

**ВАРНЕНСКИ СВОБОДЕН УНИВЕРСИТЕТ “ЧЕРНОРИЗЕЦ ХРАБЪР”
ФАКУЛТЕТ „СОЦИАЛНИ, СТОПАНСКИ И КОМПЮТЪРНИ НАУКИ”**

КАТЕДРА “ПСИХОЛОГИЯ”

РЕВИТАЛ ЗЕРБИБ

**ВЛИЯНИЕ НА МАЙЧИНСТВОТО
ВЪРХУ ВЪЗПРИЯТИЕТО
ЗА БЛАГОПОЛУЧИЕ НА МАЙКИ
НА ДЕЦА ОТ 0 ДО 3 Г. ОТ ИЗРАЕЛ**

**Влияние на майчинството върху възприятието за благополучие на майки на деца от 0 до 3 г.
от Израел**

АВТОРЕФЕРАТ

на дисертационен труд за присъждане на образователна
и научна степен “доктор” в професионално направление
3.2. “Психология”,
докторска програма “Педагогическа и възрастова психология”

Научни ръководители
Проф. д.пс.н. Галя Герчева
Доц. д-р Ваня Христова

Варна

2024

**ВАРНЕНСКИ СВОБОДЕН УНИВЕРСИТЕТ “ЧЕРНОРИЗЕЦ ХРАБЪР”
ФАКУЛТЕТ „СОЦИАЛНИ, СТОРАНСКИ И КОМПЮТЪРНИ НАУКИ”**

КАТЕДРА “ПСИХОЛОГИЯ”

РЕВИТАЛ ЗЕРБИБ

**ВЛИЯНИЕ НА МАЙЧИНСТВОТО ВЪРХУ ВЪЗПРИЯТИЕТО
ЗА БЛАГОПОЛУЧИЕ НА МАЙКИ НА ДЕЦА ОТ 0 ДО 3 Г. ОТ ИЗРАЕЛ**

Научни ръководители
Проф. д.пс.н. Галя Герчева
Доц. д-р Ваня Христова

Рецензенти:
Доц. д-р Йоанна Недялкова
Проф. д.пс.н. Майяна Митевска

Варна
2024 г.

Дисертационният труд е обсъден и насочен за защита пред научното жури на катедра "Психология" към факултет Социални, стопански и компютърни науки на Варненския свободен университет "Черноризец Храбър", Варна.

Дисертационният труд е в обем от 127 страници и съдържа шест глави, списък на използваната литература и четири приложения. Текстът съдържа 6 таблици и 3 фигури. Списъкът с литературни източници се състои от 128 заглавия на английски и интернет източници.

Авторът на дисертационния труд е докторант на самостоятелна подготовка към Катедра "Психология" при факултет Социални, стопански и компютърни науки на ВСУ „Черноризец Храбър“. Работи, като педагогически съветник по образование, регионален инструктор по образователно-терапевтична дейност в направление "Младежко развитие - образование на деца и младежи в риск" на Министерството на образованието и Израелската асоциация на обществените центрове, както и научен сътрудник в Академичния колеж на Израел.

Защитата на дисертационния труд пред научно жури ще се състои на 09.08.2024 г. от 11.30 часа в заседателната зала на ВСУ „Черноризец Храбър“.

Материалите по защитата са на разположение в канцеларията на катедра „Психология“ към Факултет Социални, стопански и компютърни науки на ВСУ „Черноризец Храбър“ и на интернет адрес: www.vfu.bg, раздел „Докторанти“

I. ОБЩА ХАРАКТЕРИСТИКА НА ДИСЕРТАЦИОННИЯ ТРУД

Увод

В 21-ви век, за който се твърди, че се характеризира с напредък на технологиите и революционни нововъведения, които се появяват всеки ден и предлагат решения и подобрения в различни житейски области, за групата на майките предизвикателството за оптимална грижа за детето се увеличава и вместо облекчение те са изправени пред значително бреме. В този период предизвикателството на майчинството е по-сложно от всякога и понастоящем включва много трудности, функционални и емоционални, които изискват от майката да отдели много психични ресурси в ежедневието си за справяне наред с изискванията на обществото и за допълнителните роли, които поема като издържачка на семейството, съпруга и т.н. Натоваарването със задължения, които майката изпълнява днес, е нараснало значително в сравнение с предишното поколение и се характеризира с редуциране на помощта от страна на семейството, която тя е имала в миналото, увеличаване на самотното родителство и др. В научната литература първите три години от живота на бебето са представени, като критичен период за оптимално психическо и физическо развитие, което оказва влияние върху последващата част от живота, функционирането и здравето на детето. Установено е, че благополучието на майката е главната предпоставка за оптималното родителско функциониране, което има значение за психическото и физическото развитие на детето. Израел е страната с най-висока раждаемост и изискванията на обществото към майката днес се увеличават, а компенсациите и оказването на помощ за майката отглеждаща децата си не се е увеличила пропорционално поради което нейното благополучие е намалено. По същество държавата Израел насърчава раждането на деца в по-висока степен в сравнение със страните от ОИСР, но се намира в дъното на таблицата по отношение на инвестиране в майките и техните деца. По-голямата част от научните изследвания в Израел са насочени към насърчаване на развитието и здравето на детето чрез множество програми за интервенция, които инвестират в детето и в предоставянето на инструменти за тяхното отглеждане от родителите. Настоящото научно изследване се фокусира върху същността на проблема, насочен към майката и необходимостта от предоставяне на отговор за напредъка на нейното благополучие, което от своя страна ще повлияе на оптималното функциониране на психическото и физическото здраве на децата.

Актуалност и значимост на темата на изследването

Актуалността на изследването е продиктувана от необходимостта да се насърчи благополучието на майките в Израел за отглеждане на поколение от здрави по дух и тяло деца в настоящето, което поражда множество нови предизвикателства, с които майките трябва да се справят всеки ден в сравнение с предишните поколения. Изследванията по темата днес са по-актуални от всякога и са иновативни в Израел, като поставят предизвикателство в насърчаването на осведомеността и съществената необходимост да се облагодетелстват майките, да се инвестира в тях за да им се помогне да се справят по-добре с предизвикателствата с които се сблъскват, за да се подобри оптималното им родителско функциониране, което е много важно, особено през първите три години от живота на детето, които са критичен период в развитието и оптималното психическо и физическо здраве на техните деца.

Обект и предмет на изследването

Обект на изследване е благополучието на майката през първите три години от раждането и отглеждането на нейните деца. Майката е най-значимата фигура в живота на едно дете. През първите три години от живота си детето е напълно зависимо от нея. Отношенията между

майката и детето, диадата между тях и семейната среда, в която се отглежда детето, са в основата на психическото и физическото развитие, функционирането и бъдещите социални отношения на детето. Благополучието на детето е тясно свързано с това на майката и се влияе от него. Благополучието на майката влияе върху нейното майчинско функциониране, което от своя страна също повлиява върху благополучието на детето. Различните значими конфликти и предизвикателства, с които майката се сблъсква ежедневно през 21 век, оказват влияние върху нейното благополучие, а оттам и върху майчиното ѝ функциониране и способността ѝ оптимално да осигурява потребностите на детето. Предметът на изследването се фокусира върху различните фактори влияещи върху благополучието на майката, като се представляват различията между майките по отношение на способността им да се справят с тези предизвикателства и да осигуряват оптимални грижи за детето. Такъв вид цялостно изследване не е провеждано в популацията на майките в Израел, поради което то е иновативно в тази област.

Изследвателски проблем

Фокусът на настоящото изследване е насочен към майката и настъпващите промени във възприятието, относно психичното благополучие на майките в Израел, на деца на възраст от раждането до три години, свързани с тяхното майчинско функциониране, като се проучват две променливи - икономическото положение и грижата, която те полагат за себе си. Майките ежедневно се сблъскват с различни конфликтни ситуации, включително и високите очаквания и изисквания на обществото към тях. Въпреки това инвестициите в майката, компенсацията и помощта за нея не се увеличават пропорционално и в днешно време тя не разполага с много важни ресурси за справяне с предизвикателствата по отглеждането на децата. Държавата инвестира малко бюджетни средства за нуждите на отглеждането на децата и има значителен недостиг на ресурси, относно майката и нейното осигуряване. Проучването на съществуващото влияние на перцепциите относно благополучието на майката върху нейното функциониране и свързаните с него фактори ще позволи да се насърчи информираността и разбирането за мястото на майката в 21-ви век, нейните нужди, значението нейното психично благополучие, както и намирането на подходящи решения за неговото повишаване и съответно увеличаване на ресурсите.

Аргумент на автора

Аргументът на изследователя е, че социално-икономическата ситуация и оптималната грижа за себе си са значими ресурси, които влияят върху благополучието на майката и са от съществено значение за неговото насърчаване. На свой ред благополучието на майката оказва влияние върху нейното функциониране и качеството на грижите за детето.

Цел и задачи на дисертацията

Основната цел на дисертационното изследване е да се проучат променливите, които влияят върху психичното благополучие и функциониране на майката в Израел и които са от решаващо значение за психическото и физическото здраве на детето. За да постигне тази изследователска цел, е направен преглед на обширните теоретични знания по темата за майчинството през XXI век, неговите предизвикателства и по-специално връзката и значението на майчината грижа за физическото и психическото развитие на детето през първите години от живота му и дългосрочните ефекти, произтичащи от нея. Представени са различни теории, които разглеждат благополучието, връзката между благополучието и родителското функциониране, както и факторите за икономическото положение и грижата за себе си, които им влияят. Прегледът на литературата и изучаването на различните теоретични контексти акцентират върху значимите променливи свързани с разглеждането на изследователската цел,

като съответно са формулирани изследователските хипотези и конструиран изследователският модел.

Изследователските хипотези са следните: (1)

- ✓ Хипотеза 1: Предполага се, че майките, които възприемат своето социално-икономическо положение като по-добро, възприемат и своето благополучие и майчино функциониране като по-високи.
- ✓ Хипотеза 2: Предполага се, че майките, които инвестират в грижа за себе си, са по-психично благополучни.
- ✓ Хипотеза 3: Предполага се, че съществува положителна корелация между перцепциите на майките относно тяхното възприятие за благополучие и майчино функциониране, т.е. колкото възприятието на майките за тяхното благополучие е по-високо, възприятието им за майчино функциониране също ще е високо.

Изследователски метод и изследователска група

Изследователската група, към която е насочено изследването, се състои от майки от еврейското население в Държавата Израел, които имат поне едно дете на възраст от раждането до три години. Извадката, избрана за настоящото научно изследване, включва 133 майки на различна възраст, родени в Израел и чужбина, които живеят в различни региони в Израел и са свързани с различни сектори от еврейското население. Семейното им положение е разнообразно, а нивото им на образование е различно. В изследването са използвани четири затворени въпросника, за изследване на променливите, които се цели да се проучат, като те са валидирани в Израел и чужбина. Въпросниците дават информация относно социодемографски характеристики, грижа за себе си, благополучието и родителското функциониране. След подбора на въпросниците те бяха разпространени сред представителната извадка онлайн чрез голямата национална компания за проучвания в Израел I Panel, която предоставя услугата за събиране на представителна извадка от данни. Отговорите бяха събрани и предадени за статистически анализ, констатациите от всеки въпросник бяха представени и интерпретирани и бяха направени изводи.

Ограничение на изследването

Настоящото изследване има редица ограничения. Едно от ограниченията произтича от факта, че резултатите от изследването се основават на количествените самооценки на майките и липсват подробни интервюта с тях, за да се разбере по-точна картина на липсата на определени връзки, които очаквахме и които се подкрепят от научната литература. Друго ограничение произтича от размера на извадката. Изследването е проведено само върху извадка от майки еврейки и не включва другите групи от населението, съставляващи държавата Израел. Това ограничение може да доведе до трудности при обобщаването на тези резултати и заключения за цялата група от майки в Израел.

II. ОБЕМ И СТРУКТУРА НА ДИСЕРТАЦИЯТА

Дисертационният труд е в обем от 127 страници и съдържа шест глави, списък на използваната литература и четири приложения. Текстът съдържа 6 таблици, 3 фигури и 4 приложения. Списъкът с литературни източници се състои от 128 заглавия на английски и интернет източници.

СЪДЪРЖАНИЕ

ГЛАВА ПЪРВА УВОД

ВТОРА ГЛАВА. ПРЕГЛЕД НА НАУЧНАТА ЛИТЕРАТУРА

2.1 Благополучие

2.1.1 Благополучие

2.1.2 Измерване на благополучието

2.1.3 Лични качества и благополучие

2.1.4 Околна среда и благополучие

2.1.5 Приносът на благополучието за индивида

2.2 Благополучието и майчино функциониране

2.2.1 Влияние на благополучието на майката върху нейното функциониране и здравето на детето

2.2.2 Родителска менталност и най-добро родителско функциониране

2.2.3 Ролите на майката в западното общество

2.3 Фактори, влияещи върху благополучието на майката

2.3.1 Влияние на икономическото положение върху благополучието на майката

2.3.2 Влияние на грижата за себе си върху благополучието на майката

2.4 Обобщение

ГЛАВА ТРЕТА. МЕТОДОЛОГИЯ НА ИЗСЛЕДВАНЕТО

3.1 Контингент на изследването и изследователска извадка

3.2 Научен инструментариум

3.3 Изследователски процес

3.4 Методи за статистическа обработка

3.5 Изследователски задачи

3.6 Изследователска цел

3.7 Хипотези на изследването

ГЛАВА ЧЕТВЪРТА. РЕЗУЛТАТИ ОТ ИЗСЛЕДВАНЕТО

4.1 Избор на извадка и фоновы характеристики

4.2 Променливи на изследването

4.2.1 Грижа за себе си

4.2.2 Благополучие

4.2.3 Функциониране на майките

4.3 Констатации

4.3.1 Грижа за себе си

4.3.2 Благополучие на майката

4.3.3 Функциониране на майката

ГЛАВА ПЕТА. ДИСКУСИЯ

ГЛАВА ШЕСТА. ОБОБЩЕНИЕ И ЗАКЛЮЧЕНИЯ

ПРИЛОЖЕНИЯ

Приложение номер 1: Въпросник за лична информация

Приложение номер 2: Въпросник за грижата за себе си в личния живот

Приложение номер 3: Континуум на психичното здраве - кратка форма (MCH-SF)

Приложение номер 4: Въпросник за родителско рефлексивно функциониране за юноши (PRFQ-A)

III. РЕЗЮМЕ НА ДИСЕРТАЦИЯТА

Въведение

Настоящото изследване разглежда факторите, които влияят върху благополучието на майките на деца на възраст от раждането до три години в Израел, и тяхното майчинско функциониране във връзка с мястото на майките в обществото и предизвикателствата, пред които са изправени те през 21-ви век.

