

УДК-1

***ЭМОЦИОНАЛЬНОЕ СОСТОЯНИЕ БЕРЕМЕННЫХ ЖЕНЩИН В СВЯЗИ С ОТНОШЕНИЕМ К МУЖУ И РЕБЕНКУ***

***Месчан А.С.***

*бакалавр*

*Ярославский государственный педагогический университет им. К.Д.*

*Ушинского*

*Ярославль, Россия*

**Аннотация**

Исследование посвящено изучению эмоционального состояния беременных женщин и их отношения к супругу и будущему ребёнку. Для изучения эмоциональных особенностей было исследовано 33 женщины, проживающих на территории Ярославля. Для проведения исследования были использованы: методика Спилберга-Ханина, «Самооценка эмоциональных состояний» А. Уэссмана и Д. Рикса, тест удовлетворённости браком Ю. Е. Алешиной, анкетирование. Нами выявлены основные группы причин возникновения эмоций у беременных женщин, рассмотрены различия среди первородящих и повторнородящих женщин.

**Ключевые слова:** Эмоции, эмоциональное состояние, беременность, супружеские отношения, ребенок

***EMOTIONAL STATE OF THE PREGNANT WOMEN AND THEIR RELATIONSHIP WITH THE HUSBAND AND COMING BABY***

***Meschian A.S.***

*bachelor's degree*

*the Yaroslavl State Pedagogical University named after K.D. Ushinskiy*

*Yaroslavl, Russia*

**Abstract**

The study focuses on the emotional well-being of the pregnant women and their relationship with the husband and coming baby. In order to conduct the research we used: the State-Trait Anxiety Inventory, the “self-valuation of the emotional state” invented by A. Wessman and D. Rix, the test directed to assessing the satisfaction of the woman in marriage, the questionnaire. This study involved 33 women who live in Yaroslavl. We identified the main sets of reasons for emotions and considered the differences among women who gave the birth for the first time and women who gave birth to several children.

**Keywords:** Emotions, emotional state, pregnancy, marital relations, child.

Беременность – важный, волнующий период в жизни практически каждой женщины. С одной стороны, он наполнен ощущениями радости, счастья, но в тоже время – он полон тревог и различных страхов. Происходят интенсивные изменения не только с физиологической стороны, но и с психологической. Беременная женщина испытывает целую бурю эмоций, в которой бывает непросто разобраться. Все это влияет на самочувствие будущей мамы и душевное состояние.

Изучать эмоциональное состояние беременных важно, потому что оно влияет на развитие и рост плода. Женщине необходимо понимать, что с ней происходит для того, чтобы период беременности прошел максимально комфортно как для нее и будущего малыша, так и для близких людей, и закончился благоприятно. Стоит отметить, что супружеские отношения играют не последнюю роль в формировании настроения женщины. Проблема материнства, беременности и супружеских отношений изучается достаточно активно [4]. Данный вопрос рассматривали такие авторы, как: Добряков И.В., Филиппова Г.Г., Савенышева С.С., Андреева Т.В., Боровикова

Н.В., Коваленко-Маджуга Н.П., Мещерякова С.Ю., Брутман В.И., Берн Э., Дольто Ф., Э. Эриксон, Д. Винникот, М. Малер и др. Исследования психологов показывают наличие взаимосвязи между отношением к ребенку, супругу и эмоциональным состоянием во время беременности. Однако, полученные данные неоднозначны, порой даже противоречивы. Поэтому эта тема требует более подробного и глубокого изучения. Наша работа может оказаться полезной, в первую очередь, перинатальным психологам, а также специалистам, работающим с беременными женщинами.

Целью нашего исследования является изучение особенностей эмоциональной сферы беременных женщин в связи с отношением к будущему ребёнку и супругу. Для реализации цели поставлены задачи:

1. Изучить следующие особенности эмоциональной сферы беременных женщин: тревожность, эмоциональное состояние, причины возникновения эмоций.
2. Проанализировать отношение к беременности и к будущему ребёнку у беременных женщин.
3. Исследовать особенности отношения к супругу у беременных женщин.
4. Проанализировать взаимосвязь отношения к будущему ребёнку и супругу у беременных женщин.

Гипотеза исследования заключается в том, что особенности эмоционального состояния, отношения к ребёнку и супругу тесно взаимосвязаны с отношением к беременности: при позитивном отношении к беременности, ребёнку и супругу наблюдается позитивное эмоциональное состояние у беременных женщин. Объектом исследования выступают особенности эмоционального состояния женщин, отношение к ребёнку и супругу. Предмет исследования — взаимосвязь эмоционального состояния беременной женщины и ее отношения к будущему ребёнку и супругу. В исследовании приняли участие 33 женщины, проживающие в Ярославле, средний возраст — 26 лет

Дневник науки | [www.dnevniknauki.ru](http://www.dnevniknauki.ru) | СМИ ЭЛ № ФС 77-68405 ISSN 2541-8327

(min — 18, max — 39 лет), средний срок беременности — 36 недель (min — 25, max — 38).

