

Секция «Психологическая помощь в медицине: традиции и инновации»

К вопросу адаптации женщин с детьми в возрасте до одного года к социальной роли материнства в современных условиях

Горшкова Эльмира Фанисовна

Студент (магистр)

Татарский институт содействия бизнесу, Казань, Россия

E-mail: v1068188@mail.ru

К вопросу адаптации женщин с детьми в возрасте до одного года к социальной роли материнства в современных условиях

Горшкова Э.Ф., Магистрант 1 курса, Учреждение высшего образования «Университет управления «ТИСБИ», гуманитарный факультет,

Казань, Россия, E-mail: <mailto:v1068188@mail.ru>

В условиях быстро меняющегося социокультурного контекста вопрос адаптации современных женщин к роли материнства приобретает статус актуальной проблемы. Несмотря на важность укрепления института семьи, многие женщины сталкиваются с экзистенциальными кризисами, потерей идентичности и чувством одиночества при рождении ребенка. Постепенно снижается социальный статус матери, уменьшается потребность иметь детей, рождение детей откладывается на более поздний период, отмечается рост семей, сознательно выбравших бездетность.

Мы рассматриваем феномен материнства в историко-культурном контексте, от античности до современности, отмечая эволюцию взглядов на роль женщины как матери. Особое внимание уделяется био-психо-социо-духовному подходу к пониманию материнства. [1]. Согласно этому подходу, материнство включает в себя биологические (репродуктивная функция, инстинкты), психологические (эмоциональная связь, когнитивные установки, личностная зрелость), социальные (ожидания общества, поддержка, культурные нормы) и духовные (ценности, смыслы, сакрализация) аспекты. Подчеркивается их взаимосвязь и важность гармоничного сочетания для зрелого материнства. Нарушение баланса на любом из уровней может приводить к проблемам.

Также ряд исследований Филипповой Г.Г., Ланцбург М.Е. посвящен анализу экзистенциальных вызовов, с которыми сталкиваются женщины при адаптации к материнству [2,4]. Такими вызовами являются: кризис идентичности, потеря автономии, чувство ответственности, уязвимость, одиночество, страх перед неопределенностью и конфликт с социальными ожиданиями. Игнорирование этих вызовов может привести к эмоциональному выгоранию, послеродовой депрессии и потере смысла жизни.

Сущность экзистенциально-гуманистического подхода в психологии заключается в ориентации на уникальность личности, ее стремление к самоактуализации, поиск смысла и принятие ответственности [3,5]. Применительно к материнству, целью консультирования становятся помощь в осмыслении глубинных аспектов этого перехода, принятие новой роли, интеграция с другими аспектами идентичности и снижение экзистенциальной тревоги.

В эмпирической части работы мы были ориентированы на разработку и апробацию программы психологического консультирования для указанного контингента женщин. Была сформирована выборка из 10 женщин в возрасте 25-35 лет, проживающих в Республике Татарстан, имеющих детей до 1 года (единичные дети - 70%, двое детей - 20%, трое детей - 10%). Все участницы имели высшее образование и состояли в браке.

В рамках исследования проводилась психодиагностика с целью выявления проблем, ценностных ориентаций, уровня тревожности и представлений о себе как о родителе. Для этого использовались методики: разработанная авторская анкета на основе БПСД подхода, шкала тревоги Спилбергера-Ханина (STAI), опросник терминальных ценностей И.Г.

Сенина, проективная методика «Я и мой ребенок» Г.Г. Филипповой, календарь «12 ценностей» и опросник «Сознательное родительство» М.О. Ермихиной, обработка статистических данных.

Основными мишенями психологического сопровождения контингента, по результатам психодиагностики являются: эмоциональная нестабильность, также физическое истощение, хроническое недосыпание, усталость, нерегулярное питание.

Наиболее значимой сферой в жизни женщин, по-прежнему, является их профессиональная деятельность, за которой следует сфера обучения и образования. Жизнь семьи, её проблемы и благополучие занимают лишь, в среднем, третью позицию значимости в жизни беременных женщин.

Такая расстановка приоритетов подтверждается корреляционным анализом Пирсона, где профессиональная реализация имеет значение 0,669, а обучение и образование – 0,795. Собственный престиж также является важным аспектом, что отражается в высоком показателе корреляции 0,858. Общественная жизнь также занимает значимое место – 0,775. Семейная жизнь, при этом, имеет более низкую корреляцию – 0,565, а увлечения – 0,565.

Руководствуясь результатами исследования была разработана программа психологического консультирования в экзистенциально – гуманистическом подходе для женщин, адаптируемых к материнству в современных условиях. Особенность этой программы состоит в том, что она позволяет оптимизировать отношение женщины к собственному материнству и сформировать более близкие отношения с ребенком. Ключевыми методами и техниками работе с женщинами в аспекте их адаптации к социальной роли материнства с детьми до 1 года являются: феноменологическое слушание, экзистенциальный диалог, работа с ценностями, логотерапия, эмпатическое присутствие, нарративные техники. Ожидаемые результаты программы: снижение уровня тревожности и депрессивных проявлений, повышение удовлетворенности семейной жизнью, восстановление контакта с собственным телом и эмоциями, а также формирование устойчивой жизненной позиции, где материнство является важной частью личности женщины. В программе заложен мониторинг ее эффективности. Кроме того к программе подготовлены практические рекомендации для психологов-консультантов по применению экзистенциально-гуманистического подхода в психологическом консультировании женщин, адаптирующих к роли материнства.

Экзистенциально-гуманистический подход в сочетании с био-психо-социо-духовной научной парадигмой профессора А.М. Карпова демонстрирует высокий потенциал в психологическом сопровождении женщин, адаптирующихся к роли материнства. Он позволяет не только снизить уровень психологического стресса, но и трансформировать кризисный опыт в возможность для личностного развития, укрепления внутренней опоры и построения аутентичных отношений с собой и ребёнком. Внедрение данного подхода в практику психологического консультирования способствует формированию культуры осознанного, гуманного и ресурсного материнства.

Источники и литература

- 1) Карпов А. М. Био-психо-социо-духовный подход в работе с травмой и посттравматическим стрессовым расстройством: монография / А. М. Карпов [и др.]. — Казань : ИД «МеДДоК», 2024. — 148 с.
- 2) Ланцбург М. Е. Психологическая служба поддержки беременных женщин и молодых родителей / М. Е. Ланцбург // Психологическая наука и образование. — 2004.
- 3) Маслоу А. и трансперсональная психология // Фрейджер Р., Фейдимен Дж. Личность: теории, эксперименты, упражнения. — СПб., 2002. — С. 489–497.
- 4) Филиппова Г.Г. Психология материнства: Учебное пособие. — М.: Изд-во Института Психотерапии, 2002. — 240 с.

- 5) Ялом И. Экзистенциальная психотерапия / И. Ялом; пер. с англ. Т. С. Драбкиной. — М.: Независимая фирма «Класс», 1999. — 576 с. — (Библиотека психологии и психотерапии).