

РОДИТЕЛЬСКИЙ И ПОВСЕДНЕВНЫЙ СТРЕСС У МАТЕРЕЙ ДЕТЕЙ РАННЕГО И ДОШКОЛЬНОГО ВОЗРАСТА

В.Е. ВАСИЛЕНКО

Санкт-Петербургский государственный университет
(ФГБОУ ВО СПбГУ), г. Санкт-Петербург, Российская Федерация
ORCID: <https://orcid.org/0000-0003-3070-5522>,
e-mail: v.vasilenko@spbu.ru

С.С. САВЕНЫШЕВА

Санкт-Петербургский государственный университет
(ФГБОУ ВО СПбГУ), г. Санкт-Петербург, Российская Федерация
ORCID: <http://orcid.org/0000-0002-7529-1493>,
e-mail: s.savenysheva@spbu.ru

О.О. ЗАПЛЕТИНА

Санкт-Петербургский государственный университет
(ФГБОУ ВО СПбГУ), г. Санкт-Петербург, Российская Федерация
ORCID: <https://orcid.org/0000-0002-1463-7139>,
e-mail: oksana1234zapletina@gmail.com

Статья посвящена анализу родительского и повседневного стресса и взаимосвязей их параметров у матерей детей раннего и дошкольного возраста. *Выборка:* 112 матерей из Санкт-Петербурга, возраст детей — от 4 месяцев до 7 лет. *Методы:* индекс родительского стресса (PSI-4) Р. Абидина; опросник повседневных стрессоров Петраш М.Д., Стрижицкой О.Ю., Головей Л.А., Савенышевой С.С.; шкала тревоги Ч. Спилбергера в адаптации Ю.Л. Ханина; социально-биографическая анкета. *Результаты и выводы:* выявлен высокий уровень родительского стресса, прежде всего в сфере, связанной с особенностями самого родителя и его переживаниями о том, как он справляется с родительской ролью. Уровень повседневных стрессоров соответствует нормативам, при этом наиболее выражены стрессоры в семейной сфере. Обнаружены тесные взаимосвязи родительского и повседневного стресса за исключением сферы работы, при этом взаимосвязей с жизненными стрессами не выявлено. Родительский стресс положительно коррелирует с ситуатив-

ной и личностной тревожностью. Родительский стресс не связан с возрастом матери, возрастом и полом ребенка, семейным стажем и количеством детей. При этом он менее выражен при большей занятости на работе.

Ключевые слова: родительский стресс, повседневный стресс, жизненные стрессы, тревожность, матери детей раннего и дошкольного возраста.

Финансирование. Исследование выполнено при финансовой поддержке Российского фонда фундаментальных исследований (РФФИ) в рамках научного проекта № 19-013-00594.

Для цитаты: Василенко В.Е., Савенышева С.С., Заплетина О.О. Родительский и повседневный стресс у матерей детей раннего и дошкольного возраста // Консультативная психология и психотерапия. 2021. Том 29. № 4. С. 27–48. DOI: <https://doi.org/10.17759/cpp.2021290403>

PARENTING STRESS AND DAILY HASSLES IN MOTHERS OF YOUNG AND PRESCHOOL CHILDREN

VICTORIA V. VASILENKO

Saint Petersburg State University, Saint Petersburg, Russia
ORCID: <https://orcid.org/0000-0003-3070-5522>,
e-mail: v.vasilenko@spbu.ru

SVETLANA S. SAVENYSHEVA

Saint Petersburg State University, Saint Petersburg, Russia
ORCID: <http://orcid.org/0000-0002-7529-1493>,
e-mail: s.savenysheva@spbu.ru

OKSANA O. ZAPLETINA

Saint Petersburg State University, Saint Petersburg, Russia
ORCID: <https://orcid.org/0000-0002-1463-7139>,
e-mail: oksana1234zapletina@gmail.com

The article is devoted to the analysis of parenting stress, daily hassles and the relationship of their parameters in mothers of young and preschool children. *Sample:* 112 mothers from Saint Petersburg, children aged from 4 months up to 7 years. *Methods:* Parenting Stress Index (PSI-4) by R. Abidin, questionnaire of daily hassles by M.D. Petrash, O.Y. Strizhitskaya, L.A. Golovey, S.S. Savenysheva, STAI by C.D. Spielberger adapted by Y.L. Khanin, socio-biographical questionnaire. *Results:* A high level of parenting stress was revealed, especially in the domain, associated with the characteristics of the parent himself and his feelings about how he copes with the parental role. The level of daily hassles corresponds to the standards, with the most pronounced stressors in the family domain. Close relationships between

parenting stress and daily hassles were found, with the exception of the field of work, while no relationship with life stress was identified. Depression, relationship problems and incompetence are most closely related to daily hassles. Parenting stress is positively correlated with state and trait anxiety. Parenting stress is not related to the age of the mother, the age and gender of the child, family experience and the number of children. However, it is less pronounced with more employment at work.

Keywords: parenting stress, daily hassles, life stress, anxiety, mothers of young and preschool children.

Funding. The reported study was funded by Russian Foundation for Basic Research (RFBR), project number 19-013-00594.

For citation: Vasilenko V.E., Savenysheva S.S., Zapletina O.O. Parenting Stress and Daily Hassles in Mothers of Young and Preschool Children. *Konsul'tativnaya psikhologiya i psikhoterapiya = Counseling Psychology and Psychotherapy*, 2021. Vol. 29, no. 4, pp. 27–48. DOI: <https://doi.org/10.17759/cpp.2021290403>

Введение

Современная жизнь предъявляет довольно высокие требования ко взрослым в разных сферах, в том числе и в сфере родительства. Тенденции последних десятилетий связаны с большей вовлеченностью родителей в процессы воспитания и развития детей, с подъемом планки требований к родительской роли. Появился даже новый термин «чрезмерное родительство», он подразумевает ситуацию, когда сильная вовлеченность в жизнь детей воспринимается как не только идеальная, но даже и обязательная модель поведения [2].

В то же время взрослые в современном мире часто живут в состоянии постоянного дедлайна в профессиональной сфере, и сочетать этот поток требований с семейными обязанностями становится все сложнее. Родительская роль, как и любая другая, требует адаптации. По мере взросления ребенка накапливаются трудности с его воспитанием; если ребенок в семье не один, к этому могут добавиться и вопросы, связанные с взаимодействием детей, распределением времени и заботы. Перед родителями стоит задача интеграции собственного опыта детства, семейных традиций и установок с современными представлениями о воспитании, а также с индивидуальными особенностями детей. Комплекс переживаний и состояний, вызванный разнообразными трудностями родительской роли, обозначают родительским стрессом (далее РС), который может проявиться уже на ранних этапах родительства, особенно у матерей. В последнее время психологи говорят также о родительском эмоциональном выгорании [9; 21].

Рассмотрим понятие РС и его структуру. Исследования РС начались в 1980-ых гг. Р. Лазарус впервые стал говорить о РС как о сильном напряжении в семейной системе, нарушающем баланс [20]. Далее проблематику РС разрабатывают Р. Абидин [12] и К. Дитер-Деккард [16].

