvų emocijų reguliacijos, atjautos sau, dėmesingu įsisąmoninimu grįstos tėvystės ir vaiko probleminio elgesio sąsajos

Iš apžvelgtos literatūros galima matyti, kad mamos ar tėčio gebėjimas tinkamai reguliuoti savo emocijas galimai tiesiogiai siejasi su probleminiu vaiko elgesiu. Kartu gali būti, kad į šį ryšį tarp mamos/tėčio emocijų reguliacijos ir vaiko probleminio elgesio įsiterpia koks nors kitas kintamasis, paveikiantis tiek tėvų emocijų reguliacijos gebėjimus, tiek vaiko probleminį elgesį. Tai galėtų būti dėmesingu įsisąmoninimu grįsta tėvystė. Esama duomenų, kad ryšys tarp dėmesingu įsisąmoninimu grįstos tėvystės ir tėvų emocijų reguliacijos yra abipusis – t.y. ne tik DĪGT praktikos padeda tėvams geriau reguliuoti emocijas, bet ir emocijų reguliacijos ypatumai gali veikti tėvų polinkį taikyti DĪGT. Pavyzdžiui, su Gouveia (2019) kolegomis nustatė, kad sunkumai reguliuojant emocijas reikšmingai neigiamai susiję su DĪGT ir nurodo, kad geriau suvokdami savo emocines reakcijas, tėvai yra labiau linkę priimti dėmesingu įsisąmoninimu grįstą tėvystės stilių. Be to, viename iš tyrimų nustatyta, kad kai mamos yra susitelkusios į savo pačių neigiamas emocijas (t.y. negeba jų tinkamai sureguliuoti), tuomet joms gali būti sunkiau atsisieti nuo savo neigiamų minčių, o tai, savo ruožtu, trukdo joms įgyvendinti DĪGT esmę, t.y. iki galo „čia ir dabar“ būti su vaiku bei skirti jo emocijoms, signalams ir poreikiams visą dėmesį (Fernandes et al., 2023). Kartu gali būti, kad į sąryšį tarp mamos/tėčio emocijų reguliacijos ir vaiko probleminio elgesio įsiterpia ir atjauta sau. DĪGT ir atjauta sau taip pat galimai susiję abipusiu ryšiu, nes, kaip minėta, didesnė atjauta sau gali signalizuoti apie tėvų pasirengimą taikyti DĪGT praktikas savo auklėjime, o taikant DĪGT turėtų didėti ir atjauta sau, nes ji yra vienas iš DĪGT komponentų. Taigi, remiantis šiomis žiniomis, buvo sudarytas galimas probleminį vaiko su ASS elgesį aiškinantis sąsajų modelis (1 pav.)

Šias numanomas sąsajas nagrinėti svarbu todėl, kad keisti vaiko su ASS probleminį elgesį nėra taip paprasta – dažnai tam reikia didelių finansinių resursų (pvz., lankant brangias terapijas), taip pat – nemažai laiko. Todėl svarbu ieškoti priemonių, kurias taikydami patys tėvai galėtų daryti teigiamą poveikį savo vaikų probleminiam elgesiui. Šiame darbe aptariamus konstruktus galima bent iš dalies keisti ar daryti jiems įtaką, pavyzdžiui, skatinti tėvus mokytis adaptyvių emocijų reguliacijos strategijų, atjautą sau stiprinti įvairiomis praktikomis, taip pat šviesti tėvus apie dėmesingu

įsisąmoninimu grįstą tėvystę ir būdus ją taikyti. Du pastarieji konstruktai ypač siejami su trečiosios bangos kognityvine elgesio terapija, kurią tyrinėjantys mokslininkai taip pat pabrėžia didesnę netiesioginius ryšius apimančių tyrimų poreikį (Hayes & Hofmann, 2021). Taigi, jei pasitvirtintų, šis modelis galėtų būti praktiškai pritaikomas ir galėtų palengvinti tiek vaiko su ASS probleminių elgesį, tiek ir tėvų patiriamus emocinius sunkumus bei nurodytų specialistams galimas pagalbos šeimai kryptis.



1 pav. Galimas tyrime nagrinėjamų konstrukčių sąsajų modelis

Tyrimo tikslas: išsiaiškinti, kurie iš pasirinktų psichologinių kintamųjų tiesiogiai ir netiesiogiai prisideda prie vaiko, turinčio autizmo spektro sutrikimą, probleminio elgesio paaiškinimo.

Tyrimo uždaviniai:

1. Įvertinti sąsajas tarp skirtingų vaiko su ASS probleminio elgesio būdų.
2. Įvertinti sąsajas tarp vaiką su ASS auginančių tėvų emocijų reguliacijos, atjautos sau, dėmesingu įsisąmoninimu grįstos tėvystės ir vaiko probleminio elgesio.
3. Įvertinti vaiko, turinčio ASS, probleminio elgesio ryšius su sociodemografiniais kintamaisiais.
4. Įvertinti vaiką su ASS auginančių tėvų emocijų reguliacijos, atjautos sau ir dėmesingu įsisąmoninimu grįstos tėvystės tiesioginę prognostinę reikšmę vaiko probleminiam elgesiui.
5. Įvertinti tiesioginius ir netiesioginius ryšius tarp tėvų emocijų reguliacijos sunkumų, atjautos sau, dėmesingu įsisąmoninimu grįstos tėvystės ir vaiko, turinčio ASS, probleminio elgesio.

2. METODOLOGIJA

2.1. Tyrimo dalyviai

Tyrimė dalyvavo 117 mamų ir tėčių, kurių amžius svyravo nuo 25 iki 63 metų ($M = 38,42$; $SD = 5,51$). Visi dalyvavę tėvai augina vaikus, kuriems diagnozuotas kuris nors iš įvairiapusių raidos sutrikimų. Tyrimo dalyviai buvo atrinkti netikimybinės patogiosios atrankos būdu. Detalios tyrimo dalyvių sociodemografinės charakteristikos pateikiamos 1 lentelėje, o sociodemografinių klausimų anketa – 1 priede.

1 lentelė. *Tyrimo dalyvių sociodemografinės charakteristikos*

		N	Proc.
Lytis	Vyras	8	6,8
	Moteris	107	91,5
	Kita/nenurodė	2	1,7
Ryšys su vaiku	Mama	108	92,3
	Tėtis	7	6,0
	Nenurodė	2	1,7
Gyvenamoji vieta	Didysis Lietuvos miestas/priemiestis	93	79,5
	Miestas (rajonų centras)	3	2,6
	Miestelis ar kaimo vietovė	13	11,1
	Kita/nenurodė	8	6,8
Išsilavinimas	Žemesnis nei aukštasis	26	22,2
	Aukštasis	91	77,8
Santykių statusas	Vienišas (-a)	17	14,5
	Turi partnerį (-ę)	92	78,6
	Kita/nenurodė	8	6,8
Veikla gyvenime	Dirba pilnu etatu	59	50,4
	Dirba nepilnu etatu	15	12,8
	Nedirba	29	24,8
	Kita	14	12,0
Subjektyvus finansinės padėties vertinimas. Namų ūkis galą su galu suduria...	Labai sunkiai	4	3,4
	Sunkiai	26	22,2
	Gana lengvai	54	46,2
	Lengvai	28	23,2
	Nenurodė	5	4,3

1 lentelės tęsinys

		<i>N</i>	Proc.
Ar šeimoje auga daugiau vaikų (iki 18 m.)	Taip	67	57,3
	Ne	49	41,9
	Nenurodė	1	0,9
Ar pildantis per paskutinius metus gavo psichologinę pagalbą?	Taip	36	39,6
	Ne	55	60,4

Dalyvaujantys tėvai apibūdino savo vaikus, turinčius autizmo spektro sutrikimą, kurių amžius svyravo nuo 3 iki 19,8 metų ($M = 7,44$; $SD = 3,46$). Platesnes amžiaus ribas (t.y. ne iki 18 m.) tyrimuose su ASS vaikų imtimi naudoja ir iki mokslininkai (pvz., Farmer et al., 2015). Amžius, kai vaikui buvo nustatytas ASS, buvo nuo 8 mėn. iki 13 m. ($M = 2,95$; $SD = 1,50$). Šiame tyrime 70,9% vaikų demonstravo bent vieną save žalojančio elgesio būdą, 81,2% demonstravo bent vieną agresyvaus/destruktyvaus elgesio būdą, o 97,4% vaikų demonstravo bent vieną stereotipinio elgesio būdą. Detalesnes vaikų sociodemografines charakteristikas galima rasti 2 lentelėje.

2 lentelė. Tyrime apibūdintų vaikų sociodemografinės charakteristikos

		<i>N</i>	Proc.
Vaiko lytis	Berniukas	91	77,8
	Mergaitė	26	22,2
Intelektu lygmuo	Neturi intelekto negalios	38	32,5
	Intelektu lygis nežinomas	53	45,3
	Turi intelekto negalią	25	21,4
	Nenurodė	1	0,9
Ar vaikui teikiama psichologo pagalba?	Taip	54	46,2
	Ne	59	50,4

2.2. Tyrimo instrumentai

Tėvams pateiktą instrumentų rinkinį sudarė penkios dalys: (1) vaiko probleminio elgesio, (2) tėčio/mamos jaučiamos atjautos sau, (3) tėčio/mamos taikomos dėmesingu įsisąmoninimu grįstos tėvystės, (4) tėčio/mamos emocijų reguliacijos sunkumų bei (5) pildančiojo(-ios) ir jo/jos vaiko demografiniai duomenys.

2.2.1. Vaiko probleminio elgesio vertinimas

Vaiko probleminis elgesys buvo vertinamas naudojant Elgesio problemų klausimyno asmenims su intelektine negalia trumpąją formą (angl. *The Behavior Problems Inventory for Individuals with Intellectual Disabilities – Short Form, BPI-S*), sukurtą J. Rojahn (2012). Šis

instrumentas buvo pasirinktas dėl gerų psichometrinių charakteristikų, taip pat dėl to, kad apima daugybę skirtingų probleminio elgesio apraiškų, būdingų būtent autizmo spektro sutrikimui. Šis instrumentas ir kitų mokslininkų buvo naudojamas atliekant tyrimus su autizmo spektro sutrikimą turinčia imtimi (Leader et al., 2022; Wittenberg, 2016, McTiernan et al., 2011, Murphy et al. 2009), tačiau atlikus paiešką Lietuvoje atliktų tyrimų, kuriose būtų naudojama BPI-S skalė, rasti nepavyko. Leidimas klausimyną versti ir naudoti tyrimo tikslais buvo gautas susisiekus su autoriumi J. Rojahn. Instrumento vertimas buvo atliktas trijų skirtingų asmenų nepriklausomai. Vertimai buvo palyginti tarpusavyje ir naudoti pilotiniame tyrime.

Pilotinio tyrimo metu buvo apklaustos 29 mamos ir 2 tėčiai, kurie augina vaiką su ASS. Jų amžius svyravo nuo 23 iki 49 ($M = 37,61$; $SD = 7,18$). Jie pateikė duomenis apie 5 mergaites ir 26 berniukus, kurių amžius svyravo nuo 2 iki 17 metų ($M = 8,35$; $SD = 4,28$). Remiantis pilotinio tyrimo duomenimis buvo apskaičiuotas BPI-S save žalojančio ir agresyvaus/destruktyvaus elgesio subskalių vidinis suderintumas, kurio rezultatus galima rasti 3 lentelėje.

3 lentelė. *Probleminio vaiko elgesio klausimyno (BPI-S) subskalių vidinio suderintumo rodikliai (pilotinis tyrimas)*

	Elgesio dažnumas	Elgesio sunkumas
Save žalojantis elgesys	0,52	0,54
Agresyvus/destruktyvus elgesys	0,73	0,77

Pilotinio tyrimo metu išaiškėjo tam tikri internetinės anketos, kurios pagalba buvo renkami duomenys, trūkumai, dėl kurių nepavyko surinkti duomenų apie stereotipinį elgesį. Vėlesniame tyrimo etape šie trūkumai buvo pašalinti. Nors save žalojančio elgesio subskalių vidinio suderintumo rodikliai nebuvo labai aukšti, tačiau atitiko minimalius reikalavimus (Hinton et al., 2004), todėl buvo pasirinkta subskalių vertimus naudoti tolimesniame darbe, tikintis, kad vidinio suderintumo rodikliai pagerės padidėjus imčiai.

Klausimyną sudaro 30 teiginių, kurie skirstomi į 3 subskalės: save žalojantis elgesys, agresyvus/destruktyvus elgesys ir stereotipinis elgesys. Save žalojančio elgesio subskalė yra sudaryta iš 8 teiginių, vertinančių tokį vaiko elgesį, kuris sukelia žalą paties vaiko kūnui, yra nuolat pasikartojantis ir charakterizuojantis vaiką (jam būdingas), pvz.: „*Plaukų rovimasis*“ ar „*Savęs kandžiojimas*“. Agresyvaus/destruktyvaus elgesio subskalę sudaro 10 teiginių, vertinančių sąmoningas atviras vaiko atliekamas atakas, nukreiptas į kitus asmenis ar nuosavybę, pvz.: „*Kitų spardymas*“ ar „*Daiktų naikinimas (pvz.: drabužių plėšymas, kėdžių mėtymas, stalų daužymas)*“. Stereotipinio elgesio subskalę sudaro 12 teiginių, kurie vertina vaiko elgesį, vidutiniam žmogui atrodantį neįprastai, keistai ar nederamai, pvz.: „*Pasikartojantys rankų ir/ar pirštų judesiai*“ ar „*Spoksojimas į savo rankas ar objektus*“. Kiekvieną teiginį prašoma įvertinti pagal elgesio

pasireiškimo dažnumą 4 balų Likerto skalėje (1 – kartą per mėnesį, 2 – kartą per savaitę, 3 – kartą per dieną, 4 – kartą per valandą) ir pagal elgesio sunkumą 3 balų Likerto skalėje (1 – švelnus, 2 – vidutinis, 3 – sunkus). Klausimyne pateikiami skirtingo elgesio sunkumo apibūdinimai, padedantys tėvams geriau įvertinti ir pasirinkti jų vaiko elgesį geriausiai apibūdinantį atsakymą. Jei elgesio vaikas apskritai nedemonstruoja, tuomet prašoma įvertinti 0. Taip pat svarbu tai, kad stereotipinio elgesio sunkumas nėra vertinamas.

Šis instrumentas pasižymi pakankamai aukštu patikimumu, kuris atskiroms subskalėms varijuoja nuo 0,68 iki 0,89 (Rojahn et al., 2012). Mascitelli ir kolegų (2015) atlikta BPI-S patvirtinančioji faktorių analizė patvirtino trijų faktorių struktūrą: $\chi^2(402) = 2018,8, p < 0,001$; $CFI = 0,74$, $TLI = 0,72$, $RMSEA = 0,08$, kuri, autorių teigimu, tiko geriau nei vieno faktoriaus struktūra. Teiginių svoriai 1 faktoriuje (save žalojantis elgesys) pasiskirstė nuo 0,23 iki 0,72, 2 faktoriuje (agresyvus/destruktyvus elgesys) – nuo 0,08 iki 0,72, 3 faktoriuje (stereotipinis elgesys) nuo 0,47 iki 0,72. Tyrimo autoriai nurodo, kad agresyvaus/destruktyvaus ir save žalojančio elgesio faktoriai turėjo vieną ar du teiginius, kurių svoriai nebuvo labai dideli. Nustatyta, kad 16-tas teiginys („Žodinis smurtas prieš kitus“), 18-tas teiginys („Patyčios – užgaulus ar žiaurus elgesys“) ir 8-tas teiginys („Griežimas dantimis“) turėjo žemus svorius, atitinkamai 0,08, 0,26 ir 0,23. Pasak klausimyno autoriaus, instrumentas pasižymi geru konvergentiniu ir divergentiniu validumu (Rojahn et al., 2012).

Šio tyrimo metu buvo apskaičiuoti probleminio elgesio subskalių vidinio suderintumo rodikliai. Jie pateikiami 4 lentelėje.

4 lentelė. Vaiko probleminio elgesio klausimyno (BPI-S) vidinio suderintumo rodikliai

	Elgesio dažnumas	Elgesio sunkumas
Save žalojantis elgesys	0,45	0,57
Agresyvus/destruktyvus elgesys	0,86	0,83
Stereotipinis elgesys	0,84	-

Iš pateiktų duomenų galima matyti, kad save žalojančio elgesio dažnumo subskalės patikimumas, net ir esant didesnei imčiai, yra itin žemas ir neatitinka minimalios priimtinos ribos. Save žalojančio elgesio sunkumo subskalė taip pat gana žema. Atidžiau išnagrinėjus šią subskalę sudarančius teiginius paaiškėjo, kad joje esama vieno probleminio teiginio „Griežia dantimis“. Kaip minėta anksčiau, jo svoris ir kituose tyrimuose buvo itin žemas. Jį panaikinus save žalojančio elgesio dažnumo vidinis suderintumas padidėja iki 0,55 – būtent šis subskalės variantas pasirinktas naudoti analizėje. Nors vidinio suderintumo rodikliai nėra labai aukšti, tačiau, pasak statistikos mokslininko Hinton ir kolegų (2004) šie įverčiai viršija minimalią priimtina 0,5 ribą, todėl buvo pasirinkta abi subskales toliau naudoti tyrime.

Taip pat tyrimo metu buvo palyginta, ar skiriasi duomenys apie vaiko su ASS probleminį elgesį, surinkti popierinės ir internetinės apklausos būdu. Šios analizės duomenys pateikiami 5 lentelėje.

5 lentelė. *Vaiko probleminio elgesio rodiklių palyginimas renkant duomenis popieriaus-pieštuko (N = 69) ir internetinės apklausos (N = 48) būdu*

Kintamasis	Popierinė anketa		Internetinė anketa		t (115)	p	95% PI	
	M	SD	M	SD			AR	VR
Save žalojantis elgesys	1,68	0,71	1,75	0,76	-0,53	0,30	-0,35	0,20
Agresyvus/destruktyvus elg.	1,91	1,43	2,45	1,41	-2,03	0,05	-1,07	-0,01
Stereotipinis elgesys	15,71	9,64	15,79	9,84	-0,04	0,97	-3,70	3,54

Pastabos: PI – pasikliautinis intervalas; AR – apatinė riba; VR – viršutinė riba.

Iš pateiktų rezultatų matyti, kad skirtingais būdais gauti duomenys apie save žalojantį ir stereotipinį elgesį statistiškai reikšmingai nesiskyrė. Tačiau analizės metu nustatyta, kad internetinę anketą pildę tėvai nurodė statistiškai reikšmingai daugiau agresyvaus/destruktyvaus savo vaiko su ASS elgesio nei pildę anketą popieriaus-pieštuko būdu.

2.2.2. Tėvų emocijų reguliacijos sunkumų vertinimas

Tėvų emocijų reguliacija buvo vertinama Emocijų reguliacijos sunkumų skale (angl. *Difficulties in Emotion Regulation Scale, DERS*), sukurta Gratz ir Roemer (2004). Šis instrumentas yra populiarus ir dažnai naudojamas tyrimuose tiek Lietuvoje (pvz., Gegieckaitė (2021)), tiek užsienyje (pvz., Aydin 2023). Leidimas instrumentą naudoti tyrimo tikslais buvo gautas susisiekus su autore K. L. Gratz. DERS skalę į lietuvių kalbą išvertė ir savo tyrime naudojo Šeibokaitė ir kt. (2017), iš A. Šeibokaitės buvo gautas leidimas jų vertimą naudoti šiame tyrime.

Skalę sudaro 36 teiginiai, kurie skirstomi į 6 subskalės, kurios matuoja 6 emocijų reguliacijos gebėjimų sunkumus:

1. Emocinio atsako nepriėmimas (6 teiginiai, pvz., „*Kai būnu nusiminęs(-usi), aš gėdinuosiu tokių savo jausmų*“).
2. Sunkumai užsiimti tikslinga veikla patiriant neigiamas emocijas (5 teiginiai, pvz., „*Kai būnu nusiminęs(-usi), sunkiai susikoncentruoju*“).
3. Impulsų kontrolės sunkumai patiriant neigiamas emocijas (6 teiginiai, pvz., „*Kai būnu nusiminęs(-usi), aš visiškai nekontroliuoju savo veiksmų*“).
4. Emocinio supratimo trūkumas (savo emocijų neįsisąmoninimas ir nedėmesingumas joms) (6 teiginiai, pvz., „*Kai būnu nusiminęs(-usi), aš skiriu laiko tam, kad išsiaiškinčiau, kaip aš iš tikrųjų jaučiuosi*“ (R)).

