

LATVIJAS UNIVERSITĀTE  
PEDAGOĢIJAS, PSIHOLOĢIJAS UN MĀKSLAS FAKULTĀTE  
PSIHOLOĢIJAS NODAĻA

**VECĀKU KOMPETENCES, VAINAS UN KAUNA IZJŪTAS  
ATŠKIRĪBAS STRĀDĀJOŠĀM UN NESTRĀDĀJOŠĀM 1,5 - 3  
GADUS VECU BĒRNU MĀTĒM**

BAKALaura DARBS

Autors: **Ulla Lauska**

Studenta apliecības Nr.: ul17007

Darba vadītājs: Dr. psych., docente, Evija Strika

RĪGA 2021

## ANOTĀCIJA

Šī pētījuma mērķis ir veikt teorētisko un empīrisko izpēti par vecāku kompetences, kauna un vainas izjūtas saistību strādājošu un nestrādājošu māšu grupās. Mūsdienās sievietes bieži pēc bērnu piedzimšanas izvēlas turpināt strādāt algotu darbu, taču nereti šī izvēle tiek nosodīta, ja bērns vēl ir mazs. Veicot teorētisko izpēti, tika pārskatīti raksti par mātes tēlu sabiedrībā, kā zinātniskajos žurnālos, tā arī zinātniskajā literatūrā. Pētījumā piedalījās 165 sievietes, kurām ir viens bērns vecumā no 1,5 - 3 gadiem. Pētījumā tika izmantotas divas aptaujas: Vecāku kompetences izjūtas skala un Kauna un vainas ievirzes skala. Pētījuma rezultāti parāda, ka starp abām grupām nepastāv statistiski nozīmīgas atšķirības.

*Atslēgas vārdi:* vecāku kompetence, vaina, kauns, stereotipi, nodarbinātība

## ABSTRACT

The aim of this study is to carry out theoretical and empirical research on the relationship of parental competence, shame and feeling of guilt among working and non-working mothers. Nowadays, women often choose to continue employment after having children, but this choice is commonly judged if the child is still small. In theoretical part of the study articles in scientific journals about the image of a mother in society were reviewed, as well as in scientific literature. The study involved 165 women with one child aged 1.5-3. Two methods were used in the study: a Scale of parental competence and a scale of Shame and guilt. The results of the study show that there are no significant statistical differences between the two groups.

*Key words: parenting competence, guilt, shame, stereotypes, employment*

## SATURS

|  |    |
|--|----|
| ANOTĀCIJA.....   | 2  |
| ABSTRACT.....  | 3  |
| IEVADS.....  | 5  |
| Vecāku kompetence.....                                   | 9  |
| Vainas un kauna izjūta.....                              | 13 |
| Strādājošas un nestrādājošas mātes tēls sabiedrībā ..... | 17 |
| METODE.....  | 22 |
| REZULTĀTI.....   | 24 |
| SECINĀJUMI.....  | 31 |
| IZMANTOTĀS LITERATŪRAS SARAKSTS.....                     | 33 |

## IEVADS

Kļūšana par māti ir nozīmīgs notikums sievietes dzīvē. Šis notikums ietekmē sievietes pašsajūtu un identitātes izjūtu jau grūtniecības laikā (Lester & Notman, 1988). Šis notikums maina kā sabiedrība vērtē sievietes lomu tajā – citu acīs kļūstot par “māti”, sieviete, iespējams, pati pēdējā izprot milzīgās fiziskās, psiholoģiskās izmaiņas un citu gaidas attiecībā uz jauno lomu (Trad, 1990). Daudz zinātnieku apgalvo, ka kļūšana par māti sievietes dzīvē maina vairāk, nekā vīriešiem kļūšana par tēvu: Mātes var tikt vairāk pakļautas lielākam ikdienas stresam, var saskarties ar vairāk ierobežojumiem sociālo resursu ieguvē un piedzīvo lielāku distresu nekā vīrieši, kuri kļuvuši par tēviem. Pamatojums šādam apgalvojumam varētu būt saistīts ar sociāli pieņemto konstruktu, ka mātes ir primārie bērna aprūpētāji ģimenē (Nomaguchi & Milkie, 2003). Nav vienas mērauklas tam, kādai būtu jābūt labai mātei. Neskaitāmos pētījumos tiek apskatīti dažādi aspekti par to, kas skaitās “laba māte” un sašaurina teorētisko raksturojumu skaidrojot kāda ir un ko dara “laba māte” (Goodwin & Huppatz, 2010). Sociālo zinātņu profesore Terija Arendella (*Terry Arendell*) apraksta vēsturiski kultūrā radītu “ideālās mātes” profilu: “Laba māte ir heteroseksuāla, precējusies un monogāma. Viņa ir baltās rases. Ekonomiski atkarīga no sava laulātā drauga (ja vien viņa pati, neatkarīgi no vīra, jau ir turīga, tad vīrs ir tas, kurš tik un tā pārvalda ģimenes finanses). Viņa nestrādā algotu darbu.” (Arendell, 1999, kā minēts Goodwin & Huppatz, 2010). Skaidrojot, *ko dara* laba māte, tiek pieņemts, ka laba māte ir gādīga, vienmēr pieejama saviem bērniem, lai tos aprūpētu, neatkarīgi no apstākļiem (Krane & Davies 2007), labas mātes ziedojas saviem bērniem, ir disciplinētas (Chrisler, 2013). Taču mūsdienu realitāte ir tāda, ka sievietes nereti izvēlas atgriezties darba tirgū pēc bērna piedzimšanas un nevar veltīt saviem bērniem nedalītu uzmanību. Lai arī lielākajā daļā pasaules valstu darba tiesību akti atbalsta sieviešu iesaisti darba vidē, izstrādājot likumus, kas paredz apmaksātu bērnu kopšanas atvaļinājumu, kas savukārt mudina sievietes atgriezties darbā, kad bērnu kopšanas atvaļinājums ir beidzies, tik un tā strādājošās mātes var izjust spriedzi un citu nosodījumu. Šī spriedze rodas no sabiedrības spiediena par pieņemtām normām, ka sievietei ir jāierobežo iesaiste darbā, lai mazinātu darba ietekmi attiecībā uz pienākumiem ģimenes dzīvē (Eagle et al., 1998; Butler & Skattebo, 2004). Iemesli, kādēļ sievietes atgriežas darbā pēc bērnu piedzimšanas, ir dažādi. Pat pēckara laikā

strādājošas mātes tika nosodītas un tika uzskatītas kā savtīgas, pretdabiskas un pat bīstamas saviem bērniem un sabiedrībai (Wilson, 2006), lai arī tā nereti nebija mātes brīva izvēle, bet gan nepieciešamība, lai varētu nodrošināt ģimenes materiālo labklājību. Neraugoties uz joprojām sabiedrībā eksistējošiem sociāli pieņemtiem standartiem, ka labai mātei ir jāaudzina mazi bērni un sava karjera jāatstāj otrā plānā, mūsdienu sievietes, īpaši gados jaunākas, neilgu laiku pēc bērna piedzimšanas izvēlas atgriezties darbā, jo ir veltījušas daudz laika un pūļu izglītības iegūšanai un karjeras uzsākšanai (Poduval & Poduval, 2009). Lai arī sabiedrība un tās pieņemtās normas mainās, tomēr ir redzams, ka stereotipi attiecībā uz strādājošām mātēm ir joprojām aktuāli mūsdienās, piemēram, tas, ka strādājošas mātes velta mazāk uzmanības savai ģimenei un līdz ar to būs arī mazāk jūtīgas pret citu vajadzībām nekā mātes, kuras nestrādā algotu darbu un paliek mājās audzināt bērnus. Tas norāda uz to, ka joprojām pastāv “mātes mandāts” (Russo, 1976), proti, labām mātēm ir jābūt fiziski klātesošām un pieejamām, lai apmierinātu savu bērnu vajadzības, īpaši, ja bērni vēl ir mazi (Etaugh & Neklony, 1990). Mūsdienu sievietes joprojām saskaras ar dažādiem, pret sevi vēršiem, aizspriedumiem, taču liela daļa neuzskata, ka, paliekot mājās ar bērniem, būtu labākas mātes. Neseni pētījumi rāda, ka pieaug to sieviešu skaits, kuras pretojas uzspiestam tradicionālo lomu iedalījumam, kuru tām uzspiež sabiedrība un vairs nevēlas identificēties tikai ar mātes lomu (Patel, Govender, Paruk & Ramgoon, 2006).

Esošie pētījumi liecina, ka mātes kompetences izjūta ir svarīgs prognozētājs mātes spējai nodrošināt bērna adaptāciju, bērnu audzināšanas vides stimulēšanu un spējai veidot bērnam labvēlīgu vidi (Locke & Prinz, 2002). Vecāku kompetences veidojošās dimensijas ir efektivitāte un apmierinātība vecāka lomā (Johnston & Mash, 1990). Pētījumos par mātes vainas apziņu tiek radīts tēls, ka šīs vainas izjūtas cēlonis ir nespēja pilnībā veltīt sevi bērniem, uzņemoties pilnīgu atbildību par bērnu attīstību – šī atbildības izjūta savienojumā ar augstiem standartiem attiecībā uz to, ko nozīmē būt labai mātei, noved pie izsīkuma, sieviete jūtas neadekvāta un vainīga (Saegram & Daniluk, 2002). Taču, lai arī kauns un vaina literatūrā nereti tiek apskatītas kā līdzīgas emocijas, tās nošķir kāds būtisks faktors. Pētījumos min, ka kauns ir “iekšēja” izjūta, kura rodas, kad cilvēks nerīkojas saskaņā ar savām vērtībām, un šī sajūta satracina indivīda būtību, savukārt vaina ir “ārēja”, kas seko kā reakcija, kad cilvēks ir rīkojies nepareizi un to pats labi apzinās (Kim, Jorgensen & Thibeodeau, 2011). Tātad, balstoties uz pētījumiem, ka “laba māte” sabiedrībā tiek uzskatīta kā sieviete, kura primārās rūpes velta bērnu audzināšanai un nestrādā algotu darbu (Arendell, 1999), taču jūtas slikti, ka

neattīsta savu potenciālu ārpus mātes pienākumiem (Rubin & Wooten, 2007), aptaujā uzrādīs augstākus kauna rādītājus, jo tās ir iekšējas izjūtas, savukārt strādājoša māte, izjūtot nosodījumu par izvēli atsākt darbu un turpināt karjeru pēc bērna piedzimšanas (Etaugh & Nekolny, 1990), uzrādīs augstākus vainas izjūtas rādītājus, jo tās ir ārējas izjūtas, kas ne obligāti ietekmē sievietes iekšējās pārlicības par sevi kā māti.

Izvēlētā bērna vecuma grupa pētniecības daļā ir 1,5–3 gadi. Sākot no pusotra gada vecuma, jo tik ilgs ir valsts apmaksāts bērnu kopšanas atvaļinājums Latvijā, un līdz 3 gadu vecumam, jo aptuveni šādā vecumā bērns pats izrāda interesi socializēties ar citiem bērniem, spēj runāt un aprakstīt savas emocijas un izjūtas (Landy, 2009; kā minēts Dosman, Andrews & Goulden, 2012), kas nereti ir iemesls, kādēļ vecāki izvēlas bērnus laist pirmsskolas izglītības iestādē šādā vecumā. Balstoties uz iepriekšminēto, tika izvirzīts bakalaura darba pētījuma mērķis:

*Pētījuma mērķis:*

Izpētīt vecāku kompetences izjūtas, kauna un vainas atšķirības nestrādājošām un strādājošām 1,5 - 3 gadus vecu bērnu mātēm.

*Pētījuma jautājumi:*

- 1.) Kādas pastāv atšķirības vecāku kompetences, vainas un kauna izjūtā strādājošām un nestrādājošām 1,5 - 3 gadus vecu bērnu mātēm?
- 2.) Kāda ir vecāku kompetences, kauna un vainas izjūtas saistība strādājošu un nestrādājošu māšu grupās?

