

self-efficacy as a resource for coping with stress. Significant negative correlations between subject and interpersonal self-efficacy and signs of chronic stress were revealed.

Keywords: self-efficacy, interpersonal and subject self-efficacy, stress, chronic stress

БАЗИСНЫЕ УБЕЖДЕНИЯ И УСТАНОВКИ В ОТНОШЕНИИ ВОСПИТАНИЯ У РОДИТЕЛЕЙ С РАЗНЫМ УРОВНЕМ РОДИТЕЛЬСКОГО СТРЕССА

Тихонова И.В., Мисиюк Ю.В.

Костромской государственный университет (г. Кострома)

mailto:inn.007@mail.ru, misiyuk@ysmu.ru

Аннотация. В условиях повышенных социальных требований к стандартам выполнения родительской роли исследование факторов интенсификации родительского стресса является актуальным и практически значимым. Представлены результаты исследования базисных убеждений личности и установок на интенсивное родительство у родителей (воспитывающих «нормотипичных» детей) с разным уровнем родительского стресса. Путем кластеризации выделены 3 группы родителей с высоким, умеренным и низким уровнем родительского стресса. Выявлено, что у родителей с высокой стрессогенностью родительской роли достоверно ниже установки на стимуляцию детского развития, детоцентризм, удовольствие и готовность прилагать усилия для развития. Эти родители имеют невысокий уровень позитивного самовосприятия и уверенности в контроле над жизнью.

Ключевые слова: родительский стресс, факторы родительского стресса, базисные убеждения личности, установки на интенсивное воспитание.

Воспитание успешного ребенка в современном обществе рассматривается как жизненный проект родителя, характеризующий и его эффективность. Высокие требования к родительской роли, навыкам и компетенциям родителя транслируются со стороны педагогического и психологического сообщества. Родительский стресс (РС), который определяется как реакция в виде эмоциональных переживаний, связанных с неудовлетворенностью от реализации родительской роли (Deater-Deckard, 1998) в настоящий момент признается обыденным состоянием, возникающим почти у каждого родителя. Существует риск негативного долгосрочного влияния интенсивного и дисфункционального родительского стресса на здоровье и благополучие родителя, но также опосредо-

ванного воздействия и на развитие и благополучие ребенка. В связи с этим исследование факторов и механизмов интенсификации родительского стресса в настоящее время представляется актуальным и практически значимым.

Факторы родительского стресса активно изучаются в современной психологии. Среди них отмечаются: социально-демографические (например, пол, возраст, материальная обеспеченность), социально-психологические (социальная поддержка, конфликты в семье), психологические характеристики ребенка (темперамент младенцев, нарушения развития и детские болезни, поведенческие проблемы); психологические характеристики родителя и его жизни (дефицит времени, сна, стиль воспитания, эмоциональное состояние). Важно отметить, что при этом в литературе отсутствует сравнение относительной важности различных видов факторов стрессогенности родительской роли. Хотя это, на наш взгляд, дает возможность анализа главных и второстепенных факторов, основных и сопутствующих условий, механизмов интенсификации родительского стресса. В данной работе мы сконцентрировались на исследовании личностных и родительских установок как факторов родительского стресса.

Современные исследования механизмов и факторов стресса значительную роль отводят убеждениям и установкам личности. Базисные убеждения личности 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, 2008). На их основе человек трактует происходящие в его жизни события и формирует свое отношение к ним, их устойчивость определяет адаптивные способности личности. Соответственно в стрессогенных для родителя ситуациях «разрушения» базисных личностных убеждений может выступать в качестве механизма интенсификации родительского стресса. Стрессогенность родительской роли усиливается в условиях интенсивных родительских практик, под которыми понимается поведение родителей, опирающееся на установки о необходимости активного когнитивного развития детей через активное участие во всех сферах их жизни. (Мисиук, Тихонова, Хазова, 2022). Следование стандартам родительства с высокой степенью участия приводит к отказу от собственных потребностей, пренебрежению к собственному благополучию, истощает эмоциональную сферу, что повышает риск интенсификации родительского стресса.

С целью изучения специфики личностных и родительских установок у родителей с разным уровнем родительского стресса было проведено исследование, в котором приняли участие 287 человек: 226 женщин, 61 мужчина ($M = 41,89$), имеющие детей (ребенка) с нормотипичным развитием. В исследовании использовались следующие методики: опросник «*Методика исследования удовлетворенности родительской ролью*» («Parent Satisfaction Scale», C.F. Halverson, H.P. Duke, 1991) в адаптации Е.В. Куфтяк; опросник «*Шкала родительского стресса*» («Parental Stress Scale» Berry, Jones, 1995), русскоязычная версия в адаптации Ю.В. Мисиюк, И.В. Тихоновой, 2022, 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 Мисиюк Ю.В., 2022; модификация опросника «*Шкала базисных убеждений*» Р. Янофф-Бульман (World assumptions scale (WAS) Janoff-Bulman, в адаптации М. А. Падун и А. В. Котельниковой). Статистическая обработка проводилась с использованием программы SPSS.22, вычислялся Н-критерий Краскела-Уоллиса. Проводилась кластеризация методом k-средних.