5. Ribotas emocijų valdymo strategijų taikymas (8 teiginiai, pvz., „*Kai būnu nusiminęs(-usi), aš tikiu, kad negaliu nieko padaryti, jog pasijausčiau geriau*“).
6. Emocinio aiškumo trūkumas (savo emocijų neatpažinimas) (5 teiginiai, pvz., „*Man sunku susigaudyti savo jausmuose*“).

Skalės teiginius prašoma įvertinti 5 balų Likerto skalėje pagal tai, kaip dažnai teiginiai asmeniui tinka (1 – beveik niekada; 5 – beveik visada), o didesnis balas reiškia didesnius asmens patiriamus emocijų reguliacijos sunkumus. Pasak skalės autorių, DERS pasižymi aukštu vidiniu suderintumu – $\alpha = 0,93$, subskalių vidinis suderintumas $\alpha \geq 0,80$ (Gratz & Roemer, 2004). Skalės autorių atlikta tiriančioji faktorių analizė atskleidė, kad skalė atitinka 6 faktorių struktūrą, o tokios struktūros duomenų sklaidos paaiškinamumo procentas - 55,68%; kiekviename faktoriuje teiginių svoriai viršija 0,40 (Gratz & Roemer, 2004). Tokią pat 6 faktorių struktūrą galima rasti ir naujesniuose tyrimuose (pvz., Medrano & Trogolo, 2016). Iki šiol Lietuvoje atliktuose tyrimuose faktorių analizė nebuvo atlikta, tačiau gauti panašūs vidinio suderintumo rodikliai: bendras skalės vidinis suderintumas $\alpha = 0,94$, o subskalių vidinis suderintumas – $\alpha = 0,79–0,89$ (Gegieckaitė, 2021). Šio tyrimo metu apskaičiuota, kad tiek bendras skalės vidinis suderintumas ($\alpha = 0,95$), tiek subskalių vidinis suderintumas ($\alpha = 0,83-0,90$) yra pakankamai aukštas.

2.2.3. Tėvų jaučiamos atjautos sau vertinimas

Tėvų jaučiama **atjauta sau** buvo vertinama Atjautos sau skale (angl. *Self-Compassion Scale, SCS*), sukurta K. Neff (2003). Instrumentas pasirinktas remiantis Lietuvos ir užsienio autorių atliktų tyrimų, nagrinėjančių šį konstrukta, pavyzdžiu (pvz., Sabaitytė ir Diržytė (2016); di Fabio & Saklofske (2021)). Leidimas instrumentą naudoti tyrimo tikslais buvo gautas susisiekus su autore K. Neff. Atjautos sau skalę į lietuvių kalbą išvertė ir savo tyrime naudojo Sabaitytė ir Diržytė (2016), iš kurių buvo gautas leidimas jų vertimą naudoti šiame tyrime.

Atjautos sau skalę sudaro 26 teiginiai, vertinantys teigiamus ir neigiamus trijų pagrindinių atjautos sau komponentų aspektus, tad skalę sudaro šešios subskalės:

1. **Gerumas sau versus savęs smerkimas.** Gerumas sau yra žmogaus polinkis savimi rūpintis ir save suprasti, o ne save smerkti ar griežtai kritikuoti. Kai gyvenimo aplinkybės tampa sudėtingos ar keliančios sunkių emocijų, save atjaučiantis žmogus naudoja švelnią ir palaikančią kalbą savo atžvilgiu bei sau siūlo raminimą ir palaikymą, užuot už klaidas save puolęs ar nuvertinęs (Neff, 2009). Gerumo sau subskalę sudaro 5 teiginiai (pvz., „*Kai išgyvenu sunkų laikotarpį, aš būnu sau rūpestingas (-a) ir švelnus (-i)*“). Savęs smerkimo subskalė, taip pat sudaryta iš 5 teiginių (pvz., „*Aš kaltinu ir teisiu save už savo klaidas ir trūkumus*“).
2. **Bendražmogiškumas versus izoliacija.** Pasak Neff (2009), bendražmogiškumas apima asmens gebėjimą suprasti, kad visi žmonės daro klaidų ir yra netobuli. Asmens jaučiama atjauta sau esant sudėtingoje situacijoje leidžia suprasti, kad sunkumai yra bendra buvimo žmogumi dalis ir kad

visi žmonės išgyvena sunkių periodų – taip labiau jaučiamas susietumas su kitais net ir išgyvenant skausmą. Bendražmogiškumo subskalę sudaro 4 teiginiai (pvz., „Kai esu prislėgtas, primenu sau, kad pasaulyje yra daug žmonių, kurie išgyvena tą patį“). Izoliacijos subskalę taip pat sudaro 4 teiginiai (pvz., „Kai galvoju apie savo trūkumus, pradėdau jaustis labiau atsiskyręs (-usi) ir atitolęs (-usi) nuo kitų žmonių“).

3. Dėmesingas įsisąmoninimas *versus* per didelė identifikacija su patiriamais sunkumais.

Dėmesingas įsisąmoninimas apima asmens gebėjimą pažvelgti į savo sunkias patirtis ir emocijas, nesistengiant jų vengti ar slopinti (Neff, 2007). Be to, dėmesingas įsisąmoninimas skatina asmenį dėmesį į problemą kreipti subalansuotai, pernelyg daug nepasineriant į visą problemos istoriją – tokį pasinėrimą Neff (2009) pavadino per didelė identifikacija. Taigi asmuo nei nuneigia, nei per daug ruminuoja apie savasties ar savo gyvenimo aspektus. Dėmesingo įsisąmoninimo subskalę sudaro 4 teiginiai (pvz., „Kai esu prislėgtas (-a), stengiuosi atvirai ir jautriai gilintis į savo jausmus“). Per didelės identifikacijos su patiriamais sunkumais subskalę sudaro 4 teiginiai (pvz., „Kai jaučiuosi prislėgtas (-a), galvoju tik apie tai, kas nutiko blogo“).

Dalyvių prašoma 5 balų Likerto skalėje įvertinti, kaip dažnai jie elgiasi teiginiuose nurodytu būdu (1 – beveik niekada; 5 – beveik visada). Priešingų subskalių (savęs smerkimo, izoliacijos ir per didelės identifikacijos) įverčiai skaičiuojant bendrą atjautos sau įvertį turėjo būti atversti. Nustatyta, kad skalė pasižymi geru vidiniu suderintumu ($\alpha = 0,92$), o šešių subskalių vidinis suderintumas varijavo nuo 0,75 iki 0,81 (Neff, 2003). Tyrimuose su Lietuvos intimi patikimumo rodikliai buvo žemesni: bendras skalės vidinis suderintumas $\alpha = 0,73$, o subskalėms varijavo nuo 0,59 iki 0,71 (Sabaitytė ir Diržytė, 2016). Šio tyrimo metu nustatyta, kad bendras skalės vidinis suderintumas yra gana aukštas $\alpha = 0,89$. Atskirų subskalių vidinis suderintumas varijavo nuo 0,58 iki 0,81 – šie rezultatai panašūs į ankstesnio tyrimo metu su Lietuvos intimi gautus rezultatus.

2.2.4. Dėmesingu įsisąmoninimu grįstos tėvystės vertinimas

Tėvų sąveikų su vaiku metu taikoma **dėmesingu įsisąmoninimu grįsta tėvystė** buvo vertinama naudojant Dėmesingu įsisąmoninimu grįstos tėvystės klausimyną (angl. *Mindfulness in parenting questionnaire, MIPQ*), sukurtą S. McCaffrey (2017). Ją sudaro 28 teiginiai, kurie skirstomi į 2 subskales:

1. Dėmesingu įsisąmoninimu grįsta disciplina (15 teiginių, pvz., Kaip dažnai per paskutines dvi savaites Jūs... „Apsvarstėte įvairias priežastis, kodėl Jūsų vaikas pasielgė būtent tokiu būdu“?; „Prieš sudrausmindamas(-a) savo vaiką atsižvelgėte į savo jausmus“; „Prieš sudrausmindamas(-a) savo vaiką atsižvelgėte į savo vaiko jausmus“). Pasak McCaffrey (2017) ši subskalė yra susijusi su tėvais, o jos turinys atspindi gebėjimą auklėjimo situacijose išlikti ramiam, tėvų sąmoningumą ir į tikslą orientuotą auklėjimą.

2. Buvimas dabarties momente su vaiku (13 teiginių, pvz., Kaip dažnai per paskutines dvi savaites Jūs... „Priėmėte savo vaiką būtent tokį, koks jis/ji yra“; „Pastebėjote, kaip Jūsų vaikas reagavo į Jūsų elgesį“; „Pastebėjęs(-usi), kad išsiblaškęte, aktyviai grąžindavote dėmesį atgal į savo vaiką“). Ši subskalė reprezentuoja į vaiką orientuotą dėmesingu įsisąmoninimu grįstos tėvystės aspektą, kuris apima į dabarties momentą sutelktą dėmesį, empatišką savo vaiko supratimą ir priėmimą (McCaffrey, 2017).

Orue et al. (2020) atlikta patvirtinančioji faktorių analizė parodė, kad dviejų faktorių modelis yra tinkamas: $\chi^2(349) = 618$, $RMSEA = 0,053$, $TLI = 0,953$, $CFI = 0,957$. Šis instrumentas taip pat pasižymi geru vidiniu subskalių suderintumu: dėmesingu įsisąmoninimu grįstos disciplinos vidinis suderintumas – $\alpha = 0,87$, o buvimo dabarties momente su vaiku – $\alpha = 0,88$ (Orue et al., 2020). Vieninteliame iki šiol Lietuvoje atliktame tyrime, kuriame buvo naudojamas šis instrumentas, buvo nustatytas pakankamai aukštas vidinis skalių suderintumas, kuris varijavo nuo 0,77 iki 0,90 (Smailytė, 2017).

Pildančių klausimyną dalyvių prašoma galvoti apie savo vaikui taikomą auklėjimą ir sąveikas su vaiku per paskutines 2 savaites bei įvertinti, kiek dažnai teiginys yra tiesa: 1 – retai, 2 – kartais, 3 – dažnai, 4 – beveik visada. Didesnis įvertis nurodo didesnę dėmesingu įsisąmoninimu grįstos tėvystės taikymą sąveikose su savo vaiku. Šio magistro darbo metu nustatyta, kad dėmesingu įsisąmoninimu grįstos disciplinos subskalės vidinis suderintumas yra 0,87, o buvimo dabarties momente su vaiku subskalės – 0,88. Šie rodikliai yra pakankamai aukšti, todėl skalės pasirinktos naudoti tolimesnėje analizėje.

Šio tyrimo metu patvirtinančioji faktorių analizė nebuvo atliekama dėl per mažo imties dydžio. Pasak Tabachnik ir Fidel (cit. iš Pakalniškienė, 2012), atliekant faktorių analizę tyrimo dalyvių ir kintamųjų proporcija turėtų būti bent 5:1, t.y. bent penki tiriamieji kiekvienam kintamajam. Nors faktorių analizę galima atlikti ir su mažesnėmis imtimis, tačiau tuomet rezultatai gali būti mažiau patikimi ar skirtis nuo faktorių, išskirtų tiriant didesnes imtis (Pakalniškienė, 2012). Vis dėlto, šio tyrimo metu nuspręsta patikrinti, kokie yra kiekvieno teiginio svoriai subskalėse. Šios analizės rezultatai pateikiami 2 priede.

2.3. Tyrimo eiga

Tyrimo metu buvo naudojama popierinė bei internetinė anketos, apimančios anksčiau minėtas 5 dalis. Internetinė anketa buvo sukurta „Google forms“ apklausų platformoje. Tyrimas buvo atliktas 2023 m. gegužės – 2024 m. sausio mėnesiais. Tyrimo dalyvių buvo ieškoma patogiosios atrankos būdu, kreipiantis į tikslines organizacijas ir įstaigas bei per socialinius tinklus. Renkant duomenis buvo bendradarbiaujama su įvairiomis specialiosiomis įstaigomis: Vilniaus Vilties mokykla-daugiafunkciniu centru, Vilniaus miesto kompleksinių paslaugų centru „Šeimos slėnis“, Vilniaus specialiuoju lopšeliu-darželiu „Čiauškutis“. Šioms įstaigoms buvo perduotos popierinės anketos. Kai

kurioms organizacijoms ir įstaigoms, pvz., „Kitoks vaikas“, Vilniaus „Šilo“ ugdymo centrui, Lietuvos autizmo asociacijai „Lietaus vaikai“ buvo nusiųsta internetinės anketos nuoroda ir prašoma pasidalinti su tėvais. Dalyvių buvo ieškoma ir socialiniuose tinkluose, vaikų su ASS tėvus vienijančiose grupėse, taip pat pažįstamų asmenų prašoma pasidalinti anketos nuoroda su tais, kuriems ji gali būti aktuali.

Tyrimo metu buvo užpildytos 128 anketos, tačiau 11 iš jų (8,6%) buvo atmesta. Pagrindinė atmetimo priežastis – apibūdintas vaikas neturi įvairiapusio raidos sutrikimo, o turi kokį nors kitą, pavyzdžiui, mišrų raidos (F83), sutrikimą.

Anketos pradžioje tyrimo dalyviams buvo paaiškintas tyrimo tikslas, pranešta apie atsakymų anonimiškumą, konfidencialumą ir rezultatų panaudojimą rengiant baigiamąjį darbą. Anketos pildymas truko iki 25 minučių. Tyrimo dalyviai nutraukti anketos pildymą galėjo bet kuriuo metu. Dalinai užpildytų internetinių anketų duomenys nebuvo išsaugomi. Popierinės anketos tėvams buvo pateikiamos baltuose vokuose, kuriuos užklįjavę jie anketas grąžino įstaigų darbuotojams. Jei tėvai nenorėjo dalyvauti tyrime, tuomet jiems buvo sudaryta galimybė anketos neimti arba grąžinti tuščią. Kilus klausimams, tyrimo dalyviai galėjo susiekti su tyrėja anketoje nurodytu elektroniniu paštu. Galiausiai į tyrimą buvo įtraukti 117 dalyvių, pilnai užpildžiusių vaiko probleminio elgesio, emocijų reguliacijos sunkumų, atjautos sau, dėmesingu įsisąmoninimu grįstos tėvystės ir bent dalinai – demografinių duomenų anketos dalis.

2.4. Duomenų analizė

Tyrimo duomenims analizuoti buvo naudojama socialinių mokslų statistinio paketo (angl. *Statistical Package for Social Science*, SPSS) 29-oji versija. Skaičiavimams buvo taikomas reikšmingumo lygmuo – $p = 0,05$. Siekiant patikrinti tyrime naudojamų skalių vidinį suderintumą, buvo skaičiuojami Cronbach alpha koeficientai. Duomenų normalumas buvo tikrinamas atsižvelgiant į asimetrijos koeficientus. Pasak Pallant (cit. iš Pakalniškienė, 2012), kai asimetrijos koeficientai, patenka į $\pm 0,8$ intervalą, tuomet yra laikoma, kad duomenys pasiskirstę normaliai. Vis dėlto, kai kurie mokslininkai nurodo, kad asimetrijos koeficientams gali būti taikomi ir liberalesni kriterijai, kai asimetrijos koeficientai, patenkantys į ± 2 intervalą, yra priskiriami normaliam pasiskirstymui (Kim, 2013). Taip pat buvo atsižvelgta į Q-Q grafiko (angl. *detrended Q-Q plot*) nuokrypius, kurių rezultatai neturėtų viršyti priimtinos ± 1 ribos (Pallant, cit. iš Pakalniškienė, 2012).

Atlikus duomenų normalumo analizę buvo pastebėta, kad Elgesio problemų klausimyno (BPI) save žalojančio elgesio bei agresyvaus/destruktyvaus elgesio tiek dažnumo, tiek sunkumo subskalių duomenys nėra pasiskirstę normaliai. Tuomet, remiantis Tabachnick ir Fidel (2013) rekomendacijomis, šios subskalės buvo transformuotos. Transformacijos pobūdis buvo parenkamas pagal asimetrijos laipsnį ir kryptį, šiuo atveju – pagal vidutinį teigiamą asimetrijos nuokrypį. Pasak Tabachnick ir Fidel (2013), esant tokiai asimetrijai transformuojant duomenis reiktų ištraukti

kvadratinę šaknį. Po atliktos transformacijos pakartotinai įvertinus minėtų subskalių normalumą nustatyta, kad jų asimetrijos koeficientai sumažėjo ir patenka į $\pm 0,8$ intervalą, o Q-Q grafiko nuokrypiai neviršija ± 1 . Tai leidžia transformuotus kintamuosius prilyginti normaliai pasiskirsčiusiems ir naudoti juos tolimesnėje analizėje.

Sąsajoms tarp konstrukčių apskaičiuoti buvo naudojama Pearson'o koreliacija. Palyginimams tarp grupių atlikti buvo naudojamas nepriklausomų imčių Student t-testas. Siekiant nustatyti, kurie kintamieji tiesiogiai prognozuoja vaiko su ASS probleminių elgesį, atlikta tiesinė regresija. Siekiant įvertinti sąsajas tarp visų kintamųjų viename modelyje, kuris apimtų tiek tiesioginius, tiek netiesioginius ryšius, buvo atlikta takų analizė (angl. *path analysis*) naudojantis MPlus statistinio paketo 8 versija, sukurta Muthén & Muthén (2017). Modelio tinkamumas buvo vertinamas remiantis aproksimacijos liekanos kvadrato šaknies paklaida (angl. *root mean square error of approximation*, RMSEA), palyginamuoju tinkamumo indeksu (angl. *comparative fit index*, CFI) ir Tucker-Lewis indeksu (angl. *Tucker-Lewis index*, TLI). Remiantis bendra praktika, modelis laikomas tinkamu, kai RMSEA įvertis yra mažesnis nei 0,08, CFI $\geq 0,95$, o TLI įvertis $\geq 0,95$ (Hu & Bentler, 1999)

3. REZULTATAI

3.1. Pirminė analizė

Pirmasis išsikeltas tyrimo uždavinys – įvertinti sąsajas tarp skirtingų vaiko, turinčio ASS, probleminio elgesio būdų. Joms nustatyti buvo naudojama Pearson'o koreliacija. Gauti duomenys rodo, kad koreliacija tarp save žalojančio vaiko elgesio dažnumo ir sunkumo ($r = 0,95; p < 0,001$) bei agresyvaus/destruktyvaus elgesio dažnumo ir sunkumo ($r = 0,93, p < 0,001$) yra labai stipri. Tai reiškia, kad minėtų probleminių elgesių dažnumas labai stipriai siejasi su jų sunkumu. Galima sakyti, kad šios dvi subskalės yra kone tapačios, todėl tolimesnėje analizėje ir aptarime bus naudojami tik šių subskalių dažnumo įverčiai. Taip pat nustatyta, kad save žalojantis elgesys statistiškai reikšmingai siejasi su agresyviu/destruktyviu elgesiu ($r = 0,27; p = 0,004$). Vadinasi, didėjant vaiko polinkiui save žaloti, kartu didėja ir jo polinkis elgtis agresyviu/destruktyviu būdu ir atvirkščiai – agresyvaus/destruktyvaus elgesio tendencijos signalizuoja apie didesnę polinkį į save žalojantį elgesį. Dar rezultatai atskleidė, kad stereotipinis elgesys reikšmingai siejasi su save žalojančiu vaiko elgesiu ($r = 0,29; p = 0,001$), tačiau sąsajų su agresyviu/destruktyviu elgesiu nebuvo nustatyta ($r = 0,07; p = 0,47$). Tai reiškia, kad daugėjant stereotipinio elgesio, didėja ir save žalojančio elgesio, tačiau ne agresyvaus/destruktyvaus tendencijos.

