

ПСИХОЛОГИЯ СОВЛАДАЮЩЕГО ПОВЕДЕНИЯ

Вестник Костромского государственного университета. Серия: Педагогика. Психология. Социокинетика. 2023. Т. 29, № 3. С. 99–108. ISSN 2073-1426

Vestnik of Kostroma State University. Series: Pedagogy. Psychology. Sociokinetics, 2023, vol. 29, № 3, pp. 99–108.

ISSN 2073-1426

Научная статья

УДК 159.9:316.6

EDN GBSNHG

<https://doi.org/10.34216/2073-1426-2023-29-3-99-108>

ФАКТОРЫ СТРЕССОГЕННОСТИ РОДИТЕЛЬСКОЙ РОЛИ У «ИНТЕНСИВНЫХ» РОДИТЕЛЕЙ

Мисиюк Юлия Викторовна, кандидат психологических наук, Костромской государственной университет, Кострома, Россия, misiyuk@ysmu.ru, <https://orcid.org/0000-0003-3257-1978>

Тихонова Инна Викторовна, кандидат психологических наук, доцент, Костромской государственной университет, Кострома, Россия, inn.007@mail.ru, <https://orcid.org/0000-0001-7756-0610>

Хазова Светлана Абдурахмановна, доктор психологических наук, профессор, Костромской государственной университет, Кострома, Россия, s_hazova@ksu.edu.ru, <https://orcid.org/0000-0002-7777-2135>

Аннотация. В исследовании представлены результаты двухэтапного исследования взаимосвязи родительской удовлетворенности, базисных личностных и родительских убеждений-верований со стрессогенностью родительской роли в контексте интенсивных воспитательных практик на выборке (N = 287) родителей. Целью исследования является изучение особенностей родительского стресса у «интенсивных» родителей, а также поиск факторов, оказывающих влияние на стрессогенность родительской роли. На первом этапе исследования выделяются три эмпирические группы родителей в зависимости от выраженности установок на интенсивное родительство, описываются характеристики родительского благополучия среди «вовлеченных», «интенсивных» и «отстраненных» родителей. На втором этапе исследования рассматриваются факторы стрессогенности в группах с выраженностью установок на интенсивные родительские практики – «интенсивных» и «отстраненных» родителей. Установлено, что неудовлетворенность родительство выступает как значимый признак или механизм развития родительского стресса независимо от установок и практик воспитания. Факторами защиты от стрессогенности родительской роли «интенсивных» родителей выступают: 1) позитивные базовые личностные представления о себе, о мире как выражение «образа Я», отражающие самооценку личности. Базисные личные убеждения снижают родительский стресс и его компоненты и повышают удовлетворенность родительство; 2) позитивные родительские верования-убеждения, связанные с уверенностью в себе как родителе. Иначе говоря, негативное влияние родительских стресс-факторов определяется не только их интенсивностью, но и субъективным контекстом восприятия родительства как жизненной сферы и социальной роли, себя в этой роли.

Ключевые слова: родительство, интенсивное родительство, родительский стресс, удовлетворенность родительство, базисные убеждения личности, родительские убеждения-верования.

Благодарности. Исследование выполнено за счет гранта Российского научного фонда № 22-28-00678, <https://rscf.ru/project/22-28-00678>

Для цитирования: Мисиюк Ю.В., Тихонова И.В., Хазова С.А. О некоторых факторах стрессогенности родительской роли у «интенсивных» родителей // Вестник Костромского государственного университета. Серия: Педагогика. Психология. Социокинетика. 2023. Т. 29, № 3. С. 99–108. <https://doi.org/10.34216/2073-1426-2023-29-3-99-108>

ABOUT SOME FACTORS OF STRESS GENERATION OF PARENTAL ROLE
IN "INTENSIVE" PARENTS

Yulia V. Misiyk, Candidate of Psychological Science, Kostroma State University, Kostroma, Russia, misiyk@ysmu.ru, <https://orcid.org/0000-0003-3257-1978>

Inna V. Tikhonova, Candidate of Psychological Science, Associate professor, Kostroma State University, Kostroma, Russia, inn.007@mail.ru, <https://orcid.org/0000-0001-7756-0610>

Svetlana A. Khazova, Doctor of Psychological Sciences, Professor, Kostroma State University, Kostroma, Russia, s_hazova@ksu.edu.ru, <https://orcid.org/0000-0002-7777-2135>

Abstract. The study presents the results of a two-stage study of the influence of basic personal and parental beliefs on parenting stress in the context of intensive parenting practices on a sample (N = 287) of parents. The aim of the study is to study the characteristics of parental stress in parents focused on intensive parenting practices, as well as to search for factors that influence the stressfulness of the parental role. At the first stage of the study, three empirical groups of parents are distinguished depending on the severity of attitudes towards intensive parenthood, and the characteristics of psycho-emotional well-being among "involved", "intensive" and "detached" parents are described. At the second stage of the study, stress factors are considered in groups with the severity of attitudes towards intensive parental practices - "intensive" and "detached" parents. It has been established that dissatisfaction with parenthood acts as a significant sign or mechanism for the development of parental stress, regardless of the attitudes and practices of education. The factors of protection from the stressfulness of the parental role of "intensive" parents are: 1) positive basic personal ideas about oneself, about the world as an expression of the "I-Image", reflecting the self-esteem of the individual. Basic personal beliefs reduce parenting stress and its components and increase parenting satisfaction; 2) positive parenting beliefs are beliefs associated with self-confidence as a parent. In other words, the negative impact of parental stress factors is determined not only by their intensity, but by the subjective context of the perception of parenthood as a vital sphere and social role and oneself in this role.

