



Известия Саратовского университета. Новая серия. Серия: Акмеология образования. Психология развития. 2021. Т. 10, вып. 4 (40). С. 334–343
Izvestiya of Saratov University. Educational Acmeology. Developmental Psychology, 2021, vol. 10, iss. 4 (40), pp. 334–343
<https://akmepsy.sgu.ru> <https://doi.org/10.18500/2304-9790-2021-10-4-334-343>

Научная статья
УДК 159.942.22



Психологические факторы родительского выгорания отцов и матерей

Т. Ю. Фадеева

Саратовский национальный исследовательский государственный университет имени Н. Г. Чернышевского, Россия, 410012, г. Саратов, ул. Астраханская, д. 83

Фадеева Татьяна Юрьевна, кандидат педагогических наук, доцент, доцент кафедры социальной психологии образования и развития, Fadej_TU@rambler.ru, <https://orcid.org/0000-0002-3499-8812>

Аннотация. Актуальность исследования обусловлена необходимостью изучения родительского выгорания не только матерей, но и отцов, так как оно становится источником неблагополучия семьи в целом. *Цель* исследования – выявление факторов родительского выгорания отцов и матерей. *Предполагается* наличие разнонаправленных взаимосвязей меры выраженности компонентов родительского выгорания и родительских установок, отношения супругов к семейной роли и согласованности семейных функций отца и матери. Исследование выполнено на выборке родителей из полных семей в г. Саратове, воспитывающих кровных детей (N = 61, 40 женщин (возраст M = 32), 21 мужчина (M = 33,9)). Примененные методики: опросник «Родительское выгорание» (И. Н. Ефимова), «Рольевые ожидания и притязания в браке» (Н. А. Волкова), «Измерение родительских установок и реакций» (Е. С. Шефер и Р. К. Белл (в адаптации Т. В. Нещерет, Т. В. Архиреевой)), опросник удовлетворенности браком (В. В. Столин, Т. Л. Романова, Г. П. Бутенко). Зафиксировано наличие наибольшего количества взаимосвязей параметров родительского выгорания и родительских установок, отношения супругов к семейной роли и семейным функциям в выборке матерей. Обнаружено, что в обоих выборках степень выраженности эмоционального истощения взаимосвязана с родительской установкой на излишнюю строгость по отношению к ребенку, однако у матерей эмоциональное истощение в большей степени опосредуется зависимостью их от семьи, низкой оценкой себя как родителя, тогда как у отцов – нацеленностью на ребенка, стремлением ускорить его развитие. Уровень деперсонализации в выборке матерей коррелирует со степенью выраженности их концентрации на ребенке, согласованности семейных функций (эмоционально-психотерапевтическая, социальная активность, внешняя привлекательность партнера) и удовлетворенности браком, тогда как в выборке отцов – со шкалами, относящимися к сфере супружеских отношений (внешняя привлекательность партнера, степень включенности отца в дела семьи и удовлетворенность браком). Степень выраженности редукции родительских достижений в выборке матерей связана с наличием или отсутствием баланса близости / раздельности в семейной системе, в выборке отцов – с наличием или отсутствием вербального контакта с ребенком, принятием отцом его естественного развития. Прикладной аспект исследуемой проблемы заключается в возможности использования результатов в практике консультативных служб.

Ключевые слова: родительское выгорание, родительские установки, семейная роль, функции семьи, удовлетворенность браком

Для цитирования: Фадеева Т. Ю. Психологические факторы родительского выгорания отцов и матерей // Известия Саратовского университета. Новая серия. Серия: Акмеология образования. Психология развития. 2021. Т. 10, вып. 4 (40). С. 334–343. <https://doi.org/10.18500/2304-9790-2021-10-4-334-343>

Статья опубликована на условиях лицензии Creative Commons Attribution 4.0 International (CC-BY 4.0)

Article

Psychological factors of parental burnout of fathers and mothers

T. Yu. Fadeeva

Saratov State University, 83 Astrakhanskaya St., Saratov 410012, Russia

Tatyana Yu. Fadeeva, Fadej_TU@rambler.ru, <https://orcid.org/0000-0002-3499-8812>

Abstract. The study of parental burnout of fathers as well as mothers is relevant, since it may be the source of family trouble in general. The purpose of the study is to identify the factors of parental burnout of fathers and mothers. It is assumed that there are multidirectional correlations between the intensity of parental burnout components and parental sets, the attitude of spouses to the family role, and the consistency of the family functions of fathers and mothers. The study was carried out on a sample of parents of full families in Saratov, raising biological children (N = 61, 40 women (aged M = 32), 21 men (M = 33.9)). The applied methods include the questionnaires "Parental Burnout" (I. N. Efimova); "Role Expectations and Claims in Marriage" (N. A. Volkova), "Parental Attitude Research Instrument" (E. S. Schaefer and R. K. Bell, adapted by T. V. Nescheret and T. V. Arkhireeva), the questionnaire on marital satisfaction (V. V. Stolin, T. L. Romanova, G. P. Butenko). The largest number of correlations between the parameters of parental burnout and parental sets, the attitude of spouses to the family role and family functions have been revealed in the sample of mothers. It has been found out that in both samples the level



of "emotional exhaustion" is interrelated with the parental predisposition to excessive strictness towards the child. However, the emotional exhaustion of mothers is more mediated by their dependence on the family and low self-assessment as a parent, whereas fathers' burnout is due to the focus on the child and the desire to accelerate their development. The level of "depersonalization" in the sample of mothers correlates with the level of their concentration on the child, the consistency of family functions ("emotional and psychotherapeutic", "social activity", "physical attractiveness of the partner"), and marital satisfaction. In the sample of fathers, it correlates with the scales related to the sphere of marital relations (physical attractiveness of the partner, the degree of the father's involvement in family affairs and marital satisfaction). The degree of the "parental achievements reduction" in the sample of mothers is associated with the balance of "intimacy-separateness" or its lack in the family system; in the sample of fathers it is connected with the availability or lack of verbal contact with the child and the father's acceptance of the child's natural development. The applied aspect of the problem under study consists of the possibility of using the results in the practice of advisory services.