РС, с точки зрения Р. Абидина, — это негативная реакция в отношении себя и/или ребенка, возникающая при оценке уровня загруженности родительской ролью [10, с. 410], а также нарушение баланса между восприятием требований родительства и существующих ресурсов для решения задач родительства [11]. Близкое определение предложил К. Дитер-Деккард: РС переживается в форме негативных чувств по отношению к себе и к ребенку/детям, и эти чувства напрямую связаны с требованиями родительства» [15, с. 315]. По мнению последнего, РС возникает в случае ощущения родителями недостатка ресурсов для исполнения требований родительской роли и сложностей с адаптацией к ней и в разной степени свойственен всем родителям [15; 16].

В настоящем исследовании РС также рассматривается как дисбаланс между восприятием требований родительства и восприятием наличных ресурсов у родителей. Этот дисбаланс может быть связан как с особенностями детей, так и с особенностями самих родителей.

Так, в структуре РС обычно выделяют 2 блока: стресс, связанный с ребенком, и стресс, связанный с родителем. Что касается блока, связанного с ребенком, то К. Крник и М. Гринберг описали 2 типа стрессоров: относящиеся к ежедневной рутине, связанной с уходом за ребенком, и теми, которые касаются нежелательного поведения ребенка [13]. Стресс, связанный с родителем, может быть обусловлен как объективными факторами тех или иных ограничений (например, сократившееся время на сон и досуг из-за увеличившихся требований к роли родителя), так и субъективными (восприятие себя как некомпетентного родителя). К. Крник и К. Лоу отмечают, что более высокий уровень стресса характерен для родителей, которые видят своего ребенка трудным и требовательным и/или воспринимают себя как неэффективных родителей [14].

Р. Абидин в свою методику для изучения РС включает также и шкалу жизненных стрессов [11]. Но она идет как дополнительная и не входит в общий показатель РС. На взгляд авторов настоящей статьи, шкалу жизненных стрессов действительно логичнее рассматривать отдельно.

РС, по данным исследований, может привести к депрессии, невротизации личности, к появлению или обострению хронических заболеваний у родителей. С другой стороны, он связан с отклонениями в детско-родительских отношениях (жесткое обращение с детьми, гипоопека или, наоборот, гиперсоциализация), что провоцирует эмоциональные и поведенческие нарушения у детей [6; 15; 18].

Анализ исследований факторов РС позволил выделить их 3 основные группы [6]:

- 1) характеристики ребенка (пол и возраст, проблемы со здоровьем, отклонения в развитии, сложный темперамент, проблемы поведения);
- 2) характеристики родителя (социально-демографические характеристики, здоровье, личностные особенности);
- 3) поддержка со стороны близких (отношения с супругом, с родителями, социальная поддержка в целом).

Жизненные и повседневные стрессоры также могут рассматриваться как факторы РС. Проанализируем эти понятия более подробно. Стрессоры в нашей жизни принято делить по интенсивности на сильные критические события (смерть, серьезная болезнь, развод, потеря работы) и незначительные/слабые повседневные события (разнообразные семейные, профессиональные и бытовые проблемы). Первоначально в психологии стресса делался акцент на изучении критических событий и их влиянии на психологическое функционирование и здоровье человека. Результаты этих эмпирических исследований не выявили тесных взаимосвязей. Также в плане данного исследовательского подхода следует отметить, что критические события в целом происходят редко и при изучении их воздействия важен скорее не сам факт события, а его восприятие человеком. В связи с этим в последние десятилетия все большее внимание уделяется роли повседневных стрессоров в нашей жизни.

А.Д. Каннер с соавторами определяют стрессоры повседневной жизни как «раздражающие, фрустрирующие, стрессирующие небольшие события, до некоторой степени характеризующие взаимодействие со средой» [19, с. 3]. Близкое определение предлагают Д. Мэйбери и Д. Грэхем — они определяют стрессоры, как частые и обычные, небольшие разрушающие или фрустрирующие события, происходящие в повседневной жизни. Проведенный ими метаанализ исследований выявил, что в период взрослости наиболее часто упоминаются стрессоры, связанные с временными ограничениями: недостаток времени на необходимые дела, большой объем обязанностей, большое количество дел, требующих их выполнения в одно и то же время, нехватка времени на семью. Другими часто упоминаемыми проблемами являются собственное здоровье или здоровье близких, разнообразные трудности с детьми и пожилыми родителями [22]. Современные отечественные исследования показывают, что у женщин наибольшее количество стрессоров отмечается в областях, связанных с самочувствием, семьей, конкуренцией, переживаниями одиночества, работой [1].

Сравнение влияния повседневного стресса с воздействием жизненных стрессов показало большее влияние повседневного стресса на здоровье человека (и физическое, и психическое), на его взаимоотношения с другими [5; 17; 19; 24].

По мнению некоторых ученых, РС может рассматриваться в рамках теории повседневного стресса. Так, К. Крник и М. Гринберг разработали модель родительского повседневного стресса. РС подразумевает небольшие стрессовые события, связанные с повседневными ситуациями, вызывающими напряжение и раздражение. Эти ситуации сопровождаются уходом за детьми и типичное, но часто проблемное поведение детей [13]. В результате в современных публикациях можно встретить оба понятия — и «родительский стресс», и «родительский повседневный стресс»; однако более распространенным является понятие «родительский стресс». Вместе с тем понятие РС шире, чем родительский повседневный стресс, так как РС включает и параметры отношений (к себе как родителю и к ребенку), и в то же время уже, чем понятие «повседневный стресс», так как не включает другие категории стрессоров. Поэтому в рамках данного исследования эти 2 вида стрессов будут рассматриваться как отдельные феномены.

Исследований взаимосвязи РС и повседневного стресса в зарубежных и отечественных работах к настоящему времени не проводилось. Можно отметить изучение роли только отдельных стрессоров, например, в области финансов [цит. по: 6]. Среди исследований связи РС и жизненных стрессов можно привести исследование М. Остберга и Б. Хэйджкула, которые обнаружили их умеренную связь [23]. Также зарубежными авторами проводились исследования влияния отдельных жизненных стрессоров, например заболевания ребенка, которые демонстрируют более высокий уровень РС у матерей детей с хроническими заболеваниями [цит. по: 6]. Однако в исследовании Л.В. Петрановской и Е.Ю. Чеботаревой выявлено, что болезнь ребенка в меньшей степени влияет на уровень РС, чем отношения с близкими людьми [2].

Родительский и повседневный стресс тесно взаимосвязаны. Так, с одной стороны, большое количество повседневных стрессоров приводит к большому истощению психических ресурсов и как следствие — к сложностям в совладании с нагрузкой в родительской сфере. С другой стороны, накопленный РС приводит к большей чувствительности к другим стрессорным нагрузкам.

Одним из важных связующих параметров данных феноменов, а также самостоятельным личностным фактором РС является тревожность. Высокая тревожность приводит к большей чувствительности к стрессорам, как в сфере РС, так и в сфере повседневного стресса, что позволяет нам рассматривать ее как значимую детерминанту РС.

С практической точки зрения следует отметить, что в области семейного консультирования проблемы РС и родительского выгорания (прежде всего, относительно матерей) в последнее время стали одними из самых актуальных.

