

Проць О.І.

Львівський національний університет імені Івана Франка

ЧИННИКИ СУБ'ЄКТИВНОГО БЛАГОПОЛУЧЧЯ ЖІНОК У ДЕКРЕТНІЙ ВІДПУСТЦІ ІЗ РІЗНИМ СТАВЛЕННЯМ ДО ВЛАСНОГО МАТЕРИНСТВА

Стаття присвячена опису дослідження особливостей й чинників суб'єктивного благополуччя жінок в ранній період їхнього материнства. Враховано, при цьому, ставлення жінок до власного материнства.

Сучасне суспільство нині не вважає ключовою роллю жінки материнство. Перед жінкою стоїть ряд виборів: професійного, кар'єрного зростання, особистісного самовдосконалення. Нерідко, жінці доводиться відстоювати своє право на материнство, що, неодмінно, впливатиме на її власну материнську ідентичність. Але лише та жінка, у якої ефективно розвинута властива материнська ідентичність може бути успішною й щасливою матір'ю.

Переживання щастя (яке мало б нести материнство для жінки), відчуття власного благополуччя неодмінно позначиться на ефективності жінки як матері та відобразиться на малюкові. Відповідно, дослідження психологічного благополуччя у жінок, які перебувають у декретній відпустці і мають різні уявлення про себе як про матір, є актуальним.

Мета описаного у статті дослідження - визначити особливості суб'єктивного благополуччя матерів які перебувають у декретній відпустці (на ранньому етапі їх материнства) та мають різне уявлення про своє материнство.

Емпіричне дослідження полягало в опитуванні 59 жінок віком 22–38 років. Для аналізу даних використовувалися відповідні математико-статистичні методи: факторний та клас-терний види аналізів даних.

Виявлено, що чим бажанішою є вагітність для жінки, тим швидше й ефективніше вона ідентифікується з материнською роллю. Якщо шлях до материнства у жінки був надто довгий і важкий, материнська ідентифікація утруднюється через минулі психотравми, що зумовлені викиднями, неможливістю завагітніти тривалий період чи ускладненою вагітністю. Доведено, що чим більше дітей у жінки, тим більш повно розкривається її материнська сфера і сильнішою є її материнська ідентифікація.

З'ясовано, що жінка, яка ключовою самоідентифікацією в період декретної відпустки вбачає саме материнську сферу, усвідомлює і приймає той факт, що роль матері передбачає певну самопожертву. В період декрету жінка може особистісно зростати. Власне материнство передбачає особистісне зростання для жінки, попри утруднені можливості роботи/кар'єри та обмежені соціальні контакти.

Доведено, що негативний вплив на загальне психологічне благополуччя жінки, яка перебуває в декретній відпустці, чинить відсутність допомоги у побуті з боку шлюбного партнера.

Ключові слова: материнство, ставлення до материнства, суб'єктивне благополуччя, відпустка по догляду за дитиною, декретна відпустка.

Постановка проблеми. В системі цінностей сучасного суспільства материнство втрачає свої ключові позиції. Жінка має ряд альтернатив для власного зростання: особистісного, професійного, кар'єрного. Здійснюючи вибір між сім'єю/материнством та професійним розвитком, жінки, в умовах сьогодення, часто надають перевагу професії. Кількість дітей в сучасних сім'ях зменшується, а вік жінки, у якому вона вирішила стати матір'ю, навпаки, збільшується. Часто, аби прийняти власне материнство необхідно протистояти ряду викликам сучасного світу. Але лише та

жінка, якій властива материнська ідентичність може бути успішною й щасливою матір'ю.

Рівень психологічного благополуччя жінок, які нещодавно стали матерями, імовірно також може змінюватися. Переживання щастя, що мало б нести материнство для жінки, відчуття власного благополуччя неодмінно позначиться на ефективності жінки як матері та відобразиться на малюкові. Відповідно, дослідження психологічного благополуччя у жінок, які перебувають у декретній відпустці і мають різні уявлення про себе як про матір, нині є актуальним.

Аналіз основних досліджень та публікацій.