Keywords: parental burnout, parental sets, family role, family functions, marital satisfaction

For citation: Fadeeva T. Yu. Psychological factors of parental burnout of fathers and mothers. *Izvestiya of Saratov University. Educational Acmeology. Developmental Psychology*, 2021, vol. 10, iss. 4 (40), pp. 334–343 (in Russian). <https://doi.org/10.18500/2304-9790-2021-10-4-334-343>

This is an open access article distributed under the terms of Creative Commons Attribution 4.0 International License (CC-BY 4.0)

Введение

В современных условиях, характеризующихся повышенным уровнем стресса, в котором индивиду сложно управлять собой, собственными эмоциями, вопрос эмоционального выгорания стал важной научной проблемой, особенно в сфере родительства. Само родительство является сложным стрессогенным процессом [1]. При этом хронический родительский стресс может стать источником неблагополучия как самого родителя [2], так и детско-родительских отношений [3], а также семейного функционирования в целом [4].

К проблеме родительского выгорания отечественная наука обратилась совсем недавно, и большинство работ посвящено выгоранию матерей [5–8]. Однако в современных условиях, когда широкое распространение получают партнерские семьи, ориентированные на равный вклад супругов в благополучие семьи, актуальность приобретает и проблема родительского выгорания отцов, причем доказано, что оно имеет умеренно положительную связь с появлением у ребенка отклонений в эмоциональной сфере, а также возникновением затруднений, связанных с социальным взаимодействием [9].

Под родительским выгоранием современные исследователи понимают специфический синдром, развивающийся под воздействием хронического стресса, связанного с деятельностью родителей по уходу и воспитанию детей. Он включает в себя три компонента – эмоциональное истощение, возникающее при выполнении родительской роли, эмоциональное дистанцирование от своих детей и чувство некомпетентности в родительской роли. Лонгитюдное исследование показало, что наличие родительского выгорания со временем существенно усиливает стремление родителей свести к минимуму совместную деятельность с ребенком, вызывает пренебрежительное и агрессивное поведение по отношению к своим детям [10, 11].

На основании анализа исследований по проблеме родительского выгорания условно можно выделить три группы факторов данного синдрома –

здоровье ребенка [12–14], особенности личности родителей, социально-психологические факторы.

Исследователи отмечают взаимосвязь уровня родительского выгорания и личностных особенностей – показателей эмоционального состояния родителя (тревожность и депрессивность) [15], ценностных ориентаций [16], самоофективности родителей [17]. К факторам развития родительского выгорания матерей ученые относят кризис идентичности [18], концентрацию на негативном прошлом [3], качество межличностных отношений и психологическое благополучие женщин [8].

Социально-психологическими факторами интенсивности родительского выгорания являются наличие оплачиваемой профессиональной деятельности, количество часов, проводимых с детьми, установка на гендерное равенство в семье, зависимость родителей от общественного мнения [19], удовлетворенность материальным положением [20], удовлетворенность браком [21, 22], родительское отношение к детям [3].

Эмоциональное выгорание в семье прежде всего возникает на фоне стресса, вызванного проблемами межличностного взаимодействия, характеризуемого слишком тесными контактами, поэтому факторами родительского выгорания могут стать не только детско-родительские, но и супружеские отношения. Супружеские роли предполагают взаимодействие двух людей, связанное с проявлением чувств, удовлетворением потребностей и обогащением друг друга в эмоциональном плане. Можно предположить, что проблемы в супружеской сфере могут влиять на взаимодействие в детско-родительских отношениях, выполнение родительских ролей. В свою очередь, качество межличностных отношений супругов определяется в первую очередь согласованием их ролевых ожиданий, удовлетворенностью браком [22, 23].

Следует отметить, что склонность к стрессу мужчин и женщин имеет индивидуально-психологические особенности [24]. В связи с этим *цель* представленного в статье исследования заключается в выявлении факторов родительского выгорания отцов и матерей.



Гипотеза исследования основана на предположении о наличии разнонаправленной взаимосвязи меры выраженности компонентов родительского выгорания и родительских установок, отношений супругов к семейной роли, а также семейным функциям отца и матери.

Материалы

Участники. В качестве респондентов выступили родители из г. Саратова в количестве 61 человек (41 женщина, 20 мужчин) в возрасте от 23 до 41 года (средний возраст мужчин 33,9 года, женщин – 32 года). В исследовании участвовали родители из полных семей, воспитывающие кровных детей.

Методики. Для выявления степени выраженности компонентов родительского выгорания использовался опросник «Родительское выгорание» (автор И. Н. Ефимова) [10, с. 38–39]. Для изучения родительских установок, отношений супругов к семейной роли, а также семейным

функциям применялись опросник «Измерение родительских установок и реакций» (PARI) (авторы Е. С. Шефер и Р. К. Белл, адаптация Т. В. Нещерет и Т. В. Архиреевой [25, с. 243–253], опросник «Рольевые ожидания и притязания в браке» (РОП) (автор Н. А. Волкова) [25, с. 184–194], опросник удовлетворенности браком (авторы В. В. Столин, Т. Л. Романова и Г. П. Бутенко) [25, с. 179–184].

