

ПСИХОЛОГИЧЕСКИЕ ОСОБЕННОСТИ ОТНОШЕНИЙ СУПРУГОВ, ОЖИДАЮЩИХ ПОЯВЛЕНИЯ РЕБЕНКА

И.Г. Дорошина (Пенза)

Аннотация. Рассматривается период ожидания ребенка с позиции супружеских отношений. Описываются особенности психологического состояния женщины на разных этапах беременности. Приводятся данные эмпирического исследования супружеских отношений в семьях, ожидающих ребенка, и бездетных.

Ключевые слова: беременность; супружеские отношения; психологическое состояние; удовлетворенность браком; семейные роли; поведение в конфликте.

Образование семьи начинается с союза непохожих друг на друга мужчины и женщины, стремящихся стать единым целым. Гармония в браке зависит от отношений между супругами, которые тем благоприятнее, чем больше они стараются понять друг друга, найти точки соприкосновения своих индивидуальных позиций и научиться взаимодействовать с партнером. Именно отношения равных партнеров, а не доминирование–подчинение способствуют диалогу между супругами, а в дальнейшем – между родителями и детьми.

Как показывают исследования, одним из ведущих факторов успешного протекания беременности и формирования взаимоотношений на этом этапе является роль мужа. Оценивая психологическую связь отца с еще нерожденным ребенком, В.Х. Манеров установил, что в начале беременности только 27% мужчин чувствуют эту связь, тогда как к концу беременности 82% отцов указывали, что они чувствуют психологическую связь и испытывают определенные чувства к пока еще нерожденному ребенку [1. С. 338–340]. Анализируя психологическую реакцию отцов на первое шевеление плода у супруги, установили, что на ранних сроках беременности 19% мужчин испытывают радость, у 8% возникает интерес, а 73% мужчин испытывают реактивную тревогу. Изучение причин тревоги отцов при внутриутробном шевелении плода у супруги показало, что 55% отцов связывают тревогу со здоровьем будущего ребенка, 18% испытывают волнение за малыша и за состояние здоровья будущей матери, а 27% мужчин затруднились назвать причину своей тревоги.

Опыт ожидания ребенка уникален как для отца, так и для матери. Каждый из них открывает новые грани отношений с миром, обществом, друг с другом и растущим ребенком. Эмоции, испытываемые на протяжении беременности, изменчивы и порой противоречивы. Чувства отца, как и переживания жены, ценны и заслуживают внимания. Игнорирование чувств другого создает атмосферу недоверия и обид в семье.

Период ожидания ребенка характеризуется изменением психологического состояния женщины. Эмоциональная жизнь женщины в первые месяцы беременности сопряжена с частыми сменами настроения. Легко появляются слезы. Беременная может испытывать мучительные физические ощущения: страдать от изжоги

и запора, тошноты и рвоты. Неприятные реакции организма могут быть спровоцированы резкими запахами, духотой в комнате.

На недомогания и обостренную чувствительность жены мужчины реагируют по-разному. Особо впечатлительные отцы настолько вживаются в состояние супруги, что сами испытывают тошноту, изменение аппетита, прибавление в весе и т.д. Другие пытаются повлиять на жену, настойчиво требуя от нее соблюдения всех рекомендаций, строгой диеты и оберегая от любых забот и движений. Такое поведение может быть попыткой полностью подчинить себе беспомощную супругу и касаться только ее отдыха (например, ходить к подруге или по магазинам запрещают, а своевременно приготовленный обед требуют). Третьи вовсе не обращают внимания на «капризы» будущей мамы – все, мол, женщины через это проходят; причем любое адекватное желание женщины интерпретируется как прихоть. Многие мужчины испытывают чувство растерянности перед непривычным состоянием жены, что может привести к ощущению одиночества, стремлению отдалиться от дома. Некоторых оно даже раздражает, т.к. нарушает привычный комфорт мужской жизни.

На следующем этапе беременности, к четвертому месяцу, ситуация меняется. Будущая мама чувствует себя достаточно хорошо. Хорошее самочувствие и эмоциональное состояние помогают матери выполнить еще одну важнейшую функцию: дать понять ребенку, что он любимый, и самой почувствовать любовь к нему. Для этого совершенно не обязательно сознательно адресовать свои эмоции ребенку. Вполне достаточно переживать приятные ощущения во время шевеления плода и уметь возвращаться от кратковременных неприятных впечатлений к устойчивому положительному состоянию. К сожалению, существует довольно много факторов, мешающих женщине порадоваться процессу предвкушения материнства. Сегодня редкая женщина обходится без госпитализаций во время беременности, большинство сталкиваются с определенными проблемами. Далеко не все женщины могут позволить себе не работать или хотя бы не напрягаться в это время, часто они продолжают трудиться в полную силу, готовясь к длительному периоду безденежья. Хозяйственные заботы, а особенно в совокупности с воспитанием

старшего ребенка (или детей), еще больше сокращают возможность спокойно-радостного переживания беременности.

