

## Личностные детерминанты переживания кризиса первой беременности

*Л. Г. Жедунова, Д. А. Пономарёва*

В статье рассматриваются основные подходы к исследованию первой беременности как к критическому периоду развития женской идентичности. Первая беременность рассматривается как этап в становлении материнства. Обосновывается правомерность рассмотрения первой беременности как кризиса идентичности.

**Ключевые слова:** материнство, первая беременность, кризис идентичности, экзистенциальный опыт.

### Personal Determinants of Experience of the First Pregnancy Crisis

*L. G. Zhedunova, D. A. Ponomaryova*

In the article the basic approaches to research the first pregnancy as the critical period of female identity development are considered. The first pregnancy is considered as a stage in motherhood formation. Legitimacy of consideration the first pregnancy as an identity crisis is proved.

**Key words:** motherhood, the first pregnancy, an identity crisis, existential experience.

Психология беременности является частью крупного направления исследований современной психологии – психологии материнства. Интерес к материнству как психосоциальному феномену обусловлен потребностями практики (психологического сопровождения, профилактики девиантного материнства и отсутствием целостного научного обоснования условий, механизмов возникновения, закономерностей формирования девиаций. Число исследований в области психологии материнства в настоящее время достаточно велико (Г. Г. Филиппова, В. И. Брутман, А. Я. Варга, М. С. Радионова, И. Ю. Хамитова, Н. Л. Пушкарева, Ю. И. Шмурак и др., А. И. Брусиловский, А. Бертин, А. С. Батуев). Можно выделить два основных аспекта в исследовании материнства: материнство как обеспечение условий для развития ребенка и материнство как часть личностной сферы женщины (Г. Г. Филиппова, 2001).

Рассмотрение материнства как части личностной сферы предполагает выявление психологических и физиологических особенностей женщин на разных этапах репродуктивного цикла. Одним из наиболее важных этапов считается период первой беременности, который рассматривается как своеобразный критический момент в жизни женщины (В. И. Брутман, М. С. Радионова, 1997; Г. Г. Филиппова, 2002). Именно первая беременность подразумевает конец существованию женщины как отдельного существа и начало непреходящих и бесповоротных отношений «мать – дитя» (Г. Г. Филиппова, 2001; С. О. Кашапова, Л. Л. Баз, 2000).

Таким образом, первая беременность – это этап переосмысления собственного опыта и трансформации взаимоотношений с миром, а также уникальная ситуация развития самосозна-

ния женщины. Ни одна психологическая школа не обошла вниманием период первой беременности, в силу важности этого этапа в становлении целостной женской идентичности.

В рамках психоаналитического направления период первой беременности рассматривается как кризисный этап жизни женщины, стадия полоролевой идентификации, особая ситуация для адаптации (С. Фанти, 1995) [9]. Е. Дойч (1996) подробно описала природу и содержание конкретных форм «присутствия» детского опыта матери и попыталась увязать «присутствие» матери и «присутствие» плода. Под термином «присутствие» понимают различные формы проявления внутреннего мира (субъективности) как матери, так и плода. С точки зрения психоанализа, единицей совместного «присутствия» в докоммуникативном периоде может выступать болезненный симптом (тошнота, отеки). Они отражают переход «присутствия» ребенка в «присутствие» матери, то есть появление этих симптомов у женщины предшествует ощущению себя матерью. Фиксируясь на соматических симптомах, мать стремится сохранить беременность только как факт органический и хочет избавиться от субъективного мира беременности, отказаться от переживания опыта данной беременности. Таким образом, откладывается превращение «больной» в мать [8].

В трансперсональной психологии процесс течения беременности и родов рассматривается как ключевой в формировании психики и сознания человека, где события перинатального периода понимаются не как биологические, а как «экзистенциальный кризис невероятного размаха» [2]. Беременность и роды, как значимые события в жизни семьи, имеют все объективные причины стать условием для переживания экзистенциаль-

ного опыта будущими родителями. Затрагиваются все жизненные основания человека, обуславливающие глубокие изменения самосознания, отношения к себе, другим, миру, содержащие основные экзистенциальные данности. Изменяется и позиция человека в мире. Этот уровень переживаний не всегда осознается, однако находит свое выражение, например, в ощущении женщиной и ее близкими значительности ее миссии вынашивания.

Рассмотрение беременности и родов в экзистенциально-гуманистической традиции требует уточнения некоторых понятий. Прежде всего это относится к понятию «опыт». Под опытом понимается сложный непрерывный процесс («поток») субъективного переживания событий внутреннего мира (включающих и отражение событий внешнего мира). Именно опыт-переживание рассматривается как подлинная внутренняя реальность, которая самим человеком может осознаваться с разной степенью адекватности. Иное содержание вкладывается в понятие «экзистенциальный опыт» – «феномен встречи» в процессе творчества (Р. Мэй). Особенностью и итогом такого рода встречи является изменение в отношениях «Я – окружающий мир».