Методы. Использовались описательная статистика, метод Колмогорова – Смирнова для проверки нормальности распределения, сравнительный анализ с помощью U-критерия Манна – Уитни, корреляционный анализ по Спирмену.

Математическая обработка данных производилась с помощью программы IBM SPSS Statistics 26.00 Windows.

Результаты и их обсуждение

Данные, отражающие степень выраженности родительского выгорания в данной выборке, представлены в табл. 1.

Таблица 1 / Table 1

Первичные статистики и их выраженность (критерий Манна – Уитни) в выборках отцов и матерей ($n = 61, n_o = 21, n_m = 40$)

Primary statistics and their manifestation rate (Mann – Whitney criterion) in the samples of fathers and mothers ($n = 61, n_f = 21, n_m = 40$)

Шкала	Родители		Оценка уровня выгорания	Отцы		Матери		p-level
	M	SD		M	SD	M	SD	
Эмоциональное истощение	24,86	6,98	≥ 25	24	4,91	25,42	7,39	0,488
Деперсонализация	7,46	5,17	≥ 11	9,28	5,6	6,63	4,84	0,54
Редукция родительских достижений	32,95	4,95	≤ 30	32	6,02	33,47	4,48	0,214

Согласно описательной статистике можно сделать вывод, что у опрошенных нами родителей выражен такой компонент родительского выгорания, как эмоциональное истощение, а деперсонализация и редукция родительских достижений находятся в стадии формирования. При этом видна незначительная вариативность различий по выборкам мужчин и женщин: эмоциональное истощение и редукция родительских достижений наиболее выражены у женщин, тогда как мужчины, по сравнению с женщинами, более подвержены деперсонализации (сравнительный анализ с помощью U-критерия Манна – Уитни выявил значимые различия по данной шкале ($p = 0,05$)). Это объяснимо психологическими особенностями пола – эмоциональной чувствительностью и нестабильностью женщин и сдержанностью в выражении эмоций мужчин. Отсюда можно сделать вывод: родители обоего пола подвержены родительскому выгоранию, что диктует необходимость выявления психологических факторов, знание которых будет способствовать

психологическим службам в определении стратегий психологической помощи семьям с детьми.

Далее нами был проведен корреляционный анализ с целью выявления взаимосвязей степени выраженности симптомов родительского выгорания и родительских установок, отношения супругов к семейной роли и семейным функциям в выборках матерей и отцов (табл. 2).

В выборке матерей, согласно данным корреляционного анализа, обнаружено 7 достоверно значимых взаимосвязей между степенью выраженности такого компонента родительского выгорания, как эмоциональное истощение, и родительскими установками, отношением супругов к семейной роли и семейным функциям, что соответствует 22,58% общего количества взаимосвязей исследуемых параметров. Наибольшее количество полученных взаимосвязей связано относится к родительским установкам. Эмоциональное истощение матерей коррелирует как с признаками, описывающими излишнюю концентрацию на ребенке (боязнь обидеть,

Взаимосвязь эмоционального истощения и родительских установок, отношения супругов к семейной роли и семейным функциям ($n_o = 21$, $n_m = 40$, $n_p = 61$)**Correlation between emotional exhaustion and parental sets and attitude of spouses to the family role and family functions ($n_o = 21$, $n_m = 40$, $n_p = 61$)**

Наименование шкалы	Эмоциональное истощение		
	Отцы	Матери	Родители
Излишняя эмоциональная дистанция с ребенком			
Излишняя строгость	0,655**	0,505**	0,565**
Уклонение от контакта с ребенком	0,343	0,397*	0,389**
Излишняя концентрация на ребенке			
Чрезмерная забота, установление отношений зависимости	0,566*	0,44	0,23*
Обеспечение безопасности, боязнь обидеть	0,126	0,531**	0,379**
Исключение внесемейного влияния	0,205	0,531**	0,323*
Стремление ускорить развитие ребенка	0,523*	0,212	0,304*
Оптимальный эмоциональный контакт			
Партнерские отношения	0,261	0,456**	0,363**
Отношение к семейной роли			
Ощущение самопожертвования	0,102	0,487**	0,342*
Неудовлетворенность ролью хозяйки	0,152	0,631**	0,471**
«Безучастность» мужа, его невключенность в дела семьи	0,338	0,302	0,266*
Семейные функции			
Родительно-воспитательская	-0,518*	0,02	-0,19

Примечание. * – $p \leq 0,05$; ** – $p \leq 0,01$.Note. * – $p \leq 0,05$; ** – $p \leq 0,01$.

исключение внесемейного влияния), так и с признаками, характеризующими эмоциональную дистанцию с ним (излишняя строгость, уклонение от контакта), а также оптимальный эмоциональный контакт (партнерские отношения).

Излишняя концентрация на ребенке часто соотносится с чрезмерным контролем со стороны родителей, тревогой и страхом, истоки которых определяются личной идентичностью матери, ее внутренней дисгармонией. Были выявлены значимые положительные корреляции эмоционального выгорания и установок матерей в отношении родительских ролей – ощущение самопожертвования и неудовлетворенность ролью хозяйки. Это соотносится с данными исследований, показывающих, что тревога [5], чувство вины [26], недовольство собой, излишняя самокритика [5] сопряжены с эмоциональным перенапряжением матерей.

Интересно, что шкала «партнерские отношения», характеризующая оптимальный эмоциональный контакт с ребенком, также имеет значимую положительную взаимосвязь с эмоциональным истощением женщин. Стремление приспособиться к ребенку, завоевать у него авторитет, признать его равноправие в некоторых сферах жизни коррелирует с ощущением эмоционального перенапряжения и опустошенности у матерей.