Keywords: parenthood, intensive parenting, parental stress, satisfaction with parenthood, basic beliefs of the individual, parental beliefs.

Acknowledgements. The reported study was funded by Russian Science Foundation according to the research project № 22-28-00678, <https://rscf.ru/project/22-28-00678>

For citation: Tikhonova I.V., Misiyk Y.V., Khazova S.A. About some factors of parental role stress in "intense" parents. *Vestnik of Kostroma State University. Series: Pedagogy. Psychology. Sociokinetics*, 2023, vol. 29, № 3, pp. 99–108. <https://doi.org/10.34216/2073-1426-2023-29-3-99-108>

Введение. Культура и менталитет содержат набор культурных ценностей и установок родительства, отличительных моделей убеждений и поведения, разделяемых обществом и регулирующих повседневную жизнь, включая практики, связанные с воспитанием и развитием детей [Bornstein et al.: 286]. Согласно Ш. Хейс, в контексте интенсивного родительства женщины и мужчины испытывают давление со стороны общества, заставляющее их следовать культурным стандартам воспитания с высокой степенью участия [Heys: 8]. Приверженность практикам чрезмерного, интенсивного родительства связана с высоким риском родительского стресса и психологическим неблагополучием женщин и мужчин. Воспитание детей – это основная сфера, в которой люди сталкиваются с необходимостью интенсивно и постоянно приспосабливаться к стрессовым ситуациям. Согласно Р. Абидину, «родительский стресс» определяется как негативная реакция в отношении себя или ребенка, возникающая при оценке загруженности родительской ролью, при которой родители испытывают мень-

шую удовлетворенность жизнью, эмоциональный дистресс и сниженное настроение [Abidin: 408]. Как отмечает автор, многие родители сталкиваются с трудностями, связанными с выполнением своей родительской роли: стиль воспитания, уровень привязанности к ребенку, ограничения, связанные с родительством, – «ощущение непринадлежности самому себе».

Стрессогенность родительской роли усиливается в условиях интенсивных родительских практик, что частично является результатом пренебрежения к собственному благополучию, часто истощает эмоциональную сферу и приносит в жертву отношения с друзьями и партнерами [Elliott, Powell, Brenton: 357]. Многие родители отмечают, что чувствуют себя неспособными жить в соответствии с высокими идеалами интенсивного родительского воспитания [Rizzo, Liss, Schiffrin: 618].

Наиболее подвержены родительскому стрессу родители с низким уровнем позитивного самовосприятия и убеждений в собственной эффективности, а также родители, которые воспринимают свою ро-

дительскую роль как ограничение собственной свободы [Mikolajczak et al.: 607]. Позитивная самооценка себя в роли родителя и удовлетворенность этой ролью является важным буфером против родительского стресса [Bloomfield, Kendall: 639]. Удовлетворенность родительство как важнейший психологический компонент родительского самовосприятия является как предиктором, так и результатом родительского стресса [Cníc, Ross: 274], однако оценка родительства как эмоционально вознаграждаемого и приятного опыта позволяет органично встраивать в жизнь данную социальную роль, в которой можно реализовываться как родителю и развиваться как личности [Захарова: 47].

Современные исследования механизмов и факторов стресса значительную роль отводят убеждениям и установкам личности. Базисные личные и родительские убеждения усиливают веру в себя как родителя и собственную эффективность при выполнении воспитательных функций, что, в свою очередь, способно создать мощные предикторы эффективных и разумных родительских практик [Respler-Heiman et al.: 191]. Базисные убеждения рассматриваются в соответствии с представлениями Р. Янофф-Бульман как факторы, определяющие успешность психологической адаптации человека к стрессовым ситуациям, и определяются как «имплицитные глобальные, устойчивые представления индивида о мире и себе, оказывающие влияние на мышление, эмоциональное состояние и поведение человека» [Падун, Котельникова: 98]. На основе своих имплицитных представлений об устройстве мира человек трактует происходящие в его жизни события и формирует свое отношение к ним, что, в свою очередь, определяет возможности его психологической адаптации. Если человек рассматривает мир как достаточно справедливый и благополучный, а себя видит достойным человеком, способным справляться с трудностями, его уровень психологической адаптации оказывается высоким [Черткова, Зырянова: 778]. Таким образом, базовые убеждения как в отношении самого себя, так и в отношении окружающего мира могут выступать фактором, снижающим стресс, в том числе родительский, однако изучение данного аспекта представлено в научном дискурсе крайне фрагментарно.

Мы предполагаем, что также существует ряд устойчивых родительских представлений и «верований», на основе которых происходит интерпретация событий родительской жизни и формирование отношения к себе как родителю и родительской роли.

В данном контексте актуальность приобретает вопрос о влиянии базисных личных и родительских убеждений-верований на стрессогенность родительской роли в условиях выбранной тактики родительского поведения.

В связи с этим целью исследования определено изучение особенностей родительского стресса у родителей, ориентированных на интенсивные практики воспитания, а также поиск факторов, оказывающих влияние на стрессогенность родительской роли. В рамках данной публикации представляются результаты части исследования, проверяющие предположение о взаимосвязи таких факторов, как удовлетворенность родительской ролью, базисные личностные и родительские убеждения со стрессогенностью родительской роли.

Организация исследования и методы. Всего в исследовании приняли участие 287 человек – 226 женщин, 61 мужчина ($M = 41,89$), – имеющих детей (ребенка). В исследовании использовались следующие методики:

1. Опросник «Методика исследования удовлетворенности родительской ролью» («Parent Satisfaction Scale», C.F. Halverson, H.P. Duke, 1991) в адаптации Е.В. Куфтык. Методика оценивает чувство радости, успешности, возникающее при выполнении родительской роли [Куфтык: 5].