*Pētījuma mainīgie lielumi:* Apmierinātība, efektivitāte, vaina un kauns

*Pētījuma izlase:* Pētījumā piedalījās 165 sievietes vecumā no 20 līdz 42 gadiem. 103 strādājošas mātes, 62 - nestrādājošas, visiem respondentiem ir viens bērns vecuma grupā 1,5 - 3 gadu vecumam.

*Instrumentārijs:* Vecāku kompetences izjūtas skala (Parenting Sense of Competence Scale (PSOC), Johnston & Mash, 1989). Skalu latviešu valodā adaptējušas Inga Skreitule-Pikše un Sandra Sebre (Skreitule-Pikše & Sebre, 2008). Aptauja mēra indivīda kompetences

izjūtu vecāka lomā. Skalai ir atsevišķa forma, kas domāta mātēm, un forma tēviem. Katru formu veido 12 jautājumi, kuri sadalīti divās apakšskalās - apmierinātība un efektivitāte. Respondenti atbildes sniedz 6-punktu Likerta skalā, kur 1 nozīmē “pilnīgi piekrītu”, 2 - “piekrītu”, 3 - “daļēji piekrītu”, 4 - “daļēji nepiekrītu”, 5 - “nepiekrītu”, 6 - “pilnībā nepiekrītu”.

Kauna un vainas ievirzes aptauja - KVIA (Guilt and Shame Proneness scale – GASP, Cohen et al., 2011). Aptaujas versiju izstrādājis un adaptējis Latvijā J.Ķirsis (Ķirsis, 2012). Aptauja mēra indivīda kauna un vainas izjūtu saistībā ar veikto pārkāpumu, kura dēļ ir izdarīts pāridarījums citiem. Aptauju veido 16 jautājumi, kuri sadalīti četrās apakšskalās - vaina un negatīvs sevis novērtējums (Kronbaha alfa 0,56), vaina un nodarījuma izlabošana (Kronbaha alfa 0,59), kauns un negatīvs sevis novērtējums (Kronbaha alfa 0,72), kauns un izvairīšanās no kaunu raisošām situācijām (Kronbaha alfa 0,65) Respondenti sniedz atbildes uz jautājumiem cik liela iespēja, ka indivīds konkrētā situācijā izjutīs vainu vai kaunu 7-punktu Likerta skalā, kur 1 nozīmē “Ļoti”, 2 - “Maz”; 3 - "Drīzāk maz", 4 - “Apmēram 50%”, 5 - “Drīzāk liela”, 6 - “Liela”, 7 - “Ļoti liela”;

*Darba izstrādes posmi:* Pirmajā posmā tika izstrādāta darba teorētiskā daļa. Otrajā posmā tika elektroniski ievākti dati no respondentiem, lūdzot tiem aizpildīt aptaujas, kuras tika ievietotas dažādos māmiņu forumos sociālo tīklu platformā *Facebook*. Trešajā posmā tika veikta datu analīze un interpretācija. Bakalaura darbs sastāv no trīs nodaļām. Darba kopējais apjoms ir 36 lpp, izmantoti 69 avoti.

## VECĀKU KOMPETENCE

Vecāka lomai ir trīs pamata dimensijas: 1) nodrošināt aprūpi un pasargāt bērnu no kaitējuma, kas ietver robežu nosprašanu bērna un citu drošībai; 2) bērna - vecāka mijiedarbība, kas veicina bērna attīstību, kā emocionālu, tā arī fizisku; 3) attīstīt bērna potenciālu, mācoties bērnu audzināšanas stratēģijas, kas veicina efektīvu izaugsmi un attīstību (Bornstein, 2003; Vance & Brandon, 2017). Centrālais kognitīvais elements, kas raksturo vecāku kompetenci, ir pašefektivitāte, ko var definēt kā vecāka paša savu spēju novērtējumu vecāka lomā un kā vecāka spēju pozitīvi ietekmēt bērna uzvedību un attīstību (Coleman & Karraker, 2000). Literatūrā nereti pašvērtējums un pašefektivitāte tiek apskatīti kā līdzīgi konstrukti, taču to nozīmes ir atšķirīgas. Alberts Bandura (*Albert Bandura*) raksturo pašefektivitāti kā indivīda spēju paškritiski novērtēt savas spējas, taču pašvērtējumu - sevis paša kā indivīda vērtēšanu. Indivīda spējām nav saistības ar to vai viņš pats sevi vērtē augstu vai nē, indivīds var savas darbības vērtēt kā neefektīvas, taču tas ne vienmēr ietekmēs pašvērtējumu (Bandura, 1997, 11). Saskaņā ar Banduras un Nensijas E. Adamsas (*Bandura & Nancy E. Adams*) teoriju, indivīdi izmanto četrus avotus, lai novērtētu savu pašefektivitāti: 1) to veikuma interpretāciju; 2) savas spējas, vērojot, kā citi izpilda uzdevumu; 3) to reakciju uz sociālo pārliecināšanu (piemēram, iedrošināšana vai uzslavas no citiem izkopj pašefektivitāti, savukārt kritika to mazina); 4) to fizioloģiskos un emocionālos stāvokļus (piemēram, pašpārliecinātība un laime var norādīt uz augstāku pašefektivitāti nekā trauksme un bailes) (Bandura & Adams, 1977), taču, lai arī minot vecāku kompetenci visbiežāk tiek minēta psihologa Alberta Banduras (*Albert Bandura*) pašefektivitātes teorija, zinātnieki mūsdienās no šīs teorijas ir mazliet atkāpušies, minot, ka vispārējā pašefektivitāte ir samērā stabila personības iezīme ar plašu piemērojamību dažādās indivīda darbības jomās, no kurām vecāka loma ir tikai viena tās dimensija (Coleman & Karraker, 2000). Vecāku kompetenci var uzskatīt par zināšanu, prasmju un attieksmju kopumu, kas ļauj vecākiem justies pārliecinātiem pildot vecāku pienākumus, lai veicinātu iesaistošu, nevardarbīgu, labvēlīgu, drošu vidi bērniem sākot no zīdaiņa vecuma līdz pat pilngadībai (Waters & Sroufe, 1983 kā minēts Martínez-González & Iglesias-García, 2018) – tās ir zināšanas, prasmes un problēmu risināšanas spējas, aktīva iesaiste rūpēs par bērniem, no kurām zināšanas un prasmes ir svarīgākās no minētajām dimensijām (Pridham et.al, 1998; Mohammadi, Rakhshan, Molazem

& Gillespie, 2019). Vecāku kompetencei ir divas vecāku pašvērtējuma dimensijas: apmierinātība un efektivitāte. Pirmais faktors (apmierinātība) norāda uz vecāka afektīvo dimensiju, atspoguļojot pakāpi, kādā vecāks jūtas apmierināts, satraukts un cik lielā mērā jūtas motivēts vecāka lomā. Otrs faktors (efektivitāte) norāda un audzināšanas instrumentālo dimensiju, kas atspoguļo, cik lielā mērā vecāks jūtas kompetents, spējīgs risināt problēmas un cik labi pārzina ar audzināšanu saistītos jautājumus (Mash & Johnston, 1990). Funkcionāli izpratne par bērna audzināšanas kompetenci ir saistīta ar to, kā vecāki pielieto efektīvas bērna audzināšanas stratēģijas (Johnston & Mash, 1989; Teti & Gelfand, 1991). Atsevišķi mātes kompetence tiek raksturota kā mātes spēja pienācīgi rūpēties par neaizsargātu jaundzimušo bez citu palīdzības (Nair & Morrison, 2000).

Demogrāfiskie rādītāji, piemēram, mātes vecums, izglītības līmenis, nodarbinātības statuss un ģimenes ienākumi, dzemdību komplikācijas, zīdaiņa veselības stāvoklis un temperaments pētījumos uzrāda saistību ar mātes kompetenci, tomēr secinājumi ir pretrunīgi (Bryanton, Gagnon, Hatem un Johnston, 2008. gads; Conrad, Gross, Fogg, & Ruchala, 1992; Koniak-Griffin, 1993; Koniak-Griffin, Logsdon, Hines-Martin, & Turner, 2006; Ngai, Wai-Chi & Wan-Yim, 2010). Dažos pētījumos tiek skaidrots, ka jaunākas mātes jūtas mazāk kompetentas un mazāk apmierinātas mātes lomā. Vecuma ietekmi uz mātes lomu kompetenci var attiecināt uz to, ka vecākām sievietēm ir vairāk resursu risināt ar izaugsmi saistītus uzdevumus mātes lomā un ir mazāka nosliece uz depresīviem simptomiem, kuri tieši ietekmē mātes lomas kompetenci un apmierinātību (Ngai, Wai-Chi & Wan-Yim, 2010), savukārt sociālais atbalsts prognozē augstāku vecāku kompetences izjūtu (Coleman & Karraker, 1998; Merrifield & Gamble, 2013; Eldik, Prinzie, Deković & de Haan, 2017). Senākā pētījumā noskaidrots, ka mātes, kurām ir augstāka izglītība uzrāda zemāku pārliecību par savām spējām vecāka lomā, jo uzstādot pret sevi augstākas prasības, piedzīvo vilšanos (Mercer, 1986; Mecer & Ferketich, 1995). Savukārt, citā pētījumā noskaidrots, ka mātes, kurām ir augstāka izglītība, uzskata sevi par daudz kompetentākām mātes lomā, kā arī strādājošās mātes jūtas kompetentākas salīdzinot ar mājāsaimniecēm. Šādi rezultāti varētu būt saistīti ar to, ka mājāsaimnieces (konkrētajā pētījumā) rūpējas par bērnu 24 stundas diennaktī, kamēr strādājošās mātes iegūst dažu stundu atkāpi no šīm rūpēm un atgriežoties no darba var dalīt rūpes par bērnu kopā ar atbalsta personu (Shrooti, Mangala, Nirmala, Devkumari & Dharanidhar, 2016), pretēji Ķīnā veiktam pētījumam, kurā netika atklātas atšķirības strādājošu un nestrādājošu māšu grupās (Ngai & Chan, 2011). Jāmin, ka veicot salīdzinājumus būtisks ir

arī kulturālais konteksts, jo dažādās kultūrās vecāki var atšķirties pēc personību veidojošām, sociāldemogrāfiskām atšķirībām, kas arī var radīt atšķirīgas vērtības attiecībā uz bērnu audzināšanu. Piemēram, vecāki dažādās kultūras grupās var atšķirties pēc personības veida, akulturācijas līmeņa, izglītības vai sociālekonomiskā statusa (Bornstein, 2012).

Džejs Belskis (*Jay Belsky*) attiecībā uz vecāku uzvedības modeli min trīs apakšsistēmu kombinācijas: vecāku psiholoģiskās īpašības (piemēram, personība), bērna īpašības (piemēram, temperaments) un kontekstu (piemēram, ģimenes attiecību kvalitāte, sociālais atbalsts). Belskis min arī to, ka vecāku psiholoģisko īpašību apakšsistēma ir galvenais faktors, lai noteiktu vecāku uzvedību. Piemēram, mātes personība tieši ietekmēs veidu, kā viņa attieksies pret savu bērnu. Var prognozēt, kā mātes personība ietekmēs partnera izvēli un romantisko attiecību kvalitāti, kas savukārt ietekmēs to, kā māte izturēsies pret bērnu (Belsky, 1984).