Возможно, это связано с тем, что статус ребенка в таких семьях выше статуса родителя, а также нарушением иерархии в супружеских отношениях. Женщины, выстраивая «партнерские» отношения с ребенком, объединяются с ним в «коалицию» в поисках союзника против мужа, повышая свой авторитет, чтобы компенсировать эмоциональное неблагополучие в супружеской паре.

Таким образом, в выборке матерей компонент родительского выгорания «эмоциональное истощение» взаимосвязан с разнонаправленными родительскими установками по вектору «близость / раздельность», характеризующими и дистанцию с ребенком, и излишнюю близость, и оптимальный эмоциональный контакт, а также со шкалами, характеризующими отношение к родительским ролям, таким как ощущение самопожертвования и неудовлетворенности ролью хозяйки.

Иная картина в выборке отцов. Согласно результатам корреляционного анализа выявлено 4 взаимосвязи степени выраженности параметра «эмоциональное истощение» и родительских установок, отношений супругов к семейной роли и семейным функциям, что соответствует 12,9% общего количества взаимосвязей исследуемых параметров. Как и в выборке матерей, большее количество полученных корреляций связано со шкалами, характеризующими родительские



установки. Однако, в отличие от матерей, у которых эмоциональное истощение связано либо со стремлением создать безопасную среду для ребенка, либо с холодностью и суровостью, эмоциональное перенапряжение у отцов коррелирует с чрезмерной заботой, установлением отношений зависимости, стремлением ускорить развитие ребенка. Но большие ожидания от своих вложений в детей не всегда оправдываются, что и приводит к эмоциональному напряжению. Ученые отмечают, что ориентация в воспитании детей на такие ценности, как независимость и уникальность, является фактором родительского выгорания [19].

В выборке отцов была выявлена значимая отрицательная корреляционная взаимосвязь эмоционального истощения с родительско-воспита-

тельской функцией ($r = -0,518^*$), т. е. у мужчин в меньшей степени выражены симптомы эмоционального выгорания, если родительство для них является важной социальной ролью, значимой сферой самореализации.

Продолжая анализировать полученные результаты, отметим, что в выборке матерей выявлено 8 достоверно значимых взаимосвязей степени выраженности параметра родительского выгорания «деперсонализация» и родительских установок, отношения супругов к семейной роли и семейным функциям, что соответствует 25,8% общего количества взаимосвязей исследуемых параметров. При этом отметим равное количество полученных взаимосвязей с родительскими установками и семейными функциями (табл. 3).

Таблица 3 / Table 3

Взаимосвязь деперсонализации и родительских установок, отношения супругов к семейной роли и семейным функциям ($n_o = 21, n_m = 40, n_p = 61$)
Correlation between depersonalization and parental sets and attitude of spouses to the family role and family functions ($n_o = 21, n_m = 40, n_p = 61$)

Шкала	Деперсонализация		
	Отцы	Матери	Все
Излишняя эмоциональная дистанция с ребенком			
Излишняя строгость	0,313	0,466**	0,400**
Излишняя концентрация на ребенке			
Подавление воли	0,012	-0,386*	-0,305*
Исключение внесемейного влияния	-0,286	-0,062	-0,283*
Подавление сексуальности	0,333	-0,344*	-0,276*
Оптимальный эмоциональный контакт			
Развитие активности ребенка	0,069	-0,325*	-0,243
Отношение к семейной роли			
Семейные конфликты	0,429	0,304	0,318*
«Безучастность» мужа, его невключенность в дела семьи	0,526*	0,004	0,18
Семейные ценности			
Личностная идентификация с супругом	-0,414	-0,238	-0,333*
Социальная активность	-0,159	-0,341*	-0,309*
Эмоционально-психотерапевтическая функция	-0,355	-0,486**	-0,475**
Внешняя привлекательность	-0,576*	-0,333*	-0,415**
Мера удовлетворенности браком	-0,486*	-0,333*	-0,485**

Примечание. * – $p \leq 0,05$; ** – $p \leq 0,01$.

Note. * – $p \leq 0,05$; ** – $p \leq 0,01$.

Установка матерей на излишнюю строгость по отношению к ребенку соотносится с выраженностью у них безличных, формальных контактов с ним, отсутствием чувств и переживаний, тогда как родительские установки, связанные с излишней концентрацией на ребенке (подавление воли, подавление сексуальности) и оптимальным эмоциональным контактом (развитие активности ребенка) имеют отрицательную взаимосвязь со сте-

пенью выраженности негативного, бездушного отношения к детям. Анализируя взаимосвязи степени выраженности деперсонализации и степени согласованности семейных функций супругов, отметим наличие отрицательных взаимосвязей со шкалами «Социальная активность», «Внешняя привлекательность», «Эмоционально-психотерапевтическая функция», а также мерой удовлетворенности браком. Отсюда можно предположить,



что нивелирование обесценивания своих родительских достижений, формального отношения к выполнению родительских функций у матерей связано с согласованностью семейных функций супругов, касающихся внесемейных интересов, социальной активности в профессиональной и социальной жизни, взаимной эмоциональной поддержки членов семьи, значимости внешнего облика партнера, его соответствия модным тенденциям, а также со степенью удовлетворенности браком.

