

Научно-исследовательский журнал «*International Journal of Medicine and Psychology / Международный журнал медицины и психологии*»

<https://ijmp.ru>

2025, Том 8, № 6 / 2025, Vol. 8, Iss. 6 <https://ijmp.ru/archives/category/publications>

Научная статья / Original article

Шифр научной специальности: 5.3.4. Педагогическая психология, психодиагностика цифровых образовательных сред (психологические науки)

УДК 37.015.32

<sup>1</sup> Цветкова Н.А.,

<sup>2</sup> Стригунова Р.Д.,

<sup>1</sup> Макарова Е.Ю.,

<sup>1</sup> Московский педагогический государственный университет,

<sup>2</sup> психолог-консультант

## Особенности стрессоустойчивости многодетных матерей

**Аннотация:** в статье описаны результаты сравнительного анализа уровня стрессоустойчивости у многодетных и малодетных матерей. Выборку исследования составили 142 женщины, из них 37 женщин – многодетные матери (три и более ребенка) и 105 человек – малодетные матери (один или два ребенка). С помощью методики «Тест на определение уровня стрессоустойчивости личности» Усатова И.А. установлено, что у многодетных женщин уровень стрессоустойчивости значимо выше по сравнению с одно- и двудетными женщинами. У многодетных матерей с разным отношением к материнству (материнство – это счастье и радость; это огромный труд; это большая ответственность) не выявлено значимых различий в уровне стрессоустойчивости, тогда как у малодетных матерей выявлено наличие более высокого уровня стрессоустойчивости, когда они воспринимают материнство более позитивно, то есть как счастье и радость, а не как огромный труд или как большую ответственность. Многодетные матери чаще, чем малодетные, занимаются своим бизнесом и реже работают по найму. Этот факт отражает то обстоятельство, что многодетные матери, даже будучи сильно загруженными домашней работой, тем не менее в гораздо большей степени, чем малодетные матери, замотивированы вносить свой посильный вклад в финансово-материальное обеспечение семьи.

**Ключевые слова:** материнство, многодетная мать, малодетная мать, стресс, стрессоустойчивость, отношение к материнству

**Для цитирования:** Цветкова Н.А., Стригунова Р.Д., Макарова Е.Ю. Особенности стрессоустойчивости многодетных матерей // International Journal of Medicine and Psychology. 2025. Том 8. № 6. С. 158 – 164.

Поступила в редакцию: 12 апреля 2025 г.; Одобрена после рецензирования: 9 июня 2025 г.; Принята к публикации: 20 июля 2025 г.

<sup>1</sup> Tsvetkova N.A.,

<sup>2</sup> Strigunova R.D.,

<sup>1</sup> Makarova E.Yu.,

<sup>1</sup> Moscow Pedagogical State University

<sup>2</sup> Consulting Psychologist

## Features of stress resistance in high-child mothers

**Abstract:** the article describes the results of a comparative analysis of the level of stress tolerance among mothers with many children and those with few children. The study sample consisted of 142 women, of whom 37 were mothers with many children (three or more children) and 105 were mothers with few children (one or two children). Using the method "Test for determining the level of stress tolerance of personality" by I.A. Usatov, it was found that women with many children have a significantly higher level of stress tolerance compared with single and two-child women. Mothers with many children with different attitudes to motherhood (motherhood is happy-

ness and joy; it is a lot of work; it is a great responsibility) showed no significant differences in the level of stress tolerance, while mothers with few children showed a higher level of stress tolerance when they perceive motherhood more positively, that is, as happiness and joy, rather than as a lot of work or as a big responsibility. Mothers with many children are more likely than mothers with few children to run their own businesses and are less likely to be employed. This fact reflects the fact that mothers with many children, who are heavily burdened with household work, are also more motivated than mothers with few children to contribute financially and materially to their families.

**Keywords:** motherhood, mother with many children, mother with few children, stress, stress tolerance, attitude to motherhood

**For citation:** Tsvetkova N.A., Strigunova R.D., Makarova E.Yu. Features of stress resistance in high-child mothers. International Journal of Medicine and Psychology. 2025. 8 (6). P. 158 – 164.

