

УНІВЕРСИТЕТ ІМЕНІ АЛЬФРЕДА НОБЕЛЯ

КАФЕДРА ІННОВАЦІЙНИХ ТЕХНОЛОГІЙ З ПЕДАГОГІКИ, ПСИХОЛОГІЇ ТА  
СОЦІАЛЬНОЇ РОБОТИ

# КВАЛІФІКАЦІЙНА РОБОТА МАГІСТРА

на тему:

*«Психологічні особливості емоційного стану  
жінок в різні триместри вагітності»*

Виконав: здобувач 2 курсу,  
групи ПС-22-1вм  
Спеціальності 053 «Психологія»  
Покровкова С.І.  
Керівник: Волкова Н.П.  
д-р.пед.наук, професор

Дніпро  
2024 р.

**АНОТАЦІЯ**  
**кваліфікаційної роботи здобувача**  
**Покровкової Софії Ігорівни**

**на тему: «Психологічні особливості емоційного стану жінок в різні триместри вагітності»**

Кваліфікаційна робота здобувача 2-го курсу, спеціальності 053 «Психологія» (у форматі магістр) (Університет імені Альфреда Нобеля, м. Дніпро, кафедри інноваційних технологій з педагогіки, психології та соціальної роботи) присвячена проблемі психологічних особливостей емоційного стану жінок в різні триместри вагітності.

Робота детально розглядає різні підходи до вивчення психологічних детермінант емоційних станів вагітних жінок, акцентуючи на важливості соціальних умов до та під час вагітності, а також залежність емоційного стану від триместру вагітності.

Розглянуто особливості формування готовності до материнства, до яких відноситься усвідомлення жінкою тої ролі, яку їй належить виконувати, як вона готується до зачаття, або до народження дитини, чи усвідомлює, які перед нею постають завдання, а також які функції вона буде виконувати, які обов'язки перед нею постають.

Описується, як були визначені та застосовані конкретні методи дослідження, включаючи вибір інструментарію, процес збору даних та їх аналізу.

Важливість правильного вибору методології підкреслюється як ключовий аспект для забезпечення валідності та надійності отриманих результатів.

У ході дослідження було встановлено: факторами, які можуть ускладнювати або порушувати адаптацію жінки до вагітності і материнства є несформованість адаптаційних механізмів, мотиваційний конфлікт або незрілість мотивації щодо народження дитини, а також наявність об'єктивних причин, що ускладнюють адаптацію до вагітності та материнства.

На основі аналізу психологічного стану жінки під час вагітності виявлена динаміка загострення та послаблення проблем. У першому триместрі основні проблеми пов'язані із взаєминами з матір'ю, близькими та чоловіком. У другому і

третьому триместрах зростає уникнення негативних емоцій, а проблеми першого триместру стають менш актуальними, змінюючись на страх перед пологами і сумнівами у здатності виховати дитину. Фактори, які свідчать про психологічну готовність до материнства, включають особливості комунікативного досвіду жінки в дитинстві, соціально-економічне становище сім'ї, рівень освіти, стан здоров'я, планування вагітності, мотиви зачаття, відношення чоловіка до вагітності, сценарій батьківської сім'ї та вплив близького оточення.

У ході дослідження було встановлено: жінки, які перебувають у першому, другому та третьому триместрах вагітності, виявляють різний рівень емоційної лабільності. Це свідчить про вищий рівень лабільності у вагітних у першому триместрі порівняно з тим, що спостерігається у другому триместрі, що підтверджує результати теоретичних досліджень вчених.

Виявлено, що корекція емоційних станів є ефективною не лише в індивідуальній, але й у груповій формі роботи.

Згідно з отриманими даними, розроблена та протестована програма психологічної корекції емоційної сфери вагітних жінок, яка може бути успішно використана в роботі практикуючих психологів.

Результати можуть бути використані в таких дисциплінах як Психологія сім'ї, перинатальна психологія, клінічна психологія.

**Перелік ключових слів:** *вагітність, жінка, триместр, готовність до вагітності, материнство, емоційний стан, особистість, психокорекція, психотерапія.*

## **SUMMARY**

### **Psychological Features of the Emotional State of Women in Different Trimesters of Pregnancy**

Master's Degree Project of the 2-th year student, speciality «Psychology» (Alfred Nobel University, Dnipro, Ukraine, Department of Innovative Technologies in Pedagogy, Psychology and Social Work) is devoted to the exploring the psychological peculiarities of the emotional state of women in various trimesters of pregnancy.