Според индекса на ОИСР държавата Израел се счита за страната с най-много деца, но се нарежда в дъното на таблицата по отношение на инвестирането на държавни средства по отношение на раждането в сравнение с други страни. Майката в Израел е принудена да се справя с различни трудности и огромен конфликт между желанието си да бъде майка, която присъства в живота на детето си и значимо се грижи за него, и различните изисквания на обществото да работи и да заема различни роли, за което в по-голямата си част не получава възнаграждение. Това предизвикателство оказва влияние върху здравословното състояние на майката, води до зараждането на стрес и вреди на психическата ѝ устойчивост.

В научната литература е представено същественото значение на благополучието на майката, тъй като то оказва съществено влияние върху нейното майчинско функциониране и съответно върху психическото и физическото здраве на детето, най-вече през първите години от живота му. Икономическият ресурс и грижата за себе си от страна на майката са открити в литературата като значими източници на благополучие.

Това проучване изследва връзката между възприемането на благополучието сред майките в Израел на деца на възраст от раждането до три години върху тяхното майчинско функциониране и във връзка с възприемането на икономическото положение на майките, техните грижи за себе си и връзката между тях и благополучието и майчинското функциониране.

Разбирането на взаимоотношенията е важна част по отношение на значението на благополучие за оптималното функциониране на майката и признаването на нуждите, за които следва да се насърчи приложима политика, за да се укрепи психическата устойчивост на майката и по този начин да се повлияе на израстването на поколение от деца, здрави по тяло и ум.

За да се открият връзките между различните променливи и степента на тяхното влияние, беше проведено количествено изследване, при което четири валидирани въпросника бяха разпространени онлайн сред представителна извадка от 133 майки от еврейското население в Израел. За да се проверят изследователските въпроси и произтичащите от тях хипотези, бяха извършени стъпаловидни регресионни анализи, които позволиха да се разбере прякото и медираното влияние на променливите.

Това уникално научно изследване носи значителен принос в изследваната област като цяло и в частност в Израел и предлага модел, който представя различните връзки, преки и опосредствани, и изяснява разбирането за тяхното значение, нуждите и необходимостта от широка подкрепа за насърчаване на благополучието и функционирането на майката сред майките на деца на възраст от раждането до три години в държавата Израел.

Изследването е иновативно и разкрива, че съществува косвена връзка между възприемането на икономическото положение на майките и възприемането на тяхното благополучие. Връзката е опосредствана от променливата грижа за себе си, която се влияе от възприемането на икономическото положение на майките и на свой ред оказва влияние върху тяхното благополучие. Освен това беше установено, че майките с високо ниво на грижа за себе си възприемат своето благополучие като по-високо. И накрая, беше установено, че съществува пряка връзка между възприемането на благополучие от страна на майките и тяхното майчинско функциониране.

Изследователското проучване подчертава мястото на майката в Израел и ежедневното предизвикателство, с което тя се справя. Изследователското проучване показва важността на икономическите нужди, които подпомагат грижата за себе си и влияят върху благополучието на майката, за което е необходимо да се формулира приложна програма и практическа политика за подкрепа на майката като ключов фактор за насърчаване на благополучието и здравето на детето.

Глава 1: УВОД

1.1 Предговор

В предговора се обосновава изборът на темата на изследването в съответния контекст. Възпитанието на детето е голямо предизвикателство, което включва редица трудности, функционални и емоционални, които се усилват в светлината на настоящия период на 21 век. Установено е, че майките са тези, които в по-голямата си част поемат върху себе си грижата за детето, влияят върху физическото и психическото му здраве (Zimmerman, 2011) и представляват основната и най-значима фигура в семейството като цяло и за децата в частност. Установено е, че предизвикателствата и конфликтите, физически и психически, с които майките се справят, и натоварването от ролите, които тя носи върху себе си в отношенията си с децата, в отношенията си с партньора, в личностното си развитие и в икономическото си положение, вредят на усещането за благополучие на майката и го намаляват (Demo & Asock, 1996).

Научните изследвания показват, че здравословното състояние на майката оказва влияние върху нейното майчинско функциониране и грижата за детето. Първите три години от живота на детето се характеризират с абсолютната му зависимост от значимата фигура - майката, и представляват критичен период за развитието на детето и за неговото физическо и психическо здраве.

Държавата Израел инвестира в осъзнаването на високата раждаемост в сравнение със страните от ОИСР. Въпреки това инвестициите в майките и децата са под средното ниво на ОИСР, а по същество Израел е на дъното на държавите от ОИСР по отношение на връзката дом-работа и липсата на баланс е очевидно видима и забележима в областта.

Това съчетание от предизвикателства, което поражда силно чувство на стрес и рязко влошава благополучието на майките, в крайна сметка се отразява на психическото и физическото здраве на детето. През последните години правителствени организации и различни асоциации инвестират в програми за интервенция за родители на малки деца, като акцентът и вниманието са насочени към повишаване на информираността и чувствителността към нуждите на детето и осигуряване на инструменти за най-добро лечение на детето и програми за грижи и помощ за детето в съответствие с неговите нужди (Lee, Aos, & Pennuci, 2015). В настоящото научно изследване посоката на мислене е насочена към майката, от целта да се обърне внимание на корена на проблема и да се достигне чрез те майката до реалност, в която децата са добре обгрижвани, здрави духом и телом. Това изследване е насочено към превенция на проблемната ситуация в продължението, при която родителите и детето се нуждаят от програми за интервенция. Настоящото изследване има за цел да постави акцент и да насочи вниманието към майката и напредъка на нейното благополучие, за да се постигне благополучие на детето. В продължение на получените резултати, научното изследване ще препоръча насърчаване на осведомеността и практически действия за обществото като цяло и за вземащите решения в страната, които имат възможност да осъществят промяна и да постигнат напредък в благополучието на майката.

Изследването се основава на три основни теоретични предположения, представени в прегледа на литературата. Първо, благополучието на майката и родителското функциониране оказват влияние върху психическото и физическото здраве на детето предимно през първите години от живота му. Второ, различни фактори, включително икономическото положение на майката и грижата за себе си, са съществена част от благополучието на майката и родителското функциониране и трето, тези различни фактори могат да създадат разликата между майките по отношение на тяхното психично благополучие и родителско функциониране. В съответствие с това настоящото изследване е количествено изследване, в рамките на което бяха разгледани различни фактори, които оказват влияние върху психичното здраве на майката, родителското функциониране и връзките между тях.

1.2 Изследователски въпроси

Изследователските въпроси се отнасят до връзката между възприятието на майките на деца на възраст от раждането до три години за тяхното социално-икономическо положение и грижата за себе си по отношение на тяхното здраве и родителско функциониране.

1. Има ли връзка между възприемането на благополучието на майките и възприемането на тяхното социално-икономическо положение?

2. Възприемат ли майките, които инвестират в себе си (грижа за себе си), своето благополучие като по-високо?
3. Съществува ли връзка между възприемането на благополучието от страна на майките и тяхното майчинско функциониране?

Глава 2: ПРЕГЛЕД НА ЛИТЕРАТУРАТА

Прегледът на литературата има за цел да осигури изследователска рамка за темите, свързани с целта на изследването. Темите са: благополучие - дефиниция, начин на измерване, личностни особености, среда и влияние върху индивида; благополучие и майчино функциониране - влияние на благополучието на майката върху нейното майчино функциониране и здравето на детето, родителска ментализация и оптимално родителско функциониране, както и ролята на майката в западното общество. Факторите, които оказват влияние върху благополучието на майката, включват влиянието на икономическото положение върху благополучието на майката и влиянието на грижите на майката за себе си върху благополучието.

2.1 Благополучие

В научната литература има редица определения на термина "благополучие". Преобладаващото съгласие разглежда понятието като субективно възприятие, основано на опита и начина на отнасяне на индивида към общото качество на неговия живот като положително и желано и стремежа му да поддържа здравословен, оптимистичен начин на живот със самореализация, надежда и щастие (Layard, 2010; Zimmerman, 2011). Проведените в тази област контролирани научни изследвания установяват, че щастието е един от факторите за успех и здраве на индивида. Според изследванията определението за благополучие се отнася до начин на живот, който поддържа интеграцията и връзката между тялото, ума и душата и се стреми към здраве и оптимално благополучие. Благополучието се свързва с ценностите на здравето, оптимизма, личното удовлетворение и самореализацията, надеждата и щастието и е значим и важен компонент в благополучието на индивида, но е само един от аспектите в съзвездието на концепцията за благополучие (Diener, 1984). Всички определения изпъкват термина оптималност или благополучие като изразяващ положително възприемане на психичното здраве на човека. Ангажираността с благополучието се фокусира върху нормалното функциониране на индивида, неговото развитие и овластяване, като същевременно се стреми да насърчи индивида към постоянно търсене на ресурсите, които ще му позволят да се справи ефективно с предизвикателствата на реалността (Shedmi & Zimmerman, 2015).

Изследванията в областта на психологията, които се занимават с благополучието, определят понятието като психологическо състояние, което характеризира оптималното благополучие, при което човек съобщава, че е щастлив и удовлетворен от различни аспекти на живота си. Настоящото изследване се опира на определението на Майерс и съавтори (Zimmerman, 2011), според които понятието отразява подхода на Майерс и Динер (1995, в Zimmerman, 2011), според които терминът благополучие отразява субективното такова (SWB), щастието и удовлетвореността на човека, когато високото определение за благополучие се възприема като израз на общото чувство на удовлетвореност, щастие и радост от живота, а ниските нива на благополучие се свързват с чувство на тревожност, гняв и депресия.

В Израел преводът в много случаи внушава негативна конотация. Изразът "благополучие" в Израел се възприема по национално-исторически причини като понятие, свързано с Министерството на благополучието и съответно с помощта за бедните. През изминалите години държавата на благоденствието се е занимавала с облекчаване на бедността, намаляване на експлоатацията на работниците и запазване на правата на гражданите. Не се споменаваха условията, които улесняват насърчаването на личността и просперитета на населението, поради схващането, че ангажирането с условия за напредък в благополучието е лукс, с който държавата не се ангажира и дори няма възможност да се занимава. Благополучието в държавата остава ангажимент на правителството, който е насочен към индивида/обществото, което изпитва недостиг и живее под прага на бедността, а не ангажимент към благополучието на своите граждани (Kaplan, 2011).

Днес, в западния свят на изобилие и разнообразни възможности във всички сфери на живота, темпото на промените, които настъпват в живота на индивида и обществото, е високо и откриваме хора, които ежедневно се справят с конфликтни ситуации, които често създават усещане за стрес, несигурност и вредят на нивото на благополучие на индивида (Kaplan, 2009). Ангажираността в тази област се дължи през последните години на стреса и високите нива на депресия и самоубийства в западния свят. Тези

данни засилиха изследователите в областта да се фокусират върху индивида и върху неговото субективно възприятие, за да достигнат до разбирането какви са условията за напредване на благополучието. Успоредно с това се развиха цялостни изследвания, които разглеждат общностните и социалните измерения на индивида, така че те да представляват платформа за насърчаване на благополучието и щастието на индивида в частен план и като личност в едно благотворно общество (Kaplan, 2011).

Научните изследвания по темата се опитват да предложат условията, необходими за самореализацията и реализацията на способностите на човека, за да се насърчи качеството и смисълът на живота му, щастието и благополучието (Diener, Heintzelman, Kushlev, Tay, Wirtz, Lutes, & Oishi, 2017) и поддържат тезата, че съществуват различни променливи, отнасящи се до личността и средата, за прогнозиране на благополучието на индивида. Установено е, че индивидът с високо ниво на благополучие живее с усещане за дълбок смисъл и по-високо качество на живот и има успех във всички измерения на живота (Diener, 2000).

През последните тридесет години психологът Diener (2000) работи за разработването и валидирането на модели на субективното благополучие, за да допринесе значително за по-широкото разбиране на характеристиките, които са в основата му. В своето цялостно изследване на личното щастие Diener разработва тристранен модел на субективното благополучие и повечето изследователи, които се занимават с тази област, са възприели този модел. Моделът предлага три основни характеристики на благополучието. Първата характеристика е, че благополучието е субективно и се основава на вътрешните преживявания на човека. Втората характеристика твърди, че благополучието се определя от наличието на положителни фактори, а не само на отрицателни. Третата характеристика е, че субективното благополучие се получава при индивида след цялостна когнитивна оценка на всички области на живота. Освен това той подчертава, че оценката на субективното благополучие е вярна за индивида за определен период от време, когато този период варира от една седмица или няколко седмици до периода на целия живот.

