

Третяк Віталій

Науковий керівник – доц. Шевченко Ольга

ТЕОРЕТИЧНІ ПІДХОДИ ДО ВИВЧЕННЯ ПРОБЛЕМИ ПСИХОЛОГІЧНОЇ ГОТОВНОСТІ ДО БАТЬКІВСТВА

Дослідження процесу становлення психологічної готовності до батьківства має багатоаспектний характер, а його вивчення здійснювалося через призму робіт визначних вчених у галузі психології.

Одним з перших на цю проблему звернув увагу американський психолог Дж. Б. Ватсон. Він, як представник поведінкової психології, досліджував формування психологічної готовності до батьківства з точки зору зумовленості та виховання.

Зумовленість включає в себе: генетичні чинники які можуть впливати на психологічну готовність до батьківства через передачу певних рис і тенденцій від батьків до дітей; біологічні аспекти: стан здоров'я, фізична готовність до вагітності та народження, гормональний стан та інші біологічні чинники [2].

Виховання включає: соціокультурний вплив – культурні та соціальні норми можуть визначати очікування від батьківства і формувати психологічну готовність (наприклад, у різних культурах можуть існувати різні стандарти щодо ролей батьків); сімейне виховання – досвід, отриманий в сім'ї під час виховання, може впливати на психологічну готовність до батьківства; відносини з батьками, виховання, яке отримується у дитинстві, можуть визначати очікування і уявлення стосовно батьківства [1].

Психологічні аспекти включають: емоційну стійкість, оскільки здатність керувати емоціями та стресом відіграє важливу роль у психологічній готовності до батьківства; самосвідомість – розуміння власних цінностей, переконань і очікувань щодо батьківства може сприяти розвитку психологічної готовності; підготовка передбачає врахування педагогічного аспекту, оскільки володіння інформацією про вагітність, пологи, виховання дитини може підвищити готовність батьків, а також підготовчі курси для майбутніх батьків можуть надати практичні знання і навички; психологічна підтримка – консультування психолога чи педагога може бути корисним для зниження стресу чи невпевненості майбутніх батьків.

Загальна психологічна готовність до батьківства визначається взаємодією усіх цих аспектів. Важливо враховувати, що цей процес є індивідуальним, і кожна людина формує свою готовність на основі власного життєвого досвіду і умов [3].

Із розвитком теорій особистісного росту, свій внесок у досліджувану тему зробив видатний американський психолог і психіатр Е. Еріксон, який представив концепцію восьми

психосоціальних етапів розвитку людини. Його теорія акцентує увагу на взаємодії між індивідумом та соціальним оточенням, а також на розвитку особистості протягом всього життя.

Один з цих етапів – етап «Інтимність проти Ізоляції» (Intimacy vs. Isolation) відповідає приблизно віку від 20 до 25 років. У цей час основним завданням є знаходження балансу між розвитком близьких стосунків та інтимності, ізоляцією та втратою самостійності. Е. Еріксон вважав, що успішне вирішення цього етапу має прямий вплив на психологічну готовність до батьківства. Індивід, який успішно подолав завдання цього етапу, має здатність до інтимності та партнерства, здатність встановлювати та підтримувати стабільні, близькі відносини, що є важливим аспектом батьківства [2].

У рамках цієї концепції можна виділити декілька ключових моментів: важливість інтимних стосунків, здатність до близьких стосунків стає важливою передумовою для позитивного ставлення до батьківства та розвитку самоідентифікації.

Отже, теорія Е. Еріксона наголошує важливість правильного вирішення етапів розвитку для створення психологічної готовності до батьківства [2].

Екологічний підхід до проблеми представлений Урі Бронфенбреннером ставить акцент на вивченні взаємодії між індивідом та його оточенням і враховує вплив соціального середовища, такого як сім'я, школа та спільнота на формування психологічної готовності до батьківства. Модель Бронфенбреннера складається з кількох рівнів, які відображають різні соціальні системи, що впливають на особистість. Ці рівні об'єднують такі компоненти, як:

Макросистема: це широкий соціокультурний контекст, який включає в себе соціокультурні, економічні та політичні фактори. В контексті психологічної готовності до батьківства макросистема може визначати загальні суспільні норми, цінності і очікування щодо ролей батьків.

Екосистема: це оточення, в якому проживає і працює конкретна особа, школа, робоче місце, спільнота. У контексті психологічної готовності до батьківства, екосистема може включати в себе родинні цінності, підтримку друзів, освітні можливості та інші аспекти, що формують підготовку особи до батьківства [5].

Мікросистема: це конкретні взаємодії та відносини, в яких знаходиться особа, (сім'я, друзі). У контексті психологічної готовності до батьківства, це може включати взаємодії з партнером, родинні обставини, освітні та професійні взаємодії, які впливають на готовність особи до батьківства.

Хроносистема: це визначені історичні події та етапи в житті особистості, які можуть впливати на її розвиток. Історичний контекст може визначати загальні тенденції щодо батьківства в суспільстві.

У психології готовності до батьківства, згідно з підходом Бронфенбреннера важливо розглядати як взаємодія на різних рівнях впливає на формування загальної готовності.

Наприклад, родинні цінності та структура, які входять в мікросистему, можуть бути визначальними щодо того, як особистість сприймає свою готовність до виконання батьківських обов'язків [6].