Pētījumos par personības iezīmju saistību ar vecāku kompetences izjūtu tiek secināts, ka augstai vecāku kompetencei ir saistība ar tādām lielā piecinieka personības iezīmēm kā augsta ekstraversija un labvēlīgums, kas savukārt saistīts ar augstāku emocionālo siltumu un zemāku pārspīlētu reakciju līmeni (De Haan, Prinzie & Dekovic, 2009), savukārt neirotisms norāda uz zemākiem vecāka kompetences rādītājiem, jo cilvēks, kurš ir nervozs, izteikti emocionāls un nedrošs - jūtas neadekvāts. Neirotisms var pastiprināt stresa izjūtu grūtākos dzīves apstākļos, liedzot mātēm spēju veltīt bērnam nepieciešamo uzmanību (Bornstein et.al, 2003). Neirotismam ir arī primāra saistība nosakot vecāka izdegšanas sindromu, kam seko arī augstāki apzinīguma un labvēlīguma rādītāji (Le Vigoroux et.al, 2017), neirotisms var pastiprināt grūtus dzīves apstākļus, apgrūtinot mātes spējas pieņemt atsevišķas bērna īpašības. Tas var veicināt pasīvāku iesaisti audzināšanā, kā arī negatīvāku, uzbāzīgāku un pārāk kontrolējošu audzināšanas veidu (Bornstein, Hendrick, Hahn, Painter & Tamis-LeMonda, 2009). Vecākiem savu emociju izrādīšanai un izpratnei ir kritiska nozīme mācot emociju regulāciju zīdaiņiem un maziem bērniem (Denham, Mitchell-Copeland, Strandberg, Auedach, & Blair, 1997; Liang, Zhang, Chen, & Zhang, 2012; Borre, Jäggi, Drazdowski & Zaharakis, 2016), jo, veidojoties pozitīvai mijiedarbībai ar bērnu un saņemot pozitīvu atgriezenisko saiti no bērna, vecāki jūtas apmierinātāki, vēlas vairāk laika pavadīt ar bērnu un jūtas kompetentāki vecāka lomā (LaFreniere & Dumas, 1992; Putnam, Sanson, & Rothbart, 2002; Bornstein et.al., 2003). Tātad, var secināt, ka vecāku kompetences izjūtu ietekmē ne tikai vecāka personības

iezīmes, bet arī atgriezeniskā saite mijiedarbībā ar bērnu. Līdzšinējie pētījumi liecina, ka mātes kompetences izjūta prognozē mātes spēju nodrošināt adaptīvu, stimulējošu un bērnam labvēlīgu vidi (Locke & Prinz, 2002).

## VAINAS UN KAUNA IZJŪTA

Agrīnās teorijas par kauna un vainas izjūtu meklējamas psihoterapijas aizsākumos. Lai arī Zigmunds Freids (Sigmund Freud) vairāk uzmanības veltīja kognitīvajam vainas konstruktam un tā saistībai ar ego-superego konfliktu (Freud, 1914/1957; 1923/1961; 1924/1961; 1925/1961, kā minēts Tangney, 1998), psihoanalīzes pamatlicējs atstājis novārtā šo abu emociju, vainas un kauna, kā atsevišķu konstruktu nodalīšanu (Tangney, 1998). Taču kauna un vainas atšķirības pētītas vēl senāk. 20. gadsimta vidū sociālie pētnieki (Ausubel, 1955; Benedict, 1946) vainu un kaunu nodalīja kā publiskas emocijas un kā privātas. Konkrētāk, kaunu skaidro kā “publisku” emociju, kas rodas no citu negatīva vērtējuma, savukārt kaunu kā “privātu”, kas rodas, balstoties uz paša sirdsapziņu un apziņu, kas ir pareizi un kas ne (Tangney, 1995), Helēna B. Levisa (Helen B. Lewis) aizsāka pētījumus par kaunu un vainas apziņu kā par atšķirīgām emocijām, skaidrojot, kā negatīvā novērtējuma objekts atšķiras no kauna un no vainas apziņas perspektīvas. Respektīvi, kauna gadījumā indivīds koncentrējas uz savas būtības negatīvo novērtējumu “es esmu slikts cilvēks”, savukārt, vainas apziņas gadījumā uzmanība tiek vērsta negatīvas uzvedības novērtējumu “paskaties, kādu briesmīgu lietu esmu izdarījis”. Kauns atduras pret cilvēka identitātes kodolu, tā rezultātā cilvēks var justies nepietiekami labs vai necienīgs. Savukārt vainas apziņa padara identitāti neskartu, tā norāda uz uzvedības sekām (Lewis, 1971; kā minēts Kim, Jorgensen & Thibeodeau, 2011). Daudz zinātnisko pētījumu atbalsta šo nodalījumu starp kaunu un vainas apziņu. Konkrētāk, pētījumi par sasniegumu atribūciju ir pierādījuši, ka indivīdi, kuri vaino vāju sniegumu uz savām spējām (iekšējs, stabils faktors) drīzāk izjūt kaunu, savukārt indivīdi, kuri vaino sliktu sniegumu ar sevis nepietiekami daudz ieguldītām pūlēm (iekšējs, nestabils faktors) drīzāk izjutīs vainu (Brown & Weiner, 1984; Covington & Omelich, 1981; Jagacinski & Nicholls, 1984; Tracy & Robins, 2002; 2004). Tātad, lai arī pat mūsdienu literatūrā nereti jauc kauna un vainas nozīmi, būtiskāko atšķirību var skaidrot šādi: kauns ir iekšēja izjūta pašam par sevi, sevis vērtēšana ar negatīvu nokrāsu, bet vaina – nepatīkama izjūta, kas saistāma ar darbību, kam ne obligāti seko kauna izjūta un sevis kā indivīda negatīva vērtēšana. Parasti vainīgi cilvēki izjūt emocionālu diskomfortu (pamatotu vai nē) par to, ka nodarījuši kādam fizisku vai emocionālu kaitējumu (Sterlan, 2007), taču kaunu izjūtoši indivīdi izjūt ne

tikai emocionālu diskomfortu, bet arī jūtas, ka ir mazvērtīgāki kā cilvēki (Stuewig, Tangney, Heigel, Harty, & McCloskey, 2010).

Atšķirības atrodamas arī izpausmēs, kā indivīds rīkojas izjutot kaunu un vainu. Vainas apziņa, balstoties uz līdzšinējiem pētījumiem, prognozē, ka indivīds izrādīs vēlmi atzīties, vai labot savus pārkāpumus, savukārt kauna izjūtas gadījumā indivīds drīzāk mēģinās sevi pasargāt no negatīva novērtējuma, kas savukārt var provocēt uz izvēli slēpties, pazust vai bēgt (Tangney, 1995; Wicker et al., 1983, kā minēts Lickel, Schmader, Curtis, Scarnier & Ames, 2005). Vainas apziņai un kaunam ir vairākas līdžības. Abi ir negatīvi afektīvi stāvokļi, kas rodas reaģējot uz negatīvu pieredzi vai trūkumiem, abas ir apzinātas emocijas, kas nozīmē, ka pašrefleksija ir nepieciešama, lai tās atpazītu (Tignor & Colvin, 2016).

No personības iezīmju perspektīvas kauns bieži vien ir saistīts ar negatīvu sevis novērtējumu un pazemīgu uzvedību sociālās situācijās, šīs paša apzinātās emocijas norāda uz spēcīgu saistību ar augstākiem neirotizma un zemākiem ekstraversijas rādītājiem. Savukārt ir pierādīts, ka vainas apziņa, kas saistīta ar empātiju un prosociālu uzvedību ir saistāma ar augstākiem labvēlīguma rādītājiem (Muris, Meesters & van Asseldonk, 2017). Mēs tiecamies būt “labi cilvēki”, vai arī cenšamies izturēties labi pret citiem, jo to nedarot mēs izjutam kaunu un vainu. Vienkāršojot – sabiedrība mums norāda, kādam ir jābūt labam cilvēkam un mēs internalizējam šos uzskatus faktiska un “ideālā es” veidā. Paša apzinātas emocijas motivē mūsu rīcību tiekties uz šādu sevis atainošanu. Tāpēc, lai arī mēs kognitīvi apzināmies, ka mums ir citiem jāpalīdz un kādiem mums būtu jābūt, vaina un kauns ir psiholoģisks instruments, kas liek mums izrādīt sociāli vēlamu uzvedību (Tracy & Robins, 2004).

Sievietēm ir izteiktāka predispozīcija justies vainīgām, nekā vīriešiem. Sievietes, salīdzinot ar vīriešiem, biežāk ziņo par vainas izjūtu reaģējot uz attiecīgiem notikumiem (Bybee, 1998). Neskaitāmi pētījumi pierāda nepārprotamu vainas izjūtas un empātijas savstarpējo saistību (Baumeister, Stillwell & Heatherton, 1994; Leith & Baumeister, in press; Tangney, 1991, 1995; Tangney et al., 1994, Tangney, 1998), pētījumā par vainas un empātijas dzimumatšķirībām – sievietes un meitenes uzrādīja augstākus vainas izjūtas un empātijas rādītājus, nekā zēni un vīrieši (Silfver & Helkama, 2007). Dzimumu lomu stereotipi prognozē, ka sievietes izteiktāk izpaudīs (ja ne arī piedzīvos) abas emocijas. Tiek pieņemts, ka sievietēm ir jāapzinās savi pienākumi un piesaiste citiem, sievietes tiek mudinātas būt mīlošām un iejūtīgām (e.g., Hill & Lynch, 1983; Williams & Best, 1990 kā minēts Ferguson & Eyre,

2010), tomēr dzimuma atšķirību pētniece un psiholoģe Dženeta Šiblija Haida (*Janet Shibley Hyde*) apgalvo, ka dzimumatšķirības nevajadzētu pārspīlēt, jo tās var kalpot kā pašpiepildošs pareģojums, kas savukārt kalpo dzimumu stereotipu saglabāšanai (Hyde, 2005). Kauns un vaina ir apzinātas emocijas, kas nostāda indivīdu sevis vērtēšanas pozīcijā. Tās neatklāj saistību ar morālajām normām kā tādām, bet gan sevis un savas identitātes apzināšanos kontekstā, kas tiek uzskatīts par normu. Kā apgalvo dažādi sociālie teorētiķi - indivīda sevis apzināšanās ir cieši saistīta ar personiskajām attiecībām, saikni sociālajās grupās un ar sociālo lomu pieņemšanu. Šāda veida emocijas ietver šo elementu apzināšanos (Baldwin and Baccus, 2004, kā minēts De Boeck, Pleysier & Put, 2017). Mātes ir apveltītas ar spēju gan rūpēties par saviem pēcnācējiem, gan arī dalīt, novirzīt rūpes uz citiem. Pozitīvas emocijas, piemēram, mīlestība un pieķeršanās veicina vēlmi veltīt rūpes bērnam. Dusmu un vienaldzības uzplaiksnījumi, savukārt, signalizē, ka ir laiks novirzīt savu uzmanību kur citur. Taču neraugoties uz to, ka kauna izjūta un vaina parasti tiek raksturotas ar negatīvu nokrāsu, šīs emocijas palīdz mazināt dusmas un vienaldzību (Rotkirch & Janhunen, 2009). Šādā kontekstā abas emocijas var tikt vērtētas kā līdzīgas, jo vainas izjūta var likt pārvērtēt mātes negatīvo rīcību attiecībā uz bērnu, savukārt kauna izjūta var likt kritiski novērtēt savu attieksmi.

