

УДК 316.6:159.9.072 (Социальная психология. Психологические исследования, опыты, эксперименты, тесты, измерения)

ПОДГОТОВКА МАТЕРЕЙ К КРИЗИСУ НОВОРОЖДЕННОСТИ У ДЕТЕЙ

© 2018 У.Г. Егорова

Егорова Ульяна Геннадьевна, кандидат психологических наук, доцент кафедры педагогики. E-mail: shirley78@mail.ru

Самарский университет. Самара. Россия

Статья поступила в редакцию 24.10.2018

В статье обосновывается актуальность подготовки матерей к кризису новорожденности. В этой связи определено понятие психологическая готовность родителей к возрастным кризисам у ребенка, представляющее собой способность эффективно преодолевать кризисные проявления возрастного развития детей. Автор представил развивающую программу по формированию психологической готовности матерей к преодолению возрастного кризиса ребенка в период новорожденности. В статье оценивается результативность предложенной программы, как по данным анкетирования, так и по содержанию субъективных самоотчетов участников. В заключении говорится о перспективах и способах совершенствования программы по подготовке семьи к кризису новорожденности у детей.

Ключевые слова: психологическая готовность, родители, период новорожденности, возрастное развитие, кризис возрастного развития.

Введение. Актуальность. Как показывает наш опыт работы с родителями, все чаще наблюдается возрастающий интерес будущих и молодых родителей к особенностям развития плода и младенца, желание как можно раньше вступить с ним в контакт, обеспечить предпосылки для здорового психического и физического развития. Таким образом, одним из актуальных вопросов современности является создание полноценных условий будущего поколения. В последние десятилетия появились исследования, заставляющие по-другому взглянуть на систему отношений «мать-дитя» уже с периода беременности. В один голос заговорили, о важности перинатального периода, как возраста, когда закладывается потенциал ребенка – личностный, интеллектуальный, творческий и физический [3]. Изучение развития плода и младенца, в том числе в соотношении с качествами и ролью матери представлено в исследованиях многих авторов, а методологические подходы к изучению материнской сферы (и в частности ее роли в гармоничном развитии ребенка) предложены Г.Г. Филипповой, И.В. Добряковым [8; 1].

Анализ понятий. Готовность родителей к возрастному кризису детей – это способность эффективно преодолевать кризисные проявления возрастного развития детей. Одним из условий формирования такой готовности является эффективное взаимодействие в системе родительско-детских отношений. Готовность родителей (в нашем

случае матерей) к кризису новорожденности включает в себя следующие компоненты: умение правильно определять, и принимать эмоциональные состояния ребенка, умение выбирать адекватные способы общения с ним и реализовывать их в процессе взаимодействия, сензитивность (чувствительность); респонсивность (отзывчивость); средства контроля; знание и отношение к режиму; знания о развитии ребенка; навыки воспитания и обучения [7].

С целью формирования психологической готовности родителей (в частности подготовки матерей) к кризису новорожденности ребенка, была разработана программа, которая носит больше информационный, чем практический характер. Занятия построены в виде тематических лекций-бесед, отражающих современные взгляды перинатальной педагогики и психологии, адаптированные для публичного слушания.

Задачи. В рамках реализации программы решались следующие основные задачи: 1) передача знаний о психическом и физическом развитии ребенка в перинатальном периоде; 2) информирование об основных правилах и принципах дородовой педагогики; 3) формирование представления об основных средствах и методах обучения; 4) формирование навыков организации развивающей среды для ребенка.

Программа опирается на реализацию принципов любви и принятия ребенка, признания человека субъектом с начала его развития, признания

приоритета и активной позиции семьи в воспитании ребенка, ориентация на естественные и индивидуальные темпы развития ребенка.

Результативность программы обеспечивается выполнением ряда условий ее реализации: группа не более 10 человек; доверительные отношения между ведущим группы и участницами программы; высокая степень мотивации на работу и самообразование; стабильность посещения занятий и выполнения домашних заданий.

Тематика занятий обозначена следующим образом: «жизнь в тебе», «мои эмоции», «долгожданная встреча», «мир глазами ребенка», «воспитание ребенка», «развивающая среда ребенка первого года жизни».