Моделът акцентира върху два значими компонента: емоционален и когнитивен. Емоционалният компонент се основава на хедонистичния подход, при който индивидът се стреми и се стреми да увеличи моментите на щастие и удоволствие и да избегне колкото е възможно повече или да намали моментите на страдание и дистрес. Сред някои от изследователите концепцията за хедонизма е включена в областта на изследванията на благополучието и се измерва чрез три основни компонента: удовлетвореност от живота, положителни емоции и отрицателни емоции. Благополучието представлява добър живот, който включва удоволствие и дава на индивида добро усещане през цялото време (Pavot & Diener, 2008). Емоционалният компонент включва две части. Едната част е субективната оценка на индивида за наличието на положителни емоции, а втората - отсъствието на отрицателни емоции, както те се възприемат в личния опит на индивида. Като положителна емоция ще определим ситуация, в която чувствата, които индивидът изпитва, неговото настроение и емоции, се възприемат лично в него като приятни и желани в живота му, например чувствата на щастие, удовлетворение и наслада. За разлика от това отрицателната емоция ще бъде дефинирана в ситуация, в която индивидът е изпитал неприятни чувства и емоции, като например гняв, тъга и срам (Diener, 1984). Когнитивният компонент разглежда общата когнитивна оценка на индивида за неговия живот. Когнитивният компонент включва общата удовлетвореност на индивида от живота му, а освен това и удовлетвореността по отношение на конкретни области в живота му, например удовлетвореност от отношенията в двойката, на работното място, в семейството и т.н. (Lucas & Diener, 2015).

През последните години изследванията в областта на благополучието включват още един компонент - компонента Eudemonia, който се отнася до възприемането на живота на човека като значим и до степента на растеж и самореализация от негова гледна точка (DeAngelis, 2013).

Научните изследвания от последното десетилетие извеждат на преден план недвусмислената връзка между физическото здраве на човека и благополучието. Установено е, че тази връзка е двупосочна. Здравето на човека влияе върху неговото благополучие, но е вярно и обратното - благополучието на човека влияе върху физическото му здраве, дори двукратно (Zimmerman, 2011).

Научните изследвания са установили, че стресът може да бъде намален сред хората чрез физическа активност и тя оказва влияние върху благополучието. Установено е, че физическата активност е свързана с намаляване на тревожността и депресията и подобряване на настроението, качеството на съня, когнитивното функциониране, качеството на здравето, възприемането на тялото и възприемането на собствената стойност. (Zimmerman, 2011).

2.2 Благополучие и функциониране на майката

Майчинството е нещо вълшебно, естествено и чувствително за човешкото сърце. В същото време преходът към майчинство е за жената значителна промяна във всяко измерение на нейния живот. Това е психологическа, психическа, диадична и най-вече перцептивна промяна, при която майката поема върху себе си отговорността за живота, развитието и личната безопасност на детето си. Въпреки че събитието е на пръв поглед положително и нормативно, от момента на раждането на детето майките изпитват много натиск, който понякога прераста в тревожност и депресия (Campbell, 1981). Виждаме майки, които успешно са преодолели майчинското предизвикателство и са се развили, като по този начин изразяват високо ниво на благополучие, и обратно - майки, които изпитват психически трудности и се огъват под тежестта и нивото им на благополучие е слабо (Zimmerman, 2011).

Много научни изследвания потвърждават тезата, че основата на психическото и физическото развитие на детето зависи от качеството на родителските грижи на значимия родител, от диадата между тях и от семейната среда, в която детето расте (Morphy & Laible, 2013). Според тези изследвания са натрупани научни доказателства за значимата роля на благотворното родителство за психическото и физическото здраве, развитие и функциониране на детето (Erez, 2012). Когато родителството е най-добро, то се характеризира с приемане и включване на нуждите и разочарованията на детето, с правилно тълкуване на информацията, получена от реакциите и поведението на детето, и с отговор, съобразен с детето, относително пропорционален и с положителни емоции (Stern, 1995, in Erez, 2012).

В психоаналитичната теория приемането на родителската роля се описва като етап от развитието на Аз-а, в който нараства ефикасността на родителите да обединят силите си, за да постигнат подходящо и съвместно родителско споразумение. Нормалната родителска функция дава възможност за преживяване на растеж и просперитет в модела родител-дете. Научните изследвания обаче показват, че стресовите житейски ситуации (например безработица, болести и т.н.) могат да доведат до регрес на родителите и до недостатъци в тяхната родителска функция. В тази ситуация е налице "блокирано родителство", при което родителят губи чувството си за контрол над живота си и става ориентиран към оцеляване. На родителя му е трудно да намери в себе си сили за справяне и без сили неговата родителска функция е блокирана. Тази житейска ситуация не осигурява оптимални условия за родителя, така че той да може да се реализира и да осъществи стремежите си, от вътрешните си творчески сили (Bollas, 2015).

В житейска ситуация, в която родителят е увреден от стресиращо събитие, не само ще има по-широка вреда за функционирането на родителя, но и може да се появи модел на регресия в обектните отношения и съответно трудности в регулацията на влеченията и емоциите. Първите три години от живота на детето представляват критичен период, необратим и с най-голямо влияние върху физическото и психическото развитие на детето, през който мозъкът на детето се развива бързо и детето опознава света чрез първоначални преживявания, които се създават и оформят под влиянието на значимите за него фигури, родителите и околната среда, и при пълна зависимост от тях (Nelson, 2000).

През първите години от живота си детето има бързо и необратимо нервно-психическо развитие. В този период детето придобива увереност от заобикалящата го среда чрез положителна връзка с родителя и развива основни познавателни и езикови умения. На този етап се развива първата система от отношения на детето, когато в основата ѝ е общуването с лицето, което полага грижи за него. Видът и характерът на общуването оказват влияние върху саморазвитието на детето и развитието на способността му за саморегулация. Съответно преживяванията на детето през първите години от живота му оказват решаващо влияние върху формирането на неговото развитие и оформянето на личността му като възрастен (Vasen-Sikron, Sher, & Ben Rabi, 2014). Основният труд на Bowlby (1951 г.) за привързаността установява, че липсата на пряка, близка и непрекъсната връзка с фигурата, полагаща грижи, води до необратими последици за психичното здраве на детето. Развитието на детето е особено чувствително към характера на взаимодействието между родителя и детето, особено през първите години от раждането (Barkin & Wisner, 2013).

Въпреки че през последните десетилетия се наблюдава тенденция на повишаване на подобряването на физическото здраве на децата и възрастните, нараства и честотата на психичните разстройства, причинени още през първите години от живота. Научни изследвания са установили, че този етап от развитието представлява период, който е критичен за психичното развитие на детето в зряла възраст, и първоначалните признаци на проблеми в психичното здраве се проявяват още в този период, в който детето се намира в ситуация, в която съществува повишен риск от преживяване на злоупотреба, чиито последици са тежки и необратими, като например увреждане на когнитивното, социалното и емоционалното функциониране на детето. Прегледът на литературата показва, че инструментите, предложени на терапевтите за подкрепа и обучение на родителите, се идентифицират и прилагат често от

идентифициране с позицията и страданието на детето, когато то се намира във фокуса на лечението (Oren, 2015). Ситуация, в която родителят изпитва трудности да понесе и удържи родителската роля или да включи трудностите с децата си, е ситуация, която задължава терапевтична интервенция, включваща и преживяванията на родителите. Интервенцията ще се проведе от място, което не е осъдително и обвинително спрямо родителя, а от място, в което има позоваване на родителя преди всичко като личност и родител, който се справя и блокира (Yishai, Yishai, & Oren, 2019).

Едно от значимите измерения, открити в научните изследвания като израз на оптималното родителско функциониране, е измерението на родителската ментализация, което се отнася до способността на родителя да разбира поведението на детето от психичните ситуации, които съществуват в неговия вътрешен свят, мисли, емоции, желания и т.н. Изразът е в родителското рефлексивно функциониране (ПРФ) (Slade, 2005), което изисква практика и може да бъде развито у всеки родител. Предварителното условие за развитието на тази способност и умение обаче се корени в ранните взаимоотношения в детството и се развива през годините (Fonagy, Gergely, Jurist, & Target, 2002). Съответно ролята на майката е от голямо значение и е от решаващо значение за развитието на тази способност. развитието на способността на детето да създава своя собствена вътрешна репрезентация през първата година от живота и динамиката на диадичното взаимодействие с майката представляват основата за оптималните процеси на развитие и способността на детето за ментализация. Дефицитът в способността за рефлексия на себе си и другите се свързва с психопатологията в детството и зрелостта (Fonagy et al., 2002; Luyten, Mayes, Nijssens, & Fonagy, 2017).

Някои изследвания по света показват, че обществото оказва върху родителите много силен натиск, свързан със социалните промени и възкателната кариера на родителите. Научните изследвания последователно показват значението на ресурсите на родителството за нормалното физическо и психическо развитие на детето. Изследването на Kulik и Liberman (2016) установява, че съществува връзка между личните ресурси, с които разполага майката, и усещането за конфликт и стрес, което тя изпитва. Израелската асоциация за ранно детско образование твърди, че в Израел тези констатации съществуват в още по-голяма степен поради допълнителните трудности, характерни за Израел, като заплахите за сигурността и нарастващите икономически и социални трудности (Erez, 2012). Допълнителни изследвания показват, че качеството на живот на децата зависи от здравето, безопасността и благополучието на майките. Майките са основните лица, които се грижат за децата, и тяхното психическо и физическо благополучие е от съществено значение за създаването на положителна среда, която насърчава оптималното развитие на децата им. Установено е, че децата, които са получили такъв тип среда, имат по-добро психично и емоционално здраве през живота си. Предложението, което произтича от тези изследвания, е, че е необходимо да се предоставят различни услуги на майките, като например различни здравни и помощни услуги, възможности за доходи и т.н., за да се осигури високо ниво на благополучие на майките, най-добрият шанс за качествено развитие на децата (Wikipedia, n.d.).

Западното общество на 21-ви век, макар и да обявява при всяка възможност равенство във всичко, което се отнася до родителството, все още се придържа към стереотипните възприятия, основани на пола, и негласно поддържа разграничение и разлика между майките и бащите в сравнение с тяхното подходящо родителско функциониране, както и разграничение в групата на майките и определя параметрите на ролята на добрата майка. Майките са в надпревара след постигането на нереалистичните параметри и затова изпитват постоянна липса на съвършенство и вина. Статутът на майчинството е централен и ценен в обществото, но това не насърчава и не подкрепя майките и родителството. По този начин ролята на майките е прозрачна в обществото. Това разграничение принуждава майките да се съобразяват със системата от социални очаквания за подходящото им майчинско поведение (Mor-Sela, 2012).

Днес майките изпълняват много роли в допълнение към традиционната си роля, като по този начин изискват от тях физическа енергия и огромни ресурси, които в по-голямата си част не са им достъпни, както в миналото, и ги водят до високо чувство на конфликтност и стрес. Повечето от научните изследвания, които се отнасят до конфликта на работещата майка, разглеждат ролята на майката в два вида основни роли, които предизвикват усещането за конфликт, което тя изпитва: ролята ѝ на майка и ролята ѝ на работник и издържател на семейството, за които е установено, че са много значими за майката и влияят на нейното майчинско функциониране. Многообразието от роли, които работещата майка изпълнява днес, е много по-сложно, отколкото в миналото, поради социалните и демографските промени, развили се през годините.

Благополучието и спокойствието не намират място в описанието на новата реалност на нашето време. Майките се стремят последователно към майчинска цялост, в която поставят майчинството на

първо място сред приоритетите си. Нуждите на бебето са на много по-високо място от техните нужди. В първите етапи на развитието това е естествен процес, който съпътства бебето при появата му на бял свят, приспособяването и развитието му. Този приоритет е правилен за бебето и отговаря на неговите потребности, но времето, в което границата се размива и тоталността в майчинството продължава и често надхвърля потребностите на майката, представлява фактор за развитието на стрес, затвореност, изолация, тревожност и т.н., които не се споменават адекватно в обществения дискурс. Тези явления създават затруднения в привързаността на бебето и водят до затруднения в грижите за него, като по този начин не само вредят на благополучието на майката, но и оказват значително въздействие върху здравето и оптималното развитие на детето.

Концепцията за "най-добро майчино функциониране" в това научно изследване се основава на възприемането на майката като "достатъчно добра майка" от Уиникот. Уиникот поддържа тезата, че развитието на бебето в индивидуална и независима личност, която е психически и физически здрава, зависи от наличието на достатъчно добра майка, която се характеризира с отдаденост, последователност и надеждност. Това е майка, която може да отложи задоволяването на своите потребности, да се идентифицира с бебето и да задоволи неговите нужди. Уиникот говори за майката като за "достатъчно добра майка", а не като за "съвършена майка". Той твърди, че няма майка, която да е съвършена в своето функциониране и която да може да предотврати всички фрустрации на бебето и да отговори и запълни перфектно всички негови потребности. Наистина добрата майка е достатъчно добра майка, идеална майка, която може да включва фрустрациите на бебето и да включва него и неговите нужди. Това е майка, която разбира посланията, които бебето ѝ предава, и може да им отговори сравнително веднага. (Magril, 2013).

Функционирането на майката се състои от различни аспекти, важни за детето и неговото развитие. В това научно изследване най-доброто майчино функциониране ще бъде определено и измерено в съответствие с концепцията на Уиникот за "достатъчно добрата майка". Интересът на Уиникот започва със субективното преживяване на майката, когато тя чувства, че може да развие способности, за да запълни нуждите, изискванията и фрустрациите на бебето. Тази майка дава възможност на бебето да изпитва фрустрации в разумна степен, която бебето може да включи и тя е на разположение за него, но успоредно с това тази майка може да бъде снизходителна към себе си и да умери изискванията си към себе си и да осъзнава своите нужди и своето благополучие, така че да си позволи достатъчно добро субективно преживяване (Goodacre, 2008).

Майчинството е емоционална и социална система от взаимоотношения с детето. В тази система майката често преживява, че губи себе си. Желанията и потребностите на детето поемат контрола над нейните желания и потребности, дори ако то е било възпитавано за своето саморазвитие, дори ако има личност с предпочитания и уникални неща, от които е щастливо, тъжно или разочаровано. Майката е субект, който се стреми да се представи в майчината среща с детето. С раждането на детето от майката се изисква да се откаже от личните си желания и потребности.

