

УДК 159.923.2:316.362.31

DOI <https://doi.org/10.30970/PS.2024.20.7>

ОСОБЛИВОСТІ ВАГІТНОСТІ ТА АНАЛІЗ ЕМОЦІЙНИХ ПЕРЕЖИВАНЬ У ВАГІТНИХ ЖІНОК

Тетяна Ботезату

*Чорноморській національний університет імені Петра Могили, вул. 68-Десантників, 10,
м. Миколаїв, Україна, 54003
e-mail: tatjana-botezatu198@ukr.net*

Ірина Астремська

*Чорноморській національний університет імені Петра Могили, вул. 68-Десантників, 10,
м. Миколаїв, Україна, 54003
e-mail: arin9474@ukr.net*

Дана робота присвячена вивченню емоційних переживань вагітних жінок та їх впливу на фізичне і психічне здоров'я як матері, так і дитини. У статті досліджено складний та багатовимірний характер емоційних станів, які виникають під час вагітності, включаючи щастя, тривогу, страх, стрес, втому, смуток та збудження. Зазначено, що ці переживання залежать від багатьох факторів, таких як підтримка з боку оточуючих, стан здоров'я, фінансова стабільність, культурні норми та очікування, а також індивідуальні особливості жінок, такі як їхній попередній емоційний досвід, психологічна стійкість та адаптаційні ресурси.

Важливим аспектом дослідження є підкреслення необхідності інтеграції психологічної підтримки у медичне обслуговування вагітних для створення більш ефективних програм, які враховують не лише фізичні, але й психоемоційні потреби жінок у період вагітності. Дослідження підтверджує, що емоційний стан матері має безпосередній вплив на розвиток і здоров'я дитини, а також на гармонійний розвиток сімейних стосунків та загальне благополуччя родини.

Узагальнено різні наукові підходи до вивчення емоційних переживань вагітних, серед яких особливе місце займають біологічні, психологічні та соціокультурні фактори. Зауважено, що вагітність супроводжується значними гормональними змінами, зокрема коливаннями рівнів естрогену, прогестерону та окситоцину, які впливають на емоційний стан жінки.

Результати дослідження свідчать про важливість комплексного теоретико-методологічного підходу до вивчення емоційних переживань вагітних жінок. Висвітлено необхідність розробки ефективних стратегій підтримки емоційного благополуччя вагітних, що враховують біопсихосоціальні аспекти цього явища. Такий підхід дозволяє глибше зрозуміти закономірності психологічних, біологічних і соціальних процесів, пов'язаних з репродукцією, та розкрити їх взаємозв'язки, що сприяє поліпшенню якості життя як матері, так і дитини. Підкреслена важливість дотримання етичних стандартів у проведенні досліджень, особливо щодо забезпечення конфіденційності та добровільної участі респонденток.

Ключові слова: вагітність, мати, емоційний стан, материнство, теорія, дитина, прив'язаність.

Вагітність є важливим етапом у житті жінки і забезпечення позитивного емоційного стану сприяє покращенню загальної якості життя. Це, в свою чергу, впливає на гармонійний розвиток сімейних стосунків і соціального середовища. Емоційний стан вагітної жінки безпосередньо впливає на її фізичне здоров'я, а також на розвиток і здоров'я дитини. Негативні емоції, такі як тривога та депресія, можуть призвести до ускладнень під час вагітності та пологів, а також вплинути на здоров'я новонародженого.

Дослідження емоційних переживань під час вагітності допомагають виявити ризик розвитку післяпологової депресії. Рання діагностика та втручання можуть значно знизити її прояви та негативні наслідки для матері і дитини. Вивчення емоційних переживань вагітних жінок підкреслює необхідність інтеграції психологічної підтримки у медичне обслуговування. Це допомагає створити більш ефективні програми підтримки, що враховують як фізичні, так і психоемоційні потреби вагітних. Емоційні переживання є складною багатогранною категорією в психології, яка вивчається з різних аспектів, включаючи біологічні, соціальні, когнітивні та культурні фактори.

Тема емоційних переживань вагітних жінок є актуальною і з точки зору наукових досліджень. Вона відкриває нові перспективи в області психології, медицини, соціології та інших дисциплін, сприяючи глибшому розумінню взаємозв'язків між психічним і фізичним здоров'ям. Психолог може допомогти у розумінні власних почуттів і бажань, розглянути можливі варіанти та їх наслідки, а також розвивати стратегії для копінгу зі стресом, який може виникнути внаслідок цих важливих рішень. Важливо мати можливість відкрито обговорювати свої почуття та думки з професіоналом, який може надати об'єктивну підтримку та поради.