The article was submitted: April 12, 2025; Approved after reviewing: June 9, 2025; Accepted for publication: July 20, 2025

## Введение

Актуальность темы исследования определяется несколькими факторами. Это, прежде всего, возрастание социального запроса на психологическую поддержку стабильности семей, особенно многодетных. Сохранение благополучия семьи как важнейшей малой социальной группы является одной из приоритетных социальных задач нашего государства.

Демографический спад, обусловленный многими причинами, но прежде всего низкой рождаемостью (в 2023 году в России суммарный коэффициент рождаемости или среднее число детей в расчете на одну женщину составил 1,41) [5], поставил задачу увеличения количества многодетных семей в ряд задач государственной важности.

Согласно Указу Президента Российской Федерации «О мерах социальной поддержки многодетных семей» [7], многодетным семьям гарантируется финансовая поддержка в виде выплаты различных государственных пособий, предоставляются жилищные и другие льготы, обеспечивается поддержка в сфере трудовых отношений.

Государственная политика в области приумножения самого ценного ресурса – человеческого капитала, привела к увеличению доли многодетных семей, воспитывающих троих и более детей несовершеннолетнего возраста. Количество многодетных семей в стране растет; в 2023 году оно достигло 2,4 млн.; в среднем количество детей в многодетной семье сейчас составляет 3,3 ребенка [2].

Вторым фактором, обуславливающим актуальность темы исследования, является то, что вместе с расширением состава семьи увеличивается и нагрузка на супружескую подсистему, повышаются требования к стрессоустойчивости обоих су-

пругов, к их способности совладать с повседневными трудностями, избегая разрушающих семейную сплоченность конфликтов [1, 4].

Несмотря на обширную литературу по вопросам супружеского взаимодействия, исследования, посвященные проблемам супружества в многодетных семьях, не многочисленны. Хотя очевидно, что статус многодетности накладывает на супругов дополнительную ответственность за качество семейной атмосферы, которая обеспечивала бы высокое качество семейного воспитания и давала возможность обоим супругам развиваться как личность, как родитель, как активный член общества.

Нередки в многодетных семьях и проблемы психолого-педагогического характера: нехватка у супругов ресурсов времени, эмоциональной энергии, опыта, отсутствие знаний, умений и навыков для выбора педагогических стратегий воспитания детей разного возраста, хроническая усталость, эмоциональное выгорание, эпизоды депрессии и психической неустойчивости [9]. В этой связи все более востребованной становится психологическая помощь многодетным семьям, для качественного осуществления которой необходимы новые знания о психологических особенностях многодетных матерей.

Третьим важным фактором, обеспечивающим актуальность темы исследования, является то, что весомый вклад в то, как многодетные матери справляются со своими родительскими обязанностями, вносят переживаемые ими социальные и другие стрессы. Зачастую нагрузка оказывается настолько высокой, что справиться с ней самостоятельно, без квалифицированной помощи психолога, женщина не может [10]. А практические психологи, работающие с многодетными семьями, испытывают дефицит знаний об особенностях переживания стресса многодетными матерями.

Все вышесказанное обуславливает актуальность и высокую практическую значимость проведенного эмпирического исследования.

### **Материалы и методы исследований**

Целью проведенного исследования явилось выявление особенностей стрессоустойчивости у многодетных матерей. Общей гипотезой выступило предположение, что существуют особенности в стрессоустойчивости у матерей в многодетных семьях по сравнению с этой же характеристикой у матерей в малодетных семьях.

В качестве психодиагностического инструментария использовалось а) анкетирование; б) методика «Тест на определение уровня стрессоустойчивости личности» Усатова И.А. [8].

Выборку исследования составили 142 человека, из них 37 человек – женщины-матери из многодетных семей (три и более детей в семье; многодетные матери) и 105 человек – женщины-матери из одно- и двудетных семей (малодетные матери). Все респонденты проживают в г. Москве и Московской области. У большинства респондентов – высшее образование (95,1%): как среди одно-, двудетных матерей (95,2%), так и среди многодетных матерей (94,6%).