2. Опросник «Шкала родительского стресса» («Parental Stress Scale» Berry, Jones, 1995), русскоязычная версия в адаптации Ю.В. Мисиюк, И.В. Тихоновой, 2022 [Мисиюк, Тихонова: 71], выявляет общий уровень родительского стресса и позволяет определить выраженность параметров родительского стресса.

3. Методика «Опросник установок на интенсивное родительство» (Intensive Parenting Attitudes Questionnaire, M. Liss, H.H. Schiffrin, V.H. Mackintosh, H. Miles-McLean, M.J. Erchull, 2013) в адаптации Ю.В. Мисиюк, 2022 [Мисиюк, Хазова: 95], диагностирующая выраженность установок на интенсивное родительство.

4. Модификация метода неоконченных предложений, исследующая комплекс мыслей и убеждений в роли родителя.

5. Экспресс-вариант опросника «Шкала базисных убеждений» Р. Янофф-Бульман (World assumptions scale (WAS) Janoff-Bulman, в адаптации М.А. Падун и А.В. Котельниковой) [Падун, Котельникова: 101]. Так как исследование носило поисковый характер, то первоначальная форма опросника была модифицирована (для предотвращения утомления испытуемых). Из каждой шкалы, предлагаемой авторами («Образ Я», «Доброжелательность окружающего мира», «Справедливость», «Удача», «Убеждения о контроле»), было выделено утверждение, которое по результатам психометрической проверки имеет наибольшую факторную нагрузку. Данные утверждения предлагались респондентам в виде визуальных шкал.

Статистическая обработка проводилась с использованием программы SPSS.22, вычислялся коэффициент корреляции r-Спирмена, F-критерий Фишера,

Н-критерий Краскела – Уоллиса. Проводилась кластеризация методом k-средних.

Результаты исследования. На первом этапе исследования с помощью метода кластерного анализа (K-means), проведенного на основании выраженности установок на интенсивное родительство, респонденты были разделены на три группы (n1 = 136, n2 = 88, n3 = 63), фактически не отличающиеся друг от друга по социально-демографическим характеристикам. Однако стоит обратить внимание, что в третьем кластере 33 % респондентов (21 человек из 63) составляют мужчины. Респонденты в выделенных кластерах демонстрируют значимые различия (p = 0.000) по всем характеристикам интенсивного родительства (Н-критерий Краскелла – Уоллиса).

Так, представители *первого кластера*, обозначенного нами как «вовлеченные родители», имеют среднюю, по сравнению с другими группами, выраженность почти всех установок на интенсивное родительство: они получают удовлетворение от выполнения родительской роли и воспитания (M1 = 19,93; SD1 = 2,42), убеждены в необходимости вкладывать усилия для стимуляции развития ребенка (M1 = 19,29; SD1 = 2,71), но выполнение родительских обязанностей для них сопряжено с наличием трудностей, необходимости большого вложения сил, энергии и времени (M1 = 25,15; SD1 = 3,27). Однако в данной группе самый низкий показатель по выраженности эссенциализма – установки на главенствующую роль матери в вопросах воспитания: воспитание – материнская обязанность, только женщина обладает уникальными навыками для воспитания (M1 = 20,82; SD1 = 3,81), то есть и мужчины, и женщины убеждены в необходимости разделять родительские обязанности и обращаться за социальной поддержкой к членам семьи.

Респонденты *второго кластера* (среди которых наименьший процент мужчин – всего 11 %), напротив, отличаются наивысшим показателем эссенциализма (M2 = 32,53; SD2 = 4,11) при высокой ориентации на стимуляцию (M2 = 20,25; SD2 = 3,00), готовностью к «гиперинвестициям» в ребенка и его

успешное будущее, сам ребенок как главный жизненный «проект» и его потребности находятся в центре ценностной системы семьи, а жизнь родителей подчинена его интересам (M2 = 12,35; SD2 = 2,75). Подобная вовлеченность в родительскую роль сопровождается достаточно высоким уровнем трудностей реализации родительских функций и очень высокими требованиями к себе как родителю (M2 = 27,19; SD2 = 4,29), но при этом родительство оценивается как эмоционально вознаграждаемое, приносящее удовольствие (M2 = 19,39; SD2 = 2,51). Данный кластер соответствует теоретическому конструкту интенсивного родительства, описанного Ш. Хейс [Heys: 27] и условно обозначен в исследовании как «родители с установками на интенсивное родительство» / «интенсивные родители».

Показатели в *третьем кластере* демонстрируют невысокие значения по всем параметрам интенсивного родительства и характеризуют родителей как «отстраненных»: они не готовы ставить воспитание детей превыше собственных интересов (M3 = 9,21; SD3 = 2,65), не ориентированы на стимуляцию раннего развития (M3 = 14,16; SD3 = 4,18), убеждены, что родительство не требует большого вложения сил, энергии, времени (M3 = 19,68; SD3 = 3,96). В целом они испытывают приятные эмоции от родительской роли, однако уровень готовности быть удовлетворенным от этой роли самый низкий среди выделенных кластеров (M = 14,71; Sd = 3,91).

Интересны результаты исследования родительского стресса и удовлетворенности родительской ролью (табл. 2).