В выборке отцов по результатам корреляционного анализа выявлены 3 взаимосвязи степени выраженности симптома родительского выгорания «деперсонализация» и родительских установок, отношений супругов к семейной роли и семейным ценностям, что соответствует 9,68% общего количества взаимосвязей исследуемых параметров. При этом, в отличие от выборки матерей, не обнаружены взаимосвязи с родительскими установками. Полученные корреляции касаются отношения к семейным ролям («безучастность» мужа, его невключенность в дела семьи (положи-

тельная взаимосвязь)), степени согласованности семейных функций супругов (значимость внешнего облика партнера, его соответствие модным стандартам (отрицательная взаимосвязь)), а также удовлетворенности браком (отрицательная взаимосвязь). Можно предположить, что развитие у отцов формального отношения к выполнению своих родительских функций связано с отсутствием согласованности в распределении хозяйственных функций в семье, устранением мужчины от семейных дел, с его субъективной неудовлетворенностью браком и внешним обликом жены.

Анализируя взаимосвязь степени выраженности параметра родительского выгорания «редукция родительских достижений» и родительских установок, отношений супругов к семейной роли и согласованности семейных ценностей в выборке матерей, согласно данным корреляционного анализа, обнаружено 8 достоверно значимых связей, что соответствует 25,8% общего количества взаимосвязей исследуемых параметров. Наибольшее количество полученных взаимосвязей относится к семейным ценностям (табл. 4).

Таблица 4 / Table 4

Взаимосвязь редукции родительских достижений и родительских установок, отношения супругов к семейной роли и семейным функциям ($n_o = 21, n_m = 40, n_p = 61$)
Correlation between parental achievements reduction and parental sets and attitude of spouses to the family role and family functions ($n_o = 21, n_m = 40, n_p = 61$)

Наименование шкалы	Редукция родительских достижений		
	Отцы	Матери	Родители
Излишняя эмоциональная дистанция с ребенком			
Излишняя строгость	-0,297	-0,309	-0,323*
Излишняя концентрация на ребенке			
Подавление воли	0,201	0,419**	0,307*
Чрезвычайное вмешательство в мир ребенка	-0,173	0,376*	0,238
Стремление ускорить развитие ребенка	-0,523*	0,13	-0,183
Оптимальный эмоциональный контакт			
Побуждение словесных проявлений, вербализация	0,603*	-0,118	0,191
Партнерские отношения	0,400	0,176	0,280*
Развитие активности ребенка	-0,097	0,335*	0,15
Отношение к семейной роли			
«Безучастность» мужа, его невключенностью в дела семьи	-0,480	-0,140	-0,269*
Семейные ценности			
Личностная идентификация с супругом	0,370	0,364*	0,396**
Социальная активность	0,473	0,500**	0,475**
Эмоционально-психотерапевтическая функция	0,462	0,526**	0,5**
Внешняя привлекательность	0,421	0,488**	0,479**
Мера удовлетворенности браком	0,736**	0,397*	0,482**

Примечание. * – $p \leq 0,05$; ** – $p \leq 0,01$.

Note. * – $p \leq 0,05$; ** – $p \leq 0,01$.

Интересно, что позитивное самовосприятие матерей в своей родительской роли, признание

ими своих достижений, связанных с заботой о детях, коррелирует с признаками гиперопеки



(подавление воли ребенка, преодоление его сопротивления, чрезвычайное вмешательство в мир ребенка), а также с установкой на развитие ребенка. Полученные результаты показывают, что чувство компетентности в своей родительской роли у матерей связано в первую очередь с отсутствием баланса близости / раздельности в семейной системе, чрезмерной концентрацией матери на ребенке, ее «слиянием» с мужем.

Одновременно с этим параметр родительского выгорания «редукция родительских достижений» в выборке матерей имеет значимые положительные взаимосвязи со шкалами «Эмоционально-психотерапевтическая функция», «Личностная идентификация с супругом», «Социальная активность», «Внешняя привлекательность», а также мерой удовлетворенности браком. Признание женщиной своей компетентности, связанной с выполнением родительской роли, коррелирует с установками супругов на согласованность интересов и потребностей, оказание моральной и эмоциональной поддержки, а также ориентацию на внесемейные интересы. Можно предположить, что ресурсы, помогающие матери справиться с редукцией родительских достижений, лежат в плоскости социальных контактов, а также общности ценностей, интересов с супругом в разных сферах жизни, ориентации на его поддержку, отказе от личной автономии.

В выборке отцов по результатам корреляционного анализа выявлены 3 взаимосвязи степени выраженности симптома родительского выгорания «редукция личных достижений» и родительских установок, отношения супругов к семейной роли и семейным ценностям, что соответствует 9,68% общего количества взаимосвязей исследуемых параметров. При этом две из них касаются родительских установок – вербализация, побуждение словесных проявлений (положительная взаимосвязь) и стремление ускорить развитие ребенка (отрицательная взаимосвязь).

Чувство собственной родительской состоятельности у отцов коррелирует с их установкой на общение с ребенком, вербальный контакт и принятие естественного развития своего ребенка. Мера удовлетворенности браком также имеет положительную взаимосвязь с чувством компетентности в своей родительской роли как у отцов, так и у матерей, однако у отцов эта взаимосвязь наиболее сильна.

Выводы

Результаты проведенного исследования позволяют констатировать, что в выборке матерей наиболее выражены такие симптомы родительского выгорания, как эмоциональное истощение и редукция родительских достижений, а у отцов – деперсонализация.

Анализируя частоту проявления взаимосвязей уровня выраженности симптомов родительского выгорания и родительских установок, отношения супругов к семейной роли, согласованности семейных ценностей в выборах отцов и матерей, отметим, что большее их количество по каждому симптому приходится на выборку матерей.

Обнаружено, что как в выборке матерей, так и в выборке отцов степень выраженности симптома родительского выгорания «эмоциональное истощение» взаимосвязано с родительской установкой на излишнюю строгость к ребенку, однако у матерей эмоциональное истощение в большей степени опосредуется зависимостью женщин от семьи, низкой оценкой себя как родителя, тогда как в выборке отцов – нацеленностью на ребенка, стремлением ускорить его развитие.

