

Е. В. Тихомирова, И. А. Уманская

**Женщина в ранний период материнства
как объект психологического исследования**

В статье на основе проведенных автором исследований рассматриваются психологические особенности раннего этапа материнства. Характеризуются трудности данного периода: расширение диапазона страхов, искажение «Я-концепции», снижение уровня самоэффективности, трудности с концентрацией внимания, долговременной памятью и нервно-психической устойчивостью. Подчеркивается актуальность исследования психологических ресурсов женщин с детьми до трех лет. Рассматривается проблема самоэффективности матерей с разной степенью мотивационной включенности в интернет-сообщества. Выделяются критерии субъективной включенности в сетевые сообщества: частота инициаций контактов, участие в обсуждении текущего состояния дел форума, стремление поделиться даже незначительным опытом, активность действий по формированию собственного образа и др.

Изучение групповой самоорганизации в аспекте совладающего поведения личности матери позволяет отразить потенциальные психологические издержки включенности в интернет-сообщества: снижение стрессоустойчивости, «заражение» страхами, депривация эмоциональной привязанности к ребенку, возникновение внутрисемейных трудностей, в то же время выявить личностные и ситуационные детерминанты осмысления групповой самоорганизации в виртуальной коммуникативной среде как психологического ресурса. Раскрывается специфика связи включенности в сетевое общение и совладающего поведения женщин с разным опытом материнства.

Ключевые слова: жизнестойкость, самоэффективность, материнство, групповая самоорганизация, интернет-сообщество, виртуальное пространство, общение, совладание, страхи, стресс, осмысление, ресурс.

E. V. Tikhomirova, I. A. Umanskaya

The Woman in Early Motherhood Days as an Object of the Psychological Research

On the basis of the research the author discusses the psychological characteristics of early motherhood stages. Here are characterized difficulties of this period: expansion of the range of fears, distortion of «self-concept» reduction of self-efficacy, difficulty in concentrating, long-term memory and neuro-psychological stability. Here is emphasized the relevance of the study of psychological resources, women with children up to three years. The problem of self-efficacy of mothers with varying degrees of involvement in the motivational online community is regarded. Here are revealed subjective criteria of involvement in online communities: the frequency of initiation of contacts, participation in the discussion of the online current state, desire to share even with a little experience, activity of action on the formation of the self-image and etc.

Studying of the group self-organization in the aspect of coping behaviour of the mother's personality allows us to reflect potential psychological costs of involvement in the Internet community: reduction of the ability to handle stress, «infecting» fear, deprivation of emotional attachment to the child, occurrence of intra-family problems, and at the same time to reveal personal and situational determinants in understanding of group self-organization in the virtual communication environment as a psychological resource. Specificity of interaction of involvement into network communication and coping behaviour of women with different experiences of motherhood is revealed.

Keywords: resiliency, self-efficacy, motherhood, group self-organization, online community, virtual space, communication, coping, fears, stress, understanding, resource.

Материнство привносит в жизнь женщины множество изменений, к которым она не всегда психологически готова. Изменение социального статуса, стиля жизнедеятельности, увеличение энергозатрат, временная профессиональная стагнация, трудности распределения внешних и внутренних ресурсов, ролевые конфликты не могут не оказывать существенного влияния на самоэффективность женщины, на ее жизнестойкость на разных этапах материнства, в особенности на раннем. Психическая чувствительность, социальный контекст, физиологические измене-

ния, а главное повторяющиеся трудности, связанные с ребенком, могут привести к расширению диапазона страхов, возникновению ситуативной тревожности, искажению я-концепции.

Так, исследования 2014–2016 гг., проведенные в рамках изучения данной проблематики, показали, что появление ребенка в семье не всегда вносит положительные краски в семейные отношения. В некоторых семьях на фоне изменения структуры семейных связей возникают специфические трудности, которые актуализируют по-

требность женщины в обогащении личностных и социальных ресурсов.

В ходе исследования было выявлено, что у женщин в процессе принятия роли матери преобладает «Социальное Я». Однако значимость происходящих изменений затрудняет формирование перспективных линий жизни женщин: многие не задумываются о будущей профессиональной карьере, создании условий для дальнейшего образования детей. «Перспективное Я» у 70 % женщин с детьми до 3-х лет находится на последнем месте. Также обесцениваются материальные, профессиональные трудности, которые напрямую не связаны с осваиваемой ролью. На этом фоне усиливается роль трудностей, связанных со взаимодействием с детьми.

