

ТРАНЗИЦИЈА НА ЖЕНАТА КОН МАЈЧИНСТВО – МАТРЕСЦЕНЦИЈА

Даниела Неделкова¹

Филозофски факултет во Скопје

Универзитет „Св. Кирил и Методиј“ во Скопје

Кратка содржина

Овој труд има за цел да го воведо и темелно да го опише периодот на транзиција на жената кон мајчинство (анг.: *matrescence*, односно *мајтресценција*). Со цел да се добие посеопфатен увид за транзицијата кон мајчинство, се започнува со историски преглед и развој на терминот, а потоа се разгледуваат низа промени во различни домени за време на оваа транзиција. Се нотира дека промените ги отсликуваат сложеноста и интензитетот на процесот, по аналогија на периодот на адолесценција. Се дискутира неговата релевантност во современите истражувања и се понудени насоки и препораки за идни истражувања.

Клучни зборови: *транзиција на жената кон мајчинство, развојна фаза, промени во различни домени, амбивалентности кон дејствието и мајчинството*

¹ daniela.nedelkova@fzf.ukim.edu.mk

Историски преглед и развој на терминот *matrescence*

Во 1975 година, Дана Рафаел (Dana Raphael, 1975), медицински антрополог, го проучува доењето и породувањето во различни култури и го креира терминот *мајтресценција* (*matrescence*, *процес на сѝанување мајка*), при што породувањето на мајката го издвојува како значаен, развоен животен период во кој се случуваат низа промени. Промените не се однесуваат на биолошкиот аспект, туку се однесуваат на промени во статусот во групата, емоционални промени, менување на фокусот на активностите во текот на денот, како и промени во нејзиниот идентитет и во релациите со другите луѓе. Во трудот со наслов: „*Matrescence, Becoming a Mother, A “New/Old” Ride de Passage*“, Рафаел ја споредува западната култура со онаа на оддалечениот вулкански остров Тикопија, југозападно од Соломонските Острови. Таа забележува дека кога на Запад ќе се породат жената, се соопштува дека *гејџетто се роди* („a child is born“). Наместо тоа, во Тикопија би рекле дека *жената се породила* („woman has given birth“). Начинот на кој што се известува нуди различна перспектива. Во Тикопија детето не е примарен, ексклузивен актер во драмата на раѓање (Raphael, 1975). Неговата улога само што започнала, но за другите членови од семејството раѓањето на детето иницира голема промена, односно секој член мора да преземе нова или дополнителна улога како резултат на неговото присуство. Со доаѓањето на свет на ново дете (нова личност) не преминува само тоа во нова средина со нова улога, туку и мајката, таткото, братот, сестрата, бабите и дедовците и други, преминуваат во нова улога (Wojtkowiak, 2020).

Пред воведувањето на терминот *мајтресценција*, бременоста, породувањето и мајчинството претежно се третираат како медицински настан, а не како животен настан во поширока психосоцијална смисла (Anderson & Rutherford 2012; Glaser, 2022).

Друг аспект на нејзината работа е воведување и на терминот *гула* (*doula*) во шеесеттите години на минатиот век. Рафаел (Raphael, 1975) ја дефинира дулата како придружник за емоционална, физичка и информативна поддршка, жена, која ѝ помага на друга жена за време на породувањето и по породувањето. Дулата има значајна улога во олеснување на транзицијата кон мајчинство, што е круцијално за добросостојбата на мајката и на детето. Оваа поддршка е вкоренета во традиционалните практики забележани во различни култури, каде што искусните жени им помагаат на новите мајки, со што се промовира чувството на заедница и континуитет.

Акушерките и дулите имаат слични должности во поддршката на жените за време на породувањето, но нивните улоги се различни. Акушерките се сертифицирани, односно дипломирани медицински сестри-акушерки кои обезбедуваат медицинска нега за одржување на физичкото здравје на мајката и

на бебето за време на породувањето. Тие имаат завршено медицинска обука, која се разликува во зависност од законите на конкретна држава, за да ги извршуваат неопходните медицински задачи. Од друга страна, дулите не вршат медицински процедури. Нивната главна улога е да им помогнат на родилките да останат смирени и да се чувствуваат удобно, преку предлагање мерки како оптимални позиции за породување, масажа, пешачење, ароматерапија итн.

Иако работата на Raphael е пионерска, сепак извесно време таа не добива признание од научната јавност. Неколку децении подоцна многу автори (Stern, 1995 според Hussmann 2020; Athan & Reel, 2015; Sacks & Birndorf, 2019) предлагаат да се оживее горенаведениот антрополошки термин со кој најсоодветно би се опишало шареноликото и сложено искуство на жените во процесот на транзиција кон мајчинство.

Stern (1995) го воведува концептот *мајчинска констелација* (анг.: *motherhood constellation*) при што дијадата мајка-дете ја разгледува од аспект на менување на идентитетот на мајката. Тој нагласува дека мајчинството претставува уникатна психичка реорганизација, а промените на идентитетот на мајката се една од најзначајните физички и психолошки промени што една жена некогаш ќе ги доживее (според Hussmann, 2020). Она што ги поврзува Stern и Raphael е фокусот кон мајката, а не кон детето. Понатаму, и двата автори се осврнуваат на трансформацијата на идентитетот на мајката како централен аспект во нивните истражувања, истакнувајќи го процесот на промени што мајката ги доживува во својата нова улога.