Уровень деперсонализации в выборке матерей коррелирует со степенью выраженности концентрации матери на ребенке, согласованностью семейных функций супругов, связанных с внешней социальной активностью, внешней привлекательностью партнера, ориентацией на брак как среду, способствующую психологической стабильности, и степенью удовлетворенности браком. В отличие от матерей у отцов наблюдается взаимосвязь уровня деперсонализации только со шкалами, относящимися к сфере супружеских отношений, такими как согласованность семейной функции, связанной с внешней привлекательностью партнера, степенью включенности отцов в дела семьи и их удовлетворенностью браком.

Степень выраженности симптома родительского выгорания «редукция родительских достижений» в выборке матерей связана в первую очередь с наличием или отсутствием баланса близости / раздельности в семейной системе – концентрацией матери на ребенке, эмоциональной близостью с мужем, а также согласованностью ролевых ожиданий, касающихся социальной активности и внешней привлекательности партнера. В выборке отцов уровень редукции родительских достижений взаимосвязан с наличием или отсутствием вербального контакта с ребенком и принятием отцом естественного развития своего ребенка.

Следует отметить, что результаты данного исследования имеют относительно ограниченную сферу объяснения факторов родительского выгорания отцов и матерей ввиду небольшого количества выборок. Однако полученные результаты могут быть полезны для дальнейшего изучения проблемы родительского выгорания, а также для разработки программ по профилактике выгорания родителей и оказания психологической помощи семье и детям.

**Библиографический список**

1. *Поливанова К. Н.* Современное родительство как предмет исследования // Психологическая наука и образование www.psyedu.ru. 2015. Т. 7, № 2. С. 1–11. DOI: 10.17759/psyedu.2015070301
2. *Заплетина О. О.* Социально-психологические и социально-демографические факторы родительского стресса: анализ зарубежных источников // Мир науки. Педагогика и психология. 2020. Т. 8. № 6. URL: <https://mir-nauki.com/PDF/72PSMN620.pdf> (дата обращения: 04.03.21).
3. *Пономаренко И. Л., Кадышева Л. Б.* Психологические факторы эмоционального выгорания у женщин в семейной жизни // Гуманитарно-педагогическое образование. 2016. Т. 2. № 4. С. 39–45
4. *Mikolajczak M., Raes M.-E., Avaloss H., Roskam I.* Exhausted Parents: Sociodemographic, Child-Related, Parent-Related, Parenting and Family-Functioning Correlates of Parental Burnout // *Journal of Child and Family Studies*. 2018. Vol. 27, no. 2. P. 602–614. DOI: 10.1007/s10826-017-0892-4
5. *Базалева Л. А.* Личностные факторы эмоционального «выгорания» матерей в отношениях с детьми: автореф. дис. ... канд. психол. наук. Краснодар, 2010. 26 с.
6. *Баринова О. В., Допишинская А. А.* Взаимосвязь эмоционального выгорания с личностными характеристиками матерей разных социальных типов // Вестник Тверского государственного университета. Серия: Педагогика и психология. 2019. № 1 (46). С. 13–20.
7. *Никитская Е. А., Дорошенко О. М.* Теоретические основы исследования феномена эмоционального выгорания у женщин-матерей // Вестник Московского университета МВУ России. 2021. № 3. С. 344–348. DOI: 10.24412/2073-0454-2021-3-344-348
8. *Сапоровская М. В.* Эмоциональное выгорание и психологическое благополучие женщин в семье // Вестник Костромского государственного университета. Серия: Педагогика. Психология. Социокинетика. 2018. № 4. С. 68–73.
9. *Lee S. J., Pace G. T., Lee J. Y., Knauer H.* The association of fathers' parental warmth and parenting stress to child behavior problems // *Children and Youth Services Review*. 2018. Vol. 91. P. 1–10. DOI: 10.1016/j.chilyouth.2018.05.020
10. *Ефимова И. Н.* Возможности исследования родительского «выгорания» // Вестник Московского государственного областного университета. Серия: Психологические науки. 2013. № 4. С. 31–40.
11. *Mikolajczak M., Gross J. J., Roskam I.* Parental Burnout: What Is It, and Why Does It Matter? // *Clinical Psychological Science*. 2019. Vol. 7, iss. 6. P. 602–614. DOI: 10.1177/2167702619858430
12. *Михайлова Н. Ф., Гутшабаш М. Е.* Повседневный стресс и копинг родителей, воспитывающих детей с аутизмом // Проблемы современного педагогического образования. 2016. № 53, ч. 10. С. 294–302.
13. *Молчанова Л. Н., Стулова А. В.* Социально-психологическая компетентность матерей, воспитывающих детей с нарушениями слуха и подверженных психическому выгоранию, как личностный ресурс его преодоления // *Перспективы науки и образования*. 2020. №1 (43). С. 344–353. DOI: 10.32744/pse.2020.1.24
14. *Гринина Е. С.* Особенности эмоционального состояния женщин, воспитывающих детей с нарушениями развития // Вестник РУДН. Серия: Психология и педагогика. 2019. Т. 16, № 2. С. 196–212. DOI: 10.22363/2313-1683-2019-16-2-196-212
15. *Аникина В. О., Пионова К. А.* Взаимосвязь родительских компетенций, эмоционального состояния и уровня родительского стресса матерей детей дошкольного и младшего школьного возраста // Мир науки. Педагогика и психология. 2019. Т. 7, № 6. С. 49–62. URL: <https://mir-nauki.com/PDF/59PSMN619.pdf> (дата обращения: 04.03.21).
16. *Ефимова И. Н.* Личностные характеристики и особенности эмоциональных и поведенческих проявлений родителей в связи со степенью их эмоционального выгорания // *Российский научный журнал*. 2013. № 4 (35). С. 206–215.
17. *Crnic K., Ross E.* Parenting Stress and Parental Efficacy // *Parental Stress and Early Child Development: Adaptive and Maladaptive Outcomes* / eds. K. Deater-Deckard, R. Panneton. Cham, Switzerland : Springer, 2017. P. 263–284. DOI: /10.1007/978-3-319-55376-4_11
18. *Ильина Т. И., Гуриева С. Д.* Кризис идентичности как фактор проявления синдрома эмоционального выгорания у женщин-матерей // *Человек и образование*. 2019. № 3 (60). С. 85–93.
19. *Старченкова Е. С.* Социально-психологические факторы родительского выгорания // Психология стресса и совладающего поведения: вызовы, ресурсы, благополучие: материалы V Междунар. науч. конф. (Кострома, 26–28 сент. 2019 г.): в 2 т. / отв. ред. М. В. Сапоровская, Т. Л. Крюкова, С. А. Хазова. Кострома : Изд-во Костром. гос. ун-та, 2019. Т. 1. С. 109–113.
20. *Савеньшиева С. С., Заплетина О. О.* Родительский стресс матерей детей раннего и дошкольного возраста: роль социально-демографических факторов // Мир науки. Педагогика и психология. 2019. Т. 7, № 6. С. 53–63. URL: <https://mir-nauki.com/PDF/65PSMN619.pdf> (дата обращения: 04.03.21).
21. *Robinson M., Neece C. L.* Marital satisfaction, parental stress, and child behavior problems among parents of young children with developmental delays // *Journal of Mental Health Research in Intellectual Disabilities*. 2015. Vol. 8, iss. 1. P. 23–46. DOI: 10.1080/19315864.2014.994247
22. *Ильинский С. В.* Факторы психологического благополучия семьи // Вестник Самарской гуманитарной академии. Серия «Психология». 2017. № 1 (21). С. 76–92.
23. *Гагай В. В., Ефремова А. В.* Ролевая структура семьи как фактор удовлетворенности браком // Мир науки. Педагогика и психология. 2019. Т. 7, № 3. С. 30–39. URL: <https://mir-nauki.com/PDF/14PSMN319.pdf> (дата обращения: 10.02.21).
24. *Кленова М. А.* Индивидуально-психологические особенности склонности к стрессу мужчин и женщин //