Таким чином, актуальність дослідження емоційних переживань вагітних жінок є очевидною, оскільки це сприяє поліпшенню здоров'я та якості життя як матерів, так і їхніх дітей, а також має важливі соціальні та економічні наслідки.

У широкому спектрі проявів материнства кожна наука детально вивчає вузький аспект. Фізіологів цікавлять соматичні зміни, що відбуваються з вагітною жінкою, дозрівання плода та період лактації (Р. Шорт, К. Остін, І. Хопкінс та ін.). Тут багато уваги приділяється порівняльним дослідженням гормонального фону та проявам материнської поведінки, динаміці емоційних станів у період вагітності. Соціологи розглядають оптимальні моделі відтворення населення, психологи – «психологічну готовність до материнства», форми девіантної поведінки матерів, досліджують внутрішньоутробне життя плода, де мати представлена як стимульне та фізіологічне середовище для розвитку дитини (А. Бергін, А. І. Брусиловський, Ю. І. Шмурак та ін.) [3].

Вчені у галузі психології материнства, такі як Г. Філіппова, С. Мещерякова, І. Хамітова, В. Брутман, наголошують на необхідності розгляду материнства як психосоціального феномену, тобто материнство як забезпечення умов розвитку дитини і як частина особистісної сфери жінки. Але їхнім дослідженням бракує важливих компонентів: визначення духовної сутності феномену материнства, моральної та психологічної готовності до материнства, програм психологічної підготовки дівчат до виконання материнської функції. Відсутнє інтегративне вивчення всього комплексу змін, які відбуваються з жінкою, яка чекає на дитину. У літературі переважно представлені проблеми материнства в рамках біомедичної парадигми [6].

Незважаючи на появу та успішний розвиток перинатальної психології, вчені досі висловлюють діаметрально протилежні погляди на фактори, що визначають варіативність пренатального розвитку дитини. Як і раніше, панує біомедична парадигма, основні детермінанти пренатального розвитку якої – генетичні фактори, а також ті фактори навколишнього середовища, які негативно впливають на розвиток дитини.

Одним із важливих аспектів материнства є взаємодія матері та дитини. Саме в тому, як мати відбудовує спілкування з дитиною, і проявляється материнська зрілість жінки. Характеру контакту матері та дитини та її впливу на психічний розвиток особистості приділяли увагу представники різних психологічних шкіл [8].

У сучасному психоаналізі досі не втихають суперечки про те, хто ж більшою мірою впливає на розвиток дитини: мати, батько чи соціальне оточення. Різні психоаналітичні

школи дотримуються різних точок зору. Саме психоаналізу ми звично приписуємо думку про те, що всі складнощі, перипетії, удачі та невдачі людського життя залежать від наших раних стосунків із матір'ю. Засновник психоаналізу З. Фрейд диференційовано розглядав роль матері та батька на прегенітальних стадіях розвитку. В оральну стадію розвитку ключовою фігурою становлення базових особистісних якостей він вважав матір, тоді як у фалічну стадію (дошкільний вік) розвиток хлопчика чи дівчинки, на його думку, повністю залежав від особливостей подолання ними Едіпова конфлікту, центрованого навколо постаті батька. До того ж постать батька в теоретичній моделі З. Фрейда є ключовою у формуванні супер-его, тобто. соціально орієнтованих якостей особистості дитини. Зворотню думку запропонувала М. Кляйн, сформулювала «теорію об'єктних відносин», у якій батько не відіграє значну роль життя дитини, його дорослішання та розвитку повністю залежить від матері [7].