Antrasis tyrime keltas uždavinys – įvertinti, kaip siejasi vaiko su ASS probleminio elgesio būdai ir jį auginančių tėvų emocijų reguliacijos sunkumai, atjauta sau bei dėmesingu įsisąmoninimu grįsta tėvystė. Šioms sąsajoms įvertinti taip pat buvo naudojama Pearson'o koreliacija. Kalbant apie probleminio elgesio subskalių sąsajas su tėvų emocijų reguliacijos sunkumais, buvo nustatyta, kad tiek save žalojantis vaiko elgesys ($r = 0,26; p = 0,006$), tiek agresyvus destruktyvus elgesys ($r = 0,30; p = 0,001$) teigiamu koreliaciniu ryšiu siejasi su bendru tėvų emocijų reguliacijos sunkumų įverčiu. Tai reiškia, kad jei tėvams kyla daugiau sunkumų reguliuojant savo emocines reakcijas, tuomet didėja ir vaikų polinkis į save žalojantį bei agresyvų/destruktyvų elgesį ir atvirkščiai – jei vaikas linkęs labiau save žaloti ir/ar elgtis agresyviai/destruktyviai, tuomet ir tėvai patiria daugiau emocijų reguliacijos sunkumų. Detaliau žvelgiant į emocijų reguliacijos sunkumų subskales galima pastebėti, kad su save žalojančiu vaiko elgesiu stipriausiai siejasi tėvų impulsų kontrolės sunkumai ($r = 0,26; p = 0,01$) bei patiriamas emocinio aiškumo trūkumas ($r = 0,27; p = 0,003$), o su agresyviu/destruktyviu elgesiu – impulsų kontrolės sunkumų ($r = 0,28, p = 0,002$) ir emocinio aiškumo trūkumo ($r = 0,31; p < 0,001$) subskalės. Stereotipinis vaiko elgesys, tyrimo duomenimis, nesisiejo su tėvų gebėjimu reguliuoti savo emocijas. Detalios sąsajos tarp vaiko probleminio elgesio subskalių ir tėvų emocijų reguliacijos bei jos subskalių pateikiamos 6 lentelėje.

6 lentelė. Vaiko Elgesio problemų (BPI) ir tėvų Emocijų reguliacijos sunkumų (DERS) skalių koreliacijos koeficientai

	1	2	3	4	4.1.	4.2.	4.3.	4.4.	4.5.	4.6.
1. SŽE	1									
2. A/D	0,27**	1								
3. Stereo	0,29**	0,08	1							
4. ERS	0,26**	0,30**	-0,04	1						
4.1. Nepriėmimas	0,24**	0,13	-0,06	0,83***	1					
4.2. Tikslai	0,05	0,25**	-0,04	0,74***	0,56***	1				
4.3. Impulsai	0,26**	0,28**	-0,02	0,88***	0,68***	0,70***	1			
4.4. Supratimas	0,21*	0,16	0,00	0,52***	0,25**	0,11	0,31***	1		
4.5. Strategijos	0,18	0,27**	-0,06	0,91***	0,78***	0,68***	0,77***	0,32***	1	
4.6. Aiškumas	0,27**	0,31***	0,01	0,78***	0,56***	0,43***	0,64***	0,50***	0,62***	1

Pastabos: SŽE - save žalojantis elgesys; A/D – agresyvus/destruktyvus elgesys; Stereo – stereotipinis elgesys. ERS – emocijų reguliacijos sunkumai (bendras įvertis).

* $p < 0,05$, ** $p < 0,01$, *** $p < 0,001$

Nagrinėjant probleminio vaiko elgesio ir tėvų jaučiamos atjautos sau sąsajas paaiškėjo, kad tėvų atjauta sau (bendras įvertis) nesisieja su stereotipiniu vaiko elgesiu ($r = 0,01$, $p = 0,95$). Tačiau save žalojantis elgesys ($r = -0,23$, $p = 0,01$) ir agresyvus/destruktyvus elgesys ($r = -0,31$; $p < 0,001$) statistiškai reikšmingai siejosi su bendru atjautos sau įverčiu. Tai reiškia, kad didėjant tėvų atjautai sau mažėja save žalojantis ir agresyvus/destruktyvus vaiko elgesys ir atvirkščiai – mažėjant tokio pobūdžio elgesiui didėja tėvų atjauta sau. Žvelgiant į konkrečias atjautos sau subskales paaiškėjo, kad save žalojantis vaiko elgesys reikšmingai siejasi su gerumo sau ($r = -0,24$; $p = 0,01$) ir per didelės identifikacijos su problema ($r = 0,24$, $p = 0,01$) subskalėmis. Tuo tarpu agresyvus/destruktyvus vaiko elgesys reikšmingai siejasi su gerumo sau ($p = -0,19$; $p = 0,04$), savęs smerkimo

($r = 0,29$; $p = 0,001$), izoliacijos ($r = 0,25$; $p = 0,006$) ir per didelės identifikacijos su patiriamais sunkumais ($r = 0,38$; $p < 0,001$) subskalėmis. Detalesnę informaciją apie šių konstruktyvų sąsajas galima rasti 7-oje lentelėje.

7 lentelė. *Vaiko Elgesio problemų (BPI) ir tėvų Atjautos sau (SCS) skalių koreliacijos koeficientai*

	1	2	3	4	4.1.	4.2.	4.3.	4.4.	4.5.	4.6.
1. Save žalojantis elgesys	1									
2. Agresyvus/destruktyvus elgesys	0,27**	1								
3. Stereotipinis elgesys	0,29**	0,08	1							
4. Atjauta sau (bendras įvertis)	-0,23*	-0,31***	0,01	1						
4.1. Gerumas sau	-0,24*	-0,19*	0,13	0,73***	1					
4.2. Savęs smerkimas	0,14	0,29**	0,03	-0,77***	-0,40***	1				
4.3. Bendražmogiškumas	-0,12	-0,08	-0,13	0,63***	0,61***	-0,26**	1			
4.4. Izoliacija	0,14	0,25**	-0,03	-0,74***	-0,32***	0,64***	-0,14	1		
4.5. Dėmesingas įsisąmoninimas	-0,10	-0,08	0,05	0,62***	0,61***	-0,19*	0,61***	-0,20*	1	
4.6. Per didelė identifikacija	0,24**	0,38***	-0,01	-0,72***	-0,25**	0,71***	-0,09	0,72***	-0,16	1

Pastabos: Koreliacijos pateikiamos su neapverstomis 6.2., 6.4. ir 6.6. subskalėmis.

* $p < 0,05$, ** $p < 0,01$, *** $p < 0,001$

Kalbant apie dėmesingu įsisąmoninimu grįstą tėvystę, paaiškėjo, kad pirmoji subskalė (dėmesingu įsisąmoninimu grįsta disciplina) statistiškai reikšmingai nesisieja su jokių iššūkių keliančiu vaiko elgesiu. Tačiau antroji, buvimo dabarties momente su vaiku, subskalė statistiškai reikšmingai siejasi su save žalojančiu vaiko elgesiu ($r = -0,20$; $p = 0,03$). Tai reiškia, kad tėvams skiriant vaikui daugiau dėmesio, stengiantis empatiškai jį suprasti ir priimti, mažėja ir save žalojantis vaiko elgesys. Bei atvirkščiai – mažėjant vaiko savižalai tėvai yra linkę su vaiku daugiau būti „čia ir dabar“. Išsamesnė informacija apie sąsajas tarp vaiko probleminio elgesio ir DİGT pateikiama 8 lentelėje.

8 lentelė. Vaiko Elgesio problemų (BPI) ir tėvų taikomos Dėmesingu įsisąmoninimu grįstos tėvystės (MIPQ) skalių koreliacijos koeficientai

	1	2	3	4.1.	4.2.
1. Save žalojantis elgesys	1				
2. Agresyvus/destruktyvus elgesys	0,27**	1			
2. Stereotipinis elgesys	0,29**	0,08	1		
4.1. Dėmesingu įsisąmoninimu grįsta disciplina	-0,12	0,01	-0,07	1	
4.2. Buvimas dabarties momente su vaiku	-0,20*	-0,11	-0,09	0,74***	1

Pastabos: * $p < 0,05$, ** $p < 0,01$, *** $p < 0,001$

Atjautos sau, emocijų reguliacijos sunkumų ir dėmesingu įsisąmoninimu grįstos tėvystės tarpusavio sąsajų analizė atskleidė, kad esama reikšmingos sąsajos tarp tėvų jaučiamos atjautos sau ir emocijų reguliacijos sunkumų ($r = -0,72$; $p < 0,001$). Tokie rezultatai rodo, kad didėjant atjautai sau, mažėja emocijų reguliacijos sunkumai ir atvirkščiai – mažėjant emocijų reguliacijos sunkumų didėja atjauta sau. Taip pat tėvų jaučiama atjauta sau statistiškai reikšmingai siejasi su abiem DĮGT subskalėmis – dėmesingu įsisąmoninimu grįsta disciplina ($r = 0,39$; $p < 0,001$) ir buvimu dabarties momente su vaiku ($r = 0,33$; $p < 0,001$). Tai reiškia, kad tėvų jaučiama atjauta sau gali didinti tėvų polinkį taikyti DĮGT strategijas ir atvirkščiai – dėmesingai būdami ir bendraudami su savo vaiku tėvai gali pajusti ir daugiau atjautos sau. Be to, rezultatai atskleidė, kad esama sąsajų tarp emocijų reguliacijos sunkumų ir DĮGT subskalių. Tai reiškia, kad jei tėvai patiria daugiau emocijų reguliacijos sunkumų, tuomet mažėja jų polinkis taikyti dėmesingu įsisąmoninimu grįstą discipliną ($r = -0,39$; $p < 0,001$) bei būti dabarties momente su vaiku ($r = -0,31$; $p < 0,001$). Žinoma, galimas ir atvirkščias ryšys, kai didėjant DĮGT strategijų taikymui mažėja ir emocijų reguliacijos sunkumų. Detalias sąsajas tarp visų aptartų konstruktyvų galima rasti 9-oje lentelėje.

Nors pirminės analizės metu nustatyta nemažai reikšmingų sąsajų, tačiau verta prisiminti, kad save žalojančio ir agresyvaus/destruktyvaus elgesio subskalės buvo transformuotos, o save žalojančio elgesio subskalė pasižymėjo žemu vidiniu suderintumu, todėl rezultatus reiktų interpretuoti atsargiai.

9 lentelė. Tėvų atjautos sau (SCS), emocijų reguliacijos sunkumų (DERS) ir Dėmesingų įsisąmoninimu grįstos tėvystės (MIPQ) skalių koreliacijos

	1	1.1.	1.2.	1.3.	1.4.	1.5.	1.6.	2	2.1.	2.2.	2.3.	2.4.	2.5.	2.6.	3.1	3.2.
1. AS	1															
1.1. GS	0,73***	1														
1.2. SS	-0,77***	-0,40***	1													
1.3. B	0,63***	0,61***	-0,26**	1												
1.4. I	-0,74***	-0,32***	0,64***	-0,14	1											
1.5. DĮ	0,62***	0,61***	-0,19*	0,61***	-0,20*	1										
1.6. PDI	-0,72***	-0,25**	0,71***	-0,10	0,72***	-0,16	1									
2. ERS	-0,72***	-0,45***	0,58***	-0,33***	0,63***	-0,40***	0,64***	1								
2.1. N	-0,63***	-0,31***	0,59***	-0,17	0,65***	-0,25**	0,64***	0,83***	1							
2.2. T	-0,48***	-0,22*	0,40***	-0,14	0,47***	-0,20*	0,54***	0,74***	0,56***	1						
2.3. I	-0,51***	-0,24**	0,42***	-0,16	0,46***	-0,26**	0,55***	0,88***	0,68***	0,70***	1					
2.4. Su	-0,48***	-0,59***	0,31***	-0,43***	0,18	-0,48***	0,12	0,52***	0,25**	0,11	0,31***	1				
2.5. St	-0,71***	-0,42***	0,53***	-0,34***	0,65***	-0,38***	0,63***	0,91***	0,78***	0,68***	0,77***	0,32***	1			
2.6. A	-0,53***	-0,30**	0,43***	-0,27**	0,47***	-0,27**	0,46***	0,78***	0,56***	0,43***	0,64***	0,50***	0,62***	1		
3.1. DĮGD	0,39***	0,36***	-0,26**	0,28**	-0,23*	0,29**	-0,24**	-0,39***	-0,23*	-0,22*	-0,32***	-0,47***	-0,31***	-0,28**	1	
3.2. BDMSV	0,33***	0,30***	-0,21*	0,23*	-0,21*	0,23*	-0,24**	-0,31***	-0,16	-0,14	-0,22*	-0,41***	-0,22*	-0,32***	0,74***	1

Pastabos: AS – atjauta sau; GS – gerumas sau; SS – savęs smerkimas; B – bendražmogiškumas; I – izoliacija; DĮ – dėmesingas įsisąmoninimas; PDI – per didelė identifikacija; ERS – emocijų reguliacijos sunkumai; N – nepriėmimas; T – tikslai; I – impulsai; Su – supratimas; St – strategijos; A – aiškumas; DĮGD – dėmesingų įsisąmoninimu grįsta disciplina; BDMSV – buvimas dabarties momente su vaiku.

3.2. Vaiko probleminio elgesio sąsajos su demografiniais kintamaisiais

Trečiasis išsikeltas tyrimo uždavinys – įvertinti vaiko, turinčio ASS, probleminio elgesio sąsajas su demografiniais kintamaisiais. Tam buvo naudojama Pearson'o koreliacija bei Student t-testas nepriklausomoms imtims. Pirmiausiai buvo analizuojamos vaiko amžiaus ir probleminio elgesio sąsajos. Analizės metu nustatyta, kad nei save žalojantis vaiko, turinčio ASS, elgesys ($r = 0,06$, $p = 0,55$), nei agresyvus/destruktyvus elgesys ($r = -0,11$, $p = 0,23$), nei stereotipinis elgesys ($r = -0,15$, $p = 0,12$) statistiškai reikšmingai nesisieja su vaiko amžiumi. Tai reiškia, kad prielaida, jog su amžiumi šių elgesio būdų raiška galėtų didėti ar mažėti, nepasitvirtina.

Kalbant apie probleminio elgesio skirtumus tarp berniukų ir mergaičių, atlikus Student t-testą nepriklausomoms imtims, nustatyta, kad probleminis elgesys tarp lyčių statistiškai reikšmingai nesiskiria (10 lentelė). Tai reiškia, kad tiek berniukams, tiek mergaitėms vienodai būdingas tiek save žalojantis, tiek agresyvus/destruktyvus, tiek stereotipinis elgesys.

10 lentelė. *Berniukų (N=91) ir mergaičių (N= 26) probleminio elgesio palyginimas*

Kintamasis	Berniukai		Mergaitės		t (115)	p	95% PI	
	M	SD	M	SD			AR	VR
Save žalojantis elgesys	1,73	0,74	1,65	0,71	0,52	0,61	-0,24	0,41
Agresyvus/destruktyvus elgesys	2,16	1,34	2,03	1,78	0,35	0,73	-0,63	0,90
Stereotipinis elgesys	15,81	9,48	15,50	10,54	0,14	0,89	-3,97	4,59

Pastabos: PI – pasikliautinis intervalas; AR – apatinė riba; VR – viršutinė riba.

Taip pat analizės metu buvo nagrinėta ir tai, kaip probleminis vaiko elgesys gali sietis su jam teikiama pagalba. Nustatyta, kad absoliuti dauguma – 108 vaikai (92,3%) – gauna specialistų pagalbą, orientuoją į jų būklės gerinimą. Vis dėlto, iš visų, gaunančių pagalbą, tik 54 (47,8%) gauna psichologinę pagalbą. Naudojantis Student t-testu nepriklausomoms imtims išryškėjo tam tikri probleminio elgesio skirtumai tarp vaikų, gaunančių ir negaunančių psichologo pagalbą (10 lentelė). Nustatytas reikšmingas skirtumas tarp vaikų, gaunančių psichologo pagalbą ($M = 2,49$; $SD = 1,53$) ir negaunančių psichologo pagalbą ($M = 1,87$; $SD = 1,29$) agresyvaus/destruktyvaus elgesio įverčių; $t(111) = -2,32$, $p = 0,02$. Tai reiškia, kad psichologinę pagalbą gaunantys vaikai su ASS dažniau demonstruoja tokio pobūdžio elgesį. Statistiškai reikšmingų save žalojančio elgesio ir stereotipinio elgesio skirtumų tarp gaunančių ir negaunančių psichologinę pagalbą nebuvo nustatyta.

Taip pat buvo įvertinta, ar vienturčių vaikų su ASS ($N = 49$) probleminis elgesys skiriasi nuo vaikų, kurie turi brolių ar seserų iki 18 m. ($N = 67$). Nustatyta, kad jei šeimoje auga daugiau vaikų iki 18-kos metų, tuomet vaikas su ASS linkęs dažniau demonstruoti agresyvų/destruktyvų elgesį ($M =$

2,40, $SD = 1,39$) lyginant su vaikais, kurie brolių ar seserų neturi ($M = 1,76$; $SD = 1,46$); $t(114) = -2,38$, $p = 0,02$).

11 lentelė. *Vaikų, gaunančių ($N = 54$) ir negaunančių ($N = 60$) psichologo pagalbą probleminio elgesio palyginimas*

Kintamasis	Gauna psich. pagalbą		Negauna psich. pagalbos		t (112)	p	95% PI	
	M	SD	M	SD			AR	VR
Save žalojantis elgesys	1,61	0,68	1,82	0,78	1,54	0,13	-0,06	0,48
Agresyvus/destruktyvus elg.	2,49	1,53	1,87	1,29	-2,32	0,02	-1,14	-0,09
Stereotipinis elgesys	16,93	10,39	14,71	9,14	-1,21	0,23	-5,86	1,42

Pastabos: PI – pasikliautinis intervalas; AR – apatinė riba; VR – viršutinė riba.

Be to, buvo svarbu pažiūrėti, ar psichologinė parama tėvams yra susijusi su vaiko probleminiu elgesiu. Atlikta nepriklausomų imčių palyginimo analizė, kurios metu buvo nagrinėjama, ar skiriasi vaiko probleminis elgesys, jei tėvai gauna (ar per paskutinius 12 mėnesių gavo) ar išvis negavo psichologinės pagalbos. Rezultatai parodė, kad vaiko probleminio elgesio kategorijos tarp šių dviejų grupių statistiškai reikšmingai nesiskiria (12 lentelė).

12 lentelė. *Tėvų, gaunančių/per paskutinius 12 mėn. gavusių psichologinę pagalbą ($N = 36$), vaiko probleminio elgesio rodiklių palyginimas*

Kintamasis	Gauna/gavo psich. pagalbą		Negauna/negavo psich. pagalbos		t (89)	p	95% PI	
	M	SD	M	SD			AR	VR
Save žalojantis elgesys	1,66	0,70	1,73	0,72	0,46	0,64	-0,23	0,37
Agresyvus/destruktyvus elgesys	1,77	1,40	1,97	1,43	0,64	0,52	-0,41	0,80
Stereotipinis elgesys	15,24	9,44	14,86	9,71	-0,18	0,85	-4,47	3,71

Pastabos: PI – pasikliautinis intervalas; AR – apatinė riba; VR – viršutinė riba.

Taigi, apibendrinant koreliacinių ryšių ir grupių palyginimo rezultatus galima teigti, kad save žalojantis bei agresyvus/destruktyvus vaiko su ASS elgesys statistiškai reikšmingai siejasi su tėvų emocijų reguliacijos sunkumais. Taip pat šie du probleminio elgesio būdai siejasi su tėvų jaučiama atjauta sau. Kalbant apie dėmesingu įsisąmoninimu grįstą tėvystę, buvimo dabarties momente su vaiku subskalė statistiškai reikšmingai siejasi su save žalojančiu vaiko elgesiu. Taip pat nustatyta reikšminga sąsaja tarp tėvų jaučiamos atjautos sau ir emocijų reguliacijos sunkumų bei tarp atjautos sau ir abiejų DİGT subskalių (dėmesingu įsisąmoninimu grįstos disciplinos ir buvimo dabarties

momente su vaiku). Be to, abu DİGT aspektai statistiškai reikšmingai siejasi su tėvų emocijų reguliacijos sunkumais.