Анкета содержала вопросы об отношении к материнству (респондентам предлагалось на выбор три варианта: материнство – это счастье и радость; это огромный труд; это большая ответственность), а также о роде занятий (домохозяйка; учусь; работаю по найму; у меня свой бизнес).

### **Результаты и обсуждения**

Анализ работ отечественных и зарубежных психологов, посвященных проблеме стрессоустойчивости, позволил сделать вывод о том, что в настоящее время стрессоустойчивость определяют как свойство личности, характеризующее степень её адаптации к воздействию стрессовых факторов окружающего мира и заключающееся во взаимосвязи всех характеристик индивидуума, обеспечивающей постоянство его внутреннего мира в условиях проживания стрессовой ситуации, что позволяет сохранить нормальное взаимодействие субъекта со всеми составляющими окружающей среды [10].

К факторам, влияющим на стрессоустойчивость, относятся: эмоциональная зрелость индивидуума; пластичность психики (гибкость реагирования на изменения внешней среды, готовность к изменениям); тип темперамента; уровень развития рефлексии; интеллектуальный фактор (способность индивидуума оценить требования сложившейся ситуации); социально-экономические условия жизни индивидуума; характер работы или деятельности, выполняемой индивидуумом.

Анализ выборки проведенного нами эмпирического исследования по роду занятий респондентов показал, что

– среди многодетных женщин чаще всего встречаются женщины, имеющие свой бизнес (37,9%), в 35,1% случаях многодетные женщины работают по найму, в 18,9% случаях не работают и ведут домашнее хозяйство, в 8,1% случаях женщины данной группы учатся;

– среди одно- и двудетных женщин чаще всего встречаются женщины, которые работают по найму (55,2%), в 26,7% случаях данные женщины имеют свой бизнес, в 16,2% случаях не работают и ведут домашнее хозяйство, в 1,9% случаях женщины данной группы учатся.

Таким образом, многодетные матери чаще, чем одно- и двудетные, занимаются своим бизнесом и реже работают по найму. Этот факт отражает то обстоятельство, что многодетные матери, сильно загруженные домашней работой, в то же время в гораздо большей степени, чем малодетные матери, замотивированы вносить посильный вклад в финансово-материальное обеспечение семьи.

Частотный анализ вопроса анкеты об отношении женщин к материнству показал, что

– для большинства многодетных женщин материнство – это счастье и радость (37,9% респондентов); 35,1% из них считают, что материнство – это огромный труд; 27% из них полагают, что материнство – это большая ответственность;

– для большинства одно- и двудетных женщин материнство – это большая ответственность (40% респондентов), 33,3% из них полагают, что материнство – это счастье и радость; 26,7% считают, что материнство – это огромный труд.

Таким образом, для многодетных матерей материнство – это счастье, радостью и огромный труд; малодетные матери чаще всего считают, что материнство – это большая ответственность.

Изучение уровня стрессоустойчивости, выполненное с помощью методики «Тест на определение уровня стрессоустойчивости личности» Усатова И.А., показало, для женщин-матерей, проживающих в Москве и Московской области, независимо от количества детей, характерен средний уровень стрессоустойчивости. Это означает, что женщины оценивают свою жизнь как в меру напряженную, что стрессовые ситуации оказывают на них достаточно большое влияние. При этом у многодетных женщин показатель стрессоустойчивости несколько ниже, чем у малодетных женщин.

На рис. 1 приведено частотное распределение уровней стрессоустойчивости в группах много- и малодетных матерей.

