

Психологія

ПСИХОЛОГІЧНІ ОСОБЛИВОСТІ СТАВЛЕННЯ ЖІНОК ДО ВЛАСНОЇ ВАГІТНОСТІ

Сторож В.В.

*к.пед.н., ст. викладач кафедри психіатрії, наркології та психології
Одеського національного медичного університету
Україна, м. Одеса*

Белік Н.О.

*магістр кафедри психіатрії, наркології та психології
Одеського національного медичного університету
Україна, м. Одеса*

PSYCHOLOGICAL FEATURES OF WOMEN'S ATTITUDE TO OWN PREGNANCY

Storozh Viktoriia

*Ph.D., Lector of the Department of Psychology of
Odessa National Medical University
Ukraine, Odessa*

Belik Nataliia

*Master of the Department of Psychology
Odessa National Medical University
Ukraine, Odessa*

Анотація. У статті розглянуто психологічні особливості ставлення жінок до власної вагітності та період очікування дитини. Охарактеризовано фізичні, гормональні та соціальні зміни, які відбуваються з жінкою в цей період, що змінюють її емоційний стан, а також ставлення до себе, до майбутньої дитини і світу в цілому.

Abstract. The article deals with the psychological features of women's attitude to their own pregnancy and the period of expectation of the baby. It describes the physical, hormonal and social changes that occur with a woman during this period, which change her emotional state, as well as her attitude to herself, to the future child and the world at large.

Ключові слова: вагітність, материнство, дитина, ставлення, психологічний стан, тривога, емоції, сім'я.

Key words: pregnancy, motherhood, child, attitude, psychological state, anxiety, emotions, family.

Постановка проблеми. Однією із найважливіших подій у житті кожної жінки виступає народження дитини. Сьогодні все частіше можна спостерігати випадки, коли жінка, яка опиняється на порозі материнства, виявляється не достатньо готовою до прийняття та адекватної реалізації ролі та функцій матері. На даний час традиційні уявлення про перебіг вагітності і розвиток плоду, про взаємовідносини у системі «вагітна – плід» переглядаються з врахуванням наявних у світовій науці напрацювань. Психологічна готовність до батьківства і методи її формування набувають останнім часом все більшої активності серед проблем психології розвитку. Це пов'язано з розвитком демографічних проблем, ростом девіантного материнства, кількістю відмов від дітей тощо. З іншого боку, такий інтерес обумовлений увагою до проблем особистісного розвитку дорослої людини у зв'язку з її новою роллю – роллю батька (матері).

Актуальність дослідження. Вагітність викликає зміни в організмі жінки, які пов'язані з фізіологічною, соціальною та психологічною сферою. Під час вагітності у жінок може виникати емоційна нестійкість, дратівливість, високий рівень особистісної тривожності, підвищена чутливість, недовірливість, слабкість, знижується активність особистості, неадекватна самооцінка. Подібні зміни носять адаптивний характер, так як призводять до потрібного зниження активності жінки, до збільшення часу, відведеного на відпочинок і сон, до обмеження контактів вагітної із зовнішнім середовищем. Жінці потрібен час, щоб звикнути до деяких змін, а саме до нової форми тіла, до різних поєднань слабкості вранці та ін. Специфіка психічних реакцій вагітних і характер їх емоційних переживань необхідно розцінювати як прояв адаптації організму і особистості до наступаючої вагітності.

Аналіз останніх досліджень та публікацій. Провівши аналіз літератури переконались, що в психологічній літературі (В. Berns, F. Hay, 1988; Nicolson N.A., 1991) багато уваги приділяється біологічним основам материнства, а також умов і факторів індивідуального розвитку його у людини. У вітчизняній психології останнім часом також з'явився ряд робіт, пов'язаних з феноменологією (Скобло Г.В., Дубовик О.Ю., Баженова О.В., Баз Л.Л., Копил О.А., Брутман В.І.), психофізіологією (Батуев А.С., Волков В.Г., Садкова

Ю.С., Шабаліна М.В.), психологією материнства (Коваленко Н.П., Радіонова М.С.), психотерапевтичними (Шмурак Ю.І.) і психолого-педагогічними (Брутман В.І.) медичними роботами (Амбруаза А. Везалій) аспектами вагітності і ранніх етапів материнства, девіантне материнство (Філіппова Г.Г.).