В кілька останніх десятиліть у психологічній науці набуло популярності поняття «психологічного благополуччя», яке є одним з базових у термінології психологів-позитивістів. До аналізу й дослідження поняття феномену «психологічного благополуччя», «суб'єктивного благополуччя» долучилися: Ріфф, Н. Бредберн, М. Селігман, М. Аргайл, Д. Канеман, Е. Дінер, А. Кларк, Н. Шварц, Р. Раян, Е. Дісі, С. Любомирські, А. Вотерман, Е. Носенко, Т. Данильченко, Е. Кологривова, Л. Сердюк, П. Фесенко та ряд інших.

Поняття «психологічне благополуччя» складне, неоднозначне й багатогранне. Складність його чіткого окреслення й структурування пов'язана з тим, що кожна особистість має власні, притаманні лише їй виміри того, що для неї вважається благополучним, а що – ні. Враховуючи суб'єктивність поняття «психологічне благополуччя», практично неможливо виокремити його чітку структуру.

Чинників того, що може викликати у людини відчуття щастя, суб'єктивного благополуччя є безліч. Єдиної класифікації чинників психологічного (суб'єктивного благополуччя) до нині у науці не існує.

Усі чинники психологічного благополуччя традиційно відносять до двох груп: об'єктивні (здоров'я людини та її фізичне самопочуття, матеріальний добробут, статус, успішність) та суб'єктивні (самоствлення, ставлення до оточуючої дійсності, оцінка свого місця у світі) [7].

Одними дослідниками (Е. Дінер, К. Ріфф) суб'єктивне благополуччя розглядають як структурний елемент більш широкого поняття - психологічного благополуччя [8]. Водночас, іншими ж [9], навпаки, психологічне благополуччя тлумачиться як елементом суб'єктивного благополуччя, яке, відповідно, вважають більш ширшим поняттям. Проте існують і праці у яких ототожнюється поняття психологічного та суб'єктивного благополуччя і розглядаються ці поняття як синоніми [6].

Психологічне благополуччя, як реалізацію власного потенціалу, розглядає К.Ріфф. Дослідниця запропонувала психологічне благополуччя вимірювати за шістьма базовими параметрами: взаємини з оточуючими, незалежність (автономія), можливість контролю над середовищем, цілеспрямованість, можливість та реалізація особистісного зростання, самоприйняття [7]. Даний підхід до вивчення психологічного благополуччя і використаємо у емпіричному дослідженні.

На дослідженні материнської сфери жінки свою увагу зосереджували такі науковці: Дж. Боулбі,

М. Ейнсворт, С. Мещерякової, Дж. Мід, В. Брутман, М. Керрі, Г. Шевчук, М.Б. Гасюк, О.Ю. Ішук, М. Малкович, Н. Самоукіна, І. Добряков та інші.

Материнство – багатогранний феномен, що охоплює низку передумов: генетичних, медико-біологічних, соціальних, культурних, психологічних та поведінкових [2].

З народженням дитини, жінка з перших днів занурена у світ обов'язків, які для неї абсолютно нові (у випадку народження першої дитини). Сприйматися жінкою це може по-різному: жінка може зіткнутися з неочікуваними для неї труднощами, якщо уявлення про материнство у неї були надто ідеалізовані. Складні пологи і погане самопочуття після них можуть утруднити виконання функцій матері щодо новонародженого, а це, не виключено, утруднить формування емоційного зв'язку між матір'ю та новонародженим.

Надто велика кількість родичів, які намагаються допомогти породіллі, заважають їй усамітнитись з немовлям і сформувати необхідний психоемоційний зв'язок із ним. Неминучі поради родичів (які іноді суперечать одні одним) часто не допомагають жінці, а, навпаки, призводять до невпевненості у собі молодій матері. Не слід ігнорувати й гормональних перебудов в організмі жінки після пологів та впливу хімічних препаратів, що могли використовуватися в період пологів та у ранньому післяпологовому періоді, що може бути одним з чинників післяпологової депресії, яка зумовлена фізіологічними підставами, проте часто не отримує розуміння й підтримки в родичів. Особливості здоров'я немовляти та його розвитку, що можуть викликати різноманітні переживання в матері також відображаються на її прийнятті-неприйнятті дитини й на материнській сфері загалом. Усі ці й інші аспекти мають вплив на переживання жінки й залишають відбиток на її переживанні щастя від факту материнства, на її психологічному благополуччі.