Атан и Рил (Athan и Reel, 2015) го користат терминот *мајпресценција* од аспект на менталното здравје кај мајките, при што приоритет даваат на субјективното искуство на мајките, нивните чувства, промени во личниот идентитет, промени во нивниот светоглед и развој на егото. Слично како адолесценцијата, но вгнездено некаде околу средината на животот, тоа е искуство на дезориентација и реорганизација обележано со забрзани промени во повеќе домени: биолошкиот, психолошкиот, социолошкиот и духовниот домен (Athan & Reel, 2015). Од горенаведеното може да се заклучи дека тие ја нагласуваат повеќеслојната природа на промените што ги претрпува жената за време на транзицијата кон мајчинство.

Земајќи ја предвид работата на Raphael (1975), Athan во 2016 година нуди нова и проширена дефиниција за процесот на станување мајка. Според неа, овој процес е *развоен, во кој жената преминува низ фазиите пред зачнување, бременост и породување, суроѓај мајчинство или посвојување дете, до постнаталниот период и понатаму. Точната должина на процесот е индивидуална, се регулира со секое дете и може да трае цел живот! Обемот на промените е повеќе домени (биолошки, психолошки, социолошки, политички и ду-*

ховен домен) и може да се спореди со развојните промени кај адолесценцијата. Зголеменото внимание кон мајките поттикнува нови откритија, од невро-наука до економија, и поддржува истражување на нова области, познати како транзиција кон мајчинство, со што би се продлабочило разбирањето за оваа животна транзиција.

Оваа дефиниција обезбедува инклузивна рамка која на мајките им овозможува да ги идентификуваат, анализираат и да ги управуваат сопствените искуства, како дел од едно долго развојно патување што се повторува и се разликува со секое дете.

Дефинициите на Рафаел (Raphael, 1975) и Атан (Athan, 2016) главно се разликуваат во опсегот и фокусот на периодот на станување мајка. Дефиницијата на Рафаел (Raphael, 1975) го нагласува постнаталниот период и улогата на системите за поддршка за новите мајки, особено со промовирање на терминот „дула“. Спротивно на тоа, проширената дефиниција на Атан (Athan, 2016) го зголемува опсегот на периодот за да го опфати целокупниот процес на станување мајка, од пред зачнувањето до постнаталниот период и понатаму, вклучувајќи сценарија како сурогат мајчинство и посвојување. Атан (Athan, 2016), исто така, ја нагласува повеќедимензионалната природа на процесот на станување мајка, интегрирајќи ги биолошките, психолошките, социјалните, политичките и духовните промени. Дополнително, Атан се залага за транзицијата кон мајчинство како посебна област на проучување, сугерирајќи дека зголеменото внимание на мајките доведува до нови наоди низ различни дисциплини, поддржувајќи ја потребата за посеопфатно разбирање на овој животен период.

Репродуктивните психијатри Сак и Бирндорф (Sack и Birndorf, 2019) имаат значаен придонес во изучување на процесот на станување мајка, особено преку популаризацијата на терминот и неговото вклучување во јавниот и клинички дискурс. Тие го препознаваат овој процес како посебен и критичен период на психолошки развој и ја нагласуваат потребата од препознавање на емоционалните и психолошките предизвици кои се јавуваат во процесот на транзицијата кон мајчинство, а кои често може да се занемарат во дискусиите за постнаталните искуства. Тие заеднички ја објавуваат и книгата „Работи кои никој не ти кажува: водич низ твоите емоции од бременост до мајчинство“ (анг.: *What No One Tells You: A Guide to Your Emotions from Pregnancy to Motherhood*) која е сеопфатен и практичен водич на жените низ психолошките приспособувања на трансформацијата кон мајчинство. Оваа книга ги разложува фазите на мајчинство во четири тримесечја, нудејќи увид и практични совети за управување со промените со кои се соочуваат новите мајки. Понатаму авторките го запознаваат читателот со нов концепт, концептот на „до-

волно добра мајка“ (анг.: *good enough mother*) праќајќи порака дека стремежот кон совршена или најдобра мајка може да предизвика несакани проблеми кај мајката и кај детето. Едноставно, мајката треба да биде „доволно добра“ и да се грижи за основните физички и емоционални потреби на бебето. Исто така, во книгата го нагласуваат значењето на амбиваленцијата како спонтан и природен бран на мајчинството.

Работата на Сак и Бирндорф (2019) сугерира дека треба да се посвети поголемо внимание на овој процес, не само од страна на психолозите и медицинските лица, туку и во пошироките општествени структури, вклучувајќи ги политиките на работното место и системите за социјална поддршка.

Транзиција на жената кон мајчинство претставена низ различни домени

Во овој дел од трудот ќе бидат опфатени промени во различни домени во периодот на транзиција на жената кон мајчинство. Поголемо внимание ќе биде посветено на промените во биолошкиот, психолошкиот домен и сложениот социолошки контекст во кој се случуваат тие промени.

