

ЖИЗНЕСТОЙКОСТЬ В КОНТЕКСТЕ ПРОБЛЕМЫ РОДИТЕЛЬСТВА

В статье проводится теоретический анализ особенностей развития такой сферы деятельности взрослых как родительство и ее связи с жизнестойкостью. Дается краткий анализ понятия «жизнестойкость», ее структурных компонентов, направлений исследований концепции жизнестойкости

На сегодняшний день проблема соотношения детско-родительских отношений и эмоционального благополучия дошкольников не остается без внимания в возрастной психологии. Родительское отношение и родительство включает в себя субъективно-оценочное, сознательно-избирательное представление о ребенке, которое определяет особенности родительского восприятия, способ общения с ребенком, характер приемов воздействия на него. Работы по выявлению стилей родительского отношения часто имеют характер «срезового» исследования, без проведения более глубокого анализа причин нарушений семейной системы и эмоционального благополучия детей [1, 2, 4, 13, 14, 15]. На наш взгляд, в этой области важно придавать большее значение учету характеристики личности самого родителя. Одной из таких характеристик может выступать жизнестойкость личности. В данной статье дается краткий теоретический обзор феномена жизнестойкости в контексте исследований родительства.

Жизнестойкость является неотъемлемой частью личности человека, активного по отношению к миру, ответственного, обладающего высокой мотивированностью, стремлением к познанию и творчеству. Ранние работы по жизнестойкости, как и введение термина «hardiness» в 80-х гг. XX в. Сальватором Мадди (США), проводились в первую очередь в зарубежной психологии. Впоследствии стал более распространен термин «resilience» (жизнестойкость). Отечественные исследования жизнестойкости представлены в нескольких направлениях:

1. Жизнестойкость в структуре личности как экзистенциальная проблема (ценностно-смысловое направление исследований). Жизнестойкость трактуется как личностная черта (Д. А. Леонтьев, А. А. Климов); как интегральная характеристика личности (С. В.

Книжникова, Т. В. Наливайко, Д. А. Циринг, О. А. Юрина, Т. В. Володина, А. Н. Фомина); как личностное качество (Е. А. Байер, Т. М. Каневская, Г. В. Ванакова); как психологическое свойство личности, система навыков и установок (С. А. Богомаз, М. А. Одинцова, Е. Г. Шубникова, И. А. Баева, Н. Н. Баев); как психологическое образование, система убеждений (М. В. Логинова, Т. В. Конюхова, Е. Т. Конюхова, Н. О. Леоненко); как способность (Л. А. Александрова, И. Я. Гурович, Я. А. Сторожакова).

2. Жизнестойкость как проявление интегральной индивидуальности (уровневый подход). Жизнестойкость рассматривается как характеристика индивидуальности и имеет многоуровневую структуру (В. Д. Шадриков, Т. В. Наливайко, А. Н. Фомина, Л. Н. Молчанова, А. И. Редькин).

3. Жизнестойкость как ресурс (теория ресурсности) (А. А. Криулина, С. Л. Рубинштейн, Б. Г. Ананьев, Е. И. Рассказова, Р. И. Стецишин, Л. Л. Крючкова, С. А. Калашникова, М. А. Одинцова, Е. Г. Шубникова).

4. Жизнестойкость в контексте психического развития. Жизнестойкость выступает как критерий психического развития (М. В. Богданова, О. В. Хухлаева), как фактор защиты и благоприятного развития (Н. М. Волобуева, Е. В. Шварева, Т. О. Арчакова).

В исследовательском сообществе общепризнанной остается структурная модель жизнестойкости С. Мадди [12]. Жизнестойкость представляет собой систему убеждений о себе, о мире, об отношениях с миром [5].

Жизнестойкость состоит из трех отдельных характеристик/компонентов или аттитудов: вовлеченность (включенность, обязательства); контроль; принятие риска (вызов). Человек, который является жизнестойким, рассматривает потенциально стрессовые события как значимые и интересные (вовлеченность), видит себя способным изменить

эти события (контроль) и, наконец, используют изменения для роста и развития (принятие риска).

