

## ОСОБЕННОСТИ ВНУТРИЛИЧНОСТНОГО КОНФЛИКТА ЖЕНЩИН В ДЕКРЕТЕ

Е.П. Сальникова, доцент  
Уфимский университет науки и технологий  
(Россия, г. Уфа)

DOI:10.24412/2500-1000-2023-12-4-68-70

**Аннотация.** В статье рассматриваются особенности внутриличностного конфликта женщин в декрете. Проведенное исследование показало, что степень тревожности и одиночества среди женщин, находящихся в декрете, достаточно высока и зависит прежде всего от личностного фактора: высокое преобладание потребностей детей и семьи над свои личностными и индивидуальными, возникновение адаптационного внутриличностного конфликта, неуверенность и повышенная тревожность.

**Ключевые слова:** внутриличностный конфликт, беременные женщины, декрет, тревожность, одиночество.

Одним из видов внутриличностного конфликта является конфликт нереализованного желания, или комплекса неполноценности. Именно с данным конфликтом чаще всего сталкиваются женщины находясь в декрете [2]. Находясь в отпуске по уходу за ребенком, женщины очень часто начинают чувствовать свою не полную реализованность, не востребованность, а очень часто это дополняется неудовлетворенностью своей внешностью на фоне предстоящих или уже прошедших родов [1]. Все это в совокупности еще дополняет некая финансовая зависимость от значимого человека в их жизни и ограниченность времени, которое можно уделить своему развитию [3]. В этом и состоит актуальность данной работы.

Цель работы – изучение особенности внутриличностного конфликта женщин в декрете. Методология исследования: системный, личностно-деятельностный подход, системный, аксеологический подход. Участники: беременные женщины и женщины, имеющие детей от 0 до 3 лет, в возрасте 20-35 лет. Опытно-экспериментальная работа проводилась в приложении Momlife, данным приложением пользуются молодые мамы и беременные женщины. В исследовании участвовало 40 женщин.

Оценку уровня ситуативной и личностной тревожности проводили методикой диагностики самооценки Спилберга – Ханина.

Таблица 1. Процентное распределение тревожности у беременных женщин, находящихся в декрете

Уровень	СТ		ЛТ	
	Количество женщин	% от группы	Количество женщин	% от группы
Высокий	23	57%	20	50%
Средний	17	43%	20	50%
Низкий	0	0	0	0

Анализ исследования показал, что в данной выборке женщин 57% (23 человека) и 43% (17 человек) с высоким уровнем ситуативной и личностной тревожности. Низких уровней тревожности в группе выявлено не было. При высоком уровне тревожности женщины часто испытывают

чувство беспокойства, может вызвать чувства страха. Создается фрустрирующая ситуация, которая вызывает психическое напряжение, часто проявляющееся в агрессивных, тревожных состояниях женщин, и сопровождается переживаниями, подавленностью, депрессией, страхом,

чувством обиды, а также изменениями в поведении. Для женщин находящихся в декрете наиболее благоприятны сочетания средней личностной тревожности с умеренной ситуативной тревожностью.

Для диагностики субъективного ощущения одиночества и социальной изоляции человека использовали Шкалу одиночества UCLA (UCLA Loneliness Scale). Результаты исследования представлены в таблице 2.

Таблица 2. Результаты исследования по шкале одиночества

Уровень	Экспериментальная группа	
	Количество женщин	% от группы
Высокий	15	38
Средний	22	55
Низкий	3	7

Исходя из проведенного исследования, можно сказать, что очень большой процент женщин в декрете (38%) испытывают высокий уровень одиночества, а 55% относят себя к среднему уровню одиночества. Таким образом, помимо высокой тревожности женщин, вызванной изменениями их жизни, отмечается и повышенный уровень одиночества. Женщина тяжелее проходит путь адаптации в новой роле, так как чаще всего она остается один на один со своими эмоциями, страхами и еще

не выработанной уверенности в своих действиях. В ходе наблюдения было установлено что, уровень тревожности и одиночества выше у тех женщин, у которых родился первый ребенок.

Результаты опроса Анализ семейной тревоги показали большой положительный результат (табл. 3) и, таким образом, совершенно не коррелируют с уровнем тревоги, одиночества и эмоционального выгорания.

Таблица 3. Анализ семейной тревоги

Показатели	Количество женщин	Количество в %	
			Количество женщин
Вина	В пределах нормы	39	97,5
	Диагностическое значение	1	2,5
Тревога	В пределах нормы	39	97,5
	Диагностическое значение	1	2,5
Напряженность	В пределах нормы	38	95
	Диагностическое значение	2	5
Общая семейная тревожность	В пределах нормы	38	95
	Диагностическое значение	2	5

Таким образом, многие женщины, находясь в декрете, испытывают много трудностей, тревог, чувствуют себя порой уязвимыми и одинокими, но при всем при этом стараются не нарушать семейного спокойствия. Думаю, именно это и может объяснить такой большой процент чувства одиночества.

Оксфордский опросник счастья (Oxford Happiness Inventory, ОНІ) был разработан в

конце 1980-х на кафедре экспериментальной психологии Оксфордского университета Майклом Аргайлом (Michael Argyle) с коллегами, изначально для проводившихся в Оксфорде исследований. Значения, полученные в ходе исследования, оказались очень интересными и представлены в таблице 4.

Таблица 4. Результат, полученный в ходе исследования

Показатель шкалы	Количество женщин	Количество в %
Низкий	0	0
Пониженный	13	34
Средний	18	45
Повышенный	0	0
Высокий	9	21

Таким образом, проведенные исследования показали, что степень тревожности и одиночества среди женщин, находящихся в декрете, достаточно высока и зависит прежде всего от личностного фактора: высокое преобладание потребностей детей и семьи над свои личностными и индивидуальными, возникновение адаптационного внутриличностного конфликта, неуверенность и повышенная тревожность из-за постоянного беспокойства «правильно ли я все делаю?», возникновение конфликта нереализованного желания. Все в сово-

купности с тем, что женщина оказывается в некоем вакууме после рождения ребенка.

Поэтому исправление недостатков в психологической структуре личности женщин, находящихся в декрете, коррекция системы их потребностей – одна из главных задач полноценного, здорового и счастливого материнства. Важно проводить психопрофилактические занятия и беседы как с беременными женщинами, так и проводить консультацию психолога в стенах перинатальных центров.

#### Библиографический список

1. Безрукова О.Н. Репродуктивные мотивации женщин // Социологические исследования. – 2000. – № 12. – С. 98-102.
2. Брутман В.И. Динамика психологического состояния женщин во время беременности и после родов // Вопросы психологии. – 2002. – № 1. – С. 36-40.
3. Мамышева Н.Л. Системные детерминанты состояния мотивационной сферы у беременных женщин (в современных социальноэкономических условиях) // Вестник Томского государственного педагогического университета. – 2000. – Вып. 3 (19). – С. 77-79.

### FEATURES OF INTRAPERSONAL CONFLICT OF WOMEN ON MATERNITY LEAVE

**E.P. Salnikova, Graduate Student**  
**Ufa University of Science and Technology**  
**(Russia, Ufa)**

**Abstract.** *The article examines the features of the intrapersonal conflict of women on maternity leave. The study showed that the degree of anxiety and loneliness among women on maternity leave is quite high and depends primarily on the personal factor: the high predominance of the needs of children and family over their own personal and individual ones, the emergence of an adaptive intrapersonal conflict, uncertainty and increased anxiety.*

**Keywords:** *intrapersonal conflict, pregnant women, maternity leave, anxiety, loneliness.*