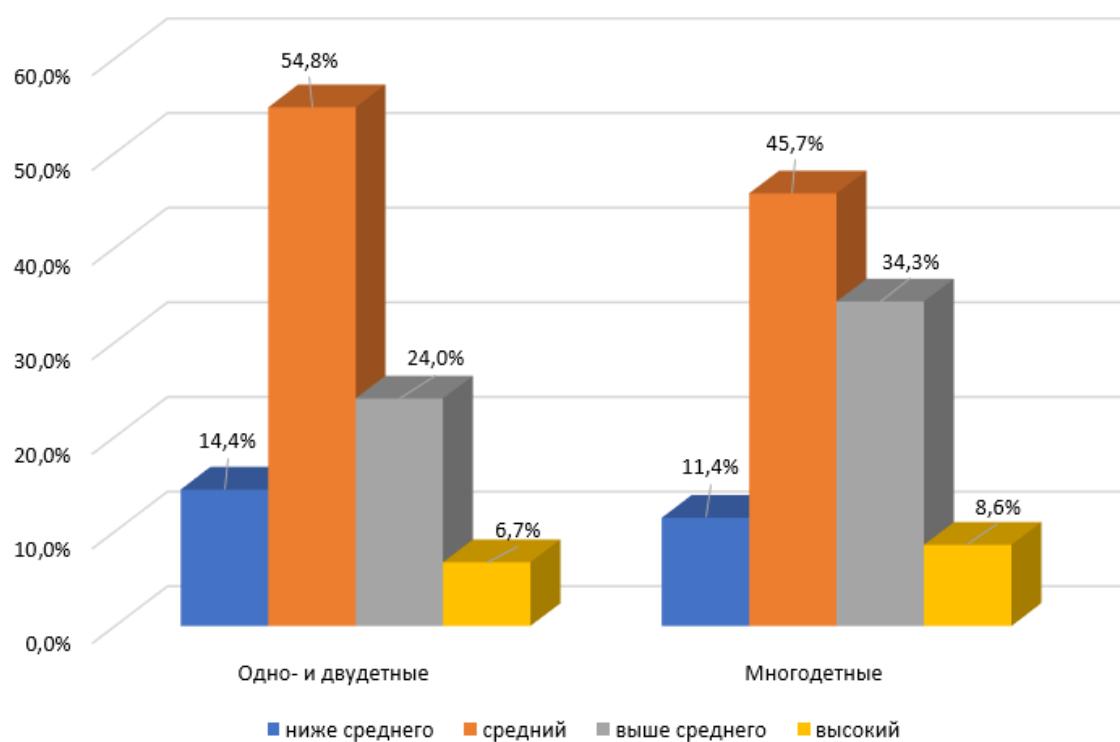


Рис. 1. Частотное распределение уровней стрессоустойчивости в группах много- и малодетных матерей.  
Fig. 1. Frequency distribution of stress resistance levels in groups of mothers with many and few children.

Из рисунка видно, что

- а) у многодетных матерей
  - наиболее распространен средний уровень стрессоустойчивости (45,7% респондентов);
  - вторым по частоте распространенности является уровень стрессоустойчивости выше среднего (34,4% многодетных женщин);
  - третьим по частоте распространенности является уровень стрессоустойчивости ниже среднего (11,4% многодетных женщин);
- б) у малодетных матерей
  - наиболее распространен средний уровень стрессоустойчивости (54,8% женщин);
  - вторым по частоте распространенности является уровень стрессоустойчивости выше среднего случаев (24%);
  - третьим по частоте распространенности является уровень стрессоустойчивости ниже среднего (14,4%).

Меньше всего женщин в выборке с высоким уровнем стрессоустойчивости (6,7% у малодетных женщин, у 8,6% многодетных женщин).

Итак: несмотря на то, что у большинства женщин в обеих исследуемых группах чаще всего наблюдается средний уровень стрессоустойчивости, тем не менее в группе многодетных, по сравнению с одно- и двудетными женщинами, чаще наблюдаются случаи уровня стрессоустойчивости выше средних и высоких значений.

Для доказательства гипотезы исследования, которая предполагает существование особенностей в стрессоустойчивости у матерей в многодетных семьях по сравнению с этой же характеристикой в одно- и двудетских семьях, был проведен сравнительный анализ с использованием непараметрического U-критерия Манна-Уитни для данных, измеренных в метрической шкале, и  $\chi^2$  Пирсона для данных, измеренных вnomинативной шкале. Данные представлены в табл. 1.

Результаты сравнительного анализа исследуемых переменных между группами много- и малодетных матерей.