Между группами «вовлеченных» и «интенсивных» родителей наблюдается существенное сходство по данным показателям. Так, выраженность установок интенсивного родительства у вовлеченных и «интенсивных» родителей сопровождается и высоким уровнем удовольствия от роли родителя (M1 = 40,23, SD1 = 4,87; M2 = 41,00; SD2 = 6,35), признания ее высокой значимости и важности (M1 = 50,81, SD1 = 7,64; M2 = 52,35; SD2 = 8,28), эмоциональ-

Таблица 1

Средние значения показателей шкал по «Методике диагностики интенсивного родительства» в выделенных кластерах

№ кластера	1-й кластер (N = 136)		2-й кластер (N = 88)		3-й кластер (N = 63)		
	Стат. показатели	М	Std. Dev.	М	Std. Dev.	М	Std. Dev.
Эссенциализм***		20,82	3,81	32,53	4,11	26,28	4,44
Удовлетворенность***		19,93	2,42	19,39	2,51	14,71	3,91
Стимуляция***		19,29	2,71	20,25	3,00	14,16	4,18
Трудности***		25,15	3,27	27,19	4,29	19,68	3,96
Детоцентрированность***		11,38	2,67	12,35	2,75	9,21	2,65

Примечание: p = 0,000.

Таблица 2

Средние значения показателей родительского стресса и удовлетворенности ролью родителя в выделенных кластерах

№ кластера	1-й кластер (N = 136)		2-й кластер (N = 88)		3-й кластер (N = 63)	
	Стат. показатели					
Шкалы	M	Std. Dev.	M	Std.Dev.	M	Std.Dev.
Родительский стресс (общий уровень)*	34,81	7,66	36,77	8,41	43,14	11,37
Родительские стрессоры*	13,41	3,86	14,50	4,16	16,95	5,65
Родительское вознаграждение*	7,75	2,46	8,12	3,26	9,82	3,54
Потеря контроля*	7,19	2,51	7,82	2,43	9,51	3,78
Родительская удовлетворенность*	4,42	1,34	4,32	1,71	5,24	1,81
Общий уровень родительской удовлетворенности*	158,03	18,21	162,44	19,68	148,35	19,20
Удовольствие, получаемое от родительства и воспитания*	40,23	4,87	41,00	6,35	37,11	5,41
Легкость/Тяжесть роли родителя **	55,87	8,74	57,51	8,68	52,51	9,28
Важность роли родителя*	50,81	7,64	52,35	8,28	46,59	8,31

Примечание: *p = 0,000; **p = 0,004.

ной привлекательностью и легкостью роли родителя (M1 = 55,87, SD1 = 8,74; M2 = 57,51; SD2 = 8,68), а также высоким уровнем родительской удовлетворенности (M1 = 158,03, SD1 = 18,21; M2 = 162,44; SD2 = 19,68). В то же время они не ощущают потерю контроля над ситуацией (M1 = 7,19, SD1 = 2,51; M2 = 7,82; SD2 = 2,43), достаточно низко оценивают родительские стрессоры (M1 = 13,41, SD1 = 3,86; M2 = 14,50; SD2 = 4,16) и характеризуются невысоким уровнем родительского стресса (M1 = 34,81, SD1 = 7,66; M2 = 36,77; SD2 = 8,41). Однако важно отметить, что в группе интенсивных родителей и показатели удовлетворенности, и показатели стрессогенности выше.

В группе «отстраненных родителей» – наивысшие показатели родительского стресса и самая низкая удовлетворенность, что значительно отличает их в первую очередь от группы «интенсивных родителей».

На втором этапе для реализации цели исследования мы сосредоточились на анализе взаимосвязи предполагаемых факторов с уровнем родительского стресса. В контексте дальнейшего исследования наибольший интерес для нас представляют две группы родителей – «интенсивные» и «отстраненные» – как имеющие признаки эмоционального неблагополучия.

Исследование взаимосвязи удовлетворенности родительства как эмоционально-оценочного отношения к воспитательной функции с общим уровнем родительского стресса и его составляющими показало наличие множественных достоверных ($p \leq 0,05$) умеренных корреляций как в группе «интенсивных», так и в группе «отстраненных» родителей. Наибольшей силой среди них обладают связи всех параметров удовлетворенности родительства с общим уровнем стресса ($\min r = -0,301$; $\max r = -0,566$) и роди-

тельским вознаграждением/ущербом ($\min r = -0,330$; $\max r = -0,691$). Данный факт не только подтверждает результаты имеющихся исследований [Мисиюк, Тихонова, Хазова: 80], но также может указывать на неудовлетворенность как значимый признак или механизм развития родительского стресса независимо от установок и практик воспитания.

При анализе выраженности базисных убеждений личности достоверные различия ($p \leq 0,05$) были обнаружены в категориях: «Я вполне себе нравлюсь» ($p = 0,026$) и «Вера в хорошие поступки» ($p = 0,004$). Родители 2-го кластера – с выраженными установками на интенсивность – демонстрируют убежденность в справедливости мира (M2 = 79,77; Sd2 = 40,78) и контроль над жизненными ситуациями (M2 = 72,95; Sd2 = 19,17). Это отражает установку на то, что вклад и заслуги будут оценены по достоинству, хорошим людям сопутствуют счастье, удача и вера в возможность выбрать максимально выигрышную стратегию, в том числе в воспитании и формировании успешного будущего детей. Родители 3-го кластера – с самой низкой вовлеченностью в родительство – меньше всего удовлетворены собой, невысоко оценивают собственную привлекательность для других людей (M3 = 70,48; Sd3 = 17,79) и меньше остальных верят в благосклонность судьбы, везение (M3 = 68,09; Sd3 = 18,01).