Как видно из приведенного обзора, РС активно изучается зарубежными исследователями. И если первоначально исследования касались, прежде всего, семей детей с проблемами в развитии, то в последние годы акцент сместился на обычные семьи. В России РС, также как и повседневный стресс, начал изучаться только в последние годы. Общая тенденция также связана прежде всего с изучением психологического здоровья родителей детей с ОВЗ [8], затем изучения РС в целом. Из современных проектов можно отметить упомянутое выше исследование РС и его связи со стилем привязанности Л.В. Петрановской и Е.Ю. Чеботаревой [2]. В этом исследовании, где возраст детей составлял от рождения до 18 лет, проявилась связь РС с установками на чрезмерное родительство, с ненадежными типами привязанности у матерей (с тревожным и избегающим). В проекте авторов статьи проводится изучение роли различных факторов РС [6; 7 и др.]

Целью исследования стало изучение взаимосвязей параметров РС и повседневного стресса у матерей детей раннего и дошкольного возраста. Дополнительными задачами было выявление взаимосвязей РС с жизненными стрессами/критическими событиями и с тревожностью матерей как личностной детерминантой РС.

Гипотезы исследования.

РС матерей детей раннего и дошкольного возраста, особенно блок его параметров, связанных отношением к себе как к родителю, взаимосвязан с повседневным стрессом матерей.

РС матерей детей раннего и дошкольного возраста более тесно взаимосвязан с повседневным стрессом по сравнению с жизненными стрессами.

Матери с более выраженным РС, особенно по блоку параметров, связанных с отношением к себе как к родителю, характеризуются более высокими показателями личностной и ситуативной тревожности.

Метод

Выборка исследования. Исследование проводилось в 2019—2020 гг. в г. Санкт-Петербурге. В нем приняли участие 112 матерей детей раннего и дошкольного возраста (55 мальчиков и 57 девочек), возраст матерей — от 26 до 45 лет, средний возраст матерей — 34 года.

41 мать (36,5%) имеют полную занятость на работе, 11 матерей (10%) — неполную, 18 матерей (16%) работают по свободному графику и 42 матери (37,5%) не работают.

46 матерей (41%) имеют одного ребенка, 57 матерей (51%) — двух детей, 7 матерей (6%) — трех детей и 2 матери (2%) — четырех.

Возраст детей — от 4 мес. до 7 лет, средний возраст — 4 года 2 мес. (37 детей раннего возраста (до 3 лет) и 75 детей дошкольного возраста).

На момент исследования 100 детей (89%) — из полных семей.

Результаты, полученные в данном исследовании, сравнивались с нормативами по РС в зарубежных исследованиях [11].

Методики

Для изучения родительского стресса и жизненных стрессов/кри- тических событий мы использовали методику «Индекс родительского стресса» (Parenting Stress Index, PSI—4) Р. Абидина [11]. Методика была приобретена и переведена с участием правообладателя — Psychological Assessment Resources (PAR). В рамках проекта была проведена адаптация методики на выборке 329 матерей детей раннего и дошкольного возраста. Методика включает в себя блок шкал РС в сфере детей (6 шкал), блок шкал в сфере родителей (7 шкал) и шкалу жизненных стрессов, которая не входит в итоговый показатель РС. Методика показала высокий уровень согласованности (коэффициент альфа Кронбаха по показателю общего уровня РС составляет 0,95, по РС в сфере детей — 0,92, по РС в сфере родителей — 0,93), а также высокий уровень ретестовой надежности и конвергентной валидности.

Для исследования повседневного стресса применялся Опросник повседневных стрессоров (Петраш М.Д., Стрижицкая О.Ю., Головей Л.А., Савеньшева С.С.) [3].

Для изучения ситуативной и личностной тревожности использовалась Шкала тревоги (State-Trait Anxiety Inventory, STAI) Ч. Спилбергера в адаптации Ю.Л. Ханина [4].

Также использовалась социально—биографическая анкета.

Математическая обработка данных осуществлялась с помощью программы IBM SPSS Statistics 21: описательная статистика, дисперсионный анализ по факторам возраста, пола, одновыборочный Т-критерий, Т-критерий для независимых выборок, корреляционный анализ по Спирмену.

Результаты

Представим данные по общей выборке в сравнении с нормативами (по зарубежным данным) [11] на основе одновыборочного Т-критерия.

Как видно из табл. 1, все общие показатели РС на нашей выборке превышают нормативные значения ($p < 0,001$). При этом наибольшие расхождения выявлены в сфере родителя. В то же время на уровне статистической тенденции показатель шкалы жизненных стрессов у матерей нашей выборки ниже по сравнению с зарубежными данными.

Т а б л и ц а 1

Общие показатели родительского стресса у матерей детей раннего и дошкольного возраста (по методике PSI—4 Р. Абидина)

Параметры родительского стресса	Вся выборка (n=112)		Нормативные значения для матерей (n=529)		Значимость различий	
	Ср. знач.	Ст. откл.	Ср. знач.	Ст. откл.	Т-крит.	Знач.
Показатель PC в сфере ребенка	108,75	21,99	100,1	29,2	4,16	0,000
Показатель PC в сфере родителя	136,74	31,55	121,0	34,0	5,28	0,000
Жизненные стрессы	8,80	8,10	10,2	10,3	-1,83	0,071
Общий показатель PC	245,49	49,42	221,1	59,6	5,22	0,000

Рассмотрим отдельные показатели PC в сфере ребенка (рис. 1).

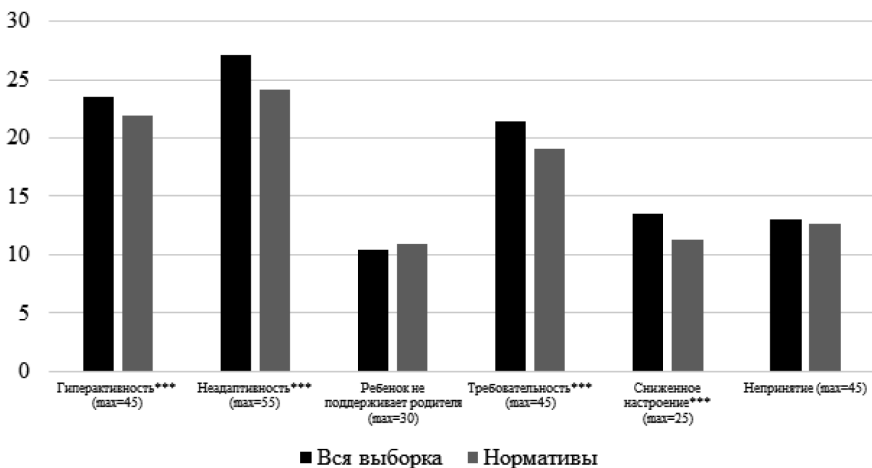


Рис. 1. Показатели PC у матерей в сфере ребенка:
 «***» — различия на уровне $p < 0,001$

Как видно из рис. 1, у матерей исследуемой выборки по сравнению с нормативами выше такие показатели PC в сфере ребенка, как гиперактивность, неадаптивность, требовательность и сниженное настроение ($p < 0,001$). Различий по шкалам поддержки взаимодействия и принятия не выявлено.