Kad sieviete uzskata, ka nedzīvo saskaņā ar sevis pieņemtiem standartiem attiecībā uz to, ko nozīmē būt labai mātei, tas veicina vainas izjūtu un kaunu (Liss, Schiffrin & Rizzo, 2012). Rietumu kultūras dominējošā ideoloģija mudina mātes ieņemt daudz un dažādas lomas savu bērnu dzīvē, ieskaitot aizbildņa lomu, kas pasargās no visa veida kaitējuma, aprūpētāja bez ierobežojumiem, kā arī pozitīva piemēra, kam piemīt nebeidzama pacietība (Hays, 1996), un dažādi pētījumi norāda, ka rietumvalstu mātes tiešām cenšas vadīties pēc šādiem standartiem, lai arī patiesā pieredze mātes lomā var krasi atšķirties (Arendell, 2000; Liamputtong, 2006). Sabiedrības radītie mīti rada maldinošu iespaidu par to, kādai ir jābūt labai mātei. Kad tos apvieno ar bērnu aprūpes augstajām prasībām, rezultātā rodas “vilšanās un zaudētas identitātes izjūta”. Realitāte, kā tas ir – būt mātei, ir pretrunā ar idealizēto mātes tēlu, kāds tas tiek prezentēts plašsaziņas līdzekļos sabiedrībai un tas liek daudzām sievietēm justies kā nepietiekami kompetentām mātēm (Antonis, 1981, kā minēts Liamputtong, 2006). Apjomīgā 2005. gadā veiktā pētījumā Amerikā, kurā piedalījās vairāk nekā 2000 mātes, tika konstatēts, ka, jautājot par rūpēm par sevi un rūpēm par saviem bērniem, gandrīz visām mātēm bija grūti šos abus jautājumus nodalīt. Vispirms sievietes sniedza atbildi par saviem bērniem, taču, kad intervijā tika lūgts runāt par savām vajadzībām, viena no mātēm atbildēja “Kad labi

ir bērnam, tad labi ir mātei” - līdzīgas atbildes bija plaši izplatītas pārējo intervēto sieviešu vidū (Aird & Erickson, 2005), kas norāda uz savu vajadzību nostādīšanu kā sekundāru pēc bērna vajadzībām. Sekojot šādai ideoloģijai, sabiedrības normas pieņem, ka sievietes ir "mājās" un "nestrādā", jo viņas (savas izvēles un aicinājuma dēļ) kā prioritāti izvēlas ģimeni un bērnus, nevis ienākumu pelnīšanu un attīstību karjerā (Hays, 2000).

Sievietes bieži tiek vērtētas pēc to lomas ģimenē, ne karjeras sasniegumiem. Sievietes atstās novārtā pašaprūpi (piemēram, miegu, atpūtu, laiku vienatnē), lai varētu izpildīt neskaitāmos mātes lomas uzdevumus. Sievietes joprojām saskaras ar diskrimināciju darba vidē, kur joprojām bieži nākas darīt vairāk, lai gūtu tādus pašus panākumus kā vīrieši, taču tā kā sievietes bieži tiek vērtētas pēc ar mājsaimniecību saistītu darbu izpildi ģimenē, sievietes nereti jūtas izsmeltas arī šajā jomā, kas var izraisīt spriedzi par šādu lomu sadalījumu (Galick, 2016). Lai arī varētu šķist, ka sievietes kā mātes tēls laika gaitā kultūras uztverē ir mainījies, literatūrā joprojām kļūšana par māti netiek nodalīta no sievišķības kā koncepta, respektīvi, arī mūsdienu kultūrā ir iesakņojies uzskats “no meitenes par sievieti kļūst, kļūstot par māti” (Chrisler, 2013). Bailes no citu kritikas un nosodījuma pastiprina izjūtu, ka sieviete nedzīvo saskaņā ar internalizētiem standartiem kādai ir jābūt mātei. Sievietes, kurām ir reālistiskākas gaidas attiecībā uz to, ko nozīmē būt labai mātei, var tikt pasargātas no tādām emocijām kā vaina un kauns. Tādēļ pielāgojot gan sabiedrības, gan individuālās gaidas par labas mātes standartiem, varētu tikt uzlabota sieviešu garīgā veselība (Liss, Schiffrin & Rizzo, 2012).

Mūsdienās, kad īpaši aktuāli ir kļuvuši dažādi plašsaziņu līdzekļi un sociālie tīkli, populāri kļuvuši dažādi māmiņu emuāri, kur māmiņas var radīt savu interneta vides identitāti, kontaktēties ar citām mātēm, socializēties un iegūt atbalstu (Webb & Lee, 2011), taču laika gaitā ir radies termins “māmiņu karš” (*mommy war*), ko var skaidrot kā dažādu viedokļu, audzināšanas paradumu atšķirību apspriešanu interneta vidē. Lai komunikācijai interneta vidē ir arī ieguvumi, nenoliedzami saduroties dažādiem viedokļiem, mātes sociālo tīklu vidē ir izjutušas arī nosodījumu un tikušas kauninātas. Tēmas, kurās nesaskan viedokļi, var būt dažādas, viena no tām ir mātes izvēle atgriezties darba vidē pēc bērna piedzimšanas (Abetz & Moore, 2018).

## STRĀDĀJOŠAS UN NESTRĀDĀJOŠAS MĀTES TĒLS SABIEDRĪBĀ

Strādājošu māti var definēt kā sievieti, kura ir spējīga apvienot karjeru ar papildus atbildību par bērna audzināšanu (Poduval & Poduval, 2009). Daudzas sievietes mūsdienās mēģina rast līdzsvaru starp darbu un ģimenes dzīvi. Vallis un Prais (Wallis and Price) apraksta trīs literatūrā atrodamas teorijas: a) Segmentācijas teorija (*Segmentation theory*) – darbs un ģimene tiek uztvertas kā divas atšķirīgas jomas, kurās cilvēks darbojas konkrētā laikā un vietā, adaptējas konkrētajiem apstākļiem. Pieņēmums, ka enerģija un laiks ir ierobežots, tādēļ ja vienai jomai nepieciešami resursi, otra loma tiek atstāta novārtā; b) Pārejas teorija (*Spillover theory*) – balstās uz attieksmes un uzmanības pārnesšanu no vienas lomas uz otru. Cilvēki, kuri vienā lomā iesaistās ar entuziasmu, šo pašu entuziasmu pārnesīs uz otru; c) Kompensēšanas teorija (*Compensation theory*) – ja indivīds nav apmierināts vienā lomā, tad meklēs papildījumu otrā. (Wallis & Price, 2003).

Lai arī kultūrā radušās gaidas attiecībā uz mātes lomu varētu būt radušās no pozitīvas perspektīvas par to, kādai būtu jābūt labai mātei, šīs gaidas var radīt strādājošai sievietei trauksmi. Pētījumi ir pierādījuši, ka spiediens būt “ideālai mātei”, ir saistīts ar pastiprinātu mātes vainas izjūtu, zemāku pašefektivitātes vērtējumu un augstāku stresa līmeni – pat ja “ideālās mātes” tēls nesaskan ar pašas sievietes pārlicību (Meeussen & Van Laar, 2018). Dilemma par “pareizo” izvēli pastāv gan strādājošu, gan nestrādājošu māšu grupās. Mātes, kuras nestrādā jūtas tā, it kā “izniekotu iegūto izglītību”, upurējot karjeru un dzīvojot mājās ar bērniem. Savukārt strādājošas mātes izjūt sabiedrības nosodījumu par izvēli strādāt. Paralēli tam, nestrādājošās mātes, kuras saņem valsts pabalstu, tiek mudinātas atsākt strādāt, taču reliģiskās organizācijas joprojām, pat mūsdienās, pauž stingru nostāju, ka, lai sieviete tiktu uzskatīta par mīlošu un gādīgu māti, sievietes misijai jābūt audzināt bērnus, nevis attīstīt karjeru. Šie jauktie pieņēmumi, neizsniedzamie standarti veicina sievietes ambivalenci, vainas izjūtu un izsīkumu (Zimmerman, 2000)

Ja māte atgriežas darbā personīgu ambīciju dēļ, lai turpinātu un attīstītu karjeru, kas viņu apmierina un padara neatkarīgu - viņa tiks kritizēta (Heilman & Okimoto, 2008). Kā vecāku, strādājošās mātes mēdz vērtēt negatīvi, salīdzinot ar mātēm, kuras izvēlas palikt mājās ar bērniem. Strādājošas mātes tiek uzskatītas kā uz sevi orientētas un vienaldzīgākas pret saviem

bērniem (Etaugh & Nekolny, 1990). Līdzīgus secinājumus izdarīja Tobijs Tetenbaums (*Toby Tetenbaum*) ar kolēģiem pētījumā par skolotāju attieksmi pret strādājošām un nestrādājošām mātēm. Šī pētījuma ietvaros tika noskaidrots, ka respondenti negatīvāk vērtēja strādājošas mātes, kuras izvēlējušās atgriezties darbā ne apstākļu spiestas, bet savu karjeras ambīciju dēļ (Tetenbaum, Lighter & Travis, 1981). Pētījumā par to, kā mātes tiek vērtētas darba vidē tika noskaidrots, ka ne tikai izvēlei atgriezties darbā ir nelabvēlīga ietekme uz to kā sievieti vērtē kā māti, bet arī kā sieviete tiek vērtēta kā darbinieks. Konkrētāk – mazu bērnu mātēm pastāv augstāks risks saskarties ar nepatīkamiem stereotipiem un pat diskrimināciju darba vidē (Heilman & Okimoto, 2008).

Sievietes darba vidē cieš lielākus “zaudējumus”, kļūstot par vecāku, salīdzinot ar vīriešiem. “Mātes sods” (“*motherhood penalty*”) ir termins, kurš radies skaidrojot, ka mātes, salīdzinot ar tēviem un citiem indivīdiem (gan vīriešiem, gan sievietēm) kuriem nav bērnu, sastopas ar diskrimināciju rekomendācijās par pieņemšanu darbā, algas apjomā, izaugsmes iespējās un algas paaugstinājumos (Correll, Bernard, & Paik, 2007). “Mātes sodu” ir iespējams mazināt, ja sieviete izrāda nopietnu atdevi darbam (Aranda & Glick, 2013), pierādot, ka ģimenes dzīve ārpus darba neietekmēs darba pienākumus. Var secināt, ka neraugoties uz nevienlīdzību materiālā kompensācijā un karjeras izaugsmes iespējās, strādājošām mātēm arī jārēķinās, ka, lai tiktu uztvertas kā nopietni darbinieki, nākas strikti nodalīt darbu ar ģimenes dzīvi. Interesanti, ka šāda veida stereotips neattiecas uz strādājošiem tēviem. Lai arī pēdējo 40 gadu laikā vīriešu iesaiste mājsaimniecības darbos ir palielinājusies un sieviešu - samazinājusies, dzimumu atšķirības neapmaksātā darbā joprojām pastāv un sievietes rietumu valstīs joprojām uzņemas lielāko daļu mājas darbu (Kan, Sullivan, & Gershuny, 2011). Strādājoši tēvi, atšķirībā no strādājošām mātēm, netiek uzskatīti kā mazāk motivēti strādāt (Ridgeway & Correll, 2004) Var secināt, ka sabiedrības radīto stereotipu dēļ, strādājoša māte nevar būt labs darbinieks un laba māte vienlaicīgi. Taču citā pētījumā noskaidrots, ja sievietes izjutīs lielāku atbalstu mājās, tad netiks uzskatīts, ka sievietes nespēj sadalīt darba un mājas pienākumus (Burgess, 2013). Alberts Bandura, pētot pašefektivitātes izjūtu strādājošu māšu vidū, secināja, ka strādājošām sievietēm ir vairāk pienākumu un iespējamo stresoru, mēģinot rast līdzsvaru starp darba-ģimenes sfērām, taču pašefektātes izjūtas līmeni nosaka standarti kurus sev uzstādījusi pati sieviete (Bandura, 1997, 192).

