

ПСИХОЛОГІЧНА ГОТОВНІСТЬ ДО БАТЬКІВСТВА ЯК УМОВА ЗБЕРЕЖЕННЯ ПСИХІЧНОГО ЗДОРОВ'Я БАТЬКІВ

Батьківство – це велике щастя та водночас важлива соціальна роль, з опануванням якої пов'язано багато переживань та емоційних навантажень для кожного з батьків. Численні психологічні дослідження свідчать про кризовий характер періоду входження в батьківство (Е.Г. Ейдемільер, С. Минухін, В. Сатир, Г. Крайг, О.О. Карабанова, Ю.Є. Альошина). Поява дитини стає причиною переформатування сімейної системи, зачіпаючи практично всі радіуси значущих відносин, нерідко стає причиною конфлікту у ціннісній сфері особистості.

У зв'язку з цим актуальним стає питання про готовність до такого переформатування, як кожного з батьків, так і всієї сімейної системи (І.В. Добряков, І.М. Нікольська, Г.Г. Філіппова, О.Ю. Печникова, Л.Л. Баз, О.В. Баженова, М.Є. Ланцбург, С.Ю. Мещерякова, Н.І. Ганошенко). Часто уявлення майбутніх батьків про появу дитини, та саме батьківство не є реалістичним, що призводить до неготовності виконувати функції батька/матері і сприйняття появи дитини як травмуючого, негативного фактору. 198

Батьківство є інтегральним психологічним утворенням особистості, що містить ряд компонентів, кожен з яких включає три складові когнітивну (уявлення про себе як про батьків, уявлення про ідеальних батьків, знання батьківських функцій, усвідомлення батьками родинного зв'язку з дітьми); емоційну (батьківські почуття, ставлення до дитини, ставлення людини до себе як до батька чи матері); поведінкову (вміння, навички та діяльність батьків, спрямована на матеріальне забезпечення дитини, її виховання та навчання, стиль сімейного виховання, піклування).

Поняття батьківство диференційоване на материнство та батьківство. На протигагу загальному уявленню про інстинктивну основу материнства, батьківство завжди трактувалося як виключно соціальна роль. Однак материнський інстинкт прокидається далеко

не завжди, для його прояву потрібні певні умови. Дослідниця у галузі психології материнства Г. Філіппова зауважує, що материнство - це одна із соціальних жіночих ролей, тому якщо потреба бути матір'ю і закладена біологічно, суспільні норми й цінності роблять істотний вплив на його зміст і прояв у кожній конкретній жінки [5]. Успішність виконання материнських функцій, особливості материнського ставлення та компетентності залежатимуть від рівня сформованості психологічної готовності до батьківства[3].

Під психологічною готовністю до батьківства слід розуміти комплекс якостей кожного з батьків, що відображають поєднання знань, вмінь і навичок догляду за дітьми та виховання відповідно до їхнього віку, статі, стану здоров'я та індивідуальних потреб. Психологічна готовність до материнства як здатність матері забезпечити адекватні умови для розвитку дитини містить такі необхідні компоненти: особистісну готовність – загальна особистісна зрілість (адекватна статевая ідентифікація; здатність до ухвалення рішень і відповідальності; стійка прихильність) та особистісні якості, необхідні для ефективного материнства (емпатія; здатність до спільної діяльності; здатність бути “тут і тепер”; творчі здібності; інтерес до процесу виховання).

Складовою загальної готовності до материнства є мотиваційна готовність. Мотиваційну готовність - зрілість мотивації до народження дитини, за якої малюк не є засобом особистісної самореалізації жінки; засобом утримання партнера або зміцнення сім'ї; засобом компенсації своїх дитячо-батьківських стосунків; засобом досягнення певного соціального статусу тощо.

Значущою опцією для формування готовності до батьківства є адекватна модель батьківства – адекватність моделей материнської і батьківської ролей, сформованих у своїй сім'ї; оптимальні для народження і виховання дитини батьківські установки, позиції, виховні стратегії, материнське ставлення. Формування материнства можливе тільки за умови сформованості материнської компетентності, яка включає в себе наявність необхідних знань про фізичний і психічний розвиток дитини; ставлення до дитини як до суб'єкта не лише фізичних, але й психічних потреб і суб'єктивних переживань; здатність розуміти стани дитини, особливості її поведінки; здатність до спільної

діяльності з дитиною. Формування цих складових залежить від особливостей комунікативного досвіду жінки в її ранньому дитинстві; особливостей емоційного переживання жінки під час вагітності; орієнтування жінки на стратегію виховання та догляду за майбутньою дитиною.

Батьківство як почуття і рольова позиція чоловіка, що спрямована на дитину, формується в процесі соціалізації під впливом таких соціально-психологічних чинників: власний позитивний досвід спілкування зі своїм батьком чи з людиною, яка його заміняла - психологічна підготовка хлопчика до майбутньої ролі батька, що відбувається за умови емоційної близькості із власним батьком та конструктивних відносин з ним, забезпечує йому у майбутньому тісний емоційний контакт з власною дитиною, підвищуючи задоволеність батьківською роллю; активна емпатійна позиція стосовно вагітної дружини - готовність до розуміння її бажань, очікувань та побоювань; психологічна підтримка; почуття відповідальності за її фізичний та психологічний стан, турбота про неї тощо; перший емоційно позитивний контакт з дитиною; особисте бажання чоловіка бути батьком - свідоме бажання прийняти батьківську роль поєднана з усвідомленням власної відповідальності за фізичний і психічний розвиток дитини та готовністю витратити власні фізичні і психологічні сили і час задля благополуччя дитини тощо.

Функціональні відмінності ролей батька та матері дослідила К. Белогай, яка виявила, що ідеальний батько – це домінуюча особистість, упевнений у собі та вольовий чоловік, який має високий рівень розвитку комунікативних навичок та зорієнтований на думку оточення. На відміну від батька, ідеальна мати є менш домінуючою і більш доброзичливою [2].

Г. Філіпова виокремила такі найважливіші функції материнства: забезпечення матір'ю предметного середовища та умов для практичної, ігрової діяльності та спілкування дитини; забезпечення умов для формування культурних особливостей соціальнокомфортного середовища та стилю мотивації досягнення, а також основних культурних моделей і ціннісних орієнтацій[5].

Отже, батьки з високим рівнем психологічної готовності до батьківства, вступаючи у цю нову для себе соціальну роль, меншою мірою відчувають стрес та емоційне навантаження, що дає змогу

зробити процес виховання дитини максимально комфортним. Таким чином, високий рівень сформованості психологічної готовності до батьківства є передумовою щасливого й усвідомленого батьківства.

Література

1. Андреева Т. В. Психология семьи : учеб. Пособие. СПб.: Речь, 2007. 384 с.
2. Белогай К. Н. Культурные модели материнства и отцовства как факторы формирования родительского отношения. Журнал практического психолога. 2005. № 5. С. 41– 46.
3. В.В. Вишньовський. «Формування психологічної готовності жінки до материнства»/Матеріали V Міжнародної науково-технічної конференції молодих учених та студентів. Актуальні задачі сучасних технологій – Тернопіль, 17-18 листопада, 2016.
4. Овчарова Р. В. Родительство как психологический феномен: учебное пособие. Москва : Московский психолого-социальный институт, 2006. 496с.
5. Филиппова Г. Г. Материнство и основные аспекты его исследования в психологии. Вопросы психологии. 2001. № 2.С. 22–36.