Митът за "добрата майка" и идеологията за "детето в центъра" са усвоени в западното общество и изискват от майката да се грижи първо за нуждите на детето. Във всеки период се наблюдават леки промени по отношение на физическите, емоционалните, познавателните и другите потребности, които майката осигурява на детето. В настоящата епоха много изследователи от различни области отбелязват какви са потребностите на детето и какъв е техният принос за нормалното му развитие. За разлика от тях има много малко научни изследвания, които са разглеждали от какво се нуждае майката и какви са оптималните условия за здравословно и благоприятно развитие за майката спрямо нуждите на детето, които тя осигурява (Green, 2011).

Въпреки феминистката революция, която призова за равенство между мъжете и жените и която накара обществото да насърчи жените да се интегрират на пазара на труда и на ръководни позиции, на един дъх в обществото продължава да съществува представата за "добрата майка" и за идеала за майчинство, в който детето и неговите нужди са поставени в центъра. Този мит се усвоява в обществото във всеки човек и по този начин създава представа и фиксирани очаквания за това как "добрата майка" трябва да се държи, да мисли и да чувства естествено. Изглежда, че очакванията на обществото потискат легитимността на емоционалното и интелигентното мислене на майката за разглеждане на нейните потребности наред с потребностите на детето и затова пораждаат конфликт и чувство за вина у майката (Green, 2011).

2.3 Фактори, влияещи върху благополучието на майката

Различните теории разглеждат различните влияния върху индивида, като например високото ниво на стрес в резултат на напрежението между тежестта на неговите роли и ресурсите, с които разполага. Две основни теории са Теория за напрежението в ролите (Goode, 1960) и Теория за запазване на ресурсите (Hobfoll & Shirom, 2001).

Kulik и Liberman (2016) твърдят, че ресурсите на майката се разделят на два вида: ресурси с личен характер и ресурси с характер на среда. Ресурсите с личен характер включват здравословното, икономическото и образователното състояние. Ресурсите на средата имат характер на социална подкрепа. В много научни изследвания е установено, че икономическият ресурс е най-значимият ресурс, който дава чувство за сигурност и допринася недвусмислено за намаляване на чувството за стрес и повишаване на благополучието. В Израел е проведено изследване по този въпрос и е установено, че майките с оскъдни икономически ресурси, които са класифицирани в нисък социално-икономически статус, имат неизмеримо по-високо чувство на конфликт и стрес от това на майките, които имат по-големи икономически ресурси. Здравният ресурс позволява на майката лично благополучие поради оптимално физическо и социално функциониране. Установено е, че недостатъчното здраве намалява шансовете на майката да продължи да бъде част от пазара на труда и обществото и по този начин се уврежда нейното лично благополучие (Olson & Pavetti, 1996). Установено е, че образователният ресурс намалява стреса сред жените, които са преживели житейско събитие с високо ниво на стрес, в сравнение с жените без висше образование и е по-значим сред жените, отколкото сред мъжете. Установено е, че този ресурс е свързан със социалните и междуличностните способности и по този начин напредва в приспособяването и намалява усещането за стрес (Ross & Van Illigen, 1997). Социалният ресурс се класифицира като ресурс на средата, свързан като намаляващ негативните резултати при усещането за стрес, и представлява значим и централен ресурс в различните модели, които се занимават с усещането за стрес. Установено е, че този ресурс е от полза за благополучието на майката, която ежедневно работи в различни копинги, дава възможност за превенция на напрежението, чувството за тревожност и стреса и спомага за по-доброто приспособяване (Auman & Antani, 2008).

Установено е, че всеки един от личните или екологичните ресурси сам по себе си спомага за намаляване на чувството за конфликт и стрес, но много изследвания показват, че индивид, който разполага с интегрирани ресурси, като например друг икономически ресурс в допълнение към социалните и семейните ресурси, има значителна полза за намаляване на чувството за конфликт и стрес в сравнение с приноса на единствения ресурс. Установено е, че комбинацията от няколко ресурса води до по-висок ефект за намаляване на чувството за стрес, отколкото приносът на един-единствен ресурс, и дава възможност на майката също да поеме върху себе си редица роли, когато инвентарът от ресурси на работещата майка се изпразни, тя изпитва чувство на стрес във всяка една от ролите, които поема, и личното ѝ благополучие е увредено (Kulik & Liberman, 2016).

Преходът към майчинство представлява период, изпълнен със състрадание и любов, но и с предизвикателства. В този период отговорността на майката включва най-добрата грижа за детето, но не по-малко майката носи отговорност и към себе си. Грижата за себе си се определя като способността и желанието на майката да се грижи за себе си физически и емоционално. Това е всяка дейност, която майката извършва, за да се погрижи за своето здраве и благополучие - правилно хранене и физическо здраве, поддържане на хигиена и външен вид, отделяне на време за себе си, достатъчно сън, готовност за делегиране на правомощия, способност за поставяне на граници и т.н. Това определение включва емоционалния психически аспект, който много от проведените в тази област проучвания не измерват (Barkin & Wisner, 2013).

Изследователите класифицират нуждите на майките в три теми - универсална нужда от грижа за себе си, нужда от развитие и нужда от грижа за себе си, свързана със здравето - и твърдят, че способността за практикуване на уменията за грижа за себе си зависи от различни вътрешни и външни фактори в допълнение към социалния контекст, към който са приобщени майките (Lambermon, Vandebussche, Fedding, & Van Duijnhoven, 2020).

В научните изследвания е установено, че значението на грижата за себе си за майките е много значимо и безценно за психичното здраве и благополучие на майката, както и за здравето и развитието на детето. За да може майката да осигури оптимална грижа за детето, тя трябва да осигури оптимална грижа първо за себе си (Fader, 2021; Kienhuis & Avdagic, 2021; Wisner, 2020).

Редица изследователи подчертават необходимостта от внимание и повишена загриженост за жените в периода от една година след раждането им в контекста на тяхното родителско функциониране. Установено е, че майките могат да развият тежки ситуации на депресия и тревожност след раждането, а

по-сериозно дори психоза, при която виждат и чуват неща, които не съществуват в реалността (Fader, 2021). Webb, Bloch, Coyne, Chung, Bennett, and Culhane (2013) изследват връзката между физическите проблеми на майките, създадени след раждането, и нивото им на благополучие. Те установяват, че тъй като майката има по-голям брой физически проблеми след раждането, нейното ниво на благополучие и родителско функциониране е по-ниско. Изследователите препоръчват щателна оценка на физическото и емоционалното състояние на жените след раждането, като твърдят, че професионалните фактори могат да адаптират за майката подходящ курс на грижи и по този начин да подобрят нивото ѝ на благополучие и качеството на майчинското функциониране.

Друго проучване установява, че майките, които са участвали в група за обучение и подкрепа след раждането, в която са получавали информация, подкрепа и споделяне, по-късно са имали по-високо благополучие. И тук имаше предложение за формиране на политика на интервенция още в пренаталния етап с цел повишаване на нивото на благополучие на майките (Barbieri, Soares, Ferrari, Demitto, & Tacla, 2013).

В периода на бременността се извършва преоценка на ценностната система и житейските приоритети, социалните роли и взаимоотношенията с другите. Осъзнаването и приемането на бременността е отправна точка за адаптиране към житейската ситуация. Ако жената не приеме състоянието си, това може да доведе до болезнени преживявания, като страх, тревожност и чувство за опасност (Hristoova, 2020).

Възприемането на необходимостта и легитимността на грижата за себе си сред майките не се възприема като естествено и очевидно. Възприемането изисква убеждението на майката, че грижата за себе си е от съществено значение за нея и че тя я заслужава. Утвърденото възприятие е, че по същество е за предпочитане нуждите на майката да се поставят на последно място (Wisner, 2020). На майките им е трудно да отделят време за себе си или да поискат помощ. Те постоянно се борят с чувството за вина, което ще се появи във всеки случай на всяка подобна дейност. Грижата за децата, без да се полагат грижи за здравето и благополучието на майката, прониква с течение на времето и оставя своя отпечатък до степен на възмущение, което може да се изрази в качеството на грижите, предоставяни на децата (Fader, 2021). Аргументът, че пренебрегването на нуждите на майката има отрицателни последици за майката и детето, е установен в изследванията. Установено е, че ежедневието натиска на родителството продължава да се натрупва, без родителят да има възможност да си вземе почивка или да си почине. В дългосрочен план прегарянето се изразява в симптоми като главоболие, силно изтощение и липса на емоционално усещане. Изгарянето се отразява и на децата, като емоционално отдалечаване от тях, емоционално изтощение, мисли за напускане и дори насилие. Установено е, че различни действия помагат на родителите да намалят и дори да предотвратят родителското прегаряне, например свободно време без бебето, разходка, разговори с приятел или съветник, медитация, сън, масаж, хоби, пътуване, пазаруване и т.н. (Wisner, 2020). Грижата за себе си изисква практика и редовни усилия, както и отделяне на икономически средства и други ресурси, които често липсват на майката. Различните държави предприемат действия за организиране на основните ресурси, за да се даде възможност на майката да полага грижи за себе си.

Пречките пред оптималната грижа за себе си и обратно - развитието на самокритичност са заложили в майката като част от очакванията на обществото. На пръв поглед обществото насърчава майката да действа за подобряване на своето здраве, но всъщност това са още послания за очакванията и ролите, които майката трябва да изпълнява.

В различните държави има политика, която подкрепя майките и техните деца през първите години, които са критични по отношение на здравословното психическо и физическо развитие. Тези държави признават трудностите, пред които са изправени майките, както и техните нужди, и затова прилагат цялостно системно съзвездие за значителна подкрепа на майките и техните деца.

WIZO Международната ционистка организация на жените (2023 г.) предложи инфраструктура за напредък в изменението на политиката, подкрепяща предоставянето на различни решения на майките. Най-приетият модел на корекция в европейските страни е моделът на тройното R (Elson, 2017). Този модел предлага инфраструктура за действие на обществата, фокусирани върху грижите, които признават достъпността на грижите като основно право, а публичните инвестиции - като съществени за правилното функциониране на обществото и икономическия напредък в държавата, и по този начин дава отговор на съществуващия недостиг на налични и качествени грижи за хората в обществото, които се нуждаят от тях, за да осигурят своите физически, психически, образователни и социални потребности. Тази политика се основава на признаването на преразпределението на труда и възнаградението и признава труда на майките, полагащи грижи за своите деца, като важен труд, който следва да бъде възнаграден.

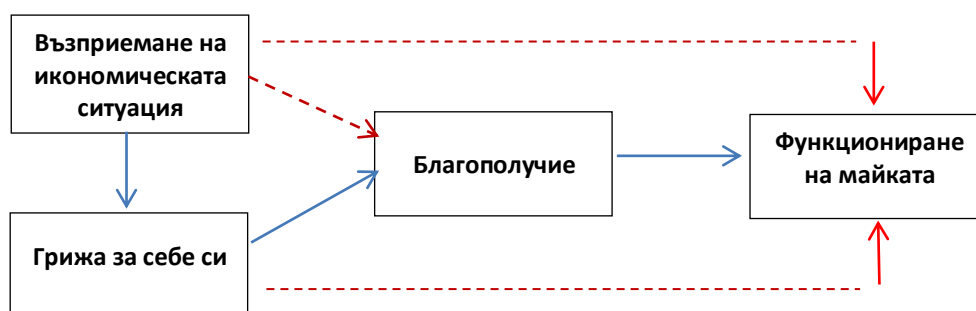
Изчерпателното и завладяващо изследване, проведено от WIZO в сътрудничество с Института по геокартография, показва големия ежедневен стрес, който изпитват майките в Израел. В резултатите от изследването се вижда голяма разлика между икономическите и организационните инвестиции на Израел в живота на майките и жените и тези на други развити държави. Като страна с най-висока раждаемост според индекса на ОИСП, Израел се намира на дъното на таблицата от момента на раждането и дори преди това в периода на бременността, във всичко, което се отнася до подкрепата и ресурсите за майката и детето. Например равнището на инвестиционните разходи, както и на средствата, отделяни за рамките за грижи за деца под тригодишна възраст, е по-ниско от това в други държави и по-ниско от средното за ОИСП, като по този начин се вреди на качеството на рамките и се прехвърля икономическата тежест върху родителите (Hasson & Dagan Bozaglo, 2019). Освен това жената, която според медицинските показатели трябва да бъде на майчино легло и да спре да работи, получава от правителството чрез Националния осигурителен институт на Израел стипендия в съответствие с определената дневна сума на заплатата (National Insurance Institute, n.d.), така че жените, чиято заплата е средна или над средната, не получават пълната си заплата и са оцетени икономически в периода на майчино легло. В Израел семействата имат голям брой деца, докато инвестициите от страна на държавата в грижата и подкрепата на майката и детето са ниски. Днешните майки се сблъскват с огромен конфликт за намаляване на разликата между факта, че са майки, които искат преди всичко да бъдат присъстващи майки, да изживеят най-доброто майчинство и да се наслаждават на грижите за децата си, и развитието на професия и кариера и понасянето на тежестта на изкарването на прехраната и грижите за дома. Това е новото предизвикателство на нашата епоха, което не се е усещало мощно в предишното поколение, в което семейството и социалната структура са били различни (WIZO, 2023).

Проучването показва, че разходите за живот и икономическата тежест представляват основната трудност, с която се справят майките в Израел. Освен това майките се справят с предизвикателството на интеграцията на пазара на труда, което е съпроводено с липса на свободно време, когато има и роля на грижи за децата и дома, при липсата на координирана и подредена политика, която да ги подкрепя (WIZO, 2023).