Kalbant apie demografinių kintamųjų sąsajas su tyrime nagrinėjama konstruktais paaiškėjo, kad jokie probleminio elgesio būdai nesisieja su vaiko amžiumi. Be to, esama agresyvaus/destruktyvaus elgesio skirtumų tarp vaikų, gaunančių psichologinę pagalbą ir jos negaunančių – pagalbą gaunančiųjų agresyvaus/destruktyvaus elgesio tendencijos yra ryškesnės. Taip pat analizės metu paaiškėjo, kad jei šeimoje kartu su vaiku, turinčiu ASS, auga ir daugiau vaikų iki 18-kos metų, tuomet vaikas su ASS linkęs dažniau demonstruoti agresyvų/destruktyvų elgesį.

3.3. Probleminį vaiko elgesį prognozuojantys veiksniai

Ketvirtasis tyrimo uždavinys – įvertinti, kokią prognostinę reikšmę vaiko su ASS probleminio elgesio būdams turi tėvų emocijų reguliacijos sunkumai, atjauta sau ir dėmesingu įsisąmoninimu grįsta tėvystė. Šiems ryšiams nustatyti buvo atliekama regresinė analizė. Kadangi tiek emocijų reguliacijos sunkumų, tiek atjautos sau instrumentai turi nemažai subskalių, apimančių skirtingus šių konstrukto aspektus, regresinė analizė buvo atliekama būtent su atjautos sau ir emocijų reguliacijos sunkumų subskalėmis, siekiant detaliau panagrinėti galimas sąsajas ir išsiaiškinti, kokie šių kintamųjų aspektai turi didžiausią reikšmę aiškinant skirtingus probleminio vaiko su ASS elgesio ypatumus.

Pirmiausiai buvo žiūrima, ar atjautos sau, emocijų reguliacijos sunkumų ir DİGT subskalės prognozuoja save žalojančią vaiko elgesį. Atliktos tiesinės regresijos rezultatai parodė, kad modelis yra statistiškai reikšmingas ir geba paaiškinti 21,7% save žalojančio vaiko elgesio variacijos ($F(13, 102) = 2,18, R^2 = 0,217, p = 0,02$). Toliau buvo nagrinėjama, ar tėvų atjautos sau, emocijų reguliacijos bei dėmesingu įsisąmoninimu grįstos tėvystės subskalės prognozuoja agresyvų/destruktyvų vaiko su ASS elgesį. Paaiškėjo, kad modelis yra prasmingas ir psichologiniai kintamieji geba paaiškinti 29,3% agresyvaus/destruktyvaus elgesio variacijos ($F(13, 102) = 3,25, R^2 = 0,293, p < 0,001$). Vis dėlto, pradėjus detaliau nagrinėti atskirų kintamųjų prognostinę reikšmę, buvo pastebėta, kad regresinių modelių keičiasi ryšių pobūdis. Pavyzdžiui, sunkumai užsiimti tikslinga veikla (tėvų emocijų reguliacijos sunkumų aspektas) yra teigiamu koreliaciniu ryšiu susiję su save žalojančiu vaiko elgesiu, tačiau prognostinis ryšys yra neigiamas. Panašių pavyzdžių rezultatuose buvo pastebėta ir daugiau. Pasak statistikos mokslininkų Gelman ir Hill (2006) tokie rezultatai gali atsirasti dėl multikolinearumo. Duomenimis grįstas (angl. *data-based*) multikolinearumas yra dažnas socialiniuose moksluose (Schroeder et al., 2017). Šiuo atveju įdomu tai, kad pagrindinis multikolinearumą matuojantis rodiklis – dispersijos padidėjimo faktorius (angl. *variance inflation factor*, VIF) – nei vieno iš nepriklausomų kintamųjų nebuvo didesnis nei priimtina 5 reikšmė (James et al., 2017). Vis dėlto, esama ir nuomonės, kad didesnė nei 2,5 VIF reikšmė nurodo galimas multikolinearumo problemas (Johnston et al., 2018). Laikantis šios griežtesnės, o ne labiau visuotinai priimtinos 5 ribos, šio tyrimo metu galima būtų kalbėti apie multikolinearumo problemą, kuri galimai

ir paveikė rezultatus. Taip pat tokie rezultatai gali būti susiję su duomenimis (galbūt tėvai pildė neatidžiai ar atsitiktinai) arba per mažų jų kiekiu (nors duomenimis grįsto multikolinearumo didesnis duomenų kiekis nesprendžia (Murel & Kavlakoglu, 2023)). Vis dėlto, pasak Kutner ir kolegų (2013), multikolinearumas paveikia tik koeficientus ir p reikšmes, tačiau nedaro įtakos pačiai prognozei, jos tikslumui ar tinkamumo statistikai. Tad iš rezultatų galima daryti išvadą, kad tėvų atjauta sau, emocijų reguliacijos sunkumai ir dėmesingu įsisažymėjimu grįsta tėvystė, sudarantys bendrą prognostinį modelį, statistiškai reikšmingai prisideda prie save žalojančio ir agresyvaus/destruktyvaus vaiko su ASS elgesio paaiškinimo, tačiau kokie konkrečiai veiksniai daro didžiausią įtaką pasakyti negalime.

Galiausiai buvo aiškinamasi, kaip minėtų psichologinių kintamųjų subskalių įverčiai prognozuoja stereotipinį vaiko, turinčio ASS, elgesį. Tam ir vėl buvo pasitelkta tiesinė regresinė analizė, įtraukusi visus anksčiau minėtus kintamuosius. Rezultatai atskleidė, kad prognostinis modelis nebuvo statistiškai reikšmingas $F(13, 102) = 1,06, R^2 = 0,119, p = 0,40$. Tad galima daryti išvadą, kad, sudarydami bendrą prognostinį modelį, šie psichologiniai kintamieji neprisideda prie vaiko su ASS demonstruojamo stereotipinio elgesio paaiškinimo.

Taigi, atliktos analizės atskleidžia, kad tiek tėvų atjauta sau, tiek jų emocijų reguliacijos sunkumai, tiek dėmesingu įsisažymėjimu grįstos tėvystės aspektai, visi kartu sudarydami bendrą prognostinį modelį, reikšmingai prisideda prie save žalojančio bei agresyvaus/destruktyvaus vaiko su ASS elgesio paaiškinimo, nors dėl duomenų transformacijos ir žemo save žalojančio elgesio subskalės vidinio suderintumo rezultatus reiktų vertinti atsargiai. Vis dėlto, tiesinės regresijos modeliai nesuteikė informacijos apie atskirų kintamųjų prognostinę reikšmę vaiko su ASS probleminei elgesiui – tai pagrindžia kitokios analizės poreikį, siekiant geriau suprasti ryšius tarp atjautos sau, tėvų emocijų reguliacijos, DİGT ir vaiko probleminio elgesio. Be to, šio tyrimo rėmuose esama trijų skirtingų probleminio elgesio būdų (priklausomų kintamųjų), todėl gali būti svarbu pasižiūrėti, kaip pasirinkti psichologiniai kintamieji prognozuoja šiuos elgesio būdus ne tik pavieniui, bet ir kartu. Šiems galimiems ryšiams nagrinėti buvo sudaromas takų analizės modelis.

3.4. Vaiko probleminio elgesio takų analizės modelis

Paskutinis tyrimo uždavinys – įvertinti tiesioginius ir netiesioginius ryšius tarp vaiko, turinčio ASS, probleminio elgesio būdų, tėvų emocijų reguliacijos sunkumų, atjautos sau bei DİGT. Šiai užduočiai įgyvendinti buvo sudarytas ryšius tarp kintamųjų paaiškinantis struktūrinių lygčių modelis. Šiuo metu teorinio modelio, apimančio visus minėtus konstruktus, nėra sukurta. Tad remiantis anksčiau pateiktais pirminės analizės rezultatais bei įvade išdėstytomis teorinėmis prielaidomis sudarytas pradinis modelis (1 pav.) buvo koreguojamas pašalinant statistiškai nereikšmingus ir pridėdamas statistiškai reikšmingus ryšius.

Kadangi modeliu buvo siekiama patikrinti bendras tendencijas, todėl jame pasirinkta naudoti bendrus tėvų atjautos sau bei emocijų reguliacijos sunkumų įverčius. Pirmiausiai, į modelį pridėtos

abi DĪGT subskalės, nes jos koreliaciniu ryšiu siejasi su atjauta sau bei tėvų emocijų reguliacijos sunkumais. Taip pat pridėta ir tėvų atjauta sau bei emocijų reguliacijos sunkumai, nes jie siejasi su agresyviu/destruktyviu bei save žalojančiu vaiko elgesiu. Be to, šie du kintamieji apibusiu ryšiu siejasi su dėmesingu įsisąmoninimu grįstos tėvystės aspektais. Nors stereotipinis elgesys nesisiejo nei su atjauta sau, nei su emocijų reguliacijos sunkumais, nei su DĪGT aspektais, tačiau jį pasirinkta įtraukti, nes jis koreliaciniu ryšiu siejosi su save žalojančiu vaiko elgesiu.

Taigi, į galutinį testuojamąjį modelį buvo įtraukti visi trys iššūkių keliančio vaiko elgesio būdai, emocijų reguliacijos sunkumų bei atjautos sau bendri įverčiai bei dėmesingu įsisąmoninimu grįstos tėvystės subskalės. Po korekcijų DĪGT buvimo dabarties momente su vaiku subskalės buvo atsisakyta. Galutinio probleminio vaiko su ASS elgesio prognostinio modelio testavimas parodė, kad modelis gerai tiko tyrimo duomenims ir visi tinkamumo rodikliai atitiko aukščiausius keliamus tinkamumo reikalavimus, t. y. RMSEA < 0,05, CFI ≥ 0,95, TLI ≥ 0,95 (Hu & Bentler, 1999). Galutinio prognostinio modelio tinkamumo rezultatai pristatomi 13 lentelėje.

13 lentelė. Vaiko su ASS probleminio elgesio prognostinio modelio tinkamumo rodikliai

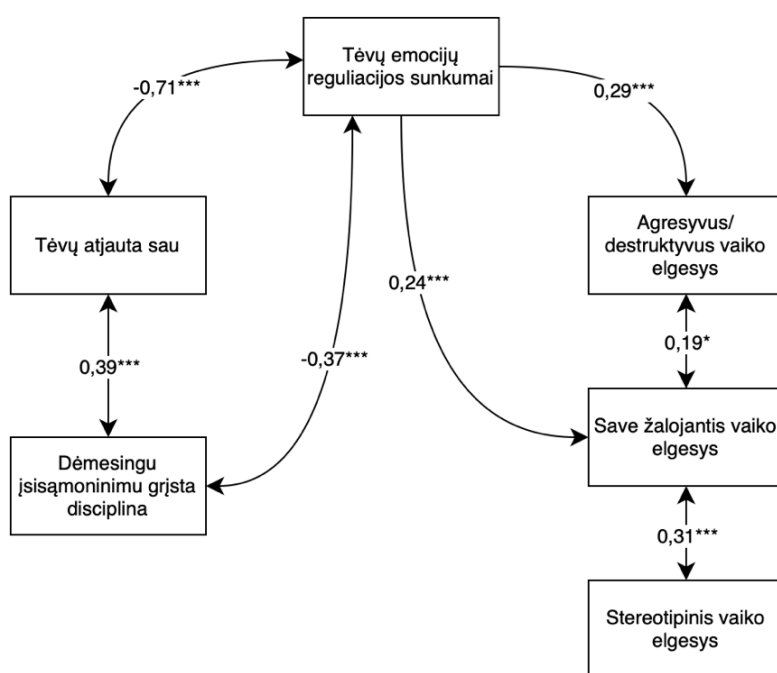
	χ^2	df	p	RMSEA	CFI	TLI
Galutinis modelis	8,50	8	0,39	0,023	0,996	0,992

Galutinio modelio rezultatai (2 pav.) rodo, kad agresyvų/destruktyvų ir save žalojančių vaiko su ASS elgesį reikšmingai prognozuoja tėvų patiriami emocijų reguliacijos sunkumai. Tai reiškia, kad vaikas tėvų, kuriems kyla daugiau sunkumų dorojantis su patiriamomis sunkiomis emocijomis ir jas tinkamai reguliuojant, bus labiau linkęs elgtis agresyviu/destruktyviu būdu bei nukreipti agresiją į save. Be to, analizė atskleidė, kad esama abipusio ryšio tarp stereotipinio ir save žalojančio vaiko su ASS elgesio. Tai reiškia, kad vaikas, dažniau atliekantis pasikartojančius veiksmus, tokius kaip lingavimas, plasnojimas rankomis ar savęs trynimasis, bus labiau linkęs ir į save žalojančių elgesį bei atvirkščiai. Taip pat analizės metu gauti duomenys rodo, kad tarp agresyvaus elgesio aplinkos ir agresyvaus elgesio savo paties atžvilgiu esama abipusio teigiamo ryšio. Tai rodo, kad didėjant vaiko polinkiui save žaloti, kartu didėja ir jo polinkis elgtis agresyviu/destruktyviu būdu ir atvirkščiai – agresyvaus/destruktyvaus elgesio tendencijos signalizuoja apie didesnę polinkį į save žalojančių elgesį.

Kitų dviejų į modelį įtrauktų kintamųjų – atjautos sau ir dėmesingu įsisąmoninimu grįstos tėvystės – reikšmė vaiko probleminiam elgesiui atsiskleidė per netiesioginius ryšius. Tėvų jaučiama atjauta sau agresyvų destruktyvų bei save žalojančių vaiko elgesį paaiškina netiesiogiai per tėvų emocijų reguliacijos sunkumus. Tai reiškia, kad tėvų polinkis savimi rūpintis, save suprasti, o ne save smerkti ar griežtai kritikuoti, taip pat jų gebėjimas suprasti, kad visi žmonės daro klaidų ir yra netobuli bei gebėjimas pažvelgti į savo sunkias patirtis ir emocijas, nesistengiant jų vengti ar slopinti, mažina emocijų reguliacijos sunkumus, o geresnis gebėjimas reguliuoti emocijas, savo ruožtu, mažina vaiko su ASS polinkį agresyviai/destruktyviai elgtis tiek aplinkos, tiek savo paties atžvilgiu. Vis dėlto, šis

ryšys yra abipusis, kas reiškia, kad daugiau emocijų reguliacijos sunkumų patiriantys tėvai pasižymi žemesne atjauta sau.

Taip pat išryškėjo ir dėmesingu įsisąmoninimu grįstos disciplinos vaidmuo. Šis dėmesingu įsisąmoninimu grįstos tėvystės aspektas teigiamu koreliaciniu ryšiu yra susijęs su atjauta sau. Tai reiškia, kad tėvų polinkis auklėjimo metu išlikti ramiems, jų sąmoningumas skatina polinkį jausti sau daugiau atjautos ir tuomet geriau tvarkytis su sudėtingomis emocijomis. Tačiau tarp šių kintamųjų galimas ir atvirkščias ryšys, kai didesnė atjauta sau didina polinkį taikyti dėmesingu įsisąmoninimu grįstos disciplinos principus. Taip pat paaiškėjo, kad dėmesingu įsisąmoninimu grįsta disciplina neigiamu koreliaciniu ryšiu susijusi su tėvų emocijų reguliacijos sunkumais, kas reiškia, kad tėvai, taikantys dėmesingu įsisąmoninimu grįstą discipliną, apimančią nereaktyvų auklėjimą ir fokusavimąsi į auklėjimo metu išsikeltus tikslus, bus linkę ir geriau dorotis su savo pačių sunkiomis emocijomis, o tai, savo ruožtu, teigiamai paveiks jų vaiko su ASS polinkį elgtis agresyviai/destruktyviai aplinkos ir savo pačių atžvilgiu. Tačiau tai taip pat reiškia, kad didesni emocijų reguliacijos sunkumai neigiamai veikia tėvų polinkį taikyti dėmesingu įsisąmoninimu grįstos disciplinos principus sąveikose su savo vaiku, turinčiu ASS.



Pastaba. * $p < 0,05$; ** $p < 0,01$; *** $p < 0,001$

2 pav. Galutinis vaiko, turinčio ASS, probleminio elgesio kelių analizės modelis

Apibendrinant kelių analizės rezultatus galima teigti, kad jos metu buvo nustatyti tiek tiesioginiai, tiek netiesioginiai ryšiai. Paaiškėjo, kad tėvų emocijų reguliacijos sunkumai leidžia tiesiogiai prognozuoti vaiko, turinčio ASS, agresyvaus/destruktyvaus ir save žalojančio elgesio sunkumus, o dėmesingu įsisąmoninimu grįsta tėvystė bei tėvų jaučiama atjauta sau netiesiogiai, per tėvų emocijų reguliaciją, prisideda prie probleminio vaiko, turinčio ASS, elgesio paaikškinimo.

4. REZULTATŲ APTARIMAS

Šiuo tyrimu buvo siekiama įvertinti tėvų, auginančių vaiką su ASS, emocijų reguliacijos sunkumų, atjautos bei dėmesingu įsisažymėjimu grįstos tėvystės sąsajas su probleminiu vaiko elgesiu, įvertinti tiesiogiai ir netiesiogiai probleminį vaiko, turinčio ASS, elgesį prognozuojančius veiksnius. Taip pat įvertintos ir probleminio elgesio sąsajos su demografiniais kintamaisiais. Pastaruoju metu tyrimai, nagrinėjantys asmenų, turinčių ASS, klinikinę grupę, įgauna pagreitį dėl augančio atvejų skaičiaus ir su tuo ateinančių iššūkių bei naujų užduočių visuomenės švietimo, socialinei ir sveikatos apsaugos sistemoms. Šiuo darbu buvo siekiama įnešti naujų žinių apie tai, kaip tėvai šeimoje galėtų prisidėti prie probleminio vaiko su ASS elgesio mažinimo naudodami būdus, kurie ir jiems patiems galėtų būti naudingi siekiant geresnės emocinės savijautos.

4.1. Sąsajos tarp skirtingų probleminio elgesio būdų

Visų pirma norėtusi aptarti tarp skirtingų probleminių elgesio būdų nustatytus abipusius ryšius, kurie išryškėjo tiek pirminės analizės metu, tiek takų analizėje. Greičiausiai ryšiai tarp šių kintamųjų tiesiog atspindi bendrą ASS sunkumo laipsnį, t.y. kuo sunkesnis vaiko sutrikimas, tuo daugiau tiek stereotipinio, tiek agresyvaus elgesio modelių vaikas demonstruoja. Tai patvirtina ir kiti moksliniai tyrimai. Pavyzdžiui, Kane ir Mazurek (2011) nustatė, kad labiausiai agresyviu/destruktyviu elgesiu pasižymi tie vaikai su ASS, kurie labiau linkę į save žalojantį ir/ar stereotipinį elgesį bei kurie labai stipriai priešinasi pokyčiams, t.y. galima numanyti, kad jų ASS bruožai yra stipriau išreikšti. Tokias pat išvadas daro ir kiti mokslininkai, pastebintys, kad autizmo spektro sutrikimo išreikštumas buvo teigiamai susijęs tiek su probleminių elgesio būdų skaičiumi, tiek su tų elgesių pasekmių sunkumu – t.y. vaikai, turintys labiau išreikštą ASS simptomatiką demonstravo reikšmingai daugiau probleminio elgesio nei vaikai su švelniu ar vidutiniu ASS išreikštumu (Matson et al., 2008). Pamatinė priežastis, mokslininkų nuomone, gali būti bendras susilpnėjęs žmonių su ASS gebėjimas slopinti kylančius impulsus (Schmitt et al., 2018), dėl kurio ir padidėja įvairių elgesio problemų raiškos tikimybė. Vis dėlto, mokslininkai pradeda detaliau nagrinėti sąsajas tarp atskirų probleminio elgesio formų, nes pastebima, kad ne visi žmonės su ASS linkę į save žalojantį ir/ar agresyvų/destruktyvų elgesį (Kane & Mazurek, 2011), priešingai nei į stereotipinį elgesį, kuris stebimas absoliučios daugumos vaikų su ASS elgesyje ir yra vienas iš esminių autizmo spektro sutrikimą apibūdinančių bruožų (APA, 2013). Tad verta sąsajas tarp skirtingų probleminio elgesio būdų ir galimas to priežastis panagrinėti išsamiau.

