

4. Каминская, О. В. Проблема доверия в коррекционно-педагогической деятельности / О. В. Каминская // Социально-педагогическая и медико-психологическая поддержка развития личности в онтогенезе : сб. материалов междунар. науч.-практ. конф., Брест, 16–17 мая 2019 г. / БрГУ им. А. С. Пушкина. – Брест : БрГУ, 2019. – С. 52–54.

5. Макаренко, А. С. Собрание сочинений : в 8 т. / А. С. Макаренко. – М. : Изд-во Акад. пед. наук РСФСР, 1951. – Т. 5.

### **Е. С. КИРИЧИК**

Беларусь, Брест, БрГУ имени А. С. Пушкина

## **ОСОЗНАННОСТЬ КАК ЗНАЧИМАЯ ХАРАКТЕРИСТИКА МАТЕРИНСТВА**

Материнство – сложный, многоаспектный и многокомпонентный феномен, обозначающий одновременно как состояние (чувствование себя матерью), так и выполнение деятельности по реализации роли матери. Г. Г. Филиппова предлагает рассматривать феномен материнства с двух основных позиций – как обеспечение условий для развития ребенка и как часть личностной сферы женщины [1].

Материнство как деятельность и состояние является как частично осознанным, так и частично неосознанным процессом. Р. В. Овчарова отмечает, что неосознаваемые воздействия родителей в процессе воспитания ведут к непрогнозируемым результатам. Поэтому формирование родительства должно быть основано на осознании себя родителем, осознании своих педагогических воздействий на ребенка [2].

Осознание рассматривается как процесс отражательного свойства психики, в ходе которого человек получает знания об объекте. В свою очередь, осознанность – это результат, сформированное умение целенаправленно постигать информацию об объекте, понимать ее функции, значение. Именно осознанность помогает личности оценивать действительность, ставить цели, воплощать свои идеи, контролировать свое поведение, оценивать результат, производить коррекцию своих действий, а также понимать эмоции, возникающие в результате своей деятельности [3].

Осознанность является условием организации саморегуляции личности. Осознание результатов своих поступков, высокий уровень осознания своих эмоций, способность их оценивать, понимать причины их возникновения и способы регуляции дают ресурс борьбы со стрессом и с ситуациями, вызывающими тревогу. Чтобы способствовать повышению осознанности, важно ее воспитывать, развивать, культивировать.

Осознанность – это важнейшая характеристика эффективного материнства. Г. Г. Филиппова видит важность выяснения того, каким образом выполнение материнских функций представлено в субъективной сфере матери, какие содержания этого отражения являются осознанными и какова их взаимосвязь с неосознаваемыми в обеспечении и развитии материнского поведения [1].

Механизм формирования осознанного материнства Р. В. Овчарова видит в осуществлении воздействия на компоненты структуры материнства через субъективно-психологические факторы [2].

Г. Г. Филиппова описывает содержание материнства через соотношение трех блоков: 1) потребностно-эмоциональный блок включает потребность в заботе о ребенке, в контакте с ним и эмоциональное отношение к ребенку; 2) операциональный блок включает действия по уходу, заботе о ребенке, воспитанию его; 3) ценностно-смысловой блок включает ценностное отношение матери к ребенку и оценку материнства как состояния «быть матерью» [1].

Р. В. Овчарова, М. А. Мягкова указывают на наличие трех обобщенных компонентов в структуре материнства: когнитивного, эмоционального, поведенческого [2]. Когнитивный компонент материнства включает знание о себе как о матери, представления о функциях матери и их значении, знание о важности эмоциональной связи с ребенком, образ ребенка. Эмоциональный компонент материнства включает отношение к ребенку, оценку себя как матери, переживания взаимоотношений с ребенком и результатов воспитания. Поведенческий компонент характеризует сами действия по реализации себя как матери и своих материнских функций в отношении ребенка, стиль воспитания ребенка. Данные компоненты интегрируют ценностные ориентации, установки и ожидания, отношение матери, ее чувства, материнскую позицию, ответственное поведение, стиль семейного воспитания. Описание компонентов материнства помогает обозначить понятие осознанного материнства.

Осознанное материнство – осознанная, регулируемая и контролируемая матерью деятельность, которая направлена на формирование адекватного образа себя как матери и реализацию роли матери.

Осознанное материнство включает:

- критическую оценку представлений о материнстве, его функциях и осознанный выбор характерных черт идеальной матери;
- осознание важности выполнения материнских обязанностей и влияния роли матери на личность ребенка;
- осознание материнских убеждений и установок;
- осознание своих эмоций, чувств, оценок, позиций в отношении себя как матери и в отношении ребенка;

– оценку различных подходов к воспитанию детей, их эффективности и последствий, осознанный выбор своего стиля воспитания и развития ребенка.

Женщина знакомится с различного рода информацией относительно того, как быть матерью: получает знания из своей родительской семьи, из опыта поколений, воспринимает опыт близких и знакомых, знакомится с литературой разного плана, поддается влиянию СМИ. Данного рода опыт формирует у женщины образ себя как матери и влияет на качество материнства, правда не всегда эффективно, так как советы окружающих очень субъективны и полны стереотипов, а информация в СМИ, популярной литературе часто противоречива. Кроме того, зачастую бывает, что женщины редко оценивают себя как мать, редко рефлексировать относительно своего поведения, своих эмоциональных реакций, своего отношения к ребенку, не задумываются о последствиях своих воспитательных воздействий. Неосознанные действия матери носят неконтролируемый характер, что может негативно влиять как на выполнение ею материнских обязанностей, так и на результаты воспитания и развития ребенка в целом. Данная проблема вызывает необходимость психологического просвещения матерей и будущих матерей. Формирование большей осознанности в материнстве достигается путем восполнения матерью знаний относительно развития ребенка и их критического переосмысления, а также путем получения нового эмоционального опыта и его рефлексии.

В ОЦМР «Тонус» г. Бреста нами успешно реализуется авторская программа «Родительский тренинг», в котором освещаются проблемы регуляции эмоций родителей, влияние сформированных ценностей и установок, эффективность различных стилей родительского воспитания. Развитие более осознанного материнства позволяет матери снизить общий уровень тревоги относительно выполнения воспитательных функций, наладить контакт с ребенком, оценить преимущества и ограничения различных стилей воспитания, выбрать более эффективные способы общения с ребенком, научиться регулировать свои взаимоотношения с ребенком, осознать свои родительские убеждения.

### **Список использованной литературы**

1. Филиппова, Г. Г. Психология материнства : учеб. пособие / Г. Г. Филиппова. – М. : Изд-во Ин-та психотерапии, 2002. – 240 с.
2. Овчарова, Р. В. Родительство как психологический феномен : учеб. пособие / Р. В. Овчарова. – М. : Моск. психол.-соц. ин-т, 2006. – 496 с.
3. Смирнова, Е. О. К проблеме воли и произвольности в культурно-исторической психологии / Е. О. Смирнова // Культур.-ист. психология. – 2015. – Т. 11, № 3. – С. 9–15.