

the impossibility of dreams, preferences, reduced self-esteem, etc. It was found the role of compensating for these difficulties by changing the attitudes toward life as by a person with limited opportunities for health, as well as his immediate environment (family, preschool).

The main components of social and psychological adaptation of senior preschool children with special needs are identified, including socio-communicative, personality-assessment, neuropsychological, the components of which include the components: communicative tolerance, empathy, creativity of thinking, conscious choice of activities, awareness of self-awareness and its components, the assimilation of social values, morality, the acquisition of personal qualities that collectively provide the ability of children with disabilities to feel complete members of society, take responsibility for words and deeds, constructively solve life problems, taking into account the state of health and its capabilities and abilities.

Key words: *social adaptation, social competence, special needs, preschoolers with visual impairment, hearing impairment, speech impairment.*

Черних Лариса Анатоліївна – кандидат психологічних наук, психолог-консультант, м. Северодонецьк.

УДК 159.92

Шутько Н.І.

ОСОБЛИВОСТІ ГОТОВНОСТІ ЖІНКИ ДО МАТЕРИНСТВА ТА ПСИХОЛОГІЧНІ МЕТОДИ ЇЇ ФОРМУВАННЯ

У статті аналізується визначення психологічної готовності жінки до материнства у наукових джерелах вітчизняної та зарубіжної літератури, науково обґрунтовується проблема психологічної готовності жінки до материнства, а також розкриваються особливості психологічного стану жінки під час вагітності, спираючись на традиційну періодизацію вагітності: перший, другий і третій триместри. Подано результати дослідження психологічної готовності жінки до пологів та материнства Мещеракової С.Ю., кандидата психологічних наук, провідного наукового співробітника Лабораторії психології дітей дошкільного віку психологічного інституту РАО, в якому було обстежено 50 жінок, що перебувають на обліку по вагітності в поліклініках Москви. Була встановлена наявність зв'язку між рівнем готовності до материнства, ефективністю материнської поведінки на різних етапах після народження дитини і показниками розвитку дітей. Надано практичні рекомендації щодо підготовки жінки до пологів та психологічної підготовки подружжя до народження дитини.

Ключові слова: *психологічна готовність до материнства, психологічний стан вагітної жінки, методики підготовки жінки до пологів, психологічна підготовка подружжя до народження дитини.*

Постановка проблеми. Проблема материнства в останній час набуває дедалі більш дисциплінарного характеру, стаючи важливим предметом дослідження не тільки в науках традиційно маючих до неї безпосереднє відношення (медицина, фізіологія, біологія поведінки), але і в гуманітарних науках, таких як історія, культурологія, соціологія, психологія.

Загальна картина сімейного виховання і усього життя в сім'ї багато в чому визначається тим, як люди уявляють собі батьківство ще до того, як вони реально стали батьками. При великому інтересі дослідників до феномену сім'ї і сімейних стосунків, уваги до такого явища, як батьківство, батьківська любов, приділяється недостатньо.

Вивчення психології материнства – одна з малорозроблених науково областей. Вивчення готовності до материнства в останні роки ведеться в різних аспектах: у плані соціологічних досліджень пізнього материнства та материнства неповнолітніх; при дослідженні факторів ризику психічної патології дитини у зв'язку з соціальними і психічними аномаліями матерів; в філогенетичному аспекті. Досліджуються значущі особистісні характеристики майбутньої матері, вивчаються фактори, що впливають на материнську поведінку.

Як вказує Мещерякова С.Ю., при всій розмаїтості підходів при вивченні материнства, систематичного дослідження зв'язку готовності до материнства, реальної материнської поведінки та розвитку дитини не проводилося [8]. Філіппова Г.Г., автор книги «Психологія материнства», зазначає: «проблема готовності жінок до материнства залишається досить проблематичною» [12].

Проблема психологічної готовності жінки до пологів та материнства є найважливішою в плані розвиваючої, профілактичної та корекційної роботи в області психології материнства.