Биолошки домен

Бременоста и породувањето носат значителни промени, од хормонални до телесни, кои можат да влијаат на нивото на енергија, расположението и целокупното здравје. За време на бременоста, значајни хормонални промени го поддржуваат развојот на фетусот и го подготвуваат телото на мајката за породување. Истражувањата кај глодарите често служат како биолошки модел за разбирање на невроендокрините и физиолошките процеси поврзани со бременоста и со мајчинството кај луѓето. Половите стероидни хормони, естрогените и прогестеронот се зголемуваат за да се одржи бременоста, да се обезбеди безбедно породување кај глодарите и кај луѓето (Brunton & Russell, 2010; Glynn et al., 2016; Kinsley et al., 2015 според Duarte-Guterman, Leuner, & Galea, 2019). Релаксинот ги олабавува лигаментите и зглобовите, додека пролактинот ги подготвува градите за лактација (Kohl, Autry, & Dulac, 2017). Породувањето се карактеризира со брз пад на естрогенот и прогестеронот и пораст на нивото на окситоцин што иницира контракции на матката (Kohl, Autry, & Dulac, 2017). По раѓањето, нивоата на пролактин остануваат покачени за да се одржи производството на млеко, додека окситоцинот продолжува да го поддржува доењето и поврзувањето помеѓу детето и мајката.

Прифаќањето на овие промени како природен дел од транзицијата кон мајчинство може да помогне жените да бидат понежни и потолерантни кон

себеси за време на овој период. За полесна адаптација на овие промени, потребна е редовна физичка активност, урамнотежена исхрана, правилен одмор и квалитетен сон.

Психолошки домен

Психолошките промени во периодот на транзиција на жената кон мајчинство се значајни и вклучуваат различни аспекти на емоционалното и на когнитивното функционирање.

Амбивалентност во периодот на транзиција кон мајчинство

Мајчинството, како и сите сложени искуства во животот, е мешавина од позитивно и негативно (Sacks & Birndorf, 2019). Во психоанализата терминот *амбиваленција* се користи за постоење на спротивставени чувства кон иста работа (човек, предмети, односи ...). Таа е белег на човечкото искуство (Jones, 2023). Melani Klein смета дека амбивалентноста е индикатор за здрав детски развој. За разлика од нејзе, Паркер (Parker, 1995) ја разгледува амбивалентноста од гледна точка на мајките и го воведува поимот *мајчинска амбивалентност* (*maternal ambivalence*) како искуство што ја изразува двојната желба на мајката да биде со своето дете, но истовремено изразувајќи го копнежот за свој личен простор (физички и емоционален простор) (според Pascoe Leahy, 2020). Сакс (Sacks, 2018) зборува за период на транзиција кон мајчинството со помош на концептот на двојно привлекување и одбивање и нагласува дека амбиваленцијата е белег на овој период. Наместо да се гледа амбивалентноста како исклучиво позитивна или негативна за детето, Паркер (Parker, 1995) на неа гледа како конструктивна и креативна сила во личниот раст на мајката (според Leahy, 2023). Воедно се констатира дека мајчинската амбивалентност е природен и неопходен аспект во процесот на станување мајка (Pascoe Leahy, 2020).

Амбивалентноста има тенденција да се појави во областите на животот каде што поединците најмногу се вложуваат (како што се релации со значајни други личности) бидејќи тие вклучуваат постојан чин на балансирање помеѓу давањето и примањето.

Со валидирање на искуството на различни и спротивставени чувства, мајките веројатно ќе се чувствуваат помалку стигматизирани и изолирани и со тоа веројатно ќе се минимизираат чувствата на вина и срам, промовирајќи емоционална добросостојба и поздрава и пофункционална семејна динамика.

Промени во идентитетот

Транзицијата на жената кон мајчинството често носи длабока промена во идентитетот. Жените може да се соочат со чувство на губење на своето јас и да се чувствуваат несигурно во однос на своите способности како родители. Оваа трансформација вклучува реevaluација на приоритетите и редефинирање на личниот идентитет, што оди паралелно со концептот на *психолошки мораториум* за адолесценцијата на Erikson, каде што личноста активно го истражува и го редефинира своето чувство за себе (според Côté & Levine, 1987).

Градењето на овој нов идентитет вклучува препознавање кои елементи се основни за чувството за себе и изнаоѓање начини за нивно инкорпорирање во новата улога на мајка. Овој процес на трансформација на идентитетот е во тек, се развива како што расте детето и потенцијално се менува со следните бремености. Научниците пристапуваат кон идентитетот на различни начини, но тој генерално се сфаќа како *опис кој се однесува на себе* (анг.: *self-referential description*) и кој одговара на прашањето „Кој сум јас?“. на контекстуално соодветен начин (Ashforth et al., 2008 според Spitzmueller & Matthews, 2016). Оваа дефиниција ја нагласува еволутивната и контекстуална природа на идентитетот, која често вклучува повеќекратни, вкрстени идентитети кои еволуираат со текот на времето. Промените во идентитетот бараат време, а пишувањето дневник може да биде корисна алатка, со цел полесно да се разберат и да се прифатат промените во идентитетот во периодот на транзиција кон мајчинство.