The paper extensively examines various approaches to studying the psychological determinants of emotional states in pregnant women, emphasizing the importance of social conditions before and during pregnancy. It also explores the dependence of the emotional state on the trimester of pregnancy.

The study delves into the specifics of forming readiness for motherhood, including a woman's awareness of the role she is to fulfill, preparation for conception or childbirth, understanding the tasks ahead, and the functions and duties she will undertake.

The description includes how specific research methods were identified and applied, encompassing the selection of tools, the data collection process, and their analysis. The importance of choosing the right methodology is highlighted as a key aspect to ensure the validity and reliability of the obtained results.

During the research, it was found that factors complicating or disrupting a woman's adaptation to pregnancy and motherhood include the lack of formed adaptive mechanisms, motivational conflicts, or immaturity of motivation for childbirth, as well as the presence of objective reasons complicating adaptation to pregnancy and motherhood.

Based on the analysis of a woman's psychological state during pregnancy, a dynamic exacerbation and mitigation of problems were identified. In the first trimester, the main problems were related to relationships with the mother, close ones, and the husband. In the second and third trimesters, there was an increase in avoiding negative emotions, and the issues of the first trimester became less relevant, shifting to fears of childbirth and doubts about the ability to raise a child. Factors indicating psychological readiness for motherhood include communicative experience in childhood, family socio-

economic status, education level, health, planned pregnancy, motives for conception, the husband's attitude towards pregnancy, the script of the parental family, and the influence of the immediate environment.

The research revealed that women in the first, second, and third trimesters of pregnancy exhibit different levels of emotional lability. This indicates a higher level of lability in pregnant women in the first trimester compared to the emotional state in the second trimester, confirming the findings of theoretical research by scholars.

It was found that the correction of emotional states is effective not only in individual but also in group work. According to the obtained data, a developed and tested program of psychological correction of the emotional sphere of pregnant women can be successfully used in the work of practicing psychologists.

The results can be applied in disciplines such as Family Psychology, Perinatal Psychology, and Clinical Psychology.

**Keywords:** *pregnancy, woman, trimester, readiness for pregnancy, motherhood, emotional state, personality, psychocorrection, psychotherapy.*

## ЗМІСТ

<b>ВСТУП</b>	4
<b>РОЗДІЛ 1. ТЕОРЕТИКО-МЕТОДОЛОГІЧНІ ЗАСАДИ ПРОБЛЕМИ ПСИХІЧНИХ СТАНІВ ВАГІТНИХ</b>	8
1.1 Теоретичні аспекти дослідження психологічних станів вагітних в психології	8
1.2 Динаміка емоційного стану жінки протягом вагітності	15
1.3 Соціально-психологічні чинники впливу на емоційний стан вагітної жінки за триместрами	26
Висновки до розділу 1	31
<b>РОЗДІЛ 2. ЕМПІРИЧНЕ ДОСЛІДЖЕННЯ ПСИХОЛОГІЧНИХ ОСОБЛИВОСТЕЙ ЕМОЦІЙНОГО СТАНУ ЖІНОК В РІЗНІ ТРИМЕСТРИ</b>	34
2.1 Методичні заходи, організація та хід констатувального експерименту	34
2.2 Психологічний та статистичний аналіз результатів порівняльного аналізу емоційних станів вагітних в різні триместри вагітності	40
Висновки до розділу 2	64
<b>РОЗДІЛ 3. ПСИХОЛОГІЧНА КОРЕКЦІЯ ЕМОЦІЙНОГО СТАНУ ЖІНОК ПІД ЧАС ВАГІТНОСТІ</b>	
3.1 Основні напрямки і принципи корекційної роботи з жінками під час вагітності	68
3.2 Програма психологічного супроводу жінки під час вагітності з метою корекції негативних емоційних переживань	77
3.3 Аналіз результатів формувального експерименту та їх узагальнення	86
Висновки до розділу 3	91
<b>ВИСНОВКИ</b>	93
<b>СПИСОК ВИКОРИСТАНОЇ ЛІТЕРАТУРИ</b>	96
<b>ДОДАТКИ</b>	103