- Изв. Саратов. ун-та. Нов. сер. Сер.: Акмеология образования. Психология развития. 2016. Т. 5, вып. 3. С. 246–250. DOI: 10.18500/2304-9790-2016-5-3-246-249
25. Олифирова Н. И., Зинкевич-Куземкина Т. А., Велента Т. Ф. Психология семейных кризисов. СПб.: Речь, 2006. 360 с.
26. Sánchez-Rodríguez R., Orsini É., Laflaquière E., Callahan S., Séjourné N. Depression, anxiety, and guilt in mothers with burnout of preschool and school-aged children: Insight from a cluster analysis // *Journal of Affective Disorders*. 2019. Vol. 259. P. 444–450. DOI: <https://doi.org/10.1016/j.jad.2019.08.031>
- ## References
1. Polivanova K. N. Parenting and parenthood as research domains. *Psychological Science and Education PSYEDU.ru*, 2015, vol. 7, no. 2, pp. 1–11 (in Russian). DOI: 10.17759/psyedu.2015070301
 2. Zapletina O. O. Socio-psychological and socio-demographic factors of parental stress: analysis of foreign sources. *World of Science. Pedagogy and psychology*, 2020, vol. 8, no. 6. Available at: <https://mir-nauki.com/PDF/72PSMN620.pdf> (accessed 4 March 2021) (in Russian).
 3. Ponomarenko I. L., Kadyшева L. B. Psychological Factors of Burnout of Women in Family Life. *Gumanitarno-pedagogicheskoe obrazovanie* [Humanitarian and Pedagogical Education], 2016, vol. 2, no. 4, pp. 39–45 (in Russian).
 4. Mikolajczak M., Raes M.-E., Avaloss H., Roskam I. Exhausted Parents: Sociodemographic, Child-Related, Parent-Related, Parenting and Family-Functioning Correlates of Parental Burnout. *Journal of Child and Family Studies*, 2018, vol. 27, 2, pp. 602–614. DOI: 10.1007/s10826-017-0892-4
 5. Bazaleva L. A. Personal factors of emotional «burnout» of mothers in relations with children. Thesis Diss. Cand. Sci. (Psychol.). Krasnodar, 2010. 26 p. (in Russian).
 6. Barinova O. V., Dopshinskaya A. A. The relationship of burnout personal characteristics of mothers of different social types. *Herald of Tver State University. Series: Pedagogy and Psychology*, 2019, no. 1 (46), pp. 13–20 (in Russian).
 7. Nikitskaya E. A., Doroshenko O. M. Theoretical foundations of the study of the phenomenon of emotional burnout in women-mothers. *Vestnik Moskovskogo universiteta MVD Rossii* [Herald of Moscow University of the Ministry of Internal Affairs of Russia], 2021, no. 3, pp. 344–348 (in Russian). DOI: 10.24412/2073-0454-2021-3-344-348
 8. Saporovskaya M. V. Emotional burnout and psychological well-being of women in the family. *Vestnik Kostroma State University. Series: Pedagogy. Psychology. Sociokinetics*, 2018, no. 4, pp. 68–73 (in Russian).
 9. Lee S. J., Pace G. T., Lee J. Y., Knauer H. The association of fathers' parental warmth and parenting stress to child behavior problems. *Children and Youth Services Review*, 2018, vol. 91, pp. 1–10. DOI: 10.1016/j.childyouth.2018.05.020
 10. Efimova I. N. Potential of studying the parent's «burnout» syndrome. *Bulletin of the Moscow Region State University. Series "Psychology"*, 2013, no. 4, pp. 31–40 (in Russian).
 11. Mikolajczak M., Gross J. J., Roskam I. Parental Burnout: What Is It, and Why Does It Matter? *Clinical Psychological Science*, 2019, vol 7, iss. 6, pp. 602–614. DOI: 10.1177/2167702619858430
 12. Mikhaylova N. F., Gutshabash M. E. Everyday stress and coping of parents raising children with autism. *Problemy sovremennogo pedagogicheskogo obrazovaniya* [Problems of Modern Pedagogical Education], 2016, no. 53, vol. 10, pp. 294–302 (in Russian).
 13. Molchanova L. N., Stulova A. V. Socio-psychological competence of mothers in the upbringing of hearing-impaired children and with mental burnout as a personal resource for overcoming it. *Perspectives of Science and Education*, 2020, no. 43 (1), pp. 344–353 (in Russian). DOI: 10.32744/pse.2020.1.24
 14. Grinina E. S. Emotional State Features in Women Raising Children with Developmental Disorders. *RUDN Journal of Psychology and Pedagogics*, 2019, vol. 16, no. 2, pp. 196–212 (in Russian). DOI: 10.22363/2313-1683-2019-16-2-196-212
 15. Anikina V. O., Pshonova K. A. Correlations between parental competencies, emotional states and parenting stress of mothers of preschool and primary school children. *World of Science. Pedagogy and psychology*, 2019, vol. 7, no. 6, pp. 49–62. Available at: <https://mir-nauki.com/PDF/59PSMN619.pdf> (accessed 4 March 2021) (in Russian).
 16. Efimova I. N. Personal characteristics and features of emotional and behavioral manifestations of parents in relation to their degree of burnout. *Russian Scientific Journal*, 2013, no. 4 (35), pp. 206–215 (in Russian).
 17. Crnic K., Ross E. Parenting Stress and Parental Efficacy. In: K. Deater-Deckard, R. Panneton, eds. *Parental Stress and Early Child Development: Adaptive and Maladaptive Outcomes*. Cham, Switzerland, Springer, 2017. DOI: https://doi.org/10.1007/978-3-319-55376-4_11
 18. Il'ina T. I., Gurieva S. D. Identity crisis as a factor in manifestation of syndrome of emotional burnout among women having children. *Man and Education*, 2019, no. 3 (60), pp. 85–93 (in Russian).
 19. Starchenkova E. S. Social-psychological factors of parental burnout. *Psikhologiya stressa i sovladayushchego povedeniya: vyzovy, resursy, blagopoluchie : materialy V Mezhdunar. nauch. konf.: v 2 t. (Kostroma, 26–28 sent. 2019 g.)* [Psychology of Stress and Coping Behavior: Challenges, Resources, Well-being: Proceedings of the V International Scientific Conference: in 2 vols. (Kostroma, September 26–28, 2019)]. Kostroma, Kostroma State University Publ., 2019, pp. 109–113 (in Russian).
 20. Savenysheva S. S., Zapletina O. O. Parenting stress of mothers of preschool children: the role of socio-demographic factors. *World of Science. Pedagogy and psychology*, 2019, vol. 7, no. 6, pp. 53–63. Available at: <https://mir-nauki.com/PDF/65PSMN619.pdf> (accessed 4 March 2021) (in Russian).