Наступний революційний крок у розумінні материнства в 1949 р. зробив англійський педіатр і психоаналітик Д. Віннікот, який ввів у психоаналіз нове поняття «досить хороша мама», знявши з жіночих плечей тягар непомірної відповідальності, яку мала (відповідно до теорії об'єктних відносин) відчувати кожна жінка, яка вирішила стати матір'ю. «Достатньо хороша», у розумінні Віннікота, це та мати, яка здатна відчувати малюка та адекватно задовольняти його первинні потреби, не привносячи в цей процес своїх надмірних страхів чи бажань. Д. Віннікот одним з перших описав той особливий стан злиття з дитиною, в якому знаходиться кожна молода мати. Цей стан доступний будь-якій жінці, якщо вона довіряє своїм почуттям та тілу, не звертаючи уваги на привнесені ззовні директивні установки. Революційність ідей Д. Віннікота виявлялася в тому, що він дав жінці можливість не прагнути бути ідеальною, а дозволив їй бути самою собою, дозволив їй віддатися інстинктам [5].

Дуже цікавий погляд на материнство висловив К. Г. Юнг, запропонувавши цілу низку архетипів материнства: від жінки, яка повністю втрачає себе і розчиняється в материнстві, проживаючи тим самим не своє життя, а життя своїх дітей, заважаючи при цьому їх власної самоідентичності, до жінки холодної до материнства. К. Г. Юнг вважав, що «мати – перший світ дитини та останній світ дорослого».

Г. Аммон (1976) розробив гуманструктуральну модель особистості на основі нового розуміння агресії та креативності несвідомого. Аммоном було запропоновано поняття «Я ідентичності» та «Я функцій» особистості, які можуть бути представлені за конструктивною, деструктивною чи дефіцитарною шкалами. Розвиток особистості дитини як відкритої системи може йти в конструктивному, деструктивному або дефіцитарному напрямі залежно від навколишньої дитини соціальної групи. Хвороба за даним визначенням виникає внаслідок нездатності особистості до набуття нового досвіду через негативну позицію матері щодо пізнавальної активності маленької дитини. Дитина, відчувши страх покинутості та загрозу знищення, може лише незначно розвинути межі свого «Я», набуваючи цим реального дефіциту досвіду в гуманструктурі. Області не набутого досвіду опинилися поза розпорядженням дитини і не змогли бути використані для подальшого розвитку [2].

А. Бергін, Д. Чемберлен, Т. Верні розглядають вагітність як активний діалог не тільки між матір'ю та дитиною, а й між матір'ю, батьком та навколишнім середовищем. Сучасна концепція пренатального виховання набула свого розвитку на початку 1980-х років у Франції завдяки президентові Французької національної асоціації пренатального виховання та президентові Всесвітньої організації національних асоціацій пренатального виховання (ОМАЄР) А. Бергін. Одна з основних цілей ОМАЄР – просвітництво подружніх пар у питаннях здорового материнства та батьківства та гармонійний розвиток дітей, яким належить народитися.

У феноменологічному напрямку докладно описуються та виділяються функції матері, особливості її очікувань, типи та стилі материнської поведінки. Теоретично соціального навчання Д. Б. Роттер, Д. М. Стейн феномен материнства безпосередньо пов'язують із вагітністю, яка розглядається як стимул-реактивна поведінка в рамках взаємодії матері та дитини. З точки зору А. Фогеля, О. Бутовою важливим у формуванні материнського почуття жінки є фактор взаємного впливу матері та дитини на емоційному рівні [4].

З позиції культурно-історичного підходу на роботах Д. Б. Ельконіна, Д. А. Леонтьєва, А. В. Запорожця, Л. І. Божович, М. І. Лисиною материнство розглядається в рамках материнсько-дитячої взаємодії. Відповідно до основних положень цього напрямку основна роль у розвитку дитини належить дорослому. Поведінка матері сприймається як головний об'єкт навчання дитини. Є. А. Сергієнко показала обмеженість цієї теорії та заявила про необхідність вивчення матері та дитини як двох самостійних суб'єктів.

Аналіз літератури на тему материнства у різних психологічних напрямках показав об'ємність вивчення цього питання. Кожен окремий психологічний напрямок розглядає материнство в рамках своїх концепцій. Спорів навколо первинності чи вторинності впливу біологічних факторів багато, і звичайно повністю виключити важливість біологічних факторів буде вкрай невірно. Всі перераховані вище напрямки, пов'язані з вивченням материнства, потребують зіставлення та створення єдиного широкого підходу до розуміння материнства у всьому комплексі його проявів [1].

Найбільш повноцінний – це інтегративний біопсихосоціальний підхід, який нині стрімко розвивається. У його основі поєднання біологічних, психологічних і соціальних теоретичних побудов в єдину теоретичну модель, що сприяє найбільш повному розумінню закономірностей психологічних, біологічних і соціальних процесів, пов'язаних з репродукцією, розкриття їх взаємозв'язків.

