

СТРАХИ, СВЯЗАННЫЕ С МАТЕРИНСТВОМ, КАК ПРЕПЯТСТВИЕ К ФОРМИРОВАНИЮ ПСИХОЛОГИЧЕСКОГО КОМПОНЕНТА РЕПРОДУКТИВНОГО ЗДОРОВЬЯ СОВРЕМЕННЫХ ДЕВУШЕК

Е.С. Коваленко

Национальный институт образования, kes84@mail.ru

Введение. Репродуктивное здоровье – это состояние полного физического, психологического и социального благополучия, а не просто отсутствие болезней или недугов во всех сферах, касающихся репродуктивной системы, ее функций и процессов [0]. Психологическая составляющая играет здесь не меньшую роль, чем биологическая. Беременность является одним из самых важных периодов в жизни женщины и первым этапом материнства, в ходе которого существенно перестраивается ее сознание и взаимоотношения с окружающим миром. В особенности это касается первой беременности. Многие авторы даже рассматривают ее как один из кризисных периодов в жизни семьи в целом и будущей матери в частности [0].

Первая беременность, как правило, сопровождается большим количеством страхов и более высоким уровнем тревожности [0; 0]. Данный факт можно объяснить с точки зрения информационной теории эмоций В.П. Симонова, которая заключается в том, что эмоции являются следствием недостатка или избытка сведений, необходимых для удовлетворения той или иной потребности. Степень эмоционального напряжения определяется, по П.В. Симонову, силой потребности и величиной дефицита прагматической информации, необходимой для достижения цели. Отрицательные эмоции возникают, в соответствии с данной теорией, при недостатке подобных сведений.

Например, эмоция страха возникает при недостатке информации, необходимой для защиты [0]. Женщины же, для которых беременность является первой, как правило, не обладают достаточной информацией о происходящих с их телом и психикой изменениях и предстоящих родах, что и может вызвать больший дискомфорт, чем у тех беременных, которые уже имеют опыт материнства.

В отличие от боли и других видов страдания, вызываемых реальным действием опасных факторов, страх возникает при их предвосхищении. Для человека как биологического существа возникновение страха не только целесообразно, но и полезно. Однако для человека как существа социального он часто становится препятствием для достижения поставленных целей, успешности в той или иной сфере [0]. Большое количество страхов в период беременности может негативно повлиять на психологическое и физиологическое состояние, как самой беременной женщины, так и ее будущего ребенка. Поэтому большинство авторов подчеркивают нежелательность данной эмоции в период вынашивания женщиной ребенка.

Однако возникают ли страхи во время беременности, либо же к моменту ее наступления они уже присутствуют, будучи сформированными предыдущим опытом, родительской семьей, социумом? С целью ответа на этот вопрос было проведено исследование, в ходе которого планировалось выявить, отмечают ли у себя наличие страхов перед беременностью, родами и предстоящим материнством девушки, не имевшие до этого репродуктивного опыта, а также определить, имеются ли качественные различия между их страхами и страхами, которые испытывают женщины непосредственно в период беременности.

Методы. Испытуемым предлагалось ответить на вопрос, существуют ли у них какие-либо страхи, связанные с беременностью, родами и предстоящим материнством и, при положительном ответе, постараться описать их в виде мини сочинение. Перед проведением исследования испытуемые были информированы о его анонимности. Полученные данные обрабатывались с помощью метода контент-анализа. В исследовании принял участие 51 человек: девушки, являющиеся студентками гуманитарных специальностей в возрасте от 17 до 21 года, не имевшие ранее репродуктивного опыта.

Результаты исследования и их обсуждение. В ходе исследования были получены результаты, свидетельствующие о том, что абсолютное большинство респонденток (82,4%) отмечают у себя наличие тех или иных страхов. При качественной характеристике проявляющиеся страхи сравнивались с соответствующими данными по выборке беременных женщин, ожидающих появления первого ребенка, полученные в ходе более раннего исследования [0]. Данная выборка состояла из 67 женщин в возрасте от 17 до 32 лет, состоящих в официальном либо гражданском браке, ожидающих рождения первого ребенка, беременность которых проходила без существенных осложнений.

Полученные результаты говорят о том, что, несмотря на некоторые различия, девушки юношеского возраста, не имевшие ранее репродуктивного опыта склонны отмечать у себя наличие тех же страхов, что и беременные женщины, ожидающие появления первого ребенка. В обеих выборках доминирующими являются страх, связанный с возможным нездоровьем ребенка (около 50% как у беременных, так и у небеременных женщин), причиной которого, по мнению многих респонденток, может стать недостаточно благоприятная экологическая ситуация на территории Беларуси после аварии на ЧАЭС. Чуть менее половины испытуемых обеих выборок отмечают у себя наличие боязни родов. Ее можно условно подразделить на четко обозначенные страхи - боль, осложнения и прочее, и неопределенные - в этом случае женщина, говоря о страхе перед родами, не может определить, чего конкретно она боится и часто указывает на то, что в наибольшей степени ее пугает неизвестность.

При чем, если в выборке девушек, не имевших ранее опыта беременности и родов, процентное соотношение по данным подвидам страха родов равно (по 23,8%), то у беременных женщин страх неизвестности встречается более чем в два раза чаще (33,3%), чем страх боли, либо осложнений (14,6%). В то же время страх, связанный с протеканием беременности в большей степени присущ девушкам, не имевшим репродуктивного опыта. Причем в данном случае доминирует страх процесса беременности как такового – 14,3% (в выборке беременных женщин отсутствует), а не конкретизированные страхи (осложнения, болезненные ощущения и др.) – 7,1% у не беременных и 8,3% у беременных женщин.