Когнитивни промени

Во текот на бременоста или по породувањето жените соопштуваат промени во когнитивниот домен. Терминот бебешки мозок (*baby brain*) е медицински термин кој се однесува на субјективно доживеаните промени во когнитивниот домен во период на транзиција кон мајчинство. Овој термин во литературата може да се сретне и како плацента-мозок („*placenta brain*“) (Christensen et al., 2010) или како мајчински мозок („*mommy brain*“) (Ellison, 2005 според Miller, 2016), што може да сугерира дека мајчинството е придружено со дефицит во меморијата, односно когницијата. Во изминатите неколку децении, оваа идеја се здоби со популарност во поп-културата и на социјалните медиуми, со многу приказни кои тврдат дека бременоста и мајчинството се проследени со когнитивен дефицит кој може да трае со месеци или со години (Miller, 2016). Но, се поставува прашањето дали научните аргументи потврдуваат дека е навистина така?

Дури до 80 % од жените во транзиција кон мајчинство ја наведуваат забора-веноста како доминантна промена (Poser et al., 1986 според Brett & Baxendale, 2001), но во литературата се нотирани и следниве варирања: потешкотии во читањето, расеаност, намалена концентрација, отсутност (absentmindedness) намалена моторна координација и слично (Parson & Redman, 1991; Brett & Baxendale, 2001). Овие субјективни проценки не секогаш се потврдуваат при обидот да се констатираат промените со објективните тестови за мерење. По-крај тоа, наодите од различни истражување се неконзистентни. Дел од студи-ите покажуваат дефицит во когнитивното функционирање за време на бре-меноста (Davies et al., 2018; Henry & Rendell, 2007), додека други известуваат за подобрени перформанси (Christensen et al., 1999 според Barda et al., 2021) или не констатираат ефект за време на и по бременоста (Christensen et al., 2010; Swain et al., 1997).

Од клучно значење е да се утврди кога и во кои домени се случуваат овие промени во когницијата, како и кои фактори придонесуваат за нив, како што се квалитет на спиење, промени во расположението и слично (Miller, 2016).

Покрај можните методолошки недостатоци во истражувањата, постојат две главни причини зошто многу жени соопштуваат когнитивни потешкотии за време на бременоста и по породувањето, иако тоа е тешко објективно да се докаже (Crawley, Grant, & Hinshaw, 2008, Cuttler et al., 2011, според Miller, 2016):

- Субјективните проценки на жените за евентуален когнитивен дефицит во периодот на транзиција кон мајчинство може да бидат под влијание на културните стереотипи и
- Бремените жени и жените во постнаталниот период може вистински да ги увидат суптилните когнитивни промени во секојдневното функ-ционирање, но ова често не се појавува при тестирање во лаборато-риски услови бидејќи тестовите не ги оценуваат релевантните когни-тивни процеси и тестирањето се спроведува во премногу едноставни услови, без вообичаените дистракции и обврски присутни во секојд-невниот живот.

Социјалниот контекст и транзицијата кон мајчинство

Транзицијата на жената кон мајчинство не се одвива во вакуум; таа е дла-боко вкоренета во социјалниот контекст. Во насока на подобро разбирање на периодот на транзиција на жената кон мајчинство потребно е да се земе предвид поширокиот социјален контекст и промените кои настануваат со те-кот на времето. Во земјата се преземени чекори за еманципација на жената

и за родова еднаквост. Република Северна Македонија има усвоено закони и политики насочени кон унапредување на правата (вклучително и сексуални и репродуктивни права) и учеството на жените во сите сфери на општеството. Сепак, остануваат низа предизвици, како на пример родови стереотипи, нееднаква распределба на обврските околу домот и семејството, одржување рамнотежа помеѓу работата и семејниот живот и др. Може да се забележи дека жените сè подоцна го одложуваат раѓањето на првото дете, а одреден број жени одлучуваат и да немаат деца. Во 1994 година просечната возраст на мајката при раѓање на првото дете била 23,5 години, во 2004 година 24,8 години, во 2014 година 26,8 години, додека денес (последниот податок објавен на страната на Државен завод за статистика се однесува на 2022 година) раѓањето на првото дете се одложува до 27,7 година. 29,4 е просечната возраст кога жените во Европската Унија го добиле своето прво дете во 2019 година (Авиоровиќ-Бундалевска, Радуловиќ и Кескинова, 2023). Во однос на вкупниот број раѓања во земјата, просечната возраст на мајката се зголемува од 25,8 во 1994 на 29,4 во 2022 година (Државен завод за статистика [ДЗС], 2023). Авиоровиќ-Бундалевска и соработниците (2023) заклучуваат дека жените во Северна Македонија раѓаат скоро пет години подоцна од почетокот на деведесеттите години и возраста на раѓање е слична со земјите во Европската Унија. Лихи (Leahy, 2023) наведува дека возраста на која жената станува мајка длабоко влијае на различни аспекти од нејзиниот живот, вклучувајќи ја нејзината психолошка добросостојба, физичко закрепнување, финансиска автономија и достапните животни избори.

Во контекст на горенаведените податоци, а гледано низ призмата на исполнување на социјалните очекувања за соодветната возраст да се стане мајка, по Втората светска војна се сметало дека е адекватно да се основа семејство на возраст од дваесет години, но во поново време, таквиот избор се смета за предвремен или за полн со предизвици (Leahy, 2023). Слично на тоа, во повоената ера се сметало дека е доцна да се има дете на триесет години.