До вивчення феномену материнства існує ряд підходів, теорій, концепцій. Стаючи матір'ю, жінка набуває нового статусу в системі соціальних зв'язків та отримує новий статус (батьківський). Відтак, приймає на себе нову соціальну роль: акцептує цю роль і реалізовує відповідні поведінкові аспекти даної ролі [3].

Г. Шевчук трактує материнську ідентичність як цілісне прийняття, усвідомлення і переживання жінкою себе як матері та своєї самореалізації в материнстві [7].

У готовності до материнства жінки Н. Яремчук вважає необхідно враховувати такі блоки:

ціннісно-мотиваційний, інформаційно-пізнавальний, комунікативний, емпатійний, афективно-регулятивний [5].

Сприятливими чинники у формуванні материнської ідентичності М. Перун вважає наявність офіційного сімейного стану, загальну задоволеність шлюбом, бажаність вагітності для партнера, його позитивна реакція на вагітність дружини, позитивна оцінка жінкою своїх взаємин з власною матір'ю в дитячому та підлітковому віці. Негативний вплив на материнську ідентичність чинить негативне ставлення до сімейної ролі, а також, як не дивно, проживання з родичами [1].

Постановка завдання. Мета дослідження – визначити особливості суб'єктивного благополуччя матерів які перебувають у декретній відпустці та мають різне уявлення про своє материнство.

Виклад основного матеріалу дослідження.

Для досягнення мети було проведено емпіричне дослідження, у ході якого використано такий психологічний інструментарій: 1. Методика психологічного благополуччя К. Ріфф. Показники методики: 1) позитивні відносини з іншими (турбота про благополуччя інших, задоволеність від теплих, довірливих взаємин з іншими людьми); 2) автономія (незалежність, внутрішній контроль); 3) контроль над середовищем (здатність успішно й ефективно використовувати зовнішні ресурси); 4) цілеспрямованість (високий рівень рефлексивності, осмисленість); 5) особистісний ріст (розвиток власних талантів, особистісне зростання, ефективне використання особистісних характеристик); 6) самоприйняття (визнання самого себе, позитивне ставлення до власних психологічних особливостей та характеристик).

2. Методика PARI Шефера-Белла (Parental attitude research instrument) – для визначення ставлення матері до різних сторін сімейного життя.

3. Методика PARI Шефера-Белла (Parental attitude research instrument) – для визначення ставлення матері до різних сторін сімейного життя Методика М.Куна та Т. Макпартленда «Хто Я?» (модифікована М. Перун). Досліджуваним жінкам спершу було запропоновано дати десять відповіді на питання «Хто Я?» у довільному порядку, після чого їм пропонувалося проранжувати ці відповіді відповідно до їх пріоритетності на даний момент, поставивши їх, відповідно на місця від 1 до 10. Окрім ранжування, досліджуваних просили оцінити (від 0 до 10) наскільки дана ідентичність у них виражена (на їх погляд) на даний момент часу.

4. Авторська анкета. Розроблена анкета включила 28 запитань, що стосувалися сфери побуту

жінки, бажаності дитини, кількості дітей у сім'ї, особливостей її (дитини) здоров'я та розвитку, залученості інших членів сім'ї до догляду за малюком, соціальна активність жінки до декретної відпустки, можливість виділити час на себе в період декретної відпустки. Окремим блоком анкети були питання демографічного характеру: вік жінки, сімейний стан, матеріальний добробут, освіта. Передбачуваним варіантам відповідей на питання анкети присвоювалися відповідні бали, що дало змогу опрацювати їх статистичними методами аналізу даних.