2.4 Обобщение

Прегледът на литературата представлява важна изследователска рамка, която представя значението на благополучието на майката по отношение на нейното майчинско функциониране и психическото и физическото здраве на детето. Увреждането на благополучието на майката може да доведе до дългосрочни последици за благополучието и качеството на живот на детето. Майката през XXI век се сблъсква с много промени в живота си и от нея се изисква да изпълнява повече роли, отколкото в миналото. Наборът от ресурси, с които разполага майката, е значителна променлива за вариациите в нивото на нейната способност за справяне.

Фигура № 3: Теоретичен модел



Глава 3: МЕТОДОЛОГИЯ НА ИЗСЛЕДВАНЕТО

3.1 Контингент на изследването и изследователска извадка

Изследваната група, към която е насочено проучването, се състои от майки от еврейското население в Израел, които имат поне едно дете на възраст от 0 до 3 години. Извадката, избрана за настоящото научно изследване, се състои от 133 майки на различна възраст, родени в Израел и в чужбина, които живеят в различни региони в Израел и които са свързани с различни сектори в еврейското население (ултраортодоксални / религиозни / традиционни / светски). Семейният им статус е разнообразен (самотни / омъжени / разведени / разделени / вдовици) и имат различни нива на образование (академично / след средно училище / средно училище / основно училище).

3.2 Инструментарий

В изследването са използвани четири затворени изследователски въпросника, които са валидирани в различни изследвания в Израел и в чужбина.

1. Въпросник за социодемографски характеристики. Във въпросника се задават въпроси за семейното положение, страната на произход, религиозността, възрастта, броя на децата, възрастта на най-малкото дете, нивото на образование и икономическото положение. Фоновата променлива за икономическото положение беше разгледана в две измерения: нивото на доходите спрямо средния доход на домакинството в Израел и субективното възприятие на майките за икономическото положение.
2. Въпросник за грижа за себе си. Този въпросник е преведен и адаптиран от изследвателя на иврит за целите на настоящото изследване. Оригиналният въпросник се състои от тридесет въпроса, разделени в шест съдържателни аспекта: физическа, когнитивна, психологическа/психическа, поведенческа, междуличностна и екзистенциална грижа.
3. Въпросник за благополучието. Въпросите са разделени на три съдържателни аспекта: емоционално, социално и психологическо благополучие.
4. Въпросник за рефлексивното функциониране на родителите (PRFQ). Въпросникът изследва родителското рефлексивно функциониране във връзка с три измерения: предметални състояния, увереност относно психичните състояния и интерес и любопитство.

3.3 Изследователски процес

На **първия етап** от изследването бяха определени валидирани въпросници със затворени въпроси, в които въпросите бяха точни за трите променливи, които изследването иска да проучи (грижа за себе си, благополучие, функциониране на родителите).

На **втория етап** въпросникът за грижата за себе си беше преведен на иврит и адаптиран, за да бъде разпространен сред населението от майки в еврейския сектор в съответствие с допълнителните въпросници за благополучие и родителско функциониране, за които вече имаше версии на иврит.

На **третия етап** беше осъществен контакт с голямата национална компания за проучвания в Израел, I Panel, която предоставя услугата за събиране на представителна извадка от данни. Компанията дава възможност за различни сегментирания чрез въпросници, разпространявани онлайн по електронна поща сред населението в Израел и според филтрирането, подходящо за желаната извадка. Всички въпросници бяха разпространени на иврит и в женска езикова форма на компанията и бяха приложени към стандартен въпросник с лични данни, който беше пригоден за изследователското проучване.

На **четвъртия етап** беше извършено филтриране за желаната извадка и корекция при представянето на въпросниците на участниците. Първо, само жени, които са имали поне едно дете на възраст от 0 до 3 години, преминават филтрирането и влизат в изследването. Освен това в континуума на въпросите бяха вмъкнати два въпроса, които изследват информираността на респондента и ако се установи, че тя е недостатъчна, то той напуска изследването. Накрая, редът на въпросниците беше представен по постоянен начин на всички участници в изследването, но твърденията във всеки въпросник бяха представени в различен ред за всеки участник, за да се гарантира, че отговорите, които респондентът отбелязва, няма да зависят от позицията на твърденията.

На **петия етап** въпросниците бяха раздадени на представителната извадка, а отговорите бяха събрани и прехвърлени за статистически анализ.

На **шестия етап** бяха представени констатациите, произтичащи от всеки въпросник, и те бяха интегрирани, а след това бяха направени заключения.

3.4 Статистически методи за обработка

За да се проверят изследователските въпроси и произтичащите от тях изследователски хипотези, бяха извършени поетапни линейни регресионни анализи. Изследователските хипотези поставят стъпки (йерархия) в нивото на влияние на променливите в изследователския модел. Поради това всеки етап в изследователския модел се разглежда с помощта на подходящ регресионен модел, когато регресионният модел на "по-късните" етапи включва променливите, които са били включени в модела на "ранните" етапи. Този изследователски модел дава възможност за разбиране на преките влияния и опосредстващото влияние на променливите в по-късните етапи на анализа.

При статистическия анализ в изследователското проучване резултатите от въпросниците бяха въведени и кодирани в таблица в софтуера SPSS, който извърши кодирането и изчисляването на променливите и анализите във версия 27.

3.5 Изследователски задачи

1. Да се проучи и представи връзката между фоновата променлива на възприемането на икономическото положение от страна на майките, която се оценява от два аспекта - субективното им възприемане на икономическото им положение и нивото на доходите им спрямо средната заплата на домакинствата в Израел - и променливата на благополучието на майките и вида на връзката също по отношение на тяхното родителско функциониране.

2. Да се разкрие значението на различните аспекти в променливата на майчината грижа за себе си и тяхното влияние върху психичното благополучие на майките и тяхното родителско функциониране.

3. Да се разкрие степента на значимост на благополучието на майката по отношение на тяхното родителско функциониране.

4. Да се анализират преките и опосредстваните връзки между различните измерения на променливите.

5. Да се формират изводи за значението на влиянието на различните променливи, които ще представляват основа за препоръки към различни фактори за насърчаване на укрепването на благополучието и функционирането на майките в Израел.

3.6 Цел на изследването

Основната цел на настоящото изследване е да се насърчи израстването на поколение от деца, които са здрави в тялото и духа, като се наблегне на благополучието на майката като съществен фактор за благополучието на децата. Разбирането на различните взаимоотношения, които оказват влияние върху благополучието и функционирането на майката, ще представлява крайъгълен камък в повишаването на осведомеността на обществото по темата, съответните значения и необходимостта да се насърчава благополучието на майката и да се действа целенасочено за промяна. Изследването, в което се поставя акцент върху майката, е уникално по отношение на тази тема в Израел. Изследването на съществуващото влияние на възприемането на благополучието на майката върху нейното майчинско функциониране ще позволи да се насърчи разбирането на значението на усещането за благополучие на майката и да се намери подходящ отговор за повишаването му.

3.7 Изследователска хипотеза

Изследването поставя следните хипотези:

Хипотеза 1: Предполага се, че майките, които възприемат своето социално-икономическо положение като по-добро, възприемат и своето благополучие и майчино функциониране като по-високи.

Хипотеза 2: Предполага се, че майките, които инвестират в грижа за себе си, са с по-високи нива на психично благополучие.

Хипотеза 3: Предполага се, че съществува положителна корелация между перцепциите на майките относно тяхното възприятие за благополучие и майчино функциониране, т.е. колкото възприятието на майките за тяхното благополучие е по-високо, възприятието им за майчино функциониране също ще е високо.

Глава 4: РЕЗУЛТАТИ ОТ ИЗСЛЕДВАНЕТО

В тази глава са представени резултатите от изследването по отношение на темите за грижата за себе си, благополучието и функционирането на майката, като са описани извадката и основните характеристики. Освен това в главата са представени резултатите от въпросниците, информация за съдържанието и различните измерения, които те изследват, с представяне на статистически таблици и значения по теми и взаимоотношения.

Извадка и характеристики

След филтрирането на непълните записи извадката включваше 133 респонденти. Повечето от тях са женени (88,7 %) и родени в Израел (88,7 %). Около 44 % от участниците в изследването се определят като светски, а 36,1 % - като традиционни, когато останалите са религиозни (11,3 %) или ултраортодоксални (8,3 %). Възрастта на майките, участващи в изследването, варира от 21 до 45 години, когато средната възраст е 34 години (стандартно отклонение 5,4 години). Броят на децата варира от 2 до 10, като средната стойност е 2,11 (стандартно отклонение 1,17). Възрастта на най-малкото дете в домакинството варира от новородено до 3 години, когато средната възраст на най-малкото дете е 1,3 години (стандартно отклонение 1,1 години). Като цяло анкетираните са образовани, когато 65% имат академично образование, а 19% - неакадемично образование след завършване на средно образование.

В следващата таблица (Таблица номер 1) са представени основните характеристики на участниците в изследването.

Таблица № 1: Демографски характеристики на участниците в изследването

| Демографски характеристики | | % | N |
|-----------------------------|--|-------|-----|
| Семейно положение | Омъжена | 88.7% | 118 |
| | Неомъжена, разведена, връзка | 11.3% | 15 |
| Страна на произход | Израел | 88.7% | 118 |
| | Чужбина | 11.3% | 15 |
| Религиозност | Светска | 44.4% | 59 |
| | Традиционна | 36.1% | 48 |
| | Религиозна | 11.3% | 15 |
| | Ултраортодоксални | 8.3% | 11 |
| Ag $M=34.1, SD=5.4$ [21-45] | | | |
| Брой деца | $M=2.11, SD=1.17$ [2-10] | | |
| Възраст на най-малкото дете | $M=1.3, SD=1.1$ [0-6] | | |
| Образование | Начално или по-ниско ниво | 0.0% | 0 |
| | Средно училище, без сертификат | 6.0% | 8 |
| | Средно училище, сертификат | 9.8% | 13 |
| | След средно образование, без академична степен | 18.8% | 25 |
| | Бакалавърска степен | 41.4% | 55 |
| | Висше образование или по-висока степен | 24.1% | 32 |
| Общо | | 100% | 133 |

Възприемането на икономическото положение от страна на майките е измерено по два начина (вж. Таблица № 2). Първото измерване се отнасяше до общото субективно възприятие на икономическото положение на майката. Тя показва, че положението на по-голямата част от анкетираните (84,2 %) е добро или отлично. Съответно 15,8% определят финансовото си положение като лошо.

Друг показател за икономическото положение на участниците в изследването е относителното ниво на доходите им в сравнение със средната заплата на домакинствата в Израел. Според този показател около 40 % от респондентите съобщават, че нивото на доходите им е по-високо от средния доход, а 28 % от респондентите съобщават, че нивото на доходите им е сходно със средния доход. Съответно малко повече от 30% от респондентите съобщават, че нивото на доходите им е по-ниско от средния доход.

Двата показателя не се припокриват един с друг (обективно измерение и субективно измерение). Коефициентът на корелация на Спирман показва връзка между двете мерки ($r_{\text{Spearman}}=,386$, $p<,01$), но силата ѝ е умерено ниска. Това означава, че макар нивото на доходите да съответства в по-голямата си част на субективното възприемане на икономическото положение, на практика е възможно да се намерят майки, чието ниво на доходите е средно и по-високо, които възприемат икономическото си положение като лошо, или пък майки, чието ниво на доходите е по-ниско от средното, но чието субективно възприемане на нивото на доходите им е, че то е добро или дори отлично.

Таблица № 2: Демографски характеристики на участниците в изследването - Възприемане на икономическото положение

| | | Субективно възприятие на икономическата ситуация | | | |
|------------------------------|--|---|-------|---------|-------|
| | | Лошо | Добро | Отлично | Общо |
| | | 21 | 107 | 5 | 133 |
| | | 15.8% | 80.5% | 3.8% | 100% |
| | | Разпределение на възприемането на икономическата ситуация | | | |
| Значително под средното ниво | | 33.3% | 8.4% | 20.0% | 12.8% |
| | | | | | |
| Малко под средното ниво | | 47.6% | 13.1% | 20.0% | 18.8% |
| | | | | | |
| Като средно | | 14.3% | 31.8% | - | 27.8% |
| | | | | | |
| Малко над средното | | 4.8% | 36.4% | 40.0% | 31.6% |
| | | | | | |
| Много над средното | | - | 10.3% | 20.0% | 9.0% |
| | | | | | |
| | | 100% | 100% | 100% | 100% |
| | | $r_{Spearman} = .386^{**}$ | | | |

* $p < .05$, ** $p < .01$

Изследователски променливи

Променливите на изследването бяха проучени с помощта на утвърдени въпросници, а резултатите са описани по-долу.

Грижа за себе си

За измерването на тази променлива беше използван въпросникът "Грижа за себе си в личния живот" (Fisher, 2016), който беше преведен на иврит от изследователя за целите на настоящата изследователска работа. Оригиналният въпросник се състои от тридесет (30) въпроса, разделени в шест съдържателни свята: физическа, когнитивна, психологическа/психическа, поведенческа, междуличностна и екзистенциална грижа. Във въпросника респондентите бяха помолени да класифицират, използвайки ординална скала от четири нива (0=никога, 1=рядко, 2=често, 3=общо), честотата, с която изпълняват описаните твърдения (например: "храни се редовно и организирано", "отделя време за интимни отношения").

Настоящото научно изследване установи, че надеждността на някои от измеренията е ниска и че съществуват високи корелации между различните мерки. Поради това променливата беше изчислена като единна мярка въз основа на твърденията.

Както е описано в Таблица номер 3, средната стойност на променливата, измерена в настоящото изследователско проучване, е $M=1,56$ и показва умерено ниво на грижа за себе си по отношение на скалата на отговорите. Надеждността на променливата, измерена с помощта на алфа на Кронбах, е $\alpha=0,850$ и показва висока вътрешна съгласуваност на различните твърдения.

