

СВЯЗЬ СОВЛАДАЮЩЕГО ПОВЕДЕНИЯ И САМОЧУВСТВИЯ ЖЕНЩИНЫ В ДОРОДОВОМ И ПОСЛЕРОДОВОМ ПЕРИОДАХ

А. П. Крисеня

УО «Гродненский государственный университет имени Янки Купалы»

krisenya1987@mail.ru

Научный руководитель: кандидат психологических наук, доцент

М. М. Карнелович

Роль женщины и ее социальное положение во все исторические периоды связываются с материнством и, несмотря на то, что онтогенез материнства берет своё начало ещё в младенчестве, на этапе взаимодействия с собственной матерью, беременности, роды и послеродовой период считаются важнейшими, т.к. это периоды первого реального взаимодействия с собственным ребенком.

Множество исследований на сегодняшний день обращено к изучению беременности с позиции условий для развития ребенка (О. В. Баженова, Г.И. Брехман, Ж.В. Колесова, Т.В. Сколбо и др.). Однако не менее важно рассматривать беременность не только в аспекте способности обеспечения условий для благоприятного развития ребенка, но и как важный компонент развития личности самой беременной женщины, этап ее личностного развития и становления, т.к. во время беременности происходит изменение множества сторон жизни женщины, происходят серьёзные изменения самосознания, трансформация ценностно-смысловых составляющих и пр. Таким образом, период беременности является этапом актуализации внутриличностных противоречий, что позволяет сделать вывод о важности и необходимости психологического сопровождения беременных женщин.

Исследователи отмечают приоритет медицинских знаний на этапе практической поддержки женщин во время беременности. Изучение беременности и родов сводится к изучению физиологических процессов. Проблема психических состояний беременных женщин изучалась, в основном, лишь с точки зрения психофизиологии, по остальным

направлениям имеются лишь отдельные теоретические разработки и незначительное число рекомендаций по коррекции психических состояний женщин в период беременности. Психические реакции, возникающие у женщин с момента развития беременности до ее завершения в настоящее время изучены недостаточно [1].

Как отмечают исследователи, неподготовленные женщины приходят к родам с отрицательными эмоциями, непониманием и чувством беспомощности. Таким образом, актуальность проблемы эмоциональных состояний беременных определяется недостаточной изученностью факторов, влияющих на протекание беременности, а также обоснованностью целей, подходов, средств воздействия на них.

Психологические защитные механизмы личности и стратегии совладания являются неотъемлемой частью адаптационных реакций, необходимых для обеспечения психологической безопасности женщины в условиях трудных жизненных ситуаций, связанных с уходом за ребенком и проблемами в его развитии [2]. Для описания процессов психической адаптации субъекта в научной литературе используются понятия «копинг» (от английского coping – совладание, преодоление) и «психологическая защита» [1].

Несмотря на разные теоретические и практические подходы к исследованию копинг-стратегий, необходимо отметить, что почти все авторы ограничиваются выявлением копинг-стратегий у определенного индивида или группы людей и их связью с различными факторами. Изучение копинг-стратегий позволило выявить, что они меняются на протяжении жизни человека, связаны с его опытом и зависят от целого ряда факторов - от чувства юмора, эмоциональных особенностей субъекта и т.п. (R. Lazarus, S. Folkman, E. Neim, Л.И. Анцыферова, В.А. Бодров, Л.А. Китаев-Смык и др.) [2; 3].

Теоретико-методологическую основу исследования проблемы психологического сопровождения беременных женщин составили

отечественные и зарубежные подходы к изучению психологии беременности, родов, послеродового периода (В.В. Абрамченко, Н.Н. Авдеева, А.С. Батуев, О.В. Баженова, А. Бертин, И.В. Добряков, Н.П. Коваленко), концепция психологии материнства Г.Г. Филипповой.

Цель данного исследования – установить характер и направленность связи стратегий совладающего поведения и самочувствия у женщин в послеродовой период.

Методы исследования: методика «Копинг-поведение в стрессовых ситуациях» (Т.Л. Крюкова), «Методика и диагностика самочувствия, активности и настроения». Методы статистической обработки данных: U-критерий Манна-Уитни, коэффициент ранговой корреляции Спирмена.

Характеристика выборки исследования: 60 женщин: из них 30 женщин во втором триместре беременности и 30 женщин в послеродовой период. Выборка была выравнена по возрастному критерию: в каждую группу вошли женщины в возрасте 25–30 лет.

Установлено, что для 40 % беременных женщин и 43,3 % женщин в послеродовом периоде характерен проблемно-ориентированный копинг. Проблемно-ориентированный стиль совладания – рациональный анализ проблемы, связанный с созданием и выполнением плана разрешения трудной ситуации, его проявление можно увидеть в таких реакциях: самостоятельный анализ случившегося, обращение за помощью к другим, поиск дополнительной информации.