21. Robinson M., Neece C. L. Marital satisfaction, parental stress, and child behavior problems among parents of young children with developmental delays. *Journal of Mental Health Research in Intellectual Disabilities*, 2015, vol. 8, iss. 1, pp. 23–46. DOI: 10.1080/19315864.2014.994247
22. Ilinsky S. Family factors psychological well-being. *The Bulletin of the Samara Humanitarian Academy. A series Psychology*, 2017, no. 1 (21), pp. 76–92 (in Russian).
23. Gagay V. V., Efremova A. V. Role structure of the family as a factor of satisfaction with marriage. *World of Science. Pedagogy and psychology*, 2019, vol. 7, no. 3, pp. 30–39. Available at: <https://mir-nauki.com/PDF/14PSMN319.pdf> (accessed 10 February 2021) (in Russian).
24. Klenova M. A. Individual and Psychological Features of Tendency to the Stress of Men and Women *Izv. Saratov Univ. (N. S.). Ser. Educational Acmeology. Developmental Psychology*, 2016, vol. 5, iss. 3 (19), pp. 246–249 (in Russian). DOI: 10.18500/2304-9790-2016-5-3-246-249
25. Olifirovich N. I., Zinkevich-Kuzemkina T. A., Velen-ta T. F. *Psikhologiya semeynykh krizisov* [The Psychology of Family Crises]. Saint Petersburg, Rech' Publ., 2006. 360 p. (in Russian).
26. Sánchez-Rodríguez R., Orsini É., Lafflaquière E., Callahan S., Séjourné N. Depression, anxiety, and guilt in mothers with burnout of preschool and school-aged children: Insight from a cluster analysis. *Journal of Affective Disorders*, 2019, vol. 259, pp.444–450 DOI: 10.1016/j.jad.2019.08.031

Поступила в редакцию 23.05.2021, после рецензирования 07.08.2021, принята к публикации 09.09.2021
Received 23.05.2021, revised 07.08.2021, accepted 09.09.2021