Аналіз останніх досліджень і публікацій. Усі дослідження, спрямовані на вивчення материнства у вітчизняній психології, можна умовно розділити на декілька груп.

У рамках перинатальної психології акцент ставиться на вивчення емоційного стану матері з моменту зачаття дитини і після пологів. Особливо обговорюються проблеми юного материнства, ранньої вагітності, зокрема якості молодої матері, особливості її взаємодії з дитиною після пологів, вивчення стосунків з матір'ю як причини ранньої вагітності. Вивчаються проблеми безпліддя, абортів, ускладнень при вагітності, феномен сурогатного материнства. Психологи також вивчають материнство відповідно до віку дитини: від раннього і дошкільного віку до шкільного і підліткового. Особлива увага в цих дослідженнях приділяється емоційному стану матері, дитини і впливу його на розвиток особистості. В останні десятиліття стали з'являтися дослідження, в яких материнство розглядається як самостійний психологічний феномен [6; 9; 13].

Серед зарубіжних дослідників проблеми материнства можна виділити Бадінтер Е., Боулбі Дж., Віннікотта Д.В., Мід М. та ін. [2; 4].

Метою статті виступає вивчення і наукове обґрунтування проблеми психологічної готовності жінки до материнства, розкриття особливостей психологічного стану жінки під час вагітності, розгляд дослідження психологічної готовності жінки до пологів та материнства, а також надання практичних рекомендацій щодо підготовки жінки до пологів та психологічної підготовки подружжя до народження дитини.

Виклад основного матеріалу і результатів дослідження. Материнство вивчається в руслі різних наук: історії, культурології, медицини, фізіології, біології поведінки, соціології, психології. Кожна наука вивчає і визначає материнство виходячи зі своїх цілей і завдань. Інтерес до комплексного вивчення материнства з'явився порівняно недавно. Але на сьогоднішній день єдиного визначення поняття «материнства» немає.

У словнику російської мови Ожегова С.І. «материнство» трактується як «стан жінки в період вагітності, пологів, годування дитини; властива матері свідомість її родинного зв'язку з дітьми» [10].

У сексологічному словнику материнство визначається як функція жіночого організму, яка спрямована на продовження людського роду і включає біологічні (виношування, народження і вигодовування немовля) і соціальні (виховання дитини) аспекти.

Філіппова Г.Г. розглядає материнство як психосоціальний феномен: як забезпечення умов для розвитку дитини, як частина особової сфери жінки [11].

Бругман В.І. визначає материнство як одну з соціальних жіночих ролей, на зміст якої детермінуючий вплив роблять суспільні норми і цінності [3].

«Материнство, – стверджує італійський психолог Мінегетті А., – насправді всього лише виконання жінкою завченою з дитинства ролі» [7].

Таким чином, немає єдиного, однозначного поняття «материнства». Для цілісного бачення материнства необхідно позначити функції, властиві матерям.

Функції матері досить складні і багатогранні. Вони полягають в задоволенні всіх фізіологічних потреб малюка, забезпеченні його емоційного благополуччя, в розвитку здібностей, базових структур відношення до світу, спілкування, основних особистісних якостей дитини і її діяльності.

Вагітність – новий стан для жінки, який, крім абсолютно логічних фізіологічних змін в організмі, зачіпає і психіку вагітної. Протягом дев'яти місяців очікування майбутня мама може відчувати різні емоції: занепокоєння, емоційний підйом, радість і страх, і зрозуміти, чому відбувається зміна настроїв іноді не під силу навіть самій жінці.

Для першого триместру часто характерними є проблеми з матір'ю вагітної, з її чоловіком. В цей час жінка ще не усвідомлює свій стан, її турбують фізіологічні прояви, а також реакція оточуючих на її вагітність. Вже в другому триместрі з'являється уникнення негативних емоцій, актуальними стають страх перед пологами, тривога за дитину та хвилювання за відносини між дітьми,

якщо в сім'ї вже є діти. Третій триместр часто проявляється в активності, поспішному завершенні справ.