Второй триместр оценивается психологами как время самых гармоничных отношений в супружеской паре. Супруги уже адаптировались к новой ситуации, посмотрели друг на друга новыми глазами, приняли факт, что теперь их стало трое.

В последние месяцы беременности многие отмечают прилив энергии: становятся более продуктивными в работе, успевают больше, чем всегда, как будто получают силы на двоих. В такой ситуации многие женщины тяготеют к чрезмерной опеке со стороны окружающих, проявлением повышенного внимания к состоянию их здоровья, им досаждают требования беречь себя. Женщины благодарны мужьям, которые доверяют их собственной оценке своих сил и, оказывая помощь, когда это требуется (например, в передвижении и перемещении тяжестей), организуют совместный досуг и ограждают от разговоров с навязчивыми собеседниками.

Но бывает и по-другому. Не все женщины столь позитивно смотрят на жизнь, не замечая ничего, кроме беременности. Есть за двоих тяжело, и еда становится мукой, т.к. пару часов после еды очень трудно дышать. Не каждая женщина удовлетворена своим внешним видом, особенно если привыкла быть привлекательной и следить за собой. Любимую одежду надеть невозможно, надо обновлять весь гардероб, что увеличивает материальные расходы (кроме лекарств и обследований), или ходить всю беременность в одной вещи, что действует на женщину угнетающе. Многих раздражает необходимость регулярного посещения врачей и сдачи анализов, особенно если есть очереди, в которых приходится долго сидеть или стоять. При этом на работе начальство часто не делает никаких поблажек. Усугубляют положение материальные трудности, особенно если у мужа невысокая заработная плата.

Чтобы прожить этот переходный период спокойнее и вынести из него положительный опыт взаимодействия, лучше как можно раньше совместными усилиями искать пути предупреждения и разрешения напряженных ситуаций.

Важным шагом во взаимоотношениях супругов является принятие решения относительно участия отца в родах. Хотя большинство поколений отцов не видело родов своих детей, сегодня участие отца в родах стало достаточно распространенным явлением. Однако некоторые пары беспокоит вопрос, не упадет ли отец в обморок и не станет ли следствием его наблюдений потеря сексуальной привлекательности жены. На оба вопроса можно ответить отрицательно, если решение о совместных родах было хорошо продумано и принято обоими супругами и если они оба прошли специальные курсы подготовки. В противном случае опыт может стать действительно негативным. Представьте себе: женщина испытывает страдание, вызывает о помощи, а

любимый муж стоит и наблюдает. На Интернет-сайте, посвященном беременности и родам, один отец делился своими воспоминаниями о том, как он «рожал вместе с женой»: «Ничего страшного там нет, во время учебы в медучилище я все уже видел, так что даже кофе попил». Женщины, наверное, поймут, каково было его жене, когда она, мучаясь от боли и страха, рожала их совместного ребенка, а муж сидел и спокойно пил кофе, т.к. «это кино» он уже видел.

Однако опыт совместной работы по рождению ребенка может стать запоминающейся страницей в истории семьи и послужить ее сплочению, что подтверждают многие семейные пары. Решение о совместных родах может быть оптимальным, если жена доверяет мужу и муж хочет помочь ей и ребенку и чувствует в себе для этого достаточно сил. В этом случае жене могут принести большую пользу касание руки мужа и его ободрение, чем присутствие врачей. Еще один немаловажный факт: в процессе родов женщина беспомощна, ее жизнь и жизнь ее ребенка зависят в большой степени от медперсонала, который, как всем известно, не всегда проявляет достаточное внимание к «бесплатным» и «неблатным» пациенткам. Муж может оказать значительную помощь в установлении должного взаимодействия между роженицей и медработниками.

Таким образом, семейные взаимоотношения супругов, ожидающих появления ребенка, формируются под воздействием многих факторов и влияют на внутриутробное и послеродовое развитие ребенка, что делает их изучение особенно актуальным.

Нами было проведено исследование супружеских отношений в семьях, ожидающих появления ребенка и не являющихся таковыми. В исследовании приняли участие молодые супружеские пары города Пензы: 15 супружеских пар, ожидающих появления ребенка, и 15 супружеских пар без детей, всего 60 человек.