На основе теоретического анализа отечественных и зарубежных подходов мы определяем жизнестойкость человека как интегральную личностную компетенцию, которая помогает активно и творчески проживать свою жизнь и эффективно преодолевать стрессогенные события, преобразуя их в возможности для личностного развития. Вслед за Д. Леонтьевым мы рассматриваем жизнестойкость через три аттитюда: вовлеченность, контроль, принятие риска.

Вовлеченность дает силы и мотивирует человека к реализации, лидерству, здоровому образу мыслей и поведению. Слабо развитый компонент вовлеченности порождает чувство отвергнутости, ощущение себя «вне» жизни. Второй компонент, «контроль» (control), мотивирует к поиску путей влияния на результаты стрессогенных изменений в противовес впаданию в состояние беспомощности и пассивности. При высоком воспринимаемом контроле человек концентрируется на выполнении задачи, находящейся не просто в рамках его возможностей, но и на грани их, он инициирует поведение. При низком уровне воспринимаемого контроля человек избегает сложностей, предпочитает ставить легко достижимые цели, остаётся пассивным. Принятие риска – это убежденность человека в том, что все, что с ним случается, способствует его развитию за счет знаний, извлекаемых из опыта, как позитивного, так и негативного [5].

Таким образом, можно выделить следующие маркеры компонентов жизнестойкости. Вовлеченность может включать: сформированную систему ценностей и смыслов, личностные устремления и желания, продуктивность, активную жизненную позицию, чувство справедливости, профессиональные знания, умение их применять. Контроль включает такие характеристики, как чувство личной ответственности, паттерн адаптивных защитных механизмов и копинг-стратегий, быстрая реакция, сильная воля, инициативность, бытовые навыки, адекватная оценка своих слабых и сильных сторон, принятие критики. Принятие риска включает в себя: планирование, гибкость, мужество, оптимизм, поиск нового, творческие способности, жизненный опыт, развитые социальные и

коммуникативные навыки, уверенность в себе и в своем решении.

По нашим сведениям, отсутствуют исследования, которые выявляли бы влияние родительской жизнестойкости на эмоциональное благополучие их детей. Изучение связи жизнестойкости родителя и эмоционального благополучия ребенка дошкольного возраста может дать более глубокий анализ причин возникновения нарушений психологического здоровья ребенка, нарушений семейной системы, родительского выгорания.

Мы предполагаем, что жизнестойкость как интегральная характеристика личности взрослых людей создает предпосылки для изучения ее влияния на особую сферу деятельности – родительство, на систему детско-родительских отношений и построение семейных отношений, на сохранение психологического здоровья и эмоционального благополучия детей дошкольного возраста.

Родительство является социально-психологической функцией каждого человека, которую обычно изучают в двух направлениях – отцовство и материнство. Р. В. Овчарова выделяет принципы для лучшего понимания феномена родительства [6]:

1. Феномен родительства системно детерминирован.

Родительство – это одновременно самостоятельная система и подсистема по отношению к системе семьи.

2. Феномен родительства многогранен.

Его рассматривают на двух уровнях, они же этапы родительства: как сложную комплексную структуру индивида, и как надиндивидуальное целое.

3. Феномен родительства сложно структурирован.

Первый уровень – индивидуально-личностные особенности одного из родителей. Такой особенностью может выступать жизнестойкость личности.

Второй уровень – оба супруга в единстве их ценностных ориентаций, родительских позиций, чувств и т. д. по отношению к семейной системе.

Третий уровень – родительство во взаимосвязи с родительскими семьями.

Четвертый уровень – родительство по отношению к системе общества.

Факторы родительства представлены на нескольких уровнях: макроуровень – уровень общества; мезоуровень – уровень родительс-

кой семьи, микроуровень – уровень собственной семьи и, наконец, уровень конкретной личности.