Такий комплексний підхід дозволяє враховувати різноманітні чинники, що впливають на психологічну готовність до батьківства, і розглядає цю готовність як результат взаємодії між індивідом і його соціальним оточенням.

Теорія Ю. Каган розглядає психологічну готовність до батьківства через призму внутрішніх ресурсів особистості та темпераменту, вказуючи на їхню ключову роль у цьому процесі [3].

Розглянемо деякі ключові аспекти цієї теорії. Каган вважає темперамент є ключовим для розуміння психологічної готовності до батьківства. Темперамент – це вроджений набір індивідуальних реакцій на навколишні подразники, які включають рівень активності, емоційну стабільність, настрій і т. д. Згідно з її теорією люди з різним темпераментом можуть різним чином сприймати і реагувати на роль батьківства, що впливає на їх готовність до цього етапу життя [1]. Автор визначає внутрішні індивідуальні ресурси особистості, такі як самосвідомість, рівень самооцінки, самоприйняття, тощо, як ключові фактори, що визначають готовність стати батьком чи матір'ю.

Також, теорія Кагана враховує вплив як спадкових, так і зовнішніх чинників на формування психологічної готовності до батьківства. Вона вивчає як внутрішні ресурси і темперамент особистості взаємодіють і впливають на готовність до батьківства. Її підхід дозволяє краще розуміти, чому деякі люди можуть активно та позитивно реагувати на батьківство, тоді як інші можуть відчувати певні труднощі чи невпевненість.

Нещодавні дослідження М. Крінцінгера [5] виокремлюють вплив стресових факторів на готовність майбутніх батьків, поглиблюючи наше розуміння взаємодії між психічним станом та зовнішніми стресовими впливами на формування цієї готовності. Автор визначає, що стресові фактори можуть значно впливати на психічний стан та емоційний баланс майбутніх батьків. Це може бути пов'язано з екологічними, соціальними, фінансовими, або особистими труднощами. Його дослідження дозволяють виявити, як особливості психічної реакції на стрес можуть варіюватися в залежності від індивідуальних характеристик особистості. Особи з різними рівнями стресостійкості можуть різним чином реагувати на подібні стресові ситуації. Також, стрес може впливати на взаємини між партнерами і важливість підтримки один одного у важких ситуаціях. Відсутність підтримки або невміння поділитися емоційним навантаженням може впливати на готовність пари стати батьками. Науковець також досліджує взаємозв'язок між стресом та фізичним здоров'ям майбутніх батьків і стверджує, що стрес може мати негативний вплив на здоров'я, що може впливати на здатність стати батьком. Розуміння та управління стресом може полегшити психологічну готовність до батьківства [4].

Його дослідження поглиблюють наше розуміння того, як стресові фактори можуть впливати на психічний стан та готовність майбутніх батьків. Врахування цих аспектів може бути корисним при розробці психологічних програм підтримки для тих, хто готується до важливого етапу батьківства.

Дослідження процесу становлення психологічної готовності до батьківства виокремлюється великим розмаїттям підходів та поглядів на внутрішні та зовнішні фактори, що впливають на цей важливий аспект людського життя та відображається в різних моделях і концепціях, зокрема, тих, які ми розглянули вище.

Один із аспектів досліджень – це розгляд внутрішніх факторів, таких як темперамент, індивідуальні ресурси, самосвідомість та інші психологічні характеристики. Ці фактори визначають, як особистість сприймає та готується до ролі батьківства.

Інший напрямок досліджень зосереджується на зовнішніх факторах, таких як екологічне середовище, соціокультурні норми, стресові ситуації тощо. Вони враховують вплив суспільства, сім'ї та інших зовнішніх чинників на формування готовності до батьківства [4].

Розмаїття підходів вказує на ступінь індивідуалізації підготовки до батьківства. Кожна особистість в унікальний спосіб переживає і готується до цього етапу життя, і різні підходи враховують цю унікальність.

Також дослідження підкреслюють важливість контексту і взаємодії різних факторів. Наприклад, екологічний підхід враховує взаємодію індивіда з його оточенням, підхід Каган акцентує увагу на індивідуальних реакціях, а підхід М. Крінцінгер розглядає вплив зовнішніх труднощів [4].

Різноманітність підходів допомагає розробляти більш комплексні та індивідуалізовані підходи до підготовки майбутніх батьків. Це важливо для створення та апробування програм підтримки та консультування, які враховують індивідуальні потреби кожної особи чи пари.

ЛІТЕРАТУРА

1. Демидова Т. А. Проблеми підготовки молоді до сімейного життя . Збірник наукових праць НПУ імені М.П. Драгоманова. Випуск 1. Київ, 1998.С.133-135.
2. Erik Erikson. *Childhood and Society*. New York, 1950. 448 p.
3. Judy Kagan and Joseph Horton. *The Nature of the Child*. New York, 1997. 352 p.
4. Michael Crimmins. *Stress and Adaptation: Past, Present, and Future*. New York, 1991. 240 p.
5. Michael Crimmins. *Stress, Health, and the Life Course: Some Conceptual Perspectives*. Toronto, 1989.316 p.
6. Urie Bronfenbrenner. *The Ecology of Human Development: Experiments by Nature and Design*. Cambridge, 1979. 330 p.