Для 36,7 % беременных женщин характерен низкий уровень эмоционально-ориентированного копинг, в то время как для 46,7 % женщин в послеродовом периоде характерен высокий уровень выраженности данной стратегии совладания. Эмоционально-ориентированный стиль совладания – следствие эмоционального реагирования на ситуацию. Он не сопровождается конкретными действиями, а проявляется в виде попыток не думать о проблеме, вовлечением других в свои переживания, желанием забыться во

сне, растворить свои невзгоды в алкоголе, наркотиках или компенсировать отрицательные эмоции едой.

Для 53,3 % беременных женщин характерен низкий уровень копинга, ориентированного на избегание, а для 56,7 % женщин в послеродовой период – высокий. Стоит отметить, что копинг, ориентированный на избегание: эта стратегия направлена на совладание со стрессом, способствующая его редукции, но обеспечивающая функционирование и развитие индивида на более низком функциональном уровне.

Для 40 % беременных женщин характерен высокий уровень копинга «отвлечения», а для 46,7 % женщин в послеродовой период – низкий. Таким образом, для женщин во втором триместре беременности более характерно отвлечение или переключение мыслей на другие, «более важные» темы. Для 46,7 % беременных женщин и 50 % женщин в послеродовой период характерен высокий уровень социального отвлечения.

Анализ данных статистического анализа показал, что согласно U-критерию Манна-Уитни в зоне значимости находятся различия между беременными и уже родившими женщинами по шкалам «эмоционально-ориентированный копинг», «копинг, ориентированный на избегание», субшкале «отвлечение».

Для определения взаимосвязи самочувствия с совладанием у женщин в послеродовой период был выполнен статистический анализ результатов с помощью корреляционного анализа по Спирмену.

Таблица 1

Взаимосвязь самочувствия с совладанием у женщин в послеродовой период ($p \leq 0,05$)

Копинг	Коэффициент	Самочувствие	Активность	Настроение
Проблемно-ориентированный копинг	Коэффициент корреляции	0,172	0,202	0,072
	Знач. (2-сторон)	0,364	0,283	0,705
Эмоционально-ориентированный копинг	Коэффициент корреляции	-0,064	0,351	0,535
	Знач. (2-сторон)	0,738	0,057	0,002
Копинг,	Коэффициент	0,526	-0,189	-0,103

ориентированный на избегание	корреляции			
	Знач. (2-сторон)	0,003	0,318	0,588
Субшкала «Отвлечение»	Коэффициент корреляции	0,334	-0,321	-0,049
	Знач. (2-сторон)	0,071	0,084	0,799
Субшкала «Социальное отвлечение»	Коэффициент корреляции	-0,229	0,451	0,397
	Знач. (2-сторон)	0,225	0,012	0,030

Анализируя достоверные взаимосвязи, полученные в ходе статистического анализа, можно заключить, что:

– благоприятное самочувствие у женщин в послеродовой период характерно при выраженном копинге, ориентированном на избегание ($R_s = 0,526$ при $p = 0,003$);

– выраженная активность у женщин в послеродовой период наблюдается при выраженном социальном отвлечении ($R_s = 0,451$ при $p = 0,012$);

– благоприятное настроение у женщин в послеродовой период характерно при выраженном эмоционально -ориентированном копинге ($R_s = 0,535$ при $p = 0,002$) и социальном отвлечении ($R_s = 0,397$ при $p = 0,030$).

Таким образом, гипотеза, выдвигаемая в начале исследования, подтвердилась.

Практическая значимость заключается в том, что результаты исследования могут быть использованы для групповой работы, направленной на оптимизацию самочувствия женщин в дородовом и послеродовом периодах, а также отношения женщины к беременности и собственному материнству, профилактику девиантного материнства.

Литература

1. Исаева Е.Р. *Копинг-поведение и психологическая защита личности в условиях здоровья и болезни*: монография. – СПб.: Издательство СПбГМУ, 2017. – 188 с.
2. Карнелович М. М. Статистическая оценка предикторов самочувствия и совладающего поведения матерей, воспитывающих детей с особенностями психофизического развития. *Вестник Брэсц. ун-та. Сер, 3. Фізал. Педаг. Псіхал.* – 2016. – № 2. – С. 184–190.
3. Совладающее поведение: современное состояние и перспективы /под ред. А. Л. Журавлева, Т. Л. Крюковой, Е. А. Сергиенко. – М.: Изд-во ИП РАН, 2008. – 474 с.