Table 1

Results of comparative analysis of the studied variables between groups of mothers with many and few children.

	U Манна-Уитни	Z	Асимптотическая значимость (2-сторонняя)
Уровень стрессоустойчивости	1405,5*	-2,0	0,044

Примечания: \* при  $p < 0,05$ .

Notes: \* when  $p < 0.05$ .

Из табл. 1 видно, что между много- и малодетными матерями существуют статистически значимые различия по уровню стрессоустойчивости ( $U=1405,5$  при  $p=0,044$ ), а именно: у многодетных женщин, уровень стрессоустойчивости значимо выше по сравнению с одно- и двудетными женщинами.

Далее с целью найти ответ на вопрос, имеющий большую практическую значимость: существуют ли различия в стрессоустойчивости при разном отношении к материнству у много- и малодетных женщин, был проведен сравнительный анализ с использованием непараметрического U-критерия Манна-Уитни. Были рассмотрены три типа отношения к материнству: это счастье и радость; это огромный труд; материнство – это большая ответственность.

В результате проведенного сравнительного анализа в группе малодетных матерей выявлены

– значимые различия по уровню стрессоустойчивости ( $U=1324,5$  при  $p=0,036$ ) при восприятии материнства как огромного труда по сравнению с матерями, которые воспринимают материнство как счастье и радость (стрессоустойчивость значимо выше у тех матерей, которые воспринимают материнство как счастье и радость);

– значимые различия по уровню стрессоустойчивости ( $U=417,0$  при  $p=0,001$ ) при восприятии материнства как большой ответственности или счастья и радости (стрессоустойчивость значимо выше у тех матерей, которые воспринимают материнство как счастье и радость по сравнению с матерями, которые воспринимают материнство как большую ответственность).

В группе многодетных матерей значимых различий в уровне стрессоустойчивости у женщин с разным отношением к материнству выявлено не было. Этот результат можно объяснить тем, что у

многодетных матерей общий уровень стрессоустойчивости выше, и поэтому он меньше подвержен влиянию такой характеристики, как отношение к материнству.

### Выводы

Сочетание в жизни современных многодетных матерей стрессоров, обычных для современных женщин (таких, как высокий темп жизни, давление социальных стереотипов о необходимости успешности во всех сферах жизни, в том числе вне семьи), и стрессоров, типичных для многодетных семей (таких, как мультизадачность, дефицит времени и опыта воспитания сильно разновозрастных детей и многих других) создает для многодетных матерей ситуацию хронического стресса, порождает в многодетных семьях конфликтность, ведет к появлению синдромов эмоционального выгорания и хронической усталости у обоих родителей, что оказывает существенное влияние на качество жизни и здоровья многодетных матерей.

В проведенном исследовании доказано, что у многодетных женщин уровень стрессоустойчивости значимо выше по сравнению с одно- и двудетными женщинами. При этом у многодетных матерей разное отношение к материнству не оказывает влияния на уровень стрессоустойчивости, а для малодетных матерей характерно наличие более высокого уровня стрессоустойчивости, когда они воспринимают материнство более позитивно, то есть как счастье и радость, а не как огромный труд или как большую ответственность. Многодетные матери, несмотря на более сильную, чем малодетные, загруженность домашней работой, чаще занимаются своим бизнесом и реже работают по найму, что отражает их высокую мотивацию вносить посильный вклад в финансово-материальное обеспечение семьи.