На основании методики «Удовлетворенность браком» можно отметить, что наиболее удовлетворенными являются мужчины, ожидающие появления ребенка. Это единственная категория испытуемых, в которой все удовлетворены брачными отношениями. Ситуация чуть хуже у беременных женщин. Мужчины и женщины, не ожидающие появления ребенка, менее удовлетворены своими отношениями. На наш взгляд, и мужчины и женщины, ожидая ребенка, ощущают, что они выполняют главную миссию своего брака – продолжают свой род. Это осознание придает больше значимости и внутрисемейным отношениям. Можно добавить, что в период беременности женщина старается избегать стрессов, а любящий муж проявляет повышенную заботу о супруге, балует ее (и тем самым еще неродившегося ребенка). За счет этого сглаживаются многие конфликтные ситуации, которые в другое время привели бы к ссоре. Большинство супругов имеют сходную между собой степень удовлетворенности брачными отношениями. Среди семей, ожидающих появления ребенка, 4 семьи

имели разную степень удовлетворенности, причем более низкий уровень обнаружен у женщин. Среди семей, не ожидающих появления ребенка, также имеются 4 семьи с разным уровнем удовлетворенности супругов, в трех из них жена относится к браку хуже, чем муж. Очевидно, женщины вкладывают в семью больше физических и эмоциональных сил, в то время как мужчина считает себя ответственным только за материальное обеспечение. Таким образом, мужчина в брачных отношениях – больше принимающая сторона, а женщина – больше дающая. Конечно, это справедливо не для всех семей. Что касается конкретно будущих мам, то более низкий уровень удовлетворенности семейными отношениями можно объяснить тем, что беременность является очень сложным периодом в жизни женщины как в физическом, так и в психологическом плане. Женщина нуждается в особой поддержке со стороны мужа, которую не всегда получает, потому что не каждый мужчина способен оценить уникальность и сложность состояния своей жены.

Анализируя результаты методики К. Томаса «Тактика поведения в конфликтной ситуации», можно отметить, что мужчины, ожидающие появления ребенка, менее склонны к соперничеству, сотрудничеству и избеганию, чем женщины, не ожидающие ребенка. Вместо этих стилей они используют тактику компромисса, частично удовлетворяющую интересы обеих сторон. Беременные женщины больше приспосабливаются к партнеру, больше идут на компромисс, а также чаще избегают конфликтов. Они перестают пользоваться стратегией соперничества и, как и мужья, реже сотрудничают. То есть в ситуации, когда женщина является наиболее уязвимой и больше обычного нуждается в защите и поддержке со стороны мужчины, они меньше настаивают на своем, а мужья меньше им уступают.

Методика «Рольевые ожидания и притязания в браке» помогла количественно определить представления супругов о значимости в семейной жизни сексуальных отношений, личностной общности мужа и жены, родительских обязанностей, профессиональных интересов каждого из супругов, хозяйственно-бытового обслуживания, моральной и эмоциональной поддержки, внешней привлекательности партнеров. Для мужчин, ожидающих появления ребенка, более характерна личностная идентификация с партнером, чем для других мужчин ($t_{st}=2,189$, $p<0,05$). В этот период они больше ожидают от жены общности интересов, ценностных ориентаций и совместного времяпрепровождения, у них возрастают ожидания по отношению к супругам в хозяйственно-бытовой сфере ($t_{st}=2,15$, $p<0,05$). Мы можем предположить, что современные семьи в большинстве поверхностно эгалитарные, т.е. оба супруга работают вне дома, зарабатывают часто поровну, делят домашние обязанности и совместно принимают решения. Когда женщина ждет ребенка, готовится к уходу в декретный отпуск, а тем более рождает ребенка, она становится беспомощной в материальном отношении, у нее ограничивается свобода

передвижения, прерывается карьерный рост. Таким образом, беременная женщина и молодая мать зависят от мужа, т.е. семья становится патриархальной: добытчик – муж, домохозяйка – жена. Мужчина ожидает от жены большего внимания к хозяйственным вопросам, раз она все равно «сидит дома и ничего не делает»; возрастают также притязания в родительско-воспитательной сфере ($t_{st}=2,06$, $p<0,5$), т.е. мужчины чувствуют себя готовыми к воспитанию ребенка.