Sabiedrībā laika gaitā pieņemtie uzskati par to, kas ir “laba māte” joprojām, šķietami, mudina izdarīt izvēli starp bērnu audzināšanu un karjeru. Jo arī mātes, kuras pēc bērna piedzimšanas atsakās izmantot bērnu kopšanas atvaļinājumu un izvēlas atgriezties darbā, tiek vērtētas bargāk, nekā mātes, kuras izvēlas izmantot atvaļinājumu. Tas pamatots uz pieņēmumiem, ka strādājošās mātes velta saviem bērniem mazāk rūpes (Bridges & Etaugh, 1995, kā minēts Cuddy, Fiske & Glick, 2004). “Mātišķuma mīts” ir viens no kultūrā radītiem instrumentiem, lai manipulētu ar mātēm pārmērīgi iesaistīties bērnu aprūpē. Šis mīts ataino mātes kā vienmēr klātesošas, aprūpējošas un laipnas (Hare-Mustin & Broederick, 1979; Douglas & Muichaels, 2004) Šī ideja atbalsta ideoloģiju, ka sievietes identitātes būtiska daļa ir nodoties bērnu aprūpei ar intensīvu emocionālo līdzdalību, upurējot vai atliekot malā pašas vēlmes un intereses (Arendell 2000; Martinez, Carrasco, Blanco & Espinar, 2011). Pētījumi par mātes un nodarbinātību un vecāka lomai atvēlēto laiku, kas ietver bērnu fizisko un emocionālo aprūpi, veido diezgan konsekventu mātes tēlu. Liela daļa senāku pētījumu atklāj negatīvu saistību ar mātes nodarbinātību un spēju veltīt bērniem nepieciešamo laiku un aprūpi (Baydar, Greek, and Gritz, 1999; Bryant and Zick, 1996a; Coverman and Sheley, 1986; Gershuny and Robinson, 1988; Hill and Stafford, 1985; Kooreman and Kapteyn, 1987; Maret and Finlay, 1984; Medrich et al., 1982; Robinson, 1977; Sanik, 1981 kā minēts, Zick, Bryant & Osterbacka, 2001). Rubina un Vutena, balstoties uz līdzšinējiem pētījumiem, nodala divus mātes vainas izjūtas veidus: Pirmais veids balstīts uz to, ka netiek darīts gana daudz bērna labā, bērnam netiek nedalīta mātes uzmanība. Šādas mātes vainas izjūtas izpaušmei kā piemērs tiek minēts bērna atstāšana bērnudārzā vai ar auklīti. Otra tipa vaina tiek skaidrota ar bailēm par zaudētu potenciālu, sevis nerealizēšanu karjerā. Šī tipa vainas apziņu bieži vien pavada kauns (Rubin & Wooten, 2007). Vainu, kas tiek izjusta, ja bērns ir jāatstāj kāda cita aprūpē, ir iespējams mazināt, ja tiek nodrošināta bērnam attīstoša un labvēlīga vide mātes un bērna atšķirtības posmā. Buffardi un Erdvins (*Buffardi & Erdwins*) norāda, ka apmierinātībai ar bērnu aprūpi (*Child Care Satisfaction, CCS*) ārpus ģimenes, pamatā ir trīs interpretējami faktori: ārpus ģimenes aprūpētāja uzmanība, kas veltīta bērnam, komunikācija un uzticamība. Aprūpētāja uzmanība attiecas uz nedalītu viens pret viens uzmanību, kuru saņem bērns, cik daudz bērnu vēl ir aprūpētāja gādībā, kā arī bērna vispārējā fiziskā aprūpe. Komunikācija atspoguļo to, cik labi un droši jūtas vecāki, kad mijiedarbojas ar aprūpētāju, norādot to cik apmierināti ir vecāki ar pieejamo informāciju par bērna dienas gaitām. Uzticamības rādītāji norāda uz to vai vecāks var rēķināties ar aprūpētāja pieejamību, par ko ir abpusēji vienojušies

(Buffardi & Erdwins, 1997), Nesenākā pētījumā tika konstatēts, ka, ja bērna aprūpētājs spēj veļtīt bērnam gana daudz uzmanības mātes prombūtnes laikā, tas mazina vecāku darba-ģimenes konflikta radīto spriedzi, savukārt veiksmīga komunikācija par bērna labklājību vecāku prombūtnes laikā mazina mātes šķiršanās trauksmes un vainas izjūtas pakāpi (Poms, Botsford, Kaplan & Buffardi, 2009).

Strādājošai mātei daļa no pašapziņas atgūšanas ir saistīta ar profesionālās identitātes atjaunošanu. Cenšoties atjaunot savu profesionālās sfēras identitāti, viņa bieži izmantos taktiku, lai pārsniegtu gaidas attiecībā uz savu sniegumu un izpildītu ideālā darbinieka normas, tikai, lai tiktu uzskatīta par kompetentu profesionāli (Williams, 2000; Correll et al., 2007). Laikā kad jauna strādājošā māte veido savu mātes identitāti un efektivitāti, viņa vienlaikus pārveido arī savu profesionālo identitāti (Ladge & Greenberg, 2015). Pētījumā par mātes sevis izpratni, Maneta (Manetta, 1992 kā minēts Rubin & Wooten, 2007) konstatēja, ka pilnas slodzes strādājošām mātēm sevis izpratne mātes lomā ir ievērojami zemāka, salīdzinot ar mātēm, kuras strādā pusslodzi vai nestrādā vispār. Savukārt socioloģijas pētniece Debora Luptona (*Deborah Lupton*) atklāja, ka strādājošas mātes uzskata, ka “ideālā māte” paliek mājās un audzina bērnus, tomēr apzinās, ka atsakoties no algota darba zaudētu būtisku daļu sava “es” (Lupton, 2000). Zviedrijā veiktā pētījumā tika noskaidrots, ka mātes apmierinātība veicinās bērna apmierinātību un otrādi - ja bērns būs apmierināts, tāda būs arī māte. Tātad, var secināt, ka zviedru sievietes tiek atalgotas gan par pieejamību, gan par piepildījuma atrašanu ārpus bērnu audzināšanas. Šis modelis prognozē, ka sievietēm jābūt laimīgām un apmierinātām, lai veicinātu arī bērnu labklājību, un, lai to izdarītu – nepieciešama izaugsme arī citās jomās ārpus ģimenes (Guendouzi, 2006). Bezdarbs var negatīvi ietekmēt mātes pašapziņu, autonomiju. Ja karjera ir bijis svarīgs identitātes komponents pirms bērna piedzimšanas, tad bezdarbs var apdraudēt sievietes identitātes izjūtu. Mūsdienās Francijā vidēji 83% mātes atgriežas darbā vēl pirms bērna pirmās dzimšanas dienas, kvalificētākas sievietes - pirmo četru mēnešu laikā pēc bērna piedzimšanas. Šajā pētījumā, pretēji prognozēm, ka strādājošas sievietes izjutīs lielāku psiholoģisko diskomfortu, tieši nestrādājošas mātes uzrādīju augstākus spriedzes rādītājus, kā emocionālā, tā arī finansiālā jomā. Psiholoģisko stresu pastiprina fakts, ja sieviete ir ieguldījusi daudz resursu izglītības ieguvei (Saurel-Cubizolles, Romito, Ancel & Lelong, 2000). Augstākus depresijas rādītājus uzrāda mātes, kurām būtiska autonomijas daļa ir bijusi sevi pierādīt darba vidē, taču kuras izvēlas palikt mājās ar bērniem un neatsākt darba gaitas. Vairāku pētījumu rezultāti parāda, cik

svarīgi ir atzīt psiholoģiskās atšķirības sievietēm, ja tiek vērtēta mātes nodarbinātības ietekme uz mātes psiholoģisko veselību. Konkrētajā pētījumā mātes, kuras vēlējās atgriezties darbā, taču nedarīja to pienākuma izjūtas dēļ, uzrādīja zemāku emocionālu apmierinātību attiecībās ar bērniem, kas savukārt negatīvi ietekmē kompetences izjūtu mātes lomā. Šādi pētījuma rezultāti ilustrē to, ka psiholoģiskās attieksmes un vērtības, ir būtiski ņemt vērā vērtējot nodarbinātības statusa izvēli un līdz ar to mātes labsajūtu un pašpārliecinātību kopumā (Hock & DeMeis, 1990). Motivācijai atgriezties darbā pēc bērna piedzimšanas var būt dažādi iemesli. Ja neņem vērā citu viedokli par to, kas ir “pieņemami” vai “pareizi”, tad šāds lēmums var uzlabot mātes emocionālo labklājību. Pētījumā, kurā tika salīdzināta mātes labklājības strādājošu, nepilnu laiku strādājošu un nestrādājošu māšu grupās, nestrādājošas mātes uzrādīja zemākus labklājības rādītājus, savukārt pārējo divu grupu rezultāti būtiski neatšķīrās. Iemesls varētu būt, ka nestrādājošas mātes, īpaši laikā kad bērni ir pavisam mazi, nereti jūtas vientuļas un izolētas no citiem (Buehler, Cheryl, O'Brien & Marion, 2011). Iejūtība pret sevi un savām vajadzībām var uzlabot pašvērtējumu, mazinot vainas izjūtu, kas radusies cenšoties sekot “labās mātes” ideālam (Miller & Strachan, 2020).

## METODE

### *Pētījuma dalībnieki*

Pētījumā piedalījās 165 sievietes vecumā no 20 līdz 42 gadiem. 103 strādājošas mātes, 62 - nestrādājošas, visiem respondentiem ir viens bērns vecuma grupā 1,5 - 3 gadu vecumam. Strādājošām mātēm vidējais vecums ir  $M = 30,96$   $SD = 4,02$ , savukārt nestrādājošām  $M = 28,74$ ,  $SD = 5,33$ .

### *Instrumentārijs*

Vecāku kompetences izjūtas skala (Parenting Sense of Competence Scale (PSOC), Johnston & Mash, 1989). Skalu latviešu valodā adaptējušas Inga Skreitule-Pikše un Sandra Sebre (Skreitule-Pikše & Sebre, 2008). Aptauja mēra indivīda kompetences izjūtu vecāka lomā. Skalai ir atsevišķa forma, kas domāta mātēm, un forma tēviem. Katru formu veido 12 jautājumi, kuri sadalīti divās apakšskalās - *apmierinātība* un *efektivitāte*. Respondenti atbildes sniedz 6-punktu Likerta skalā, kur 1 nozīmē "pilnīgi piekrītu", 2 - "piekrītu", 3 - "daļēji piekrītu", 4 - "daļēji nepiekrītu", 5 - "nepiekrītu", 6 - "pilnībā nepiekrītu". Aptaujas iekšējās saskaņotības rādītājs Kronbaha alfas koeficients ir 0,77, apmierinātības apakšskalas Kronbaha alfas koeficients ir 0,8 un efektivitātes Kronbaha alfas koeficients ir 0,81.

Kauna un vainas ievirzes aptauja - KVIA (Guilt and Shame Proneness scale – GASP, Cohen et al., 2011). Aptaujas versiju izstrādājis un adaptējis Latvijā J.Ķirsis (Ķirsis, 2012). Aptauja mēra indivīda kauna un vainas izjūtu saistībā ar veikto pārkāpumu, kura dēļ ir izdarīts pāridarījums citiem. Aptauju veido 16 jautājumi, kuri sadalīti četrās apakšskalās - *vaina un negatīvs sevis novērtējums* (Kronbaha alfa 0,56), *vaina un nodarījuma izlabošana* (Kronbaha alfa 0,59), *kauns un negatīvs sevis novērtējums* (Kronbaha alfa 0,72), *kauns un izvairīšanās no kaunu raisošām situācijām* (Kronbaha alfa 0,65) Respondenti sniedz atbildes uz jautājumiem cik liela iespēja, ka indivīds konkrētā situācijā izjutīs vainu vai kaunu 7-punktu Likerta skalā, kur 1 nozīmē "Ļoti", 2 - "Maz";, 3 - "Drīzāk maz", 4 - "Apmēram 50%", 5 - "Drīzāk liela", 6 - "Liela", 7 - "Ļoti liela";. Aptaujas kopējais iekšējās saskaņotības koeficients ir 0,77.