Таблица № 3: Грижа за себе си, Благополучие, и функциониране на майката - описателна статистика и корелационни коефициенти на Пирсън

| Променлива | Описателна статистика | | Корелации на Пирсън | | | | | |
|--|-----------------------|------|---------------------|--------------|--------------------------------------|-------------------------------------|--|--|
| | М | S.D. | Грижа за себе си | Благополучие | Функциониране на майката | | | |
| | | | | | Режими на предварителна ментализация | Сигурност за психическите състояния | Интерес и любопитство в психичните състояния | |
| Грижа за себе си | 1.56 | 0.32 | (.850) | | | | | |
| Благополучие | 3.64 | 0.93 | .434** | (.902) | | | | |
| Режими на предварителна ментализация | 2.08 | 1.01 | -.186* | -.223** | (.736) | | | |
| Функциониране на майката | | | | | | | | |
| Сигурност за психическите състояния | 4.03 | 1.14 | 0.064 | .221* | -0.030 | (.809) | | |
| Интерес и любопитство в психичните състояния | 5.82 | 0.76 | 0.050 | 0.147 | -.298** | -0.029 | (.684) | |

*p<.05, **p<.01

В таблица № 4 са представени резултатите от регресията за изследване на връзката между грижите за себе си на майките и характеристиките на средата. Регресионният модел е значим ($F=2,709$, $p<,05$) и обяснява 16,5 % от дисперсията на променливата грижа за себе си.

Анализът показва, че нивото на грижа за себе си на майките се влияе единствено от субективния начин, по който те възприемат икономическото си положение. По-подробно е установено, че нивото на грижа за себе си сред майките, които възприемат икономическото си положение като лошо, е значително по-ниско ($b=-0,188$, $p<,05$) от нивото на грижа за себе си на майките, които възприемат икономическото си положение като добро или отлично.

Интересно е да се отбележи, че допълнителният параметър за измерване на икономическото положение - нивото на доходите, не е значим. Това означава, че възприемането на икономическото положение е единственият фактор, за който е установено значимо влияние върху нивото на грижа за себе си на майките.

Таблица № 4: Регресионен анализ между възприемането на грижата за себе си от страна на майките и характеристиките на средата

| Обяснителни променливи (прекъсване на регресията) | Зависима променлива: Грижа за себе си | |
|---|---------------------------------------|---------------|
| | B | t |
| Семейно положение (неженен) | -0.070 | 0.755 |
| Държава на произход (чужбина) | -0.045 | 0.528 |
| Религиозност | 0.047 | 1.771 |
| Възраст | 0.002 | 0.244 |
| Брой деца | -0.036 | 1.283 |
| Възраст на най-малкото дете | -0.009 | 0.362 |
| Ниво на образование | 0.050 | 1.827 |
| Ниво на доходи | 0.029 | 1.018 |
| Възприемане на икономическата ситуация като лоша | -0.188 | 2.318* |

$F_{(9,123)}=2.709$, $p<.01$
 $R^2=.165$

* $p<.05$, ** $p<.01$

Благополучие

За да се изследва тази променлива - благополучие на майката - беше използван въпросникът за психично здраве - кратка форма (MHC-SF) (Lamers, Westerhof, Bohlmeijer, ten Klooster, & Keyes, 2011) във версията, преведена на иврит (Shrira, Bodner, & Palgi, 2016). Въпросникът се състои от четиринайсет твърдения, измерени в ординална скала от шест нива (1 = изобщо не, 6 = всеки ден), които описват чувствата на респондентите през последния месец (например "Чувствах се щастлив"). Променливата е изчислена като единична променлива, получена от комбинацията на твърденията.

Както е описано в Таблица номер 3, средната стойност на променливата, измерена в настоящото изследване, е $M=3,64$ и показва умерено ниво на благополучие според скалата на отговорите. Надеждността на променливата, измерена с помощта на алфата на Кронбах, е $\alpha=0,902$ и показва висока вътрешна съгласуваност на различните твърдения.

Анализът на корелационните коефициенти показва наличието на значителна положителна корелация ($r=,434$, $p<,01$) между нивото на благополучие на респондентите и нивото на грижа за себе си.

Таблица номер 5 представя резултатите от регресията за изследване на връзката между нивото на благополучие на майките и техните грижи за себе си и характеристиките на произхода. Регресионният модел е значим ($F=5,385$, $p<,01$) и обяснява 30,6 % от дисперсията на променливата благополучие на майката.

Анализът показва, че съществува положителна значима връзка между нивото на грижа за себе си и нивото на благополучие на майките ($b=1,324$, $p<,01$). Освен това беше установено, че нивото на благополучие на майките се повишава с нарастването на броя на децата ($b=0,216$, $p<,01$), но това повишаване е умерено с нарастването на възрастта на най-малкото дете ($b=-0,153$, $p<,05$). Тъй като извадката включваше майки на деца до тригодишна възраст, смисълът на тези констатации е, че благополучието на майките се повишава от дете на дете, но в същото време е по-високо близо до раждането и намалява с порастването на детето.

Таблица № 5: Регресионен анализ между благополучието на майките и тяхното възприятие за грижа за себе си и характеристиките на средата

| Обяснителни променливи | Зависима променлива: Благополучие на майката | |
|---|---|----------------|
| | B | T |
| (Прекъсване на регресията) | 1.727 | 2.323 |
| Семейно положение ("неомъжена") | -0.222 | 0.889 |
| Държава на произход (чужбина) | -0.313 | 1.382 |
| Религиозност | -0.069 | 0.956 |
| Възраст | 0.001 | 0.052 |
| Брой деца | 0.216 | 2.828** |
| Възраст на най-малкото дете | -0.153 | 2.317* |
| Ниво на образование | 0.067 | 0.900 |
| Ниво на доходи | -0.084 | 1.103 |
| Възприемане на икономическото положение като лошо | 0.076 | 0.343 |
| Грижа за себе си | 1.324 | 5.494** |
| | $F_{(10,122)}=5.385$, $p<.01$ | |
| | $R^2=.306$ | |

* $p<.05$, ** $p<.01$

Важно е да се отбележи, че в този модел не е установена значима връзка между нивото на благополучие на майките и нито един от показателите за икономическото им положение. Тъй като нивото на грижа за себе си е свързано със субективното възприемане на икономическото положение (вж. таблица номер 4 по-горе), значението на "липсата" на констатация в настоящия анализ е, че нивото на грижа за себе си опосредства връзката между възприемането на икономическото положение и нивото на благополучие на майките.

Функциониране на майката

Родителското функциониране на респондентите - майки, беше изследвано с помощта на Въпросника за родителско рефлексивно функциониране (Parental Reflective Functioning Questionnaire - PRFQ) (Luyten, Mayes, Nijssens, & Fonagy, 2017). Въпросникът се състои от осемнадесет твърдения, измервани по седемстепенна скала на съгласие (1=напълно несъгласен, 4=неутрален, 7=напълно съгласен). Днес съществуват повече от петнадесет мерки за PRF за деца на възраст 0-3 години (Schiborr, Lotzin, Romer, Schulte-Markwort, & Ramsauer, 2013).

Конкретният въпросник, използван в настоящото изследване, е кратка и многомерна мярка за самоотчитане, която оценява рефлексивното функциониране или родителската ментализация, която се изразява в способността на родителя да се обръща към бебето като към психологически агент. Този въпросник е планиран предимно за родители на деца на възраст 0-5 години, които се намират в напреднал стадий на развитие, при който комуникацията между родителя и бебето е предимно невербална и способността да бъдеш емоционално достъпен и да отговаряш на емоционалните намеци на бебето са много важни и значими за социално-емоционалното развитие на детето. Въпросникът изследва три теоретично съгласувани фактора на родителското функциониране, които оценяват ситуацията на прементализация, несигурността по отношение на психичните ситуации на бебето и интереса и любопитството към психичните ситуации на бебето.

Режими на предварителна ментализация. Липсата и дефицитът на рефлексивно функциониране (рефлексивно родителство), наричано още родителска ментализация, което се отнася до способността на родителя да разбира поведението на детето от психичните състояния, съществуващи във вътрешния свят, мисли, емоции, желаниа и т.н. Израз на това е рефлексивното функциониране на родителя (Slade, 2005).

Липсата или дефицитът в способността за ментализация, която се отнася до способността на индивида "да държи ума на другите в ума си", което позволява на хората да възприемат себе си и другите от гледна точка на ментални ситуации и съответно да ги възприемат като значими, разбираеми и очаквани. Тази способност е в основата на това индивидът да се ориентира в социалния свят и не без основание в много изследвания е доказано, че тази способност е свързана с различни психични разстройства като гранично личностно разстройство, антисоциално личностно разстройство, хранително разстройство и депресия (Fonagy et al., 2002; Luyten, Fonagy, Lowyck, & Vermote, 2012).

Както е разгледано обстойно в прегледа на литературата, способността за ментализация се развива в контекста на ранните отношения на сигурна привързаност и създава регулация, самоконтрол и сигурна привързаност сред децата. Съответно тези и други изследвания установяват, че ниските нива на тази способност (хипоментализация) са конкретно свързани с нарушено майчино поведение и несигурна привързаност сред бебетата. Високото и некоригирано рефлексивно функциониране се описва в литературата като "родителска хиперментализация", вид непосредствена когнитивна ментализация и погрешно тълкуване на ума на детето и разбиране на неговото психично състояние, което може да се преживее у детето като инвазивно (Luyten et al., 2017).

В контекста на родителското функциониране високият резултат по този показател показва трудности в развитието на тези модели, и по-специално неспособността на майката да навлезе в субективния свят на детето (например: "детето ми плаче сред непознати, за да ме смути"). В настоящото изследване този показател е изчислен, като е използвана средната стойност на твърдения 1, 4, 7, 10, 13 и 16.

Както е описано в Таблица номер 3, средната стойност на променливата, измерена в настоящото изследователско проучване, е $M=2,08$ и показва сравнително ниската честота на тези ситуации сред майките. Надеждността на променливата, измерена с помощта на алфа на Кронбах, е $\alpha=0,736$ и показва висока вътрешна съгласуваност на различните твърдения.

Сигурност за психичните състояния. Това измерение изразява степента на непрозрачност на емоционалните състояния на детето. Високият резултат по този показател изразява склонността на родителя да бъде твърде сигурен в психичните състояния на детето си. Съответно ниският резултат по тази скала спомага за отразяване на почти пълна несигурност относно психичното състояние на детето и отразява инвазивна ментализация или хиперментализация. Съответно ниският резултат по тази скала помага да се отрази почти пълна несигурност относно психичното състояние на детето и отразява хиперментализация, с други думи, почти абсолютна несигурност относно психичните състояния на детето (Luyten et al., 2017). В настоящото научно изследване това измерение беше изчислено, като се използва средната стойност на твърдения 2, 5, 8, 11, 14 и 17 (твърдение 11 беше кодирано в обратна на скалата на отговорите посока). Както е описано в Таблица номер 3, средната стойност на променливата, измерена в настоящото изследователско проучване, е $M=4,03$ и показва добра (балансирана) увереност на

майките по отношение на психичното състояние на техните деца. Надеждността на променливата, измерена с помощта на алфа на Кронбах, е $\alpha=0,809$ и показва висока вътрешна съгласуваност на различните твърдения.

Интерес и любопитство по отношение на психичните състояния. Третото измерение в изследването на родителското функциониране на майките отразява интереса и любопитството на родителя към психичните състояния на детето (например: "Обичам да мисля за причините за начина, по който детето ми се държи и чувства"). И в този случай ниските резултати по тази скала могат да отразяват липса на интерес към психичните състояния на детето, а много високите резултати - по-скоро висок интерес (хиперментализация) към детето. В настоящото изследователско проучване това измерение беше изчислено, като беше използвана средната стойност на твърдения 3, 6, 9, 12, 15 и 18 (твърдение 18 беше кодирано в обратен ред спрямо скалата на отговорите). Както е описано в Таблица номер 3, средната стойност на променливата, измерена в настоящото изследователско проучване, е $M=5,82$ и показва склонността на майките към доста значителен интерес към психичните състояния на децата. Надеждността на променливата, измерена с помощта на алфа на Кронбах, е $\alpha=0,684$ и показва висока вътрешна съгласуваност на различните твърдения.

Анализът на корелационните коефициенти (вж. Таблица номер 3) показва наличието на значима отрицателна корелация ($r=-.298$, $p<.01$) между измерението способност за ментализация на майките по отношение на децата и измерението интерес и любопитство. Не са установени обаче значими корелации между другите измерения.

Освен това анализът показва, че съществува отрицателна корелация ($r=-.186$, $p<.05$) между степента на лична грижа и ситуацията на прементализация на майката (липса на рефлексивна способност). Анализите показват още, че съществува значителна положителна корелация между степента на благополучие на майката и нейната степен на увереност по отношение на психичните ситуации на детето ($r=-.221$, $p<.05$). Не са открити обаче значими корелации между нивото на грижа и благополучие на майката и измерението на нейния интерес и любопитство.

Таблица номер 6 представя резултатите от регресионните анализи на измеренията на майчиното функциониране по отношение на нивото на благополучие, грижата за себе си и фоновите характеристики на майките.

Моделът, в който като зависима променлива е използвано измерението на прементализиращите състояния, е статистически значим ($F=2,705$, $p<.05$) и обяснява 19,7% от дисперсията на тази променлива. Този модел установява, че степента на липса на родителско функциониране на майките в този контекст намалява с повишаване на нивото на благополучие ($b=-0,279$, $p<.05$). С други думи, тъй като нивото на благополучие на майките е по-високо, тяхното родителско функциониране в измерението ментализация (рефлексивно функциониране) е по-добро. Освен това беше установено, че липсата на родителско функциониране в този контекст е по-ниска сред майките, които не са омъжени ($b=-0,672$, $p<.05$), и тъй като нивото на образование на техните майки е по-високо ($b=-0,228$, $p<.05$).