4. Феномен родительства – явление динамическое, включающее процесс становления и развития.

Родительство как особая функция, формируется постепенно и совершенствуется на протяжении всей жизни взрослого человека. В развитой форме включает в себя компоненты: ценностные ориентации супругов (семейные ценности); родительские установки и ожидания; родительское отношение; родительские чувства; родительские позиции; родительскую ответственность; стиль семейного воспитания. Жизнестойкость каждого из родителей становится благоприятным фактором для полноценного развития перечисленных позиций в системе родительства.

Ценностные ориентации родителей, наш взгляд, тесно связаны с ценностно-смысловой составляющей жизнестойкости. Жизнестойкость родителя может выступать как основа формирования семейных ценностей, принципов и одновременно являться ресурсом для оптимального решения возникающих трудностей в выполнении роли родителя, сохраняя имеющиеся смыслы и ценности. При этом жизнестойкость позволяет родителю более гибко подходить к решению трудностей и трансформировать уже сформированные ценностно-смысловые установки и принципы, если они не позволяют личности родителя развиваться и совершенствоваться.

Установки и ожидания супругов по отношению друг к другу как к родителю имеют большое значение. Происходит распределение функций и ролей, которое влияет на удовлетворенность браком. Жизнестойкость каждого из родителей может оказывать решающее значение в данном случае. Сформированные компоненты жизнестойкости, такие как контроль и принятие риска, могут конструктивно помогать решать задачи, стоящие перед молодыми родителями, избегая конфликтов, не перекладывая ответственность друг на друга в ситуации неуспеха. Вовлеченность, как компонент жизнестойкости, помогает активно выполнять взятые на себя функции и роли.

Родительские чувства эмоционально окрашивают родительское отношение. Любовь каждого родителя — источник и гарантия эмоционального благополучия человека, под-

держания физического и психического здоровья [7]. Родительская любовь – это высшее проявление родительских чувств, которое формируется в течение жизни человека. В совокупности с высокой жизнестойкостью родительская любовь не только создает благополучные условия для развития своего ребенка, но и «любит» разумно, давая ребенку столько любви и заботы, сколько ему необходимо, а не «душит» его своей любовью (гиперопека).

Ответственность как значимая характеристика жизнестойкого человека переходит в родительскую ответственность. В первую очередь это ответственность перед самим собой, своей совестью. И затем это ответственность за своего ребенка перед социумом.

В целом обозначенные структурные компоненты родительства можно наглядно наблюдать в стиле родительского взаимодействия с ребенком. Исследователями выделено множество различных типов/стилей семейного воспитания и подходов к их рассмотрению. Вот некоторые из них: родительские позиции как совокупность эмоциональных, когнитивных и поведенческих установок (А. Д. Кошелева), родительские стили поведения (В. Н. Дружинин), интегральное принятие—отвержение ребенка, межличностная дистанция, формы и направления родительского контроля и др. (А. Я. Варга и В. В. Столин), типы воспитательного процесса: уровень протекции, полнота удовлетворения потребностей, степень предъявления требований, степень запретов, строгость санкций, устойчивость стиля воспитания (Э. Г. Эйдемиллер), три спектра отношений: симпатия – антипатия, уважение – пренебрежение, близость – дальность (А. С. Спиваковская), четыре типа воспитания: авторитетный, авторитарный, либеральный, индифферентный (Г. Крайг), традиционные родители, современные родители, парадоксальные родители (Дж. Паласиос), детско-родительские отношения типа «хозяин – слуга» до «терпимость – уважение» (Р. Л. Зельман), типы взаимодействия родителя и ребенка (А. А. Шведовская).

При этом большинство исследователей выделяет основные аспекты детско-родительских отношений, такие как: характер эмоциональной связи и стиль взаимодействия с ребенком, мотивы воспитания и родительства, степень вовлеченности родителя, удовлетворение потребностей ребенка; тре-

бования и запреты, способ контроля, санкции (поощрения и подкрепления), родительский мониторинг; степень устойчивости и последовательности (противоречивости) семейного воспитания.