## *Procedūra*

Aptaujas tika izveidotas elektroniski un ievietotas dažādos māmiņu forumos sociālo tīklu platformā *Facebook*. Kopā tika aizpildītas 444 anketas, no kurām tika atlasītas 165, kuras atbilda kritērijam - ģimenē aug tikai viens bērns vecumā no 1,5-3 gadiem. Aprakstā tika minēts, ka aptauju var pārtraukt pildīt jebkurā brīdī, kā arī norādīts autores e-pasts, lai neskaidrību gadījumā varētu sazināties un uzdot sev interesējošos jautājumus. Trīs respondentes sazinājās, minot, ka vēlētos uzzināt pētījuma rezultātus, kad pētījums būs pabeigts, divas respondentes sazinājās, lai izteiktu kritiku, ka nav sapratušas pētījuma jēgu, tādēļ nav pabeigušas pildīt aptauju. Aptaujas darbojās gan telefonā, gan datorā un nekādi tehniskie sarežģījumi netika novēroti. Visas aptaujas tika aizpildītas laika posmā no 2020.gada novembra vidus līdz decembra beigām, kad piekļuve aptaujām tika slēgta. Visas aptaujas bija latviešu valodā.

## REZULTĀTI

Pētījuma dati tika apstrādāti, izmantojot IBM SPSS Statistics 22 programmu. Vispirms tika noteikti pētāmo pazīmju aprakstošās statistikas rādītāji - aritmētiskais vidējais un standartnovirze (skat 1. tabulu). Lai pārbaudītu pētāmo pazīmju biežumu sadalījumu atbilstību normālsadalījumam, tika izmantots Kolmogorova-Smirnova tests.

*1.tabula*

**Vecāku kompetences, vainas un kauna izjūtas aptauju aprakstošās un secinošās statistikas rādītāji strādājošo un nestrādājošo māšu grupās**

|   | Strādājošas mātes (n=103) |      |        | Nestrādājošas mātes (n=62) |       |        | $\alpha$ | U       |
|---|---------------------------|------|--------|----------------------------|-------|--------|----------|---------|
|   | M                         | SD   | K-S    | M                          | S-D   | K-S    |          |         |
| <b>Apmierinātība</b>                          | 24,46                     | 5,85 | 0,08   | 20,45                      | 6,13  | 0,77   | 0,80     | 2645    |
| <b>Efektivitāte</b>                           | 24,58                     | 4,47 | 0,12** | 24,24                      | 5,02  | 0,15** | 0,81     | 3189    |
| <b>Vecāku kompetences izjūta</b>              | 47,07                     | 9,37 | 0,06   | 44,69                      | 10,23 | 0,08   | 0,77     | 2848,50 |
| <b>Vaina (negatīvs uzvedības novērtējums)</b> | 20,57                     | 3,94 | 0,09*  | 20,32                      | 4,51  | 0,09   | 0,56     | 3143,50 |
| <b>Vaina (izlabošana)</b>                     | 17,10                     | 4,30 | 0,11** | 16,81                      | 4,67  | 0,08   | 0,59     | 2979,50 |
| <b>Kauns (negatīvs sevis novērtējums)</b>     | 21,85                     | 4,48 | 0,12** | 21,90                      | 4,52  | 0,09   | 0,72     | 3181,50 |
| <b>Kauns (izvairīšanās)</b>                   | 14,50                     | 4,79 | 0,11** | 15,27                      | 4,79  | 0,07   | 0,65     | 2866    |

\* $p < 0,05$

Kā redzams 1. tabulā, strādājošu māšu grupā efektivitātes, vainas un negatīva uzvedības novērtējuma, vainas un izlabošanas, kauna un negatīva sevis novērtējuma, kauna un izvairīšanās

skalās iegūtie rezultāti neveido normālu sadalījumu un arī nestrādājošu māšu grupā efektivitātes skalai nav normāla sadalījuma. Ņemot vērā šo mainīgo lielumu neatbilstību normālam sadalījumam, lai pētītu atšķirības starp abām grupām tika izmantots Manna-Vitneja tests.

2.tabula

**Strādājošu un nestrādājošu māšu vecāku kompetences, vainas un kauna izjūtas aptauju secinošās statistikas rādītāji strādājošo un nestrādājošo māšu grupās (N=165)**

|   | U       | p                 |
|---|---------|-------------------|
| <b>Apmierinātība</b>                          | 2645    | 0,07 <sup>a</sup> |
| <b>Efektivitāte</b>                           | 3189    | 0,99              |
| <b>Vecāku kompetences izjūta</b>              | 2848,50 | 0,25              |
| <b>Vaina (negatīvs uzvedības novērtējums)</b> | 3143,50 | 0,87              |
| <b>Vaina (izlabošana)</b>                     | 2979,50 | 0,47              |
| <b>Kauns (negatīvs sevis novērtējums)</b>     | 3181,50 | 0,97              |
| <b>Kauns (izvairīšanās)</b>                   | 2866    | 0,27              |

\* $p < 0,05$

a – atšķirības ir tendences līmenī ( $0,05 > p < 0,1$ )

Atbildot uz pētījuma 1. jautājumu - kādas pastāv atšķirības vecāku kompetences, vainas un kauna izjūtā strādājošām un nestrādājošām mātēm, var teikt, ka apmierinātības rādītāji uzrāda atšķirības tendenču līmenī ( $U = 2645$ ;  $p < 0,1$ ;  $p = 0,07$ ), taču pārējos rādītājos nav novērojamas būtiskas statistiskas atšķirības (skat. 2.tabulu). Ņemot vērā, ka abas grupas neuzrāda būtiskas atšķirības, Kronbaha alfa tika noteikta abām grupām kopā (skat. 1.tabulu).

**Apmierinātības, efektivitātes, vainas (negatīvs uzvedības novērtējums), vainas (izvairīšanās), kauna (negatīvs sevis novērtējums), kauna (izvairīšanās) korelāciju koeficienti**

**Strādājošo māšu grupa (n=103)**

|                      | Vaina (negatīvs sevis novērtējums) | Vaina (izlabošana) | Kauns (negatīvs sevis novērtējums) | Kauns (izvairīšanās) |
|----------------------|------------------------------------|--------------------|------------------------------------|----------------------|
| <b>Apmierinātība</b> | -0,09                              | 0,08               | -0,16                              | -0,21*               |
| <b>Efektivitāte</b>  | -0,02                              | 0,16               | -0,14                              | -0,27**              |

  

**Nestrādājošo māšu grupa (n=62)**

|                      |       |      |         |         |
|----------------------|-------|------|---------|---------|
| <b>Apmierinātība</b> | -0,12 | 0,21 | -0,37** | -0,41** |
| <b>Efektivitāte</b>  | -0,03 | 0,21 | -0,34** | -0,26*  |

\*\*p<0,01

\*p<0,05

Lai atbildētu uz pētījuma 2. jautājumu - kāda ir vecāku kompetences, kauna un vainas izjūtas saistība strādājošu un nestrādājošu māšu grupās, tika izmantots Spīrmena korelāciju koeficienta aprēķins (skat. 3. tabulu). Nestrādājošo māšu grupā redzama statistiski nozīmīga negatīva saistība apmierinātībai ar kauna un negatīvu sevis novērtēšanu ( $r = -0,37$ ,  $p < 0,01$ ) un izvairīšanos no kaunu raisošām situācijām ( $r = -0,41$ ,  $p < 0,01$ ), kā arī efektivitātei ar kaunu un sevis negatīvu novērtēšanu ( $r = -0,34$ ,  $p < 0,01$ ) un izvairīšanos no kaunu raisošām situācijām ( $r = -0,26$ ,  $p < 0,05$ ). To var skaidrot - jo augstāka apmierinātība vecāka lomā, jo mazāks kauns, kas saistīts ar negatīvu sevis novērtēšanu, kā arī mazāks kauns, kas saistīts ar izvairīšanos no kaunu raisošām situācijām. Strādājošu māšu grupā statistiski nozīmīga negatīva saistība redzama apmierinātībā ar kaunu un izvairīšanos no kaunu raisošām situācijām ( $r = -0,21$ ,  $p < 0,05$ ) un efektivitātē ar kaunu

un izvairīšanos no kaunu raisošām situācijām ( $r = -0,27$ ,  $p < 0,01$ ). Var secināt - jo augstāki vecāku kompetences rādītāji (apmierinātība un efektivitāte), jo zemāki kauna rādītāji, kas saistīti ar izvairīšanos no kaunu raisošām situācijām.

## DISKUSIJA

Šī pētījuma ietvaros, veicot datu analīzi, netika atklātas būtiskas statistiskas atšķirības vecāku kompetences, vainas un kauna izjūtas rādītājos, salīdzinot strādājošas un nestrādājošas mātes. Tendencu līmenī strādājošas mātes uzrādīja augstākus apmierinātības rādītājus nekā nestrādājošas. Šīm atšķirībām varētu būt dažādi iemesli, kā vienu minot - sievietes, kuras atrod piepildījumu arī ārpus mātes lomas, var justies apmierinātākas mātes lomā, ja sievietei darbs bijusi būtiska dzīves daļa un sievietei patīcis strādāt algotu darbu pirms bērna piedzimšanas (Lupton, 2000), un zināms, ka atgriešanās darbā labvēlīgi ietekmē sievietes psihosociālo labklājību, ja darba vieta sniedz sociālo atbalstu un resursus, kas nereti trūkst mātēm, kuras velta bērniem nedalītu uzmanību un bieži vien jūtas vientuļas un izolētas (Buehler, Cheryl, O'Brien & Marion, 2011), kā arī finansiāli atkarīgas no citiem (Rubin & Wooten, 2007). Sociālais atbalsts veicina sievietes labsajūtu, kam ir liela nozīme arī mijiedarbībā ar bērnu - apmierināta māte veiksmīgāk mijiedarbojas ar bērnu (Guendouzi, 2006). Šie rezultāti saskan arī ar iepriekš veiktiem pētījumiem par pašefektivitāti, minot, ka tā ir stabila rakstura iezīme, kas attiecināma arī uz citām indivīda darbības jomām, ne tikai vecāku lomā (Coleman & Karraker, 2000), tātad, ja māte jūtas kompetenta arī citās lomās ārpus ģimenes, piemēram, kā darbinieks, tad jutīsies kompetentāka kā māte. Kauna un vainas izjūtas rādītāju atšķirības, salīdzinot abas grupas, nav statistiski nozīmīgas. Šī pētījuma ietvaros vainas un kauna izjūta tika apskatīta kontekstā ar sabiedrības pieņemtajām normām un stereotipiem, pēc kādiem tiek vērtētas mātes. Vainas izjūtu veicina rīcības seku apzināšanās, taču kauns skar indivīda identitāti, liek pārvērtēt pašam sevi un savu izvēļu sekas (Kim, Jorgensen & Thibeodeau, 2011). Tiek izdalīti divi mātes vainas izjūtas veidi - vienu no tiem skaidro kā nespēju veltīt bērnam gana daudz laika un uzmanības, otrs attiecināms uz sevi, vainas izjūta par savu ambīciju nerealizēšanu ārpus ģimenes pienākumiem (Rubin & Wooten, 2007). Kā min Batlers un Skatebo (*Butler & Skattebo*) sabiedrība joprojām norāda uz to, ka sievietei ir jāierobežo iesaiste darba vidē, lai tā neietekmētu ģimenes dzīvi (2004).

