

М.А. Копейкина, И.А. Мещерякова

АФФЕКТИВНЫЙ АСПЕКТ МАТЕРИНСКИХ ПЕРЕЖИВАНИЙ

Большая часть современных исследований, затрагивающих тему материнства, концентрирует внимание на изучении влияния матери на ребенка, фактически рассматривая женщину как часть системы «мать-дитя». Мать как отдельный субъект со своим внутренним миром интересует исследователей гораздо реже. Однако не вызывает сомнений, что, являясь одним из важнейших этапов в жизни женщины, материнство не может не оказывать глубокое влияние как на ее жизненную ситуацию, так и на ее внутренний мир. В сложной и многогранной жизненной ситуации матери выделим две важные для нас проблемные области: первая вбирает в себя все, что касается самого ребенка (его действий, состояния, развития, здоровья и т.д.); вторая связана с отношениями матери и ребенка. Естественно, обе находят отражение в переживаниях матери. По мнению Л.С. Выготского переживания являются основной единицей сознания человека, в которой «в неразложимом виде представлена, с одной стороны, среда, то, что переживается... с другой стороны, представлено то, как я переживаю это». Кроме того, переживание является силой, направляющей поведение человека (Выготский, 1983). При этом переживание, помимо прочих аспектов включает в себя аффективную и ментальную стороны — т.е. в процессе переживания у нас возникают не только чувства и эмоции, но также мысли по поводу происходящего. Изучение переживаний матерей по поводу своих детей, позволяет более четко представить структуру и особенности материнского проблемного поля, а также, на основе полученных результатов, планировать и проводить психодиагностическую и консультационную работу с матерями в области их отношения к собственным детям.

В своем исследовании мы анализировали как смысловое содержание материнских переживаний, так и их эмоциональную окраску. Наряду с другими методами применялись анкетирование и специально разработанная форма рефлексивного дневника «Материнские переживания», где испытуемые в течение месяца ежедневно регистрировали свои переживания, имеющие отношение к ребенку (Копейкина, 2014). Матери подробно описывали каждое такое переживание; отмечали его продолжительность; указывали все испытанные в связи с этим переживанием чувства и эмоции, оценивая их по пятибалльной шкале от «очень слабое» до «очень сильное». В исследовании приняли участие 25 замужних женщин, имеющих детей в возрасте от 3 до 10 лет. Часть испытуемых вела сразу два дневника (описывая свои переживания относительно двух детей); одна из матерей, имеющая троих детей, вела соответственно три дневника переживаний. Таким образом, в общей сложности мы смогли проанализировать содержимое 33 материнских рефлексивных дневников.

За время участия в исследовании испытуемые, в среднем, фиксировали от 1 до 5 переживаний в день (среднее значение по всем испытуемым — 3,2). При этом на каждое переживание указывалось в среднем 2,3 эмоции / чувства. В общей сложности за весь период исследования испытуемыми было упомянуто около 80 «наименований» эмоций и чувств. Все они в процессе анализа были объединены в 27 кластеров, включающих близкие друг к другу чувства и эмоции, различающиеся некоторыми оттенками, либо интенсивностью. Так, например, в одном из кластеров были объединены стыд, застенчивость и неловкость, а в кластере «гнев» — ярость, злость, раздражение, возмущение и гнев. Среди перечисленных испытуемыми чувств и эмоций самыми распространенными оказались радость (740 упоминаний), страдание (389 упоминаний) и чувство вины (362 упоминания). Во всех без исключений дневниках встречаются указания на радость и на печаль, достаточно часто упоминаются вина, гнев, раздражение (в 32 случаях из 33), удивление (31 из 33). Довольно редко испытуемые указывали на чувство ревности (в 3 дневниках из 33), отвращения (6 из 33), презрения (7 из 33), уважения (7 из 33). Вероятно, уважение и ревность чаще переживаются по отношению к взрослым людям, нежели к ребенку. Что же касается отвращения и презрения, то отношения между матерью и ребенком, как правило, настолько тесны, что мать не направляет на свое дитя подобные чувства (или же, возникнув, они подавляются, искажаются защитными механизмами психики). В целом матери испытывают по поводу своих детей как отрицательные, так и положительные эмоции примерно в равных пропорциях (Копейкина, 2014).