Група досліджуваних – жінки віком 22-38 років, що перебувають у відпустці по догляду за дитиною до досягнення нею 3-х річного віку. Кількість досліджуваних – 59 особи. На момент дослідження дітям, з якими досліджувані жінки перебувають у декретній відпустці було від 1 до 3 років. Не долучалися до дослідження жінки, дітям яких було менше 1 року, що дало змогу зробити групу досліджуваних більш однорідною. Адже у жінок, які щойно народили відбувається різка зміна гормональних процесів, що неодмінно позначається на їх емоційних реакція та може провокувати депресивні стани. Це вплинуло б на об'єктивність результатів дослідження. Такі жінки лише звикають до нової материнської ролі, засвоюють нові функції, психологічно адаптуються до змін власного тіла. Жінки ж, які мають дітей старших одного року такий період адаптації уже пройшли.

Із усіх досліджуваних жінок 36 – у декреті з першою (на момент дослідження єдиною) дитиною, 21 жінка – з другою, 2 жінки – вперше у декреті, але виховують двійню. Серед досліджуваних жінок 11 перебувають в громадянському шлюбі, 44 – в офіційно зареєстрованому шлюбі, 4 – одинокі матері.

Результати дослідження засвідчують, що 81% опитаних жінок насамперед ідентифікують себе як матір (у них домінуючою самоідентифікацією виступає «Я-матір» за методикою М. Куна та Т. Макпартленда). У 13% досліджуваних домінуючою виступала жіноча ідентичність («Я-жінка»). Після індивідуальної бесіди із жінками зроблено висновок, що першорядна ідентифікація Я-жінка не заперечує, а включає у їх розумінні складову ідентичності «Я-мама». Інші 4% на першу позицію винесли ідентичність Я-дружина. Лише 2% - опитаних жінок на першу позицію у рейтингу винесли Я-ділова жінка/працівниця (незважаючи на те, що усі досліджувані на момент опитування перебувають у декретній відпустці).

Кореляційний аналіз отриманих емпіричних даних засвідчив, що у зв'язку перебуває материнська самоідентичність жінки та її бажаність вагітності: ($r=0,52$ при $p \leq 0,05$) із показниками «Я-матір» та показником «бажаність вагітності», що визначався за допомогою розробленої анкети. Чим більш бажаною була вагітність для жінки, тим швидше вона ототожнить себе з материнською роллю й успішніше виконуватиме її. Водночас обернений кореляційний зв'язок виявлено між показником «Я-матір» та «тривалість спроб у плануванні вагітності» ($r=0,31$ при $p \leq 0,05$). Тобто, чим довшим, тривалішим і складнішим був шлях жінки до планування й народження дитини, тим менш виражена є її ідентичність як матері, незважаючи на очевидну бажаність вагітності. Пояснити це можна тим, що невдачі й розчарування на шляху до омріяного материнства жінки що, очевидно, було психотравмуючим для неї, навіть з народженням омріяної дитини ще продовжують нести травматичний ефект для особистості жінки.

Ключове трактування власного Я як материнського перебуває у зв'язку із кількістю народжених жінкою дітей ($r = 0,43$ при $p < 0,05$). Закономірно, чим більше дітей у жінки, тим більш повно розкрита сфера її материнства і домінуючою ідентичністю виступає саме «Я-матір». Хоча дослідження охопило і жінок які мали двох і більше дітей, і тих, хто став матір'ю вперше – тенденція описаного зв'язку простежується у загальній групі досліджуваних.

Материнська роль жінки, якій вона часто віддає пріоритетні позиції, в порівнянні з іншими ролями власної особистості пов'язана із обмеженістю інтересів лише турботою про сім'ю ($r = 0,34$ при $p \leq 0,05$).

Факторний аналіз отриманих у ході дослідження емпіричних даних продемонстрував такі результати: побудований графік кам'яного осипу виокремив 4 основні фактори. Вони описують 63,5% дисперсії.

Перший фактор (31,7% дисперсії масиву даних). Йому присвоєно назву «Орієнтація на материнство». Об'єднав такі показники: «Я-матір» (як основну складову ідентичність жінки) (0,92), «Я-жінка» (0,83), «бажаність вагітності» (0,84), «відчуття самопожертви в ролі матері» (0,72), «позитивні відносини з іншими людьми» (0,68), «контроль над середовищем» (0,64), «особистісний ріст» (0,63).