Процесс «встречи» может сопровождаться ярко выраженным чувством страха у человека, поскольку чувство его самостождественности в момент встречи оказывается под угрозой: «мир, данный нам в опыте, изменяется, а поскольку существует корреляция между Я и окружающим миром, то мы тоже изменяемся» [7, с. 83–84]. Понятие «встреча», используемое Р. Мэйем, близко по значению понятию инициации, предложенному К. Дюркгеймом. В процессе инициации происходит встреча человека с бытием, которая существенным образом изменяет структуру его существования, структуру его бытия-в-мире. «Серьезное изменение бытия-в-мире всегда является риском, поскольку несет в себе угрозу стабильности... это угроза авторитету, уважению со стороны близких, угроза стабильному куску хлеба, риск оказаться несостоятельным, и, в конце концов, а может быть и, прежде всего, – это угроза собственной идентичности» [6; с. 85–87]. Главное не адаптивность, а экзистенциальная аутентичность. Возможность дать начало новой жизни, новому человеку, забота о нем также являются элементами человеческой экзистенции, лишаясь которой она остается неполной, ущербной.

В отечественной психологии первая беременность рассматривается в рамках теорий развития. Так, в частности, Е. Б. Айвазян, Г. А. Арина,

В. В. Николаева (2002) предлагают рассматривать беременность как уникальное состояние, представляющее собой психологический кризис «взрослого возраста», инициированный радикальными телесными изменениями, непатологическими по своей природе.

В. И. Слободчиков, реализуя генетический метод, позволяющий воспроизвести логику общего психического развития человека в рамках предложенной им интегральной периодизации развития субъективности человека, дифференцирует определения кризиса, выделяя «кризис индивидуальной жизни», «кризис возрастной», «кризис развития» (В. И. Слободчиков, 1995).

Мы полагаем, что первая беременность может рассматриваться как личностный кризис (затрагивающий смысловую сферу личности), но не в персонологическом, а в онтогенетическом аспекте. Детерминантами личностного кризиса выступают внутренние закономерности и механизмы, имманентно присущие процессу развития личности. Дополнительные факторы (биологические, социокультурные, индивидуально-психологические) также оказывают влияние на протекание кризиса, облегчая или отягощая его.

С позиции психоанализа и трансперсональной психологии, первая беременность рассматривается как кризис, который может протекать на неосознаваемом уровне. Осознание и конструктивное проживание беременности как кризиса способствует, с позиции трансперсональной психологии, получению экзистенциального опыта (обоими супругами); с позиции психоанализа – осознанию себя в новой ситуации, выделению в своем субъективном мире места для ребенка, выстраиванию конструктивных отношений «мать – дитя». Дж. Марсиа рассматривает первую беременность как этап развития женской идентичности. Идентичность определяется как «структура эго – внутренняя самосоздающаяся, динамическая организация потребностей, способностей, убеждений и индивидуальной истории» [Цит. по 1]. А. Ватерман считает, что идентичность связана с наличием у человека четкого самоопределения, включающего выбор целей, ценностей и убеждений, которым он следует в жизни. Цели, ценности и убеждения А. Ватерман называет элементами идентичности. Каждый из элементов относится к какой-либо сфере человеческой жизни. Одной из важнейших сфер жизни, по мнению А. Ватермана, является «принятие набора социальных ролей, включая и половые роли, и ожидания в отношении супружества и родительства» [Цит. по 1, с. 5–6].

В современном информационном обществе одной из ценностных ориентаций женщин является ориентация на материальное благополучие, на высокий социальный статус. Это позволяет достичь независимости, избежать затруднительных положений и обеспечить себе безопасность. Актуальной становится проблема выбора: карьера или материнство.

Если женщина делает выбор в пользу карьеры, происходит жертвование экзистенциальным «Я» в пользу социального «Я», что приводит к существованию, которое Ж.-П. Сартр называет «существованием без сущности». Возникновение таких явлений, как суррогатное материнство, отказ от детей, киднеппинг и т. п., является отражением подобного выбора, при этом искажается сама идея материнства, проблематизируется возможность достижения целостной идентичности. Это позволяет рассматривать материнство сквозь призму кризиса идентичности современной женщины.

Рассматривая процесс формирования идентичности современной женщины, необходимо отметить тот факт, что он происходит в условиях ролевого конфликта. Ролевой конфликт состоит в противоречии требований, предъявляемых к социальным ролям, и требований к индивидуальной роли. Соответствуя требованиям, предъявляемым к социальной роли, женщина должна быть успешной (построить карьеру, стремиться к независимости), социально ориентированной. С точки зрения выполнения внутренней роли, женщина должна состояться как мать, жена, что предполагает ориентацию на себя (на собственное внутреннее пространство). Это создает основной ролевой конфликт современной женщины. В период беременности происходит переоценка ценностей и жизненных приоритетов, социальных ролей, изменение в отношениях с другими людьми. Осознание и принятие факта беременности является отправной точкой для развития творческой адаптации к новой жизненной ситуации. Если женщина не принимает свое новое состояние, это может вызвать у нее ряд болезненных переживаний (появление страхов, тревог и опасений). А. Ватерман подчеркивает, что исследование идентичности следует вести, рассматривая процессуальную и содержательные стороны ее становления в их единстве и взаимосвязи, это даст возможность не только проследить пути формирования идентичности, но и понять значение для личности выборов [1].