Проблемі материнства присвячено багато теоретичних і прикладних досліджень. Аналіз власне психологічних робіт дозволяє виділити два основних напрямки досліджень. Перший напрямок присвячений обговоренню якостей, поведінки матері, їх впливу на розвиток дитини. Другий напрямок аналізу материнства акцентує увагу на ідеї суб'єктності матері і дитини. Найбільш яскраво ця ідея висвітлена у концепції материнства Г. Г. Філіппової. У цій концепції материнство розглядається не тільки як умова для розвитку дитини, але і як особлива потребомотиваційна складова психології жінки, що формується на протязі всього життя [2, с. 22-37].

Постановка завдання. Вивчення особливостей психологічного ставлення до материнства вагітної жінки та здійснення аналізу, а також визначення їх індивідуально-психологічних характеристик і особливостей сприйняття вагітності та майбутнього материнства

Виклад основного матеріалу. Вагітність це стан організму коли всі системи і органи працюють у новому, напруженому режимі. І розглядати її потрібно як чергову стадію розвитку, дотримуватися точки зору, що поєднує усі підходи: вагітність, пологи і материнство - це певні ланки формування зрілої жіночої самості. Це пов'язано між собою таким чином, що від того, наскільки повно жінка проживе попередній етап, залежить можливість проходження наступного. Це черговий раз доводить спроможність вікової психології з подоланням криз різних етапів життя. Аналізуючи вагітність як стадію розвитку, можна виділити основні відмінні характеристики цього періоду. Зміни торкаються як психофізіологічний, так і психологічний рівень [4, с. 109].

Психологічні зміни під час вагітності виявляються в так званому синдромі вагітності - це новий психогенний стан, обмежений періодом часу, який починається не в день зачаття, а при усвідомленні жінкою свого нового

становища, і закінчувати не пологами, а в момент прийняття своєї дитини [3].

Психоемоційна налаштованість жінки на стан вагітності й готовність до материнства розглядають комплексно як синтез найрізноманітнішої інформації, зокрема в контексті врахування біографічних даних, стану здоров'я, міри адаптованості до життя в шлюбі, рівня задоволення емоційними взаєминами з мікро- та макросоціумом, передусім із матір'ю, тобто як урахування якомога ширшого кола значущих особистісних, психофізичних, соціальних та інших чинників.

Фізіологічні зміни, пов'язані з вагітністю, впливають на емоційний фон жінки і в той же час частково обумовлені змінами в афективній сфері. Психологічні особливості періоду вагітності пов'язані з нестійкістю і нерідко суперечливістю. З одного боку, жінка відчуває щастя і почуття гордості у зв'язку з таким, що відбувся материнством, з іншого - страх дорослішання, побоювання ускладнень перебігу вагітності та пологів, сумніви у своїй материнській компетенції і спроможності.

З моменту усвідомлення і внутрішнього прийняття себе як майбутньої матері у жінки виявляються в різному ступені, виражені амбівалентні уявлення про вагітність. Вони обумовлені наявністю протиріч, побоювань і страхів, пов'язаних з майбутніми пологами, іноді навіть трапляються напади паніки. Може виникати невпевненість в своїх власних силах народити і стати повноцінною матір'ю. Можливі страхи за здоров'я майбутньої дитини, стурбованість можливим погіршенням матеріального становища своєї сім'ї, утиском особистого часу і свободи. Вагітність також пов'язана зі зміною способу тілесного «Я» і відчуттям власної сексуальної непривабливості. Особливості даних уявлень про вагітність обумовлюють зміни, що відбуваються на емоційному рівні [5].

Вагітність надає багатофакторне вплив на жіночий організм і особливо на психоемоційний стан жінки. Під час вагітності дуже важливо поговорити з жінкою і з'ясувати питання, які її хвилюють, дізнатися про ставлення до майбутніх пологів, самопочуття, страхах і сумнівах. Такі жінки орієнтовані швидше на стан невдачі, що має на увазі більше емоційне занепокоєння під час

виношування дитини. Вони вважають, що бути впевненими в собі можливо тільки після народження дитини, на відміну від вагітних з нормальним перебігом вагітності.

Якщо жінка планувала дитину і готова стати незабаром матір'ю вагітність буде протікати більш спокійно. Готовність до материнства формується під впливом як біологічних, так і соціальних та психологічних факторів. Рівень психологічної готовності до материнства визначається впливом сприятливих і несприятливих чинників до того моменту, коли жінка стає матір'ю.