### Список источников

1. Ачильдиева Е.Ф. Многодетная семья в современной России // Вопросы психологии. 2009. № 2. С. 12 – 14.
2. Банных Г.А., Зайцева Е.В., Костина С.Н., Кузьмин А.И. Феномен многодетности в России: социологический анализ изменений // Вопросы управления. 2019. № 1 (37). С. 22 – 36.
3. Кубаева И.О. Психология стресса: учебное пособие / Министерство науки и высшего образования Российской Федерации, Уральский федеральный университет. Екатеринбург: Изд-во Урал. ун-та, 2024. С. 27.
4. Курис О.В. Многодетная семья: социологический анализ // Вестник гуманитарного образования. Киров, 2016. № 1. С. 93 – 96.
5. Рождаемость в России: меры и мнения [Электронный ресурс] // Официальный сайт Всероссийского центра изучения общественного мнения URL: <https://wciom.ru/index.php?id=236&uid=116649>
6. Сахарова Т.Н., Цветкова Н.А. Многодетные семьи: особенности межличностного общения супружеских и способов совладания с супружескими конфликтами // Вестник РФФИ. Гуманитарные и общественные науки. 2024. № 4. С. 47 – 58. Индекс УДК 316.6 Код ГРНТИ 15.81.65
7. Усатов И.А. Авторская методика «Тест на определение уровня стрессоустойчивости личности» // Научно-методический электронный журнал «Концепт». 2016. Т. 11. URL: <http://e-koncept.ru/2016/86148.htm/> (дата обращения: 05.03.2024)
8. Указ Президента РФ от 23.01.2024 N 63 «О мерах социальной поддержки многодетных семей». <http://publication.pravo.gov.ru/document/0001202401230001>
9. Цветкова Н.А., Карпова Д.Н. Межличностное общение в супружеской диаде одно- и многодетных семей // Евразийское научное объединение. 2019. № 5-7 (51). С. 475 – 478.
10. Цветкова Н.А., Крекер М.Ю. Матери, выросшие в многодетных семьях: особенности взаимодействия с собственным ребенком-младшим школьником // Современная наука: актуальные проблемы теории и практики. Серия: Познание. 2023. № 07. С. 54 – 61.

### References

1. Achildieva E.F. Large family in modern Russia. Questions of psychology. 2009. No. 2. P. 12 – 14.
2. Bannykh G.A., Zaitseva E.V., Kostina S.N., Kuzmin A.I. The phenomenon of large families in Russia: a sociological analysis of changes. Questions of management. 2019. No. 1 (37). P. 22 – 36.
3. Kubaeva I.O. Psychology of stress: a tutorial. Ministry of Science and Higher Education of the Russian Federation, Ural Federal University. Ekaterinburg: Publishing house of the Ural. University, 2024. P. 27.
4. Kuris O.V. Large family: sociological analysis. Bulletin of humanitarian education. Kirov, 2016. No. 1. P. 93 – 96.
5. Birth rate in Russia: measures and opinions [Electronic resource]. Official website of the All-Russian Public Opinion Research Center URL: <https://wciom.ru/index.php?id=236&uid=116649>
6. Sakharova T.N., Tsvetkova N.A. Large families: features of interpersonal communication of spouses and ways of coping with marital conflicts. Bulletin of the Russian Foundation for Basic Research. Humanities and social sciences. 2024. No. 4. P. 47 – 58. UDC Index 316.6 GRNTI Code 15.81.65
7. Usatov I.A. Author's technique "Test for determining the level of personality stress resistance". Scientific and methodological electronic journal "Concept". 2016. Vol. 11. URL: <http://e-koncept.ru/2016/86148.htm/> (date accessed: 05.03.2024)
8. Decree of the President of the Russian Federation of 23.01.2024 N 63 "On measures of social support for large families". <http://publication.pravo.gov.ru/document/0001202401230001>
9. Tsvetkova N.A., Karpova D.N. Interpersonal communication in a marital dyad of single- and large families. Eurasian Scientific Association. 2019. No. 5-7 (51). P. 475 – 478.
10. Tsvetkova N.A., Kreker M.Yu. Mothers who grew up in large families: features of interaction with their own child-primary school student. Modern science: current problems of theory and practice. Series: Cognition. 2023. No. 07. P. 54 – 61.

### Информация об авторах

**Цветкова Н.А.**, руководитель психологической службы, Московский педагогический государственный университет, na.tsvetkova@mpgu.su

**Стригунова Р.Д.**, магистр психологии, психолог-консультант, strigunovaradmila@yandex.com

**Макарова Е.Ю.**, доцент, Московский педагогический государственный университет, eyu.makarova@mpgu.su

© Цветкова Н.А., Стригунова Р.Д., Макарова Е.Ю., 2025