В рамках программы предусмотрены домашние задания: в частности, мамам предлагается вести дневник наблюдений за ребенком, в который записываются особенности реакций ребенка на те или иные стимулы, настроение мамы, пики суточной активности малыша. Такая работа нацелена на формирование у мамы высокой степени включенности в жизнь ребенка и выстраивание коммуникативного взаимодействия с еще неродившимся малышом [6].

На занятиях предлагаются для изучения основные принципы, которыми стоит руководствоваться матерям, организуя в будущем собственные занятия с малышом [5]. В любом случае применение личностно развивающих взаимодействий является проявлением позитивного родительства [2].

Основная цель занятия «Долгожданная встреча» активировать ответственность мамы за благополучие малыша, сензитивность к ребенку в этот период, убедить в необходимости длительного грудного вскармливания. Традиционно занятие начинается с обсуждения вопросов по предыдущему занятию, ведущий группы заинтересовывает участников исторической информацией о достигнутых успехах в области пренатального воспитания ребенка.

Ещё на одном занятии рассматривается беременность как психологический кризис взрослого возраста, инициированный телесными изменениями, не патологическими по своей природе. Акцентируется внимание на том, что отношение к материнству как к единственному смыслу жизни связано с ориентацией на гиперопекающий стиль воспитания и обнаруживает корреляты в телесном и эмоциональном опыте, где выявляется преобладание негативной/эффективной оценки опыта, увеличение объема болевых ощущений и появление феномена позитивной оценки боли.

Одно из занятий посвящено вопросу о пользе грудного вскармливания. Во-первых, трудно переоценить пользу грудного молока для здоровья малыша в силу уникальности его состава. Во-вторых, доказана зависимость сроков грудного вскармливания и уровня IQ детей. В-третьих, правильная организация естественного кормления играет большую роль в ранних детско-родительских отношениях, устанавливая первичные отношения привязанности. Здесь важно придерживаться правил свободного кормления, так как перекормить молоком невозможно, а лишать ребенка заботы, теплоты и ласки именно в тот момент, когда она ему необходима – нет никакого смысла. К тому же свободное кормление положительно влияет на формирование эмоциональной сферы ребенка, и материнской сферы у женщин. Кроме того, консультация специалиста по грудному вскармливанию была организована по просьбе участников группы и призвана ответить на вопросы медицинского характера.

С особым интересом участницы программы относятся к *занятию по организации развивающей среды ребенку первого года жизни*. Занятие представляет собой введение в следующий этап развития ребенка. Когда особое значение приобретает грамотно организованная среда, которая должна отвечать двум требованиям: безопасность, источник развития. Для нормального развития ребенку по-прежнему требуется достаточный объем информации для работы всех психических процессов и органов чувств, однако появляется еще одна движущая сила – это движение. Ребенка надо всячески стимулировать к движениям, в особенности к развитию мелкой моторики, так как при этом задействовано наибольшее количество мышц [4]. Лекция плавно перетекает в демонстрацию игрового материала. Мамам на наглядном примере предлагается набор игрушек, необходимых для развития малыша на первом году жизни.

Статистика результатов. Для определения результативности предложенной программы перед ее реализацией и после нее участникам была предложена анкета, состоящая из открытых вопросов. В ходе анализа результатов были отобраны те респонденты, которые ожидают первого ребенка. Среди них 90% находятся в браке, 10% – в гражданском браке. Образование: 20% (высшее), 60% (студенты последних курсов), 20% (среднетехническое).

На вопрос о сроках начала воспитания ответы респондентов распределились следующим образом: 40% (как можно раньше – до рождения), 60% (сразу после рождения). После прохождения занятий по программе 100% участниц отметили необ-

ходимость начала воспитательного процесса за-долго до рождения. В общем, результаты нашего исследования коррелируют с данными, полученными М.С. Кузнецовой [5].

На вопрос о возможности организации общения с ребенком предлагались варианты ответов: 75% человек ответили, что слышали мельком, 25% – «больше да, чем – нет». Причем 50% человек решили, что это необходимо для мамы, чтобы лучше понимать ребенка, остальные – что для отца, потому что он имеет меньшую возможность общения с малышом в отличие от мамы. После реализации программы 100% человек согласились с необходимостью общения еще с периода беременности и подтвердили хорошую осведомленность о способах его осуществления, при этом 80% участников программы отметили важность общения для ребенка, 10% – для матери и ребенка, 10% – для всей семьи в целом.