При исследовании базисных родительских верований (методика «незаконченные предложения») анализу подвергались ответы-дополнения на утверждения: «как родитель я верю, что...», «для родителя самое главное верить...» (рис. 1). С помощью контент-анализа были выделены 5 групп убеждений «верований»:

1. Убеждения о себе как родителе: «Я – хороший родитель», «Я справлюсь с ролью родителя».

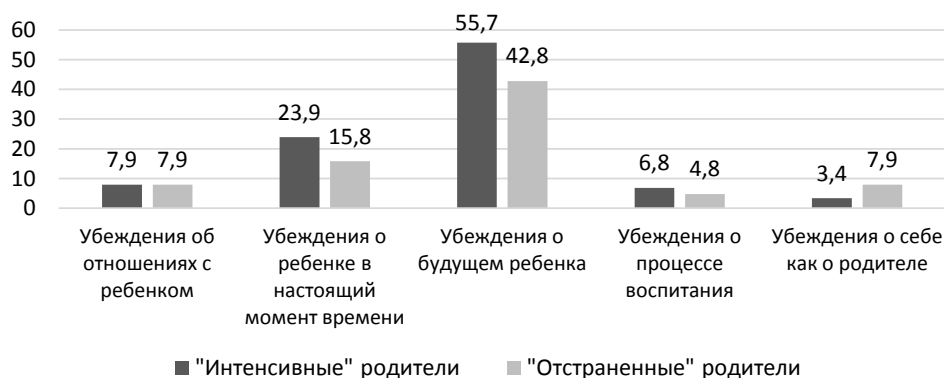


Рис. 1. Показатели базисных родительских убеждений-верований в группах с разной выраженностью установок на интенсивное родительство, в %

Таблица 3

Корреляционные связи показателей родительского стресса, удовлетворённости родительством и убеждений «интенсивных» и «отстраненных» родителей

Показатели родительского стресса и удовлетворенности родительством	Базисные убеждения личности		Базисные родительские убеждения	
	«Я себе вполне правлюсь»	Мне вполне по силам выбрать максимально выигрышную стратегию поведения в сложных жизненных ситуациях	Убеждения о себе как родителе	Убеждения о ребенке в настоящем времени
<i>«Интенсивные» родители (N = 88)</i>				
Общий уровень стресса	r = -0,463, p = 0,000	r = -0,214, p = 0,047		
Родительские стрессоры	r = -0,335, p = 0,001		r = -0,234, p = 0,029	
Родительское вознаграждение	r = -0,274, p = 0,010			
Потеря контроля	r = -0,314, p = 0,003		r = -0,301, p = 0,005	
Родительская удовлетворенность	r = -0,379, p = 0,000			
Общий уровень родительской удовлетворенности		r = 0,217, p = 0,044		
Легкость/тяжесть роли родителя	r = 0,254, p = 0,018			
<i>«Отстраненные» родители (N = 63)</i>				
Важность роли родителя				r = 0,335, p = 0,007

2. Убеждения о процессе воспитания: «Лучшее воспитание – собственный пример».

3. Убеждения о будущем ребенка: «Моего ребенка ждет счастливая судьба», «Мой ребенок добьется успеха».

4. Убеждения о ребенке в настоящем времени: «Мой ребенок самый лучший», «Мой ребенок умный».

5. Убеждения об отношениях с ребенком: «Мой ребенок мне доверяет», «Мы с ребенком понимаем друг друга»

Исследование различий базисных родительских убеждений о позитивном будущем ребенка показало, что достоверно различаются по частоте встречаемо-

сти убеждений кластер 1 и 2 ($\varphi^* = 2,382, p \leq 0,007$) и кластер 1 и 3 ($\varphi^* = 3,838, p \leq 0,000$). Позитивное эмоционально-оценочное отношение к будущему ребенка, вера в то, что он добьется больших успехов, характерно для всей выборки. «Интенсивные родители» делают акцент на убеждениях о ребенке в настоящий момент времени («Мой ребенок счастлив и благополучен») и убеждениях о процессе воспитания («Чем раньше развивать таланты ребенка, тем успешнее будущее ребенка»). Данный аспект подчеркивает веру в значимость собственного вклада в воспитание и «родительский детерминизм», при этом убеждения о себе как о родителе самые низкие. Данное противоречие позволяет предположить наличие

внутриличностного конфликта: множественные усилия в связи с формированием успешного будущего детей и недостижимость «идеала» родительского поведения среди «интенсивных» родителей.

Было выявлено (табл. 3), что в группе «с выраженностью установок на интенсивное родительство» базисные убеждения личности «Я себе вполне нравлюсь» снижают: общий уровень родительского стресса ($r = -0,463$, $p = 0,000$), влияние родительских стрессоров ($r = -0,335$, $p = 0,001$), потерю контроля над собственной жизнью в связи с родительством ($r = -0,314$, $p = 0,003$), неудовлетворенность собой как родителем ($r = -0,379$, $p = 0,000$); усиливают субъективную легкость (необременительность) родительства ($r = 0,254$, $p = 0,018$). Убежденность в способности контролировать собственные жизненные ситуации («Мне по силам выбирать») способствует снижению родительского стресса ($r = -0,214$, $p = 0,047$) и повышению эмоциональной привлекательности родительства (общий уровень удовлетворенности родительством) – ($r = 0,217$, $p = 0,044$).

Убеждения о себе как о родителе также способствуют уменьшению выраженности общего уровня родительского стресса ($r = -0,234$, $p = 0,029$) и родительских стрессоров ($r = -0,301$, $p = 0,005$).

Обсуждение результатов. Анализ показателей подводит к выводу о вариабельности выборки по показателям родительского стресса и удовлетворенности от родительской роли в контексте выраженности установок на интенсивное воспитание.