Pētot mainīgo saistības katrā grupā atsevišķi, strādājošu māšu grupā vecāku kompetence, ietverot tās abus komponentus (apmierinātību un efektivitāti), uzrāda negatīvu saistību ar kauna izjūtu, kas saistīta ar izvairīšanos no kaunu raisošām situācijām. To varētu skaidrot – ja sieviete jūtas pārliecināta par savām spējām mātes lomā, tad neveidosies izjūta, ka jākaunas un jāizvairās no citu nosodījuma. Šāds pieņēmums saskan ar pētījumu, kura rezultāti liecināja, ka sievietes,

kuras izjūt lielas bailes no citu negatīvā novērtējuma, uzrādīja daudz augstākus kauna rādītājus, nekā sievietes, kuras mazāk uztrauca citu nosodījums (Kim, Jorgensen & Thibeodeau, 2011). Nestrādājošu māšu grupā arī vecāku kompetence (apmierinātība un efektivitāte) uzrādīja negatīvu saistību ar izvairīšanos no kaunu raisošām situācijām, kā arī negatīvu saistību ar kaunu, kas saistīts ar negatīvu sevis novērtēšanu. Balstoties uz esošajiem pētījumiem, kaunu, kas saistīts ar negatīvu sevis novērtējumu var interpretēt kā pastiprinātu kritiku pašam pret sevi (Sterlan, 2007). Kauns ir iekšēja izjūta (Kim, Jorgensen & Thibeodeau, 2011), tas var mudināt mainīt uzvedību, ja māte izjūt dusmas vai aizkaitināju attiecībā uz bērnu (Rotkirch & Janhunen, 2009), taču ilgtermiņā kauna izjūta var tikai negatīvi ietekmēt sievietes pašvērtējumu, kas savukārt var ietekmēt arī kompetences izjūtu kā vecākam, jo korelācija norāda mainīgo mijiedarbību - jo augstāki kauna rādītāji, jo zemāki vecāku kompetences rādītāji. Pētījuma ietvaros netika apskatīts kāda veida sociālo atbalstu saņem abu grupu mātes, ko varētu apskatīt nākotnes pētījumos, jo sociālajam atbalstam ir cieša pozitīva saistība ar vecāku kompetences izjūtu (Coleman & Karraker, 1998; Merrifield & Gamble, 2013; Eldik, Prinzie, Deković & de Haan, 2017).

Šajā pētījumā piedalījās tikai latvietes, tādēļ jāņem vērā, ka kulturālais konteksts var atšķirties dažādās pasaules vietās (Bornstein, 2012). Teorija tika balstīta uz pētījumiem Amerikas Savienotajās Valstīs, kā arī Eiropas pētījumiem. Amerikas pētījumos vairāk tika apskatīti dažādi ar mātes lomu saistīti mīti un stereotipi, kas negatīvi ietekmē sievietes spēju objektīvi novērtēt savas spējas mātes lomā. Eiropā veiktos pētījumos tika uzsvērts, cik būtiska nozīme, izdarot izvēli atgriezties darbā, ir mātes identitātes izjūtai. Konkrētāk - Francijā veiktā pētījumā, sievietes atgriezās darbā vēl pirms bērna pirmā gada dzimšanas dienas, un vēl agrāk, ja ieņēma augstākus amatus. Šīs sievietes uzrādīja zemākus psiholoģiskā distresa rādītājus, nekā nestrādājošas mātes (Saurel-Cubizolles, Romito, Ancel & Lelong, 2000), kā arī Zviedrijā sievietes, kuras drīz pēc bērna piedzimšanas atgriezās darbā - uzrādīja augstākus apmierinātības rādītājus (Guendouzi, 2006). Būtiski minēt, ka dažādās pasaules valstīs ir atšķirīgi piešķirtie bērnu kopšanas atvaļinājumu ilgumi, kā arī atšķirīgs ir sociālais pabalsts, kas arī var ietekmēt izvēli atgriezties darbā. Vēl kāds būtisks novērojums, kas radās pētījuma gaitā - ja sieviete pati izsver ieguvumus un zaudējumus, izdarot izvēli atgriezties darbā vai nē un neiespaidojas no apkārtējo viedokļa, tad tas var paaugstināt pašefektivitātes izjūtu (Bandura, 1997), tātad mātes pašas attieksmei pret šādu lēmumu ir kritiska nozīme. Nākotnes pētījumos būtu noderīgi, paralēli vecāku kompetences, vainas un kauna izjūtas mērījumiem, izpētīt arī sievietes - mātes iekšējo un ārējo kontroles lokusu. Jo šajā pētījumā tika apskatīta mātes loma sabiedrības viedokļa un laika gaitā radušos

stereotipu kontekstā, taču svarīgi būtu izprast cik nozīmīgs strādājošai un nestrādājošai mātei ir citu viedoklis izdarot izvēli, tādējādi mēģināt padziļināti izprast vai laika gaitā radītam mātes tēlam ir nozīme joprojām mūsdienās un kā tas ietekmē sievietes izvēli, kas saistīta ar bērnu audzināšanu un karjeru.

Kā pētījuma stipro pusi var minēt tā novitāti, jo šāda veida pētījums, kurā tiktu pētīta vecāku kompetences saistība ar vainas un kauna izjūtu strādājošām mātēm, Latvijā vēl nav bijis. Turpmākajos pētījumos būtu vēlams padziļinātāk izpētīt iespējamās vainas un kauna izjūtas cēloņus, ko varētu noskaidrot paralēli aptaujām ievācot arī intervijas.

Šī tēma ir aktuāla, jo mūsdienās nereti sievietes izvēlas atgriezties darbā pēc bērna piedzimšanas, ja ir veltījušas daudz resursu izglītības iegūšanai un vēlas uzsākt vai turpināt karjeru (Poduval & Poduval, 2009), taču joprojām var saskarties ar apkārtējo nosodījumu, ja bērns nesaņem nedalītu mātes uzmanību, īpaši, ja bērns vēl ir mazs (Etaugh & Neklony, 1990). Nākotnes pētījumos būtu vēlams izprast iemeslus kādēļ pasliktinās sievietes emocionālā labklājība paliekot mājās ar bērniem, ja sieviete apzinās, ka vēlas atgriezties darbā un kādu iemeslu dēļ izvēlas to nedarīt (Hock & DeMeis, 1990), cik lielā mērā šo izvēli ietekmē citu viedoklis par izvēli un cik lielā mērā tas varētu būt saistīts ar pašas mātes uzstādītiem standartiem - kas ir un ko dara “laba māte”.

## SECINĀJUMI

Bakalaura darba mērķis bija noskaidrot vai pastāv būtiskas atšķirības vecāku kompetences, vainas un kauna izjūtā starp strādājošām un nestrādājošām mātēm. Tiek izdalītas divas veida vainas izjūtas mātēm: pirmais veids balstīts uz to, ka netiek darīts gana daudz bērna labā, bērnam netiek nedalīta mātes uzmanība. Šādas mātes vainas izjūtas izpausmei kā piemērs tiek minēts bērna atstāšana bērnudārzā vai ar auklīti. Otra tipa vaina tiek skaidrota ar bailēm par zaudētu potenciālu, sevis nerealizēšanu karjerā. Šī tipa vainas apziņu bieži vien pavada kauns (Rubin & Wooten, 2007). Vecāku kompetencei ir divas vecāku pašvērtējuma dimensijas: apmierinātība un efektivitāte. Pirmais faktors (apmierinātība) norāda uz vecāka afektīvo dimensiju, atspoguļojot pakāpi, kādā vecāks jūtas apmierināts, satraukts un cik lielā mērā jūtas motivēts vecāka lomā. Otrs faktors (efektivitāte) norāda uz audzināšanas instrumentālo dimensiju, kas atspoguļo, cik lielā mērā vecāks jūtas kompetents, spējīgs risināt problēmas un cik labi pārzina ar audzināšanu saistītos jautājumus (Mash & Johnston, 1990).

Šī pētījuma ietvaros netika atklātas statistiski nozīmīgas atšķirības vecāku kompetences, vainas un kauna izjūtas rādītājos starp abām grupām, izņemot - strādājošu māšu grupā tika uzrādīti nedaudz augstāki apmierinātības rādītāji tendenču līmenī, tomēr tie nebija statistiski nozīmīgi. Pētot iekšgrupu korelāciju rezultātus, gan strādājošām, gan nestrādājošām mātēm vecāku kompetence uzrādīja negatīvu saistību ar kaunu, kas saistīts ar izvairīšanos no kaunu raisošām situācijām, proti, ja augstāki vecāku kompetences rādītāji, tad mazinās kauns, kas liek izvairīties no situācijām, kuras var likt justies apkaunotām. Nestrādājošu māšu grupā negatīva statistiska saistība tika atklāta arī vecāku kompetences izjūtai ar kaunu, kas saistīts ar negatīvu sevis novērtējumu. To var interpretēt - jo sievietē pārliecinātāka mātes lomā, jo mazāk izjūt kaunu par sevi. Šie rezultāti nestrādājošo māšu grupā norāda uz to, ka sievietēm, kuras izvēlas neatgriezties darbā pēc bērna piedzimšanas, var mazināt kaunu, kas saistīts ar sevis vērtēšanu, ja jūtas apmierinātas ar savu kā mātes lomu un, ka tā padodas. Šādi rezultāti dod pamatu turpmākajiem pētījumiem, kuros paralēli jau minētajām pazīmēm varētu pētīt arī pašvērtējumu.

Konkrētā pētījuma tēma ir unikāla Latvijas kontekstā, jo ir daudz pētījumu, kas apskata dažādus aspektus, kā mainās sievietes dzīve un sevis uztvere kļūstot par māti, piemēram, tiek apskatīti dažādi psiholoģiskie traucējumi, kuri var rasties jaunajā lomā, taču ir maz pētījumu, kas

apskata tos saistītus ar citām sievietes lomām ārpus ģimenes dzīves. Jautājums par atgriešanos darbā ir aktuāls, jo, lai arī mūsdienās sabiedrībā pieņemtās normas mainās, daudz stereotipu eksistē joprojām, kuri var ietekmēt sievietes izvēli būtisku lēmumu pieņemšanā, piemēram, karjeras turpināšanu. Pētījuma teorijā atgriešanos darbā ietekmējošie faktori tika apskatīti no dažādām perspektīvām, taču būtiskākais secinājums ir viens - sievietei, balstoties uz savu vērtību sistēmu un nosakot pašai, kas ir "labā māte" pašefektivitāte ir augstāka un tas var pasargāt no nepamatotas vainas un kauna izjūtas.

Pētījuma ierobežojumi un ieteikumi nākotnes pētījumiem: paralēli aptaujām jāizmanto arī intervijas, lai gūtu padziļinātu priekšstatu, kas ietekmē mātes vainas un kauna izjūtu. Pētījumu būtu jāveic arī citās kultūrās, mēģinot noskaidrot, vai ir kādi vienojošie faktori, kuri jāņem vērā, lai varētu izstrādāt specifisku mātes vainas un kauna izjūtas aptauju.

## IZMANTOTĀS LITERATŪRAS SARAKSTS:

- Aranda, B., & Glick, P. (2013). Signaling devotion to work over family undermines the motherhood penalty. *Group Processes & Intergroup Relations*, 17(1), 91–99.
- Abetz, J., & Moore, J. (2018). “Welcome to the Mommy Wars, Ladies” Making Sense of the Ideology of Combative Mothering in Mommy Blogs. *Communication, Culture and Critique*, 11(2), 265–281.
- Arendell T., (2000). Conceiving and Investigating Motherhood: The Decade's Scholarship. *Journal of Marriage and Family*, Vol. 62, No. 4 (Nov., 2000), pp. 1192-1207
- Bandura, A. (1977). Self-efficacy: Toward a unifying theory of behavioral change. *Psychological Review*, 84(2), 191–215.
- Bandura, A., Adams, N.E. Analysis of self-efficacy theory of behavioral change. *Cognitive Therapy and Research* (1977)
- Belsky, J. (1984). The Determinants of Parenting: A Process Model. *Child Development*, 55(1), 83.
- Butler, A. B., & Skattebo, A. (2004). What is acceptable for women may not be for men: The effect of family conflicts with work on job-performance ratings. *Journal of Occupational and Organizational Psychology*, 77(4), 553–564.
- Bornstein, M. H., Hahn, C.-S., & Haynes, O. M. (2011). Maternal personality, parenting cognitions, and parenting practices. *Developmental Psychology*, 47(3), 658–675.
- Bornstein, M. H., Hendricks, C., Hahn, C.-S., Haynes, O. M., Painter, K. M., & Tamis-LeMonda, C. S. (2003). Contributors to Self-Perceived Competence, Satisfaction, Investment, and Role Balance in Maternal Parenting: A Multivariate Ecological Analysis. *Parenting*, 3(4), 285–326.
- Bornstein, M. H. (2012). Cultural Approaches to Parenting. *Parenting*, 12(2-3), 212–221.
- Bybee, J. (1998). The Emergence of Gender Differences in Guilt during Adolescence. *Guilt and Children*, 113–125.