Знания, как о физическом, так и психическом развитии ребенка до начала программы 70% человек оценили, как явно недостаточные, 30% – средние. После прохождения программы 100% человек посчитали приобретенные знания достаточными, при этом 35% респондентов отметили большую скудность приобретенных знаний в области физического развития в отличие от психического.

Установки на грудное вскармливание были следующие: 15% планировали кормить столько, сколько «хватит здоровья», 50% – первые полгода, 30% – затруднились с ответом, 5% респонденток отметили отказ от грудного вскармливания (по эстетическим причинам). У 95% женщин не было отмечено обеспокоенности в случае невозможности осуществлять естественное вскармливание. После участия в программе будущие мамы единогласно согласились с необходимостью кормить ребенка грудью минимум год; причем, как показал лонгитюдный опрос, до полугода 95 % мам успешно кормили малышей без прикорма, только 5% – вынуждены были вводить прикорм в связи с нехваткой молока. На вопрос о том, что важно для развития малыша, 70% участниц отметили, что хороший уход, а 30% – что забота родителей. После программы ее участницы единогласно посчитали, что развитие ребенка определяется грамотно организованным общением с родителями.

До прохождения программы все 100% респонденток были уверены в своей компетентности в вопросах выбора средств развития ребенка, подчеркивая важность развивающих игрушек. Однако после образовательной программы будущие мамы

отметили значительное повышение своих знаний. При этом акцент с развивающих игрушек перешел на собственно процесс общения между воспитывающим взрослым и ребенком.

Интересны результаты по поводу того, мнение какого значимого человека для молодой мамы является референтным, то есть, кому они доверяют больше всего. В период беременности 50 % женщин ориентировались на мнение опытной подруги, 30 % – собственной мамы, 20 % – медицинских работников. Относительно воспитания ребенка после родов 60 % доверяли мнению своей мамы, 40 % – опытной подруги. После прохождения программы все 100% человек отметили, что будут ориентироваться на собственное мнение, только в крайних случаях обратятся за грамотной консультацией к соответствующим специалистам. Что говорит об уверенности в своих силах, о большом росте материнской компетентности, в частности о готовности преодолевать трудности, которые могут возникнуть в период кризиса новорожденности.

Реакции на вопрос о втором ребенке была положительная (что говорит о позитивном восприятии материнства), ответ «скорее нет» был у 25 % в силу материальных сложностей (что говорит о сознательности материнства).

Заключение. Согласно рефлексивным самоотчетам, на протяжении занятий было отмечено явное возрастание интереса к предложенной информации; в работу включились супруги некоторых участниц группы. Что наталкивает на мысль о необходимости подключения будущих отцов к данной работе или необходимости разработать отдельную методику работы с будущими отцами по формированию их родительской компетентности. На последнем занятии участники отметили важность существования группы, как таковой, где происходит взаимная поддержка, обмен мнениями, информацией, актуальной именно в период беременности («Я нашла себе здесь близких по духу подруг»; «Где еще встретишь столько беременных», «Никто лучше не ответит на многие вопросы, чем такая же будущая мама, как ты»). Это наталкивает на мысль о необходимости введения тренингов для сплочения группы, чтобы достигнуть еще большего результата. Готовность родителей, в данном случае матерей, к преодолению кризиса новорожденности зависит от обладания мамой навыками саморегуляции. Это становится актуально уже и в период беременности (для стабилизации эмоционального фона, правильного поведения на родах).