Как беременные (16,7%), так и не беременные (19%) женщины практически в равной степени опасаются оказаться плохими матерями, совершить ошибки в воспитании будущих детей (в том числе повторить ошибки собственных матерей). Что касается материальных сложностей, то они

более, чем в три раза чаще пугают девушек, не имевших опыта рождения детей (7,1%). Данный факт можно объяснить тем, что в современном обществе все большей популярностью пользуется планирование беременности, которое, соответственно, влечет за собой и планирование семьей предстоящих материальных затрат.

Девушки, не имевшие ранее репродуктивного опыта, более чем в два раза чаще (по сравнению с беременными) опасаются: за собственное физическое и психическое здоровье (в том числе бояться умереть в процессе родов) – 16,7% (у беременных – 6,3%); а также изменений собственной внешности в худшую сторону – 11,9% (2,1% у беременных). Данные факты иллюстрируют процесс смещения акцента в сознании женщины с самой себя (у не беременных) на будущего ребенка (у беременных), что представляется вполне нормальным и закономерным фактом. Заслуживает особого внимания такой ответ на поставленный вопрос в выборке девушек, не имевших репродуктивного опыта, как «Не хочу ребенка!» (7,1%) (как правило, именно с восклицательным знаком, подчеркивающим аффективный характер высказывания). В данном случае можно говорить об отрицании себя как будущей матери, что, с наибольшей вероятностью может быть связано с особенностями взаимоотношений в родительской семье, неприятием девушки собственной матерью. Также причиной может быть резкое противопоставление в сознании девушки роли матери и возможности профессиональной и социальной самореализации и др. Среди страхов, не отмеченных у беременных, но встречающихся у не беременных респонденток присутствуют боязнь невозможности забеременеть (что объяснимо), страх выкидыша и страх изменений в жизни, которые может повлечь за собой беременность и рождение ребенка.

Факт появления таких страхов, как страх боли при родах или возникновения осложнений в ходе беременности у девушек, которые еще не имели опыта рождения ребенка можно объяснить с точки зрения социально-когнитивной теории А. Бандуры [0], в которой показано, что многие новые образцы поведения и эмоциональные реакции могут возникать в результате подражания (обучения на моделях). Человеку достаточно видеть, чего боятся окружающие его люди, чтобы начать бояться того же самого.

В чем же сами девушки видят причины появления подобных страхов? Отвечая на этот вопрос, большинство респонденток говорят, о том, что, по их мнению, к причинам возникновения страхов можно отнести недостаток информации, а также негативные примеры из СМИ и опыта родственников и знакомых, что подтверждает высказанное ранее теоретическое предположение о большом значении в данной ситуации обучения на моделях.

Выводы. Исходя из всего вышесказанного, можно сделать следующие выводы. Готовить девушек к беременности следует еще до ее наступления. Основу подобной подготовки должно составлять предоставление объективной, непротиворечивой информации о процессе беременности, родах, изменениях, происходящих с женщинами в этот период (как физиологических, так и психологических). При этом необходимо делать акцент на высоком уровне ответственности и осознанности, которые во многом обеспечивают благополучное протекания данных процессов.

Информационная база, сформированная компетентными и внушающими доверие специалистами, должна помочь девушкам в дальнейшем более критично относиться к «страшным историям», транслируемым в СМИ, Интернете и рассказываемым подругами и родственницами. Информация при этом должна подаваться с акцентом на то, что беременность и роды это не болезнь, не мука и не наказание, а естественный процесс появления на свет нового человека, способствующий становлению и развитию как самой женщины, так и семьи в целом. Данный подход поможет существенно снизить уровень негативных эмоций (в частности страха), в отношении первых этапов материнства, и будет способствовать выработке позитивного отношения к вынашиванию, рождению и воспитанию будущих детей.

Литература:

1. Шумейко, Г.М. Репродуктивное здоровье семьи – основа здоровья нации. Проблемы и перспективы / Г.М. Шумейко. // Социальное обслуживание семьи, женщин и детей: проблемы и перспективы: Материалы конференции. – Калининград: ФГУИПП «Янтар. сказ», 2002. – 448 с. С. 409 – 412.
2. Филиппова, Г.Г. Психология материнства: учебное пособие / Г.Г. Филиппова. – М.: Изд-во Института Психотерапии, 2002. – 240 с.
3. Мисюк М.Н. Препятствия к расширенному воспроизводству в поведенческих диспозициях женщин фертильного возраста / М.Н. Мисюк, Е.С. Коваленко. // Психологический журнал. – 2008. – № 3. – С. 72–76.
4. Лосева, В. Страхи вокруг беременности / В. Лосева, А. Луньков. // Психология и психоанализ беременности / редактор-составитель Д.Я. Райгородский. – Самара: Издательский Дом БАХРАМ-М, 2003. – 784 с.
5. Ильин, Е.П. Эмоции и чувства. / Е.П. Ильин. – СПб.: Питер, 2001. – 752 с.

6. Коваленко, Е.С. Страхи, возникающие у женщин в период беременности / Е.С. Коваленко. // Гендер и проблемы коммуникативного поведения: Сборник материалов Третьей международной научной конференции. – Полоцк: ПГУ, 2007. – 436 с. С.295-297.

7. Бандура, А. Теория социального научения / А. Бандура. – СПб.: Евразия, 2000. – 428 с.