При вивченні особливостей психічного стану жінки під час вагітності, що впливає на розвиток дитини, досліджуються: наявність стресових, депресивних станів, психопатологічних особливостей, їх виникнення і загострення в різні періоди вагітності; материнські очікування, установки, виховні стратегії, задоволеність материнською роллю, компетентність матері з метою прогнозу стилю відносини матері до дитини та особливостей материнсько-дитячої взаємодії в постнатальному періоді.

У психології виділяються типологічні відмінності відносини жінок до своєї вагітності: адекватний, тривожний, ейфорійний, ігноруючий, амбівалентний, заперечливий. Адекватному типу властиво наявність позитивних емоційних переживань. Тривожний тип пов'язаний зі страхами, занепокоєнням, депресивним станом, особливо в перші три місяці вагітності. При ейфорійному типі всі характеристики носять неадекватне забарвлення, помічається некритичне ставлення до можливих проблем вагітності і материнства. Зазвичай до кінця вагітності з'являються ускладнення. Ігноруючий тип проявляється в пізній ідентифікації вагітності, супроводжується невдоволення, незадоволеності або неприємного подиву. Динаміка емоційного стану або не спостерігається, або відзначається підвищення активності і загального емоційного тону. При амбівалентному типі загальна симптоматика схожа з тривожним типом, особливістю є виникнення больових відчуттів. Інтерпретація своїх негативних емоцій виражена як страх за дитину або результат вагітності і пологів. Для заперечливого типу характерні тривоги, страхи і різкі негативні емоції.

Багато з цих та інших тривог походять від незнання деяких моментів, пов'язаних з вагітністю, пологами, розвитком і вихованням дитини. Також до можливих причин виникнення тривоги можна віднести почуття самотності вагітної, відсутність підтримки з боку близьких людей, несхожість на інших жінок, суб'єктивне відсутність розуміння.

Під час вагітності відбувається зміна всіх сторін життя жінки, вагітність провокує глибокі зміни самосвідомості, ставлення до інших людей і до світу в цілому, відбувається трансформація ціннісно-сміслових складових образу світу, власної ідентичності в нових умовах. Інтенсивний темп життя, надзвичайно насичена інформаційне середовище, високий рівень щоденного стресового впливу, екологічне неблагополуччя - все це негативно відбивається на психофізіологічному стані вагітних жінок. Навіть практично здорові жінки протягом генеративного періоду знаходяться в стані біологічної і психологічної кризи. Жінці набагато легше справлятися з труднощами і проблемами, пов'язаними з вагітністю, якщо вона готова до материнства, має підтримку з боку близьких людей, відчуває опору і впевненість в собі і своїх силах.

Висновки. Таким чином, біологічні, соціальні та психологічні перетворення підкреслюють важливість періоду вагітності в житті жінки і є необхідними умовами для задоволення потреб майбутньої дитини. Майбутня мати повинна підготуватися до вагітності, як морально, так і фізично, з'ясувати всі її запитання, перевірити своє здоров'я, мати підтримку від оточуючих її людей. Наскільки буде уважно ставитися жінка до виношування, дотримуватися порад лікаря, правильно харчуватися, приймати себе зі своїми змінами, настільки буде залежати благополуччя і здоров'я майбутньої дитини. Важливими чинниками є позитивні настановлення й зосередженість свідомості вагітної жінки на ще не народженій дитині, адже це засвідчує прийняття нею власної вагітності як бажаної та корисної генеративної події.

ЛІТЕРАТУРА

1. Маслова В. Е. Психологічні особливості вагітності як біопсихосоціального феномена [Текст] // Психологія: традиції та інновації: матеріали III Міжнар. наук. конф. (М Самара, березень 2018 р). - Самара: ТОВ "Видавництво АСГАРД", 2018. - С. 22-24.
2. Плетньова С.М. «Почуття провини у матері як фактор, який зумовлює її події з дитиною» // Матеріали науково-практичної конференції. - М.: РГУ, 2004. - 498 с.
3. Строкова Н.В., Латкіна Ю.А. «Вивчення динаміки взаємозв'язку рівня тривожності і відносини матері до майбутньої дитини» // Матеріали науково-практичної конференції. - М.: РГУ, 2004.- 498 с.
4. Філіппова Г.Г. «Диференціація мотиваційних основ материнської і статевої поведінки у підлітковому віці» // Матеріали міжн.науково-практ. конф. пам'яті К. С. Лебединської - М.: РГУ, 2005.- С. 112-114.
5. Филиппова Г. Г. Психология материнства: Учебное пособие. — М.: Изд-во Института Психотерапии, 2002. — 240 с.