Со зголемување на возраста на жената кога за првпат станува мајка се намалува можноста да има повеќе деца и со тоа се бележи тренд на намалување на големината на семејството. Во таа насока, вредностите на вкупната стапка на фертилитет (ТФР) која се смета за хипотетички или за можен фертилитет и го претставува бројот на живородени деца кои се очекува една жена да ги има во текот на нејзиниот репродуктивен период (15–49 години), покажуваат континуиран тренд на намалување. Ретроспективно гледано, по Втората светска војна (1948 година), ТФР изнесувала 6,64 деца по жена додека во 1971 година, ТФР изнесувала 3,0 деца по жена, а во 1981, изнесува 2,5 деца по жена (Драговиќ, 2004). Може да се заклучи дека трендот на континуирано намалување на

фертилитетот е видлив во последната декада од дваесеттиот век, кога стапката на фертилитет во 1999 година изнесува 1,76, со благо намалување на 1,6 во 2002 година и 1,4 деца по жена во 2006 година (Драговиќ, 2006). Стапката на фертилитет во 2020 година достигнува најниско ниво од 1,31 (Авиновиќ – Бундалевска и сор., 2023), додека во 2022 година изнесува 1,59 (ДЗС, 2024). Може да се заклучи дека жените во Република Северна Македонија сè почесто одлучуваат да имаат едно до две деца.

Постои научна дебата во однос на должината на периодот на транзиција кон мајчинство. Воглавно научниците се согласуваат дека траењето на горенаведениот период е индивидуално и дека се повторува со секое дете. Оттука, може да се заклучи дека жената поминува помал дел од репродуктивниот период во раѓање и во воспитување деца и помалку фреквентно го поминува овој процес на транзиција, земајќи ги предвид стапките на фертилитет од 1948 до 2022 година во Македонија.

Покрај социјалните очекувања и промената на културните норми, на одлуката за планирање на семејството влијаат и личните избори, обликувани од искуства како траума од раѓање, постпородилно нарушување, финансиски ограничувања, неповолни социјални политики и др.

Социјалниот контекст, професионалниот идентитет и транзицијата кон мајчинство

Периодот на транзиција на жената кон мајчинство вклучува континуирана реевалуација на ставовите, верувањата, личните карактеристики (Barlow & Cairns, 1997), што води и до промена на професионалниот идентитет на мајката (Sacks & Birndorf, 2019). Истражувањата во областа на психологијата сугерираат дека повеќето индивидуи имаат помеѓу четири и седум идентитети како централни за нивниот себеконцепт во секое време и дека овие идентитети се потпираат на различни членства во групата (Roccas & Brewer, 2002 според Spitzmueller & Matthews, 2016). Понатаму, мајчинството е активен процес. Во период кога се случува клучен настан (како на пример, бременост или породување) се случува трансформација на веќе постојните идентитети, при што се инкорпорираат новите улоги без целосно да се отфрлат старите.

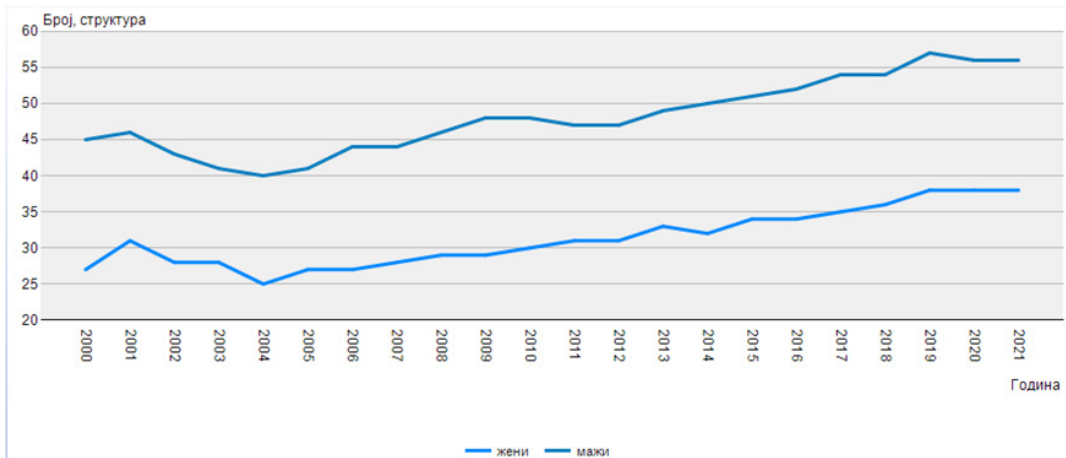
Одлуката за тоа дали мајката ќе се врати на работа или доминантно ќе се грижи за домот и за семејството зависи од многу фактори: очекувањата на средината, промената на културните норми, финансиските околности и др. Во поствоена Австралија, мајката која се грижи за домот и врши неплатена работа е моќна културна фигура која често е портретирана во списанијата (Leahy, 2023). За разлика од повоената ера, во постиндустриските општества,

од повеќето жени се очекува да имаат барем едно дете во текот на нивниот живот (OECD, 2012 според Spitzmueller & Matthews, 2016). Поради тоа што мнозинството од овие жени работат, тие ќе треба да одлучат колку долго ќе останат дома по породувањето и дали ќе го променат распоредот за работа (полно работно време или скратено работно време, работа во една смена, и сл.) по повторното враќање на работа (OECD, 2012 според Spitzmueller & Matthews, 2016).