Šio tyrimo metu paaiškėjo, kad save žalojantis vaiko elgesys siejosi su stereotipiniu vaiko elgesiu teigiamu ryšiu. Ši sąsaja aptinkama ir kituose tyrimuose (pvz., Richards et al., 2017). Pavyzdžiui, Matson ir kolegos (2008) pastebi, kad save žalojantis asmenų su raidos sutrikimais elgesys dažnai yra ritmiškas ir pasikartojantis, t.y. labai primena pasikartojančius ir stereotipinius judesius, kurie yra viena iš ASS apibūdinančių charakteristikų. O Gal ir kolegos (2009) nurodo, kad

save žalojantis elgesys ASS kontekste retai atliekamas nesant stereotipinių judesių bei kad esama atskiro stereotipinių judesių paterno, apimančio ir save žalojantį elgesį, kuris būdingas vaikams su ASS. Naujesniuose tyrimuose, dar detaliau nagrinėjančiuose ryšius tarp šių dviejų elgesio būdų žmonių su ASS imtyje, nustatoma, kad išties stereotipinis elgesys siejasi su save žalojančiu elgesiu (Richman et al., 2012; Barnard-Brak et al., 2015; Laverty et al., 2020). Mokslininkai daro išvadą, kad stereotipinis elgesys yra tarsi švelnesnė save žalojančio elgesio forma, dar vadinama proto-save žalojančiu elgesiu (angl. *proto-self-injurious behavior*) (Berkson et al., cit iš Richman et al., 2012). Pavyzdžiui, rankos čiulpimas *versus* rankos kandžiojimas arba lingavimas, kuris turi panašias stambiosios motorikos, ritmines pasikartojančias ir dinamines charakteristikas kaip galvos ir/ar kūno daužymas. Kadangi stereotipinis elgesys būdingas kone visiems vaikams su ASS, o iš galimų tokio elgesio apraiškų dirbtinio intelekto pagalba net bandoma kuo anksčiau aptikti autizmo spektro sutrikimą (Negin et al., 2021), todėl galima kelti prielaidą apie tai, kad būtent iš stereotipinio elgesio kyla save žalojantis elgesys. Barnard-Brak ir kolegos (2015) pastebi, kad tokia savotiška elgesio evoliucija gali vykti dėl elgsenos formavimosi ar didėjančios tolerancijos stimuliuojančioms elgesio pasekmėms, dėl kurių su laiku elgesys yra stiprinamas, siekiant stipresnių pojūčių. Nors niuansai sąsajų tarp šių elgesio būdų yra vis labiau nagrinėjami moksliniuose tyrimuose, tačiau abu šie elgesio būdai vis tiek greičiausiai susiję su ASS sunkumo laipsniu, nes kuo daugiau stereotipinių elgesių demonstruoja vaikas, t.y. kuo jo ASS bruožai yra labiau išreikšti, tuo labiau ir tikėtina, kad daugiau iš tų elgesio būdų peraugs į save žalojantį elgesį.

Taip pat tyrimo metu nustatytas reikšmingas abipusis teigiamas ryšys tarp save žalojančio bei agresyvaus/destruktyvaus vaiko su ASS elgesio. Priešingai nei stereotipinis elgesys, šie du probleminio elgesio būdai nėra laikomi esminiais autizmo spektro sutrikimo bruožais, tačiau mokslininkai pastebi, kad agresyvaus elgesio rodikliai ASS imtyje yra aukštesni, lyginant su raidos sutrikimų neturinčiais bendraamžiais (Fitzpatrick et al., 2016). Tad galima kelti prielaidą, kad agresija aplinkos ir savo paties atžvilgiu vaiko su ASS raidos eigoje atsiranda dėl tam tikrų, galbūt su aplinka ar paties vaiko charakteristikomis susijusių, priežasčių. Pavyzdžiui, Sahlin ir kolegų (2017) tyrime buvo nustatyta, kad savižala ir agresija aplinkos atžvilgiu yra susijusios abipusiu, o ne prognostiniu ryšiu, nes šie elgesio būdai galimai kyla iš bendrų pažeidžiamumo veiksmų. Tad gali būti, kad asmenys įsitraukia į savižalą ir į kitus nukreiptą agresiją pakaitomis, o šis elgesys yra motyvuojamas kokio nors bendro tikslo. Mokslininkai pastaruoju metu kelia prielaidas apie dvigubos žalos (angl. *dual-harm*) modelį, kuriame nagrinėjamas stiprus šių konstruktyvų susietumas ir galimas abipusis ryšys. Pasak Shakti ir kolegų (2021), dviguba žala gali būti suvokiama kaip atsakas į vidinę grėsmę (pvz., reguliuojant intensyviai neigiamas emocijas) ar išorinę grėsmę (pvz., brėžiant ribas ar iškomunikuojant aplinkiniams savo patiriamą distresą). Socialinis kontekstas ir situacija, kurioje asmuo atsidūrė bei asmens turimi lūkesčiai, susiję su žalingu elgesiu, lemia elgesį, kurį jis pasirinko

(savižalą ar į kitus nukreiptą agresiją). Galiausiai, žalingo elgesio sukeltos pasekmės veikia asmens patirtį ir aplinkos atsaką, o šie, savo ruožtu, per mokymosi procesą pastiprina su elgesiu susijusius lūkesčius ateičiai bei skatina kartoti ir stiprinti dvigubos žalos procesą. Kaip žinoma, vaikai su ASS patiria daug sunkumų tinkamai reguliuodami savo emocijas ir todėl į emocinius ar sensorinius stimulus gali reaguoti pykčio protrūkiais, agresija ar savižala (Mazevsky et al., 2014). Be to, nustatyta, kad vaikai su ASS tampa agresyvūs, kai suaugusieji trukdo jiems užsiimti pasikartojančiu elgesiu ar paima daiktą, reikalingą tam elgesiui atlikti (Rispoli et al. 2014), arba kai jie stengiasi sustabdyti susidūrimą su nemalonius jausmus keliančiu sensoriniu stimulu (Kane & Mazurek, 2011). Tad išties gali būti, kad siekis sureguliuoti emocijas, iškomunikuoti savo distresą ar nubrėžti ribas (pvz., kad kiti netrukdytų užsiimti norima veikla) gali būti pamatiniai veiksniai, skatinantys agresyvų elgesį. Be to, ir situacija bei aplinkinių reakcija gali būti svarbi pasirenkant tam tikrą elgesio būdą. Pavyzdžiui, jei vaikas su ASS nori dėmesio iš tėvų, bet žino, kad namuose į peštynes su broliais/seserimis kreipiama mažiau dėmesio, tuomet jis gali rinktis save žalojančią elgesį, nes tikėtina, kad tai padės pasiekti norimą tikslą. Taigi, galimai dėl šių priežasčių tyrime išryškėjo save žalojančio ir agresyvaus/destruktyvaus elgesio tarpusavio sąsaja.

4.2. Tiesiogiai probleminį vaiko su ASS elgesį prognozuojantys veiksniai

Žvelgiant į takų analizės modelio rezultatus paaiškėjo, kad tėvų emocijų reguliacijos sunkumai tiesiogiai prognozuoja tiek save žalojančią, tiek agresyvų/destruktyvų vaiko su ASS elgesį. Apsunkintos tėvų emocijų reguliacijos ir probleminio vaiko, turinčio ASS, elgesio sąsajos aptinkamos ir kituose tyrimuose (Aydin, 2023; Zhou & Yi, 2014). Tokias sąsajas gali lemti keli veiksniai. Pirmiausiai, vaikai emocijų reguliacijos mokosi iš tėvų. Apie tai kalba emocijų socializacijos teorija (Eisenberg et al., 1998), kurioje teigiama, kad tėvų emocijų reguliacija susijusi su vaiko emocine kompetencija per daugybę įvairių mechanizmų. Pavyzdžiui, tėvai veikia kaip adaptyvios emocijų reguliacijos modeliai savo vaikams bei, tinkamai suvaldę savo emocijas, gali palaikančiai reaguoti, kai vaikas susiduria su sunkiomis emocijomis (Havighurst & Kehoe, 2017). Šiame tyrime tėvų emocijų reguliacijos sunkumai apėmė ir tokius veiksnius kaip impulsų kontrolės sunkumai patiriant neigiamas emocijas bei ribotas emocijų valdymo strategijų taikymas. Tikėtina, kad ypač vaikų su ASS tėvai, kurie dažnai yra tiek fiziškai pervargę, tiek emociškai išsekę, apimti neigiamų emocijų gali nesusivaldyti ir pasirinkti netinkamus emocijų reguliacijos būdus, pavyzdžiui, rėkimą (nebūtinai ant vaiko), kuriuos pamatęs vaikas paskui atkartos. Taip pat tikėtina, kad emocijų reguliacijos sunkumai atsiliepia tėvų elgesiui su vaiku. Pavyzdžiui, nustatyta, kad pernelyg didelė vaiko elgesio kontrolė (t.y. hipergloba) susijusi su internaliais ir eksternaliais vaiko patiriamais sunkumais (Roelofs, cit. iš Tani et al., 2018), o vaiko su ASS globėjas(-a) gali griebtis tokio elgesio, jei tinkamai nesusidoroja su savo nerimu ir baime dėl vaiko saugumo. Be to, Kehoe ir kolegos (2014) nustatė, kad tėvų sunkumai suvokiant ir reguliuojant savo emocijas buvo susiję su didesniu tėvų

polinkiu naudoti emocijas atmetančias strategijas, tokias kaip vaiko emocijų nepaisymas/atmetimas, baudimas ar susiderinimas (pvz., kai vaikas supyksta, tuomet supyksta ir mama/tėtis) su savo vaiku. Taigi, negebėdami reguliuoti savo emocijų tėvai nebegali užtikrinti, kad vaikas emocinės kompetencijos galės mokytis iš jų, o ir jų pagalba vaikui dorojantis su jo patiriamomis sunkiomis emocijomis tampa apsunkinta. Tuomet tikėtina, kad emocinis vaiko su ASS patiriamas disbalansas prasiverš netinkamu elgesiu (Prizant, 2019).

Svarbu paminėti, kad šio tyrimo rėmuose buvo pasirinkta nagrinėti būtent tai, kaip tėvų emocijų reguliacijos sunkumai prognozuoja probleminį vaiko su ASS elgesį. Tačiau mokslininkai svarsto ir apie kitą galimą kryptį, t.y. kaip probleminis vaiko su ASS elgesys veikia tėvų emocinę savijautą (Lord et al., 2020). Kadangi tėvų emocinės reakcijos auginant vaiką su ASS linkusios kisti nuo į gedulą ar depresiją panašių reakcijų tik sužinojus diagnozę (Papadopoulos, 2020) iki susitaikymo ir net naujų atradimų apie save ir pasaulį (Berman, 2016), t.y. vyksta tam tikras prisitaikymas, todėl tikėtina, kad vaiko probleminio elgesio poveikį tėvų gebėjimui reguliuoti emocijas geriau atskleistų longitudinalių tyrimų, kuriuos, nagrinėdami šią temą, pasitelkia ir kiti mokslininkai (pvz., Benson, 2014) metu gauti duomenys.

4.3. Netiesiogiai su probleminiu vaiko elgesiu susiję veiksniai

Taip pat takų analizės metu išryškėjo netiesioginė tėvų jaučiamos atjautos sau sąsaja su probleminiu vaiko elgesiu – per tėvų emocijų reguliacijos sunkumus. Neigiamos atjautos sau ir emocijų reguliacijos sąsajos aptinkamos ir kituose tyrimuose (Prentice et al., 2021; Shenaar-Golan et al., 2023). Ši sąsaja gali būti aiškinama tuo, kad labiau save atjaučiantys žmonės yra linkę geriau suvokti savo emocijas ir į jas žvelgti su daugiau sąmoningo supratimo, priėmimo ir tolerancijos, be to, jie tiksliau atpažįsta su emocijomis susijusius fizinius pojūčius, išlieka įsipareigoję siekti savo tikslų nepaisant užklupusių emocijų ir prireikus save ramina bei paskatina (Shenaar-Golan et al., 2023). Taip pat Finlay-Jones ir kolegų (2017) duomenys rodo, kad atjauta sau leidžia atsirasti tam tikram saugiam emociniam atstumui tarp sudėtingos situacijos ir objektyvesnės pozicijos, kas leidžia asmeniui susikurti labiau realistišką įvykio supratimą. Na o tuomet, kai emocijos yra suvokiamos ir priimamos, o ne nuneigiamos ar slopinamos, bei į situaciją pažvelgiama objektyviau, žmonės gali kilusias emocijas geriau apdoroti ir pasirinkti adaptyvesnius, situacijai tinkamesnius emocijų reguliacijos būdus (Diedrich et al., 2017). Taigi, galima sutikti su mokslininkų keliamą prielaidą, kad atjauta sau gali veikti kaip emocijų reguliacijos strategija. Tačiau ir atjautos sau jausmui yra svarbus gebėjimas tinkamai reguliuoti emocijas. Scoglio ir kolegų (2015) teigia, kad negebėjimas tinkamai reguliuoti emocijų gali apsunkinti atjautos sau praktikavimą, nes gebėjimas į save, savo klaidas ir sunkumus reaguoti geraširdiškai ir save raminančiai reikalauja visų pirma gebėti identifikuoti ir suvokti patiriamas emocijas ir jausmus, kas yra pamatinis emocijų reguliacijos gebėjimų komponentas. Todėl tyrime ir atsiskleidė abipusis abiejų konstruktyvų ryšys.

Taip pat struktūrinių lygčių modelis rodo, kad esama netiesioginio ryšio tarp dėmesingu įsisąmoninimu grįstos tėvystės ir probleminio vaiko elgesio, t.y. dėmesingu įsisąmoninimu grįsta disciplina neigiamu koreliaciniu ryšiu siejasi su tėvų emocijų reguliacijos sunkumais, o šie, savo ruožtu, prognostiniu ryšiu siejasi su agresyviu/destruktyviu ir save žalojančiu vaiko su ASS elgesiu. Dėmesingu įsisąmoninimu grįstos tėvystės naudą tėvų emocijų reguliacijai atskleidė eksperimentinis Kakhi ir kolegų tyrimas (2022), kuriame po 8 savaičių dėmesingu įsisąmoninimu grįstos tėvystės mokymų buvo stebimi ryškūs tėvų gebėjimo taikyti adaptyvias emocijų reguliacijos strategijas pokyčiai. Tai gali būti aiškinama tuo, kad dėmesingu įsisąmoninimu grįsta tėvystė iš principo apima tėvų gebėjimą suvokti savo emocijas ir jas reguliuoti, to mokoma kone visose dėmesingu įsisąmoninimu grįstos tėvystės programose (Townshend et al., 2016). Tad jei tėvai taiko dėmesingu įsisąmoninimu grįstos tėvystės principus sąveikose su savo vaiku, t.y. geba auklėjimo situacijose išlikti ramūs, sąmoningi tiek savo, tiek savo vaiko emocijoms bei net užklupus sunkioms emocijoms vis tiek geba susitelkti į auklėjimo tikslus, tuomet tikėtina, kad ir kitose situacijose jų emocinis reaktyvumas bus mažesnis, o gebėjimas su tomis sunkiomis emocijomis susitvarkyti bus didesnis. Kartu tyrimai atskleidžia, kad tėvų gebėjimas tinkamai reguliuoti sunkias emocijas padaro tėvus labiau pasiruošusius taikyti dėmesingu įsisąmoninimu grįstą discipliną (Gouveia et al., 2019). Tad galima kelti prielaidą apie tam tikrą uždarą ratą, nes DĮGT ugdo ar pastiprina tėvų gebėjimą adaptyviai reguliuoti savo emocijas, o gebėdami lengviau susitvarkyti su savo emocijomis, nesigriebti impulsyvių veiksmų, išlaikyti kryptingą į tikslą orientuotą elgesį tėvai gali įgyvendinti DĮGT esmę – kurti sąmoningumu, dėmesiu ir smalsumu pagrįstą santykį su vaiku aktyviai jo klausantis, atspindint jo emocijas bei sąmoningai renkantis reaguoti taip, kad atsakas būtų naudingas tiek vaikui, tiek mamai/tėčiui.

Be to, nustatytos ir tiesioginės sąsajos tarp dėmesingu įsisąmoninimu grįstos tėvystės bei tėvų jaučiamos atjautos sau. Tokios sąsajos aptinkamos ir kituose tyrimuose (pvz., Nguyen et al., 2020; Fernandes et al., 2023). Šį ryšį galima paaiškinti tuo, kad save atjaučiantis asmuo atvirai, su gerumu bei švelnumu priima savo paties neigiamus aspektus, patirtis, emocijas, o tai, savo ruožtu, leidžia jam laikytis švelnumu, atlaidumu ir empatija grįsto požiūrio į kitus (Neff, 2013), įskaitant ir savo vaiką. Toks požiūris, pasak Fernandes ir kolegų (2023), leidžia geriau suprasti savo vaiko emocinę būseną ir elgseną, o tuomet suteikti jiems atsaką jautriu būdu, apsvarstant vaiko poreikius ir motyvus, kas ir yra dėmesingu įsisąmoninimu grįstos tėvystės esmė. Kartu Moreira (2023) pažymi, kad dėmesingu įsisąmoninimu grįsta tėvystė yra apibūdinama kaip auklėjimo būdas, kuris apima ne tik dėmesingą mamos/tėčio-vaiko santykio suvokimą, bet ir atjaučiančio požiūrio taikymą tiek sau, kaip mamai ar tėčiui, tiek savo vaikui. Taigi, panašu, kad šie konstruktai yra labai artimai tarpusavyje susiję - dėmesingu įsisąmoninimu grįsta tėvystė gali didinti tėvų polinkį ne tik į savo vaiką, bet ir į save

žiūrėti su rūpesčiu ir švelnumu, o kartu ir atjauta sau galimai skatina geresnį vaiko emocijų suvokimą bei jautresnį mamos/tėčio atsaką vaikui.

4.4. Sociodemografinių charakteristikų sąsajos su probleminiu vaiko elgesiu

Be pagrindinės sąsajų tarp psichologinių konstruktyvų analizės, šiame tyrime taip pat atsižvelgta į sociodemografines charakteristikas ir atlikti grupių palyginimai. Pirmiausiai, nebuvo nustatyta probleminio vaiko su ASS elgesio sąsajų su amžiumi. Dauguma tyrimų nustato neigiamas amžiaus ir probleminio elgesio sąsajas ASS vaikų imtyje (pvz., Barnard-Brak et al., 2015). Laverty su kolegomis (2020) taip pat nustato iššūkių keliančio elgesio mažėjimą paauglystės laikotarpiu. Minėtų tyrimų autoriai šias tendencijas sieja su suminiu įvairių psichosocialinių intervencijų ir vaistų (jei jie vartojami) poveikiu, kuris per laiką, vaikui augant, padaro reikšmingesnę įtaką jo elgesio modeliams. Tačiau kiti tyrimai nustato, kad kai kurios probleminio elgesio apraiškos, pvz., save žalojantis elgesys, išlieka gana stabilūs tarp ASS turinčių asmenų (Richards et al. 2017). Šio tyrimo metu galimos reikšmingos vaiko amžiaus ir probleminio elgesio sąsajos greičiausiai nebuvo aptiktos dėl to, kad imtis buvo gana maža ir didžioji dalis apibūdintų vaikų yra dar nesulaukę paauglystės, kuomet, kai kurių autorių duomenimis, probleminis elgesys labiausiai linkęs mažėti (Laverty et al., 2020).