Другий фактор, (названо «Невдоволеність собою й сімейною ситуацією в період декретної відпустки») описує 15,4% усієї дисперсії масиву

даних об'єднав такі показники: «Я-дружина» (0,93), «сімейні конфлікти» (–0,76), «відсутність автономії» (–0,75), «позитивні відносини з іншими» (–0,84), «включеність чоловіка в допомогу дружині» (–0,72), «самоприйняття» (–0,61), а також низький рівень загального суб'єктивного благополуччя: «психологічне благополуччя» (–0,82).

До третього фактору, що охопив 10,2 % дисперсії масиву (йому присвоєно назву «Нереалізована соціальна активність в період декрету») належить: розуміння себе як «Я-працівник» (0,82), «Я-сестра» (0,64), «Я-наставниця» (0,71), «психологічного благополуччя» (–0,73), «контроль над середовищем» (–0,82).

Четвертий фактор описує 6,2% дисперсії («Невизначеність у материнській сфері») включив такі показники: «Я-людина» (0,62), «цілеспрямованість» (–0,78), «матеріальний стан» (–0,74).

Для більш детального дослідження психологічного благополуччя у жінок, як перебувають у декретній відпустці було використано кластерний аналіз. За показником загального психологічного благополуччя (шкала методики К. Ріфф) було здійснено кластерний аналіз із використанням методу k-середніх. Виокремлено дві основні групи, відповідного до різного рівня їх психологічного благополуччя. Побудоване дерево кластеризації демонструє два основні кластери. До першого з них увійшло 34 особи, до другого – 25 досліджуваних осіб. Наступним етапом дослідження стало порівняння отриманих груп шляхом застосування порівняльного аналізу за t-критерієм Стьюдента. Отримані результати свідчать, що жінки, які в декретній відпустці демонструють високий рівень психологічного благополуччя на відміну від тих, рівень психологічного благополуччя яких є суттєво нижчим частіше ідентифікують себе як матір ($t = 3,02$ при $p = 0,031$ за рангом «Я-матір», який проставляли практично усі молоді матері). Такі жінки більше прагнули вагітності ($t = 4,001$ при $p = 0,05$). Жінки, які почуваються щасливим в період материнства отримують достатньо допомоги у побуті з боку чоловіка ($t = 3,12$ при $p = 0,003$). Жінки, які мають суттєво вищий рівень задоволеності своїм життям у ранньому періоді свого материнства мають позитивні взаємини з іншими ($t = 3,32$ при $p = 0,03$), на відміну від молодих матерів, загальний рівень психологічного благополуччя яких є суттєво нижчим. У них спостерігається суттєво вищий рівень цілеспрямованості ($t = 2,07$ при $p = 0,004$) та відсутність (низький рівень) обмеженості інтересів лише турботою про сім'ю ($t = 2,41$ при $p = 0,0$).

Висновки. Проведене дослідження показало, що чим бажанішою є вагітність для жінки, тим швидше й ефективніше вона ідентифікується з материнською роллю. Вагітність є сензитивним періодом для розвитку материнської сфери жінки. Якщо шлях до материнства у жінки був надто довгий і важкий, материнська ідентифікація утруднюється внаслідок психотравм, що зумовлені викиднями чи неможливістю завагітніти тривалий час або ж ускладненою вагітністю. Дослідження показало, що чим більше дітей у жінки, тим більш повно розкривається її материнська сфера і сильнішою є її материнська ідентифікація.

Жінка, яка ключовою самоідентифікацією в період декретної відпустки вбачає саме материнську сферу, цілком усвідомлює і приймає той факт, що роль матері передбачає певну самопожертву. В період декрету жінка може особистісно зростати (очевидно, саме материнство передбачає особистісне зростання для жінки), незважаючи на утруднені можливості роботи/кар'єри та обмежені соціальні контакти.

Негативний вплив на загальне психологічне благополуччя жінки, яка перебуває в декретній відпустці чинить відсутність допомоги у побуті з боку батька дитини.