Были выделены три типа родителей на основе выраженности установок на интенсивное родительство, демонстрирующие разную выраженность характеристик родительского стресса и удовлетворенности родительской ролью. «Вовлеченные родители» (представители первого кластера) могут быть оценены как наиболее благополучные в контексте родительского стресса при выраженных показателях родительской удовлетворенности: оценка родительства как эмоционально вознаграждаемого и приятного опыта способствует появлению положительного отношения к родительству, позволяет органично встраивать требования, которые предъявляет исполнение родительской роли во все жизненные сферы, не чувствуя себя подавленными обязанностью быть родителем, снижает переживание утраты контроля над своей жизнью в результате появления ребенка; они более всех убеждены в позитивном будущем детей. При выраженных показателях родительской удовлетворенности следует отметить самые низкие значения всех показателей родительского стресса. Оценка родительства как эмоционально вознаграждаемого и приятного опыта способствует появлению положительного отношения к родительству, позволяет органично встраивать требования, которые предъявляет испол-

нение родительской роли, во все жизненные сферы, не чувствуя себя подавленными обязанностью быть родителем, снижает переживание утраты контроля над своей жизнью в результате появления ребенка. Родители «интенсивного типа» получают много удовольствия от этой роли, с радостью наблюдают за развитием детей и стремятся проводить как можно больше времени совместно. Однако показатели родительского стресса, демонстрирующие средние значения, подчеркивают стрессогенность выбранной тактики воспитания, несмотря на субъективную «комфортность» роли родителя, позволяя говорить о наличии внутреннего, неосознаваемого конфликта, что подтверждается и выраженностью родительских верований. Очевидно, существует дисбаланс между восприятием требований родительства выбранной интенсивности роли и наличием существующих ресурсов для решения многочисленных задач чрезмерного родительства. Преимущественное отличие «вовлеченных» и «интенсивных» родителей представлено в контексте выраженности эссенциальных установок, поскольку именно родители, «интенсивно» включенные в родительство, берут на себя основную роль в уходе за детьми и в решении наиболее сложных задач, связанных с воспитанием детей, самостоятельно выполняют домашние обязанности, испытывают больший дефицит времени и, соответственно, больше трудностей [Ruprappner, Perales, Baxter: 321]. В то же время при удовлетворенности родительством чувство собственной значимости и ценности выполняемой матерью деятельности, усиливающееся положительной оценкой и поддержкой со стороны близких людей, формирует ощущение удовлетворенности материнством.

Наименее благополучная картина по показателям удовлетворенности наблюдается в группе «отстраненных родителей» с низкой вовлеченностью. По сравнению с другими типами они демонстрируют самый низкий уровень удовольствия от роли родителя, самую низкую оценку важности этой роли в жизни, при этом для них характерна наиболее высокая степень обременительности и трудности этой роли. При этом выраженность всех показателей родительского стресса имеет наибольшие значения. «Отстраненный тип родительства» имеет сходство с зафиксированным в исследовании Е.И. Захаровой феноменом «избегания женщинами своих материнских обязанностей», когда тяготит эмоциональная вовлеченность в жизнь ребенка, зависимость от его интересов и потребностей. Ребенок отвлекает их от собственных интересов, занятия с ним являются утомительными. Желание отдохнуть, заняться собой обуславливает необходимость привлечения помощника, а то небольшое время, которое они проводят с ребенком, они считают необходимым тратить

на его познавательное развитие [Захарова: 45]. Отсутствие удовольствия и эмоционального вознаграждения от родительства, низкая вовлеченность и функциональный подход к воспитанию делают респондентов «отстраненного типа родительства» более чувствительными и уязвимыми к стрессам, связанным с выполнением родительской роли, и усилению негативных чувств, напрямую связанных с требованиями родительства по отношению к себе и ребенку. Это рассматривается как подтверждение того, что обобщенное эмоциональное отношение к родительству, позитивное его восприятие в целом способствует нивелированию негативных стресс-факторов родительства.

Базисные убеждения личности в настоящем исследовании рассматриваются как установки в отношении окружающего мира и себя в нем. Их роль в психологической адаптации состоит в поддержании стабильности субъективной картины мира личности в меняющейся реальности и рассматриваются не только как важнейший фактор преодоления посттравматических переживаний [Черткова, Зырянова: 776], но и фактор снижения стрессовых проявлений родительства. Большая удовлетворенность и меньшая стрессогенность родительской роли отмечается у «интенсивных» родителей, которые имеют положительный «образ Я», верят в доброжелательность и справедливость окружающего мира, оценивают себя как удачливых и способных успешно справляться с трудностями. Удовольствие от выполнения родительской роли и воспитания делает взаимоотношения с ребенком более гармоничными, что оценивается как результат собственной деятельности и свидетельство компетентности. «Отстраненные родители» демонстрируют отсутствие связей с базисными убеждениями личности при высокой стрессогенности родительства, что в рамках настоящего исследования рассматривается как фактор усиления родительского стресса, не зависящий от тактики родительского воспитания.

Базисные родительские убеждения в общей выборке представлены преимущественно позитивными верованиями: «Я верю, что смогу выстроить и сохранить хорошие взаимоотношения с детьми», «Я верю, что у ребенка в жизни все получится», «Я верю, что я прекрасно воспитаю детей» – и отражают веру в родительскую самоэффективность и положительный эффект от собственного вклада в воспитание. Было показано, что чем более компетентными родители считают себя в роли родителей, тем больше они вкладывают в заботу о детях [Мисиюк, Тихонова, Хазова: 80; Bornstein et al.: 322]. При этом особенности взаимовлияния базисных убеждений личности и родительских убеждений-верований требуют дальнейшего изучения и являются перспективной областью научных исследований.