Если сравнивать выраженность проблем в процентном соотношении от максимума по шкале, то у матерей данной выборки преобладают сни-

женное настроение (54%) и гиперактивность (52%). Далее из проблем можно отметить неадаптивность (49%), требовательность (48%) и то, что ребенок не поддерживает взаимодействие с родителем (35%). Менее всего выражено неприятие ребенка (29%).

Рассмотрим отдельные показатели РС в сфере родителя (рис. 2).

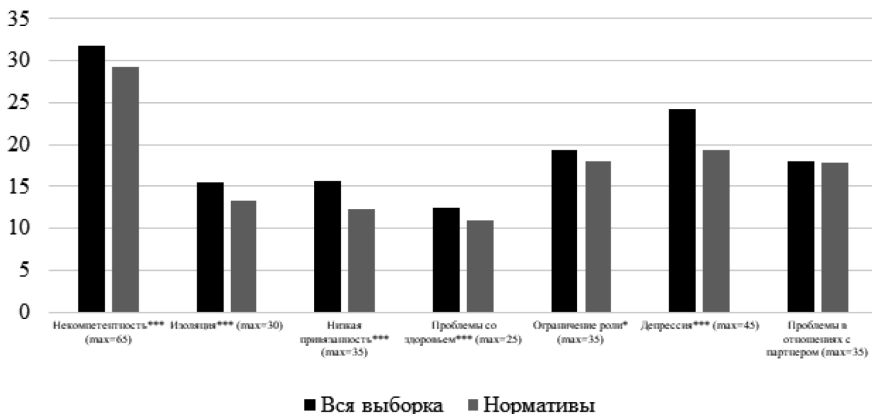


Рис. 2. Показатели РС у матерей в сфере родителя:

«*» — различия на уровне $p < 0,05$; «***» — различия на уровне $p < 0,001$

Как видно из рис. 2, у матерей исследуемой выборки по сравнению с нормативами выше показатели РС в сфере родителя, связанные с компетентностью, изоляцией, привязанностью, депрессией ($p < 0,001$) и ограничением роли ($p < 0,05$). Различий по шкале отношений с партнером не выявлено.

Если сравнивать выраженность проблем в процентном соотношении от максимума по шкале, то у матерей данной выборки все параметры выражены приблизительно одинаково: проблемы с ограничением роли (55%), депрессия (54%), изоляция (52%), проблемы в отношениях с партнером (51%), проблемы со здоровьем (50%), некомпетентность (49%), низкая привязанность (45%).

Проведенное исследование не выявило значимых различий в показателях РС у матерей по факторам возраста (за исключением гиперактивности, которая выше у детей раннего возраста, $p < 0,05$) и пола ребенка.

Перейдем к результатам изучения повседневных стрессоров (табл. 2).

Как видно из табл. 2, из повседневных стрессоров у матерей исследуемой выборки наиболее выражены стрессоры в сфере семьи (30%), в области финансов и личных переживаний (25%). Менее всего значимы

стрессоры по шкалам «Окружающая действительность» (19%) и «Отношения с окружающими» (20%).

Изучение уровня тревожности у матерей, воспитывающих детей раннего и дошкольного возраста, показало, что и ситуативная и личностная тревожность по средним данным соответствуют умеренному уровню (табл. 3).

В процентном соотношении для ситуативной и личностной тревожности также преобладает умеренный уровень (52% и 56%), реже встречается высокий уровень (33% и 36%) и еще реже — низкий (14% и 8%).

Результаты корреляционного анализа (по Спирмену) показателей РС и повседневного стресса представлены в табл. 4.

Т а б л и ц а 2

Показатели повседневных стрессоров у матерей детей раннего и дошкольного возраста (по опроснику Петраш М.Д., Стрижицкой О.Ю., Головей Л.А., Савеньшовой С.С.)

Параметры повседневного стресса (сферы)	Вся выборка (n=112)		
	Ср. знач.	Ст. откл.	% выраженности
Работа	28,01	24,44	21,55
Планы	17,24	14,50	21,55
Финансы	10,06	10,54	25,16
Окружающая действительность	21,13	15,64	19,20
Отношения с окружающими	11,89	12,84	19,82
Семья	12,04	10,80	30,09
Личные переживания	22,57	15,20	25,08
Общий показатель повседневного стресса	122,94	81,20	22,35

Т а б л и ц а 3

Показатели тревожности у матерей детей раннего и дошкольного возраста (по шкале Спилберга—Ханина)

Параметры тревожности	Вся выборка (n=63)				
	Ср. знач.	Ст. откл.	Низкий уровень (%)	Средний уровень (%)	Высокий уровень (%)
Ситуативная тревожность (max=80)	40,52	10,40	14%	52%	33%
Личностная тревожность (max=80)	42,67	8,79	8%	56%	36%

Т а б л и ц а 4

Результаты корреляционного анализа показателей родительского стресса и повседневных стрессоров

Показатели родительского стресса и повседневных стрессоров	Общий показатель повседневного стресса	Работа	Планы	Финансы	Окружающая действительность	Отношения с окружающими	Семья	Личные переживания
<i>Общий показатель РС</i>	0,34**	0,10	0,34**	0,21*	0,25**	0,29**	0,34**	0,37**
<i>РС в сфере ребенка</i>	0,28**	0,13	0,28**	0,12	0,21*	0,23*	0,25**	0,28**
Гиперактивность	0,17	0,09	0,17	0,06	0,09	0,13	0,21*	0,14
Неадаптивность	0,22*	0,12	0,30**	0,07	0,22*	0,08	0,19*	0,24*
Ребенок не поддерживает взаимодействие	0,18	0,02	0,14	0,06	0,18	0,25**	0,24*	0,17
Требовательность	0,25**	0,12	0,29**	0,11	0,18	0,22*	0,22*	0,28**
Сниженное настроение	0,16	0,10	0,09	0,10	0,02	0,18	0,06	0,16
Непринятие	0,24*	0,17	0,16	0,06	0,16	0,27**	0,23*	0,24*
<i>РС в сфере родителя</i>	0,36**	0,10	0,35**	0,25**	0,27**	0,30**	0,36**	0,39**
Некомпетентность	0,25**	0,10	0,25**	0,06	0,22*	0,23*	0,27**	0,26**
Изоляция	0,21*	0,02	0,21*	0,08	0,17	0,20*	0,17	0,28**
Низкая привязанность	0,23*	0,06	0,18	0,15	0,12	0,25**	0,29**	0,25**
Проблемы со здоровьем	0,26**	0,10	0,28**	0,24*	0,17	0,14	0,26**	0,23*
Ограничение роли	0,17	-0,06	0,25**	0,13	0,11	0,11	0,22*	0,21*
Депрессия	0,36**	0,08	0,28**	0,29**	0,32**	0,32**	0,34**	0,40**
Проблемы в отношениях с партнером	0,33**	0,14	0,33**	0,32**	0,25**	0,26**	0,30**	0,33**

Примечание. «*» — уровень $p < 0,05$; «**» — уровень $p < 0,01$.

Корреляционный анализ выявил тесные взаимосвязи общих показателей РС и показателей повседневных стрессоров за исключением сферы работы. Также для показателя РС в сфере ребенка не обнаружено корреляции со стрессорами в сфере финансов.