Вагітність – це фізіологічний та емоційно напружений період у житті жінки. Емоційні переживання вагітних можуть бути дуже різноманітні, і вони зазвичай залежать від багатьох факторів, таких як підтримка оточуючих, стан здоров'я, фінансова стабільність, ставлення оточуючих до вагітної тощо. Ось деякі загальні емоційні переживання, які можуть виникати у вагітних жінок:

1. Щастя та радість: Багато жінок відчують радість та щастя від того, що вони вагітні. Це може бути пов'язане з очікуванням нового життя та радістю від майбутньої материнства.

2. Страх та тривога: Вагітність може викликати страх та тривогу, особливо у відношенні до здоров'я дитини, процесу пологів та материнства в цілому. Також, фінансові та побутові питання можуть викликати тривогу.

3. Стрес: Фізичні та емоційні зміни, пов'язані з вагітністю, також можуть викликати стрес. Жінка може відчувати стрес від незручностей, пов'язаних зі змінами у фізичному стані, а також від негативного впливу зовнішніх чинників.

4. Втома: Фізичні зміни вагітності, такі як незручності у спанні або перевтомленість, можуть викликати відчуття втоми та виснаженості.

5. Смуток: Деякі жінки можуть відчувати смуток або жалість у зв'язку зі змінами у своєму житті та тілі, або з причини невдач у вагітності.

6. Збудження та очікування: Вагітність може викликати відчуття збудження та очікування, пов'язані з майбутнім материнством та зустріччю з дитиною [5].

Ці емоційні переживання можуть бути індивідуальними для кожної вагітної жінки, і вони можуть змінюватися протягом різних етапів вагітності. Важливо, щоб вагітні жінки оточували себе підтримкою та зверталися за допомогою до фахівців, якщо вони відчувають переважно негативні емоції, щоб отримати необхідну підтримку та допомогу.

Таким чином, можемо зробити висновки, що емоційні переживання вагітних жінок є складним та багатовимірним явищем, яке потребує ретельного теоретико-методологічного підходу для його повного розуміння та дослідження. Нижче наведено основні висновки, що стосуються теоретико-методологічних аспектів специфіки емоційних переживань вагітних жінок:

Гормональні зміни: вагітність супроводжується значними гормональними змінами, які впливають на емоційний стан жінки. Важливими є коливання рівня естрогену, прогестерону та окситоцину.

Психологічні теорії: психодинамічна теорія: Розглядає вагітність як період активізації внутрішніх конфліктів та змін у самовідчутті, когнітивно-поведінковий підхід: Фокусує увагу на впливі когніцій та поведінки на емоційні стани.

Теорія прив'язаності: підкреслює значення емоційного зв'язку між матір'ю та майбутньою дитиною.

Соціокультурні фактори: вплив соціального оточення, культурних норм та очікувань на емоційний стан вагітної жінки. Роль підтримки з боку партнера, родини та суспільства є важливою для регуляції емоційних переживань.

Індивідуальні особливості: особистісні риси, попередній емоційний досвід, психологічна стійкість та ресурси адаптації впливають на те, як жінка переживає вагітність.

Етичні питання: забезпечення конфіденційності та добровільної участі жінок у дослідженнях. Інформована згода є обов'язковою умовою. Врахування емоційного стану учасниць під час дослідження для мінімізації можливого стресу.

Дослідження емоційних переживань вагітних жінок вимагає комплексного теоретико-методологічного підходу, який враховує біологічні, психологічні та соціокультурні фактори. Ретельний підхід до організації досліджень, етичні стандарти, репрезентативна вибірка та використання різноманітних методів збору та аналізу даних дозволяють отримати глибоке розуміння цього явища та розробити ефективні стратегії підтримки емоційного благополуччя вагітних жінок.