На кожному етапі змінюється й по-різному сприймається цінність дитини, від чого залежить прогнозування динаміки проживання вагітності.

Для вивчення психологічної готовності жінки до пологів та материнства у цій роботі використано дослідження Мещерякової С.Ю., кандидата психологічних наук, провідного наукового співробітника Лабораторії психології дітей дошкільного віку психологічного інституту РАО.

На першому етапі дослідники розробили і випробували діагностичну анкету для вагітних, спрямовану на визначення рівня психологічної готовності до материнства. На цьому етапі було обстежено 50 жінок, що перебувають на обліку по вагітності в поліклініках Москви.

Потім дослідники розробили анкети для післяпологового періоду і для періоду адаптації (перші дні після виписки з пологового будинку), з тим щоб відстежити вплив чинників, що включаються на цих етапах, і відповідні зміни відносно матері до дитини, що вже народилася, якщо такі будуть присутні.

Також були розроблені спеціальні анкети для етапів досягнення дитьми віків 1 місяць, 3 місяці, 6 місяців, 9 місяців, 12 місяців, 18 місяців, двох і трьох років. У ці анкети входили питання, що стосуються особливостей поведінки матері і дитини в різних ситуаціях взаємодії, оцінки матір'ю якостей дитини, її відношення до неї і досягнень в її розвитку.

Окрім анкетування на тих самих вікових етапах, починаючи з першого місяця, з 12 діадами з тієї ж вибірки проводилися експерименти і спостереження, спрямовані на виявлення особливостей спілкування і взаємовідносин дитини і матері, а також особливостей психічного розвитку дітей. Таким чином була отримана можливість використати метод рангових кореляцій для встановлення наявності (чи відсутності) зв'язку між рівнем готовності до материнства, ефективністю материнської поведінки на різних етапах після народження дитини і досліджуваними показниками розвитку дітей.

За показником рівня психологічної готовності до материнства (РПГМ) обстежена вибірка розділилася на три групи. У першу групу, що має найнижчі показники РПГМ, увійшли випробовувані, що набрали до 24 балів (вони склали 27% від усієї вибірки); у другу – від 25 до 35 балів (52%); у третю – 36 і більше балів (21%).

Жінки першої групи (з низьким РПГМ) часто відмічали наявність коливань в ухваленні рішення мати дитину, негативних переживань і відчуттів в період вагітності; скупі і формально відповідали на питання, що стосуються їх відношення до ще ненародженої дитини (багато хто не переживав почуття спільності з дитиною, не намагався вступати в спілкування з нею, не придумували ім'я, не уявляли собі малюка). Вони, як правило, виявлялися прихильницями «строгого» виховання, побоювалися розпестити дитину. Багато хто відмічав відсутність прихильності до матері в дитинстві і строге відношення

батьків; вони рідко грали з ляльками. Більшість віддавали перевагу дітям старше трьох років.

Жінки з другої групи (з середнім РПГМ) давали відповіді, частково схожі з відповідями в першій групі і частково, – з відповідями в третій групі. В установках на виховання вони виявили намір не брати часто дитину на руки, соску пропонувати у разі крайньої необхідності, але при цьому не були прихильницями годування за годинником. Половина жінок з цієї групи відмітила відсутність прихильності до матері, їх ранній дитячий досвід взаємовідносин з батьками був неоднозначним (на питання, чи часто їх пестили, балували або проявляли суворість, більшість відповідали, що бувало «по-всякому»). Третина групи віддавала перевагу в дитинстві іграм з ляльками; половина відмічала, що особливо любить дітей до року, інші – дітей старше.