Выводы. В настоящем исследовании представлены результаты анализа некоторых субъективных факторов стрессогенности родительской роли, установлено наличие важных факторов протекции родительского стресса «интенсивных» родителей. Во-первых, высокая включенность в жизнь ребенка, стремление обеспечить ему максимальное удовлетворение всех потребностей позволяет переживать собственную реализованность, удовлетворенность и ценность, несмотря на имеющиеся трудности и сложности, что может выступать фактором защиты от интенсивных родительских стрессов. Низкий уровень удовольствия, получаемого от выполнения родительской роли, можно выделить в качестве фактора стрессогенности данной роли, не зависящий от тактики родительского воспитания. Во-вторых, наличие базисных личностных убеждений и представлений о себе, о мире как выражение «образа Я», отражающих самооценку личности, способствует нивелированию показателей родительского стресса и его компонентов и повышению удовлетворенности родительством. В-третьих, позитивный вклад родительских верований-убеждений, усиливающих самоэффективность и компетентность родителя, снижает показатели родительского стресса, позволяя воспринимать исполнение родительской роли субъективно более комфортной.

Таким образом, интенсивные родительские стрессы могут быть нивелированы верой в позитивное будущее ребенка, положительным «образом Я», убежденностью в способности влиять на события собственной жизни, несмотря на сложность родительства в контексте интенсивного родительского воспитания.

Полученные результаты могут быть положены в основу программ психологической коррекции и профилактики родительских стрессов и психообразования у современных родителей, являя абсолютно новым вектором психологической помощи с акцентом на усилении веры в себя и поиск ресурсных родительских «верований»-убеждений.

Список литературы

- Захарова Е.И. Условия становления негативно-го отношения современных женщин к материнской роли // Культурно-историческая психология. 2015. Т. 11, № 1. С. 44–49.
- Куфтяк Е.В. Диагностика удовлетворенности родительством. Москва: Перспектива, 2016. 27 с.
- Мисиюк Ю.В., Тихонова И.В. Русскоязычная версия «Шкалы родительского стресса»: результаты первичной оценки внутренней надежности и валидности // Общество: социология, психология, педагогика. 2022. Т. 9, № 101. С. 58–66. DOI: 10.24158/spp.2022.9.9

Мисиук Ю.В., Тихонова И.В., Хазова С.А. Интенсивное материнство в контексте родительского стресса // Вопросы психологии. 2022. Т. 68, № 3. С. 71–81.

Мисиук Ю.В., Хазова С.А. Исследование выраженности установок на интенсивное родительство у российских женщин // Вестник Костромского государственного университета. Сер.: Педагогика. Психология. Социокинетика. 2021. Т. 27, № 3. С. 91–98. DOI: 10.34216/2073-1426-2021-27-3-91-98

Падун М.А., Котельникова А.В. Модификация методики исследования базисных убеждений личности Р. Янофф-Булман // Психологический журнал. 2008. Т. 29, № 4. С. 98–106.

Черткова Ю.Д., Зырянова Н.М. Взаимосвязь базисных убеждений с диспозиционными чертами личности, локусом контроля и удовлетворенностью жизнью // Социальные и гуманитарные науки: теория и практика. 2019. Т. 1, № 3. С. 775–789.

Abidin R. The Determinants of Parenting Behavior. *Journal of Clinical Child and Adolescent Psychology*, 1992, vol. 21, No. 4, pp. 407-412. https://doi.org/10.1207/s15374424jccp2104_12.

Bloomfield L., Kendall S. Parenting self-efficacy, parenting stress and child behaviour before and after a parenting programme. *Primary health care research & development*, 2012, vol. 84, No. 4, pp. 364-372.

Bornstein M.H., Hendricks C., Hahn C.S., Haynes O.M., Painter K.M., Tamis-LeMonda C.S. Contributors to self-perceived competence, satisfaction, investment, and role balance in maternal parenting: A multivariate ecological analysis. *Parenting: Science and Practice*, 2003, vol. 3, No. 4, pp. 285-326. https://doi.org/10.1207/s15327922par0304_2

Crnec K., Ross E. Parenting stress and parental efficacy. *Parental stress and early child development*. Springer, Cham, 2017, pp. 263-284.

Elliott S., Powell R., Brenton J. Being a good mom: Low-income, black single mothers negotiate intensive mothering. *Journal of family issues*, 2015, vol. 36, No. 3, pp. 351-370.

Heys S. *The cultural contradiction of motherhood*. London, New Haven, Yale University Press, 1998. XX p.

Mikolajczak M., Raes M.E., Avalosse H., Roskam I. Exhausted parents: Sociodemographic, child-related, parent-related, parenting and family-functioning correlates of parental burnout. *Journal of Child and Family Studies*, 2018, vol. 27, No. 2, pp. 602-614.

Respler-Herman M., Mowder B.A., Yasik A.E. et al. Parenting Beliefs, Parental Stress, and Social Support Relationships. *J Child Fam Stud*, 2012, vol. 21, pp. 190-198. <https://doi.org/10.1007/s10826-011-9462-3>

Rizzo K.M., Schiffrin H.H., Liss M. Insight into the Parenthood Paradox: Mental Health Outcomes of Intensive Mothering. *Journal of Child and Family Studies*, 2012, vol. 22, pp. 614-620. <https://doi.org/10.1007/s10826-012-9615-z>

Ruppner L., Perales F., Baxter J. Harried and unhealthy? Parenthood, time pressure, and mental health. *Journal of Marriage and Family*, 2019, vol. 81, No. 2, pp. 308-326. DOI: 10.1111/jomf.12531

References

Chertkova Iu.D., Zyrianova N.M. *Vzaimosviaz' bazisnykh ubezhdenii s dispozitsionnymi chertami lichnosti, lokusom kontrolia i udovletvorennost'iu zhizn'iu* [The relationship of basic beliefs with dispositional personality traits, locus of control and life satisfaction]. *Sotsial'nye i gumanitarnye nauki: teoriia i praktika* [Social and Human Sciences: Theory and Practice], 2019, vol. 1, No. 3, pp. 775-789. (In Russ.)