Tačiau šio tyrimo metu išryškėjo ir kai kurie skirtumai tarp grupių. Pavyzdžiui, nustatyta, kad psichologinę pagalbą gaunantys vaikai su ASS demonstruoja reikšmingai daugiau agresyvaus/destruktyvaus elgesio lyginant su pagalbos negaunančiais. Gali būti, jog taip yra todėl, kad agresija, nukreipta į aplinką ir aplinkinius, paskatina tėvus ieškoti daugiau pagalbos. Tai patvirtina ir kokybinis Hodgetts ir kolegų (2013) atliktas tyrimas, kuriame apklausti tėvai nurodė, kad gyvenant su vaiku, paaugliu ar jaunu suaugusiuoju, turinčiu ASS ir besielgiančiu agresyviai, jiems kyla izoliacijos nuo socialinio pasaulio, fizinio ir emocinio išsekimo problemų, be to, tėvai nerimauja tiek dėl asmeninio, tiek dėl kitų šeimos narių saugumo. Natūralu, kad tokie iššūkiai paskatina kreiptis papildomos pagalbos į specialistus, todėl ir galėjo būti gauti tokie rezultatai.

Be to, tyrimo metu paaiškėjo, kad vienturčiai vaikai su ASS linkę demonstruoti mažiau agresyvaus/destruktyvaus elgesio lyginant su vaikais, kurie turi brolių/seserų. Tokios sąsajos gali atsirasti dėl to, kad namuose esant daugiau žmonių, padaugėja ir įvairių stimulų. Pavyzdžiui, gali būti, kad jei kitas vaikas šeimoje yra labai mažas, tuomet jis verkia, guguoja ir pan., o šie stimulai gali vaikui su ASS sukelti sensorinę perkrovą, kuri, tikėtina, prasiverš agresyviu/destruktyviu elgesiu. Taip pat gali būti, kad kiti vaikai sutrikdo/pažeidžia vaiko su ASS susikurtą rutiną ar tvarką, kuri jiems yra labai svarbi, pavyzdžiui, palieka daiktus ne vietoje – toks elgesys irgi gali labai išbalansuoti vaiką su ASS ir iššaukti tarpusavio konfliktus, galinčius baigtis agresijos proveržiu. Tačiau konfliktai gali kilti ir dėl vaiko su ASS elgesio. Pavyzdžiui Guidotti ir kolegų (2021) nustatė, kad konfliktai tarp neurotipiško paauglio ir jo brolio/sesers su ASS dažniausiai kyla tuomet, kai vaikas su ASS negerbia neurotipiško vaiko autonomijos ir privatumo arba kai vaikas su ASS ima savo brolio/sesers

daiktus ar žaislus. Kilus konfliktui neurotipiški vaikai dažniausiai naudoja atsiribojimą nuo situacijos, tačiau vaikui su ASS tai gali būti sudėtinga, nes jo emocijų reguliacijos gebėjimai yra silpnesni ir emocinės įtampos sukelta disreguliacija gali prasiveržti agresyviu/destruktyviu elgesiu. Taigi, psichoedukacija apie autizmo spektro sutrikimą bei psichologinis palaikymas, tikėtina, reikalingas ne tik tėvams, bet ir kitiems vaiką su ASS auginančios šeimos nariams.

4.5. Tyrimo ribotumai, gairės ateities tyrimams ir praktinės rekomendacijos

Šiame darbe neišvengta ir tam tikrų trūkumų. Vienas iš didžiausių tyrimo ribotumų yra žemesnio patikimumo save žalojančio elgesio subskalė, taip pat save žalojančio elgesio ir agresyvaus/destruktyvaus elgesio subskalių duomenims buvo reikalingos transformacijos. Tai reikėtų turėti omenyje ir tyrimo metu gautus rezultatus interpretuoti atsargiai. Kalbant apie žemą vidinį save žalojančio elgesio subskalės suderintumą, viena to priežasčių, pasak DeVellis (2017), gali būti teiginiai, kurie nebėra aktualūs ir nebeatspindi matuojamo konstrukto. Šiame tyrime buvo pastebėta, kad, pavyzdžiui, plaukų rovimasis būdingas vos 6%, o objektų kišimas į kūno ertmes – tik kiek daugiau nei dešimtadaliui tyrime apibūdintų vaikų. Tad galima kelti prielaidą, jog galbūt kinta vaikų su ASS save žalojančio elgesio raiška ir šie elgesio būdai nebėra tokie aktualūs, o tai galėjo paveikti subskalės patikimumo rezultatus.

Taip pat dar vienas tyrimo trūkumas – jog tyrime labiausiai atsispindi aukštesnio socioekonominio sluoksnio mamų, gyvenančių didmiestyje ir turinčių aukštąjį išsilavinimą emocijų reguliacijos, atjautos sau ir DİGT gebėjimai/įgūdžiai ir jų sąsajos su probleminiu vaiko elgesiu. Žinoma, esama ir kitokiomis sociodemografinėmis charakteristikomis pasižyminčių šeimų, auginančių vaiką su ASS, tačiau juos pasiekti labai sudėtinga. Vis dėlto, duomenys iš jų galėtų keisti rezultatus. Pavyzdžiui yra žinoma, kad žemesnio socioekonominio sluoksnio tėvai patiria daugiau streso, susijusio su finansais ir galimybėmis išlaikyti šeimą (Hsiao, 2018), o aukštą streso lygį patiriantys tėvai, tyrimų duomenimis, mažiau reaguoja į savo vaikus ir rodo jiems mažiau šiltų jausmų (Guajardo et al., cit. iš Hsiao, 2018) – toks elgesys su vaiku yra priešingas tam, apie kurį kalba DİGT, todėl tikėtina, kad daugiau streso patiriantys tėvai būtų mažiau linkę taikyti šį auklėjimo būdą. Be to, tikėtina, kad su finansiniais sunkumais susiduriantys ir dėl to stresą išgyvenantys tėvai turės ir mažiau psichologinių resursų tinkamai reguliuoti savo emocijas. Taip pat ir didesnis tėčių reprezentavimas galėtų paveikti rezultatus, nes esama duomenų, kad mamų ir tėčių elgesys auklėjant vaiką su ASS skiriasi, pavyzdžiui, Ozturk su kolegomis (2014) nustatė, kad mamos įsitraukia į daugiau socialinės sąveikos su savo ASS turinčiais vaikais nei tėčiai, o įsitraukimas į artimą ir sąmoningą santykį su vaiku yra esminis DİGT bruožas. Taip pat skiriasi ir tai, kaip vyrai ir moterys reguliuoja savo emocijas. Nustatyta, kad moterys dažniau nei vyrai naudoja adaptyviomis laikomas emocijų reguliacijos strategijas, tokias kaip pakartotinis įvertinimas, aktyvi įveika, priėmimas ir emocinės

paramos siekimas (Nolen-Hoeksema & Aldao, 2011), todėl tikėtina, kad, dalyvaujant daugiau tėčių, didėtų emocijų reguliacijos sunkumų įverčiai.

Be to, didžiosios dalies vaikų su ASS, kurių elgesį apibūdino tėvai, amžius buvo iki 10 metų (83,9%), o kai kurie autoriai nurodo, kad branda (t.y. neverbalinis protinis amžius ir chronologinis amžius) yra svarbus veiksnys, prognozuojantis agresyvų vaikų su ASS elgesį ir dauguma atskirų šio elgesio būdų mažėja vaikui augant (Jansen et al., 2020). Taip pat, tyrime daugiausiai dalyvavo tėvai, kurių vaikai lanko specializuotas įstaigas (spec. darželius, spec. mokyklas, dienos centrus). Tikėtina, kad šių vaikų ASS simptomatika yra labiau išreikšta nei tų vaikų, kurie geba integruotis į bendrojo ugdymo įstaigas. Tai irgi galėjo paveikti rezultatus, o silpniau išreikštą sutrikimą turintys vaikai buvo per mažai reprezentuoti. Taigi, siekiant padidinti galimybę generalizuoti rezultatus, ateities tyrimai turėtų įtraukti kuo daugiau įvairiomis charakteristikomis pasižyminčių tėvų ir vaikų, kad imtis kuo labiau atspindėtų Lietuvos populiaciją bei vaikų su ASS įvairovę. Taip pat tyrimo imtis nebuvo labai didelė, todėl ateities tyrimai galėtų siekti pritraukti daugiau mamų ir tėčių, auginančių vaiką su ASS.

Be to, svarbu paminėti, kad tiek emocijų reguliacijos sunkumai, tiek dėmesingu įsisąmoninimu grįsta tėvystė yra kintamieji, jautrūs socialiniam pageidaujamumui. Nors tyrimo dalyviai buvo informuoti apie jų atsakymų anonimiškumą, tačiau vis tiek išlieka galimybė, kad kai kurie dalyviai atsakinėjo veikiami socialinio pageidaujamumo, o tai galėjo paveikti tyrimo metu gautus rezultatus, t.y. tėvai šiuos savo gebėjimus ar elgesio su vaiku būdus įvertino per daug teigiamai.

Nepaisant ribotumų šis tyrimas yra svarbus, nes jame atsiskleidė tiek tiesioginė tėvų emocijų reguliacijos, tiek netiesioginė atjautos sau ir dėmesingu įsisąmoninimu grįstos tėvystės reikšmė probleminiam vaiko su ASS elgesiui. Vadinasi, psichologinė pagalba turėtų būti nukreipta ne tik į vaiką, tačiau ir į tėvus, mokant juos adaptyvių emocijų reguliacijos strategijų, stiprinant jų atjautos sau gebėjimus bei šviečiant apie dėmesingu įsisąmoninimu grįstos tėvystės principus. Vis dėlto, tyrime atsiskleidė ir kita tendencija – kad nors vaiką su ASS auginantys tėvai susiduria su daug sunkumų, o psichologinė pagalba ir psichoedukacija galėtų būti naudinga tiek patiems tėvams, tiek prisidėti prie probleminio jų vaiko elgesio mažinimo, tačiau tik nedidelė dalis tyrime dalyvavusių tėvų gauna ar gavo psichologinę pagalbą. Gali būti, jog esama kokių nors nenoro kreiptis psichologinės pagalbos priežasčių (pvz., stigma, susijusi su psichologine pagalba), tad ateities tyrimai galėtų pamėginti atsakyti į šį klausimą, kad būtų galima pašalinti kliūtis, trukdančias tėvams pasirūpinti savo emocijne savijauta. Remiantis tyrimo duomenimis, minėti pagalbos būdai būtų efektyviausi didmiesčiuose gyvenančioms, aukštąjį išsilavinimą turinčioms, aukštesnio socioekonominio sluoksnio mamoms, auginančioms vaiką su ASS. Pasak tyrimo duomenų, tokios žinios ir gebėjimai gali prisidėti ne tik prie probleminio vaiko su ASS elgesio mažinimo, bet ir užtikrinti geresnę tyrime daugiausiai reprezentuotos tėvų grupės emociinę savijautą ir stabilumą.

5. IŠVADOS

1. Šiame tyrime apibūdintų vaikų su ASS imtyje daugėjant stereotipinio elgesio, didėja ir save žalojančio elgesio, o daugėjant save žalojančio elgesio, daugėja ir agresyvaus/destruktyvaus elgesio.
2. Tyrime dalyvavusių tėvų emocijų reguliacijos sunkumai, atjauta sau ir DĮGT reikšmingai siejasi su probleminiu vaiko elgesiu:
 - 2.1. Didesni tėvų patiriami emocijų reguliacijos sunkumai susiję su labiau išreikštu save žalojančiu ir agresyviu/destruktyviu vaiko su ASS elgesiu.
 - 2.2. Didesnė tėvų jaučiama atjauta sau susijusi su mažesne save žalojančio ir agresyvaus/destruktyvaus elgesio raiška.
 - 2.3. Didesnis tėvų polinkis būti su vaiku dabarties momente susijęs su mažiau išreikštu save žalojančiu vaiko elgesiu.
3. Vaikai su ASS, gaunantys psichologinę pagalbą bei turintys brolių/seserų iki 18 m., demonstruoja daugiau agresyvaus/destruktyvaus elgesio.
4. Prastesnė šiame tyrime dalyvavusių tėvų emocijų reguliacija prognozuoja dažniau pasireiškiantį save žalojantį ir agresyvų/destruktyvų vaiko su ASS elgesį.
5. Tėvų jaučiama atjauta sau bei dėmesingu įsisąmoninimu grįsta disciplina prie agresyvaus/destruktyvaus bei save žalojančio vaiko elgesio paaiškinimo prisideda netiesiogiai, per tėvų emocijų reguliacijos sunkumus.

LITERATŪRA

- Aydin, A. (2023). Examining the mediating role of mindful parenting: a study on the relationship between parental emotion regulation difficulties and problem behaviors of children with ASD. *Journal of Autism and Developmental Disorders*, *53*, 1873–1883. <https://doi.org/10.1007/s10803-022-05455-9>
- Ahemaitijiang, N., Fang, H., Ren, Y., Han, Z. R., & Singh, N. N. (2021). A review of mindful parenting: theory, measurement, correlates, and outcomes. *Journal of Pacific Rim Psychology*, *15*. <https://doi.org/10.1177/18344909211037016>
- American Psychiatric Association. (2013). *Diagnostic and statistical manual of mental disorders (5th ed.)*. <https://doi.org/10.1176/appi.books.9780890425596>
- Baker, J. K., Fenning, R. M., Howland, M. A., & Huynh, D. (2019). Parental criticism and behavior problems in children with autism spectrum disorder. *Autism*, *23*(5), 1249–1261. <https://doi.org/10.1177/1362361318804190>
- Barnard-Brak, L., Rojahn, J., Richman, D. M., Chesnut, S. R., & Wei, T. (2015). Stereotyped behaviors predicting self-injurious behavior in individuals with intellectual disabilities. *Research in Developmental Disabilities*, *36*, 419–427. <https://doi.org/10.1016/j.ridd.2014.08.017>
- Beggiato, A., Peyre, H., Maruani, A., Scheid, I., Rastam, M., Amsellem, F., ... & Delorme, R. (2017). Gender differences in autism spectrum disorders: divergence among specific core symptoms. *Autism Research*, *10*, 680–689. <https://doi.org/10.1002/aur.1715>
- Benn, R., Akiva, T., Arel, S., & Roeser, R. W. (2012). Mindfulness training effects for parents and educators of children with special needs. *Developmental Psychology*, *48*(5), 1476–1487. <https://doi.org/10.1037/a0027537>
- Benson, P. R. (2014). Coping and psychological adjustment among mothers of children with ASD: an accelerated longitudinal study. *Journal of Autism and Developmental Disorders*, *44*, 1793–1807. <https://doi.org/10.1007/s10803-014-2079-9>
- Berking, M., & Whitley, B. (2014). Emotion regulation: definition and relevance for mental health. In M. Berking & B. Whitley, *Affect Regulation Training* (pp. 5–17). New York: Springer. https://doi.org/10.1007/978-1-4939-1022-9_2
- Berman, E. G. (2016). *The parent shift: raising an autistic child – my journey to my better self*. Paimta iš <https://the-art-of-autism.com/the-parent-shift-raising-an-autistic-child-my-journey-to-my-betterself/>
- Bögels, S. M., Lehtonen, A., & Restifo, K. (2010). Mindful parenting in mental health care. *Mindfulness*, *1*, 107–120. <https://doi.org/10.1007/s12671-010-0014-5>
- Budrytė, I. (2022). *Patarimai pedagogams: kaip vizualinės priemonės padeda mažinti vaikų, turinčių įvairiapusių raidos sutrikimų, nepageidaujamo elgesio apraiškas*. Vilnius: Kriventa.

- Cachia, R. L., Anderson, A., & Moore, D.W. (2016). Mindfulness, stress, and well-being in parents of children with autism spectrum disorder: a systematic review. *Journal of Child and Family Studies*, 25, 1–14. <https://doi.org/10.1007/s10826-015-0193-8>
- Chan, K. K. S., & Leung, D. C. K. (2020). The impact of child autistic symptoms on parental marital relationship: parenting and coparenting processes as mediating mechanisms. *Autism Research*, 13(9), 1516-1526. <https://doi.org/10.1002/aur.2297>
- Chen, Y. J., Peng, X. T., Fu, Y. Q., & Zhou, X. Y. (2018). Mindful parenting and child social preference: a moderated mediation analysis. *Chinese Journal of Clinical Psychology*, 6, 1173–1177. <https://doi.org/10.1177/18344909211037016>
- Cheung, R. Y. M., Leung, S. S. W., & Mak, W. W. S. (2019). Role of mindful parenting, affiliate stigma, and parents' well-being in the behavioral adjustment of children with autism spectrum disorder: testing parenting stress as a mediator. *Mindfulness*, 10(11), 2352-2362. <https://doi.org/10.1007/s12671-019-01208-5>
- Cohen, E., & Naaman, E. R. (2023). Linking mothers' self-compassion and parenting feelings to their child's behavior problems. *Mindfulness*, 14(1), 79–90. <https://doi.org/10.1007/s12671-022-02043-x>
- Cohrs, A. C., & Leslie, D. L. (2017). Depression in parents of children diagnosed with autism spectrum disorder: a claims-based analysis. *Journal of Autism and Developmental Disorders*, 47(5), 1416–1422. <https://doi.org/10.1007/s10803-017-3063-y>
- Costa, A. P., Steffgen, G., & Ferring, D. (2017). Contributors to well-being and stress in parents of children with autism spectrum disorder. *Research in Autism Spectrum Disorders*, 37, 61–72. <https://doi.org/10.1016/j.rasd.2017.01.007>
- Crane, L., Chester, J. W., Goddard, L., Henry, L. A., & Hill, E. (2016). Experiences of autism diagnosis: a survey of over 1000 parents in the United Kingdom. *Autism: the International Journal of Research and Practice*, 20(2), 153–162. <https://doi.org/10.1177/1362361315573636>
- de Bruin, E. I., Zijlstra, B. J. H., & Geurtzen, N. (2014). Mindful parenting assessed further: psychometric properties of the dutch version of the Interpersonal Mindfulness in Parenting Scale (IM-P). *Mindfulness*, 5, 200–212. <https://doi.org/10.1007/s12671-012-0168-4>
- Del Vecchio, T., & O'Leary, S. G. (2008). Predicting maternal discipline responses to early child aggression: the role of cognitions and affect. *Parenting: Science and Practice*, 8(3), 240–256. <https://doi.org/10.1080/15295190802204827>
- DeVellis, R. F. (2017). *Scale Development: Theory and Applications*. New York: Sage.
- di Fabio, A., & Saklofske, D. H. (2021). The relationship of compassion and self-compassion with personality and emotional intelligence. *Personality and Individual Differences*, 169. <https://doi.org/10.1016/j.paid.2020.110109>

- Dieleman, L. M., Soenens, B., De Pauw, S. S. W., Prinzie, P., Vansteenkiste, M., & Luyten, P. (2020). The role of parental reflective functioning in the relation between parents' self-critical perfectionism and psychologically controlling parenting towards adolescents. *Parenting, 20*(1), 1–27. <https://doi.org/10.1080/15295192.2019.1642087>
- Duncan, L. G., Coatsworth, J. D., & Greenberg, M. T. (2009). A model of mindful parenting: implications for parent–child relationships and prevention research. *Clinical Child and Family Psychology Review, 12*(3), 255–270. <https://doi.org/10.1007/s10567-009-0046-3>
- Duncombe, M. E., Havighurst, S. S., Holland, K. A., & Frankling, E. J. (2012). The contribution of parenting practices and parent emotion factors in children at risk for disruptive behavior disorders. *Child Psychiatry and Human Development, 43*(5), 715–733. <https://doi.org/10.1007/s10578-012-0290-5>
- Efstratopoulou, M., Sofologi, M., Giannoglou, S., & Bonti, E. (2022). Parental stress and children's self-regulation problems in families with children with autism spectrum disorder (ASD). *Journal of Intelligence, 10*(1). <https://doi.org/10.3390/jintelligence10010004>
- Eisenberg, N., Cumberland, A., & Spinrad, T. L. (1998). Parental socialization of emotion. *Psychological Inquiry, 9*(4), 241–273. https://doi.org/10.1207/s15327965pli0904_1
- Farmer, C., Butter, E., Mazurek, M. O., Cowan, C., Lainhart, J., Cook, E. H., ... & Aman, M. (2015). Aggression in children with autism spectrum disorders and a clinic-referred comparison group. *Autism: the international journal of research and practice, 19*(3), 281–291. <https://doi.org/10.1177/1362361313518995>
- Fernandes, D. V., Canavarro, M. C., & Moreira, H. (2023). Self-compassion and mindful parenting among postpartum mothers during the COVID-19 pandemic: the role of depressive and anxious symptoms. *Current psychology, 42*, 17560–17572. <https://doi.org/10.1007/s12144-022-02959-6>
- Finlay-Jones, A., Kane, R., & Rees, C. (2017). Self-compassion online: a pilot study of an internet-based self-compassion cultivation program for psychology trainees. *Journal of Clinical Psychology, 73*(7), 797–816. <https://doi.org/10.1002/jclp.22375>
- Fitzpatrick, S. E., Srivorakiat, L., Wink, L. K., Pedapati, E. V., & Erickson, C. A. (2016). Aggression in autism spectrum disorder: presentation and treatment options. *Neuropsychiatric Disease and Treatment, 12*, 1525–1538. <https://doi.org/10.2147/NDT.S84585>
- Gal, E., Dyck, M. J., & Passmore, A. (2009). The relationship between stereotyped movements and self-injurious behavior in children with developmental or sensory disabilities. *Research in Developmental Disabilities, 30*(2), 342–352. doi:10.1016/j.ridd.2008.06.003
- Gegieckaitė, G. (2021). *Užsitęsusi gedulo po artimojo netekties rizikos veiksniai* (Daktaro disertacija). Vilnius: Vilniaus universitetas. <https://doi.org/10.15388/vu.thesis.132>