Между субъективной оценкой собственной эмоциональности и действительными силой и количеством эмоциональных реакций, а также длительностью переживаний не было обнаружено

статистически значимых связей. Отвечая на вопросы небольшой анкеты, предварявшей заполнение дневника, большинство обследованных дали себе оценку «очень эмоциональная», однако, оценивая силу своих ежедневных переживаний, связанных с ребенком, они не так уж часто пользовались высокими и высшими баллами.

В ходе исследования мы сделали попытку сравнить переживания матерей в зависимости от пола и возраста ребенка, от общего количества детей в семье, и выявили некоторые различия, носящие локальный характер. В частности, по поводу опозданий дочерей, соблюдения ими режима дня, матери переживают не так интенсивно, нежели по поводу аналогичного поведения сыновей. Есть также фрагментарные различия между переживаниями матерей, имеющих одного ребенка и имеющих нескольких детей.

Помимо перечисления, квалификации и квантификации испытанных переживаний наши испытуемые в конце каждого дня отмечали самое яркое переживание за этот день. Интересно, что переживания, воспринимаемые испытуемыми как самые яркие, в очень редких случаях совпадали с теми, где аффективные реакции имели наибольшую интенсивность, или которым соответствовало максимальное число этих реакций. То есть, наиболее яркими переживаниями для нас не всегда становятся те, что были самыми эмоционально насыщенными. Возможно, субъективное ощущение яркости переживания связано с описываемой некоторыми исследователями такой характеристикой переживаний, как *глубина*.

К. Изард утверждает, что материнская любовь — сложное многосоставное чувство, и называет в числе ее компонентов в первую очередь такие эмоции, как радость и интерес (Изард, 1999). Полученные нами результаты говорят о том, что матери нередко испытывают по поводу какой-либо ситуации целый комплекс чувств, порой даже противоречивых. Например, испытуемые указывали на переживание в рамках одной ситуации одновременно радости, любви, интереса, удивления и чувства вины. Отметим также, что достаточно часто встречались диады и триады чувств (эмоций). Так, в дневниках часто встречается сочетание гнева и вины. Матери ощущают себя виноватыми, если «ловят себя» на негативных чувствах в отношении своих детей. Радость и удовлетворение — другая диада, которая, как правило, появляется в ситуациях, когда ребенок выполняет какое-либо задание либо делает нечто «хорошее» с точки зрения матери. Чувство нежности часто соседствует с чувством любви — это во многих случаях связано с моментами, когда мама с ребенком заняты общим делом, или просто проводят время вместе. Интерес нередко сопровождается радостью и гордостью в ситуациях, когда ребенок демонстрирует какие-либо свои достижения или делает маме сюрприз.

Итак, можно говорить о сложном составе и амбивалентности материнских переживаний. Материнство приносит женщине не только радостные переживания, но и довольно много негативных. Мама в разнообразных сочетаниях испытывают все базовые эмоции, описанные К. Изардом, а также многие другие эмоции и чувства — от умиления и нежности до презрения, обиды, вины.

Литература:

1. Выготский, Л.С. Собр. соч. в 6-ти томах: Т. 4 / Л.С. Выготский. — М., 1983. — 338 с.
2. Изард, К.Э. Психология эмоций / К.Э. Изард. — СПб., 1999. — 415 с.
3. Копейкина, М.А. Анализ связанных с ребенком материнских переживаний: Дис. ... маг. псих. наук / М.А. Копейкина. — Дубна, 2014. — 85 с.
4. Копейкина, М.А. Анализ связанных с ребенком материнских переживаний / М.А. Копейкина, И.А. Мещерякова // Психология третьего тысячелетия: I Международная научно-практическая конференция: сборник материалов. — Дубна, 2014. — С. 97-100.