В период отпуска по уходу за ребенком (до 3-х лет) большинство матерей сосредоточено на уходе, кормлении и соблюдении режима дня ребенка. При этом у матерей с высоким уровнем принятия роли матери эти действия окрашены эмоциональными и ценностно-смысловыми отношениями. Матерям с низким уровнем принятия роли матери все действия по уходу за ребенком кажутся тяжелыми и неизбежными. В перспективе такое отношение к ребенку выливается в раздражение и отрицание, что негативно может сказаться на формирующейся личности детей и требует оказания психологической помощи.

Также нами было выявлено, что женщины в ранний период материнства испытывают трудности с концентрацией внимания, долговременной памятью и нервно-психической устойчивостью. Респонденты отмечали, что настроение после рождения ребенка изменилось в сторону нестабильности, амбивалентности чувств и эмоций. 80 % испытуемых отмечали подверженность депрессивным состояниям и связывали их возникновение с ощущением «монотонности жизни», с «чувством вынужденной полной самоотдачи», «потери себя». У большинства женщин наблюдается повышенная утомляемость.

На раннем этапе материнства у женщин возникают специфические страхи, связанные с освоением новой социальной роли. Существуют значимые различия в выраженности актуальных страхов в ранний период материнства между группами, куда входят женщины с одним ребенком и женщины с двумя детьми и более. Для первородящих женщин более характерен страх навредить, не уследить за ребенком, страх большого количества микробов; неконструктивных изменений внутрисемейных взаимоотношений;

несвоевременного распознавания матерью потребностей ребенка. Данные страхи связаны с неопытностью, адаптацией к новой социальной роли «матери». Для женщин с «материнским стажем» характерны страх потери собственного здоровья, страх потери социальных связей, страх неравномерного распределения внимания между детьми.

На основе полученных статистических данных мы можем сказать, что существуют значимые различия между двумя группами женщин по уровню выраженности страха ($U \leq 312,5000$ при $p\text{-level} < 0,04$). Это говорит о том, что женщины с одним ребенком имеют более высокий уровень страхов, по сравнению с группой женщин с двумя детьми и более. В данном случае можно говорить о том, что первородящие женщины имеют меньший жизненный опыт, опыт взаимодействия с детьми, в связи с этим у них уровень страха выше, чем у женщин с двумя детьми и более. При этом чем выше уровень страха, тем ниже уровень самооффективности женщины ($R \leq -0,62$, $p\text{-level} = 0,00$).

Таким образом, мы приходим к выводу, что ситуация рождения и воспитания ребенка требует больших внутренних ресурсов, которых у женщин часто явно недостаточно для оптимизации процесса жизнедеятельности. Важно отметить, что обогащение ресурсов, в том числе ресурсов совладающего поведения, обеспечивает повышение показателей жизнеспособности личности [4]. Здесь на первый план выходит проблема актуализации психологических ресурсов женщин, в частности имеющих детей до 3-х лет. Институт материнства напрямую связан с историческими, социокультурными особенностями развития общества, что отражается на его содержании. В связи с этим изменяются и ресурсы материнства. Все чаще современные мамы используют сетевое общение как источник обогащения внутренних ресурсов. Большую популярность получают виртуальные родительские сообщества, к примеру, сообщества слинго-мам, мам с особенными детьми, интернет-сообщества молодых мам и т. д. Основой самоорганизующихся родительских сообществ выступают схожие проблемы и потребности женщин, реализующих роль матери, с одной стороны, а с другой – доступность данной формы самоорганизации, ее гибкость и мобильность.

Материнство является востребованной проблемой изучения в рамках психологической науки. В настоящее время исследования в этой

области связаны с запросом общества в психологическом сопровождении материнства и детства в связи с возросшей потребностью обеспечить демографический рост, а также способствовать сохранению целостности и развитию личности матери. В настоящее время направления исследования проблем материнства достаточно разнообразны: этологические исследования с точки зрения ресурсных затрат и паттернов родительского поведения (Д. Дьюсбери, Е. Н. Панов, К. Лоренц, Н. Тинберген, Р. Хайнд и др.), сравнительно-психологические исследования, посвященные механизмам материнского инстинкта (В. А. Вагнер, Н. А. Тих), феноменологическое направление, материнство как часть личной сферы женщины и др. [7].