- Guidotti, L., Musetti, A., Barbieri, G. L., Balocchi, I., & Corsano, P. (2021). Conflicting and harmonious sibling relationships of children and adolescent siblings of children with autism spectrum disorder. *Child: Care, Health and Development*, 47(2), 163–173. <https://doi.org/10.1111/cch.12823>
- Gelman, A., & Hill, J. (2006). *Data analysis using regression and multilevel/hierarchical models* (1st ed.). Cambridge: Cambridge University Press.
- Gouveia, M. J., Carona, C., Canavarro, M. C., & Moreira, H. (2016). Self-compassion and dispositional mindfulness are associated with parenting styles and parenting stress: the mediating role of mindful parenting. *Mindfulness*, 7, 700-712. DOI 10.1007/s12671-016-0507-
- Gouveia, M. J., Canavarro, M. C., & Moreira, H. (2019). How can mindful parenting be related to emotional eating and overeating in childhood and adolescence? The mediating role of parenting stress and parental child-feeding practices. *Appetite*, 138, 102-114. <https://doi.org/10.1016/j.appet.2019.03.021>
- Gratz, K. L., & Roemer, L. (2004). Multidimensional assessment of emotion regulation and dysregulation: development, factor structure, and initial validation of the difficulties in emotion regulation scale. *Journal of Psychopathology and Behavioral Assessment*, 26(1), 41–54. <https://doi.org/10.1023/B:JOBA.0000007455.08539.94>
- Gross, J. J. (2015). Emotion regulation: current status and future prospects. *Psychological Inquiry*, 26(1), 1–26. <https://doi.org/10.1080/1047840X.2014.940781>
- Haefner, J. (2014). An application of Bowen family systems theory. *Issues in Mental Health Nursing*, 35(11), 835–841. <https://doi.org/10.3109/01612840.2014.921257>
- Hayes, S. A., & Watson, S. L. (2013). The impact of parenting stress: a meta-analysis of studies comparing the experience of parenting stress in parents of children with and without autism spectrum disorder. *Journal of Autism and Developmental Disorders*, 43, 629–642. <https://doi.org/10.1007/s10803-012-1604-y>
- Hayes, S. C., & Hofmann, S. G. (2021). “Third-wave” cognitive and behavioral therapies and the emergence of a process-based approach to intervention in psychiatry. *World Psychiatry*, 20(3), 363–375. <https://doi.org/10.1002/wps.20884>
- Havighurst, S., & Kehoe, C. (2017). The role of parental emotion regulation in parent emotion socialization: implications for intervention. In K. Deater-Deckard & R. Panneton (Eds.), *Parental stress and early child development: adaptive and maladaptive outcomes* (pp. 285–307). New York: Springer. https://doi.org/10.1007/978-3-319-55376-4_12
- Higienos institutas (2023). Vaikų ligotumo įvairiapusiai ramos sutrikimais apžvalga (2017–2022 m.). *Visuomenės sveikatos netolygumai*, 1(47). Paimta iš: [https://www.hi.lt/uploads/DU/Vaiku_raidos_sutrikimai_VSN_1\(47\).pdf](https://www.hi.lt/uploads/DU/Vaiku_raidos_sutrikimai_VSN_1(47).pdf)
- Hinton, P. R., Brownlow, C., McMurray, I., & Cozens, B. (2004). *SPSS Explained*. London: Routledge

- Hirschler-Guttenberg, Y., Golan, O., Ostfeld-Etzion, S., & Feldman, R. (2015). Mothering, fathering, and the regulation of negative and positive emotions in high-functioning preschoolers with autism spectrum disorder. *Journal of Child Psychology and Psychiatry*, *56*(5), 530–539. <https://doi.org/10.1111/jcpp.12311>
- Hodgetts, S., Nicholas, D., & Zwaigenbaum, L. (2013). Home sweet home? Families' experiences with aggression in children with autism spectrum disorders. *Focus on Autism and Other Developmental Disabilities*, *28*(3), 166-174. <https://doi.org/10.1177/1088357612472932>
- Hoogsteen, L., & Woodgate, R. L. (2012). Centering autism within the family: a qualitative approach to autism and the family. *Journal of Pediatric Nursing*, *28*(2), 136–140. <https://doi.org/10.1016/j.pedn.2012.06.002>
- Hsiao, Y.-J. (2018). Autism spectrum disorders: family demographics, parental stress, and family quality of life. *Journal of Policy and Practice in Intellectual Disabilities*, *15*(1), 70–79. <https://doi.org/10.1111/jppi.12232>
- Hu, L. T. & Bentler, P. M. (1999). Cut-off criteria for fit indexes in covariance structure analysis: conventional criteria versus new alternatives. *Structural Equation Modeling: Multidisciplinary Journal*, *6*(1), 1-55. <https://doi.org/10.1080/10705519909540118>
- Ilias, K., Liaw, J. H. J., Cornish, K., Park, M. S. A., & Golden, K. J. (2017). Wellbeing of mothers of children with “A-U-T-I-S-M” in Malaysia: an interpretative phenomenological analysis study. *Journal of Intellectual & Developmental Disability*, *42*(1), 74–89. <https://doi.org/10.3109/13668250.2016.1196657>
- Įvairiapusiai raidos sutrikimai = autizmo spektro sutrikimai, n.d. Paimta iš <https://srvks.lt/autizmas/>
- James, G., Witten, D., Hastie, T., & Tibshirani, R. (2017). *An introduction to statistical learning: with applications in R* (7th ed.). New York:Springer.
- Johnston, R., Jones, K., & Manley, D. (2018). Confounding and collinearity in regression analysis: a cautionary tale and an alternative procedure, illustrated by studies of British voting behaviour. *Quality & Quantity*, *52*(4), 1957-1976. <https://doi.org/10.1007/s11135-017-0584-6>
- Julian, M. M., & Lumeng, J. C. (2022). The biopsychosocial model: understanding multiple, interactive influences on child development and behavior. In H. M. Fieldman, E. R. Elias, N. J. Blum, M. Jimenez, T. Stancin (Eds.). *Developmental-Behavioral Pediatrics* (5th ed.) (pp. 11–18). Philadelphia: Elsevier.
- Kabat-Zinn, J., & Kabat-Zinn, M. (1997). *Everyday blessings: The inner work of mindful parenting*. New York: Hyperion.
- Kakhki, Z.B., Mashhadi, A., Yazdi, S. A. A., & Saleh, S. (2022). The effect of mindful parenting training on parent–child interactions, parenting stress, and cognitive emotion regulation in mothers of

- preschool children. *Journal of Child and Family Studies*, 31, 3113–3124. <https://doi.org/10.1007/s10826-022-02420-z>
- Kanne, S. M., & Mazurek, M. O. (2011). Aggression in children and adolescents with ASD: prevalence and risk factors. *Journal of Autism and Developmental Disorders*, 41(7), 926–937. <https://doi.org/10.1007/s10803-010-1118-4>
- Kehoe, C. E., Havighurst, S. S., & Harley, A. E. (2014). Tuning in to teens: improving parent emotion socialization to reduce youth internalizing difficulties. *Social Development*, 23(2), 413–431. <https://doi.org/10.1111/sode.12060>
- Kim, H. Y. (2013). Statistical notes for clinical researchers: assessing normal distribution (2) using skewness and kurtosis. *Journal of Endodontics and Restorative Dentistry*, 38(1), 52–54. <http://dx.doi.org/10.5395/rde.2013.38.1.52>
- Kutner, M. H., Nachtsheim, C. J., Neter, J., & Li, W. (2013). *Applied linear statistical models* (5th edition). Bangalore: McGraw Hill India.
- Kutuk, M. O., Tufan, A. L., Kilicaslan, F., Guler, G., Celik, F., Altinas, E., ... & Kutuk, O. (2021). High depression symptoms and burnout levels among parents of children with autism spectrum disorders: a multi-center, cross-sectional, case-control study. *Journal of Autism and Developmental Disorders*, 51(11), 4086–4099. <https://doi.org/10.1007/s10803-021-04874-4>
- Lathren, C., Bluth, K., & Zvara, B. (2020). Parent self-compassion and supportive responses to child difficult emotion: an intergenerational theoretical model rooted in attachment. *Journal of Family Theory & Review*, 12(3), 368–381. <https://doi.org/10.1111/jftr.12388>
- Laverty, C., Oliver, C., Moss, J., Nelson, L., & Richards, C. (2020). Persistence and predictors of self-injurious behaviour in autism: a ten-year prospective cohort study. *Molecular Autism*, 11(1). <https://doi.org/10.1186/s13229-019-0307-z>
- Leader, G., Browne, H., Whelan, S., Cummins, H., & Mannion, A. (2022). Affective problems, gastrointestinal symptoms, sleep problems, and challenging behaviour in children and adolescents with autism spectrum disorder. *Research in Autism Spectrum Disorders*, 92, 1–11. <https://doi.org/10.1016/j.rasd.2022.101915>.
- Leary, M. R., Tate, E. B., Adams, C. E., Allen, A. B., & Hancock, J. (2007). Self-compassion and reactions to unpleasant self-relevant events: the implications of treating oneself kindly. *Journal of personality and social psychology*, 92(5), 887–904. <https://doi.org/10.1037/0022-3514.92.5.887>
- Lieneman, C. C., Girard, E. I., Quetsch, L. B., & McNeil, C. B. (2020). Emotion regulation and attrition in parent–child interaction therapy. *Journal of Child and Family Studies*, 29, 978–996. <https://doi.org/10.1007/s10826-019-01674-4>

- Lomanowska, A. M., Boivin, M., Hertzman, C., & Fleming, A. S. (2017). Parenting begets parenting: a neurobiological perspective on early adversity and the transmission of parenting styles across generations. *Neuroscience*, *342*, 120–139. <https://doi.org/10.1016/j.neuroscience.2015.09.029>
- Lord, C., Brugha, T. S., Charman, T., Cusack, J., Dumas, G., Frazier, T., ... & Veenstra-VanderWeele, J. (2020). Autism spectrum disorder. *Nature Reviews Disease Primers*, *6*(1). <https://doi.org/10.1038/s41572-019-0138-4>
- Ludlow, A., Skelly, C., & Rohleder, P. (2012). Challenges faced by parents of children diagnosed with autism spectrum disorder. *Journal of Health Psychology*, *17*(5), 702–711. <https://doi.org/10.1177/1359105311422955>
- Maenner, M. J., Warren, Z., Williams, A. R., Amoakohene, E., Bakian, A. V., Bilder, D. A., ... & Shaw, K. A. (2023). Prevalence and characteristics of autism spectrum disorder among children aged 8 years. *Autism and Developmental Disabilities Monitoring Network*, *72*(2), 1-14. <https://doi.org/10.15585/mmwr.ss7202a1>
- Manning, M. M., Wainwright, L., & Bennett, J. (2011). The double ABCX model of adaptation in racially diverse families with a school-age child with Autism. *Journal of Autism and Developmental Disorders*, *41*, 320–331. <https://doi.org/10.1007/s10803-010-1056-1>
- Mappelink, R., de Bruin, E. I., Wanders-Mulder, F. H., Vennik, C. H., & Bögels, S. M. (2016). Mindful parenting training in child psychiatric settings: heightened parental mindfulness reduces parents' and children's psychopathology. *Mindfulness*, *7*, 680–689. <https://doi.org/10.1007/s12671-016-0504-1>
- Mascitelli, A. N., Rojahn, J., Nicolaidis, V. C., Moore, L., Hastings, R. P., & Christian-Jones, C. (2015). The behaviour problems inventory-short form: reliability and factorial validity in adults with intellectual disabilities. *Journal of Applied Research in Intellectual Disabilities*, *28*, 561–571. <https://doi.org/10.1111/jar.12152>
- Matson, J. L., Wilkins, J., & Macken, J. (2008). The relationship of challenging behaviors to severity and symptoms of autism spectrum disorders. *Journal of Mental Health Research in Intellectual Disabilities*, *2*(1), 29–44. <https://doi.org/10.1080/19315860802611415>
- Mazefsky, C. A., Herrington, J., Siegel, M., Scarpa, A., Maddox, B. B., Scahill, L., & White, S. W. (2013). The role of emotion regulation in autism spectrum disorder. *Journal of the American Academy of Child and Adolescent Psychiatry*, *52*(7), 679–688. <https://doi.org/10.1016/j.jaac.2013.05.006>
- McCaffrey, S., Reitman, D., & Black, R. (2017). Mindfulness in parenting questionnaire (MIPQ): development and validation of a measure of mindful parenting. *Mindfulness*, *8*, 232–246. <https://doi.org/10.1007/s12671-016-0596-7>
- MacDonald, J., & Ahearn, W. H. (2015). Teaching observational learning to children with autism. *Journal of Applied Behavior Analysis*, *48*(4), 800–816. <https://doi.org/10.1002/jaba.257>

- McTiernan, A., Leader, G., Healy, O., & Mannion, A. (2011). Analysis of risk factors and early predictors of challenging behavior for children with autism spectrum disorder. *Research in Autism Spectrum Disorders*, 5(3), 1215–1222. <https://doi.org/10.1016/j.rasd.2011.01.009>
- Medeiros, C., Gouveia, M. J., Canavarro, M. C., & Moreira, H. (2016). The indirect effect of the mindful parenting of mothers and fathers on the child's perceived well-being through the child's attachment to parents. *Mindfulness*, 7, 1–12. doi: 10.1007/s12671-016-0530-z
- Medrano, L. A., & Trogolo, M. (2016). Construct validity of the difficulties in emotion regulation scale: further evidence using confirmatory factor analytic approach. *Abnormal and Behavioural Psychology*, 2(2), 1-7. doi:10.4172/2472-0496.1000117
- Merriam-Webster (n.d.). Neurotypical. In Merriam-Webster.com dictionary. Paimta iš <https://www.merriam-webster.com/dictionary/neurotypical>
- Moreira, H. (2023). Self-compassion in parenting. In: A. Finlay-Jones, K. Bluth, K. Neff (Eds.). *Handbook of Self-Compassion. Mindfulness in Behavioral Health*. New York: Springer. https://doi.org/10.1007/978-3-031-22348-8_16
- Moreira, H., & Canavarro, M. C. (2018). The association between self-critical rumination and parenting stress: the mediating role of mindful parenting. *Journal of Child and Family Studies*, 27(7), 2265–2275. <https://doi.org/10.1007/s10826-018-1072-x>
- Mpaka, D. M., Okitundu, D. L., Ndjukendi, A. O., N'situ, A. M., Kinsala, S.Y. Mukau, J. E., ... & Steyaert, J. (2016). Prevalence and comorbidities of autism among children referred to the outpatient clinic for neurodevelopmental disorders. *Pan African Medical Journal*, 25(82), 1-10. <https://doi.org/10.11604/pamj.2016.25.82.4151>
- Mount, N., & Dillon, G. (2014). Parents' experiences of living with an adolescent diagnosed with an autism spectrum disorder. *Educational and Child Psychology*, 31(4), 72–81.
- Murel, J., & Kavlakoglu, E. (2023). *What is multicollinearity?* Paimta iš: <https://www.ibm.com/topics/multicollinearity>
- Murphy, O., Healy, O., & Leader, G. (2009). Risk factors for challenging behaviors among 157 children with autism spectrum disorder in Ireland. *Research in Autism Spectrum Disorders*, 3(2), 474–482. <https://doi.org/10.1016/j.rasd.2008.09.008>
- Nasca, B. C., Lopata, C., Donnelly, J. P., Rodgers, J. D., & Thomeer, M. L. (2019). Sex differences in externalizing and internalizing symptoms of children with ASD. *Journal of Autism and Developmental Disorders*, 50(9), 3245–3252. <https://doi.org/10.1007/s10803-019-04132-8>
- Navickienė, L., Piščalkienė, V., Mikulėnaitė, L., Grikainienė, L., Tender, J., Bukauskaitė, M., ... ir Šatė G. (2019). *Kaip padėti vaikui, turinčiam autizmo spektro sutrikimą?* Vilnius: Ugdymo plėtotės centras.

- Neece, C. L., Green, S. A. & Baker, B. L. (2012). Parenting stress and child behavior problems: a transactional relationship across time. *American Journal on Intellectual and Developmental Disabilities*, 117(1), 48-66. <https://doi.org/10.1352/1944-7558-117.1.48>
- Neff, K. D. (2003). The Development and validation of a scale to measure self-compassion. *Self and Identity*, 2, 223–250. <https://doi.org/10.1080/15298860390209035>
- Neff, K. D., Kirkpatrick, K. L., & Rude, S. S. (2007). Self-compassion and adaptive psychological functioning. *Journal of Research in Personality*, 41(1), 139–154. <https://doi.org/10.1016/j.jrp.2006.03.004>
- Neff, K. D. (2009). Self-compassion. In M. R. Leary & R. H. Hoyle (Eds.). *Handbook of Individual Differences in Social Behavior* (pp. 561-573). New York: Guilford Press.
- Neff, K. D., & Germer, C. K. (2013). A pilot study and randomized controlled trial of the mindful self-compassion program. *Journal of clinical psychology*, 69(1), 28-44. <https://doi.org/10.1002/jclp.21923>
- Neff, K. D., & Faso, D. J. (2015). Self-compassion and well-being in parents of children with Autism. *Mindfulness*, 6(4), 938–947. <https://doi.org/10.1007/s12671-014-0359-2>
- Negin, F., Ozyer, B., Agahian, S., Kacdioglu, S., & Ozyer, G. T. (2021). Vision-assisted recognition of stereotype behaviors for early diagnosis of Autism Spectrum Disorders. *Neurocomputing*, 446, 145–155. <https://doi.org/10.1016/j.neucom.2021.03.004>
- Nguyen, T. M., Bui, T. T. H., Xiao, X., & Le, V. H. (2020). The influence of self-compassion on mindful parenting: a mediation model of gratitude. *The Family Journal: Counseling and Therapy for Couples and Families*, 28(4), 455-462. <https://doi.org/10.1177/106648072095042>
- Nolen-Hoeksema, S., & Aldao, A. (2011). Gender and age differences in emotion regulation strategies and their relationship to depressive symptoms. *Personality and Individual Differences*, 51(6), 704–708. <https://doi.org/10.1016/j.paid.2011.06.012>
- O’Nions, E., Ceulemans, E., Happé, F., Benson, P., Evers, K., & Noens, I. (2020). Parenting Strategies Used by Parents of Children with ASD: Differential Links with Child Problem Behaviour. *Journal of Autism and Developmental Disorders*, 50, 386–401. <https://doi.org/10.1007/s10803-019-04219-2>
- Orue, I., Calvete, E., Fernández González, L., Gómez Odriozola, J., Royuela Colomer, E., & Cortázar, N. (2020). A Spanish adaptation of the mindfulness in parenting questionnaire. *Psicothema*, 32(1), 130–137. <https://doi.org/10.7334/psicothema2019.260>
- Ozturk, Y., Riccadonna, S., & Venuti, P. (2014). Parenting dimensions in mothers and fathers of children with Autism spectrum disorders. *Research in Autism Spectrum Disorders*, 8(10), 1295–1306. <https://doi.org/10.1016/j.rasd.2014.07.001>
- Pakalniškienė, V. (2012). *Tyrimo ir įvertinimo priemonių patikimumo ir validumo nustatymas*. Vilnius: Vilniaus universiteto leidykla.