Все три общих показателя РС положительно коррелируют с общим показателем повседневных стрессов и со стрессорами в сферах планирования, семьи, личных переживаний ($p < 0,01$). РС общий и РС в сфере родителя положительно коррелируют со стрессорами в сферах окружающей действительности и отношений с окружающими ($p < 0,01$), для РС в сфере ребенка эти взаимосвязи выявлены на уровне $p < 0,05$. РС в сфере ребенка положительно коррелирует со стрессорами в области финансов ($p < 0,01$), для общего РС эта взаимосвязь проявилась на уровне $p < 0,05$.

С другой стороны, общий показатель повседневных стрессов положительно коррелирует со всеми отдельными шкалами РС за исключением гиперактивности, сниженного настроения ребенка и ограничения роли.

Корреляционный анализ отдельных показателей РС и повседневных стрессоров выявил наиболее тесные взаимосвязи у таких параметров РС, как депрессия и отношения с партнером (по 6 корреляций), а также некомпетентность (5 корреляций).

Не обнаружено корреляций между общими показателями РС и показателем шкалы жизненных стрессов.

Показатели РС, особенно в сфере родителя, тесно взаимосвязаны с показателями тревожности. Так, чем выше ситуативная тревожность женщины, тем выше у нее общий показатель РС, показатель РС в сфере родителя и такие его отдельные параметры, как ощущение некомпетентности, ограничение роли, депрессия, изоляция и проблемы со здоровьем ($p < 0,01$). Чем выше личностная тревожность, тем выше все три общие показателя РС, отдельные показатели РС в сфере родителя: ощущение некомпетентности, депрессия, изоляция, проблемы со здоровьем ($p < 0,01$), — а также 2 показателя РС в сфере детей: неадаптивность и требовательность ребенка ($p < 0,05$).

Интересны данные корреляционного анализа показателей РС и показателей социально-биографической анкеты. Так, не выявлено корреляций РС ни с возрастом матери, ни с возрастом ребенка, ни с семейным стажем. Количество детей оказалось связано только с одним показателем РС: чем больше детей, тем меньше проблем в сфере адаптивности ребенка ($p < 0,05$). Больше всего взаимосвязей с показателями РС выявлено у параметра «занятость на работе». Чем она выше, тем менее выражены такие показатели РС, как некомпетентность ($p < 0,01$), требовательность ребенка, ограничение роли и общий показатель РС в сфере родителя ($p < 0,05$).

Обсуждение результатов

Проведенное исследование выявило более высокий уровень РС у матерей исследуемой выборки по сравнению с нормативными зарубежными данными, особенно в сфере родителя. Так, у матерей данной выборки более выражены ощущения некомпетентности, изолированности, низкая привязанность к ребенку, проблемы со здоровьем, депрессия, ощущение ограничений роли.

В исследовании Л.В. Петрановской и Е.Ю. Чеботаревой по «Шкале родительского стресса» (Berry, Jones, 1995) были выявлены сходные тенденции — в сравнении с зарубежными исследованиями показатели РС российских матерей находятся на границе среднего и повышенного уровней [2].

Результаты изучения повседневных стрессоров выявили, что у матерей исследуемой выборки преобладают стрессоры в сфере семьи, чуть менее выражены стрессоры в области финансов и личных переживаний. Сопоставление этих данных с изучением повседневных стрессоров на более широкой выборке женщин от 20 до 60 лет, имеющих и не имеющих детей разного возраста, [1] показывает примерно такую же общую выраженность повседневных стрессоров, а также выраженность семейных стрессоров, стрессоров в сферах работы и финансов.

Более высокий уровень РС у матерей из России может быть связан с современными тенденциями: с одной стороны, с изменением отношения родителей к ребенку: склонностью к гиперопеке и всестороннему развитию, стремлением быть идеальной матерью (что может усиливать образ идеального родителя в социальных сетях), — а с другой стороны, в меньшей направленности родителей на реализацию в семье. Именно поэтому мы наблюдаем более высокий уровень РС в сфере родителя. Это частично подтверждают данные о большей выраженности повседневных стрессов именно в сфере семьи.

Оба показателя тревожности (и ситуативной, и личностной) соответствуют нормативным значениям.

Гипотеза о взаимосвязи РС с повседневным стрессом в целом подтвердилась — оба блока параметров РС коррелируют с повседневными стрессорами; при этом блок, связанный с отношением к себе как к родителю, имеет более тесные связи.

Поскольку РС тесно связан с повседневными стрессорами, даже если исключить из рассмотрения такие шкалы повседневного стресса, как «отношения с окружающими» и «семья», можно рассматривать повседневные стрессоры как мощные факторы РС. Таким образом, когда женщину беспокоит большое количество мелких проблем, ей уже не хватает ресурсов справляться со стрессами родительства. С другой сто-

роны, можно предположить, что эта связь двусторонняя, и интенсивное переживание РС может привести к меньшей устойчивости и большей чувствительности к повседневным стрессорам.

Также отметим, что при всех тесных взаимосвязях РС и повседневный стресс все-таки корректнее рассматривать как отдельные феномены. РС имеет накопительный эффект и по сути он шире, чем повседневный стресс в области родительской сферы, включая, в том числе, отношение к себе как родителю и отношение к ребенку.

Вторая гипотеза также подтвердилась: тесные корреляции РС с повседневными стрессорами при отсутствии корреляций РС с жизненными стрессами еще раз демонстрируют более значимую роль повседневных стрессоров.

Данные результаты не согласуются с данными М. Остберга и Б. Хэйджула, которые обнаружили умеренную связь РС и жизненных стрессоров [23]. Однако полученные результаты исследования сходны с полученными нами ранее данными о наличии тесной связи психологического благополучия, удовлетворенности жизнью и повседневных стрессоров и отсутствием связи с жизненными стрессорами [1]. Меньшее влияние жизненных стрессов можно объяснить тем, что они случаются реже, и в случае их возникновения женщина может получить поддержку со стороны близких. Вместе с тем мелкие повседневные стрессы мы не замечаем, не всегда считаем их чем-то значимым, но их накопление может в существенной степени расходовать наши эмоциональные ресурсы.

Выявлены взаимосвязи РС с ситуативной и личностной тревожностью матерей, при этом РС теснее коррелирует с личностной тревожностью. Это указывает на больший вес личности родителя по сравнению с ситуационными факторами в возникновении РС, что ожидаемо, так как РС в сфере родителя во многом зависит от личностных особенностей матери. Также можно отметить, что оба вида тревожности более тесно коррелируют с показателями РС в сфере родителя. Таким образом, как личностная, так и ситуативная тревожность могут быть рассмотрены в качестве факторов РС, особенно в сфере родителя, что подтверждает третью гипотезу.

В представленном исследовании с помощью дисперсионного и корреляционного видов анализа выявлено, что РС не связан с возрастом матери, возрастом и полом ребенка, семейным стажем и количеством детей. Исключения составили только 2 отдельных параметра РС. Так, матери детей раннего возраста по сравнению с дошкольниками чаще отмечают проблему гиперактивности детей, что объясняется возрастными закономерностями. Чем больше детей в семье, тем менее выражены проблемы с адаптивностью, что представляется логичным.