Жінки третьої групи (з високим РПГМ) не мали коливань в ухваленні рішення мати дитину, раділи, дізнавшись про свою вагітність, відмічали переважання позитивних відчуттів і переживань в період вагітності; розгорнуто відповідали на питання, що стосуються їх відношення до ще ненародженої дитини (переживали почуття спільності з нею, розмовляли, звертаючись до дитини, прислухалися до ворухіння, реагували на неї якимось діями), придумували ім'я для малюка. Вони орієнтувалися на стратегію «м'якого» виховання (допускали годування за потребою дитини, мали намір частіше брати її на руки, не боялися привчати до соски). Жінки цієї групи мали сприятливий комунікативний досвід в дитинстві: майже усі відмічали наявність прихильності до матері, ласкаве відношення батьків. Більшість віддавали перевагу іграм з ляльками; усі відмічали, що люблять немовлят.

Отримані дані трактувалися відповідно до уявлень про психологічну готовність до материнства і припускали, що для жінок з першої групи буде характерне переважання об'єктної орієнтації у відношенні до дитини, а для жінок з третьої групи – переважання суб'єктної орієнтації. Відносно другої групи прогноз не був досить визначеним, оскільки залишалася невідомою відносна роль чинників, що діють на різних етапах розвитку готовності до материнства.

Обробка анкет, що заповнювалися упродовж першого року життя дітей, показала, що відмінності в середньогрупових значеннях ефективності материнської поведінки зберігаються між трьома групами на усіх обстежених етапах. Зіставлення показників психологічної готовності до материнства з показниками ефективності материнської поведінки показало, що вони значимо корелюють на усіх обстежених етапах.

Особливості розвитку і поведінки дітей з порівнюваних трьох груп також підтвердили дані про відповідність психологічної готовності до материнства і ефективності материнської поведінки. Відмінності між дітьми цих груп проявилися вже в тримісячному віці. Показники рівня розвитку спілкування дітей з матір'ю і прагнення до співпереживання надійно корелюють

як з показниками рівня психологічної готовності до материнства, так і з показниками реальної материнської поведінки.

Серед основних методик підготовки жінки до пологів можна виділити наступні: психологічна підготовка, дихальні техніки, релаксація і медитація, аутотренінг (афірмації), візуалізація, аквакультура, гімнастика, пілатес, йога, арт-терапія.

Одним з найважливіших видів підготовки жінки до пологів є психопрофілактична підготовка, цілями якої є усунення психогенного компонента родового болю, перебудова уявлень про його неминучість, зняття страху і побоювань. Психопрофілактика сприяє створенню нового уявлення пологів як благополучно протікаючого фізіологічного процесу.

Завданнями власне психологічної допомоги сім'ї є:

- виховання батьківської відповідальності;
- формування соціально-психологічних навичок надання підтримки в сім'ї, регулювання стосунків сім'ї з соціумом;
- підвищення психолого-педагогічної компетентності: ознайомлення з інформацією про внутрішньоутробний розвиток дитини і психологічне значення процесу пологів для дитини, матері і батька; придбання знань про розвиток і навчання дитини раннього віку, виховання, у тому числі статеве виховання;
- придбання навичок саморегуляції, тобто оволодіння різними техніками довільного регулювання функціонального стану організму і душевного стану особистості [1].

Аналіз змісту поняття «виховання батьків» дозволяє зробити висновок про те, що воно враховує тісний зв'язок розвитку дитини з благополуччям, внутрішньою атмосферою і способом життя родини, а не тільки з певними методами виховання дітей і формування їх поведінки. У поняття «виховання батьків» входять питання впливу сім'ї на формування особистості дитини і її розвиток в цілому, а також питання відношення сім'ї до суспільства і культури [5].

Виховання батьків слід розглядати окремо від сімейної психотерапії і консультацій з питань сім'ї і браку, які є специфічними формами роботи, орієнтованими на особистість і взаємодії між людьми.

Серед найпоширеніших моделей виховання батьків можна виділити наступні: адлерівська модель (Адлер А.), учбово-теоретична модель (Скіннер Б. Ф.), модель чуттєвої комунікації (Гордон Т.), модель, ґрунтована на трансактному аналізі (Джеймс М., Джонгард Д.), модель групової терапії (Джинот Х.) та ін.