В продължение на предишните анализи не беше установено, че родителското функциониране в контекста на прементализацията е свързано значително с възприемането на доходите или нивото на грижа за себе си. Следователно нивото на благополучие на майките опосредства тези влияния.

По подобен начин моделът, в който измерението увереност по отношение на психичните състояния е използвано като зависима променлива, е статистически значим ($F=2,515$, $p<.01$) и обяснява 18,6 % от дисперсията на тази променлива. В този модел е установено, че увереността по отношение на психичното състояние на детето е по-висока с увеличаване на благополучието на майката ($b=.342$, $p<.01$). Освен това беше установено, че нивото на увереност относно психичното състояние на детето намалява, когато нивото на религиозност на майката е по-високо ($b=-0,202$, $p<.05$).

И в този случай, и в продължение на предишните анализи, не беше установено, че родителското функциониране в контекста на увереността за психичните състояния на детето е значимо свързано с възприемането на доходите или нивото на грижа за себе си. Следователно нивото на благополучие на майките опосредства тези влияния.

Таблица № 6: Регресионен анализ между измеренията на функционирането на майката и нивото на благополучие, възприемането на грижата за себе си и характеристиките на средата

| | Зависима променлива: Функциониране на майката | | | | | |
|---|---|---------------|-------------------------------------|----------------|------------------------------------|---------------|
| | Състояния преди ментализацията | | Сигурност за менталните състояния | | Интерес и любопитство | |
| | B | t | B | t | B | t |
| (прекъсване на регресията) | 2.981 | 3.351 | 3.691 | 3.640 | 5.860 | 8.240 |
| Семейно положение ("Неомъжена") | -0.672 | 2.293* | 0.254 | 0.760 | 0.134 | 0.574 |
| Държава на произход (в чужбина) | -0.148 | 0.555 | -0.009 | 0.029 | 0.244 | 1.141 |
| Религиозност | 0.038 | 0.446 | -0.202 | 2.084* | -0.073 | 1.076 |
| Възраст | 0.042 | 1.906 | 0.009 | 0.336 | -0.044 | 2.507* |
| Брой деца | 0.052 | 0.559 | -0.115 | 1.089 | 0.073 | 0.984 |
| Възраст на най-малкото дете | -0.100 | 1.269 | -0.058 | 0.646 | 0.060 | 0.946 |
| Ниво на образование | -0.228 | 2.609* | -0.174 | 1.741 | 0.119 | 1.696 |
| Ниво на доходи | -0.024 | 0.270 | -0.023 | 0.220 | 0.050 | 0.696 |
| Възприемане на икономическото положение като лошо | 0.167 | 0.643 | 0.550 | 1.855 | 0.086 | 0.416 |
| Грижа за себе си | -0.020 | 0.064 | 0.200 | 0.557 | -0.090 | 0.356 |
| Благополучие | -0.279 | 2.633* | 0.342 | 2.828** | 0.145 | 1.710 |
| | F _(11,121) =2.705, p<.05 | | F _(11,121) =2.515, p<.01 | | F _(11,121) =1.172, n.s. | |
| | R ² =.197 | | R ² =.186 | | R ² =.096 | |

*p<.05, **p<.01, n.s.= not significant

За разлика от предишните два модела, моделът, използван от измерението на интереса и любопитството на родителя към психичното състояние на детето, не е статистически значим. Следователно не е възможно да се заключи, че характеристиките на произхода, нивото на грижа за себе си или психичното състояние на майката обясняват дисперсията, свързана с това ниво на родителско функциониране. В същото време анализът показва, че нивото на интерес и любопитство на майката към психичното състояние на детето намалява с напредването на възрастта на майката ($b=-0.044$, $p<0.5$).

Глава 5: ДИСКУСИЯ

В това изследване се разглежда *влиянието на благополучието на майките на деца на възраст от раждането до три години върху тяхното майчинско функциониране, като се вземат предвид и се изследват две допълнителни променливи: възприемане на икономическото положение и грижа за себе си*, за които се издигат допълнителни хипотези по въпроса за положителното влияние върху благополучието на майката и съответно върху нейното функциониране.

Възприемането на икономическото положение като фонова променлива е измерено по отношение на общото субективно възприятие на икономическото положение на майката и по отношение на нивото

на доходите на майката спрямо средната заплата в икономиката. Установено бе, че има взаимодействие между двете измервания, а именно: между субективното възприятие на майката за икономическото ѝ състояние и нивото на доходите ѝ, но връзката не е силна, което показва, че въпреки че като цяло субективното възприятие на икономическото положение е съизмеримо с нивото на доходите, е възможно да се намерят майки, чието възприятие на икономическото им положение е отчетено като лошо, а нивото на доходите им е средно и по-високо, както и обратното. Тази констатация се подкрепя от професионалната литература, която представя в научните изследвания разминаване между субективното възприятие на индивида за икономическото му положение и обективното му икономическо положение, когато в по-голямата си част субективният доклад е по-негативен от обективния (Bar, 2021). Следователно е възможно да се предположи, че съществуват допълнителни фактори, които влияят върху начина на субективно възприемане на икономическото положение, като например нивото на професионална несигурност, притежаването на активи и т.н. (Cialani & Mortazavi, 2020; Gleib, Goldman, Weinstein, 2018)

Грижа за себе си. Установено е, че нивото на грижа за себе си на респондентите се влияе единствено от субективния начин, по който те възприемат своята икономическа ситуация. Оказва се, че субективното възприемане на икономическата ситуация от страна на майките е много важно по отношение на нивото на грижи, които те полагат за себе си. Освен това се вижда, че за повечето от респондентите нивото на доходите влияе на субективното възприемане на икономическата си ситуация, което от своя страна влияе на нивото на грижа за себе си. Тази констатация е новаторска в изследването и предлага пряка връзка между субективното възприятие на майките за икономическото им положение и грижата за себе си. Тези констатации се подкрепят от предишни изследователски трудове, които предлагат, че грижата за себе си изисква икономически ресурси, които ще позволят съчувствие към себе си от страна на майката и легитимиране на грижата за себе си, и че липсата на този ресурс е пречка за практикуването на грижа за себе си от майката, особено в критичния период, в който детето е в първите години от живота си и зависи от майката (Barkin & Wisner, 2013; Kienhuis & Avdagic, 2021; Psychogiou, Legge, Parry, Mann, Nath, Ford, & Kuyken, 2016).

Пречките пред грижата за себе си, липсата на състрадание към себе си и постоянната самокритика, че майката не заслужава да постави себе си и своите нужди на първо място, са заложили в майката като част от очакванията на обществото. Както твърдят Кулик и Либерман (2016), обществото ще декларира подкрепата си за определени дейности като част от грижата за себе си на майката и дори ще изисква това от нея, но всъщност то не оказва подкрепа и не предоставя на майката ресурсите, от които тя се нуждае, за да развие грижата за себе си. Например обществото ще насърчава майката да придобие образование, като за целта е необходимо да се инвестират време и икономически ресурси, но обществото няма да осигури финансова подкрепа, която да позволи на майката да освободи време за учене и придобиване на такова. Или пък обществото ще насърчи майката да получи възможно най-добрата медицинска помощ, но няма да подкрепи отпускането на подходящи ресурси, които да насърчат здравето на майката.

Благополучие на майката. Според този въпросник анкетираните са с умерено ниво на благополучие. При кръстосаното съпоставяне на променливата "благополучие" и променливата "грижа за себе си" беше установена непрекъсната положителна взаимодействие между благополучието на майката и нивото на грижа за себе си. С други думи, когато нивото на грижа за себе си на майката е по-високо, нейното благополучие е по-високо, и обратното, когато нивото на грижа за себе си на майката е ниско и липсва, нейното благополучие е ниско. Тази констатация потвърждава втората хипотеза, че майките, които инвестират в грижата за себе си, възприемат своето благополучие като по-високо и също така потвърждава модела, отнасящ се до пряката връзка между променливите. Тези констатации са съизмерими с изводите от много научни трудове, в които се твърди, че за да осигури оптимална грижа за детето, майката трябва първо да осигури оптимална грижа за себе си, както физическа, така и психическа, и по този начин да бъде в добро здраве, което подпомага грижата за детето. Съответно на майките им е трудно да си вземат почивка или да поискат помощ и те постоянно се борят с чувството си за вина. Грижата за себе си се възприема като време, което е за сметка на грижата за детето и неговото благополучие, и с течение на времето грижата за децата и натоварването със задачи и задания, които се изискват от майката, без нейната грижа за себе си, предизвикват негодувание и вредят на благополучието на майката (Fader, 2021).

Освен това беше установена *положителна връзка между нивото на благополучие на майката и променливата за фона на броя на децата*. С други думи, нивото на благополучие на майката се повишава, когато тя има повече деца. Но е важно да се отбележи, че това увеличение намалява с порастването на малкото дете. Трябва да се подчертае, че в тази извадка са включени майки на деца до тригодишна възраст и следователно смисълът на тази констатация е, че благополучието на майката се повишава от дете на дете, но е високо близо до раждането на най-малкото и намалява с порастването на детето, към тригодишна възраст. За тази констатация може да има различни причини, например разликата между етапа, в който майката е в отпуск по майчинство без професионален натиск, и етапа, в който тя се връща на работа, в съчетание с увеличаването на броя на децата, което намалява свободното за нея време и увеличава натиска за организиране на допълнителни деца, за да влязат в техните учебни рамки и да се върнат в края на деня, в допълнение към извънкласните дейности и т.н. Въпреки това са необходими допълнителни изследвания, които да включват по-широк диапазон от възрасти на децата.

Друга интересна констатация е, че *в този модел не се открива значима зависимост между нивото на благополучие на майките и фоната променлива на тяхното възприятие за икономическото им положение* (включително двете мерки, които тази променлива представлява). В продължение на написаното по-рано относно нивото на грижа за себе си като свързано и повлияно от субективното възприятие на майката за нивото на нейното социално-икономическо положение, смисълът на липсата на връзка в резултатите от анализа на променливите за нивото на благополучие и възприятието за икономическото положение е, че *променливата за нивото на гижата за себе си служи като посредническа променлива и връзката е косвена*. С други думи, грижата за себе си опосредства връзката между възприемането на икономическата ситуация и нивото на благополучие на майките. Възприемането на икономическата ситуация от майките влияе върху нивото на грижа за себе си, което от своя страна влияе върху нивото на благополучие на майките. Високото ниво на възприемане на икономическата ситуация се отразява на нивото на грижа за себе си, което води до високо ниво на благополучие. Връзката между възприемането на икономическата ситуация и нивото на благополучие е опосредствана и зависима, чрез променливата грижа за себе си. *Тази констатация опровергава първата хипотеза за пряката връзка между възприемането на икономическото положение и благополучие и предлага модел, при който между тях има косвена връзка и чрез променливата грижа за себе си*. Констатацията е съизмерима със съществуващото в професионалната литература. Икономическият ресурс дава възможност на майката да се грижи за себе си в различните категории (психическа, физическа, когнитивна и т.н.) и по този начин повишава нивото на благополучие индиректно - чрез подкрепата на майчината грижа за себе си. Икономическият ресурс сам по себе си не повишава нивото на благополучие, освен когато е насочен към подкрепа на грижата за себе си на майката в различните области на нейната характеристика. Грижата за себе си на майката се нуждае от икономически ресурси, за да се укрепи, като по този начин ѝ се дава възможност да придобие различни ресурси за грижа за себе си, като например образование, помощ, емоционална реакция и т.н. Установено е, че този икономически ресурс е значим фактор за оптимално справяне с различните предизвикателства, с които майката се справя, и е пречка за това майката да си позволи редовно да полага грижи за себе си (Kulik & Liberman, 2016).

Функциониране на майката. В този въпросник (PRF) респондентките бяха оценявани по отношение на трите измерения на променливата на майчиното функциониране (предментално състояние, ниво на увереност на майката за психичните състояния на детето и интерес и любопитство към психичните състояния на детето) и по отношение на нивото на благополучие, грижата за себе си и характеристиките на средата.

Измерението на предментализиращите състояния: Установено е, че респондентите имат ниско ниво на прементализиращи състояния (липса на рефлексивно функциониране). Установена е отрицателна корелация между нивото на благополучие на майката и нейните прементализиращи състояния (липса на рефлексивна способност). С други думи, степента на липса на родителска функция на майките в този контекст намалява с повишаване на нивото на благополучие. *Тъй като нивото на благополучие на майките е по-високо, тяхното родителско функциониране в измерението на ментализацията (рефлексивното функциониране) е по-добро*. Тази констатация потвърждава третата изследователска хипотеза, която предлага, че *високото ниво на благополучие на майката има последици и влияе върху нейното родителско функциониране, а също така подсилва модела, предложен в това изследване*. Установено е също така, че съществува *негативна корелация между нивото на лична грижа и предизвикателните състояния на майката*. А именно, тъй като нивото на лична грижа на

майките е високо, техните прементализиращи състояния са ниски и с други думи, те имат по-добро ниво на рефлексивно функциониране. Тази констатация е съизмерима с предишната констатация относно значението на грижата за себе си като влияеща и насърчаваща високото ниво на благополучие сред майките. В същото време регресионният анализ, проведен в това научно изследване, получи още една важна констатация: *родителското функциониране в контекста на пре-ментализацията не е установило, че е сигурно свързано с перцепцията или с доходите или с нивото на самообхвата, и оттук е възможно да се извърши изводът, че нивото на усещане на майките медира тези ефекти*. Тази констатация е съизмерима с представените преди това констатации и с представената професионална литература относно променливата възприемане на доходите като опосредствана от променливата грижа за себе си. Като цяло тя потвърждава първата хипотеза и структурата на модела, че възприемането на доходите влияе върху благополучието, което влияе върху нивото на родителския ментализъм чрез или с посредничеството на опосредстващата променлива грижа за себе си.