Что касается возраста, то анализ зарубежных исследований показывает противоречивые данные, которые в целом можно обобщить так:

уровень РС изменяется с возрастом нелинейно — он повышается к периоду кризиса 3 лет и далее, после 4—5 лет уже снижается [цит. по: 6]. Однако в представленном исследовании деление на возрастные группы с границей в 3 года не выявило значимых различий.

Аналогично неоднозначная картина по данным зарубежных исследований складывается в отношении пола ребенка и возраста матери [цит. по: 6], что подтвердилось в нашем исследовании отсутствием корреляций.

Исследование Л.В. Петрановской и Е.Ю. Чеботаревой также подтверждает, что у российских женщин уровень родительского стресса достаточно устойчив к социально-демографическим характеристикам [2].

Интересно то, что РС имеет отрицательные корреляции с занятостью на работе. При большей занятости у матерей меньше ощущения своей некомпетентности и ограничения роли, ниже требовательность ребенка и общий показатель РС в сфере родителя. То есть для матерей раннего и дошкольного возраста профессиональная включенность может быть рассмотрена скорее как поддерживающий, чем стрессирующий фактор. Видимо, это дает женщинам ощущение самореализации в разных сферах, возможность переключения от семейных проблем, т. е. появляются дополнительные ресурсы.

Таким образом, механизм возникновения РС, по нашим данным, можно объяснить следующим образом. Восприятие проблем в поведении ребенка, ощущение недостаточной поддержки родителя со стороны близких при ограничении возможностей реализации в профессиональной сфере усиливаются накопленным повседневным стрессом в других областях, а также личностными особенностями матерей (тревожностью). При этом, как мы видим, возраст матери, возраст и пол ребенка, семейный стаж и количество детей не оказываются значимыми для РС.

Выводы

1. Матери исследуемой выборки характеризуются высоким уровнем РС, особенно в сфере родителя. Из этого блока, по сравнению с зарубежными нормативами, наиболее выражены такие параметры РС, как родительская некомпетентность, изоляция, слабая привязанность к ребенку, проблемы со здоровьем и депрессия. Из второго блока (сфера ребенка) наиболее выражены гиперактивность, неадаптивность, требовательность и сниженное настроение у ребенка.

2. Уровень повседневных стрессоров соответствует нормативным данным для женщин более широкого возрастного диапазона. Наиболее выражены стрессоры в семейной сфере. В целом, для женщин исследуемой выборки характерен средний уровень как ситуативной, так и личностной тревожности.

3. Проведенное исследование выявило тесные взаимосвязи родительского и повседневного стресса у матерей детей раннего и дошкольного возраста. Повседневный стресс оказался связан и с РС в сфере родителя и в сфере детей, но связи с РС в сфере родителей более тесные. Общие показатели РС тесно связаны со всеми повседневными стрессорами за исключением сферы работы. При этом РС у матерей менее выражен при большей занятости на работе. Из отдельных параметров РС наиболее тесно взаимосвязаны с повседневными стрессорами показатели из сферы родителя: депрессия, проблемы в отношениях с партнером и родительская некомпетентность.

4. Взаимосвязей РС с жизненными стрессами в исследуемой выборке не выявлено.

5. РС положительно коррелирует с личностной и ситуативной тревожностью (прежде всего в сфере родителя).

6. РС практически не связан с возрастом матери, возрастом и полом ребенка, семейным стажем и количеством детей.

Таким образом, РС можно рассматривать как дисбаланс между восприятием требований родительства и восприятием наличных ресурсов у родителей. К снижению данного ресурса может приводить высокий уровень повседневного стресса и тревожности, что (в сочетании с такими выраженными характеристиками РС, как родительская некомпетентность, изоляция, слабая привязанность к ребенку, проблемы со здоровьем и депрессия) может являться одной из целей программ профилактики РС. В то же время социально-демографические характеристики не оказывают существенного влияния на уровень РС у матерей.

Результаты исследования могут быть применены в консультировании родителей по проблеме родительского стресса и выгорания, а также могут быть использованы при разработке программ профилактики и коррекции родительского стресса у матерей.

Ограничения настоящего исследования связаны со спецификой выборки: матери детей раннего и дошкольного возраста, жители мегаполиса, преимущественно с высшим образованием. Так как проблема РС на российской выборке практически не изучена, необходимо продолжить изучение факторов РС, а также последствий РС (в психическом здоровье родителей и детей). Интересно было бы изучить РС у отцов, а также родителей детей школьного возраста и в периоды возрастных кризисов. Практически значимой является разработка программ профилактики РС для родителей и будущих родителей.

ЛИТЕРАТУРА

1. Головей Л.А., Петраш М.Д., Стрижицкая О.Ю., Савеньшова С.С., Муртазина И.Р. Роль психологического благополучия и удовлетворенности жизнью у

- восприятии повседневных стрессоров // Консультативная психология и психотерапия. 2018. Т. 26. № 4. С. 8—26. DOI: 10.17759/cpp.2018260402
2. *Петрановская Л.В., Чеботарева Е.Ю.* Родительский стресс российских матерей и его связь со стилем привязанности // *Материалы VII Всероссийской научно-практической конференции по психологии развития (чтения памяти Л.Ф. Обухова) «Возможности и риски цифровой среды»*. Т. 2. М.: Издательство ФГБОУ ВО МГППУ, 2019. С. 306—310.
 3. *Петраш М.Д., Стрижницкая О.Ю., Головей Л.А., Савеньишева С.С.* Опросник повседневных стрессоров [Электронный ресурс] // *Психологические исследования*. 2018. Том 11. № 57. С. 5. URL: <http://psystudy.ru> (дата обращения: 01.12.2020).
 4. *Практикум по возрастной психологии* / Под ред. Л.А. Головей, Е.Ф. Рыбалко. СПб.: Речь, 2002. 694 с.
 5. *Савеньишева С.С.* Стрессоры повседневной жизни и семейное функционирование: анализ зарубежных исследований [Электронный ресурс] // *Мир науки: интернет-журнал*. 2016. Т. 4. № 6. URL: <http://mir-nauki.com/PDF/28PSMN616.pdf>
 6. *Савеньишева С.С., Аникина В.О., Мельдо Э.В.* Факторы родительского стресса матерей детей раннего и дошкольного возраста: анализ зарубежных исследований [Электронный ресурс] // *Современная зарубежная психология*. 2019. Т. 8. № 4. С. 38—48. DOI:10.17759/jmfp.2019080404
 7. *Савеньишева С.С., Марачевская М.В., Мигунова К.Ю.* Родительский стресс и копинг-стратегии у работающих и неработающих матерей детей раннего возраста // *Вестник Комстромского государственного университета. Серия «Педагогика. Психология. Социокинетика»*. 2019. № 4. С. 113—117. DOI 10.34216/2073-1426-2019-25-4-113-117
 8. *Серзиевко А.И., Холмогорова А.Б.* Посттравматический рост и копинг-стратегии родителей детей с ограниченными возможностями здоровья // *Консультативная психология и психотерапия*. 2019. Т. 27. № 2. С. 8—26. DOI:10.17759/cpp.2019270202
 9. *Филиппова Г.Г.* Эмоциональное выгорание матери: новая проблема в перинатальной психотерапии // *Материалы международного конгресса «Возможности психотерапии, психологии и консультирования в сохранении и развитии здоровья и благополучия человека, семьи и общества» (Москва, 12—15 октября 2017 г.)*. Москва, 2017. С. 154—159.
 10. *Abidin R.R.* The determinants of parenting behavior // *Journal of Clinical Child Psychology*. 1992. Vol. 21 (4). P. 407—412. DOI: 10.1207/s15374424jccp2104_12
 11. *Abidin R.R.* Parenting stress Index, Fourth Edition (PSI-4). Luts, Fl: Psychological Assessment Resources, 2012. 167 p.
 12. *Burke W.T., Abidin R.R.* Parenting stress index (PSI): A family systems assessment approach // *Parent education and intervention handbook* / R.R. Abidin (Ed.). Springfield, IL: Charles C. Thomas, 1980. P. 516—527.
 13. *Crnec K., Greenberg M.* Minor parenting stresses with young children // *Child Development*. 1990. Vol. 61. P. 1628—1637. DOI: 10.2307/1130770
 14. *Crnec K., Low C.* Everyday stresses and parenting // *Handbook of parenting: practical issues in parenting (2nd edition)* / Bornstein M. (ed.). Lawrence Erlbaum Associates: Mahwah, NJ, 2002. P. 243—267.