Во нашата земја стапката за вработеност на жените од 2000 година (27,1 %) до 2021 година (38,3 %) и стапката за вработеност на мажите од 2000 година (44,7 %) до 2021 година (56,2 %) се во пораст. Евидентно е дека стапката на вработеност на жените е значително пониска во споредба со онаа кај мажите и дека родовиот јаз се одржува (види графикон 1).

Графикон 1.

Слика на вработеност за период од 2000 година до 2021 година кај мажи и жени. Податоците се преземени од базата на податоци на Мак Сити (24.7.2024)



Иако бројот на жени кои се вработени е зголемен, поверојатно е дека тие сè уште се примарни негувателки на нивните деца, преземаат поголем број од домашните обврски и го носат поголемиот емоционален товар на семејството (Craig, 2007 според Leahy, 2023). Во контекст на горенаведеното говорат и податоците од родовата анализа објавена од Реактор: истражување во акција во 2022 година. Имено, стапката на вработеност на жените кои немаат деца изнесува 50 %, додека оваа стапка кај жените кои имаат деца помали од 6 години изнесува 46 %. Кај жените, стапката на вработеност благо опаѓа кога имаат деца додека кај мажите стапката на вработеност расте. Стапката на вработеност кај мажите кои немаат деца изнесува 66 %, додека оваа стапка кај мажите кои имаат деца помали од 6 години изнесува 77 % (Реактор - истражување во акција, 2022). Податоците се однесуваат за 2019 година.

Терминот „вработена мајка“ го одразува конфликтот помеѓу општествениот статус, очекувањата, нормите за тоа што е „добра мајка“ и очекувањата за „идеален работник“ кој е трудољубив, компетентен и авторитетен (Spitzmueller & Matthews, 2016). Горенаведеното ги отсликува вкоренетите општествени противречности и може да имплицира дека двете улоги меѓусебно се исклучуваат. При обидот да се воспостави рамнотежа помеѓу семејството и работата, периодот на транзицијата на професионалниот идентитет кај жената, односно мајката, може да биде испреплетен со тешкотии, анксиозност и амбивалентност.

Во прилог на факторите што веќе ги споменавме, а се однесуваат на платената работа и на работниот статус, треба да се земе предвид колку работата е важна за личниот идентитет. Sacks и Birndorf (2019) предлагаат да се разгледаат следниве прашања:

- Колку личноста е мотивирана, поттикната и исполнета од тековната работа?
- Кога најдобро се чувствува личноста? Кога е дома или кога има одредена рутина и интеракција со возрасни, а рутината да не се однесува само на одење и враќање од работа.
- Кои се потенцијалните промени кај личноста при напуштање на работата (како на пример: *чувствено на целисходност* и смисла, продуктивност, независност, чувство на заедништво итн.)

Во таа насока, горенаведените авторки истакнуваат дека одлуките кои се однесуваат на професионалниот идентитет треба да се базираат на она што го сакаме, а не на тоа од што се плашиме.

Современи текови на истражување на транзицијата кон мајчинство

Современите истражувања на транзицијата кон мајчинство опфаќаат различни искуства на мајките, препознавајќи ги значајните влијанија на расата, социјалниот статус и сексуалната ориентација. Оваа инклузивност потврдува дека транзицијата кон мајчинството не е монолитно искуство, туку е длабоко обликувана од социјалните и од културните контексти. На пример, социоекономскиот статус може да влијае на пристапот до ресурси и на мајчината грижа. Слично на тоа, сексуалната ориентација може да влијае на динамиката на мајчинството и на општественото прифаќање на различните семејни структури. Понатаму, екопсихолозите сметаат дека еколошкиот домен треба да биде вклучен и изучуван при горенаведената транзиција (Davis & Athan, 2023). Постои сè поголемо прифаќање на идејата дека транзицијата кон мајчинство може да поттикне грижа за еколошки прашања и реевалуација на односот на мајката

кон природата. Па така, екопсихолозите се залагаат за формирање нова рамка позната како „мајчинска екопсихологија“. Дополнително, интегрирањето на еколошкиот домен преку мајчината екопсихологија промовира поголема екосвест кај мајките.

До неодамна, научната јавност имаше многу ограничени знаења за мајчиниот мозок, но значителен напредок се јавува по 2010 година (Jones, 2023). Orchard и соработниците (2023) први објавуваат прегледна научна студија каде што транзицијата кон мајчинство ја изучуваат како *неврокогнитивна развојна фаза*, со цел да го истражат доживотното влијание на мајчинството врз когницијата и мозокот, при што сугерираат дека настануваат значителни структурни и функционални промени во мозокот за време на оваа транзиција (види слика 1). На пример, вкупниот волумен на мозокот кај жените се намалува за време на бременоста, достигнувајќи ја најниската точка при породувањето, а потоа волуменот се обновува во рок од шест месеци по породувањето (Oatridge et al., 2002). Дополнително, студиите известуваат за разлики во волуменот на сивата материја во различни делови на мозокот за време на бременоста и по породувањето (Hoekzema et al., 2020; Hoekzema et al., 2017 според Pawluski et al., 2022).

Слика 1.

Преформулирање на *мајтресценција* како *неврокогнитивна развојна фаза кај луѓето*. Адаптирано од *Matrescence: lifetime impact of motherhood on cognition and the brain* of авторите E. R. Orchard, H. J. Rutherford, A. J. Holmes, & S. D. Jamadar, 2023. *Trends in Cognitive Sciences*, 27(3), страна 304.