Важно отметить, что семейные воспитательские модели «без ограничений» (гипопротекция, эмоциональное отвержение) в значительной мере обуславливают низкий уровень жизнестойкости [14, 15]. Влияние же уровня жизнестойкости на родительские стили воспитания, по нашим сведениям, недостаточно изучено.

Мы предполагаем, что выбор родителями определенного стиля воспитания существенно опосредован их уровнем жизнестойкости. Родители с высоким уровнем жизнестойкости будут стремиться использовать более конструктивные стили общения со своими детьми. Это косвенно подтверждают некоторые исследования [11]. Например, отцы, активно участвующие в воспитании своих детей, имеют более высокий уровень жизнестойкости.

Высокая жизнестойкость является фактором защиты против феномена родительского выгорания, описанного отечественными и зарубежными исследователями (Л. А. Базалева, Д. С. Данилов, Е. В. Лессова, Ю. В. Попов, М. И. Рожков, J. Coleman, S. R. Latson, M. Linska и др.)

Синдром родительского выгорания включает в себя набор негативных психологических переживаний и дезадаптивного поведения матери и отца в их заботе о детях. Для матери или отца при сильной степени выгорания характерны малая резистентность к стрессовым нагрузкам, сниженная витальность, склонность к депрессии. Забота о детях представляется им как тяжкий груз. Эмоции по отношению к ребенку двойственны: радость и гнев. Такие родители чувствуют враждебность к своим детям и одновременно испытывают чувство вины и тревогу за детей. Они не могут объективно посмотреть на ситуацию, часто обвиняют в неудачах себя и, особенно, своих детей. Родительское выгорание приводит к появлению у ребенка признаков эмоционального неблагополучия. Родители перестают ощущать себя частью социума и не в силах искать социальной поддержки, что может говорить о сниженном уровне жизнестойкости. Одновременно появляется желание снять с себя бремя родительских обязанностей за счет перекалывания их на плечи специалистов (педагогов, врачей, пси-

хологов). Пик родительского выгорания приходится на первые два года жизни ребенка и на возраст 11—12 лет. Также родительское выгорание зависит от возраста самих родителей. Для молодых родителей главными трудностями являются неуверенность в родительской компетентности, отказ от личных интересов, потеря «свободы». Родители старше 35 лет вступают в кризисную фазу, поэтому родительское выгорание может начаться на фоне снижения самооценки и определения роли родительства среди других сфер жизни [3]. Развитая жизнестойкость поможет более эффективно преодолеть кризисный период, переосмыслить и принять свою новую роль в жизни – роль родителя.

Кроме родительского выгорания важное значение имеет степень дисфункциональности семьи. Высоко дисфункциональные семьи оказываются неспособными удовлетворять потребности друг друга в личностном, духовном росте. Сниженный уровень жизнестойкости обоих родителей в совокупности дает низкий уровень жизнестойкости семьи как группы. Трудности, с которыми сталкиваются супруги в дисфункциональной семье, становятся непреодолимыми для них. Далее может возникнуть семейная тревога, которая проявляется у одного или обоих членов семьи, плохо осознается и локализуется. Она проявляется в сомнениях, страхах, опасениях, касающихся семьи. Ее компонентами являются чувство беспомощности и ощущение неспособности вмешаться в ход событий в семье, направить его в нужное русло [10]. Перечисленные характеристики схожи с показателями сниженного уровня жизнестойкости. Высокий уровень жизнестойкости супругов способствует снижению нервно-психического и физического напряжения, восстановлению жизнедеятельности семьи после травмирующего события. В противном случае, в семье возникает непосильное нервно-психическое напряжение или соматическое расстройство, которое в первую очередь испытывает на себе ребенок.