- Pan, J., Liang, Y., & Zhou, H. (2019). Mindful parenting assessed in mainland China: psychometric properties of the Chinese version of the interpersonal mindfulness in parenting scale. *Mindfulness*, *10*, 1629–1641. <https://doi.org/10.1007/s12671-019-01122->
- Papadopoulos D. (2021). Mothers' experiences and challenges raising a child with autism spectrum disorder: a qualitative study. *Brain sciences*, *11*(3). <https://doi.org/10.3390/brainsci11030309>
- Parent, J., McKee, L. G., Anton, M., Gonzalez, M., Jones, D. J., & Forehand, R. (2016). Mindfulness in parenting and coparenting. *Mindfulness*, *7*, 504–513. <https://doi.org/10.1007/s12671-015-0485-5>
- Pasaulio sveikatos organizacija. (2015). *Tarptautinė statistinė ligų ir sveikatos sutrikimų klasifikacija dešimtasias pataisytas ir papildytas leidimas Australijos modifikacija*. <http://ebook.vlk.lt/e.vadovas/index.jsp?topic=/lt.webmedia.vlk.drg.icd.ebook.content/html/icd/ivadas.html>
- Postorino, V., Fatta, L. M., Sanges, V., Giovagnoli, G., De Peppo, L., Vicari, S. & Mazzone, L. (2016). Intellectual disability in autism spectrum disorder: investigation of prevalence in an Italian sample of children and adolescents. *Research in Developmental Disabilities*, *48*, 193-201. <https://doi.org/10.1016/j.ridd.2015.10.020>
- Prentice, K., Rees, C., & Finlay-Jones, A. (2021). Self-compassion, wellbeing, and distress in adolescents and young adults with chronic medical conditions: the mediating role of emotion regulation difficulties. *Mindfulness*, *12*, 2241–2252. <https://doi.org/10.1007/s12671-021-01685-7>
- Prizant, B. M. (2019). *Uniquely human: a different way of seeing autism*. London: Souvenir press.
- Psychogiou, L., Legge, K., Parry, E., Mann, J., Nath, S., & Ford, T. (2016). Self-compassion and parenting in mothers and fathers with depression. *Mindfulness*, *7*(4), 896–908. <https://doi.org/10.1007/s12671-016-0528-6>
- Richards, C., Davies, L., & Oliver, C. (2017). Predictors of self-injurious behavior and self-restraint in autism spectrum disorder: towards a hypothesis of impaired behavioral control. *Journal of Autism and Developmental Disorders*, *47*, 701–713. <https://doi.org/10.1007/s10803-016-3000-5>
- Richman, D. M., Barnard-Brak, L., Bosch, A., Thompson, S., Grubb, L., & Abby, L. (2012). Predictors of self-injurious behaviour exhibited by individuals with autism spectrum disorder. *Journal of Intellectual Disability Research*, *57*(5), 429–439. <https://doi.org/10.1111/j.1365-2788.2012.01628.x>
- Rispoli, M., Ninci, J., Neely, L. (2014). A systematic review of trial-based functional analysis of challenging behavior. *Journal of Developmental and Physical Disabilities*, *26*, 271–283. <https://doi.org/10.1007/s10882-013-9363-z>
- Rojahn, J., Rowe, E. W., Sharber, A. C., Hastings, R., Matson, J. L., Didden, R., ... & Dumont, E. L. M. (2012). The behavior problems inventory-short form for individuals with intellectual disabilities: part II: reliability and validity. *Journal of Intellectual Disability Research*, *56*(5), 546–565. <https://doi.org/10.1111/j.1365-2788.2011.01506.x>

- Ryan, S., Roberts, J., & Beamish, W. (2022). Echolalia in autism: a scoping review. *International Journal of Disability, Development and Education*, 1–16. <https://doi.org/10.1080/1034912X.2022.2154324>
- Sabaitytė, E., & Diržytė, A. (2016). Psychological capital, self-compassion, and life satisfaction of unemployed youth. *International Journal of Psychology: A Biopsychosocial Approach*, 19, 49–69. <https://doi.org/10.7220/2345-024x.19.3>
- Scoglio, A. A. J., Rudat, D. A., Garvert, D., Jarmolowski, M., Jackson, C., & Herman, J. L. (2018). Self-compassion and responses to trauma: the role of emotion regulation. *Journal Of Interpersonal Violence*, 33(13), 2016–2036. <https://doi.org/10.1177/0886260515622296>
- Sahlin, H., Bjureberg, J., Gratz, K. L., Tull, M. T., Hedman, E., Bjärehed, J., ... & Hellner, C. (2017). Emotion regulation group therapy for deliberate self-harm: a multi-site evaluation in routine care using an uncontrolled open trial design. *BMJ Open*, 7(10). <https://doi.org/10.1136/bmjopen-2017-016220>
- Shakti, M., Taylor, P. J., Forrester, A., & Pratt, D. (2021). The co-occurrence of self-harm and aggression: a cognitive-emotional model of dual-harm. *Frontiers in Psychology*, 12. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2021.586135>
- Salleh, N. S., Abdullah, K. L., Li Yoong, T., Paeds, S. J. M., & Husain, M. (2020). Parents' experiences of affiliate stigma when caring for a child with autism spectrum disorder (ASD): a meta-synthesis of qualitative studies. *Journal of Pediatric Nursing*, 55, 174–183. <https://doi.org/10.1016/j.pedn.2020.09.002>
- Schroeder, L., Sjoquist, D., & Stephan, P. (2017). *Understanding Regression Analysis: An Introductory Guide* (2nd ed.). New York: Sage.
- Schmitt, L. M., White, S. P., Cook, E. H., Sweeney, J. A., & Mosconi, M. W. (2018). Cognitive mechanisms of inhibitory control deficits in autism spectrum disorder. *The Journal of Child Psychology and Psychiatry and Allied Disciplines*, 59(5), 586–595. <https://doi.org/10.1111/jcpp.12837>
- Shenaar-Golan, V., Gur, A., & Yatzkar, U. (2023). Emotion regulation and subjective well-being among parents of children with behavioral and emotional problems - the role of self-compassion. *Current Psychology*, 42. <https://doi.org/10.1007/s12144-022-03228-2>
- Singh, N. N., Lancioni, G. E., Medvedev, O. N., Hwang, Y. S., & Myers, R. E. (2021). A component analysis of the mindfulness-based Positive behaviour support (MBPBS) program for mindful parenting by mothers of children with autism spectrum disorder. *Mindfulness*, 12, 463–475. <https://doi.org/10.1007/s12671-020-01376-9>
- Sirois, F. M., Kitner, R., & Hirsch, J. K. (2015). Self-compassion, affect, and health-promoting behaviors. *Health psychology*, 34(6), 661–669. <https://doi.org/10.1037/hea0000158>

- Sirois, F. M., Bögels, S., & Emerson, L. M. (2019). Self-compassion improves parental well-being in response to challenging parenting events. *The Journal of Psychology, 153*(3), 327–341. <https://doi.org/10.1080/00223980.2018.1523123>
- Smailytė, M. (2017). *Paauglių įsisąmoninto dėmesingumo, santykių su tėvais kokybės ir atidaus auklėjimo sąsajos* (Magistro darbas). Vilnius: Lietuvos edukologijos universitetas.
- Spengler, S., Bird, G., & Brass, M. (2010). Hyperimitation of actions is related to reduced understanding of others' minds in autism spectrum conditions. *Biological Psychiatry, 68*(12), 1148–1155. <https://doi.org/10.1016/j.biopsych.2010.09.017>
- Strohmaier, S., Jones, F. W., & Cane, J. E. (2021). Effects of length of mindfulness practice on mindfulness, depression, anxiety, and stress: a randomized controlled experiment. *Mindfulness, 12*, 198–214. <https://doi.org/10.1007/s12671-020-01512-5>
- Swaab, L., Goodwin, J., Wroe, J., Woolard, A., McCormack, L., & Campbell, L. (2021). Stigma associated with parenting an autistic child with aggressive behaviour: a systematic review. *Review Journal of Autism and Developmental Disorders, 2*, 281-294. <https://doi.org/10.1007/s40489-021-00292-5>
- Šeibokaitė, L., Endriulaitienė, A., Sullman, M. J., Markšaitytė, R., & Žardeckaitė-Matulaitienė, K. (2017). Difficulties in emotion regulation and risky driving among Lithuanian drivers. *Traffic Injury Prevention, 18*, 688-693. <https://doi.org/10.1080/15389588.2017.1315109>
- Tabachnick, B. G., & Fidell, L. S. (2013). *Using Multivariate Statistics* (6th ed.). Boston: Pearson.
- Tangney, J. P., Stuewig, J. & Mashek, D. J. (2007). Moral Emotions and Moral Behavior. *Annual Review of Psychology, 58*(1), 345–372. <https://doi.org/10.1146/annurev.psych.56.0911>
- Tani, F., Pascuzzi, D. & Raffagnino, R. The Relationship Between Perceived Parenting Style and Emotion Regulation Abilities in Adulthood. *J Adult Dev 25*, 1–12 (2018). <https://doi.org/10.1007/s10804-017-9269-6>
- Tarver, J., Palmer, M., Webb, S., Scott, S., Slonims, V., Simonoff, E., & Charman, T. (2019). Child and parent outcomes following parent interventions for child emotional and behavioral problems in autism spectrum disorders: a systematic review and meta-analysis. *Autism: The International Journal of Research and Practice, 23*(7), 1630–1644. <https://doi.org/10.1177/1362361319830042>
- Townshend, K., Jordan, Z., Stephenson, M., & Tsey, K. (2016). The effectiveness of mindful parenting programs in promoting parents' and children's wellbeing: a systematic review. *JBI Database of Systematic Reviews and Implementation Reports, 14*(3), 139-180. <https://doi.org/10.11124/JBISRIR-2016-2314>
- Venta, A., Sharp, C., Fletcher, J. M., & Fonagy, P. (2021). *Developmental psychopathology*. Hoboken: Wiley Blackwell

- Wang, J., Ma, B., Wang, J., Zhang, Z., & Chen, O. (2022). Global prevalence of autism spectrum disorder and its gastrointestinal symptoms: a systematic review and meta-analysis. *Frontiers in psychiatry, 13*. <https://doi.org/10.3389/fpsy.2022.963102>
- Winter-Messiers, (2007). From tarantulas to toilet brushes understanding the special interest areas of children and youth with asperger syndrome. *Remedial and Special Education, 28*(3), 140-152. <https://doi.org/10.1177/07419325070280030301>
- Wittenberg, B. M. (2016). *A Psychosocial Intervention for Children with Autism Spectrum Disorder in the Outpatient Surgery Unit* (Doctoral dissertation). Austin: The University of Texas. Paimta iř <https://repositories.lib.utexas.edu/items/f7435897-6bb0-44e2-98ca-c072230232f4>
- World Health Organization. (2019). *International statistical classification of diseases and related health problems* (11th ed.). <https://icd.who.int/>
- Zeidan, J., Fombonne, E., Scora, J., Ibrahim, A., Durkin, M. S., Saxena, S., ... & Elsabbagh, M. (2022). Global prevalence of autism: a systematic review update. *Autism research: Official Journal of the International Society for Autism Research, 15*(5), 778–790. <https://doi.org/10.1002/aur.2696>
- Zeman, J., Cassano, M., & Adrian, M. C. (2012). Socialization influences on children's and adolescents' emotional self-regulation processes. In K. C. Barrett, N. A. Fox, G. A. Morgan, D. J. Fidler, & L. A. Daunhauer (Eds.), *Handbook of self-regulatory processes in development: New directions and international perspectives* (pp. 79–101). New York: Psychology Press.
- Zhou, T., & Yi, C. (2014). Parenting styles and parents' perspectives on how their own emotions affect the functioning of children with autism spectrum disorders. *Family Process, 53*(1), 67-79. <https://doi.org/10.1111/famp.12058>

PRIEDAI

1 priedas. Demografinių klausimų anketos dalis.

Duomenys apie Jūsų vaiką

1. Vaiko amžius (metai, mėnesiai) _____
2. Vaiko lytis:
 - a. Berniukas
 - b. Mergaitė
3. Vaiko diagnozė (įrašykite) _____
4. Kiek metų buvo Jūsų vaikui, kai jam/jai buvo diagnozuotas sutrikimas? _____
5. Ar vaikas turi intelekto negalia?
 - Ne
 - Intelekto lygis nežinomas
 - Lengva negalia (IQ = 50-69)
 - Vidutinė negalia (IQ = 35-49)
 - Sunki negalia (IQ= 20-34)
 - Gilus protinis atsilikimas (IQ < 20)
6. Ar vaikas gauna pagalbą, kuri orientuota į jo būklės gerinimą?
 - Taip
 - Ne
7. Jei taip, tuomet su kokiais specialistais vaikas dirbo per pastaruosius 6 mėnesius? _____

Demografiniai duomenys apie Jus

1. Jūsų lytis:
 - Vyras
 - Moteris
 - Nenoriu nurodyti/kita
2. Koks Jūsų amžius (metais)? _____
3. Koks Jūsų išsilavinimas?
 - Pagrindinis
 - Vidurinis ar profesinis
 - Nebaigtas aukštasis
 - Aukštasis neuniversitetinis
 - Aukštasis universitetinis
4. Koks Jūsų darbinis statusas šiuo metu? (galimi keli variantai)
 - Dirbate (pilnu etatu)

- Dirbate (nepilnu etatu)
- Studijuojate
- Savanoriaujate
- Esate motinystės/tėvystės atostogose
- Kita (įrašykite) _____

5. Atsižvelgiant į Jūsų namų ūkio bendras mėnesines pajamas, ar sakytumėte, kad Jūsų namų ūkis suduria galą su galu...

- Labai sunkiai
- Sunkiai
- Gana lengvai
- Lengvai

6. Koks Jūsų santykių statusas šiuo metu?

- Vienišas(-a)
- Turiu partnerį(-ę)
- Esu susituokęs(-usi)
- Kita (įrašykite) _____

7. Kur gyvenate šiuo metu?

- Didysis Lietuvos miestas (Vilnius, Kaunas, Klaipėda, Šiauliai, Panevėžys) ar jo priemiestis
- Miestas (rajono centras)
- Miestelis ar kaimo vietovė
- Kita (įrašykite) _____

8. Koks Jūsų ryšys su vaiku (pvz., mama, tėtis, globėjas (-a))? _____

9. Ar per paskutinius 12 mėnesių gavote profesionalią psichologinę pagalbą?

- Taip, gavau psichologinę pagalbą, susijusią su vaiko auklėjimo klausimais
- Taip, gavau psichologinę pagalbą, susijusią su kitais klausimais
- Ne, psichologinės pagalbos negavau

10. Kiek laiko per dieną įprastai praleidžiate su vaiku darbo dienomis? _____

11. Kiek laiko per dieną įprastai praleidžiate su vaiku nedarbo dienomis? _____

12. Ar Jūsų šeimoje yra daugiau vaikų iki 18 metų?

- Taip
- Ne

13. Jei taip, ar bent vienas kitas vaikas turi raidos sutrikimų?

- Taip
- Ne

2 priedas. Teiginių svoriai tyrime naudotose subskalėse

Probleminis vaiko elgesys (BPI-S)

- Save žalojančio elgesio subskalėje, kai pasirinktas vienas faktorius: $KMO = 0,57$, duomenų sklaidos paaiškinamumo procentas 24,25; teiginių svoriai faktoriuje – nuo -0,11 iki 0,71. Probleminiai teiginiai: „Kiša objektus į nosį, ausis, išangę ir t.t.“ (teiginio svoris – 0,18) ir „Griežia dantimis“ (teiginio svoris – -0,11).
- Agresyvaus/destruktyvaus elgesio subskalėje, kai pasirinktas vienas faktorius: $KMO = 0,84$, duomenų sklaidos paaiškinamumo procentas 45,21; teiginių svoriai faktoriuje – nuo 0,46 iki 0,79.
- Stereotipinio elgesio subskalėje, kai pasirinktas vienas faktorius: $KMO = 0,84$, duomenų sklaidos paaiškinamumo procentas 36,93; teiginių svoriai faktoriuje – nuo 0,45 iki 0,74.

Emocijų reguliacijos sunkumai (DERS)

- Emocinio atsako nepriėmimo subskalėje, kai pasirinktas vienas faktorius: $KMO = 0,90$, duomenų sklaidos paaiškinamumo procentas 62,01; teiginių svoriai faktoriuje – nuo 0,75 iki 0,83.
- Sunkumų užsiimti tikslinga veikla subskalėje, kai pasirinktas vienas faktorius: $KMO = 0,86$, duomenų sklaidos paaiškinamumo procentas 64,25; teiginių svoriai faktoriuje – nuo 0,64 iki 0,87.
- Impulsų kontrolės sunkumų subskalėje, kai pasirinktas vienas faktorius: $KMO = 0,89$, duomenų sklaidos paaiškinamumo procentas 66,95; teiginių svoriai faktoriuje – nuo 0,70 iki 0,89.
- Emocinio supratimo trūkumo subskalėje, kai pasirinktas vienas faktorius: $KMO = 0,82$, duomenų sklaidos paaiškinamumo procentas 57,00; teiginių svoriai faktoriuje – nuo 0,61 iki 0,87.
- Riboto emocijų valdymo strategijų taikymo subskalėje, kai pasirinktas vienas faktorius: $KMO = 0,87$, duomenų sklaidos paaiškinamumo procentas 58,60; teiginių svoriai faktoriuje – nuo 0,62 iki 0,85.
- Emocinio aiškumo trūkumo subskalėje, kai pasirinktas vienas faktorius: $KMO = 0,74$, duomenų sklaidos paaiškinamumo procentas 60,26; teiginių svoriai faktoriuje – nuo 0,64 iki 0,88.

Atjauta sau (SCS)

- Gerumo sau subskalėje, kai pasirinktas vienas faktorius: $KMO = 0,73$, duomenų sklaidos paaiškinamumo procentas 51,67; teiginių svoriai faktoriuje – nuo 0,50 iki 0,82.
- Savęs smerkimo subskalėje, kai pasirinktas vienas faktorius: $KMO = 0,71$, duomenų sklaidos paaiškinamumo procentas 44,43; teiginių svoriai faktoriuje – nuo 0,57 iki 0,79.
- Bendražmogiškumo subskalėje, kai pasirinktas vienas faktorius: $KMO = 0,70$, duomenų sklaidos paaiškinamumo procentas 60,32; teiginių svoriai faktoriuje – nuo 0,55 iki 0,86.

- Izoliacijos subskalėje, kai pasirinktas vienas faktorius: $KMO = 0,72$, duomenų sklaidos paaiškinamumo procentas 63,50; teiginių svoriai faktoriuje – nuo 0,78 iki 0,83.
- Dėmesingo įsisąmoninimo subskalėje, kai pasirinktas vienas faktorius: $KMO = 0,64$, duomenų sklaidos paaiškinamumo procentas 46,55; teiginių svoriai faktoriuje – nuo 0,39 iki 0,79.
- Per didelės identifikacijos su patiriamais sunkumais subskalėje, kai pasirinktas vienas faktorius: $KMO = 0,73$, duomenų sklaidos paaiškinamumo procentas 59,07; teiginių svoriai faktoriuje – nuo 0,76 iki 0,78.

Dėmesingu įsisąmoninimu grįsta tėvystė

- Dėmesingu įsisąmoninimu grįstos disciplinos subskalėje, kai pasirinktas vienas faktorius: $KMO = 0,85$, duomenų sklaidos paaiškinamumo procentas 37,32; teiginių svoriai faktoriuje – nuo 0,39 iki 0,75.
- Buvimo dabarties momente su vaiku subskalėje, kai pasirinktas vienas faktorius: $KMO = 0,85$, duomenų sklaidos paaiškinamumo procentas 40,39; teiginių svoriai faktoriuje – nuo 0,54 iki 0,76.