Kuftiak E.V. *Diagnostika udovletvorennosti roditel'stvom* [Parenting Satisfaction Diagnosis]. Moscow, Perspektiva Publ., 2016, 27 p. (In Russ.)

Misiuk Iu.V., Tikhonova I.V. *Russkoiazychnaia versiiia «Shkaly roditel'skogo stressa»: rezul'taty pervichnoi otsenki vnutrennei nadezhnosti i validnosti* [Russian version of the “Parental Stress Scale”: results of the initial assessment of internal reliability and validity]. *Obshchestvo: sotsiologiya, psikhologiya, pedagogika* [Society: sociology, psychology, pedagogy], 2022, vol. 9, No. 101, pp. 58-66. (In Russ.)

Misiuk Iu.V., Tikhonova I.V., Khazova S.A. *Intensivnoe materinstvo v kontekste roditel'skogo stressa* [Intensive motherhood in the context of parental stress]. *Voprosy psikhologii* [Questions of psychology], 2022, vol. 68, No. 3, pp. 71-81. (In Russ.)

Misiuk Iu.V., Khazova S.A. *Issledovanie vyrazhennosti ustanovok na intensivnoe roditel'stvo u rossiiskikh zhenshchin* [A study of the severity of attitudes towards intensive parenthood in Russian women]. *Vestnik Kostromskogo gosudarstvennogo universiteta. Ser.: Pedagogika. Psikhologiya. Sotsiokinetika* [Bulletin of the Kostroma State University. Series: Pedagogy. Psychology. sociokinetics], 2021, vol. 27, No. 3, pp. 91-98. (In Russ.)

Padun M.A., Kotelnikova A.V. *Modifikatsiia metodiki issledovaniia bazisnykh ubezhdenii lichnosti R. Ianoff-Bul'man* [Modification of the methodology for studying the basic beliefs of the personality R. Yanoff-Bulman]. *Psikhologicheskii zhurnal* [Psychological journal], 2008, vol. 29, No. 4, pp. 98-106. (In Russ.)

Zakharova E.I. *Usloviia stanovleniia negativnogo otnosheniia sovremennykh zhenshchin k materinskoi roli* [Conditions for the formation of a negative attitude of modern women to the maternal role]. *Kul'turno-istoricheskaya psikhologiya* [Cultural-historical psychology], 2015, vol. 11, No. 1, pp. 44-49. (In Russ.)

Abidin R. The Determinants of Parenting Behavior. *Journal of Clinical Child and Adolescent Psychology*, 1992, vol. 21, No. 4, pp. 407-412. https://doi.org/10.1207/s15374424jccp2104_12.

Bloomfield L., Kendall S. Parenting self-efficacy, parenting stress and child behaviour before and after a parenting programme. *Primary health care research & development*, 2012, vol. 84, No. 4, pp. 364-372.

Bornstein M.H., Hendricks C., Hahn C.S., Haynes O.M., Painter K.M., Tamis-LeMonda C.S. Contributors to self-perceived competence, satisfaction, investment, and role balance in maternal parenting: A multivariate ecological analysis. *Parenting: Science and Practice*, 2003, vol. 3, No. 4, pp. 285-326. https://doi.org/10.1207/s15327922par0304_2

Crnic K., Ross E. Parenting stress and parental efficacy. *Parental stress and early child development*. Springer, Cham, 2017, pp. 263-284.

Elliott S., Powell R., Brenton J. Being a good mom: Low-income, black single mothers negotiate intensive mothering. *Journal of family issues*, 2015, vol. 36, No. 3, pp. 351-370.

Heys S. The cultural contradiction of motherhood. London, New Haven, Yale University Press, 1998. XX p.

Mikolajczak M., Raes M.E., Avalosse H., Roskam I. Exhausted parents: Sociodemographic, child-related, pa-

rent-related, parenting and family-functioning correlates of parental burnout. *Journal of Child and Family Studies*, 2018, vol. 27, No. 2, pp. 602-614.

Respler-Herman M., Mowder B.A., Yasik A.E. et al. Parenting Beliefs, Parental Stress, and Social Support Relationships. *J Child Fam Stud*, 2012, vol. 21, pp. 190-198. <https://doi.org/10.1007/s10826-011-9462-3>

Rizzo K.M., Schiffrin H.H., Liss M. Insight into the Parenthood Paradox: Mental Health Outcomes of Intensive Mothering. *Journal of Child and Family Studies*, 2012, vol. 22, pp. 614-620. <https://doi.org/10.1007/s10826-012-9615-z>

Ruppner L., Perales F, Baxter J. Harried and unhealthy? Parenthood, time pressure, and mental health. *Journal of Marriage and Family*, 2019, vol. 81, No. 2, pp. 308-326. DOI: 10.1111/jomf.12531

Статья поступила в редакцию 18.07.2023; одобрена после рецензирования 22.08.2023; принята к публикации 08.09.2023.

The article was submitted 18.07.2023; approved after reviewing 22.08.2023; accepted for publication 08.09.2023.