В отечественной науке немало исследований посвящено адаптации к новой социальной роли «матери», условиям ролевой идентификации, факторам эмоциональной привязанности к ребенку, страхам во время беременности и родов (В. А. Денисова, Е. И. Захарова, И. М. Земзюлина, Н. Ю. Калачева, Е. В. Пономарева, Л. Н. Тронина). Особый интерес вызывает тематика, связанная с условиями удовлетворенности материнством [1]. Широта представленных исследований свидетельствует о полифеноменальности материнства. В современной ситуации развития общества, во время экономического кризиса, конкуренции на рынке труда, кризиса семейной системы и мобилизации общества наибольший интерес представляет тематика, связанная с жизнестойкостью матерей [3]. В последнее время внимание исследователей обращается к рассмотрению материнства в контексте массовых коммуникаций (МГППУ конференции 2009, 2010 гг. «Родительство в зеркале СМИ»). Интерес представляют и социологические исследования, проводимые научной школой Санкт-Петербургского университета, посвященные проблеме социального капитала, потенциала родительских объединений как нового феномена социальных отношений [2]. Однако комплексных исследований в области психологических ресурсов современного материнства явно недостаточно, что, скорее всего, связано со сложностью феномена «психологического ресурса».

Проблема нашего исследования вытекает из целого ряда противоречий:

- между неоднозначностью виртуальной формы социальной самоорганизации матерей, столь популярной в современной ситуации развития общества, с одной стороны, и запросом

общественной и политической систем в повышении эффективности материнства – с другой;

- между потребностью в повышении жизнестойкости женщин, реализующих роль матери в современной ситуации развития общества, и недостаточностью исследований в области ресурсов личности женщины в период материнства;

- между расширением диапазона самоорганизующихся родительских объединений и их неконтролируемостью и незадействованностью их социально-психологического потенциала государственными органами поддержки материнства и детства. Таким образом, проблема исследования может быть сформулирована следующим образом: каковы личностные и ситуационные детерминанты ресурсности виртуальной самоорганизации женщин, имеющих детей?

Нами проводится лонгитюдное исследование «Особенности участия матерей в виртуальном сообществе “Костромама СП”ги» с момента образования форума и по сегодняшний день (2009–2016 гг.) [5]. Данное исследование позволило определить специфику самоорганизации матерей в интернет-пространстве и привело нас к выдвижению его основной гипотезы.

В качестве рабочей гипотезы мы выдвигаем предположение, что групповая самоорганизация в виртуальном пространстве в настоящее время может являться при разных условиях ресурсом, стратегией и полем для реализации других стратегий совладающего поведения матери, но в то же время нести в себе ряд психологических издержек для ее личности, так как увеличивает риск постепенной деперсонализации и депривации эмоционального отношения к супругу и ребенку. В основе выдвижения гипотезы лежат результаты наших предыдущих исследований в области совладающего поведения интернет-пользователей [6].

Исследование опирается на интегративный подход в области совладающего поведения, субъектно-деятельностный и когнитивный подходы к исследованию личности.

Методы исследования:

- Теоретические: для формулировки положений исследования – теоретический анализ, сопоставление и обобщение, интерпретация, теоретическое моделирование.

- Организационные: сравнительный анализ («метод поперечных срезов»), анализ индивидуальных случаев.

- Эмпирические: метод семантического дифференциала для оценки ментальных ресурсов

материнства и для исследования когнитивных стратегий решения проблемных задач, связанных с материнством, у женщин с высокой и низкой степенью включенности в интернет-сообщества, метод контент-анализа высказываний матерей на специализированных интернет-форумах, смыслопорождающего пространства интернет-сообщества, а также ряд стандартизированных методик (тестирование с использованием современных психодиагностических методик).

– Методы обработки данных: количественный (сравнительный, корреляционный, регрессионный, кластерный анализ) и качественный анализ (контент-анализ материалов интервью, самоописаний, свободных высказываний).