1. Добряков И.В. Перинатальная психология. СПб., Изд-во «Питер»: http://www.e-reading.club/bookreader.php/1042834/Dobryakov_-_Perinatalnaya_psihologiya.html
2. Егорова У.Г. Личностно развивающие взаимодействия с детьми как основа позитивного родительства // Вестник Самарского университета. История, педагогика, филология. 2013. № 8.1 (109). С. 268 – 273.
3. Егорова У.Г. Особенности воспитания в пренатальный период // Актуальные проблемы воспитания и образования: сб. научных статей. Вып.10 / под ред. М.Д. Горячева. Самара, Изд-во «Самарский университет», 2010. 156 с. С. 80 – 88.
4. Иванушкина Н.В. Возрастная психология и педагогика: учебное пособие. Самара, Изд-во «Самарский университет», 2006. 148 с.
5. Кузнецова М.С. Психолого-педагогическое сопровождение беременных женщин // Наука в высшей школе: проблемы интеграции и инновации: доклады и тезисы X международной (XIII Всероссийской) конференции 22 – 23 мая 2013 г. Самара, ООО «Офорт», 2013. 260с.
6. Овчарова Р.В. Психологическое сопровождение родительства. М., Изд-во Ин-та психотерапии, 2003. 319 с.
7. Подготовка к родам и основы ухода за младенцем / М.Е. Ланцбург, О.В. Годлевская, Н.Ю. Коева [и др.]. М., Родительский дом, 2006. 76 с. (В помощь родителям / отв. ред. к. б. н. М.Е. Ланцбург).
8. Филиппова Г.Г. Психология материнства: учебное пособие. М., Изд-во Ин-та психотерапии, 2002. 240 с.

PREPARING MOTHERS FOR NEWBORN BABY'S CRISIS

© 2018 U.G. Egorova

Ulyana G. Egorova, Candidate of psychological sciences, associate professor of pedagogic. E-mail: shirley78@mail.ru

Samara National Research University. Samara, Russia

The article substantiates the relevance of mothers' preparation for the newborn crisis. In this regard, the concept of psychological readiness of parents to age crises in the child, which is the ability to effectively overcome the crisis manifestations of age development of children. The author presented a developmental program for the formation of psychological readiness of mothers to overcome the age crisis of the child during the neonatal period. The article assesses the effectiveness of the proposed program both according to the survey and the content of subjective self-reports of participants. In conclusion the prospects and ways of development of the program for the preparation of the family to the crisis of birth.

Key words: psychological readiness, parents, neonatal period, age development, crisis of age development.

1. Dobryakov I.V. Perinatálnaya psixologiya (Perinatal psychology). SPb., Izd-vo «Piter»: http://www.e-reading.club/bookreader.php/1042834/Dobryakov_-_Perinatalnaya_psihologiya.html
2. Egorova U.G. Lichnostno razvivayushhie vzaimodejstviya s det'mi kak osnova pozitivnogo roditel'stva (Personally developing interactions with children as the basis of positive parenting). *Vestnik Samarskogo universiteta. Istoriya, pedagogika, filologiya*. 2013. № 8.1 (109). S. 268 – 273.
3. Egorova U.G. Osobennosti vospitaniya v prenatal'nyj period (Features of education in the prenatal period). *Aktual'ny'e problemy vospitaniya i obrazovaniya: sb. nauchny'x statej*. Vy`p.10 / pod red. M.D. Goryacheva. Samara, Izd-vo «Samarskij un-t», 2010. 156 s. S. 80 – 88.
4. Ivanushkina N.V. Vozrastnaya psixologiya i pedagogika (Age psychology and pedagogy): uchebnoe posobie. Samara, Izd-vo «Samarskij un-t», 2006. 148 s.
5. Kuzneczova M.S. Psixologo-pedagogicheskoe soprovozhdenie beremenny`x zhenshin (Psychological and pedagogical support of pregnant women). *Nauka v vy'sshej shkole: problemy` integracii i innovacii: doklady` i tezis` X mezhdunarodnoj (XIII Vserossijskoj) konferencii 22 – 23 maya 2013 g.* Samara, ООО «Офорт», 2013. 260s.
6. Ovcharova R.V. Psixologicheskoe soprovozhdenie roditel'stva (Psychological support of parenthood). М., Изд-во Ин-та психотерапии, 2003. 319 с.
7. Podgotovka k rodam i osnovy` uxoda za mladencem (Preparation for childbirth and the basics of infant care) / М.Е. Ланцбург, О.В. Годлевская, Н.Ю. Коева [и др.]. М., Родительский дом, 2006. 76 с. (V pomoshh` roditelyam / отв. ред. к.б.н. М.Е. Ланцбург).
8. Filippova G.G. Psixologiya materinstva (Psychology of motherhood): uchebnoe posobie. М., Изд-во Ин-та психотерапии, 2002. 240s.