Список використаної літератури

1. Бацилева О. В. Медико-психологічні особливості репродуктивного здоров'я молоді у сучасних умовах: зб. наук. праць Інституту психології ім. Г. С. Костюка АПН України / за ред. С. Д. Максименка. Т. X, Ч. 9. Київ, 2008. С.63–72.
2. Бацилева О. В. Репродуктивне здоров'я: клінічні, психо-соціальні та екологічні аспекти. *Науковий вісник Миколаївського державного університету ім. В. О. Сухомлинського*: зб. наук. праць / за ред. С. Д. Максименка, Н. О. Євдокимової. Т. 2., Вип. 6. Миколаїв: МДУ, 2011. С. 40–45.
3. Бацилева О. В., Астахов В. М. Підготовка до батьківства як етап соціалізації особистості: зб. наук. праць Інституту психології ім. Г. С. Костюка АПН України / за ред. С. Д. Максименка. Т. 10, Ч.2. Київ, 2008. С. 13–20.
4. Бацилева О. В., Пузь І. В. Вагітність як етап формування материнської сфери жінки. *Науковий вісник Миколаївського держ. ун-ту ім. В. О. Сухомлинського*: збю наук. праць / За ред. С. Д. Максименка, Н. О. Євдокимової. Т.2. Вип.5. Миколаїв: МДУ, 2010. С. 32–37.
5. Журавльова Н. Ю. Особливості психологічної допомоги сім'ям демобілізованих військовослужбовців. *Актуальні проблеми психології. Консультативна психологія і психотерапія* : зб. наук. праць Інституту психології ім. Г. С. Костюка НАПН України / за ред. С. Д. Максименка. Київ : Логос, 2015. С. 76–84.
6. Психологічна допомога постраждалим внаслідок кризових травматичних подій: методичний посібник / Кісарчук З. Г. та ін. Київ : ТОВ «Видавництво Логос», 2015. 207 с.

7. Пузь І. В. Небажана вагітність як чинник порушення материнської поведінки жінки. *Наукова спадщина і сучасність: матеріали міжнарод. наук.-практ. конф. «Харківська школа психології» 19-20 жовтня 2012 р.* Харків: ХНПУ, 2012. С. 205–206.
8. Пузь І. В. Особливості психологічного супроводу жінок під час вагітності. *Актуальні проблеми психології: Психологія особистості. Психологічна допомога особистості /* За ред. С. Д. Максименка, М. В. Папучі. Київ, 2011. Т.11, Вип. 4. С. 178–185.

FEATURES OF PREGNANCY AND ANALYSIS OF EMOTIONAL EXPERIENCES IN PREGNANT WOMEN

Tatiana Botezatu

*Petro Mohyla Black Sea National University
10, St. 68 Desantrykiv Mykolaiv, Ukraine, 54003
e-mail: tatjana-botezatu198@ukr.net*

Iryna Astremska

*Petro Mohyla Black Sea National University
10, St. 68 Desantrykiv Mykolaiv, Ukraine, 54003
e-mail: arin9474@ukr.net*

This work is devoted to the study of emotional experiences of pregnant women and their impact on the physical and mental health of both the mother and the child. The article explores the complex and multidimensional nature of emotional states that occur during pregnancy, including happiness, anxiety, fear, stress, fatigue, sadness, and excitement. It is noted that these experiences depend on many factors, such as support from others, health status, financial stability, cultural norms and expectations, as well as individual characteristics of women, such as their previous emotional experiences, psychological resilience and adaptive resources.

An important aspect of the research is emphasizing the need to integrate psychological support into the medical care of pregnant women in order to create more effective programs that take into account not only the physical, but also the psycho-emotional needs of women during pregnancy. The study confirms that the emotional state of the mother has a direct impact on the development and health of the child, as well as on the harmonious development of family relations and the overall well-being of the family.

Various scientific approaches to the study of emotional experiences of pregnant women are summarized, among which biological, psychological and sociocultural factors occupy a special place. It is noted that pregnancy is accompanied by significant hormonal changes, in particular fluctuations in the levels of estrogen, progesterone and oxytocin, which affect a woman's emotional state.

The results of the study indicate the importance of a complex theoretical and methodological approach to the study of emotional experiences of pregnant women. The need to develop effective strategies for supporting the emotional well-being of pregnant women, which take into account the biopsychosocial aspects of this phenomenon, is highlighted. This approach allows for a deeper understanding of the patterns of psychological, biological and social processes related to reproduction, and to reveal their interrelationships, which contributes to the improvement of the quality of life of both the mother and the child. The importance of observing ethical standards in conducting research is emphasized, especially regarding ensuring confidentiality and voluntary participation of female respondents.

Key words: pregnancy, mother, emotional state, motherhood, theory, child, attachment.