Методический комплекс будет включать

– для определения особенностей совладающего поведения личности: опросник WCQ-опросник способов совладания (в адаптации Т. Л. Крюковой, 2003–2004), опросник CISS – Копинг-поведение в стрессовых ситуациях (КПСС в адаптации к русскоязычной выборке, 1999–2001);

– для изучения социально-психологических свойств испытуемых: методику диагностики социально-психологической адаптации К. Роджерса и Р. Даймонда (в адаптации Т. В. Снегиревой, 2002), тест-опросник самоотношения В. В. Столина и С. Р. Панталева (1988), опросник «Шкала субъективного благополучия» Perrudet Vadoux, Mendelsohn, Chiche, 1988 (адаптация М. В. Соколовой, 1996); «Шкала удовлетворенность жизнью» К. Б. Матени и У. Л. Керлетт (апробация Е. А. Дорьевой, 2011), «Тест жизнестойкости» в модификации Е. Н. Осина, Е. И. Рассказовой;

– для изучения степени включенности субъектов групповой самоорганизации – авторский полустандартизированный опросник (Е. В. Тихомирова, 2008), авторскую анкету и анализ контента форума.

Эмпирические референты: мотивационная включенность в интернет-сообщество, особенности копинг-поведения (стратегии, стиль, когнитивные стратегии решения проблемных задач), ряд социально-психологических свойств (особенности самоотношения, способность к социально-психологической адаптации, конгруэнтность), показатели субъективной витальности, психологические издержки (страхи, уровень тревожности, склонность к интернет-аддикции).

Мы пришли к следующим выводам:

– Критериями субъективной включенности матерей в сетевые сообщества являются частота инициаций контактов, участие в обсуждении текущего состояния дел форума, стремление поделиться даже незначительным опытом, активность действий по формированию собственного образа и др.

– Существуют различия показателей мотивационной включенности женщин в родительские интернет-сообщества на разных этапах материнства. Чем старше становится ребенок, тем ниже мотивационная включенность в родительские интернет-сообщества, что связано с расширением сети реальных социальных контактов, реадaptацией к профессиональной деятельности.

– Специфична связь включенности в сетевое общение и совладающего поведения женщин с разным опытом материнства. Испытуемые первой группы (женщины с одним ребенком) с высокой степенью включенности наиболее часто используют такие стратегии совладания, как «принятие ответственности» и «положительная переоценка». Респонденты второй группы (женщины с двумя и более детьми) с высокой включенностью чаще используют такие стратегии совладания, как «планирование решения проблемы», «поиск социальной поддержки». Данные стратегии соотносятся с содержанием контента форума, с мотивацией участия в обсуждении актуальных проблем. У женщин с низкой степенью включенности преобладает стратегия «дистанцирование», независимо от опыта материнства.

– Возможности виртуальной самоорганизации для обогащения психологических ресурсов материнства расширяются в личностно значимом, остром проблемном ситуативном контексте.

– Восприятие групповой самоорганизации как ресурса эффективного материнства связано с рядом личностных особенностей женщин, имеющих детей, такими как конгруэнтность, открытость новому опыту, позитивное самоотношение.

– Существуют различия в показателях жизнестойкости матерей с разной степенью включенности в виртуальные родительские сообщества на раннем этапе материнства. Самые высокие показатели жизнестойкости характерны для матерей со средней степенью включенности при отсутствии признаков развития интернет-аддикции.

– «Сверхвключенность» матерей в сетевую коммуникацию приводит к следующим психологическим издержкам: снижение уровня стрессо-

устойчивости, повышение тревожности, «заражение» страхами, возникновение коммуникативных трудностей в семье, трудности личностной самореализации и депривация эмоциональной привязанности к ребенку.

Таким образом, изучение социальной самоорганизации матерей как в реальном, так и в виртуальном пространстве на основе полипарадигмального подхода, объединяющего субъектно-деятельностную, когнитивную и коммуникативную парадигмы, позволяет более широко взглянуть на проблему неоднозначности связи включенности в сетевые сообщества и самоэффективности женщин, имеющих детей. Комплексное теоретико-эмпирическое исследование феномена социальной самоорганизации матерей позволит разработать систему оказания помощи матерям в трудных жизненных ситуациях с рациональным использованием сетевых возможностей.

