

Секция «Психология личности: вызовы, сложности, неопределенности и разнообразия»

**Личностный кризис родителей, возникающий в связи с рождением ребенка.
Пилотажное исследование.**

Горскина Ирина Николаевна

Аспирант

Московский государственный университет имени М.В.Ломоносова, Факультет
психологии, Москва, Россия

E-mail: iren.gorskina@gmail.com

Каждый человек проходит через множество различных кризисов, которые могут способствовать психологическому росту и становлению личности, либо становиться непреодолимым препятствием. Они могут вызываться трудными внешними ситуациями, к примеру, переезд в другую страну, смена места работы, потеря близкого, катастрофа и другие. Но также их причиной может быть сам процесс развития человека, «обретение его душевной зрелости. В этом смысле кризисы оказываются не только «нормальными», но и необходимыми фазами развития личности и имеют свою особую внутреннюю логику и содержание» [10 с. 433].

В силу неотъемлемости кризисов в жизни человека данная тема является важной для психологии на постоянной основе. Однако, совершенно отдельного внимания заслуживает кризис личности, который может возникнуть у родителей после рождения ребенка. Актуальность поставленной нами проблемы косвенно подтверждают данные ВОЗ, по которым около 10-20% женщин сталкиваются с послеродовой депрессией, а также резонансные случаи преступлений родителей против детей, зачастую заканчивающиеся самоубийством взрослого, растиражированные СМИ (Только за 2022 год таких случаев около 10 - по запросу на новостном портале РИА-новости).

Поэтому целью текущего исследования является осмысление различий в понимании личностного кризиса в разных психологических направлениях, а также выделение особенностей личностного кризиса, связанного с рождением ребенка.

Для реализации данной цели были поставлены следующие задачи:

- Разграничить, сопоставить и выделить суть понятий связанных с личностным кризисом
- На основе анализа литературы выделить общие черты личностного кризиса с целью выделения специфических черт, присущих личностному кризису, связанному с рождением ребенка.

Проведенное исследование показало, что:

1) Разные психологические течения рассматривали данный феномен в контексте структуры личности, которую они использовали в рамках своего подхода. Таким образом, получилось обширное поле разнообразных понятий, так или иначе связанных с личностным кризисом.

2) Нам удалось выделить основные понятия, различные по своей сути: «психодуховный» [10, 12] или «экзистенциальный» [7, 9, 11] кризис, «духовный» [2, 5] кризис и «возрастной кризис» [4, 1, 8]. «Психодуховный» и «экзистенциальный» кризис являются довольно схожими, отражают переживания человека, связанные с ощущением невключенности в собственную жизнь, потерей смысла и ощущения идентичности. Данный тип кризиса отличается от других тем, что он носит возможный, но не обязательный характер. «Духовный кризис» больше связан с религиозными переживаниями экстатического характера. «Возрастной кризис» является присущим каждому человеку, как части эволюционного процесса и является нормой развития.

3) Для нашего дальнейшего исследования мы будем опираться именно на понятия «психодуховный», а также «экзистенциальный кризис» использовать наиболее общее определение предложенное Василюком Ф.Е. для кризисных ситуаций: «в самом общем плане должна быть определена как ситуация невозможности, т.е. такая ситуация, в которой субъект сталкивается с невозможностью реализации внутренних потребностей своей жизни (мотивов, стремлений, ценностей и пр.)» [3 с. 31].

4) Выделены специфические черты, присущие кризису личности: нарушения эмоциональной сферы, снижение самооценки, происходят изменения в ценностно-смысловой сфере, изменяется восприятие прошлого опыта, снижается интерес к настоящему, рушится образ будущего, снижается ощущение способности управления своей жизнью.[6]

5) Личностный кризис, связанный с рождением ребенка, отличается от других типов кризиса, поскольку влияет на все жизненные сферы личности. Мы предполагаем, что существенными характеристиками данного типа кризиса у отцов и матерей являются:

- наличие негативных эмоций (вина, тревога, агрессия)
- ощущение апатии, отсутствия ощущения контроля/ управления собственной жизнью
- снижение самооценки (отношение к себе по типу «я плохая мать»)
- наличие внутреннего конфликта
- общее снижение качества жизни, выраженное в неудовлетворении базовых потребностей организма, таких как снижение качества сна и питания
- снижение качества отношений с супругом/ супругой
- у отцов: проблема ответственности за семью, собственной способности/неспособности её обеспечить

6) Для выявления существенных характеристик кризиса рождения ребенка мы планируем провести качественное исследование с использованием полуструктурированного интервью. В докладе будут представлены результаты пилотажных интервью.

Источники и литература

- 1) Амбрумова А.Г. «Анализ состояний психологического кризиса и их динамика» Психологический журнал, Том 6 №6 1985.— с.107-115.
- 2) Ассаджоли Роберто «Психосинтез: теория и практика», – М: REFL-Book, 1994.— 314 с.
- 3) Василюк Ф. Е. Психология переживания (анализ преодоления критических ситуаций). – М.:Изд-во Моск. ун-та, 1984. – 200 с.
- 4) Выготский Л. С. «Собрание сочинений: в 6 т.» /Гл. ред. А. В. Запорожец.—М.: Педагогика, 1982—1984. Т. 4 : Детская психология / Под. ред. Д. Б. Эльконина. — 1984. — 433 с.
- 5) «Духовный кризис. Когда преобразование личности становится кризисом» / Под ред. С. Гроф и К. Гроф; Пер. с англ. А.С. Ригина под ред. В.В. Майкова.-М. : Класс : Изд-во Трансперсон. ин-та, 2000.- 284, [1] с.; 21 см. - (Библиотека психологии и психотерапии; Вып. 78).
- 6) Сенкевич, Л. В. Основные методологические подходы к исследованию экзистенциального кризиса личности / Л. В. Сенкевич // Ученые записки Российского государственного социального университета. – 2016. –Т. 15. – № 3(136). – С. 6-12. – DOI 10.17922/2071-5323-2016-15-3-6-12. – EDN UQAWKJ.
- 7) Франкл В., «Доктор и душа: Логотерапия и экзистенциальный анализ»/ Виктор Франкл; Пер.с нем. – 2 изд. – М. Альпина нон-фикшн, 2018 – 338 с.

- 8) Эриксон Э. «Идентичность: юность и кризис»: Пер. с англ./ Общ. ред. и предисл. Толстых А. В. - М.: Издательская группа "Прогресс", 1996. - 344 с.
- 9) Ялом И. Я «Экзистенциальная психотерапия»/Пер. с англ. Т. С. Драбкиной. — М.: Независимая фирма «Класс»,1999 - 576 с. — (Библиотека психологии и психотерапии).
- 10) «Психология личности»/ под ред. Ю.Б. Гиппенрейтер, А.А. Пузыря, В.В. Архангельской. – М.: АСТ: Астрель, 2009 – 624 с.: ил. – (Хрестоматия по психологии)
- 11) Bollnow O.F. «Krise und neuer Anfang, Beiträge zur pädagogischen Anthropologie» (Anthropologie und Erziehung 18), Heidelberg 1966. 1996. - 254S
- 12) Патяева Е.Ю. Практики саморазвития личности в изменяющемся мире // Психологические исследования. 2015. Т. 8, № 41. С. 9. URL: <http://psystudy.ru> (дата обращения: 11.01.2023).