Горенаведените намалувања на пластичноста на мозокот не се поврзани со дефицит во однесувањето, како што често може да се забележи при стареењето. Наместо тоа, тие може да претставуваат „добро ѝприсѝособување“ на мајчиниот мозок, каде што помалата промена всушност може да значи *ѝовеќе* – во смисла на тоа да го подобри нејзиното однесување. Hoekzema et al. (2017) откриле дека сивата материја се намалува во неколку мозочни региони одговорни за социјалната когниција, вклучувајќи го супериорниот темпорален сулкус, медијалниот и инфериорниот фронтален кортекс, фузиформните области и хипокампусот. Овие промени биле поврзани со позитивна мајчинска приврзаност. Кога мајките одговарале на своите бебиња, највисока мозочна активност била забележана во регионите со намалена сива материја за време на бременоста, што сугерира дека мајчиниот мозок се реструктурира за време на бременост и постпородилен период, а намалениот волумен на сива материја е поврзан со посилен мајчинска приврзаност (според Duarte-Guterman et al., 2019).

Воедно, Orchard et al. (2023) истакнуваат дека когнитивните предизвици со кои се соочуваме за да се одговори на потребите на детето создаваат стимулативна средина што ја зголемува резилиентноста на мозокот.

Препораки и насоки за идни истражувања

Со повторно афирмирање на антрополошкиот термин *маѝресценција* се нуди можност да се развие поинаков дискурс за мајчинството сфатено како поттикнувачко, трансформативно и развојно искуство. Со креирање на пофлексибилан наратив за мајчинството се очекува тоа да има влијание врз позитивната себеперцепција кај жените, тие да се чувствуваат разбрано и помалку стигматизирано.

Воедно се предлага лонгитудинално испитување во кое ќе се истражуваат ставовите кон плодноста и кон раѓањето деца кај жени пред да станат мајки, со цел да се анализира дали жените кои имаат позитивен став кон плодноста и кон раѓањето полесно ќе се адаптираат на новата улога како мајки. Можеби е релевантно да се постави и да се разгледа прашањето дали когнитивните промени се почести и поистакнати во случај кога жената ќе роди повеќе деца, за разлика од оние кои имаат едно дете.

Во иднина може да се воведи и да се изучува терминот *patrescence*, *ѝроцес на сѝанување ѝаѝѝко* (Raphael, 1975), да се проучи општествениот стандард за татковство во различни временски точки и да се мапираат промените во различни домени. Орхард и соработниците (Orchard et al., 2023) предлага процесот на станување татко, исто така, да се изучува како неврокогнитивна развојна фаза.

Литература

- Авиоровиќ Бундалевска, И., Радуловиќ, М., и Кескинова, А. (2023). *Перцепции за браќот и разводот на младите во Република Северна Македонија*. Филозофски факултет.
- Anderson, M. V., & Rutherford, M. D. (2012). Cognitive reorganization during pregnancy and the postpartum period: an evolutionary perspective. *Evolutionary psychology: an international journal of evolutionary approaches to psychology and behavior*, 10(4), 659– 687
- Athan, A. (2016) *Working Definition*. <https://www.matrescence.com/>
- Athan, A., & Reel, H. L. (2015). Maternal psychology: Reflections on the 20th anniversary of Deconstructing Developmental Psychology. *Feminism & Psychology*, 25(3), 311–325.
- Barda, G., Mizrachi, Y., Borokchovich, I., Yair, L., Kertesz, D. P., & Dabby, R. (2021). The effect of pregnancy on maternal cognition. *Scientific Reports*, 11(1), 1–6. <https://doi.org/10.1038/s41598-021-91504-9>
- Barlow, C. A., & Cairns, K. V. (1997). Mothering as a Psychological Experience: A Grounded Theory Exploration. *Canadian Journal of Counselling*, 31(3), 232–47.
- Brett, M., & Baxendale, S. (2001). Motherhood and memory: a review. *Psychoneuroendocrinology*, 26(4), 339–362.
- Côté, J. E., & Levine, C. (1987). A formulation of Erikson's theory of ego identity formation. *Developmental review*, 7(4), 273–325.
- Christensen, H., Leach, L. S., & Mackinnon, A. (2010). Cognition in pregnancy and motherhood: prospective cohort study. *The British Journal of Psychiatry*, 196(2), 126–132.
- Davies, S. J., Lum, J. A., Skouteris, H., Byrne, L. K., & Hayden, M. J. (2018). Cognitive impairment during pregnancy: a meta-analysis. *Medical Journal of Australia*, 208(1), 3540.
- Davis, A., & Athan, A. (2023). Ecopsychological development and maternal ecodistress during matrescence. *Ecopsychology*, 15(3), 281–293.
- Duarte-Guterman, P., Leuner, B., & Galea, L. A. (2019). The long and short term effects of motherhood on the brain. *Frontiers in neuroendocrinology*, 53, 100740.
- Драговиќ, А. (2004). *Социјалната средина и родноста* (Докторска дисертација, Универзитет „Св. Кирил и Методиј“ - Скопје).
- Драговиќ, А. (2008). Нискиот фертилитет, политиките и квалитетот на живот во Република Македонија. *Ревииа за социјална психологија*, (2), 133–146.