Библиографический список

1. Захарова, Е. И., Калачева, Н. Ю. Условия удовлетворенности материнством женщин, имеющих детей раннего и дошкольного возраста [Текст] / Е. И. Захарова, Н. Ю. Калачева // Известия ПГПУ им. В. Г. Белинского. – 2012. – № 28. – С. 1226–1233.
2. Ищенко, А. М. Родительские объединения: анализ случая на основе ресурсного подхода [Текст] / А. М. Ищенко // Дискуссия. – 2013. – № 10 (40). – С. 107–114.
3. Кузьмин, М. Ю., Гусев, А. Н. Гендерная идентичность молодых матерей и ее связь с жизнестойкостью [Текст] / М. Ю. Кузьмин, А. Н. Гусев // Современные исследования социальных проблем. – 2011. – Т. 8. – № 4. – С. 1–12.
2. Лапкина, Е. В. Совладающее поведение, жизнестойкость и жизнеспособность личности: связь понятий, функции [Текст] / Е. В. Лапкина // Вестник Костромского государственного университета им. Н. А. Некрасова. Серия: Педагогика. Психология. Социальная работа. Ювенология. Социокинетика. – 2015. – Т. 21. – № 4. – С. 130–133.
3. Тихомирова, Е. В. Участие в интернет-сообществах в контексте совладающего поведения личности [Текст] / Е. В. Тихомирова // Сибирский педагогический вестник. – 2014. – № 3. – С. 163–167.
4. Тихомирова, Е. В., Беляева, С. В. Социально-психологические характеристики преодоления жиз-

ненных трудностей интернет-пользователями [Текст] / Е. В. Тихомирова, С. В. Беляева // Вестник Костромского государственного университета им. Н. А. Некрасова. Серия: Педагогика. Психология. Социальная работа. Ювенология. Социокинетика. – 2014. – Т. 20. – № 3. – С. 156–160.

5. Филиппова, Г. Г. Материнство и основные аспекты его исследования в психологии [Текст] / Г. Г. Филиппова // Вопросы психологии. – 2001. – № 2. – С. 22–37.

Bibliograficheskiy spisok

1. Zaharova, E. I., Kalacheva, N. Ju. Usloviya udovletvorennosti materinstvom zhenshhin, imejushhih detej rannego i doshkol'nogo vozrasta [Tekst] / E. I. Zaharova, N. Ju. Kalacheva // Izvestija PGPU im. V. G. Belinskogo. – 2012. – № 28. – S. 1226–1233.
2. Ishhenko, A. M. Roditel'skie ob#edinenija: analiz sluchaja na osnove resursnogo podhoda [Tekst] / A. M. Ishhenko // Diskussija. – 2013. – № 10 (40). – S. 107–114.
3. Kuz'min, M. Ju., Gusev, A. N. Gendernaja identichnost' molodyh materej i ee svjaz' s zhiznestojkost'ju [Tekst] / M. Ju. Kuz'min, A. N. Gusev // Sovremennye issledovanija social'nyh problem. – 2011. – Т. 8. – № 4. – S. 1–12.
2. Lapkina, E. V. Sovladajushhee povedenie, zhiznestojkost' i zhiznesposobnost' lichnosti: svjaz' ponjatij, funkcii [Tekst] / E. V. Lapkina // Vestnik Kostromskogo gosudarstvennogo universiteta im. N. A. Nekrasova. Serija: Pedagogika. Psihologija. Social'naja rabota. Juvenologija. Sociokinetika. – 2015. – Т. 21. – № 4. – S. 130–133.
3. Tihomirova, E. V. Uchastie v internet-soobshhestvah v kontekste sovladajushhego povedenija lichnosti [Tekst] / E. V. Tihomirova // Sibirskij pedagogicheskiy vestnik. – 2014. – № 3. – S. 163–167.
4. Tihomirova, E. V., Beljaeva, S. V. Social'no-psihologicheskie harakteristiki preodolenija zhiznennyh trudnostej internet-pol'zovateljami [Tekst] / E. V. Tihomirova, S. V. Beljaeva // Vestnik Kostromskogo gosudarstvennogo universiteta im. N. A. Nekrasova. Serija: Pedagogika. Psihologija. Social'naja rabota. Juvenologija. Sociokinetika. – 2014. – Т. 20. – № 3. – S. 156–160.
5. Filippova, G. G. Materinstvo i osnovnye aspekty ego issledovanija v psihologii [Tekst] / G. G. Filippova // Voprosy psihologii. – 2001. – № 2. – S. 22–37.