15. Deater-Deckard K. Parenting stress and child adjustment: Some old hypotheses and new questions // *Clinical Psychology: Science and Practice*. 1998. Vol. 5 (3). P. 314—332. DOI: 10.1111/j.1468-2850.1998.tb00152.x
16. Deater-Deckard K., Scarr S. Parenting stress among dual-earner mothers and fathers: Are there gender differences? // *Journal of Family Psychology*. 1996. Vol. 10. P. 45—59. DOI: 10.1037/0893-3200.10.1.45
17. DeLongis A., Folkman S., Lazarus R. S. The impact of daily stress on health and mood: Psychological and social resources as mediators // *Journal of Personality and Social Psychology*. 1988. Vol. 54 (3). P. 486—495. DOI: 10.1037/0022-3514.54.3.486
18. Estrela C., Barker E.T., Lantagne S., Gouin J.P. Chronic Parenting Stress and Mood Reactivity: The Role of Sleep Quality // *Stress and Health: Journal of the International Society for the Investigation of Stress*. 2018. Vol. 34 (2). P. 296—305. DOI:10.1002/smi.2790.
19. Kanner A.D., Coyne J.C., Schaefer C., Lazarus, R.S. Comparison of two modes of stress measurement: daily hassles and uplifts versus major life events // *Journal of Behavioral Medicine*. 1981. Vol. 4 (1). P. 1—39.
20. Lazarus R.S. *Psychological stress and the coping process*. New York: McGraw-Hill, 1966. 466 p.
21. Le Vigouroux S., Scola C., Raes M., Mikolajczak M., Roskam I. The big five personality traits and parental burnout: Protective and risk factors // *Personality and Individual Differences*. 2017. Vol. 119. P. 216—219. DOI: 10.1016/j.paid.2017.07.023
22. Maybery D.J., Graham D. Hassles and uplifts: including interpersonal events // *Stress and Health: Journal of the International Society for the Investigation of Stress*. 2001. Vol. 17 (2). P. 91—104. DOI: 10.1002/smi.891
23. Ostberg M., Hagekull B. A structural modeling approach to the understanding of parenting stress // *Journal of Clinical Child Psychology*. 2000. Vol. 29. P. 615—625. DOI:10.1207/S15374424JCCP2904_13
24. Pillow D.R., Zautra A.J., Sandler I.N. Major life events and minor stressors: Identifying mediational links in the stress process // *Journal of Personality and Social Psychology*. 1996. Vol. 70 (2). P. 381—394. DOI: 10.1037/0022-3514.70.2.381

REFERENCES

1. Golovei L.A., Petrash M.D., Strizhitskaya O.Yu., Savenysheva S.S., Murtazina I.R. Rol' psikhologicheskogo blagopoluchiya i udovletvorennosti zhizn'yu v vospriyatii povsednevnykh stressorov [The Role of Psychological Well-Being and Life Satisfaction in Perception of Daily Stress]. *Konsul'tativnaya psikhologiya i psikhoterapiya [Counseling Psychology and Psychotherapy]*, 2018. Vol. 26, no. 4, pp. 8—26. DOI:10.17759/cpp.2018260402 (In Russ., abstr. in Engl.).
2. Petranovskaya L.V., Chebotareva E.Y. Roditel'skii stress rossiiskikh materei i ego svyaz' so stilem privyazannosti [Parenting stress in Russian mothers and its relationship to attachment style]. Materialy VII Vserossiiskoi nauchno-prakticheskoi konferentsii po psikhologii razvitiya (chteniya pamyati L.F. Obukhvoi) «Vozmozhnosti i riski tsifrovoy sredy» [Proceedings of the VII all-Russian Scientific and Practical Conference on Developmental Psychology (Readings in Memory of L.F. Obukhova) "Opportunities and Risks of the Digital Environment"]. Vol. 2. Moscow: FGBOU VO MGPPU, 2019, pp. 306—310.