Тези важни констатации предлагат модел, в който връзките са косвени чрез благополучие. Налице е значително и решаващо влияние на подкрепата и насърчаването на грижата за себе си на майката, което се влияе от субективното възприемане на икономическото положение. Грижата за себе си от страна на майката оказва влияние върху нейното ниво на благополучие и на свой ред върху нейното майчинско функциониране и физическото и психическото здраве на детето.

Високото ниво на грижа за себе си на майката позволява и насърчава високото чувство за благополучие. Значението на грижата за себе си за майките е установено в изследователските проучвания като много значимо и от решаващо значение за психичното здраве и благополучие на майката и съответно за здравето и развитието на детето. За да може майката да осигури оптимална грижа за детето, тя трябва да осигури оптимална грижа първо за себе си (Fader, 2021).

В професионалната литература е установено, че измерението ментализиране (рефлексивно функциониране) е едно от най-значимите измерения като израз на оптималното родителско функциониране. Това измерение е насочено към способността на родителя да разбира поведението на детето в контекста на психичните състояния, които съществуват във вътрешния свят на детето, мислите, емоциите и т.н. (Slade, 2005).

Друга интересна констатация, получена в рамките на проучването, е, че *недостатъкът на родителско функциониране в тази дименсия е по-нисък при неомъжените майки*. Констатацията, отнасяща се до неомъжените майки, е в противоречие с професионалната литература, в която се описват научни изследвания, показващи, че сред тези майки има по-голяма липса на финансов ресурс и те са склонни да изпитват по-голям родителски стрес и по-лошо психично здраве, отколкото омъжените майки. Икономическият ресурс е много по-значителен за тях поради по-ограничения им набор от възможности за заетост, независимо от нивото на образование, и те са по-ограничени в работното време и ангажираността си поради отговорността да издържат децата си, наред с изискването да бъдат значимото присъствие в тяхното отглеждане. Липсата на икономически ресурси е пречка за тях да укрепят грижата за себе си, която им позволява да се чувстват добре. Освен това липсата на социална и семейна подкрепа увеличава тежестта на проблемите и натиска, с които се сблъскват те и децата им. Различни научни изследвания установяват, че този стрес оказва значително въздействие върху тяхното благополучие, физическо здраве и вероятността от депресия (Barkin & Wisner, 2013; Kim, Choi, & Kim, 2018). Възможно е тази констатация за популацията на самотните майки да е повлияна от други променливи, които следва да бъдат разгледани по-подробно, като например дали тези самотни майки отглеждат децата си сами или може би в извънбрачно партньорство - реалност, която се е развила през последните години и се приема днес, и тогава те не се различават съществено по отношение на икономическия ресурс и подкрепата, която имат, в сравнение с омъжените майки.

Освен това беше установено, че *липсата на родителско функциониране в този аспект на ментализиращите способности е по-ниска, когато нивото на образование на майките е по-високо*. Тази констатация е съизмерима с професионалната литература, в която образователният ресурс е изследван в този контекст и е установено, че корелира отрицателно с нивото на образование и положително с тревожността на привързаността и избягването на общуването (Luyten et al., 2017). Освен това беше установено, че образователният ресурс намалява стреса сред жените с високо ниво на стрес, които са преживели житейски събития с високо ниво на стрес, в сравнение с жените без висше образование. В изследователската литература е установено, че образователният ресурс повишава междуличностната социална способност и по този начин намалява стреса (Ross & Van Willigen, 1997), което повишава чувството за благополучие, което от своя страна влияе върху оптималната родителска ментализираща способност.

Едно от допусканията по отношение на образователния ресурс е, че висшето образование дава по-големи възможности за заетост и напредва в положителната икономическо-социална мобилност, улеснява по-доброто справяне със стреса и намалява вероятността от депресия и по този начин влияе върху нивото на благополучие (Fassbender & Leyendecker, 2018; Kim, Choi, & Kim, 2018),

Измерението на нивото на увереност на майката по отношение на психичните състояния на детето: Това изследване установи, че респондентите имат добро и балансирано ниво на увереност по отношение на психичното състояние на децата си и че съществува значителна положителна корелация между нивото на благополучие на майката и нивото на увереност по отношение на психичното състояние на детето. С други думи, *по-висока (балансирана) сигурност по отношение на психичните състояния на детето има, когато умствената сигурност на майката е по-висока*. Тази констатация е съизмерима с професионалната литература по отношение на подходите, основани на ментализацията, които подчертават централното място на тези измерения като част от родителското функциониране, което може да бъде увредено в ситуация, в която родителят изпитва дистрес и лошо благополучие и съответно може да се намира на място, което не е балансирано и не идентифицира психичното състояние на детето, което отразява хиперментализация, инвазивна ментализация или хипоментализация, почти абсолютна липса на сигурност по отношение на психичното състояние на детето (Luyten et al., 2017).

In this case as well in the regression analysis and in the continuation of the previous analyses, it was not found that the parental functioning in the context of certainty regarding the child's mental states is related significantly to the perception of the income or level of self-care. Hence, the *mothers' level of wellness mediates these influences to the general variable of parental functioning*. This finding also confirms the research model that the variables of the perception of the income and level of self-care influence the general variable of the parental functioning only through and with the mediation of the variable of wellness.

Освен това беше установено, че *нивото на увереност по отношение на психичното функциониране на детето спада, когато нивото на религиозност на майката е по-високо*. В редица трудове в професионалната литература се разглежда връзката между ментализацията на индивида и нивото на религиозност. Някои изследвания твърдят, че високото ниво на религиозност е свързано с високо ниво на ментализация, докато други твърдят обратното. Някои от тях поддържат тезата, че като цяло няма доказана връзка между способността за ментализация и религиозността на лицето (Maij, van Harreveld, Gervais, Schrag, Mohr, & van Elk, 2017). Съответно е възможно да се предположи, че има допълнителни фактори, които влияят върху тези взаимоотношения, и е необходимо тази тема да бъде разгледана по-подробно.

Измерението на интереса на майката към психичните състояния на детето и нейното любопитство към тях: В това изследване се установи, че *респондентите имат тенденция към по-голям интерес и по-голямото питане за психичното състояние на детето*. Освен това беше установена значителна отрицателна корелация между прементализиращите състояния на майките (липса на рефлексивна способност) по отношение на техните деца и измерението на техния интерес и любопитство. С други думи, *с повишаването на нивото на предметализационното състояние на майката, намалява размерът на нейния интерес и кривизум за психичното състояние на детето*. Тази констатация е в съответствие с представената преди това професионална литература. Установено е, че любопитството, което е едно от измеренията на родителското функциониране, е един от принципите на способността за ментализиране като форма на социално и емоционално познание към себе си и другите (BeTipulNet Website, n.d.). Хората в състояние на прементализация трудно ще изразяват интерес към психичните състояния на другите хора и дори могат да достигнат до психични разстройства, като например гранично личностно разстройство (Fonagy et al., 2002). Майките в тази ситуация ще изразяват по-малък интерес и любопитство към децата си и ще изразяват избягване на взаимните взаимодействия с децата си, които са значими за процеса на сигурна привързаност у детето и са основа на способността на детето да развие в себе си способността си за ментализиране в продължението (Brent-Friedler, 2017; Luyten et al., 2017; Slade, 2005).

Не беше открита значима корелация между тази дименсия на интереса и любопитството и дименсията на увереността по отношение на психичните състояния на детето, въпреки че изследванията, проведени в тази област, показват значима връзка между тези две дименсии (Luyten et al., 2017). Следователно е възможно да се предположи, че съществуват допълнителни фактори, които следва да бъдат изследвани подробно, за да се разбере липсата на връзка.

Освен това *не бяха открити сигнифицирани корелации между нивото на грижа и усещане на майките и дименсията на нейния интерес и кризност*. Следователно не е възможно да се заключи, че нивото на грижа за себе си или психичното състояние на майката обяснява дисперсията, свързана с това

измерение на родителското функциониране. Тази констатация е интересна, тъй като в това изследване се установи, че променливата благополучие е свързана с другите две измерения в родителското функциониране и дори има значима корелативна връзка с първото измерение прементализация. Освен това изследователските проучвания установяват, че общата черта любопитство предсказва благополучие на индивида (Steel, Schmidt, & Shultz, 2008) и може би при липсата на връзка между тях съответно липсва и връзка с грижата за себе си, която се свързва с благополучие. Интересно е да се разбере връзката, ако има такава, между констатацията в това изследване, която показва, че респондентите имат умерено благополучие, и липсата на връзка между него и констатацията за интереса и любопитството, за които е установено, че съществуват при тях на високо ниво и се интерпретират като инвазивна хиперментализация. Ясно е, че са необходими допълнителни задълбочени изследвания относно липсата на тези връзки с измерението интерес и любопитство.

И накрая, една интересна констатация, произтичаща от анализа, показва, че *нивото на интерес и любопитство от страна на майката към психическото състояние на детето намалява, когато тя е по-възрастна*. В противовес на тази констатация, прегледът на литературата в този контекст представя изследователски работи, които показват положителна корелация между измеренията на способността за рефлексивно функциониране на родителите и възрастта на майката. Изследователите са установили, че тази способност се увеличава с възрастта на майката (Luyten & Fonagy, 2015). За разлика от това, друго изследване не открива значима връзка между измерението интерес и любопитство и възрастта на майката (Luyten et al., 2017) и е необходимо да се проведе друго по-задълбочено изследване, за да се проучат тези връзки и по отношение на нивото на оптималност на различните измерения на родителското функциониране.

В обобщение, изследването представя модел, който разкрива различните връзки на благополучието и оптималното майчино функциониране, които могат да насърчат психическото и физическото здраве на детето. Моделът показва непряка, а не пряка връзка между възприемането на икономическото положение на майките и тяхното възприемане на благополучие. Тази връзка се опосредства от променливата грижа за себе си. С други думи, установено е, че възприемането на икономическото положение на майките е значимо и влияе върху нивото на грижа за себе си на майките, което от своя страна влияе върху тяхното благополучие. Освен това е налице значимото разбиране, че майките, които инвестират в грижата за себе си, възприемат своето благополучие като по-високо. Съществува пряка връзка между грижата за себе си и благополучието. Тези връзки, в допълнение към установената пряка връзка между възприемането на благополучието на майките и тяхното майчинско функциониране, са важни за представянето на нуждите на майката и каналите, в които да инвестира. Изследването представя иновативен модел, който се фокусира върху разбирането на естеството на установените взаимоотношения и съществената необходимост от реални, практически и незабавни действия за насърчаване на благополучието на майките на деца на възраст 0-3 години и съответно за значимата им подкрепа, която толкова липсва в държавата Израел.

Глава 6: ЗАКЛЮЧЕНИЕ

- Необходимо е да се признае статутът на майката през 21-ви век и предизвикателствата, с които тя се справя.
- Необходимо е да се признае ролята на майката като най-значимия грижещ се за детето, като роля, която трябва да бъде възнаградена и подкрепена.
- Необходимо е да се постигне задълбочено разбиране на значението на благополучието на майката като основа за нейното майчинско функциониране и за здравето и благополучието на детето.
- Необходимо е да се насочи вниманието към майката и да се инвестира в нейното благополучие като превенция за бъдещо лечение на проблеми, които могат да възникнат у детето.

IV. ПРИНОСИ НА ДИСЕРТАЦИЯТА

Дисертационният труд има следните приноси:

1. Изследователският фокус е с акцент върху разбирането, че психическото, емоционалното и физическото здраве на детето зависи в значителна степен от здравето на майката, и от необходимостта да се инвестират ресурси за насърчаване на нейното здраве, тъй като то оказва пряко влияние върху развитието на детето.
2. Това изследване допринася за задълбоченото разбиране за значението на благополучието на майката по отношение на нейното майчинско функциониране.
3. Резултатите от дисертационното изследване поставят акцент върху естеството на връзките на различните променливи повлияващи благополучието на майката и нейното функциониране.
4. Доказана е необходимостта от осигуряване на програми, насочени към майката в нейната грижа за себе си, както и от предоставяне на ресурси за тази грижа, включващи курсове и инструкции, свързани с грижата за бебето насочени към майката при болничният им престой, както и в семейните и медицински центрове.
5. Изследователското проучване показва, че посредством прилагането на различни прийоми е възможно да се повлияе върху благополучието на майката. Акцентирано е върху необходимостта разглежданата проблематика да бъде изучавана, като част от академичната програма в областта на ранното детство и в областта на обучението на родителите.
6. Систематизирана е важна информация необходима на практиците и изследователите в областта на образованието и терапията по отношение на благополучието на майката и нейното функциониране. Обобщенията и резултатите от изследването следва да бъдат включени в програми за превенция и лечение на следродилната депресия.
7. Резултатите от изследването предоставят възможност на съответните институции в държавата да преосмислят и разпределят точно ресурсите, както и да предоставят финансовата помощ, необходима на майките при отглеждането на техните деца.
8. Изведените резултати обогатяват в значителна степен академичните и изследователски знания в изследваната област и следва да бъдат представени посредством различни медийни канали на цялото общество в Израел.

V. ПУБЛИКАЦИИ СВЪРЗАНИ С ТЕМАТА НА ДИСЕРТАЦИЯТА

1. Zerbib, R. (2022). Wellness and Motherhood in Israeli Society. // *e-Journal VFU "Chernorizets Hrabar"*, Bulgaria, section Psychology and Social activities. Issue 18, 2022., pp. 932-943. ISSN 13-13-7514.
2. Zerbib, R. (2023). The Importance of the Mother's Self-Care to Her Wellness and the Obstacles on the Way. // *e-Journal VFU "Chernorizets Hrabar"* Bulgaria, section Psychology and Social activities, Issue 19, pp. 32-42. ISSN 13-13-7514.
3. Zerbib, R. (2023). The Importance of the Economic Resource to the Mother's Wellness and Parental Functioning. // *e-Journal VFU "Chernorizets Hrabar"*, Bulgaria, section Psychology and Social activities, Issue 19, pp. 160-170. ISSN 13-13-7514.