Висновки. Отже, теоретичний аналіз наукових підходів за проблемою психологічної готовності жінки до материнства дозволяє стверджувати, що ця проблема є дуже актуальною та водночас однією з мало розроблених на сьогодні. Емпіричне дослідження виявило високу кореляцію між показниками психологічної готовності жінки до материнства та показниками ефективності

материнської поведінки. Також було визначено, що показники рівня розвитку спілкування дітей з матір'ю і прагнення до співпереживання надійно корелюють як з показниками рівня психологічної готовності до материнства, так і з показниками реальної материнської поведінки.

Література

1. Бойко В.В. Малодетная семья / В.В. Бойко. – М.: Пр, 1988. – 310 с.
2. Боулби Джон. Привязанность / Джон Боулби. – М.: Гардарики, 2003. – 477 с.
3. Брутман В.И. Психологические феномены, возникающие в связи с нежеланной беременностью / В.И. Брутман // Психология сегодня – вып. 4. – 1996. – С.150-151.
4. Винникотт Д.В. Маленькие дети и их матери / Д.В. Винникотт. – М.: Класс, 2007. – 300 с.
5. Владимиров О.С. Исследование уровня психологической готовности к материнству и его влияние на ход беременности / О.С. Владимиров // Репродуктивное здоровье женщины. – 2005. – № 1. – С. 22-24.
6. Исенина Е.И. О некоторых понятиях онтогенеза базовых качеств матери / Е.И. Исенина // Журнал практического психолога. – 2000. – № 4-5. – С. 49-63.
7. Менегетти А. Женский ум в проекте жизни / А. Менегетти. – М.: ННБФ «Онтопсихология», 2007. – 336 с.
8. Мещерякова С.Ю. Изучение психологической готовности к материнству как фактора развития последующих взаимоотношений ребенка и матери / С.Ю. Мещерякова, Н.Н. Авдеева, Н.И. Ганошенко // Соросовские лауреаты: Философия. Психология. Социология. – М., 1996. – 120 с.
9. Овчарова Р.В. Психология родительства: Учебное пособие для студентов высших учебных заведений / Р.В. Овчарова. – М.: Академия, 2005. – 368 с.
10. Ожегов С.И. Словарь русского языка / С.И. Ожегов. – М., 1984. – 509 с.
11. Филиппова Г.Г. Девять месяцев, меняющих жизнь / Г.Г. Филиппова // Семья и школа. – М.: Наука, 2001. – С.14-17.
12. Филиппова Г.Г. Психология материнства / Г.Г. Филиппова. – М.: Изд-во института психотерапии, 2002. – 240 с.
13. Чибисова М.Ю. Феномен материнства и его отражение в самосознании современной молодой женщины: дисс.кан.психол.наук / М.Ю. Чибисова. – М., 2003. – 272 с.

Транслітерація

1. Boyko V.V. Malodetnaya semya / V.V. Boyko. – М.: Pr, 1988. – 310 s.
2. Boulbi Dzhon. Privyazannost / Dzhon Boulbi. – М.: Gardariki, 2003. – 477 s.