Большинство авторов рассматривают первую беременность прежде всего как период физиологических изменений. Биологические и нейроэн-

докринные изменения, происходящие в организме беременной женщины, приводят к особому типу психологического стресса, характеризующегося рядом переживаний, сопровождающих беременность. Тело женщины меняет свои формы, позволяя разместиться в себе растущему плоду. В процессе развития даже самой желанной и осмысленной беременности у женщин имеются условия для возникновения целого ряда негативных изменений в эмоциональной сфере (сомнения по поводу своей сексуальной привлекательности, страх деформации фигуры и невозможности восстановления после родов и т. д.). Следует упомянуть опасения и страхи, связанные с предстоящими родами, доходящие иногда до паники – «вынесу ли я роды?»; и неуверенность в своей способности родить и стать «полноценной» матерью; и страх за здоровье и судьбу будущего ребенка, обеспокоенность ухудшением материального благополучия семьи, предстоящим возможным ущемлением личной свободы, и, наконец, переживания своей телесной метаморфозы и связанные с этим переживания по поводу своей сексуальной непривлекательности. Эти разнонаправленные состояния развиваются одновременно, и, как показывают наблюдения, даже самая желанная беременность прокрашивается особым двойственным, противоречивым, «бинарным», по Л. С. Выготскому, аффектом, в котором одновременно сосуществуют радость, оптимизм, надежда и настороженное ожидание, страх, печаль. Этот амбивалентный комплекс зарождается уже на самом раннем этапе, когда женщина вынуждена решать вопрос о сохранении или прерывании беременности [8].

Психологическая составляющая установки на материнство может быть охарактеризована как психологическая готовность к материнству. «Одним из важнейших компонентов готовности является принятие на осознанном и неосознанном уровнях задачи рождения ребенка, видение в этом жизненного смысла» [цит. по 10, с. 127].

Проанализировав различные позиции в отношении периода первой беременности, можно сделать заключение о том, что первая беременность является кризисным этапом становления идентичности женщины. В связи с этим актуальным является исследование детерминант, обуславливающих специфику переживания кризиса первой беременности и обеспечивающих становление зрелой материнской позиции.

#### Библиографический список

1. Антонова, Н. В. Проблема личностной идентификации в интерпретации современного психоанализа

- за, интеракционизма и когнитивной психологии [Текст] / Н. В. Антонова // Вопросы психологии. – 1996. – № 1. – С. 131–143.
2. Гроф, К. Духовный кризис. Когда преобразование личности становится кризисом [Текст] / пер. с англ. А. Ригина, А. Киселева; общ. и научн. ред. В. Майкова. – М. : АСТ, Изд-во Института трансперсональной психологии, Изд-во К. Кравчука, 2003. – 383 с.
3. Жедунова, Л. Г. Личностный кризис и образ мира (Субъективная реальность кризиса) [Текст] : монография / Л. Г. Жедунова. – Ярославль : ЯГПУ, 2009. – 136 с.
4. Йоманс, Т. Введение в психологию духовного измерения [Текст] / Т. Йоманс; под ред. А. А. Бадхена, В. Е. Кагана // Психосинтез и другие интегративные техники психотерапии. – М. : Смысл, 1997. – 298 с.
5. Леонтьев, Д. А. Психология смысла [Текст] / Д. А. Леонтьев. – М. : Смысл, 1999. – 487 с.
6. Летуновский, В. В. Экзистенциальная психотерапия и телесность человека [Текст] / В. В. Летуновский // Вопросы ментальной медицины и экологии. – 2002. – Т. 8. – № 3. – С. 85–87.
7. Мэй, Р. Мужество творить. Очерк психологии творчества [Текст] / Р. Мэй; пер. с англ. – Львов: Инициатива; М. : Институт общегуманитарных исследований, 2001. – 128 с.
8. Психология и психоанализ беременности [Текст]: уч. пособ. по психологии материнства. – Самара : БАХРАХ – М, 2003. – 782 с.
9. Фанти, С. Микropsихоанализ [Текст] / С. Фанти. – М. , 1995. – 351 с.
10. Филиппова, Г. Г. Психология материнства (сравнительно-психологический анализ) [Текст] : дис. ... д-ра психол. наук / Г. Г. Филиппова. – М. , 2000. – 449 с.