- Државен Завод за Статистика (2023). *Напојалииетој во Република Северна Македонија во 2022 година*. <https://www.stat.gov.mk/PrikaziSooopstenie.aspx?rbtxt=8>
- Државен Завод за Статистика (2024). *Клучни индикатори*. <https://www.stat.gov.mk/KlucniIndikatori.aspx>
- Glaser, E. (2022). *Motherhood: feminism's unfinished business*. 4th Estate
- Henry, J. D., & Rendell, P. G. (2007). A review of the impact of pregnancy on memory function. *Journal of clinical and experimental neuropsychology*, 29(8), 793–803.
- Husmann, M. D. (2020). *Demystifying First-Time Mothers' Postpartum Mental Health: A Phenomenological Study of the Transition to Becoming a Mother* (Doctoral dissertation, University of Missouri-Saint Louis).
- Jones, L. (2023). *Matrescence: On the Metamorphosis of Pregnancy, Childbirth and Motherhood*. Penguin Books Limited
- Kohl, J., Autry, A. E., & Dulac, C. (2017). The neurobiology of parenting: A neural circuit perspective. *BioEssays : news and reviews in molecular, cellular and developmental biology*, 39(1), 1–11. <https://doi.org/10.1002/bies.201600159>
- Leahy, C. P. (2023). Approaching matrescence: Theory, context, methodology. In *Becoming a mother* (pp. 1–39). Manchester University Press.
- МакСтат (24.7.2024). Показатели од половите статистики во Република Македонија. Подигнато на: https://makstat.stat.gov.mk/PXWeb/px-web/mk/MakStat/MakStat__PoloviStat/125_PoloviStatistiki_ml.px/?rx-id=46ee0f64-2992-4b45-a2d9-cb4e5f7ec5ef
- Miller, L. J. (2016). Psychological, behavioral, and cognitive changes during pregnancy and the postpartum period. In A. Wenzel (Ed.), *The Oxford handbook of perinatal psychology* (pp. 7–25). Oxford University Press.
- Oatridge, A., Holdcroft, A., Saeed, N., Hajnal, J. V., Puri, B. K., Fusi, L., & Bydder, G. M. (2002). Change in brain size during and after pregnancy: study in healthy women and women with preeclampsia. *AJNR. American journal of neuroradiology*, 23(1), 19–26.
- Orchard, E. R., Rutherford, H. J., Holmes, A. J., & Jamadar, S. D. (2023). Matrescence: lifetime impact of motherhood on cognition and the brain. *Trends in Cognitive Sciences*, 27(3), 302–316.
- Parsons, C., & Redman, S. (1991). Self-reported cognitive change during pregnancy. *The Australian journal of advanced nursing: a quarterly publication of the Royal Australian Nursing Federation*, 9(1), 20–29.

- Pascoe Leahy, C. (2020). The mother within: Intergenerational influences upon Australian matrescence since 1945. *Past & Present*, 246 (Supplement_15), 263–294.
- Pawluski, J. L., Hoekzema, E., Leuner, B., & Lonstein, J. S. (2022). Less can be more: Fine tuning the maternal brain. *Neuroscience and biobehavioral reviews*, 133, 104475. <https://doi.org/10.1016/j.neubiorev.2021.11.045>
- Raphael, D. (1975). Matrescence, becoming a mother, a “new/old” rite de passage. *Being female: Reproduction, power, and change*, 65–71.
- Реактор – Истражување во акција. (2022). *Родова сѝајѝисѝѝика и вклучување на родоваѝа ѝерсѝекѝѝива во сѝајѝисѝѝичкиоѝ сѝсѝѝем на Северна Македонија: родова анализа*. Подигнато на 13.5.2024, од <http://www.re-actor.org.mk>.
- Sacks, A. (2018, September). *A new way to think about the transition to motherhood* [Video]. TED Conferences. https://www.ted.com/talks/alexandra_sacks_a_new_way_to_think_about_the_transition_to_motherhood
- Sacks, A., & Birndorf, C. (2019). *What no one tells you: a guide to your emotions from pregnancy to motherhood*. Simon and Schuster.
- Spitzmueller, C., & Matthews, R. A. (Eds.) (2016). *Research perspectives on work and the transition to motherhood*. New York: Springer.
- Swain, A. M., O'Hara, M. W., Starr, K. R., & Gorman, L. L. (1997). A prospective study of sleep, mood, and cognitive function in postpartum and nonpostpartum women. *Obstetrics & Gynecology*, 90(3), 381–386.
- Wojtkowiak, J. (2020). Ritualizing pregnancy and childbirth in secular societies: Exploring embodied spirituality at the start of life. *Religions*, 11(9), 11–6. <https://doi.org/10.3390/rel11090458>

WOMAN'S TRANSITION TO MOTHERHOOD – MATRESCENCE

Daniela Nedelkova

Abstract

This paper aims to introduce and thoroughly describe the period of women's transition to motherhood (*matrescence*). To gain a more comprehensive insight into the transition to motherhood, we begin with a historical overview and development of the term, and then consider a series of changes in different domains during this transition. It is noted that the changes reflect the complexity and intensity of changes as in the period of adolescence. Its relevance in contemporary research is discussed and directions and recommendations for future research are offered.

Keywords: *woman's transition to motherhood, developmental stage, changes in different domains, ambivalence*