- Buffardi, L. C., & Erdwins, C. J. (1997). Child-care satisfaction: linkages to work attitudes, interrole conflict, and maternal separation anxiety. *Journal of Occupational Health Psychology*, 2(1), 84–96.
- Coleman, P. K., & Karraker, K. H. (2000). Parenting Self-Efficacy Among Mothers of School-Age Children: Conceptualization, Measurement, and Correlates\*. *Family Relations*, 49(1), 13–24.
- Chrisler, J. C. (2013). Womanhood is not as easy as it seems: Femininity requires both achievement and restraint. *Psychology of Men & Masculinity*, 14(2), 117–120.4
- Correll, S. J., Benard, S., & Paik, I. (2007). Getting a Job Is There a Motherhood Penalty American *Journal of Sociology*, 112(5), 1297–1339
- Cuddy, A. J. C., Fiske, S. T., & Glick, P. (2004). When Professionals Become Mothers, Warmth Doesn't Cut the Ice. *Journal of Social Issues*, 60(4), 701–718.
- De Haan, A. D., Prinzie, P., & Deković, M. (2009). Mothers' and fathers' personality and parenting: The mediating role of sense of competence. *Developmental Psychology*, 45(6), 1695–1707.
- Dosman, C. F., Andrews, D., & Goulden, K. J. (2012). Evidence-based milestone ages as a framework for developmental surveillance. *Paediatrics & Child Health*, 17(10), 561–568.
- Douglas, S. J., & Michaels, M. W. (2004). *The mommy myth: The idealization of motherhood and how it has undermined all women*. Free Press.
- De Boeck, A., Pleysier, S., & Put, J. (2017). The social origins of gender differences in anticipated feelings of guilt and shame following delinquency. *Criminology & Criminal Justice*, 18(3), 291–313.
- Etaugh, C., Nekolny, K. Effects of employment status and marital status on perceptions of mothers. *Sex Roles* 23, 273–280 (1990).
- Enola G. Aird and Martha Farrell Erickson. The motherhood study. Institute for American Values, 2005
- Elvin-Nowak, Y. (1999). The meaning of guilt: A phenomenological description of employed mothers' experiences of guilt. *Scandinavian Journal of Psychology*, 40(1), 73–83.

- Gambin, M., & Sharp, C. (2018). The relations between empathy, guilt, shame and depression in inpatient adolescents. *Journal of Affective Disorders*, 241, 381–387.
- Galick, A. (2016). Women's Roles in Families. *Encyclopedia of Family Studies*, 1–3.
- Goodwin, S., & Huppatz, K. E. (2010). The good mother in theory and research : an overview.
- Guendouzi, J. (2006). "The Guilt Thing"Balancing Domestic and Professional Roles. *Journal of Marriage and Family*, 68(4), 901–909.
- Heilman, M. E., & Okimoto, T. G. (2008). Motherhood: A potential source of bias in employment decisions. *Journal of Applied Psychology*, 93(1), 189–198.
- Hyde, J. S. (2005). The gender similarities hypothesis. *American Psychologist*, 60(6), 581–592.
- Jones, T. L., & Prinz, R. J. (2005). Potential roles of parental self-efficacy in parent and child adjustment: A review. *Clinical Psychology Review*, 25(3), 341–363.
- Kliewer, W., Borre, A., Wright, A. W., Jäggi, L., Drazdowski, T., & Zaharakis, N. (2016). Parental emotional competence and parenting in low-income families with adolescents. *Journal of Family Psychology*, 30(1), 33–42.
- Kim, S., Thibodeau, R., & Jorgensen, R. S. (2011). Shame, guilt, and depressive symptoms: A meta-analytic review. *Psychological Bulletin*, 137(1), 68–96.
- Krane, J., & Davies, L. (2007). Mothering under difficult circumstances: Challenges to working with battered women. *Journal of Women & Social Work*, 22, 23-38.
- Ladge, J. J., & Greenberg, D. N. (2015). Becoming a Working Mother Managing Identity and Efficacy Uncertainties During Resocialization. *Human Resource Management*, 54(6), 977–998.
- Lester, E. P., & Notman, M. T. (1988). Pregnancy and object relations: Clinical considerations. *Psychoanalytic Inquiry*, 8(2), 196–221.
- Locke, L. M., & Prinz, R. J. (2002). Measurement of parental discipline and nurturance. *Clinical Psychology Review*, 22(6), 895–929.

- Liamputtong, P. (2006). Motherhood and “Moral Career” Discourses of Good Motherhood Among Southeast Asian Immigrant Women in Australia. *Qualitative Sociology*, 29(1), 25–53.
- Lickel, B., Schmader, T., Curtis, M., Scarnier, M., & Ames, D. R. (2005). Vicarious Shame and Guilt. *Group Processes & Intergroup Relations*, 8(2), 145–157.
- Liss, M., Schiffrin, H. H., & Rizzo, K. M. (2012). Maternal Guilt and Shame The Role of Self-discrepancy and Fear of Negative Evaluation. *Journal of Child and Family Studies*, 22(8), 1112–1119.
- Lupton, D. (2000). “A love/hate relationship”: the ideals and experiences of first- time mothers. *Journal of Sociology*, 36(1), 50–63.
- Mash, E. J., & Johnston, C. (1990). Determinants of Parenting Stress: Illustrations from Families of Hyperactive Children and Families of Physically Abused Children. *Journal of Clinical Child Psychology*, 19(4), 313–328.
- Meeussen, L., & Van Laar, C. (2018). Feeling Pressure to Be a Perfect Mother Relates to Parental Burnout and Career Ambitions. *Frontiers in Psychology*, 9.
- Mercer, R. T., & Ferketich, S. L. (1995). Experienced and inexperienced mothers’ maternal competence during infancy. *Research in Nursing & Health*, 18(4), 333–343.
- Mohammadi, F., Rakhshan, M., Molazem, Z., & Gillespie, M. (2019). Parental Competence in Parents of Children with Autism Spectrum Disorder: A Systematic Review. *Investigación y Educación En Enfermería*, 37(3).
- Nair, S., & Morrison, M. F. (2000). The Evaluation of Maternal Competency. *Psychosomatics*, 41(6), 523–530.
- Ngai, F.-W., Wai-Chi Chan, S., & Ip, W.-Y. (2010). Predictors and Correlates of Maternal Role Competence and Satisfaction. *Nursing Research*, 59(3), 185–193.
- Burgess, Noël (2013) "The Motherhood Penalty: How Gender and Parental Status Influence Judgements of Job-Related Competence and Organizational Commitment". *Seminar Research Paper Series*. Paper 32.

- Peled, E., & Parker, A. (2013). The mothering experiences of sex-trafficked women: Between here and there. *American Journal of Orthopsychiatry*, 83(4), 576–587.
- Patel, C. J., Govender, V., Paruk, Z., & Ramgoon, S. (2006). Working mothers: Family-work conflict, job performance and family/work variables. *SA Journal of Industrial Psychology*, 32(2).
- Poduval, J., & Poduval, M. (2009). Working Mothers: How Much Working, How Much Mothers, And Where Is The Womanhood? *Mens Sana Monographs*, 7(1), 63.
- Poms, L. W., Botsford, W. E., Kaplan, S. A., Buffardi, L. C., & O'Brien, A. S. (2009). The economic impact of work and family issues: Child care satisfaction and financial considerations of employed mothers. *Journal of Occupational Health Psychology*, 14(4), 402–413.
- Ridgeway, C. L., & Correll, S. J. (2004). Unpacking the Gender System. *Gender & Society*, 18(4), 510–531.
- Rotkirch, A., & Janhunen, K. (2010). Maternal Guilt. *Evolutionary Psychology : an International Journal of Evolutionary Approaches to Psychology and Behavior*, 8(1):90-106
- Russo, N. F. (1976). The Motherhood Mandate. *Journal of Social Issues*, 32(3), 143–153.
- Rubin, S. E., & Wooten, H. R. (2007). Highly Educated Stay-at-Home Mothers: A Study of Commitment and Conflict. *The Family Journal*, 15(4), 336–345.
- Shrooti S., Mangala S., Nirmala P., Devkumari S. & Dharaindhar (2016). Perceived Maternal Role Competence among the Mothers Attending Immunization Clinics of Dharan, Nepal. *International Journal of Community Based Nursing and Midwifery*, 4(2):100-106
- Seagram, S., & Daniluk, J. C. (2002). “It Goes with the Territory.” *Women & Therapy*, 25(1), 61–88.
- Stuewig, J., Tangney, J. P., Heigel, C., Harty, L., & McCloskey, L. (2010). Shaming, blaming, and maiming: Functional links among the moral emotions, externalization of blame, and aggression. *Journal of Research in Personality*, 44(1), 91–102.
- Tangney, J. P. (1998). How does guilt differ from shame? In J. Bybee (Ed.), *Guilt and children* (p. 1–17). (Reprinted in modified form from " *American Behavioral Scientist*," 38, 1995, pp. 1132–1145

- Tangney, J. P. (1995). Recent Advances in the Empirical Study of Shame and Guilt. *American Behavioral Scientist*, 38(8), 1132–1145.
- Tetenbaum, T. J., Lighter, J., & Travis, M. (1981). Educators' attitudes toward working mothers. *Journal of Educational Psychology*, 73(3), 369–375.
- Tracy, J. L., & Robins, R. W. (2004). TARGET ARTICLE “Putting the Self Into Self-Conscious Emotions : A Theoretical Model.” *Psychological Inquiry*, 15(2), 103–125.
- Trad, P. V. (1990). On becoming a mother: In the throes of developmental transformation. *Psychoanalytic Psychology*, 7(3), 341–361.
- Tignor, S. M., & Colvin, C. R. (2016). The Interpersonal Adaptiveness of Dispositional Guilt and Shame : A Meta-Analytic Investigation. *Journal of Personality*, 85(3), 341–363.
- Teti, D. M., & Gelfand, D. M. (1991). Behavioral Competence among Mothers of Infants in the First Year: The Mediational Role of Maternal Self-Efficacy. *Child Development*, 62(5), 918.
- Vance, A. J., & Brandon, D. H. (2017). Delineating Among Parenting Confidence, Parenting Self-Efficacy, and Competence. *Advances in Nursing Science*, 40(4), E18–E37.
- Van Eldik, W. M., Prinzie, P., Deković, M., & de Haan, A. D. (2017). Longitudinal associations between marital stress and externalizing behavior: Does parental sense of competence mediate processes? *Journal of Family Psychology*, 31(4), 420–430.
- Wallis, T., & Price, L. (2003). The relationship between work-family conflict and central life interests amongst single working mothers. *SA Journal of Industrial Psychology*, 29(1).
- D. S., (2006), A New Look at the Affluent Worker: The Good Working Mother in Post-War Britain. *Twentieth Century British History*, 17, lpp. 206–229.
- Zimmerman, T.S., (2000). Marital Equality and Satisfaction in Stay-At-Home Mother and Stay-At-Home Father Families. *Contemporary Family Therapy* 22, 337–354.