3. Brutman V.I. Psihologicheskie fenomenyi, vznikayushchie v svyazi s nezhelannoy beremennostyu / V.I. Brutman // Psihologiya segodnya – vyip. 4. – 1996. – S.150-151.
4. Vinnikott D.V. Malenkie deti i ih materi / D.V. Vinnikot. – M.: Klass, 2007. – 300 s.
5. Vladimirov O.S. Issledovanie urovnya psihologicheskoy gotovnosti k materinstvu i ego vliyanie na hod beremennosti / O.S. Vladimirov // Reproduktivnoe zdorove zhenschiny. – 2005. – № 1. – S. 22-24.
6. Isenina E.I. O nekotorykh ponyatiyah ontogeneza bazovykh kachestv materi / E.I. Isenina // Zhurnal prakticheskogo psihologa. – 2000. – № 4-5. – С. 49-63.
7. Menegetti A. Zhenskiy um v proekte zhizni / A. Menegetti. – M.: NNBF «Ontopsihologiya», 2007. – 336 s.
8. Mescheryakova S.Yu. Izuchenie psihologicheskoy gotovnosti k materinstvu kak faktora razvitiya posleduyuschih vzaimootnosheniy rebenka i materi / S.Yu. Mescheryakova, N.N. Avdeeva, N.I. Ganoshenko // Sorosovskie laureaty: Filosofiya. Psihologiya. Sotsiologiya. – M., 1996. – 120 s.
9. Ovcharova R.V. Psihologiya roditelstva: Uchebnoe posobie dlya studentov vysshikh uchebnykh zavedeniy / R.V. Ovcharova. – M.: Akademiya, 2005. – 368 s.
10. Ozhegov S.I. Slovar russkogo yazyika / S.I. Ozhegov. – M., 1984. – 509 s.
11. Filippova G.G. Devyat mesyatsev, menyayuschih zhizn / G.G. Filippova // Semya i shkola. – M.: Nauka, 2001. – S.14-17.
12. Filippova G.G. Psihologiya materinstva / G.G. Filippova. – M.: Izd-vo instituta psihoterapii, 2002. – 240 s.
13. Chibisova M.Yu. Fenomen materinstva i ego otrazhenie v samosoznanii sovremennoy molodoy zhenschiny: diss.kan.psihol.nauk / M.Yu. Chibisova. – M, 2003. – 272 s.

Шутько Н.И.

ОСОБЕННОСТИ ГОТОВНОСТИ ЖЕНЩИНЫ К МАТЕРИНСТВУ И ПСИХОЛОГИЧЕСКИЕ МЕТОДЫ ЕЁ ФОРМИРОВАНИЯ

В статье анализируется определение психологической готовности женщины к материнству в научных источниках отечественной и зарубежной литературы, научно обосновывается проблема психологической готовности женщины к материнству, а также раскрываются особенности психологического состояния женщины во время беременности, опираясь на традиционную периодизацию беременности: первый, второй и третий триместры. Представлены результаты исследования психологической готовности женщины к родам и материнству Мещеряковой С.Ю., кандидата психологических наук, ведущего научного сотрудника Лаборатории психологии детей дошкольного возраста психологического института РАО, в котором было обследовано 50 женщин, находящихся на учете по беременности в поликлиниках Москвы. Было установлено наличие связи между уровнем

готовности к материнству, эффективностью материнского поведения на разных этапах после рождения ребенка и показателями развития детей. Представлены практические рекомендации, касающиеся подготовки женщины к родам и психологической подготовки супругов к рождению ребенка.

Ключевые слова: психологическая готовность к материнству, психологическое состояние беременной женщины, методики подготовки женщины к родам, психологическая подготовка супругов к рождению ребенка.

Shutko N.I.

THE FEATURES OF WOMEN'S READINESS FOR MOTHERHOOD AND PSYCHOLOGICAL METHODS OF ITS FORMATION

The article analyzes the definition of psychological women's readiness for motherhood in the national and foreign scientific literature, scientifically justifies the problem of psychological women's readiness for motherhood, and discloses features psychological state of women during pregnancy based on the traditional periodization of pregnancy: first, second and third trimester. Presents the results of research of the psychological women's readiness for childbirth and motherhood by Meshcheryakova S.Yu., the candidate of psychological science, leading researcher of the Laboratory of psychology of preschool children of psychological institute REA, in which was examined 50 women who are registered for pregnancy in clinics in Moscow. It was established that there is a connection between the level of readiness for motherhood, effectiveness of maternal behavior at different stages after childbirth and child development indicators. Presents practical recommendations about women's preparation to childbirth and psychological preparation married couple to the birth of a child.

Key words: *psychological readiness for motherhood, psychological state of pregnant women, methods of women's preparation to childbirth, psychological preparation married couple to the birth of a child.*

Шутько Наталія Ігорівна – магістрант спеціальності «Практична психологія» Східноукраїнського національного університету імені Володимира Даля, м. Сєвєродонецьк.