В исследовании семьи с нетипичным ребенком выявлено, что чем выше уровень жизнестойкости родителей, тем выше адаптационные возможности семейной системы. Родители с жизнестойкостью выше стандартизированной обладают большими ресурсами для выстраивания гармоничного взаимодействия с членами семьи, что обеспечивает поддержание баланса в семейном функционировании.

Жизнестойкие убеждения родителей позволяют семейной системе оставаться стабильной, преодолевать трудности и решать проблемы, возникающие в том числе в процессе воспитания нетипичного ребенка. Принятие риска становится важным ресурсом для такой семьи [8].

Таким образом, мы видим, что жизнестойкость родителей становится важным фактором в становлении и формировании семейной системы и поддержке эмоционального

благополучия ребенка. Кроме того, жизнестойкость способствует профилактике родительского выгорания. При столкновении с трудностями жизнестойкость, как интегральная личностная компетенция родителя, помогает эффективно преодолевать их, используя необходимые защитные стратегии и ресурсы и своевременно обращаясь за социальной поддержкой. На следующем этапе нашего исследования мы планируем провести эмпирическую проверку выдвинутых гипотез.

Л и т е р а т у р а

1. Авдеева Н. Н., Кочетова Ю. А. Влияние стиля детско-родительских отношений на возникновение страхов у детей // Психологическая наука и образование. - 2008. - № 4. - С. 35-47.
2. Акулина М. В., Терехина С. А. Особенности восприятия детско-родительских отношений у детей старшего дошкольного возраста в условиях развода // Психология и право. - 2012. - № 2. - С. 1-14.
3. Ефимова И. Н. Эмоциональное выгорание родителей как фактор формирования агрессивного поведения школьников // Безопасность образовательной среды: психологическая оценка и сопровождение : сб. науч. ст. - М. : МГППУ, 2013. - С. 96-100.
4. Кочетова Ю. А. Страхи современных дошкольников и их связь с особенностями детско-родительских отношений // Психологическая наука и образование. - 2012. - № 3. - С. 77-87.
5. Леонтьев Д. А., Рассказова Е. И. Тест жизнестойкости. - М.: Смысл, 2006.
6. Овчарова Р. В. Психологическое сопровождение родительства. - М.: Институт Психотерапии, 2003. - 319 с.
7. Спиваковская А. С. Профилактика детских неврозов (комплексная психологическая коррекция). - М.: МГУ, 1988. - 200 с.
8. Хоросева Е. В. Личностные ресурсы родителя ребенка, посещающего инклюзивную группу ДОУ // Психологическая наука и образование. - 2011. - № 3. - С. 106-113.
9. Шведовская А. А. Специфика позиции родителей при различных типах взаимодействия с детьми дошкольного и младшего школьного возраста // Психологическая наука и образование. - 2006. - № 1. - С. 69-80.
10. Эйдемиллер Э. Г., Юстицкис В. Психология и психотерапия семьи. - СПб.: Питер, 2008. - 672 с.
11. Homa, K. (2012). *The Effect of Social Support on Resilience*. ProQuest Dissertations and Theses. P. 51. Retrieved from: <http://search.proquest.com/>
12. Maddi, S. R., & Khoshaba, D. M. (1994). Hardiness and mental health. *Journal of Personality Assessment*, 63, 265-274.
13. Matters, K. G. (2007). *The Upside of Divorce: A Qualitative Examination of Resilience in Children Following Parental Divorce*. ProQuest Dissertations and Theses. P. 76.
14. Noorafshan, L., Jowkar, B., & Hosseini, F. S. (2013). Effect of Family Communication Patterns of Resilience among Iranian Adolescents. *Procedia - Social and Behavioral Sciences*, 84, 900-904. Retrieved from <http://www.sciencedirect.com/>
15. Tumlu, G. U. (2013). The Investigation of Turkish Pre-service Teacher's Resilience Levels In Terms of Certain Variables. *Procedia - Social and Behavioral Sciences*, 93, 2053-2057. Retrieved from <http://www.sciencedirect.com/science/article/pii/S1877042813036094/>