3. Petrash M.D., Strizhitskaya O.Yu., Golovei L.A., Savenysheva S.S. Oprosnik povsednevnykh stressorov [Inventory of daily stressors]. *Psikhologicheskie issledovaniya [Psychological Studies]*, 2018. Vol. 11 (57), p. 5. Available at: <http://psystudy.ru> (Accessed: 01.12.2020). (In Russ., abstr. in Engl.)
4. Praktikum po vozrastnoi psikhologii [Practicum on Age Psychology]/ Pod red. L.A. Golovei, E.F. Rybalko. Saint-Petersburg: Rech', 2002. 694 p.
5. Savenysheva S.S. Stressory povsednevnoi zhizni i semeinoe funktsionirovanie: analiz zarubezhnykh issledovaniy [Daily hassles and family functioning: an analysis of foreign studies]. *Internet-zhurnal «Mir nauki» [World of Science]* 2016, Vol. 4, no. 6 [Elektronnyi resurs]. Available at: <http://mir-nauki.com/PDF/28PSMN616.pdf>. (In Russ., abstr. in Engl.)
6. Savenysheva S.S., Anikina V.O., Meldo E.V. Faktory roditel'skogo stressa materei detei rannego i doshkol'nogo vozrasta: analiz zarubezhnykh issledovaniy [Factors of parenting stress in mothers of young and preschool children: an analysis of foreign studies] [Elektronnyi resurs]. *Sovremennaya zarubezhnaya psikhologiya [Journal of Modern Foreign Psychology]*, 2019. Vol. 8, no. 4, pp. 38—48. DOI:10.17759/jmfp.2019080404. (In Russ., abstr. in Engl.)
7. Savonysheva S.S., Marachevskaya M.V., Migunova K.Y. Roditel'skij stress i koping-strategii u rabotayushchih i nerabotayushchih materej detej rannego vozrasta [Parenting stress and coping strategies for working and nonworking mothers of preschool children]. *Vestnik Komstromskogo gosudarstvennogo universiteta. Seriya «Pedagogika. Psihologiya. Sociokinetika» [Vestnik of Kostroma state university. Series: Pedagogy. Psychology. Sociokinetics]*, 2019, no. 4, pp. 113—117. DOI 10.34216/2073-1426-2019-25-4-113-117 (In Russ.)
8. Sergienko A.I., Kholmogorova A.B. Posttravmaticheskii rost i koping-strategii roditel'ei detei s ogranichennymi vozmozhnostyami zdorov'ya [Post-Traumatic Growth and Coping-Strategies of Parents of Children with Disabilities]. *Konsul'tativnaya psikhologiya i psikhoterapiya [Counseling Psychology and Psychotherapy]*, 2019. Vol. 27, no. 2, pp. 8—26. DOI:10.17759/cpp.2019270202. (In Russ., abstr. in Engl.)
9. Filippova G.G. Emotsional'noe vygoranie materi: novaya problema v perinatal'noi psikhoterapii [Maternal burnout: a new problem in perinatal psychotherapy]. *Materialy mezhdunarodnogo kongressa «Vozmozhnosti psikhoterapii, psikhologii i konsul'tirovaniya v sokhraneni i razvitii zdorov'ya i blagopoluchiya cheloveka, sem'i i obshchestva» [Materials of the international congress "The possibilities of psychotherapy, psychology and counseling in the preservation and development of health and well-being of a person, family and society"]* (Moscow, October 12—15, 2017), pp.154—159.
10. Abidin R.R. The determinants of parenting behavior. *Journal of Clinical Child Psychology*, 1992. Vol. 21 (4), pp. 407—412. DOI: 10.1207/s15374424jccp2104_12
11. Abidin R.R. Parenting stress Index, Fourth Edition (PSI-4). Luts, Fl: Psychological Assessment Resources, 2012. 167 p.
12. Burke W.T., Abidin R.R. Parenting stress index (PSI): A family systems assessment approach. In R.R. Abidin (ed.) *Parent education and intervention handbook*. Springfield, IL: Charles C. Thomas, 1980, pp. 516—527.

13. Crnic K., Greenberg M. Minor parenting stresses with young children. *Child Development*, 1990. Vol. 61, pp. 1628—1637. DOI: 10.2307/1130770
14. Crnic K., Low C. Everyday stresses and parenting. In Bornstein M. (ed.) *Handbook of parenting: practical issues in parenting* (2nd edition). Lawrence Erlbaum Associates: Mahwah, NJ, 2002, pp. 243—267.
15. Deater-Deckard K. Parenting stress and child adjustment: Some old hypotheses and new questions. *Clinical Psychology: Science and Practice*, 1998. Vol. 5 (3), pp. 314—332. DOI: 10.1111/j.1468-2850.1998.tb00152.x
16. Deater-Deckard K., Scarr S. Parenting stress among dual-earner mothers and fathers: Are there gender differences? *Journal of Family Psychology*, 1996. Vol. 10, pp. 45—59. DOI: 10.1037/0893-3200.10.1.45
17. DeLongis A., Folkman S., Lazarus R. S. The impact of daily stress on health and mood: Psychological and social resources as mediators. *Journal of Personality and Social Psychology*, 1988. Vol. 54 (3), pp. 486—495. DOI: 10.1037/0022-3514.54.3.486
18. Estrela C., Barker E.T., Lantagne S., Gouin J.P. Chronic Parenting Stress and Mood Reactivity: The Role of Sleep Quality. *Stress and Health: Journal of the International Society for the Investigation of Stress*, 2018. Vol. 34 (2), pp. 296—305. DOI:10.1002/smi.2790.
19. Kanner A.D., Coyne J.C., Schaefer C., Lazarus, R.S. Comparison of two modes of stress measurement: daily hassles and uplifts versus major life events. *Journal of Behavioral Medicine*, 1981. Vol. 4 (1), pp. 1—39.
20. Lazarus R.S. *Psychological stress and the coping process*. New York: McGraw-Hill, 1966. 466 p.
21. Le Vigouroux S., Scola C., Raes M., Mikolajczak M., Roskam I. The big five personality traits and parental burnout: Protective and risk factors. *Personality and Individual Differences*, 2017. Vol. 119, pp. 216—219. DOI: 10.1016/j.paid.2017.07.023
22. Maybery D.J., Graham D. Hassles and uplifts: including interpersonal events. *Stress and Health: Journal of the International Society for the Investigation of Stress*, 2001. Vol. 17 (2), pp. 91—104. DOI: 10.1002/smi.891
23. Ostberg M., Hagekull B. A structural modeling approach to the understanding of parenting stress. *Journal of Clinical Child Psychology*, 2000, vol. 29, pp. 615—625. DOI:10.1207/S15374424JCCP2904_13
24. Pillow D.R., Zautra A.J., Sandler I.N. Major life events and minor stressors: Identifying mediational links in the stress process. *Journal of Personality and Social Psychology*, 1996. Vol. 70 (2), pp. 381—394. DOI: 10.1037/0022-3514.70.2.381

Информация об авторах

Василенко Виктория Евгеньевна, кандидат психологических наук, доцент кафедры психологии развития и дифференциальной психологии, Санкт-Петербургский государственный университет (ФГБОУ ВО СПбГУ), Санкт-Петербург, Российская Федерация, ORCID: <https://orcid.org/0000-0003-3070-5522>, e-mail: v.vasilenko@spbu.ru

Савеньшева Светлана Станиславовна, кандидат психологических наук, доцент кафедры психологии развития и дифференциальной психологии, Санкт-Петербургский государственный университет (ФГБОУ ВО СПбГУ), Санкт-Петербург, Российская Федерация, ORCID: <http://orcid.org/0000-0002-7529-1493>, e-mail: s.savenysheva@spbu.ru

Заплетина Оксана Олеговна, аспирант кафедры психологии развития и дифференциальной психологии, Санкт-Петербургский государственный университет (ФГБОУ ВО СПбГУ), Санкт-Петербург, Российская Федерация, ORCID: <https://orcid.org/0000-0002-1463-7139>, e-mail: oksana1234zapletina@gmail.com

Information about the authors

Victoria V. Vasilenko, PhD in Psychology, Associate Professor, Chair of Developmental and Differential Psychology, Saint Petersburg State University, Saint Petersburg, Russia, ORCID: <https://orcid.org/0000-0003-3070-5522>, e-mail: v.vasilenko@spbu.ru

Svetlana S. Savenysheva, PhD in Psychology, Associate Professor, Chair of Developmental and Differential Psychology, Saint Petersburg State University, Saint Petersburg, Russia, ORCID: <http://orcid.org/0000-0002-7529-1493>, e-mail: s.savenysheva@spbu.ru

Oksana O. Zapletina, graduate student, Chair of Developmental and Differential Psychology, Saint Petersburg State University, Saint Petersburg, Russia, ORCID: <https://orcid.org/0000-0002-1463-7139>, e-mail: oksana1234zapletina@gmail.com

Получена 24.12.2020

Received 24.12.2020

Принята в печать 01.09.2021

Accepted 01.09.2021