На первом этапе исследования с помощью метода кластерного анализа (K-means), проведенного на основании выраженности симптомов родительского стресса респонденты были разделены на три группы: с высоким ($n_1 = 29$), умеренным ($n_2 = 129$), низким ($n_3 = 129$) уровнем стресса. Полученные кластеры достоверно не отличаются по социально-демографическим показателям, но в 1 и 2 кластере больше доля семей с 2 и более детьми, а также больше респондентов мужского пола. Выделенные группы достоверно ($p = 0.000$) различаются по всем показателям родительского стресса (общий уровень РС, потеря контроля, родительские стрессоры, неудовлетворенность, родительский ущерб), но также и по показателям удовлетворенности родительской ролью (тяжесть и важность родительской роли, удовлетворение от воспитания). Это позволяет рассматривать снижение удовлетворенности от родительской роли в качестве одного из механизмов возникновения РС.

На втором этапе исследования происходило изучение установок на интенсивное родительство. Оно показало, что у родителей с высоким уровнем стресса и низкой удовлетворенностью родительской ролью значимо ниже, чем у респондентов 2 и 3 кластера представлены установки на стимуляцию ($M/n_1 = 15,96$, $M/n_2 = 18,23$, $M/n_3 = 19,19$; $p = 0.000$), детоцентризм ($M/n_1 = 10,00$, $M/n_2 = 11,24$, $M/n_3 = 11,39$; $p = 0.047$), готовность получать удо-

вольствие от воспитания ($M/n1 = 15,11$, $M/n2 = 18,11$, $M/n3 = 19,88$; $p = 0.000$) и вкладывать свой труд $M/n1 = 22,64$, $M/n2 = 24,22$, $M/n3 = 25,29$; $p = 0.013$).

Исследование выраженности базисных личностных убеждений выявило достоверные различия по убеждениям, касающимся Образа Я и Контроля над жизнью. Группа респондентов с высоким уровнем стресса демонстрирует меньшую веру в позитивность в Образа Я ($M/n1 = 59,64$, $M/n2 = 72,95$, $M/n3 = 78,42$; $p = 0.047$) и убежденности в способности контролировать собственную жизнь $M/n1 = 61,43$, $M/n2 = 68,06$, $M/n3 = 72,36$; $p = 0.030$).

Анализируя отраженную здесь часть полученных эмпирических данных, мы можем говорить, что сообщество родителей детей с нормотипичным развитием в целом демонстрирует «радужную» картину в показателях родительского стресса. Он невысок у большинства родителей, напряжение, связанное с родительской ролью, отрицается.

Лишь 10 % родителей в нашем исследовании признают сравнительно высокий уровень родительского стресса и неудовлетворенность собой как родителем. Данная группа представляет наибольший исследовательский интерес с точки зрения выявления механизмов и факторов формирования родительского стресса.

Как мы увидели для них характерен низкий уровень убежденности в необходимости стимулировать развитие ребенка. Они не готовы воспринимать ребенка как центр собственной жизни и прикладывать многого труда для его развития, не рассматривают воспитание как источник получения удовольствия. По результатам исследования определяется психологический портрет отстраненного родителя, который не испытывает потребности быть включенным в воспитание детей. Однако, он при этом имеет невысокий уровень позитивного самовосприятия и не уверен в способности управлять собственной жизнью. Это согласуется с результатами некоторых исследований, согласно которым восприятие родительской роли как ограничивающей приводит к усилению РС (Mikolajczak, Raes, Avalosse, Roskam, 2018).

Мы предполагаем, что у российских родителей, установки на интенсивное родительство скорее будут отражать поиск смысла и реализации через родительство. Это позволяет поддерживать базисные верования, которые помогают преодолевать родительский стресс. Перспективой исследования является выделение взаимосвязей и детерминаций установок и РС, удовлетворенности родительством в выделенных группах, что и будет предпринято при дальнейшем анализе эмпирических данных.

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

Литература

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

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

Deater-Deckard K. Parenting stress and child adjustment: Some old hypotheses and new questions / K. Deater-Deckard // Clinical Psychology: Science and Practice. – 1998. – № 5 (3). – Pp. 314 – 332.

Mikolajczak M. Exhausted parents: Sociodemographic, child-related, parent-related, parenting and family-functioning correlates of parental burnout. / M. Mikolajczak, M.E. Raes, H. Avalosse et al. // Journal of Child and Family Studies. – 2018. – Vol. 27. (2). – Pp. 602–614.

BASIC BELIEFS AND ATTITUDES ABOUT PARENTING IN PARENTS WITH DIFFERENT LEVELS OF PARENTAL STRESS

Tikhonova I.V., Misiyuk. Y.V.

Kostroma State University (Kostroma)

Abstract. We live in conditions of increased social requirements to the standards of performing the parental role. Therefore, the study of the factors of intensification of parental stress is relevant and practically significant. The article presents the results of a study of the basic beliefs of the individual and attitudes towards intensive parenting among parents of "normotypic" children. By clustering, 3 groups of parents were identified: with high, moderate and low levels of parental stress. It was revealed that parents with high parental stress have significantly lower attitudes to stimulating child development, child-centrism, pleasure and willingness to make efforts for development. These parents have a low level of positive self-perception and confidence in life control.

Keywords: parental stress, factors of parental stress, basic beliefs of the individual, attitudes to intensive education.

The research was carried out at the expense of the grant of the Russian Science Foundation N. 22-28-00678, <https://rscf.ru/en/project/>