Для изучения эмоционального состояния были использованы следующие методики:

1. Методика тревожности Спилберга-Ханина
2. Методика «Самооценка эмоциональных состояний» (А. Уэссмана и Д. Рикса)
3. Тест удовлетворенности Ю.А. Алесиной
4. Анкетирование

Анализ данных, полученных по методике Спилберга-Ханина показал, что в среднем по выборке респонденты имеют умеренные показатели как реактивной ( $M=38,7$ ), так и личностной тревожности ( $M=38,9$ ).

В результате частотного анализа уровней реактивной тревожности мы получили следующие данные: 72% респондентов имеют умеренный уровень ситуативной тревожности, 15% обладают низким уровнем и 13% — высоким уровнем. Незначительное количество беременных оценивают гестационный период как стрессовый. Для большей части опрошенных характерна умеренная тревожность, которая является полезной для нормальной деятельности человека.

Частотный анализ уровней личностной тревожности показал, что 52% женщин имеют умеренный уровень личностной тревожности, у 28% наблюдается высокий уровень и 20% обладают низкой тревожностью. Исходя из полученных данных, можно сделать вывод о том, что четверть опрошенных относится к категории высокотревожных. Это говорит о том, что достаточно обширный диапазон ситуаций воспринимается женщинами в качестве угрожающих самооценке или жизнедеятельности и вызывает состояние тревожности [2]. Половина беременных адекватно реагирует в большинстве

случаев на возникающие стрессовые ситуации, при этом их диапазон достаточно узкий.

Анализ данных по методике «Самооценка эмоциональных состояний» (А. Уэссман, Д. Рикс) показал, что в основном беременные оценивают своё общее эмоциональное состояние, как среднее ( $M=26,5$ ). По шкалам «Спокойствие – Тревожность», «Энергичность – Усталость», «Приподнятость настроения – Подавленность» и «Уверенность в себе – Чувство беспомощности» также были получены средние значения. Частотный анализ по шкале «Спокойствие – Тревожность» показал, что 53% респондентов оценивают свое состояние как среднее. Преобладание шкалы «Спокойствие» отмечается у 38% женщин, а шкалы «Тревожность» - у 9%. Частотный анализ данных по шкале «Энергичность - Усталость» показал, что у 64% не преобладает ни одна шкала, для 33% характерна шкала «Энергичность», для 3% «Усталость».

Частотный анализ шкалы «Приподнятость настроения – подавленность» выявил преобладание полюса «Приподнятость настроения» у 58% респондентов. Также 40% имеют средние оценки по данной шкале. И всего лишь у 2% женщин отмечается преобладание полюса «Подавленность».

Частотный анализ данных, полученных по шкале «Уверенность в себе – Чувство беспомощности» показал, что у 57% беременных женщин преобладает шкала «Уверенность в себе», 40% оценивают свое состояние по данной шкале, как среднее, 3% склоняются к шкале «Чувство беспомощности».

Частотный анализ показателей оценки общего состояния показал, что 58% женщин дают среднюю оценку своему состоянию, а 42% оценивают своё состояние, как высокое. Низкую оценку своему эмоциональному состоянию не поставил ни один респондент.

Исходя из полученных данных, в целом респондентов характеризует нормальное эмоциональное состояние, средняя степень эмоционального

Дневник науки | [www.dnevniknauki.ru](http://www.dnevniknauki.ru) | СМЭЛ № ФС 77-68405 ISSN 2541-8327

подъема (Психологические тесты, 1999). Тревожность, усталость, подавленность, чувство беспомощности практически не встречаются в исследуемой выборке.

Анализ данных, полученных с помощью методики удовлетворенности браком Ю.Е. Алешиной показал, что в среднем по выборке высокий уровень удовлетворенности браком ( $M = 40,7$ ).

В результате частотного анализа получены следующие данные: 79% женщин имеют высокий уровень удовлетворенности браком, 18% оценивают удовлетворенность как среднюю, 3% дают низкую оценку своему браку.

Исходя из полученных данных, можно сделать вывод о том, что большинство женщин в выборке имеют высокую степень удовлетворенности своим браком, взаимоотношениями и эмоциональным контактом с мужем.

В Анкете для диагностики семейной ситуации участницам исследования предлагалось оценить удовлетворенность отношениями с супругом/партнером на данный момент от 1 (плохие) до 10 (очень хорошие) баллов. Анализ полученных данных выявил, что в среднем по выборке женщины оценивают свои отношения с супругом как очень хорошие ( $M = 9$ ).