Список літератури:

1. Перун М.Б. Подружньо-сімейні чинники материнської ідентичності жінки у перші місяці після пологів / Український науковий журнал «Освіта Регіону». Київ, 2015. С. 126-133.
2. Перун М.Б. Стадії розвитку материнства: психосоціальний аспект / Вісник Львівського національного університету імені Івана Франка. Серія філософські науки. Вип. 12. 2009. С. 225-234.
3. Проскурняк О. Чинники та етапи становлення материнства // Практична психологія та соціальна робота. №3. 2007. С. 13-16
4. Шевчук Г.С. Материнська ідентичність у структурі Я-концепції жінки // Проблеми сучасної психології. Збірник наукових праць К-ПНУ ім. Івана Огієнка, Інституту психології імені Г.С.Костюка Національної АПН України. Вип. 9. Київ, 2010. С. 765-777.
5. Яремчук Н.В. Психологічні особливості готовності молодої жінки до майбутнього материнства / Н.В. Яремчук // Вісник післядипломної освіти: зб.наук.праць. – Київ: Геопринт, 2008. Вип. 7. С. 234-239.
6. Heun R., Handuleh J., Buitrago J., Marsh M. High variability of the current mental health practices around the globe: Twenty days in the lives of psychiatrists and other mental health care professionals from all over the world. *Global Psychiatry*. 2020. Vol 3. Issue 2. DOI: 10.2478/gp-2020-0019.
7. Ryff C. D. Psychological well-being. J. E. Birren. *Encyclopedia of gerontology: age, aging, and the aged*. San Diego: Academic Press. 1996. [Електронний ресурс] : <http://midus.wisc.edu/findings/pdfs/830.pdf>
8. Ryff C. The structure of psychological well-being revisited. *Journal of Personality and Social Psychology*. 1995. Vol. 69. P. 719-727.
9. Salehinejad A. Personality and Mental Health. *Essential Notes in Psychiatry*. 2012. DOI: 10.13140/RG.2.1.1058.0003.

Prots O.I. FACTORS OF SUBJECTIVE WELL-BEING OF WOMEN ON MATERNITY LEAVE DEPENDING ON DIFFERENT ATTITUDES TOWARDS THEIR OWN MOTHERHOOD

The article is devoted to the description of the study of the characteristics and factors of subjective well-being of women in the early period of their motherhood, taking into account their attitude to their own motherhood.

Today, modern society does not consider motherhood as a key role for a woman. A woman faces a number of choices: professional, career growth, personal development. Often, a woman has to defend her right to motherhood, which will inevitably affect her own maternal identity. But only a woman with an effectively developed maternal identity can be a successful and happy mother.

Experiencing happiness (which motherhood is supposed to bring for a woman), a sense of well-being will inevitably affect a woman's effectiveness as a mother and affect the baby. Therefore, it is relevant to study psychological well-being of women who are on maternity leave and have different ideas about themselves as mothers.

The purpose of the study described in the article is to determine the characteristics of the subjective well-being of mothers who are on maternity leave (in the early stages of their motherhood) and have different ideas about their motherhood.

The empirical research was done based on a survey of 59 women aged 22-38 years. Appropriate mathematical and statistical methods were used for data analysis: factor and cluster types of data analysis.

It has been found that the more desirable is a pregnancy for a woman, the faster and more effectively she identifies herself with the maternal role. If a woman's path to motherhood has been too long and difficult, the maternal identification is hampered by past traumas caused by miscarriages, inability to conceive

for a long time, or complicated pregnancies. It has been proven that the more children a woman has, the more her maternal sphere is revealed and the stronger her maternal identification is.

It has been found that a woman who considers the maternal sphere as the key self-identification during maternity leave, is aware of and accepts the fact that the role of a mother implies certain self-sacrifice. On a maternity leave, a woman can grow personally. Own motherhood involves personal growth for a woman, despite difficulties in work/career opportunities and limited social contacts.

It has been proven that the negative impact on the general psychological well-being of a woman on maternity leave is caused by the lack of domestic help from the spouse.

Key words: *motherhood, attitude to motherhood, subjective well-being, childcare leave, maternity leave.*