У беременных женщин меньше ожидания внешней привлекательности ($t_{st}=-3$, $p<0,01$) и притязаний ($t_{st}=-3,15$, $p<0,01$), многие чувствуют себя некрасивыми, что доставляет много неприятных эмоций. Привлекательность мужа только усиливает это впечатление, поэтому, не имея объективных возможностей выглядеть так, как хотелось бы, женщина и от мужа не ждет особой привлекательности.

У женщин, не ожидающих ребенка, по сравнению с их мужьями выше ожидания в хозяйственно-бытовой сфере ($t_{st}=-3$, $p<0,01$) и притязания ($t_{st}=-2,12$, $p<0,05$); выше ожидания в сфере социальной активности ($t_{st}=-2,3$, $p<0,05$); ожидания внешней привлекательности ($t_{st}=-2,5$, $p<0,05$).

Анализируя полученные данные, можно отметить, что в семьях, не ожидающих ребенка, значительно выше ролевая несогласованность между супругами в хозяйственно-бытовой сфере, хотя этот показатель и не является статистически достоверным. На наш взгляд, это объясняется тем, что многие супруги, ожидающие появления ребенка, меньше внимания уделяют домашним хлопотам, чтобы поберечь женщину и не ссориться из-за мелочей. Однако в этих семьях выше несогласованность в интимно-сексуальной сфере, что можно объяснить нелегким физическим состоянием многих беременных женщин и запретами, которые накладывают врачи на сексуальную жизнь во время беременности.

Под ролевой адекватностью мы понимаем разницу между ожиданиями партнера и собственными притязаниями. Если разница велика, значит, испытываемый не соответствует ожиданиям своего супруга, т.е. неадекватен.

У мужчин, не ожидающих ребенка, наиболее высокие показатели ролевой неадекватности в хозяйственно-бытовой, родительско-воспитательной сферах и сфере социальной активности. Можно предположить, что современные женщины, настроенные на эгалитарный брак, ожидают от мужчин намного больше помощи в бытовых вопросах и просто времени, проводимого дома. А мужчины предпочитают вместо выполнения домашних обязанностей проводить время вне дома, на работе или отдыхе. К выполнению родительской функции они еще не готовы, в отличие от женщин, настроенных на будущее материнство с раннего детства. В период ожидания ребенка неадекватность в сфере социальной активности не меняется, т.е. мужчины не проводят больше времени дома с женой. Домашнему хозяйству они начинают уделять больше времени, но все равно меньше, чем хотелось бы их женам.

У беременных женщин по сравнению с небеременными меньше ролевая адекватность в хозяйственно-бытовой сфере ($t_{st} = 2,313$, $p < 0,05$) и сфере внешней привлекательности ($t_{st} = 2,182$, $p < 0,05$), т.е. они не оправдывают ожидания мужей в тщательности выполнения хозяйственных обязанностей и не могут соответствовать их эталонам красоты.

У женщин, не ожидающих ребенка, по сравнению с их мужьями выше ролевая адекватность в хозяйственно-бытовой сфере ($t_{st} = 3,942$, $p < 0,001$), в сфере социальной активности ($t_{st} = 2,96$, $p < 0,01$), сфере внешней привлекательности ($t_{st} = 3,282$, $p < 0,01$).

Таким образом, мужчины, ожидающие появления ребенка, наиболее удовлетворены браком по сравнению

с остальными категориями испытуемых, менее склонны к соперничеству, сотрудничеству и избеганию и чаще используют тактику компромисса в конфликтных ситуациях. Для них характерна личностная идентификация с партнером, однако возрастают ожидания по отношению к женам в хозяйственно-бытовой сфере и притязания в родительно-воспитательной сфере. Беременные женщины чаще приспосабливаются к партнеру, больше идут на компромисс и чаще избегают конфликтов. У них снижены ожидания и притязания внешней привлекательности.

Коррекционная работа с семьями, ожидающими появления ребенка, должна быть направлена на изменение стратегий поведения в конфликтных ситуациях и согласование ролевых ожиданий супругов.

Литература

1. Манеров В.Х. Воспитание отцов // Ананьевские чтения-2001: Тезисы науч.-практ. конф. СПб., 2001.

PSYCHOLOGICAL FEATURES OF RELATIONS OF THE SPOUSES, EXPECTING THE CHILD BIRTH

Doroshina I.G. (Penza)

Summary. Authors consider the period of expectation of the child from the spouse relations position. The features of the psychological condition of a woman at different stages of pregnancy are described. There is also some statistics of the empirio researches of matrimonial relations in the families expecting the child and childless families, that is cited here.

Key words: pregnancy; matrimonial relations; psychological condition; satisfaction marriage; family roles; behaviour in the conflict.