Частотный анализ полученных данных показал, что 46% женщин поставили оценку в 10 баллов, 31% беременных оценили отношения в 9 баллов, 20% поставили 8 баллов. Полученные данные свидетельствуют о благоприятной семейной ситуации, высокой степени удовлетворенности беременных женщин отношениями с мужем. Только 3% оценили степень удовлетворенности отношений с супругом в 0 баллов, что говорит о негативном отношении к мужу, неблагоприятной семейной ситуации.

Для анализа восприятия эмоциональной атмосферы в семье, отношений с супругом использовался рисунок семьи. Анализ полученных данных показал, что в среднем по выборке отношение к супругу можно охарактери-

Дневник науки | [www.dnevniknauki.ru](http://www.dnevniknauki.ru) | СМИ ЭЛ № ФС 77-68405 ISSN 2541-8327

зовать, как позитивное ( $M=2,515$ ). У участниц исследования наблюдается положительный эмоциональный контакт с мужем, имеются незначительные симптомы тревоги ( $M = 1,807$ ) и практически отсутствует конфликтность в восприятии семьи ( $M = 0,954$ ).

Проведённое исследование подтвердило нашу гипотезу о том, что эмоциональное состояние и отношение к мужу и будущему ребёнку тесно связано с отношением к беременности. По результатам проведённого исследования мы можем сделать следующие выводы:

1. Беременные в большинстве оценивают своё общее эмоциональное состояние, как среднее. Никто из респондентов не поставил низкую оценку своему эмоциональному состоянию. При этом, в первом и третьем триместрах беременности женщины оценивают свое состояние, как тревожное и переменчивое, во втором триместре наблюдаются спокойствие и радость.
2. Анализ особенностей отношения к супругу у беременных женщин показал, что в целом в выборке женщины имеют высокий уровень удовлетворенности браком, отношение к супругу можно охарактеризовать, как позитивное, а семейную атмосферу, как благоприятную. Интересно, что женщины, имеющие опыт гестаций более позитивно оценивают своё отношение к супругу, чем беременные в первый раз.
3. В ходе анализа эмоциональных особенностей беременной женщины и отношения к супругу выявлено, что при высокой оценке своего эмоционального состояния присутствует высокая удовлетворенность браком и негативное отношение к супругу и наоборот. при высокой удовлетворенности браком, состояния женщины можно описать, как энергичное и наоборот. Возможна другая ситуация. При увеличении оценки удовлетворенности браком женщина становится более энергичной.
4. С увеличением количества совместно – прожитых лет снижается удовлетворенность супружескими отношениями, при этом отношение к супругу

гу становится более позитивным. Для женщин с высшим образованием характерно более позитивное отношение к ребенку. При увеличении стажа брака отмечается менее позитивное отношение к беременности.

Таким образом, мы можем с уверенностью говорить о том, что изучать эмоциональное состояние беременных женщин важно и нужно, потому что от этого зависит здоровье, развитие не только будущего ребенка, но и самой женщины. Зная более точно, каким образом эмоциональный фон влияет на плод и наоборот, мы можем понять, как сделать так, чтобы беременность протекала более комфортно и завершилась благоприятным родоразрешением. В связи с этим интересной для изучения является взаимосвязь особенностей эмоционального состояния и отношения к будущему ребенку с отношением к беременности. Это было реализовано в исследовании. В данной работе изучены такие особенности эмоционального состояния, как личностная и ситуативная тревожность, отношение к беременности и будущему ребенку.

В проведенном исследовании подтвердилась гипотеза о тесной взаимосвязи особенностей эмоционального состояния и отношения к будущему ребенку и супругу.

Практическая ценность полученных данных заключается в том, что их могут применять перинатальные психологи как при индивидуальной работе с беременными, так и при групповой.

#### **Библиографический список**

1. Андреева Т.В. Психология современной семьи. - СПб.: «Речь», 2006, с. 424-427
2. Безрукова О.Н. Влияние социально-психологических факторов на социальное здоровье беременных женщин: Дисс. на соискание учёной степени кандидата социологических наук. - Санкт-Петербург, 1998
3. Добряков И.В. Перинатальная психология. - СПб, 2010.

4. Шелехов И.Л. Эмоциональные переживания и расстройства периода беременности и родов: Дисс. на соискание учёной степени кандидата психологических наук. Томск, 2006.
5. Cohen L.S. Psychological aspects of pregnancy. - New York, 1994.
6. Henderson J., Redshaw M. Anxiety in the perinatal period: antenatal and postnatal influences and women's experience of care // Journal of Reproductive and Infant Psychology. 2013 Vol. 31, No.5, 465 – 478

*Оригинальность 75%*